

Em Aparecida, Morro do Cruzeiro recebe exposição sobre equipamentos de Comunicação



Até o dia 22 de março, o Morro do Cruzeiro apresenta a exposição “Ferramentas e equipamentos de comunicação: acervos que registram a comunicação escrita, sonora e visual em sua perspectiva histórica, artística e técnica”, que traz aos visitantes os principais equipamentos de comunicação ao longo da história. Organizada pelo Museu Nossa Senhora Aparecida, a mostra é aberta ao público gratuitamente no hall de acesso à Torre Mirante do Morro do Cruzeiro.

A mostra conta com 22 itens do Museu Nossa Senhora Aparecida do Santuário Nacional em exposição, que são ferramentas de comunicação escrita, visual e sonora, como canetas, bicos de pena, tinteiros, mata-borrão, máquina de escrever, máquinas fotográficas, máquina filmadora, rádios, telefone e telégrafo.

A exposição é um recorte da coleção de Ferramentas e equipamentos de trabalho, comunicação, ciência e tecnologia. Parte desta coleção está em exposição permanente no 2º andar da Torre Brasília, compondo a exposição “O Museu e suas Histórias”, e grande parte do acervo permanece preservada na Reserva Técnica do Museu.

A curadoria desta exposição temporária é de Erica

Andreza Coelho Bowersox, historiadora e museóloga, atualmente coordenadora da Reserva Técnica do Museu, com apoio da equipe técnica do Museu para organização do acervo e montagem. O Museu Nossa Senhora Aparecida é responsável pela montagem de exposições temporárias no Mirante do Morro do Cruzeiro e no Hall da Torre da Basílica e, a cada dois meses, realiza novas exposições temporárias com o objetivo de exibir os acervos que estão armazenados na Reserva Técnica, não acessíveis aos visitantes e devotos, com o intuito de divulgar as coleções e pesquisas realizadas pelo Museu.

Morro do Cruzeiro Importante local de peregrinação do município de Aparecida, o Morro do Cruzeiro abriga o caminho com as 14 estações da Via Sacra, onde todos os anos acontecem as celebrações católicas da Sexta-feira da Paixão, durante a Semana Santa.

No alto, além de um altar para orações, os romeiros ainda podem apreciar uma vista privilegiada da Basílica e da cidade de Aparecida, por meio da Torre do Mirante, que possui 30 metros de altura e uma vitrine panorâmica de 360º de toda região.

A subida ao espaço é feita por dois elevadores, que

garantem total acessibilidade aos peregrinos de todas as idades. No topo da estrutura uma cruz de 20 metros simboliza o monumento de fé e devoção para os católicos que visitam o Santuário Nacional de Nossa Senhora Aparecida.

Desde junho de 2014, o local está ligado ao Santuário Nacional de Nossa Senhora Aparecida, por meio do teleférico “Bondinhos Aéreos”. A estrutura é composta por 47 cabines construídas com tecnologia suíça, que percorrem uma distância de 1,1 km de extensão, a uma altura de até 120 metros. Cada Bondinho tem capacidade para seis pessoas e possibilita aos visitantes viver uma experiência única, com conforto, segurança e uma vista privilegiada do Santuário e da cidade de Aparecida.

História A primeira cruz no alto do morro foi fixada em 1925. As capelinhas da Via-Sacra foram inauguradas pelo vigário padre Antônio Pinto de Andrade, durante a celebração da Semana Santa, em 1948.

Em 2014, foi concluído a instalação do teleférico com cabines fechadas, integrando o local ao complexo do Santuário Nacional e facilitando o acesso dos devotos de Nossa Senhora Aparecida.

EMS Taubaté Funvic vence o Vôlei Renata no Tie-break



Foi mais uma batalha duríssima para o EMS Taubaté Funvic e novamente com final feliz. Jogando na noite da última quinta-feira (11), o time taubateano venceu o Vôlei Renata por 3 sets a 2 (parciais de 26x24, 25x21, 21x25, 26x28 e 15x12) na semifinal da Copa Brasil Masculina de Vôlei. Com o resultado, o Taubaté se classifica para sua terceira final da história na Copa Brasil. Já a decisão final será hoje (12), às 21h30.

A partida foi disputada na “bolha” montada no Centro de Desenvolvimento de Voleibol (CDV), em saquarema (RJ). O técnico

Javier Weber colocou em quadra a equipe inicial com Bruno Rezende, Felipe Roque, Lucão, Maurício Souza, João Rafael, Maurício Borges e Thales como líbero. Entraram ao longo da partida o ponteiro Douglas Souza, o oposto Gabriel Cândido, o líbero Vitor Yudi e o ponteiro João Franck. Um dos principais pontuadores do jogo foi o ponteiro Maurício Borges, do EMS Taubaté Funvic. Após o jogo ele falou desta importante vitória. “O resultado é mérito de toda a equipe, acho que nosso grupo passou por uma fase difícil com os desfalques, então

está sendo um período de aprendizado, de retomada da condição técnica e tática ideais. Hoje essa vitória é de todos nós, mérito totalmente coletivo. Estamos buscando o nosso melhor, jogo a jogo, e hoje foi uma partida duríssima. Saímos de quadra muito felizes e confiantes para a final desta sexta-feira, e queremos trazer esse terceiro título para o Taubaté.”, comentou. A final da Copa Brasil Masculina de Vôlei será disputada nesta sexta-feira (12), às 21h30 no CDV, em Saquarema (RJ). O jogo será transmitido ao vivo pelo canal por assinatura SporTV 2.

Pesquisa releva opinião dos moradores de Cachoeira Paulista sobre turismo

Cachoeira Paulista foi um dos destaques da Pesquisa de Percepção do Turismo, feita pelo Centro de Inteligência da Economia do Turismo (CIET), da Secretaria de Turismo do Estado, entre o final de novembro o início de janeiro. Com a mobilização no município, foram preenchidos 280 formulários on-line.

Segundo o Estado, o mínimo necessário para a pesquisa era de 190 respostas. Além de Cachoeira Paulista, outras 20 cidades atingiram essa base em um universo de 183 municípios que registraram respostas. O levantamento é dividido em três grupos de perguntas: o perfil dos participantes, a avaliação que fazem sobre o turismo na cidade e as perspectivas para os próximos anos.

Sobre o perfil, 63,80% das respostas foram de mulheres, nas faixas etárias de 40 a 49 anos (26,43%) e 30 a 39 (26,07%), 37,86% informaram ter superior completo, 32,73% têm renda familiar de até 3 salários mínimos e 70,25% não trabalham diretamente

com turismo.

Sobre a avaliação, 78,21% informaram que o turismo é bom para a cidade e 71,79% para a população, inclusive economicamente e para a geração de empregos. Já nos itens que avaliam o impacto do turismo na cidade, 82,44% acreditam que o turismo beneficia a economia local, 38,67% acreditam que a presença de visitantes não prejudica a utilização das atrações pelos moradores, 38,21% não veem impacto negativo nos recursos naturais, 26,16% não acreditam que o setor dificulte ou impacte na busca por moradia, e 61,65% acreditam que o turismo ajuda a preservar a cultura. Com relação à expectativa para os próximos dez anos, 75,45% dos moradores esperam que a cidade receba mais visitantes.

“Os moradores são impactados diretamente pelas atividades turísticas”, lembrou o secretário Estadual de Turismo, Vinicius Lummertz. “E por isso suas opiniões são fundamentais para o desenvolvimento do setor”.

Estado

Em todo o Estado, a Pesquisa de Percepção do Turismo recebeu 11.252 formulários, preenchidos por moradores de 183 cidades - São Paulo tem 210 municípios turísticos.

Mulheres, entre 30 e 39 anos, renda familiar acima de cinco salários-mínimos e nível superior completo. Esse foi o perfil médio dos participantes em todo o Estado. A maioria dos moradores acredita que o Turismo beneficia a economia (94,2%), gera empregos (91,2%), ajuda a preservar a cultura (85%) e contribui positivamente com a qualidade de vida dos habitantes (84,4%).

Para 21 dos 183 municípios, incluindo Cachoeira Paulista, a Secretaria entregou em fevereiro o relatório individualizado, com a opinião de seus moradores. Todas as demais receberam o relatório regional. O apoio e a participação das estruturas municipais - como conselhos de turismo, diretorias ou secretarias? foram fundamentais para o sucesso da iniciativa.

A Gazeta dos Municípios
Tudo o que você lê aqui!
Você encontra em:
www.agazetadosmunicipios.com
Contato: (12) 3672-2257

Tremembé mora no meu
TREMEMBÉ
www.tremembeonline.com.br

Miscelânea

Curiosidades

Confira algumas dicas importantes para manter a motivação em alta, seguir uma alimentação equilibrada e perder peso de forma saudável. Estabeleça objetivos a longo prazo e acompanhe cada progresso. Se a ideia é perder alguns quilos, o ideal é determinar metas de três a cinco quilos, por exemplo. Planeje uma rotina alimentar em horários regulares com três refeições principais (café da manhã, almoço e jantar) e dois pequenos lanches. Isso ajuda a manter o metabolismo em pleno funcionamento e garante maior saciedade ao longo do dia. Livre-se de dietas com restrição excessiva. Prefira uma reeducação de forma gradativa e com cardápio saudável e variado. Evite ter chocolates, balas, biscoitos recheados, doces e salgadinhos nos armários de casa ou no trabalho para não se render a tentação facilmente. Pratique atividades físicas, pelo menos três vezes por semana. Outras atitudes também contribuem para o bem estar, como usar escadas em vez de elevador e dispensar transporte nos percursos curtos e aproveitar para caminhar.

Humor

Geografia da mulher

Entre 18 e 25 anos, a mulher é como o Continente Africano, uma metade já foi descoberta e a outra metade ainda esconde belezas.

Entre 26 e 35 anos, a mulher é como a América do Norte, moderna, desenvolvida, civilizada e aberta às negociações.

Entre 36 e 40 anos, a mulher é como a Índia, muito quente, segura de si e consciente de sua própria beleza.

Entre 41 e 50 anos, a mulher é como a França, suavemente envelhecida, mas ainda desejável de se visitar.

Entre 51 e 60 anos, a mulher é como a Iugoslávia, perdeu a guerra, é atormentada por fantasmas do passado, mas empenha-se na reconstrução.

Entre 61 e 70 anos, a mulher é como a Rússia, esperançosa com fronteiras sem patrulha e a camada de neve ocultando tesouros.

Entre 71 e 80 anos, a mulher é como a Mongólia, com um passado glorioso de conquistas, mas com puçás esperanças no futuro.

Depois do 80 anos, a mulher é como o Afeganistão, quase todos sabem onde está, mas ninguém quer ir lá.

Geografia do homem

Entre 18 e 80 anos, o homem é como Cuba, sempre governado por um só membro.

Fazia horas que o menino estava sentado na poltrona da sala com a cabeça apoiada numa das mãos. A mãe, preocupada, perguntou:

- Meu filho, em que você está pensando tanto?

E o garoto responde:

- Mamãe, me explique uma coisa: Se é Deus quem nos dá o que comer, se é a cegonha que traz as criancinhas recém-nascidas e se é o Papai Noel quem nos traz os brinquedos, a senhora poderia me explicar pra que é que serve o papai aqui em casa?

Mensagens

Falará você da bondade a todo instante, mas se não for bom, isso será inútil para a sua felicidade. Sua mão escreverá belas páginas atendendo a inspiração superior, no entanto, se você não estampar a beleza delas em seu espírito, não passará de estafeta sem inteligência. Lerá maravilhosos livros, com emoção e lágrimas, todavia, se não aplicar o que você leu, será como tão somente um péssimo registrador. Cultivará convicções sinceras, em matéria de fé, entretanto, se essas convicções não servirem a sua renovação para o bem, sua mente estará resumida a um cabide de máximas religiosas. Sua capacidade de orientar disciplinará muita gente, melhorando personalidade, contudo, se você não disciplinar, a lei o defrontará com o mesmo rigor com que ela se utiliza de você para aprimorar os outros. Você conhecerá perfeitamente as lições para o caminho e passará entre os olhos mortais do mundo, à galeria dos heróis e dos santos, se não praticar os bons ensinamentos que conhece, porque as Leis Divinas recomeçará sempre o seu trabalho e cada vez mais dificilmente, você chamará a Jesus de Mestre, se não quiser, porém, aprender a servir com Ele, suas palavras soarão sem qualquer sentido.

Pensamentos, provérbios e citações

Nunca estamos preparados para o que não esperamos.

Um hoje vale por dois amanhã.

Diga a verdade apenas a quem está disposto a ouvi-la.

A união do rebanho obriga o leão dormir com fome.

O grande segredo dos negócios em segredo e o grande segredo.

Se você quer um bom serviço, faça-o sozinho.

Com uma boa sopa as dificuldades descem melhor;

A verdadeira viagem se faz na memória.

O homem é aquilo que ele mesmo faz.

Oficial de Registro Civil das Pessoas Naturais da Comarca de Tremembé/SP

Livro D-25, FLS. nº 233, Termo nº 7335

Faço saber que pretendem se casar REIMI DE SANDO FILHO e NATHÁLIA GUIMARÃES MATIAS, apresentando os documentos necessários exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3 e 4 do Código Civil Brasileiro. O habilitante é natural de Pindamonhangaba-SP, nascido a 19 de dezembro de 1993, de estado civil solteiro, de profissão caldeireiro, residente e domiciliado na Avenida José Maria Guimarães Alves, nº 150, apto. 206, bloco 09, Alto do Cardoso, Pindamonhangaba/SP, filho de REIMI DE SANDO, de 56 anos, natural de São Paulo/SP, nascido na data de 04 de junho de 1964 e de SEBASTIANA PINHEIRO DA SILVA DE SANDO, de 55 anos, natural de Nossa Senhora das Graças/PR, nascida na data de 20 de janeiro de 1966, residentes e domiciliados em Pindamonhangaba/SP. A habilitante é natural de Taubaté-SP, nascida a 18 de janeiro de 1994, de estado civil solteira, de profissão farmacêutica, residente e domiciliada na Rua José Inocência Monteiro, nº 220, Jardim dos Eucaliptos, Tremembé/SP, filha de CARLOS ALBERTO MATIAS, de 67 anos, natural de Tremembé/SP, nascido na data de 31 de março de 1953 e de MARIA ANGÉLICA GUIMARÃES MATIAS, de 56 anos, natural de Osasco/SP, nascida na data de 04 de janeiro de 1965, residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Se alguém souber de algum impedimento, oponha-o na forma da Lei. Lavro o presente para ser afixado em Cartório e cópia para a imprensa local desta cidade.



**CÂMARA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA CLIMÁTICA
DE SÃO BENTO DO SAPUCAÍ**

**AUDIÊNCIA PÚBLICA PARA DEMONSTRAÇÃO E AVALIAÇÃO DO CUMPRIMENTO DAS METAS
FISCAIS DO MUNICÍPIO REFERENTE AO TERCEIRO QUADRIMESTRE DE 2020**

Em atendimento ao Artigo 9º, Parágrafo 4º, da Lei Complementar Federal nº 101, de 04 de maio de 2000, a Câmara Municipal de São Bento do Sapucaí e a Comissão de Finanças e Orçamento desta Casa, torna público que realizará às **18:00 horas do dia 15 de fevereiro de 2021 (segunda-feira)**, com transmissão ao vivo através do website e do facebook da Câmara Municipal e com público presencial reduzido devido à Pandemia de Covid-19, **AUDIÊNCIA PÚBLICA** de cumprimento de Metas do Município referente ao terceiro quadrimestre de 2020.

Ver. Paulo Renato Barros
Presidente da Câmara

Ver. Roberto Medeiros Mendes
Presidente da Comissão de Finanças e Orçamento



Prefeitura Municipal de Potim

Praça Miguel Corrêa dos Ouros, 101, CEP: 12.525-000

Telefone (PABX) (12) 3112-9200 Email: gabinete@potim.sp.gov.br

**DEMONSTRAÇÃO E AVALIAÇÃO DO CUMPRIMENTO DAS METAS FISCAIS
TERCEIRO QUADRIMESTRE DO ANO DE 2020
(§ 4º Art. 9º, da Lei Complementar Federal nº 101/2000)**

O Poder Executivo torna público, para conhecimento da população, que demonstrará e avaliará o cumprimento das metas fiscais do 3º quadrimestre do ano de 2020, na comissão de Finanças e Orçamento do Legislativo, em audiência pública a ser realizada no dia 22 de fevereiro de 2021, às 13h30m, na Câmara Municipal de Potim, na Avenida Governador Mario Covas, 222, centro, nesta cidade. Prefeitura Municipal de Potim, 11 de fevereiro de 2021. Erica Soler Santos de Oliveira – Prefeita Municipal

EXPEDIENTE

JORNAL DIÁRIO E REGIONAL

A GAZETA DOS MUNICÍPIOS

Editada por Editora Flor do Vale Jornalismo

Comunicação e Promoção Ltda.

CNPJ: 61.661.328/0001-43

Rua dos Lírios, 171 - Flor do Vale - Tremembé - SP

Tel. (0xx12) 3672-2257

Fax (0xx12) 3672-4831

CEP 12120-000

E-mail: publicacoesgazeta@hotmail.com

Registro no INPI 81717790

Impresso em 12/02/2021

Diretor responsável pela publicação:

Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860

Diretora Comercial: Dolores Russo

Editoração Eletrônica e Impressão: Pré Impressão Gráfica - SP - Capital.

Representante em São Paulo.

REVESP Representações Ltda.

Alameda dos Jurupes, 455

Conj. 46 - São Paulo - CEP 04088-001

Filiado a ADJORJ Associação dos

Jornais do Interior.

Sistema de distribuição dirigida.

Matérias pagas ou autografadas, não representam necessariamente a opinião deste jornal.

Atenção: Este jornal é distribuído à todas as Prefeituras e Câmaras Municipais do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Serrana, além de vários órgãos Federais, Estaduais e Municipais.

Aviso: Não existe falta de jornais para demanda diariamente. Edições atuais e de arquivos estão sempre a disposição no endereço: Rua dos Lírios nº 171, Bairro: Flor do Vale, Tremembé-SP, onde poderão ser retiradas.

Associação Comercial e Industrial de Taubaté lança campanha “Carnaval Responsável”

O vírus não tem cérebro, nem coração. Você tem!

Carnaval Responsável

Desde 1899
ACIT
Associação Comercial e Industrial de Taubaté

Valorize o comércio de Taubaté!

Com as mudanças de fase do Plano São Paulo, divulgadas pelo governo do estado, o feriado de carnaval de 2021 foi cancelado para evitar festas e aglomeração e, também, a proliferação da transmissão do novo Coronavírus. Para isso, a ACIT desenvolveu a campanha institucional “Carnaval Responsável”, que visa conscientizar o consumidor sobre a importância de seguir todas as regras de segurança sanitária neste momento, com atenção maior ao distanciamento social. Mas, caso desejem fazer suas compras, a intenção é in-

centivar as pessoas para que façam em Taubaté, valorizando o comércio local, que está preparado para receber o consumidor.

As empresas que quiserem aderir à essa campanha podem, ainda, promover algum tipo de descontos, promoções e facilidades no pagamento, ficando a critério de cada uma o benefício a ser oferecido aos clientes. A Associação Comercial e Industrial de Taubaté tem trabalhado incansavelmente pela manutenção da economia da cidade e na busca por soluções e melhores prá-

ticas para auxiliar os empresários nesse momento de pandemia que o mundo está passando.

Não é hora de relaxar, é hora de todos estarem unidos para que as empresas possam trabalhar, mas sem descuidar das premissas básicas com a saúde.

O uso de máscara continua sendo obrigatório, bem como a recomendação de uso de álcool em gel para assepsia.

É hora de todos, sem exceção, terem consciência da importância de manter o distanciamento social e, principalmente, evitar aglomerações.

Pandemia altera celebrações da Quarta-Feira de Cinzas no Santuário Nacional



A Quarta-Feira de Cinzas (17) será marcada por celebrações no Santuário Nacional de Aparecida (SP). A principal missa do dia acontece às 9h, e será presidida pelo arcebispo de Aparecida, Dom Orlando Brandes. Durante a missa, os fiéis receberão as cinzas, sinal de penitência, principal tônica da Quaresma, aberta também com esta cerimônia.

Neste ano, por conta da pandemia de Covid-19, o Vaticano determinou mudanças no rito de imposição das cinzas. Para a colocação das cinzas na cabeça dos fiéis, os sacerdotes devem higienizar as mãos antes do rito e utilizar máscara de prote-

ção. Ao contrário de anos anteriores, nada será dito durante a distribuição do sinal.

Habitualmente, o rito dispõe que o padre, ao impor as cinzas sobre a cabeça dos fiéis diga: “Convertei-vos e crede no Evangelho”, ou “Lembra-te que és pó e ao pó retornarás”. Desta vez, uma das frases será dita apenas uma única vez, de modo geral, no altar, longe dos fiéis.

Além da celebração das 9h, também serão realizadas, na Basílica Nova, missas às 6h45, 12h e 16h. Em todas, haverá o rito de imposição das cinzas.

A participação dos fiéis nas missas está condicionada à capacidade máxima

da Basílica neste período, limitada a até mil pessoas. O acesso acontece próximo à Capela da Ressurreição, na Esplanada João Paulo II. No local, é realizada a aferição de temperatura corporal e higienização das mãos. O uso de máscaras é obrigatório em todo o território do Santuário. As confissões, costumemente procuradas pelos católicos durante o período quaresmal, estão acontecendo no Santuário de forma comunitária. Na Quarta-Feira de Cinzas, os ritos acontecem nas capelas do subsolo da Basílica às 10h30, 11h, 14h30 e 15h. O acesso também é controlado e condicionado à capacidade do espaço.

Myanmar: Protestos contra golpe de Estado continuam



Os protestos contra o golpe de Estado continuam hoje (12) nas ruas de Myanmar (antiga Birmânia), quando milhares de presos foram libertados pela Junta Militar, que prossegue, contudo, com a detenção de opositores.

Cerca de 250 pessoas estão agora detidas desde o golpe de 1º de fevereiro, que depôs o governo de Aung San Suu Kyi, de acordo com uma organização não

governamental que ajuda presos políticos, entre os quais funcionários locais, membros do Parlamento, integrantes da Comissão eleitoral e ativistas.

Os manifestantes exigem que o poder seja devolvido ao governo da líder Aung San Suu Kyi, a libertação da Prêmio Nobel da Paz (1991) e de outros membros do seu partido, a Liga Nacional para a Democracia.

Eles foram detidos depois de os militares terem encerrado a primeira sessão do novo Parlamento em 1º de fevereiro.

A Organização das Nações Unidas (ONU), a União Europeia (UE), os Estados Unidos, o Japão, a China, a França e o Reino Unido foram algumas das vozes internacionais que criticaram de imediato o golpe de Estado promovido pelos militares em Myanmar.

Você me protege e eu protejo você!

Carnaval Responsável

Desde 1899
ACIT
Associação Comercial e Industrial de Taubaté

Valorize o comércio de Taubaté!

DENGUE TEM QUE ACABAR!

É HORA DE TODO MUNDO AGIR

DENGUE MATA

O combate à dengue deve ser diário

“Blitz da Saúde” atende mais de 70 caminhoneiros na Via Dutra, em Roseira (SP)



Os caminhoneiros que passaram, nesta quinta-feira (11), no Posto do Programa Estrada para a Saúde, no km 82 da pista sentido Rio de Janeiro, em Roseira (SP), receberam atendimento gratuito e orientações de saúde. Ao todo, 78 motoristas

participaram da “Blitz da Saúde”, que aconteceu das 9h às 13h, realizada pelo Instituto CCR e pela CCR NovaDutra.

Na blitz, os profissionais puderam aferir a pressão arterial, realizar testes de glicemia e colesterol, verificar a visão (acuidade

visual), além de receber orientações de saúde. Após o atendimento, cada caminhoneiro recebeu uma cesta básica de alimentos - composta por feijão, arroz, açúcar, macarrão, farinha e fubá - e um kit de higiene. A equipe médica da CCR NovaDutra apoiou a ação.

Especialista orienta como cuidar da pele no verão



Conhecido pelo sol forte e pelas altas temperaturas, o verão brasileiro acende um alerta para os cuidados com a pele. Nessa época do ano, o corpo fica mais exposto aos raios solares, tornando necessário implementar uma rotina de proteção e hidratação.

Karen Yumi Sato, docente da área de beleza e estética do Senac Pindamonhangaba, explica como.

Limpeza e hidratação
Higienize a pele com um sabonete líquido, seguido de demaquilante ou água micelar para remover a maquiagem. Depois, aplique um hidratante para evitar o ressecamento, uma vez que, nos dias quentes, a evaporação da água corporal se torna mais intensa. Desta forma, é importante que haja também uma maior ingestão de água, de modo a manter a qualidade hídrica intracorpórea. Para repor os nutrientes da pele ao longo do dia, esborife água termal a uma distância de 20 cm do rosto.

Proteção solar
O protetor solar é indicado em qualquer época do ano, principalmente durante o verão, onde as radiações UVA e UVB são mais in-

tensas. Essas radiações são responsáveis por vários danos à pele, como o surgimento de manchas e dermatites (inflamações), envelhecimento precoce e oleosidade. O protetor deve ter FPS mínimo de 30, proteção contra os raios UVA causadores das queimaduras e câncer de pele, além de ser escolhido de acordo com cada tipo de pele. Em atividades ao ar livre, o ideal é que seja aplicado e reaplicado de 3 em 3 horas. É também necessário que haja uma proteção física, como a utilização de chapéus, guarda-sol e óculos escuros.

Tratamentos estéticos
Todos os procedimentos faciais e corporais são indicados para todas as épocas do ano, sendo possível, inclusive, a aplicação de ácidos no verão. O que tem de ser levado em conta são os ácidos a serem aplicados e os hábitos de vida daquele que receberá o procedimento. Os tratamentos devem ser conduzidos por um profissional qualificado e o cliente precisa fazer o uso insistente do protetor solar.

Formação na área
A crescente procura por

tratamentos de beleza e estética tem impulsionado o setor e demandado profissionais qualificados para atuar no mercado. Para contribuir com o desenvolvimento da área, o Senac Pindamonhangaba está com inscrições abertas para o Técnico em Estética, que prepara a turma para realizar procedimentos faciais e corporais, avaliar as condições da pele e usar as técnicas mais adequadas para cada caso. Em decorrência da crise causada pela pandemia do coronavírus, a unidade oferece desconto promocional de 30% em cursos técnicos, livres e idiomas. Candidatos que tiverem renda familiar per capita de até dois salários mínimos federais ainda podem solicitar uma bolsa de estudo 100% gratuita. As inscrições podem ser realizadas a partir de 10 dias antes da data de início do curso, conforme disponibilidade de bolsas. As vagas poderão ser encerradas antes desse prazo, caso atinja a relação de cinco candidatos por vaga. Para mais informações, acesse o Portal Senac: www.sp.senac.br/pindamonhangaba.



PREFEITURA MUNICIPAL DE POTIM

EXTRATO DE HOMOLOGAÇÃO - PREGÃO Nº 001/2021 – No dia 11 de fevereiro de 2021, depois de constatada a regularidade dos atos procedimentais, a autoridade competente, Sra. ERICA SOLER SANTOS DE OLIVEIRA, Prefeita Municipal de Potim/SP, resolve HOMOLOGAR os itens do Pregão Nº 001/2021, referente ao objeto em epígrafe, qual seja: Registro de Preços para Aquisição Futura e Parcelada de Materiais de Limpeza, as empresas: ORLA DISTRIBUIDORA DE PRODUTOS EIRELI, com valor total de R\$ 124.688,68; PLINIO HALBEN CORREA EPP, com valor total de R\$ 81.178,16; GMC COMÉRCIO DE MERCADORIAS EM GERAL LTDA EPP, com valor total de R\$ 133.340,87; RIVALDO VALÉRIO NETO EPP, com valor total de R\$ 64.458,60 e ECO PLAST COM E IND LTDA, com valor total de R\$ 10.928,00. Ficam as empresas convocadas a assinarem as Atas de Registro de Preços no prazo de 05 dias úteis a partir desta publicação.

A LINHA DE CHEGADA PARA SUA SAÚDE ESTÁ LOGO ALI

VOCÊ NÃO VAI RELAXAR AGORA, NÉ?

VACINAÇÃO CONTRA COVID-19

CUIDE-SE

ADA
CHEGADA
CHEG

ABRACE ESSA IDEIA PARA LOGO PODER ABRAÇAR QUEM VOCÊ AMA.

Prefeitura de Pindamonhangaba

www.pindamonhangaba.sp.gov.br