



Moradores do Parque Califórnia vão ao bispo em busca de apoio para projeto do lago



Carnaval de Jacareí traz matinês nos bairros e encontro de escolas de samba

diário de jacareí

em dia com você

DIRETOR DE REDAÇÃO | ANGELO ANANIAS

www.diariodejacarei.com.br

JACAREÍ - SP, 25 DE FEVEREIRO A 03 DE MARÇO DE 2017

ANO 49 | N° 9.650

RS 1,00

Versão impressa: circulando somente aos sábados/acesse nossa versão online e acompanhe as notícias em tempo real

Idosa morre após ser atropelada na faixa de pedestres em Jacareí

O acidente ocorreu há alguns metros da ponte do São João, em frente a um laboratório, na Praça dos Três Poderes PG. 3



O prefeito Izaias Santana na Câmara com vereadores, secretários e representantes de entidades

Izaias autoriza repasses de quase R\$ 4 milhões para a saúde de Jacareí

PG. 5

SAÚDE PG. 8

Sem ressaca: como aproveitar a folia e não prejudicar a saúde

COMUNICADO

Comunicamos que em razão do feriado de Carnaval, o expediente comercial em nossa sede voltará a funcionar normalmente somente na quarta-feira, dia 01/03, a partir das 13h.

A direção.

O plano de saúde para todos os seus planos de vida.

São Francisco VIDA
o seu plano de saúde

vendas:
(12) 3955-9590

Mollo Corretora de Seguros

Contamos com um departamento de sinistro exclusivo, que acompanha todo o processo para o cliente não se preocupar.

www.mollocorretora.com.br
Tel.: (12) 3953-5066

IPTU: UMA VIA DE MÃO DUPLA.

De um lado você contribui. Do outro a Prefeitura faz mais por você.

A sua contribuição é fundamental para a realização de investimentos em saúde, educação, infraestrutura e muito mais. Pague o seu IPTU 2017 e ajude a Prefeitura a fazer o melhor por você.

Pague à vista e ganhe desconto.

- 5% para quem tem dívidas atrasadas
- 10% para quem está em dia com o município

Saiba mais: www.jacarei.sp.gov.br
/PrefeituraMunicipalJacarei

Prefeitura de JACAREÍ

TEMPO Fonte: INPE/CPTEC	SÁBADO 23° min 30° max Pancadas de chuva à tarde. Predomínio de Sol pela manhã	DOMINGO 20° min 30° max Chuva de curta duração e pode ser acompanhada de trovoadas a qualquer hora do dia	DÓLAR Comercial Compra 3,109 Venda 3,111	Turismo Compra 2,960 Venda 3,270	EURO Cotação Compra 3,285 Venda 3,288	ÍNDICE Conhecimento pág. 02 Cidade pág. 03 Cidade pág. 04 Cidade pág. 05	Classificados pág. 06 Geral pág. 06 Variedades pág. 07 Saúde pág. 08
---------------------------------------	---	--	---	---	--	---	---

EDITORIAL

'Carnaval seguro' o ano inteiro

Um atropelamento fatal a 50 metros dos três poderes da cidade – Câmara, Prefeitura e Fórum, - na segunda-feira (20), às 13h -, é um trágico alerta sobre o perigo do trânsito em Jacaré. Uma senhora atravessava pela faixa de pedestres quando foi atingida por um veículo. Ainda está difícil cumprir as regras viárias. Há também, e segundo testemunhas não foi o caso, pedestres que não observam os procedimentos corretos no trânsito. Porém, isso não isenta de culpa os motoristas infratores.

Minimizar o problema exige efetiva educação e presença nas ruas de fiscais treinados. Não havia agente de trânsito por perto na hora do atropelamento; era 'horário do almoço'. Naquela mesma tarde, na Avenida Getúlio Vargas, no Jardim Luiza (região leste), um motociclista parou para que pedestres passassem pela faixa e teve sua moto por um veículo que vinha colado nela. Em janeiro, um ciclista morreu atropelado por um caminhão do SAAE quando regressava do almoço para o trabalho. Os acidentes no trânsito aumentaram mais de 60% em relação ao ano passado, dizem as estatísticas oficiais.

O município gera recursos originários das multas viárias que obrigatoriamente têm de ser destinados à

educação de trânsito. Mesmo assim, não são raros os casos em que o dinheiro acaba desviado para outros fins. Grande parte dos condutores exibe-se correndo pelas nossas apertadas ruas e outro tanto de pedestres julga-se malabarista capaz de driblar a fatalidade.

Há outros desmandos. Falar ao celular, dirigir sem cinto, colar o veículo no veículo da frente em movimento, deixar o som nas alturas, estacionar em local que obstrui o tráfego, mendicância nos cruzamentos, etc. e tal. Milagrosamente, ainda não se perdeu o respeito pelos 'marronzinhos', o que seria o fundo do poço.

Criou-se a Secretaria de Mobilidade Urbana que, segundo críticos, foi para acomodação política. Cabe ao novo secretário mostrar a que veio e ao prefeito Izaías Santana (PSDB) adotar nova política de horas extras, revezamentos e conscientização de que há setores que precisam estar acima da isonomia funcional e da burocracia. A prefeitura anuncia o 'Carnaval Seguro'. Considerando que o trânsito de Jacaré está um 'carnaval', então há esperanças.

É a nossa opinião.



Enquanto houver respeito aos 'marronzinhos', educação de trânsito funciona



Academia modifica perfil de reuniões

Ao término do segundo mês de atividades de 2017, a Academia Jacarehyense de Letras consolida novidades que enriquecem o que já foi feito até o momento. Depois de uma rápida experiência de quatro reuniões, mostrou-se oportuna a participação direta de cada membro na condução das reuniões ordinárias. Os trabalhos de cada noite de quinta-feira acontecerão em regime de revezamento, em que cada acadêmico dirige as sessões segundo um tema pré-determinado.

Na primeira semana, a acadêmica escritora Marisa Miras apresentou ao grupo um autor do momento que ainda não tinha 'entrado' na Academia: Pedro Gabriel, escritor

de dois livros de sucesso que levam o mesmo título de 'Eu me chamo Antônio'. Foi uma apresentação de primeira em que a própria Marisa além de distribuir cópias de algumas das frases da obra ainda criou textos parafrazeando Gabriel. O escritor e psicólogo João Azeredo também inventou frases ao estilo do homenageado e apresentou-as ao grupo pelo WhatsApp. Como se vê, o trabalho de Marisa foi um estímulo à geração do principal combustível dos

escritores: a criatividade.

Na segunda reunião, o ex-presidente Geraldo José da Silva fez minuciosa palestra sobre a Academia Brasileira de Letras, cuja sede ele visitara meses antes no Rio de Janeiro. O escritor destacou o requinte da apresentação que é feita por atores caracterizados de membros fundadores da ABL e que fazem da casa aos visitantes.

Na terceira, a própria Marisa voltou a dirigir parte da reunião representando a

DIVULGAÇÃO



A acadêmica escritora Marisa Miras

Alimentos Compensatórios



O direito à pensão alimentícia protege o cônjuge que demonstrar necessidade, mas, na prática, quase sempre é a mulher separada ou divorciada que os pleiteia judicialmente, pois raros são os casos de petição de alimentos do ex-marido.

A hipótese aqui estudada trata de outros alimentos, isto é, alimentos compensatórios que diferem da pensão alimentícia e podem ser cumulados com a mesma. O primeiro caso, salvo engano, de alimentos compensatórios no Brasil, ocorreu na separação de Rosane Collor que, além da pensão alimentícia, pediu e conseguiu uma indenização

compensatória com pagamento mensal. O argumento para o pleito repousa no fato de que durante o enlace matrimonial ou mesmo na união estável, a esposa não pôde se qualificar profissionalmente ou mesmo continuar estudando de modo a conseguir uma graduação superior apta a elevá-la socialmente e conduzi-la para o mercado de trabalho. Ao invés disso, o cônjuge permaneceu por anos, a cuidar do lar, da educação dos filhos e da carreira empresarial ou política do outro; relegando ao plano menor o seu próprio desenvolvimento.

Tais questões aportam agora com maior frequência no

Judiciário, embora comum na Europa e na América do Norte. A parte interessada deve provar que houve um desequilíbrio mesmo diante da partilha igualitária de bens, e do pagamento de pensão alimento, de modo que há, ainda, precisão de uma compensação financeira de um para com o outro que decidiram romper o vínculo que os unia. O julgador em tais casos, ponderará efetivamente o 'status econômico' de ambos os cônjuges verificando, caso a caso, valorando a prova produzida que justifiquem o pagamento dos alimentos compensatórios. O fundamento assenta-se nos

acadêmica e professora Esther Rosado, ausente por motivo de saúde. Marisa falou com desenvoltura da semana de Arte Moderna de 1922, cuja comemoração iniciara no sábado seguinte, 11, e foi até a sexta, 18. A seguir, na mesma noite, foi a vez do promotor de Justiça e escritor José Luiz Bednarski fazer apresentação sobre novas leituras do escritor José de Alencar.

Finalmente, na quinta-feira (23), estreamos palestra de convidado não acadêmico. Falou sobre o tema 'Fraternidade, biomas brasileiros e defesa da vida', Luigi Bertoncini, escritor e coordenador regional da Campanha da Fraternidade 2017. Bertoncini conclamou escritores para a responsabilidade da conscientização desse preocupante problema. Sobre isso falaremos na próxima coluna.

*Paulo de Tarso Castro Carvalho é advogado, Mestre em Direito e professor universitário



LISTA DE GASTOS

O vereador Valmir do Parque Meia-Lua (PSDC) liderou a lista de gastos com combustível no mês de janeiro, divulgada no site oficial do Legislativo. Mais votado na eleição passada, Valmir utilizou cerca de 200 litros de gasolina/álcool, que representam pouco mais de R\$ 668 durante o mês. Valmir foi também - e de longe - o parlamentar com maior número de atendimentos em seu gabinete, 509. O vereador se apresenta 'econômico' no quesito uso de telefone, com gastos no mês de cerca de R\$ 60, segundo ele consequência desses atendimentos e da presença constante nos bairros.

ECONÔMICOS

Na contramão desses números, os vereadores Aderbal Sodré (PSDB), Luís Flávio (PT) e a presidente da Câmara, Lucimar Ponciano (PSDB), aparecem 'zerados' no quesito gasto com combustível. De acordo com informações divulgadas no site oficial do Legislativo, nenhum dos três parlamentares utilizou veículo oficial da Casa durante o mês de janeiro.

MÃO NA MASSA

O secretário municipal de Mobilidade Urbana, Edinho Guedes, acompanhou 'in loco' os serviços de pintura de faixas e ajustes em equipamentos da área, que invadiram a madrugada de quarta-feira (22), em Jacaré. As atividades do Departamento de Trânsito se concentraram em ruas da região central com a revitalização de faixas de pedestres e a inclusão de 'bolsões' para motociclistas, como este em frente ao Fórum.

EDUCAÇÃO NO TRÂNSITO

DIVULGAÇÃO



Durante a semana, o secretário também marcou presença nos pontos de atuação da campanha educativa 'Carnaval Seguro - Um gole pode lhe custar a vida!', criada pela pasta com o objetivo de reduzir o número de acidentes que tendem a aumentar consideravelmente no Carnaval. A iniciativa teve o apoio da Polícia Militar, Guarda Civil, Corpo de Bombeiros e Polícia Rodoviária Estadual.

CDHU

O prefeito de Jacaré, Izaías Santana (PSDB), revelou que pretende 'municipalizar' a manutenção de dois conjuntos da CDHU - Companhia de Desenvolvimento Habitacional e Urbano - pertencentes ao Governo de São Paulo. Os dois empreendimentos, situados nos bairros Campo Grande (região sul) e Bandeira Branca (região oeste), não recebem da prefeitura serviços básicos de limpeza e manutenção de vias. Izaías disse que já autorizou a presidência da Fundação Pró-Lar a tratar do assunto com o governo estadual.

ASSISTÊNCIA SOCIAL

LUIZ CEPINHO/PMJ



Com intuito de apresentar aos vereadores a dinâmica da Secretaria de Assistência Social, a secretária Patrícia Juliani e seus diretores realizaram uma apresentação sobre as ações da pasta, na tarde de terça-feira (21). A reunião teve por objetivo instruir os vereadores quanto ao procedimento de solicitações encaminhadas para a secretaria, no sentido de agilizar as demandas. A estrutura da secretaria e a função de cada espaço público foram destaques na reunião.

GORJETA

A Câmara dos Deputados aprovou na terça-feira (21) um projeto regulamentando a cobrança da gorjeta, valor pago por clientes a garçons, camareiros e outros profissionais em bares, restaurantes, hotéis, motéis e estabelecimentos similares. O projeto mantém a cobrança da taxa como facultativa, disciplinando o seu rateio entre os empregados do estabelecimento. Como a matéria já havia sido aprovada no Senado vai agora à sanção presidencial.

diário de jacaré

www.diariodejacarei.com.br

Editado pela Empresa Jornalística
Diário de Jacaré Ltda.
Fundado em 06/06/1968
ISSN 2237-1389

Rua João Américo da Silva, nº 41, Centro - Jacaré - SP - CEP: 12.308-660

PABX/FAX: (12) 3953-2966
E-mail: contato@diariodejacarei.com.br

SOLANGE APARECIDA MORAES ANANIAS
Sócia proprietária
solangeananas@diariodejacarei.com.br

ANGELO DE PAULA ANANIAS
Diretor Responsável e de Redação
angelooananas@diariodejacarei.com.br

Os artigos assinados são de responsabilidade dos autores
Impressão: Metromídia Gráfica Comunicação e Importação Ltda.

Circulação:
Jacaré, SJC Campos, Guararema,
Santa Branca e Igaratá

Nº atrasado (mês em curso): R\$ 1,50
Demais edições: R\$ 5,00
Circulação: sábado

Idosa morre após ser atropelada na faixa de pedestres em Jacareí

O acidente ocorreu há alguns metros da ponte do São João, em frente a um laboratório, na Praça dos Três Poderes

A Redação

Uma idosa, de 74 anos, morreu após ser atropelada enquanto atravessava a faixa de pedestres no início de tarde da última segunda-feira (20), em Jacareí. O acidente ocorreu há alguns metros da ponte do São João (sentido bairro), em frente a um laboratório de análises clínicas, na Praça dos Três Poderes.

De acordo com testemu-



Faixa de pedestres na Praça dos Três Poderes onde ocorreu o acidente que vitimou uma idosa

nhas, por volta das 13h, a idosa, moradora do bairro Jardim Jacinto (região oeste), atravessava a faixa de pedestres no sentido da praça, quando foi atingida por um veículo Jeep Renegade, da cor preta. A motorista do carro, que se preparava para ingressar na rua XV de Novembro, não teria parado na faixa mesmo após o carro da direita ter parado para dar passagem à vítima.

A condutora contesta essa informação e, no dia seguinte, por telefone, contou ao **Diário de Jacareí** que transitava em baixa velocidade pela faixa da esquerda que estava livre, quando foi surpreendida pela presença da vítima com-

pletando a travessia. A motorista disse ainda que o trânsito estava pesado no local no sentido da ponte. Ela reforçou que em nenhum momento agiu com imprudência e que o acidente foi 'uma fatalidade'.

A idosa foi levada à Santa Casa de Misericórdia minutos depois do acidente, mas não resistiu aos ferimentos e acabou falecendo cerca de duas horas e meia depois.

As investigações sobre o acidente serão conduzidas pelo 3º Distrito Policial de Jacareí que deverá se pronunciar sobre os termos do possível indiciamento da condutora do veículo.

Cavaletes prometem facilitar a identificação de radares móveis

A Secretaria Municipal de Mobilidade Urbana, através da Diretoria de Trânsito, começou a utilizar um novo método de sinalização dos radares móveis nas vias do município. Estão sendo colocados cavaletes que informam a presença da fiscalização eletrônica no local. A iniciativa tem como objetivo ajudar os motoristas a identificar os radares com facilidade.

De acordo com o diretor de Trânsito, Rodrigo Gonçalves Hoelzle, o monitoramento realizado pelos radares móveis não possui caráter punitivo e sim educativo, instruindo o motorista a conduzir seu veículo dentro dos limites de velocidade das vias,

fato que evita acidentes e multas indesejadas para o condutor.

O diretor ainda afirmou que Jacareí apresenta um grande número de mortes e acidentes de

A iniciativa tem como objetivo ajudar os motoristas a identificar os radares com mais facilidade

trânsito, sendo necessário utilizar ferramentas como os radares móveis para mudar este quadro.

“Com o novo método de sinalização dos radares móveis, por meio de cavaletes, estamos monitorando a velocidade das vias de maneira transparente e educando o motorista a dirigir com responsabilidade”, informou.

NÚMEROS – Conforme informações prestadas pelo Corpo de Bombeiros, Polícia Militar, Polícia Civil, SAMU e CCR NovaDutra, no ano passado ocorreram 783 acidentes nos limites do município de Jacareí, sendo 549 com vítimas, totalizando 48 mortes, quatro a mais que o número de homicídios dolosos na cidade: 44 assassinatos em 2016.



Cavaletes informam a presença da fiscalização eletrônica em avenida de Jacareí



Jacareí Ensandecida

*José Luiz Bednarski

Reconheço cada canto, conheço muito bem. Ainda estamos em Jacareí, mas parece que passamos a acompanhar a dança louca que tiraniza o mundo.

É bandido e drogado demais pelas ruas. Não há mais sossego. Os inermes moradores da Avenida Antunes da Costa, na região central, sofrem bastante com isso, uma feia vista.

A segurança divina sozinha não dá mais conta. Na praça

que era para ser consagrada à Liberdade, a igreja perdeu a sua. Foi parar atrás das grades, uma lástima.

Antes da revitalização do Parque dos Eucaliptos Cortados e da inauguração do Parque da Cidade, a praça do Jardim Liberdade foi a joia da coroa da dinastia do proletariado, com pingue-pongue, caminhadas monitoradas, atividades mil e vigilância constante da Guarda Civil.

Depois, o local foi tão esquecido, que até bebê em saco de lixo foi descartado por ali, mais um assassinato impune. Hoje, abriga almas perdidas, escravos da droga, grama crescida. Afugentado está o cidadão de bem. Dá medo passar à noite pelo local.

Doutra banda, chegou o carnê do IPTU. Azulzinho, coisa mais linda. Pena que só aceita pagamento na Caixa Econômica Federal e lotérica. A fila promete ser longa, com a concomitância dos saques das contas inativas de FGTS na Caixa. O jeito é tentar a sorte.

Mas complicado mesmo foi minha última visita ao super-

mercado, o esporte favorito afonsino. Com uma lista de produtos de limpeza a cumprir, decidi dar uma passada no corredor das bebidas e comprar uma cervejinha artesanal, que ninguém é de ferro. Topei de frente com uma menina de aproximadamente dez anos, que implorava ao pai para comprar sua cerveja sem álcool favorita. Decerto por ter me visto e reconhecido, ele achou mais prudente negar à filha o esdrúxulo desejo.

Voltei para casa pensabundo. Um dilema jurídico flanava em minha mente. Cerveja sem álcool talvez não seja bebida alcoólica, porém tolerância ética tem limites. Criança pode sorvê-la? Sentei para estudar. Desci das estantes alfarrábios e cartapácios. Nenhum doutrinador especializado em Estatuto da Criança e do Adolescente analisou o caso. O jeito será perguntar ao dileto doutor Paulo de Tarso, meu vizinho de coluna.

José Luiz Bednarski é Promotor de Justiça da Cidadania e do Consumidor

Moradores do Califórnia vão ao bispo em busca de apoio para projeto do lago

Grupo que defende a preservação de nascentes ganha em Dom César Teixeira importante aliado para a causa

BVeloso

Membros de entidades representativas de moradores do Parque Califórnia e adjacências (região leste), em Jacaré, estiveram segunda-feira (20) com o bispo diocesano Dom César Teixeira em busca de consolidar a promessa de apoio do prelado para projeto ambiental de recuperação e preservação das nascentes e de toda a área verde ao redor do



Lago pode tornar-se uma atração para a cidade e fonte de estudos para escolas

lago daquele bairro. O encontro foi por ocasião do lançamento do texto da Campanha da Fraternidade 2017 na Faculdade Católica de

São José dos Campos. A Igreja possui no Califórnia a comunidade de Santa Clara pertencente à paróquia Nossa Senhora de Guadalupe.

A luta pela preservação ambiental da área começou em 2011 quando a administração petista decidiu transformar o lago em um piscinão de concreto

que receberia toda água da parte elevada vizinha. Segundo os moradores, o piscinão acabaria com as mais de oito nascentes, o verde e com o próprio lago. A administração anterior já contava com uma dotação de verba federal de R\$ 800 mil para o piscinão. Os moradores conseguiram embargar a iniciativa e, em consequência, ficaram sem a dotação financeira específica.

Quando em campanha, o atual prefeito, Izaías Santana (PSDB), prometeu que se vencesse a eleição transformaria o projeto de preservação em realidade. Eleito Izaías, com a certeza do prometido apoio do Executivo, a Associação Amigos do Lago procurou unir forças

com o Poder Legislativo, Comitê das Águas de Jacaré, associação de moradores dentre outros, para a execução de um projeto descritivo obrigatório para a obtenção das verbas junto aos órgãos competentes.

Como a Igreja tem como lema da Campanha da Fraternidade 'Biomos brasileiros em defesa da vida - cultivar e guardar a criação', o grupo entende que é o momento de uma ação prática para a construção no local "de um grande parque ecológico educativo e de lazer que vai beneficiar toda a comunidade", afirma a presidente do Legislativo, Lucimar Ponciano (PSDB), que participa do movimento.

Viveiro recebe 'tratamento de choque' para recuperação total



Antecipe a compra de suas passagens
www.passaromarron.com.br



Passaro Marron
@viacaopassaromarron

O tradicional Viveiro Municipal de Jacaré 'Seu Moura', localizado em 600 mil metros quadrados de área verde no Campo Grande (região sul), está recebendo um tratamento especial de recuperação por meio da Secretaria de Meio Ambiente, desde o início do ano. Já foram retirados 11 caminhões de entulho, madeiramento velho, ferragens e plásticos, que foram encaminhados para a Cooperativa de Reciclagem de Jacaré.

No momento, o viveiro está fechado para visitação, até o término dos trabalhos de limpeza, com a retirada de todo tipo de lixo. O gerente do Viveiro, Marcos Avlis, explicou que foi encontrado muito material descartado pelas secretarias da prefeitura. "Foram mais de dez caçambas de tira entulho", acrescentou.

Avlis reuniu seus 30 funcionários em uma força-tarefa, com várias frentes de trabalho. Ele explica que também estão sendo

recuperadas as 12 nascentes e as quatro trilhas já existentes. O gerente tem como meta incluir uma trilha de aventura para abrir aos finais de semana.

O viveiro também abate toda a arborização da cidade (escolas, unidades básicas de saúde, parques, praças centrais e bairros) e faz doação de plantas para os municípios. A Secretaria de Meio Ambiente estará realizando um inventário de todas as mudas do local, e em breve retomará a produção de mudas de árvores.

PREFEITO - A recuperação do viveiro atende a determinação do prefeito Izaías Santana (PSDB), que recentemente esteve no local. "Uma visita ao lugar mais bonito de Jacaré, que precisa ser resgatado e frequentado pela população", afirmou o prefeito.

O Viveiro Municipal fica na estrada Teófilo Teodoro Resende, 39, no Campo Grande, a cinco minutos do centro.

LUÍZ CEPINHO/PMJ



No momento, o viveiro está fechado para visitação, até o término dos trabalhos de limpeza, com a retirada de todo tipo de lixo

Izaias autoriza repasses de quase R\$ 4 milhões para a saúde de Jacareí

Dinheiro é parte dos quase R\$ 11 milhões que o Município recebeu do Santander, banco oficial dos servidores por mais 60 meses



O prefeito Izaias Santana na Câmara com vereadores, secretários e representantes de entidades

A Redação

O prefeito de Jacareí Izaias Santana (PSDB) anunciou na tarde de quinta-feira (23), na Câmara Municipal, a destinação dos recursos recebidos do Santander como banco oficial dos servidores municipais por mais 60 meses. O evento reuniu vereadores, secretários municipais e representantes de entidades.

Segundo Izaias, do total de quase R\$ 11 milhões, R\$ 3,8 milhões serão repassados para a Secretaria

Municipal de Saúde com o objetivo de reduzir a fila de exames e cirurgias na rede pública, incluindo R\$ 600 mil para o setor de oncologia do Hospital São Francisco de Assis, localizado no Parque Califórnia (região leste).

Outros R\$ 3 milhões serão investidos na licença prêmio dos servidores mu-

nicipais. “Nada mais justo que parte deste dinheiro, vindo das contas dos servidores, seja destinado para eles”, afirma o prefeito. Segundo Izaias, a intenção é zerar a demanda da licença prêmio até o final de 2020.

A área social do município receberá R\$ 3 milhões, sendo R\$ 1 milhão para entidades assisten-

ciais, R\$ 1 milhão para o Banco do Povo e R\$ 1 milhão para um programa de moradia para a população de baixa renda, por meio da Fundação Pró-lar.

As entidades contempladas serão definidas pelo Conselho de Assistência Social que deverá se reunir nos próximos dias. A forma de utilização do recurso

ficará à critério de cada uma delas. Para o Banco do Povo, o objetivo é fomentar a economia local e ajudar àqueles que estão fora do mercado de trabalho. Já o programa de moradia, que está sendo estruturado pela administração municipal, irá envolver construtoras, entidades e igrejas em uma ‘espécie’ de mutirão da solidariedade para a reforma de residências de famílias cadastradas na Secretaria de Assistência Social e Cidadania e assistidas pelas equipes do Programa Saúde da Família. A prioridade será dada aos idosos e viúvas.

Por fim, R\$ 1,7 milhões serão investidos na compra de câmeras de vídeo que farão o monitoramento de parte da cidade. No mês de abril, a Prefeitura de Jacareí irá assinar um convênio com o Estado para a implantação do ‘Detecta’

- um programa de monitoramento inteligente que auxiliará o município nas ações de segurança.

SANTANDER - A escolha do Santander como banco oficial dos servidores municipais de Jacareí por mais 60 meses foi definida em pregão realizado no dia 20 de janeiro e inclui as contas de servidores ativos e inativos de autarquias e fundações.

Na ocasião, segundo informou o secretário de Finanças da prefeitura, Cláudio Tosetto, os bancos Bradesco e Itaú retiraram o edital do pregão, mas o Santander foi o único participante. O lance oferecido pelo Santander foi de R\$ 10.742.858,10, dinheiro que entrará nos cofres do município e ajudará no pagamento das contas públicas em geral.

Por manutenção, Prefeitura suspende atividades nas piscinas de EducaMais

A Prefeitura de Jacareí, através da Secretaria Municipal de Educação, suspendeu as atividades nas piscinas dos EducaMais Centro e São João (região oeste). A medida foi anunciada na quinta-feira (23), durante ‘visita técnica’ organizada pela direção da Secretaria de Educação e que contou com a presença de jornalistas e de vereadores e assessores de Jacareí.

As duas piscinas do EducaMais Centro, utilizadas pela comunidade para aulas de natação e hidroginástica apresentam problemas nos ralos que não

estão em conformidade com as normas de segurança. Em uma das piscinas, inclusive, há uma bola de basquete utilizada para

CRISTINA REIS / PMJ



A secretária municipal de Educação, Maria Thereza Ferreira Cyrino (à esquerda) com vereadores e jornalistas

‘proteção’ do ralo. A presença de pombos no entorno das piscinas tam-

bém oferece risco à saúde dos usuários.

Outros problemas estruturais também foram identificados, como infiltração e deterioração da parte elétrica e na casa de máquina das piscinas que são aquecidas. “Fizemos um grande levantamento da estrutura do prédio para saber se existia condição de receber a população com segurança. Diante do resultado, que apontou problemas graves, decidimos com o prefeito e a equipe da Secretaria pela suspensão das atividades”, justifica Maria Thereza

Ferreira Cyrino, secretária municipal de Educação.

SÃO JOÃO - No EducaMais São João o maior problema está em uma das piscinas que apresenta um

vazamento de 32 mil litros de água por dia, desde o mês de março do ano passado.

O processo de licitação para a contratação da empresa que fará os reparos

já teve início e o valor estimado das obras é de R\$ 600 mil. A previsão de retomada das atividades nas piscinas das duas unidades é para o início do segundo semestre de 2017.

Os bons tempos estão de volta!
Carnaval 2017 do Trianon Clube

MATINÉS, dias 25, 26, 27 e 28 de fevereiro, das 15h às 19h
Sócios não pagam; não sócio, de 06 a 12 anos, paga R\$ 15,00
Não sócio, acima de 12 anos, R\$ 20,00

Bailes, dias 25 e 28 de fevereiro, das 23h às 04 da manhã
Sócios não pagam; não sócio, acima de 18 anos, R\$ 30,00

PARTICIPE DESSA FOLIA!
Adquira já o seu ingresso nas bilheterias do clube ou peça mais informações:
(12) 3953-2133

14-12-34
TRIANON CLUBE

Super Fim de Semana
Sexta 24/02
Sábado 25/02
Domingo 26/02

SHIBATA supermercados
DE FAMÍLIA PARA FAMÍLIA!

Contra Filé Bovino Porcionado Friboi - kg (Exceto Reserva e Matsutata) **17,90**

Batata McCain Tradicional - 2kg **11,90**

Lingüça Toscana NaBrasa Perdigão - kg **8,99**

Leite Condensado Itala Leite Estabilizado TP - 395g **2,79**

Batata Levede - kg **0,99**

Fralda Descartável Pampers Confort Sec Mega P50 / M44 / 6.38 / X6.34 **29,90**

Rua Dr. Pompílio Mercadante, 196 - Centro - Jacareí - Tel.: (12) 3954-2500
Rua Santa Helena, 177 - São João - Jacareí - Tel.: (12) 3953-5881
Av. Getúlio Vargas, 1430 - Jardim Primavera - Jacareí - Tel.: (12) 3954-0000
Rua Barão de Jacareí, 584 - Centro - Tel.: (12) 3952-6254

Carnaval de Jacaré traz matinês e encontro de escolas de samba

ILUSTRAÇÃO



Na segunda-feira de Carnaval (27), das 19h às 22h, no Parque da Cidade, tem encontro das escolas de samba

A programação gratuita da Fundação Cultural inclui ainda exposição 'Carnaval Nota 10', que pode ser vista até 5 de março

Matinês nos bairros e encontro de escolas de samba são opções para curtir os quatro dias de Carnaval em Jacaré. A programação gratuita da Fundação Cultural inclui ainda exposição 'Carnaval Nota 10', que pode ser vista até 5 de março, Especial de Machinhas para o público da melhor idade e ações educativas no trânsito.

As matinês serão realizadas dias 25, 26 e 28 nos bairros Jardim das Indústrias, Jardim São José, Jardim Esperança, Jardim Emília, Vila Branca, São João, Pri-

meiro de Maio e Cidade Salvador e no distrito Parque Meia-Lua. Além das matinês, na segunda-feira de Carnaval (27), das 19h às 22h, a Fundação Cultural promove uma grande folia no Parque da Cidade, com o encontro das escolas de samba, que este ano não farão desfiles nas ruas.

A EXPOSIÇÃO - Organizada pela Associação Jacareense do Samba, a exposição 'Carnaval Nota 10' é uma homenagem aos 100 anos de samba, completados no último mês de dezembro e reúne o acervo de fantasias e adereços de escolas de samba de Jacaré. A exposição pode ser vista no Pátio dos Trilhos, até o dia 5 de março.

Confira a programação completa e mais informações no site da Prefeitura de Jacaré: www.jacarei.sp.gov.br.

O abre e fecha no Carnaval em Jacaré

As repartições públicas municipais de Jacaré estarão fechadas durante o Carnaval e a Quarta-feira de Cinzas. O expediente retorna na quinta-feira (2), às 8h. Os serviços emergenciais como Pronto Socorro da Santa Casa, UPA (Unidade de Pronto Atendimento Infantil), UPA do Parque Meia-Lua e Ambulatório do SIM (Sistema Integrado de Medicina) funcionarão normalmente.

OUTROS SERVIÇOS

O Mercado Municipal estará fechado somente na terça-feira de Carnaval (28). Já os LEVs (Locais de Entrega Voluntária), feiras livres e a coleta de lixo funcionarão normalmente durante o feriado. O SAAE (Serviço Autônomo de Água e Esgoto) atende no 0800-725-0330 e a Defesa Civil no telefone 199.

JTU JACARÉ TRANSPORTE URBANO

Implantou e utiliza um sistema de Garantia de Qualidade, para o transporte coletivo urbano de passageiros e transporte escolar rural.

CERTIFICADO ISO 9001

Avenida Getúlio Vargas, 3450-tel. (0xx12) 3955-4744
fax 3958-1523 - Cx. Postal: 279 - CEP: 12.305-903 - Jacaré - SP
e-mail: jtu@jtu.com.br ou acesse www.jtu.com.br

OPINIAO
INFORMAÇÃO
VERSATILIDADE
CREDIBILIDADE
INTERATIVIDADE

diário de Jacaré

ANUNCIE: (12) 3953-2966

www.diariodejacarei.com.br

Flávia Pinheiro do Prado Rossi
OAB/SP 303.341

(12) 3307-4244 | (12) 99702-0289
flavia@spinosaeandrade.adv.br

SPINOSA ANDRADE
ADVOCADOS
OAB/SP 13.811

Av. Cassiano Ricardo, 319
8º andar, Sala 803, Jardim Aquarius
São José dos Campos, CEP: 12.246-870

Classificados

IMÓVEIS

ANUNCIE AGORA! 3953-2966

VENDO APARTAMENTO JARDIM CALIFORNIA

São três dormitórios com uma suíte, armários planejados em todos os cômodos, ar condicionado na sala e box blindex nos banheiros. Condomínio com total infraestrutura de lazer e segurança. Excelente localização, próximo ao supermercado Shibata e saída para a Dutra. Com 97m² e 2 vagas de garagem cobertas.

Valor: R\$ 280 mil / Contato: (12) 98118-3211

OPORTUNIDADE

Locação de sobrado no bairro Jardim América, com três dormitórios, duas vagas de garagem. Valor R\$ 1.100,00/mês. Tratar com corretor Milton. CRECI. 126625. Tel.: (12) 98211-3573 (WhatsApp)

OPORTUNIDADE

Casa no Avareí, com quatro dormitórios, terreno com 513m². Valor R\$ 330 mil. Tratar com corretor Milton. CRECI. 126625. Tel.: (12) 98211-3573 (WhatsApp)

VENDO CASA NO CENTRO

Ótima localização, próxima à Igreja da Imaculada Conceição. Oportunidade para moradia ou comercial. R\$ 200 mil. Aceito negociação. Tratar com Maria ou Sueli. Tels.: (12) 98102-4566 ou 3951-1675

TERRENO COND. FECHADO PRONTO PARA CONSTRUIR

Vendo no Bella Vittá, em frente ao SESI, em Jacaré. Lugar alto, com uma vista maravilhosa. Metragem maior que o padrão (307m²). Negócio de oportunidade! Tel.: (12) 98158-5201

VENDE-SE SOBRADO

Condomínio Bosque das Figueiras, com três dormitórios (planejados), lavabo, sala de jantar, cozinha americana (planejada), área de serviço, garagem coberta para dois autos, quintal. Valor R\$ 480 mil (aceito financiamento). Tel.: (12) 99791-1163

OPORTUNIDADE

Casa no bairro Cidade Jardim, com três dormitórios e uma edícula. Valor R\$ 250 mil. Tratar com corretor Milton. CRECI. 126625. Tel.: (12) 98211-3573 (WhatsApp)

CDHU CAMPO GRANDE

Vendo bom apartamento, bom bloco, com garagem, bom preço, R\$ 26 mil + saldo devedor de R\$ 13 mil (aceito proposta). Tel.: (12) 99761-3445

APTO - LOCAÇÃO

Apartamento em Jacaré, no Condomínio Jardim Liberdade, na Av. Santos Dumont, centro. Localizado no 5º andar, com três dormitórios (uma suíte). Aluguel com condomínio R\$ 1.350,00/mês. Tratar pelo telefone (12) 3952-2156 ou (12) 3951-8684

Classificados

Quer vender, trocar ou alugar?

10 Anúncio publicado **3x seguidas** com foto

Anuncie Agora! 3953-2966

VENDO TERRENO

Terreno com 125m². Lote 26, Quadra E, na Rua Amâncio Dias, bairro Vila Nova Aliança, região central. Tratar com Lúcio. Tel.: (12) 99218-4510

Classificados

Quer vender, trocar ou alugar?

5 Imóveis
Diversos
Veículos
Empregos

Anúncio publicado 3x seguidas sem foto

Anuncie Agora! 3953-2966

DETETIVE PEREIRA

Investigações em geral. Tels.: (12) 98284-4430 ou 98896-4025. E-mail: Wdetetive.pereira@yahoo.com.br

FERRAMENTAL COMPLETO

Vendo ferramentas para oficina mecânica, elétrica, funilaria e pintura, e peças. Aceito carro como parte de pagamento. Tels.: (12) 98812-0268 ou 99749-6280

CONFIANÇA É TUDO.
www.pantherseguranca.com.br

PROTEGIDO ELETRONICAMENTE

PANTHER

(12) 3951-8505
Monitorado 24h

Segurança bancária 24h ao alcance de sua família, vigilância certificada pela Polícia Federal, sistema de redundância Via Rádio, Panther Plus, Manutenção especializada.

CONFIANÇA e CREDIBILIDADE desde 1995 em Jacaré.

Jacaré - São José dos Campos **3951-8505**

EDITAL

Edital de Citação - prazo de 20 dias. Processo nº 1008971-66.2014.8.26.0292 O(A) MM. Juiz(a) de Direito da 1ª Vara Cível, do Foro de Jacaré, Estado de São Paulo, Dr(a). Fernanda Ambroggi, na forma da Lei, etc. FAZ SABER a(o) Julio Carlos Cunha Marques, Rua Simon Bolivar, 127, Vila Zeze - CEP 12310-670, Jacaré-SP, CPF 183.909.738-80, RG 9547468, nascido em 05/04/1957, Brasileiro, natural de São Paulo-SP, pai ANTONIO MARQUES, mãe HORTENCIA CUNHA MARQUES, que lhe foi proposta uma ação de Procedimento Comum por parte de Porto Seguro Companhia de Seguros Gerais, alegando em síntese: objetiva a cobrança do réu no valor de R\$ 16.770,56 (12/2014), relativo aos danos causados em automóvel segurado da autora, conforme descrito na inicial. Encontrando-se o réu em lugar incerto e não sabido, foi determinada a sua CITAÇÃO, por EDITAL, por os atos e termos da ação proposta e para que, no prazo de quinze dias, que fluir após o decurso do prazo do presente edital, apresente resposta. Não sendo contestada a ação, o réu será considerado revel, caso em que será nomeado curador especial. Será o presente edital, por extrato, afixado e publicado na forma da lei. NADA MAIS. Dado e passado nesta cidade de Jacaré, aos 02 de fevereiro de 2017.

Jornalista expõe telas em vernissage de Jacareí

Victor Copola expôs algumas telas de seu acervo pessoal, recebendo diversas críticas positivas do trabalho

No último dia 17 (sexta-feira) aconteceu na Galeria de Arte Casarío a primeira vernissage do ano, em Jacareí. Com exposições de pinturas, fotografias, esculturas e diversas outras manifestações artísticas. O evento reuniu mais de 150 pessoas, entre elas o prefeito de Jacareí, Izaias Santana (PSDB).

Surpresa no evento, o jornalista Victor Copola expôs algumas telas de seu acervo pessoal, recebendo diversas críticas positivas do trabalho.

“A recepção do público foi extremamente calorosa. É muito interessante ver como telas, que há tanto tempo



MATIAS MENDES FOTOGRAFIA

O jornalista Victor Copola com algumas telas de seu acervo pessoal

compõe a decoração da minha casa, criaram nova vida quando vistas por outras pessoas. O frescor do inédito com certeza me deixou extremamente emocionado”, explica o jornalista, de 24 anos.

Victor ainda conta que pretende, em breve, criar algumas telas para uma campanha beneficente. “Já falei com o responsável pela galeria e criaremos telas que, caso sejam vendidas, terão toda sua renda para uma

instituição de caridade que ainda não escolhemos”, explica.

SOBRE O JORNALISTA - Victor Copola,

24 anos, é jornalista e sócio proprietário na agência Três Marketing. Em 2015 lançou o e-book ‘Instagram - será que estou fazendo isso certo?’, conquistando um número expressivo de vendas e atraindo diversas empresas do país interessadas em consultoria sobre marketing digital.

SERVIÇO - A Galeria de Arte Casarío fica na Avenida Siqueira Campos, 217, região central de Jacareí. A exposição ficará até o dia 30 de março, de segunda a sexta, das 9h às 18h e aos sábados das 9h às 12h.

REGISTRANDO...

ARQUIVO PESSOAL



DOUTORA
Devidamente aprovada no exame da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB), a doutora Maria Alice de Almeida Assad Gomes ‘arranca suspiros’ dos pais Agnaldo e Ana Paula

Loisas de cinema
por Rodrigo Romero
www.recantodasletras.com.br/autores/rodrigoromero

A ‘mão’ do diretor

Katherine Johnson (Taraji P. Henson) sabe solucionar qualquer equação matemática. Desde criança. O talento a levou ao topo, mas obscurecido. Estamos nos anos 1960, auge da discriminação racial nos EUA. Na Nasa, além de Katherine, ‘Estrelas Além do Tempo’, ainda em cartaz em São José dos Campos, apresenta Dorothy (Octavia Spencer) e Mary Jackson (Janelle Monáe). Elas igualmente feras nos cálculos.

Mas no governo dos EUA, as três só têm lugar num canto do escritório. São chamadas de computadores, e as alas são separadas. Há os banheiros dos brancos e os dos negros, o bule de café dos brancos e o dos negros, e assim por diante. Um dia, Katherine é convocada a ajudar na corrida espacial.

Cai direto no departamento liderado por Al Harrison (Kevin Costner –eu ainda me pergunto como este bom ator se prestou a fazer ‘O Guarda-Costas’, 1990), que tem como auxiliar Paul (Jim Parsons, o Sheldon da série ‘Big Bang: A Teoria’). E as hostilidades seguem. Dorothy e Mary também sentem na pele tal ignomínia.

A primeira quer, mas não consegue, se tornar supervisora de seu setor, por conta do preconceito. A segunda precisa ir aos tribunais a estudar na universidade exclusiva de brancos. Tudo isso foram fatos reais. Sob a direção de Theodore Melfi, ‘Estrelas Além do Tempo’ não é cansativo. O elenco é coeso, sabe bater bola para as interpretações e jogam limpo.

Octavia, indicada ao Oscar de coadjuvante, é bastante competente. Todavia, não seria exagero apontar tanto Taraji como Janelle ao prêmio também. Salta à vista que as atrizes tiveram prazer em trabalhar no projeto. Passam à telona seus carismas específicos. Theodore tem mão firme e segura a trama, baseada em livro de Margot Lee Shetterly. E como se percebe a tal ‘mão’ do diretor? Simples: os gestos do cast, os olhares, as pausas corretas, as tomadas das câmeras etc.

É difícil achar erro na fita. A direção de arte é incrível e o figurino de época, idem. Sem spoilers, o instante de maior emoção é o desfecho. As três fotos das mulheres reais, que inspiraram o filme. Aos 98 anos, Katherine segue firme. Mary morreu em 2005, aos 84, e Dorothy se foi em 2008, aos 98! O título nacional, vejam vocês, é melhor do que o original (Figuras Escondidas). Faz jus ao trio de ferro.

*Rodrigo Romero é jornalista e escreve para este jornal semanalmente

CINEMARK
É MAIS QUE CINEMA. É CINEMARK.

Jacarei Shopping - Rua Barão de Jacareí, 364 - cinemark.com.br - (12) 3951.0435

Programação de 25/02/2017 a 01/03/2017
Sujeita a alteração sem aviso prévio.
Estreias de filmes ou conteúdos alternativos podem ter preços diferenciados. Consultar os valores em nossos cinemas.

A Grande Muralha 3D (Dub. 12 anos)	12h00 - 14h25 - 17h00 - 19h25 - 21h50
Bugiganga no Espaço (Nac. - Livre)	13h45 - 16h00 - 18h15
Cinquenta Tons Mais Escuros (Dub. 16 anos)	12h30 - 15h15 - 18h00 - 20h45
Internet - O Filme (Nac. 14 anos)	12h15 - 15h00 - 17h20 - 19h45 - 22h05
La La Land - Cantando Estações (Leg. livre)	20h30 - 21h30
Lego Batman - O Filme (Dub. livre)	11h30 - 14h00 - 16h30 - 19h00
Logan (Dub. 16 anos)	21h00
Logan (Leg. 16 anos)	20h00

ATENÇÃO: Informações sobre dias, horários e faixa etária dos filmes, acesse o site: www.cinemark.com.br ou ligue para o Cinemark Jacareí (12) 3951-0435.

CINEPRIME Leg: Legendado Dub: Dublado
Nac: Nacional

Horóscopo
INSTITUTO OMAR CARDOSO
VISITE: WWW.OMARCARDOSO.COM.BR

ÁRIES 21/03 a 20/04
Muito cuidado com escândalos, perda de reputação e tudo aquilo que possa prejudicá-lo de alguma forma. Haja com bastante meticulosidade que tudo tenderá a ir cada vez melhor. Cuide da saúde e dê mais atenção ao lar.

LIBRA 23/09 a 22/10
Indícios favoráveis nos seus assuntos pessoais e profissionais. Obtenção de segredos importantes. Continue tendo confiança em si mesmo. A partir de hoje você estará se encaminhando para um período excelente.

TOURO 21/04 a 20/05
Você deverá evitar precipitações ao realizar negócios e também no trabalho. Tome cuidado com acidentes e com sua saúde. Cuidado com a paixão. Por outro lado, a sua alma pede também um descanso para meditação. Evolução de mente e do espírito está previsto para você nos próximos dias.

ESCORPIÃO 23/10 a 21/11
Este é um dia realmente importante para você. Vai progredir no campo profissional e financeiro. O amor também está em excelente aspecto astral. Toda e qualquer chance de melhorar em sua carreira, seja pública, administrativa, cultural ou técnica deverá ser aproveitada.

GÊMEOS 21/05 a 20/06
Se você realizou um negócio ousado nos últimos dias, terá possibilidades de ouvir elogios e conquistar amigos influentes. Cuidado com a paixão. Por outro lado, a sua alma pede também um descanso para meditação. Evolução de mente e do espírito está previsto para você nos próximos dias.

SAGITÁRIO 22/11 a 21/12
Conte consigo mesmo em todas as empresas, por mais árduas que possam parecer. Os outros irão notar sua tenacidade e persistência podendo lhe tributar o dobro de crédito. No amor, aja com sinceridade. Você está querendo viver a vida de um modo muito movimentado e diferente.

CÂNCER 21/06 a 21/07
Bom dia para tratar com militares, políticos e pessoas ligadas a igreja. Muito bom, também, para abrir uma caderneta de poupança ou para solicitar empréstimo de dinheiro. Êxito profissional.

CAPRICÓRNO 22/12 a 21/01
O dia é indicador de êxito em questão financeira e em tudo que está relacionado com o seu progresso de modo geral. Pode solicitar a colaboração alheia, que será prontamente atendida. Êxito amoroso e boa saúde. Controle a sua ansiedade.

LEÃO 22/07 a 22/08
Dia indicado para desenvolver-se social, profissional e mentalmente. Contudo, deverá tomar muito cuidado com sua saúde, evitando principalmente, sobrecarregar o seu sistema nervoso. Evite fazer negócios impensados, cujos resultados nem sempre são compensadores.

AQUÁRIO 21/01 a 19/02
Período em que haverá disputas, dificuldades, que só serão abatidas com muito otimismo e força de vontade. Evite os perigos de acidentes de trânsito, a precipitação nos negócios e discussões, no campo profissional.

VIRGEM 23/08 a 22/09
Bom dia para tratar de assuntos financeiros e questões relacionadas com a justiça. Todavia, seja cortês e procure medir bem as palavras, ao tratar com desconhecidos.

PEIXES 20/02 a 20/03
Muito bom fluxo astral as transações relacionadas com terras, propriedades, mudanças e a compra e venda de metais, joias e pedras preciosas. Contudo não descuide de seus familiares e seja mais arrojado.

Onde... Guia comercial

Recomendamos...

Peppa Pig chega ao Teatro Colinas em São José neste final de semana

A Peppa Pig e sua família chegam ao Teatro Colinas para alegrar o feriado das crianças. O desenho fenômeno da televisão traz no enredo da peça a importância do diálogo, da participação e da valorização da família. ‘A família Peppa Pig no Mundo Real’ será apresentado ao vivo neste sábado (25) e domingo (26), às 16h.

Os ingressos podem ser adquiridos na bilheteria do Teatro, ou pelo site www.bilheteriadigital.com. Mais informações: (12) 3204-5236.

SERVIÇO

Apixonados pelo sucesso
CNA
Inglês Definitivo

CNA Jacareí
Rua Rui Barbosa, 565
Tel.: 3023-8189

SAÚDE

O plano de saúde para todos os seus planos de vida.

São Francisco
VIDA
o seu plano de saúde

vendas
(12) 3955-9590

Linkworking EMPREGOS

MAIS DE 5.000 VAGAS DE EMPREGO 100% GRÁTIS

WWW.LINKWORKING.COM.BR/VAGAS

Sem ressaca: como aproveitar a folia e não prejudicar a saúde

Para evitar problemas, são necessários alguns cuidados, especialmente no consumo de álcool

No Carnaval, uma das festas mais esperadas pelos brasileiros, a alegria e descontração podem transformar-se em momentos de desconforto e tristeza. Para evitar problemas, são necessários alguns cuidados,

especialmente no tocante ao consumo de álcool.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o consumo de álcool no Brasil é superior à média mundial. De acordo com a nutricionista e diretora científica do Departamento de Nutrição da Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo (SOCEP), Regina Helena Marques Pereira, os efeitos da ingestão exagerada de álcool podem assumir várias formas, incluindo rubor facial, náuseas, taquicardia, palpi-

tações, consciência confusa e vômitos. Ela alerta que “altas doses podem provocar arritmias importantes, como a fibrilação atrial”.

Para evitar doenças e a famosa ressaca, é importante que o folião tome alguns cuidados com a saúde. Segundo Márcia Gowdak, nutricionista e também diretora científica do Departamento de Nutrição da Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo (SOCEP), é necessário hidratar-se bem quando a ideia é acompanhar os blo-



Alternar o consumo de bebidas alcoólicas com água também é eficaz para a prevenção da desidratação e embriaguez

cos e os desfiles das escolas de samba e/ou sambar por longas horas.

“A bebida mais indicada é a água, mas podemos consumir água de coco, isotônicos e sucos naturais, caso haja muita perda de suor e elevado gasto energético”. A especialista salienta que alternar o consumo de bebidas alcoólicas com água também é eficaz para a prevenção da desidratação e embriaguez. O ideal é tomar no mínimo um copo de água para cada

copo de bebida alcoólica.

Como o Carnaval ocorre em um período que habitualmente registra altas temperaturas climáticas, a perda de água pelo suor pode ser tão significativa que pode acarretar deficiência de alguns sais minerais presentes na transpiração, explica Márcia. Ela salienta que a reposição desses sais minerais pode ser compensada com o consumo de isotônicos, que têm uma proporção ideal desses nutrientes.

A especialista salienta que os sucos e bebidas não devem substituir as refeições, principalmente se os líquidos forem ingeridos em uma alimentação pré-folia, quando o gasto de energia intenso ainda está por vir. “Nessa situação, o ideal é consumir alimentos cuja liberação de energia seja mais lenta, isto é, que contenham carboidratos de liberação energética mais lenta e contínua”, afirma.

Conforme relata, a falta de cuidados com a hidratação do corpo pode provocar problemas sérios ao coração. “A desidratação pode sobrecarregar o sistema cardiovascular que começa a sofrer com o aumento do número de batimentos cardíacos e, conseqüentemente, eleva a pressão arterial”, destaca Márcia.

De acordo com as especialistas, para desfrutar a festa sem colocar a saúde em risco, é fundamental prestar atenção na hidratação corporal, consumir alimentos saudáveis e não abusar das bebidas alcoólicas.

o plano de saúde sob medida para o seu negócio.

o são francisco tem!

HOSPITAIS, CLÍNICAS E LABORATÓRIOS CREDENCIADOS COM COMPLETA INFRAESTRUTURA À SUA DISPOSIÇÃO.

Mais de **500** profissionais da área da saúde à sua disposição.

São Francisco VIDA
o seu plano de saúde

REPRESENTANTE EXCLUSIVO
PROSPECT SEGUROS

Central de vendas: (12) 3955-0100

Rua General Carneiro, 471 - Centro - Jacaré - www.saofranciscovida.com.br

ANS nº 41914-1

FAÇA PARTE DO EXÉRCITO CONTRA O MOSQUITO

Ajude a combater a dengue, zika e a chikungunya. Elimine os possíveis criadouros do mosquito, dentro de casa ou no quintal, e convoque os vizinhos para fazerem o mesmo. E, se suspeitar da presença de criadouros em outros locais, ligue 0800 16 30 10 e denuncie.

Prefeitura de **JACARÉ**

DO DIRETOR DE "A ERA DO GELO"

MONSTER TRUCKS

23 DE FEVEREIRO NOS CINEMAS EM 3D E TAMBÉM EM 2D

SHOW VIP DE MONSTER TRUCKS NOS EUA

Concurso Cultural Viagem Monstruosa

Concorra a uma viagem incrível para você e mais 3 acompanhantes para os EUA, com ingressos VIPS, para a primeira fileira de um show de Monster Trucks cheio de ação e adrenalina. Depois de curtir as cenas perigosas, vocês ainda podem conhecer os destemidos pilotos e dar uma volta nos seus enormes Monster Trucks.

Exclusivo na Cinemark.

Saiba como concorrer em: www.cinemark.com.br



Promoção válida de 9 de fevereiro a 2 de março de 2017.