



TN POP

Em futuro apocalíptico e violento Karl Urban é “Dredd”, em releitura do fraco “O Juiz”

Cidade é destaque no Prêmio Brasil Sorridente

PÁGINA 5



TRIBUNA DO NORTE



Fundado em 11 de junho de 1882

Fundação Dr. João Romeiro - Criada em 6 de maio de 1980

Pindamonhangaba, sexta-feira, 21 de setembro de 2012

Ano 131 - Nº 8158 - R\$ 1,00

Escola municipal fica entre as 10 melhores do Estado de São Paulo



Celso Correa/Agoravale

Mais uma vez a Prefeitura de Pindamonhangaba, tem o trabalho realizado pela Secretaria de Educação e Cultura reconhecido em âmbito estadual.

A escola municipal Joaquim Pereira da Silva, do bairro Mantiqueira, foi classificada entre as 10 melhores escolas do Estado de São Paulo. O feito ocorreu em concurso estadual, realizado

em Jacarei, na quinta-feira (13), quando a escola apresentou o projeto “Revivendo Memórias do Meu Bairro – Homenagem ao Patrono da Escola”. O evento contou com relatores do Instituto Paulo Freire e da Undime - União Nacional de Dirigentes Municipais de Educação analisando os trabalhos.

PÁGINA 8

Prefeitura já recapeou mais de 134 mil m² de ruas e avenidas

SEGUNDO CADERNO

Vôlei Funvic/MidiaFone convoca torcedores para jogo contra Atibaia

ESPORTES 17

Pinda tem mais de mil pacientes cadastrados no Programa de Diabetes

PÁGINA 15



A torcida, que tem lotado o “Juca Moreira” pode ser o diferencial para a vitória

Confira os trabalhos da Câmara Municipal no Informativo Legislativo

PÁGINAS 6 E 7

Equipes de Moreira César fazem, pela primeira vez, a final do “Amador”

ESPORTES 18

PREVISÃO DO TEMPO

Sexta-feira - 21/9



Nublado e pancadas de chuva

TEMP. MÍNIMA 17°C
TEMP. MÁXIMA 24°C

Sábado - 22/9



Variação de nebulosidade

TEMP. MÍNIMA 16°C
TEMP. MÁXIMA 23°C

Domingo - 23/9



Variação de nebulosidade

TEMP. MÍNIMA 15°C
TEMP. MÁXIMA 23°C

Segunda-feira - 24/9



Pancadas de chuva

TEMP. MÍNIMA 14°C
TEMP. MÁXIMA 25°C

Terça-feira - 25/9



Chuva

TEMP. MÍNIMA 17°C
TEMP. MÁXIMA 25°C

Editorial

As árvores

Talvez você já tenha visto alguém dizer que gosta de abraçar árvores.

Coisa de gente "zen", espiritualizada ou até de "bicho grilo", velha essa gíria hein!

Mas o fato é que uma grande e velha árvore tem sempre a imponência de um nobre, um olhar superior. Não no mal sentido, mas no sentido de quem olha com sabedoria, conhecimento, vivência. Isso é, se você puder conceber que árvores têm olhar.

O fato é que, diante de uma criatura que tem mais de 500 anos, e que óbvio, estava aqui bem antes de todas as gerações que podem ser chamadas de brasileiras, qualquer um com um pouco de sensibilidade fica no mínimo surpreendido. Os que têm um pouco mais de sensibilidade chegam a se emocionar, e aqueles, com a sensibilidade a flor da pele correm o risco de abraçarem a poderosa árvore e serem chamados de "bicho grilo".

Infelizmente as imagens de gente cortando árvores gigantescas são mais abundantes na televisão e na internet, do que as imagens delas reinando impávidas em meio às florestas, cada vez mais raras, assim como as árvores de mais de 500 anos.

As árvores são companheiras caladas, que emprestam sua sombra, seus galhos para se recostar ou até amarrar um balanço. Tornam o ar melhor para respirar e apesar de imóveis, quando sacudidas pelo vento também emitem suas canções. E veja, até seus galhos secos servem para fazer uma bela fogueira.

É preciso ensinar as crianças sobre a importância das árvores, não é o caso de transformá-las nos abraçadores de árvores de amanhã, mas defensores do verde, da natureza.

Em Pindamonhangaba a Prefeitura já plantou, desde 2005, 250 mil árvores. Elas estão nas beiras dos cursos d'água, recompondo as matas ciliares, tão importantes para a proteção das águas e da fauna, estão nas áreas verdes da cidade, nas praças e também nas calçadas, representadas por espécies especiais para esse tipo de plantio, evitando danos em calçadas e muros.

O Dia da Árvore será comemorado esse ano no Bosque da Princesa, e mais uma vez, o foco são as crianças, que se ensinadas agora, farão um futuro mais verde quando estiverem no comando do mundo.

Geografando

Criação: Professor Souza Leite
Nova apresentação: Professor Leonardo Martuscelli

Equinócio

No sábado (22), iniciará a primavera. Esse dia é marcado por um fenômeno denominado equinócio, cuja palavra é originária do latim, aequus (igual) e nox (noite), e significa "noites iguais", ocasiões em que o dia e a noite têm o mesmo tempo de duração. Ao medir a duração do dia, considera-se que o nascer do Sol é o instante em que metade do círculo solar está acima do horizonte e o pôr do Sol o instante em que o círculo solar encontra-se metade abaixo do horizonte. Com esta definição, o dia e a

noite durante os equinócios têm igualmente 12 horas de duração. Os equinócios marcam as mudanças de estação, portanto como no hemisfério sul está chegando à primavera, no hemisfério norte inicia-se o outono. Por fim, em razão da órbita da Terra, as datas em que ocorrem os equinócios não dividem o ano em um número igual de dias. Isto ocorre porque quando a Terra está mais próxima do Sol ela viaja mais rápido do que quando está mais longe.

Prefeitura de Pinda entrega mais casas provisórias

Mais duas casas provisórias foram entregues no bairro do Feital, neste mês.

Essas casas são compostas de um quarto, sala, cozinha, banheiro e uma área de serviço externa.

O objetivo desta construção é atender provisoriamente famílias carentes, que estejam inscritas no programa habitacional do município.

Segundo o diretor de Habitação, eng. José Antonio Rodrigues, com essas já somam 29 casas provisórias construídas neste bairro.

A Secretária de Habitação da Prefeitura de Pindamonhangaba já entregou 1.454 moradias desde 2005, e continua trabalhando para que mais pessoas possam realizar o sonho da casa própria



Projeto Parceiros do Amanhã será homenageado na capital

O Projeto Parceiros do Amanhã, de Pindamonhangaba, será homenageado pelo comando geral da Polícia Militar na capital paulista, durante o 15º aniversário da Comissão Estadual de Polícia Comunitária, no sábado (22).

A medalha de mérito comunitário será outorgada às personalidades civis e militares, policiais militares e entidades públicas ou particulares que se destacaram nos serviços prestados e desenvolvidos

junto à comunidade na qualidade de vida; bem como através de atividades sociais, objetivando a melhoria de vida, bem como destemor no cumprimento do dever comunitário. A filosofia da instituição é a premissa de que tanto a polícia, quanto a comunidade, devem trabalhar juntas para identificar, priorizar e resolver problemas, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida da comunidade.

"O Projeto Parceiros do Amanhã de Pinda é um movimento voluntário, de complemento educacional; e tem como prioridade proporcionar a essas crianças atividades teóricas e práticas, contribuindo para uma melhor qualidade de vida; oferecendo oportunidades para o desenvolvimento do caráter e apresentando à comunidade o homem e a mulher do amanhã", comenta o comandante da 2ª Cia da Polícia Militar de Pindamonhangaba e coordenador do projeto, capitão

PM Paulo Henrique Cavalheiro. "Isto é a oportunidade de apresentarmos mais uma vez à comunidade os resultados e o reconhecimento de um trabalho sério e de competência. Parabéns aos policiais, voluntários e parceiros", comentou o gestor do projeto, cabo PM Eduardo de Carvalho. A sede do Projeto Parceiros do Amanhã fica na base comunitária de segurança de Moreira César, no Vale das Acácias.

Grupo Terapia e Lazer oferece curso de artesanato



O Grupo Terapia e Lazer, voltado aos hipertensos e diabéticos da Melhor Idade, do Distrito de Moreira César, está com inscrições abertas para o curso de artesanato, que começa nesta sexta-feira (21), às 8 horas, no Recinto São Vito. As

vagas são para todas as idades e o interessado precisa comparecer ao local com cópia do RG, CPF e comprovante de residência. Serão dois meses de duração com enfoque em trabalhos com madeira. A presidente do Grupo Terapia

e Lazer, Ana Maria de Carvalho, ressaltou que o artesanato pode ser uma fonte de renda familiar. "É um trabalho que, bem feito, gera renda para qualquer artesão. O curso vai ensinar, por exemplo, como fazer caixinhas de madeira para bijuterias, e isso vende bastante. Mas lá será ensinadas outras coisas também, então o aluno vai poder aprender muito", explicou a presidente. Os interessados que quiserem obter mais informações podem ligar no telefone (12) 9147-4672 e falar com Ana Maria.

Workshop "Eu conto, tu contas, ele conta" acontece domingo no Bosque


Pindamonhangaba recebe, no domingo (23), workshop voltado para narração de histórias "Eu conto, tu contas, ele conta" – com As Meninas do Conto. O evento acontece das 14 às 18 horas. O pré-requisito para participar é já contar histórias e ter no mínimo 16 anos. O

objetivo é explorar os recursos internos e externos para o narrador, através de algumas vivências práticas e narração de histórias. As atividades serão no centro comunitário José Antonio de Oliveira – José Michelin – Bosque. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone 3642-1080.

Pinda realiza pesagem do Programa Bolsa Família

A Prefeitura de Pindamonhangaba está realizando a pesagem para o "Bolsa Família". Quem participa do programa precisa passar pelo procedimento. A pesagem acontecerá até o dia 23 de outubro, nos diversos bairros da cidade.

Quem tem o benefício e ainda não fez a pesagem é necessário fazer até essa data, na unidade de saúde de mais próxima de sua residência. Todas as unidades de saúde de Pindamonhangaba estão aptas a fazerem os procedimentos.



Tira-Dúvidas Eleições 2012 ?

O que acontece se eu perder os comprovantes de votação e Justificativa Eleitoral?

Você pode solicitar, pela internet (www.tre-sp.jus.br), em seu cartório eleitoral, a Certidão de Quitação Eleitoral. Ela será emitida na hora, graças ao acesso direto ao Cadastro Geral de Eleitores.

Se não possuir comprovante de votação nem a justificativa eleitoral, compareça ao seu Cartório Eleitoral. Lá será feita uma pesquisa no Cadastro da Justiça Eleitoral para verificar sua situação atual. Se você estiver em débito com a Justiça Eleitoral, ou seja, não votou e não justificou, será cobrada uma multa, imposta pelo Juiz Eleitoral, que terá por base de cálculo o valor de 33,02 UFIRs, arbitrada entre o mínimo de 3% e o máximo de 10% desse valor por turno, girando a quantia em torno de R\$3,50.

O comprovante de votação é um documento que serve para "mostrar" que o eleitor votou confirmando sua regularidade perante ao Tribunal Superior Eleitoral, e é exigido em várias situações, como em faculdades, para retirada de identidade e passaporte, ou para trabalhar em empresas e órgãos públicos, etc.



Divulgação

No destaque, reunião que tratou da vinda do Hipermercado Extra para Pindamonhangaba. Loja deve oferecer 300 vagas diretas de emprego, e funcionará na avenida Nossa Senhora do Bom Sucesso, com inauguração prevista para maio do próximo ano

Arquivo TN



Pindamonhangaba vai gerar mais 600 empregos com 'Extra' e 'Spani'

A cidade de Pindamonhangaba, que se destaca na geração de empregos de acordo com o Caged - Cadastro Geral de Empregados e Desempregados - deve impulsionar ainda mais a criação de postos de trabalho nos próximos meses. Isto porque duas grandes redes de comércio estão chegando à cidade. O Atacadista Spani ficará na avenida Nossa Senhora do Bom Sucesso, próximo ao Distrito Empresarial Dutra, e vai gerar 300 vagas diretas de empregos e investir R\$ 28 milhões na cidade. Sua inauguração está prevista para novembro deste ano. Atualmente, a rede já iniciou os trabalhos de adaptação e construção de uma nova loja em uma área adquirida pela empresa.

Outra grande rede que está chegando a Pindamonhangaba é o Hipermercado Extra, do Grupo Pão de Açúcar. Este será inaugurado em maio de 2013 e também vai gerar 300 empregos diretos. A megaloja ficará na avenida Nossa Senhora do Bom Sucesso, nas proximidades da rotatória do João do Pulo.

O prefeito João Ribeiro valorizou a vinda das redes para a cidade. "Isso vai aumentar nossa oferta de empregos e renda para a população, além de estimular outras empresas e ajudar no desenvolvimento do comércio na cidade".

O prefeito lembrou que o "Extra" e "Spani" vieram para Pindamonhangaba devido a uma política séria de atração de investimentos da Prefeitura. "Apresentamos um excelente quadro para novas empresas, temos leis de incentivo, economia forte e mão de obra qualificada".

O cadastro para contratação das pessoas deve ser feito no PAT - Posto de Apoio ao Trabalhador.



Divulgação

"Spani" tem inauguração prevista para novembro desse ano, com um investimento de R\$ 28 milhões e geração de 300 empregos

Arquivo TN



Prefeito João Ribeiro, assessores e representantes do Atacadista Spani em reunião na sede da Prefeitura de Pindamonhangaba

Dia da Árvore será comemorado no Bosque da Princesa



Exposição de trabalhos, educação ambiental, plantio de árvores nativas e frutíferas farão parte das festividades do Dia da Árvore

Maria Fernanda Munhoz

A Prefeitura de Pindamonhangaba comemora o Dia da Árvore nesta sexta-feira (21), com um evento no Bosque da Princesa. A organização é da Secretaria de Governo, por meio dos departamentos de Meio Ambiente e de Licenciamento Ambiental.

O evento será realizado no período da manhã, das 8 às 12 horas, com exposição dos trabalhos realizados pela Secretaria de Governo, via departamentos de Meio Ambiente e de Licenciamento Ambiental e Parque Trabi-ju; pela Secretaria de Educação, por meio da Casa Verde e Brinquedoteca; Secretaria

de Esportes, Viveiro Atlântica, Sabesp e Gerdau, que, inclusive, está cedendo quatro ônibus para levar até o Bosque os alunos das escolas municipais do Pasin, do Crispim, da Boa Vista e do Lessa.

Além da exposição, haverá educação ambiental. Às 10 horas, será realizado um cerimonial e o plantio de árvores nativas e frutíferas nativas, com a participação das crianças, para recomposição da mata ciliar do rio Paraíba.

“A Prefeitura aproveita as datas temáticas para realizar um trabalho de conscientização com a população. Com o Dia da Árvore não pode-

ria ser diferente, por isso, estamos realizando um evento voltado principalmente para as crianças, levantando questões importantes como o plantio de árvores, a preservação das águas e dos rios, para reforçar, mais uma vez, a mensagem de consciência ambiental nas pessoas e nas próximas gerações, que cuidarão de nosso planeta no futuro”, explicou o secretário de Governo da Prefeitura, eng. Arthur Ferreira dos Santos.

O prefeito João Ribeiro vê o trabalho de conscientização ambiental como um dos principais pilares da administração municipal. “Nossa cida-

de ultrapassou o número de 220 mil árvores plantadas ao longo dos anos, tanto na recuperação de matas ciliares quanto na arborização urbana. Porém, mais importante que plantar é cuidar para que a muda cresça saudável, e para isso precisamos da colaboração de todos. O Dia da Árvore é uma data em que devemos refletir sobre o nosso papel como colaboradores, com ações de defesa do meio ambiente, visando um planeta melhor para nossos filhos e netos”, concluiu.

O evento no Bosque da Princesa é aberto a toda a população, com entrada gratuita.

Prefeitura recupera mata ciliar do córrego Água Preta

Maria Fernanda Munhoz

A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Governo/Departamento de Licenciamento Ambiental, está realizando diversas ações de plantio de árvores, para recuperação da mata ciliar dos córregos urbanos.

Nesta semana, o plantio foi realizado no primeiro trecho da mata ciliar do córrego Água Preta, localizado nos bairros Triângulo e Vitória Park. Foram plantadas 1.800 mudas de árvores nativas e nativas frutíferas, como nêspera, araçá, pitanga, goiaba, pau-formiga, flamboiant, ipê, entre outras espécies.

O próximo local a receber o plantio será o trecho do “Maricá” até o loteamento São Paulo. Mas, antes, de acordo com a diretora de Licenciamento Ambiental, Maria Nazaré Magno dos Santos, será preciso esperar iniciar o período de chuvas. “Estamos há mais de 60 dias sem chuvas, por isso a terra está muito seca e o solo está duro, dificultando até mesmo a perfuração e inviabilizando o uso do gel, que era o recurso utilizado até o último



Foram plantadas 1.800 mudas no trecho 1 do córrego da Água Preta

plantio”, explicou. “Outro problema que enfrentamos nesta época são as queimadas, que infelizmente ainda ocorrem e que podem danificar e inviabilizar as mudas que plantamos, perdendo todo o trabalho realizado”, alerta a diretora.

A intenção da Prefeitura, por meio da Secretaria de Governo/Departamento de Licenciamento Ambiental, é realizar a recuperação das matas ciliares de todos os córregos urbanos, além da limpeza e desassoreamento, que são realizados periodicamente.

Além de embelezar a cidade, preservar os rios e córregos, esses cinturões verdes criados com o plantio de mata ciliar auxiliam no conforto ambiental da cidade, regulando a temperatura ambiente e promovendo, também, o retorno dos pássaros.

Corrida ecológica celebra a Semana da Árvore

Comemorando a Semana da Árvore, no domingo (23), acontece o 7º Desafio Ecológico, uma corrida temática que promove a saúde e a qualidade de vida para a população de Pindamonhangaba. O evento será dividido em cinco categorias, de acordo com idade e sexo. A largada será na EE João Pedro Cardoso, no Campo Alegre, às 8 horas. As inscrições serão feitas no dia da prova mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível (exceto sal e açúcar).

O percurso do 7º Desafio Ecológico será de 31 km, com o trajeto percorrendo vários bairros de Pindamonhangaba, incluindo a estrada do Borba. Apenas os corredores acima de 20 anos poderão fa-

zer a etapa completa. Crianças de até 14 anos correrão somente 1 km; os adolescentes de 15 a 19 anos irão fazer a rota de 5 km; e a categoria feminina acima de 20 anos poderá fazer a prova dos 15,5 km.

O evento é idealizado por Maurício Cortez, que começou com o projeto há sete anos. “Foram cinco anos fazendo o Desafio Ecológico na rua de casa, a gente fechava a rua e a largada era lá. Com a parceria da Prefeitura, por meio da Secretaria de Esportes, agora temos apoio para fazer algo maior”, contou Cortez.

A organização do evento informa ainda que no fim da prova haverá uma caminhada ecológica de 2,5 km, aberta para toda a população.



As inscrições serão feitas no dia da prova mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível (exceto sal e açúcar).

“CEO” de Pinda realiza mais de 20 mil procedimentos ao ano

O CEO - Centro de Especialidades Odontológicas, da Prefeitura de Pindamonhangaba, foi um dos pioneiros na região sendo referência no Vale do Paraíba. O centro oferece tratamento especializado em odontologia, e disponibiliza tratamento nas especialidades de cirurgia Oral Menor, Diagnóstico Bucal, Periodontia, Odontopediatria, Pacientes Especiais, Endodontia e Prótese.

Os dados de agosto de 2011 a agosto de 2012, mostram que o Centro de Especialidades Odontológicas de Pinda atendeu, no período, 8.475 pessoas e foram feitos mais de 20.296 procedimentos. Também foram entregues 427 próteses dentárias aos munícipes.

Pacientes faltosos atrapalham atendimento

Para o bom atendimento e funcionamento do centro é necessário que a população colabore. O número de faltas tem sido excessivo, o que acaba prejudicando o



O “CEO” realiza as seguintes especialidades: cirurgia Oral Menor, Diagnóstico Bucal, Periodontia, Odontopediatria, Pacientes Especiais, Endodontia e Prótese.

andamento do serviço. “Devido aos pacientes que deixam de comparecer no dia marcado, o bom andamento do CEO acaba sendo prejudicado, e o que é pior, dificulta o cumprimento de metas, pois a produção mensal é acompanhada pelo Ministério da Saúde e o município pode ser penalizado quando a produção é insuficiente”, explica o coordenador de Saúde Bucal, dr. Oswaldo Nakamiti.

O paciente que precisar de procedimentos especializados de saúde bucal tem que procurar a unidade de saúde mais próxima da sua residência, que tenha atendimento bucal, e a partir da avaliação, se for necessário o tratamento, o paciente é encaminhado para o CEO.

A Prefeitura de Pindamonhangaba tem 33 unidades de saúde e, dentre elas, 24 unidades possuem atendimentos à saúde bucal. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone 3644-5988.

Veja, na tabela, as unidades que possuem atendimento de saúde bucal:

Cidade é destaque no Prêmio Brasil Sorridente

Pindamonhangaba recebeu mais uma premiação na área da saúde bucal, o “Brasil Sorridente”. O projeto de Pinda ficou classificado em segundo lugar, dentre os vários municípios que participaram.

O “Brasil Sorridente” é uma iniciativa do Conselho Federal de Odontologia e dos conselhos regionais, em parceria com o Ministério da Saúde e a empresa de equipamentos odontológicos Dabi Atlante, e

é concedido anualmente aos municípios que mais se destacaram no investimento público em saúde bucal, como aconteceu com a Prefeitura de Pindamonhangaba.

“Este prêmio é concedido através de uma análise de vários questionamentos e comprovações com documentos, o que está sendo proposto, investido e colocado na rede de saúde bucal”, explica o coordenador de Saúde Bucal,

Oswaldo Nakamiti.

O coordenador ressalta ainda que o prêmio demonstra a eficiência do município. “Se analisarmos, esse prêmio mostra que Pinda está no direcionamento correto voltado para a saúde bucal. Nós trabalhamos para oferecer o melhor para o munícipe”, conclui ele.

A premiação do Brasil Sorridente será feita em outubro.

UNIDADES DE SAÚDE COM ATENDIMENTO EM SAÚDE BUCAL

CEO (Centro de Especialidades Odontológicas) – 3645-5510/3645-8514/3648-8627
Av. João José de Azevedo, 554 – Crispim – CEP 12402-010

Cisas – Moreira César (3 equipes PSF) – 3637-5408/3637-5386 (fax)/3637-5423/3637-5418
Rua Maria Luiza M. Salgado S/N – Moreira César – CEP 12440-015

Pronto Atendimento de Moreira César – 3637-5797/3637-6006
Av. Senador Teotônio Vilela, S/N – Moreira César – CEP 12440-260

PSF Araretama I – 3648-1343/3648-0223 (orelhão) -
Av. Benedito Pires César, 545 – Araretama – CEP 12426-010

PSF Araretama II – (2 equipes PSF) - 3642-2088
Rua João do Amaral, S/N (antiga r. 29) – Araretama – CEP 12423-580

PSF B. Campinas – 3648-0516 (orelhão) / 3645-7725
Estrada Municipal do Goiabal, S/N – Campinas – CEP 12415-200

PSF Bom Sucesso – 3648-1916
Rodovia Caio Gomes Figueiredo, KM 12 – Bom Sucesso – CEP 12404-010

PSF Castolira – 3648-8000
Rua Regina Célia Pestana César, 218 – Castolira – CEP 12405-490

PSF Cidade Jardim – 3645-8384
Rua José Gomes Vieira, 21 – Cidade Jardim – 12424-310

PSF Cidade Nova – 3648-1158
Av. Princesa do Norte, S/N – Cidade Nova – CEP 12414-060

PSF Cruz Grande – 3648-1015
Rua Avelino Alvarenga Pereira, S/N – Cruz Grande

PSF Feital – 3637-4800
Av. João Francisco da Cruz, 71 – Feital – CEP 12441-240

PSF Goiabal – 3645-0476 (orelhão) / 3645-9262
Av. Jatai, 162 – Goiabal – CEP 12440-010

PSF Jardim Imperial – 3648-1219/3648-0498 (orelhão)
R. Elpídio Sales Duarte, S/N – Jd. Imperial – CEP 12412-370

PSF Jardim Regina – 3637-0220 (orelhão) / 3637-3646
R. Therezinha T. de Carvalho, 108 (Antiga rua 16) – Jd. Regina – CEP 12442-470

PSF Maricá – 3648-3040
R. Araçatuba, 98 – Maricá – CEP 12411-550

PSF Santa Cecília – 3645-2500
Praça João Antonio Romão, 400 – Santa Cecília – CEP 12411-270

PSF Triângulo – 3648-8935
R. Joaquim Mariano de Paula, 41 – Triângulo – CEP 12442-160

UBS Centro – idem CEM
R. Frederico Machado, 179 – Centro – CEP 12410-040

UBS Crispim – 3643-4429
Av. João José de Azevedo, 125 – Crispim – CEP 12402-010

UBS Vila São Benedito – 3637-1892/3637-0261 (orelhão)
R. Guilherme Nicoletti, S/N – Vl. S. Benedito – CEP 12445-120



PROVIDÊNCIAS

Ricardo Piorino questiona critérios adotados pela Administração

“Os BAIRROS DO GOIABAL, SHANGRI-LÁ, RESIDENCIAL DAS PALMEIRAS, BORBA E TRABIJU, AINDA NÃO FORAM ASFALTADOS”

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP



VEREADOR RICARDO PIORINO

Durante a última sessão de Câmara, o vereador Ricardo Piorino (PDT) encaminhou requerimento à Administração Municipal, solicitando informações acerca dos critérios adotados pela Prefeitura nas obras que estão sendo realizadas nos últimos dias, consistentes no asfaltamento de ruas e avenidas da cidade.

Segundo Piorino: “Há necessidade de recuperação das ruas que estão em péssimo estado, todavia, os bairros que ainda não possuem o asfalto têm prioridade no assunto”. “Desto forma, gostaria que o Sr. Prefeito explicasse quais são os critérios que levaram a Administração a tomar tal atitude, tendo em vista que todos os municípios pagam impostos sem distinção”, pontuou o vereador.

Cruz Pequena

Inconformado com a situação dos moradores da Travessa “Maria Cardoso da Silva”, que ainda não possuem os postes de iluminação no local, o parlamentar cobrou, através de requerimento, providências imediatas à Empresa Bandeirantes Energia S/A e Prefeitura para solucionar o desconforto da comunidade.

Ação Social

Dona Geni apoia Semana da Mobilização Social pela Educação

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP



VEREADORA DONA GENI

A vereadora Geni Ramos – Dona Geni (PPS) apoia a Semana da Mobilização Social pela Educação em Pindamonhangaba promovida pelo Comitê de Mobilização do município que já está na sua terceira edição. A semana ocorrerá entre os dias 15 e 22 de setembro. Este período de comemorações, que coincide com o dia 19 de setembro em homenagem ao educador Paulo Freire, foi instituído pelo Projeto de Lei nº 61/2010, de autoria da vereadora Dona Geni.

A programação inicial da Semana de Mobilização Social pela Educação de Pindamonhangaba foi marcada por passeata em favor da Educação, realizada no sábado, dia 15. Nesta atividade estiveram presentes representantes de diversos setores da sociedade, como membros de igrejas evangélicas e de universidades, alunos, pais, amigos da escola e autoridades.

Na praça central da cidade foram distribuídas à população cartilhas sobre a vida escolar

dos filhos. Os participantes entoaram durante a marcha pelas ruas da cidade, o lema da Mobilização Social pela Educação.

O sucesso da Semana da Mobilização é resultado dos inúmeros apoios recebidos pelo Comitê de Mobilização de Pindamonhangaba para realizar o período de comemorações. A parceria demonstra que, quando a sociedade se une em torno de uma causa, coisas boas acontecem.

Outro marco da semana é a Sessão Solene realizada no dia 19 de setembro de 2012, na Câmara Municipal, que visa promover a abertura da Semana da Mobilização Social pela Educação, com o tema “Quando a Família se envolve o País se desenvolve”.

EDUCAÇÃO

Pedido do vereador Abdala para escola no Morumbi é atendido



DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP

VEREADOR ABDALA SALOMÃO

Atendendo reivindicações da comunidade do Jardim Morumbi, em setembro de 2009, o Vice-Presidente da Câmara de Pindamonhangaba, vereador Abdala Salomão (PSDB) solicitou estudos junto à Administração Pública para analisar a possibilidade de ser construída uma escola no bairro.

Em dezembro do mesmo ano, Abdala esteve reunido com a Secretária de Educação, Bárbara Zenita França Macedo e os líderes comunitários Miguel, Francisco, André e Corread e na oportunidade foram iniciadas as primeiras discussões sobre o projeto de instalação do prédio escolar. De 2009 até a presente data, vários contatos foram feitos. O

Poder Executivo desapropriou o terreno para a construção da escola e, dia 04 de agosto, foi publicado o Edital de Abertura de Concorrência Pública - CP 009/2012 - para contratação de empresa especializada com fornecimento de material e mão-de-obra para construção da REMEFI no bairro do Morumbi.

Abdala complementa que, “no momento, a documentação apresentada pelas empresas participantes da concorrência pública já está em fase de análise e julgamento e, em breve, poderá então ser iniciada a obra de construção da escola, que virá ao encontro das reivindicações de municípios daquela região”.

Acesse, acompanhe e conheça o trabalho do vereador Abdala.
www.facebook.com/vereadorabdala - www.twitter.com/abdalasalomao
vereadorabdala.blogspot.com - e-mail: abdala@camarapinda.sp.gov.br
Telefones: (12) 3644-2261 e 3644-2262

TRABALHO

Dr. Israel questiona cumprimento de lei em agências bancárias

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP



VEREADOR DR. ISRAEL EM PLENÁRIO

Durante a 31ª Sessão Ordinária, o vereador Dr. Israel (PV) encaminhou requerimento, aprovado em plenário, ao Executivo Municipal, solicitando, em caráter de urgência, o cumprimento da Lei nº 5226/11, regulamentada pelo Decreto 4.847/12, que trata da implantação de guarda-volumes em agências bancárias da cidade.

O parlamentar é autor do Projeto de Lei nº 72/2011, de junho de 2011, que dispõe sobre a implantação de guarda-volumes nas agências bancárias. “As reclamações dos municípios têm sido constantes, pois somente três agências bancárias da cidade possuem o guarda-volumes: Banco do Brasil, Caixa Econômica Federal e Santander. Os que não contam com o equipamento deve se adequar à lei e, para isso, é necessária fiscalização

do Poder Executivo. Por isso, oficiei requerimento à Prefeitura solicitando o cumprimento da medida”, ressaltou o vereador Dr. Israel, que afirmou ainda ser público e notório o constrangimento que a população em geral sofre quando tem que ingressar em alguns estabelecimentos bancários, que mantêm portas com detectores de metal. “Quando o cidadão ou cidadã tenta entrar na agência, portando qualquer objeto de metal, mesmo pequeno, como um simples chaveiro, por exemplo, são obrigados a esvaziarem os bolsos, num ato até vexatório, constrangendo muitas vezes, senhoras de idade. Por outro lado, é óbvio que o patrimônio, via de regra, deve sim ser protegido a todo custo, mas os bens materiais das pessoas também devem ser preservados”, concluiu.

Acompanhe os trabalhos do vereador Dr. Israel pelas redes sociais: www.facebook.com/IsraelDomingues. twitter.com/IsraelDomingues. vereadorisaeldomingues@gmail.com. **Fale também com o gabinete pelos telefones: (012) 3644-2253 ou 2254.**

OBRAS

Toninho da Farmácia aguarda construção do Centro de Controle de Zoonoses

O Vereador Toninho da Farmácia (PDT), solicitou através dos Requerimentos 449/2012 e 1053/2012, informações sobre o andamento do projeto de construção do Centro de Controle de Zoonoses (CCZ).

A Prefeitura Municipal enviou resposta aos requerimentos, através do Ofício nº 1318/2012, no qual informa que conforme relatado pela Secretaria de Relações Institucionais, no momento esta sendo procedida licitação, através da Carta Convite nº 002/2012, para a elaboração dos projetos elétricos e hidráulicos do CCZ. Tal providência atende a solicitação da Caixa Econômica Federal.

O referido Requerimento de Informações foi solicitado devido a demora na construção do CCZ e na necessidade em contar o mais rápido possível com um local adequado, mão de obra qualificada, local de abrigo, canil, gatil e baias

para equinos, além de desenvolver e executar programas no controle de zoonoses, doenças transmitidas por vetores e de agravos por animais peçonhentos.



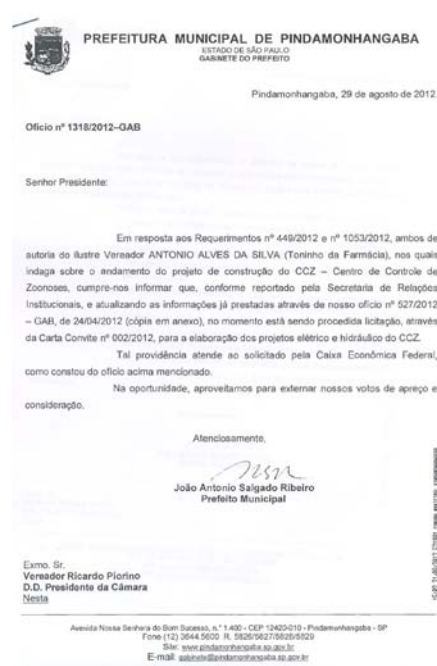
DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP

VEREADOR TONINHO DA FARMÁCIA

Outra função importantíssima do CCZ é na solução do problema do grande número de animais abandonados pela cidade, elaborando uma coordenação de campanha de castração gratuita dos animais nos bairros mais

populosos e identificação de locais com grande número de animais abandonados.

“Solicito à prefeitura que todas as exigências necessárias para o início das obras do CCZ sejam sanadas o mais rápido possível pois o grande número de animais abandonados pela cidade pedem que alguma providência seja tomada o quanto antes, providência essa que ficará a cargo do CCZ”, disse Toninho da Farmácia.



CÂMARA DE VEREADORES DE PINDAMONHANGABA

ORDEM DO DIA

32ª Sessão Ordinária do ano de 2012, a realizar-se no Palácio Legislativo “Dr. Geraldo José Rodrigues Alckmin”, no próximo dia 24 de setembro de 2012, segunda-feira, às 18h.

MATÉRIAS DE DISCUSSÃO E VOTAÇÃO

I. Projeto de Lei nº 117/2012, do Poder Executivo, que “Dispõe sobre a abertura de crédito adicional suplementar”.

II. Projeto de Lei nº 140/2012, do Vereador José Carlos Gomes – Cal, que “Denomina a Rua 01 do Loteamento Residencial Solo Rico de MARIA BENEDICTA”.

Pindamonhangaba, 19 de setembro de 2012.

Ricardo Piorino
Vereador Ricardo Piorino
Presidente

Pronunciamentos Pessoais: conforme inscrição dos Senhores Vereadores no livro próprio.

Palácio Legislativo Dr. Geraldo José Rodrigues Alckmin
Rua Alcides Ramos Nogueira, 860 - Loteamento Real Ville - Mombuca
CEP 12400-900 - Pindamonhangaba/SP - Telefone (12) 3644-2250
Acesse: www.camarapinda.sp.gov.br

Departamento de Comunicação
Diretora de Comunicação:
Natália Lugli Sper
Assistentes de Imprensa Parlamentar:
Luiz Carlos Pinto (MTB 32.783)
Robson Luis Monteiro (MTB 18.021)
Telefones: (12) 3644-2275, 3644-2279 e 3644-2281

Fale com a vereadora Dona Geni
Se você tem alguma sugestão ou quer fazer reivindicações entre em contato com a vereadora Dona Geni. O blog da vereadora pode ser acessado no endereço: www.vereadoradonageni.blogspot.com.
O e-mail é donageni@camara.pinda.sp.gov.br. Os telefones são (12) 3644-2255 e 3644-2256.

MOREIRA CÉSAR

Dr. Jair Roma pede retirada do limitador na Estrada do Atanásio



DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP

VEREADOR DR. JAIR ROMA

O vereador Dr. Jair Roma (PPS), na última sessão do dia 17, reiterou o requerimento nº 121/2009, para reforçar seu pedido quanto a retirada do limitador de largura de veículos, na Estrada do Atanásio, no Distrito de Moreira César. Com o pedágio existente no local, não há a necessidade do limitador, tendo em vista que os veículos de outras cidades pagam a devida tarifa como é feito na Rodovia SP-62, inibindo a fuga dos mesmos quanto aos pedágios da Rodovia Presidente Dutra. “Por ser a principal ligação direta entre o Distrito de Moreira César e toda a Região Leste do município, desde 2009 estamos pedindo a retirada do limitador, para que o local possa ser utilizado novamente

por transportes coletivos beneficiando os moradores da região, além de caminhões e carretas que poderão transportar suas cargas, com maior facilidade, às indústrias do Distrito de Moreira César e Feital”, ressalta o vereador.

UBS – Ipê II

Dr. Jair Roma agradece ao Executivo pelas obras de construção da Unidade Básica de Saúde (UBS) na Avenida Alameda das Grevilhas, na Terra dos Ipês II, no distrito de Moreira César.

Para o vereador, investir em Saúde Pública é fundamental, portanto através desta UBS será proporcionado um atendimento com mais conforto e comodidade aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) desta região.

Fale com o Dr. Jair Roma
Contato com o gabinete do vereador Dr. Jair Roma: telefones (12) 3644-2269 e 3644-2270; email: drjairroma@camarapinda.sp.gov.br.

AÇÃO SOCIAL

Alexandre Faria exige seriedade no atendimento médico

O vereador Alexandre Faria apresentou na última sessão ordinária da Câmara, realizada no dia 17 de setembro, requerimento solicitando maior atenção nas repartições das áreas da saúde do município. O objetivo é a melhoria do atendimento médico e redução do tempo de espera da população. O parlamentar aproveitou para solicitar à Secretaria de Saúde, um levantamento das faltas dos médicos plantonistas que atendem na Rede Pública de Moreira César, nos anos de 2010 e 2011.

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP



VEREADOR ALEXANDRE FÁRIA COM REPRESENTANTES DO MOTO CLUBE ESQUADRÃO DO VALE PRESENTES NA SEÇÃO DE CÂMARA

Prevenção de acidentes no trânsito

Também na última sessão do dia 17/09, foi aprovado o Projeto de Lei 124/2012, de autoria do vereador Alexandre Faria, que cria o “Dia Municipal do Motociclista”. O projeto permitirá a maior valorização do “Motociclista Cidadão” e as campanhas de direção defensiva e segurança no trânsito. “Agradeço aos Vereadores por aprovarem este Projeto de Lei, que ao meu ver, será um instrumento para educar e conscientizar os motociclistas que têm sido constantemente vítimas de acidentes em todo o país”, destacou o vereador.

O “Dia do Motociclista” será comemorado todo dia 27 de julho de cada ano, passando esta data a fazer parte do calendário oficial do município. O vereador Alexandre Faria ressaltou a importante presença de representantes do Moto Clube Esquadrão do Vale, na pessoa do seu presidente, sr. José Carlos Fonseca, que completa 16 anos de fundação”.

FUNCIONALISMO

Vereador Janio Lerario em defesa dos servidores municipais

Há algum tempo atrás, o vereador Janio Arditto Lerario (PSDB) foi procurado por servidores municipais, que lhe trouxeram uma informação, na qual eles queriam saber por que a administração municipal “não aceita” o atestado médico de “acompanhante”, quando se leva uma pessoa idosa ou uma criança de pouca idade ao médico.

O vereador Janio que sempre lutou em defesa do funcionalismo público, se preocupou com esse assunto e se interessou em procurar uma solução junto ao Executivo. Apresentou na Câmara o requerimento nº 944/2012 no qual questiona o Prefeito Municipal para informar as razões que levam a administração municipal a não

aceitar atestado médico de acompanhante.

Disse Janio: “se esse acompanhante é por exemplo, a mãe, que é servidora municipal, levando o filho pequeno ao médico; por que não se aceita o atestado da mesma no serviço”, indaga Lerario.

A Prefeitura Municipal respondeu ao vereador Janio que “o abono de faltas em virtude de atestado de acompanhante

médico, não existe menção na Legislação, tampouco manifestação quanto a obrigatoriedade em recepcioná-lo ou aceitá-lo”.

Continuando diz a Prefeitura: “informamos que o assunto em tela será objeto de estudo para possível criação de regulamentação municipal, considerando as situações ausentes na legislação federal”.

Sobre a resposta, o vere-



DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP

VEREADOR JANIO LERARIO

ador Janio comentou: “portanto, nós observamos que a Prefeitura estará estudando a possível criação de uma regulamentação municipal visando solucionar esse assunto. Vamos aguardar, pois, o primeiro passo em favor dos servidores já foi dado, que são os estudos necessários; aproveito para agradecer a boa vontade da Prefeitura, pois os servidores municipais merecem mais esse benefício”, finalizou Lerario.

SAÚDE

Dr. Marcos Aurélio pede contratação de mais psicólogos

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP



VEREADOR DR. MARCOS AURÉLIO

O vereador Dr. Marcos Aurélio Villardi (PR), em contínua luta para melhorar a saúde dos habitantes da cidade, apresentou na Sessão da Câmara de Vereadores realizada no dia 17 de setembro, a Indicação de nº 1042/2012, que pede ao Senhor Prefeito, na forma regimental, estudos e providências junto ao departamento competente para que seja feita a contratação de mais psicólogos para aumentar o número de sessões de terapia individual e grupal oferecidas aos munícipes.

Esta indicação foi feita para atender aos pedidos de cidadãos, que relataram ao vereador a dificuldade que enfrentam para conseguir atendimento psicológico. Muitos desses moradores apresentam

problemas como depressão, síndrome do pânico, transtorno obsessivo-compulsivo e outros que, mesmo com a ajuda de medicamentos, são melhor tratados com o acompanhamento de um profissional da área de saúde mental e de sessões de terapia. A depressão, por exemplo, tem sido uma das grandes causas de faltas e de afastamento do trabalho, o que reforça a ideia de que a saúde mental necessita de atenção.

“A saúde dos pindamonhangabenses sempre foi a minha prioridade. Fizemos este pedido pois, além do bem estar físico, é muito importante também, o bem estar psicológico dos nossos cidadãos”, enfatizou o Dr. Marcos Aurélio.

EDUCAÇÃO

Cal pede informações ao Governo Estadual sobre construção de escola no Cidade Jardim



DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP

VEREADOR CAL

O vereador José Carlos Gomes – Cal (PTB) está questionando o Governo do Estado e a FDE (Fundação para o Desenvolvimento da Educação) sobre o andamento da construção da nova unidade da E. E. Professora Alexandrina Gomes de Araújo Rodrigues em terreno já desapropriado pela Prefeitura. De acordo com o vereador, esse é um pedido dos moradores e, principalmente, dos alunos oficializado através de requerimento na última sessão. “A Prefeitura fez a doação de um terreno de aproximadamente sete mil metros quadrados para o Estado. Agora é preciso fazer o projeto para que a verba seja liberada e a construção da nova escola tenha início”, explica Cal.

O vereador ainda destaca que, apesar de estarmos em período de estiagem, quando chove, os alunos reclamam de

diversas goteiras nas salas de aula da atual unidade escolar. “Estamos solicitando que sejam tomadas providências antes que o período de chuvas tenha início”, reforça Cal.

Extensão da rede de Gás

Para oferecer melhores condições de trabalho e instalação para as fábricas do Distrito Industrial do Feital, o vereador Cal enviou requerimento

à Prefeitura solicitando que seja feita a extensão da rede de gás (Comgás) do local onde fica a sede da Novellis até onde estão instaladas as fábricas, na avenida Júlio de Paula Claro. “Sabemos que, ao menos, 4 fábricas já estão na expectativa da extensão desse recurso. Esse é um fator que vai valorizar o local e pode servir como mais um atrativo para novas indústrias se instalarem na cidade”, enfatiza Cal.

Quadra do bairro das Campinas

O vereador Cal está cobrando novamente sobre a previsão de início das obras de adequação da Quadra de Esportes do bairro das Campinas (assim como foi feito nas demais quadras do Cidade Nova e Alto do Tabau). Segundo Cal, o início da reforma estava previsto para o segundo semestre deste ano. Entretanto, já estamos em setembro e, até agora, nada foi feito.

TRÂNSITO

Martim Cesar solicita fiscalização rígida nos locais de estacionamento proibido

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO/CVP



VEREADOR MARTIM CESAR

O vereador Martim Cesar (DEM), apresentou a Indicação nº 846/2012, em que solicita que seja reforçada a fiscalização na rua Senador Dino Bueno, em área de estacionamento proibido (entre o Bar do Beto e o Restaurante Piracuama). “O local já possui sinalização indicativa de que é proibido estacionar”, afirma Martim, “mas os motoristas não respeitam referida sinalização e continuam a estacionar no local, causando transtornos no tráfego de veículos”, explica.

Também foi apresentada pelo vereador a Indicação nº 847/2012, por meio da qual ele pede sinalização horizontal (faixa amarela) na esquina da rua Antônio Rodrigues com a rua Gustavo de Godoy, indicando estacionamento proibido, “pois os carros têm estacionado em ambos os sentidos e na referida esquina, dificultando o tráfego local e colocando em risco os transeuntes que por ali se deslocam à pé”, afirma.

Jardim Mariana

O vereador também apresentou a Indicação nº975/2012, por meio da qual solicita providências no sentido de que seja realizado o devido reparo na rua Carlos de Castro, no Jardim Mariana, que apresenta buracos no final de sua extensão.

Pindamonhangaba, sexta-feira, 21 de setembro de 2012

Escola municipal fica entre as 10 melhores de São Paulo

Pindamonhangaba se configura entre as cidades que possuem as melhores escolas municipais do Estado de São Paulo. O feito foi conquistado pela escola municipal Joaquim Pereira da Silva, do bairro Mantiqueira, ao apresentar o projeto "Revivendo Memórias do Meu Bairro - Homenagem ao Patrono da Escola" em Jacareí, na última quinta-feira (13), com relatores do Instituto Paulo Freire e da Undime - União Nacional de Dirigentes Municipais de Educação - analisando os trabalhos.

Foram 141 escolas inscritas, e a escola do Mantiqueira foi condecorada como uma das 10 melhores escolas municipais do Estado de São Paulo. O projeto que premiou a escola foi sobre um resgate histórico do bairro, com enfoque no patrono da escola e uma pesquisa com os moradores para saber sobre a atual condição de vida no local. "Os alunos fizeram este trabalho com os professores e levamos as reivindicações dos moradores para o prefeito para mostrarmos que nosso trabalho tem um conceito social", explicou a gestora, Elisa Aparecida da Silva Constantino.



Representantes de Pinda recebem prêmio em Jacareí. Escola de Pinda concorreu com outras 141 escolas

Os relatores do prêmio deram as notas de acordo com o desenvolvimento do traba-

lho envolvendo a conectividade, intersetorialidade e a interdisciplinaridade. A

participação dos pais e dos professores ganhou respeito para o projeto sair do pa-

pel e garantir o prêmio para a escola. A secretária de Educação da Prefeitura de

Pindamonhangaba, Bárbara França Macedo, atribuiu a vitória à todos que buscam uma educação mais justa. "É uma valorização do trabalho dos professores que se empenham durante o ano todo. É a valorização dos alunos e também dos pais que participam ativamente dos projetos da escola. Quero parabenizar a unidade, pois é uma escola que tem muitos projetos bons", ressaltou a secretária.

A escola municipal Joaquim Pereira da Silva expõe seus projetos na internet, por meio do blog www.escolajoaquimpereira.blogspot.com. O portal online exibe fotos e histórias dos trabalhos feitos na escola.

O prefeito João Ribeiro parabeniza os gestores, professores e alunos pelo empenho e qualidade do trabalho apresentado. "Nossa cidade oferece um ensino de qualidade, que se reflete em premiações como essa e também como a superação da média nacional do Ideb. Temos gestores e professores comprometidos, infraestrutura nas unidades escolares, acompanhamento dos pais e, principalmente, interesse por parte dos alunos", concluiu.

Edutran está na Escola da Família aos domingos



A minicidade faz parte das ações do Edutran nas escolas

O Edutran - Projeto de Educação para o Trânsito da Prefeitura de Pindamonhangaba trabalha com crianças do Programa Escola da Família das escolas estaduais há dois anos. Os educadores do trânsito apresentam temáticas distintas para atrair a atenção das crianças e ensinar as leis de forma mais dinâmica. Nas escolas municipais de Pinda, o Edutran realizou ações em todas as unidades, desde 2005.

Durante uma tarde inteira, os professores Ênio Borges e Ana Paula desenvolvem trabalhos criativos para atrair os alunos. Antes de iniciar as brincadeiras temáticas, os

educadores fazem uma palestra sobre as leis de trânsito com enfoque nos ciclistas, pedestres e nas brincadeiras de rua. "Para descontrair, a gente faz um bingo educativo, com uma premiação fornecida pela própria escola. Ao invés de números, usamos palavras nesta brincadeira", conta resumidamente Ênio Borges. Algumas das frases usadas no bingo são: "pedestre, ande sempre pela calçada" e "ao desembarcar do ônibus, espere ele andar de novo para depois atravessar a rua".

Para encerrar as atividades, os responsáveis pelo Edutran montam uma mini-

cidade, onde os alunos passeiam sobre elas com bicicleta e capacete. "Há placas de sinalização e cones que são os obstáculos, alertando sobre os perigos no trânsito", explica Borges.

Os trabalhos de educação no trânsito também são feitos em escolas particulares. No Colégio Tableau, em Pindamonhangaba, na terça-feira (18), o Edutran fez os mesmos trabalhos com 50 alunos de dois a seis anos de idade.

No próximo fim de semana, ainda pelo Programa Escola da Família, é a vez da EE Profª Célia Keiko Ikeda, do Maricá, receber os trabalhos do projeto.

Crítica Literária

FELIPE BRANDÃO

Felipe Brandão é jornalista formado pela Universidade de Taubaté, blogueiro e leitor compulsivo.

Algumas semanas atrás falei sobre o livro *Brochuras*, lançado recentemente pela Editora Perse, que é a obra de estreia de Kleber Marcondes. Esta semana recebi a boa notícia de que o autor lançará no sábado (22), a partir das 17 horas, na estação Ardeuvalle Pinda, seu novo livro *Crônicas Subversivas*.

Seu novo livro é um misturado de crônicas (27 no total) e fala sobre a vida que vemos e ouvimos falar. É como se fosse um despertar, como se quisesse falar para alguém que nem tudo é como é, que as coisas são diferentes e que não há verdades absolutas. Claro, há os momentos de revolta, mas uma revolta motivada a superação. Ele deixa bem claro que é uma linha curva, mas que a partir do querer se transportar de si mesmo, a gente consegue mudar o nosso mundo em primeiro lugar.

Para ele, a crônica 'Das coisas que chamamos de vida' tem um gosto especial, pois escreveu num momento de desabafo. "E é sempre a que revisi-

to quando quero despertar em mim mesmo, a minha personalidade, meus objetivos...".

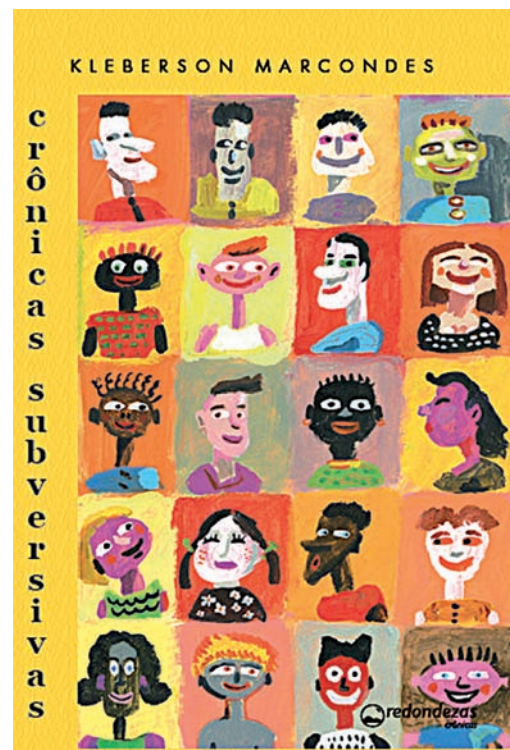
O livro conta com a apresentação do ator Marcos Bredda que definiu a obra como repleta de paixão, compaixão, perplexidade, revolta e, sobretudo, fascinação. "O autor protesta, questio-

dora e por vezes, emotiva. Começou escrever aos 15 anos, tem como inspiração importantes nomes da Literatura, como Mario Quintana, Nietzsche, Federico Garcia Lorca e outros nomes mais contemporâneos como Martha Medeiros e Clara Averbuck, por quem exibe uma grande admiração. "Clara surge em minha vida com sua obra literária [...] me moldando".

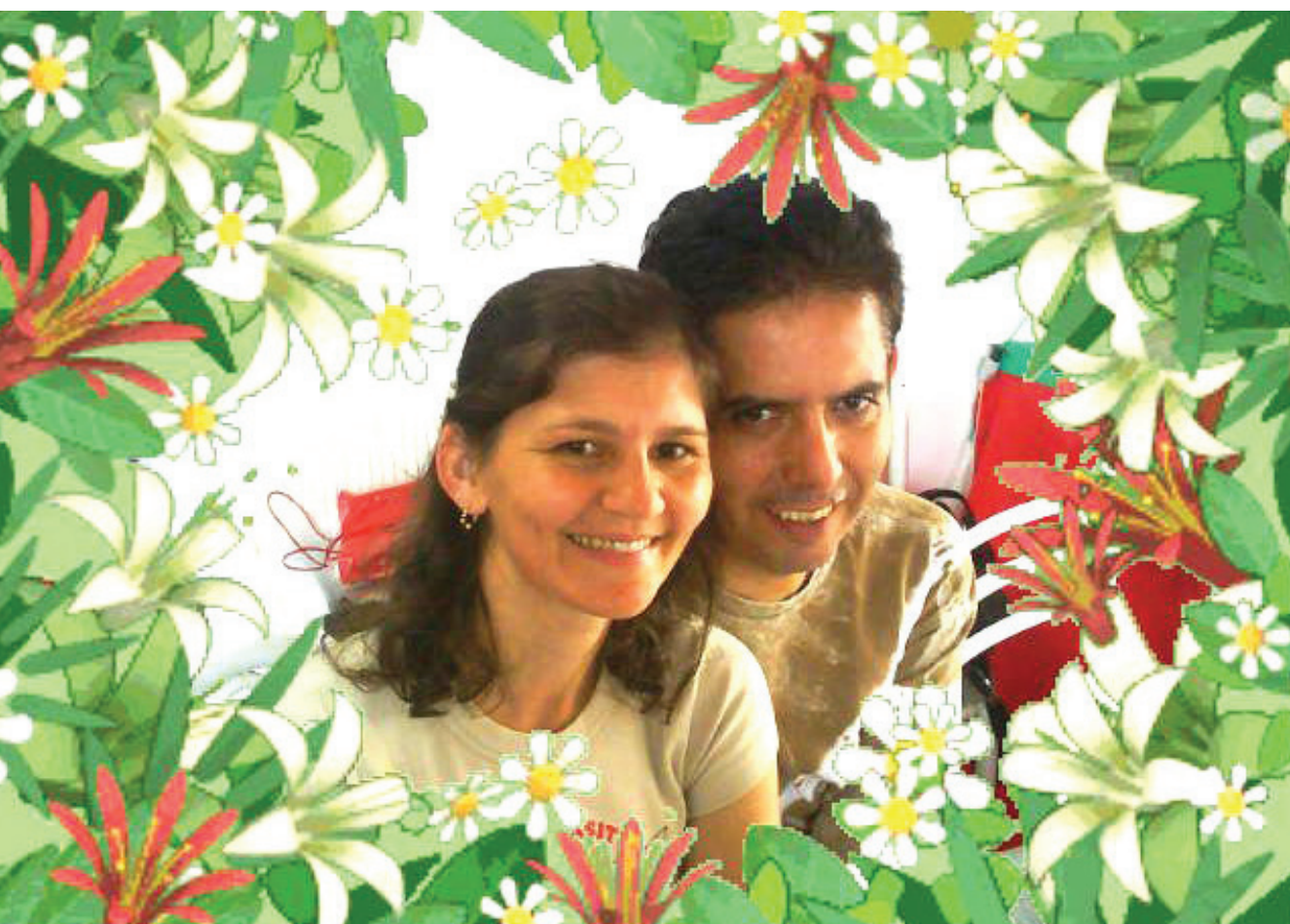
Para ele, escrever é algo fundamental na vida do homem, mas ser lido requer cautela. Por isso, toma o devido cuidado na forma em que emite os pensamentos, como usa as palavras e escreve. Mas assume que muitos dos seus textos são para que ele saia da comodidade. "Tomo cuidado na forma que vou emitir meus pensamentos, mas sem-

pre os torno em palavras, textos, a fim de dar uma sacudida e dar a volta por cima!".

O lançamento acontece no sábado (22), a partir das 17 horas na Estação Ardeuvalle Pinda, próximo aos pontos de ônibus do município!



Realce



Arquivo pessoal

Feliz aniversário

Parabéns para Leninha Salgado Oliveira, aniversariante do dia 25 de setembro. Ela recebe o abraço e o carinho de sua família e amigos. Tudo de bom!



Arquivo pessoal



Arquivo pessoal

Felicidade

Muita felicidade para o arquiteto Marcelo De Pike, que comemora aniversário no dia 21 de setembro, recebendo o carinho da esposa Gabi e do filho Willian. Seus familiares e amigos lhe desejam tudo de ótimo!

Primeiro ano

Feliz aniversário para a garotinha Isabela Silva Furtado, filha de César (Portal AgoraVale) e da Larissa, que assoprou velinhas no dia 19 de setembro. Larissa recebeu abraços e beijos dos pais e do irmão Kadu. Parabéns.

Umz Aninho

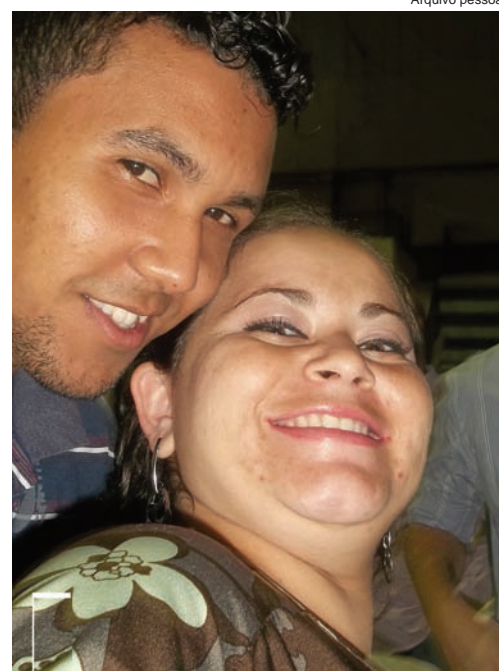
Parabéns para o gatinho Tarcísio Neto, que comemorou seu 1º aniversário no dia 19 de setembro. Ele recebeu os parabéns dos pais Tarcísio Júnior e Verônica, dos familiares e amiguinhos.



Arquivo pessoal

Parabéns

Toda a felicidade do mundo para a aniversariante do dia 21 de setembro, Ana Paula Simões Garcia Munhoz. Ela recebe o carinho do marido Guinho, do filho Hugo, da enteada Thayla e sua mãe Abigail. Demais familiares e amigos lhe desejam tudo de bom!



Arquivo pessoal

Tudo de bom

Felicidade para Patricia Kelly, aniversariante do dia 18 de setembro. Ela recebe os parabéns dos familiares, em especial do marido (com ela na foto) e de seu pai, Vicente Corrêa, da Fiscalização da Prefeitura.



Arquivo pessoal

Muita felicidade

Tudo de ótimo para Larissa Ramos, que completou 17 anos no dia 19 de setembro. Recebe o abraço carinhoso dos pais Andréia e Cleber Ramos e da irmã Lívia Ramos. Sua família e amigos lhe desejam toda a felicidade do mundo.

Agradecimento

Sônia Terezinha de Oliveira, esposa de Joel Batista de Oliveira, falecido em novembro de 2009, e família, agradecem a todos os envolvidos na realização da Corrida Pedestre Joel Batista de Oliveira, que aconteceu dentro das festividades da Festa de São Vicente de Paulo, no Distrito de Moreira César.

Agradecimentos especiais:

- Cônego Geraldo Carlos da Silva por dar o nome "Joel Batista de Oliveira" a corrida pedestre da Festa de São Vicente de Paulo;
- Vereadores da Câmara Municipal por aprovarem o projeto de lei que denominou o circuito de rua "Joel Batista de Oliveira";
- Prefeito João Ribeiro por sancionar a lei;
- Funcionários da Secretaria de Esporte;
- Corredores que participaram do circuito;
- Atletas Ditão e Gésio Rosa pelo apoio;
- Grupo Terapia e Lazer, pela caminhada ecológica na pessoa da Ana e da professora Rita;
- Viva Pinda pelo oferecimento dos troféus com a foto do homenageado.



Divulgação

TN POP

Filme 'Dredd' explora violência em futuro apocalíptico

O futuro apocalíptico, tema frequente no cinema é retomado em Dredd, adaptação de um gibi britânico com uma pegada extremamente violenta.

Na sociedade futura que se esforça para sobreviver ao caos, uma corporação de policiais, chamados de juizes, é responsável pela repressão e julgamento dos criminosos presos em flagrante. Se eles concordam em se entregar, podem pegar prisão perpétua; se reagem, são executados no ato. Vestidos com couraças blindadas, capacetes e empunhando pesado armamento, esses anjos exterminadores são temidos tanto pelos criminosos como pelos cidadãos comuns, que se esforçam para não ficar no caminho quando o clima esquenta.

Dredd (Karl Urban) é uma mistura de Dirty Harry com Robocop. Só que seus métodos pouco convencionais para enfrentar a bandidagem



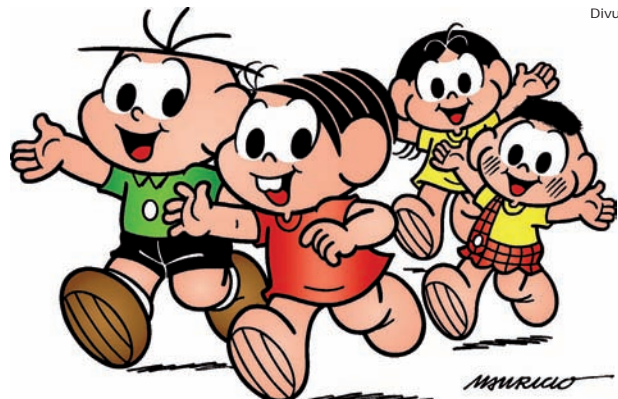
são todos aprovados por seus superiores. Respeitado pela cúpula do Departamento de Justiça, Dredd recebe a incumbência de avaliar uma policial novata, Anderson (Olivia Thirlby), cuja principal arma é seu poder mental. Ela é capaz de entrar na mente de uma pessoa ao tocar sua pele, desvendando seu passado e desejos imediatos.

Os acontecimentos seguintes desencadeiam uma série de ações cuja violência explícita e em 3D pode afetar estômagos mais sensíveis.

Dredd 3D chega aos cinemas nesta sexta-feira (21), no Brasil e Estados Unidos com a promessa de ser a adaptação definitiva das revistas em quadrinhos da 2.000 AD (que publica histórias desde meados dos anos 70). É bom lembrar que a primeira adaptação das histórias do juiz Dredd, foi uma versão tosca de 1.995 estrelada por Sylvester Stallone chamada "O Juiz" aqui no Brasil.

Quadrinhos

Turma da Mônica ganha dois personagens soropositivos



Divulgação

A Turma da Mônica ganhará dois personagens especiais. Saudáveis, Igor e Vitória levam uma vida normal, e são portadores do vírus HIV.

A publicação pretende abordar as formas de infecção da doença, o que é o vírus da Aids, como conviver com crianças soropositivas, e o impacto social causado pela patologia.

"Uma criança portadora do HIV/Aids, por exemplo, não tem culpa de ter contraído o vírus e é vista com receio pelos próprios coleguinhas e seus pais. Por essa razão,

precisamos já promover sua inclusão junto aos seus colegas na escola. Serão adultos melhores", afirma o cartunista Maurício de Sousa.

A tiragem inicial, de 30 mil cópias, será distribuída gratuitamente em brinquedotecas, nas pediatrias dos hospitais da rede Amil, postos de gasolina da rede Petrobras e em hospitais públicos da Secretaria da Saúde do Distrito Federal. Em 2013, a publicação deve ser lançada em São Paulo, Rio de Janeiro, Porto Alegre, Curitiba, Salvador e Recife.

Games

Novo modelo de PlayStation 3 será lançado em outubro

A Sony Brasil anunciou que o novo modelo do videogame PlayStation 3, anunciada pela empresa no Japão na quarta-feira (19), chegará ao país na primeira semana de outubro por R\$ 1,4 mil. Apenas a versão com disco rígido de 250 GB será comercializada no Brasil, de acordo com a companhia.

O console virá na cor preta, é 25% menor e 20% mais leve do que a versão "slim", vendida atualmente. Esta é a terceira versão do PS3, lançado originalmente em 2006. De acordo com a Sony, o novo modelo é 50% do pri-

meiro aparelho, chamado pelos gamers de "fat" ou tijolão.

A empresa não trará o console na versão de 500 GB de disco rígido e nem a de 12 GB, que será lançada apenas na Europa.

A Sony Brasil anunciou a redução do preço de alguns dos principais jogos de PlayStation 3 no país, que passam a custar R\$ 100. Entre eles estão "Uncharted 3: Drake's Deception", "Killzone 3", "Infamous 2" entre outros.

Os novos preços começam a valer nas lojas a partir da última semana de setembro.

Televisão

Reality 'The Voice Brasil' estreia no domingo

Carlinhos Brown, Cláudia Leitte, Daniel e Lulu Santos formam a banca de treinadores do The Voice Brasil, novo programa da rede Globo que estreia no domingo (23) à tarde. O apresentador Tiago Leifert conduzirá a atração.

O "The Voice" será dividido em três etapas: audições, batalhas e shows ao vivo. Na primeira fase, os concorrentes se apresentam individualmente, enquanto os técnicos ficam de costas, apenas ouvindo os testes. Se um deles gostar do que ouvir e quiser que aquela pessoa componha o seu time, ele aperta um botão, e sua cadeira gira para que



Divulgação

ele possa ver quem é o dono da voz escolhida. Serão formados quatro times com 12 participantes.

Em um segundo momento, com as equipes formadas começam as batalhas. Nelas, os competidores cantam em

duetos com integrantes do próprio time.

A terceira e última etapa são os shows ao vivo. É quando começa a participação do público. As melhores vozes disputarão as semifinais, quando cada técnico terá apenas dois cantores, que se apresentarão individualmente.

Na final, cada treinador terá apenas um competidor, e caberá ao público votar em quem será o campeão do The Voice Brasil. O vencedor ganha R\$ 500 mil e um álbum gravado pela Universal Music. O público poderá acompanhar a atração pelo site do programa.

Sucesso na Rede @

A Dança do Cavalo Sexy

Quem ainda não ouviu falar de "Gangnam style", já passou da hora de conhecer. O vídeo do sul-coreano Psy com a dança do cavalo sexy alcançou quase 200 milhões visualizações no YouTube em menos de dois meses. A música é a mais baixada da loja iTunes no Brasil e já chegou ao topo também no iTunes dos Estados Unidos. "Gangnam style" é uma gíria que se refere à vida de luxo e ostentação, especialmente no bairro de Gangnam, em Seul, capital da Coreia do Sul.

O vídeo pode ser visto no link <http://www.youtube.com/watch?v=9bZkp7q19f0>.



Divulgação

O que rola no cinema

Cinemark São José dos Campos

(7/9 a 13 /9)

Abraham Lincoln: Caçador de Vampiros
19 horas - 21h30

As Aventuras de Agamenon, o Repórter
12h10 - 14 horas - 16 horas

Dredd 3D - Dublado
17h30 - 19h50

Dredd 3D - Legendado
22h10

E a Vida Continua...
12h40 - 15 horas - 17h20 - 19h40 - 22 horas
Os Mercenários 2
17h50 - 20h10 - 22h30

ParaNorman 3D
12h20

Resident Evil 5: Retribuição 3D
14h30 - 16h50 - 19h20 - 21h50

Ted
13 horas - 15h40 - 18h10 - 20h40

Tinker Bell: O Segredo das Fadas
11h30 - 13h20 - 15h10 - 17h05

Totalmente Inocentes
13h10 - 15h20

Mais informações no site: <http://www.cinemark.com.br/programacao/sao-jose-dos-campos/center-vale>

* Até o fechamento desta edição o Moviecom, cinema do Taubaté Shopping, ainda não havia atualizado a programação para o final de semana.



O que é diabetes?

Os alimentos sofrem digestão no intestino e se transformam em açúcar, chamada glicose que é absorvida para o sangue. A glicose no sangue é usada pelos tecidos como energia. A utilização da glicose depende da presença de insulina,

uma substância produzida nas células do pâncreas. Quando a glicose não é bem utilizada pelo organismo, ela se eleva no sangue, o que chamamos de Hiperglicemia. Então, diabetes é a elevação da glicose no sangue.

Fonte: www.diabetes.org.br



Injeção de insulina

Tipos de diabetes

Há três tipos de diabetes: diabetes tipo 1, diabetes tipo 2 e diabetes gestacional.

Diabetes tipo 1 – É também conhecido como diabetes insulino dependente, diabetes infanto-juvenil e diabetes imunomediado. Neste tipo de diabetes a produção de insulina do pâncreas é insuficiente, pois suas células sofrem o que chamamos de destruição autoimune. Os portadores de diabetes tipo 1 necessitam de injeções diárias de insulina para manterem a glicose no sangue em valores normais. Há risco de morte se as doses de insulina não são dadas diariamente. O diabetes tipo 1 embora ocorra em qualquer idade é mais comum em crianças, adolescentes ou adultos jovens.

Diabetes tipo 2 – É também chamado de diabetes não insulino dependente ou diabetes do adulto e corresponde a 90% dos casos de diabetes. Ocorre geralmente em pessoas obesas com mais de 40 anos de idade, embora na atualidade se veja com maior frequência em jovens, em virtude de maus hábitos alimentares, sedentarismo e estresse da vida urbana. Neste tipo de diabetes encontra-se a presença de insulina, porém sua ação é dificultada pela obesidade, o que é conhecido como resistência insulínica, uma das causas de Hiperglicemia. Por ser pouco sintomático, o diabetes, na maioria das vezes, permanece por muitos anos sem diagnóstico e sem tratamento, o que favorece a ocorrência de suas complicações no coração e no cérebro.

Diabetes gestacional – A presença de glicose elevada no sangue durante a gravidez é denominada de diabetes gestacional. Geralmente a glicose no sangue se normaliza após o parto. No entanto, as mulheres que apresentam ou apresentaram diabetes gestacional, possuem maior risco de desenvolverem diabetes tipo 2 tardiamente, o mesmo ocorrendo com os filhos.

Pinda tem mais de 1.000 pacientes cadastrados no Programa de Diabetes

A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Saúde e Assistência Social, disponibiliza um programa para portadores de diabetes no município. O atendimento faz parte da atenção especializada de saúde.

O programa municipal visa o paciente que tem problema com a doença, proporcionando a ele uma vida mais saudável e de qualidade. O paciente, uma vez que tem a doença, é encaminhado aos especialistas e após análise passa a fazer parte do Programa de Diabetes de Pinda, que oferece a insulina, para quem tem necessidade do medicamento, o glicosímetro (aparelho que mede o nível de açúcar no sangue), além de oferecer palestras e orientações sobre a doença.

“O nosso programa instrui muito bem o portador, dando a ele uma base de como se alimentar com qualidade dentro das limitações. As nossas oficinas têm trazido muitos benefícios aos pacientes da rede”, conta a assessora técnica da Secretaria de Saúde, Patrícia Galvão Junqueira.

Desde 2002 no programa, o estudante Bruno Guido foi chamado para ganhar o primeiro programa de diabetes oferecido por Pinda. “Antes, era um tratamento muito caro e restrito e fui chamado para participar, e apesar das dificuldades foi onde comecei meu tratamento. Hoje em dia é muito mais fácil, pra quem tem diabetes, tratar. O município oferece diversas vantagens, o tratamento é levado à risca e com acompanhamento men-

“Nosso programa instrui o portador de diabetes, dando-lhe uma base de como se alimentar com qualidade dentro de suas limitações”

PATRÍCIA GALVÃO JUNQUEIRA

Assessora técnica da Secretaria de Saúde

sal”, explica Bruno, morador do bairro Azeredo, em Moreira César, de 22 anos.

Paciente há 12 anos, Bruno descobriu que tinha diabetes no ano dois mil, e conta que com esse novo programa, aprendeu a ser mais ponderado com alimentação, e por ter a diabetes tipo 1, precisou reaprender a comer na hora certa, a fazer acompanhamento médico e a levar a sério seu tratamento.

Hoje, Pindamonhangaba possui mil pacientes cadastrados que recebem o glicosímetro, um aparelho manual utilizado para determinar os níveis de glicemia. Uma gota de sangue de uma picada na ponta do dedo é colocada em uma fita de teste que é inserida no aparelho. O aparelho analisa a fita e calcula a glicemia.

As oficinas de insulinas acontecem no CEM - Centro de Especialidades Médicas, todas as quintas-feiras, às 14 horas. O CEM fica localizado na rua Frederico Machado, s/n. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone 3644-5988.



Sede excessiva

Sintomas:

Aproximadamente metade dos portadores de diabetes tipo 2 desconhecem sua condição, uma vez que a doença é pouco sintomática. O diagnóstico precoce do diabetes é importante, pois, o tratamento evita suas complicações. Quando presentes os sintomas mais comuns são:

1. Urinar excessivamente, inclusive acordar várias vezes a noite para urinar.

2. Sede excessiva.

3. Aumento do apetite.

4. Perda de peso – em pessoas obesas a perda de peso ocorre mesmo estando comendo de maneira excessiva.

5. Cansaço.

6. Vista embaçada ou turvação visual.

7. Infecções frequentes, sendo as mais comuns, as infecções de pele.

No diabetes tipo 2, estes sintomas quando presentes se instalam de maneira gradativa e muitas vezes podem não ser percebidos pelas pessoas. Ao contrário no diabetes tipo 1, os sintomas se instalam rapidamente, especialmente, urinar de maneira excessiva, sede excessiva e emagrecimento. Quando o diagnóstico não é feito aos primeiros sintomas, os portadores de diabetes tipo 1 podem até entrarem em coma, ou seja, perderem a consciência, uma situação de emergência e grave. Quaisquer que sejam os sintomas, um médico deve ser procurado imediatamente para realização de exames que esclarecerão o diagnóstico.



O glicosímetro (aparelho que mede o nível de açúcar no sangue) é oferecido pela Prefeitura de Pinda



Aumento de apetite pode ser um sintoma de diabetes tipo 2

TN entrevista

AIANDRA ALVES MARIANO

Malhar é preciso!

Nunca se falou tanto em qualidade de vida e saúde como nos últimos tempos. E é impossível falar nestas duas coisas sem citar a atividade física, que é um dos principais mecanismos para melhorar a nossa saúde e qualidade de vida. Realizada de forma moderada e regular, é um santo remédio. Por outro lado, se feita sem cuidado ou orientação, a atividade física pode trazer prejuízos. Para esclarecer essas e outras questões, a entrevistada desta edição é Manuella Colin Brazão. Nascida em Pindamonhangaba, Manuella se formou em educação física pela Unesp - Universidade Estadual Paulista - e fez mestrado em Treino de Alto Rendimento na Universidade do Porto, em Portugal. Atualmente, trabalha como personal trainer e é coordenadora de uma grande academia em Pinda.

Tribuna: Como surgiu seu interesse pela educação física e porque se especializou em treino de alto rendimento?

Manuella: Sempre estive ligada aos esportes, pratiquei ginástica artística por 10 anos, competi por Pinda durante todo este tempo. Depois comecei a treinar judô, também participei dos Jogos Regionais e sempre gostei muito de treinar e fazer atividade física. Quando chegou a época do vestibular, eu não sabia bem o que fazer, queria fazer algo ligado a saúde então juntei aquilo que eu queria com o que eu mais gostava que era o esporte. Saí do Ensino Médio direto para a Unesp e lá fiquei. Como sempre competi e sempre me identifiquei com treinamento de alto rendimento preferi me especializar na área que eu estava mais a vontade e gostava mais.

Tribuna: Como é o trabalho do personal trainer? É diferente do instrutor de academia?

Manuella: É bem diferente sim. Temos um contato mais próximo com nossos clientes e o resultado acaba sendo mais efetivo. Cada mudança é percebida e cada adaptação é feita imediata-

mente. Seja para a segurança em determinada postura ou em um exercício que se torna fácil. Além disso, é um trabalho que, a meu ver, acaba sendo mais dinâmico e mais motivador para quem malha e também para nós. Outra vantagem, em minha opinião, é a diversidade dos treinos, o que torna a rotina mais variada e divertida. Ainda, é comprovado que as pessoas têm mais resultado e dificilmente desistem das suas rotinas de treino.

Tribuna: Qual é o papel da atividade física para a qualidade de vida? Ela é importante apenas para quem está em busca de perder peso, ganhar massa muscular ou todos os indivíduos devem praticar alguma atividade física?

Manuella: A atividade física tem um importante papel tanto na prevenção quanto no tratamento de inúmeras patologias. Além disso, ela tem um papel fundamental na disposição, autoestima e socialização. Para mim o grande segredo é o profissional ter sensibilidade para agregar aquilo que nós gostamos com o que necessitamos. Se fizermos só o que gostamos, nem sempre temos o resultado esperado. Ao mesmo tempo, quando só fazemos o que é

necessário, nem sempre conseguimos permanecer por muito tempo. Independente do objetivo, a atividade física é essencial para alcançar os resultados com segurança e saúde. No caso da perda de peso, por exemplo, além de promover a diminuição da massa gorda, também promovemos a manutenção do mesmo. Independente do objetivo, a atividade física é fundamental para a manutenção e promoção da saúde e bem estar.

Tribuna: Quais os critérios que devemos levar em consideração na hora de escolher uma atividade física?

Manuella: Primeiramente devemos saber nosso ponto de partida. Como estamos e para onde queremos ir? Saber como está nossa saúde, nossa condição física, avaliação postural, isso tudo é determinado através da avaliação física. A partir daí será recomendado o tipo de atividade que deve ser praticada de acordo com a situação atual de nosso aluno. Existem atividades que não são recomendadas em determinadas situações, outras mais indicadas. Nem sempre estamos em condições de fazer aquilo que queremos, nem sempre conhecemos bem nossos limites. Por isso

ser orientado por um profissional é tão importante. Garantir a segurança do treino. Também é importante saber o que o aluno gosta, para garantir que ele continue treinando. Como eu já disse, acredito que isto também é importante.

Tribuna: A “pelada” no fim de semana entre amigos pode ser considerada atividade física válida? Praticar esportes como futebol, vôlei e basquete, por exemplo, esporadicamente dá resultados ou é preciso ter uma rotina de exercícios?

Manuella: Sim, o esporte de fim de semana pode ser considerado uma atividade física válida. Mas deveria haver atividades complementares para garantir que não haja risco de lesão, de aumento excessivo da frequência cardíaca ou mal estar. O ideal é que nós possamos preparar nosso corpo para a atividade do fim de semana. Praticar atividade física sem qualquer preparação pode ser considerada uma agressão ao corpo e muitas vezes podem causar mais malefícios do que benefícios.

Tribuna: Quais as atividades mais indicadas para quem quer perder peso e para quem quer ganhar massa?

Manuella: No caso de quem quer perder peso, o ideal é a junção da atividade aeróbica, que irá promover a oxidação e diminuição da massa gorda, juntamente com uma atividade de resistência muscular – musculação – a fim de promover um aumento do metabolismo, queimando mais calorias na recuperação do treino. Já para quem quer ganhar massa muscular

o ideal seria trabalho com uma intensidade elevada na musculação, e se deve evitar atividade catabólicas como as aeróbicas. O treino aeróbico pode ser realizado para quem quer ganhar massa, desde que com moderação.

Tribuna: Quais as dicas que você dá para quem quer começar a praticar atividades físicas, mas não tem condições de pagar uma academia?

Manuella: Comecem com pequenas mudanças. Eu sei que parece clichê, mas subir pela escada ao invés de elevador, parar o carro mais longe, ir andando para o trabalho ou levar seu cão para passear... tudo isso, ao final de um dia, irá aumentar seu gasto calórico, imaginem ao final de

uma semana, um mês! Além disso, reduzir a fritura, cortar o refrigerante durante a semana, diminuir os doces e tomar bastante água só irá ajudar e sua saúde agradece! Hoje, já temos academias muito acessíveis e com horários muito variados. Como eu já afirmei, independentemente do tipo de atividade, é importante estar bem orientado por um profissional. Por isso lembrem sempre de respeitar os limites do seu corpo. Não existe pílula mágica. Não ganhamos os quilos de um dia para o outro e também não iremos perder desta maneira. Seja para ganhar ou perder peso, é importante lembrar que isso leva tempo e demanda muito trabalho. Paciência e determinação são a chave do sucesso!



Funvic vence São José e convoca torcida para partida contra Atibaia sábado, no “Juca Moreira”

LUIS CLAUDIO ANTUNES

Em partida válida pela quarta rodada do retorno da Divisão Especial do Campeonato Paulista, a equipe de Pindamonhangaba (Funvic/Mídia), foi até São José dos Campos, onde enfrentou, na noite de quarta-feira (19), o time da casa no ginásio do Sesi.

A equipe da Funvic, comandada pelo técnico João Marcondes, vinha de uma derrota em casa e precisava vencer para respirar um pouco mais tranquila na competição. Mas São José dos Campos, que havia perdido a primeira partida para os pindenses, tinha outros planos.

Em busca da vitória, os joseenses começaram bem e



Divulgação

Equipe de Pindamonhangaba espera fazer um bom jogo e conseguir resultado positivo em casa

venceram o primeiro set por 25/14. No segundo set, Pindamonhangaba conseguiu vencer por 25/22 e empatou a partida. Contando com o fator casa, o São José aproveitou as chances que teve e venceu o terceiro set, apertado, por 27/25.

No quarto set, o time da Funvic fechou o placar em 25/20, o que provocou o tie-break. No set decisivo, Pindamonhangaba fez 15/13, vencendo a partida por 3 sets a 2, em partida que durou 118 minutos.

Próximo desafio será em casa

Na próxima partida, a equipe de Pindamonhangaba enfrentará o time de Atibaia. O jogo acontece no sábado (22), no ginásio Juca Moreira, com início às 18 horas.

Pinda Rugby participa de Torneio de Sevens em Uberlândia

O Pinda Rugby prepara-se para participar do Torneio de Sevens de Uberlândia – MG, no sábado (22) e domingo (23). Essa será a mais importante competição que a equipe da cidade já participou. Segundo os dirigentes, a participação se iguala em importância com a disputa dos Jogos Regionais de Pindamonhangaba em 2011, quando ficou com a 9ª colocação.

“Esse torneio será muito difícil devido à participação de equipes de tradição e muito técnicas, como os times de Brasília-DF e São Carlos-SP. Para nós vai ser um grande desafio. Apesar de termos apenas dois anos de existência, estamos muito confiantes pelo trabalho que vem sendo realizado, com jogos amistosos e muitos treinos físicos e táticos. O grupo que representará a cidade é bastante experiente e coeso, e não faltará força de vontade,

honra e união a essa equipe no torneio”, afirmou Jonathas Pereira de Souza, técnico do Pinda Rugby.

O torneio será disputado no campus da UFU – Universidade Federal de Uberlândia, que fica na rua Benjamin Constant, 1286, centro.

O Pinda Rugby conta com o apoio da Secretaria de Esportes da Prefeitura de Pindamonhangaba.

Regras do “Sevens”:

O Rugby Sevens são partidas realizadas com dois tempos de 7 minutos com 1 minuto de intervalo. Quanto a pontuação, cada “try” vale 5 pontos e só é concretizado quando a bola toca o chão da linha de fundo do campo adversário, com direito a uma conversão de 2 pontos. O “drop” e o “penal” valem 3 pontos e podem ser executados quando é feito o chute durante a partida.

Empate marca estreia de Pinda na segunda fase na “Copa Paulista”

Na estreia da segunda fase da 28ª Copa Paulista de Futebol, a Seleção Sub 17 de Pindamonhangaba empatou com o PM/Amparo/Semelec de São Paulo. O time pindense dominou quase toda a partida, mas o resultado não saiu do zero.

O time da capital paulista recuou a equipe no segundo tempo para garantir o empate, já que os meninos de Pindamonhangaba ameaçavam o gol adversário a todo momento. Foram cinco chances claras de gol, no entanto, o goleiro do

PM/Amparo/Semelec fez boas defesas.

A atuação da equipe agradeceu o técnico Agnaldo José Noronha (Guina), porém o resultado não deixou o comandante satisfeito. “Foi um empate com sabor de derrota, porque criamos muito e tive-

mos muitas chances de gol. Vamos corrigir os erros para a próxima partida”, discursou Guina.

O próximo jogo será contra CDC Cleuza Bueno, em Campo Limpo Paulista, com data a ser definida pela Associação Paulista de Futebol.



José Alfredo Correa

Pindamonhangaba terminou a primeira fase na primeira colocação geral da 28ª Copa Paulista de Futebol

Pinda conquista medalhas na Copa Estadual de Ginástica Ritmica

LUIS CLAUDIO ANTUNES

Ginastas de Pindamonhangaba participaram no último fim de semana da final da Copa Estadual de Ginástica Artística, na cidade de Araraquara.

Além de Pinda, estiveram presentes atletas de Araraquara, Boituva, Araçatuba, São José do Rio Pardo, Hortolândia, São José do Rio Preto, Presidente Prudente, Ribeirão Preto, Porto Feliz, Paraguaçu Paulista e Campinas.

A equipe de Pinda esteve

representada pelas ginastas: Analuz Araújo, Dayane Evelin, Livia Louzada, Suelen Teixeira, Beatriz Barbosa, Monique Ellen, Wellington Gabriel, Rodrigo Bordão, Guilherme Maia, Erick Luiz e Rodrigo Bordão e os técnicos Marcelo Ronconi e Douglas de Almeida.

Técnico Marcelo Ronconi ao lado das atletas medalhistas



Portal R3

Equipes participantes:São Carlos-SP, Sertãozinho-SP, Uberlândia A e B - MG, Pindamonhangaba-SP, Alfenas - MG e Brasília-DF, sendo que todos jogam contra todos

Alexander Franco da Silva (raff)
 Antônio Rodrigues da Silva Neto (ponta)
 João Paulo de Oliveira Santos (pilar)
 Éder Pereira Barbosa (centro)
 Frank Fernandes Carvalho (pilar)
 Gabriel Nogueira Oliveira (centro)
 Helton Diogo Pereira (centro)
 Isaac Nocera Agostinho dos Santos (pilar)
 José Paulo de Oliveira (hooker)
 Luiz Gustavo Machado Cursino (hooker)
 Luis Gustavo da Silva Moreira (pilar)
 Marcos Vinicius dos Santos Silva (ponta)
 Yago Moreira César (abertura)

Comissão técnica:

Jonathas Pereira de Souza - técnico
 Vinicius Guilherme Alves - auxiliar técnico



Celso Corrêa/Agoravale

Celso Corrêa/Agoravale



Torcida sofre, mas Pinda avança na Liga Paulista de Futsal

A equipe masculina de futsal de Pindamonhangaba garantiu a vaga para as semifinais da Liga Paulista de Futsal num jogo inesquecível na noite da quarta-feira (18), no ginásio da AA Ferroviária. Com a vitória por 3 a 2 contra o Suzano na casa dos adversários na primeira partida, Pinda

precisava de uma vitória simples para avançar a próxima fase. No entanto, por descuido, Suzano aplicou uma goleada por 6 a 1 no tempo normal.

A vitória do time suzanense levou a partida para a prorrogação, então Pinda acordou e balançou as redes, fazendo 2 a 0, com gols de Japa e Lu-

cas Selbach. O resultado positivo colocou de vez o time pindense como a "zebra" da competição. O treinador Edilson Leite reforçou a ideia de que Pinda está na briga do título e vai incomodar até o fim. "É a primeira vez que estamos no torneio e já chegamos à semifinal. Eliminamos Suzano, que

disputa competições nacionais, e nossa equipe é forte. O conjunto é a chave do bom desempenho", frisou Leite.

Para as semifinais, o adversário ainda não foi definido, mas há chances de Pinda encarar o Corinthians. Caso isso aconteça, o primeiro jogo será em casa.

Final do sub 11 será no sábado no campo do Corinthians

O torneio dos futuros atletas de futebol de Pindamonhangaba, chega a mais uma decisão. Os favoritos da AA Ferroviária estão na final pela segunda vez consecutiva e encaram o Colorado no sábado (22), no estádio Cardoso (Corinthians), no bairro Alto do Cardoso, às 8h30.

Com a vantagem de seis gols obtidos no primeiro jogo das semifinais contra o ADC Novellis na vitória por 7 a 1, os meninos da Ferroviária não precisavam de muito esforço para carimbar a vaga à final. O Colorado arriscou a vaga ao empatar em 1 a 1

com o Etna, em casa. A classificação para a final só foi possível porque, no primeiro jogo, o Colorado havia vencido o adversário por 1 a 0.

Semifinais do sub 15 têm locais definidos

No sub 15, o Independente encara a AA Ferroviária pelo primeiro duelo das semifinais. O jogo será no estádio João Demétrio Salgado (Mancrezão). Na outra partida, o Ramos joga em casa contra o Etna pela primeira partida da semifinal. Os dois jogos acontecem simultaneamente no sábado (22), às 10h30.

Pela primeira vez, "Amador" é decidido em Moreira César

Duas equipes do Distrito de Moreira César decidem o Campeonato Amador 1ª Divisão, neste domingo (23), às 10h30, em estádio neutro. O campo definido pela LMPF - Liga Pindamonhangabense de Futebol foi o estádio Raul Correa de Macedo (Macedão), no bairro Terra dos Ipês.

O presidente em exercício da LMPF, Carlos Magno, elogiou o futebol de Moreira

César e afirma que a escolha do "Macedão" para a final foi para premiar o esporte no distrito. "Os times de Moreira César sempre se destacaram nas finais dos mais diversos campeonatos de Pindamonhangaba e sempre proporcionaram grandes jogadas para as torcidas", completou Carlos.

O Sapopemba é o atual campeão da 2ª Divisão do

Amador e joga pela primeira vez a final da competição na 1ª divisão. Já o time da Vila São José joga a terceira final

consecutiva, com um título conquistado em 2010 e um vice em 2011.

"Quarentão" tem final no campo do Fluminense

O Comercial Mombaça e o Estrela fazem a final do Campeonato Sênior 40 anos (Quarentão), também no domingo (23), às 8h45, no estádio José Ramiro dos Santos (Ramirão), conhecido também como campo do Fluminense, no bairro Vila Verde. O Comercial Mombaça garantiu a vaga após empatar em 0 a 0 com o Vila São José. A vitória no primeiro jogo por 1 a 0 premiou a equipe com a vaga na final. Já o Estrela, que havia perdido por 1 a 0 no primeiro jogo contra o Bandeirantes, conquistou a vaga com uma vitória por 2 a 0.



Paixão por Esporte

Talita Leite



www.talitaleite.blogspot.com

Pinda se destaca na Taça Brasil de Futsal Feminino

Pindamonhangaba vem desenvolvendo uma belíssima campanha na Divisão Especial da Taça Brasil Correios de Futsal Feminino Sub-20. A Princesa do Norte estreou nessa competição, que está sendo realizada em Guarulhos, na segunda-feira (17). Desde então, em quatro dias, foram três compromissos. Pindamonhangaba já registrou três vitórias e nesta sexta-feira (21), encara o Barateiro Futsal, de Santa Catarina, podendo encerrar a fase de classificação com 100% de aproveitamento, na liderança isolada do Grupo E1.

Na segunda-feira, a equipe local aplicou 2 a 1 no Petrolina (PE). Na terça-feira (18), as vítimas foram as representantes do Araguaia (GO), goleadas pelo placar de 8 a 0, e na quarta-feira (19), Pindamonhangaba fez 3 a 2 no Fluminense (RJ). Esse último confronto, aliás, garantiu a presença da Princesa do Norte nas semifinais da Divisão Especial da Taça Brasil Correios de Futsal Feminino Sub-20, que impreterivelmente, serão disputadas no sábado (22).

Se tudo correr bem, no domingo (23), Pindamonhangaba entra em quadra em busca de mais um título para o futsal feminino da cidade. Voltando a falar sobre a fase de classificação, além dos impecáveis 100% de aproveitamento, a excelente campanha também colocou a Princesa do Norte em destaque na luta pela artilharia. Uma de nossas atletas está entre as principais goleadoras dessa edição da competição. Em três jogos, Patrícia Derrico balançou a rede em cinco oportunidades, sendo que apenas no duelo frente ao Araguaia, "Tiça" fez 4 gols. Além de Patrícia Derrico, a delegação de Pindamonhangaba que está em Guarulhos, conta com as atletas Artemiza Riquelme, Marina Núncio, Alessandra, Monique, Nathália Tiui, Thayla, Tatinha, Samia, Taís Andrade, Camila, Mayara, Carol Nazário, Dinha, Amanda e Marina Rembowski. A comissão técnica conta com o treinador Marcos Derrico, o preparador físico Vinicius Viterbo, o atendente João Vitor Louzada e o atendente médico Rodrigo Rabelo Fernandes.



Divulgação/CBFS/Luciano Bergamaschi

Pinda disputa semifinal no sábado (22)



(12) 3642-3455

Av. Dr. Jorge Tibiriçá, 670 - Centro - Pindamonhangaba/SP