

Miscelânea

Curiosidades

Nos últimos anos, uma área da medicina chamada neuróbica tem conquistado a simpatia de muitos especialistas. Como o próprio nome já diz, a neuróbica defende uma espécie de exercício para os neurónios. Desenvolvida a partir dos anos 2000, a neuróbica ganhou destaque por apresentar bons resultados. O cérebro é como qualquer outra parte do nosso corpo. Quando o exercitamos, desenvolvemos novas habilidades e fortalecemo-nos. Por outro lado, quando não fazemos os exercícios necessários, o cérebro atrofia, perdendo a capacidade criativa, a memória e o raciocínio lógico. A prática desses exercícios é menos complicada do que parece. Basta que você mude pequenos hábitos do seu dia a dia. Por exemplo, não vá ao mercado sempre pelo mesmo caminho, altere a mão com que escova os dentes, se vista de olhos fechados, converse mais com os outros, resolva revistas de passatempos, escreva de olhos fechados... Apesar de serem exercícios simples, eles estimulam o cérebro e auxiliam a pessoa a viver melhor.

Não é segredo para ninguém que a atividade física, em qualquer idade é muito importante para a saúde. Além de fortalecer o corpo e dar mais energia, ela realiza alterações químicas no cérebro que causam felicidade e satisfação. Na terceira idade, fazer exercícios se torna ainda mais necessário. Isso porque o organismo está em constante alteração e trabalhar o corpo e a mente pode auxiliar no combate a diversas doenças e, principalmente, no combate as dores crônicas, tão comuns nessa faixa etária. Faça caminhadas, pratique hidroterapia e, sempre que possível, exercite-se ao ar livre. A diferença será notada logo nos primeiros dias. Lembre-se, porém, de procurar seu médico antes de iniciar qualquer tipo de exercício físico. Cada pessoa tem ritmo e disposição diferentes, portanto, precisa de orientação pessoal.

Todo alimento orgânico é muito mais que um produto sem resíduos de agrotóxicos. Além de serem mais ricos em minerais e nutrientes, os orgânicos são resultados de um sistema de produção agrícola que busca incentivar a conservação do solo e dos demais recursos naturais a longo prazo, reduzindo a poluição. As técnicas de produção orgânica são também destinadas a manter a qualidade nutricional, o sabor, o odor e a textura originais do alimento, incluindo seu aspecto natural. Ao optarem por produtos orgânicos, os consumidores estarão adotando uma dieta mais rica, saudável e saborosa. Apesar de muitas pessoas relacionarem os orgânicos a alimentos frescos e in natura, há opções industrializadas para quem tem pouco tempo para se dedicar ao preparo de suas refeições, mas sem deixar de levar o prazer da boa mesa a um estilo de vida mais saudável.

As estações primavera e verão são ótimas para frutas, legumes e verduras, já que, no Brasil, a maioria das colheitas são feitas em épocas de calor. Isso faz com que o preço seja reduzido e o consumidor possa aproveitar melhor as vitaminas que a natureza nos oferece. Deve-se, porém, tomar muito cuidado na compra e no manuseio desses alimentos. Ao comprar frutas, verduras e legumes, devemos verificar se não existem amassados, se a coloração não está desbotada e se esses alimentos não contêm pequenos furos. Essas práticas podem evitar que muitas doenças, como viroses, ataquem nossos corpos. Para guardar o alimento, utilize sempre locais frescos, arejados e longe de insetos. Para cozinhar, certifique-se de que a água está cobrindo todo alimento e use a água do cozimento e as cascas para o preparo de molhos, sopas e feijões, pois muitos nutrientes ficam nelas. No verão, procure se alimentar com receitas leves, à base de frutas e verduras e boa appetite.

Alguns estudos até associam uma dieta rica em açúcar com o aparecimento de espinhas, mas não há nada especificamente condenando o chocolate. Além disso, a predisposição genética e as alterações hormonais comuns na adolescência e em momentos de stress é que são os principais responsáveis pelas espinhas. Essa lena pode ter surgido porque muitas pessoas tendem a consumir mais chocolate nos períodos em que estão mais tensas ou ansiosas, situações em que os hormônios ficam mais à flor da pele, estimulando as espinhas.

| |
|--|
| Humor |
| O fazendeiro para o caipira: <ul style="list-style-type: none">- Nesta terra dá arroz? - Não dá não, sinhô. - E feijão, dá? - De jeito nenhum! - Dá frutas e verduras? - Também num dá não, sinhô. - Soja, café, amendoim, não dá nada? - Já disse, dotô, num dá nada não! - Quer dizer que não adianta eu plantar, que não dá nada, mesmo? - Bom, plantando é outra coisa! |
| Um jovem discípulo inconformado por não dar sorte com mulher bonita,vai procurar um grande sábio japonês (claro!!), e pergunta: <ul style="list-style-type: none">- Mestre, o que é preciso para um cara conseguir uma linda mulher? E o sábio respondeu: <ul style="list-style-type: none">- É precisa karatê, né! O jovem discípulo não entendendo direito, pergunta: <ul style="list-style-type: none">- Karatê, mestre? - Sim. É preciso o karatê beleza, o karatê carro, o karatê muita grana... |

| |
|---|
| Mensagens |
| Na sala de reunião de uma empresa, o diretor nervoso fala com sua equipe de gestores. Agita as mãos, mostra gráficos e olhando para cada um ameaça: ninguém é insubstituível! A frase parece ecoar nas paredes da sala de reunião em meio ao silêncio. Os gestores se entreolham, alguns abaixam a cabeça. Ninguém ousa falar nada. De repente, um braço se levanta e o diretor se prepara para triturar o atrevido: <ul style="list-style-type: none">- Alguma pergunta? - Tenho sim. E Beethoven? - Como assim? Encara o diretor confuso. - O senhor disse que ninguém é insubstituível. E quem substitui Beethoven? Silêncio... <ul style="list-style-type: none">O funcionário então fala: <ul style="list-style-type: none">- Ouvi essa estória esses dias contada por um profissional que conheço e achei muito pertinente falar sobre isso. Afinal as empresas falam em descobrir talentos, reter talentos, mas no fundo continuam achando que os profissionais são peões dentro da organização e que, quando sai um, é só encontrar outro para por no lugar... Quem substituiu Beethoven? Tom Jobim? Ayrton Senna? Ghandi? Frank Sinatra? Garrincha? Santos Dumont? Monteiro Lobato? Elvis Presley? Os Beatles? Jorge Amado? Pelé? Albert Einstein? Picasso? Todos esses talentos marcaram a história... Fazendo o que gostavam e o que sabiam fazer bem, ou seja, fizeram seu talento brilhar. E, portanto, são sim insubstituíveis. Cada ser humano tem sua contribuição a dar e seu talento direcionado para alguma coisa. Portanto nunca esqueça: Você é um talento único, com toda certeza ninguém te substituirá! Sou um só, mas ainda assim sou um. Não posso fazer tudo, mas posso fazer alguma coisa. Por não poder fazer tudo, não me recusarei a fazer o pouco que posso. No mundo sempre existirão pessoas que vão te amar pelo que você é e outras, que vão te odiar pelo mesmo motivo. Acostume-se a isso. É bom refletir e se valorizar. |

Campos do Jordão: Dezembro terá Cozinha de Bistrô

No próximo encontro dos amantes da gastronomia de Campos do Jordão, a Cozinha de Bistrô, acontece no próximo dia 05/12, quarta-feira, no Restaurante Só Queijo, a partir das 20h 30.Para essa noite, o Restaurante preparou um cardápio que terá como Torre mediterrânea com Tapenade (legumes grelhados com molho a base de azeitonas, tomates secos, alcaparras e pãesão).Os convidados poderão escolher entre 2 opções de pratos principais: Truta Nativa (Filé de truta assado e recheado com pinhões, servido com couve crisy e abóbora grelhadas com cogumelos)ou Filé de Cogumelos (Medalhão grelhado com molho cremoso de shiitake e shimeji, acompanhado de batatas coradas)E fechando a noite, para sobremesa será servida Espuma crítica de maracujá (Espuma de maracujá com calda de aceto balsâmico).Os convites podem ser adquiridos na Asstur, pelo valor de R\$

COMDEC São Bento do Sapucaí e IPT realizam mapeamento de risco no município

A Casa Militar do Governo do Estado de São Paulo, através da CEDEC – Coordenadoria Estadual de Defesa Civil, retomou o convênio com o IPT – Instituto de Pesquisas Tecnológicas, para o mapeamento das áreas de riscos mais críticas de cidades paulistas.Ao todo 60 municípios recebem a visita técnica para o mapeamento de risco de escorregamento. São Bento do Sapucaí foi uma das escolhidas pelo IPT e recebeu o suporte técnico do Geólogo especializado em áreas de risco Dr. Marcelo Fisher Gramanni. Juntamente com o Geólogo, a Coordenadora da COMDEC de São Bento Fátima Machado, este acompanhando e auxiliando no trabalho.As áreas vistoriadas em São Bento do Sapucaí foram Rua Pereira Alves, Rua Presidente Castelo Branco, Rua Professor Cortéz, Rua do Machado, antiga Rua Costa e Silva e a Rua Capitão Morinácio Marcondes.Além desse trabalho, foram realizadas também vistorias técnicas no Rio Sapucaí e nos ribeirão afluentes , visando prever riscos e realizar estudos para saná-los posteriormente.”É muito

importante para o município ter um mapeamento realizado por um órgão competente. Realizamos o trabalho com sucesso, com o propósito de trazer melhorias e segurança para a população nas épocas de risco”, afirma a Coordenadora Fátima Machado.Em janeiro o responsável do IPT acompanhado de mais um Geólogo e de uma Bióloga retornarão ao município a fim de dar continuidade ao trabalho de mapeamento e apontar sugestões técnicas benéficas à Estância Climática.



| | |
|---|---|
| EXPEDIENTE | |
| <p> Edição por Editora Flor do Vale Jornalismo Comunicação e Promoção Ltda CNPJ: 61.661.328/0001-43 Rua dos Lírios, 171 - Flor do Vale - Tremembé - S.P. Tel. (0xx12) 3672-2257 - Fax (0xx12) 3672-4831 CEP 12120-900 - E-mail: editoraflordovale@terra.com.br Registro no INPI 81717790 - Impresso em 01/12/2012 Diretor responsável pela publicação: Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860 Diretora Comercial: Dolores Russo Editoração Eletrônica e Impressão: Pré Impressão Gráfica - SP - Capital Representante em São Paulo REVESS Representações Ltda. Níameda dos Jurupês, 455 Zona 46 - São Paulo -CEP 04088-001 Filial na ADJURJ Associação dos Jornais do Interior Sistema de distribuição dirigida Materias pagas ou autografadas Não representam necessariamente a opinião deste jornal.</p> | <p> POSTOS DE DISTRIBUIÇÃO CAÇAPAVA: Na banca da Praça das Bandeiras e no bar do estado. CAMPOSES DO JORDÃO: Bancas de Jornais da Av. Abernassa CARAJÁ/URUBU: Salles Jornais e Revistas - Rua Alano Arantes. CUNHA: Banca da Várzea - Rua Augusta Galvão de França (Ao lado do campo de futebol) JAMBURI: Papelaria Bângalo -Praça Almeida Gil, 19 - Centro LACONIA: Papelaria Obrigada -Praça Pedro Alves Ferreira,85 MONTEIRO LOBATO: Banca do Lu -Praça Com. Fries. NATIVIDADE DA SERRA: Banca Nossa Senhora de Natividade e Paróquialda Pilo Zoo - Rua Lúcio da Silva. PARABUNA: Praça Antonio Carvalhho, 100 - Banca canto das Letras PINDAMONHANGABA: Distribuidora de Jornais e Rev. Rua Dep. César Chaz 218. REDENÇÃO DA SERRA: Banca de RedençãoAv. 7 de setembro, 258 SANTO ANTONIO DO PINHAL: Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária). SÃO BENTO DO SAPUCAÍ: Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária). SÃO LUIS DO PARAITINGA: Banca da Cidade e comércio local. Taubaté: Banca da Praça Praça Dom Epimênondas - 3632-18-08 TREMEMBÉ: Nas bancas de jornais da cidade. URUBURU: Nas bancas de jornais. Av. Itaipu que no local Este jornal é distribuído à todas as Prefeituras e Câmaras Municipais do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Sertana, além de vários órgãos Federais, Estaduais e Municipais. Jornal Regional</p> |

I BALAIO DAS ARTES EM SÃO LUIZ DO PARAITINGA

E M B A R A L H O MUSICAL – Uma grande mostra da variedade de estilos musicais que a cidade oferece, acontece na Praça Dr. Oswaldo Cruz.14h00 – BAMIG Banda Monsenhor Ignácio **Gióia15h00 –** Ditão Virgílio e Nhá Rosa**15h30 –** Natal e Natalino**16h00 –** Moreno Overá (lançamento do CD Brasil Viola)**16h30 –** Nelsinho Mato Dentro & Vicentino Rocha**17h00 –** Loro & Lucas**17h30 –** Nhô Frade, Camilo Frade & Caio Frade**18h00 –** Tânia Moradei & Banda Pé de Morro**19h00 –** Los Canteros**19h30 –** Patrícia Guimarães & Daniel Tucci + Renato Mends**20h00 –** Violetas do Brejo**20h30 –** Eduardo Bandeira & Renato Souza**21h00 –** Almost Lost**21h30 –** Madds**22h00 –** Baroni & Kabereka Rock**22h40 –** Quar’ de Matz**23h**
Exibição de Coral e Oficina – das 18h00 às 19h00 – Capela das MercêsCORAL TICKET EDENRED SP (com maestraína Kitty Pereira)
B A L A I O LUIZENSE – Pracinha do CalçadãoExposição de fotos, quadros, poesias e Taubaté artesanatoParticipação especial Luciano Coca, José Carlos Monteiro, Helder dos Santos e J u v e n t i n o Galhardo**17h00 –** GCAP Grupo de Capoeira A n g o l a P e l o u r i n h o **19h00 –** Capoeira Regional GINGA BRASIL**20h00 às 22h00 –** exibição de c u r t a s - m e t a g e n s **Realização:** Coletivo de Artistas de São Luiz do Paraitinga**Apoio:** Prefeitura Municipal da Estância Turística de São Luiz do Paraitinga | Ponto de Cultura Parahy – Culta (Ações Culturais) | Rádio SLP Online | TV Cidade Taubaté

PINDA: Museu realiza oficina de práticas educativas

O Museu Histórico e Pedagógico Dom Pedro I e Dona Leopoldina realizará, no dia 08 de dezembro, a oficina de Práticas Educativas em Museus e Locais de Memória. As inscrições são gratuitas e podem ser realizadas até o dia 07 de dezembro.A oficina será destinada para pessoas que atuam nas áreas de educação, história, museologia, patrimônio histórico e demais interessados.Os ministrantes do evento serão a professora doutora Suzana Lopes Salgado Ribeiro (Nehô/USP) e a professora doutora Andrea Paula dos Santos (UFABC).O objetivo da ação é favorecer a compreensão e a atuação nos espaços museológicos e em nosso mundo em sintonia com as demandas pedagógicas das comunidades onde estão inseridos os museus e os espaços de memória e de preservação do patrimônio histórico.”É uma oportunidade para funcionários e professores se atualizarem e aprenderem que o museu pode ajudar e ensinar por meio do seu acervo”, ressaltou o diretor de Patrimônio Histórico, Paulo Tarcizio. As inscrições podem ser feitas pelo telefone 3648-1779. A oficina acontecerá no Museu Histórico e Pedagógico, que fica na rua Marechal Deodoro, 260, Pindamonhangaba, das 9 às 13 horas.

Decoração Natalina é tema de oficinas no Sesc Taubaté

O Sesc Taubaté oferece durante o mês de dezembro oficinas artesanais de decoração natalina, com Ana Maria Mendes. Nas atividades, o material predominante é o feltro.Confira a programação:Papai Noel para maçanetaDia 1, sábado, das 14h às 17h.Anjo, Ursinho e Bota do NoelDia 11, terça, das 14h às 16h.Passarinho e vela natalinaDia 12, quarta, das 8h30 às 10h30.Papai Noel da barba longaDia 15, s á b a d o , das 14h às 17h.**Serviço**Valores por oficinaR\$ 1,50 – MaçãDia 5, quarta, das 8h30 às 10h30.Casinha Boas FestasDia 8, sábado, das 14h às 17h.Anjo, Ursinho e Bota do NoelDia 11, terça, das 14h às 16h.Passarinho e vela natalinaDia 12, quarta, das 8h30 às 10h30.Papai Noel da barba longaDia 15, s á b a d o , das 14h às 17h.**Serviço**Valores por oficinaR\$ 1,50 – MaçãDia 5, quarta, das

de bens serviços e turismo, matriculado e dependentes.R\$ 3,00 - usuário inscrito.R\$ 6,00 – interessados.Inscrições na Central de Atendimento do Sesc Taubaté. Vagas limitadas.Sesc Taubaté, Avenida Milton de Alvarenga Peixoto, 1264, E s p l a n a d a Santa Terezinha, Informações 3634-4000.

Tremembé:Escolas iniciam Projeto Nossa Horta

No mês de outubro, iniciou-se nas unidades de Educação Infantil CEI ProP Maria Pia Iori e CEI Maria Justina, o Projeto Institucional “Nossa Horta”, elaborado pela equipe gestora das unidades escolares, entre funcionários, professores, pais e alunos. O projeto tem o objetivo de integrar toda a comunidade para elas. Já foi realizada a colheita de algumas hortaliças que foram aproveitadas no cardápio da merenda escolar. A comunidade escolar aprovou a iniciativa dos gestores na implantação do projeto e deseja a continuidade da ação no próximo ano letivo.

Peixoto define data para início da transição em Taubaté

O prefeito de Taubaté, Roberto Peixoto, definiu o dia 4 de dezembro para a realização de reunião com o prefeito eleito Ortiz Júnior, a fim de dar início ao processo de transição da atual para a futura administração municipal.A definição da data foi comunicada à assessoria do prefeito eleito na quarta-feira, 28 de novembro, por meio do assessor para Assuntos Políticos da Prefeitura, Jacir Cunha.A reunião será realizada às 9 horas, na sede da Prefeitura de Taubaté. Além de Peixoto e do prefeito eleito, devem participar todos os secretários da atual administração e a equipe de transição indicada por Ortiz Júnior.A intenção de Peixoto era marcar esta reunião ainda para esta semana. Porém, por

Black Voices faz apresentação gratuita em

Pindamonhangaba

Apresentação faz parte do projeto Clássicos em Cena e resgata a forma de cantar dos negros norte-americanosJá faz 20 anos que Whoopi Goldberg, no filme Mudança de Hábito deu vida nova a um coral gospel, resgatando o modo característico do canto negro norte-americano. Esta mesma proposta é trazida pelo grupo Black Voices, para uma apresentação gratuita no Museu Histórico e Pedagógico Dom Pedro I e Dona Leopoldina – Rua Marechal Deodoro de Fonseca, 260 - Centro – P i n d a m o n h a n g a b a Ingressos: Entrada Franca
Informações: (12) 3648-1779
Patrocínio: Gerdau Realização: Direção Cultural A p o i o : Secretaria de Cultura de P i n d a m o n h a n g a b a I n f o r m a ç õ e s : www.classicosemcena.com.br

Prefeitura de Taubaté abre inscrições para curso de Garçom

A Prefeitura de Taubaté por meio da Escola Municipal do Trabalho, está com inscrições abertas para os cursos de Garçons e Femme Garçons, na unidade da rua Edmundo Morewood do bairro da Estiva. Segundo o professor Jairo Alves, as aulas terão início no dia 4 de fevereiro de 2013, com carga horária na segunda, quarta e quinta-feira, no horário das 18 às 21 h o r a s . “Estamos somente com 10 vagas à disposição da população taubateana, pois a procura nesta profissão tem aumentado bastante após a boa infraestrutura dos cursos implantados pelo prefeito Roberto Peixoto”, aborda ainda Jairo Alves.A Escola Municipal do Trabalho da Prefeitura de Taubaté foi convidada para implantar os cursos de Garçons e Femme G a r ç o n s , na cidade de Caragatutaba no Litoral N o r t e , onde há procura do empresariado por essa mão-de-obra qualificada é muito grande. ”Temos a felicidade de receber inúmeros convites para colocação de nossos alunos no mercado de trabalho isso é resultado das ações de geração de empregos da atual administração municipal de Taubaté”, finaliza o professor Jairo A l v e s , responsável pela formação dos alunos. Outras informações poderão ainda ser obtidas através do telefone: 12-9735-4732.

| |
|----------------------------------|
| Leia e Anuncie |
| Contato: 3672 22-57 |
| www.tremembeonline.com.br |

Sesc realiza Encontro Anual do Programa Mesa Brasil

O Sesc Taubaté realiza no dia 30, às 19h, o Encontro Anual do Programa Mesa Brasil Sesc. O evento tem por objetivo homenagear os parceiros do Programa com a entrega de mérito comunitário. O encontro terá intervenções artística e musical com o Grupo Barracão de Teatro. O Mesa Brasil Sesc é um programa permanente que,

ao mesmo tempo, combate a fome e o desperdício de alimentos e desenvolve ações educativas. Integra empresas e entidades sociais em um esforço para evitar que alimentos ainda próprios para o consumo sejam descartados. Em suma, o Programa retira onde sobra e distribui onde falta. No mês de setembro, último levantamento,

foi contabilizado mais de 20 toneladas de alimentos distribuídos, atendendo 4643 pessoas. O Mesa Brasil Sesc contou neste mês com 31 empresas parceiras e 36 instituições cadastradas. Serviço Sesc Taubaté. Avenida Milton de Alvarenga Peixoto, 1264, Esplanada Santa Terezinha. Informações 3634-4000.

Torneio de basquete incentiva jovens a praticar modalidade em Taubaté

A cidade de Taubaté sediou durante o mês de novembro, o Campeonato Regional de Desenvolvimento de Base, um torneio de basquetebol que contou com a participação de crianças e adolescentes de três cidades do Vale do Paraíba: Taubaté, Caçapava e Pindamonhangaba. A competição, organizada pela LBCP (Liga de basquetebol do Coneleste Paulista) com apoio do instituto Gotas de Cidadania e parceria da Secretaria de Esportes, foi dividida em datas diferentes. Os torneios sub12, masculino e feminino, que contou ao todo com 120 crianças, tiveram os jogos nos dias 10 e 24. Ao todo foram cinco times entre os meninos (três de Taubaté, um de Caçapava e Pinda), e dois entre as meninas (Taubaté e Pinda). As partidas foram divididas em três períodos de dez minutos, com a obrigatoriedade de todos

os jogadores atuarem pelo menos em um dos períodos. O torneio com crianças menores de 12 anos, cerca de 50, aconteceu no dia 22. As equipes foram formadas com três jogadores cada. “O 3x3 aplicado a iniciação atua como um jogo reduzido, tendo número menor de jogadores e regras adaptadas, o aluno consegue se envolver mais na partida, executando um número maior de movimentos”, explicou Amanda Góes, professora de basquete do Gotas de Cidadania. Após os jogos, as crianças presentes receberam alguns brindes relacionados ao esporte. Já a competição sub17, que contou com 60 adolescentes, teve a participação de quatro times (três de Taubaté e um de Caçapava) e foi disputada nos dias 12, 19 e 26. “O campeonato tem o objetivo de promover a socialização das crianças que estão nas escolinhas

de iniciação de basquetebol, e também o desenvolvimento destas em nível de competição. Nos jogos realizados adaptamos algumas regras para que todas as crianças consigam participar da melhor forma possível. Também nos preocupamos em premiar todas as crianças ao final do evento. Assim o objetivo não é somente a vitória das equipes, mas o ganho no desenvolvimento da criança como um todo”, disse Amanda. A equipe da SEL Taubaté/LBCP e o Instituto Gotas de Cidadania agradecem aos patrocinadores: Via Vale Garden Shopping, Construtora Danelli, World Maq, Unimed, Balart, Piza 1, Espetinho 1, CMKT, Colégio São José, Colégio Cotet, Imobiliária Danelli, Inas, Vitória Moveis, Eletrobrás, Ophicina Corpo e Secretaria de Esportes de Taubaté.

LG Electronics lança campanha “Pratique Arterapia” para linha Inverter de ar condicionado

Sob o conceito “Respire saúde, inspire conforto”, campanha reforça os diferenciais dos condicionadores de ar da marca e transforma o ato de respirar em terapia. A LG Electronics lançou ontem, dia 28, em São Paulo a campanha “Pratique Arterapia: Respire saúde, inspire conforto”, reforçando a linha de condicionadores de ar da marca. Ao apresentar para jornalistas, de uma forma diferenciada os benefícios que a tecnologia Inverter oferece para os consumidores – menor ruído, controle de temperatura, eficiência energética e sistema de filtros contra impurezas – a empresa prioriza a aproximação cada vez maior com este público e o esclarecimento a respeito da real necessidade deste produto nos lares brasileiros. O Biomédico/Microbiologista Roberto

Martins Figueiredo, o Dr. Bactéria, foi quem teve a responsabilidade de desmistificar o produto. “São muitas as contradições quando o assunto é qualidade do ar e a utilidade dos aparelhos que prometem limpar, refrescar ou aquecer os ambientes. O ar é melhor desinfetante natural contra ácaros e bactérias, portanto é de suma importância que tenhamos uma boa qualidade dele em todos os ambientes que frequentamos, sobretudo em nossa casa”, afirma Dr. Bactéria. Segundo Mauro Apor, gerente de produtos de ar condicionado residencial da LG no Brasil, “praticar Arterapia é prezar pela boa qualidade do ar que se respira, beneficiando a saúde e o conforto do ambiente”. “Essa campanha pretende levar para dentro da casa das pessoas todo o conforto e bem-estar dos produtos LG com tecnologia Inverter, de

maneira sutil e informativa”, completa o executivo. Sobre a tecnologia Inverter da LG apresenta o melhor custo-benefício em condicionadores de ar. Os produtos com a tecnologia são até 47% mais eficientes que os condicionadores de ar convencionais, isso porque utilizam compressor de velocidade variável com o qual a capacidade de refrigeração ou aquecimento é ajustada automaticamente, de acordo com a necessidade do ambiente, evitando desperdícios ao sistema tradicional. Nos modelos quente-frio, podem funcionar no modo aquecimento com temperaturas externas desde -10°C, o que é um importante diferencial em regiões onde as temperaturas atingem valores negativos no inverno.

Docente da Unitau recebe Prêmio Jabuti por participação em livro

A Professora Rachel Duarte Abdala, do Departamento de Ciências Sociais e Letras da Unitau, participa, quarta-feira, dia 28, da entrega do Prêmio Jabuti, prestigiada premiação de obras literárias no Brasil. A docente será uma das condecoradas do evento, já que é coautora de uma das obras vencedoras da premiação. A Professora escreveu, em parceria com Diana Gonçalves Vidal e Ana Luiza Jesus da Costa, um capítulo do livro Alfabetização no Brasil: uma história de sua história, vencedor do Jabuti 2012 na categoria Educação. A obra é organizada por Maria do

Rosário Longo Mortatti, da Faculdade de Filosofia e Ciências da Universidade Estadual Paulista (Unesp), e aborda o processo da alfabetização no país. A participação da Professora Rachel no livro aconteceu a convite de Diana Gonçalves Vidal. “Ela é minha orientadora no doutorado e fez o convite para que eu ajudasse a escrever o capítulo”, disse a docente da Unitau, que participa há 15 anos do Núcleo Interdisciplinar de Estudos e Pesquisas em História da Educação (NIEPHE), da Unesp. O trabalho do núcleo foi utilizado como base para

São Bento do Sapucaí recebe cursos de Graduação

A Prefeitura de São Bento do Sapucaí, através da Secretaria Municipal de Educação, em parceria com o Centro Universitário Hermínio Ometto - UNIARARAS, trazem para o município dois cursos de Graduação. Os cursos oferecidos, que são Administração e Pedagogia, tem duração de 4 anos e serão ministrados na E.M.E.F. Coronel Ribeiro da Luz, onde as aulas iniciam-se no dia 04/02/2013. O valor da mensalidade é de R\$ 329,00 para pagamento até o dia 10 de cada mês. O valor da matrícula é de R\$ 100,00. Os alunos assistirão às aulas pela TV e terão comunicação direta online aos professores, com dois computadores disponibilizados para este fim na sala de aula. Um tutor estará presente diariamente na sala de aula com os alunos para esclarecimento de dúvidas e orientação dos trabalhos e atividades. As pré-inscrições iniciam-se a partir desta

terça-feira, 27/11 e vão até o dia 12/12, na Secretaria de Educação, com o responsável Michel. Os interessados podem também preencher o formulário e enviar para o e-mail da Secretaria de Educação: tituladoc@sbtsapucaipb.org.br No dia 12/12, às 19h, na E.M.E.F. Coronel Ribeiro da Luz, será realizada uma avaliação em forma de redação, como processo seletivo classificatório para a matrícula no curso. Ressaltamos que a avaliação é classificatória e não eliminatória. Para participar do processo seletivo é necessário ter realizado a pré-inscrição e apresentar os seguintes documentos: xerox simples de (RG, CPF, Título de Eleitor, Certidão de Nascimento ou Casamento, 2 fotos 3x4, Histórico Escolar e Certificado ou Declaração de Conclusão do Ensino Médio, Certificado de Reservista (se do sexo masculino) e pelo telefone: (12) 3971-6110.

Lojistas da região esperam aumento nas vendas de Natal

Uma pesquisa realizada pelo Sincovat (Sindicato do Comércio Varejista) com 166 lojistas das cidades de Taubaté, Caçapava, Ubatuba e Campos do Jordão revelou que os empresários estão otimistas com as vendas de final de ano. De acordo com o levantamento, realizado entre os dias 19 e 23 de novembro, os comerciantes de Campos do Jordão estão mais confiantes neste Natal. A expectativa na Serra da Mantiqueira é que as vendas deste ano supere as de 2011 em 19,5%. O ticket médio na cidade deve ser de R\$ 65. Entre os setores que mais apostam em um Natal mais “gordo” estão as lojas de utilidades e presentes, roupas, perfumarias e eletroeletrônicos. Em Ubatuba, a previsão dos

lojistas também é de um bom final de ano e esperam superar o movimento do ano passado em 19%. No município litorâneo foram ouvidos 49 empresários e o valor médio dos presentes deve girar em torno dos R\$ 62. Entre os setores, há um otimismo maior para as lojas de artigos religiosos, artesanatos e vestuário de praia. Os dados levantados pelo Sincovat mostram que em Caçapava a expectativa é vender, em média, 16,3% a mais neste Natal, com relação ao passado. Lojas de confecções infantis, eletrônicos e decoração são as mais otimistas. Em Taubaté, foram ouvidos 45 lojistas, que esperam um Natal 16% melhor do que foi em 2011. Na cidade, o ticket médio deverá ser de

R\$ 72. Entre os setores que mais apostam em um período de boas vendas estão os de roupas, calçados, brinquedos e artigos esportivos. Para o presidente do Sincovat, Dan Guinsburg, os lojistas devem aproveitar o grande movimento no mês de dezembro para fidelizar os clientes. “Obter bons resultados no Natal não significa apenas ampliação nas vendas, mas conseguir aproveitar a principal data do calendário do comércio para conquistar novos clientes. O lojista deve sempre manter a loja apresentável, com bons produtos, preços competitivos, ações de marketing e principalmente – realizar um bom atendimento”, comenta Dan.



CAÇAPAVA • CAMPOS DO JORDÃO • CARAGUATATUBA • CUNHA • ILHABELA • JAMBEIRO • LAGOINHA • MONTEIRO LOBATO • NATIVIDADE DA SERRA • PARAIBUNA • PINDAMONHANGABA • REDENÇÃO DA SERRA • SANTO ANTONIO DO PINHAL • SÃO BENTO DO SAPUCAÍ • SÃO LUIZ DO PARATINGA • TAUBATÉ • TREMEMBÉ • UBATUBA



ANO XXII 01-02-03 DE DEZEMBRO DE 2012 Nº 4/863 DIRETOR RESPONSÁVEL: DANIEL D. RIBEIRO DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA R\$ 1,00

Comércio amplia horário para as vendas de Natal

A partir deste sábado, 1 de dezembro, os estabelecimento comerciais da região já deverão ampliar o horário de funcionamento para atender os consumidores, que começam a “correr atrás” das compras de Natal. De acordo com o Sincovat (Sindicato do Comércio Varejista de Taubaté e região) as lojas poderão abrir até mais tarde durante o mês de dezembro, desde que solicitem por meio de requerimento o horário diferenciado. “Esse requerimento é a garantia que os empresários precisam para trabalhar com mais tranquilidade, evitando possíveis multas”, comenta Valéria Santos, analista sindical do Sincovat. O valor da autuação é de R\$ 300 por funcionário. Os lojistas podem fazer o download do documento no site www.sincovat.org.br. Depois de preenchido deve ser levado

até o Sincovat, que também o encaminhará para o Sindicato dos Empregados no Comércio. Com relação ao horário, conforme a cláusula 42 da Convenção Coletiva, as lojas poderão ficar abertas de segunda a sexta-feira das 8h às 22h, sábados e domingos das 8h às 18h, e exceções para 24 e 31 de dezembro, dias em que os lojistas poderão trabalhar das 8h às 18h. Vendas - O comércio espera melhora no movimento já a partir deste sábado, principalmente devido ao pagamento da primeira parcela do 13º salário. Uma pesquisa realizada pelo Sincovat com 166 lojistas das cidades de Taubaté, Caçapava, Ubatuba e Campos do Jordão revelou que os empresários estão otimistas com as vendas de final de ano. De acordo com o levantamento, realizado entre os dias 19 e 23 de novembro,

os comerciantes de Campos do Jordão estão mais confiantes. A expectativa na Serra da Mantiqueira é que as vendas deste ano supere as de 2011 em 19,5%. O ticket médio na cidade deve ser de R\$ 65. Em Ubatuba, a previsão dos lojistas também é de um bom final de ano e esperam superar o movimento do ano passado em 19%. No município litorâneo o valor médio dos presentes deve girar em torno dos R\$ 62. Os dados levantados pelo Sincovat mostraram que em Caçapava a expectativa é vender, em média, 16,3% a mais neste Natal, com relação ao passado. A média dos valores dos presentes deverá ser de R\$ 75. Em Taubaté, os lojistas esperam um Natal 16% melhor do que foi em 2011. Na cidade, o ticket médio deverá ser de R\$ 72.

Comemoração dos 367 anos de Taubaté começa no dia 1º de dezembro

Taubaté inicia as comemorações do seu aniversário de 367 anos no próximo sábado, 1 de dezembro. Neste ano, a programação de aniversário da cidade, organizada pela Secretaria de Turismo e Cultura (SETUC) da Prefeitura de Taubaté, se estenderá até o dia 5 de dezembro que, inclusive, é feriado municipal. No dia 1 de dezembro será aberta a exposição “Cosmópolis Resumo do Mundo”, no Sítio do Picapau Amarelo, às 20 horas. A programação será retomada na segunda-feira, também às 20 horas, na Praça D. Epaminondas, com a apresentação da OSITA – Orquestra Sinfônica de Taubaté. Entre as diversas atrações da programação estão a inauguração do Espaço Quadros Lobato e a entrega da Van Turística, que acontecerá no dia 5, às 10 horas, no Sítio do Picapau Amarelo. Também no dia 5, junto às futuras instalações do Sedes 2 – Portal das Artes, na Praça Oito de Maio, haverá a inauguração das estátuas de personagens de Monteiro Lobato. Local: SEDES 2 – Portal das Artes/05/12 – Avenida da Alegria do Povo Taubateano Das 14h às 16h Projeto Praça Animada de Aniversário da Cidade - Banda de Retreta: Banda Santa Cecília - Apresentador: Tonho Prado - Mágico: Jack - Palhaço: Xuxu - Contação de Estórias: Tia Regi - Malabares: Fernando Cuba - Oficina Temática “Aniversário da Cidade”: Cia Bola de Meia - Oficina Temática “Aniversário da

Parque Municipal do Vale do Itaim. Confira a programação completa: Dia 01/12 – Abertura da Exposição “Cosmópolis Resumo do Mundo” e Natal Sustentável Do Sítio do Pica Pau Amarelo Local: Sítio do Picapau Amarelo Horário: 20 h Dia 03/12 – OSITA Local: Praça D. Epaminondas Horário: 20 h 04/12 Apresentação de Teatro: “Jovem Sim e Daí?” Local: Praça Dom Epaminondas Horário: 14h Cantata de Natal Orquestra Fêgo Camargo Local: Praça D. Epaminondas Horário: 20 h Dia 05/12 Inauguração Espaço Quadros Lobato e Entrega da Van Turística Local: Museu Histórico, Folclórico e Pedagógico Monteiro Lobato Horário: 10 horas Dia 05/12 – Inauguração de estátuas de personagens de Monteiro Lobato Local: SEDES 2 – Avenida da Alegria do Povo Taubateano Das 14h às 16h Projeto Praça Animada de Aniversário da Cidade - Banda de Retreta: Banda Santa Cecília - Apresentador: Tonho Prado - Mágico: Jack - Palhaço: Xuxu - Contação de Estórias: Tia Regi - Malabares: Fernando Cuba - Oficina Temática “Aniversário da Cidade”: Cia Bola de Meia - Oficina Temática “Aniversário da

Cidade”: Tia Alegria - Escultura em Balão: Ministério da Alegria - Maquiagem Artística: Cia Philaderpho - Grupo de Maracatu: Baque do Vale Das 16h às 18h Projeto Praça Animada de Aniversário da Cidade - Banda de Retreta: Banda do Villino - Apresentador: Allê Quila - Mágico: Henry - Palhaço: Derpho - Contação de Estórias: Tia Rose - Malabares: Fernando Cuba - Oficina Temática “Aniversário da Cidade”: Cia Philaderpho - Oficina Temática “Aniversário da Cidade”: Cia do Molinha - Escultura em Balão: Tia Alegria - Maquiagem Artística: Cia do Xuxu - Cia de Moçambique: Paizinho 18h30 – Luara e Banda - Encerramento com a FAMUTA 05/12 – Sítio do Pica Pau Amarelo 14 h – Oficina Temática “Aniversário da Cidade”: Tio Artes/05/12 – Avenida da Alegria do Povo Taubateano Das 14h às 16h Projeto Praça Animada de Aniversário da Cidade - Banda de Retreta: Banda Santa Cecília - Apresentador: Tonho Prado - Mágico: Jack - Palhaço: Xuxu - Contação de Estórias: Tia Regi - Malabares: Fernando Cuba - Oficina Temática “Aniversário da Cidade”: Cia Bola de Meia - Oficina Temática “Aniversário da

Maurício Moura

Peixoto cria Portal do Planejamento

A partir do dia 03 de dezembro, a população de Taubaté poderá consultar via internet informações referentes à Área de Planejamento da Prefeitura Municipal, como exemplo, a Zona Habitacional que um lote está inserido, atividades permitidas e proibidas no local, coeficiente de aproveitamento e taxa de ocupação. O município poderá gerar em PDF o resultado da consulta, imprimir e protocolar seu pedido de Certidão de Uso de Solo, para isso basta ter em mão o seu número de BC

(Boletim de Cadastro). O principal objetivo do novo sistema é facilitar e agilizar a elaboração da certidão oficial. Além disso, o Novo Portal de Planejamento permitirá a economia de recursos e melhoria na qualidade do serviço público, e com isto os grandes beneficiados serão os cidadãos de Taubaté. Antes o processo de zoneamento era realizado manualmente, demandando tempo e suscetível a erros humanos, a partir da aprovação do novo Plano Diretor, que ocasionou mudanças no

zoneamento da cidade, se tornou primordial a modernização do sistema. O prefeito Roberto Peixoto, salientou que o principal objetivo do novo sistema é facilitar o acesso da população às informações do setor municipal. “Teremos um fluxo de informação adequado, com agilidade, segurança e facilidade para a população”, explicou. O Portal do Planejamento pode ser acessado através do site oficial da prefeitura de Taubaté no endereço www.taubate.sp.gov.br

Secretaria de Meio Ambiente de Taubaté doa mudas de árvores até 20 de dezembro

A Secretaria de Meio Ambiente (SEMA) da Prefeitura de Taubaté está realizando um programa de doação de mudas de árvores, para promover a ampliação da arborização do município. A secretaria possui 30 espécies de mudas, ideais tanto para a atração de pássaros quanto de insetos, fator que contribui significativamente para a

melhoria da qualidade do meio ambiente. Os interessados devem entrar em contato com a SEMA até o dia 20 de dezembro deste ano. Mais informações podem ser obtidas pelos interessados através do telefone 3624-4195 (SEMA) 3633-5008 (Parque Municipal do Vale do Itaim). A secretaria quer aproveitar esta época do ano, com a primavera, para

estimular ambientalistas, agricultores, moradores e associações de bairros, entre outros, a plantarem árvores em suas propriedades. Segundo o diretor de Meio Ambiente, Ralph Nunes Ferreira Leite, uma das metas é que agricultores plantem mudas em locais como margens de córrego e outras áreas de preservação.

Plano de Carreira do Magistério será revisto pela Secretaria de Educação

Professores da rede municipal irão encaminhar à Câmara de Taubaté um novo anteprojeto de lei do Plano de Carreira do Magistério, após se reunirem com a Secretaria de Educação. A decisão foi tomada durante audiência pública promovida pela Comissão de Justiça no dia 28. De acordo com os professores, o anteprojeto de lei que foi colocado em discussão não era o mesmo que fora elaborado, em dezembro de 2011, pela comissão designada para essa tarefa. Integrante dessa comissão, Fabrício José Pires de Oliveira usou a tribuna para dizer que desconhecia o origem do anteprojeto que estava em análise. “Este Plano não tem nada a ver com o que foi elaborado pela comissão. Ele fere, e muito, uma série de direitos que estavam ali previstos. Qualquer plano de carreira, aliás, é menos lesivo ao professor do que este, que

foi apresentado”, disse Fabrício. O professor Fábio Moutinho completou que a comissão se reuniu durante muito tempo para chegar ao texto final do Plano de Carreira. “Acho que 90% do que a gente fez não está nesse texto. Então, gostaríamos que nosso texto base tivesse sido trazido para cá, com as correções do Jurídico [da Prefeitura].” De acordo com o secretário de Educação, professor Carlos Roberto Rodrigues, o anteprojeto foi enviado à Câmara para que fosse analisado pelos vereadores e pelo Departamento Jurídico, o que não implicaria na votação do texto. “Eu queria que os vereadores vissem. Agora, de jeito nenhum, eu iria pegar o projeto de vocês e jogá-lo fora. Vai ter um momento que eu vou me sentar com vocês com todos os pré-projetos e, em cima disso, juridicamente, discutir o que pode ou não.” Para o presidente da

Comissão de Justiça, Chico Saad (PMDB), a solução seria uma reunião entre professores e Secretaria de Educação, para que fosse encaminhado à Câmara o texto definitivo para ser analisado. “Mesmo vindo um texto mais fácil possível, a gente faz uma reunião e lê artigo por artigo, antes de fazer a peça final. Nossa intenção é democratizar a discussão, abrindo a fala”, disse o vereador. A ex-vereadora e professora Celinha Marques disse que Taubaté reúne todas as condições para melhorar as relações de trabalho do magistério. “É importante discutir o Plano de Carreira, mas teríamos que estar aqui com o Jurídico, de ambas as partes, vereadores, professores... Temos que ter em mente que teremos uma nova gestão, novos prefeitos, vereadores e secretarias, e tudo isso tem que ser colocado no papel.”

