

Miscelânea

Curiosidades

Perceba quando estiver comendo demais. Durante algum tempo, mantenha anotações sobre a sua alimentação para você poder controlar o que está comendo. Se seu trabalho é muito cansativo e você ataca comidas gordurosas à noite, considere-se um “comedor de estresse”. Para outros, pode ser tédio, tristeza ou solidão, existem muitas razões para comermos mais do que o necessário. Trabalhe essas emoções e observe o seu progresso na alimentação. Tem gente que acha que comendo menos vai emagrecer. Mas na verdade é que a falta de comida provoca um impacto no seu metabolismo corporal e, a partir do momento em que você volta a comer, ganhará muito peso. Se não nos alimentamos corretamente, especialmente com relação às proteínas, nossas reservas musculares se tornam debilitadas. Nenhuma dieta funciona se não for sustentável. Você deve tomar café da manhã. Seu corpo fica sem comida durante o sono e, pular a primeira refeição o faz segurar gordura e, ir para o “modo de sobrevivência”. Uma vez que você estabelece uma rotina alimentar adequada, você vai perder peso. Mas, passar fome só vai deixar seu corpo confuso. Você não precisa ter fobia de carboidratos. Carboidratos como o arroz e o pão integral, são muito importantes para o organismo, porque mantêm o açúcar no sangue estável, são bons para o humor e contêm minerais essenciais. Eliminar um monte de alimentos provoca deficiência de minerais. Você não precisa comer muito, mas comer bem. É importante manter o horário das refeições, quer dizer, não comer enquanto assiste TV, lê ou mexer no computador. Se você não se concentra na comida é mais ou menos como não comer. Procure ter tempo para aproveitar cada refeição.

Humor

O filho pede ao pai, que tranquilamente o jornal:

- Papai, posso ver a televisão?

- Claro meu filho, desde que a deixe desligada, pode ver quanto quiser.

Nosso professor de história explicava que os arqueólogos descobriram fósseis de dez milhões de anos, quando a aluna loira da nossa classe, perguntou:

- Professor, antes ou depois de Cristo?

O marido dirige-se à esposa e diz:

- Querida, precisamos fazer alguns cortes nas despesas. Que tal você se esforçar e aprender a cozinhar, lavar, passar e limpar a casa? Assim poderemos dispensar a nossa empregada. E ela responde:

- Eu tenho uma ideia melhor. Se você se esforçar sendo mais carinhoso e atencioso comigo até que podemos dispensar o nosso jardineiro e o nosso motorista.

O proprietário de um hotel de praia resolve contratar uma nova secretária. Sabendo do emprego, uma jovem loira decide ir ao hotel com um minúsculo biquíni, para fazer o teste. Debruçado sobre a mesa, o hoteleiro assiste o teste de datilografia e diz:

- Bom, muito bom, nada mal, apenas quatro errinhos! Agora vamos ver, escreva a segunda palavra.

Mensagem

Saudades... Sinto saudades de tudo que marcou a minha vida. Quando vejo retratos, quando sinto cheiros, quando escuto uma voz, quando me lembro do passado, eu sento saudades... Sinto saudades dos amigos que nunca mais vi, de pessoas com quem não mais falei ou cruzei... Sinto saudades dos que se foram e de quem não me despedi direito! Daqueles que não tiveram como me dizer adeus... Sinto saudades das coisas que vivi e das que deixe passar, sem curtir na totalidade. Quantas vezes tenho vontade de encontrar não sei o que... não sei onde... para resgatar alguma coisa que nem sei o que é e nem onde perdi...

Por mais independentes que sejamos, um dia sempre admitimos que precisamos de alguém. E por mais que tenhamos tudo que queremos ter um dia sempre admitimos que trocaríamos tudo que temos para compartilhar quem somos com esse ninguém...

Se aceite tal e qual és, buscando melhorar-se. Suportar com paciência as provas do caminho. Se você cair, erga-se logo para seguir adiante. Se já conhece o que seja tentação, já sabe claramente como evitá-la. Deixe de criar motivações a sofrimento de que não tem necessidade. Abstenha-se de relações que lhe prejudique a paz. Não tente sanar amarguras da alma com medicações que lhe criem exagerada dependência. Cultive fortaleza de ânimo e escolha a realidade tal como se apresenta. Faça todo bem que puder, auxiliando a todos, mesmo quando não possa estar com todos. Trabalhe sempre. Não diga que isso é óbvio ou que já sabe tudo, porque os planos do bem devem ser infinitamente repetidos e a construção mais simples é sempre a mais difícil de fazer.

Pensamentos

Quem encontra prazer na solidão ou é fera selvagem ou é santo.

Homens são como vinho, a idade azeda os maus e apura os bons.

A noite todas as pardas são gatas.

Os espelhos são usados para ver o rosto e a arte para ver a alma.

No dia em que nasce é que começam as suas tarefas.

O honesto sonha com aquilo que o pecador realiza.

As amizades duplicam as alegrias e dividem as tristezas.

Se quiseres prever seu futuro, estude o seu passado.

O que não provoca a morte faz com que fiquemos mais fortes.

Não há fatos externos, como não há verdades absolutas.

A dúvida é o princípio da sabedoria.

O ignorante afirma, o sábio duvida e o sensato reflete.

Aprender sem pensar é tempo perdido.

Quem não sabe o que é a vida não poderá saber o que é a morte.

Ninguém é tão grande que nunca precisa de alguém.

Ser feliz e ter razão, geralmente, são incompatíveis.

Ninguém sabe o bastante para ser pessimista.

O Sol nasce para todos e a Lua para os enamorados.

A união do rebanho obriga o leão dormir com fome.

Para sua estrela brilhar não precisa apagar a minha.

Todas as flores do futuro estão nas sementes do presente.

Onde não há dignidade, a amizade não perdura.

O prazer no trabalho aperfeiçoa a obra.

Um idealista é alguém que ajuda outro a ter lucro.

Nunca estamos preparados para o que esperamos.

O bom humor não custa nada e compra tudo.

Nunca me preocupo com o futuro, muito em breve ele virá.

Uma corrida não se ganha na primeira volta, mas se perde.

Nunca são esquecidas as lições aprendidas na dor.

Uma única força move o mundo: o interesse.

Toda força será fraca se não estiver unida.

Se a castidade não é uma virtude é, pelo menos , uma força.

GANHE CINCO MIL REAIS DANÇANDO EM TREMEMBÉ

O Rotary de Tremembé estará realizando um super evento nos dias 5, 6 e 7 de julho nas antigas estações ferroviárias da praça central de Tremembé, denominado DANCEI MAIS GANHEI. Os participantes inscritos iniciarão a dançar no dia 5 de julho de 2013 às 20 horas, e com paradas para se alimentar (lanche a noite e a tarde, almoço e janta, café da manhã) e para ir ao banheiro, vão dançar durante 24 horas sem parar. As alimentações serão servidas no local e por conta dos participantes. Os três últimos que ficarem terão prêmios em dinheiro, sendo o último a quantia de R\$5.000,00, o penúltimo R\$2000,00 e o antepenúltimo R\$1000,00. Haverá fiscais durante as 24 horas para desclassificação de pares que não obedecerem as regras, câmeras filmando para provas necessárias, as paradas serão cronometradas, os participantes usarão coletes com números identificadores. A regra primordial é dançar sempre no ritmo da musica que estiver tocando, seja samba, valsa, rock ou bolero. Os pares têm que dançar abraçados como num baile, dançar separado não pode. Para inscrições ou maiores informações os interessados poderão ligar para o numero 012 34130900 no horário comercial. Para a inscrição que já começou e deve ser logo feita pois a quantidade de pares é limitada os interessados receberão por email a ficha de inscrição do PAR (inscrições tem que ser feitas pelo par dançante) e a devolverão também por e mail preenchidas. A idade mínima para participar é de 18 anos. Haverá uma taxa de inscrição. Na última vez que houve um concurso destes os últimos que ficaram no palco dançando foram até a segunda feira às 10 horas da manhã. No local do evento haverá barracas para

alimentação, guloseimas, bebidas e mesas e cadeiras para os espectadores que irão ver a maior maratona de dança do Vale do Paraíba. No sábado a tarde ainda haverá desfile de modas adulto e infantil no local da competição. Este evento é promovido pelo Rotary Clube de Tremembé. O Rotary é a maior instituição social do planeta. O Rotary de Tremembé se notabiliza pela forte ação em ajuda de quem precisa, pois de que adianta viver se não ajudar a viver? Seja um Rotaryano e mais feliz por poder fazer outras pessoas felizes! No dia do evento haverá um telão para mensagens comerciais, que é a ajuda que as empresas podem dar ao Rotary para ele abrir cada vez mais o abraço social, entre em contato pelo telefone 12 34130900 e coloque sua mensagem no telão ajudando quem não tem proteção.

Sesc Taubaté promove itinerância do Festival Mix Brasil de cultura da diversidade



O Sesc Taubaté realiza, na programação de Cinema, a exibição de filmes do Festival MIX Brasil de Cultura da Diversidade, nos dias 7 e 8 de maio, às 19h, em comemoração ao Dia Mundial da Diversidade Cultural. O festival já está em sua 20ª edição e tem grande força no contexto LGBT, exibindo produções audiovisuais que transitam por esta

temática. Confira os filmes que serão exibidos: Longa metragem, Mia, Dia 7, às 19h. Curtas metragens, - Três vezes por semana, - Desvelo, - Vestido de Laerte, - A inevitável história de Leticia Diniz, - Quando a noite acaba em silêncio, - Gaydar, Dia 8, às 19h. O Dia Mundial da Diversidade Cultural foi instituído pela assembleia geral da ONU no dia 21 de

maio para celebrar a Diversidade Cultural em âmbito mundial. A data procura dar visibilidade e proporcionar a promoção, o reconhecimento, o respeito, o diálogo e o desenvolvimento entre os povos. O Sesc apoia esta ação e intensifica, durante o mês de maio, as ações que valorizam a diversidade.

Pinda se aproxima da meta de imunização contra a gripe

As pessoas que estão nos grupos prioritários deverão se imunizar contra a gripe até o dia 10 de maio. Os trabalhos tiveram início dia 15 de março e terminaria no dia 26, porém, o Ministério da Saúde resolveu estender o prazo, porque alguns estados não haviam conseguido vacinar nem a metade da meta, que é pelo menos 80% da população alvo. Pindamonhangaba deverá vacinar 21 mil pessoas do grupo prioritário, que são os idosos, gestantes, mulheres

até 45 dias após o parto, trabalhadores de saúde, pessoas com doenças crônicas e crianças de seis meses a menores de dois anos de idade. No último sábado (27), a Prefeitura de Pindamonhangaba disponibilizou uma equipe para atender a população na praça Monsenhor Marcondes. Quem ainda não se protegeu contra os vírus da doença deve procurar a unidade de saúde mais próxima, basta levar um documento com foto. **Contraindicações.** A vacina influenza sazonal não deve ser administrada em pessoas com história de reação anafilática prévia ou alergia grave relacionada a ovo de galinha e seus derivados, assim como a qualquer componente da vacina. Pessoas que apresentaram reações anafiláticas graves a doses anteriores também contraídam doses subsequentes.

Leia e Anuncie

A Gazeta dos Municípios

12 3672 2257

www.agazetadosmunicipios.com.br

Taubaté: UNITAU lança Feira de Oportunidades e Empreendedorismo

Evento reúne empresas de diferentes segmentos e tem palestra de Max Gehringer na programação. A Universidade de Taubaté (UNITAU) realiza, nos dias 7 e 8 maio, a 1ª Feira de Oportunidades e Empreendedorismo da Instituição, evento que visa aproximar os estudantes do mercado de trabalho e estimular os alunos a conhecerem e adotarem práticas empreendedoras. Uma das atrações da programação é a palestra com o administrador de empresas e consultor de negócios Max Gehringer. No evento, realizado em parceria com o Sebrae (Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas), os estudantes terão a oportunidade de se inteirar sobre o trabalho de empresas de diferentes segmentos - as firmas terão estandes nos quais apresentarão suas atividades - e concorrer às vagas de estágios e trainees oferecidas por elas. “A feira é uma oportunidade de aproximação

do aluno com o mercado produtivo e uma forma de as empresas ampliarem o relacionamento com os estudantes”, disse a Pró-reitora Estudantil da UNITAU, Profa. Dra. Nara Lúcia Perondi Fortes. Ela ressalta que a troca de informações entre os alunos e as empresas é importante para que os estudantes possam conhecer as demandas do mercado e para que possam expor suas habilidades e interesses para os contratantes. O evento também terá uma programação especial com cursos, treinamentos e palestras sobre temas das áreas de orientação profissional, mercado de trabalho e carreiras. A atração principal será o administrador de empresas e consultor de negócios Max Gehringer. O convidado, que atua, entre outras atividades, como orientador de carreiras, tem uma trajetória profissional de sucesso – começou como office boy e chegou ao cargo

de presidente em firmas como Elma Chips e Pepsi – e é referência de atuação na área empresarial. A palestra dele será realizada no dia 8, às 19h, e é gratuita. Podem participar da Feira alunos da UNITAU de cursos técnicos, de graduação, de pós-graduação, do Ensino a Distância, e ex-alunos da Instituição, além de professores e funcionários da Universidade. Os interessados em participar devem inscrever-se no site do evento, <http://site.unitau.br/scripts/fea/>, ele pode ser acessado também pelo Portal do Aluno, no site da UNITAU (www.unitau.br). A feira será realizada das 16h às 22h, nos dias 7 e 8 de maio, no Departamento de Economia, Contabilidade e Administração (ECA), localizado na Rua Expedicionário Ernesto Pereira (entrada pelo portão 3). Mais informações podem ser obtidas na Pró-reitoria Estudantil, nos telefones (12) 3625-4216 e (12) 3625-4180.

Governo inicia processo de redução de militares brasileiros no Haiti

O Brasil está reduzindo seu efetivo de militares brasileiros no Haiti. O governo iniciou esse processo na semana passada quando 300 homens deixaram o país da América Central. Todos pertencem ao 2º Batalhão de Infantaria de Força de Paz (Brabat 2) e atuam no setor de engenharia, segundo o Ministério da Defesa, o objetivo é manter naquele país 1.450 militares brasileiros compoando a Missão das Nações Unidas para a Estabilização do Haiti

(Minustah). No dia 13 de maio, 250 soldados do 18º Contingente da Missão de Paz-Haiti, efetivo que se realizou preparo centralizado durante um mês em Pindamonhangaba, Região Metropolitana do Vale do Paraíba. Criada pelo Conselho de Segurança das Nações Unidas em 30 de abril de 2004, a Minustah é um programa de cooperação para a recuperação do Haiti e restauração da ordem em uma nação que enfrenta, além das

dificuldades econômicas, instabilidade política e violência urbana, caos que se acentuou após violento terremoto em 2010 que causou 300 mil mortos e atingiu 1,5 milhão de haitianos. A missão é treinada para desarmar guerrilheiros e rebeldes e preparar o país para eleições livres. Seu treinamento consiste ainda de obras de engenharia (construção de pontes, reformas, abertura de estradas) e atividades sociais.

PM apreende 40 quilos de crack em Pindamonhangaba

A Polícia Militar apreendeu 40 quilos de crack na tarde de domingo (5) em uma casa no bairro Cidade Jardim, em Pindamonhangaba. Em patrulhamento pelo bairro, os policiais sentiram um cheiro forte característico da droga vindo de uma

c r a c k , porções de maconha, uma escopeta calibre 12 e material para refino de droga. O proprietário da casa prestou depoimento para a Polícia Civil e foi liberado, o inquilino ainda não foi localizado.

Taubaté cria Conselho Municipal de Carnaval visando mais qualidade nos desfiles de rua

O carnaval de rua de Taubaté já é um dos mais atraentes da região, mas a Prefeitura visa dar mais estrutura para o evento para os próximos anos. Com esse propósito, várias reuniões vêm ocorrendo com as entidades e lideranças para a avaliação de diretrizes para a festa. Desde abril, Ortiz Junior, prefeito de Taubaté, vem ouvindo representantes das escolas e blocos desde o mês de abril, período em que foram criados grupos de trabalho. De acordo com a

Prefeitura, o objetivo é incentivar e estimular as escolas e agremiações, aprimorando a parte cultural do evento. Dentre as iniciativas tomadas para a modernização e maior participação das entidades nos desfiles de rua, está a criação do Conselho Municipal de Carnaval. O modelo se baseia no Conselho de Carnaval de Salvador e terá o objetivo de definir os detalhes do Carnaval a partir de 2014. Na atualidade, Taubaté conta

com dois grupos de escolas de samba, sendo um de acesso. As escolas do grupo principal são: Boêmios da Estiva, Império Central Mocidade Alegre da Vila das Graças, Acadêmicos do Xafariz/XV de Novembro, Acadêmicos da Santa Fé, Unidos do Parque Aeroporto e, inativa há dois anos, a Embaixada da Vila São José. Vale lembrar que todos os projetos para o Carnaval 2014 ainda estão sendo discutidos antes das definições finais.

Semana da Cultura Caiçara tem início no próximo dia 12 em Ilhabela



Um dos maiores eventos culturais de Ilhabela, a XIII Semana da Cultura Caiçara, que tem como destaque a Festa de São Benedito e a Congada de Ilhabela, já começou a ser preparada pela Prefeitura, por meio da Secretaria da Cultura, e a Fundaci (Fundação Arte e Cultura de Ilhabela). A programação do evento terá início no dia 12 de maio (domingo), às 9h, com a tradicional Corrida de Canoas Caiçara, que terá largada na Praia do Perequê e chegada na Praia Santa Tereza. "A Semana da Cultura Caiçara é a maior manifestação

cultural de nosso povo, quando mostramos toda a riqueza das nossas tradições, a história da ilha. Será mais uma vez uma grande festa e todos estão convidados", disse o prefeito Toninho Colucci. Diversas atrações musicais já estão confirmadas: a Orquestra do Erê, de Tremembé, e a Banda "Caixa Musical", de São Paulo - ambas no dia 17 (sexta-feira); Gabriel Sater no dia 18 (sábado); Deo Lopes e Banda no dia 19 (domingo) e Luísa Possi no dia 24 (sexta-feira). "Destaque, além da cultura caiçara local e da tradição da nossa

congada, buscamos promover um intercâmbio cultural, trazendo a cultura do pantaneiro, o congo de Tremembé, a música regional, entre outras atrações", disse o secretário da Cultura, Nuno Gallo. A quermesse da Festa de São Benedito começa na noite do dia 16 (quinta) e a Congada de Ilhabela tem início no dia 17 (sexta) com o levantamento do mastro. Durante os dias de quermesse na Vila, a festa tem início sempre às 20h com barracas de comidas, bebidas e sorteios de prêmios.

Pindamonhangaba: Conselho de Cultura abre vagas para a sociedade civil

O CMC - Conselho Municipal de Cultura está com inscrições abertas para as eleições dos conselheiros representantes da sociedade civil, nos segmentos: artesanato, música, literatura e cultura popular. As inscrições seguem até o dia 7 de maio, das 8 às 17 horas, no Departamento de Cultura da Prefeitura. Para participar, o interessado deve apresentar

comprovação de que atua na área escolhida há dois anos, além de atender aos termos da lei 5118/10 (que criou o CMC) e regimento interno. As cópias estão à disposição no Departamento de Cultura. A eleição será coordenada pela comissão eleitoral do Conselho, e será realizada no dia 20 de maio, às 19 horas, no auditório da Prefeitura. A publicação dos

habilitados será no dia 10 de maio e a publicação dos representantes eleitos será no dia 24 de maio. Mais informações podem ser obtidas no Departamento de Cultura, que fica na rua Dr. Campos Sales, 530, São Benedito. Telefones 3642-1080 e 3643-2690.

VAQUELI ABRE PROGRAMA DO PACTO NACIONAL PELA ALFABETIZAÇÃO NA IDADE CERTA EM TREMEMBÉ



A Secretária de Educação Profa. Dr. Cristiana Mercadante Esper Berthoud recebeu no último sábado - 27/04, na EMEF Profa. Ernani Giannico, autoridades, professores alfabetizadores, diretores e coordenadores do município para a cerimônia de abertura do Pacto Nacional pela Alfabetização na Idade Certa. O Prefeito Marcelo Vaqueli e a Secretária de Ação Social e primeira dama Andréa Vaqueli, prestigiaram o evento demonstrando total apoio a este compromisso assumido pela Secretaria de Educação. Logo após a abertura oficial, as Orientadoras de Estudo, e também docentes do

município Profa. Josimira Costa Santana Gomes e Profa. Camila Brandão de Lima Goes, que receberam formação da Universidade Estadual Paulista (UNESP), deram início ao curso de formação continuada aos professores alfabetizadores. Este curso será presencial, terá a duração de dois anos e pretende garantir aos participantes ferramentas para alfabetizar com planejamento. O Pacto Nacional pela Alfabetização na Idade Certa é um compromisso formal assumido pelos governos federal, do Distrito Federal, dos estados e municípios de assegurar que todas as

crianças estejam alfabetizadas até os oito anos de idade, ao final do 3º ano de ensino fundamental. Um desafio que segundo a Coordenadora Local do PNAIC no município Profa. Maria Angelina Oliveira Leite, será enfrentado com dedicação e determinação. Para a Secretária de Educação Profa. Dr. Cristiana Mercadante Esper Berthoud "O Pacto é a melhor iniciativa do governo nas últimas décadas no sentido de melhorar a educação. Estamos confiantes e todo nosso esforço será no sentido de realizar bem esse compromisso."



Encontro semanal de carros antigos é a nova moda em Pindamonhangaba



Carros é uma das maiores paixões do brasileiro, isso todos sabem! Mas a dedicação por carros antigos é algo ainda mais latente em determinados grupos, e é o que acontece em Pindamonhangaba com uma iniciativa que virou sucesso e ponto de encontro para pessoas de qualquer idade é participar de uma reunião de amigos com seus carros antigos, que agora é tem caráter regional. Todas as quintas-feiras, em Pindamonhangaba, acontece o Encontro dos Amigos do Clube da Biela e da Equipe

Stilo Radical, onde são expostos carros antigos de todos os tipos e anos, uma mostra livre para quem gosta do assunto. Segundo o conhecido "Pu", que promove o encontro, a ideia começou com cinco amigos. "Faz oito semanas que a gente se reúne lá, para falar de carro, mostrar seu carro... Em vez de ir para o bar, a gente se encontra e promove esse bate-papo sobre automóveis e cada um traz o seu!", disse ele comemorando o sucesso da iniciativa. Na reunião de carros antigos é possível se ver Opalas, camionetas

Chevrolet Brasil, Charger e Dart da família Dodge, os tradicionais e amados Kombis e Fuscas e ainda muitos carros preparados, tunados e bem cuidados. "Começou com a gente aqui em Pinda, mas agora temos a participação de amigos com seus carros de Guaratinguetá, do Clube do Opala de Taubaté e também de Caçapava!", disse Pu. A reunião ocorre às quintas-feiras, a partir das 19h00 na Praça da Bíblia, em frente ao Cemitério Municipal, em Pindamonhangaba.

CONFIRA CLASSIFICAÇÃO GERAL DA PROVA PEDESTRE PARÓQUIA SÃO JOSÉ EM TREMEMBÉ



Na manhã da última quarta-feira (01) aconteceu a 1ª Prova Pedestre da Paróquia São José do Jardim Santana, uma realização feita entre a direção da Paróquia São José, com a Prefeitura Municipal da Estância

Turística de Tremembé. Cerca de 300 atletas de 06 a 70 anos de diversas cidades da região participaram do evento. "Foi a primeira de muitas provas que vão vir para nossa cidade. Dia 02 de Junho acontece a 16ª

Prova Pedestre do Geninho num formato muito mais profissional, vai ser um sucesso com certeza" afirma a Secretária de Cultura, Turismo e Esportes, Marcela Pereira Tupinambá.

Polícia Militar de Pinda faz prisões e apreende grande quantidade de droga



A Polícia Militar de Pindamonhangaba realizou neste final de semana uma grande operação contra a criminalidade, apreendendo drogas e armas durante patrulhamentos com a equipe da Força Tática, Rocam e Radio Patrulhamento. No bairro Cidade Jardim, por volta das 11h30, os policiais encontraram em uma residência: uma escopeta calibre 12, 06 cartuchos intactos da mesma arma, 46

tijolos de crack de aproximadamente 1 kg cada, 1/2 Kg de maconha prensada e uma balança de precisão. Todo o material foi recolhido e apresentado para perícia. O proprietário da residência foi conduzido ao distrito policial para esclarecimentos. Dois foragidos. No último final de semana, dois foragidos da justiça foram capturados pela Polícia Militar de Pindamonhangaba. O fato

ocorreu na última sexta-feira (5), com uma prisão ocorrida à tarde e outra já à noite. Suspeito de estuprar a própria mãe. No dia 04 de maio (sábado), por volta das 09h00, uma equipe da Polícia Militar prendeu um homem em flagrante pelo bairro Araretama que teria estuprado a própria mãe, uma senhora de 61 anos. O rapaz foi conduzido ao distrito policial e permaneceu à disposição da justiça.

Mostra de Vídeo com Celular de Ilhabela está com inscrições até sexta

A 2ª Mostra de Vídeo com Celular de Ilhabela está com inscrições abertas até esta sexta-feira (10/5). Nesta edição, a mostra promovida pela Prefeitura de Ilhabela, por meio da Secretaria da Cultura de Ilhabela, e a Fundaci (Fundação Arte e Cultura de Ilhabela), tem como tema "Caiçara". Aberta à participação de todos os públicos, não há limite de idade. O objetivo é incentivar a comunidade a mostrar seu talento e sua criatividade de maneira simplificada e proporcionar um espaço onde os participantes possam transformar suas ideias em

conteúdos audiovisuais, utilizando seu celular como ferramenta. As inscrições podem ser feitas na sede da Secretaria da Cultura, à Rua Dr. Carvalho, nº 80 - Vila, ou via internet. Na opção on-line, o participante deverá preencher a ficha de inscrição no site da Prefeitura de Ilhabela que também contém o regulamento e enviar seu vídeo para o e-mail culturaeventos@ilhabela.sp.gov.br. Os vídeos deverão ter a duração mínima de 1 minuto e 30 segundos e máxima de 5 minutos. Cada pessoa poderá inscrever com apenas um vídeo. Os trabalhos deverão

ser entregues em arquivo em formato simples (AVI, VOB, MP4, RMVB, WMV), junto à respectiva ficha de inscrição, ou cópia da mesma, devidamente preenchida e assinada. A exibição dos vídeos acontecerá no próximo dia 13 de maio, às 19h no Galpão das Artes (Rua da Cocaia, 720 - Cocaia) e no dia 15 de maio, às 19h, no Centro Educacional e Cultural "Prefeito Roberto Fazzini", na Praia Grande, no Sul da Ilha. Todos os participantes receberão um certificado de participação.

A GAZETA DOS MUNICÍPIOS

Tudo que você lê aqui!

Você encontra em:

www.agazetadosmunicipios.com

Contato: (12) 3672-2257

Tremembé mora no meu

Tremembeonline.com.br