



Escolho ficar!
Cuidados paliativos
frente a doença de
câncer (pg.2)

**Chegou a hora de
fazer sua declaração
do IRPF 2023 (pg.15)**



ANO 2 - Nº 21 - 17/03/2023 - CIRCULAÇÃO: CAIEIRAS, FRANCO DA ROCHA, FRANCISCO MORATO, MAIRIPORÃ E CAJAMAR

FALA REGIONAL

WWW.FALAREGIONAL.COM.BR

GIRO REGIONAL..... PG.8
 CAIEIRASPG.11
 FRANCO DA ROCHAPG.12
 FRANCISCO MORATO ..PG.13
 CAJAMAR PG.14
 MAIRIPORÃ..... PG.15

SAÚDE



Embalagens ocultam parte dos
aditivos em alimentos (pg.3)

MAIRIPORÃ



Nascidos em 2005: faça já a sua
inscrição para o Alistamento
Militar (pg.15)

JUSTIÇA



Dino pede para Polícia
Federal apurar denúncias
contra a Ábin (pg.4)

FRANCO DA ROCHA



Franco recebe exposição de
retratos que exaltam a potência da
arte de drag queens (pg.12)



**ESPERA DE 30 ANOS
VAI CHEGAR AO FIM
CAIEIRAS TEM NOVO EDITAL
TRANSPORTE PÚBLICO**
CONFIRA TUDO SOBRE O NOVO EDITAL DO TRANSPORTE PÚBLICO EM CAIEIRAS (PG.16)



BAIXE O APP

APONTE A CÂMERA
DO SEU CELULAR
PARA O QR CODE ACIMA
E RECEBA AS NOTÍCIAS
DA REGIÃO ;)

CAIEIRAS



Paixão de Cristo 2023; veja datas
e local da apresentação (pg.8)

SEGURANÇA



Governo relança Pronasci com
foco em violência de gênero (pg.3)

PREVISÃO DO TEMPO

SEXTA	27°	16°	
SÁBADO	27°	15°	
DOMINGO	28°	17°	
SEGUNDA	29°	17°	
TERÇA	29°	17°	
QUARTA	29°	17°	

VEJA MAIS EM
FALAREGIONAL.COM.BR

EDITORIAL POR BIA LUDYMILA (MTB 0081969/SP)

A ARTE DE DANÇAR, VIVER BEM E SER FELIZ!

A dança é uma forma de arte que envolve movimentos rítmicos e expressivos do corpo, geralmente acompanhados de música. A dança é uma forma de comunicação não-verbal que pode transmitir emoções, contar histórias, celebrar eventos e expressar ideias.

Quem pode dançar? Qualquer pessoa pode dançar! A dança não tem limitações de idade, gênero, raça ou habilidade física. Desde que você tenha um corpo e esteja disposto a se mover, você pode dançar.

Dançar faz bem pra sua vida e para a sua auto-estima! Sim, a dança pode trazer muitos benefícios para a saúde física e mental.

Melhora a aptidão física: a dança é uma forma de exercício que pode melhorar a força muscular, a resistência cardiovascular, a flexibilidade e a coordenação.

Ajuda a manter um peso saudável: a dança é uma forma divertida de queimar calorias e

pode ser uma ótima maneira de manter um peso saudável.

Reduz o estresse: a dança pode ajudar a reduzir o estresse e a ansiedade, permitindo que as pessoas se desconectem das preocupações do dia a dia e se concentrem no movimento e na música.

Melhora a autoestima: a dança pode ajudar a melhorar a autoestima e a autoconfiança, pois permite que as pessoas se expressem de forma criativa e se sintam bem com seu corpo.

Estimula a socialização: muitas formas de dança, como a salsa ou o tango, são realizadas em pares e podem ajudar a estimular a socialização e a conexão com outras pessoas.

Melhora a saúde mental: a dança pode ajudar a melhorar o humor e reduzir os sintomas de depressão e ansiedade. Em resumo, a dança pode trazer muitos be-

nefícios para a saúde física e mental, incluindo melhora na aptidão física, redução do estresse, aumento da autoestima, estímulo à socialização e melhora da saúde mental. Venha dançar comigo, chame no (11) 9.9614-3686.



- Luiz Inácio Lula da Silva,
Presidente do Brasil..

"Não dá para achar que o gostoso nesse país é guardar dinheiro"

ARTIGO

ESCOLHO FICAR! CUIDADOS PALIATIVOS FRENTE A DOENÇA DE CÂNCER

Aquele momento em que o paciente e familiares recebem a notícia de que não há mais o que fazer, que tudo que estava ao alcance da ciência médica foi realizado e que agora é o momento de estabelecer as mínimas condições de qualidade de vida, conforto amenizando o sofrimento da dor que a doença traz.

Da para escolher

É possível realizar um posicionamento uma escolha, diante de uma situação que aparentemente demonstra inatingível e impossível?

A todo momento estamos constantemente realizando escolhas, até mesmo no fato de não escolher nada estamos escolhendo permanecer sem escolhas.

Em cuidados paliativos escolher ficar não é de maneira nenhuma fingir que está tudo bem, é perceber que enquanto existir respiração existe vida, é ficar pela vida aqui e agora, fazer a opção pela vida não é possuir uma vida perfeita é viver a vida como ela é, aceitar a vida que se apresenta a nós naquele momento.



Pode ser que lendo esse texto, pareça fácil, porém não é, diante disso é preciso iniciar pela decisão de viver o agora, a vida como ela se apresenta, estabelecer um ideal, um sentido que traz a verdadeira felicidade e realização que se encontra na intensidade independentemente da duração.

por Dra. Lígia Guilhermina (CRP 06/125146) – Coordenadora do setor de psicologia do HEFC.

Hospital Espírita
Fabiano de Cristo

APP

TENHA AS NOTÍCIAS DA NOSSA REGIÃO NO SEU CELULAR

Vou te dar uma dica, você pode ter em um só aplicativo notícias de Caieiras, Franco da Rocha, Francisco Morato, Mairiporã, Cajamar, São Paulo, do Brasil e do mundo.

Tudo isso sem ter que pagar nada, basta acessar o Google Play e procurar por "FalaRegional" (tudojunto).



FALAREGIONAL.COM.BR/APP



CHARGE

SOBRE A FOTO DE CAPA

A arte de capa que você encontra presente nessa edição do Fala Regional é um trabalho derivado da fotografia de Mariola Grobelska / Unsplash.



f /FALAREGIONAL.COM.BR

FALA REGIONAL

JORNALISTA RESPONSÁVEL:

Bianca Ludymila Peres Corrêa - MTB 0081969/SP

CIRCULAÇÃO: Caieiras, Cajamar, Franco da Rocha, Francisco Morato, Perus e Mairiporã.

PERIODICIDADE: Semanal

CNPJ: 14.365.313/0001-58

Tel: Comercial: (11) 951-346-662 - Redação: (11) 9.5133-8191

É EXPRESSAMENTE PROIBIDA A REPRODUÇÃO TOTAL OU PARCIAL DAS MATÉRIAS, ANÚNCIOS E FOTOS PUBLICADOS SEM PRÉVIA AUTORIZAÇÃO. OS ARTIGOS ASSINADOS SÃO DE RESPONSABILIDADE DE SEUS AUTORES.

PENSAMENTO

NA TEORIA TODOS SOMOS IGUAIS, MAS O MUNDO REAL ACEITA ISSO?

Todos somos iguais é uma afirmação que pode ser interpretada de diferentes maneiras, dependendo do contexto em que é utilizada.

Se a referência é à nossa humanidade comum, então sim, todos somos iguais em nosso valor intrínseco como seres humanos, independentemente de nossa raça, sexo, orientação sexual, religião ou qualquer outra característica.

No entanto, se a afirmação se refere à igualdade de oportunidades, a realidade é bem diferente.

Infelizmente, muitas pessoas enfrentam desigualdades e injustiças sistêmicas devido a características como raça, gênero, orientação sexual, religião, classe social e outras.

Por exemplo, pessoas negras, indígenas e de minorias étnicas enfrentam desvantagens e discriminação em muitos países, incluindo o acesso a empregos, educação, moradia e serviços de saúde.

Mulheres também enfrentam desigualdades, como salários mais baixos que os homens em muitos setores e a discriminação na contratação e promoção em alguns campos.

A igualdade também pode ser vista em termos de acesso à justiça, liberdade de expressão e direitos políticos. Em muitos países, minorias religiosas e políticas são perseguidas e reprimidas, e a liberdade de imprensa e de expressão é limitada.

Portanto, enquanto todos somos iguais em termos de

nossa humanidade comum, é importante reconhecer que muitas pessoas enfrentam desigualdades e injustiças sistêmicas que precisam ser abordadas e eliminadas.

A busca pela igualdade real é uma luta contínua que requer ação e engajamento de todos nós.

Todas as pessoas têm o direito de buscar a felicidade e a realização, desde que isso não prejudique os direitos dos outros. Como sociedade, podemos trabalhar para criar condições favoráveis para que as pessoas possam buscar a felicidade, como garantir acesso a serviços de saúde mental e oportunidades educacionais e de emprego, bem como combater as desigualdades sociais e econômicas que podem impedir o acesso a esses recursos.



SAÚDE

EMBALAGENS OCULTAM PARTE DOS ADITIVOS EM ALIMENTOS

As embalagens de alimentos vendidos no país não têm informações suficientes para esclarecer o consumidor. É o que comprova pesquisa do Instituto de Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), em parceria com o Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor.

Com foco nos aditivos alimentares, o estudo constatou falhas e inconformidades nas informações presentes nas listas de ingredientes, o que impede o consumidor de fazer uma escolha segura de alimentos mais saudáveis.

A professora da Uerj e orientadora do estudo, Daniela Canella, explicou que os aditivos são usados em bebidas e alimentos ultraprocessados. Eles modificam as características físicas, químicas, biológicas ou sensoriais do produto e não têm fator nutricional. Presunto, salsicha, pães empacotados, refrigerantes, bebidas lácteas e margarinas fazem parte da enorme lista de industrializados que recebem aditivos intencionalmente desde a fabricação até a embalagem.

A professora alertou que os ultraprocessados estão relacionados a uma série de doenças crônicas, como obesidade, hipertensão, diabetes, câncer e doença inflamatória intestinal. Com base nas evidências científicas da pesquisa, a orientadora defendeu a necessidade de o país ter uma legislação que melhor informe o consumidor.

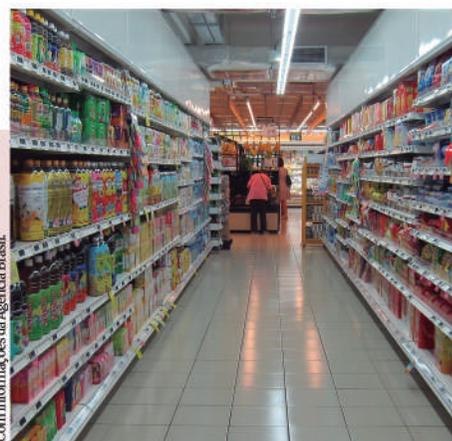
“O que a gente tem hoje é uma regulação que não necessariamente permite que o consumidor conheça tudo que compõe os alimentos que ele está consumindo. Então, no momento da escolha, da tomada de decisão, em alguma medida os consumidores não estão sendo suficientemente informados”.

Segundo ela, a pesquisa foi encaminhada à Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) quando ficou pronta, em 2021, mas não houve diálogo. Agora, acredita que o assunto volte a ser discutido, inclusive com a participação da sociedade civil e de profissionais da saúde.

A gestora de empresas Cíntia Azevedo de Souza, mãe de Bernardo, de 5 anos, disse que sempre lê os rótulos dos alimentos antes de comprar, para evitar que o filho passe mal ao consumir algum produto. “Nunca vivi nenhuma situação de risco, mas já achei substâncias em alguns rótulos, por meio de pesquisas também, que eu nem sabia que tinha ali. Como, por exemplo, jujubas e outros alimentos. E eu não confio em todos os rótulos de alimentos que compro. Acho que não são claros, poderiam ser melhorados, poderiam conter exatamente o que tem em cada produto. Acho que eles escondem alguns [ingredientes]”.

Em nota, a Anvisa informou que considera importante o aprimoramento das regras para declaração dos ingredientes utilizados nos alimentos, incluindo os aditivos alimentares. E que o tema está nas discussões sobre rotulagem geral, cuja regulamentação é harmonizada no Mercosul.

O artigo sobre a pesquisa foi publicado em fevereiro deste ano na Revista de Saúde Pública, periódico científico editado pela Universidade de São Paulo (USP).



*Com informações da Agência Brasil

SEGURANÇA

GOVERNO RELANÇA PRONASCI COM FOCO EM VIOLÊNCIA DE GÊNERO

O Programa Nacional de Segurança Pública com Cidadania (Pronasci) foi relançado nesta quarta-feira (15) pelo governo federal e já tem R\$ 700 milhões previstos para investimento em ações sociais de segurança pública, em prevenção, controle e repressão da criminalidade.

Em cerimônia no Palácio do Planalto, o presidente Luiz Inácio Lula da Silva, explicou que o Pronasci fortalece a área de segurança garantindo a presença do Estado não apenas com polícia, mas com ações de promoção da cidadania.

“Com a recuperação desse programa a gente passa para sociedade a ideia de que o papel do Estado é o de cuidar das pessoas, antes de cometer qualquer delito, mas cuidar depois que a pessoa comete na perspectiva de fazer essa pessoa voltar a ter uma convivência social e tranquila.”

“Sobretudo, temos que trabalhar na perspectiva de salvar a periferia desse país. É na periferia que está grande parte da nossa juventude, grande parte das pessoas com potencial cultural e profissional extraordinário que não tem condições de sobreviver porque são pegos de surpresa por bala perdida ou são pegos por ocupação policial”, disse Lula.

O Pronasci está estruturado em cinco eixos prioritários e estabelece políticas sociais e ações de proteção às vítimas de violências com promoção dos direitos humanos, intensificando uma cul-

tura de paz, de apoio ao desarmamento e de combate aos preconceitos de gênero, etnia, orientação sexual e diversidade cultural. Investir em equipamentos e serviços de segurança também está previstos no programa.

“Criar uma polícia nova, mesmo aproveitando os atuais policiais, e formando ele para tenha mais acesso à inteligência para que seja um profissional mais qualificado vai ajudar a gente não ter a noção de que a solução é só prender o cidadão”, disse o presidente.

Os eixos do Pronasci estão alinhados com o Plano Nacional de Segurança Pública, que tem como objetivo reduzir a taxa de homicídios para abaixo de 16 mortes por 100 mil habitantes até 2030, além de reduzir as taxas envolvendo mortes violentas de mulheres e de lesão corporal seguida de morte.

“Acreditamos que esse conjunto de ações vai garantir a redução da violência e uma maior integração entre políticas sociais e as ações da polícia”, disse o ministro da Justiça e Segurança Pública, Flávio Dino.

Violência contra mulher

O Pronasci 2 tem como foco fortalecer a estrutura de repressão aos crimes de gênero, com a implementação de 40 novas Casas da Mulher Brasileira, que são locais de acolhimento de vítimas da violência doméstica. Serão investidos R\$ 344 milhões com recursos do Fundo Nacional de Segurança Pública para construção das unidades, que deverão



*Com informações da Agência Brasil - Foto: Tomasz Silva

ser entregues até o final do ano que vem. Atualmente, há apenas sete dessas casas em funcionamento no país.

Também serão entregues 270 viaturas para as patrulhas Maria da Penha e as delegacias especializadas de Atendimento para Mulheres, no valor total de R\$ 34 milhões.

Os veículos serão direcionados aos estados proporcionalmente, considerando os indicadores de violência. Segundo o ministro Flávio Dino, até o fim do ano serão entregues mais 230 viaturas. “Elas permitem que as medidas protetivas saiam do papel. Dão eficácia à Lei Maria da Penha”, explicou.

Há, ainda, previsão de edital de R\$ 4 milhões da Secretaria Nacional de Segurança Pública, do Ministério da Justiça e Segurança Pública, para o fortalecimento de políticas de combate à violência contra as mulheres com foco nos municípios.



Mulheres de Negócios
Caieiras



(11) 4445-4380

@avenidadochopp1

Av Dos estudantes, 60 - Caieiras|SP



4445-1475 4605-3662
9.9712-5759

POSTO
SÃO FRANCISCO
Energia pura.



BR
PETROBRAS

(11) 4445-4380

Av. Pres. Kennedy, 636 - Centro, Caieiras

ROMERO
Serviços Automotivos

Rua Barueri, 26, Serpa - Caieiras (11) 2470-1463

EDUCAÇÃO

GOVERNO ABRE CONSULTA PÚBLICA SOBRE NOVO ENSINO MÉDIO

O Ministério da Educação (MEC) abriu consulta pública para avaliação e reestruturação da política nacional de ensino médio. A portaria foi publicada nesta quinta-feira no Diário Oficial da União e dá prazo de 90 dias para as manifestações, com possibilidade de prorrogação.

A consulta será implementada por meio de audiências públicas, oficinas de trabalho, seminários e pesquisas nacionais com estudantes, professores e gestores escolares sobre a experiência de implementação do novo ensino médio nos 26 estados e Distrito Federal.

As ações serão coordenadas pelo MEC, por meio da Secretaria de Articulação Intersetorial e com os Sistemas de Ensino (Sase), com a colaboração do Conselho Nacional de Educação (CNE), do Fórum Nacional dos Conselhos Estaduais e Distrital de Educação (Foncede) e do Conselho Nacional de Secretários de Educação (Consed).

Após o prazo de manifestações, a Sase terá 30 dias para elaborar o relatório final a ser encaminhado ao ministro da Educação, Camilo Santana.

De acordo com o MEC, o objetivo da consulta é “abrir o diálogo com a sociedade civil, a comunidade escolar, os profissionais do magistério, as equipes técnicas dos sistemas de ensino, os estudantes, os pesquisadores e os especialistas do campo da educação para a coleta de subsídios para a tomada de decisão do Ministério da Educação acerca dos atos normativos que regulamentam o novo ensino médio”.

A atual política de ensino médio foi aprovada por lei em 2017, durante o governo do ex-presidente Michel Temer, com o objetivo de tornar a etapa mais atrativa e evitar que os estudantes abandonem os estudos.

A implementação ocorre de forma escalonada até 2024. Em 2022, ela começou pelo 1º ano do ensino médio com a ampliação da carga horária para pelo menos cinco horas diárias. Pela lei, para que o novo modelo seja possível, as escolas devem ampliar a carga horária para 1,4 mil horas anuais, o que equivale a sete horas diárias. Isso deve ocorrer aos poucos.

Com o novo modelo, parte das aulas será comum a todos os estudantes do país, direcionada pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Na outra parte da formação, os próprios alunos poderão escolher um itinerário para aprofundar o aprendizado. Entre as opções, está dar ênfase, por exemplo, às áreas de linguagens, matemática, ciências da natureza, ci-

ências humanas ou ao ensino técnico. A oferta de itinerários, entretanto, vai depender da capacidade das redes de ensino e das escolas.

Em 2023, a implementação segue com o 1º e 2º anos e os itinerários devem começar a ser implementados na maior parte das escolas. Em 2024, o ciclo de implementação termina, com os três anos do ensino médio.

No início desta semana, entidades de trabalhadores da educação se reuniram com o presidente Luiz Inácio Lula da Silva pedindo a revogação da política. Na semana passada, em nota, o MEC reconheceu que houve falta de diálogo no processo que levou à promulgação da lei do novo ensino médio e anunciou a criação de um grupo de trabalho para reunir todos os setores educacionais interessados em discutir o andamento do novo ensino médio.



*Com informações da Agência Brasil / Foto: Gabriel Jabur

JUSTIÇA

DINO PEDE PARA POLÍCIA FEDERAL APURAR DENÚNCIAS CONTRA A ABIN

O ministro da Justiça e Segurança Pública, Flávio Dino, encaminhou na quarta-feira (15) à Polícia Federal (PF) um ofício pedindo a apuração das denúncias de irregularidades envolvendo a Agência Brasileira de Inteligência (Abin).

O jornal O Globo revelou que a Abin utilizou, durante os três primeiros anos do governo de Jair Bolsonaro, um sistema secreto para monitorar até 10 mil proprietários de celulares a cada doze meses. Dino usou essa informação para pedir a atuação da PF.

“Nos últimos dias, reportagens veiculadas na imprensa nacional trouxeram à tona denúncia relativa a supostos casos de espionagem pela Agência Brasileira de Inteligência – Abin. A instituição teria contratado, em caráter sigiloso, um sistema secreto para monitorar, ilegalmente, os passos de proprietários de aparelhos de telefonia móvel. Com essa ferramenta tecnológica, a Abin conseguiria acessar o histórico de deslocamentos e receber alertas em tempo real”, relata o ministro no documento.

“Os fatos, da forma como se apresentam, podem configurar crimes contra a Administração Pública e de associação criminosa tipificados no Código Penal, entre outros. No caso, havendo lesões a serviços e interesses da União, assim como à vista da possível repercussão interestadual do itinerário em tese criminoso, impõe-se a atuação investigativa da Polícia Federal”, acrescenta.

Mais cedo, em solenidade de anúncio do Programa Nacional de Segurança Pública com Cidadania (Pronasci), Dino já havia adiantado a decisão de pedir à PF abertura de investigação. Na última terça-feira (14), o Ministério Público Federal (MPF) abriu um procedimento para apurar as denúncias.

A Abin confirmou, em nota, o uso de um software para monitorar a localização de qualquer pessoa por meio do número de celular e que esse programa de monitoramento foi contratado entre dezembro de 2018 e maio de 2021. Também declarou que o órgão está em processo de aperfeiçoamento, “de acordo com o interesse público e o Estado Democrático de Direito”.



*Com informações da Agência Brasil / Foto: Tânia Régio

CONCRETO É ...



2470-1554
LIGA PRA GENTE!

MIX
CAIEIRAS

MEGATOPS
EMBALAGENS

99688-9680

EDITAL DE CONVOCAÇÃO DE VAGAS

Colégio Monte Carmelo

Rua Fernando Prestes de Albuquerque, 1000, Jd. Planalto, Caieiras/SP

Seleciona-se professoras do Ensino Fund. II e Médio para aulas de:

Música e Sociologia

Requisitos: com licenciatura - diploma; Experiência acadêmica. Horário das aulas: 8h15 às 13h50.

Currículos: monica.harumi@associacaoeuroamerica.org - De 03/03/2023 a 24/03/2023.

Caieiras Motos

4445-3215

Atendemos Seguradoras
Oficina - peças - serviços - preparação - guinchos



Novas Instalações, confira nossa programação!
www.RadioLocalWeb.com.br

comercial@radiolocalweb.com.br (11) 96846-0928



Endereço:

Rua José do Carmo Leite, 12
 1 Andar - Centro / Caieiras-SP

- Utilidades
- Presentes
- Brinquedos
- Congelados
- Mercado



Economize com a gente. Vem pra loja!

Av. Prof. Carvalho Pinto, 190 - Centro - Caieiras/SP

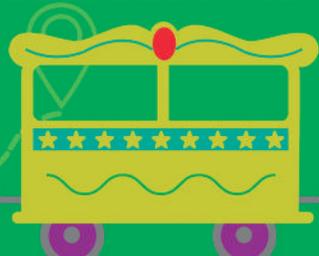


SOGAZ
 Pura Energia

☎ 4442-1500
 📞 9.6477-7212

ULTRAGAZ
 QUEM FAZ USA ULTRAGAZ

Vamos passear?
 Ferrovia Perus - Pirapora



www.PerusPirapora.com.br

📞 (11) 9.7550-5994

📘 📷 FerroviasPerus



PELO ASTRÓLOGO FLEURY G. CERASO

HORÓSCOPO

DE 20 DE MARÇO A 26 MARÇO 2023

**ÁRIES**

21/03 A 19/04

Marte está no signo de Gêmeos e no decanato de Urano. Ainda bastante desafiado, Marte vai complicar com relações de trabalho o sentido de novos projetos a serem apresentados à chefia para eventual aprovação. Se der, aguarde uma semana.

**TOURO**

20/04 A 20/05

Seu regente Vênus, está no signo de Áries e ótimo aspecto com Plutão, mas Marte quer briga. O perigo é saber que tipo de briga. Aqui parece mais uma briga intelectual ou, briga de negócios, pois Marte está em Gêmeos.

**GÊMEOS**

21/05 A 21/06

Seu regente Mercúrio está em Áries, no decanato de Marte. Conjunto com Júpiter, e com o Sol. Semana que vai assar numa boa com sua carreira, pois ainda pata ajudar Júpiter em trânsito está em conjunção com Mercúrio. Tudo de bom aproveite!

**CÂNCER**

22/06 A 22/07

Lua em Áries, no decanato de Júpiter, formando um aspecto de desafio com Plutão. Uma Lua Nova ocorre no dia 21 de Março às 14:23 horas no signo de Áries. Marte chegando no seu signo vai pedir muita calma e evitar discussões estereis.

**LEÃO**

23/07 A 22/08

Sol - seu regente - no signo de Áries e ótimo aspecto com Plutão, mas Marte quer briga. O perigo é saber que tipo de briga. Aqui parece mais uma briga intelectual ou, briga de negócios, pois Marte está em Gêmeos.

**VIRGEM**

23/08 A 22/09

Seu regente Mercúrio está em Áries, no decanato de Marte. Conjunto com Júpiter, e com o Sol. Seu signo está sem maiores aflições então mantendo a calma, tudo será maravilhoso!

**LIBRA**

23/09 A 22/10

Marte está no signo de Gêmeos e no decanato de Urano. Plutão o regente tradicional, no signo de Capricórnio. Ele está entrando no signo de Aquário e pode modificar drasticamente as relações de amizade. Está também em oposição ao seu regente tradicional, Marte.

**ESCORPIÃO**

23/10 A 21/11

Seu regente, Júpiter, está em Áries e no decanato de Júpiter e conjunto a Mercúrio, favorecendo os trabalhos que exijam a aprovação de alguém de nível superior ou alguma personalidade pública. Pode ser na área econômica, envolvendo metal de ferro.

**SAGITÁRIO**

22/11 A 21/12

Marte está no signo de Gêmeos e no decanato de Urano. Plutão o regente tradicional, no signo de Capricórnio. Ele está entrando no signo de Aquário e pode modificar drasticamente as relações de amizade. Está também em oposição ao seu regente tradicional, Marte.

**CAPRICÓRNIO**

22/12 A 19/01

Seu regente Saturno no signo de Peixes e está no decanato de Netuno. Aspectos muito bons com Plutão e conjunção com o Sol. Bom aspecto com a Cabeça do Dragão, sugerindo uma revisão nas metas desta vida.

**AQUÁRIO**

20/01 A 18/02

Urano, seu regente, no signo de Touro, e conjunto com Vênus, fazendo haver uma reflexão sobre a economia, o dinheiro e as posses em geral. Como é o planeta do inesperado e das grandes viradas, poderá receber ou gastar! Escolha a melhor alternativa para seu momento!

**PEIXES**

19/02 A 20/03

Seu regente Netuno está em Peixes no decanato de Marte, aspecto de desafio com Marte e com a Lua, mostra a guerra que está pra começar com processos e brigas com estrangeiros.

OBSERVAÇÃO: Este horóscopo é um simples indicador genérico de eventos. Nunca substituirá um Mapa Astral executado por astrólogo competente. Este sim cobrirá totalmente sua personalidade e lhe dará uma visão ampliada dos seus potenciais e bloqueios psicológicos que possam existir e, que estejam impedindo seu desenvolvimento em várias áreas da sua vida.

Psicanalista Clínico | Astrólogo Clínico

Membro da AFA (American Federation of Astrologers)



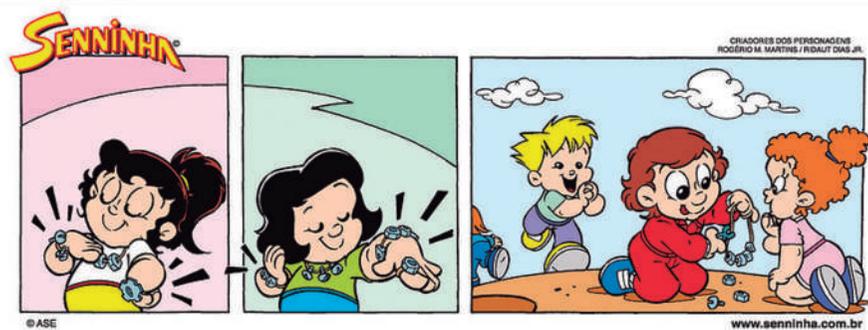
(11) 9.9736-2901
fleury.ceraso@gmail.com

EDUCAÇÃO COM BOM HUMOR

POR QUE OS FANTASMAS SÃO PÉSSIMOS PARA CONTAR MENTIRAS?
- PORQUE VOCÊ PODE VER ATRAVÉS DELES.



POR QUE O ASTRONAUTA NÃO CONSEGUIU RESERVAR UM QUARTO DE HOTEL NA LUA?
- PORQUE ELA ESTAVA CHEIA.

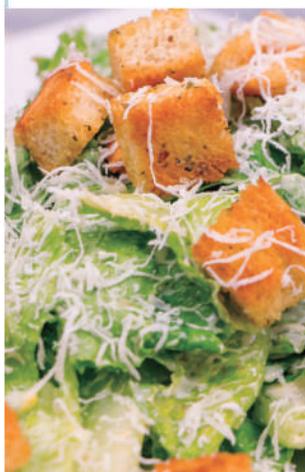


(11) 4605-3144

(11) 4445-3555

Rua Curumim, 151 - Jd. Sto Antônio - Caieiras /SP

RECEITA

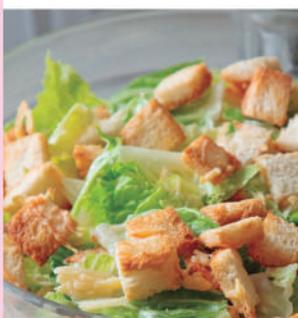
SALADA CAESAR: O NOME É CHIQUE, MAS É SIMPLES**Modo de Preparo****Salada**

1. Em uma frigideira, aqueça o óleo e doure o frango por cerca de 5 minutos.
2. Em uma saladeira, disponha as folhas de alface, o frango, e o queijo parmesão e os croûtons.

Molho

3. Em um recipiente, misture todos os ingredientes.

4. Sirva sobre a salada.

**Salada**

1 colher (sopa) de óleo
1 peito de frango em tiras
1 maço de alface americana rasgada
1 xícara (chá) de queijo parmesão ralado grossamente
2 xícaras (chá) de croûtons

Molho

1 colher (chá) de MAGGI® Fondor
meia caixinha de NESTLÉ® Creme de Leite
1 colher (sopa) de queijo parmesão ralado finamente

ANIMAIS

CÂMARA APROVA PROJETO QUE INCENTIVA A ADOÇÃO DE ANIMAIS

Os pet shops, clínicas veterinárias e estabelecimentos semelhantes podem ter que fixar em suas instalações cartazes que facilitem e incentivem a adoção de animais domésticos.

O Projeto de Lei 50/19 que prevê a medida foi aprovado nesta quinta-feira (16) pela Câmara dos Deputados, e agora seguirá para análise do Senado.

De acordo com o texto aprovado, o cartaz deverá conter o nome da instituição responsável pela oferta (ONG ou entidade defensora dos animais), telefone e e-mail para contato e informações sobre a importância da adoção responsável de animais e os seus benefícios.

Os animais deverão ser entregues para a adoção vacinados e vermifugados, cabendo os custos aos adotantes ou às instituições responsáveis pela adoção.

Segundo o autor da proposta, deputado Fred Costa (Patriota-MG), o objetivo é reduzir o número de animais abandonados nas ruas, sujeitos à violência humana, à incidência de zoonoses e acidentes de trânsito.


PARABÉNS

16/3

Henrique Guilherme
Ruy Bruna Ju Gege
Mada Godoy
Valdir Yole Pereira
Sandra Silva
Abel Fernando
Ilson Moura
Leonardo Lima
Eduardo L. Beltrame
Danilo Martines
Bruna Collucio Gaspar
Faina Celeguim

17/3

Caio Cesar
Rafael Amaral
Danielle Castro Vicente
Priscila M Paes
Jufanio Nunes
Jair Mendes Goes
Marcelo Bortotto

18/3

Guhh Camargo
Solange Monteoliva Peinado
Dartora
Ari Meireles
Jessica Oliveira
Adriane Lisa
Tatiana Abade
Jéssica Paulo Jose
Kemilly Carvalho
Cristiana Rodrigues
Ariane Cordeiro
Fernando Moraes
Paulo Deville
Vera Araujo
Leticia Campos
Emilene Silveira Bergantin
Rodrigo Freitas

19/3

Sheila Oliveira
Etienne Raseira
Thais Gouvea

20/3

Elizabeth Gabrielli
Margarida Dos Santos
Ricardo Norberto Bezerra
Ronaldo Aparecido Candido
Ricardo Figueiredo
Yurick Brasil
Giuliana Braga
Luiz Martinho Mendonça
Vasconcelos
Jefferson Martine
David Martins Pepe
Bruno Favero
Marco Antonio Rodrigues
Claudio Pinheiro

21/3

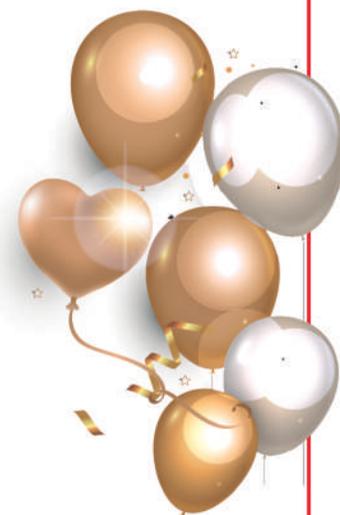
Alan Corrêa - Querido Alan, hoje é um dia muito especial, apesar de não ser o dia que vc mais gosta, é o seu aniversário. Em quase 10 anos, enfrentamos juntos muitas adversidades, mas a cada desafio superado, nosso amor tem se fortalecido. Você é um grande amor na minha vida e o meu melhor amigo.

Hil Souza

Michele Pimentel Bugnotti
Maria Gabriella Prospero
Eluane Melo
Joao Manoel Barros
Ricardo Luiz Leonardi
Marcio Corradini
Faculdade de Caieiras
Fabricio Ventura
Maria Oliveira

22/3

Rebeca Campos Garcia
Leonardo Jacobini
Camila Milagres
Almeida Morato
Paula Nunes Beltrame
João Paulo Ribeiro da Silva
Arcy Corrêa






Av. 14 de Dezembro, 177 - Centro - Caieiras /SP



Grupo System

VOCÊ ESTÁ PREPARADO PARA NOVAS EXPERIÊNCIAS?

Conheça nossa empresa
4442-1866/4605-8586



Central Pet

Tudo para seu pet!



(11) 94958-5269

Av. Paulicéia, 915

(11) 94958-5269

Av. Prf Carvalho Pinto, 179



ACT
ACADEMIA DE LUTAS

Lutas
Artes Marciais
Boxe • Jiu-Jitsu
Muay Thai • Judô

Av. Prof. Carvalho Pinto, 209 - 2º andar - Centro - Caieiras/SP



COFFEEBUS

(11) 96574-6464

Rua João Maziviera, n 97-C1, Caieiras

GIRO DE NOTÍCIAS NA REGIÃO

CAIEIRAS



Paixão de Cristo
26ª Encenação

07 e 08 de abril

18h e 21h | Teatro Municipal | Entrada Franca

@prefeitura.de.caieiras caieiras.sp.gov.br

CAIEIRAS

Secretaria de Ação Cultural e Turismo

Fé, esperança, amor e perdão: vem aí a 26ª edição da Paixão de Cristo!

Um momento para reflexão e celebração de uma das histórias mais fascinantes de todos os tempos, que narra a trajetória de Jesus até o sacrifício na cruz e a posterior ressurreição.

Apresentações nos dias 07 e 08/04, com sessões às 18h e 21h, no Teatro Municipal.

Fiquem ligados em nossas redes sociais, em breve traremos mais informações!

FRANCO DA ROCHA



1º Fórum de Assistência Técnica

PRÁTICAS DE ATHIS NA PREVENÇÃO E MITIGAÇÃO DE RISCOS

23 E 24 DE MARÇO | 2023
Franco da Rocha - SP

Escola Superior de Bombeiros
Rod. Prof. Luiz Salomão Chamma, n.º 4701 - Vila Ramos

Realização: Instituto Soma, Franco, CAU/SP

Parceria de Fomento: CAU/SP

Franco da Rocha vai promover o "1º Fórum de Assistência Técnica de Interesse Social: Práticas de ATHIS na prevenção e mitigação de riscos".

O Fórum acontecerá nos dias 23 e 24 de março, das 8h30 às 17h30 e vai debater políticas públicas, desafios e soluções em ATHIS para prevenção e mitigação de riscos em áreas urbanas suscetíveis a desastres socioambientais.

É uma importante oportunidade de discutir com prefeitos, secretários municipais, coordenadores de defesa civil, arquitetos urbanistas e demais profissionais que atuam no setor habitacional, os desafios e soluções dessas áreas.

Quem quiser participar, é necessário se inscrever pelo link no site.

O evento é uma iniciativa da Prefeitura de Franco da Rocha e do Instituto Soma, em parceria com o Conselho de Arquitetura e Urbanismo de São Paulo - CAU/SP.

FRANCISCO MORATO



Casamento Comunitário

Inscrições
Até dia 20/04
Horário: 8h às 17h
Local: Fundo de Ação e Economia Solidária
Rua Ver. Pedro Bueno de Oliveira, 139, Belém Estação (Próximo à Gruta)

Casamento
Dia 27 de Maio
Horário: 9h
Local: CSU - R. Virgílio Martins de Oliveira, 775, Vila Heloisa, Francisco Morato

PREFEITURA DE FRANCISCO MORATO
Desenvolvimento sustentável para você viver melhor

Se você quer casar e oficializar sua relação, chegou a hora!

A Prefeitura, em parceria com o Fundo de Ação e Economia Solidária (FAES), abre inscrições para o Casamento Comunitário de Francisco Morato.

O prazo para se inscrever vai até o dia 20 de abril e as inscrições são gratuitas, assim como todos os trâmites do cartório civil, e serão realizadas pessoalmente das 8h às 17h, na sede do FAES, localizada à rua Ver. Pedro Bueno de Oliveira, 139, Belém Estação, próximo à gruta.

E o tão sonhado dia acontecerá em 27 de maio, às 9h, no CSU.

Documentos necessários para a inscrição do casal:

RG
Comprovante de residência
Certidão de nascimento

EMEMI MARIA GAZZOLLA
DÁRTORA REABRIU AS PORTAS

Fechada para reforma, a EMEMI volta com nova estrutura de telhado, além de pintura nas salas de aula, troca de piso e revitalização do gramado do parquinho das crianças.

Além disso, aconteceu também a entrega de uniformes e materiais escolares para os alunos da EMEMI e novos equipamentos esportivos, que serão usados nas aulas de Educação Física.

Na reinauguração, os alunos do Maternal 2 da professora Izabela aprenderam a confeitar bolachinhas, uma delícia de aprendizado!

Parabenizamos a diretora Elaine Gasques e a coordenadora Bruna Gardim, que estão à frente da EMEMI Maria Gazzolla Dártora, pelo cuidado com a escola e com as crianças.

Estiveram presentes no evento a secretária de Educação, Kellyn Midori, o vereador Lagoinha Josi e o presidente da Câmara, Fabrício Calandrini, além do prefeito Gilmar Lagoinha.



GIRO DE NOTÍCIAS NA REGIÃO

CAJAMAR

CADASTRO DE COMERCIANTE PARA OS EVENTOS MUNICIPAIS DE 2023

A criação do banco de dados tem como objetivo estabelecer os critérios para participação nas praças de alimentação dos eventos que serão realizados ao longo do ano, de acordo com o calendário oficial de eventos do município.

Período
15/03 até 31/03

Para se cadastrar, é preciso ser comerciante em situação regular (MEI ou ME), e o estabelecimento deve ser situado no município. (é necessário apresentar comprovante de endereço).

Link para cadastramento no site oficial da Prefeitura de Cajamar

PREFEITURA DISPONIBILIZA CADASTRO DE COMERCIANTE PARA OS EVENTOS MUNICIPAIS DE 2023

A Prefeitura de Cajamar, por meio da Secretaria de Comunicação e Gestão de Eventos, está disponibilizando um cadastro de comerciantes para os interessados em comercializar alimentos e bebidas nos eventos municipais durante o ano de 2023.

A criação do banco de dados tem como objetivo estabelecer os critérios para participação nas praças de alimentação dos eventos que serão realizados ao longo do ano, de acordo com o calendário oficial de eventos do município.

O formulário digital para a inclusão do estabelecimento no banco de dados estará disponível no site oficial da Prefeitura de Cajamar até o dia 31 de março, podendo acessar através do link: [ghttps://bit.ly/3Jc7lms](https://bit.ly/3Jc7lms)

Para se cadastrar, é preciso ser comerciante em situação regular (MEI ou ME), e o estabelecimento deve ser situado no município (é necessário apresentar comprovante de endereço).

MAIRIPORÃ

COVID-19
REFORÇO DA VACINA BIVALENTE PARA GRUPOS PRIORITÁRIOS.

A partir de **06 de março.**

PFIZER BIVALENTE
FRASCO CINZA

PARA PESSOAS A PARTIR DE **60 ANOS**

DISQUE SAÚDE **136**

Movimento Nacional pela Vacinação

PREFEITURA DE MAIRIPORÃ SAÚDE @prefeitura.mairipora mairipora.sp.gov.br

ATENÇÃO: JÁ ESTÁ LIBERADA A VACINA BIVALENTE PARA OS 60+

O Movimento Nacional pela Vacinação contra Covid-19 continua a todo vapor aqui em Mairiporã. Se liga no novo grupo prioritário que já pode receber a dose da vacina Bivalente:

Pessoas acima de 60 anos (60+);

Se você faz parte deste grupo, se liga na arte e veja as Unidades de Saúde que pode procurar para receber a sua dose da vacina Bivalente, das 8h às 16h, de segunda a sexta-feira. Não esqueça de levar Documento de Identificação com foto e o Comprovante de Vacinação das doses anteriores.

A vacina Bivalente é uma versão atualizada do imunizante contra a Covid-19 e oferece ainda mais proteção contra as novas variantes, como a Omicron. ☑

Vacina é Vida. Vacina é para todos!

PERUS



Na quinta-feira o Prefeito Ricardo Nunes esteve em Perus, acompanhando de perto às importantes Obras do Ribeirão Perus, também concedeu entrevista ao vivo para Tv Bandeirantes no Programa Bora Brasil, falando da importância da Obra em relação as enchentes no local, vale ressaltar que está sendo investido R\$ 130 milhões, sendo que terão quatro piscinões, 01 km de canalização dos córregos, além do levantamento de três pontes no local.

registros da nossa equipe de zeladoria realizando a Pintura na Estrada da Lição - Sol Nascente. Confira!



Equipe de zeladoria realizando limpeza de papelão na Rua Alamar, em Perus; confira!



AS INSCRIÇÕES PARA O #VAITEC 8 ESTÃO PRORROGADAS ATÉ 20 DE MARÇO!

INSCRIÇÕES PRORROGADAS

ACELERAÇÃO
VAITEC
8ª EDIÇÃO

INSCRIÇÕES ATÉ
20/03

R\$42.500,00
POR SELECIONADO;

- OFICINAS DE CAPACITAÇÃO;
- MENTORIAS E ASSESSORIAS;
- ACESSO A REDE DE CONTATOS.

Não perca tempo, inscreva-se já em:
[ADESAMPA.COM.BR/VAITEC8](https://adesampa.com.br/vaitec8)



Aproveite essa chance de fazer seu negócio decolar!

Nesta edição, até 24 negócios inovadores e de tecnologia das periferias de São Paulo serão selecionados para receber uma aceleração de negócios completa.

São R\$ 42.500 de recurso financeiro para cada um dos negócios acelerados, para que possam investir em melhorias, equipamentos e tudo o que for necessário.

- Aulas dinâmicas, palestras e workshops para apoiar no seu desenvolvimento empreendedor

- Oficinas em grupo e assessorias individuais com um acompanhamento mais próximo na criação de estratégias de negócios personalizadas

- Acesso a redes de contato e ao ecossistema empreendedor da cidade, além da participação em grandes eventos nacionais e internacionais do universo empreendedor.

Para participar da Aceleração VAI TEC, o negócio precisa ser inovador, ter viabilidade técnica e econômica para execução, além de apresentar potencial para se desenvolver e colaborar com a geração de emprego e renda nas regiões mais vulneráveis da cidade.

Aproveite a PRORROGAÇÃO das inscrições, que vão até 20 DE MARÇO, às 18h!

Saiba mais informação, acesse o edital e o formulário de inscrição: adesampa.com.br/vaitec8

O Programa de Aceleração VAI TEC é uma iniciativa da @prefsp, por meio da @spsmdet, por intermédio da @adesampa.

Entenda:

Cidades que fazem parte do consórcio são:

Araçariguama, Barueri, Cajamar, Carapicuíba, Cotia, Itapevi, Jandira, Osasco, Pirapora do Bom Jesus, Santana de Parnaíba, São Roque e Vargem Grande Paulista.



consórcio intermunicipal da região
oeste metropolitana de são paulo.

www.cionste.com.br

O CIOESTE responde por uma região que conta com aproximadamente 3 milhões de habitantes e uma economia regional que gera 2,5% do PIB nacional (R\$ 133.066.741,57 no ano de 2013), consolidando-se como o maior consórcio intermunicipal do país em importância sócio-econômica.

CAIEIRAS

SERVINDO E PROTEGENDO GCM IMPEDE ROUBO NO VERA TEREZA

Na última quarta-feira (15) um indivíduo detido do CDP de Franco da Rocha, estava de saída desde o dia (14), e andando pela AV. Alfredo Casaroto, no bairro do Vera Tereza em Caieiras, entrou em uma casa para roubar, onde estava apenas uma senhora com seu netinho ainda bebê.

Só que no exato momento estava em patrulhamento uma viatura da Guarda Civil que foi avisada pelos populares e ouviu os gritos de socorro.

Os guardas entraram na residência e pegou o indivíduo escondido dentro do sofá, o mesmo foi encaminhado ao PS devido os ferimentos e posteriormente a delegacia, onde ficou a disposição da justiça.



TRABALHO VAGAS DE EMPREGO NO PAT CAIEIRAS

Para participar, é necessário comparecer ao PAT Caieiras (1º andar do Paço Municipal), das 8h às 16h30min, até o dia 22/03 (quarta-feira), para retirar a carta de encaminhamento do processo.

Confira a vaga:

Operador de telemarketing (Alma Viva) – 50 Vagas.

- Experiência: não exigida;
- Escolaridade: ensino médio completo e ter completado 18 anos;
- Local de Trabalho: Jundiaí;
- Horário de Trabalho: a combinar;
- Salário e Benefícios: R\$ 1.212,00, convênio médico, seguro de vida, vale refeição e vale transporte.

As vagas são para moradores de Caieiras, Franco da Rocha ou Francisco Morato.

Atenção: As vagas podem se encerrar antes do prazo acima, venha garantir a sua o quanto antes!

ANIMAIS FEIRA DE ADOÇÃO VIRTUAL; ADOTE UM AMIGO

Olha a Feira de Adoção Virtual na área! Temos mais uma indicação de "cãopanhia" para você!

O nosso amiguinho, Tobias, precisa de um lar. Ele tem 06 meses, é dócil, se dá muito bem com outros animais e com crianças.

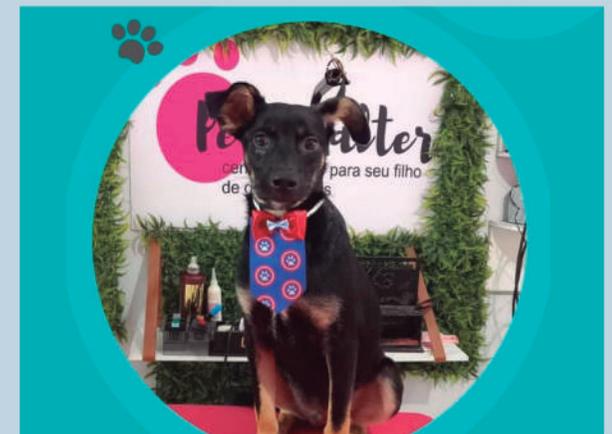
Espera ansioso para ter uma família muito brincalhona, igual a ele.

Tobias é macho, castrado, vermifugado, sem raça definida, e é muito carinhoso!

Para mais informações, entre em contato com a Augusta pelo WhatsApp, através do número (11) 99842-3330.

Antes de adotar um bichinho, você tem que pensar na responsabilidade que é cuidar de um animal. Confira alguns requisitos para ter um pet em casa:

- Tenha certeza absoluta da sua intenção;
- A casa ou apartamento precisam ser seguros;
- Pense nas condições para arcar com gastos básicos (ração e higiene) e extras (veterinário) quando for necessário;
- Estar pronto para amar e ser amado por um longo tempo.




(11) 4445-1010 / (11) 98445-8812.

- Clínica Geral;
- Serviços: Vacinação e especialidades;
- Exames de Imagens e laboratoriais;
- Internação.

Agende o RAIO-X

Rua São Francisco, 91 - Centro - Caieiras/SP

- Psicologia,
- Neuropsicologia,
- Fonoaudiologia,
- Nutrição (Clínica, Esportiva, Empresarial e Materno Infantil),
- Terapia Ocupacional,
- Fisioterapia,
- Pedagogia,

- Psicopedagogia,
- Neuropsicopedagogia,
- Massoterapia,
- Acupuntura,
- Terapeuta Organizacional,
- Terapia Holística (Meditação, ThetaHealing,
- Cromoterapia),
- Laserterapia,
- Naturologia.

Entre em contato (11) 2650-2335



Av. Presidente Kennedy, 91 - Centro Caieiras

DUO DRAG

FRANCO RECEBE EXPOSIÇÃO DE RETRATOS QUE EXALTAM A POTÊNCIA DA ARTE DE DRAG QUEENS

“Ao pensar no termo drag queen, pode-se imaginar uma pessoa com maquiagem forte, vestimenta chamativa e peruca em molde escultural. Na verdade, quem se debruçar sobre as histórias delas, verá artistas que encontraram uma forma de se expressar livremente, se posicionar e performar o que desejarem e como desejarem, burlando barreiras e expectativas da sociedade”.

É assim que Leonardo Birche, curador da exposição Duo Drag, que chegou em Franco da Rocha nesta semana, define a mostra. Muito mais que o glamour das plumas e a beleza de maquiagens perfeitas, drag queens são artistas que utilizam seus corpos como uma tela para expressar sua arte e seus sonhos.

A exposição, realizada pela Prefeitura, por meio da Secretaria da Educação e Cultura, em parceria com o Museu da Diversidade Sexual do Estado de São Paulo, apresenta fotos de drags que movimentaram a cena paulistana desde os anos de 1980 até artistas em início de carreira, captadas pelo fotógrafo Paulo Vitale. Gratuita, a mostra ficará em cartaz até 30 de junho, na Casa de Cultura Marielle Franco com visitação aberta de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h e sábado das 13h às 17h30 e no Museu de Arte Osório Cesar (MAOC) de terça a sexta, das 13h às 17h e sábado e domingo, 13h às 18h.

A abertura da mostra aconteceu na sexta-feira (10), na Casa de Cultura Marielle Franco e contou com a presença do fotógrafo Paulo Vitale e da vice-prefeita Lorena Oliveira, além do secretário adjunto de Cultura Adilson Cunha, da equipe da pasta e convidados.

Por meio dos retratos, o visitante da mostra é levado ao universo drag com o antes e depois das pessoas que dão vida a personagens icônicos, como Silvetty Montilla, Marcia Pantera, Kaká Di Polly, Miss Judy Rainbow e Laysa Bombom.

A Casa de Cultura fica na rua Dona Amália Sestini, 85 - Cla. Fazenda Belém e o Museu de Arte Osório Cesar está localizado av. dos Coqueiros, nº 441 - Centro (dentro do Complexo Hospitalar do Juquery).



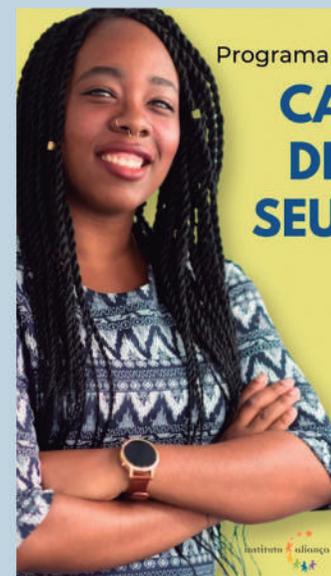
TRABALHO

CAMINHE NA DIREÇÃO DO SEU EMPREGO

Programa 100% online e gratuito

CAMINHE NA DIREÇÃO DO SEU EMPREGO

Desenvolva habilidades socioemocionais e conheça o mundo do trabalho



Inscrições abertas para SP, BA e PE

Se você tem entre 17 e 24 anos, mora em São Paulo ou região metropolitana e concluiu o ensino médio em escola pública, o ROTAS E TRAVESSIAS pode te interessar.

Ele é uma formação profissional totalmente gratuita e online, realizada pelo Instituto Aliança em parceria com a Fundação Forge, que desenvolve os seus talentos e te ajuda a encontrar uma vaga de emprego. As inscrições estão abertas e as aulas iniciam dia 20 de março.

Para participar, você precisa:

- Ter entre 17 e 24 anos
- Ter concluído o 3º ano do Ensino Médio em escola pública
- Morar em São Paulo ou região metropolitana

Eloísa Souza
Psicóloga Clínica

(11) 99147-9012

Av. dos Estudantes, 55 - SL 8
2 andar - Caieiras

AQUALEX

Rua Padre Manoel Campelo, 442, Perus - SP

(11) 9.7113-1685

Pharma Bem

Sua farmácia de confiança, o melhor atendimento é aqui!



Em frente a Orion
4442-1212

R. Guadalajara, 275 - Centro- Caieiras/SP

REI DO ÓLEO



(11) 4202-4368

Seg a sex 08:00 às 18:00

Sáb 08:00 às 16:00



ENERGIA ELÉTRICA

CONHEÇA A TARIFA SOCIAL DE ENERGIA ELÉTRICA

A Tarifa Social de Energia Elétrica (TSEE), isenta em até 65% nas contas de energia para consumidores de baixa renda inscritos no Cadastro Único (CadÚnico) ou no Benefício de Prestação Continuada (BPC).

Para participar da Tarifa Social e receber o benefício, a pessoa precisa possuir o Número de Inscrição Social (NIS) ou Número do Benefício (BPC/LOAS) atualizados. Caso esteja desatualizado, é preciso se dirigir ao Centro de Referência e Ação Social (CRAS) mais próximo de sua residência para regularizar a situação no CadÚnico do Governo Federal. Quem não possui o NIS ou NB (BPC/LOAS), mas tem uma renda menor do que meio salário-mínimo por pessoa na residência, também pode obter o número no CRAS.

Quando o titular da conta de energia elétrica é o próprio beneficiário e portador do NIS ou NB (BPC/LOAS), a Neoenergia Elektro faz a inscrição automaticamente. Porém, quando a titularidade está no CPF de outra pessoa, não tem como fazer a inscrição automática. A partir deste momento, é necessário que o cliente

procure a distribuidora para que receba o benefício. A inscrição é simples, rápida e pode ser feita por meio do WhatsApp da Neoenergia Elektro (19 2122 1696), site oficial (www.neoenergia-elektro.com.br) pelo telefone 0800 701 0102, Lojas de Atendimento ou em um dos pontos de atendimento da empresa.

Apenas com a numeração em mãos, o cliente pode solicitar o benefício da TSEE à concessionária.



ESPORTES

1º CAMPEONATO DE JIU- JITSU PARADESPORTIVO DE MORATO

A Prefeitura, por meio da Secretaria de Esporte e Lazer e em parceria com o Fundo de Ação e Economia Solidária (FAES), promoverá neste sábado (18), o 1º Campeonato de Jiu- Jitsu Paradesportivo de Francisco Morato.

Ações Paradesportivas visa o acesso das pessoas com deficiência à prática esportiva em todas as suas manifestações. A Secretaria, também promoverá uma campanha de doação de alimentos para ajudar as pessoas que estão em situação de vulnerabilidade social em nossa cidade. A entrada para assistir ao evento é gratuita, mas quem quiser, pode levar um quilo de alimento não perecível, que será destinado ao FAES.

Além de prestigiar este grande campeonato, você pode contribuir para uma causa importante e ajudar a fazer a diferença na vida de muitas pessoas. Então, não perca essa oportunidade! O Campeonato será realizado das 16h às 17h, no ginásio poliesportivo do CSU, localizado na rua Virgílio Martins de Oliveira, 798.

25 DE MARÇO

PREFEITURA PRESENTE: EVENTO TEM SERVIÇOS GRATUITOS



Temos um convite para fazer para você, moratense! No dia 25/03 (sábado), acontecerá o Prefeitura Presente no Parque da Criança, das 10h às 16h, e todos e todas estão convidados (as) a participarem e usufruírem das atividades e serviços que serão oferecidos gratuitamente à população.

Dentre os serviços estão: orientação da OAB, Procuradoria, INSS, Procon, Sebrae, distribuição de mudas de árvores da flora nativa, saúde, assistência social, atividades esportivas e para a criança muita diversão com brinquedos infláveis, futebol de sabão, pipoca, algodão-doce e muito mais.

Dia: sábado, 25 de março
Horário: 10h às 16h
Local: Parque da Criança - Rua da Criança, s/nº - Jardim Vassouras

EDUCAÇÃO

REPAROS E MANUTENÇÃO PELA
CIDADE APÓS FORTES CHUVAS

As equipes da Secretaria de Infraestrutura e Serviços Públicos estão reforçando os trabalhos para a execução de manutenção, limpeza e reparos nos bairros e vias atingidos pelos temporais dos últimos dias.

A Secretaria de Desenvolvimento Social permanece fazendo o acompanhamento, cadastrando as famílias prejudicadas para que possam ser atendidas pelo Programa SOS Chuvas, onde os moradores recebem um auxílio financeiro referente aos móveis perdidos.

Os casos mais extremos são encaminhados para a Secretaria de Mobilidade de Desenvolvimento Urbano, onde as famílias são cadastradas e começam a receber um auxílio aluguel mensal, para deixar as residências das áreas de alto risco.

Nesta segunda-feira (13), o serviço de contenção de enchentes está sendo executado na Estrada João Félix Domingues, sentido Ponanduva. No local, está sendo construído um muro em gabião, que será feito em todo o trajeto que apresenta danos e ameaças, para garantir a segurança dos munícipes que transitam na via.

INSCRIÇÕES ABERTAS

TRANSPORTE UNIVERSITÁRIO
GRATUITO EM 2023

A Secretaria de Desenvolvimento Econômico e Empreendedorismo convoca os estudantes de nível técnico, tecnólogo e universitário de Cajamar a se cadastrarem para utilização de transporte gratuito.

Se você reside no município e está regularmente matriculado em um curso de graduação ou é aluno da ETEC Gino Rezaghi, para acessar o formulário de adesão ao serviço para o ano de 2023 você deve acessar o site cajamar.sp.gov.br

ATENÇÃO: Estudantes que utilizaram o transporte entre 2020 e 2022 e têm interesse em continuar o uso este ano devem realizar a renovação cadastral através do formulário, enviando por anexo os documentos solicitados.

Para alunos que estão efetuando o cadastro pela primeira vez, além do preenchimento do formulário, é preciso providenciar cópia da documentação abaixo e agendar seu atendimento exclusivamente por meio do número de WhatsApp da secretaria: 4447-2030.

Documentos necessários para o primeiro cadastro:

- RG;
- CPF;
- 01 foto 3x4 recente;
- Comprovante de matrícula do semestre (atestado ou declaração de matrícula);
- Comprovante de residência (contas de consumo como água, luz, gás ou telefone fixo, de no máximo três meses atrás). Para comprovantes em nome de terceiros, é necessário comprovar vínculo de parentesco ou locação.

NEGÓCIOS

REUNIÃO DISCUTE
EMPREENDEDORISMO SOCIAL

Reunião discute empreendedorismo social e desenvolvimento de recursos humanos em Cajamar.

No dia 02 de março, a Secretaria de Desenvolvimento Econômico e Empreendedorismo recebeu em sua sede a CEO da empresa Bee Businezzz, Aline Santiago, e Valdir Gonçalves Baptista, diretor de relações empresariais do Cioeste e diretor geral da ABRH da Região Metropolitana Oeste de São Paulo.

Em uma conversa muito produtiva com o secretário municipal da pasta, Mário Jorge da Silveira Junqueira, foram debatidos projetos para fomento da empregabilidade e do empreendedorismo social em Cajamar, bem como o desenvolvimento da área de recursos humanos junto às empresas do município.

Contabilidade
FUTURA

 **(11) 4445-1300**
Rua José do Carmo Leite, 57 - Caieiras

 @Elvino_VivaOsSentidos



 Av. João Pacheco, 37 - Serpa

O MAIS NOVO E COMPLETO
PODCAST ESPORTIVO

**SPORTS FAN
PODCAST**

COM
**EDILSON
CAPETINHA**
APRESENTADOR

**DIA 13 DE MARÇO SEGUNDA FEIRA ÀS 17:30
ESTREIANDO ESTE INCRÍVEL PROGRAMA AQUI, NA**

#SPORTSFANLOCALWEB   

**IMPÉRIO
MULTIMARCAS**

COMPRA - VENDA - TROCA - FINANCIÁ

www.IMPERIOMULTIMARCAS.com.br

utilarte A LOJA DA CONSTRUÇÃO

TRAMONTINA Penzel AMANCO JING

BOSCH quartzolit INCCO

CENTRAL DE ATENDIMENTO: **11 4449-3008**

LOJA 01 Rua Basílio Fazzi, 488 - Franco da Rocha
LOJA 02 Rua Dulce Esteves de Oliveira, 37 - Francisco Morato
LOJA 03 Av. Pacaembu, 213 - Franco da Rocha

na Utilarte tem!

EMPREGO
**INSCRIÇÕES PARA O PMAD
(FRENTE DE TRABALHO)**



Até o próximo dia 20 de março, estarão abertas as inscrições para o Programa Municipal de Auxílio Desemprego (PMAD), a popular Frente de Trabalho, programa da Prefeitura de Mairiporã, realizado pela Secretaria de Desenvolvimento Social.

Os interessados nas 70 vagas disponíveis, que devem ter entre 18 e 60 anos, podem se inscrever de forma presencial em uma das unidades do CRAS (Centro de Referência da Assistência Social).

CRAS Centro - Rua Ipiranga, 166 - Centro
CRAS Terra Preta - Rua João Pedro Miziara, s/n - Terra Preta
CRAS Petrópolis - Rua São Pedro, 210 - Roseira

Para facilitar sua vida, você pode acessar o link abaixo, conferir o edital do programa e baixar o modelo de ficha para inscrição presencial, aí basta preencher e entregar em um dos locais de inscrição.

<https://www.mairipora.sp.gov.br/pmad/>

Fique atento as informações, corra para fazer sua inscrição e boa sorte.

NASCIDOS EM 2005
**INSCRIÇÃO PARA O
ALISTAMENTO MILITAR**



Atenção, Jovem! Você que já tem 18 anos, ou que vai completar neste ano de 2023 (nascidos em 2005), faça já a sua inscrição para o Alistamento Militar.

O alistamento é obrigatório, vai até o dia 30 de Junho e pode ser feito de duas formas:

ON-LINE: pelo site www.alistamento.eb.mil.br ou através do aplicativo do Exército Brasileiro, disponível para Android e IOS.

PRESENCIAL: na Central Agiliza (Prefeitura), localizada na Alameda Tibiriçã, 374 - Centro, de segunda a sexta-feira, das 8h30 às 16h30.

É importante destacar que o não cumprimento do Alistamento Militar pode causar ao indivíduo diversos impedimentos como: tirar de passaporte, não poderá fazer matrícula em faculdade, ingressar no serviço público ou na iniciativa privada, tirar título de eleitor, entre outros.

Precisa tirar alguma dúvida? Entre em contato com a Junta Militar pelo WhatsApp (11) 99615-1732. Sua chance é agora!

IMPOSTO DE RENDA 2023
**RECEITA FEDERAL INICIA
PERÍODO DE DECLARAÇÃO**



Na quinta-feira (9), a Receita Federal liberou o programa do Imposto de Renda 2023, necessário para declarar os ganhos e bens que superaram o montante de R\$ 28.558,70 no exercício de 2022. Aos usuários do sistema que já fizeram a declaração no ano passado podem importar os dados e atualizar os valores e itens da declaração.

Para quem ainda não declarou e irá fazer pela primeira vez em casa, após baixar o programa, o usuário precisa de alguns documentos como Carteira de Identidade (RG); CPF; Comprovante de Endereço; Título de eleitor; Dados do companheiro (a) e dependentes; Comprovante de atividade profissional; Demonstrativo fornecido pelo empregador e instituições bancárias (caso tenha conta em banco) e dados bancários como agência e conta para recebimento da restituição caso haja.

Confira como baixar o aplicativo para celulares ou computadores do IRPF 2023 e como fazer sua declaração acessando o site www.FalaRegional.com.br

Sol pipas

4441-1262

Avenida Paulicéia Numero 1013
Laranjeiras - Caieiras

Av. Prof. Carvalho Pinto, 326 | Caieiras
95032-8978 / 97171-6190

EDITAL DE CONVOCAÇÃO DE VAGAS

Colégio Monte Carmelo

Rua Fernando Prestes de Albuquerque, 1000, Jd. Planalto, Caieiras/SP

Seleciona-se **professoras** do Ensino Fund. II e Médio

Professora de Química

Requisitos: com licenciatura - diploma; Experiência acadêmica. Horário das aulas: 8h15 às 13h50.

Currículos: monica.harumi@associacaoeuroamerica.org - De 17/03/2023 a 07/04/2023.

VIP
imóveis

- Vende
- Aluga
- Administra

www.vipimoveis.com

Rua Ambrosina do Carmo
Buonaguide, 170 - Caieiras

9.4025-5183 / 4445-1824

EDITAL DO TRANSPORTE PÚBLICO

TRANSPORTE PÚBLICO EM CAIEIRAS: UMA ESPERA DE 3 DÉCADAS DEVE ACABAR

Segundo a Prefs de Caieiras, o novo edital do transporte público que suplicava melhorias, enfim terá uma solução após uma espera de 30 anos.

A Prefeitura Municipal de Caieiras fez alterações e traz edital composto por novas regras, mais ônibus, linhas inteligentes, integração municipal gratuita, carregamento do cartão on-line, controle da frota por GPS e muito mais avanços!

Ainda segundo eles, as modificações foram embasadas após muitas pesquisas, estudos, audiências públicas e reuniões, todo o processo de documentação foi definido para a licitação do novo modelo de transporte público que Caieiras clama há décadas. O edital contempla diversas mudanças apontadas por moradores caieirenses e usuários do transporte, afim de possibilitar vantagens reais como qualidade de vida no trajeto diário.

O que é preciso para um transporte de qualidade

Veja nossas pontuações que permeiam este assunto que tornou-se delicado no município de Caieiras. Um transporte público com qualidade é de extrema importância por vários motivos:

Acessibilidade: Um transporte público de qualidade garante que as pessoas tenham acesso a lugares que não seriam possíveis de alcançar de outra forma. Isso inclui trabalhos, escolas, hospitais, eventos e lazer. Isso é especialmente importante para pessoas que não têm um veículo próprio ou não têm condições financeiras para usá-lo regularmente.

Economia: Um transporte público eficiente e acessível pode ajudar a reduzir os custos de transporte para os usuários, economizando dinheiro em combustível, manutenção do carro e estacionamento. Também pode reduzir o tráfego nas ruas e estradas, reduzindo os custos de manutenção dessas vias e melhorando a eficiência do transporte.



Sustentabilidade: O transporte público pode ajudar a reduzir a emissão de gases de efeito estufa e outros poluentes do ar, contribuindo para a sustentabilidade ambiental. Além disso, o uso de transporte público em vez de veículos particulares reduz a dependência do petróleo e outras fontes de combustíveis fósseis.

Qualidade de vida: Um transporte público eficiente e acessível pode melhorar significativamente a qualidade de vida dos usuários. Eles podem economizar tempo, estresse e dinheiro, permitindo-lhes ter mais tempo livre para se concentrar em outras atividades, como trabalho, lazer e família.

Inclusão social: O transporte público também é importante para garantir que todos tenham acesso às oportunidades e serviços da cidade, independentemente de sua renda ou localização geográfica. Um transporte público de qualidade pode ajudar a conectar pessoas de todas as classes sociais e permitir a inclusão de pessoas com deficiência e idosos.

Entenda o que deve mudar segundo a Prefeitura de Caieiras

-Frota com 50 ônibus enquanto no formato atual a frota estava em 37 carro.

-Integração gratuita de 1h30 dentro do município.

-Fracionamento das linhas diminuindo o tempo da viagem, ou seja, o tempo de deslocamento vai diminuir.

-Linhas inteligentes: a solicitação é de que o ônibus entre por uma rua e saia por outra nos bairros evitando o centro e horários de fluxo.

-Abastecimento on-line dos cartões de passagem.

-Penalidades e multas por atraso ou descumprimento, afinal o antigo modelo não tinha meios de fiscalização ou penalidades.

-Anualmente fazer a renovação, obrigatória, de 5 veículos velhos.

-Controle da frota por GPS.

-O contrato que tinha duração de 30 anos é reduzido pela metade, 15 anos de prestação de serviço.

A audiência pública acontecerá no próximo dia 28 de março e a concorrência será entre todas as empresas participantes.

A Assessoria de Imprensa da Prefeitura foi acionada na quarta-feira (15) e não se manifestou sobre o assunto até o fechamento desta matéria. As informações oficiais estão no Instagram da prefeitura.

TECNOLOGIA

ENTREVISTAMOS O CHATGPT, ENTENDA O QUE É, COMO FUNCIONA E APRENDA A USAR!

O ChatGPT está ganhando fama por conta de sua grande aceitação na rede, ela é uma das primeiras ferramentas de inteligência artificial de uso público e gratuito. O sistema promete responder perguntas complexas, então nós do Fala Regional, decidimos provar se é verdade, acompanha com a gente essa jornada divertida!

Fizemos um texto com perguntas e respostas pela própria ferramenta, veja como ficou a auto definição do que o ChatGPT é e quais são seus atributos. Aprenda a usar esta inteligência artificial. Veja como ficou a entrevista, parece real e as respostas são completas e complexas.

Bia: O que você é, ChatGPT?

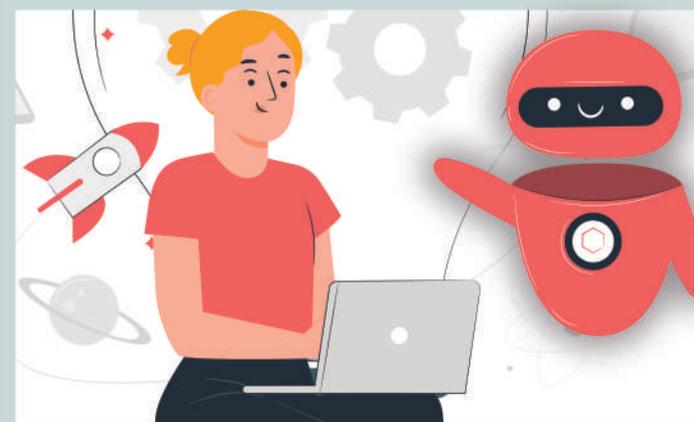
Eu sou o ChatGPT, um modelo de linguagem desenvolvido pela OpenAI. Eu fui criado para ajudar as pessoas a gerar respostas úteis e informativas para uma ampla variedade de perguntas e tópicos. Eu sou capaz de processar e entender a linguagem natural humana e responder a perguntas com base em meu treinamento com um grande conjunto de dados.

Bia: Como usar o chatGPT?

Para usar o ChatGPT, basta digitar uma pergunta ou tópico de interesse em uma das interfaces de usuário mencionadas acima, e eu farei o meu melhor para gerar uma resposta útil e informativa. É importante lembrar que, embora eu seja um modelo de linguagem avançado, ainda tenho limitações e não sou capaz de fornecer respostas 100% precisas ou adequadas em todas as situações.

Bia: Quem desenvolveu sua tecnologia?

Minha tecnologia foi desenvolvida pela equipe da OpenAI, uma empresa de pesquisa em inteligência artificial com sede em San Francisco, Califórnia, Estados Unidos. A equipe da OpenAI é composta por especialistas em inteligência artificial, cientistas de dados e pesquisadores de diversas áreas que trabalham juntos para desenvolver algoritmos e modelos de aprendizado de máquina avançados como o GPT-3, que é a base do meu funcionamento.



O ChatGPT é um mecanismo impressionante e inovador, é um chat que parece responder como se fosse outra pessoa do lado de dentro do seu 'pc', mac, smartphone ou tablet. Há rumores de que "Bard", a inteligência artificial do Google seja lançada em breve após o sucesso do ChatGPT. A entrevista completa você confere no www.FalaRegional.com.br

AGÊNCIA REGIONAL

SÓ QUEM TE CONHECE
PODE OFERECER O MELHOR
MARKETING PARA SUA EMPRESA

PUBLICIDADE EM REDES SOCIAIS, OUTDOOR, JORNAL E MUITO MAIS.
CONFIRA NOSSOS SERVIÇOS NO SITE WWW.AGENCIAREGIONAL.COM.BR

Informações pelo Whatsapp
11 9. 9614-3686