

É ASSIM QUE SE FAZ:

São José dos Campos tem melhorias no Transporte público e amplia oferta de ônibus em 2023.



A Prefeitura de São José dos Campos encerrou 2023 com ampliação no número de viagens e veículos disponíveis no transporte público do município. **Página 06**

CIDADE LIMPA, DE FATO:

Entenda como funciona o serviço de roçagem na cidade em áreas públicas e particulares.



A Prefeitura de Sorocaba, segue o monitoramento de áreas públicas e próprios municipais, programando o serviço de roçagem **Página 11**

CONVERSA CASEIRA:

Como eu posso falar de sexo com a minha filha?



É preciso “muita calma nessa hora”, pois as novas gerações já nasceram conectadas e a percepção que têm sobre o sexo é bastante diferente de quando éramos jovens. **Página 10**

VESTIBULAR UNIMAR 2024:

Últimos dias para garantir uma das vagas remanescentes para os cursos de graduação presencial.



Últimos dias para realizar o vestibular online e garantir uma vaga para os cursos de graduação presencial da Universidade de Marília (Unimar). As inscrições estão abertas para 20 cursos de graduação nas áreas de agrárias, exatas, humanas e saúde, exceto Medicina. **Página 05**

ELES DOMINAM:

População de rua aumentou 23% na administração Daniel Alonso. Cidade é a 29ª entre 645 municípios do estado, segundo Observatório Nacional. Pelo censo da própria secretaria, o aumento foi de 87%.



Na capital nacional dos radares, a maioria é formada por homens, sendo um total de 90,7% deles. Eles são distribuídos da seguinte forma; 322 homens e 33 mulheres, sendo uma pessoa de origem venezuelana e as demais brasileiras. **Página 04**



A ÚNICA PIZZARIA QUE VENDE PIZZA EM PEDAÇO!



@JPPIZZARIA (14)99824-1002

TOLERÂNCIA ZERO:

A única alternativa para reduzir a criminalidade em Marília é implantar um amplo projeto de combate, enfrentamento, prevenção e inclusão de forma simultânea.



A MARÍLIA CENTENÁRIA, abre o ano de 2024 apresentando o Projeto Tolerância Zero para a violência. Algo que se assemelha ao mesmo implantado em Nova York, porém com adequações a nossa realidade e moldado dentro de um conjunto de ações de inclusão social. **Página 16**

BARATA E SABOROSA:

Receitas de acém para um prato barato e muito gostoso.



Na seleção desta edição, você encontra diferentes receitas com acém para aproveitar o que essa carne tem de melhor. Confira com o cozinha gourmet da CASA DE CARNES BOIZÃO 3 deliciosas receitas. **Página 19**

Lentes ClearView ZEISS FSV

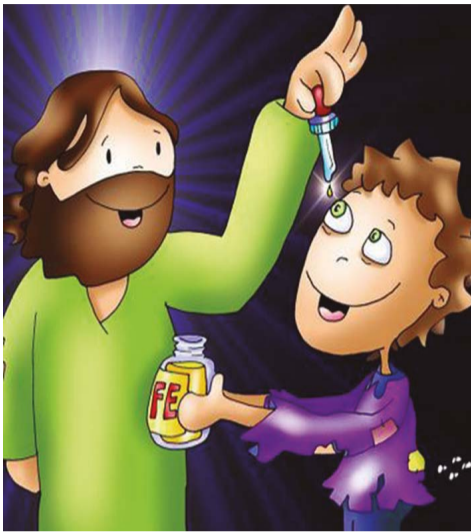
Satisfação comprovada dos clientes com as Lentes ZEISS ClearView

ZEISS
ZEISS VISION CENTER MARÍLIA

AV. ESMERALDA, 249
14 99690-3381 / 14 3432-3381

CLIQUE AQUI

GOTAS DE FÉ.



Damos-te graças, ó Deus!

Damos-te graças, ó Deus, damos-te graças, pois perto está o teu nome; todos falam dos teus feitos maravilhosos.

Salmos 75:1

O Salmo 75:1 é um poderoso lembrete da soberania de Deus em nossas vidas. Neste verso, somos chamados a render graças a Deus duas vezes, enfatizando a importância da gratidão em nossa relação com o Senhor. Primeiramente, a gratidão é a atitude certa em direção a Deus. Quando reconhecemos que tudo o que temos e somos vem Dele, nossa resposta natural é render graças. Agradecer a Deus não apenas nos coloca em um estado de humildade, mas também abre nossos corações para Sua bênção e graça contínua.

Além disso, o Salmo nos lembra que o nome de Deus está próximo. Ele não é um Deus distante ou inacessível, mas está sempre perto de nós. Podemos invocá-Lo em oração, buscar Sua orientação e encontrar conforto em Sua presença constante. Somos desafiados a contar as maravilhas de Deus. Cada um de nós tem experiências pessoais das maravilhas que Deus realizou em nossas vidas. Compartilhar essas histórias não apenas fortalece nossa fé, mas também inspira outros a reconhecerem a grandeza de Deus.

Ao meditar no Salmo 75:1, que possamos ser um povo grato, reconhecendo a proximidade de Deus em nossas vidas e compartilhando as maravilhas que Ele tem feito. Que nossa gratidão seja um testemunho vivo de Sua grandeza e amor eterno.

Damos-te graças!

- Cultive a gratidão diariamente: Pratique a gratidão, reconhecendo as bênçãos de Deus em sua vida e agradeça por elas regularmente.
- Busque a presença de Deus: Esteja consciente da proximidade de Deus em sua vida, confiando Nele em momentos de necessidade e alegria.
- Compartilhe suas experiências com Deus: Testemunhe as maravilhas que Deus fez em sua vida com outros, inspirando-os a reconhecer Sua grandeza.

Para Orar:

Senhor, a Ti rendemos graças por Tua proximidade constante em nossas vidas. Enche-nos de gratidão e capacita-nos a compartilhar Tuas maravilhas, sendo testemunhas vivas de Teu amor e poder. Amém.



Enfim é ano de eleição!

Terminamos o ano comentando sobre o processo eleitoral deste ano e começamos 2024 falando sobre o mesmo tema. A razão é uma só; esta é a eleição mais importante da história de Marília e pelo cenário apresentado até o momento, nosso papel enquanto jornalista e ativista social é conscientizar a população sobre a responsabilidade que compete somente a ela.

O ano de 2024 começou. E ele promete ser dos mais agitados na cidade devido às eleições municipais, que acontecerão em outubro. Desde o ano passado, já é possível ver diversas movimentações de partidos, políticos e aspirantes às vagas de prefeito e vereadores. Velhas raposas, novatos e oportunistas. Teremos candidatos para todos os gostos.

Porém, serão nos próximos meses que veremos mais movimentações e definições sobre o tema. Quem será pré-candidato a quê, quem irá para qual partido, quem desistirá de uma possível campanha, quem irá apoiar quem e até mesmo quem poderá ser impedido de entrar na disputa. Em abril se esgota o prazo para filiações em partidos.

Será curioso acompanhar os destinos de quem pretende participar do pleito eleitoral e entender os objetivos dos candidatos que forem surgindo ao longo das pré-campanhas e da campanha oficial, que terá início em agosto. Muitas conversas, reuniões e discussões acontecerão pela cidade toda. Por isso, é bom estar atento, porque esse é o momento em que o futuro da cidade começa a ser desenhado.

2024 é um ano ainda mais desafiador para o Poder Executivo municipal, já que aumentam as pressões política e social. Em outubro, os eleitores vão dizer se aprovam as atuais gestões ou se querem mudanças. Está na hora de saber se você aprovou os 8 longos anos da administração de Daniel Alonso e sua equipe.

As administrações municipais desempenham papel fundamental no desenvolvimento das cidades e as responsabilidades atravessam áreas diversas, desde o equilíbrio orçamentário até o aprimoramento da infraestrutura e a garantia da prestação de serviços públicos. Essas atribuições estão previstas na Constituição Federal, porém não são cumpridas.

Para tanto, é imprescindível que as lideranças tenham capacidade de planejamento.

Disso depende a alocação e o gerenciamento adequados dos recursos financeiros, definindo as prioridades que impactam diretamente a vida dos cidadãos, como saúde, educação e segurança. Outro eixo primordial é a modernização da infraestrutura.

Ruas e espaços públicos bem conservados não melhoram apenas a qualidade de vida, mas atraem investimentos, impulsionam o desenvolvimento sustentável e a geração de empregos. Marília está parada no tempo enquanto outras estão a todo vapor. A especulação imobiliária acabou com a cidade e só favoreceu o sistema mantido por 6 ou 7 magnatas.

Assim como a capacidade de planejar, é desejável que as lideranças municipais tenham sensibilidade para as demandas específicas de cada comunidade e consigam navegar por diferentes interesses, às vezes conflitantes, inclusive. Vale dizer que o prefeito é, por princípio, o gestor público mais próximo da comunidade, que ausculta a população e traduz em ações públicas as demandas.

A habilidade de promover consensos é extremamente benéfica para o progresso das cidades. É impossível compactuar com um administrador que se esconde do povo e só se comunica através das redes sociais.

Prefeitos não governam sozinhos. Dependem de apoio de outras esferas governamentais, tais como os vereadores, que esse ano também participam do processo eleitoral. Câmaras Municipais têm como prerrogativas legislar, ou seja, criar leis, e fiscalizar o Poder Executivo. Para além da esfera municipal há que se estabelecer diálogo com governos federal e estadual.

Reiteramos que esta será a eleição mais importante da história da cidade. A próxima administração irá preparar a cidade para o centenário. É muita responsabilidade para o gestor a ser escolhido por você.

Lembremos que entre as atribuições dos prefeitos previstas na Constituição está a busca por convênios, benefícios e auxílios para as cidades que representam. Liderar as administrações municipais requer uma série de competências, visão estratégica e comprometimento com a eficiência do serviço público, bem-estar coletivo e transparência. A escolha é dos eleitores e as consequências também.

ESTA VOZ TAMBÉM É SUA

Há seis anos, O JORNAL DO ÔNIBUS DE MARÍLIA decidiu se posicionar como um jHá vinte e sete anos, O JORNAL DO ÔNIBUS DE MARÍLIA foi criado com o firme propósito de um jornal independente com convicções fortes, levando adiante sua missão de despertar o que há de melhor em NOSSA CIDADE. Completamos cinco anos de nosso PORTAL DE NOTÍCIAS, um dos mais acessados na região e três de nossa versão digitalizada do então impresso, com exclusividade no interior paulista. Esse projeto de jornalismo com valores não é viável sem o apoio de quem se importa com o futuro da família Mariliense e da cidade. Portanto, é de fundamental importância que você nos auxilie. Compartilhe nosso Jornal como os amigos e não permita que uma voz única na mídia seja calada pelos poderosos da política local. Quanto mais pessoas acessando, melhor será o nosso poder de levar a verdade até as pessoas. Juntos somos fortes !!!

Cornetadas do dedão



- 1-) Algum candidato a vereador já bateu a sua porta ou visitou a sua rua?
 - 2-) Você votará em algum candidato apoiado por Abelardo Camarinha?
 - 3-) Você votará em algum candidato apoiado por Daniel Alonso?
 - 4-) Já acessou o SITE do JORNAL DO ÔNIBUS MARÍLIA hoje??? O que está esperando??? Aqui tem muito mais conteúdo. Acesse já!
- Você é a favor ou contra o fechamento do camelódromo no atual local?

A CIDADE ERA ASSIM...

ANTIGA SEDE SOCIAL DO MAC



Viagem aos anos 70 para relembrar uma das esquinas mais famosas de Marília. A sede social do Marília Atlético Clube e da Predileta loterias. Confluência da 4 de abril com nove de julho.

EXPEDIENTE

EDITORA PONTO A PONTO DE MARÍLIA.
 CNPJ: 29.482.184/0001-55
 CORRESPONDENTE:
 Press Manager / São Paulo
 Rua Nestor de Barros 116 sala 72, Vila Santo Estevão – São Paulo – SP
 PRODUÇÃO:
 JORNAL DO ÔNIBUS DE MARÍLIA
 EDITOR RESPONSÁVEL:
 José Carlos Venâncio (Kaito Jr°)
 MTb=37.142
 ENDEREÇO:
 Rua 09 de Julho, 1001- loja 35 e 35a
 Shopping Atenas
 piso superior / Centro - Marília- SP





A VIRADA:

De autoatendimento a personalização, conheça as tendências do comércio para 2024.

Iniciativas sustentáveis, vendas integradas e autoatendimento estão entre as principais apostas.

Uma verdadeira montanha russa. Esse é o resumo do ano para o comércio em 2023. Se começamos o ano de 2023 com o varejo estremeado, com grandes marcas, como Americanas e Magazine Luiza enfrentando problemas financeiros, chegamos em dezembro com as lojas físicas e online fortalecidas.

Para o e-commerce, então, foi um ano fora da curva. O maior crescimento anual de sua história, de acordo com um estudo realizado pela RetailX.

E, 2024, quer superar as marcas deste ano.

A expectativa do mercado é trazer mais lucro, mas gerar muito mais praticidade, humanização e agilidade para a vida dos consumidores, fidelizando as suas compras e permitindo que a sua recorrência seja maior.

Por isso, separamos 7 estratégias que devem movimentar os próximos meses e, algumas delas, você já deve ter visto acontecer, mas nem imaginava que era tendência:

1 - AUTOATENDIMENTO

Já reparou que a maioria dos mercados e grandes home centers implantaram postos de autoatendimento?

Há marcas que equiparam a quantidade de caixas tradicionais com este tipo de atendimento ou ainda transformaram suas operações para somente esta operação. Há ainda muitas transformações em teleatendimentos direcionando para que os clientes tenham cada vez mais autonomia e agilidade em resolver as suas questões.



2 - OMNICHANNEL

Veremos não só os grandes com soluções integradas, mas os pequenos também, nem que seja uma página simples, com perguntas e caminhos possíveis relacionadas a marca, como muitas empresas PME têm feito em canais de redes sociais. A ideia é apresentar todos os canais de relacionamento, permitindo que cada pessoa escolha a forma com que quer interagir, mas que o tratamento e a solução seja uma só.

O ChatGPT tem muito a contribuir com esta questão. Por meio de soluções rápidas, linguagem única, mas cuidadosa, consegue categorizar as dúvidas e trazer soluções didáticas e visuais de como resolver suas questões.

3 - A FAVOR DAS ENTREGAS

Apoio e tecnologia para automatização de processos e de logística? Quantos são os produtos que estão no estoque? Pertencem a que categoria? Qual sua data de validade? Imagina construir um único painel com os principais desafios da empresa, orações e suporte integrados?

Também é tendência a criação de pequenos centros de distribuição, que agilizam o abastecimento e as entregas em domicílio. Desde a pandemia este tipo de entrega ganhou maior destaque.

4 - SERVIÇOS PERSONALIZADOS

Cada vez mais entender o perfil do público-alvo será benéfico para o negócio e para os consumidores. Sugestões de produtos, sugestões de atendimento, de entrega, de recorrência, de lançamentos. Tudo isso é bem-vindo e tem sido muito procurado.

2023 foi um ano de crescimento dos mercados online, entregas delivery e e-commerce, mas com a IA 2024 promete trazer uma experiência ainda mais personalizada.

5 - AUTOMATIZAÇÃO DE PROCESSOS E VENDAS ONLINE

No processo de ampliar a agilidade, a automação de processos virá com tudo, também contando com a IA. Com processos cada vez mais unificados e canais de comunicação, vendas e suporte integrados,

a experiência e a satisfação também devem melhorar.

É bem possível que em um cenário como este, que ele escolha comprar pelos canais digitais, como redes sociais que ganharam muito público com o marketing de influência neste ano.

6 - MEIOS DE PAGAMENTO INSTANTÂNEOS

Também será importante contar com cada vez mais formas de pagamento. O Pix não poderá ficar de fora nem de comércios ou atacadistas menores. Além disso, pagamento com cartões de benefícios ou créditos online também devem ser considerados.

7 - CAUSAS AMBIENTAIS

A moda circular e sustentável está cada vez mais em alta. Este foi o ano do anúncio, mas o próximo será o ano da expansão. Redes de artigos infantis, roupas femininas e masculinas, mercado pet e até artigos de casa devem ganhar as cidades de até 100 mil habitantes de classe média. Pensar em propagandas e ações sustentáveis junto ao consumidor também será um bom diferencial. Descartes de pilha e bateria, latas de lixo reciclado entre outras iniciativas.

POR QUE IMPORTA?

O comércio é uma das grandes promessas de 2024. Como profissional, estar atento aos investimentos permitirá trazer mais insights e parcerias. E, se trabalhar no mercado de tecnologia, prepare-se terá muita demanda vindo das lojas físicas e onlines de eventos a operações diárias. A IA e a inovação prometem auxiliar na performance diária e na agilidade de atendimento para o público.

EXPECTATIVA:

A economia brasileira em 2024.

O Brasil finaliza 2023 apresentando um crescimento que, apesar de ter superado as expectativas, sofre clara desaceleração nos últimos meses. Esse cenário impõe uma responsabilidade significativa para o próximo ano, uma vez que o efeito estatístico resultante dos últimos 365 dias gera um efeito carry-over negativo.

Em outras palavras, se não alcançarmos expansão na margem, enfrentaremos um 2024 potencialmente mais desafiador. Toda essa evolução foi impulsionada por reformas anteriores e por um desempenho excepcional na balança comercial, aliado a um notável aumento no Produto Interno Bruto (PIB) do setor Agropecuário. No entanto, para sustentar e ampliar esse progresso, será necessário ajustar a economia.

A boa notícia é que as condições globais não parecem tão restritivas. A melhoria da inflação nos Estados Unidos sugere que o Federal Reserve (FED), o banco central do país, não

deverá impor restrições significativas à política monetária, permitindo a manutenção do excesso de liquidez mundial. Dessa forma, cabe ao Brasil criar as condições propícias para atrair esses recursos e direcioná-los a investimentos produtivos.

As circunstâncias institucionais nacionais são favoráveis: controle da inflação, ausência de conflitos armados e raros desastres naturais. Agora, é preciso desenvolver políticas de curto e longo prazos a fim de captar recursos, aproveitando as dificuldades enfrentadas pelos nossos concorrentes, como Turquia, Rússia, Argentina e, até mesmo, a Índia. Além disso, é importante considerar a volatilidade nas decisões do líder chinês Xi Jinping, cada vez mais influente no mercado global.

No curto prazo, ajustes fiscais, especialmente no controle das despesas, seriam benéficos.

Manter um ambiente menos beligerante entre os poderes Legislativo, Judiciário e Executivo, bem como entre oposição e situação, também seria de grande relevância. Já no longo prazo, é essencial investir na Reforma Administrativa e promover uma reestruturação nítida no sistema educacional, com ênfase na primeira infância e no ensino primário de qualidade.

Essas medidas visam reduzir desigualdades e formar mão de obra mais qualificada para o futuro. Ademais, é fundamental buscar uma abertura comercial gradual, pois, sem isso, nossa indústria não será capaz de competir com o restante do mundo.

Embora a conjuntura internacional seja favorável ao Brasil para o ano que vem, as reformas implementadas no País já esgotaram seus efeitos. Aproveitar o momento propício dependerá das ações internas que tomarmos. Ainda que o Fundo Monetário Internacional

(FMI) projete um crescimento de 1,5% para 2024, temos o potencial de superar essa marca com esforços fiscais e reformas adequadas. Se nada for feito, inclusive, correremos o risco de ficar abaixo desse patamar, o que seria desastroso.

À medida que nos aproximamos de um novo ano, o resultado da economia brasileira ainda está pendente, haja vista que muito dependerá das decisões a serem tomadas ao longo dos próximos meses. Mesmo em meio a um bom contexto, o governo precisa de estratégia e planejamento robustos para tirar proveito desse momento.

As previsões ainda indicam um ano desafiador, o que se reflete nos dados finais de 2023. A desaceleração já está em curso, mas, felizmente, ainda há espaço para elevar o potencial de desenvolvimento com a implementação de medidas adequadas. É esperar para ver.

CASA DE CARNES BOIZÃO
A GRIFE DA CARNE!

VEN PRÁ CÁ !!!

FAZER COMPRAS NO ACOUGUE FICOU MAIS FÁCIL

CLIQUE AQUI

CASA DE CARNES BOIZÃO I
Rua José Simplicio, nº 155
Tel.: 3413-9161 / 99809-6324

CASA DE CARNES BOIZÃO II
Av. João Ramalho, nº 1290
Tel.: 3417-3400 / 99880-3240

CASA DE CARNES BOIZÃO III
Rua São Luiz, nº 1162 - Centro

ACONTECE MARÍLIA I

ELES DOMINAM:

População de rua aumentou 23% na administração Daniel Alonso. Cidade é a 29ª entre 645 municípios do estado, segundo Observatório Nacional. Pelo censo da própria secretaria, o aumento foi de 87%.

A população em situação de rua é definida pelo Decreto nº 7.053 de 23 de dezembro de 2009 como:

Grupo populacional heterogêneo, que possui em comum a pobreza extrema, os vínculos familiares interrompidos ou fragilizados e a inexistência de moradia convencional regular, que utiliza os logradouros públicos e as áreas degradadas como espaço de moradia e de sustento, de forma temporária ou permanente, bem como as unidades de acolhimento para pernoite temporário ou como moradia provisória.

Os 10 municípios com maior número de PSR concentram juntos 51,5% da população em situação de rua do país. São eles: São Paulo, Rio de Janeiro, Belo Horizonte, Salvador, Brasília, Fortaleza, Porto Alegre, Curitiba, Campinas e Florianópolis. Em 2023, segundo os dados do Cadastro Único, o perfil era majoritariamente masculino (88%), de pessoas negras (68%, somando pardas, 50%, e pretas, 18%) e em idade adulta (57% tinham entre 30 e 49 anos). Os principais motivos apontados para a situação de rua foram os problemas familiares (44%), seguidos do desemprego (38%) e do alcoolismo e/ou uso de drogas (28%).

Com relação ao tempo em situação de rua, a maioria das pessoas cadastradas (60%) encontrava-se nessa situação há até 2 anos. Já uma parcela bem menor (12%) caracterizava-se por viver em situação de rua há mais de 10 anos. A ex secretária Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social, Wânia Lombardi, se referia aos mesmos como “escolados”.

A maior parte das pessoas em situação de rua informou que não vivia com suas famílias na rua (93%) e nunca ou raramente tinha contato com parentes fora da condição de rua (61%). Quanto à escolaridade, a maioria sabia ler e escrever (90%), mas apenas 2% indicaram frequentar escolas.

Em relação ao trabalho, grande parte das pessoas em situação de rua (67%) já teve emprego com carteira assinada. A maior proporção dos que informaram já ter trabalhado com carteira assinada estava na região Sudeste (79%), e a menor na região Norte (36%). Como fonte de renda, as principais atividades indicadas foram a de catador de material reciclável (19%) e a de pedir dinheiro nas ruas (11%).

Entre as pessoas em situação de rua no Brasil inscritas no Cadastro Único, 14% possuíam algum tipo de deficiência, sendo a



física a mais frequente (47%), seguida pelos transtornos mentais (18%), e as deficiências visuais (16%).

TRISTE REALIDADE: De 2017 até 2023 (Daniel Alonso como prefeito), Marília aumentou em 23% a população de rua da cidade, segundo o observatório. Dados não batem.

É mais um registro triste e negativo na galeria da administração que se autointitula como gestão expertise. Dados oficiais do Observatório Nacional dos Direitos Humanos apontou que 355 pessoas se encontravam em situação de rua em Marília. Em 2017 eram 290, ou seja: nos últimos 7 anos houve um crescimento de 23%.

Este índice coloca a cidade como a 29ª com mais pessoas nesta condição em meio a 645 municípios no Estado de São Paulo até o final do ano de 2023, com um percentual superior a cidades de maior porte, como Bauru, por exemplo. Lembrando que, Marília registra 237.629 habitantes e Bauru 379.146 segundo o IBGE. A cidade sem limites, segundo o Observatório, possui 342 pessoas em situação de rua.

O curioso é que; censo elaborado pela Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social apontou que em 2018

havia 127 pessoas morando nas ruas em Marília. A maioria tinha idade entre 19 e 50 anos. Apesar da sensação que a pandemia agravou a situação, a secretaria declarou na ocasião que o número de moradores nas ruas era menor do que no primeiro ano da gestão municipal atual, em 2017. Segundo a pasta, nesse ano a cidade contabilizava 190 moradores de rua. **QUAIS OS NÚMEROS VERDADEIROS???**

Se atentem, pois se seguirmos os dados da própria secretaria, chegaremos ao absurdo percentual de um aumento de 87% no número de moradores de rua na administração de Daniel Alonso.

Na capital nacional dos radares, a maioria é formada por homens, sendo um total de 90,7% deles. Eles são distribuídos da seguinte forma; 322 homens e 33 mulheres, sendo uma pessoa de origem venezuelana e as demais brasileiras.

A maioria das pessoas, 125 delas, possui entre 40 e 49 anos. São ainda 86 pessoas entre 30 e 39 anos, 74 entre 50 e 59 anos, 34 entre 20 e 29 anos, 31 entre 60 e 69 anos, quatro entre 70 e 79 anos e uma entre 10 e 19 anos.

Os principais locais de concentração dos mesmos são; Avenida Brasil, praça São Bento, Praça da Emdurb e Athon Fragata, rua

Tancredo Neves, praça da Igreja Santo Antônio, avenida das Indústrias, poli esportivo do Pedro Sola, avenida João Ramalho esquina com a Mem de Sá, viadutos, entre outros. Procuram sempre casas e barracões abandonados para invadir e consumir drogas.

Mais da metade nasceram em outros municípios, ou seja; 180 pessoas, sendo que o restante; 172 nasceram em Marília e uma que nasceu em outro país. O único projeto em ação no município é o Centro Pop, que na realidade é um projeto do governo federal. O casa cidadã faz o primeiro acolhimento.

Em 2022, havia 246 Centros Pop (Centros de Referência Especializados para População em Situação de Rua) cadastrados no país, distribuídos por 218 municípios, entre eles, a cidade de Marília.

No final dos anos 90 e início dos anos 2000, a FUMARES era exemplo para muitas cidades do interior paulista e realizava um trabalho de excelência com a recuperação e capacitação de moradores de rua nas mais diversas atividades. **HOJE O PROJETO ESTÁ ABANDONADO.**

Resta saber se a secretaria competente já tem em mãos algum projeto para encaminhar a Brasília objetivando a cavitação de recursos, levando se em consideração que na última quarta-feira (17) o presidente da República, Luiz Inácio Lula da Silva, sancionou a Lei 14.821/24, que cria a Política Nacional de Trabalho Digno e Cidadania para População em Situação de Rua a fim de promover acesso ao trabalho, à qualificação profissional e à elevação da escolaridade.

O objetivo da nova lei é promover os direitos humanos de pessoas em situação de rua, ao trabalho, à renda, à qualificação profissional e à elevação da escolaridade que, em suas ações, contempla a criação de uma bolsa de qualificação profissional, que custeará despesas com alimentação e transporte às pessoas em situação de rua, que estejam participando de cursos técnicos ou que escolherem aprimorar seu nível de escolaridade.

Se faz necessário este comentário, porque este é o último ano de governo e no fechar das cortinas o desinteresse é algo que contagia e nos bastidores da câmara municipal, corre o boato que chegou até a Tribuna do pequeno expediente, dando conta de recursos que teriam sido devolvidos pelo atual secretário justamente para compra de um veículo para monitoramento de moradores de rua. **VAI ENTENDER...**

**NÃO DÊ ESMOLA
DÊ FUTURO**

ACONTECE MARÍLIA II

VESTIBULAR UNIMAR 2024:

Últimos dias para garantir uma das vagas remanescentes para os cursos de graduação presencial.

Últimos dias para realizar o vestibular online e garantir uma vaga para os cursos de graduação presencial da Universidade de Marília (Unimar). As inscrições estão abertas para 20 cursos de graduação nas áreas de agrárias, exatas, humanas e saúde, exceto Medicina. Essa é sua chance de descobrir o conhecimento com infinitas escolhas em uma instituição com 66 anos de tradição e mais de 120 mil egressos de sucesso.

De acordo com o Reitor da Unimar, Dr. Márcio Mesquita Serva, a Unimar é o caminho para aqueles que desejam uma formação de qualidade. "Há mais de seis décadas, a Universidade é uma força geradora de conhecimento, transformando vidas e contribuindo com o desenvolvimento da região. Com altos índices nas principais avaliações do ensino superior do país, a Unimar é a 3ª melhor Universidade privada de São Paulo e a 14ª do Brasil, segundo o MEC", destaca.

As vagas remanescentes são para 20 cursos de graduação presencial. Na área da saúde, os cursos de Enfermagem, Fisioterapia, Nutrição, Psicologia, Farmácia, Biomedicina, Educação Física e Odontologia. Na área de exatas, os cursos de Engenharia Civil, Engenharia Elétrica, Engenharia de Produção Mecânica, Arquitetura e Urbanismo, Análise e Desenvolvimento de Sistemas e Ciência da Computação. Em humanas, os cursos de Direito, Administração, Ciências Contábeis e Publicidade e Propaganda. E nas agrárias, Medicina Veterinária e Engenharia Agrônômica.



HÁ MAIS DE

65

ANOS

CONSTRUINDO O FUTURO JUNTO COM VOCÊ!

Unimar
UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

Todos os cursos possuem ensino de qualidade, com aulas teóricas e práticas, ministrada por corpo docente formado por mestres e doutores atuantes no mercado, além de aulas em laboratórios com alta tecnologia. Assim, desenvolvendo habilidades nos acadêmicos que dá a possibilidade de atuação na área, desde o início da graduação.

Além disso, a Unimar oferece diferenciais que vão contribuir com esse processo de formação, como o Núcleo Interdisciplinar de Estágios e Empregabilidade, em que conecta os acadêmicos com as principais oportunidades no mercado de trabalho e a Internacionalização, com intercâmbio em instituições de ensino em todo o mundo.

Segundo a Pró-reitora de Pesquisa, Pós-graduação e Ação Comunitária da Unimar, Prof. Dra. Fernanda Mesquita Serva, esses diferenciais são fundamentais para se destacar no mercado de trabalho. "A Universidade de Marília mantém seus pilares em ensino, pesquisa e extensão, aliados à responsabilidade social, tornando-se a escolha ideal para quem deseja trilhar um caminho de sucesso", destaca.

As inscrições e a realização da prova para as vagas remanescentes estão disponíveis até 31 de janeiro através do site <https://oficial.unimar.br/vestibular/>. Não perca a oportunidade de fazer parte dessa transformação. Para mais detalhes, acesse <https://www.unimar.br/> ou entre em contato pelo telefone (14) 2105-4000.




GRADUAÇÃO EAD

AMIGO INDICA AMIGO

INSCREVA-SE EAD.UNIMAR.BR

APRENDA A QUALQUER HORA, EM QUALQUER LUGAR!

Unimar
UNIVERSIDADE DE MARÍLIA




PÓS

ESCOLHAS QUE MOLDAM O FUTURO

CLIQUE AQUI

ESPECIALIZAÇÕES MESTRADOS

MBA'S DOUTORADO

PÓS-GRADUAÇÃO UNIMAR • 2024

INSCREVA-SE UNIMAR.BR/POS

Unimar
UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

QR CODE

PÓS-GRADUAÇÃO 2024 • UNIMAR



PRIMEIRA PARADA

É ASSIM QUE SE FAZ:

São José dos Campos tem melhorias no Transporte público e amplia oferta de ônibus em 2023.

A Prefeitura de São José dos Campos encerrou 2023 com ampliação no número de viagens e veículos disponíveis no transporte público do município. Também houve a substituição dos ônibus mais antigos por veículos zero quilômetro e investimento na modernização dos pontos e nos sistemas de acompanhamento das linhas e pagamento das passagens.

Em razão das melhorias realizadas, em dezembro foi atingida a marca de 301 viagens diárias a mais no transporte coletivo. A ampliação do número de viagens contemplou principalmente os horários de pico, nos dias úteis. Ao longo do ano passado, foram incorporados 17 ônibus, aumentando a frota para 356. Outros 16 foram substituídos por veículos zero quilômetro.

Com a inclusão de mais 6 veículos, prevista para o final deste mês, serão mais 49 viagens, levando a um total de 350 nos dias úteis, o que representa um aumento de 5,7%. No mesmo período, o número de usuários subiu 3,7%. Ainda em 2023, VLPs foram disponibilizados nos horários de pico da manhã e tarde para viagens extras nas linhas 128 (Urbanova via Colinas ao Terminal Central), 331 (Campo dos Alemães ao Jardim Aquarius), 204A (Novo Horizonte ao Centro) e 341-B (ECO Campos de São José à Avenida José Longo).



QR code

O pacote de medidas destinadas aos usuários do sistema inclui ainda melhorias em infraestrutura. Totens com QR code estão substituindo antigas placas de pontos de ônibus em toda a cidade. Eles são identificados pelo número para auxiliar a localização em aplicativos e mapas e identificar todas as linhas que passam pelo local.

Ao apontar a câmera do celular para o código, o passageiro tem acesso a informações sobre horários e itinerários dos ônibus e alternativos, além de outras informações sobre o sistema. Atualmente estão sendo substituídas 100 placas, mas outras 200 serão trocadas.

Abrigos

A Prefeitura também está implantando abrigos metálicos em substituição aos de madeira. Os novos equipamentos oferecem maior proteção contra chuva, sol e vento, além de garantir conforto e segurança aos usuários, pois incorporaram a previsão de instalação de iluminação própria. Ao todo, foram feitas 48 substituições e outras 18 estão previstas. Mais 9 abrigos metálicos foram instalados em novos locais na cidade. Para aumentar a segurança, desde agosto eles estão recebendo iluminação. Dos 591 existentes, 381 já estão iluminados.

Pagamento

Entre as comodidades para o usuário, toda a frota de ônibus passou a receber o pagamento por meio de cartão de crédito e débito e carteiras digitais com tecnologia por aproximação. São aceitas as bandeiras Elo, Visa e Mastercard. O passageiro não precisa se cadastrar para ter acesso ao serviço. Basta aproximar o cartão ou dispositivo móvel do validador no momento em que pagar a passagem, que continua custando R\$ 5. A inovação tecnológica traz praticidade, comodidade e segurança para o usuário.

Aplicativos

Os usuários do transporte público de São José dos Campos podem utilizar aplicativos para planejar viagens, consultar rotas e tempo estimado, facilitando a escolha do melhor trajeto. As plataformas Cittamobi e Moovit disponibilizam informações em tempo real sobre todas as linhas de ônibus, com mapas dos itinerários e horários de partida e chegada. Outra opção é o Google Maps, porém a transmissão dos dados não é simultânea. Tanto o Cittamobi como o Moovit são gratuitos e compatíveis com os sistemas IOS e Android. Os links para as lojas de aplicativos estão disponíveis no site da Prefeitura.

AQUI ACONTECE:

Prefeitura de Fortaleza avança com as obras do novo Terminal José de Alencar, no Centro.

A Prefeitura Municipal de Fortaleza deu início em abril de 2023, as obras de construção do novo terminal José de Alencar, localizado no Centro da cidade. O novo equipamento está sendo construído no terreno onde funcionava o antigo Beco da Poeira, ao lado da estação de metrô, entre as ruas Guilherme Rocha e Liberato Barroso.

A ideia é que o espaço concentre as linhas de ônibus em um único local, a exemplo dos outros terminais abertos, evitando que os passageiros realizem grandes deslocamentos pelas vias do Centro, além de suprir a demanda do antigo terminal aberto de ônibus da Praça da Estação.

As obras, que já estão com 71% de conclusão, preveem a construção de três plataformas de embarque e desembarque com cobertas metálicas com mais de 2 mil metros quadrados de área. No local serão construídas também passagens elevadas para pedestres e fixados gradis entre as plataformas, para dar mais segurança, além de delimitar e resguardar o tráfego de pedestres.

Segundo o titular da Secretaria da Infraestrutura (Seinf) Samuel Dias, o cronograma das obras está sendo cumprido com



exatidão. “Toda a parte do pavimento rígido interno foi concluído, também foram construídas novas plataformas e agora estamos fazendo os banheiros. A parte da estrutura metálica já está toda colocada e as telhas da cobertura já chegaram. Muito em breve veremos aqui um terminal concluído. A Rua Vinte e quatro de maio, que liga a praça José de Alencar à antiga Praça da Estação, também está concluída. Nós estamos trabalhando agora nos encaixes dela com as vias transversais, para evitar problemas de drenagem”, afirmou Samuel Dias.

O secretário ressaltou que a obra faz par-

te de um conjunto de entregas para melhorar a mobilidade urbana em Fortaleza. “Com essa obra nós vamos concluir uma das promessas do prefeito Sarto de fazer quatro terminais de ônibus na cidade de Fortaleza, um grande investimento na política de mobilidade, três já foram concluídos, esse é o quarto.” Os terminais já entregues pela gestão são o do José Walter, o da Av. Washington Soares e o da Praça Coração de Jesus.

O novo equipamento já conta com toda a pavimentação em concreto concluída, a escolha do material se deu devido ao intenso fluxo de ônibus e a alta durabilidade do

material, garantindo a maior resistência da via. Atualmente, as equipes trabalham na execução do prédio de apoio que contará com salas para os motoristas e seguranças.

Com investimento de R\$ 13,4 milhões, o equipamento contará, ainda, com pontos de autoatendimento do Bilhete Único, banheiros, sala de apoio para motoristas, refeitório e paisagismo. Quando concluído, o equipamento vai permitir a integração dos modais ônibus, proporcionando mais conforto, comodidade e rapidez para quem utiliza o transporte público.

Além das obras de construção do novo terminal, o projeto contempla ainda a urbanização da Rua 24 de Maio, entre as ruas Guilherme Rocha e Castro e Silva. As intervenções, que já estão com 90% dos serviços realizados, preveem a substituição do asfalto da via por pavimentação com piso intertravado, construção de calçadas padronizadas, mobiliários urbanos e itens de acessibilidade como rampas, passagem elevada e piso tátil, totalizando cerca de 340 metros de melhorias viárias. As duas obras na região devem ser entregues no primeiro semestre de 2024.



ANUNCIE AQUI!



Clique aqui e mande sua mensagem



ATUALIZANDO: Novas tecnologias em condomínio.

Instalação de tomadas para carros elétricos em condomínio deve ser decidido em assembleia, diz Justiça

Mesmo com o aumento das vendas de carros elétricos no Brasil, a Justiça tem negado pedidos para instalação de tomadas em vagas de garagem em condomínios.

No Ceará, a 4ª Câmara de Direito Privado do Tribunal de Justiça (TJCE) negou o recurso de um morador, levando em conta a necessidade de aprovação da medida em assembleia de condomínio (processo nº 0640555-02.2022.8.06.0000). No TJDF, a 3ª Turma Cível decidiu no mesmo sentido (processo nº 07340983220228070000).

Em novembro, o País acumulava 204 mil carros elétricos, segundo a Associação Brasileira do Veículo Elétrico (ABVE). Boa parte foi emplacada entre janeiro e novembro do ano passado: um total de 77.648 unidades – um aumento de 78% sobre o mesmo período de 2022 (43.658).

O Ceará ficou em 12º entre os estados brasileiros que mais emplacaram carros elétricos em 2023. Conforme a ABVE, foram 1.941 unidades.



Na cidade de São Paulo, uma das decisões foi dada em ação ajuizada por um condomínio contra um morador. Ele instalou, sem autorização, uma tomada para abasteci-

mento de carro elétrico na vaga de garagem (processo nº 1018652-78.2019.8.26.0100). As informações são do Valor.

O morador alegou, no processo, que a instalação ocorreu conforme requisitos técnicos e de segurança e citou projeto de lei

municipal para tornar obrigatória instalação de tomadas de energia elétrica em vagas de garagem de edifícios da capital. Ele acrescentou que usou na instalação quadro de luz da própria unidade.

Em primeira instância, o morador foi condenado a desfazer a instalação elétrica em 30 dias. A decisão levou em consideração que, pela convenção do condomínio, as vagas de garagem são indeterminadas e integram área comum. Por isso, o morador não teria direito de propriedade exclusiva sobre a vaga em que instalou a tomada. A decisão foi mantida pela 28ª Câmara de Direito Privado do Tribunal de Justiça de São Paulo (TJSP).

Nos julgamentos, segundo a advogada Marici Giannico, do escritório Mattos Filho, têm prevalecido entendimento de que a decisão precisa partir dos condomínios, por convenção ou deliberação em assembleia geral. Mas ela destaca que, no TJRS, há um precedente favorável a um casal. Nele, os julgadores afirmam que condomínios e condôminos devem se adaptar à realidade “cada vez mais crescente” dos híbridos (processo nº 5081515-30.2021.8.21.7000).

TRETA NO CONDOMÍNIO: Pode ou não pode instalar o ar-condicionado?

O verão chegou oficialmente e a previsão é de temperaturas recordes para a estação, em todas as regiões do país. Na tentativa de aplacar o calorão, muitos consideram adquirir e instalar ar-condicionados. Não à toa, na última onda de calor de 2023, a Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC) viu crescer em 177% a busca por esse tipo de aparelho em e-commerce no Brasil. Mas, antes de comprar um ar-condicionado, é essencial conferir as regras de instalações no condomínio e se é possível utilizar esse tipo de equipamento, considerando desde a estrutura do apartamento até o quadro elétrico.

Há oito anos no mercado, a uCondo, startup de plataforma de gestão de condomínios que reúne mais de 3,5 mil condomínios e 350 mil usuários, já contou com muitos registros relacionados ao assunto. Como cada condomínio tem suas próprias normas, regulamentos e diretrizes em relação à instalação de ar-condicionado, é preciso consultar quais são as especificações para o caso. Alguns condomínios possuem restrições específicas sobre a instalação externa de unidades de ar-condicionado, como localização, tamanho e aparência.

Quem usa plataforma de gestão condominial, pode consultar essas regras com facilidade no próprio aplicativo. Mas, se não é esse o caso, é essencial consultar o síndico sobre a procedência correta, pois a instalação não autorizada pode resultar em problemas



na rede elétrica do prédio, problemas técnicos e até remoção do equipamento e multas.

Até mesmo o local de instalação no apar-

tamento pode ter regras. A distância do chão, por exemplo, deve considerar uma altura suficiente para evitar obstruções e permitir uma distribuição uniforme do ar resfriado. É

usual que seja cerca de 1,80 a 2,40 metros do piso. O espaço do lado de fora do apartamento, seja varanda, área de serviço ou em outro local, também precisa estar de acordo com o acordado no regulamento. Pode haver restrições até quanto ao ruído dos aparelhos.

É comum, em prédios e convenções mais antigas, quando o acesso a esses aparelhos era mais restrito devido ao preço de mercado, que nem conste o assunto ou seja proibida a instalação. Isso porque, por muito tempo, a estética da edificação era priorizada sobre o conforto e bem-estar dos moradores.

A comunicação transparente também faz toda a diferença nessas situações. Se mais pessoas do prédio querem alterar o regulamento para poder instalar ar-condicionados em casa, é possível convocar assembleias, fazer votações e atualizar as regras. O mais importante é utilizar todas as ferramentas possíveis para evitar problemas, reduzir o estresse e manter a boa convivência entre os condôminos.

A solução para muitos casos é escolher entre os ar-condicionados internos, com saída para as janelas, que não interferem na estrutura, não necessitam de obras nem intervenções que precisam ser acordadas ou justificadas para os outros moradores. O bom e velho ventilador também é sempre uma alternativa. Resta saber se será suficiente para refrescar em temperaturas que prometem beirar ou ultrapassar os 40°.



SOMBRA E ÁGUA FRESCA: 5 destinos para quem quer curtir o carnaval longe da folia.

Fuja da folia e aproveite os dias de folga em destinos diferentes, com tranquilidade, passeios de trem e muita cultura.

Muita gente espera ansiosamente o período do carnaval para cair na folia, no samba e no agito. Mas essa não é uma vontade unânime, muitas pessoas aproveitam o feriado para fugir do comum com programas mais calmos e familiares. Para isso, existem diversos destinos que estão de portas abertas, com opções bem interessantes.

Se você está querendo aproveitar os dias de folga de uma maneira diferente, conheça o interior de São Paulo, com suas ruelas centenárias e o trem que conta a história da República, ou o estado do Paraná, com sua capital tecnológica, sustentável, surpreendente e que tem o trem Curitiba-Morretes, considerado um dos passeios mais bonitos do mundo. Confira 5 opções para fugir da folia:



1. Trem Republicano, um trajeto histórico entre Itu e Salto-SP

Uma viagem no tempo na ferrovia que liga Itu a Salto. O Trem Republicano oferece uma experiência única para aqueles que buscam algo fora do comum. Durante o trajeto de cerca de uma hora, o passageiro tem uma vista privilegiada das cidades, monumentos, túneis, pontes e do Rio Tietê. Dentro dos vagões, guias de turismo contam a história da ferrovia e seu papel fundamental na Proclamação da República.

No sábado de Carnaval, 10 de fevereiro, acontece o Expresso Stazione especial de folia. O evento noturno do Trem Republicano inclui welcome drink, finger foods, open bar durante o passeio ferroviário, distribuição de máscaras e claro, muita animação.



2. Itu e Salto: turismo cultural e religioso

Quem faz o passeio do Trem Republicano não pode deixar de conhecer as cidades de Itu e Salto, dois destinos que preservam recortes do Brasil República e muitos outros atrativos. Em Itu, conhecida como "cidade dos exageros", é possível explorar casarões centenários, verdadeiros tesouros arquitetônicos que remontam os séculos passados.

No Museu da República, os visitantes vivenciam a história política do Brasil do período republicano. Além disso, igrejas centenárias destacam a influência da re-

ligião na cultura local ao longo dos anos. Uma oportunidade de descobrir curiosidades fascinantes, que permanecem escondidas e surpreendentes.

A cidade de Salto fica ali do ladinho. Lá, o visitante conhece um rio Tietê bem diferente, mais limpo e preservado. No Memorial do Rio Tietê, além de um acervo que faz referência às tradições culturais e aos aspectos geográficos do rio paulista, é possível desfrutar de paisagens surpreendentes. Outro atrativo é o Monumento à Padroeira Nossa Senhora do Monte Serrat, uma estátua de 30 metros de altura que é ponto de peregrinação.

Além disso, a região possui atrações para toda a família, como o Parque Rocha Moutonné, com réplicas de tamanho real de dinossauros, o Parque Maeda, entre outros.



3. Curitiba: Modernidade e Cultura

A capital paranaense oferece uma combinação única de modernidade e cultura. Na cidade, o visitante pode pegar o ônibus da linha turismo (R\$50), que passa por 26 pontos turísticos, inclusive os famosos parques, como a Ópera de Arame e Jardim Botânico. Pagando um único passe, o passageiro pode descer e subir quantas vezes quiser, percorrendo aproximadamente 48 km em cerca de 3 (três) horas.

Além das áreas verdes, Curitiba é uma das poucas capitais do país onde ainda é possível circular de forma segura pelo centro. No famoso Calçadão da Rua XV de Novembro, o primeiro do Brasil, o visitante pode percorrer quase 3 km de pedras portuguesas (petit pavé), conhecer o comércio, prédios históricos, atrações para as crianças e vivenciar um pouco do cotidiano de um morador local.



4. Trem Serra Verde Express, um dos mais bonitos do mundo

É também em Curitiba que fica a sede de um dos melhores passeios de trem do mundo, de acordo com os jornais britânicos The Guardian e The Wall Street Journal. O trajeto entre a capital do Paraná e a cidade litorânea de Morretes, da Serra Verde Express, é um daqueles programas obrigatórios, para se fazer pelo menos uma vez na vida.

Durante 4 horas, o trem passa pelo trecho mais conservado de Mata Atlântica do mundo, além de pontes, túneis, viadutos,

montanhas e vistas de tirar o fôlego. Os vagões são um atrativo à parte, desde opções mais econômicas até ao luxo das litorinas, que são inspiradas nos passeios ferroviários da década de 30.

Além disso, o trem é acessível, com um dos vagões todo adaptado para cadeirantes, pessoas com dificuldades de locomoção e autistas. Tem também opção Pet Friendly, o vagão Bove, com caminhas, piso antiderrapante, comedouros e varanda para os pets. Um passeio para toda a família e uma experiência que marca a vida dos visitantes.



5. Morretes: gastronomia e história na Baía de Paranaguá

A estação final do trem fica na cidade de Morretes. À beira do rio Nhundiaquara, a cidade preserva seu charme colonial, com ruelas, construções centenárias e com a Baía de Paranaguá como pano de fundo. Na cidadezinha com ares europeus, a culinária tradicional traz o Barreado como prato principal. Um cozido, herança dos colonizadores portugueses, que atrai milhares de visitantes todos os anos.

Localizada no litoral paranaense, Morretes tem Carnaval de rua, daqueles bem tradicionais, com marchinhas e blocos familiares, uma atração bem divertida para quem está em busca de experiências novas e um pouco de folia.

A Serra Verde Express oferece pacotes completos que incluem o trem, almoço e tour pelos principais pontos da região. Os grupos são acompanhados por guias de turismo, que enriquecem o passeio com história, fatos curiosos e muita informação.

O PEDAÇO MAIS GOSTOSO DE MARÍLIA!



FAÇA SEU PEDIDO!

99824-1002
3367-4868/3417-5831



VITRINE

LARANJA E FEDORENTA:

A cena polêmica que magoou e decepcionou Lindsay Lohan no Meninas Malvadas de 2024.

Atriz fez uma breve participação no filme e saiu triste do cinema.

Lindsay Lohan, protagonista do original Meninas Malvadas (2004), fez uma participação no remake lançado este mês e também compareceu à pré-estreia. No entanto, a atriz saiu chateada do cinema devido à piada feita sobre ela no novo filme.

No longa-metragem musical, há um momento em que utilizam o termo “virilha de fogo”, cunhado pelo socialite Brandon Davis, que fez comentários grosseiros sobre o corpo de Lindsay Lohan nos anos 2000, afirmando que a genital dela era “fedorenta e laranja”.

Na cena, Megan Thee Stallion, que interpreta a si mesma, mostra apoio a Cady (personagem de Lindsay Lohan no filme original, agora retratada por Angourie Rice), dizendo “Estamos voltando ao vermelho. A virilha do fogo dos anos 2000 está de volta!”

“Lindsay ficou muito magoada e decepcionada com a referência no filme”, disse a

representante da atriz, Leslie Sloane, ao The Messenger.

Meninas Malvadas: O Musical acompanha Cady Heron (Angourie Rice), uma jovem que se muda da África para os Estados Unidos e precisa começar uma nova vida, enfrentando dificuldades para se adaptar à mudança de rotina — principalmente no novo colégio.

Entre os vários estudantes do North Shore, Cady conhece o grupo das garotas mais populares do local, comandado por Regina George (Renée Rapp), a abelha-rainha da escola. Inicialmente, Cady sente que as coisas podem funcionar e que ela consegue se encaixar entre as novas amigas, mas a situação começa a fugir do controle — e piora quando ela se apaixona pelo menino errado.

No novo filme, Lindsay Lohan aparece como moderadora do Campeonato Atletas de Matemática. Conforme a Variety informou com exclusividade, a atriz recebeu cerca de 500 mil dólares por meia dia trabalhado no set.



A FILA ANDA:

Edu Guedes fala sobre romance com Ana Hickmann.



O suposto affair entre Ana Hickmann e Edu Guedes tem sido um tema quente no mundo dos famosos. Diante da crescente especulação e da ampla cobertura da mídia, o apresentador e chef de cozinha decidiu esclarecer a situação. Através de uma nota, Edu Guedes negou os rumores de um relacionamento amoroso com Ana Hickmann.

“O meu relacionamento com a Ana é de amizade”, afirmou Edu Guedes, conforme citado pela revista Quem. Porém, não foi apenas Edu que abordou o tema. A própria Ana Hickmann, através de sua equipe, também fez questão de esclarecer as especulações.

A equipe de Ana Hickmann, em uma nota, assim como Edu Guedes, desmentiu que haja qualquer caso amoroso entre os dois. “Mas é mentira! Nós não sabemos da onde tiraram essa informação”, declarou a assessoria da mãe de Alezinho, negando qualquer envolvimento romântico entre os dois.

Por fim

Por fim, a equipe de Ana Hickmann, ex-mulher de Alexandre Correa, esclareceu a razão pela qual ela e Edu Guedes estavam juntos no Réveillon. “Ela não está namorando o Edu Guedes e nem ninguém. Foi citado um encontro no final do ano, mas foi totalmente por acaso, porque ambos estavam com suas famílias em um mesmo resort”, explicou a equipe da apresentadora. Este esclarecimento visa dissipar quaisquer mal-entendidos sobre a natureza da relação entre os dois apresentadores.

Detalhes

Na segunda-feira (15), um vídeo divulgado pelo jornalista Leo Dias capturou a atenção do público ao mostrar Edu Guedes e Ana Hickmann em um momento íntimo. No vídeo, os apresentadores aparecem juntos em um restaurante. Testemunhas no local relataram que Ana Hickmann demonstrou bastante afeto pelo colega, abraçando-o em várias ocasiões. As imagens foram feitas no dia 30 de dezembro do ano passado.

Life
é MAIS!

Fibra 400 MEGA + Streaming HDTV

a partir de R\$ 99,90 por mês

Assine já!
(14) 3434-0400
www.life.com.br

CLIQUE AQUI

* Consulte disponibilidade e condições de contratação, para mais informações acesse: www.life.com.br/docs

CONVERSA CASEIRA: Como eu posso falar de sexo com a minha filha?

Tanto na infância quanto na adolescência, há muitas questões sobre o assunto. Mas qual a melhor forma de abordar isso em casa?

Aposto que você, leitora, gostaria de ter conversado mais com sua mãe quando adolescente, especialmente sobre coisas “proibidas para menores”. Também aposto que a maioria das coisas que você aprendeu sobre sexo foi fora de casa, com as amigas, em revistas “teen”, na TV ou entre cochichos na escola.

De fato, para nós, mulheres adultas, houve muita censura quando o assunto era sexo. Raras eram as colegas que podiam falar abertamente sobre isso com a família, e a regra era “tremar na base” se nossos pais soubessem algo da nossa vida íntima. Perder a virgindade, então, era um grande tabu e, mesmo quando menstruamos pela primeira vez, víamos nossas mães um pouco descontentadas ao ensinar a usar um absorvente.

Se você não se identifica com isso, cara leitora, você foi uma das privilegiadas que pôde falar abertamente de sua intimidade com sua mãe – e provavelmente a fonte de qualquer informação segura que tenha chegado às suas colegas.

Justamente pelo fato de a maioria de nós não termos tido esse privilégio, ficamos perdidas em relação ao que fazer com as nossas filhas. Agora, no papel de mães e adultas, temos medo de cometer a mesma cena do passado, deixando as crianças e adolescentes sem informação. Por outro lado, morremos de medo de pecar pelo excesso, de assustar, de sermos invasivas demais ou mesmo de incentivar uma vida sexual precoce.

Por onde começar esse papo?

É preciso “muita calma nessa hora”, pois as novas gerações já nasceram conectadas e a percepção que têm sobre o sexo é bastante diferente de quando éramos jovens. Na nossa época, o que sabíamos sobre isso era fruto de um “telefone sem fio”, fofocas no banheiro, filmes às escondidas e raros livros eróticos.

Me lembro de ter ganhado um compilado de manuais sobre anatomia quando comecei minhas curiosidades sexuais, deixando minha mãe apavorada. Por outro lado, a garotada de hoje tem um mundo de informações que, infelizmente, podem fugir ao controle dos pais. Tablets, smartphones e redes sociais ampliam o acesso a conteúdos para adultos – e fica aqui o meu alerta e apelo para que a família restrinja e supervisione o uso dessas ferramentas com menores de idade!

Nesse compartilhamento infinito de dados, qualquer coisa pode chegar às nossas filhas, desde informação de qualidade, voltada ao seu bem-estar e saúde íntima; até notícias enganosas, imagens violentas, abusivas e pornográficas. Justamente por isso,



ao invés de ficarmos neuróticas buscando o controle de absolutamente tudo o que acontece ao nosso redor, é muito mais eficaz sermos uma fonte de informação segura, em que nossas filhas encontrem referência e confiança.

Minha filha não se abre comigo, o que fazer?

Em meu consultório, é muito frequente escutar mães se queixando de não conseguirem acessar suas filhas. Na maioria desses casos, o diálogo é imposto por parte dos pais “repentinamente”, como se, a partir de certa idade, a pré-adolescente devesse, necessariamente, se sentir confortável para falar de seus sentimentos.

Mas não é assim que a banda toca! Diálogo e comunicação são construídos desde que os filhos nascem, e muitas vezes confundimos conversa como monólogo. O fato de falarmos muito com nossos filhos não significa que estejamos os escutando. Muitas mães se concentram tanto em falar que se esquecem do primordial: ouvir. E, pior ainda: quando ouvem, já estão pensando no sermão que darão em seguida. Nesse cenário, a mãe tem a impressão de que está abrindo o diálogo porque está falando mais, mas não percebe que coloca os julgamentos à frente de qualquer conversa. Quando o assunto é sexo, as coisas ficam piores, pois os próprios adultos ainda guardam muitos tabus sobre isso.

Os tabus sexuais no diálogo familiar

A nossa vida sexual envolve preferências, desejos inconscientes, fantasias que são difíceis de acessar, são muito íntimas. Mesmo quando se trata da nossa própria sexualidade, ainda encontramos entaves, então no momento em que nos deparamos com a vida sexual de nossas filhas, as coisas ficam ainda mais complexas, pois estamos acostumadas a vê-las de uma maneira “pura”, intocável, como os bebês que outrora carregávamos no colo.

Por tudo isso, se torna tão difícil acessar nossas filhas quando esse assunto vem à tona: existe muita vergonha e medo de falar daquilo que nos tira do lugar de pureza com o qual nos acostumamos ao longo da infância. O fato é que não adianta lutar contra o tempo: as meninas se tornarão mulheres e os desejos sexuais desabrocharão em determinada fase.

E quando eu sei que essa fase vai chegar? Existe uma hora exata em que devo conversar sobre isso?

Em termos de desenvolvimento sexual, cada indivíduo tem seu tempo. O momento exato de trazer o tema à tona é aquele em que as filhas demonstram que existe uma questão. São elas que vão nos comunicar, seja por palavras, seja por gestos, por mudanças de comportamento, ou mesmo por um olhar diferente, que há algo que precisa ser dialogado.

Concentre-se em ouvir exatamente o que ela está perguntando. Muitas vezes queremos explicar aquilo que nós achamos importante, mas a pergunta das garotas muitas vezes é mais simples do que parece. Quanto menos forçada for essa conversa, mais frutos ela renderá. Se isso for trabalhado desde a infância, fica muito mais fácil!

Mas eu não consegui ter esse diálogo na infância, e agora? O que fazer com minha filha adolescente?

De fato, nesses casos, a abertura para o diálogo é mais difícil. Mas nem tudo está perdido! É importante, acima de tudo, demonstrar uma mudança de postura sobre o assunto. Como você mesma reage quando o assunto é sexo? Fica constrangida? Evita falar? Muda o tema? Nossas filhas nos conhecem a fundo para perceber nossas reações. Se pudermos nos mostrar mais confortáveis diante disso, elas também sentirão que há uma abertura para o diálogo.

Não adianta forçar uma conversa que é desconfortável para você: nesses casos, eu sugiro que você mesma possa buscar a terapia ou profissionais que te ajudem a se sentir melhor e então, só depois da sua mudança, você poderá ver uma possível mudança na relação mãe e filha.

Nem tudo são palavras!

Muitas vezes, nos forçamos a dizer “tím-tím por tím-tím” determinada coisa. Queremos explicar, desenhar, mostrar, na melhor das intenções, como prevenir ISTs (infecções sexualmente transmissíveis) ou gestações precoces. Mas muito provavelmente isso soará como uma aula de ciências bastante desconfortável para as duas partes. Existe uma diferença entre ensinar e conversar: ensinar é passar algo que você sabe para alguém que não sabe; conversar é trocar saberes. Quando o assunto é educação sexual, estamos no campo da conversa, pois só nós mesmos sabemos da nossa intimidade, dos nossos desejos.

Por isso, às vezes vale mais um abraço, um olhar de acolhimento, uma pergunta sincera do que um “manual perfeito de sexualidade adolescente”. Um livro interessante sobre o assunto, um filme que possa ser assistido por vocês duas, uma notícia na mídia sobre o tema podem ser uma ótima forma de trazer, de maneira leve, o tema “sexo” para a relação de vocês. Nessas pequenas oportunidades, podemos nos manter atentas, ouvindo sem julgamentos, analisando com cuidado e amor o que nossas filhas querem expressar, a partir de uma vivência que é só delas. E só então poderemos, de fato, falar de sexo com franqueza, sobre os cuidados íntimos, sobre a importância do amor próprio, sobre o prazer e sobre a beleza que é a sexualidade feminina



ACONTECE INTERIOR

MENOS DISCURSO, MAIS EFICIÊNCIA:

Mogi das Cruzes fecha 2023 com o menor número de mortes em acidentes da história do sistema Infosiga.

Número de mortes em acidentes de trânsito em vias municipais em 2023 é o menor desde 2015, quando começaram os levantamentos do Sistema Infosiga

A Prefeitura de Mogi das Cruzes fechou 2023 com o menor número de mortes em acidentes de trânsito em vias municipais de toda a série histórica do sistema Infosiga, do Governo do Estado, que começou em 2015. No ano passado, foram registrados 23 óbitos, um índice 17,8% menor que em 2022.

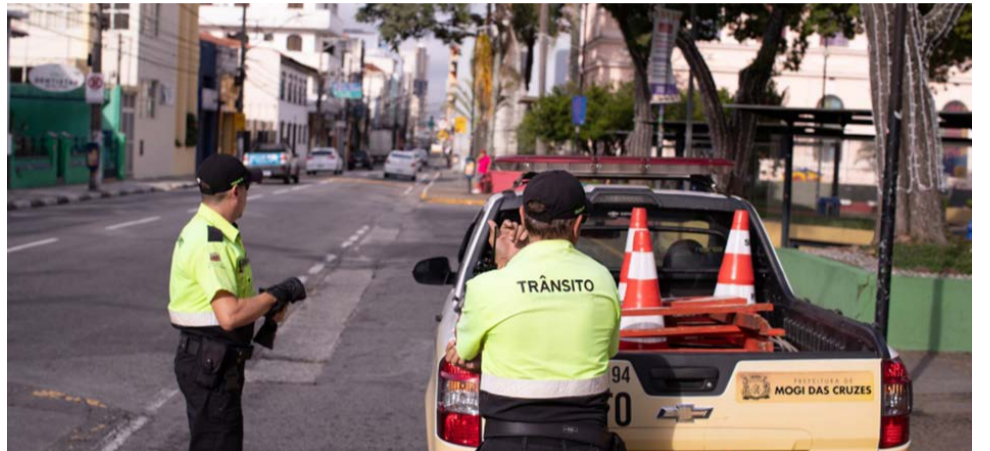
Quando comparados os números de 2023 com o início dos levantamentos do sistema Infosiga, os índices de mortes em acidentes de trânsito em vias municipais caíram pela metade. Com relação a 2015, 2017 e 2018, a queda foi de 48,8%, enquanto comparando a 2016, o número do ano passado foi 52,1% menor.

Nos últimos anos, os índices também vêm apresentando evolução positiva, com quedas constantes no número de mortes em

acidentes de trânsito nas vias municipais. Os dados de 2023 são 17,8% menores que os de 2022, 23,3% menores que os de 2021 e 41% menores que os de 2020.

A queda no número de óbitos se torna mais significativa quando analisadas as características específicas do município. Mogi das Cruzes possui a maior frota de veículos e a maior malha viária do Alto Tietê. Além disso, a cidade é polo econômico regional, recebendo a circulação de pessoas de outros municípios que vêm acessar o comércio, os estabelecimentos de serviços, além de trabalhar e estudar.

A Secretaria Municipal de Mobilidade Urbana realiza um trabalho contínuo e integrado voltado à segurança viária, que compreende ações de Educação para o Trânsito, sinalização, fiscalização de trânsito e engenharia de tráfego. Além disso, também são realizadas obras para a melhoria da fluidez e segurança.



Números gerais

A queda no número de mortes em acidentes de trânsito em Mogi das Cruzes também vem ocorrendo quando são levadas em consideração todas as vias do município – estaduais e municipais. No

ano passado, foram registrados 52 óbitos, de acordo com o sistema Infosiga. O número é 16,1% menor que o registrado em 2022 e 42,3% mais baixo que em 2015, quando o levantamento começou a ser feito.

CIDADE LIMPA, DE FATO:

Entenda como funciona o serviço de roçagem na cidade em áreas públicas e particulares.

A Prefeitura de Sorocaba, por meio das Secretarias de Serviços Públicos e Obras (Serpo) e de Planejamento e Desenvolvimento Urbano (Seplan), segue o monitoramento de áreas públicas e próprios municipais, programando o serviço de roçagem, de forma a atender todos os bairros de Sorocaba, mantendo o paisagismo urbano e a limpeza dessas áreas.

Somente no ano de 2023, a Serpo realizou mais de 33.930.000 m2 de roçagem, o equivalente a mais de 3 mil campos de futebol, além de 7.023 unidades de podas de árvores e 1.320 unidades de recolha de árvores caídas em áreas públicas e próprios municipais. “Devido ao período de chuvas de janeiro, quando a vegetação cresce mais rápido, em virtude das condições climáticas, temos várias equipes trabalhando, de domingo a domingo, para colocar tudo em ordem e manter as áreas públicas sempre bem cuidadas”, enfatiza o secretário da Serpo, Darwin de Almeida Rosa.

No mesmo período, a Seplan efetuou 2.472 intimações e aplicou 483 multas voltadas à limpeza de terreno particular, além de 346 intimações e 20 multas referentes a descarte irregular de lixo e entulho. A Administração Pública também chama a atenção para que proprietários de imóveis e imobiliárias da cidade mantenham seus imóveis sempre limpos, roçados e livres de entulho e outros resíduos, conforme previsto na Lei Municipal nº 8.381, de



2008. O valor de multa para terrenos até 500 m2 é de R\$ 8,32, por m2, e acima de 500 m2, o valor é de R\$ 11,89, por m2.

“Atuamos constantemente junto à população para conscientizar sobre a importância dos cuidados necessários com a manutenção e limpeza de terrenos particulares e calçadas. É preciso que, ao lado da Administração Municipal, responsável

por cuidar das áreas públicas e dos próprios municipais, cada um siga fazendo a sua parte”, conclui o secretário da Seplan, Glauco Fogaça.

Ecoponto – descarte correto de resíduos

Sorocaba já conta, atualmente, com quatro Ecopontos, que estão localizados

nos seguintes bairros: Vila Helena, na Zona Norte, Cajuru do Sul, na Zona Industrial, Júlio de Mesquita Filho, na Zona Oeste, e Vila Hortência, na Zona Leste.

O Ecoponto oferece um serviço gratuito aos cidadãos, para garantir a destinação adequada e ambientalmente correta de diferentes tipos de resíduos e, assim, evitar o descarte irregular na cidade, além de promover a devida reciclagem desses materiais.

Diferentemente dos antigos Ecopontos que existiam no município, o espaço, agora, é todo cercado, tem controle de acesso, recepção, contêiner com banheiro, iluminação em LED, paisagismo e dispõe de vigia 24 horas e câmeras de videomonitoramento.

Denúncias e informações

Acompanhe, no site e nas mídias sociais oficiais da Prefeitura de Sorocaba, onde e quando será realizado, diariamente, o serviço de roçagem em áreas públicas e próprios municipais. Também é possível fazer solicitações de roçagem ou uma denúncia de situação irregular em área particular, pelos canais de Atendimento da Ouvidoria Geral do Município: site (www.sorocaba.sp.gov.br/atendimento); WhatsApp: (15) 99129-2426, segunda a sexta-feira, das 8h às 17h; e telefones: 156 e (15) 3238-2446, segunda a sexta-feira, das 8h às 17h.

ANUNCIE AQUI!

MILHARES DE ACESSOS MENSAIS

Clique aqui e mande sua mensagem

Fonte: Google Analytics

Novas blogstemáticos história trajetória jornalista conteúdo empreendedores jornalismo todo youtube independentes mídias uso organização hiperlocal internet facebook cidadão futuro sociais celular mundo twitter

PARA QUEM AINDA RESPIRA: Desenrola para empresas pode sair no 1º trimestre, afirma ministro Márcio França.

O ministro do Empreendedorismo, Márcio França (PSB), afirmou nesta quarta-feira (17) que há condições para o governo finalizar no primeiro trimestre o desenho do Desenrola para empresas, voltado para micro e pequenos empresários. Segundo o ministro, o programa deve ter um foco especial para devedores que contraíram crédito dentro do Programa Nacional de Apoio às Microempresas e Empresas de Pequeno Porte (Pronampe), criado na pandemia.

França afirmou que, no caso de Microempreendedores individuais (MEI), há 44% de inadimplência dentro do Pronampe. Ainda de acordo com ele, 7 milhões de MEIs devem ao governo.

“O Pronampe emprestou perto de R\$ 50 bilhões. Não faz sentido que cobrasse das pessoas juros mais a Selic. Elas se enrolam, não conseguem crédito, temos que aproveitar essa janela aqui (...) Nesse primeiro trimestre (pode sair o Desenrola). O Haddad está otimista sobre números, talvez no primeiro trimestre já tenha condições”, disse França a jornalistas após sair de reunião com o ministro da Fazenda, Fernando Haddad, lembrando que o patamar de juros para o programa ainda está sendo estudado.



Segundo França, o tema da reunião com o chefe da equipe econômica foi o impacto a MEIs e a pequenas empresárias gerado

pela reforma tributária. Além da criação do Desenrola voltado a esse público, o ministro também quer aproveitar a janela de reformas para rever os limites do MEI, que é uma modalidade do Simples Nacional, propondo um formato de rampa que se baseia no faturamento desses empresários.

“Precisamos que todos entendam isso. Os limites estão congelados há 10 anos. A nossa proposta é que seja feito no formato de rampa, que não se use recortes abruptos; se tiver formato de tampa cada um pagaria por seu faturamento”, defendeu França, lembrando, por sua vez, que a mudança exigiria uma alteração legal.

Ele também comentou a ideia de instituir um cartão de identificação para MEIs, que permita que esses empresários tenham acesso a empréstimos específicos e mais vantajosos, como acontece no caso do agro.

Além disso, o ministro defendeu que, enquanto o Desenrola para as micro e pequenas empresas é elaborado, seja prorrogado o prazo até abril ou maio para que as empresas excluídas do Simples por dívidas com a Receita solicitem o reenquadramento no regime de tributação, em vez de encerrar esse período em 31 de janeiro. França disse que trouxe essa ideia para Haddad na reunião, e o ministro da Fazenda avaliará se é viável.

Arroz e feijão fecham 2023 mais caros e devem disparar ainda mais em 2024.

O cenário brasileiro segue a tendência mundial: o cereal alcançou, em agosto, o maior patamar em 15 anos.

Um dos alimentos básicos na dieta brasileira, o preço do arroz registrou um aumento de 16% em 2023, de acordo com um levantamento da Associação Brasileira de Supermercados (Abras).

O cenário no Brasil segue uma tendência global: o preço do produto atingiu o maior nível em 15 anos no último mês de agosto, com um aumento de 9,8% em apenas um mês, conforme dados da Organização das Nações Unidas para a Alimentação. A Índia, que é responsável por 40% da produção mundial de arroz, é apontada como a principal causa desse cenário, após ter implementado restrições às exportações em julho.

Enquanto isso, no Brasil, as chuvas e ciclones que afetaram o Rio Grande do Sul nos últimos meses, a maior região produtora de arroz do país, prejudicaram a colheita e atrasaram o plantio da próxima safra. ção e Agricultura (FAO).

A combinação clássica de feijão e arroz deverá enfrentar desafios de aumento de preços em 2024, após temporadas de cultivo complicadas – algumas vezes devido a chuvas excessivas, outras devido a longos períodos de seca nas principais áreas produtoras do país – e também

devido ao aumento das cotações internacionais.

A pressão de alta nos preços colocará à prova a promessa do presidente Lula de intervir no mercado, quando necessário, para estabelecer reservas reguladoras e controlar os preços dos alimentos – uma estratégia que até agora não obteve sucesso.

Em outubro de 2022, Lula afirmou: “A Conab (Companhia Nacional de Abastecimento) desempenhou um papel crucial durante meu governo, pois através dela mantínhamos um estoque regulador. Quando os preços do feijão estavam subindo demais, colocávamos o produto no mercado para reduzir os custos. Vamos continuar fazendo isso.”

No entanto, o feijão preto recentemente atingiu preços recordes, chegando a cerca de R\$ 400 por saca para o produto de alta qualidade importado da Argentina. Para o feijão nacional, de qualidade inferior devido ao excesso de umidade, o preço da saca ficou entre R\$ 350 e R\$ 370. No caso do arroz, as cotações internacionais atingiram os níveis mais elevados dos últimos 15 anos, fazendo com que o preço da saca se aproximasse de R\$ 140 no Rio Grande do Sul, o maior produtor do país. No Mato Grosso, as cotações variam entre R\$ 160 e R\$ 170 por saca, um valor histórico, acima dos preços da soja.

Receita anula isenção tributária para líderes religiosos.



Decisão vigorava desde julho de 2022, quando Bolsonaro ainda estava no poder

Líderes religiosos, como pastores e ministros, deixarão de ter isenção tributária sobre os salários. A Receita Federal editou ato declaratório que reverteu decisão do governo anterior. A medida foi publicada nesta quarta-feira (17) no Diário Oficial da União.

Assinado pelo secretário da Receita Federal, Robinson Barreirinhas, o ato declaratório suspende o benefício concedido pelo ex-secretário especial do órgão Julio Cesar Vieira Gomes, pouco antes do início da campanha eleitoral de 2022. Segundo o Fisco, a reversão da isenção tributária seguiu determinação do Tribunal de Contas da União (TCU).

O ato declaratório representa uma interpretação da Receita Federal sobre a aplicação de normas fiscais. Segundo o TCU, a isenção é considerada atípica porque não foi analisada pela Subsecretaria de Tributação da Receita.

Segundo o ato cancelado, “serão consideradas remuneração somente as parcelas pagas com características e em condições que, comprovadamente, estejam relacionadas à natureza e à quantidade do trabalho executado, hipótese em que o ministro ou membro, em relação a essas parcelas, será considerado segurado contribuinte individual, prestador de serviços à entidade ou à instituição de ensino vocacional”.

O ex-secretário especial Julio Cesar foi exonerado da Receita Federal em junho do ano passado, após sair à tona o envolvimento dele no caso da liberação de joias dadas de presente por governos estrangeiros ao ex-presidente Jair Bolsonaro.

Quando comandava o órgão, Julio Cesar assinou o despacho que pedia aos auditores da Receita no Aeroporto de Guarulhos que entregassem um conjunto de joias presenteadas pelo governo da Arábia Saudita ao ex-presidente em 2022. A defesa de Bolsonaro nega qualquer irregularidade.

APOIO:



Doar sangue salva vidas!
O Hemocentro de Marília conta com a sua ajuda!



MUNDO PET CONFIRA AS DICAS:

É possível manter seu cachorro feliz e entretido em casa.

Algumas dicas simples garantem o bem-estar e equilíbrio dos peludos

A maior parte dos cães é cheia de energia e curiosidade. Por isso, não é tarefa fácil mantê-los saudáveis, curiosos e ativos dentro de casa. Mas, vale o esforço: algumas atividades podem ajudar a garantir o equilíbrio dos peludos, eliminando o tédio e alguns comportamentos como destrutividade, agressividade, depressão, ansiedade, etc.

Antes de tudo, é importante deixar claro que não existem fórmulas mágicas. Quem se dispõe a ter um peludo em casa precisa saber que os cachorros precisam de cuidados, e isso vai além da alimentação, segurança e saúde – eles também demandam atenção, interação com a família, carinhos e muitas brincadeiras. Tudo isso garante o bem-estar físico e emocional do animal.

Algumas mudanças na nossa rotina, por exemplo, podem prejudicar o dia a dia dos cachorros. Uma mudança de emprego que exija mais tempo fora de casa ou um problema familiar que centralize as atenções atrapalha as atividades caninas.

Muitas vezes, até mesmo mudanças climáticas chegam a interferir. Em dias de muita chuva ou frio, pode não ser possível nem recomendável manter as caminhadas pela vizinhança (que são fundamentais para a socialização e para a atividade física).

Mas, de qualquer maneira, os tutores podem enriquecer os ambientes franqueados aos cachorros, tornando-os mais adequados para deixar os peludos entretidos dentro de casa.

Adestramento

Todos os cães, por mais independentes e teimosos que sejam, gostam muito de aprender. E, para garantir uma boa convivência, eles precisam aprender as regras de casa. Por isso, ensinar desde o primeiro dia os comandos básicos os ajuda a ocupar o tempo.

Ao assimilar ordens simples como “sim” e “não”, “fica” e “vai”, “não puxa” (a guia da coleira), “dentro” e “fora”, por exemplo, os cachorros compreendem os espaços da casa que são liberados ou interditados e, nas despedidas e reencontros, estas palavras ajudam a evitar a ansiedade de separação.

Aos poucos (é preciso uma boa dose de paciência), eles aprendem os horários: os cachorros não consultam relógios, mas assimilam que os tutores passam parte do dia fora de casa e está tudo bem, não há perigo, faz parte da rotina.

Ambiente

Não é porque os cachorros aprendem que os humanos da família passam algumas (ou muitas) horas fora de casa que eles acei-



tam ficar o dia inteiro sem fazer nada. O tédio está associado a condutas inadequadas, como destruir objetos, e também a questões mais graves, como depressão e ansiedade.

Brinquedos

Providencie alguns brinquedos. Não é preciso comprar objetos novos toda semana: faça um rodízio, guardando os objetos por alguns dias antes de reapresentá-los, ou invente atividades novas com os mesmos objetos.

Cuidado com alguns objetos

Antes de comprar qualquer objeto, verifique se ele é aprovado pelas agências reguladoras. Não adquira nada que possa soltar tintas e outras substâncias tóxicas, com peças pequenas que possam ser engolidas ou que se rasguem com pouco tempo e esforço.

Deixe uma peça de roupa

Deixe uma peça de roupa sobre um móvel na sala em que o cachorro passa a maior parte do tempo, preferencialmente ao lado do cantinho de dormir. Não é preciso que a roupa seja usada, graças ao faro prodigioso dos cães. Os aromas ajudam a criar uma

atmosfera familiar que acalma os peludos.

Deixe observar a área externa

Sempre que possível, deixe uma janela entreaberta, para os cachorros observarem o movimento externo – mesmo que eles não enxerguem nada específico (em um apartamento em andar alto, por exemplo), os ruídos da rua ou o voo de algum passarinho.

Os cachorros são guardiães naturais e, ao fazer a ronda pela casa, sentem-se ocupados e úteis para a família. Quem já observou o comportamento de um lhasa apso ou de um lulu da Pomerânia sabe que qualquer peludo é um excelente vigilante.

Acostume-os aos ruídos fortes

Para os cães que sentem medo de ruídos fortes, como relâmpagos e explosões de fogos de artifício, uma boa dica é programar um equipamento de áudio para reproduzir estes sons por alguns minutos, em volume baixo enquanto a família está ausente.

O volume pode ser aumentado gradativamente, para reduzir a tensão provocada pelos barulhos. O ponto mais importante, aqui, é

que a reprodução dos sons atraia a atenção dos cães, que passam alguns minutos tentando compreender o que está acontecendo.

Deixe no quintal sempre que possível

Não há inconvenientes em manter o cachorro em ambientes externos, desde que ele esteja adaptado à “vida no quintal” (do contrário, ele entenderá que está sendo punido). O espaço deve ser arejado, com áreas de sombra e de sol, proteção contra a chuva, os ventos e o frio.

É importante, especialmente nos quintais, certificar-se de que o espaço é seguro para os pets: pisos íngremes e escorregadios, locais em que o cachorro possa subir (e cair), objetos ao alcance e outras situações corriqueiras devem ser eliminadas.

Deixe alimento e água fresca

Em qualquer ambiente, os tutores devem se certificar de que haja alimento e água fresca à disposição. Em regiões muito quentes, vale a pena considerar a aquisição de um bebedouro com água circulante.

Esconda alguns petiscos

Uma boa ideia é deixar a comida “escondida”: podem ser apenas alguns petiscos entre as almofadas da sala ou as plantas do jardim. Além de garantir lanches extras no decorrer do dia, a “procura” mantém os cachorros atentos e entretidos.

A volta para casa

Quando os tutores retornam, os cachorros ficam naturalmente muito alegres e querem demonstrar a satisfação que estão sentindo com a presença dos melhores amigos. É preciso dedicar alguns momentos para eles fazerem a festa e extravasarem as emoções.

As brincadeiras podem ser as mais variadas: os tutores podem propor jogos de esconde-esconde, pega-pega, buscar a bolinha, envolver-se em um cabo-de-guerra, correr e saltar pela casa, etc. As atividades devem ser dosadas de acordo com o porte, a idade e o estado geral de saúde dos cães.

Alguns cães mais ansiosos podem exigir atenção imediata, mas isto pode ser corrigido com facilidade (e paciência). Basta reservar os primeiros instantes em casa para guardar compras, trocar de roupas ou checar a correspondência, para só então aceitar os agrados e carinhos. Em poucos dias, os cachorros entenderão que “entradas e saídas” ao fato normais da vida.

É importante que os tutores passem esse tempo de qualidade com os cachorros, brincando, mostrando uma novidade, divertindo-se e matando a saudades. Afinal, é para isso que se adota um peludo: apenas alguns cães de trabalho (especialmente em segurança e proteção) se mantêm quase alheios à chegada dos tutores.

Advertisement for Jornal do Ônibus Marília featuring values like Respeito, Ética, and Responsabilidade, along with contact information: 14 99600-6375, jornaldoonibusmarilia@gmail.com

**RADAR DIGITAL
TODO MUNDO NA TELA:**

Brasil é o 4º país com mais viciados em smartphones.

País fica atrás somente da Malásia, Arábia Saudita e China

A quantidade de smartphone cresceu substancialmente na última década, sendo que mais da metade de toda população do planeta já possui um dispositivo. Nos países desenvolvidos, a taxa é ainda maior, mais de 80% da população já possui um smartphone.

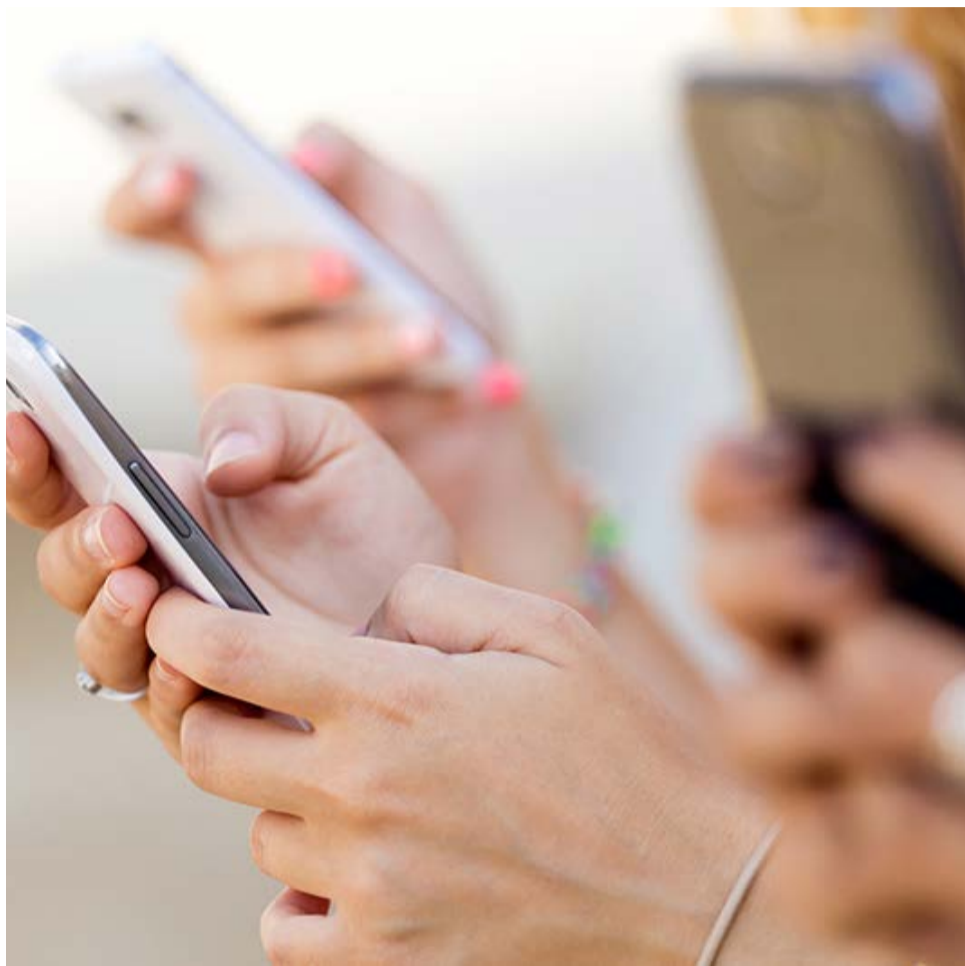
Com a maior disponibilidade, cresce também um problema, o vício em smartphones. O uso indiscriminado do smartphone, tem sido associado a deficiências cognitivas, dificuldade no estudo, piora na qualidade do sono, e em alguns casos até na depressão.

O Brasil não escapa deste problema contemporâneo, e está em 4º no ranking dos países com mais viciados em smartphones. É o que revela um estudo divulgado pela plataforma de descontos online CupomValido.com.br com dados da Universidade McGill.

O Brasil fica atrás somente de 3 países: Malásia, Arábia Saudita e China. Já os países com menos viciados, são a França e a Alemanha.

Por que existem tanto viciados em smartphones no Brasil?

Os pesquisadores citam que normas sociais variadas e expectativas culturais podem



influenciar na importância que os indivíduos atribuem a permanecer em contato constante por meio de smartphones.

Países com uma cultura mais coletivista (como o Brasil), onde as conexões interpessoais são altamente valorizadas, podem apresentar taxas mais elevadas de vício em smartphones. Principalmente por passar mais tempo em redes sociais com os amigos e familiares.

Por outro lado, culturas individualistas (como a Alemanha), que priorizam a autonomia pessoal, podem demonstrar taxas mais baixas de dependência de smartphones.

Como tratar o vício de smartphone?

- O tratamento pode ser abordado de diversas maneiras, sendo as principais:
- Definição de limites de tempo máximo gasto no uso do smartphone por dia
- Controle de notificações, desativando todas as notificações desnecessárias, e reduzindo a tentação de verificar o dispositivo a todo momento
- Distância física do aparelho, seja deixando em outro cômodo ou fora do alcance das mãos, principalmente na hora do estudo, do trabalho ou de dormir
- Por fim, caso o vício esteja afetando negativamente a saúde física ou mental, é interessante considerar a ajuda profissional de saúde ou terapeuta

NÃO EXPERIMENTOU AINDA?

WhatsApp criou código secreto para esconder conversas, mas poucas pessoas estão utilizando.

Você alguma vez já pensou em um novo recurso para o WhatsApp que fizesse com que as conversas sumissem? Aposto que sim! Então, saiba que essa funcionalidade saiu do universo da imaginação para se tornar realidade. Mas como isso é possível? Com um “código secreto”.

“Estamos implementando o código secreto para bloqueio de conversas no WhatsApp para que você possa proteger as suas conversas com uma senha exclusiva. Agora você pode configurar as suas conversas bloqueadas para aparecerem apenas quando você digitar o código secreto na barra de pesquisa, para que ninguém possa descobrir involuntariamente suas conversas mais privadas”, explicou Zuckerberg.

Utilidade

O novo recurso permite manter conversas em sigilo, e certamente esse é o primeiro pensamento de todo mundo: esconder de outras pessoas aquilo que seja necessário, mas é importante, sobretudo, para preservar informações pessoais, como as que são trocadas em chats específicos de atendimento.

Isso é essencial especialmente no caso de roubo do celular.

Além disso, pode garantir uma camada extra de privacidade quando o celular for compartilhado com outras pessoas. Desse modo, ninguém acessa o que você não quiser.

Ainda mais, a Meta explica que o código secreto é uma evolução do bloqueio de conversa, uma função lançada em maio. Com ela, era possível travar um bate-papo com senha, a mesma que trava o aparelho, ou biometria, impressão digital ou facial.

Então, esses bate-papos ficavam guardados em uma pasta chamada conversas ocultas. Agora, as conversas podem ser bloqueadas com uma senha diferente daquela usada para destravar o aparelho. Esse é o tal código secreto. Em complemento, se mesmo com esse mecanismo, a pessoa considerar que isso não é suficiente para preservar a sua privacidade, o usuário pode determinar que esses chats de atendimento sumam da listagem de conversas.

Proteja suas conversas usando um código secreto



Sendo assim, para acessá-los, é preciso digitar o código na barra de pesquisa. Na prática, tudo o que o usuário tem que fazer é criar um código.

É ele que destrava o diálogo escolhido.



Dessa forma, as mensagens só são exibidas se a senha for digitada na barra de pesquisa. E você, vai aderir ao novo recurso? Qual será o uso? Para ocultar determinadas conversas ou apenas para proteger os seus dados pessoais expostos no WhatsApp?

Sua nova bateria está aqui

Stonehenge Music Store

Instrumentos Musicais Multimarcas

Novos, Seminovos e Vintage
Compramos, Vendemos e Trocamos

- Guitarras
- Baixos
- Teclados
- Baterias
- Amplificadores
- Peças
- Cordas
- Acessórios

Agende sua visita pelo WhatsApp
Marco Nassif / Luciana Nassif

(61) 98116-2846 (61) 99686-8676

stonehengems

RUA SÃO PEDRO, 221 - VILA PERIN - LINS/SP

VOZ OPERÁRIA

É SEU DIREITO:

7 adicionais no salário que o trabalhador tem direito.

Os trabalhadores podem ter direito a alguns adicionais de salário em determinados casos, vamos conhecer quais são eles agora!

O salário é o principal direito do trabalhador, dessa maneira é muito importante que as pessoas se atentem aos descontos existentes e também aos adicionais que podem ser incluídos na folha de pagamentos mensal do colaborador.

Com base nas regras da CLT, que é quem determina todas as relações entre empregado e empregador, em determinadas situações, os trabalhadores devem ser recompensados com um adicional a mais no seu salário.

No entanto, o que costuma gerar dúvidas aos trabalhadores é quais são os adicionais existentes, e em quais situações esses adicionais podem ser pagos. Se você não sabe quais adicionais você pode ter direito, nós vamos te explicar quais são eles agora!

1. Adicional noturno

A jornada noturna, segundo a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), abrange o período entre 22 horas e 5 horas do dia seguinte. Os colaboradores nesse intervalo recebem um adicional de 20% sobre a remuneração básica.



Como você pode perceber, esse período de adicional noturno é de apenas 7 horas. Contudo, uma hora noturna não são 60 minutos, mas sim, 52 minutos e 30 segundos, ou seja, período de abrange 8 horas de trabalho na prática trabalhista.

2. Adicional de Insalubridade

Este é um adicional relacionado a atividades prejudiciais à saúde, esse adicional varia em graus: mínimo (10%), médio (20%) e máximo (40%). Aqui vai um ponto muito impor-

tante a ser destacado, o cálculo é baseado no salário da categoria, não no salário mínimo.

3. Adicional de Periculosidade

Já o adicional de periculosidade, corresponde a atividades perigosas, envolvendo contato recorrente com agentes perigosos. O acréscimo é de 30% sobre o salário efetivo, conforme regulamentação do Ministério do Trabalho. Em atividades insalubres e perigosas, o colaborador escolhe o adicional mais vantajoso.

4. Adicional de hora extra

O cálculo das horas extras segue a Convenção Coletiva de Trabalho (CCT) da categoria. Empresas podem remunerar horas extras de forma diferenciada entre setores. As CCTs também especificam remuneração para dias úteis, sábados, domingos e feriados, variando de 20% a 100%.

5. Adicional de hora extra noturna

A jornada de trabalho noturna é realizada entre 22 horas e 5 horas, já sua hora extra noturna tem adicional de 20% mais 50%, distinguindo-se da diurna (50%).

6. Adicional de férias

O cálculo considera o salário do trabalhador mais um terço, o adicional de férias. O IRRF e o INSS incidem conforme a folha de pagamento mensal. A opção de "vender" 10 dias de férias, chamado de abono pecuniário, é uma alternativa.

7. Adicional de transferência de local de trabalho

Mudanças de local de trabalho podem gerar adicional de transferência, obrigando o empregador a pagar 25% sobre o salário, inclusive em cargos de confiança, compensando o trabalho fora da localidade habitual, conforme o artigo 469 da CLT.

CHOQUE DE REALIDADE:

Trabalhadores têm medo de perder o emprego para a IA, diz pesquisa.

Preocupação de que a tecnologia poderá acabar com postos de trabalho está presente em várias áreas

Um dos temas de maior preocupação nos debates sobre Inteligência Artificial (IA) são os impactos da tecnologia no mercado de trabalho. Com ferramentas como o Chat GPT prometendo revolucionar a rotina de diversos profissionais, como garantir que elas não tomarão seus postos de trabalho? Essa é a preocupação de 46% dos trabalhadores entrevistados por uma pesquisa da Microsoft, publicada no primeiro semestre de 2023.

O estudo revela que o medo desses profissionais é que as empresas decidam delegar funções para a IA na busca por economia, melhora na produtividade e no alcance de resultados. As conclusões do levantamento revelam que essa preocupação não é exclusiva da área de tecnologia, mas está presente em diferentes setores. Uma coisa é certa, para o bem ou para o mal, a IA demandará a requalificação de trabalhadores.

Afinal, a IA vai roubar os empregos?

Especialistas no tema afirmam que a



inteligência artificial não roubará os empregos. Para eles, o que pode acontecer é que profissionais que souberem utilizar a ferramenta vão se destacar. Segundo o relatório Research and Markets de 2017, elaborado pela Global Artificial Intelligence Market Analysis & Trends, o mercado de IA terá um crescimento estimado em 44%, até 2025. Serão mais de 23 bilhões de dólares movimentados em projetos relacionados à Inteligência Artificial ao redor do mundo.

Esses dados consolidam essa área como uma tendência definitiva. Para quem deseja

sair na frente e encontrar oportunidades para se destacar no mercado da tecnologia, listamos aqui algumas dicas para usar a IA a seu favor. As ferramentas podem proporcionar diversas vantagens, desde otimizar tarefas rotineiras até oferecer insights valiosos para a tomada de decisões estratégicas.

Confira!

- Automatize Tarefas Repetitivas: identifique tarefas repetitivas e monótonas que podem ser automatizadas. Ferramentas de automação alimentadas por IA podem economizar tempo e reduzir erros.

- Análise de Dados com Machine Learning: utilize algoritmos de machine learning para analisar dados e identificar padrões. Isso pode ajudar na previsão de tendências e na tomada de decisões informadas.
- Personalize Experiências do Cliente: se aplicável ao seu setor, use IA para personalizar as experiências do cliente. Sistemas de recomendação e chatbots são exemplos comuns.
- Colabore com a IA: veja a tecnologia como uma parceira, não como uma substituição. Colabore com ela para realizar tarefas complexas que combinem a capacidade cognitiva humana com a eficiência da máquina.

Cursos de Tecnologia com bolsa de estudo

A área de Tecnologia é promissora e tem diversas vagas de emprego abertas por falta de profissionais qualificados. Para se especializar na área, conte com bolsas de estudo do Educa Mais Brasil. Acesse o site do Educa, confira as bolsas disponíveis para o curso do seu interesse e comece a estudar agora mesmo com descontos nas mensalidades até o final do curso.

ACESSE O MELHOR SITE

JORNAL DO ÔNIBUS MARÍLIA

www.jornaldoonibusmarilia.com.br

A INFORMAÇÃO DE PONTO A PONTO



TOLERÂNCIA ZERO:

A única alternativa para reduzir a criminalidade em Marília é implantar um amplo projeto de combate, enfrentamento, prevenção e inclusão de forma simultânea.

UM CAOS. É assim que podemos definir a segurança na cidade de Marília. Não é incomum passar pela praça São Bento, Avenida das Indústrias, Avenida Brasil e outros locais e testemunhar a olho nu, cenas abertas de uso de drogas. Isto quando você consegue passar sem ser abordado ou roubado a qualquer hora do dia. O que dirá se passar no período noturno.

No mesmo caminho, segue o registro de ocorrências de furto simples ou qualificado e roubos com um aumento assustador. O mariliense não tem mais segurança. Um conjunto de ações se faz necessário para pelo menos tentar amenizar a criminalidade. Para tanto, A MARÍLIA CENTENÁRIA, abre o ano de 2024 apresentando o Projeto Tolerância Zero para a violência. Algo que se assemelha ao mesmo implantado em Nova York, porém com adequações a nossa realidade e moldado dentro de um conjunto de ações de inclusão social. Antes se faz necessário explicar dois tópicos;

O que é a teoria da tolerância zero?

A política de tolerância zero proíbe as pessoas em posições de autoridade de exercer discricionariedade ou alterar as punições para se adequarem subjetivamente às circunstâncias; eles são obrigados a impor uma punição pré-determinada, independentemente das circunstâncias atenuantes ou história.

O que é a teoria da anomia?

De acordo com a teoria da anomia, o crime se origina da impossibilidade social do indivíduo de atingir suas metas pessoais, o que o faz negar a norma imposta e criar suas próprias regras, conforme o seu próprio interesse

Não são apenas os países em desenvolvimento que enfrentam há décadas problemas graves de segurança urbana. Nos anos 1980 e 1990, a violência também atingiu índices alarmantes em metrópoles dos Estados Unidos. Para superar o que foi caracterizado como “epidemia de crimes”, cidades como Nova York e Chicago adotaram a política de tolerância zero.

O sistema baseou-se no princípio da repressão inflexível a crimes menores para promover o respeito à legalidade e promover a redução de crimes. O modelo divide opiniões nos Estados Unidos sobre sua efetividade e consequências relacionadas ao aumento da população carcerária e a casos de abuso policial.



Em Nova York, os assassinatos diminuíram 61% e a prática de crimes em geral caiu 44%, depois da aplicação da política iniciada em 1994, durante o mandato do então prefeito Rudolph Giuliani. A iniciativa aumentou o policiamento ostensivo nas ruas e as punições a contravenções e crimes menores, como não pagar transporte coletivo ou consumir bebidas alcóolicas nas ruas.

A tolerância zero também foi chamada de choque de polícia. Neste formato, autoridades policiais podem agir de maneira discricionária, para coibir a atividade criminal.

“Janelas Quebradas”

O conceito que deu origem ao modelo de segurança pública tolerância zero foi a teoria das Janelas Quebradas, um texto publicado em 1982 pelo cientista político James Q. Wilson e o psicólogo criminalista George L.Kelling, na revista Atlantic Monthly.

O argumento dos autores considera um prédio com algumas janelas quebradas. Eles defendem que, se elas não forem reparadas, a tendência é que os vândalos quebrem mais algumas janelas. Eventualmente, o prédio pode até mesmo ser invadido se estiver desocupado, como efeito do aspecto de depreciação.

Os autores usaram essas imagens para explicar que a criminalidade pode aos poucos se infiltrar em uma comunidade, provocando sua decadência e destruição. Para os

dois autores, se uma janela quebrada não for imediatamente consertada, as pessoas que passam pela rua podem pensar que ninguém se importa com o local e, portanto, não há um responsável ou autoridade para manter a ordem.

A premissa das janelas quebradas é: “Pequenas desordens levariam a grandes desordens e, mais tarde, ao crime”.

Essa teoria sustentou políticas de segurança pública em diversas cidades. Além de Nova York, Chicago e Houston também tiveram modelos de “choque de segurança”.

Críticas

Os críticos também argumentam que a diminuição da violência em algumas cidades teve muito mais relação com o aumento da quantidade de jovens com acesso a empregos e melhoria de renda do que com a aplicação de um choque de segurança, por si só. Outro aspecto condenado pelos críticos é o fato de que esse formato alimenta padrões rígidos e moralistas de comportamento em populações diversas.

“O modelo Marília”

Não se faz necessário dizer que nossas realidades são bem diferentes em relação aos americanos, porém algumas medidas ao serem adotadas de acordo com o nossa equipe, irá em muito diminuir a criminalidade na capital nacional dos radares. Vamos à elas;

IMPLANTAÇÃO DA GUARDA MUNICIPAL

É inadmissível uma cidade com quase 250 mil habitantes não possuir uma guarda municipal de apoio a polícia militar. Por muitos a necessidade está escancarada, mas a falta de empenho e vontade política sepultam a ideia a cada mandato. Cidades como Lins, Ourinhos, Araçatuba e tantas outras são exemplos da eficácia.

Pelo número de prédios públicos e a vulnerabilidade dos bairros e região central, se faz necessário em um primeiro instante de pelo menos 200 homens (devido a escala de 12 por 36) com um número de viaturas suficientes para cobrir as 5 regiões da cidade e com armamento específico para a ação dos mesmos.

IMPLANTAÇÃO DAS BASES COMUNITÁRIAS DE SEGURANÇA

A ideia não é nova. Esta já foi uma política de ação da própria Polícia Militar do Estado de São Paulo. A base coloca o policiamento mais próximo da população e oferece uma sensação de segurança muito maior para os moradores, além de preocupação para a bandidagem.

CRIAÇÃO DE UM AMPLO PROJETO SOCIAL PARA JOVENS

Este sem dúvida é o carro chefe de nosso projeto do Tolerância Zero. Trata-se do lado social de combate a violência com ações diretas com os jovens, que hoje são os principais alvos dos traficantes para trabalharem como recrutas do tráfico. Este projeto estaremos apresentando oficialmente em breve.

AMPLIAÇÃO DAS CÂMERAS DE MONITORAMENTO DA CIDADE.

A cidade possui hoje uma importante central de monitoramento, mas que precisa sem ampliada em pelo menos 100% com uma cobertura maior em pontos críticos da cidade.

IMPLANTAÇÃO DO BOTÃO “ROUBO NÃO”.

Os comerciantes hoje vivem uma incôgnita quando o assunto é segurança. A principal dúvida do empreendedor é saber se ele vai chegar ao final do dia sem ser assaltado. Com o botão roubo não sendo acionado diretamente a central de monitoramento, a ação da polícia se tornará mais rápida, acabando por inibir a ação dos bandidos.



SAÚDE E BEM ESTAR

MARILIA, MAIS DE 3.000 CASOS:

Dengue pode colocar em risco a visão de 1/4 dos brasileiros.

A ameaça foi apontada pelo relatório global de hipertensão arterial da OMS em 2023

A situação é preocupante e nos faz lembrar o que ocorreu em 2015. A Vigilância Epidemiológica da Secretaria Municipal da Saúde de Marília divulgou nesta terça-feira (16) que a cidade já confirmou 62 casos confirmados de dengue nas duas primeiras semanas de 2024.

Foram contabilizados dados do dia 1º a 13 de janeiro, com média de 4,8 infecções da doença por dia. Foram 47 casos registrados na primeira semana e outros 15 na segunda semana de 2024, ou seja, um total de 62 pacientes que contraíram a doença transmitida pelo mosquito Aedes aegypti.

O ano passado teve um total de 2.975 registros da doença, sendo 2.943 autóctones e 32 importados. O aumento foi de 181% na comparação com 2022, quando foram 1.042 casos contraídos no próprio município e 18 importados, somando 1.060 confirmados. Além dos sintomas normais, existe outro risco pouco mencionado.

Dados do Ministério da Saúde (MS) mostram que nos últimos 5 anos o número de brasileiros diagnosticados com dengue teve crescimento contínuo e fechou 2023 com 1,658 milhão casos de dengue confirmados. Para piorar os sorotipos 3 e 4 do vírus recentemente foram reativados aumentando a possibilidade do Brasil ter uma epidemia de dengue maior este ano.

Os boletins do MS revelam que nos últimos anos o atendimento médico tardio respondeu por 90% das mortes. O oftalmologista Leôncio Queiroz Neto, presidente do Instituto Penido Burnier de Campinas alerta que a demora na busca por tratamento também pode causar graves distúrbios na visão que nem sempre são percebidos.

O médico afirma que inclusive a dengue clássica, considerada menos perigosa, pode afetar o segmento posterior dos olhos - coróide (revestimento interno) e retina, fina camada de células no fundo do olho que transmite ao nervo óptico as imagens recebidas da córnea e cristalino. Isso porque, explica, para combater o vírus da dengue nosso sistema imunológico forma anticorpos que alteram a corrente sanguínea.

As principais mudanças no sangue são a diminuição do número glóbulos brancos e linfócitos responsáveis pela defesa do organismo e a queda das plaquetas, células que respondem pela coagulação.

O especialista diz que a queda de plaquetas pode ocasionar hemorragia subcon-



juntival ou intraocular. Já a oclusão vascular é precipitada pelo depósito de anticorpos nas paredes internas das artérias e vasos, aumentando também o risco de derrame intraocular perda da visão.

Grupos de risco

O primeiro relatório global sobre hipertensão divulgado em 2023 pela OMS (Organização Mundial da Saúde) revela que ¼ dos brasileiros têm hipertensão arterial. Queiroz Neto explica que uma das funções das plaquetas é transportar no sangue a serotonina, hormônio do bem-estar, que regula a pressão arterial. Por isso a queda de plaquetas decorrente da dengue aumenta o risco de picos de pressão arterial que podem causar lesões intraoculares em hipertensos sem ocasionar alterações externas no olho.

Outros grupos vulneráveis terem complicações mais sérias nos olhos são os diabéticos pela viscosidade do sangue e quem tem colesterol alto

Sintomas e Tratamentos

De todos os distúrbios oculares decorrentes da dengue, só a hemorragia subconjuntival altera o aspecto do olho, deixando a esclera (parte branca) congestionada de sangue.

Pode estar relacionada a um trauma e por isso é mais comum entre crianças, comenta. Apesar de a aparência impressionar, não se trata de um problema grave e desaparece em semanas sem uso de medicação. Em caso de dor nos olhos ou visão turva, a recomendação é consultar um oftalmologista imediatamente.

O médico destaca que a oclusão vascular (trombose) decorrente da queda de plaquetas que cria depósitos de anticorpos nas paredes das artérias pode deixar a visão embaçada e aumenta o risco de hemorragia intraocular. Por isso, comenta, quem é acometido pela dengue deve passar por exame de fundo de olho logo após o diagnóstico da doença.

O tratamento é feito com aplicações de laser para impedir o sangramento. Em caso de hemorragia, ele diz que é indicada a vitrectomia. Trata-se de um procedimento cirúrgico feito com micro incisões para eliminar o sangramento que provoca cegueira irreparável quando atinge a mácula (parte central da retina).

Sinais de alerta

Manchas vermelhas na pele, febre, dor nas articulações, olhos e músculos são os primeiros sinais de alerta da doença. A recomendação é passar por consulta oftalmológica, mesmo quem nunca foi infectado pela dengue.

Dengue

- Tontura
- Dor nas articulações
- Fraqueza
- Febre alta
- Dor atrás dos olhos
- Manchas vermelhas
- Náuseas e vômito
- Perda de peso
- Dor de cabeça
- Sangramento no nariz e gengiva



Chikungunya

- Dores intensas nas articulações de pés e mãos
- Dor muscular
- Dor de cabeça
- Manchas vermelhas
- Conjuntivite
- Febre Alta



Zika Vírus

- Olhos vermelhos
- Conjuntivite
- Dor de cabeça
- Dor muscular
- Aftas
- Febre baixa
- Dor nas costas
- Sensibilidade a luz
- Coceira
- Dores nas articulações
- Lesões brancas e vermelhas na pele



MÊS DE ENFRENTAMENTO DA

HANSENÍASE

QUEM TRATA, CURA



JORNAL DO ÔNIBUS MARÍLIA

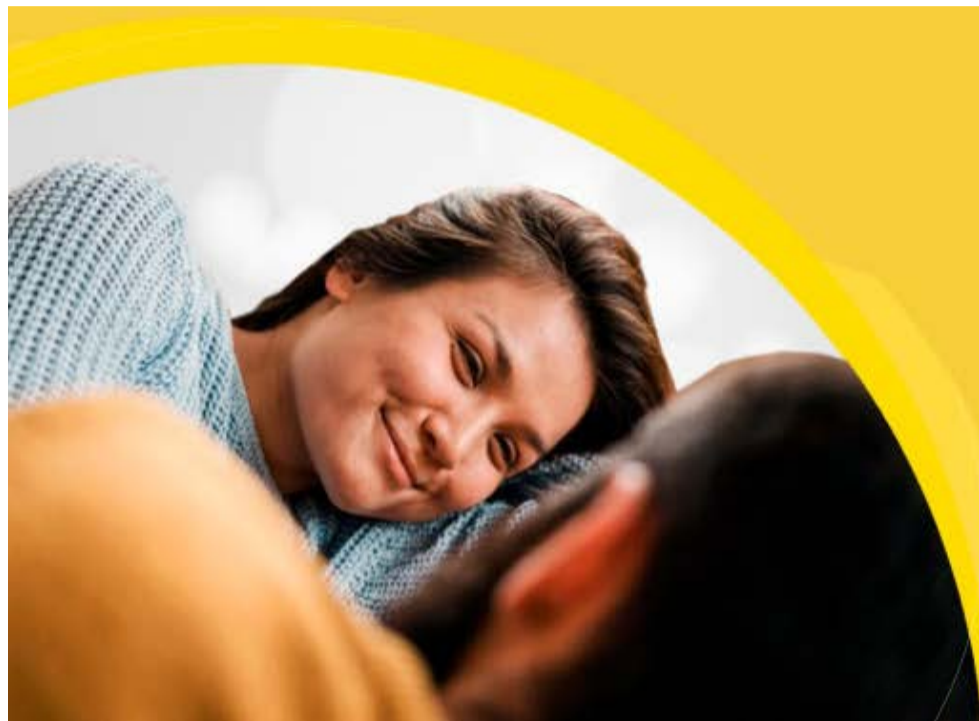
PREVISÃO

HOROSCOPO

2023

PARA APIMENTAR:

Descubra o que cada signo do zodíaco gosta na relação.



Astróloga explica como é possível apimentar a relação dos nativos

Prazer a dois é um ponto importante a se observar em uma relação. Para isso, é necessário conhecer muito bem a pessoa com a qual você divide esse momento. Segundo a astróloga Yara Vieira, uma boa maneira de saber o que agrada o outro na cama é conhecer um pouco mais sobre como cada signo se comporta nos momentos de prazer. “É importante entender que devemos levar em consideração mais que o signo solar de alguém. Com a ajuda dos astros é possível identificar a tendência de comportamento. E, quando o assunto é sexo, alguns signos se destacam mais que outros”, aponta. Vamos lá ...



ÁRIES

Os nativos de Áries não curtem enrolação ou joguinhos na cama. O único jogo pelo qual se interessam é o do perigo. Deixar rolar em lugares inesperados é um dos fetiches dos arianos. São intuitivos e quentes, portanto, deve-se investir nas preliminares, mas sem exagerar. Além disso, eles também gostam de estar no comando.



CÂNCER

Os nativos de Câncer são conhecidos por serem os mais sentimentais do zodíaco. Portanto, é necessário que eles se sintam à vontade e confiantes com a outra pessoa. Isso porque, para eles, o sexo é um passo a mais na intimidade do casal e não um ato para se fazer com qualquer pessoa. A excitação para os cancerianos começa no toque.



LIBRA

Os nativos de Libra amam um romantismo e fantasias. Por isso, uma dica para apimentar as coisas com eles é realizar algumas dessas fantasias. Faça coisas que aticem a mente e a imaginação do libriano, como algum jogo. Eles amam que seus sentidos sejam provocados. Faça uso disso!



CAPRICÓRNIO

Os capricornianos são mais reservados, mas isso não significa que eles não tenham aquele fogo dentro de si. Só que para ter acesso a isso, é preciso conquistar a confiança deles. Feito isso, pode ser que você conheça um lado desses nativos que você nem imaginava que existia. Eles são do tipo que gostam de ser comandados, mas com muita paciência e sem cruzar os limites.



TOURO

Os taurinos são nativos que, no sexo, gostam de aproveitar a corrida, não apenas a linha de chegada. Para eles, o caminho a ser percorrido é uma das coisas mais importantes. Portanto, prepare-se para uma relação mais longa. Eles são um pouco inseguros, então precisam que sua confiança seja conquistada para que se entreguem.



LEÃO

Os leoninos são intensos em tudo que fazem. São nativos do signo de Fogo; por isso, amam coisas quentes. Para deixá-los loucos, aposte no luxo e exalte as características e habilidades deles. Lembre-se que os nativos deste signo gostam de ser tratados como um integrante da realeza, até na cama.



ESCORPIÃO

Os nativos de Escorpião são um dos mais eróticos do zodíaco. Eles amam toda a intimidade que pode haver entre quatro paredes. Na visão dos escorpianos, o sexo é uma forma de expressar o carinho e o sentimento entre duas pessoas. Por isso, vale tudo! Tudo que dê prazer, confiança e satisfação para os dois.



AQUÁRIO

Para deixar as pessoas de Aquário no auge do desejo, é preciso pensar em coisas inusitadas, pois esses nativos têm muitas fantasias guardadas na mente. Tente descobrir isso para colocar em prática. Não sinta medo ou vergonha de explorar a imaginação, pois esse tipo de coisa é o que dá mais excitação aos aquarianos.



GÊMEOS

Os nativos de Gêmeos esbanjam criatividade na cama. Afinal, são pessoas divertidas por natureza, e demonstram isso em todos os aspectos da vida. Com elas, você pode apostar em posições diferentes e em jogos de conquista. Tudo que vem da imaginação e causa excitação conquista a pessoa de Gêmeos.



VIRGEM

À primeira vista, os virginianos podem parecer pessoas distantes e frias, mas isso é só fachada. O que acontece é que para os nativos de Virgem, é necessário um tempo para gerar intimidade. Uma vez que se têm intimidade, eles podem topar loucuras. São pessoas que amam curtir a vida. Para ter uma noite perfeita, que tal planejar um encontro com jantar e sedução? Com certeza isso vai matá-los de desejo.



SAGITÁRIO

Os sagitarianos são espontâneos e livres. Eles amam curtir a vida e não planejar o que virá depois. Ou seja, amam um sexo casual. O que importa para eles é o momento. Então, para agradá-los, vale investir em coisas divertidas, se aventurar e fazer coisas que nunca fizeram. Isso é o que vai dar prazer a eles, o sexo é só uma consequência.



PEIXES

Os nativos de Peixes são extremamente românticos e sonhadores. Por isso, hora do sexo, eles gostam de carinho e intimidade. A calma é aliada na hora da relação com os piscianos, é assim que você descobre pontos importantes neles. O que eles anseiam é que o prazer dure tempo suficiente e valha a pena.





COZINHA DA VÓ OLINDA

BARATA E SABOROSA:

Receitas de acém para um prato barato e muito gostoso.



O acém é um dos cortes mais gostosos e baratos da carne de boi. Por conter pouca gordura, a carne fica ótima para ser feita como carne moída, de panela, assada ou até em churrascos. Na seleção abaixo, você encontra diferentes receitas com acém para aproveitar o que essa carne tem de melhor. Confira com o cozinha gourmet da CASA DE CARNES BOIZÃO 3 deliciosas receitas.



CARNE LOUCA COM CERVEJA

Essa receita traz uma deliciosa carne louca feita com cerveja. Para fazê-la, use acém picado em cubos, pimentão, azeitona, tomate, cebola e temperos da sua preferência. Você pode servir acompanhado de um arroz branco ou comer com pão, fica uma delícia!

Ingredientes:

- 1 kg de acém picado em cubos grandes
- 2 colheres de sopa (cheias) de alcaparras
- 10 azeitonas verdes picadas
- 1 pimentão verde médio
- 2 tomates picados
- 1 cebola grande em pétalas

- 4 dentes de alho espremidos
- 1 colher de sopa (cheia) de polpa de tomate
- 1/2 copo/lata de cerveja preta
- Talo da salsa picadinho (1 maço)
- Sal a gosto

Modo de preparo:

- Reúna todos os ingredientes;
- Em uma panela de pressão, coloque todos os ingredientes e refogue até a carne começar a soltar água;
- Dê uma última mexida, tampe a panela e deixe cozinhar por 40 minutos após pegar pressão, no fogo alto. Deixe a pressão sair, misture bem, tampe e deixe cozinhar por

- mais 20 a 30 minutos após pegar pressão (fique atento para a carne não queimar);
- Retire a pressão, acerte o sal e misture para a carne desmanchar. Agora é só servir.
- delicie-se com confiança!
- cada passo desta receita foi cuidadosamente testado e aprovado por nossa equipe para garantir que você tenha resultados deliciosos e satisfatórios em sua cozinha. Bom apetite!
- Sirva com pão francês como sanduíche ou como petisco.
- Usar com recheio de torta de liquidificador também fica uma delícia.
- Bom apetite!



CHARUTO DE COUVE

Aprenda a preparar esse charuto de couve com acém moído que fica incrível. Um prato simples, mas com um sabor surpreendente e que vai fazer sucesso na sua mesa.

Ingredientes

- 500 gramas de acém moído
- 2 xícaras de arroz
- 2 cebolas picadas
- 1 alho picado
- Sal a gosto
- Páprica picante a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- Folhas de couve
- 1 pacote de extrato de tomate
- Azeite a gosto

Modo de preparo

- Em uma vasilha, misture a carne com arroz, metade da cebola, alho, sal, páprica e pimenta-do-reino. Reserve.
- Em uma panela com água fervente, coloque as folhas de couve a cada 3 e cozinhe por alguns minutos, até amolecer. Escorra.
- Utilize as folhas cozidas para enrolar o recheio de carne com arroz, dispondo um pouco dessa mistura na folha e enrolando como um rocambole.
- Em uma panela, coloque o restante da cebola, o extrato de tomate, sal e um pouco de água.
- Cozinhe até reduzir um pouco.
- Coloque nessa panela com molho os charutos, com cuidado.
- Adicione 1/2 xícara de água e cozinhe por 40 minutos.
- Agora é só servir! Bom apetite.



CARNE MOÍDA COM BATATA NO FORNO

Essa é uma ótima sugestão para um almoço em família. Para o preparo, a carne moída escolhida pode ser o acém e combinada com batatas vai ficar delicioso. O prato é quase todo feito no forno e, enquanto assa, você pode aproveitar para fazer um acompanhamento simples ou uma salada.

Ingredientes para o creme de milho

- 500 g de batata
- 1 colher de chá de sal
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher de chá de páprica doce
- Orégano a gosto
- Azeite a gosto
- 2 colheres de sopa de óleo
- 1/2 cebola picada
- 2 dentes de alho amassados
- 600 g de carne moída (acém ou patinho)
- 150 g de queijo muçarela ralado
- 6 fatias de tomate

Modo de preparo

- Reúna todos os ingredientes;
- Descasque as batatas e corte-as em rodelas;
- Coloque as batatas em uma assadeira, tempere-as com sal, pimenta, páprica, orégano, azeite, e asse-as em forno pré-aquecido a 200° graus por cerca de 30 minutos;
- Leve uma panela ao fogo médio, adicione o óleo, e refogue a cebola até que comece a dourar; em seguida, acrescente o alho;
- Junte a carne e espere a água começar a soltar; depois, tempere-a com sal e pimenta, misture, e deixe cozinhar até a água secar;
- Retire as batatas do forno, e espalhe a carne moída sobre elas;
- Cubra a carne com o queijo ralado, acomode as rodelas de tomate, salpique orégano, e leve a forma ao forno com temperatura de 200° graus até o queijo derreter (cerca de 20 minutos);
- Agora é só servir. Bom apetite!
- Sugerimos que você sirva sua carne moída com batata no forno acompanhada de arroz branco e salada de folhas.

CASA DE CARNES BOIZÃO

AQUI TEM !!! CARNES COM PREÇOS ESPECIAIS

PARA RESTAURANTES PASTELARIAS LANCHONETES

ENTREGAMOS EM QUALQUER REGIÃO DE MARÍLIA

CLIQUE AQUI

LOJA 01: 14 9.9809-6324
LOJA 02: 14 9.9880-3240
LOJA 03: 14 9.9758-9639



Aniversariantes do Mês



Alessandra Baldenebro



Deisi Faustini



Delma Martins



Elaine Gianini



Giselda Oliveira Santos



Miriam Magalhães



Noêmia Silva



Selma Adriana Bella Donna



Silvana Aparecida Brandão



Sílvia de Paula



Fábio Dunga



Vânia Érica Herrera



Ailton Gama



Edemir Carvalho



Flávio Werneck



José Cardoso



José Carlos Scaquett



José Dalves



Lourivaldo Carvalho Balieiro



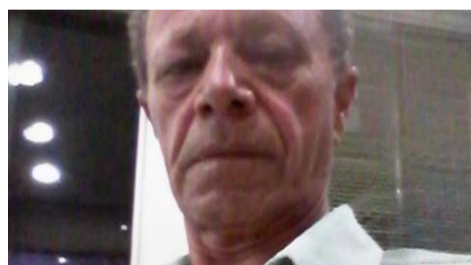
Paulo Campos



Paulo Cansini



Ronaldo Cabral Medeiros



Rubertino Silva



Wilson Scioli

Aqui você encontra de tudo um pouco!

CLIQUE AQUI

JORNAL DO ÔNIBUS MARÍLIA
O NOSSO JORNAL