

Chuveiro elétrico

ainda é o mais econômico

O chuveiro elétrico tem fama de vilão da conta de luz. Líder na maioria das residências, ele acaba sendo o mais econômico para o bolso do consumidor. Isto, em relação às demais opções, no que se refere ao custo do banho e não ao valor de aquisição das opções de chuveiro (elétrico, a gás ou energia solar).

É o que diz recente pesquisa do Centro Internacional de Referência em Reuso de Água (Cirra), da Escola Politécnica da Universidade de São Paulo (USP), que revela que um banho de oito minutos com o chuveiro aquecido por eletricidade custa R\$ 0,22. De fato, o elétrico gasta mais energia, porém consome menos água que o solar e o a gás.

Como no chuveiro elétrico a água fica mais quente conforme a redução do fluxo, a quantidade consumida é

menor.

De acordo com o levantamento, os voluntários da pesquisa que tomaram banho em chuveiros elétricos gastaram em média quatro litros de água por minuto, bem menos do que nos sistemas de aquecedor elétrico central, o chamado boiler (8,4 litros), a energia solar (8,7 litros) e a gás (9,1 litros).

Com isso, o banho médio de oito minutos custou R\$ 0,22 no chuveiro elétrico, R\$ 0,35 no sistema solar, R\$ 0,58 no aquecimento a gás e R\$ 0,78 no boiler. Os voluntários não sabiam que tipo de unidade estavam usando.

Segundo a empresa de energia elétrica Eletropaulo, o chuveiro elétrico representa 30% da conta dos consumidores da Grande São Paulo, empatado com as geladeiras, e seguido pelas lâmpadas, com 15%.



Banho de oito minutos

Média entre janeiro e março

Idec sugere moderação no consumo

Mesmo com a pesquisa, é bom economizar no consumo. É o que orienta o gerente de informação do Instituto de Defesa do Consumidor (Idec), Carlos Thadeu de Oliveira. "Na hora do banho, deixe sempre o chuveiro na temperatura mais eficiente: no verão, por exemplo, não é necessário deixar na temperatura máxima, pois isso é desperdício de energia e dinheiro."

Na compra do chuveiro, procure os selos do Inmetro e Procel, que classifica o chuveiro segundo a potência e eficiência energética. Outro cuidado que o consumidor deve tomar é na instalação do aparelho. Verifique a pressão da água e reserve um circuito exclusivo para ele, com disjuntor ou fusível e fiação adequada, além de aterramento de verdade.

| |
|-----------------------------|
| ● Chuveiro elétrico |
| Água: R\$ 0,13 |
| Energia elétrica: R\$ 0,09 |
| Consumo de água: 4 litros |
| ● Solar |
| Água: R\$ 0,31 |
| Energia elétrica: R\$ 0,04 |
| Consumo de água: 8,7 litros |
| ● Gás |
| Água: R\$ 0,28 |
| Gás: R\$ 0,30 |
| Consumo de água: 9,1 litros |
| ● Boiler elétrico |
| Água: R\$ 0,25 |
| Energia elétrica: R\$ 0,53 |
| Consumo de água: 8,4 litros |

Despesa mensal para família de quatro pessoas, cada um tomando um banho por dia

| | |
|--------------------|------------------|
| Chuveiro elétrico: | R\$ 26,40 |
| Solar: | R\$ 42 |
| Gás: | R\$ 69,60 |
| Boiler: | R\$ 93,60 |

* Os valores se referem a custos em São Paulo com a Eletropaulo, Sabesp e Ultragaz (botijão), exceto impostos

São José tem maior geração de empregos do ano

São José dos Campos encerrou o mês de maio com a abertura de 1.196 postos de trabalho, o melhor desempenho de 2010, segundo balanço divulgado na segunda-feira (21), em Brasília, pelo Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged), do Ministério do Trabalho e Emprego.

No mês passado, o Caged registrou 8.715 admissões e 7.519 demissões. A geração de empregos foi puxada pelos setores de serviços, com saldo de 769 vagas, comércio (266 vagas) e indústria (109 vagas).

Com o desempenho de maio, o saldo do emprego acumulado no ano é de 4.515 vagas (40.175 admissões ante 35.660 desligamentos). As empresas prestadoras de serviço foram o principal destaque do período, com saldo de 2.940 vagas. Em seguida vem a indústria, com 895 vagas, e o comércio (531 vagas).

De acordo com o órgão do Ministério do Trabalho, a geração de empregos no município significou um acréscimo de 0,70% no estoque de trabalhadores formais (com carteira assinada) em maio e de 2,69% no acumulado do ano.



Emprega São Paulo tem vagas para candidatos com ensino fundamental

Emprega São Paulo tem vagas para candidatos com ensino fundamental

O Emprega São Paulo tem mais de 7 mil vagas de emprego em todo o estado para pessoas que cursaram até o ensino fundamental. Para se

cadastrar, basta acessar o portal ou ir ao Posto de Atendimento ao Trabalhador (PAT) portando RG, CPF e carteira de trabalho. O Emprega São Paulo é um sistema online e gratuito de intermediação de mão de obra coordenado pelo Governo do Estado.

Consulta de vagas por municípios http://www.emprega.sp.gov.br/downloads/outros/emprega/total_estado09062010.pdf



INFORMAÇÕES

- PAT
Rua Pedro Ernesto 111,
Vila Sanches

Unifesp abre inscrições para gestão em saúde

A Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) está com inscrições abertas até 16 de julho para o processo seletivo do curso de especialização em gestão em saúde, na modalidade a distância. O curso oferece 50 vagas para o polo de apoio presencial do Centro de Educação Empreendedora (Cedemp), mantido pela Prefeitura de São José dos Campos.

O curso é destinado a profissionais com curso superior que exercem atividades em órgãos públicos ou no terceiro setor ou ainda que tenham aspirações ao exercício de função pública. As aulas terão início em 30 de agosto, com previsão de encerramento em novembro de 2011.

Com 420 horas de carga horária, o programa inclui 13 disciplinas.

A seleção será feita por meio de análise de currículo.



SERVIÇO

• **INSCRIÇÕES**
<http://procdados.epm.br/dpd/proex/index.html>

No menu lateral, selecione em "Relação de Cursos - Inscreva-se" o item "Especialização" e localize o curso na lista apresentada

• INFORMAÇÕES

• Cedemp
Telefone: 3931-7546 ou 3931-5566

Especialização para graduados em medicina

Termina no próximo dia 23 o prazo de inscrições para o processo seletivo do curso de especialização Diagnósticos Primários em Oftalmologia, na modalidade a distância, da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp).

O curso é dirigido a graduados em medicina e oferece 50 vagas no Polo de Apoio Presencial mantido pelo Centro de Educação Empreendedora (Cedemp), mantido pela Prefeitura de São José dos Campos.

O programa tem como um dos objetivos capacitar médicos não oftalmologistas para reconhecer sinais e sintomas relacionados a manifestações oculares. As inscrições são gratuitas.



INSCRIÇÕES

• www.oftalmo.epm.br

CURSOS



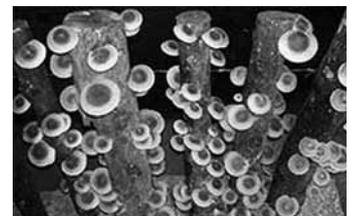
CURSOS DE FÉRIAS: Braille – técnicas de leitura e escrita, c/ professor Luiz Gonzaga – De 5 a 19, das 9h às 12h e das 13h30 às 16h30. Gratuito. Para professores e estudantes. Rua XV de Novembro, 99, Centro. Tel.: 3921-6330.

DIVERSOS: Sabonete – Dias 7 e 14 (quarta), às 14h. Rua Floriano Peixoto, 175, Centro. Tel.: 3913-6848 / 3206-7741.

DIVERSOS: Corte costura (básico, montagem e modelagem), Maquiagem (básico, dia-a-dia, avançado) – Inscrições abertas. Rua José Bento de Moura, 133, Bosque dos Eucaliptos. Tel.: 3936-1318.

DIVERSOS: Acessórios (bolsas), corte e costura (iniciação), cultivo de frutíferas, decoração em bambu, découpage, estamparia em tecido, horta ecológica, minifontes, mosaico, óleo sobre tela, patchwork, scrapbooking e outros – Inscrições abertas. Avenida Cidade Jardim, 4.389, Bosque dos Eucaliptos (SESI). Tel.: 3936-2611.

MERCADO DE TRABALHO: Formação de cuidadores de pessoas idosas profissional (recreação e lazer) – Inscrições até dia 23 (sexta), das 13h às 17h. Início dia 3/8 (terça). Duração 3 meses. Rua Mar del Plata 906, Jardim Paraíso. Tel.: 9119-9363.



MERCADO DE TRABALHO: Cursos à distância (virtuais) - Aprenda a produzir cogumelo shiitake – Dias 7 (quarta) e 8 (quinta). Champignon de Paris (cogumelo Agaricus bisporus) – Dias 12, 13 e 14. Facilitador Carlos Abe. Como tratar madeira para sítio pelo método ecológico (estufa CCB) - Informações e inscrições no site: www.carlosabe.com. Tel.: (12) 3911-5810 / 8141-3890.

SÁUDE: Cuidadores de idosos e bebês – Dias 8, 15, 22 e 29 (quinta). Inscrições de segunda a sexta, das 9h às 11h. Gratuito. Praça Monsenhor Ascânio Brandão, 1, São Dimas. Tel.: 3904-1118.

CORREÇÃO

O telefone correto da sede centro da Secretaria de Desenvolvimento Social constante na matéria "Bolsa Auxílio dá oportunidade para desempregados" (edição 770) é 3909-1050



• **DIRETORA DE COMUNICAÇÃO:** ANDRÉA MARTINS • **CHEFE DA DIVISÃO DE IMPRENSA:** JOSÉ EUSTÁQUIO DE FREITAS
• **EDITOR:** ANTONIO BIBIANO DOS SANTOS • **TEXTOS:** ALBERTO LUIZ DE ANDRADE (ESTAGIÁRIO), ANTONIO BIBIANO DOS SANTOS, IARA GOMES, JULIANA ANDRADE (ESTAGIÁRIA), NEI JOSÉ SANT'ANNA e PRISCILA SALONI (ESTAGIÁRIA)
• **FOTOS:** ADENIR BRITTO, ANTONIO BASILIO, FERNANDO MOURA e RONNY SANTOS
• **DIAGRAMAÇÃO:** CARLOS EDUARDO TORRES
• **CONSULTORIA JURÍDICA:** PROCON • **IMPRESSÃO:** GRÁFICA MUNICIPAL • **TIRAGEM:** 45 MIL EXEMPLARES

PARA FALAR COM O JORNAL DO CONSUMIDOR • Paço Municipal: RUA JOSÉ DE ALENCAR, 123, CENTRO, CEP 12209-530

• TELEFONE: (12) 3947-8072 • FAX: 3947-8039 • E-MAIL: jconsumidor@sjc.sp.gov.br

• Procon: RUA VILAÇA, 681, CENTRO, SÃO JOSÉ DOS CAMPOS • TELEFONE: 151

**VIDA
SIM,
DROGAS
NÃO!**

Celular com defeito tem de ser trocado na hora

O aumento do número de reclamações que chegam aos órgãos de defesa do consumidor a respeito de telefones celulares levou os órgãos do Sistema Nacional de Defesa do Consumidor (SNDC) a firmarem, no último dia 18 de junho, o entendimento de que esses aparelhos de telefonia móvel são produtos essenciais.

O Ministério da Justiça precisou explicar o óbvio. Se alguém compra um aparelho com defeito, a responsabilidade não pode ser transferida. O problema é de quem vendeu e não do consumidor.

As empresas que não cumprirem o novo entendimento do Sistema Nacional de Defesa do Consumidor estarão sujeitas a multas de até R\$ 3 milhões e medidas judiciais.

Os consumidores podem passar a exigir de forma imediata

a substituição do produto, a restituição do valor pago ou o abatimento do preço num outro aparelho. A nova interpretação do Código de Defesa do Consumidor faz parte de nota técnica elaborada pelo Departamento de Proteção e Defesa do Consumidor (DPDC), do Governo Federal.

Segundo o Cadastro Nacional de Reclamações Fundamentadas de 2009, o principal problema enfrentado pelo consumidor é a garantia de produtos, que alcança 37,46% das reclamações referentes a aparelhos celulares.

Em geral, os varejistas, fornecedores imediatos do produto, não assumem a responsabilidade sobre os defeitos apresentados pelos aparelhos, o que obriga os consumidores a procurar os fabricantes para a solução do problema.

Automotivos

Especialista em metrologia e qualidade do Instituto de Pesos e Medidas (Ipem), Luciane Hofmeister avalia lote de produtos automotivos retirados do comércio para avaliação de quantidades. A iniciativa faz parte da Operação Outro Negro e visa intensificar a fiscalização quantitativa das embalagens de óleos lubrificantes para motores automotivos, que são considerados produtos pré-medidos (pesados ou medidos sem a presença do consumidor). A fiscalização ocorreu simultaneamente em outras cidades de São Paulo. Os resultados das blitz ainda não foram anunciados.



A Receita é Sua

AZUL-MARINHO
(peixe com banana verde)

Fonte:
www.tudogostoso.com.br

Que tal publicar sua receita no *Jornal do Consumidor*?

Envie para o e-mail
agendajc@sjc.sp.gov.br



Colecione!

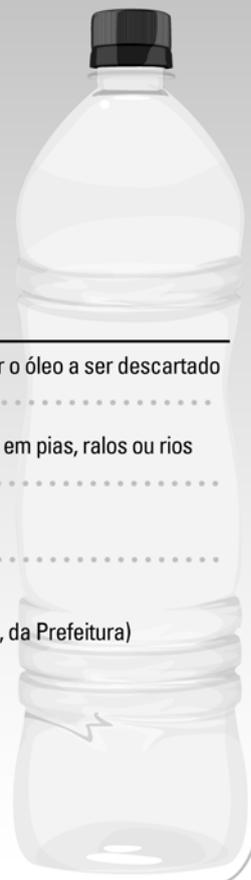
Consumo Responsável

Você acaba de fritar um hambúrguer e não tem o que fazer com o óleo que sobrou na frigideira? O melhor, neste caso, é colocá-lo dentro de uma garrafa plástica e depois encaminhá-lo para a coleta. Nem pense em jogar no ralo da pia. A

natureza agradece!

Em contato com a água, o óleo forma uma película poluente, que contamina e leva anos para ser removida. Para retirar o produto e desentupir os encanamentos, são empregados produtos químicos altamente tóxicos, o que acaba criando uma cadeia perniciosa. Fora da rede de esgoto, a presença de óleo nos rios cria uma barreira que dificulta a entrada de luz e a oxigenação da água, que causa a morte de micro-organismos e peixes, além de contribuir para a ocorrência de enchentes. O acúmulo de óleos e gorduras nos encanamentos pode causar entupimento, refluxo de esgoto e até rompimento nas redes de coleta. Um litro de óleo contamina cerca de 1 milhão de litros de água. Isso equivale ao consumo de uma pessoa no período de 14 anos.

Lugar de óleo de cozinha não é no ralo



O QUE O CONSUMIDOR PODE FAZER

• Utilize garrafas pet para armazenar o óleo a ser descartado



• Não jogue o óleo em pias, ralos ou rios

• Não jogue o óleo no lixo

LOCAIS DE COLETA

• PEVs (pontos de entrega voluntária, da Prefeitura)
Para saber os locais ligue 156
• ONG Eco Solidário

MAIS INFORMAÇÕES

Urbam
www.urbam.com.br
Eco Solidário
www.ecosolidario.org.br

Ingredientes

- 1 e ½kg de peixe em postas (mais ou menos 12 postas) de garoupa, corvina, linguado ou tainha – sugere-se peixe de carne firme, limpas e sem escamas ● 6 a 8 bananas bem verdes (nanica ou são-tomé)
- 3 dentes de alho ● 3 tomates picadinhos ● 1 cebola grande cortada em rodela ● sal
- coentro miúdo e pimenta de cheiro a gosto ● salsinha e cebolinha picadas ● óleo
- farinha de mandioca

Modo de fazer

Descasque as bananas em água corrente para que não fiquem

pretas. Reserve. Na panela grande, coloque o óleo e frite a cebola e o tomate. Coloque as bananas inteiras e um pouco de água. Deixe cozinhar até que fiquem quase moles. Adicione as postas e aumente a água, se necessário. Junte a pimenta-de-cheiro, o sal, o coentro e o cheiro-verde. Se necessário, acrescente água. Tampe a panela e deixe cozinhar por cerca de 10 a 15 minutos, até que o peixe fique cozido. Verifique novamente o sal. À parte, faça o pirão com duas ou três bananas cozidas e amassadas e um pouco do caldo do peixe. Acrescente aos poucos a farinha de mandioca. Cozinhe até que obter uma massa uniforme, sempre mexendo. Sirva o peixe e o pirão com arroz branco.

Rendimento: 5 porções

Museu guarda a força e a história do esporte joseense

Muita gente não imagina que no antigo prédio da Câmara Municipal – atualmente Espaço Mario Covas – existe um local que conta a história do esporte joseense. No Museu de Esportes estão expostos troféus e medalhas conquistados por atletas joseenses desde o início do século 20. Um dos destaques da coleção é uma fotografia de 1914 que registra um jogo de futebol entre a Associação Esportiva São José e a Associação Atlética Caçapavense. Os visitantes também podem conhecer os uniformes e objetos usados nas competições, como a primeira bola que rolou na inauguração do Estádio Martins Pereira, em 15 de março de 1970. O acervo guarda também as histó-

ricas imagens da conquista do Campeonato Paulista da Segunda Divisão em 1980 pelo São José.

Mantido pela Prefeitura, o museu é aberto ao público e tem entrada gratuita. Que tal você convidar seus amigos e visitar o local para saber um pouco mais sobre os atletas que representaram a cidade em competições nacionais e internacionais? Todo material exposto pode ser utilizado para pesquisas e trabalhos escolares. Neste caso é necessário agendar a visita com antecedência.

Atualmente, existem duas exposições no museu. Uma retrata as mulheres no esporte e a outra é sobre o tricampeonato paulista da equipe masculina de basquete de São José dos Campos (1980, 1981 e 2010).

Acervo fica no antigo prédio da Câmara Municipal



SERVIÇO

- **Visitas:** segunda a sexta-feira, das 8h às 17h, e sábados, das 8h às 14h
- **Agendamento:** 3921-4112
- **Endereço:** Praça Afonso Pena 29, no centro (Espaço Mario Covas)
- **Internet:** www.museudeesportes.sjc.sp.gov.br

LOCAIS

Crianças de 6 a 14 anos
Das 13h30 às 17h30

- **Centro Poliesportivo José Adailson Vieira Pinto:** Avenida Alto do Rio Doce 801, Altos de Santana | **Fundhas**
- **Campo dos Alemães:** Rua Mário Antonio da Fonseca 420, Campo dos Alemães | **Emef Possidônio José de Freitas:** Rua Felício J. Nasser 935, Galo Branco | **Centro Poliesportivo Jardim Cerejeiras:** Rua 23 de Dezembro 400, Jardim Cerejeiras | **Emef Prof.**
- **Therezinha do Menino Jesus:** Rua Francisco Carlos Barbosa 200, Dom Pedro I | **Emef Prof. Geraldo de Almeida:** Rua Camomila 100, Pousada do Vale | **Centro Comunitário João Cordeiro dos Santos:** Avenida Eliane Maria Barbieri Soares 180, Jardim

- **Morumbi | Emef Prof. Rosa Tomita:** Rua Ayrton Senna da Silva 90, Jardim São José II | **Ginásio de Esportes Parque Industrial:** Rua Icatu 951, Parque Industrial | **Quadra de Esportes Alcides Teixeira:** Praça Hércules, Jardim da Granja | **NEI São Francisco Xavier:** Rua 13 de Maio s/n, São Francisco Xavier | **Centro Poliesportivo São Judas Tadeu:** Rua São Jerônimo s/n, São Judas Tadeu | **Proca:** Rua Helsingue 114, Vila Letônia | **Emef Prof. Hélio Augusto de Souza:** Praça dos Músicos s/n, Vila Tesouro

Crianças de 6 a 14 anos
Até dia 16, das 13h30 às 17h30

- **Fundhas:** Rua Antonio Saes 485, Centro | **Fundhas:** Rua Alzira Lebrão s/n, Alto da Ponte | **CTA / Clube dos Suboficiais e Sargentos**

Colônia de Férias tem atividades até dia 16

Crianças, adolescentes, idosos e pessoas com deficiência podem participar das diversas atividades de lazer gratuitas que serão desenvolvidas na Colônia de Férias, que está sendo realizada pela Prefeitura de São José dos Campos, até o dia 16 de julho. O objetivo do programa é levar diversão e alegria às pessoas que estão sem alternativa de lazer no período de férias. A programação é composta por atividades lúdicas, coordenadas por uma equipe de

professores e monitores. Para participar é só fazer a inscrição no dia e local da atividade. Podem participar crianças de 6 a 14 anos, pessoas com deficiência e idosos. As atividades serão realizadas nos locais de prática esportiva e de lazer da cidade. E para atender aos bairros mais afastados e os asilos de São José dos Campos, foram programadas equipes itinerantes, que percorrerão esses locais para não deixar ninguém parado.

AGENDA

BAILE: Em ritmos de forró – Dia 17 (sábado), às 21h. Ingressos no local. Avenida Ademar de Barros, 1.562, Jd. Maringá. Tel.: 3941-6060.

BAZAR BENEFICENTE: Tudo por R\$ 1,00 – Dia 7 (quarta), das 8h às 11h. Entrada franca. Praça Monsenhor Ascânio, 1, Jd São Dimas (Obra Assistencial São Dimas). Tel.: 3904-1118.

LAZER: 1ª Colônia Univap de Férias – De 12 a 17, das 12h30 às 17h30. Para crianças de 6 a 12 anos. Inscrições abertas. E-mail: coloniadeferias@univap.br. Tel.: 3947-1246 / 1008.

EXPOSIÇÃO ARTES VISUAIS: 26ª Exposição Itinerante Água – Obras de 19 artistas



CULTURA POPULAR: 9º Revelando São Paulo Vale do Paraíba – Artesanato, culinária, dança, música e outros – De 7 a 11. Entrada franca. Programação completa no site: www.fccr.org.br. Av. Olivo Gomes, 100, Santana/Parque da Cidade. Tel. 3924-7300.

plásticos brasileiros – Até dia 15 (quinta), das 8h às 21h (terça a sexta) e das 8h às 18h (sábado). Entrada franca. Avenida Lênin, 200, Dom Pedro I (Espaço Cultural Flávio Craveiro). Tel.: 3966-1136.

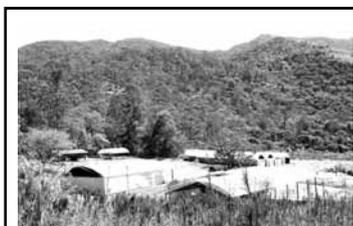
EXPOSIÇÃO ARTES VISUAIS: 'Sobre peles e flores', obras de Akira, Karlla, Susy, Laura e Cleide Vieira – Até dia 1/8, das 13h às 21h30 (terça a sexta), e das 10h às 18h30 (sábado, domingo e feriado). Gratuito. Livre. Avenida Ademar de Barros, 999, Vila A d y a n n a (SESC). Tel.: 3904-2000.

EXPOSIÇÃO FOTOGRÁFICA:

Bicicleta e Guarda-chuva, de Priscila Zambotto – Até dia 9 (sexta), das 9h às 17h. Entrada franca. Avenida Cidade Jardim, 4.389, Bosque dos Eucaliptos (SESI). Tel.: 3936-2611.

EXPOSIÇÃO FOTOGRÁFICA: 'Frestas e arestas da cidade', de fotografias do Fotoclube Câmera & Luz – Até dia 24, das 9h às 18h, de segunda a sexta e das 9h às 13h, aos sábados. Entrada franca. Praça Padre João, 34, Centro (Espaço das Artes Helena Calil). Tel.: 3921-7206.

EXPOSIÇÃO FOTOGRÁFICA: 'São José de ontem e hoje' – décadas de 20 a 70 e atuais – Até 5/11, das 8h às 17h, de



PASSEIO: Ecológico, gastronômico e musical na Fazenda Guirra/Fazenda dos Cogumelos, em São Francisco Xavier – Apresentação musical Beto Jaguary – Dia 31 (sábado), saída às 7h30, no estacionamento do Parque Santos Dumont. Informações e reservas no site [www.fazendaguirra.com / turismo@fazendaguirra.com](http://www.fazendaguirra.com/turismo@fazendaguirra.com). Tel.: 3322-4379 / 4380.

segunda a sexta. Praça Afonso Pena, 29, Centro (Espaço Mario Covas). Tel.: 3924-7353.

EXPOSIÇÃO PERMANENTE: 'Patrimônio Imaterial – Folclore e identidade regional' – De terça a sexta, das 8h às 12h e das 13h às 17h., sábado e domingo, das 14h às 17h. Entrada franca. Avenida Olivo Gomes, 100, Parque da Cidade (Museu do Folclore). Tel.: 3924-7302/7306.

TEATRO: A alma boa de Setsuan – Dias 8 (quinta) e dia 9 (sexta), às 20h. Gratuito. 12 anos. Avenida Cidade Jardim, 4.389, Bosque dos Eucaliptos (Teatro Sesi). Tel.: 3936-2611.