



Prefeitura de
**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**
Trabalho que toca a cidade

JORNAL DO

CONSUMIDOR

INFORMATIVO SEMANAL • ANO 21 • Nº 881

MAIO | 2013

DOM	SEG	TER	QUA	QUIN	SEX	SAB
12	13	14	15	16	17	18

www.sjc.sp.gov.br

SAIA DO ENDIVIDAMENTO

As contas de início de ano — férias, impostos diversos, taxas, material escolar, entre outros — acabam atingindo em cheio o consumidor que não se preparou para esse inevitável período de gastos anuais. Isso acarreta endividamentos, necessidade de empréstimos, pagamento parcial das dívidas com cartões de crédito.

E a situação vai virando uma bola de neve. Afinal, as demais despesas da casa e outras prestações também continuam vencendo normalmente.

Estudos do Banco Central mostram que em **novembro do ano passado** os brasileiros já estavam com **44,55%** da **renda comprometida**. O maior endividamento registrado desde 2005



Hora de economizar

A solução é uma só. Reeducação financeira. Não é fácil, principalmente para uma família que consome compulsivamente. Ou seja, compra qualquer coisa sem realmente precisar e muito menos se preocupa em planejar os gastos, por mais simples que sejam.

Confira algumas dicas para sair do endividamento. Depois, quem sabe, será possível até abrir uma poupança para as emergências ou mesmo a compra planejada à vista de um bem de maior valor. O site do Procon traz uma cartilha de educação financeira.

- A facilidade de crédito não deve iludir o consumidor: o financiamento do consumo de hoje tem parcela que vencerá já no próximo mês
- Evite ao máximo parcelar compras em pequenas e longas prestações, pois isso acaba se tornando uma grande dívida inesperada
- Quem tem dívidas deve renegociar os juros com o próprio banco ou valer-se da portabilidade dos débitos para instituições financeiras que tenham taxas menores
- O cartão deve ser usado somente para concentrar os débitos em uma única data e jamais para o crédito rotativo, que tem juros que somam mais de 100% ao ano
- No financiamento da casa própria, não há qualquer cláusula contratual que proteja o consumidor em caso de perda de renda ou desemprego: se somar três parcelas em atraso, o imóvel será levado a leilão e o mutuário perderá o que pagou para o banco
- Seja controlado com o uso da energia elétrica e água: troque as lâmpadas convencionais pelas eletrônicas, coloque o chuveiro na posição verão, diminua o tempo do banho, use ferro elétrico e máquina de lavar com maior quantidade de roupa
- Compre frutas e verduras de época, que são mais baratas, e aproveite bem os alimentos, como o uso de talos no preparo de tortas e suflês

Procon

151

www.procon.sp.gov.br

**Sindicato do
Comércio Varejista**

4009-7100

VEM AÍ MAIS UMA EDIÇÃO DO FESTIDANÇA. CONFIRA NA PÁGINA 4.



Mais concursos à vista

Os chamados concurseiros, pessoas que participam de vários exames de seleção em busca de oportunidades no serviço público, estão investindo nos estudos e se preparando para os editais mais aguardados do ano: Polícia Federal, Banco Central, Ministério da Saúde, INSS, Ministério Público. Além da estabilidade, essas áreas oferecem melhores salários e atraem milhares de interessados.

Um estudo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) sobre o aumento de candidatos que prestam concursos aponta a remuneração na carreira pública como o principal motivo. O valor do salário supera em quase 92% o que é pago na iniciativa privada.

A Agência Nacional de Proteção e Apoio ao Concurso Público (Anpac) estima em 12 milhões o total de brasileiros

que querem ingressar em carreiras públicas. Segundo a entidade, esse número é o dobro do registrado há cinco anos.

As vagas previstas para 2013 são animadoras para quem sonha com uma colocação no setor público. Não há dados oficiais sobre o assunto, mas a Anpac calcula que o número de cargos possa chegar a 130 mil em todas as esferas de governo.

Quem quiser se candidatar precisa estar preparado, pois a concorrência é grande. Não dá para pagar taxas de inscrição, sem ter condições de fazer a prova.



► FIQUE ATENTO

Regularmente o *Jornal do Consumidor* publica nesta página informações sobre concursos públicos e outras oportunidades profissionais. **Confira abaixo as novidades.**

OPORTUNIDADES

► CONCURSO

Creci/SP

São 12 vagas na função de suporte administrativo, nível operacional, que exige o ensino médio. Inscrições até 15/5 no site www.crecisp.gov.br

Depen

São 138 vagas para cargos de níveis médio/técnico e superior na área de assistência penitenciária no Departamento Penitenciário Nacional do Ministério da Justiça. Inscrições até 3/6 no site <http://www.cespe.unb.br/concursos/>

Ministério das Cidades

São 130 vagas em cargos de nível médio/técnico e superior. Inscrições até 27/5 no site www.cetroconcursos.org.br

Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão

São 51 vagas para o cargo de analista em tecnologia da informação. Necessário ensino superior. Inscrições até 31/5 no site www.funrio.org.br

Polícia Militar/SP

São 220 vagas para aluno-oficial no bacharelado em Ciências Policiais de Segurança e Ordem Pública para homens e mulheres. Inscrições até 7/6 no site www.vunesp.com.br

Ministério Público Federal

São 47 vagas para Procurador da República. Inscrições até 22/5 no site www.pgr.mpf.gov.br/concurso-procurador

► CURSO

Aula de Pintura em Tela

Alunos a partir de 7 anos. Informações com Eloísa. Rua Chile 133, Vista Verde. 3912-2775.

Gestante

Inscrições abertas, início do curso em junho, vagas limitadas. Obra Social São Dimas, segunda a sexta das 8h às 11h. 3322-0543. Praça Ascânio Brandão, São Dimas.

► PALESTRA

Palestras educativas

Empregada doméstica, babá, acompanhante de idoso, diarista. Todas as quintas-feiras, às 9h. Catedral São Dimas - Pça Ascanio Brandão, 01 - Jd.S.Dimas. 3322-0543.

► PRÊMIO

Fotografia-Ciência & Arte 2013

Organizado pelo CNPq é destinado a estudantes de graduação e pós-graduação, docentes e pesquisadores. Inscrições até 30/8. Informações www.premiofotografia.cnpq.br

► SELEÇÃO

Seleção de Projetos Artístico-Culturais

O Sesi-SP está com inscrições abertas até 27/5 para a captação de projetos artísticos em Artes Visuais. Informações www.sesisp.org.br/cultura/editais.html

Inscrições Festival da Mantiqueira

A Fundação Cultural recebe até 24/5 inscrições dos escritores interessados em divulgar e comercializar livros no VI Festival da Mantiqueira,

no distrito de São Francisco Xavier. Informações no www.fccr.org.br

► TRAINEE

Brasil Kirin

São 21 vagas destinadas às áreas de operações, comercial, desenvolvimento humano organizacional, finanças, contabilidade, TI e marketing. Necessário ter o ensino superior concluído entre julho de 2011 e julho de 2013, inglês e informática avançados. Inscrições até 3/6 no site www.across.com.br/brasilkirin

► VESTIBULAR

Etec

Inscrições abertas até 16/5 para processo seletivo da Escola Técnica Estadual. Cursos oferecidos para ensino presencial e a distância em várias cidades da região. Informações www.vestibulinhoetec.com.br

Fatec

Inscrições até 11/6. Em São José dos Campos são oferecidos cursos de Análise e Desenvolvimento de Sistemas, Automação e Manufatura Digital, Banco de Dados, Gestão da Produção Industrial, Logística, Manutenção de Aeronaves e Projetos de Estruturas Aeronáuticas. Informações no site www.vestibularfatec.com.br

Cephas

São 320 vagas para cursos técnicos gratuitos. Informações 3934-1995. Inscrições até 15/5 no site www.cephas.org.br

Quer ter seu próprio negócio?
Informe-se antes:
Sala do Empreendedor
www.sjc.sp.gov.br
3947-8478

Sebrae
www.sebraesp.com.br
3922-2977

Dias e locais
das feiras livres

Terça-feira • Tatetuba • Vila Igualdade • Parque Santos Dumont • Esplanada 2 • Uirá • Altos da Serra 2

Quarta-feira • Vila Maria • São Dimas • 31 de Março • Satélite (Rua Polar) • Parque Industrial (Rua Turiaçu) • Jardim das Flores • Bosque dos Ipês

Quinta-feira • Santana (Rua Raul Ramos de Araújo e Rua da Consolação) • Bosque dos Eucaliptos (Avenida Ouro Fino) • Jardim das Indústrias • Vila Paiva



Cuidado com a gripe. É melhor prevenir!



O frio está aí, e cresce a preocupação com as doenças desta época, principalmente a gripe. Como informam os especialistas, o melhor remédio é evitar a doença, adotando todos os cuidados possíveis como prevenção.

A campanha de vacinação contra a gripe foi prorrogada e terminou no dia 10, mas a Prefeitura ainda dispõe de doses gratuitas, que continuarão disponíveis nas Unidades Básicas de Saúde para o grupo listado abaixo.

A campanha de vacinação contra a gripe foi prorrogada e terminou no dia 10, mas a Prefeitura ainda dispõe de doses gratuitas, que continuarão disponíveis nas Unidades Básicas de Saúde para o grupo listado abaixo.

► QUEM DEVE SE VACINAR

- Pessoas com 60 anos ou mais
- Crianças de 6 meses a 2 anos
- Gestantes
- Mulheres até 45 dias após o parto
- Doentes crônicos
- Profissionais de saúde

Fique atento
aos sintomas da gripe.
Se aparecer também
uma insuficiência
respiratória, procure o
serviço de saúde o mais
rápido possível.



ORIENTAÇÕES À POPULAÇÃO

A Prefeitura desenvolve uma campanha para alertar a população sobre os cuidados para se proteger da gripe. Cartazes foram colocados nas unidades de saúde da cidade. Nos ônibus, o aviso orienta os passageiros a manter as janelas abertas, mesmo nos dias frios.

As igrejas receberam recomendações sobre procedimentos para afastar o contágio durante missas e cultos. Um deles é evitar o contato físico, como abraço e aperto de mãos.

► COMO EVITAR A DOENÇA

- Lave as mãos com água e sabão depois de tossir ou espirrar, após usar o banheiro, antes de comer e tocar os olhos, a boca e o nariz
- Use lenço de papel ao tossir ou espirrar
- Tenha frasco de álcool gel sempre à mão
- Evite aglomerações e lugares fechados
- Até cinco dias após o início dos sintomas, evite sair de casa, pois você pode estar em período de transmissão da doença
- Deixe o ambiente doméstico arejado e com luz solar para eliminar os possíveis agentes das infecções respiratórias
- Mantenha hábitos saudáveis, como alimentação balanceada, ingestão de líquidos e atividade física

A Receita é Sua

BOLINHO CAIPIRA DE COSTELA



1º lugar do 6º Festival Gastronômico de São José dos Campos
Wendel Lima Adrião

INGREDIENTES

- 500g de farinha de milho
- 100g de farinha de mandioca
- 1 quilo de costela bovina
- 1 terço do maço de salsinha
- 1 terço do maço de cebolinha
- 500g de cebola
- 50g de alho
- 1 litro de óleo
- 1 limão
- 100g de tomate
- Sal e água a gosto

Envie sua receita: agendajc@sjc.sp.gov.br

MODO DE PREPARO

Em uma panela de pressão, adicione 4 colheres de óleo. Com o óleo aquecido, adicione a cebola e um pouco do alho. Adicione a costela. Mexa para misturar o tempero e adicione meia xícara de água. Feche a panela de pressão e abra-a depois de 20 minutos. Adicione a cebolinha e salsinha. Se necessário, adicione mais água e cozinhe a carne até desfiar. Depois de cozida, desfie a carne e reserve o caldo.

Recheio

Frite o restante do alho e da cebola. Adicione o tomate, a carne desfiada e um pouco do caldo da costela. Coloque salsinha e cebolinha. Deixe esfriar. Para finalizar adicione o suco do limão.

Massa

Misture a farinha de milho com a de mandioca. Adicione o caldo da costela e o sal. Adicione água aos poucos até que a massa não fique quebradiça. Modele os bolinhos e frite em óleo quente.

Sexta-feira | Vila Ema • Jardim da Granja • Bosque dos Eucaliptos (Rua Pedro Martins Ribeiro) • Jardim do Céu • Aquarius

Sábado | Esplanada (feira de produtos orgânicos) • Jardim São José • Altos de Santana • Galo Branco • Vila Industrial • Parque Industrial (Rua Pimenteiros) • Vista Verde • Jardim São Leopoldo • Santa Inês 1

Domingo | Morumbi • Santana (Rua São Jorge) • São Judas Tadeu • Interlagos • Dom Pedro 2º • Vila Letônia • Campo dos Alemães • Satélite (Rua Canopus) • Colonial • Novo Horizonte • Campos de São José

**Lugar de
entulho é no PEV**

Ligue **156**
ou acesse
www.sjc.sp.gov.br/pev

Fundação Cultural Cassiano Ricardo

Cultura, lazer e entretenimento por toda a cidade
www.fccr.org.br

Dança domina os palcos joseenses



◀ A Cia Jovem de Dança, de São José dos Campos, vai apresentar a coreografia *Pátio dos Amores*

Bailarinos de todos os estilos vão se apresentar na cidade de 23 de maio a 2 de junho. É a 24ª edição do Festidança, promovido pela Fundação Cultural Cassiano Ricardo.

Haverá espetáculos em lugares abertos e fechados. O destaque é a mostra competitiva, que traz 116 companhias.

Sessenta grupos vão se exibir

nas batalhas urbanas, com os animados desafios de hip hop. A programação tem ainda as mostras paralelas, videodança, peças infantis, intervenções de sapateado e o seminário sobre a contemporaneidade da dança.

Haverá cobrança de ingressos para os espetáculos do Teatro Municipal e Cine Santana: R\$ 10 a inteira e R\$ 5 a meia entrada. Nos demais locais, as apresentações são gratuitas.

TEATROS ▶

Teatro Municipal | Cine Santana

ESPAÇOS CULTURAIS ▶

Bosque dos Eucaliptos | Dom Pedro 1º
Vila Tesouro

LOCAIS ABERTOS ▶

Parque da Cidade | Praça Afonso Pena
Praça Ulysses Guimarães

INTERVENÇÕES ▶

Rodoviária Nova | Vale Sul



www.fccr.org.br



3924-7348

Bicampeãs



As jogadoras do São José

conquistaram no dia 4 o bicampeonato da Copa do Brasil, vencendo em casa o Vitória (PE) por 4 a 0. Com vaga garantida na Libertadores Feminina neste ano e em 2014, agora elas encaram o Campeonato Paulista. No dia 18, às 16h, o time joseense recebe o Centro Olímpico no Martins Pereira. A entrada é gratuita.

AGENDA

▶ CINEMA

Além das montanhas

Dia 19, às 18h, no Sesc. Voichita é uma freira num mosteiro no interior da Romênia. Uma série de incidentes levam o padre a crer que Alina está possuída pelo demônio.

▶ CIRCO

Os perdidos

Dia 18, às 15h, no Sesc. Dois personagens realizam uma viagem com apenas uma escada e um atlas.

Tihany

Um dos mais tradicionais circos do país se apresenta ao lado do Colinas Shopping. O espetáculo reúne artistas de 25 nacionalidades que apresentam números de acrobacia, contorcionismo, ilusionismo e humor.

▶ DANÇA

Cá entre Nós

Dia 16, às 21h, no Sesc. O espetáculo é um diálogo entre dança, fotografia e literatura, livremente inspirado na obra de Adélia Prado.

▶ EXPOSIÇÃO

1ª Exposição Fotográfica Amigos para a vida
De 15 a 30/5, das 10h às 22h, no Espaço de Eventos do Vale Sul Shopping. A exposição mostra os momentos de pessoas especiais com seus melhores amigos: os animais de estimação.

Ciranda Cultural

Segunda-feira a sábado, das 10h às 22h, domingos e feriados das 13h às 20h, até 31/5, no Colinas Shopping. Serão expostos mais de 18 mil livros para o público infanto-juvenil.

Cerâmicas SJC – Patrimônio Reinventado

Até dia 30/5, das 8h às 17h, no Espaço Cultural Flávio Craveiro. As peças da Cerâmica "Irmãos Weiss" foram doadas à Fundação Cultural.

História das Histórias em Quadrinhos

Até dia 30/5, das 9h às 17h, no Espaço Cultural Flávio Craveiro. Em forma de gibi gigante, a exposição conta com nove painéis sobre quadrinhos nacionais e internacionais antigos.

▶ FEIRA

Estilo Festas, Produção e Eventos

Dia 17, 18 e 19/5, (sexta e sábado das 16h às 22h e domingo das 14h às 20h), no Espaço Cassiano Ricardo. Os expositores apresentarão ideias e soluções para festas de casamento, aniversários, bodas, eventos corporativos, viagens, dentre outros.

▶ FESTA JUNINA

Arraiá do Frederico

Até 2/6 (sábados e domingos), a partir das 19h. Promovido pela Sociedade São Vicente de Paula, o evento terá quadrilhas, comidas típicas, shows e o famoso bolinho caipira.

▶ MÚSICA

Violão ao Pôr do sol

Com Laércio Ilhabela – Dia 16/5, às 20h30, no Teatro Colinas. O violonista Laércio Ilhabela, um dos mais importantes da atualidade, faz um show em que homenageia alguns mestres do violão brasileiro, como João Pernambuco e Paulinho Nogueira.

Trítone Blues

Dia 17, às 19h30, no Sesc. Os músicos adaptam seu repertório para canções de trabalho e aquelas que marcaram o surgimento do Blues.

Trupe Chá de Boido

Dia 18, às 18h, no Sesc. A banda apresenta as músicas do 2º disco, com repertório de canções compostas entre os shows pelo interior do estado.

▶ TEATRO

Improvável

Dias 18 e 19/5, às 21h, no Teatro Univap. Criado, produzido e encenado pela Cia. Barbixas de Humor, o espetáculo é um projeto de humor baseado em improvisações.

Quanto Custa?

Dia 18, às 20h, no Sesc. A peça questiona valores da sociedade contemporânea e mantém o suspense até o último instante.

ENDEREÇOS

Espaço Cassiano Ricardo

Av. Cassiano Ricardo 1983,
Jardim Alvorada

Espaço Cultural Eugênia da Silva

Rua dos Carteiros 110
Novo Horizonte.
3907-0912

Espaço Cultural Flávio Craveiro

Av. Lénin 200, Dom Pedro 1º.
3903-2298

Sociedade São Vicente de Paula

Rua Sebastião Humel 728
Centro

Teatro Colinas

Av. São João 2200
Jardim Colinas
3204-5236

Teatro Univap

Praça Cândido Dias Castejon 116
Centro

Tihany

Av. Eduardo Cury,
ao lado Colinas Shopping.
4003-1527
www.livepass.com.br

JORNAL DO CONSUMIDOR

Prefeitura de São José dos Campos - SP
Rua José de Alencar, 123, Vila Santa Luzia, Cep 12209-530 | 2º subsolo
(12) 3947-8072 | jconsumidor@sjc.sp.gov.br

•Assessor de Planejamento de Comunicação: Luís Cândido •Diretora de Imprensa: Deborah Costa •Chefe da Divisão de Imprensa: Eustáquio de Freitas •Editor: Antonio Bibiano dos Santos •Textos: Ana Baltazar, Antonio Bibiano dos Santos, Claudio Ribeiro •Produtor gráfico: Carlos Eduardo Torres •Fotos: Antonio Basilio, Cláudio Capucho, Charles de Moura •Estagiário: Arthur Rodrigues •Consultoria: Procon •Impressão: Gráfica Municipal •Tiragem: 45 mil exemplares