

RÓTULOS DE ALIMENTOS

**ANVISA FIXA NOVAS REGRAS
PARA QUE O CONSUMIDOR SEJA
INFORMADO CORRETAMENTE
SOBRE O VALOR NUTRICIONAL
DOS ALIMENTOS ADQUIRIDOS**

Você tem o costume de olhar no rótulo dos alimentos que compra? Conhece o valor nutricional dos alimentos? Sabe a diferença entre light e diet, por exemplo?

Para facilitar a compreensão geral e diminuir as dúvidas que muitos consumidores têm sobre o assunto, a

Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) resolveu que as empresas devem esclarecer melhor estas diferenças, evitando a propaganda enganosa.

 www.anvisa.gov.br

AGORA, OS **RÓTULOS** DE TODOS
OS **ALIMENTOS** PRODUZIDOS NO **BRASIL** DEVEM

**Esclarecer o
significado de
termos como:**

“Sempre leio os rótulos, mas às vezes fico com dúvidas. Quem sabe agora isto melhora?”

Tereza Souza Pinto
aposentada

Ter **classificações**
dos **alimentos** com
limites mais **rígidos**

▶ O que é Light, Diet e Zero

LIGHT possuem redução de 25% no valor calórico ou na quantidade de algum ingrediente em relação ao original, como gorduras, açúcares ou sódio.

DIETS são isentos ou têm substitutos de determinados ingredientes nocivos à saúde, como o açúcar – no caso dos diabéticos, o sal – para hipertensos, o glúten – para os celíacos ou a gordura – para quem tem colesterol alto.

A atribuição **ZERO** é utilizada ao produto **“NÃO CONTÉM”**. Ele indica restrição ou isenção de algum nutriente em comparação com a versão tradicional. Um exemplo de alimento zero são os sucos que são isentos de açúcar e possuem muito menos calorias em comparação ao produto original.



SABIA QUE A **DENGUE** PODE ATÉ **MATAR**? ENTÃO **ELIMINE FOCOS** DE **ÁGUA PARADA**!



SUA CHANCE

Prefeitura abre inscrição para cursos gratuitos no Senai

A Prefeitura de São José abre uma nova etapa de inscrições para quatro cursos gratuitos do programa Qualifica São José em parceria com o Senai. Os interessados podem se inscrever de 17 a 21 de fevereiro.

Será aceita somente uma inscrição por candidato, que deve ter idade a partir de 16 anos. O formulário de inscrição estará disponível no site da Prefeitura.

Desde janeiro, a Prefeitura vem oferecendo diversos cursos gratuitos em parceria com o SENAI e o SENAC, como parte do programa Qualifica São José.

No total, nesse primeiro semestre deverão ser oferecidas **3.615 vagas** em cursos profissionalizantes



CURSOS

- Programação e operação de torno CNC
- Programação e operação de centro de usinagem
- Costura reta e overlock
- Auxiliar de funileiro

www.sjc.sp.gov.br

3913-2419

OPORTUNIDADES / 21 CONCURSOS

São opções em várias áreas. Confira e leia atentamente os editais

Aeronáutica

Cargo: Formação de Taifeiros
Escaridade: Nível Médio
Inscrições: Até 18/2
www.depens.aer.mil.br

Câmara dos Deputados

Cargos: Técnico e Analista
Legislativo
Escaridade: Nível Superior e Médio
Inscrições: Até 24/2
www.cespe.unb.br/concursos/

Cemadem

• Cargo: Analista de Ciência
Escaridade: Nível Superior
Inscrições: Até 17/3
• Cargo: Tecnologistas
Escaridade: Mestrado
Inscrições: Até 11/3
• Cargo: Pesquisador
Escaridade: Doutorado
Inscrições: Até 14/3
www.cemaden.gov.br/

Conselho de Medicina Veterinária/SP

Cargos: Analista Contábil, Auxiliar de Apoio, Contador e Técnico em Informática
Escaridade: Ensino superior e médio/técnico
Inscrições: Até 26/2
www.zambini.org.br/

Conselho Regional de Nutricionistas - 3ª Região

Cargos: Diversos
Escaridade: Nível superior e médio/técnico
Inscrições: Até 16/3
www.quadrix.org.br/

Empaer

Cargo: Agente técnico e agente administrativo
Escaridade: Nível Superior e Médio
Inscrições: Até 10/3
www.institutoaocp.org.br/

Engenprom

Cargo: Analista de projetos navais
Escaridade: Nível Superior
Inscrições: Até 23/2
<http://concursos.biorio.org.br/>

Fundação Oswaldo Cruz - Fiocruz

Cargos: Técnico, analista, especialista, pesquisador e tecnologista em saúde pública
Escaridade: Nível superior, médio/técnico
Inscrições: Até 24/2
www.domcintra.org.br/concursos.htm

Marinha do Brasil

Cargos: Fuzileiros Navais
Escaridade: Ensino Fundamental
Inscrições: Até 27/2
www.mar.mil.br/cqcfm

Ministério da Agricultura

Cargos: Fiscal Federal
Agropecuário, Atividades Técnicas de Fiscalização e carreiras do Plano Geral de Cargos do Poder Executivo
Escaridade: Nível Superior e médio/técnico
Inscrições: Até 6/3
www.consulplan.net/home.aspx

Ministério da Educação

Cargo: Analista e Especialista
Escaridade: Nível Superior
Inscrições: Até 5/3
www.cespe.unb.br/concursos/

Polícia Civil SP

• Cargo: Delegado
Escaridade: Nível Superior
Inscrições: Até 24/2

• Cargo: Técnico de laboratório
Escaridade: Nível Médio
Inscrições: Até 28/3
www.vunesp.com.br

Secretaria de Estado da Educação - SP

Cargo: Analista de Tecnologia
Escaridade: Nível superior
Inscrições: Até 10/3
www.vunesp.com.br

Tribunal de Justiça - SP

Cargo: Outorga de Delegações - Titulares de cartórios de notas e de registro
Escaridade: Nível Superior
Inscrições: Até 7/3
www.vunesp.com.br

Tribunal de Justiça - MG

Cargo: Juiz de Direito Substituto
Escaridade: Nível Superior
Inscrições: Até 26/2
www.gestaodeconcursos.com.br

Tribunal de Justiça - RJ

Cargo: Juiz Leigo
Escaridade: Nível Superior
Inscrições: Até 28/2
www.vunesp.com.br

Universidade Federal - MS

Cargo: Técnico Administrativo em Educação
Escaridade: Nível Superior, Médio/técnico e fundamental
Inscrições: Até 27/2
www.copeve.ufms.br

Universidade Federal de São Paulo

Cargos: Diversos
Escaridade: Ensino superior, médio e fundamental
Inscrições: Até 26/2
www.vunesp.com.br

Centro de Serviços Autônomos
Precisa de pedreiro, eletricitista, encanador?
Ligue
3923-8666

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



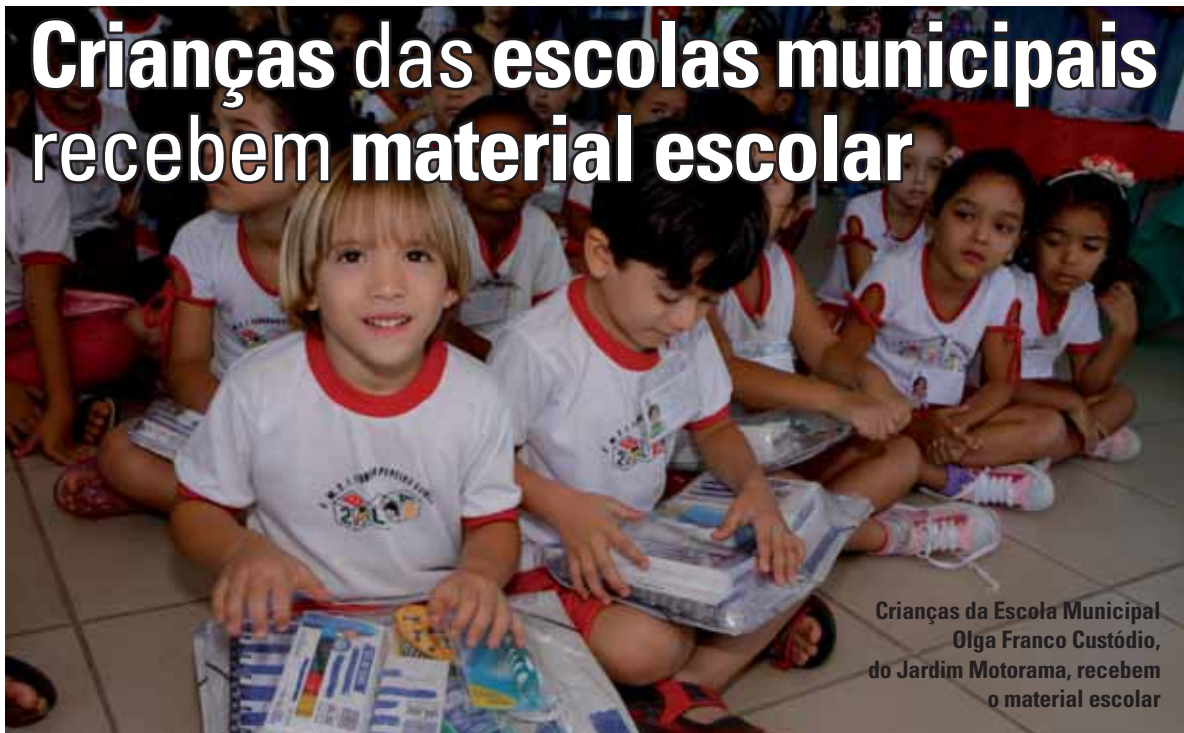
Evite o desperdício de água.

Você economiza e preserva a natureza.

16 a 22 de
fevereiro 2014

3

Crianças das escolas municipais recebem material escolar



Crianças da Escola Municipal Olga Franco Custódio, do Jardim Motorama, recebem o material escolar

Pela primeira vez na cidade, os alunos das escolas municipais de São José dos Campos estão recebendo gratuitamente o material que vão utilizar durante o ano letivo. A entrega foi iniciada na semana passada pela Prefeitura.

Para muitos pais, a iniciativa também significa um alívio no orçamento doméstico.

São beneficiados cerca de
60 mil alunos

da educação infantil, do ensino fundamental e da Educação de Jovens e Adultos.

A cidade tem 149 escolas (101 de educação infantil e 48 de ensino fundamental).

“Achei muito legal essa iniciativa, porque muitos não têm condições de comprar, e assim todas as crianças podem ter o mesmo material”

Marli Gobi | mãe de Stefani Cruz, 6 anos, aluna da Escola Municipal Professora Palmyra Sant'anna, na Vila Industrial

Anvisa suspende propaganda de produto

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) determinou, dia 4, a suspensão de todas as propagandas do produto para clareamento dental White Smile veiculadas pelo site www.whitesmilebrasil.com.br.

O produto não tem registro na ANVISA e medida é válida para as demais peças publicitárias do produto em qualquer meio de comunicação do país.

Procon notifica Hotel Urbano

O Procon-SP notificou oficialmente a empresa Hotel Urbano para prestar esclarecimentos sobre os filmes publicitários da campanha "Vida de Turistão".

A empresa terá que suspender veicular imediatamente a campanha, que supostamente pratica discriminação aos turistas que viajam em excursões e que, nas peças, são comparados de maneira depreciativa com morsas e pinguins, além de serem denominados como grupo de "turistopéias".

A Receita é Sua MACARRÃO DE VERÃO

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

INGREDIENTES

sal grosso e pimenta, 1 quilo de macarrão, 50g de presunto em fatias finas, corte em tiras, 1 cebola pequena picada, 1/4 xícara de vinagre, 1 colher de chá de mostarda, 1/2 xícara de azeite extra-virgem, 1 tomate médio, picado, 1/2 xícara de queijo de cabra desintegrado, 1/4 xícara de azeitonas descaçoadas, 2 colheres de sopa de alcaparras e 1/4 xícara de salsa fresca picada.

MODO DE PREPARO

- Cozinhe o macarrão em uma panela grande de água fervente com sal até ficar al dente. Em uma frigideira pequena, cozinhe o presunto de parma em fogo médio até fritar; descarte a gordura.
- Em uma tigela grande, misture a cebola cortada, vinagre e mostarda. Coloque



azeite de oliva e bata em um fluxo lento e constante. Adicione o tomate, queijo, presunto, azeitonas e alcaparras. Escorra a massa, adicione a tigela com a mistura de tomate e misture. Acrescente a salsa, tempere com sal e pimenta. Sirva em temperatura ambiente.

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

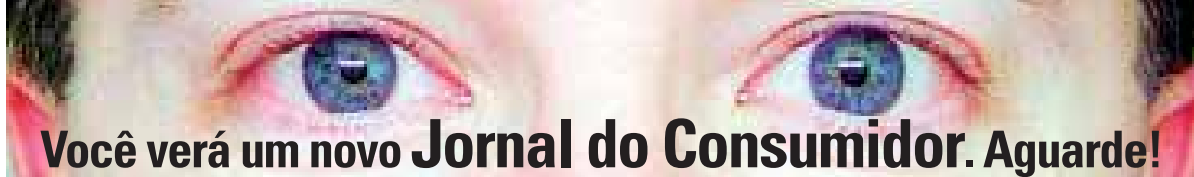
Sábado | • Esplanada (feira de produtos orgânicos) • Jardim São José • Altos de Santana • Galo Branco • Vila Industrial • Parque Industrial (Rua Pimenteiros) • Vista Verde • Jardim São Leopoldo • Santa Inês 1

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

SUA CIDADE

Dúvidas sobre poda e remoção de árvores?

Ligue 156



Você verá um novo Jornal do Consumidor. Aguarde!

SONS DO MEIO-DIA, NA HORA DO ALMOÇO

A partir de agora, toda quarta-feira, a hora do almoço é também hora de música no Espaço Mário Covas, no centro da cidade. É programa "Sons do Meio-dia", coordenado pela Fundação Cultural Cassiano Ricardo.

Com shows musicais gratuitos, o evento é uma alternativa cultural para a população em horário diferenciado.

Como não existe nenhum evento desse tipo no centro da cidade, a Fundação criou esse projeto que permitirá a quem trabalha, ou está na região central, ouvir boa música e descansar na hora do almoço.

NESTA QUARTA-FEIRA (19), é a vez da cantora Cinthia Jardim se apresentar com os músicos Marcelo Mariano, Celso Guimarães e Ricardo Costa, no show "Beba o Novo!".



Espaço Mário Covas

Prça Afonso Pena 29, Centro

3921-7587

Música no Parque movimenta Vicentina Aranha

As manhãs de domingo no Parque Vicentina Aranha estão ainda mais atrativas durante esse período de verão.

Ali, a partir das 11h, é realizada a programação gratuita do projeto Música no Parque.

A programação ocorre no Quiosque São João e é uma parceria entre a Prefeitura e a Fundação Cultural Cassiano Ricardo (Fccr).

PROGRAMAÇÃO

- **Dia 16** | Show de lançamento do livro e CD "Eu tenho o meu sonho Quiosque São João"
- **Dia 23** | Samba de raiz com Glaucete Quiosque São João

Parque Vicentina Aranha

Rua Prudente M. Moraes 302, Vila Adyana

3911-7090

AGENDA

▶ CINEMA E VÍDEO

A Mulher de Preto

Dia 22, às 20h, no Parque Vicentina Aranha. Após a exibição da Sessão Sábado Suspense, haverá visita monitora noturna no Pavilhão Central. A partir das 19h serão distribuídos 60 convites para a visita.

▶ ESPORTE E LAZER

Projeto Verão

Sábados e domingos, das 9h30 às 12h e das 13h30 às 18h. Atividades gratuitas em piscinas públicas. Confira os endereços no site: www.sjc.sp.gov.br/projetoverao

Basquete feminino

Dia 22, às 18h, na ADC GM. O time joseense enfrenta o Ourinhos pela Liga de Basquete Feminino (LBF). Entrada gratuita.

▶ EXPOSIÇÃO

Eu poderia estar roubando

Até 1º/3, de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h50, e aos sábados, das 9h às 12h50, na Galeria de Arte Helena Calil. A artista joseense Magô apresenta tiras, charges e algumas telas com traços e humor característicos.

Simples e Ponto

Até 28/2, de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h, na Casa de Cultura Tim Lopes. São dez quadros com cores vivas, cheias de natureza e traçados simples da artista Andreza Soares.

▶ MÚSICA

Banda Oniricus

Dia 21, às 19h30, no Sesc. A banda, formada em 2012, apresenta releitura do afrobeat e ritmos

brasileiros em fusão com a poesia.

Cauque Bonussucesso e Trio Por um Fio

Dia 22, às 21h, no Photozofia. O cantor, compositor e sanfoneiro da região da Serra da Mantiqueira apresenta um repertório de ritmos brasileiros, xote, baião, samba de roça e guarânia, com os arranjos criativos do trio.

Emicida

Dia 22, às 20h, no Sesc. No show "O glorioso de quem nunca esteve aqui", o rapper apresenta seu primeiro álbum após duas mixtapes e dois EPs.

▶ TEATRO

Bem-Vindo, Estranho

Dia 21, às 21h; dia 22, às 18h; às 21h, e dia 23, às 19h, no Teatro Colinas. O espetáculo retrata a conturbada relação de Jaki e Elaine, mãe e filha de

classe trabalhadora, interpretadas por Regina Duarte e Mariana Loureiro.

ADC GM | Avenida General Motors 1959, Jardim Motorama. 3932-8700

Arquivo Público Municipal | Avenida Olivo Gomes 100, Santana. 3924-7300

Casa de Cultura Tim Lopes | Avenida Ouro Fino 2520, Bosque. 3917-1612

Galeria de Arte Helena Calil | Largo de São Benedito, Centro. 3921-7206

Photozofia | Largo de São Benedito 105, São Francisco Xavier. 3926-1406

Sesc | Avenida Adhemar de Barros 999, Jardim São Dimas. 3904-2000

Teatro Colinas | Avenida São João 2200, Jardim das Colinas. 3924-4200

ENDEREÇOS

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 | consumidor@sjc.sp.gov.br

• **Assessor de Planejamento de Comunicação:** José Roberto Fernandes da Silva • **Diretora de Comunicação:** Deborah Costa • **Chefe da Divisão de Imprensa:** Eustáquio de Freitas • **Editor:** Antonio Bibiano dos Santos • **Textos:** Ana Baltazar, Antonio Bibiano dos Santos, Ana Cláudia Mattos, Marrey Júnior • **Produtor gráfico:** Carlos Eduardo Torres • **Fotos:** Antonio Basilio, Charles de Moura, Claudio Capucho, Tião Martins • **Consultoria:** Procon • **Impressão:** Gráfica Municipal • **Tiragem:** 45 mil exemplares