



Prefeitura de
SÃO JOSÉ DOS CAMPOS
Trabalho que toca a cidade

NOV | ANO 22 | Nº 949 | 2014

D	S	T	Q	Q	S	S
9	10	11	12	13	14	15



Mês da
Consciência Negra página 4

JORNAL DO CONSUMIDOR



Desligue Standby e economize

Pode parecer pouco, mas deixar **aparelhos eletro-eletrônicos desligados** ajuda o **país a economizar energia** e também é **bom para o bolso**

Deixar microondas ligado na tomada pode gastar, por ano, quatro vezes mais energia do que quando usado na potência máxima por 20 minutos cada dia.

Esse foi um dos resultados dos testes realizados pela Fundação Proteste. A pesquisa foi referente ao consumo anual de mais de cem aparelhos.

Também foi calculado quanto o proprietário economizaria se tivesse guardado o dinheiro em uma conta de poupança, por um ano.

Os testes revelaram que os eletrodomésticos no modo stand-by - na tomada ou com a luz vermelha acesa, esperando o acionamento por controle remoto -, gera mais despesa na conta de luz. Além de impactar o planeta.

DESLIGADO MAS GASTANDO ↘



Ar-condicionado split: ao usar seu split (liga e desliga automaticamente) por uma hora, todo dia (ou uma noite por semana), o modelo mais econômico gastará R\$ 1,35 a menos do que o ar que mais consome. Só de deixá-lo em stand-by a economia pode ser de quase R\$ 8 a mais ao ano.



Som: gasto maior em stand-by do que por uma hora ao dia. Semelhante ao microondas, o som portátil também consome mais em stand-by - 20% a mais do que quando usado uma hora por dia, no volume baixo, no ano inteiro. Por isso, lembre-se de tirá-lo também da tomada quando não estiver em uso ou verifique que esteja desligado.



TV: R\$ 12 de economia anual se desligada da tomada. Embora não seja fácil abrir mão de deixar a TV em stand-by, já que é um aparelho bastante utilizado, mantê-la desconectada ou desligada rende uma economia considerável de R\$ 12 ao ano, levando em conta que seria usada por quatro horas ao dia e, no tempo restante, ficaria em stand-by.

DESCONECTE E ECONOMIZE ATÉ R\$ 21 POR ANO ↘

Somando esses gastos desnecessários em stand-by dos aparelhos avaliados, pode-se poupar um total de até R\$ 21.

Por isso, sempre que possível, deixe eletrodomésticos fora da tomada ou desligue-os e adote medidas conscientes como:

- ▶ trocar lâmpadas comuns pelas de LED ou fluorescentes
- ▶ manter a temperatura da geladeira menos alta em dias menos quentes
- ▶ comprar eletrodomésticos com o selo de eficiência Procel.
- ▶ desligar o aparelhos da tomada também evita riscos de danos elétricos.

Seu bolso e nosso planeta só têm a agradecer.

Fundação Proteste



www.proteste.org.br

Fique ligado! Vacinação contra Pólio e Sarampo, de 8 a 28/11, nas UBSs.



Precisa de crédito para empreender?



BANCO DO EMPREENDEDOR JOSEENSE
3923-4363 | www.bejcredito.com.br



Prefeitura abre concurso para médicos

A Prefeitura de São José dos Campos abriu concurso público para a contratação de 34 médicos, de 20 especialidades, para a rede municipal de saúde.

às 18h do dia 8 de janeiro de 2015. Os interessados devem se inscrever exclusivamente pela internet no site A taxa é de R\$ 65.

Entre as especialidades estão cardiologista adulto e infantil, cirurgião vascular, clínico geral, endocrinologista,

gastroenterologista, ginecologia e obstetria, infectologista, neurologista, nefrologista, otorrinolaringologista, pediatra emergencista, psiquiatra, urologista e emergencista adulto.

A previsão é que as provas sejam aplicadas em 1º de fevereiro. O prazo de inscrições se encerra



www.institutomais.org.br
www.sjc.sp.gov.br

CONHEÇA A



- Vagas de emprego (PAT)
- Qualificação profissional
- Carteira de trabalho
- Seguro desemprego
- Apoio à mão de obra autônoma

Praça Afonso Pena, 175 Centro
3923-5770

OPORTUNIDADES

▶ CONCURSOS

Salva-vida

O Corpo de Bombeiros abriu concurso para preencher 800 vagas de guarda-vidas por tempo determinado para atuar durante as operações Verão e Praia Segura. O salário é de R\$ 1.2 mil, mais benefícios. As inscrições vão até 13 de novembro. http://www.corpodebombeiros.sp.gov.br/inscricao_gvtd/form_tbl_atribuicoes/form_tbl_atribuicoes.php

▶ CURSOS

Cosméticos

Dia 22/11, às 9h30, sabonetes básico e esfôntante, líquido, sais de banho etc. Informações com Vânia, 3913-6848/3206-7741.

Sesi – 3919-2000

- ▶ Peças utilitárias e decorativas para o Natal – dias 12 e 19 de novembro, das 13h às 15h40
- ▶ Bolos decorados (de andar) – dias, 18 e 25 de novembro, das 14h às 17h20
- ▶ Especial de Natal panetones (mod. 1) – dia 13/11, das 14h30 às 19h30
- ▶ Ceia de Natal – Dias 17 e 24 de novembro, das 13h às 16h20 e dias 20, 21 e 27, das 8h às 11h20.
- ▶ Embalagem (caixas para presente) – dia 13/11, das 13h às 17h

Sesc – 3904-2000

- ▶ Oficinas de artes com tintas e tecidos – dias 11, 12, 18, 19, 25 e 26 de novembro (terças e quartas), às 14h. Criação de diversas estampas para compor mandalas, calendários de mesa e de parede, entre outros objetos.
- ▶ Arte em palha – dias 15, 22 e 29 (sábados), às 10h30. Objetos de decoração utilizando fibra de bananeira, taboa e palha de milho.

Centro da Juventude - 3932-8600

Dia 15/11, às 15h, oficina de automaquiagem para pele negra com Daniele da Mata. Às 16h30, oficina de Amarração de Turbante, com Michelle Fernandes. Vagas limitadas.

Cursos Técnicos Gratuitos

Administração, Automação Industrial, Eletrotécnica, Informática para Internet e Mecânica. Inscrições para o processo seletivo – 1º semestre até dia 19/11, exclusivamente no site www.ifsp.edu.br/processoseletivo

▶ PÓS-GRADUAÇÃO

UNIFESP

Até dia 21/11, Pós-Graduação em Gestão em Enfermagem oferecido, uma parceria entre a Prefeitura SJC e a Universidade Aberta do Brasil (UAB). São 30 vagas e será oferecido pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). 3904-2924 ou 3904-2939.

▶ VESTIBULAR

FACULDADE CATÓLICA

Inscrições para curso de graduação em Teologia. Até 22/11. www.faculdadecatolicasjc.edu.br | 4009-8383.

FAAP

Inscrições: até 12/11/2014. www.vestibular.fAAP.br

FEI

Inscrições: Até 28/11/2014. Site: www.fei.edu.br

CÁSPER LÍBERO

Inscrições: Até 28/11/2014. www.casperlibero.edu.br

MACKENZIE

Inscrições: Até 20/11/2014. www.mackenzie.br

BELAS ARTES

Inscrições: Até 24/11/2014. www.belasartes.br

PUC-SP

Inscrições: Até 18/11/2014. www.vestibular.pucsp.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO SENAC

Inscrições: Até 23/11/2014. www.sp.senac.br

SANTA CASA DE SÃO PAULO

Inscrições: Até 11/12/2014. www.fcmscsp.edu.br

UNIVERSIDADE IBIRAPUERA (UNIB)

Inscrições: Até 28/11/2014. www.ibirapuera.br

Dias e locais das feiras livres

Terça-feira

- Tatetuba • Praça Romão Gomes • Pq. 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 • Parque da Cidade | Noturna

Quinta-feira

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



Nota Joseense sorteia mais cem prêmios

Maristella Moreira Pereira, uma técnica de laboratório de 46 anos que mora no bairro Vista Verde, ganhou o prêmio principal de R\$ 5 mil no sorteio da Nota Joseense, realizado pela Prefeitura.

“Não esperava por isso. Vou aproveitar esse dinheiro para finalizar as obras do meu apartamento”, comemorou.

Além dessa premiação, foram sorteados mais nove prêmios de R\$ 1 mil e 90 no valor de R\$ 200. O resultado foi publicado

no Boletim do Município e contempla participantes do penúltimo sorteio da Nota Joseense deste ano, realizado no dia 30 de outubro, com as notas emitidas de 1º de agosto a 30 de setembro. Os sorteios são bimestrais e realizados pela Loteria Federal.

CASTRAMENTO E SORTEIOS



<http://ow.ly/DOFXB>

EMPRESAS PARTICIPANTES



<http://ow.ly/DOF9B>

COMO FUNCIONA?

A nota fiscal eletrônica é voltada exclusivamente para o setor de serviços e pode ser solicitada na contratação de escolas, salões de beleza, clínicas médicas, odontológicas, veterinárias e de estética, estacionamentos, oficinas automotivas, lavanderias, academias de ginástica, entre outros.

Mande o entulho para o lugar certo

Utilize gratuitamente os PEVs Pontos de Entrega Voluntária

Confira os locais
www.sjc.sp.gov.br/pev

Ligue 3945-9515

Os 10 celulares mais reclamados

O site Reclame Aqui, que recebe queixas de consumidor sobre produtos, serviços, empresas e marcas, divulgou semana passada, a lista dos 10 celulares mais reclamados no Brasil, no período de outubro de 2013 a outubro de 2014.

No total, o site registrou 28.754 queixas de consumidores.

Segundo o site, as principais queixas contras os aparelhos e lojas estão relacionadas a problemas nas telas, bateria ou atendimento ruins.



- 1º, o Moto G, da Motorola (11.757)
- 2º, Galaxy S4, da Samsung (cerca de 4.500)
- 3º, Motorola - Moto X (2.967)
- 4º Samsung - Galaxy S3 (2.226)
- 5º Apple - iPhone 5S (1.845)
- 6º Apple - iPhone 5 (1.724)
- 7º Sony - Xperia Z1 (1.275)
- 8º Samsung - Galaxy Duos (846)
- 9º LG - G2 (825)
- 10º, Samsung - Galaxy Gran Duos (821)

A Receita é Sua

SORVETE RÁPIDO DE BANANA FIT



COLABORAÇÃO:

Lucila Kawai

.....

INGREDIENTES

Sugestão de meia dúzia de bananas (qualquer tipo) e 1 iogurte desnatado

MODO DE PREPARO

Cortar as bananas em rodela e manter em um saco plástico por 2h no congelador. Retirar e bater no mixer ou no liquidificador com o iogurte, alterando a velocidade do fraco para o

forte. A receita fica com consistência de sorvete, porque tem emulsificante natural. Sugestões: polvilhar chocolate ou granola em cima ou deixar por mais tempo no congelador.

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

Sexta-feira

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

Sábado

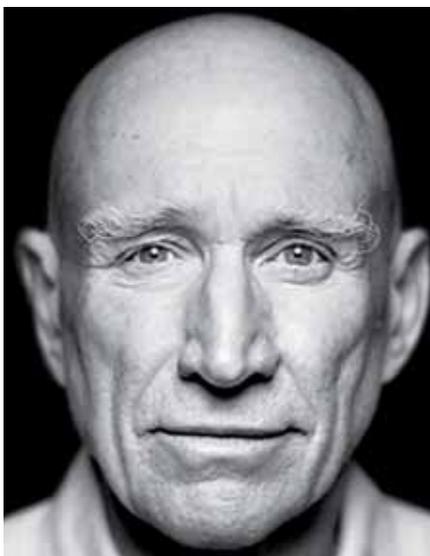
- Esplanada (feira de produtos orgânicos)
- Jardim São José • Altos de Santana • Galo Branco
- Vila Industrial • Parque Industrial (Rua Pimenteirais)
- Vista Verde • Jardim São Leopoldo • Santa Inês 1

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



Consciência Negra pelas lentes de Sebastião Salgado



O mês de novembro traz uma programação especial com várias homenagens ao Mês da Consciência Negra. A programação cultural, que se estende durante todo o mês em vários espaços culturais e locais públicos, tem como destaque a exposição Êxodos, do consagrado e premiado fotógrafo Sebastião Salgado, até o dia 15 de dezembro, no Centro da Juventude.

Com 60 fotos em preto e branco, a exposição é resultado de seis anos de trabalho de Salgado, em viagens a 40 países. As imagens contam a história das populações migrantes, pessoas refugiadas ou exiladas, a luta pela terra e retratos que refletem o olhar das crianças em uma realidade de sonhos, abordando a fragilidade do ser humano.

Mais do que nunca, sinto que a raça humana é somente uma. Há diferenças de cores, línguas, culturas e oportunidades, mas os sentimentos e reações das pessoas são semelhantes", diz Salgado, na introdução da obra.

Ao registrar alguns dos mais belos e tristes momentos da humanidade, o fotógrafo busca provocar uma reflexão sobre questões políticas e sociais do mundo.

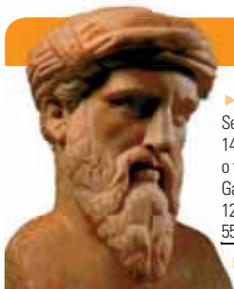
A exposição integra o Projeto Obatalá – Valorização da Cultura Negra e é realizada em parceria com a

Fundação Cultural Cassiano Ricardo (FCCR), o Sesc (Serviço Social do Comércio) e a Associação Joseense para o Fomento da Arte e da Cultura – AJFAC.

Centro da Juventude

-  Rua Aurora Pinto da Cunha 131 Jardim América
-  3932-8600 | 3924-7341
-  www.fccr.org.br

AGENDA



► **CULTURA ALTERNATIVA**
Semana da Filosofia, de 10 a 14/11, palestras gratuitas sob o tema Pitágoras, na Av. Mario Galvão 420 e Av. Andromeda 1255, sala 5. 3942-6089/3431-5545. www.nova-acropole.org.br

► **MÚSICA**
Quarteto de Cordas

Dia 16/11, às 19h, Capela Sagrado Coração de Jesus, Parque Vicentina Aranha. 3911-7090.
Orquestra Sinfônica
Dia 19/11, às 20h, no Teatro Municipal de São José dos Campos. 3924-7300.

Bola de Meia 25 anos
Temporada de apresentações

em comemoração aos 25 anos do grupo. Dia 16, às 15h, *O Vale Encantado*. Dia 22, às 15h, *Canoa Minha Canoa*. Dia 30, às 15h, *Brinca Brasil*. Sesc. 3904-2000.

► **LITERATURA**
Feira de troca de livros
Dia 22/11, a partir das 10h.

Livros e gibis para compartilhamentos e trocas, parceria Senac. Centro de Convivência, no Sesc, 3904-2000.

► **TEATRO**
Almas abaixo de zero
Dia 22/11, às 21h e dia 23/11, às 20h, Centro Cultural Clemente Gomes. A peça utiliza das lin-

guagens narrativa e realista para abordar as facetas de Tchekhov escritor, médico, dramaturgo e grande humanista. 3924-7300.

► **SHOW**
República do Blues
Show inédito dia 15/11, às 20h, no ginásio do Sesc. 3904-2000.