



Prefeitura de

**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**

Trabalho que faz a diferença

OUT | ANO 23 | Nº 989 | 2015

D	S	T	Q	Q	S	S
11	12	13	14	15	16	17



49ª Semana
**CASIANO
RICARDO**

depois desta
andanças

página 4

JORNAL DO CONSUMIDOR

ALIMENTOS ORGÂNICOS

NATURAIS E MAIS SAUVEIS, CULTIVADOS SEM AGROTÓXICOS, ESTÃO ATRAINDO CONSUMIDORES.

A grande maioria dos consumidores

já sabe que os alimentos que contêm agrotóxicos são mais nocivos à saúde. Geralmente, os agrotóxicos estão presentes em alimentos como verduras, grãos, legumes, frutas, carnes e até em ovos e industrializados. Eles são utilizados porque aceleram artificialmente a produção desses alimentos. É fundamental lavar muito bem os alimentos.

Uma opção para uma alimentação mais nutritiva e sem riscos ao organismo são os alimentos orgânicos, cultivados sem agrotóxicos e fertilizantes químicos.

Nas feiras orgânicas, muitas vezes, os consumidores compram direto dos produtores, o que significa preços mais baixos e a experiência de troca entre o consumidor e o produtor. Existem também distribuidores que entregam em domicílio.

MAIS SAÚDE

Segundo a nutricionista da Prefeitura Renata Vanz, os produtos orgânicos só trazem vantagem aos consumidores. Mesmo sendo um pouco mais caros, por terem uma produção quase que artesanal, compensam mais. Ou seja, por serem muito mais saudáveis ao ser humano e também por não oferecerem danos ao meio ambiente tanto para o solo como para a água dos rios. Ela ressalta também que os orgânicos são mais nutritivos e saborosos. "Mas é importante também que o consumidor fique atento ao rótulo de certificação de produto orgânico, que devem estar nas embalagens", disse a nutricionista.

AOS SÁBADOS

Em São José dos Campos, ocorre aos sábados, das 7 às 13 h, a única Feira de Produtos Orgânicos da cidade, na Praça Sinésio Martins, no Jardim Esplanada.

OUTUBRO ROSA! A PREVENÇÃO É A GRANDE ARMA CONTRA O CÂNCER DE MAMA.



Sebrae incentiva consumidor a comprar do pequeno

No Dia da Micro e Pequena Empresa, comemorado em dia 5 de outubro, o Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae) deu continuidade à campanha Compre do Pequeno.

A iniciativa incentiva os consumidores a comprarem produtos e serviços de pequenos negócios com o objetivo de provocar na sociedade a percepção de colaborar com a economia local e geração de emprego e renda.

Segundo o Sebrae, esse tipo de empreendimento responde por 27% do Produto Interno Bruto (PIB, soma dos bens e riquezas produzidos em um país) e por 52% do total de empregos com carteira assinada.



Os donos dos pequenos negócios chamam você pelo nome, conhecem seus hábitos de consumo. A possibilidade de trazer satisfação é maior do que o das grandes corporações.

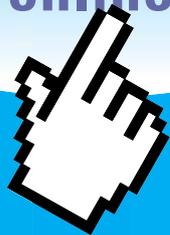
Enio Pinto | gerente de atendimento do Sebrae



www.sebraesp.com.br

www.compredopequeno.com.br

Aprenda online



Cursos gratuitos da Fundação Getúlio Vargas pela internet

OPORTUNIDADE

► **CONCURSOS**

Prefeitura Taubaté (Educação)
Até 8/11. Concurso público que visa preencher 44 vagas para o cargo de professor. www.publicconsult.com.br

Prefeitura Taubaté (diversos)
Até 15/10. Preenchimento de seis vagas em cargos de níveis médio e superior.

► **CURSOS**

Biomassa de banana
15/10, 8h às 10h30. Aprenda a fazer biomassa de banana e utilizá-las em receitas como em bolo de chocolate. SESI, 3919-2000

Receitas saudáveis para a criançada
14/10, 8h às 12h. Carne louca, barrinhas nanicas, muffin de frutas, vitamina diferente. SESI, 3919-2000

Na Medida
19/10 e 23/10, 14h. Curso visando a gestão de pessoas e equipes. Sebrae-SP, 3922-2977.

Gestão estratégica de vendas
26 e 29/10, 18h. Saiba como tornar o processo de vendas da sua empresa mais eficiente. Sebrae-SP, 3922-2977.

Restauração
Turmas para outubro. O CEDEMP oferece curso de projeto de restauração de edificações, 3931-6007

Cursos rápidos - 3033-0857
► **Excelência em atendimento**
1ª quinzena de outubro, terças e quintas-feiras, das 18h30 às 22h

► **Práticas para seleção e treinamento**
2ª quinzena de outubro, terças e quintas-feiras, das 18h30 às 22h30.
► **Administração de pessoal**
2ª quinzena de outubro, segundas, quartas e sextas-feiras, das 18h30 às 22h30.

► **OFICINAS**
Faça e Venda
prorroga inscrições para oficinas
Bolo de sino, bolo tronco, bolo taça dourada, docinhos natalinos, bolo árvore de Natal, bolo mousse com brigadeiro. Essas e outras delícias serão temas de oficinas do projeto Faça e Venda, do Fundo Social de Solidariedade, da Prefeitura. O prazo para as inscrições foi prorrogado até o preenchimento das vagas. Os inte-

ressados podem se inscrever pelos telefones 3911-8060 e 3924-7369.

► **PALESTRAS**
1º Seminário Gente que Faz na Administração Pública
15/10, 16h45. Palestra sobre gestão pública com o Governador Geraldo Alckimin e prefeitos da região. FAAP, 3925-6400.

Planejamento
13/10, 18h30. Tema: O Primeiro Passo para Começar seu Negócio. Sebrae-SP, 3922-2977.

► **VESTIBULARES**
Instituto Federal de Educação – IFSP
Até 10/11. Seleção para Cursos técnicos: Automação Industrial, Mecânica e Eletrotécnica. Aulas em SJCampus. www.ifsp.edu.br/processoseletivo

Anhembi Morumbi
Até 13/11. Vagas para o curso de Medicina. www.vunesp.com.br

Casper Líbero
Até 30/11. Jornalismo, Publicidade e Propaganda, Relações Públicas, Rádio e TV. www.casperlibero.edu.br/

ESPM

Até 6/11. Diversos cursos e vagas. www2.espm.br

ESPM-Rio
Até 4/11. Serão oferecidas 610 vagas para diversos cursos. www.espm.br/

Faculdade de Medicina de Jundiá
Até 6/11. Curso de Medicina. www.vunesp.com.br

Faculdade de Tecnologia Termomecânica
25/10. Processo seletivo irá oferecer 160 bolsas gratuitas para diversos cursos. www.consesp.com.br

Mackenzie
Até 29/11. A universidade oferece diversos cursos. www.portal.mackenzie.br

UFSC
Até 14/10. A faculdade oferece mais de 4500 vagas em diversos cursos. vestibular2016.ufsc.br/

UEMG
Até 8/11. Serão oferecidas 6.520 vagas em 110 opções de cursos. www.copeps.uemg.br

Uninove
Até 27/10. 60 vagas para Medicina. www.vunesp.com.br

Dias e locais das feiras livres

Terça-feira

- Tatetuba • Praça Romão Gomes • Pque. 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



■ No dia 18, será realizada uma caminhada, a partir das 9h, com saída do Parque Vicentina Aranha

Outubro Rosa alerta sobre prevenção ao câncer de mama

A Prefeitura de São José dos Campos, por meio da Secretaria da Saúde, iniciou a programação em comemoração ao Outubro Rosa, mês mundial de conscientização e combate ao câncer de mama.

Prédios públicos serão iluminados com a cor rosa para lembrar a data: Paço Municipal, Secretaria da Saúde, UES (Unidade de Especialidades de Saúde) e o Hospital Municipal.

Uma caminhada será realizada no dia 18 de outubro (domingo), a partir das 9h, com a concentração no Parque Vicentina Aranha. Antes, uma aula de zumba bastante animada promete fazer o aqueci-

mento dos participantes.

Para participar, basta chegar no Parque Vicentina Aranha no dia e horário marcado trajando uma camiseta rosa ou levar um quilo de alimento e trocar por uma camiseta, no local do evento.

Além das ações de conscientização, a Prefeitura também preparou ações no eixo do cuidado. Com o objetivo de intensificar a busca ativa de pacientes, a Secretaria da Saúde determinou que, neste mês, a solicitação da mamografia não fique restrita apenas ao médico. As enfermeiras da unidade também poderão solicitar o exame.

A Prefeitura segue as recomendações da Sociedade Brasileira de Mastologia, que preconiza que as mulheres façam o exame de mamografia anualmente, a partir dos 40 anos.

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

A Receita é Sua

TAPIOCA LIGHT



INGREDIENTES

2 colheres de sopa de farinha de tapioca, 1 colher de sopa de semente de chia, 2 colheres de sopa de tofu, 1 colher de sopa de mel.

MODO DE PREPARO

Misture a farinha de tapioca e a chia e coloque a mistura em uma frigideira bem quente. Deixar grudar e vire. Acrescentar o tofu, o mel e servir.

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 • Santa Inês 1

Domingo

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

49ª Semana
CASSIANO RICARDO
depois destas andanças

Com o tema “...depois destas andanças...”, a 49ª edição da Semana Cassiano Ricardo começa na próxima quarta-feira (14). A abertura será às 19h30 no Museu Municipal (Praça Afonso Pena, 29 – centro – antigo prédio da Câmara), com a entrega do troféu

Cassiano Ricardo e posse da Comissão Permanente de Estudos da Obra de Cassiano Ricardo. O encerramento será na Igreja São Benedito (Largo São Benedito) em 25 de outubro, com a apresentação da “Misa Criolla”, pelo Coro Jovem Sinfônico. A entrada é gratuita.

ATRAÇÕES DA SEMANA

- ▶ Escritor e rapper JB Magalhães,
- ▶ Festival da Árvore,
- ▶ Ditadura militar com Moacyr Pinto,
- ▶ Shows com Joca Freire e Nando Luz, entre outras atividades.

A 49ª Semana Cassiano Ricardo, que segue até o dia 25/10, vai utilizar diferentes linguagens artísticas para convergir lembranças sobre o escritor joseense. A programação foi pensada na obra “Jeremias Sem-Chorar”, lançada em 1964 pelo escritor, e vai mesclar as artes visuais, a dança, o circo, a música, entre outras plataformas.

PROGRAMAÇÃO COMPLETA

www.fccr.sp.gov.br

PROGRAMAÇÃO

- ▶ **Dia 14** | Abertura 19h30 Museu Municipal (Espaço Mário Covas)
- ▶ **Dia 16** | Literatura Cine Rap - 19h30 Casa de Cultura Tim Lopes
- ▶ **Dia 17** | Circo Literário - 9h Museu Municipal (Espaço Mário Covas)
- ▶ **Dia 18** | Festival da Árvore - 14h às 22h Anfi teatro do CEFE
- ▶ **Dia 19** | Ditadura Nunca Mais - 19h30 Museu Municipal (Espaço Mário Covas); Nuances do Brasil - 19h30 – CEDEMP
- ▶ **Dia 20** | A Flauta que me Roubaram - 19h30 - CEDEMP
- ▶ **Dia 21** | O Folclorista Chico Triste na Terra de Cassiano - 20h | Casa de Cultura Chico Triste
- ▶ **Dia 22** | Show Cassianando - 20h | Casa de Cultura Flávio Craveiro
- ▶ **Dia 23** | Ditadura Nunca Mais - 19h30 E. E. Juvenal Machado de Araújo
- ▶ **Dias 23 e 24** | Bar do Escritor Centro Cultural Clemente Gomes
- ▶ **Dia 24** | Sarau Cassiano Ricardo - 15h Parque Vicentina Aranha
- ▶ **Dia 25** | “Misa Criolla” com Coro Jovem Sinfônico - 18h Igreja São Benedito

AGENDA

- ▶ **CINEMA**
Garapa
15/10, 19h30. O filme se trata da preocupação com a fome mundial. SESC, 3904-2000.
João o Matador de Cobras
13/10, 19h. João, um homem pacato e conhecido matador de cobras de um vilarejo. Parque Vicentina Aranha, 3911 - 7090.
Que Mal eu Fiz a Deus?
18/10, 18h. Um casal tem 4 filhas. Conservadores, eles não ficam muito felizes quando três delas se casam com homens diferentes. SESC, 3904-2000.
O Jarro
13/10, 19h30. Numa desértica, um grande problema se inicia quando o jarro de água trínca. Parque Vicentina Aranha, 3911-7090.
- ▶ **CIRCO**
Playground
18/10, 16h30. A Cia. LaMala se vale da gestualidade, das técnicas acrobáticas durante sua apresentação. SESC, 3904-2000.
- ▶ **ESPORTES**
Caminhada e aula de zumba
17/10, 9h. Aula de Zumba e caminhada em comemoração ao Outubro Rosa. Parque Vicentina Aranha, 3911 - 7090.
- ▶ **EXPOSIÇÃO**
A Cor, a Linha e o Espaço
Até 23/10. Composta por desenhos, pinturas e gravuras é a primeira exposição do artista Michael Silva. Casa de Cultura Eugênia da Silva, 3907-0912.
Exposição Lili Figureira
Até 31/10. A exposição relembra as vivências de Dona Lili e suas artes. Museu do Folclore, 3924-7318.
- ▶ **LITERATURA**
3ª Feira de Troca de Livros
15 a 17/10, 9h. Pelo o terceiro ano consecutivo ocorre a feira de troca de livros. Casa de Cultura Flávio Craveiro, 3966-1136
- Filosofando Fredon ou Eutifron**
17/10, 18h. Bate-papo que tem como base o texto de Platão. Casa de Cultura Johann Gutlich, 3934-5866.
- ▶ **MÚSICA**
2º Encontro Calangueado
16/10, 19h. O mestre de acordeon Kardec Gonzaga comanda uma vivência da música Calangueada. Casa de Cultura Rancho do Tropeiro, 3905-1855.
Alessandra Leão
23/10, 19h30. A cantora e percussionista apresenta seu EP, Língua. SESC, 3904-2000.
- Banda Dareia**
20/10, 20h. A banda apresenta um show fundamentado na música popular brasileira. Centro da Juventude, 3932-8600.
- César Pope & Trio**
18/10, 10h30. Sucessos da música internacional e os clássicos da música popular brasileira. Parque Vicentina Aranha, 3911 - 7090.
- Coletividade Hip-Hop**
14/10, 19h. Encontro aberto que agrega todas as formas de artes da cultura hip-hop. Praça 1º de Maio (Novo Horizonte)
- Dayse do Banjo**
16/10, 19h30. A artista apresenta as músicas de seu primeiro disco. SESC, 3904-2000.
- Piazollando**
18/10, 19 h. Concerto Duo Sonarte, que interpretarão Astor Piazzolla. Entrada franca. Teatro Univap, 3928-9800.
- ▶ **TEATRO**
A Nau dos Desterrados
18/10, 20h. Três piratas após muito tempo perdidos e chegam “a Terra do Cabral”. Cia De 2 Praça Marte, Jardim da Granja.
Show de Palhaços Yoyo
18 e 25/10, 15h. Reprises e esquetes cômicas utilizadas nos grandes circos, com pitadas de acrobacia. Parque da Cidade.

