



Prefeitura de

**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**

Trabalho que faz a diferença

DEZ | ANO 23 | Nº 996 | 2015

D	S	T	Q	Q	S	S
6	7	8	9	10	11	12



**Natal interativo
e sustentável**
começa **dia 4** | página 4

JORNAL DO CONSUMIDOR

PLANEJE 2016

O Jornal do Consumidor já alertava em sua edição 993, a importância de aproveitar o pagamento do 13º salário para quitar dívidas. Mas, o momento é também de se organizar para 2016, principalmente para os primeiros meses do ano, quando des-

pesas inevitáveis ocorrem como de material e uniforme escolar, impostos como IPVA, IPTU, seguros diversos, entre outras. É preciso comprometimento individual e da família para que os resultados sejam obtidos.

Planejamento

Para ter certeza de seus gastos, relacione toda despesa que você tenha durante um mês. Primeiramente relacione os gastos fixos: aluguel, financiamento de imóvel, telefone, água, luz, transporte, educação, internet, gás, etc.

Em seguida, os variáveis como dívidas, supermercado, lazer, e até a padaria, etc. Some tudo e subtraia de sua renda total (individual ou familiar) e veja onde pode começar a

cortar.

MÊS A MÊS ↴

- ▶ Nunca gaste mais do que ganha! O ideal é que as despesas fixas não ultrapassem 50% do rendimento líquido e que as variáveis fiquem limitadas a 30%.
- ▶ Evite ao máximo usar o limite do cheque especial e pagar a parcela mínima do cartão de crédito. São as linhas de crédito mais caras do mercado.
- ▶ Carro é um bem de consumo, não um patrimônio. O custo mensal médio de manutenção é de 3% do valor do carro. A manutenção de um veículo de R\$ 20 mil, por exemplo, tem um custo de aproximadamente R\$ 600 mensais com gasolina, seguro, licenciamento, IPVA, manutenção... Reavalie se é realmente necessário usá-lo todos os dias para economizar combustível e manutenção.
- ▶ Faça um propósito de poupar no mínimo 10% do seu rendimento líquido e invista sempre. Não adianta guardar dinheiro num mês e depois, nunca mais.

FACILITA SÃO JOSÉ OFERECE DESCONTOS EM DÍVIDAS COM A PREFEITURA. LIGUE 156!

Precisa de crédito para empreender?



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



Sebrae promove atividades para futuro empreendedor

O Sebrae-SP promove em dezembro atividades voltadas a empresários e interessados em abrir o próprio negócio em São José dos Campos. O destaque do mês é a oficina "Transforme sua Ideia em Modelo de Negócio", dias 1º a 3.

A atividade utiliza metodologia inspirada em ferramenta de gerenciamento estratégico, que permite desenvolver e esboçar modelos de negócio novos ou existentes.

O objetivo é fazer com que o empreendedor ou futuro empresário

coloque no papel todas as ideias e analise, junto com especialistas e os colegas de turma, a viabilidade do empreendimento.

Os interessados também poderão acompanhar palestras gratuitas sobre planejamento (dias 1 e 8), "Inovação de Produtos e Tendências do Mercado de Alimentos" (dia 10) e microempreendedor individual (dias 9 e 17).

SEBRAE/SJC



www.sebrae.com.br



3922-2977

PROGRAMAÇÃO

► PALESTRAS

•1º/12 – 15h
O Primeiro Passo para Começar seu Negócio

•8/12 – 18h30
**Planejamento
O Primeiro Passo para Começar seu Negócio**

•10/12 – 15h às 18h
**Alimentos e Bebidas
Inovação de Produtos e Tendências do Mercado de Alimentos**

•17/12 – 18h30
Como se Tornar Microempreendedor Individual

► OFICINA

•1º a 3/12 – 9h às 13h
Transforme sua Ideia em Modelo de Negócios

•9/12 – 10h
Como se Tornar Microempreendedor Individual (auditório do Paço Municipal)

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

OPORTUNIDADE

► CURSOS

ANS

Até 13/12. 36 cargos de Técnico em Regulação de saúde complementar e de 66 cargos de técnico administrativo. www.funcab.org

Bombeiros (Salva vidas)

Até 1/12. 140 Vagas em São Sebastião, Ilha Bela, Caraguatatuba e Ubatuba. www.ccb.policiamilitar.sp.gov.br

Câmara de Guaratinguetá

Até 11/12. Dez vagas efetivas para profissionais de níveis médio e superior. www.vunesp.com.br

MP-SP

Até 18/12. O Ministério Público oferece 73 vagas em diversas áreas. www.vunesp.com.br

► CURSOS

Básico em Organização de eventos

Início em Janeiro. Conhecer a estrutura dos eventos, produção, coordenação, objetivos e planejar toda a logística. SENAC, 2134-9000.

Extensivo Inglês

Curso gratuito com certificado e livros específicos. Igreja Assembléia de Deus-SJC, 3921-7003.

Jardinagem

Início em Janeiro. Capacitar pessoas para formar, manter e reformar jardins e vasos. SENAC, 2134-9000.

Manipulação de alimentos

15 e 16/12, 8h. Curso com base no Manual de Boas práticas. SESI, 3919-2000.

Molhos

11/12, 8h. Preparo de diversos molhos para saladas. SESI, 3919-2000.

Panetone

3 a 4/12, 8h30. Curso para o preparo de panetone nos sabores: caseiro, 4 queijos, chocotone, entre outros. SESI, 3919-2000.

Pizza

9 e 12/12, 8h30. Festival da pizza com preparo de diversos sabores. SESI, 3919-2000.

Pães caseiros

Início em dezembro. O participante aprende a preparar massas básicas para

SENAC - 2134-9000

► Computação Gráfica

Gerenciar e desenvolver projetos

integrados de 3D, vídeo e CAD.

► Publicidade

Habilitar o aluno a desenvolver campanhas publicitárias e técnicas para incentivo de vendas.

► Nutrição e dietética

Desenvolver competências gerais da área de saúde e técnica em nutrição e dietética

► VESTIBULARES

Faculdade Católica-SJC

Até 17/12. Cursos de Teologia e Tecnólogo de Gestão de Pessoas. A prova dia 19/12. www.faculdadecatolicasjc.edu.br

Unitau

Até 4/12. A Universidade de Taubaté oferece diversas vagas e cursos. www.unitau.br

Dias e locais das feiras livres

Terça-feira

- Tatetuba • Praça Romão Gomes • Pqe. 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



NÃO DÊ ESPAÇO PARA O MOSQUITO.



Mais unidades esportivas recebem melhorias

▶ ACADEMIA AO AR LIVRE NO GAZZO

No Residencial Gazzo (zona sul), as equipes fizeram a concretagem da futura academia ao ar livre, na Rua Vanderlúcia Martins de Oliveira Maciel. Recentemente esse serviço foi realizado no Palmeiras de São José, na mesma região.

A Prefeitura entregou em novembro várias melhorias na estrutura de nove núcleos esportivos da cidade. As obras visam adequar os locais para oferecer aulas e incentivar a prática esportiva, proporcionando mais qualidade de vida à população.

A quadra poliesportiva do bairro Vista Verde (Praça Julio Yoití Shimabukuru) recebeu demarcações para a prática de futsal e vôlei, além da nova tabela de basquete. Também nesse bairro da região

leste, a academia ao ar livre teve alguns equipamentos substituídos e marcações refeitas. A pista de skate passou por melhorias, com conserto no piso e nova pintura. As áreas verdes foram recuperadas.

O campo de futebol Toca do Leão, no Alto da Ponte (norte), agora está com nova iluminação. As portas dos vestiários foram consertadas. Já na zona leste, foi feita a limpeza da área campo de futebol do Jardim Cerejeiras.

Ainda na região sul, os vidros que estavam quebrados no Centro Comunitário Morumbi foram trocados. O campo de futebol do Porto, no Campo dos Alemães, agora tem novos vestiários. No ginásio de esportes do Dom Pedro 1º, as áreas verdes foram aparadas e limpas.

UNIDADES DA SECRETARIA DE ESPORTES



www.sjc.sp.gov.br/esportes

Facilita São José oferece descontos em dívidas com a Prefeitura

A Prefeitura prossegue até o dia 21 de dezembro com o programa Facilita São José 2015, que concede descontos de até 90% nos juros e multa de mora decorrentes de dívidas como IPTU, ISS, ITBI e taxas, além de débitos inscritos em dívida ativa. Estão excluídas apenas as multas de trânsito, o ISS retido pelo tomador de serviços e as contri-

buições de melhorias. Somente têm direito ao benefício os que estão em dia com seus impostos de 2015. Os contribuintes podem obter mais informações nos seguintes locais: Departamento da Receita, no 1º subsolo do Paço Municipal (Rua José de Alencar, 123 – Vila Santa Luzia) e na regionais da Prefeitura.



www.sjc.sp.gov.br/facilitasaojose



156

A Receita é Sua

MOUSSE DE CREME DE AVELÃ COM LEITE EM PÓ



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

INGREDIENTES:

500 gramas de creme de leite fresco, 500 gramas de creme de avelã, 10 colheres de sopa de leite em pó, 300 gramas de creme de leite.

MODO DE PREPARO:

Bata 500 gramas de creme de leite fresco até formar um chantilly e acrescente o creme de avelã e bata mais um pouco e coloque a mistura em taças. Depois, coloque em um recipiente 300 gramas de creme de leite com o leite em pó e misture bem. Coloque a mistura de leite em pó sobre a mousse. Leve para geladeira por 1 hora e sirva.

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 Pimenteiras)
- 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 Itapoá) • Colonial
- Novo Horizonte • Campos de São José

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



Natal interativo e sustentável começa dia 4

A abertura do Natal 2015 em São José dos Campos será no dia 4 de dezembro, com apresentação musical e o acendimento da iluminação natalina na região central da cidade. A cerimônia será a partir das 19h30, na Praça Afonso Pena.

A iluminação de Natal preparada pela Prefeitura também terá novidades: será sustentável e interativa. Parte da energia utilizada para acender as luzes será fornecida por bicicletas, que serão instaladas no Largo da Igreja São Benedito, ao lado da praça Afonso Pena. Os moradores que passarem pelo

local poderão, com algumas pedaladas, ajudar a iluminar a igreja São Benedito e o presépio. O projeto foi desenvolvido e testado pelos alunos do Cephas (Centro de Educação Profissional Hélio Augusto de Souza).

A atividade com as bicicletas está inserida dentro dos conceitos do programa Cidade Saudável. O programa é desenvolvido pela Prefeitura e entidades parceiras e propõe uma mudança no estilo de vida, visando a prevenção de doenças com a adoção de práticas saudáveis, exercícios físicos e alimentação balanceada.

PONTOS ILUMINADOS

▶ Na praça Afonso Pena será instalada uma árvore de 20 metros de altura, em tubo metálico com ramos, folhagens e bolas feitas com garrafas pet. As árvores naturais da praça receberão outras 200 bolas e 50 sinos iluminados.

▶ Na Igreja São Benedito, a fachada será decorada com mangueira de led, ramos, folhagens e bolas em pet iluminadas. No largo do prédio também será instalado um presépio em cerâmica, com uma iluminação especial.

▶ Na Praça João Marcondes Guimarães (Praça da Matriz), as árvores serão decoradas com franjas de led e sustentarão bolas iluminadas.

▶ Na Praça Cônego Lima, as árvores também serão decoradas com franjas de lâmpadas led, que sustentarão bolas iluminadas feitas com pet na cor amarela.

▶ Na Praça João Mendes (Jardim do Sapo), o pergolado receberá franjas de led e as árvores bolas iluminadas feitas em pet na cor azul.

▶ O Calçadão da 7 de Setembro terá arcos com franjas em lâmpadas led, além de sinos e laços gigantes com mangueiras de led na cor verde.

▶ A fachada do Espaço Mário Covas receberá mangueiras de led e as colunas receberão linhas verticais iluminadas.

▶ Cem postes das avenidas Nelson D'Ávila, São José, João Guilhermino e das ruas 15 de Novembro, Francisco Berling Macedo e Rubião Júnior receberão iluminação e arranjos decorativos.

AGENDA

▶ CINEMA

Labirinto de mentiras

6/12, 18h. O jovem Johann Radmann encontra documentos de agentes envolvidos na guerra. SESC, 3904-2000.

Pra viajar

3 e 10/12. Exibições de filmes que abordam e remetem à experiência de viagens seguidas de bate-papos. SESI, 3919-2000.

Sabor da vida

5/12, 21h. A história de Sentaro e Tokue, e suas magoas antigas. SESC, 3904-2000.

▶ CIRCO

Trifásica

6/12, 16h30. Trinity nos mostra os três estados pelos quais toda mulher pode passar. SESC, 3904-2000.

▶ CULINÁRIA

Festival de food truck

07/12, 20h. Diversos food trucks com o melhor do fast-food e da comida de rua. Centro da Juventude, 3932-8600.

▶ CURSO

Danças brasileiras

Todas as quartas-feiras, 19h. Oficina de danças brasileiras das mais variadas da cultura popular brasileira. Parque Vicentina Aranha, 3911-7090.

▶ EXPOSIÇÃO

53 Anos de Carreira

Até 11/12. Artigos e objetos da vida e obra de Bob Dylan. Biblioteca Pública Hélio Pinto Ferreira, 3931-2549.

Cansei

Até 6/12. Exposição baseada nas palavras e na luta de Martin Luther King. Parque Vicentina Aranha, 3911-7090.

Cartografias Visuais

Longa duração. Mostras itinerantes de diferentes técnicas e formatos. SESI, 3919-2000.

Eu por Eles

Até 17/12. Exposição retrata a experiência dos aprendizes da oficina de Fotografia. Casa de Cultura Tim Lopes, 3917-1612.

Fauna do Aterro Sanitário de SJC

De 11 a 18/12. Fotos da variedade e a beleza das aves existentes no aterro sanitário. Casa de Cultura Johann Güttlich, 3934-5866.

IconoAfrikas

Até 23/12. Processos artísticos da estamparia africana. Oficina Cultural Altino Bondesan, 3923-4860

▶ LAZER

Caminhada da família

13/12, às 8h. Caminhada e shows de música gospel, no Parque da Cidade, com: Banda Eleve, Fernando e Fabiano, Adriana Gil e Adrielle Lopez, 99744-7149.

▶ MÚSICA

Bahule Quartet

4/12, 19h30. A fusão das referências tribais e rítmicas africanas. SESC, 3904-2000.

Pedra de Nego

5/12, 18h. a banda traz ao palco um repertório de clássicos do Samba. SESC, 3904-2000.

Tributo a Tim Maia

4/12, 21h. Leo Maia, faz uma releitura dos grandes

hits do inesquecível Tim Maia. Teatro Colinas, 3204-5236.

▶ TEATRO

5ª Noites em processo

Até 6/12. Grupos de teatro com espetáculos em fase de criação e ensaios são convidados a compartilhar com o público. CET, 3924-730

A Megera que Domou o Diabo

4/12, 20h e 5/12, 19h. Filó e Ciço encaram uma encantadora viagem ao universo da cultura nordestina. Oficina Cultural Altino Bondesan, 3923-4860

A Tempestade

13/12, 19h. Adaptação da história de William Shakespeare. Teatro SESI, 3919-2000.

Gustavo Mendes

11 a 13/12, sexta e sábado, 21h e domingo às 19h. O ator apresenta seu novo espetáculo: "Um Show com Tudo Dentro". Teatro Colinas, 3204-5236.

Uma Aventura Congelante num Conto de Natal
5 e 6/12, 16h. Conto natalino inspirado no desenho infantil Frozen. Teatro Colinas, 3204-5236.

