



Prefeitura de

**SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS**

Trabalho que faz a diferença

JUN | ANO 24 | Nº 1005 | 2016

D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26

Mexa-se!

CMAF ajuda a iniciar
prática esportiva | página 4

JORNAL DO CONSUMIDOR

ROTULAGEM DE ALIMENTOS ALERGÊNICOS

Fabricantes deverão mencionar nos rótulos se produtos contêm ingredientes prejudiciais às pessoas alérgicas.

Conforme decisão da **Anvisa**, os fabricantes de alimentos deverão fazer a rotulagem obrigatória de produtos prejudiciais às pessoas alérgicas a partir do próximo dia 3 de julho.

O principal objetivo da medida é informar de forma mais clara ao consumidor sobre a presença ou traços de alimentos que são comumente associados à alergias alimentares.

Os fabricantes pediram prorrogação do prazo de vigência dos novos rótulos.

A Anvisa negou a prorrogação, por entender que o prazo concedido era suficiente para adequação às novas normas.

A iniciativa da Anvisa foi aprovada em 2015, após uma grande mobilização popular de pais e mães que enfrentam dificuldades em identificar quais alimentos seus filhos podem ou não consumir.

No Brasil,
estima-se que de
6% a 8% das crianças
com **menos** de
6 anos de idade sofram de
algum tipo de **alergia.**

O QUE MUDA NOS RÓTULOS

► Os rótulos deverão informar claramente ao consumidor a existência de **17 (dezesete) alimentos:**

trigo (centeio, cevada, aveia e suas estirpes híbridizadas); crustáceos; ovos; peixes; amendoim; soja; leite de todos os mamíferos; amêndoa; avelã; castanha de caju; castanha do Pará; macadâmia; nozes; pecã; pistaches; pinoli; castanhas, além de látex natural.

► Com isso, os derivados desses produtos devem trazer a informação:

Alérgicos Contém:

- 1- nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares,
- 2- derivados de (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares) ou
- 3- (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares) e derivados.



Anvisa



www.anvisa.gov.br

CAMPANHA DO AGASALHO: "SEJA UM VERDADEIRO VENCEDOR, DOE!". LIGUE 3911-8060.

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

Praça Afonso Pena, 175, Centro 3923-5770

CASA DO TRABALHADOR



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



Sem inglês, nem pensar

Atualmente, com toda a globalização, já não faz sentido que cada povo conheça apenas a sua língua, pois isso limita o conhecimento e o intercâmbio com outras pessoas e culturas.

O inglês, seguido do espanhol, está entre as 10 das línguas mais faladas mundialmente. Seja a trabalho, estudos, no esporte. Para turismo, conhecer o idioma inglês já se tornou indispensável.

Fazendo um comparativo, o inglês já é tão importante quanto à própria informática para formação dos cur-

riculos. Ou seja, sem ambos os conhecimentos, as chances de se disputar um bom emprego razoável são praticamente nulas.

Na vida profissional, na maioria das atividades, o domínio do idioma inglês se tornou quase que obrigatório, ampliando de forma significativa as chances de conseguir emprego ou na própria carreira.

Manter hábitos diários de aprendizado é fundamental para dominar um idioma. Independentemente de método, escola, livro, aplicativo ou professor, é a

disciplina que determina a velocidade e consistência dos resultados.

CURSOS GRATUITOS

Para quem não dispõe de recursos para pagar um curso regular de inglês, existem várias opções de cursos a distância, gratuitos. Porém, avalie com atenção antes de assinar qualquer contrato.

FGV



www5.fgv.br/fgvonline/cursos/gratuitos

OPORTUNIDADE

▶ CONCURSOS

Espcex

Até 28/06. 440 vagas para curso de nível superior. www.espcex.ensino.eb.br

Unifesp

Até 29/06. Vagas para professor de Magistério Superior. www.unifesp.br

Prefeitura de Anhembi

Até 16/06. Vagas para todos os níveis de escolaridade. www.anhembi.sp.gov.br

Diretoria de Ensino – Sorocaba

Até 15/06. Vaga para Agente de Serviços Escolares. www.desorocaba.educacao.sp.gov.br

USP

Até 19/07. Vaga para Professor Titular da

Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto. Inscrições na Assistência Técnica Acadêmica da unidade.

▶ CURSOS

Oficina de artesanato

Inscrições até 18/06. <http://goo.gl/qrtnJ9>

Senac – 2134 – 9000

▶ Finanças pessoais

16 e 17/06. Orientações sobre planejamento de finanças pessoais, hábitos de poupança e tipos de investimento.

▶ Técnico em enfermagem

Habilita técnicos de enfermagem que possam atuar, sob a supervisão do enfermeiro, nos diferentes níveis de atenção à saúde.

▶ Expressão verbal

O curso ensina o aluno a aprimorar a performance em apresentações para pequenos ou grandes grupos.

▶ Escrituração fiscal

Capacita o aluno para escriturar documentos fiscais, por meio de práticas manuais, eletrônicas e digitais.

▶ Cardápio de inverno

Possibilita ao aluno o desenvolvimento de conhecimentos, valores e habilidades para execução de cardápios de inverno.

FAAP – 3925-6400

Jornalismo de Beleza, Publicidade Digital e Mídias Sociais, Capacitação, Treinamento e Aperfeiçoamento de

Mediadores e Conciliadores.

▶ PALESTRAS

Microempreendedor individual

15/06, 15h. Vantagens do Microempreendedor Individual (MEI). Paço Municipal, 3947-8485.

▶ VESTIBULARES

Cephas

Até 12/06. Cursos de administração, edificações, eletrônica, mecânica e química. <http://www.cephas.org.br/>

Univesp

Até 13/06. Cursos de Engenharia de Computação e Engenharia de Produção. www.nossorumo.org.br

ESPM – SP

Até 17/06. <http://goo.gl/ISN8Xc>

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 Castanheira • 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.



12.ª a 26.ª de junho

3

Cidade & Cidadania

Trânsito é liberado no viaduto Novo Kanebo após a duplicação



Os motoristas que utilizam o Viaduto Kanebo para seguir em direção à região central de São José dos Campos já contam com mais duas faixas. As novas pistas no sentido bairro que permaneceram fechadas nas últimas semanas para conclusão dos trabalhos, foram totalmente liberadas para o tráfego nesta segunda-feira (6).

Com a liberação das pistas, os motoristas começaram a usufruir das melhorias antes do prazo previsto. A entrega da obra concluída estava marcada para a segunda quinzena de junho.

Cerca de 100 mil carros utilizam todos os dias o viaduto, que faz a ligação da região sul com o centro, com a região oeste e também com a rodovia Presidente Dutra.

A PREFEITURA INVESTIU

R\$ 11,5 milhões na duplicação do viaduto no sentido centro, que além de duas novas faixas, contou com melhorias nas marginais e na Avenida Florestan Fernandes.

DESDE ABRIL DE 2014

Motoristas que trafegam no sentido bairro já contam com faixas extras, que otimizaram o trânsito no sentido zona sul. Foram investidos cerca de R\$ 10 milhões na obra, que estava parada e foi retomada pela Prefeitura em 2013.

Mande o entulho para o lugar certo.

Utilize os PEVs

Confira os locais

www.sjc.sp.gov.br/pev

Ligue 3945-9515

A Receita é Sua BOLINHO CAIPIRA DE SÃO JOSÉ

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



Em São José dos Campos é possível encontrar bolinho caipira o ano todo, mas é na época de junho e julho, mais precisamente no período das festas juninas, é que aumenta a procura pela iguaria. O quitute teria surgido no Vale do Paraíba, durante o período do Brasil Colônia, por conta da passagem dos tropeiros, que transportavam mercadorias pelas cidades da região.

INGREDIENTES:

500 g de farinha de milho; 2 colheres de sopa de farinha de mandioca; 2 tabletes de caldo de galinha; 1/4 de xícara de óleo; 1 litro de água; 1 xícara de cheiro verde; suco de 1 limão; 250g de carne moída; tempero a gosto

MODO DE PREPARO:

Ferver a água e, em seguida, diluir o caldo. Em uma vasilha grande, coloque a farinha de milho e a de mandioca, suco de limão, cheiro verde, óleo e, por último, a água fervente com o caldo. Misture a massa com uma colher de pau; depois de um tempo deve-se sovar a massa com as mãos. Tempere a carne a gosto, mas sem refogá-la, a carne deverá ser colocada crua no meio da massa. No decorrer do tempo, coloque sempre um pouquinho de água na massa, para não ressecá-la, assim o bolinho não rachará. Faça bolinhos com as mãos e recheie com a carne temperada. Depois frite em óleo bem 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 Pimenteirás)
• 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

Centro de Medidas e Avaliação Física é opção de início de prática esportiva



O Centro de Medidas de Avaliação Física (CMAF) é um programa da Prefeitura para instruir e orientar a população a iniciar e manter uma boa prática esportiva de uma maneira segura, para uma vida mais saudável. Existem três unidades do CMAF na cidade à disposição da população, gratuitamente.

O procedimento é simples. A pessoa interessada pode mandar e-mail, ligar ou mesmo ir pessoalmente para marcar uma avaliação. É recomendado que no dia o interessado compareça com roupas leves e adequadas para uma atividade esportiva. É preciso estar descansado e não estar de jejum.

As atividades se iniciam com uma aferição de pressão, e passam para o "circuito" que pode ser adaptado as necessidades de cada candidato, dependendo da estatura, idade, condicionamento e peso.

A supervisora das três Unidades do CMAF Cláudia Pedroso ressalta a importância desse serviço:

"Toda vez que uma pessoa vai iniciar exercício físico é fundamental consultar um cardiologista e depois vir pra cá para que nós apliquemos os testes e possamos recomendar o melhor exercício para aquela pessoa".

UNIDADES

► **Leste** - Estádio Martins Pereira - Rua Ana Gonçalves da Cunha, Jardim Jusara - 3923-2538 | Segunda a sexta-feira - 8h às 12h | 13h30 às 17h30

► **Norte** - Casa do Jovem Avenida Olivo Gomes, 381, Santana - 3941-6813 | Segunda a sexta-feira - 8h às 12h | 13h30 às 17h30

► **Sul** - Centro da Juventude - Rua Aurora Pinto da Cunha 131, Jardim América - 3932-8650 | Segunda a sexta-feira - 8h às 12h | 13h30 às 17h30

AGENDA

► CINEMA

Sessão Mazzaropi

22/06, 19h30. Exibição de "Um Caipira em Bariloche". Casa de Cultura Rancho do Tropeiro Ernesto Villela, Eugênio de Melo, 3905-1855.

► EVENTO

Casa de Cultura Lili Figureira

24/06, 18h. Inauguração do novo espaço cultural com exposições, histórias cantadas, banda de Santana, viola caipira e outras atividades, no bairro, Bairro Santo Onofre.

► FESTAS JUNINAS

Casas de Cultura

22/06 – 16h - Tim Lopes
25/06 – 14h - Johann Gütlich
25/06 – 17h – Flávio Craveiro
Paróquias e Comunidades da cidade também estão oferecendo festas juninas, confira a programação completa: <http://goo.gl/NxLE3m>

► LITERATURA

Ditadura Nunca Mais

28/06, 19h. Lançamento do livro que relata a época da Ditadura em São José dos Campos. Museu Municipal, 3921-7587.

Encontro na Mantiqueira

De 17 a 19/06. O festival promove a literatura em foco, e contará com apresentações musicais, exibição de filmes e debate com escritores. São Francisco Xavier.

► MÚSICA

Bella N'Jokers

25/06, 20h. Apresentação do show "Te Seguindo", da banda de indie rock. Casa de Cultura Cine Santana, 3942-1227.

Experimentação Sonora

► 24/06, 18h. Introdução ao Live Electronics e a arte de fazer patches.

► 25/06, 20h. Duo Nunzio – Porres e banda God Pussy

Raul de Sá Trio

O trio apresenta músicas autorais baseadas em diversas vertentes da música brasileira. Arena do Parque da Cidade, 3924-7300.

► TEATRO

A Nau dos Desterrados

25/06, 22h. Piratas recordam suas aventuras vividas durante invasão no Rio de Janeiro, em 1711. Centro de Estudos Teatrais, 3924-7300.

Retalhos Populares

19/06, 15h. Mergulho sensível no mundo mágico de Carmela, uma palhaça atrapalhada. Arena do Parque da Cidade, 3924-7300.

Maurício Meirelles

16 e 23/06. Show de humor "Perdendo Amigos". Teatro Colinas, 3204-5235.

Sonhos Roubados

15/06, 20h. A peça é melodrama dell'arte, que aborda histórias reais da época sanatorial de São José dos Campos.