

Prefeito Luciano conquista recursos para obras de ampliação do Centro de Saúde

A Prefeitura Municipal de Palmeira d'Oeste dará início às obras de ampliação do Centro de Saúde III, localizado no centro da cidade. O investimento é de R\$ 298.273,74, firmados por meio de um convênio assinado pela Prefeitura Municipal e o Ministério da Saúde.

A ampliação do Centro de Saúde contemplará diversas melhorias na estrutura do prédio, tendo como objetivo adequar os serviços quanto às exigências do Ministério da Saúde, promover um ambiente salubre e garantir acessibilidade aos pacientes e usuários dos serviços do SUS no município.

Durante sua administração o Prefeito Municipal Luciano Esparapani realizou diversas melhorias com a Construção do Prédio do E.S.F. Jardim Pioneiros, Reforma do Centro de Saúde e Ampliação do Prédio do E.S.F. "Morar Bem".

"Essa é uma demonstração do respeito que a atual administração tem com as pessoas, a ampliação e reforma das Unidades de Saúde representam um grande avanço no sistema de saúde do município. Investimos na atenção básica à saúde para que venhamos proporcionar uma vida mais saudável para a população melhorando a qualidade de vida". Salientou o Prefeito Luciano Esparapani.



PF deflagra terceira fase da Operação KATÁLOGO em Rio Preto/SP

Ao todo, 19 mandados judiciais estão sendo cumpridos em investigação sobre compra de votos em São José do Rio Preto/SP

A Polícia Federal de São José do Rio Preto/SP deflagrou na manhã desta sexta-feira (18) a terceira fase da Operação KATÁLOGO que investiga compra de votos nas últimas eleições para vereador no município. Os federais estão cumprindo 9 mandados de busca e apreensão e 10 de condução coer-

citiva expedidos pela Justiça Eleitoral.

Esta fase da operação policial é um desdobramento das duas primeiras fases. As investigações continuaram e novos investigados foram identificados assim como informações iniciais foram confirmadas.

De acordo com os federais, o

esquema teria beneficiado um candidato ao cargo de vereador do município de São José do Rio Preto/SP. O candidato foi reeleito e as investigações demonstraram que diversas dádivas (chuteiras, bolas, cadeira de rodas, churrascos, além de dinheiro em espécie) foram entregues aos eleitores

em troca de votos nas últimas eleições municipais.

Todos os conduzidos e as apreensões de documentos serão encaminhados até a sede da Polícia Federal em São José do Rio Preto/SP para análise e prestação de esclarecimentos no interesse da Justiça Eleitoral.

Acordo e Conferência de Clima da ONU são destaques na imprensa

A eleição de Donald Trump para presidente dos Estados Unidos no último dia 8 de novembro estremeceu o mundo e, principalmente, os ambientalistas. Trump prometeu durante sua campanha cortar incentivos às energias renováveis e abandonar o acordo climático de Paris, já ratificado por 102 países, incluindo os Estados Unidos e o Brasil. A imprensa cobriu exaustivamente o tema, uma vez que desde o dia 7 de novembro ocorre, em Marrakesh, no Marrocos, a Conferência de Clima da ONU-COP 22.

A entrada em vigor do acordo de Paris, às vésperas da COP 22, foi outro assunto que mereceu destaque na mídia no início do mês. A boa notícia, no entanto, foi acompanhada de um alerta

que o Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (Pnuma) fez um dia antes ao início de vigência do acordo: o mundo só vai alcançar a meta de 2°C se fizer um corte adicional de 25% nas emissões de gases de efeito estufa até 2030 em relação ao que já estava previsto para ser reduzido no acordo de Paris.

Aqui no Brasil, a pressão da imprensa e das organizações não-governamentais funcionou e o presidente Temer afirmou, em carta enviada ao ministro do Meio Ambiente, Sarney Filho, que vetará o artigo 20 da Medida Provisória 735 que prevê a criação de um programa de modernização para implantar novas termelétricas a carvão mineral no país entre 2023 e 2027. A deci-

são do veto, entretanto, não repercutiu muito na mídia. O incentivo ao carvão é tido como um retrocesso ener-

gético que pode colocar em risco o cumprimento das metas climáticas assumidas pelo Brasil.



ODONTOLOGIA FERRARI

CIRURGIÕES DENTISTAS

Dr. Waldecir Ferrari
CROSP 21723

DR. Anísio Martins F. Neto
CROSP 92267

DR.ª Thaís Vieri Bastom
CROSP 101543

CLÍNICA GERAL • DENTÍSTICA
ENDODONTIA • CLAREAMENTO
ODONTOPEDIATRIA • ORTODONTIA
IMPLANTE • PRÓTESE

Atendimento com hora marcada

Fone: (17) 3651-1229
Rua XV de Novembro, 44-40 - Centro,
Palmeira d'Oeste, SP



Drogaria Parati
Dedicada a você



REDE MultiDrogas
Com você, pela saúde da nossa gente

(17) **3651-1131**

Rua Brasil, nº 46-15 - Centro - Palmeira D'Oeste - SP



CASA DO LAVRADOR
Agropecuária

Telefones: (17) 3651-1547 e 3651-1186



Distribuidora de Produtos | Panificação

CarolPan

Vendas no atacado e varejo. Venha conferir!

Telefone (17) 3651-3347
Av. Inocêncio Figueiredo, nº 53-58 -
Centro - Palmeira d'Oeste



Centro de Fisioterapia e Estética
(17) 99729-0285

Dr. Valdir do Valle Júnior
Fisioterapeuta
Osteopatia - Acupuntura - Fisioterapia - R.P.G.

Dalíria S. Felício do Valle
Esteticista
Estética facial e corporal

Janaína Volpato
Nutricionista
CRN 30890
(17)99609-6703

Ludmila Damasceno Colombo
Psicóloga
CRP 06/105982
(17) 99715-5300

O QUE A IOGA FAZ POR VOCÊ?

Posturas, técnicas respiratórias, meditação ou relaxamento são as estratégias da prática que se encontra entre as dez terapias mais utilizadas em todo o mundo



Por Cristina Almeida
Em: revistavivasau.de.uol.com.br

Ao longo de sua história, o objetivo dos praticantes era materializar o significado da palavra sânscrita yuj, isto é, união com Deus, ou juntar o que está disperso. Hoje, a ioga é considerada uma terapia complementar do tipo mente/corpo e combina posturas, técnicas respiratórias, meditação ou relaxamento. A finalidade é promover equilíbrio físico, mental, psíquico e espiritual. “A Hatha Yoga é tão popular porque atende às demandas do homem moderno, cujo estilo de vida esgota o sistema nervoso, especialmente o simpático. Todos vivem em estado de agitação permanente. Não há tempo para o reequilíbrio. Essa prática é a oportunidade de juntar o esforço (esgotado ou não) e o não esforço (relaxamento e tonicidade). O resultado é o rejuvenescimento e o equilíbrio”, explica Amândio Albertino Figueiredo, presidente da Federação Portuguesa de Yoga.

COMO FUNCIONA?
Ainda não se compreende exatamente como isso é possível, mas sabe-se que a ioga proporciona controle do estresse e maior consciência física e mental. Assim como a mente influencia o corpo, acredita-se que o corpo influencia a mente. A condição primeira da ioga é permitir ao praticante conhecer seu estado de saúde. A partir daí, cada um evoluirá para a boa saúde, ou a

manterá. O ponto mais importante é o fortalecimento da imunidade. E é aqui que a ioga é rainha.

A proposta de boa saúde da ioga parte do corpo, que é estimulado por meio de exercícios de alongamento, onde se permanece numa posição de relaxamento de esforço por período determinado de tempo. Alcançado o aprimoramento físico, inicia-se o trabalho respiratório, mais importante via de ligação com as emoções. É assim que o Hatha Yoga entende ser possível atingir um estado calmo da mente: interferência na postura, tônus muscular e padrão respiratório. O próximo passo é a meditação.

OS CIENTISTAS GARANTEM
A prática regular aumenta a sensação de bem-estar, combate o estresse, reduz a pressão arterial e sanguínea, melhora a capacidade respiratória, relaxa músculos, auxilia no controle da ansiedade, depressão e insônia, além de aprimorar a flexibilidade e força físicas, bem como os níveis da química cerebral e sanguínea. Se pensarmos que grande parte

das doenças possuem fundo emocional, concluiremos que o ato do relaxamento pode ser altamente benéfico para a saúde em geral.

(A ioga pode levar a um determinado estado mental que todos podem atingir. “A tradição fala dessa capacidade meditativa como condição natural de atenção plena, que se resume em se manter onde se está, focando a mente naquilo que se faz. O mais curioso é que a Hatha Yoga entende que isso é possível por meio do trabalho corporal”, diz Marcos Rojo Rodrigues, professor de ioga da Universidade de São Paulo - USP)

5 MOTIVOS PARA PRATICAR IOGA
1. Existem várias escolas que combinam os seguintes princípios: yama (comportamento moral), niyama (hábitos saudáveis), asana (posturas físicas), pranayama (exercícios respiratórios), pratyahara (sensação de desligamento), dharana (concentração), dhyana (contemplação) e samadhi (consciência elevada). Você pode experimentar até encontrar aque-

la que ofereça bem-estar.
2. Segundo dados do Instituto Nacional de Saúde americano (NIH), mais de 13 milhões de pessoas praticaram ioga em 2006. No período entre 2002 e 2007, a busca por ela teve um aumento de 1%, inclusive entre as crianças, que somam 1,5 milhão de praticantes.

3. Qualquer pessoa pode fazer ioga, e quanto mais cedo começar, melhor. Mas há um pré-requisito para o qual os especialistas chamam a atenção: disciplina. Mesmo que não seja possível fazê-lo por uma hora diariamente, dedicar-se a ela por 15 minutos todos os dias é melhor do que 1 hora duas vezes por semana.

4. De acordo com o empenho do praticante, os primeiros resultados se observam no corpo: diminuição de dores nas costas; melhora da postura; melhora do sono; menor irritação e tolerância.

5. Postura, relaxamento e um estado meditativo são fatores que não possuem contraindicações na prática segura da ioga.

Cartórios com VOCÊ

Serviços jurídicos e tecnológicos de qualidade a serviço do cidadão



Por: Arthur Del Guercio Neto. Tabela de Notas e Protestos de Itaquá (SP).

Reconhecimento de Firma

Quantas vezes não ouvimos alguém dizer: “Vai lá no cartório e reconhece firma, é melhor assim!” Mas afinal de contas, o que é um reconhecimento de firma?

Reconhecimento de firma é o ato mediante o qual o Tabelião atesta, com fé-pública, que um dado documento foi efetivamente assinado por aquela pessoa que o subscrive.

Dois são os tipos de reconhecimento de firma: por semelhança e por autenticidade. O reconhecimento de firma por semelhança se divide em com ou sem valor econômico, dependendo do conteúdo do documento.

O reconhecimento de firma por semelhança é aquele em que o cartório atribui certa assinatura a uma pessoa, confrontando o padrão de assinatura do documento, com aquele já existente no cartório, em ficha-padrão. Aliás, qualquer pessoa, atendidos os requisitos legais, poder ter uma ficha-padrão de assinatura, sem custo, bastando se dirigir ao cartório desejado, portando documento de identidade válido e em condições de uso.

Confrontando a assinatura, é reconhecida

a firma, com ou sem valor econômico. Exemplos tradicionais de documento sem valor econômico são a autorização de viagem de menores e a declaração de residência; por sua vez, de documento com valor econômico, um contrato de aluguel de bem imóvel e um contrato de compromisso de venda e compra.

O reconhecimento de firma por autenticidade é aquele em que o signatário do documento deve se dirigir pessoalmente ao cartório e assinar um termo em livro próprio. O citado reconhecimento de firma é previsto como obrigatório em lei para certos casos, por exemplo, no documento de transferência de veículos automotores. No entanto, mesmo naqueles casos não obrigatórios, é recomendável o reconhecimento por autenticidade, pela maior segurança que confere ao ato, em decorrência da presença do signatário.

Reconhecer firmas nos mais diversos documentos é sinônimo de segurança jurídica, na medida em que há presunção de que o signatário do documento efetivamente é aquele que diz ser; essa medida, eu assino embaixo!

Móveis

Casabella

A SUA CASA DE MÓVEIS E ELETRODOMÉSTICOS

Fone (17) 3651-1048

AV. CARLOS GOMES, Nº 47-90 CENTRO Palmeira d'Oeste-SP

CAMAC

CANÁRIO - MATERIAIS PARA CONSTRUÇÕES

FONE: (17) 3651-1423
FONE/FAX: 3651-1339
RUA BRASIL, Nº 56-100 - CENTRO - PALMEIRA D'OESTE-SP

M.A. ELÉTRICA E HIDRÁULICA

* Aluguel Mensal de Containers

(17) 3651-3166
(17) 99733-0321 - Vivo
(17) 99199-9949 - Claro
(17) 98100-9058 - Tim

Rua XV de Novembro nº 44-56
Centro - Palmeira D'Oeste - SP

LIVRO D-09

FLS. 118

EDITAL DE PROCLAMAS Nº 2630

Matrícula:
115782 01 55 2016 6 00009 118 0002630 71

Antonio Jorge Freitas Lopes, Oficial de Registro Civil das Pessoas Naturais e de Interdições e Tutelas da Sede da Comarca de Palmeira d'Oeste-SP.

Faço saber que pretendem casar-se e apresentaram documentos exigidos pelo artigo 1.525, itens I, III e IV do Código Civil Brasileiro // **CARLOS HENRIQUE BRITO DE FRANÇA** e **KAREN CAROLINE SILVA CORTIÇA** //
Ele, natural de Palmeira d'Oeste, Estado de São Paulo, nascido aos vinte e quatro de agosto de um mil novecentos e oitenta e sete (24/08/1987), profissão ruralista, estado civil solteiro, domiciliado e residente na Avenida José Manoel Molina, nº 47-12, bairro Projeto Morar Bem, na cidade de Palmeira d'Oeste, Estado de São Paulo, filho de **LUIZ CARLOS DE FRANÇA** e de dona **MATILDE DE SOUZA BRITO**.
Ela, natural de Palmeira d'Oeste, Estado de São Paulo, nascida aos vinte e um de outubro de um mil novecentos e noventa e oito (21/10/1998), profissão do lar, estado civil solteira, domiciliada e residente na Avenida José Manoel Molina, nº 4712, bairro Projeto Morar Bem, na cidade de Palmeira d'Oeste, Estado de São Paulo, filha de **WAGNER ANTONIO CORTIÇA** e de dona **ROSANGELA RODRIGUES DA SILVA**.
Se alguém souber de algum impedimento, oponha-o na forma da lei. Edital a ser afixado nesta Serventia.

Palmeira d'Oeste - SP, 11 de novembro de 2016.

Certidão expedida em vinte e oito de novembro de dois mil e dezesseis (28/11/2016)
Processo: 192/2016
Data do Casamento: 17/12/2016

LIVRO D-09

FLS. 119

EDITAL DE PROCLAMAS Nº 2631

Matrícula:
115782 01 55 2016 6 00009 119 0002631 71

Antonio Jorge Freitas Lopes, Oficial de Registro Civil das Pessoas Naturais e de Interdições e Tutelas da Sede da Comarca de Palmeira d'Oeste-SP.

Faço saber que pretendem casar-se e apresentaram documentos exigidos pelo artigo 1.525, itens I, III e IV do Código Civil Brasileiro // **VICTOR AUGUSTO FRANCA DO PRADO** e **JULIANA PREVIAATO TEIXEIRA** //
Ele, natural de Palmeira d'Oeste, Estado de São Paulo, nascido aos três de setembro de um mil novecentos e noventa e cinco (03/09/1995), profissão estudante, estado civil solteiro, domiciliado e residente na Rua Padre Anchieta, nº 56-21, bairro COIAB Roberto Arantes Marques, na cidade de Palmeira d'Oeste, Estado de São Paulo, filho de **NELSON MARIANO DO PRADO** e de dona **MARIA APARECIDA DE FRANÇA**.
Ela, natural de Palmeira d'Oeste, Estado de São Paulo, nascida aos quatro de dezembro de um mil novecentos e noventa e cinco (04/12/1995), profissão estudante, estado civil solteira, domiciliada e residente na Avenida Dr. Francisco Felix de Mendonça, nº 55-81, bairro Centro, na cidade de Palmeira d'Oeste, Estado de São Paulo, filha de **NELSON TEIXEIRA** e de dona **ROSANGELA APARECIDA PREVIAATO TEIXEIRA**.
Se alguém souber de algum impedimento, oponha-o na forma da lei. Edital a ser afixado nesta Serventia.

Palmeira d'Oeste - SP, 12 de novembro de 2016.

Certidão expedida em vinte e oito de novembro de dois mil e dezesseis (28/11/2016)
Processo: 193/2016
Data do Casamento: 17/12/2016

Tribuna da Imprensa

EXPEDIENTE

Jornal Tribuna da Imprensa S/S Ltda
C.N.P.J. nº 13.787.972/0001-10
Insc. Municipal nº 0300.1036.1302

Diretor Presidente – Filipe Botelho Soares Dutra Fernandes
Vice Presidente – Marília Botelho Soares Dutra Fernandes
Editor / Redator – José Antonio Fernandes
Colunista: Tenente Dirceu Cardoso

Redação: Rua Rio Branco, nº 49-16 – Centro
Fone (17) 3651-1293 / 3651-1379 - Palmeira d'Oeste/SP
CEP 15.720-000 - E-Mail: tribunadacomarca@yahoo.com.br

Diagramação e Impressão:
Gráfica e Editora Total Graph - JALES-SP - Fone (17) 3632-6889
MSN e E-mail: folharegional@nelfinet.com.br

Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores, não refletindo necessariamente a opinião deste jornal.

ESCRITÓRIO ORIENTADOR

Fone: 17 3651-1132

Av. Carlos Gomes, nº 49-75 - Centro
PALMEIRA D'OESTE-SP

CONTADORES LUIZ OSMAR MIGLIORANÇA
RESPONSÁVEIS: LUIZ FERNANDO MIGLIORANÇA

Dinheiro público

É DA SUA CONTA.

ACESSO :

www.cmpalmeiradoeste.sp.gov.br

Trump e as regras de governo

A eleição de Donald Trump surpreende o mundo e provoca reação no mercado de capitais, o mais sensível dos termômetros de acontecimentos político-sociais ao redor do mundo. O irreverente homem de negócios chega à presidência contra a vontade de expressiva parcela do seu próprio partido, mas com os votos dos trabalhadores que se sentem prejudicados com a globalização. Seu primeiro discurso de eleito é conciliador, o oposto da trelouca pregação de campanha, onde prometeu fazer um muro na divisa com o México para conter imigrantes, criticou os latinos, inclusive os brasileiros, e ameaçou expulsar os muçulmanos do território

estadunidense. Num primeiro momento, sua fala chega a lembrar a declaração do presidente brasileiro que, uma vez eleito, falou “esqueçam o que eu disse”, referindo-se ao seu passado contestador.

Pelo que se observa desde os primeiros instantes da chamada “era Trump”, o futuro presidente é alguém consciente das limitações que a liturgia do cargo impõe ao seu ocupante. Seu discurso agressivo, na verdade, foi apenas o marketing para conquistar o eleitorado descontente e, como o voto do norte-americano é facultativo, a arma para motivar o eleitor a votar. Hillary Clinton, apontada nas pesquisas como a favorita, não conseguiu convencer os

seus apoiadores a comparecerem às urnas.

Diferente dos países latino-americanos e de outras áreas “em desenvolvimento”, os EUA têm regras fixas de governança. Nem as tragédias lá registradas foram capazes de desviar o país do estabelecido na Constituição, que data de mais de 200 anos. Por mais irresponsável que possa parecer segundo as amostras deixadas por sua campanha, o novo presidente não conseguirá fazer nada além do trivial. Não será capaz de, sozinho, lançar o país em aventuras, estabelecer sistemas criminosos ou antissociais como os vistos em outros pontos do mundo (inclusive no Brasil) e dificilmente terá como cumprir os exageros

prometidos em campanha.

Na verdade, o que ocorreu na campanha foi a exclusiva aplicação do marketing agressivo para a busca dos votos. A partir do primeiro discurso do eleito, começam as desculpas porque, naquele país, a burocracia tem regras próprias e o Legislativo e o Judiciário são poderes efetivos e jamais permitirão que um trapalhão faça do Executivo seu brinquedo pessoal ou arma de instabilidade, corrupção ou xenofobia. A brincadeira – pelo que tudo indica – acabou...

Tenente Dirceu Cardoso Gonçalves - dirigente da ASPOMIL (Associação de Assist. Social dos Policiais Militares de São Paulo). aspomilpm@terra.com.br

Inscrições para participar do programa de estágios da Sabesp vão até o dia 9 de dezembro

Por meio do concurso, aberto no dia 21 de outubro, a companhia irá contratar mais de mil estagiários

As inscrições para o concurso do programa de estágios da Sabesp podem ser realizadas por meio do site da Fundação Carlos Chagas (<http://www.concursosfcc.com.br/concursos/sabes116/index.html>) até o dia 9 de dezembro, por estudantes do ensino médio regular, técnico e superior. As 1.026 vagas de estágio estão distribuídas na Região Metropolitana de São Paulo, Interior e Litoral.

O objetivo do programa é contribuir com a formação dos estagiários, oferecendo aprendizado prático em uma das maiores companhias de

saneamento básico do mundo. Além da troca de experiências e integração entre empregados da companhia e estagiários.

Para participar do concurso, os jovens precisam ter, no mínimo, 16 anos e estar regularmente matriculados em uma instituição de ensino público ou privado em 2017,

de acordo com as regras do edital. A prova objetiva está prevista para acontecer no dia 5 de fevereiro do ano que vem e o contrato de estágio poderá ter duração de até dois anos, prevendo uma carga horária de 6 horas diárias e 30 horas semanais, além de bolsa auxílio de acordo com o nível de formação. Os selecionados

também contarão com outros benefícios como Vale Refeição, Vale Transporte, Assistência Médica, Férias (recesso escolar) e Seguro Contra Acidentes Pessoais. O programa de estágios é oferecido pela Sabesp desde sua fundação, em 1973. Já foram contratados um total de 34.400 estagiários em 43 anos.

NÍVEL DE ESCOLARIDADE	VALOR DA BOLSA AUXÍLIO
Ensino Médio Regular	R\$ 812,03
Ensino Médio Técnico	R\$ 897,50
Ensino Superior	R\$ 1.068,44

19 de Novembro: Dia Internacional do Empreendedorismo Feminino

Coach de carreiras “Top of Mind RH 2016” de São Paulo fala sobre sua trajetória no mundo dos negócios e dá dicas para as mulheres de como empreender com sucesso

Ao longo da história, homens e mulheres, desempenharam papéis sociais completamente diferentes. Hoje nas empresas, onde antes predominava o terno e gravata, agora está bem dividido com as saias e scarpins. As mulheres atualmente não são apenas donas da casa, mas também donas de pequenas e grandes empresas e países! Nos dias de hoje, os aventais foram substituídos por saias lápis e terninhos e a colher de pau, por agendas lotadíssimas. Desde 2014, a ONU implementou no dia 19 de novembro a data comemorativa internacional para celebrar essas brilhantes guerreiras.

Madalena Feliciano tem 42 anos, é mãe de 5 filhos, coach de carreiras e diretora de duas empresas, a Outliers Careers e o Instituto Profissional de Coaching. Além disso, ainda ganhou o prêmio “Top of Mind RH 2016” esse ano. “A minha história como empreendedora iniciou em um momento muito angustiante, que foi o momento do desemprego. Principalmente para nós mulheres quando temos filhos, o desemprego se torna muito mais desafiador. As em-



presas acabam optando por profissionais que não tenham filhos, tenham disponibilidade de horários e viagens. E foi por isso, que eu resolvi abrir o meu próprio negócio em 2012”, conta.

A empresária, que trabalha com foco em comportamento humano e desenvolvimento de pessoas, ajuda profissionais a encontrarem seus objetivos, através dos seus estados atuais. “Comecei em um espaço bem pequeno, ainda bastante receosa com os resultados desse empreendedorismo. Meu marido sempre acompanhou tudo bem de perto, tanto nos negócios, quanto no ambiente familiar, cuidando das crianças - médicos, reuniões de escola, festi-

nhas. E tem dado bastante certo. Nesses últimos 4 anos, eu posso dizer que eu sou uma mulher que enfrentou grandes obstáculos, desafios e venceu”, diz Madalena.

Segundo a coach, mesmo com a modernidade e todas as conquistas que as mulheres tiveram com o decorrer dos anos, ainda é um desafio empreender em um mundo majoritariamente masculino. “Diferente do que se pensa, empreendedores tem horário para entrar, mas não tem horário para sair. Principalmente entre nós, mulheres, que saímos do escritório, mas temos que bater ponto quando chegamos em casa novamente”, comenta.

“Eu acredito que uma dica para as mulheres que

vivem o que eu vivi, é ter foco e saber exatamente onde elas querem chegar. Além disso, que se cerquem de pessoas que possam auxiliá-las, porque ser uma empreendedora não é nada simples”, afirma Madalena “Uma outra dica é nunca se sentir culpada quando estiver ausente das atividades dos pequenos. Vale muito mais um bom diálogo e separar um tempo na agenda para ser exclusivamente deles, mesmo que uma vez por semana”, completa.

De acordo com a profissional, o maior desafio que a mulher encontra ao empreender, é o de desligar o “botão empreendedora” no final do dia. “Elas precisam organizar a agenda para ter esse equilíbrio: de um lado, excelentes resultados na vida profissional, mas por outro, não deixar de viver a sua vida com qualidade, seu relacionamento amoroso, a sua família e o momento só dela. Porque é frustrante trabalhar só um lado da nossa vida”, conclui.

Outliers Careers
Madalena Feliciano
Diretora Geral
(11) 2737-1724
madalena@outlierscareers.com.br

LITERATURA EM PROSA: A janela do quarto

É madrugada, quase dia. Da janela do quarto, mais que vejo, escuto os pássaros nas árvores do quintal. Seus cantos são aconchegantes. E eu enrolo-me nas cobertas mais ainda. Pouco a pouco, a paisagem vai se delineando, emoldurada pela janela.

Penso no que tenho para fazer. O dia será cheio de pequenas grandes coisas que me absorverão dentro de casa. A grande casa cheia de salas onde ando de um lado para outro, acostumando-me aos poucos com os afazeres domésticos aos quais sou tão pouco habituada. Sempre fui tão pouco dona de casa...

Um latido ao longe. No quintal, o gato mia exigindo comida. Ele é meu despertador. A espirradeira florida emana um odor agridoce que entra pela janela e embriaga. Sinto o cheiro de café sendo coado. Aos poucos, os pequenos ruídos da cidade



Marcia Botelho Soares Dutra Fernandes

fazem-se presentes. As crianças chegando à escola na esquina; os carros que funcionam primeiro vagarosa, depois furiosamente em direção aos seus destinos; os vizinhos comunicando-se alegremente. E eu preparo-me, enfim, para mais um dia na longa vida repleta de tudo e nada. Da janela do quarto meu primeiro contato com o mundo num dia de outono quase florido.

Palmeira d'Oeste ganha um novo loteamento com terrenos de 170 a 420m². Excelente localização. 20.000 mil metros quadrados de área verde, com espaço para lazer e esporte. Realize seu sonho e invista na capital regional da uva. Faça uma visita em nosso plantão de vendas e tenha a oportunidade de realizar um ótimo investimento

Será sorteado um lote de 170m² entre os primeiros 50 compradores

Fone: (17) 9974-5810
Plantão: Av. Catandura, 43,13

VENDE-SE ESTA CASA

Contém três dormitórios, sendo uma suíte, banheiro entre os quartos, sala com dos ambientes, ampla cozinha, área de serviço, duas garagens e edícula com banheiro externo. Excelente localização. Rua Rio Branco, nº 49-86 - Centro - Palmeira d'Oeste - Tratar com Zé Fernandes - Celular (17) 9 9629-2278.

Eterniza
Fotos e Filmagens

- Filmadora profissional em Full HD
- Drone (filmagem aérea)
- GoPró (filmagem em 360°)
- Telão para seu evento

- Fotos e Filmagens:-

- Aniversários
- Casamentos
- Eventos em geral

(17) 99774-9191
Direção de Leandro Romão e Viviane
Em Palmeira Doeste
Av Dr Francisco Felix de Mendonça, nº 49-15
Próximo à Prefeitura Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO FRANCISCO

LEI Nº 1461/16 – DE 11 DE NOVEMBRO DE 2016.

“Autoriza o Executivo Municipal a aplicar receita de capital derivada da alienação de bens”.

MAURICIO HONORIO DE CARVALHO, Prefeito do Município de São Francisco, Estado de São Paulo, no uso de suas atribuições legais:

Faz saber, que a Câmara Municipal de São Francisco aprovou e ele sanciona e promulga a seguinte Lei:

Artigo 1º. - De conformidade com o artigo 44 da Lei Complementar nº. 101, de 4 de maio de 2000, fica o Poder Executivo Municipal devidamente autorizado a aplicar a receita de capital derivada da alienação de bens do processo nº. 48 - Leilão nº. 01/2014, para o financiamento de despesa corrente de custeio previdenciário da parte patronal, junto ao Instituto de Previdência do Município de São Francisco - SP.

Artigo 2º - Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Prefeitura Municipal de São Francisco – SP.

Aos 11 de novembro de 2016.

MAURICIO HONORIO DE CARVALHO
Prefeito Municipal

EXTRATO DESPACHO DE CANCELAMENTO DE ITENS CONTRATUAL

ORIGEM: Pregão Presencial 15/15 – Processo 28/15
CONTRATO Nº 55/2015

CONTRATANTE: Prefeitura Municipal de São Francisco

CONTRATADO: “Oliveira Comércio Acessórios Cirur. Médicos Hospitalares e Odontológicos Eireli”

CNPJ. 07.788.770/0001-90

OBJETO: Cancelamento da aquisição do ITEM 02: “1 Laser com duas canetas (904 e 660NM)”, no valor de R\$ 1.220,00 e ITEM 23: “ Kit de rolo sólido 10 x 60 , revestido em courvin- espuma densidade 28”, no valor de R\$ 48,00, provenientes do Contrato 55/2015.

DATA DE ASSINATURA: 04 de Agosto de 2015.

MAURÍCIO HONÓRIO DE CARVALHO
Prefeito Municipal

EXTRATO DO 2º TERMO DE ADITAMENTO CONTRATUAL
ORIGEM: Tomada de Preços Nº 01/2016 - PROCESSO DE LICITAÇÃO Nº 05/2016
CONTRATO Nº 11/2016

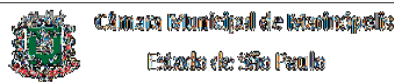
CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO FRANCISCO-SP.
CONTRATADA ; “SÓLIDA ENGENHARIA E COMÉRCIO EIRELI.”
OBJETO: Aditivo Contratual de prazo para execução dos serviços de Obras de Construção e Implementação de galerias Pluviais- Sub Bacia”b”- Trechos 08 a 11, neste município de São Francisco-SP .

VALOR: R\$ 260.000,00 (duzentos e sessenta mil reais).

DATA DE ASSINATURA: 04 de Novembro de 2016.

VIGÊNCIA: Até 06 de FEVEREIRO de 2017 (90 dias).

MAURÍCIO HONÓRIO DE CARVALHO
Prefeito Municipal



DECRETO LEGISLATIVO Nº 11/2016.

“Dispõe sobre outorga de Título de Cidadão Marinopolense ao senhor deputado estadual **ITAMAR BORGES**.”

A MESA DA CÂMARA MUNICIPAL DE MARINÓPOLIS, ESTADO DE SÃO PAULO, usando as atribuições que lhe são conferidas por lei, Faz Saber que a Câmara Municipal aprovou e Ela promulga o seguinte

Art. 1º. Fica outorgado ao Senhor **ITAMAR BORGES**, o **Título de Cidadão Marinopolense**, pelas conquistas relevantes e trabalhos prestados a toda comunidade do município de Marinópolis.

Art. 2º. A outorga da honraria a que se refere ao artigo anterior será efetuada em Sessão Solene da Câmara Municipal de Marinópolis, em dia, hora e local previamente estabelecido.

Art. 3º. Este Decreto Legislativo entra em vigor na data de sua publicação.

Art. 4º. Revogam-se as disposições em contrário.

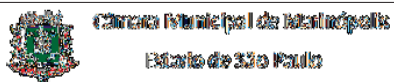
Câmara Municipal de Marinópolis, 17 de novembro de 2016.

Evaldo Ribeiro
Presidente

Registrado e publicado conforme legislação vigente, em data supra.

Angélica da Cruz Dias Freitas
Assessora Legislativa

Email: camara@cmmarinopolis.sp.gov.br – Tel. (17) 3695-1174
Rua Espírito Santo, 415 – Centro, CEP 15.730-000



DECRETO LEGISLATIVO Nº 10/2016.

“Dispõe sobre outorga de Título de Cidadão Marinopolense ao senhor deputado estadual **CARLOS EDUARDO PIGNATARI**.”

A MESA DA CÂMARA MUNICIPAL DE MARINÓPOLIS, ESTADO DE SÃO PAULO, usando as atribuições que lhe são conferidas por lei, Faz Saber que a Câmara Municipal aprovou e ela promulga o seguinte

Art. 1º. Fica outorgado ao Senhor **CARLOS EDUARDO PIGNATARI**, o **Título de Cidadão Marinopolense**, pelas conquistas relevantes e trabalhos prestados a toda comunidade do município de Marinópolis.

Art. 2º. A outorga da honraria a que se refere ao artigo anterior será efetuada em Sessão Solene da Câmara Municipal de Marinópolis, em dia, hora e local previamente estabelecido.

Art. 3º. Este Decreto Legislativo entra em vigor na data de sua publicação.

Art. 4º. Revogam-se as disposições em contrário.

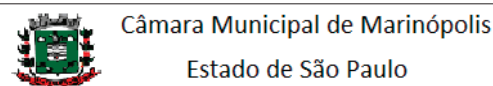
Câmara Municipal de Marinópolis, 16 de novembro de 2016.

Evaldo Ribeiro
Presidente

Registrado e publicado conforme legislação vigente, em data supra.

Angélica da Cruz Dias Freitas
Assessora Legislativa

Email: camara@cmmarinopolis.sp.gov.br – Tel. (17) 3695-1174
Rua Espírito Santo, 415 – Centro, CEP 15.730-000



EXTRATO DE CONTRATO
CONTRATO Nº 006/2016
CONTRATANTE: CÂMARA MUNICIPAL DE MARINÓPOLIS
CONTRATADO: SERGIO VENANCIO VICENTE 28162033874
OBJETO: DIGITALIZAÇÃO DO ACERVO DA CÂMARA MUNICIPAL
VALOR GLOBAL: R\$ 7.500,00
VIGÊNCIA: 03.11.16 à 02.12.16
ORIGEM : Dispensa de Licitação – art.24, II, da Lei 8.666/93



Câmara Municipal de Aparecida d'Oeste - SP
CNPJ 51.845.386/0001-73
FONE-FAX: (0xx17) 3635-1342
Rua José Thomaz, 608 – Centro – CEP 15735-000
e-mail: camara@dooeste

AUDIÊNCIA PÚBLICA

LEI ORÇAMENTÁRIA PARA O EXERCÍCIO DE 2017.

A Mesa Diretora da Câmara Municipal de Aparecida d'Oeste, SP., convida as autoridades, associações de bairros, representantes de classes e munícipes em geral, para **AUDIÊNCIA PÚBLICA**, a realizar-se no dia 28 de Novembro de 2016, segunda-feira, às 14:00 horas, no Plenário da Câmara Municipal de Aparecida d'Oeste, “**ATILIO MARQUIOLI**”, sito à rua José Thomaz, nº608, centro, na cidade de Aparecida d'Oeste, SP., em cumprimento ao disposto no parágrafo único do artigo 48 da LRF e artigo 44 da Lei Federal nº10.257-Estatuto da Cidade, para discutir com a sociedade em geral o seguinte assunto:

- Projeto de Lei nº28 de 30 de Agosto de 2016, que “**Estima a receita e fixa a despesa do Município de Aparecida d'Oeste, para o exercício de 2017**”.

Câmara Municipal de Aparecida d'Oeste, 10 de novembro de 2016.

FLORISVALDO PEREIRA DONATO
Presidente

Registrado e publicado nesta Câmara, no lugar de costume, na mesma data

NOVEMBRO
AZUL

SAIBA QUEM SÃO OS PACIENTES COM MAIOR RISCO DE DESENVOLVEREM CÂNCER DE PRÓSTATA !!

IDADE: Homens acima dos 50 – ou 45 se fizerem parte do grupo de risco – devem ir ao urologista anualmente;	HISTÓRICO FAMILIAR: se algum homem da família já teve câncer de próstata, a chance de desenvolver a doença é ainda maior;	COR DE PELE: Homens negros têm mais casos deste tipo de câncer;	OBSIDADE: Homens com sobrepeso ou obesos, além daqueles que fazem abuso de álcool e tabaco, tem mais chance de contrair a doença.

TREINART INFORMATICA



(17) 3651-1010 OU (17) 99644-4650

OS MELHORES CURSOS PARA AS MELHORES

POSTO DE SERVIÇOS D'OESTE

Combustíveis - Lavagem - Lubrificação



Rua Brasil, 44-20 - 3651-1129

CHARGE™

PMDB
PRESO



BOM, AGORA É DESCOBRIR A FACÇÃO CRIMINOSA QUE CONTROLA AQUI DENTRO E VIRAR BASE ALIADA...



NUTRIAGRO
D'OESTE

J. C. MINGATI & MINGATI LTDA.
Defensivos, Fertilizantes e Produtos Agropecuários em Geral

Tel. (17) 3651-1298 - Palmeira d'Oeste - SP

