

JORNAL CIDADE

A MELHOR DIVULGAÇÃO
PARA VOCÊ!



ANO 14 | EDIÇÃO Nº 181 | 22 DE MARÇO DE 2023
CIRCULAÇÃO: Carapicuíba, Barueri, Jandira, Itapevi,
Santana de Parnaíba, Osasco, Cajamar e Cotia

SAÚDE EM DIA ▼

Como cuidar da
saúde diariamente
pode trazer impactos
positivos? Veja!



Parabéns para Elas!
Barueri e Carapicuíba!

74
Anos

*26 de Março,
Se Celebra o
Aniversário de
Emancipação
das Cidades*

58
Anos

Barueri celebra aniversário com shows,
entrega de nova UBS e escola
modernizada à população

Com shows de Sampa Crew
e Yasmin Santos, Carapicuíba
celebra aniversário de 58 anos

BORA ANUNCIAR! NOSSA CIDADE E REGIÃO ACABA DE GANHAR

GUIA
COMERCIAL DA
CIDADE

Região Oeste de São Paulo

JORNAL
A MELHOR DIVULGAÇÃO
PARA VOCÊ!

SEU ANÚNCIO NO
MAIOR E MELHOR
PORTAL DA
INTERNET

NÃO FIQUE DE FORA!

CHAMA  **99800-2000**



Barueri celebra aniversário com entrega de nova UBS e escola modernizada à população

No próximo dia 26, um domingo, a cidade de Barueri completará 74 anos de emancipação político-administrativa. E para celebrar este mês de aniversário, a Prefeitura preparou uma programação especial com espetáculos de música, teatro e dança. Além disso, a grade terá outros eventos, como a entrega oficial da ampliada e reformada Emef Professora Ivani Maria Paes, na rua Ministro Raphael de Barros Monteiro, no Jardim dos Camargos (Bairro Boa Vista), e da nova Unidade Básica de Saúde (UBS) construída na estrada Cícero Borges de Moraes, no Bairro dos Altos.



“A Prefeitura tem feito muitas coisas boas em Barueri nos últimos anos. Neste mês tão especial, que marca o aniversário dessa pujante cidade, temos a felicidade de entregar mais duas obras maravilhosas e importantes para a nossa população: a UBS, que visa facilitar o atendimento da saúde no Bairro dos Altos e região; e a tradicional escola Professora Ivani, que

ficou bonita e espaçosa para acomodar bem nossos alunos e a comunidade escolar local”, ressaltou o secretário de Obras, Beto Piteri.

A Prefeitura de Barueri irá realizar um evento aberto a todos para oficializar a entrega da nova UBS dos Altos à cidade no sábado, dia 25, às 10h.

Nova UBS

Construída no Bairro dos Altos, a nova UBS é a 19ª da rede de saúde municipal de Barueri. Tem como objetivo aproximar o atendimento para moradores do Conjunto Habitacional Mirante dos Altos, Condomínio Nova Barueri Eco Clube, Parque Ribeiro de Lima e outros empreendimentos da região.

A unidade tem dois pavimentos com 1.431 metros quadrados de área construída em terreno de 2.847 metros quadrados, em frente à Emef Professor Eneias Raimundo da Silva e à Maternal Evelyn Mosse Barreiros. Conta com rampa de acessibilidade, escada interna, jardim, estacionamento, duas entradas para carros e uma para pedestres.

A nova UBS tem 17 consultórios médicos, sendo dois para dentistas, com atendimento em especialidades como ginecologia e obstetrícia, clínico geral, odontologia e psiquiatria, além de fraldário, salas de curativo, medicação, reidratação, observação e vacina.



Nova UBS: Construída no Bairro dos Altos, a nova UBS é a 19ª da rede de saúde municipal de Barueri

Escola totalmente reformada e ampliada no Bairro Boa Vista



No Bairro Boa Vista, a Emef Professora Ivani Maria Paes, localizada em frente à nova Praça das Artes, foi totalmente reformada e ampliada em terreno de 9.533,34 m², contendo 9.193,33 m² de área construída em três andares: primeiro pavimento inferior, piso térreo e pavimento superior do espaço.

O investimento visa a modernização, conservação, segurança e salubridade dos ambientes escolares.

Foram reformadas salas de aula, administração, pátio e acessibilidade. Os espaços receberam obras de pintura interna e externa, reparos de telhas e forros, revisão de instalações elétricas, hidráulicas e esgoto, re-

paros em pisos e revestimentos, manutenção de caixilhos e portas, implantação de sistema de ar-condicionado, dentre outras modificações.

Já a ampliação ocupa 4.000,02 m² e foi realizada em outro espaço do próprio terreno, envolvendo obras de construção e acabamentos de quadras poliesportivas e área de vivência.

Convite

Inauguração

UBS Jardim dos Altos
Dr. Luiz Fernando Nardy Vasconcellos

25

mar

A partir das 10h

Venha prestigiar a inauguração e conhecer essa nova Unidade Básica de Saúde

Estrada Dr. Cícero Borges de Moraes, 2.840, Bairro dos Altos - Barueri

SECRETARIA DE SAÚDE **BARUERI**
CIDADE INTELIGENTE E SUSTENTÁVEL

COM VOCÊ EM TODOS LUGARES!

RECEBA GRATUITAMENTE MANDE UMA ZAP PARA: (11) 9 9800-2000

SOMOS SEMANAL!

Parabéns

BARUERI

74 anos

De muito trabalho, força e compromisso.
E, com certeza, nossos parabéns às pessoas que
fazem de Barueri essa cidade maravilhosa!



**Beto
Piteri**

Vice-prefeito
Secretário de Obras

**Rubens
Furlan**

Prefeito
pela 6ª vez

SAÚDE EM DIA ▼

Como cuidar da saúde diariamente pode trazer impactos positivos? Veja!

Na busca pela integridade mental e física, é fundamental readaptar o corpo a uma rotina saudável e se concentrar, totalmente, na conquista de novos hábitos, focando sempre no bem-estar geral. Cuidar da saúde é uma atitude que deve ser tomada, diariamente, para evitar doenças e, claro, para manter uma vida mais equilibrada.

No entanto, muitas vezes, devido à rotina cada vez mais agitada, as pessoas acabam se esquecendo do cuidado que deveriam ter com a saúde. Por isso, é preciso mudar a atitude, os costumes diários e aplicar algumas dicas no dia a dia para ter uma vida mais saudável.

Se você quer cuidar mais da sua saúde, continue acompanhando o texto e confira quais são essas dicas de cuidados básicos para ter todos os dias. Aproveite e boa leitura!

Beba no mínimo 2 litros de água

Pode não ser uma novidade mas é importante reforçar! A água é indispensável para o funcionamento dos nossos órgãos, além de ajudar na hidratação do corpo. O ideal é que o consumo de água seja, no mínimo, de 2 litros por dia. Uma dica valiosa para que você possa alcançar essa meta é ter a sua garrafa de água sempre com você, seja no carro, dentro da bolsa ou na mesa do seu trabalho, pois isso vai fazer com que o consumo se torne inconsciente.

Durma bem

É muito prazeroso chegar em casa depois de um longo dia de trabalho ou de estudos e dormir muito bem, não é verdade? Contudo, é importante lembrar de que o sono não assume somente essa função revitalizante, pelo contrário, ele tem vários papéis fundamentais para o nosso organismo.

Acordar muito durante a noite — por causa da insônia ou de apneia do sono — ou dormir menos que o indicado — menos de 6 a 8 horas — acaba prejudicando o bom funcionamento do nosso corpo.

Por isso, é importante tomar algumas medidas, como:

- ir para a cama sempre no mesmo horário;
- evitar comer alimentos pesados à noite;
- não fazer atividades que causem estimulação cerebral — como uso excessivo de smartphone ou televisão e investir em travesseiros confortáveis, que ajudem você a relaxar e manter uma boa qualidade de sono.

Depois de adotar essas práticas, caso continue com dificuldades para ter um bom sono, é importante buscar ajuda com um especialista.

Faça exercícios

Você dedica um tempo do seu dia para praticar exercícios físicos? Não? Bom, então é o momento de mudar os seus hábitos e inseri-los na sua rotina. As vantagens do exercício físico são inúmeras e vão muito além da estética, pois auxiliam na prevenção de doenças, aumentam o ganho de massa muscular, liberam endorfinas — que reduzem a ansiedade, o estresse e melhoram o humor — e contribuem para uma melhor noite de sono.



O ideal é praticar, no mínimo, 30 minutos de exercício por dia, para torná-lo um hábito e manter os benefícios. Ações simples, como trocar o automóvel pela bicicleta, reduzem custos, ajudam a melhorar o meio ambiente, proporcionam bem-estar e ainda melhoram a saúde.

Cuide da alimentação

É preciso cuidar da alimentação todos os dias, tentando se alimentar bem em todas as refeições. Se isso vira uma rotina, e não uma meta absoluta, passa a ser mais fácil e muito mais simples de cumprir. Uma dica muito boa é incluir hortaliças e vegetais na alimentação, uma vez que o corpo necessita de nutrientes e de vitaminas específicas para funcionar adequadamente.

Então, insira uma porção de vegetais no almoço ou no jantar. As vagens, os brócolis, a batata, a cenoura e o espinafre são alguns dos alimentos que fazem parte desse grupo e que são bem fáceis de cozinhar. Sem contar que são alimentos que têm uma grande vantagem: nos deixam satisfeitos rapidamente.

Opte sempre pelos alimentos cozidos no forno, na grelha ou no vapor. Além disso, escolha alimentos mais saudáveis quando for comer algo que seja doce, como as frutas, o iogurte ou o chocolate amargo.

Se possível, escolha os alimentos integrais — que são alimentos que mantiveram todos os seus componentes por não passar por um processo de refinação. Assim, ele mantém também todos os seus nutrientes e dão mais saciedade.

Por fim, lembre-se de que cuidar da alimentação também significa não pular nenhuma refeição e comer sempre em quantidades corretas. Tome o café da manhã, almoce, jante e, se possível, procure fazer dois lanches saudáveis durante o dia.

Faça exames regularmente

O ponto-chave que vai ajudar você a cuidar bem da saúde é fazer um acompanhamento médico. Lembre-se de que a maior parte das doenças crônicas é assintomática, por isso, é fundamental realizar exames periodicamente. Essa prática, com certeza, vai contribuir para um diagnóstico bem específico sobre o funcionamento do seu corpo. O ideal é fazer, pelo menos, um check-up por ano. É claro que, para os portadores de doenças, é preciso reduzir essa periodicidade de acordo com a orientação do médico.

Evite açúcar

De acordo a pesquisa do International Diabetes Federation (IDF), o Brasil é o quarto país com a maior quantidade de pessoas com diabetes do mundo. Além disso, o número de diabéticos só aumenta no país e, como se sabe, uma das principais causas de diabetes e de obesidade ao nível mundial é o consumo excessivo de açúcar. Não estamos dizendo que é preciso retirar o açúcar completamente da sua dieta, mas que é preciso reduzir as quantidades.

Evite hábitos prejudiciais

Alguns hábitos prejudiciais devem ser evitados como fumar, ingerir bebidas alcoólicas em excesso. O cigarro, por exemplo, tem várias substâncias cancerígenas em sua composição. Além disso, é um produto que gera fumaça prejudicial para o sistema respiratório, causando inflamação, além de poder levar a várias doenças.

O consumo de bebidas alcoólicas é prejudicial para a saúde, pois o álcool também traz malefícios tanto ao corpo quanto à mente. Afinal, essas bebidas são causas de vários acidentes, além de poder trazer doenças crônicas como câncer de fígado e cirrose.

Para que você não se esqueça de como cuidar da saúde, vamos relembrar:

- beba no mínimo 2 litros de água;
- durma bem;
- faça exercícios;
- cuide da alimentação;
- faça exames regularmente;
- evite açúcar;
- evite hábitos prejudiciais;
- faça check-up regularmente.

Utilize um mural visual em sua casa ou no trabalho e intercale as suas atividades diárias, para ter uma rotina que ajude você a não se esquecer de nenhum cuidado básico que citamos aqui, e faça com que seu bem-estar e qualidade de vida sejam alcançados.

Não importa se você está ocupado, é preciso dedicar um tempo do seu dia para os cuidados com o corpo e a mente. A saúde é um verdadeiro tesouro que você deve apreciar e manter a salvo de doenças e de estresse. Essas dicas para cuidar da saúde vão fazer você se sentir bem melhor a cada dia.

Se você gostou dessas dicas, aproveite e compartilhe o texto nas suas redes sociais, pois, assim, os seus amigos também vão poder adicionar esses cuidados com a saúde em suas rotinas!



Fonte: <https://magscan.com.br/blog/cuidar-da-saude/>

SOMOS: SITE - DIGITAL - IMPRESSO - TV ACIDADE - REDE SOCIAL

EXPEDIENTE



O JORNAL A CIDADE é uma publicação do GRUPO IDEAL PROPAGANDA EIRELI - ME - CNPJ 07.819.400/0001-72

Diretora Executiva e Financeira: Andrea Silva Mendonça

Diretor, Editor e Jornalista responsável:

Fábio Mendonça Silveira - MTB 54.249/SP / e-mail: fabioacidade@hotmail.com

Secretária Administrativa: Leticia de Jesus Silveira

Diretor Comercial: Luiz de Moura (Paraibinha) - Carapicuíba - 97523-1207

José Moreau (Jandira Itapevi e região) 95119-2734

Administração, Redação, Publicidade e Diagramação: SEDE PRÓPRIA
Estr. Egílio Vitorello, 68 - CEP 06365-210 - Jd. Maria Beatriz - Carapicuíba - SP

e-mail: fabioacidade@hotmail.com

SOMOS DO:



ANUNCIE NO JORNAL E PORTAL - Tels.: 9 9800-2000

CIRCULAÇÃO: Carapicuíba, Barueri, Osasco, Santana de Parnaíba, Cajamar, Jandira, Itapevi, Cotia e Ibiúna

Acesse o Portal: www.jacidade.com.br



jornalacidadeoficial

Colaborador: Luiz Silva dos Santos - Jornalista - MTB - nº 88765/SP

O Jornal A Cidade não se responsabiliza por idéias, opiniões e conceitos emitidos em artigos ou matérias assinadas, que expressam apenas o pensamento dos autores, não representando necessariamente a opinião deste veículo. A publicação se reserva o direito, por motivos de espaços e clareza, a resumir cartas, artigos, releases e ensaios. Os representantes comerciais, colaboradores e colunistas, não têm vínculo empregatício com a direção do do jornal e Ideal Propaganda EIRELI - ME



“Vamos construir em Santana de Parnaíba um novo modelo educacional que será destaque em todo o Brasil”, ressalta o prefeito Marcos Tonho

Na última quarta-feira (15/03), o prefeito de Santana de Parnaíba, Marcos Tonho, por meio da Secretaria Municipal de Educação, realizou na Arena de Eventos, a Conferência Magna - Educação Modelo: Construção do Currículo Educacional de Santana de Parnaíba.

O evento reuniu profissionais da educação de diferentes áreas para o início da construção do currículo educacional do município coletivamente e impactará diretamente na formação integral dos alunos, no preparo para o exercício da cidadania e ingresso na faculdade, assim como na qualificação para o mercado de trabalho, com cursos disponibilizados pela prefeitura.

O evento contou com a participação do apresentador da rede Bandeirantes, Elvis Cezar, que relatou: "Eu dei início nesse novo modelo escolar na minha gestão, fico muito feliz de ver meu projeto em andamento, além da prefeitura atual continuar investindo em educação que é um dos principais pilares em uma gestão pública", disse.

Já o prefeito Marcos Tonho preferiu enfatizar as metas com o novo modelo para os próximos anos. "Investimos fortemente em políticas públicas voltadas à educação e hoje é um dia especial para todos nós, pois junto com os profissionais

educacionais vamos construir um novo modelo educacional que será destaque em todo o Brasil", falou.

Mesmo considerando que o trabalho pedagógico é eficiente, consolidado e referência, sendo destaque como a melhor educação do Estado de São Paulo, de acordo com a Band Cidades Excelentes (entre as cidades acima de 100 mil habitantes), agora o objetivo é estruturar e ter como base uma educação específica de Santana de Parnaíba, com novos ideais, para se tornar a melhor do país.



Prefeito Marcos Tonho participa de evento marco para novo modelo educacional em Santana de Parnaíba



Prefeito Marcos Tonho entrega Kits de material escolar para alunos do EJA em Santana de Parnaíba



Para proporcionar uma educação de qualidade, a prefeitura de Santana de Parnaíba, por meio da Secretaria da Educação, realizou na última quinta-feira, 16/03, a entrega dos kits de material escolar para os alunos da Educação de Jovens e Adultos - EJA, da rede municipal, no colégio Profº Imídeo Giuseppe Nérici.

Foram entregues mais de

300 kits somente neste colégio para os alunos que cursam essa modalidade, destinada a jovens e adultos acima de 15 anos, que não tiveram acesso e/ ou não concluíram o Ensino Fundamental (1º ao 9º ano).

“Vamos seguir investindo na educação e em todos que desejam completar sua formação escolar. Nunca é tarde para buscar um futuro melhor”, falou o



prefeito Marcos Tonho durante o seu discurso na entrega.

Nos últimos anos a gestão

de Santana de Parnaíba vem investindo cada vez mais na Educação e na capacitação dos mu-

nícipes, dando oportunidades para que eles busquem um futuro melhor.



Doutor Sato inaugura prédio do Conselho Tutelar no Centro de Jandira



A inauguração do prédio do Conselho Tutelar ressalta o atendimento dos pedidos da população sendo concretizados

O prefeito da cidade de Jandira, Henri Hajime Sato, o Doutor Sato, juntamente da Secretaria de Desenvolvimento Social, com o objetivo de tornar realidade e continuar o compromisso com a população de atender todos os munícipes jandirenses da melhor forma possível, especialmente no dia 21 de março, às 17h30, que foi inaugurado o novo prédio do Con-

selho Tutelar para se fazer cumprir os direitos das crianças e dos adolescentes.

“É extremamente necessário que o município tenha esse espaço destinado para se fazer cumprir o atendimento da população que aciona o serviço do conselho tutelar e para que todo o cidadão tenha a oportunidade de ser melhor assistido, em especial nossas crianças e adoles-



Primeira Dama, Secretaria de Desenvolvimento Social e o prefeito de Jandira Doutor Sato

centes”, enfatizou o prefeito.

O evento foi aberto para todos os munícipes, autoridades e imprensa, que prestigiaram o evento.

SERVIÇO:

Conselho Tutelar

Local: Rua Rubens Lopes da Silva, s/n - Centro - Jandira.

Doutor Sato anuncia início das obras de nova base do SAMU



O equipamento irá agregar o segmento da saúde

O Doutor Sato, por meio da Secretaria de Saúde, anunciou, nesta semana, que entregará uma nova base do SAMU (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência), tendo em vista a importância de se ter um serviço pré-hospitalar de qualidade, que visa conectar as vítimas aos recursos que elas necessitam o mais breve possível.

A nova base ficará localizada na Avenida Carmine Gragnano, ao lado do SENAI Jandira, e contará com uma infraestrutura moderna e confortável para todos os pacientes e profissionais da rede.

De acordo com o prefeito, a escolha do local foi designada para proporcionar fácil acesso a todos os munícipes, já que

encontra-se na região central da cidade.

A previsão de entrega do equipamento é de 12 meses e oferecerá atendimentos de natureza clínica, cirúrgica, traumática, obstétrica, pediátrica, psiquiátrica, entre outras. Com isso, o segmento da saúde segue em constante evolução, com outras obras também em andamento, como o Hospital e Maternidade de Jandira e o Centro de Especialidades e Diagnósticos.

“Esse é mais um resultado de um novo ciclo que irá revolucionar a saúde da nossa amada Jandira. Seguimos trabalhando incansavelmente para atender as necessidades do nosso povo e fazer com que o orgulho do cidadão jandirense seja resgatado dia após dia”, enfatizou Doutor Sato.

**- 33 ANOS -
DESDE 1990**

SERVIÇOS
CONTÁBEIS
E FISCAIS

ABERTURA
ENCERRAMENTO
ALTERAÇÕES
ATUALIZAÇÕES

www.wmtassescon.com.br contato@wmtassescon.com.br

Assescon Contabilidade

Wesley de Melo CONTADOR

Tels.: (11) 3714-0109 / 3765-0458 98400-9926

Rua Irmã Pia, 172 – Sala 14 – Jaguaré – São Paulo - SP



Com shows de Sampa Crew e Yasmin Santos, Carapicuíba celebra aniversário de 58 anos

No domingo, 26, Carapicuíba completa 58 anos de emancipação político-administrativa. E para comemorar, a Prefeitura agendou uma série de apresentações. Logo pela manhã, às 10 horas, começam as atrações para a criançada, o que inclui brinquedos infláveis e os heróis da Marvel e DC. E a partir das 14 horas, shows do Grupo Introdução, Sampa Crew e da cantora Yasmin Santos.

O evento será realizado na rua Monte Aprázível, 50 – Jardim Ana Estela, onde a Prefeitura também vai entregar mais uma unidade de saúde. É a USF Vereadora Rosa Maria Teixeira, que foi totalmente revitalizada: piso, telhado, pintura interna e externa, ar condicionado e acessibilidade.

Serviço:
Aniversário de Carapicuíba
 Domingo 26, a partir das 10 horas
 Rua Monte Aprázível, 50 – Jardim Ana Estela



Cantora Yasmin Santos



Grupo Introdução



Sampa Crew

Carapicuíba: entidades sem finalidade lucrativa no socorro das vítimas pelas enchentes

Entidades atuam onde a gestão pública não chega quando chega é muito tarde



Por Enéas Santos
 Assessor do Ver. Prof. Naldo

Foram quatro anos de ataques do Governo Federal contra as ONGs, no entanto elas continuam atuando onde a gestão pública não chega ou quando chega já é muito tarde. Na Cidade de Carapicuíba não é diferente, a população há anos vem sofrendo com enchentes e nestes últimos meses grande parte da cidade tem ficado submersa, mais de duas vezes por mês. Traçando transtorno para a Cidade e causando prejuízos a parcelada da sociedade que menos tem recurso.

É neste momento que surge as ONGs como são conhecidas, mas por lei são reconhecidas como entidades sem finalidade lucrativa e de natureza privada - Organização da Sociedade Civil de Interesse Público (OSCIP). E

aqui em Carapicuíba a Associação de Moradores Unidos e Solidários de Carapicuíba (AMUSC) vem se destacando no socorro da população, foi assim na pandemia, quando distribuiu centenas de cestas básicas, máscaras e produtos de higiene para a comunidade. “Neste ano nossa entidade já distribuiu mais de uma tonelada de alimentos para as famílias que vivem nas comunidades. Mas, neste momento o esforço tem se concentrado no socorro às vítimas das enchentes, neste final de semana atendemos mais 58 famílias com cestas básicas, roupas, sapatos, roupas de cama, fraldas, brinquedos”. Informou a Presidenta da entidade Priscila Felizardo.

Apesar do esforço a entidade não consegue alcançar todos os aqueles que necessitam de alimentos e roupas. “Conseguimos atender algumas famílias das comunidades do Areião, São Daniel, Vila Lourdes, Novo Horizonte, Jd. Veloso, Vila Maria Helena, Cohab e Ariston, precisamos de mais ajuda,

de mais contribuições como alimentos e roupas. Quem puder ajudar pode levar os donativos direto na sede da entidade Avenida Eugênia nº 1005, Centro, Carapicuíba. ou podem fazer um pix no cnpj: 21.622.234/0001-40, qualquer quantidade é bem-vinda, o sofrimento das famílias tem que ser amenizado e toda ajuda é fundamental”, concluiu a Presidenta da AMUSC Priscila Felizardo,



30.04

SAVE THE DATE

14:00H

Cavalgada

Queima do Alho

Véspera de Feriado

Parabéns Carapicuíba! 58 anos

Comitivas

Muitas Bandas

E muitas surpresas!

NIVER DO PATRAO

aguardem...

Auto Peças e Acessórios em geral

ARISTON CAR

AUTO PEÇAS E ACESSÓRIOS EM GERAL

4181-7662 / 4202-3106

ARISTON CAR

AUTO PEÇAS E ACESSÓRIOS EM GERAL

4181-7662 / 4202-3106

Tels.: 4181-7662 / 4202-3106 / 94754-9937

Av. Comendador Dante Carraro, 356 - Cidade Ariston - Carapicuíba - SP

Posso todas as coisas Naquele que me fortalece. (Filip. 4.13)

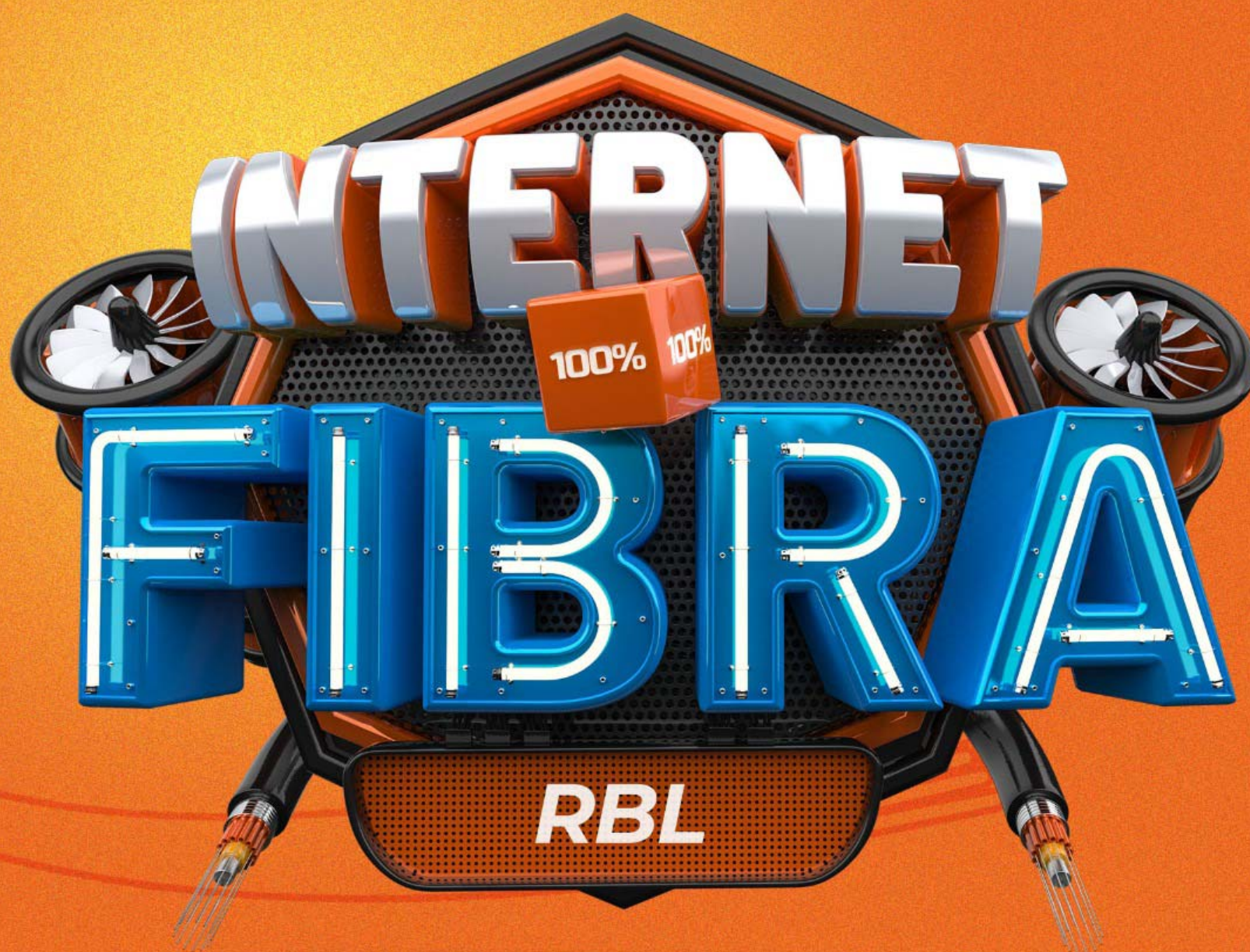
Parabéns Carapicuíba! 58 anos

11 4188-6667 / 11 4167-7252

www.graficaariana.com.br

Parabéns!

Barueri 74 anos e Carapicuíba 58 anos
Cidades Progresso que crescem diariamente
para a Felicidade de sua População,
Juntamente com a Velocidade da Melhor Internet
100% na Fibra da Rede Banda Larga.



ASSINE JÁ:



(11) 4210-4412



REDEBANDALARGA.COM.BR



☎ 4187-9458

e-mail: iriana_vf@yahoo.com.br

Estr. Pequiá, 1075 - Vila Silviana - Carapicuíba - SP

Lugar de comprar bem e barato é aqui!



Parabéns Carapicuíba! 58 anos

Cidade maravilhosa que nos recebeu de braços abertos!
Só temos a agradecer e parabenizar a todos que escrevem a história desse município com tanto amor!



CASA DE CARNE

JM

**TRABALHAMOS SÓ
COM CARNE DE BOI**



☎ 4187-8483

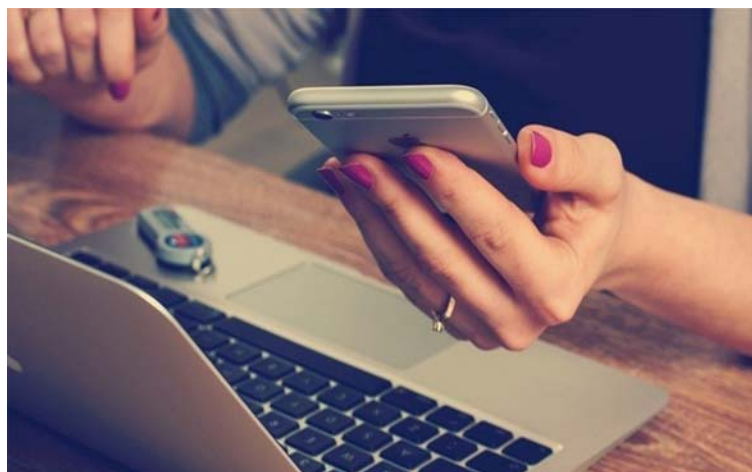
Estr. Pequiá, 1350 - Vila Silviana - Carapicuíba - SP

DICAS EM FOCO FURTO DE CELULAR

Por Luiz Silva dos Santos - Jornalista
MTB 0088765/SP

Aprenda a definir uma senha extra e impedir que um ladrão tenha acesso total ao seu smartphone

Foto: Luiz Silva dos Santos



O roubo e furto de aparelhos celulares disparou em todo Brasil. Só na capital paulista, um levantamento apontou que 22 celulares são roubados por hora. Em Salvador, o furto cresceu 168% nos dois primeiros meses deste ano e o roubo 6% no mesmo período.

Para evitar prejuízos financeiros grandes, roubo de contas de bancos e uso de identidade e email para aplicar golpes, é importante seguir algumas dicas para impedir que ladrões tenham acesso total ao aparelho com ele des-

bloqueado, ou, caso o tenham furtado desbloqueado, colocam o aparelho em Modo Avião, para impedir a localização.

Uma das possibilidades é ativar uma senha extra que protege o iPhone, justamente o dispositivo mais visado por ladrões.

No sistema operacional da Apple, é possível inserir uma segunda senha para impedir que algum criminoso que roubou o celular, tenha te obrigado a passar o código de desbloqueio, troque a senha do iCloud para acessar apps e alterar configurações importantes.

A PREVENÇÃO É A ÚNICA ARMA

DENGUE

JÁ COMBATEU O MOSQUITO HOJE?

O ciclo de vida do mosquito da dengue, do ovo até a fase adulta, leva cerca de 7 a 10 dias. Para garantir a saúde da sua família e da sua comunidade, basta fazer uma checagem bem rápida, de apenas **10 minutos uma vez por semana**, e assim você pode interromper o ciclo e evitar o nascimento dos novos mosquitos.

- ENCHA DE AREIA OS PRATOS DAS PLANTAS OU LAVE-OS SEMANALMENTE
- MANTENHA BEM TAMPADOS TONÉIS E BARRIS DE ÁGUA
- COLOQUE O LIXO EM SACOS PLÁSTICOS E MANTENHA A LIXEIRA BEM FECHADA

VAI VENDER / TROCAR / FINANCIAR? VENHA PARA A ALDI AUTOMÓVEIS 24 ANOS NO RAMO



Parabéns Carapicuíba!
58 anos

Av. Inocencio Serafico, 2.469 - (ao lado da Igreja São Lucas) - 11 4187-5052



Moção homenageia trabalho do Bayern Futebol Clube do Rochdale, na Câmara

Dirigentes da equipe participaram da Sessão de terça-feira (21)

A equipe de futebol amador Bayern Futebol Clube, do Jardim Rochdale, foi homenageada, na terça-feira (21), pelos vereadores da Câmara de Osasco.

Os representantes do time estiveram no Plenário Tiradentes, onde receberam uma cópia da Moção de Aplauso, que é de autoria da vereadora Lúcia da Saúde (Podemos) e que congratula a equipe pelos seus cinco anos de existência.

Lúcia da Saúde falou sobre o trabalho social realizado pelo Bayern, que vai além do futebol. “Eles são diferentes, pois levantam a bandeira da criança sem pornografia. Isso é muito importante; é um futebol de família e a família vem em primeiro lugar”, disse.

A parlamentar falou do trabalho de Pablo Henrique, um dos membros da equipe, morto em 2020. “Era um menino que incentivava muitos outros me-

nos”, recorda.

Hoje Pablo Henrique empresta seu nome à antiga rua Rosa Branca, local onde fica a sede do Bayern Futebol Clube.

Além do futebol, o clube promove ações para integração das crianças e famílias, como competições de corrida e celebração da Páscoa, envolvendo a comunidade local.

O presidente da Câmara, Carmônio Bastos (Podemos), parabenizou a colega pela moção e disse que o esporte amador promove lições e aprendizados na vida das pessoas. “Dali você tira só coisas boas. Estou hoje como presidente e devo muito ao esporte, especialmente ao futebol, e minha missão é devolver um pouco o que o esporte me proporciona”.

Para Carmônio, o esporte amador promove melhorias ao próximo e conduz os jovens a caminhos adequados.



A equipe de futebol Bayern Futebol Clube, foi homenageada, pelos vereadores da Câmara de Osasco.



“No aniversário de emancipação das cidades de Barueri e Carapicuíba em 26 de março, parabéns a todos aqueles que diariamente cumprem sua missão, contribuindo assim com o desenvolvimento dos municípios; buscando sempre novos projetos e aceitando o desafio de fazer mais e melhor”.

Parabéns! Barueri 74 anos
Carapicuíba 58 anos

Fábio Mendonça
(Diretor, Editor e Jornalista)
Jornal e Portal ACIDADE



Parabéns Carapicuíba! 58 anos

É com muito orgulho que fazemos parte da construção dessa cidade maravilhosa.

DEPÓSITO JONAS



MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

☎ **4187-0155**

Rua Rita Alves Pereira Figueiredo, 145 - Carapicuíba - SP

Parabéns! Um brinde Especial Barueri 74 anos e Carapicuíba 58 anos.

26 de março, aniversário de
emancipação das cidades

- MERGULHE NO -

UNIVERSO CERVEJEIRO COM ASHBY

NOSSO ESTILO É SEU ESTILO

CHOPPS ESPECIAIS



CHOPP GELADO NA SUA CASA, FESTA OU BAR!



SP CHOPP
DISTRIBUIDOR OFICIAL
ASHBY

LIGUE E FAÇA SEU PEDIDO

11 4612.0522 / 11 4702.6521

Av. José Giorgi 50 - Loja 11
(Em frente a churrascaria
Gramado)

Granja Viana - Cotia/SP