JORNAL OFICIAL

O TEMPO — PREVISÃO PARA REGIÃO
Fonte: Clima Tempo

QUARTA-FEIRA
MAX: 34º - MÍN: 19º
Sol e aumento de nuvens de manhã. Pancadas de chuva à tarde e a à noite

QUINTA-FEIRA
MAX: 31º - MÍN: 20º
Sol com algumas nuvens. Chove rápido durante o dia e à noite

GUIZZO
CONTROLE DE VETORES E PRAGAS
DESINSETIZAÇÃO, DESRATIZAÇÃO, SANITIZAÇÃO, HIGIENIZAÇÃO DE CAIXA D'ÁGUA
Vigilância Sanitária
CEVS Nº 352480801-812-000007-1-0
CNPJ 22.688.290/0001-40
Rua Pedro M. Andreo Padilha, 64 - Pq. Ind. II - JALES-SP
(17) 3632-3822 · 99664-3393

ATOS OFICIAIS
FOLHA REGIONAL HOJE

ANO XIX - EDIÇÃO Nº 1783 - R$ 2,00 JALES, QUINTA-FEIRA, 04 DE MARÇO DE 2021
Versão Online: www.regionalhoje.com.br
e-mail: jn.folharegional@gmail.com

IMUNIZAÇÃO

SP recebe maior remessa de matéria-prima para vacina do Butantan

Carga com 8,2 mil litros de insumos permite produção local de 14 milhões de doses e desembarcou nesta quinta no Aeroporto Internacional de Guarulhos

O Governador João Doria, o Secretário da Saúde Jean Gorinchteyn e o Diretor do Instituto Butantan Dimas Covas acompanharam nesta quinta (4) a chegada da maior remessa de matéria-prima até o momento para produção local da vacina do Butantan contra o coronavírus. A carga vinda da China desembarcou no Aeroporto Internacional de Guarulhos às 6h12 e corresponde a 14 milhões de doses.

"Esta é a maior de todas as remessas que já chegaram, e com ela o Butantan, o Governo de SP fornece ao Brasil um total de 35 milhões de doses da vacina, para salvar os brasileiros. E o que mais precisamos é de vacinas, não apenas a do Butantan mas de outras também. Nós estamos entrando nas duas mais graves semanas da Covid-19. Estamos à beira do colapso em todo Brasil, só há uma salvação, além dos cuidados do uso de máscara e não aglomerações, são as vacinas. São Paulo e o Butantan estão cumprindo o seu papel fornecendo 100 milhões de vacinas", disse Doria.

O lote enviado pela biofarmacêutica Sinovac, parceira internacional do Butantan e do Governo do Estado no desenvolvimento do imunizante, conta com com 8,2 mil litros de IFA (Insumo Farmacêutico Ativo). A carga chegou em um voo da companhia aérea TAP e passou por escalas em Helsinque, na Finlândia, e Lisboa, em Portugal.

No dia 3 de fevereiro, o Butantan recebeu um carregamento com 5,4 mil litros de IFA vindos da China. No dia 10, chegaram outros 5,6 mil litros de matéria-prima, maior carregamento até então.

As doses de vacina são envasadas, rotuladas, embaladas e passam por um rígido controle de qualidade no Butantan antes de serem disponibilizadas para a população por intermédio do PNI (Programa Nacional de Imunizações), coordenado pelo Ministério da Saúde.

Desde 17 de janeiro, o Butantan já entregou 14,45 milhões de doses da vacina contra a COVID-19 para uso no SUS (Sistema Único de Saúde). Até o final de março serão entregues outras 21 milhões de doses. Até 30 de abril, o total de vacinas do Butantan ao país somará 46 milhões.

O Butantan também tem o compromisso de entregar ao Ministério da Saúde outras 54 milhões de vacinas contra a COVID-19 até 30 de agosto, totalizando 100 milhões de doses previstas em contrato com a pasta federal.

SAÚDE

A história do Lúpus: uma doença ainda carregada de preconceitos e pouco conhecimento

Uma doença silenciosa, dolorida e que pode causar feridas também na alma do paciente. Afinal, lidar com Lúpus é um conflito interno repleto de desafios, tratamentos e questões emocionais em jogo, pois esta é uma doença auto-imune.

A primeira vista, basta observar aquela pessoa com uma lesão parecendo com asa de borboleta, pois acomete o centro de sua face (nariz e maçãs do rosto). Tal indivíduo, ao externar este sintoma, é mais uma pessoa que sofre com os efeitos do Lúpus.

Para quem não sabe, o dermatologista Dr. Rafael Soares conta que o nome da doença foi dado "por causa da semelhança das lesões faciais com cicatrizes de mordidas de lobos em seus próprios rostos (lupus em latim é lobo)". "As semelhanças com animais não para por aí: a descrição da lesão clássica é 'em asa de borboleta', quando ataca, o centro da face da pessoa", reforça o especialista.

Mas ainda não se sabe muito sobre esta doença, cujos primeiros relatos datam do século XIX, quando recebeu o nome de Lúpus Eritematoso. Segundo Dr. Rafael, a doença é autoimune e é identificada quando o sistema imunitário do indivíduo ataca tecidos saudáveis em várias partes do corpo. "A intensidade dos sintomas varia de pessoa para pessoa, sendo que em algumas pessoas são ligeiros, enquanto podem ser de grande gravidade para outros".

E não é pouca gente que possui essa doença. Dr. Rafael Soares lembra os dados da Sociedade Brasileira de Reumatologia, que mostra que uma a cada 1.700 mulheres no Brasil tem essa doença. "Aliás, ela pode ocorrer em pessoas de qualquer idade, raça e sexo, porém as mulheres são muito mais acometidas. Ocorre principalmente entre 20 e 45 anos, sendo um pouco mais comum em pessoas mestiças e nos afro-descendentes. As estimativas também indicam que deve haver no Brasil cerca de 65.000 pessoas com lúpus. Logo, para os reumatologistas, essa é uma doença razoavelmente comum no seu dia a dia".

O médico explica ainda que os sintomas mais comuns da Lúpus são: "articulações dolorosas e inchadas, febre, dor torácica, perda de cabelo, úlceras na boca, aumento de volume dos gânglios linfáticos, fadiga e uma erupção cutânea vermelha, muito comum no rosto, se assemelhando à uma borboleta". Sobre a periodicidade dos sintomas, ele lembra que "geralmente alternam-se períodos de exacerbação dos sintomas e períodos de remissão com poucos sintomas", destaca o dermatologista. Outro grande problema da Lúpús ocorre quando ela ataca, além da pele, as articulações e os rins, "sendo estes os principais órgãos acometidos", ressalta o dermatologista.

Nos últimos anos, muitos famosos se assumiram portadores desta doença: a cantora Lady Gaga, a atriz Selena Gomez, a socialite Kim Kardashian, a apresentadora brasileira Astrid Fontenelle, o cantor Seal, e muitos outros. "Considerando

os fatos históricos, é muito importante vermos cada vez mais famosos defendendo a conscientização da doença. Apesar de não ser contagiosa, ainda muitas pessoas têm comportamento discriminativo com os portadores de lúpus", lamenta Dr. Rafael Soares.

Talvez a discriminação tenha algo que a explique, mas que não justifique, salienta o médico, "é o fato de haver uma forma de tuberculose com nome em comum: lúpus vulgar (forma cutânea e pouco contagiosa). Como há um preconceito histórico da tuberculose, talvez esse seja o motivo de muitas pessoas se comportarem de forma tão inadequada", destaca Dr. Rafael.

PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE JALES
Estado de São Paulo

Prefeitura do Município de Jales
Aviso de Licitação – Processo 24/21 – Pregão Eletrônico 12/21 – Sistema Registro de Preço 08/21. Objeto: Registrar Preço para aquisição de medicamentos injetáveis, para atender a Atenção Básica do Município e medicamentos para o Covid-19, no período de 12 (doze) meses. Data para apresentação das propostas: até às 08h00min do dia 18 de março de 2021. O edital completo encontra-se a disposição para retirada no Setor de Licitações e Contratos, da Divisão de Licitações, Compras e Materiais da Prefeitura do Município de Jales – SP, situada à Rua Cinco, 2266 e/ou no site: www.jales.sp.gov.br ou do provedor www.bllcompras.org.br. Todos os esclarecimentos poderão ser obtidos no endereço supra ou pelo telefone (17) 3622 3000, ramais 3016 e 3056. Jales/SP, 03 de março de 2021. Luís Henrique dos Santos Moreira – Prefeito Municipal.

PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE JALES
Estado de São Paulo

A Prefeitura do Município de Jales
Homologação – Processo nº. 141/2020 Pregão Eletrônico nº. 81/2020: Objeto: Aquisição de materiais médico hospitalar para os atendimentos das Unidades de Saúde do Município. Foi adjudicado e homologado pelo critério menor preço por item na seguinte conformidade:itens 02à empresa Medeiros Candelore Comércio Importação e Representação de Materiais Hospitalares LTDA, portadora CNPJ:21.208.125/0001-81, item 03 à empresa Cirúrgica Olimpio ERELI EPP, portadora CNPJ:01.140.868/0001-50, item 04, 06 a empresa Quartile Distribuidora de Produtos Médicos EIRELI EPP, portadora do CNPJ: 01.140.868/0001-50. Jales/SP, 22 de janeiro de 2.021. Luis Henrique dos Santos Moreira – Prefeito Municipal.
Extrato de Contrato nº 13/2021- Contratante: Prefeitura do Município de Jales - Contratado: Medeiros Candelore Comércio Importação e Representação de Materiais Hospitalares LTDA. Assinatura: 22/02/2021 - Vigência: 22/08/2021 - Valor: R$ 5.900,00.
Extrato de Contrato nº 14/2021 - Contratante: Prefeitura Municipal de Jales- Contratado: Cirúrgica Olimpio ERELI EPP – Assinatura 22/02/2021 – Vigência 22/08/2021 – Valor R$ 1.610,00.
Extrato de Contrato nº 15/2021 - Contratante: Prefeitura Municipal de Jales - Contratado: Quartile Distribuidora de Produtos Médicos EIRELI EPP - Assinatura: 22/02/2021 – Vigência: 22/08/2021 – Valor R$ 11.278,45.

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

CHAMADA PUBLICA Nº 001/2021
PROCESSO Nº 016/2021

TERMO DE HOMOLOGAÇÃO E ADJUDICAÇÃO

IVAN DE PAULA, Prefeito Municipal de Aspásia /SP, no uso das atribuições legais que lhe são conferidas por Lei...

FAZ SABER, a todos quantos interessados possa, que, examinado a presente licitação, Chamada Publica nº 001/2021, e, considerando o **PARECER** da Comissão Permanente de Licitação designada para realizar os procedimentos licitatórios desta Prefeitura, bem como todo o processo, verificou que a mesma está em conformidade com a Lei nº 8.666/93, com suas alterações e o Edital. Perfeitamente em ordem, todo o processo, sem irregularidade ou nulidade a se corrigir ou sanar. Assim, **HOMOLOGO** a presente licitação nos termos do art. 43 inciso VI da mencionada Lei nº 8.666/93. Nesses termos, considerando satisfatória a proposta apresentada e classificadas em primeiro lugar, com preço compatível com edital, o que satisfaz plenamente os interesses econômicos desta Prefeitura Municipal, **ADJUDICO** como adjudicado os produtores Individuais e a Cooperativa; **Rosalina Sanches de Souza, Marcelo Luiz Silveira Chumam, Hugo Guedes Filho, Ivo Jose da Silva , Jose Rodrigues da Silva, Loadir de Souza, Rosiane Aparecida da Silva Lopes, Nilson Matsumori, Gilmar Lopes Cardoso, Maria Luiza Torres Garcia e Cooperativa Mista dos Produtores da Região de Jales,** constante de suas propostas da referida Chamada Pública no valor de R**$: 36.709,49 (trinta e seis mil setecentos e nove reais e quarenta e nove centavos).**

REGISTRE-SE PUBLIQUE-SE CUMPRA-SE

Prefeitura Municipal de Aspásia, Estado de São Paulo, 01 de Março de 2021.

IVAN DE PAULA
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

EXTRATO DE ADITIVO DE VALOR CONTRATUAL

CONTRATANTE:- PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA-SP

CONTRATO:- 002/2021

CONTRATADO:- ILIDIO CARLOS BARRADAS ASPÁSIA EPP

ASSINATURA:- 02 de Março de 2021.

OBJETO:- TERMO DE ADITAMENTO CONTRATUAL, com fulcro no Artigo 65 - Inciso I - Letra "B" - da Lei Federal nº 8.666, de 21 de Junho de 1.993, alterada pelas Leis nºs. 8.883/94, 9.032/95, 9.648/98 e 9.854/99, e Contrato nº 002/2021 celebrado em 19 de Janeiro de 2.021, resolvem a **PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA-SP** e a Empresa: **ILIDIO CARLOS BARRADAS ASPÁSIA EPP,** CNPJ. (MF) nº 01.472.007/0001-79, resolvem constar a **Aditar o Valor** de **R$ 3,12 (três reais e doze centavos)**, o litro do Etanol comum, passando o referido valor do litro licitado para R$ 3,64 (Três Reais e sessenta e quatro centavos), **aditar o valor de** R$ 4,58 (quatro reais e cinquenta e oito centavos), o litro da Gasolina Comum, passando o referido valor do litro licitado para R$ 5,17 (cinco reais e dezessete centavos) e **aditar o valor de** R$ 3,71 (três reais e setenta e um centavos), o litro do Diesel S10, passando o referido valor do litro licitado para R$ 4,25 (quatro reais e vinte e cinco centavos).

Aspásia- SP, em 02 de Março de 2021.

IVAN DE PAULA
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE:- PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE ASPASIA-SP.

CONTRATO Nº 021/2021

CONTRATADA: "PAULO SANTANA SOCIEDADE INDIVIDUAL DE ADVOCACIA

OBJETO: - "CONTRATAÇÃO DE PROFISSIONAL DE NOTÓRIA ESPECIALIZAÇÃO NO ÂMBITO DO DIREITO ADMINISTRATIVO E DA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA PARA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS JURÍDICOS CONFORME ESPECIFICADOS."
VALOR: R$ 66.000,00 (Sessenta e Seis Mil Reais).

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

MODALIDADE: Inexigibilidade nº 001/2021.

VIGÊNCIA: 31 de Dezembro de 2021.

Prefeitura do Município de Aspásia, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA
PREFEITO MUNICIPAL

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP.

CONTRATADO: ROSALINA SANCHES DE SOUZA

CONTRATO Nº 022/2021

VALOR: 3.282,63 (três mil duzentos e oitenta e dois reais e sessenta e três centavos).

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP.

CONTRATADO: LOADIR DE SOUZA

CONTRATO Nº 027/2021

VALOR: 1.848,75 (Um Mil Oitocentos e Quarenta e Oito Reais e Setenta e Cinco Centavos)

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP

CONTRATADO: HUGO GUEDES FILHO

CONTRATO Nº 024/2021

VALOR: 1.848,75 (Um Mil Oitocentos e Quarenta e Oito Reais e Setenta e Cinco Centavos)

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP

CONTRATADO: IVO JOSE DA SILVA

CONTRATO Nº 025/2021

VALOR: 743,98 (Setecentos e Quarenta e Três Reais e Noventa e Oito Centavos)

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP

CONTRATADO: JOSÉ RODRIGUES DA SILVA

CONTRATO Nº 026/2021

VALOR: 3.382,88 (Três Mil Trezentos e Oitenta e Dois Reais e Oitenta e Oito Centavos)

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

ASPÁSIA PREFEITURA MUNICIPAL Rumo ao Desenvolvimento GESTÃO 2021/2024

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP.

CONTRATADO: ROSIANE APARECIDA DA SILVA LOPES

CONTRATO Nº 028/2021

VALOR: 3.382,88 (Três Mil Trezentos e Oitenta e Dois Reais e Oitenta e Oito Centavos)

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

ASPÁSIA PREFEITURA MUNICIPAL Rumo ao Desenvolvimento GESTÃO 2021/2024

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP.

CONTRATADO: NILSON MATSUMORI

CONTRATO Nº 029/2021

VALOR: 743,98 (Setecentos e Quarenta e Três Reais e Noventa e Oito Centavos)

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

ASPÁSIA PREFEITURA MUNICIPAL Rumo ao Desenvolvimento GESTÃO 2021/2024

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP.

CONTRATADO: GILMAR LOPES CARDOSO

CONTRATO Nº 030/2021

VALOR: 1.360,02 (Um Mil Trezentos e Sessenta Reais e Dois Centavos).

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA
CNPJ: 65.712.002/0001-59

ASPÁSIA PREFEITURA MUNICIPAL Rumo ao Desenvolvimento GESTÃO 2021/2024

EXTRATO DE CONTRATO

CONTRATANTE: PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPÁSIA - SP.

CONTRATADO: MARIA LUIZA TORRES GARCIA

CONTRATO Nº 031/2021

VALOR: 5.144,43 (Cinco Mil Cento e Quarenta e Quatro Reais e Quarenta e Três Centavos).

OBJETO: "Aquisição exclusiva de gêneros alimentícios, conforme Anexo I, oriundos da Agricultura Familiar e de Empreendedores Familiares Rurais, para Alimentação Escolar, no Município, no período da assinatura do contrato de até seis meses, para atendimento da Lei Federal nº 11.947, de 16 de junho de 2.009 especificamente no Artigo 14 - § 1º e a Resolução/CD/FNDE nº 038, de 16 de julho de 2.009 especificamente no Artigo 18 - §§ 3º e 4º".

ASSINATURA: 01 de Março de 2.021.

Chamada Pública nº 01/2021.

Prefeitura Municipal de Aspásia – SP, 01 de Março de 2.021.

IVAN DE PAULA

Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPASIA

O Município de Aspásia/SP, através de seu Prefeito, Sr. Ivan de Paula, com o intuito de dar ampla divulgação, torna público a Recomendação Administrativa, de autoria do Exmo. Sr. Eduardo Wanssa de Carvalho, Promotor de Justiça da Comarca de Urânia/SP, em atendimento à alínea "c", da presente Recomendação e nos termos do artigo 27, parágrafo único, inciso IV, da Lei Nacional n.º 8.625, de 12 de fevereiro de 1993, conforme a seguir:

PREFEITURA MUNICIPAL DE ASPASIA

MPSP MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DE SÃO PAULO | PROMOTORIA DE JUSTIÇA DE URÂNIA

RECOMENDAÇÃO ADMINISTRATIVA

Vistos.

CONSIDERANDO que chegou ao conhecimento deste Promotor de Justiça a notícia de esgotamento dos leitos de UTI da Santa Casa de Jales disponibilizados para tratamento de pacientes graves do COVID-19.

CONSIDERANDO que a saúde é direito social e, portanto, intrinsecamente ligada à dignidade da pessoa humana.

CONSIDERANDO que a saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação.

CONSIDERANDO que na ADPF 672 o Supremo Tribunal Federal decidiu que não compete ao Poder Executivo federal afastar, unilateralmente, as decisões dos governos estaduais, distrital e municipais que, no exercício de suas competências constitucionais e no âmbito de seus territórios, adotaram ou venham a adotar importantes medidas restritivas que são reconhecidamente eficazes para a redução do número de infectados e de óbitos, como demonstram a recomendação da Organização Mundial de Saúde (OMS) e vários estudos técnicos científicos.

CONSIDERANDO que são funções institucionais do Ministério Público: (a) zelar pelo efetivo respeito dos Poderes Públicos e dos serviços de relevância pública aos direitos assegurados na Constituição, promovendo as medidas necessárias a sua garantia; (b) promover o inquérito civil e a ação civil pública, para a proteção do patrimônio público e social, do meio ambiente e de outros interesses difusos e coletivos.

CONSIDERANDO que a Lei Orgânica Nacional do Ministério Público atribui ao Ministério Público a competência para expedir recomendações, requisitando ao destinatário sua divulgação adequada e imediata, assim como resposta por escrito (art. 27, parágrafo único, inciso IV).

CONSIDERANDO que a Resolução do CNMP nº 164/17 esclarece o conceito de recomendação como sendo: "instrumento de atuação extrajudicial do Ministério Público por intermédio do qual este expõe, em ato formal, razões fáticas e jurídicas sobre determinada questão, com o objetivo de persuadir o destinatário a praticar ou deixar de praticar determinados atos em benefício da melhoria dos serviços públicos e de relevância pública ou do respeito aos interesses, direitos e bens defendidos pela instituição, atuando, assim, como instrumento de prevenção de responsabilidades ou correção de condutas".

CONSIDERANDO que, o contexto atual, de pandemia da COVID-19, tem demandado da Administração Pública esforços para o controle da disseminação do vírus visando à proteção da vida e saúde das pessoas, (Lei Federal n.13.979/2020) de atendimento obrigatório, com medidas que poderão ser adotadas para enfrentamento da pandemia, dentre as quais: isolamento, quarentena, determinação de realização compulsória de exames, entre outras;

CONSIDERANDO que as medidas de isolamento social e de proibição temporária de atividades buscam afastar aglomeração de pessoas, conforme autoridades sanitárias, órgãos e entidades representativas de técnicos da área da saúde, se mostram ser as mais adequadas para o momento e têm a finalidade de retardar o crescimento da curva de disseminação do vírus;

CONSIDERANDO que o momento político vivenciado na discussão e integração dos poderes e autoridades públicas em prol da sociedade, faz impelir o Ministério Público em missão de real transformação social, estimulando a realização de soluções efetivas, colaborativas e auto compositivas na resolução de problemas, em prol da sociedade, mediador de conflitos e transformador da realidade social no Estado Democrático assegurando o bem estar da população;

CONSIDERANDO que as decisões administrativas do Governo do Estado de São Paulo e dos Municípios integrantes de nossa Comarca (Decreto Estadual n. 64.881/20, alterações e complementos), para serem constitucionalmente legítimas, observada a hierarquia, devem ser pautadas unicamente em critérios técnicos, não havendo que se falar em discricionariedade quando as decisões administrativas são incompletas, extemporâneas, e podem ocasionar prejuízo ao direito fundamental da saúde da população do território;

CONSIDERANDO que a região de São José do Rio Preto, da qual fazemos parte, está atualmente classificada na fase laranja do Plano São Paulo e vem experimentando um aumento considerável no número de casos, internações e de óbitos.

CONSIDERANDO, por fim, que há necessidade de enfrentamento sério à Pandemia causada pelo Coronavírus, fazendo com que sejam respeitadas as medidas restritivas constantes das normas estaduais (Plano São Paulo).

RECOMENDA:

(a) aos Prefeitos dos Municípios de Urânia, Santa Salete e Aspásia, que se abstenham de publicar Decretos Municipais em desacordo com os Decretos Estaduais, respeitando as determinações mais restritivas de acordo com a fase atual do Plano São Paulo;

(b) implemento de providências necessárias a revogação dos atos normatizados em desalinho e eventualmente já praticados (permissões e autorizações), a considerar a natureza não essencial das atividades comerciais e prestação de serviços, atentando as regras constantes dos decretos estaduais e a flexibilização da quarentena de acordo com as fases do Plano São Paulo e nas datas, formas e condições por ele previstas;

(c) ainda, ampla publicidade à presente Recomendação Administrativa, com sua divulgação nos órgãos de publicação dos atos oficiais da Prefeitura Municipal, bem como em jornais de grande circulação regional, nos termos do artigo 27, parágrafo único, inciso IV, da Lei Nacional n.º 8.625, de 12 de fevereiro de 1.993.

Caso do não acatamento desta Recomendação Administrativa, o Ministério Público informa que adotará as medidas legais necessárias a fim de assegurar a sua implementação, inclusive através do ajuizamento de ação civil pública cabível, sem prejuízo da apuração e consequente responsabilização pela prática do ato de improbidade administrativa.

Urânia, 02 de março de 2021.

EDUARDO WANSSA DE CARVALHO
PROMOTOR DE JUSTIÇA

Assinado digitalmente na forma da lei 11.419/2006 por EDUARDO WANSSA DE CARVALHO em: 02/03/2021 16:37.

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

3º Extrato de Aditamento de Contrato
Contratante: Pm Pontalinda.
Contratada: Auto Posto Pontalinda Ltda EPP.
Objeto: Aquisição de combustíveis destinados a frota de veículos desta Municipalidade, com fornecimento de forma diária, imediata e parcelada, conforme a solicitação, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
referente a alta de preços
a) Litro do óleo diesel S10 passa de R$ 3,78 para R$ 4,08
Contrato nº 01/2021
Data; 03/03/2021
Pregão Presencial 01/2021
Processo CL/PMP 01/2021
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

4º Extrato de Aditamento de Contrato
Contratante: Pm Pontalinda.
Contratada: João Carlos Cavassani – Cavassani Auto Posto
Objeto: Aquisição de combustíveis destinados a frota de veículos desta Municipalidade, com fornecimento de forma diária, imediata e parcelada, conforme a solicitação, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
referente a alta de preços
a) Litro da gasolina comum passa de R$ 4,48 para R$ 5,05
Contrato nº 02/2021
Data; 26/02/2021
Pregão Presencial 01/2021
Processo CL/PMP 01/2021
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

5º Extrato de Aditamento de Contrato
Contratante: Pm Pontalinda.
Contratada: João Carlos Cavassani – Cavassani Auto Posto
Objeto: Aquisição de combustíveis destinados a frota de veículos desta Municipalidade, com fornecimento de forma diária, imediata e parcelada, conforme a solicitação, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
referente a alta de preços
a) Litro do álcool etanol passa de R$ 3,04 para R$ 3,65
Contrato nº 02/2021
Data; 03/03/2021
Pregão Presencial 01/2021
Processo CL/PMP 01/2021
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

COMUNICADO DE HOMOLOGAÇÃO E ADJUDICAÇÃO
SISTEMA DE REGISTRO DE PREÇOS

O Sr Sisinio de Oliveira Leão Prefeito Municipal de Pontalinda, torna publico que o Pregão Presencial 06/2021, Processo CL/PMP 08/2021, Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional, foi homologada e adjudicada em favor da empresa; Mercearia Vieira Ltda EPP CNPJ 58.293.838.0001-09, Rua Nova York nº 1231, Jardim Brasil na cidade de Jales SP. Luzia Aparecida da Silva – Eletrodomésticos Me CNPJ 10.356.438/0001-60, Rua França nº 1416, Bairro Centro Pontalinda SP. Roseli Barbosa Gás Me CNPJ 06.073.716/0001-03, Avenida dos Trabalhadores nº 1260, Bairro Centro CEP 15718-000 cidade de Pontalinda SP. Sara Regina Siqueira Capela Me CNPJ 17.996.048/0001-02, Rua Itacolomi nº 1668, Bairro Centro CEP 15718-000 na cidade de Pontalinda SP, Marcos Antonio Pires CNPJ 08.975.292/0001-90, endereço Fazenda Ranchão nesta cidade de Pontalinda SP. Rodrigo Binhardi Me - CNPJ (MF) 31.130.942/0001-18 com sede comercial na Rua João Caineli nº 2510, Bairro Centro na cidade de Meridiano, Estado de SP, Fernanda Aparecida Pinheiro dos Santos Me CNPJ 36.417.423/0001-59, Rua Manoel Néo de Carvalho nº 1375, Bairro Centro CEP 15718-000 nesta cidade de Pontalinda SP. Rc Foods Industria e Comercio de Carnes Ltda EPP. CNPJ 09.402.075/0001-73, Rua Eladia Esser nº 670, Bairro Parque Universitário na cidade de Fernandópolis Estado de SP.

Pontalinda, 01 de Março de 2.021

Sisinio de Oliveira Leão
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

Extrato de Ata de Registro de Preços
Orgão Gerenciador; Prefeitura Municipal de Pontalinda
Empresa detentora; Mercearia Vieira Ltda EPP CNPJ 58.293.838/0001-09
Modalidade Pregão Presencial RP 06/2021
Processo CL/PMP 08/2021
Ata Registro de Preços 08/2021
Objeto: Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
Data; 02/03/2021
Vigência: 02/03/2021 a 02/03/2022 12 (doze) meses
Valor global R$ 238.041,05
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

Extrato de Ata de Registro de Preços
Orgão Gerenciador; Prefeitura Municipal de Pontalinda
Empresa detentora; Luzia Aparecida da Silva Eletrodomésticos Me CNPJ 10.356.438/0001-60
Modalidade Pregão Presencial RP 06/2021
Processo CL/PMP 08/2021
Ata Registro de Preços 09/2021
Objeto: Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
Data; 02/03/2021
Vigência: 02/03/2021 a 02/03/2022 12 (doze) meses
Valor global R$ 41.436,00
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

Extrato de Ata de Registro de Preços
Orgão Gerenciador; Prefeitura Municipal de Pontalinda
Empresa detentora; Roseli Barbosa Gás Me CNPJ 06.073.716/0001-03
Modalidade Pregão Presencial RP 06/2021
Processo CL/PMP 08/2021
Ata Registro de Preços 10/2021
Objeto: Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
Data; 02/03/2021
Vigência: 02/03/2021 a 02/03/2022 12 (doze) meses
Valor global R$ 60.350,00
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

Extrato de Ata de Registro de Preços
Orgão Gerenciador; Prefeitura Municipal de Pontalinda
Empresa detentora; Sara Regina Siqueira Capela Me CNPJ 08.975.292/0001-90
Modalidade Pregão Presencial RP 06/2021
Processo CL/PMP 08/2021
Ata Registro de Preços 11/2021
Objeto: Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
Data; 02/03/2021
Vigência: 02/03/2021 a 02/03/2022 12 (doze) meses
Valor global R$ 61.519,15
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

Extrato de Ata de Registro de Preços
Orgão Gerenciador; Prefeitura Municipal de Pontalinda
Empresa detentora; Marcos Antonio Pires CNPJ 08.975.292/0001-90
Modalidade Pregão Presencial RP 06/2021
Processo CL/PMP 08/2021
Ata Registro de Preços 12/2021
Objeto: Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
Data; 02/03/2021
Vigência: 02/03/2021 a 02/03/2022 12 (doze) meses
Valor global R$ 86.804,80
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

Extrato de Ata de Registro de Preços
Orgão Gerenciador; Prefeitura Municipal de Pontalinda
Empresa detentora; Rodrigo Binhardi Me CNPJ 31.130.942/0001-18
Modalidade Pregão Presencial RP 06/2021
Processo CL/PMP 08/2021
Ata Registro de Preços 13/2021
Objeto: Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
Data; 02/03/2021
Vigência: 02/03/2021 a 02/03/2022 12 (doze) meses
Valor global R$ 51.900,00
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

Extrato de Ata de Registro de Preços
Orgão Gerenciador; Prefeitura Municipal de Pontalinda
Empresa detentora; Fernanda Aparecida Pinheiro dos Santos CNPJ 36.417.423/0001-59
Modalidade Pregão Presencial RP 06/2021
Processo CL/PMP 08/2021
Ata Registro de Preços 14/2021
Objeto: Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
Data; 02/03/2021
Vigência: 02/03/2021 a 02/03/2022 12 (doze) meses
Valor global R$ 72.445,00
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

Extrato de Ata de Registro de Preços
Orgão Gerenciador; Prefeitura Municipal de Pontalinda
Empresa detentora; Rc Foods Industria e Comercio de Carnes Ltda EPP CNPJ 09.402.075/0001-73
Modalidade Pregão Presencial RP 06/2021
Processo CL/PMP 08/2021
Ata Registro de Preços 15/2021
Objeto: Registro de preços para eventual e futura aquisição de gêneros alimentícios de qualidade com fornecimento de forma parcelada, diária, conforme solicitação e a necessidade, a serem entregue na EE Profª Zelia de L.Z.L, Escola Municipal, Pré Escola/Creche Municipal, do Ensino Fundamental e Infantil, e almoxarifado Central deste Município, os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais condições e normas estabelecidas pelo mercado nacional.
Data; 02/03/2021
Vigência: 02/03/2021 a 02/03/2022 12 (doze) meses
Valor global R$ 196.919,00
Setor de Licitações e Contratos

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA

PREFEITURA MUNICIPAL DE PONTALINDA
Aviso de Licitação
Modalidade: Pregão Presencial
Pregão Presencial nº 008/2021
Processo CL/PMP nº 012/2021
Encontra-se aberto nesta Municipalidade Pregão Presencial acima citado que tem por objetivo aquisição de materiais de construções destinados para conclusão da reforma e reparos no Prédio da Escola Municipal - EMEF Geraldo Hortêncio Trindade e Creche Municipal – EMEI Lucilei Alves Sant'anna Cardoso, com fornecimento de forma parcelada, conforme a necessidade os quais deverão observar os padrões de qualidade exigíveis bem como as demais normas e condições estabelecidas pelo mercado nacional, Data para apresentação de propostas até às 09:00 horas do dia 16 de março de 2.021. O edital completo encontra-se a disposição para retirada no Departamento de Licitações da Prefeitura Municipal de Pontalinda, Rua Tupinambás nº 1091, pelo site WWW.pontalinda.sp.gov.br/licitacoes, Todos os esclarecimentos poderão ser obtidos no endereço acima ou pelo telefone (17) 3699.8780.

Pontalinda, 04 de março de 2.021

Sisinio de Oliveira Leão
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS
ESTADO DE SÃO PAULO

HOMOLOGAÇÃO/ADJUDICAÇÃO PREGÃO N.º 004/2021

JOSE CARLOS DA SILVA, Prefeito Municipal de Mesópolis, Comarca de Jales, Estado de São Paulo, no uso de suas atribuições legais, etc.

HOMOLOGA/ADJUDICA – O PREÇÃO n.º 004/2021, Prestação de Serviços Profissionais Consultoria e Assessoria em Contabilidade Pública, com responsabilidade técnica perante ao CRC/SP, voltada a área Orçamentária, Contábil e Financeira. em favor da empresa, GAMA CONSULTORIA CONTABIL LTDA, no valor de R$ 96.000,00 (NOVENTA E SEIS MIL REAIS).
Prefeitura Municipal de Mesópolis, 03 de MARÇO de 2021.

JOSE CARLOS DA SILVA
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS
EXTRATO DE CONTRATO N.º 018/2021.
PREGÃO Nº 004/2021
PROCESSO Nº 016/2021
Contratante: PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS
Prestação de Serviços Profissionais Consultoria e Assessoria em Contabilidade Pública, com responsabilidade técnica perante ao CRC/SP, voltada a área Orçamentária, Contábil e Financeira
Contratada: GAMA CONSULTORIA CONTABIL LTDA
Valor: R$ 96.000,00
Vigência Inicial – 03/03/2021
Vigência Final – 03/03/2022
JOSE CARLOS DA SILVA
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS
ESTADO DE SÃO PAULO

HOMOLOGAÇÃO/ADJUDICAÇÃO DISPENSA N.º 014/2021

JOSE CARLOS DA SILVA, Prefeito Municipal de Mesópolis, Comarca de Jales, Estado de São Paulo, no uso de suas atribuições legais, etc.

HOMOLOGA/ADJUDICA – A Dispensa n.º 014/2021, Contratação de empresa para prestação de serviços de planejamento, desenvolvimento e execuções de soluções de comunicação digital para a Administração Pública do Município de Mesópolis. em favor da empresa, MARISSA PUPIM DOS SANTOS, no valor de R$ 15.500,00 (Quinze mil e quinhentos reais).
Prefeitura Municipal de Mesópolis, 02 de março de 2021.

JOSE CARLOS DA SILVA
Prefeito Municipal

TRADIÇÃO

Paróquia São Benedito de Urânia prepara Festival do Milho no sistema drive thru

O Tradicional Festival do Milho da Paróquia São Benedito de Urânia já tem data marcada. A festa que neste ano será no sistema drive thru, está prevista para ocorrer no dia 13 de março, sábado, no Salão Paroquial da Igreja Matriz, das 10h às 18h.

De acordo com os organizadores estão disponíveis para venda algumas delícias do milho, como, pamonha doce com queijo, bolo e curau.

Segundo o seminarista responsável pela paróquia, Washington Henrique da Conceição, o evento que foi criado pelo Padre Eduardo Lima, vem ganhando a cada ano mais força. "Devido a pandemia, neste ano, as pessoas deverão garantir os ingressos de forma antecipada para consumir em suas casas. Os ingressos estão disponíveis com os líderes das pastorais e na Casa Paroquial. Com o dinheiro arrecadado, vamos continuar mantendo os projetos realizados pela paróquia", completou o seminarista.

Ao adquirir o ingresso para a compra dos quitutes de milho, o participante estará concorrendo a uma bicicleta.

Os interessados em colaborar podem entrar em contato com a secretária da Casa Paroquial, Natália, pelo telefone: 17 3634 1256.

RENDA E APRENDIZADO

Prefeitura de Votuporanga divulga inscrições on-line para curso de fabricação de ovos de Páscoa

Estão abertas as inscrições on-line para o curso "Fabrique e Venda: Ovos de Páscoa e Bombons", que será ministrado por profissionais do Senai e Sebrae no período de 22 a 31 de março. A capacitação é fruto da parceria entre a Prefeitura de Votuporanga, por intermédio da Secretaria Municipal do Desenvolvimento Econômico, Governo do Estado de São Paulo, Sebrae, Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (Senai), e será oferecido pelo Programa Empreenda Rápido, como capacitação Super MEI.

O secretário do Desenvolvimento Econômico, Rodrigo Beleza, informa que o curso tem como público alvo o Microempreendedor Individual e também todo aquele que deseja empreender e iniciar seu próprio negócio neste ramo, que tem demandas o ano todo. "Estes tipos de cursos voltados diretamente para o empreendedorismo deverão nortear a grade a ser definida pelo Centro de Treinamento de Mão de Obra (CTMO) para este ano", conclui.

O gerente do Escritório Regional do Sebrae-SP, Marcos Amâncio, destaca que o curso é super indicado para o momento atual, no qual as pessoas buscam atividades que exijam pouco capital, mas que geram bons lucros. "A capacitação tem por objetivo desenvolver as competências necessárias para a fabricação de ovos de páscoa e bombons, assim como para realizar os controles financeiros e vendas dos produtos", finaliza.

Para realizar a inscrição, a idade mínima é 18 anos e o interessado precisa ser alfabetizado. Com intuito de evitar aglomerações em cumprimento às medidas de restrições para combate e prevenção à Covid-19, as inscrições somente poderão ser realizadas através do link de um formulário no Google Forms. As vagas são limitadas e serão preenchidas por ordem de inscrição, com prazo máximo de encerramento marcado para o dia 12 de março.

Após o período de inscrições, os que preencherem as vagas serão comunicados para efetuar a matrícula. As inscrições que excederem ao número de vagas serão colocadas em lista de espera.

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS
EXTRATO DE CONTRATO N.º 017/2021.
DISPENSA Nº 014/2021
PROCESSO Nº 020/2021
Contratante: PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS
Objeto: Contratação de empresa para prestação de serviços de planejamento, desenvolvimento e execuções de soluções de comunicação digital para a Administração Pública do Município de Mesópolis.
Contratada: MARISSA PUPIM DOS SANTOS
Valor: R$ 15.500,00
Vigência Inicial – 02/03/2021
Vigência Final – 31/12/2021
JOSE CARLOS DA SILVA
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE MESÓPOLIS

HOMOLOGAÇÃO DE DECISÃO

Nos termos do artigo 109, parágrafo 4º, da Lei n. 8.666/93, ante os fundamentos da informação do Pregoeiro, DECIDO:

CONHECER dos recursos formulados pelas empresas Maria Gabriela Alves Parini e Braz Assessoria e Atendimento e Saúde, para, no mérito, NEGAR-LHES PROVIMENTO nos termos da legislação em vigor.

É como decido.

Mesópolis 02 de março de 2021

JOSE CARLOS DA SILVA
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE URANIA

EXTRATO DE TERMO ADITAMENTO

Processo	Nº. 021/2020
Modalidade Tomada de Preços	Nº. 003/2020
Contrato n°	Nº. 036/2020
Objeto	**CONTRATAÇÃO DE EMPRESA QUALIFICADA PARA EXECUÇÃO DE OBRAS DE AMPLIAÇÃO DA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE (CSF II), REFERENTE A EMENDA PARLAMENTAR 2020.9.15472, QUE INTEGRA A RESOLUÇÃO SS-55, DE 23 DE ABRIL DE 2020-SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE.**
Contratada	LUANA GOMES MAGRI PROJETOS E CONSTRUÇÕES ME
Valor do Aditamento do Contrato	R$30.174,92 (trinta mil cento e setenta e quatro reais e noventa e dois centavos)

Prefeitura Municipal de Urânia/SP, em 17 de fevereiro de 2021.

MARCIO ARJOL DOMINGUES
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE URANIA

EDITAL DE PUBLICAÇÃO
PROCESSO ADMINISTRATIVO Nº 0200000164/2021
PROCESSO LICITATÓRIO Nº 007/2021
PREGÃO PRESENCIAL Nº. 006/2021

A Prefeitura Municipal de Urânia (SP) torna público que fará realizar o certame licitatório na modalidade de Pregão Presencial, contratação de empresa para aquisição de material de construção diversos para a secretaria de obras e serviços urbanos a serem utilizados para reparos e manutenção de prédios e vias públicas.

Os documentos para o credenciamento, envelope proposta e documentação de habilitação deverão ser entregues à Avenida Brasil, nº. 390, centro, nesta cidade, impreterivelmente até as 09h00min do dia 18 de março de 2021, no Setor de Licitações da Prefeitura Municipal e o credenciamento e abertura dos envelopes será realizado na sequência.

Edital Completo e maiores informações serão fornecidas pelo Departamento de Licitações da Prefeitura Municipal, de Segunda a Sexta-feira, das 08h30min às 11h30min e das 13h00min às 16h00min pelo e-mail: licitacao@urania.sp.gov.br.

Prefeitura Municipal de Urânia (SP), em 02 de março de 2021. MARCIO ARJOL DOMINGUES. Prefeito Municipal.

VISA SANTA SALETE

Comunicado de DEFERIMENTO referente à protocolo: 005/2021 Data de Protocolo: 25/02/2021 CEVS: 354765001-472-000028-1-0 Data de Validade: 03/03/2022 Razão Social: ALINE APARECIDA DE CARVALHO 34571445830 CNPJ/CPF: 30.957.904/0001-70 Endereço: Rua 03, 904 RESIDENCIAL ANGELICA COSTA Município: SANTA SALETE CEP: 15768-000 UF: SP Resp. LEGAL: ALINE APARECIDA DE CARVALHO CPF: 34571445830
O Diretor da EQUIPE DA VISA MUNICIPAL DE SANTA SALETE.
Defere o(a) Licença Sanitária Inicial do Estabelecimento.
O(s) responsável(s) assume(m) cumprir a legislação vigente e observar as boas práticas referentes as atividades prestadas, respondendo civil e criminalmente pelo não cumprimento de tais exigências, ficando inclusive sujeito(s) ao cancelamento deste documento SANTA SALETE, Quarta-feira, 3 de Março de 2021

PREFEITURA MUNICIPAL SANTA ALBERTINA

PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTA ALBERTINA

EDITAL DE PUBLICAÇÃO
PREGÃO PRESENCIAL Nº 006/2021

A Prefeitura Municipal de Santa Albertina/SP, torna público que fará realizar PREGÃO PRESENCIAL, para Contratação de Empresa Especializada para Prestação de Serviços na publicação dos Atos Oficiais do município, durante o exercício de 2.021. Os envelopes de Propostas deverão ser entregues, impreterivelmente, até as 09h00m do dia 16 de março de 2021, à Rua Armindo Pilhalarmi, nº 1.121, centro, nesta cidade, no Departamento de Licitações da Prefeitura Municipal. O pregão acontecerá logo após o credenciamento e recebimento dos envelopes de propostas e documentação no mesmo dia 16 de março de 2021. Edital Completo, apontando quais os eventos que deverão ser realizados, e maiores informações serão fornecidas pelo Departamento de Licitações da Prefeitura Municipal, de Segunda a Sexta-feira, das 8h00m às 11h00m e das 13h00m às 16h00m e pelo site www.santaalbertina.sp.gov.br.

Santa Albertina, 03 de março de 2021.

GERSON FORMINGONI JUNIOR
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL SANTA SALETE

EDITAL DE PUBLICAÇÃO
PROCESSO ADMINISTRATIVO Nº 21/2021
PREGÃO PRESENCIAL N.º 05/2021

JEDER FABIANO SANTIAGO SOUZA, Prefeito do Município de Santa Salete, Estado de São Paulo, no uso de suas atribuições legais, torna público que:- Encontra-se em aberto processo de licitação na modalidade Pregão Presencial, do tipo "Menor Preço por Lote", objetivando a Contratação de empresa para a prestação de serviços de assessoria pedagógica, englobando formação e fornecimento de material didático a ser utilizado por alunos e professores da Rede Municipal de Ensino. O Edital completo com os seus anexos, encontra-se disponível para retirada, pessoalmente ou (e-Mail): licitacao@santasalete.sp.gov.br, até o dia 22/03/2021 ou no primeiro dia útil subsequente, em caso de feriado ou ponto facultativo, com início de credenciamento às 09h00m, na Sala do Setor de Licitação. Maiores informações no Setor de Licitação da Prefeitura do Município de Santa Salete, sito na Rua Barão do Rio Branco n.º 600 – Centro, pessoalmente, ou pelo telefone (17) 3662-9000, no horário das 08:00 às 11:00 e das 13:00 às 16:00 horas, de Segunda as Sextas-Feiras.

Prefeitura Municipal de Santa Salete (SP), 04 de março de 2021.

JEDER FABIANO SANTIAGO SOUZA.
Prefeito Municipal.

PREFEITURA MUNICIPAL SANTA SALETE

EXTRATO DE CONTRATO Nº 011/2021.

Processo	017/2021
Modalidade Dispensa	009/2021
Contrato nº.	011/2021
Objeto	**Contratação de Empresa Especializada no Ramo para Fornecimento de Medicamentos para Atender as Necessidades da Unidade Básica de Saúde de Santa Salete/SP.**
Contratada	**CIRÚRGICA RIOPRETANA LTDA**
Valor	**R$ 11.549,00 (onze mil quinhentos e quarenta e nove reais).**
Prazo	18 de fevereiro de 2021 à 18 de abril de 2021.

Município de Santa Salete (SP), em 18 de fevereiro de 2021.

JEDER FABIANO SANTIAGO SOUZA
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL SANTA SALETE

EXTRATO DE CONTRATO

Processo	019/2021
Dispensa	011/2021
Contrato nº.	012/2021
Objeto	**Contratação de empresa especializada para Prestações de Serviços Mecânicos e Fornecimento de Peças para Conserto do veículo: Corola 2.0 16v 2013, Placa: EGI 1637.**
Contratada	**YNOES GASPAR FILHO – EPP**
Valor	R$ 12.093,00 (doze mil e oitenta e três reais).

Prefeitura Municipal de Santa Salete (SP), 18 de fevereiro de 2021.

JEDER FABIANO SANTIAGO SOUZA
Prefeito Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL SANTA SALETE

Referência: Processo nº 71/2020 – Tomada de Preços nº 02/2020

Ementa: Revogação. Procedimento Licitatório. Contratação de empresa objetivando a execução de obras de Execução de Serviços com Fornecimento de Mão de Obra, Materiais, Máquinas e Equipamentos, Destinados a Reforma e Ampliação do Centro Comunitário Social do Município de Santa Salete/SP.

DECIDE:
Com fulcro nos fundamentos de fato e de direito já expostos, REVOGAR o Procedimento Licitatório – Tomada de Preços nº 02/2020.

Publique-se.

Ao fim, arquive-se.

Prefeitura Municipal de Santa Salete (SP), em 02 de março de 2021.

JEDER FABIANO SANTIAGO SOUZA
Prefeito Municipal

E MAIS

Mês de março relembra cuidados e prevenção em relação ao câncer colorretal: tumor é um dos mais comuns no Brasil

Pandemia diminuiu número de exames de diagnóstico no país, essenciais para detecção precoce da doença e redução da mortalidade

Em todo o mundo, o câncer colorretal é o terceiro tipo mais comum, sendo responsável por cerca de 10% de todos os diagnósticos de câncer. Esse alerta para a sociedade em geral ganha um reforço neste mês, que marca a campanha Março Azul-marinho, voltada à promoção do cuidado e à prevenção da condição em todo o mundo.

O tumor colorretal se desenvolve no intestino grosso: no cólon ou em sua porção final, o reto. O principal tipo de tumor colorretal é o adenocarcinoma e, em 90% dos casos, o tumor se origina a partir de pólipos na região que, se não identificados e tratados, podem sofrer alterações ao longo dos anos, podendo se tornar cancerígenos. A principal forma de diagnóstico e prevenção é através do exame de colonoscopia, em que um tubinho flexível com uma câmera na ponta é introduzido no intestino e faz imagens que revelam se há presença de possíveis alterações, permitindo, inclusive, remoção de pólipos e biópsias de lesões suspeitas. No Brasil, o Ministério da Saúde recomenda iniciar o rastreio do câncer de cólon e reto da população adulta de risco habitual na faixa etária de 50 anos - mas muitos países já reduziram para 45 anos de idade.

"Grande parte dos tumores de intestino aparece a partir dos chamados pólipos, que são lesões benignas que crescem na parede interna do órgão, mas que se não identificadas preventivamente podem evoluir e se tornarem malignas com o passar do tempo. Após os 50 anos de idade, a chance de apresentar pólipos aumenta, ficando entre 18% e 36%, o que consequentemente representa um aumento no risco de tumores malignos decorrentes da condição a partir dessa fase da vida e por isso ela foi estabelecida como critério para início do rastreio ativo. Além de detectar esses pólipos, a colonoscopia permite que eles sejam retirados, o que funciona como mais uma forma de prevenir o câncer", explica a oncologista Renata D'Alpino, do Grupo Oncoclínicas.

Ela lembra que pessoas com histórico pessoal de pólipos ou de doença inflamatória intestinal, como retocolite ulcerativa e doença de Crohn, bem como registros familiares de câncer colorretal em um ou mais parentes de primeiro grau, principalmente se diagnosticado antes de 45 anos, devem ter atenção redobrada e realizar controles periódicos antes da idade base indicada para a população em geral.

Segundo dados do INCA (Instituto Nacional de Câncer), o câncer colorretal é o terceiro mais frequente entre os homens, logo após do câncer de próstata e de pulmão, e o segundo mais incidente nas mulheres, perdendo apenas para o câncer de mama. Estimam-se que neste ano tenhamos 40.990 casos novos de câncer de cólon e reto, afetando em proporção quase igual ambos os gêneros. Já o número de mortes chega a 18.867, sendo 9.207 homens e 9.660 mulheres, de acordo com os dados mais recentes disponíveis.

Ainda assim, a médica afirma que há muitos tabus que cercam o rastreio preventivo do câncer colorretal, o que contribui para a baixa adesão ao controle precoce da doença mesmo entre pessoas que fazem parte do grupo com risco aumentado. "Muitas vezes, o tumor só é descoberto tardiamente, diante de sintomas mais severos, como anemia; constipação ou diarreia sem causas aparentes; fraqueza; gases e cólicas abdominais; e emagrecimento. Apesar do sangue nas fezes ser um indício inicial de que algo não vai bem na saúde, muitas pessoas costumam creditar essa ocorrência a outras causas convencionais, como hemorróidas, e acabam postergando a busca por aconselhamento médico e a realização de exames específicos. Isso faz com que muitas pessoas só descubram o câncer em estágios avançados", diz.

E em tempos de pandemia e com a superlotação dos ambientes hospitalares, houve ainda impactos diretos no volume de realização de colonoscopias no país, o que pode de fato trazer desdobramentos preocupantes na luta contra o câncer.

"Apesar de simples, esse exame requer preparo prévio e por ser considerado invasivo, teria risco de contaminação pelo COVID-19. Por isso, em um primeiro momento, sua realização sofreu os impactos das incertezas trazidas pela pandemia, especialmente nos primeiros meses de 2020, quando muitos centros hospitalares e de medicina diagnóstica precisaram se reorganizar para garantir fluxos seguros para pacientes. Temos relatos de serviços que fecharam completamente durante a primeira onda de contaminações pelo vírus e outros tantos que cancelaram por um período esse tipo de procedimento. Com isso, certamente veremos em breve, como consequência, o crescimento nos casos de tumores descobertos em fase avançada, quando a chance de cura se torna consideravelmente reduzida", frisa Renata.

A percepção apontada pela oncologista é reforçada por dados oficiais: desde o início da pandemia de Covid-19 no País, ao menos 70 mil brasileiros deixaram de ser diagnosticados com câncer no Brasil, segundo as Sociedades Brasileiras de Patologia e de Cirurgia Oncológica (SBP e SBCO). E mesmo com o constante alerta das autoridades de saúde e entidades voltadas à conscientização sobre o diagnóstico precoce como a melhor forma de garantir tratamentos menos intrusivos e mais eficazes para a sobrevida dos pacientes, o agravamento do quadro do câncer é uma preocupação global e exames de rotina não deveriam ser deixados em segundo plano.

Incidência cresce entre jovens adultos

Para Renata, outro ponto de grande relevância no combate ao câncer colorretal é o estabelecimento de uma recomendação mais clara para triagem de casos assintomáticos, quando não há sinais de sintomas clássicos que podem levantar suspeitas - caso de sangramentos corriqueiros visíveis nas fezes - entre a porção da população com menos de 50 anos. Entre as ações possíveis, ela destaca uma iniciativa liderada pela US Preventive Services Task Force que considera que testes menos invasivos poderiam ser iniciados precocemente e repetidos com intervalos menores em comparação à colonoscopia. Além disso, prevê mudar a idade de rastreamento para os 45 anos, devendo ser repetido a cada 5 anos em caso de resultados normais, como já vem sendo sugerido desde 2019 pela American Cancer Society (ACS).

"Nos EUA o debate sobre uma possível mudança de protocolo, passando a adotar a idade de 45 anos como remendada para o início do rastreio periódico, está sendo baseada na avaliação de centenas de levantamentos e ensaios clínicos que levam em conta o perfil de pessoas assintomáticas na faixa etária acima dos 40 anos. Uma forma possível de ampliar as chances de prevenção seria a indicação de pesquisa das fezes, por meio de testes imunoquímicos e testes de sangue oculto fecais em pessoas mais jovens e que não apresentam mudanças de saúde perceptíveis. De acordo com os resultados, havendo achados suspeitos, a colonoscopia seria então realizada", ressalta a especialista da Oncoclínicas.

Um dos estudos científicos que embasam a argumentação foi publicado no Journal of the National Cancer Institute e realizado nos Estados Unidos de 1974 até 2014. A análise mostrou que nas pessoas entre 20 a 39 anos de idade, por exemplo, o número de casos novos de câncer de intestino vem crescendo anualmente, entre 1% e 2,4%, desde a década de 1980. Já os casos de câncer de reto, nas pessoas entre 20 e 29 anos de idade, tiveram um aumento anual médio de aproximadamente 3,2%, desde 1974.

"Em grande parte, esses resultados apontam para uma consequência de hábitos de vida menos saudáveis, com maior taxa de sedentarismo e consumo de alimentos ultraprocessados como refrigerantes, salgadinhos e enlatados. A predisposição genética conta como risco, mas não podemos esquecer que há outros fatores que podem contribuir para o surgimento da doença, tais como obesidade, sedentarismo, dieta rica em carnes vermelhas, tabagismo e alcoolismo. E esses são fatores que fazem parte da 'vida moderna' e ajudam a desvendar as razões pelas quais devemos reforçar a conscientização sobre os impactos das nossas decisões pessoais no crescimento de casos de câncer - e não apenas do colorretal", finaliza Renata D'Alpino.

DICA

Razões pelas quais todas as mulheres deveriam praticar yoga

Aumenta a imunidade, melhora a ansiedade e levanta a autoestima. De acordo com a Yogini Priscilla Leite, o Yoga é essencial para mulheres em todos os estágios da vida.

Elas são multitalentosas e multifacetadas, que conduzem a sua vida profissional e pessoal equilibrando a força e a delicadeza que é ser mulher. Mas com tantas obrigações e responsabilidades, na maioria dos casos a mulher moderna mal consegue tirar um tempinho para cuidar de si mesma. O autocuidado raramente é adicionado à sua lista de tarefas e se isso acontecer, raramente é riscado do seu checklist, não é mesmo?

"As mulheres são capazes de realizar diferentes tarefas ao mesmo tempo, mas para lidar com desafios e estresse, sejam emocionais ou físicos é importante estar com a saúde em dia. A prática do Yoga ajuda a pessoa a olhar para si com cuidado e afeto, prestando atenção às suas necessidades particulares, ajuda também a cultivar o bem-estar físico e emocional" – pontua Priscilla Leite, percussora do Yoga online e gratuito no Brasil.

A professora explica que, esteja você prestes a entrar na universidade ou se preparando para ser avó ainda sim o Yoga é a atividade ideal para você fazer, pois ele não ajuda apenas a aumentar a força e tonificar os músculos, mas também tem como benefícios aumentar a consciência corporal e reduzir a ansiedade. "Nós mulheres passamos por muitas alterações hormonais durante a vida, que refletem diretamente em nosso corpo e saúde. Diferentes fases da vida geram diferentes necessidades e cuidados e o Yoga, de forma geral nos capacita e prepara para cada um desses estágios"- Afirma a Yogini, considerada a maior professora de yoga online do Brasil, somando em suas redes sociais mais de 1M de seguidores.

Priscilla, conhecida carinhosamente por seus alunos como Pri Leite além de dar aulas de Yoga gratuita toda semana para sua comunidade no Youtube no canal Pri Leite Yoga também é mãe de dois (sendo um ainda na barriga) e empreendedora. "Apesar de tantas responsabilidades não fico um só dia sem tirar um tempinho para mim, mesmo que sejam 10 minutos. A Yoga me dá a oportunidade de me conectar profundamente com o meu corpo, apreciá-lo e modificá-lo para melhor. As posturas e as respirações trabalham para melhorar nosso estado físico de modo que passemos a amar cada dia mais estar em nossa própria pele" – explica.

E dentre alguns benefícios que a prática promove, a yogini destaca que a atividade é capaz de melhorar a circulação sanguínea, reduzir o estresse, melhorar a flexibilidade, reduzir o risco de doenças cardiovasculares, colesterol e pressão arterial e também ajudar a amenizar enxaquecas, insônia e ainda estimular o processo metabólico, melhorando o sistema imunológico, a capacidade respiratória e pulmonar e como se não bastasse tudo isso, a Yoga também auxilia na perda de peso.

Mas as vantagens de praticar não param por ai. À medida que fortalece o corpo, a yoga também ajuda a fortalecer e a acalmar a mente. "A atividade nos ajuda a estar presente e conhecer as raízes das nossas emoções. É por isso que sempre digo que o Yoga tem um impacto visível na nossa autoestima, e se sentir mais viva depois de praticar é um resultado natural disso" – diz.

O Yoga é uma prática que pode ser incorporada ao estilo de vida de qualquer mulher segundo Priscilla, afinal, para realizá-lo não é preciso nenhum equipamento especifico e nem muito espaço. Além disso, a atividade traz benefícios duradouros. "O Yoga é uma prática com mais de 5 mil anos de história e continua a ser atualizado com novas formas de tempos e tempos. Poderia ter selo de aprovação melhor do que esse? Agora que você já sabe, aproveite para tirar alguns minutinhos por dia pra fazer com que a prioridade seja única e exclusivamente você" – encoraja a professora.