

Gazeta de Guararema

A informação ao alcance de todos

Jornal Gazeta de Guararema - Sábado, 18 de Janeiro de 2025 <> ano 15 - nº 643 <> Distribuição gratuita

Edição de Imagens - Editor Quinzinho

Guararema Sem Pagar conta com atualização nas linhas e horários para o transporte público municipal

Além da gratuidade total na tarifa dos ônibus municipais, programa da Prefeitura de Guararema traz diversos outros benefícios

Fotos: Comunicação/ PMG



O Guararema Sem Pagar, que teve início no dia 1º de janeiro de 2025 com gratuidade total no transporte público municipal, também traz outros benefícios. Entre eles,

estão a implementação de um novo sistema de linhas e horários que passou por atualizações que já entraram em vigor no dia 13 de janeiro. Outra novidade é a organização de linhas por

cores e região, facilitando a compreensão de todos. O sistema atual inclui novas linhas que fazem a conexão direta entre terminais, que circulam nos bairros e conta com alterações

pensadas para deixar as viagens mais rápidas e confortáveis. A informação se a linha é direta ou precisa de baldeação para chegar ao destino final está na descrição de cada itinerário. Acompanhar as mudanças nas linhas é fácil e rápido. Tanto no celular como no computador, basta acessar <http://sempagar.guararema.sp.gov.br> e clicar em "Horários" para visualizar todas as linhas dos ônibus municipais. "Os itinerários estão em constante atualização, pois todo o

nosso time está trabalhando para que o Guararema Sem Pagar atenda, com velocidade, agilidade, conforto e segurança, a todos os bairros, que passam a usufruir de um novo conceito de mobilidade urbana", afirma o prefeito de Guararema, o Zé.

Muitos benefícios

Além das novas linhas e horários, bem como do site informativo <http://sempagar.guararema.sp.gov.br>, o Guararema Sem Pagar

oferece diversos outros benefícios aos usuários do transporte público municipal. O principal deles é a gratuidade total na tarifa, sem necessidade de comprovação de residência ou uso de cartões.

O programa também contempla a renovação da frota. Antes, eram 19 ônibus circulando, e agora são 38, sendo 21 veículos zero quilômetro, equipados com Wi-Fi e carregadores USB. Há também as linhas exclusivas para alunos das redes municipal e estadual de ensino, que começam a operar a partir de fevereiro.

Além do site oficial, informações podem ser obtidas junto ao Departamento de Transportes da Prefeitura de Guararema, que atende pelo telefone (11) 4693-8730, das 8h às 12h e das 13h às 17h, de segunda a sexta-feira.

Prefeitura de Guararema reforça prevenção e combate à febre maculosa

Doença transmitida pela picada de carrapatos infectados é tema de campanha de conscientização coordenada pela Secretaria Municipal de Saúde

Fotos: Comunicação/PMG



A Prefeitura de Guararema, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, reforça a importância do combate à febre maculosa. A doença pode variar de sintomas leves até graves, com alta taxa de letalidade e é causada pela bactéria do gênero *Rickettsia*, transmitida pela picada de carrapatos infectados.

O principal objetivo da campanha é a conscientização e por isso são disponibilizadas informações importantes sobre prevenção. Seja via redes sociais, panfletos ou instruções nas Unidades de Saúde, os moradores são orientados a ter cuidado ao andar em margens de rios e cursos d'água, a ter cautela

com a contaminação de cães, gatos e cavalos, e a fazer manutenções em propriedades rurais ou localizadas à beira de rios. Todos também são orientados, a partir de placas instaladas em pontos estratégicos, próximos ao rio Paraíba do Sul, onde o carrapato costuma aparecer com maior frequência, a não acariciar ou alimentar animais silvestres como capivaras, que podem agir como hospedeiros de carrapatos, transportando-os em seus corpos.

Também é recomendado o cuidado redobrado com a higiene dos animais domésticos. Para além da comunicação à população, a campanha intensifica os trabalhos de enfrentamento da febre maculosa em outras áreas.

A Vigilância em Saúde, por exemplo, segue realizando o monitoramento, desde a notificação dos casos suspeitos, o acompanhamento dos casos clínicos, com garantia das coletas de exames laboratoriais até o fechamento do caso.

Também é realizado o Manejo Clínico com atualização do protocolo médico de notificação, tanto na Santa Casa como nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), com fluxo assistencial definido, procedimentos laboratoriais de investigação da doença, aquisição e dispensação de antibiótico adequado.

E ainda faz parte das estratégias o Manejo Ambiental por meio da capacitação da equipe



de zoonoses para coleta, identificação dos carrapatos nos locais com casos suspeitos, realização de visita casa a casa, com panfletagem em áreas com casos suspeitos levando informações relevantes à população.

Outras informações sobre o combate à febre maculosa estão disponíveis pelo

telefone (11) 4693-8040 ou presencialmente nas Unidades de Saúde (UBS Lambari, UBS Jardim Dulce e Cesap) e na sede da Secretaria Municipal de Saúde, que atende na rua Dona Laurinda, 512, no Centro de Guararema, das 8 às 12 horas e das 13 às 17 horas, de segunda a sexta-feira.

Vereador Tíu é o novo Presidente do Poder Legislativo de Guararema

Foto: Quinzinho

Fotos: CMG



Vereador Claudinei Santos de Oliveira (Tíu)
Presidente do poder Legislativo de Guararema

Em reunião realizada no plenário da Câmara Municipal de Guararema

André Aparecido Alves de Araújo como 1º Secretário e Vanessa Martins dos Santos como 2ª Secretária.

Após a Sessão de Posse que aconteceu no dia 1º de janeiro, os vereadores, reuniram-se para eleger a nova Mesa Diretiva para o biênio de 2025 – 2026, ficando assim constituída:

A nova mesa é responsável por dirigir os trabalhos legislativos e administrativos da Casa de Leis.

composta pelos Vereadores Claudinei Santos de Oliveira (Tíu) como Presidente; Maria de Fátima Soares Pereira de Souza (Fatinha) como Vice-Presidente;

A Mesa Diretora é alterada a cada dois anos, por meio de eleição interna que elege os 4 integrantes entre os 11 Vereadores.

Fonte: Câmara de Guararema Assessoria de Imprensa

Os suplentes de vereadores André Costa da Silva (DC), e Reinaldo Gaspar (PL), também tomaram posse com a licença dos vereadores Sidnei Santos Leal (PL) e Irineu Claudio Leite (DC)



Vereador André Costa



Vereador Reinaldo Gaspar

Vereadores eleitos Claudinei Santos de Oliveira (Tíu), André Augusto de Oliveira, José Dimas Maia da Silva, Pedro Gabriel do Prado, Vanessa Martins, Maria de Fátima Soares Pereira de Souza (Fatinha), José Francisco da Fonseca, André Aparecido Alves de Araújo, Sidnei Santos Leal, Irineu Claudio Leite e Eduardo Aparecido Moreira Franco.



25 anos de tradição

Cal-Ferro- Areia-Pedra-Cimento



Fones: (11) 4693 4627 - Cel: (11) 99970 9843 - Rua José Fonseca Freire nº 201
Bairro Nogueira - Guararema / SP - e-mail: criscaipira7@gmail.com

Dupol Soluções em Ferramentas Ltda - Torna público que requereu na PREFEITURA MUNICIPAL DE GUARAREMA a Licença Prévia, de Instalação, concomitante para a atividade de fabricação de ferramentas situada na Rua Joaquim Ferreira de Mattos Junior, 76 - Itapema - Guararema - CEP: 08900-000.

EXPEDIENTE

Diretor Presidente: Joaquim da Silva Constantino. MTB: 026239/SP
e-mail: quingma@hotmail.com / e-mail: fotografoquinzinho@gmail.com
As colunas e artigos assinados pelos colaboradores não representam necessariamente a opinião do Jornal Gazeta de Guararema; são inteiramente de responsabilidade de seus autores. Fundação: 17 de Agosto de 2010
Tiragem: 5mil exemplares - site: www.gazetadegararema.com.br
Jornal Semanal Distribuição gratuita no município de Guararema
Endereço: Rua 23 de Maio nº 337 - Guararema/SP
Telefones: (11) 4693-4771 - (11) 4693- 5600 - Cel. (11) 97217- 0673



Qualidade e bom gosto para sua Casa

Venha nos visitar e compreve!

Tudo pronta entrega
11 4693.1915
11 4693.1065



Rua Dr. Falcão. nº 251 - centro Guararema/SP

Prefeito Zé toma Posse cumpre promessa de campanha e anuncia gratuidade na tarifa do transporte público em Guararema

Reeleito com 13.820 votos, prefeito Zé participou de Sessão Solene realizada em Guararema ao lado do vice-prefeito reeleito Odvane Rodrigues e vereadores que compõem o mandato 2025-2028 na Câmara Municipal.

Fotos.Comunicação (PMG)



Aberta ao público, a posse do prefeito reeleito de Guararema, Zé (PL) e também do vice-prefeito reeleito, Odvane Rodrigues (PL), foi realizada durante a manhã do dia 1º de janeiro.

(Fatinha), Irineu Claudio Leite, José Francisco da Fonseca (Zézão do Porto), José Dimas Maia da Silva (Juquinha), Pedro Gabriel do Prado (Pedrinho), Sidnei Leal e Vanessa Martins.

A cerimônia foi realizada em nossa Cidade, com presença também dos parlamentares que compõem o mandato 2025-2028 na Câmara Municipal de Vereadores.

Gratuidade na tarifa do transporte público

Também no dia 1º de janeiro o prefeito Zé acompanhou o início do programa Guararema Sem Pagar, da Prefeitura de Guararema, que implementa, entre outros benefícios, a gratuidade total na tarifa do transporte público e é um de seus compromissos de campanha.

Durante a Sessão Solene de Instalação da 27ª Legislatura do Município, que foi presidida pelo Nobre Edil Claudinei Santos de Oliveira (Tiu), o prefeito Zé, em seu discurso visivelmente emocionado, agradeceu pelo apoio da população, que o relegeu, após quatro anos de trabalho, com a maior votação que Guararema já registrou. "Não tenho palavras para agradecer aos 13.820 votos de confiança que confirmam que estamos no caminho certo, no caminho do desenvolvimento", disse ele, que estava acompanhado da primeira-dama e presidente do Fundo Social de Solidariedade de Guararema, Carmen Rosana, da filha Pietra Freire e do genro Cleiton Ribas.

"Este é um sonho que estamos muito felizes em realizar. Estamos, como eu sempre digo, cuidando de gente e garantindo o pãozinho quente no café da manhã dos moradores.

A passagem de ônibus agora é de graça e a frota está renovada, com novas linhas e horários", disse ele no novo viário que liga o Nogueira ao Centro, onde parte da nova frota de ônibus esteve exposta no decorrer do dia 1º de janeiro

Durante a solenidade também tiveram momento de fala e afirmaram compromisso de "cumprir a Constituição da República, a Constituição do Estado e a Lei Orgânica do Município" o vice-prefeito Odvane Rodrigues (PL) e os 11 vereadores eleitos (André Araújo, André Augusto de Oliveira (Dé), atual presidente da Câmara de Vereadores, o Claudinei Santos de Oliveira (Tiu), Eduardo Aparecido Moreira (Du), Fátima Soares





Colunista Social - Cel: (11) 9 9607 8329 - e-mail: sileneoliveira2017@hotmail.com

SILENE

Visitem o site: www.gazetadeguararema.com.br

Fazer aniversário não é ficar mais velho, mas agradecer a Deus por mais um ano bem vivido. Fazer aniversário é uma dádiva, é simplesmente dizer que a vida é bela e vale muito a pena ser vivida. Desejamos aos aniversariantes do mês de janeiro (primeira quinzena) que o seu interior alcance a paz, que sua fé nunca se abale, que nunca perca a esperança e que Deus continue abençoando imensamente sua vida mostrando o melhor caminho e te fazendo merecedor de grandes realizações. Parabéns e muitas felicidades!



Walter Magnesi (01/01)



Anísio Cunha (02/01)



Francisca Gissi (03/01)



Mara Castrezana (04/01)



Nanci Reis Vieira (06/01)



Ivone Gobetti Rodrigues (05/01)



Zé Reinaldo Santos (06/01)



Vereador André Augusto de Oliveira (Dé) (07/01)

OLIVEIRA



Vereadora Maria de Fatinha Soares (Fatinha) (10/01)



Marli Venâncio (10/01)



Moabe Azevedo dos Santos (08/01)



Davy Henry de Oliveira Gregório (11/01- completou 7 anos)



Rubem Guimarães (11/01)



Keli Ferreira (12/01)



Elena Dias (13/01)



Carla Nascimento (14/01)

GUARAREMA



**SEM
PAGAR**



**AGORA, IR E VIR DE ÔNIBUS
NÃO CUSTA NADA**

+ LINHAS E HORÁRIOS PARA ATENDER A TODOS OS BAIRROS

**FIQUE LIGADO: ALGUMAS LINHAS
AGORA ESTÃO SEPARADAS POR CORES**



LINHA ROSA

CENTRO | LAMBARI | PARATEÍ



LINHA AZUL

CENTRO | FUKUSHIMA | ROSEIRA



LINHA MARROM

CENTRO | PARQUE AGRINCO | BARBOSA



LINHA VERDE

CENTRO | CEREJEIRA



LINHA AMARELA

CENTRO | COSTÃO | PONTE ALTA
ALPES | SÍTIO DOS QUINZE | LAGOA NOVA
SERROTE | PORTEIRA PRETA



LINHA VERMELHA

CENTRO | LAMBARI | GUANABARA
JARDIM LUIZA



LINHA LARANJA

ESCOLAR

AUMENTO DA FROTA DE 19 PARA 38 ÔNIBUS, SENDO 21 ZERO QUILOMETRO COM WI-FI, ENTRADAS USB PARA CARREGAR CELULAR E TVs INFORMATIVAS

LINHAS EXCLUSIVAS PARA TRANSPORTE ESCOLAR DA REDE MUNICIPAL E ESTADUAL



**CONFIRA AS LINHAS,
HORÁRIOS DE ÔNIBUS E TODAS AS
INFORMAÇÕES SOBRE O PROGRAMA**

SEMPAGAR.GUARAREMA.SP.GOV.BR



**Demais linhas seguem
normalmente sem
identificação por cor**



PREFEITURA DE
Guararema

Acqua Boya Academia > Saúde e Fitness > > >



José Marcos, Educador Físico

O início do ano, pós festas e para alguns, pós férias, traz desafios físicos e metabólicos que devem ser compreendidos e respeitados. Algumas semanas são tempo suficiente para que o corpo perca força, flexibilidade, resistência e condicionamento. E aí está o

TREINOS PÓS FÉRIAS E FESTAS

desafio. Entender o processo e encarar o trabalho de base, seja qual for a modalidade praticada. A tendência nesse período é de cometer excessos, principalmente gastronômicos. Comer mais, dormir mais, descansar demais. Além da comilança das festas, as comidas e bebidas de praia ou de viagem são sempre mais calóricas. Além disso, são mais horas no sofá, na beira da praia ou da piscina. É natural reduzir ou até mesmo não praticar nenhuma atividade física nesse tempo. Não apenas o corpo como a mente merecem essa pausa. Fisiologicamente, a pessoa que pratica atividade física

regular tem o metabolismo acelerado e, normalmente, consome pouca ou controla a quantidade de calorias ingeridas. Nessa pausa, o metabolismo diminui e as calorias ingeridas a mais do que estão acostumados tornam-se gordura em excesso. Por isso, na hora de voltar à vida normal, alguns cuidados precisam ser tomados. Na volta aos treinos pós-férias, o foco deve ser o fundamento, ou seja, o básico, para, aos poucos, poder construir uma nova constância de crescimento. Geralmente, duas semanas são o suficiente para essa readaptação e, aí sim, os

exercícios mais intensos podem voltar à rotina. O treinamento funcional de intensidade leve/moderada é recomendado nas primeiras semanas. Isso também é válido para as atividades moderadas. Antes e depois das atividades físicas, o alongamento é sempre necessário. Depois de um recesso então, ele é fundamental para evitar

lesões e dores. Retomar o cardápio balanceado, evitando excessos de açúcar, sal, gordura e álcool, é tão fundamental quanto retomar os exercícios. Quando se pratica atividades físicas regularmente, os nossos músculos não perdem as proteínas durante pausas. Por isso, a tendência é que, ao voltar a treinar com frequência,

os músculos recuperem o condicionamento bem rápido. E finalmente, estabeleça pequenas metas e tenha objetivos muito bem definidos! Busque o melhor desempenho nos treinos, reforçando sempre a mensagem de que esse esforço é essencial para os resultados.

José Marcos, Educador Físico . CREF 040000133 - G/SP . Diretor Técnico e Professor da Acqua Boya Academia - Guararema e-mail: josebgeraldo@ig.com.br

Rua José Ramires, 312 | Ipiranga - Guararema
Telefones: 4693-6422 e 97593-8151

f Acqua Boya Academia



Benefício Assistencial de Prestação Continuada (BPC).

Por.Dr.Orestes Nicolini Netto. Advogado-OAB/SP-314.688



Trata-se de benefício assistencial instituído pela Lei 8.742/93, também conhecida como LOAS (lei orgânica de assistência social), que é pago mensalmente pelo Instituto Nacional de Seguro Social (INSS) objetivando garantir

uma renda mensal de 01 (um) salário mínimo aos idosos com 65 anos de idade ou mais, ou pessoas portadores de deficiência que se apresentam incapacitados para o trabalho e para uma vida independente.; Em ambas

as situações, deve-se comprovar que não exerçam atividade remunerada e que não possuem meios de prover à própria subsistência (miserabilidade) ou de tê-la provida por sua família, ou seja, é preciso comprovar a impossibilidade de garantir seu sustento e que sua família também não possua essa condição. Mas atenção: desde que não recebam outro benefício assistencial ou previdenciário e de que a renda per capita familiar mensal não for superior a 1/4 (25%) do salário-mínimo. Ademais, não se trata de uma aposentadoria (que é um benefício previdenciário), e sim de um benefício assistencial que inclusive não têm direito ao 13º salário, não conta como tempo de contribuição e nem dá direito à pensão por morte com o falecimento do beneficiário.

Dr.Orestes é advogado.

Também muito requisitado para Regularização com procedimento de Usucapião é a maneira adequada para aquisição da propriedade a quem detém a posse de um imóvel (terreno) por certo prazo previsto em lei. Este é o sonho de milhares de brasileiros. É o passaporte para a propriedade de sua moradia.

Rua João de Mello nº 201 Guararema/SPFones: (11) 4693-1046 - (11) 4695-1272 e cel. (11) 95302-7180

Agende uma consulta: (11) 99910-7781
R. 23 de Maio, 398, Guararema-SP, Brazil

- ✓ Implantodontia
- ✓ Lentes de Contato
- ✓ Estética Dental
- ✓ Periodontia (tratamento da gengiva)
- ✓ Odontologia preventiva e corretiva
- ✓ Prótese Dentária
- ✓ Invisalign
- ✓ Aparelho Ortodôntico
- ✓ Pediatria
- ✓ Endodontia

UNNO | Dr. Christian Paglia



PLUS Contábil

Nossa equipe, sempre atualizada, realiza com presteza para sua empresa os seguintes serviços: de administração de benefícios, Assessoria Contábil, Fiscal, Trabalhista, Previdenciária, Dep. pessoal, Imposto de Renda, Admissões, rescisões, folha de pagamento, Cálculo e apuração de encargos trabalhistas. Atendimento a obrigações acessórias (Rais, Caged, Sefip, Dirf, etc.) A Plus Contábil com uma equipe excelente de profissionais pronta para assessorar a sua Empresa.

Faça uma visita e comprove! . Rua Basílio Batalha, 333 | Jd. Santista Mogi das Cruzes | SP
Telefone: (11) 4118-2797 - Whatsapp (11) 99909-7034 Telefone 11 96313-0569 (Comercial)

Prefeitura disponibiliza monitores para orientação sobre linhas e horários de ônibus do Guararema Sem Pagar

Ação teve início nesta terça-feira (14) em pontos estratégicos para ampliar o atendimento à população

Fotos: Comunicação/PMG

Como forma de ampliar o atendimento à população com orientação sobre linhas e horários do Programa Guararema Sem Pagar, a Prefeitura disponibilizou monitores em pontos estratégicos do município.

Com início nesta terça-feira (14), os monitores estão à disposição da população das 7 às 11 horas e das 16 às 19 horas, nos terminais provisórios ao lado da UBS do Lambari e da Lagoa Nova, próximo à empresa Petrobras, no Terminal Rodoviário Eduardo Ramires, no Ipiranga e no ponto de ônibus em frente à Escola Estadual Dr. Roberto Feijó, na região

central. Com gratuidade total no transporte público municipal, o programa também traz outros benefícios, como a implementação de um novo sistema de linhas e horários, que passou por atualizações nesta segunda-feira (13). Além disso, algumas linhas agora estão organizadas por cores e regiões, facilitando a compreensão de todos.

O sistema atual também inclui novas linhas que fazem a conexão direta entre terminais, circulam nos bairros e contam com alterações pensadas para deixar as viagens mais rápidas. A informação sobre se a linha é direta ou

se exige baldeação para chegar ao destino final está na descrição de cada itinerário.

Além dos monitores, para acompanhar as informações, basta acessar <http://sempagar.guararema.sp.gov.br> e clicar em "Horários" para visualizar todas as linhas dos ônibus municipais.

"Estamos focados em atender as demandas da população e trabalhar para que o transporte público municipal seja cada vez mais eficiente. Acredito que ampliar o atendimento à população para tirar dúvidas neste início do programa é fundamental",

afirma o prefeito de Guararema, Zé. A Prefeitura segue trabalhando no ajuste de linhas e horários para atender a demanda da população. Além do site oficial, solicitações e informações podem ser esclarecidas junto ao Departamento de Transportes que atende pelo telefone (11) 4693-8730, das 8 às 12 horas e das 13 às 17 horas, de segunda a sexta-feira.



VEM PARA O DOCE PREÇO!

SEU MERCADO DE TODO DIA.





doce preço
supermercado
Guararema

Rua 23 de Maio nº 337- Guararema/SP

Anuncie Conosco no Gazeta de Guararema
Empreendedores de sucesso, investem em propaganda. Visite também o nosso site:
www.gazetadegararema.com.br



Gazeta de Guararema
A informação ao alcance de todos

Rua 23 de Maio nº 337- Guararema/SP

Cel. (11) 972170673