

Gazeta de Guararema

A informação ao alcance de todos

Jornal Gazeta de Guararema - Sábado, 08 de Fevereiro de 2025 <> ano 15 - nº 645 <> Distribuição gratuita

Edição de Imagens - Editor Quinzinho

Prefeitura de Guararema anuncia programação de Carnaval

Em 2025 a folia tem pré-Carnaval e cortejo de blocos e matinês infantis entre os dias 22 de fevereiro e 4 de março

Fotos: arquivo Quinzinho

Com pré-folia, cortejo de blocos e também matinês infantis, a Prefeitura de Guararema divulga, nesta segunda-feira (3), a programação do Carnaval 2025 no município. Como sempre, a festa terá entrada gratuita e diversão para todas as idades entre 22 de fevereiro e 4 de março.

As atividades começam no dia 22 de fevereiro, sábado, quando será realizado o 7º Concurso de Marchinhas Carnavalescas de Guararema, às 19 horas no Parque de Lazer Professora Deoclésia de Almeida Mello. Já no dia

seguinte, 23 de fevereiro, domingo, o Carnaval de Guararema terá uma novidade: um dia de pré-folia com a participação de todos os quatro blocos da cidade (Arueira, Conde de Matutóia, Nós Sofre Mas Nós Goza e Bloco do Cride). Esta atividade será realizada na Vila de Luís Carlos, das 10 às 20 horas.

O cortejo dos blocos será atração entre os dias 01 e 04 de março, de sábado à terça-feira, como manda a tradição. A concentração será sempre a partir das 14 horas no Parque de Lazer Professora Deoclésia



de Almeida Mello, e o encerramento às 20 horas, no Recanto do Américo (Pau D'Alho). Durante o percurso, os foliões passarão pelas ruas 19 de Setembro e Coronel Ramalho, com

parada estratégica na Praça 9 de Julho, onde está a Igreja Matriz de Guararema.

A organização é a seguinte: no sábado, dia 1º de março, quem a



programação começa com o bloco Arueira, seguido do Conde de Matutóia no domingo (2). Na segunda-feira (3) será a vez do bloco Nós Sofre Mas Nós Goza, e na terça-feira o

Bloco do Cride (4). Também nestes dias, mas das 12 às 17 horas, haverá matinês infantis na Vila de Luís Carlos. Toda a programação é gratuita e está disponível em guararema.sp.gov.br.

Fotos: Comunicação/PMG



Vanderlon Gomes assume Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social e Longevidade de Guararema

Ex-prefeito de Salesópolis passa a liderar as ações de proteção social do município a partir desta semana

Foto: Comunicação/PMG

Ex-prefeito de Salesópolis, Vanderlon Gomes assume a Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social e Longevidade de Guararema nesta semana. “Ele vem para contribuir em grandes avanços e garantir mais qualidade vida aos moradores”, afirma o prefeito de Guararema, o Zé.

“O Vanderlon fez um excelente trabalho na Prefeitura de Salesópolis, se tornando o primeiro prefeito reeleito da cidade. Ele também foi presidente do Consórcio de Desenvolvimento dos Municípios do Alto Tietê (Condemat +) e tem a minha confiança e a dos deputados Marcio Alvino e André do Prado. É capacitado e certamente vai fazer a diferença em Guararema, nos



Monike Cáfaró, Prefeito Zé e Vanderlon Gomes

auxiliando em uma área muito nobre e importante, que é o atendimento social dos nossos moradores”, continua Zé.

A Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social e Longevidade ganha ainda outro reforço: a secretária-adjunta Monike Cáfaró,

que esteve à frente deste setor em Salesópolis entre 2015 e 2019. Com os novos nomes, a Pasta seguirá com o “desenvolvimento

de ações de proteção social para garantir aos cidadãos de vulnerabilidade e risco social, seus direitos e acesso a serviços”.

“Agradeço o convite do prefeito Zé e é com muita alegria que assumo este novo desafio”, diz Vanderlon Gomes. Entre as áreas de atuação estão programas como o Cadastro Único e também soluções relacionadas a habitação, regularização fundiária, conselho tutelar e outros conselhos municipais. Outras informações sobre a Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social e Longevidade, que faz a gestão de equipamentos como o CRAS, o CSE (Centro Socio Educativo) e o Espaço de Convivência de Jovens e Adolescentes, estão disponíveis em <https://guararema.sp.gov.br/desenvolvimento-social-e-longevidade>.

OSVALDO CAMARGO FERREIRA REVESTIMENTOS - LTDA, CNPJ: 39.562.580/0001 – 46

Esgotados nossos recursos de localização e tendo em vista encontrar-se em local não sabido, convidamos o Sr. CLÁUDIO SILVA SANTOS, portador da CTPS 2723024 - série 2886-SP, a comparecer em nosso escritório, a fim de retornar ao emprego ou justificar as faltas desde 01/12/2024, dentro do prazo de 10 dias a partir desta publicação, sob pena de ficar rescindido, automaticamente, o contrato de trabalho, nos termos do art. 482 da CLT.

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.gazetadeguarema.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 comprove!

Tudo pronta entrega
11 4693.1915
11 4693.1065



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

Caipira 25 anos de tradição
areia e pedra

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**

Nova Escola Municipal de Guararema será entregue neste sábado (8)

Escola de Educação Infantil “Professora Olga Oliveira Freire” será inaugurada às 10 horas, na rua Américo Gonçalves Ferreira, 598, bairro Vale dos Eucaliptos (D’Ajuda)

Fotos: Comunicação/PMG

Nos últimos dois anos, a Prefeitura de Guararema entregou três escolas municipais. Além destas, há mais unidades em construção, sendo que uma delas será entregue neste sábado (8). Aberta ao público, a cerimônia de inauguração da Escola Municipal de Educação Infantil “Professora Olga Oliveira Freire”, no bairro Vale dos Eucaliptos (D’Ajuda) está marcada para às 10 horas, com direito a apresentação da Banda Municipal de Guararema (Bamugua).

O endereço é rua Américo Gonçalves Ferreira, 598 e o espaço é completamente novo. São ambientes amplos, lúdicos, educativos e seguros, preparados para atender às necessidades específicas das crianças da Educação Infantil.

Todos os ambientes são temáticos. Há berçários completamente equipados, salas de aula baseadas na fauna e na flora brasileiras,

cenários lúdicos que ensinam bons valores e também locais para a prática da consciência ambiental, como uma horta de orgânicos.

“Em Guararema a Educação vem sempre em primeiro lugar. E isso fica claro ao observar o cuidado que temos com nossos alunos. Neste sábado, todos estão convidados a ver isso de perto, já que a nova escola representa o nosso carinho. São salas com ar-condicionado, equipamentos de primeira, material escolar de qualidade e tudo muito lindo”, convida o prefeito de Guararema, o Zé.

A Escola Municipal de Educação Infantil “Professora Olga Oliveira Freire”, no bairro Vale dos Eucaliptos (D’Ajuda), se junta a outras três unidades de ensino entregues desde 2023 (Escola Municipal “Professora Aquie Erruzo de Lara”, de Educação Infantil, no bairro Nogueira; Escola Municipal “Professora

Cleide Usier Hernandes”, de Educação Infantil, no Jardim Dulce; e Escola Municipal “Professora Alice Moura Rodrigues”, de Ensino Fundamental, no Paratei).

Além destas, seguem em construção a Escola Municipal “Professora Consuelo Aparecida Tavares Neme”, que atenderá alunos tanto do Morro Branco quanto do Itaoca, já que o prédio ficará ao lado da nova ponte que está sendo construída sobre o rio Paraíba do Sul e ligará os dois bairros, e a Escola Municipal “Professor João Raphael de Lara Netto”, no Nogueira.

Como não há fila de espera por vagas na Educação de Guararema, todas estas unidades de ensino vêm para melhor acomodar os alunos. O objetivo da Rede Municipal de Ensino é fazer com que as crianças estudem cada vez mais perto de casa.



Assembleia Legislativa.

Defendido São Paulo ontem, hoje e sempre.

19

anos

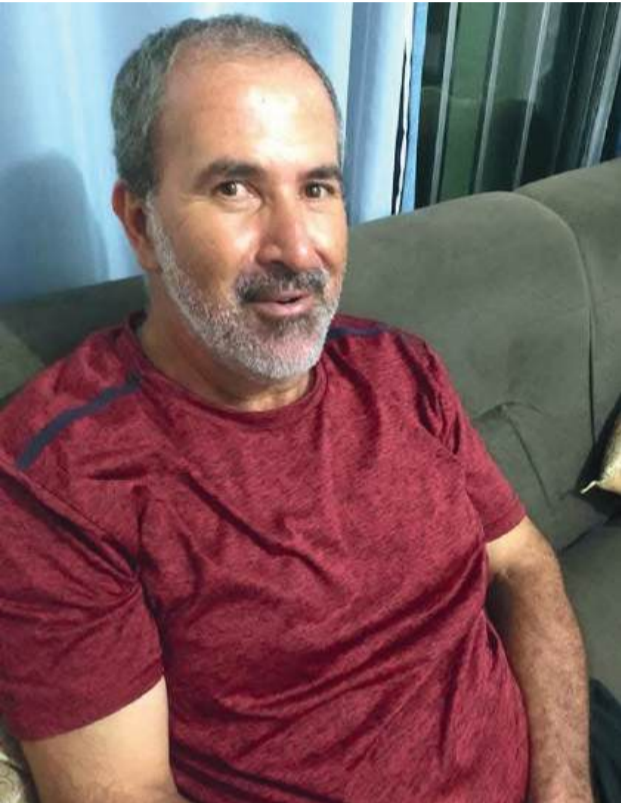


Colunista Social - Cel: (11) 9 9607 8329 - e-mail: sileneoliveira2017@hotmail.com

SILENE OLIVEIRA

Visitem o site: www.gazetadeguarema.com.br

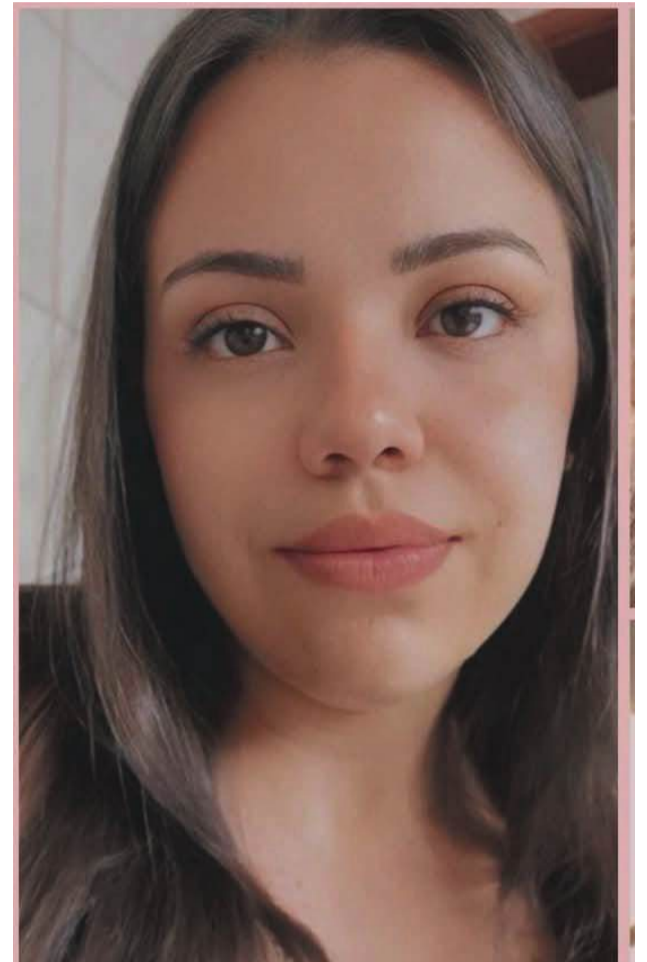
Fazer aniversário não é ficar mais velho, mas agradecer a Deus por mais um ano bem vivido. Fazer aniversário é uma dádiva, é simplesmente dizer que a vida é bela e vale muito a pena ser vivida. Desejamos aos aniversariantes do mês de fevereiro que o seu interior alcance a paz, que sua fé nunca se abale, 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!



Carlos Duarte (01/02)



Ariana Ventura da Cunha (04/02)



Ketily Aparecida Silva Souza (04/02)



Katia Thais Costa de Souza (05/02).



Tiago Morais Moura (07/02)



João Veríssimo (08/02)



João Roberto (Pororoca) (07/02)



Mayara Wagner (09/02)

Novo prédio para a Apae e Centro de Eventos, Convenções e Exposições seguem em construção em Guararema

Coordenadas pela Prefeitura de Guararema, obras trazem estrutura completa para o atendimento de pessoas com deficiência e para a realização de atividades diversas

A Prefeitura de Guararema tem uma série de obras em andamento e diversas delas estão localizadas na rua João Barbosa de Oliveira. É o caso, por exemplo, do novo prédio para a Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae) e também do Centro de Eventos, Convenções e Exposições.

Enquanto o prédio para a Apae terá piscina coberta e será focado em oferecer estrutura completa para o atendimento das pessoas com deficiência (PCD), o Centro de Eventos, Convenções e Exposições terá mais de cinco mil metros quadrados de área total, com possibilidade de realização de atividades internas e externas.

Além disso, a proposta deste último equipamento é sustentável e inclui cobertura verde (telhado

ecológico, com plantas) em toda a área construída. Em área externa, são 3.155 metros quadrados para a realização de eventos, com arquibancada para 1,2 mil lugares e estacionamento com mais de 100 vagas.

Já entre as áreas cobertas estão um pavilhão multi-uso com 875m², um auditório de 190m² e ainda um salão expositivo nas mesmas medidas, com direito a cafeteria. Todos estes ambientes contam com climatização por ar condicionado. Isso sem contar um bicicletário externo, com 325 metros quadrados de moderna arquitetura, com cafeteria e sanitários próprios e ainda depósitos, almoxarifados, sala de administração e um corredor de sanitários com mais de 280 metros.

Além destas obras, a rua João Barbosa de Oliveira –

que recentemente recebeu a primeira ciclovia da história de Guararema e também o Mirante Ruy Barbosa de Oliveira – Conde de Matutóia - também é palco de outras construções. Seguem a todo vapor as obras da nova ponte sobre o rio Paraíba do Sul, que vai ligar os bairros Morro Branco e Itaoca, e também da Escola Municipal “Professora Consuelo Aparecida Tavares Neme”.

O desenvolvimento para esta região, segundo o prefeito de Guararema, o Zé, é estratégico. “Guararema precisa crescer para além do Centro. É por isso que realizamos constantes investimentos na Região Norte e também estamos investindo em obras estruturantes no Morro Branco. Assim, facilitamos o acesso dos moradores aos serviços públicos e trazemos mais acessibilidade, inclusão e lazer também”, avalia ele.



Prefeito Guararema prestigia comemoração aos 190 anos da Alesp _ Celebração foi realizada no auditório Simón Bolívar, do Memorial da América Latina

Fotos: Divulgação



O Prefeito de Guararema, o Zé, esteve nesta quarta-feira (5) no evento em comemoração aos 190 anos da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo (Alesp). A celebração foi realizada no auditório Simón Bolívar, do Memorial da América Latina. Conhecida como “Casa do Povo”, a Alesp tem desde 2023 como presidente o deputado estadual André do Prado, que ingressou na carreira política como vereador e mais tarde prefeito de Guararema. “Participar da celebração dos 190 anos da Alesp é participar de uma celebração à democracia, que se torna ainda mais especial com a presença do nosso presidente e deputado André do Prado e também do nosso governador Tarcísio de Freitas”, afirma o prefeito de Guararema, o Zé, que estava acompanhado de outras autoridades e representantes do

município.

190 anos de história

“O dia 2 de fevereiro de 1835 marcou de maneira decisiva a história dos paulistas. Nessa data, em uma sessão solene contando com autoridades civis e militares da época, nasce a Assembleia Legislativa da Província de São Paulo”. Oficial, a informação e também demais fatos da linha do tempo estão no site da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo, al.sp.gov.br.

No início, com 36 membros, a Alesp tinha como sede o Pátio do Colégio. Depois a casa passou para o Casarão João Mendes e também o Palácio das Indústrias, até chegar ao Palácio 9 de julho, em 1968. Hoje, são 94 deputados eleitos que trabalham para elaborar e aprovar leis estaduais para os mais de 43 milhões de paulistas.





BORA CURTIR

O CARNAVAL DE GUARAREMA!



ESQUENTA

CONCURSO DE MARCHINHAS

📍 Praça Deoclésia

SÁBADO > 22/02 - ÀS 16H



NOVIDADE!

PRÉ-CARNAVAL com

TODOS OS BLOCOS

(Arueira, Conde de Matutóia, Nós Sofre Mas Nós Goza e Cride)

📍 Vila de Luís Carlos

DOMINGO > 23/02 - DAS 10H ÀS 20H



CORTEJO DOS BLOCOS

CONCENTRAÇÃO:

INÍCIO ÀS 14H NA PRAÇA DEOCLÉSIA

FINALIZAÇÃO:

ÀS 20 HORAS NO PAU D'ALHO

➤ **SÁBADO > 01/03**
BLOCO ARUEIRA

➤ **DOMINGO > 02/03**
BLOCO O CONDE
DE MATUTÓIA

➤ **SEGUNDA-FEIRA > 03/03**
BLOCO NÓS SOFRE
MAS NÓS GOZA

➤ **TERÇA-FEIRA > 04/03**
BLOCO DO CRIDE

MATINÊS

PARA CURTIR COM A CRIANÇA

📍 Vila de Luís Carlos

DE 1º A 4 DE MARÇO > DAS 12H ÀS 17H

SAIBA MAIS!



 
PREFEITURA DE
Guararema

Acqua Boya Academia > Saúde e Fitness > > >



José Marcos, Educador Físico

Todo treinamento físico, para ter sucesso com segurança e longevidade necessita de programação e de orientação profissional. Treinos são elaborados com periodizações de acordo com as metas estabelecidas, necessidades, disponibilidade para o treinamento, aptidão física,

HIDRATAÇÃO E CARBOIDRATOS: FUNDAMENTAIS NO DESEMPENHO ESPORTIVO

desenvolvimento técnico e capacidade fisiológica. Mas para que o treinamento físico traga os resultados esperados nas diversas fases da preparação, a nutrição deve estar tão afinada quanto todo o processo de construção do treinamento. E entendemos como nutrição não apenas o plano alimentar elaborado pelo profissional, mas principalmente o respeito às novas regras de hidratação e ingestão de carboidratos estipuladas para cada fase da preparação. O aparelho digestivo também necessita ser treinado para se adequar às novas situações. De nada serve treinar muito e se preocupar com a ingestão

de carboidratos e aumento da hidratação no dia de uma competição ou evento esportivo. Toda a trajetória de treinamento pode ser jogada fora pela simples desatenção à preparação do corpo para receber a hidratação devida e as quantidades de carboidratos correspondentes. Estudos mostram que nosso organismo tem a capacidade de absorver em média 60 g de carboidratos por hora. Mas pesquisas recentes trouxeram à luz que essa média pode subir para 90 g se houver uma mescla nos tipos de carboidratos: 2 x 1, ou seja, 60 g de glicose e 30 g de frutose. Isso otimizaria o aporte de

energia para os músculos e consequentemente teria efeito direto no desempenho físico. Por outro lado, a hidratação deve ser a companheira inseparável de todo atleta, profissional ou amador. Ela é que permitiu uma melhor absorção de nutrientes, inclusive dos carboidratos, regula a temperatura corporal, mantém a frequência cardíaca equilibrada,

mantém a musculatura e articulações devidamente nutridas e com menor risco de lesões e assim melhora desempenho físico. Com o suor, muitos nutrientes são perdidos, os chamados eletrólitos, e a hidratação, somada à ingestão ideal de sal e carboidratos, ajuda a manter o exercício físico mesmo que os níveis desses nutrientes fiquem abaixo do ideal.

Difícilmente conseguiremos repor os níveis de eletrólitos e carboidratos no mesmo ritmo que são depletados, mas o corpo não sentirá os efeitos acentuados dessa perda se a ingestão correta for feita. E para que tudo isso funcione o treinamento de nutrir-se durante o treinamento físico deve ser feito com atenção e rigorosa disciplina.

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



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

Saúde de Guararema faz agendamentos de consultas por telefone
Novidade da Prefeitura de Guararema facilita a organização de consultas no Cesap, na UBS Lambari e na UBS Jardim Dulce

Fotos: Comunicação/PMG



Recém-revitalizadas, as Unidades de Saúde de Guararema contam com sistema para agendamento de consultas via telefone. É mais uma novidade da Prefeitura de Guararema, que inova no atendimento dos municípios por meio da Secretaria Municipal de Saúde.

Os números para contato são (11) 4693-8570 para o Centro de Saúde de Atenção Primária (Cesap), que fica no

Centro; (11) 4693-3448 e (11) 4693-3484 para a UBS Lambari; e (11) 4693-6147 e (11) 4693-5964 para a UBS Jardim Dulce.

“Com os novos canais de atendimento conseguimos tornar a organização dos moradores ainda mais fácil, já que agora não é preciso ir presencialmente para fazer agendamentos ou cancelamentos. É só ligar”, anuncia o prefeito de Guararema, o Zé.

Em caso de dúvidas, os munícipes também podem entrar em contato pelo telefone fixo da Secretaria Municipal de Saúde, (11) 4693-8040. Além disso, segue ativo o atendimento presencial de segunda a sexta-feira das 7 às 17 horas na rua São Vicente de Paula, 110, para o Cesap; na avenida Francisca Lerario, 955 para a UBS Lambari; e na rua Padre Manoel da Nóbrega, 23 para a UBS Jardim Dulce.



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)

Prefeito de Guararema conhece o programa Smart Sampa, na capital

Prefeito Zé teve acesso à sala de operações do programa Smart Sampa, que traz a tecnologia como ferramenta para aumentar a segurança de São Paulo
Fotos: Comunicação/PMG

A convite do prefeito de São Paulo, Ricardo Nunes, o prefeito de Guararema, o Zé, esteve na cidade de São Paulo em 05 de fevereiro, na sede do programa Smart Sampa. A iniciativa da capital utiliza a tecnologia como ferramenta para gerar resultados positivos na segurança pública.

Além de Ricardo Nunes, Zé esteve acompanhado do secretário municipal de Segurança Urbana de São Paulo, Orlando Morando, e de outros prefeitos da região, como Pedro Ishi, de Suzano, Luis Camargo, de Arujá, e Lucas Sanches, de Guarulhos. Participaram ainda representantes de outros municípios.

“O projeto conta

com milhares de câmeras inteligentes de segurança, com tecnologia de biometria facial e integração de diversos serviços públicos. Parabéns a todos os envolvidos pela iniciativa e pela troca de conhecimento”, disse o prefeito de Guararema, o Zé, que aproveitou para compartilhar experiências exitosas coletadas no Centro de Segurança Integrada (CSI).

“Temos em nossa cidade o primeiro Centro de Segurança Integrada do Alto Tietê, que é referência em toda a região. Por meio de nossas câmeras de monitoramento e do trabalho da Secretaria Municipal de Segurança

Pública em parceria com as polícias Civil e Militar, ajudamos na resolução de diversos crimes e estamos sempre em busca de melhorias e inovações”, concluiu o prefeito Zé.

Entre as novidades trazidas pelo Smart Sampa e que foram apresentadas aos prefeitos nesta terça (5) está a integração entre a Segurança Pública e diversos outros órgãos. Há uma interface de contato direto com o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu), com o Corpo de Bombeiros e outros setores, o que, unido a tecnologias de inteligência artificial e reconhecimento facial, eleva a segurança.



VEM PARA O DOCE PREÇO!

SEU MERCADO DE TODO DIA.





docepreço
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