

Programa Jaguar, da Prefeitura de Guararema, abre inscrições para curso técnico em Administração

Iniciativa oferece aulas gratuitas com metodologia prática e oportunidades no mercado de trabalho

Fotos. Comunicação/PMG



O Programa Jaguar (Jovem Aprendiz de Guararema) está com inscrições abertas para a primeira edição de 2025.

A iniciativa da Prefeitura de Guararema, por meio da Secretaria Municipal de Emprego e Desenvolvimento

Econômico em parceria com o Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (Senai), conta com vagas para curso Técnico em Administração.

O Jaguar insere os participantes diretamente

na cultura das empresas parceiras, aumentando as chances de efetivação por meio do programa Jovem Aprendiz. Com metodologia baseada no conceito "aprender fazendo", o curso proporciona formação técnica qualificada e prepara



os alunos para o mercado de trabalho.

Podem se inscrever moradores de Guararema com idade entre 15 e 22 anos que estejam cursando pelo menos o 2º ano do Ensino Médio. As aulas

são gratuitas, realizadas em parceria com o Senai e oferecem aprendizado prático voltado à inserção profissional.

As inscrições seguem até 4 de abril e podem ser feitas presencialmente na

Secretaria Municipal de Emprego e Desenvolvimento Econômico, na rua 19 de Setembro, 127, ou de forma online no link <https://forms.gle/C7JS1yhP8kzfe7Yp8>. Mais informações estão disponíveis pelo telefone (11) 4693-1717.

Prefeitura de Guararema realiza 2ª Conferência Municipal da Cidade

Aberto ao público, evento com foco na elaboração de propostas construtivas será realizado das 8 às 17 horas do dia 05/04 (sábado) na Estação Literária "Profª Maria de Lourdes Évora Camargo"

Fotos. Comunicação/PMG



Com o tema "Construindo a Política de Desenvolvimento Urbano: caminhos para cidades inclusivas, democráticas, sustentáveis e com justiça social", a Prefeitura de Guararema realiza, no próximo dia 05/04 (sábado), a 2ª Conferência Municipal da Cidade. Aberto ao público, o evento será realizado das 8 às 17 horas na Estação Literária "Professora Maria de Lourdes Évora Camargo", ao número 233 da rua 19

de Setembro.

Podem participar todos os munícipes interessados em trabalhar para o desenvolvimento de Guararema, a partir da elaboração de propostas construtivas e pertinentes em três eixos diferentes.

Conforme as orientações propostas pela cartilha da 7ª Conferência Estadual das Cidades Paulistas, emitida pelo Governo do Estado de São Paulo, os trabalhos terão



foco em Urbanismo e Habitação, com ênfase em "espaços públicos inclusivos"; Infraestrutura e Mobilidade, com ênfase em "mobilidade sustentável"; e Meio Ambiente e Mudanças Climáticas, com ênfase em "Áreas verdes e áreas protegidas".

Os trabalhos serão iniciados às 8 horas, com o credenciamento dos participantes da sociedade civil, dos poderes executivo e

legislativo, do terceiro setor e de entidades profissionais, acadêmicas e de pesquisa e conselhos. Na sequência será realizado o ato público de abertura, com a leitura e aprovação do regulamento da conferência.

A partir deste momento o público poderá interagir em palestras sobre os eixos temáticos acima mencionados. Entre os palestrantes estão o professor, arquiteto e

urbanista graduado pela Universidade Braz Cubas com doutorado pela Universidade Politécnica de Barcelona, Ciro Pirondi; e a educadora ambiental graduada em engenharia florestal pela UFPR com mestrado e doutorado em educação ambiental pela Unicamp, Carla Panzeri.

Ambos os profissionais, assim como o corpo técnico da Prefeitura de Guararema e do Conselho Municipal da Cidade (Concid), estão preparados para introduzir os participantes nas questões relacionadas às temáticas abordadas. O objetivo é que, após, durante a tarde, o público seja dividido em três grupos para formular e debater propostas.

Os grupos serão formados por membros

selecionados durante o evento, conforme manifestação de interesse de cada participante. Com base nos conceitos apresentados nas palestras e conforme as regulamentações da 2ª Conferência Municipal da Cidade e as legislações municipais, estaduais e federais vigentes, estes grupos terão a tarefa de estabelecer e elencar sugestões de soluções para o desenvolvimento municipal e regional.

Ao final do evento as propostas mais contundentes e relevantes de cada eixo de trabalho serão selecionadas para encaminhamento à 7ª Conferência Estadual das Cidades Paulistas, que será realizada nos dias 27 e 28 de junho de 2025.



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

YAMAHA

Chama no WhatsApp
97826-5260

Chama no WhatsApp
97826-5260

NOVA LOJA

OLÁ, GUARAREMA!
A YAMAHA NOBRE CHEGOU NA SUA CIDADE.

CONHEÇA NOSSA NOVA UNIDADE E APROVEITE
AS INCRÍVEIS OFERTAS DE LANÇAMENTO

**MOTOS OKM COM
IPVA 2025 GRÁTIS!**

IPVA 2025 GRATUITO VÁLIDO PARA TODOS OS MODELOS NEGOCIADOS DE ACORDO COM O PREÇO OURO YAMAHA NOBRE

POR TEMPO LIMITADO! ESPERAMOS VOCÊ:

YAMAHA

Desacelere. Seu bem maior é a vida.

RUA DONA LAURINDA, 414 - GUARAREMA - SP
☎ (11) 97826-5260 WWW.YAMAHANOBRE.COM.BR

Nobre  **YAMAHA**



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 março 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!



Patrícia Barbosa (25/03)



Pietra Freire (25/03)



Emanuelle Sidaoui (26/03)



Nelson Pereira da Silva (27/03)



Ariane Santos (26/03)



Laila Daher Ferraraz (27/03)



Evellyn Freitas (27/03)

Acqua Boya Academia > Saúde e Fitness > > >



José Marcos, Educador Físico

TODOS VAMOS ENVELHECER

A velhice não precisa necessariamente ser acompanhada de dores e doenças. Há pessoas velhas sem dores ou doenças crônicas. Logicamente há um limite para essa condição e para a vida. Num dado momento, alguma doença pode surgir, como também dores e provavelmente alguma limitação. Mas não há uma idade específica

ou data marcada. Como também não há nada definido sobre quando vamos morrer. Podemos sim, cuidar da saúde para não ter uma velhice difícil, com limitações. Não temos como evitar surpresas desagradáveis como uma morte súbita, um tumor, mas atividade física é fundamental para quem busca manter a saúde equilibrada. A atividade física é que permite uma pessoa chegar a idades bastante avançadas e com qualidade de vida, ou seja, com o mínimo de limitações que a velhice poderia impor. Essa longevidade poderá ser até sem dores e sem doenças, ou com um maior

controle sobre elas, desde que a atividade física seja sistemática e constante. Além disso o uso do cérebro é importantíssimo. Hoje em dia, há pessoas vivendo mais porém acometidas por demência, Alzheimer e outras enfermidades. Manter contatos sociais, amigos, ler bastante, movimentar-se socialmente, estudar uma nova língua mesmo que não a pratique com fluência são exemplos de exercícios benéficos para o cérebro, pois isso tudo movimentam os neurônios e mantém a cognição bastante ativa. Voltando às atividades físicas, antes de decidir por um ou outro exercício é interessante fazer uma auto

análise do próprio corpo e das preferências ou procurar a orientação responsável de um profissional de educação física para que ele faça essa análise com bastante critério e de maneira individual dê opções de atividades que melhor encaixam no perfil. Por exemplo, caminhada não é para todos, como também não é a corrida ou a hidroginástica. A frequência semanal dos exercícios

também precisa ser estudada para justamente, buscar a longevidade dos exercícios. Não serve para muita coisa começar com tudo, toda empolgação e sustentar as atividades por poucos meses e no menor contratempo, viagem, compromissos diversos, etc, desanimar e começar a falhar. A regularidade é o segredo do sucesso. Atividade física é para a vida

inteira. Não pode deixar de fazer de maneira alguma. E para isso é necessário disciplina. Eu sei que não é fácil manter atividade física regular por anos consecutivos. Mas é muito mais difícil, dispendioso financeiramente e emocionalmente se recuperar de uma doença que poderia ser evitada ou pelo menos apaziguada com exercícios preventivos.

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

SONO LEVE COLCHÕES

SEU SONO É NOSSA PRIORIDADE

CAMA MESA & BANHO

RUA: RANGEL JÚNIOR Nº15
CENTRO
NO CALÇADÃO
(11) 9.1910-0871

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

Caps de Guararema participa de dia de inclusão social e lazer em praia acessível de Caraguatatuba

Atividade promovida pela Prefeitura de Guararema, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, proporcionou contato com o mar e esportes adaptados aos usuários do equipamento

As pessoas atendidas pelo Centro de Atenção Psicossocial (Caps I – Trilhar) de Guararema viveram, na última quinta-feira (20), uma experiência especial no Programa Praia Acessível, em Caraguatatuba. Promovida pela Prefeitura de Guararema, por meio da Secretaria Municipal de Saúde em parceria com a Prefeitura de Caraguatatuba, a ação proporcionou um dia de lazer, interação e esportes adaptados, incentivando a inclusão e o bem-estar.

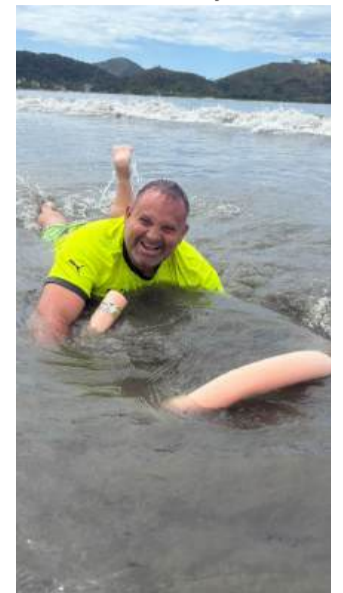
Durante a visita, os participantes, acompanhados por uma equipe multidisciplinar, tiveram a oportunidade de praticar atividades como surf, canoa, beach tennis, slackline e banho de mar. O

programa Praia Acessível atende pessoas com deficiência e mobilidade reduzida e visa proporcionar momentos de diversão, bem como contribuir para o desenvolvimento motor e social de todos. Realizado anualmente, o passeio é escolhido pelos próprios usuários do Caps,

reforçando a importância de ações que promovem a qualidade de vida e a integração social.

Em Guararema, o Caps I fica na rua Dr. Silva Pinto, 240, no Centro, e atende pessoas com transtornos mentais graves e persistentes, inclusive pelo uso de

substâncias psicoativas e álcool. O serviço, que atende pelo telefone (11) 4695-2312, realiza acolhimento, atendimento individuais e atividades em grupo para estimular, entre outras ações, visando a interação social e autonomia dos usuários.



Fotos. Comunicação/PMG



ultrafarma

Unid. Guararema

Somente dia 01 de Abril



DIA DO
**DIABÉTICO
E HIPERTENSO**

Medicamentos de uso contínuo e aparelhos com preço especial. Não perca!

Visite nossa loja para aproveitar as ofertas!

(11) 4693 1017 (11) 9 7373 6573

ASSOCIAÇÃO RECREATIVA E CULTURAL
BLOCO CARNAVALESKO INDEPENDENTE "O CONDE DE MATUTOÍIA"
Rua Dr. Pedro de Toledo, 40 – Centro – Guararema / SP.
CNPJ 32.483.598/0001-03

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

Ref.: Assembleia Geral Ordinária – 13/04/2025

Srs. Associados, na qualidade de Presidente desta Associação, sirvo-me do presente para convocá-los, na forma estatutária, a participarem da Assembleia Geral Ordinária presencial, a realizar-se no dia **13 de Abril de 2025**, domingo, no salão do Guararema Futebol Clube, localizado na Rua Dona Laurinda, 235 – Centro – Guararema – SP, às **10:00h** em primeira convocação, com a presença dos associados titulares que representem a quinta parte dos associados, ou em segunda convocação às **10:30h**, com qualquer número de associados titulares, sempre em pleno gozo de seus direitos, com encerramento máximo às **12:30h**, para apreciarem e deliberarem sobre a seguinte ordem do dia:

- 1- Aprovação da prestação de contas do exercício anterior.
- 2- Alteração do Estatuto Social para a criação do Conselho Consultivo e nomeação dos membros.
- 3- Eleição da nova Diretoria Executiva e membros do Conselho Fiscal para o Biênio 2025/2027.

Guararema, 29 de março de 2025.

DEBORA DE MAIO ALMEIDA
Presidente da Associação

Gazeta de Guararema
A informação ao alcance de todos

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

Guararema
móveis e decorações

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

DENGUE

PEQUENA NO TAMANHO,

GIGANTE NOS
RISCOS

»» À VIDA



PREFEITURA DE
Guararema

O MESMO MOSQUITO, NOVAS
ARMADILHAS DENTRO DE CASA.

AEDES AEGYPTI



No caso de plantas aquáticas, troque a água dos vasos diariamente.



Limpe constantemente e mantenha sempre tampados todos os ralos da casa.



Limpe os bebedouros dos animais e troque a água com frequência.

E NÃO SE ESQUEÇA DE VERIFICAR O QUINTAL!

! Mantenha as calhas desentupidas.

! Mantenha a caixa d'água sempre fechada.

! Guarde pneus velhos e outros objetos.

! Evite usar pratos nos vasos ou coloque areia até a borda.

OBSERVE O AMBIENTE EM QUE VOCÊ VIVE!

O mosquito **AEDES AEGYPTI** se reproduz em água parada. Então, eliminar os criadouros ainda é a melhor estratégia para evitar a dengue.

ATENÇÃO! EM CASO DE:



FEBRE ALTA



MANCHAS



VÔMITOS

PROCURE UMA UNIDADE DE SAÚDE

INFORMAÇÕES:
(11) 4693-8040 OU (11) 4693-8048

Prefeitura de Guararema abre inscrições para o City Tour “Um Novo Olhar Sobre Guararema”

Exclusivo para moradores que não participaram de edições anteriores, passeio gratuito acontece nos dias 5 e 13 de abril e inclui transporte de ônibus e trem turístico

Fotos: Comunicação/PMG

A Prefeitura de Guararema, por meio da Secretaria Municipal de Cultura e Turismo, está com inscrições abertas para novas edições do City Tour “Um Novo Olhar Sobre Guararema”, que serão realizadas nos dias 5 e 13 de abril. O passeio é gratuito e exclusivo para moradores que ainda não participaram, proporcionando a experiência única para conhecer melhor a história, os atrativos e as belezas naturais do município.

O roteiro inclui transporte de ônibus e trem turístico, além do acompanhamento de um guia especializado. A programação começa às 9 horas, com saída do Parque de Lazer “Professora Deoclésia de Almeida Mello”, e tem retorno previsto para às 16h30 no Museu Ferroviário Estação Guararema.

Durante o percurso, os participantes conhecerão

a Igreja Nossa Senhora da Escada, o Mirante “Prefeito Gerbásio Marcelino”, o Parque Municipal da Pedra Montada e farão uma parada para almoço no Centro da cidade. No período da tarde, o grupo embarca no trem turístico com destino à Vila de Luís Carlos, retornando posteriormente ao ponto final do passeio.

No dia 5 de abril, os participantes ainda terão uma atração especial às 16h30, quando será realizada apresentação e vivência cultural do Grupo Moçambique “Unidos na Fé”.

Como participar

As inscrições podem ser feitas presencialmente na Secretaria Municipal de Cultura e Turismo, localizada na Praça Coronel Brasília Fonseca, 54, ou pelos telefones (11) 4695-1793 e (11) 4695-4972. O atendimento acontece de segunda a sábado, das 8

às 12 horas e das 13 às 17 horas. O passeio é destinado exclusivamente a moradores de Guararema que ainda não participaram das edições anteriores e que comprovem residência no município.

A atividade inclui transporte, guia turístico e trajeto de trem, mas não cobre despesas com alimentação. Recomenda-se que os participantes utilizem roupas e calçados confortáveis e levem protetor solar e repelente. As vagas são limitadas e mais informações estão disponíveis nos canais oficiais da Prefeitura de Guararema.



VEM PARA O DOCE PREÇO!

SEU MERCADO DE TODO DIA.





docepreço
supermercado
Guararema