



ECONOMIA

Sebrae promove Semana do Varejo em Agudos

Os comerciantes de Agudos terão a possibilidade de aperfeiçoar os conhecimentos sobre varejo nesta semana. O Escritório do Sebrae realizará na cidade a Semana do Varejo, com duas palestras programadas. A primeira aconteceu ontem, às 19h, com o tema "Como montar uma vitrine vendedora", na Acira e a segunda na quinta-feira, 23, às 19h30, sobre aumento de vendas no Espaço Eventos.

A5

LEVANTAMENTO

Saúde começa segunda etapa do inquérito canino

A Diretoria de Saúde de Lençóis, vai começar hoje a segunda etapa do inquérito canino nos bairros Rondon, Jardim América, Jardim das Nações, Júlio Ferrari, Núcleo Luiz Zillo, Distrito Industrial e Nova Lençóis. No inquérito, duas equipes da saúde coletam 3 ml de sangue de cada animal. Desde o começo do inquérito, 687 animais fizeram o exame, 33 estavam com leishmaniose.

A5

DROGA

Polícia Civil fecha ponto de tráfico

A6

FEIRA

Facilpa 2013 pode ser entre os dias 3 e 12 de maio

A diretoria da Associação Rural de Lençóis Paulista, organizadora da Facilpa (Feira Agropecuária, Comercial e Industrial de Lençóis Paulista), quer mudar a data do evento mais importante da cidade. Há muitos anos, a feira integra o calendário de aniversário de Lençóis Paulista, comemorado em 28 de abril, e como é fim de mês o público nem sempre atinge as metas estipuladas. A ideia é fazer a feira entre os dias 3 e 12 de maio. Ainda está em estudo se seria interessante começar no feriado de 1º de agosto que no ano que vem cai na quarta-feira. A definição se a Facilpa será em outro período deve sair nos próximos dias já que os shows precisam ser contratados agora. Neste ano, a Facilpa aconteceu entre os dias 26 de abril e 6 de maio.

AGUDOS

Prefeitura investe em iluminação pública

A2

Criminalidade aumenta na região, aponta estatística da polícia

Em Lençóis, número de roubos dobrou e prisão de traficantes triplicou; dados são da Secretaria de Segurança

Em Lençóis Paulista, o número de roubos quase dobrou, saltou de 34 no primeiro semestre do ano passado para 60 em 2012. Já os furtos aumentaram mais ainda. Foram 355 em 2011 e 432 no primeiro

semestre de 2012. Outro dado que chama a atenção é o registro de estupro. Em 2011 foram sete ocorrências e este ano, sempre de janeiro a junho, cinco casos. Os números são da Secretaria de Segurança Pública.

Em contrapartida, a Polícia vem agindo mais. O número de traficantes presos triplicou de um ano para o outro. Os dados mostram que no primeiro semestre de 2011, 19 pessoas foram presas por tráfico de dro-

gas. Neste ano já são 55. Agudos se mantém como a cidade com maior número de homicídios da microrregião, mesmo o índice tendo caído entre o primeiro semestre de 2011 e o deste ano.

A6



SAÚDE

Conheça os mitos e verdades do vegetarianismo

Dieta vegetariana é um assunto que não passa pela cabeça de muitos brasileiros que defendem o consumo de carne como indispensável para a saúde. Diogo César Palomare de Souza, 20 anos, pensa bem diferente. Vegetariano por convicção, o rapaz que é músico e atendente de uma empresa de impermeabilização, diz que desde pequeno queria ser vegetariano, mas que a mãe tinha medo de que isso pudesse prejudicar a saúde. E a preocupação da mãe de Diogo tinha razão de ser. A nutricionista Larissa Antunes Damaceno explica que ser vegetariano não é sinônimo de dieta saudável.

A2



ELEIÇÕES 2012

Campanha política começa no rádio e na TV

Com o início do horário eleitoral gratuito no rádio e na televisão é possível notar as diferentes estratégias utilizadas pelas coligações ou partidos para usar o espaço para atingir os eleitores. No programa de ontem, os candidatos a prefeito de Lençóis Paulista se apresentaram aos eleitores. Com tempos bem diferentes, coligações mesclaram falas e depoimentos da população.

A4



Melhores 2012

Confira mais um pouco da Festa dos Melhores do Ano realizada no último sábado, no Clube Esportivo Marimbondo. O casal Norberto e Márcia Pompermyer esbanjaram simpatia no evento em que foram homenageados. A edição especial com os Melhores será veiculada no próximo sábado.

ÍNDICE

CidadesPágina 2
OpiniãoPágina 3
PolíticaPágina 4
SaúdePágina 7
SocialPágina 8

TEMPO

QUINTA-FEIRA, 23/08
Sol com algumas nuvens. Não chove.

126°C
116°C UR 88%
35%

SEXTA-FEIRA, 24/08
Sol com algumas nuvens. Não chove.

130°C
115°C UR 87%
44%

RÁDIO

Brasil é o 4º país mais desigual da América Latina em distribuição de renda

A2

C&T

Nikon lança primeira câmera fotográfica equipada com o sistema operacional Android

A3

Fechamento desta edição: 20h39



Cidades



MAZZAROPI

Será apresentado hoje, no Teatro Municipal de Macatuba, o filme "As Aventuras do Pedro Malazarte". Amanhã é a vez do filme "O Grande Xerife". As apresentações fazem parte do Cine Cultural "Especial 100 anos de Mazzaropi". A entrada é gratuita e todas as sessões serão exibidas às 19h30.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Agudos

A Prefeitura de Agudos está investindo na melhoria da iluminação pública, especialmente nos parques Esmeralda, Pampulha e no Jardim Santa Cândida. Com recursos próprios, o Poder Público Municipal substituirá as atuais luminárias por dispositivos mais modernos, com braços longos e lâmpadas de 250 watts de potência. O resultado será uma iluminação mais eficiente, econômica e que oferece mais segurança à população, segundo informou a assessoria de imprensa.

Lençóis Paulista

O Sebrae-SP, com o apoio da ACLPA (Associação Comercial e Industrial de Lençóis Paulista), Ascana e Grupo Lwart realiza hoje, das 19h às 21h, no Centro do Empreendedor, a palestra Capital de Giro: Determinação e Gerenciamento para empresários. O evento visa orientar o empresário sobre a gestão do capital de giro para proporcionar o desenvolvimento das habilidades gerenciais e condições para obtenção de melhores resultados econômicos e financeiros em seus empreendimentos. As inscrições podem ser feitas pelo e-mail paelencoispaulista@lpnet.com.br ou pelo telefone 3264-3955, ramal 3. A palestra é gratuita e apenas duas pessoas por empresa podem participar.

Caratê

No próximo final de semana, a Federação Paulista de Kung Fu e a Garra de Tigre, com o apoio da Prefeitura Municipal de Lençóis Paulista, TIM, Corpo em Forma e Hotel Saint James, realizam a primeira edição da Copa de Sanda Kung Fu Profissional, primeiro evento do gênero no Brasil. A competição contará com seis lutas de sanda profissional, protagonizadas por competidores de destaque na atualidade. As lutas profissionais ocorrem no sábado, às 19h, no Ginásio Antônio Lorenzetti Filho, o Tonicão. No domingo, a partir das 9h, a competição segue com lutas amadoras. O ingresso será um litro de leite longa vida. O montante arrecadado será doado para uma instituição de caridade.

Vinho

O Areté Eventos, em parceria com a Adega Paratodos e a Decanter (importadora de vinhos), promove, no próximo dia 1º de setembro, das 17 às 22 horas, a 5ª Exposição de Vinhos de Botucatu - Cuesta Vinho Festival. Serão 83 rótulos de produtores de 13 países que poderão ser apreciados. Os convidados ainda terão a oportunidade de saborear pratos preparados pela equipe do Areté planejados para combinar com cada tipo de vinho. Haverá pães, frios, queijos, massas e uma sobremesa. Os convites custam R\$ 80 e são vendidos no site www.adegaparatodos.com.br e o Areté Eventos. Para grupos com 10 pessoas, o valor diminui para R\$ 70.



GIGANTE - O leitor Emílio Campanholi enviou uma foto ao Jornal O ECO um tanto quanto curiosa. Ela mostra um pé de couve gigante, no quintal da casa de Leonildo Leite, o Madrigal. O telhado da casa dá a noção exata do tamanho da planta que geralmente atinge poucos centímetros.



PARTICIPE! - Este é o seu espaço, mande foto com cenas positivas ou negativas, sugestões, reclamação. Para o e-mail oeco@jornaloeco.com.br, com o número de seu telefone, autorização e RG.



Rádio

Por Carlos Alberto Duarte | carlinhos@jornaloeco.com.br

FRASE

"É a primeira vez que o Senac vem operacionalizar cursos do Via Rápida em Lençóis Paulista. É gratificante." **Paulo Fernandes Neto, representante do Senac ao comentar dois cursos profissionalizantes**

Quadro de desigualdade

Brasil é o quarto país mais desigual da América Latina em distribuição de renda. É o que mostra o relatório sobre as cidades latino-americanas feito pelo Programa das Nações Unidas para os Assentamentos Humanos. De acordo com o documento, o país só está atrás de Guatemala, Honduras e Colômbia. Apesar do resultado, o índice avançou. Em 1990, o Brasil liderava o ranking das nações com pior distribuição de renda. Em relação ao saneamento básico, nós estamos na posição de número 19. Segundo o estudo, pouco mais de 85% das residências têm esgoto tratado. Aqui também é o país com mais pessoas vivendo em favelas, 28% da população. O índice é mais alto do que a média latino-americana, de 26%. Para completar, nós somos a segunda maior nação poluidora da América Latina, responsável pela emissão de 23% gases que provocam o efeito estufa. O estudo também destaca o forte crescimento do PIB brasileiro, de 1970 a 2009, deixando para trás México, Argentina, Chile, Uruguai e Paraguai.



1

Aberta ação criminal contra um tatuador que marcou o braço de um jovem de 14 anos, com o nome da mãe dele. Foi em Ribeirão Preto, interior de São Paulo, Estado que proíbe a tatuagem em menores de idade, mesmo com autorização dos pais. No laudo feito pela Polícia Civil, o médico anotou que a pintura na pele do adolescente foi uma lesão gravíssima.

2

Se o juiz vier a condenar o tatuador com base nesse laudo, ele pode pegar prisão que varia de dois a oito anos. Em geral, a pena para esse tipo de crime é mais branda, com o fechamento da loja e pagamento de cestas básicas para instituições de caridade. O tatuador disse que faz esse tipo de serviço só nos fins de semana e que cobrou 30 reais do menor.

3

Abertas as inscrições para o programa voluntariado da Copa do Mundo de 2014. Para ser voluntário, é necessário ter no mínimo 18 anos. A inscrição deve ser feita no site da Fifa. Para a Copa das Confederações, que será realizada em 2013, serão escolhidos cerca de seis mil voluntários. Os aprovados terão direito à alimentação, transporte e uniforme.

FERRARI PNEUS
CENTRO AUTOMOTIVO

BALANCEAMENTO - RODAS - PNEUS - SUSPENSÃO - ALINHAMENTO - FREIOS
ESCAPAMENTOS - AMORTECEDORES - BORRACHARIA

Av. Padre Salústio Rodrigues Machado, 1158 (14)3264-9932

ALL SPORTS

R. Dr. Antonio Tedesco, 249 • Centro • Lençóis Paulista. Tel: 3263 3535

Beef PRIME ANGUS FRIGOL

Delicioso, Saboroso, Incomparável.

Frigol Alimenta sua vida.

Opinião

FRASE

• “A sociedade sonhada por todos passa pela política, porque passa pelas pessoas e passa por escolhas importantes”,
Bel Lorenzetti, prefeita e candidata a reeleição em Lençóis Paulista

PARA PENSAR

• “Até cortar os próprios defeitos pode ser perigoso. Nunca se sabe qual é o defeito que sustenta nosso edifício inteiro”,
Clarice Lispector

Editorial

Violência preocupa

O balanço da violência registrada pelas autoridades policiais no primeiro semestre de 2012 – divulgado pela Secretária da Segurança Pública – mostra uma situação preocupante para Lençóis Paulista. Os dados mostram que mesmo com o aumento da repressão – refletida no número de prisões por tráfico que triplicou e também no sabido aumento de apreensões de armas e drogas – isso não tem sido suficiente para reduzir crimes como roubo e furto, como mostram os dados. No primeiro semestre de 2011 foram registrados 34 roubos. Já em 2012, foram 60. Em 2011, a Polícia Militar e Civil registraram 355 ocorrências de furto. Neste ano foram 432.

Um aumento de 77% do número de roubos é uma prova irrefutável de que Lençóis Paulista está mais violenta. O número mostra que algo precisa ser feito de forma imediata para que o ano não termine com um número ainda pior. Já está na hora de Lençóis Paulista ter uma delegacia que esteja adequada a uma cidade de mais de 60 mil habitantes. O local passou por uma série de remendos, mas ainda carece de uma estrutura adequada para que os profissionais possam trabalhar adequadamente. É sabido também de muito tempo que a Polícia Militar de Lençóis Paulista trabalha com um número muito reduzido de policiais, o que dificulta o trabalho de prevenção do crime, responsabilidade da PM.

Artigo 1

Mulheres não amam

Marcos Aparecido de Toledo é advogado, empresário e teólogo

É vivendo que se aprende. Também é lendo que se aprende. No livro “O que as Mulheres esperam dos Homens” do Pr. Silmar Coelho, aprendemos uma frase sugestiva e verdadeira ao mesmo tempo. Onde escreve: “A mulher não ama, ela corresponde ao amor”. Diz ainda: “Uma mulher amada, ama, enquanto que, uma mulher mal amada é tristonha e infeliz”. Os homens precisam saber que a mulher que não ouve: “eu te amo”, “eu te desejo”, e nem recebe diariamente atos de carinho, certamente terá sérios problemas no relacionamento. Ou ela é bem amada, correspondendo aos estímulos com atos de carinho e amor. Ou ela é mal amada, correspondendo com desamor. Enquanto o homem é razão, a mulher em contrapartida é coração. Nesse sentido a resposta da mulher acaba atingindo e prejudicando o relacionamento. Ela, então, corresponde exatamente aos estímulos recebidos, não por vingança, mas por amargura e tristeza em face de sua maior sensibilidade. No lar, tudo aquilo que era prazer, passa a ser uma obrigação. O que a mulher faz é para ser contemplado, elogiado e desfrutado. Quando amada, ela retribui o amor. Portanto, tudo que é comum a dois, pode revelar a felicidade ou infelicidade.

A desmotivação no relacionamento é um sinal de alerta, indicando que algo não vai bem. Uma mulher amada é uma mulher curada dos seus males, sendo suas preocupações amenizadas, tais como: negativismo, complexo, angústia, desprezo, traumas de infância, decepções da vida, depressão e frieza sexual. Ela fica mais bonita, simpática e bem humorada. As críticas, mágoas serão superadas pelo amor recebido. Os seus melhores remédios para dormir são os braços amorosos do companheiro. Seus problemas são amenizados pelo amor do homem a quem ela confiou a sua vida. Ela passa a confiar na proteção daquele que está ao seu lado. A mulher amada retribui o amor recebendo, entregando-se sem reservas às carícias. As dificuldades jamais apagarão ou esfriarão um amor assim. Os poderes benignos do amor são ilimitados, ele destrói barreiras e ao mesmo tempo constrói pontes onde há separação. O apóstolo Paulo enfatiza ao povo de Éfeso a importância do amor entre o marido e sua esposa: “Da mesma forma, os maridos devem amar cada um a sua mulher como a seu próprio corpo. Quem ama a sua mulher, ama a si mesmo. Além do mais, ninguém jamais odiou o seu próprio corpo, antes o alimenta e dele cuida, como também Cristo faz com a igreja” (Efésios 5:28/29). Assim, as mulheres antes de amar, devem ser amadas. Experimente fazer assim, e sinta a diferença.

Artigo 2

Acreditar no Brasil é um bom negócio

Jorge Hereda é presidente da Caixa Econômica Federal

É princípio estabelecido pelo senso comum que ações táticas se dão em curto espaço de tempo e planejamentos estratégicos demandam prazo mais longo para sua realização. A Caixa conseguiu subverter este conceito. No dia 9 de abril anunciamos o lançamento do programa “Caixa melhor crédito” e explicamos que, com este rótulo, estávamos adotando uma estratégia que consistia na redução dos juros, com o objetivo de fazer crescer a base de clientes, ampliar a concessão de crédito e, com isto, ganhar mercado com a manutenção do lucro nos níveis de 2011. Exatos 113 dias depois – quase nada para horizontes estratégicos – podemos afirmar que nosso projeto alcançou resultados esplêndidos. Os números não deixam dúvida de que o desempenho da Caixa é consequência direta da política de juros adotada há pouco mais de três meses. Nossa carteira de crédito cresceu 44,6% no semestre, muito acima da previsão de crescer 33% em todo o ano de 2012. Na comparação entre o primeiro semestre deste ano e igual período do ano passado, o lucro da Caixa aumentou 25,2%. Já trabalhamos com a expectativa

de aumentar a carteira em 42%, fechando o ano com a expressiva quantia de R\$ 320 bilhões em contratação de crédito. Os nossos clientes e os clientes que migraram para a Caixa entenderam o recado: no primeiro semestre deste ano foram abertas 1,132 milhões de novas contas correntes, 27% mais que no primeiro semestre de 2011. Estes novos clientes vieram em busca de um novo tratamento, de taxas mais baixas, prazos mais longos e de tarifas mais justas. Encontraram o que queriam. E retribuíram, pagando em dia suas dívidas. É justo que se diga que pode ser contraditosa ou pelo menos discutida a tese segundo a qual os bancos estariam sendo prejudicados em seus lucros pela inadimplência, que os obrigaria, “naturalmente”, a segurar o dinheiro, mantendo os juros ainda em níveis altos. Em algumas modalidades de crédito isto pode ter acontecido, e o financiamento de carros foi uma delas. Mas, de maneira geral, a inadimplência parou de subir e, mais recentemente, começou a registrar ligeira redução. Se encaminha para o encerramento de um ciclo, depois do qual deve entrar em queda mais acentuada, provavelmente entre o final do ano e o início de 2013. O certo é que estes 113 dias permitem afirmar que acreditar no Brasil é um bom negócio.



Terceira Coluna

Câmara de Lençóis vai receber suplementação de R\$ 110 mil

A Câmara de Vereadores de Lençóis Paulista vai receber mais uma suplementação de verba no valor de R\$ 110 mil do Executivo. O projeto foi aprovado na sessão da segunda-feira 20. O dinheiro, segundo o presidente do Legislativo, Ailton Rodrigues de Oliveira (PTB), o Juruna, será usado para cumprir uma determinação da Justiça que ordenou o depósito do fundo de garantia dos funcionários de carreira da Casa de Leis. Ainda de acordo com o presidente, a dívida ultrapassa os R\$ 300 mil.



Sacolinhas

O projeto que obriga os supermercados a fornecer as sacolinhas plásticas voltou à pauta de discussões do Legislativo. O projeto é do vereador Gumercindo Ticianelli Júnior e promete dar muito pano para manga.

Na rua

O candidato a prefeito de Areiópolis pelo PSDB, Amarildo Fernandes Garcia, segue com a campanha de vento em popa. Segundo ele, por enquanto, eles estão se concentrando na visita de casas e de alguns bairros. “Daqui para frente a campanha começa a apertar”, declarou.

Um por vez

A estratégia do horário eleitoral gratuito também já foi traçada. “Já foi ao ar o primeiro programa de apresentação da chapa e agora vamos mesclar os temas mais importantes em cada programa. Vamos falar de educação, segurança, saúde e assim por diante”, explicou Amarildo.

Consulta

Amarildo afirmou ainda que as visitas aos moradores estão sendo muito importantes para aperfeiçoar o plano de governo. “Gostamos de chegar nas casas e ouvir o que os moradores tem a dizer sobre os temas de nossa campanha. Assim

Ajuda

Sargento Funes também usou a tribuna para lembrar as recentes conquistas direcionadas ao hospital. “Conseguimos para o hospital de Macatuba dois aparelhos de raio-x, um fixo e um móvel e um aparelho de ultra-som. Isso mostra o quanto somos preocupados com o hospital”, lembrou.

Novamente

Mais uma vez, a tribuna da sessão da Câmara de Vereadores desta segunda-feira 20 em Macatuba serviu de palanque político. José Gino Pereira Neto (PSC), o Zezo, reforçou o seu apoio aos candidatos a prefeito Tarcísio Abel (PP) e vice Odair Álvares Funes (PT), o Sargento.

Preparado

Zezo ainda usou a tribuna para dizer que a saúde de Macatuba tem graves problemas. Ele fez questão de desmentir um boato de que Sargento teria a intenção de fechar o hospital. “Quem disse que gostaria de fechar o hospital é o atual prefeito. Em uma reunião com os membros da Irmandade da Santa Casa ele disse que o PSDB costuma fechar os hospitais em cidades com menos de 50 mil habitantes”, disparou.



EDITORA E JORNAL FOLHA POPULAR LTDA-ME
DIRETOR RESPONSÁVEL: MOISÉS ROCHA

REGISTROS CNPJ: 03.433.116/0001-02 - IE: 416.043.125.113 - ME Registrado no Cartório de Registro das Pessoas Jurídicas de Lençóis Paulista no Livro sob nº 004. / O ECO é registrado conforme Lei de Imprensa, pelo decreto 2322 de 20 de maio de 1940, com registro no DIP.		ENDEREÇOS Rua Geraldo Pereira de Barros, 948, Centro, Lençóis Paulista, SP, CEP: 18680-020 FONE/FAX: Telefone: (14) 3269-3311 SITE: www.jornaloeco.com.br	
JORNALISTA RESPONSÁVEL Conceição Giglioli Carpanezzi - Mtb: 23.102	REDAÇÃO oeco@jornaloeco.com.br	COMERCIAL comercial@jornaloeco.com.br	ARTE arte@jornaloeco.com.br
FUNDADO EM 6 DE FEVEREIRO DE 1938 POR ALEXANDRE CHITTO			
CIRCULAÇÃO REGIONAL - Agudos, Areiópolis, Borebi, Lençóis Paulista, Macatuba e Pedreiras			
Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores e não representam, necessariamente, a opinião deste jornal			
IMPRESSÃO: Jornal da Cidade de Bauru Ltda. Bauru/SP - CNPJ 45.012.218/0001-02.			



A Nikon lançou nesta quarta-feira, 21, a primeira câmera fotográfica equipada com o sistema operacional Android. A máquina já vem com aplicativos de rede social

Ciência & Tecnologia
Por Vitor Godinho | vitor@jornaloco.com.br

Novo aparelho troca o uso do mouse pelo movimento da mão



“É como o Kinect sob efeito de esteroides”, disse David Pierce, jornalista do site americano “The Verge”, sobre a tecnologia Leap Motion, depois de testá-la. O Leap Motion, ainda em desenvolvimento nos EUA, é um aparelhinho do tamanho de um iPod que, conectado a um computador por uma entrada USB, mapeia os movimentos das mãos. Projetado para substituir o mouse e o toque em qualquer situação, ele é compatível com muito mais aplicativos e aparelhos do que o Kinect. “Logo de cara, o Leap vai se comunicar com tecnologias já existentes para mouses e teclados, o que significa uma compatibilidade prévia profunda”, diz Michael Buckwald, executivo-chefe do Leap Motion. “Imagine fazer uma curva num carro sem usar o volante. As possibilidades são ilimitadas, porque o Leap é versátil o suficiente para se incorporar em uma vasta gama de produtos eletrônicos”, declarou.

Rápidas

- **NUVEM** - A Amazon Web Services, braço de computação em nuvem da varejista americana, lançou nesta terça-feira (21) um novo serviço de armazenamento de dados com preços a partir de US\$ 0,01. O serviço custará US\$ 0,01 por gigabyte armazenado e é voltado para arquivos de backup, que não são acessados com frequência pelas empresas. No Brasil, onde a Amazon Web Services iniciou operação há seis meses, o produto será disponibilizado, em um primeiro momento, somente para os atuais clientes da empresa.

SOLUÇÕES EFICAZES PARA ACELERAR O CRESCIMENTO DA SUA EMPRESA
“SISTEMA DE GESTÃO SOB MEDIDA PARA SUA EMPRESA”

SAP Business One | WEB | SOCOR

(14) 3263-3637
WWW.UNIONTECNOLOGIA.COM.BR

UNION
Tecnologia da Informação

Tempo

QUINTA-FEIRA, 23/08 NASCER E PÔR-DO-SOL: 6h32 18h03

manhã tarde noite

128°C / 16°C

0mm 0% UR 88% 35%

Sol com algumas nuvens. Não chove.

SEXTA-FEIRA, 24/08 NASCER E PÔR-DO-SOL: 6h31 18h04

manhã tarde noite

130°C / 15°C

0mm 0% UR 87% 44%

Sol com algumas nuvens. Não chove.

FASES DA LUA AGOSTO

Fase	Dia	Hora
Lua Cheia	2	0:27
Quarto Minguante	9	15:55
Lua Nova	17	12:54
Quarto Crescente	24	10:54

No horário de verão, somar uma hora às fases da lua.

PLACAS DO DIA EM SP: 7 E 8
PLACAS DE AMANHÃ: 9 E 0

TELEFONES ÚTEIS - CÓDIGO 014

Polícia Militar	Corpo de Bombeiros	SAMU
190	193	192

Lençóis Paulista
Conselho Tutelar.....3264-8005
Hosp N S da Piedade...3269-1033
Pref de Lençóis Pta..3269-7000

Borebi
Conselho Tutelar.....9735-0602
Emerg Ambulância.....3267-1222
Pref de Borebi.....3267-8900

Agudos
Conselho Tutelar.....3262-1162
Hospital de Agudos...3262-1444
Pref de Agudos.....3262-8500

Macatuba
Conselho Tutelar.....3298-3036
Santa Casa.....3298-9200
Ambulância.....0800-7701192
Pref de Macatuba.....3298-9800

Areiópolis
Conselho Tutelar.....3846-9912
Pronto Atendimento...3846-9908
Pref de Areiópolis.....3846-9900

Pederneiras
Conselho Tutelar.....3284-6426
Santa Casa.....3283-8380
Pref de Pederneiras...3283-9570

Política

IPREM

O Iprem (Instituto de Previdência de Lençóis Paulista) foi destaque na Revista Investidor Institucional, em sua edição 239, de julho de 2012. A revista realiza anualmente um ranking entre os institutos de previdência referente a 2011, e considerando a rentabilidade global das carteiras, classificou o Iprem de Lençóis Paulista em 1º lugar.

ELEIÇÕES 2012

Prefeitos falam de suas propostas no rádio

Bel Lorenzetti, Cleuza Spirandelli e Edson Fernandes utilizaram horário eleitoral no rádio para mostrar ‘currículo’; Marcão Piauí apresentou propostas



EM CAMPANHA - Além do rádio, a prefeita Bel Lorenzetti e Marise estão visitando os bairros da cidade

Vitor Godinho

Com o início do horário eleitoral gratuito no rádio e televisão, é possível notar as diferentes estratégias utilizadas pelas coligações ou partidos para usar o espaço para atingir os eleitores. Na terça-feira, foi ao ar a campanha dos candidatos para vereador. Ontem foi a vez dos candidatas a prefeito e vice-prefeito levarem suas propostas aos ouvintes - já que em Lençóis Paulista, não há emissora de televisão.

Os programas se adequam aos tempos definidos pela Justiça Eleitoral. Quem tem menos exposição busca alternativas para passar suas propostas. Em Lençóis, a prefeita Bel Lorenzetti (PSDB) tem o maior tempo: 19 minutos e 59 segundos. Cleuza Spirandelli (PTB) tem três minutos e cinquenta e um segundos e Marcão Piauí

(PCdoB), três minutos e vinte e seis segundos. O PSOL do professor Edson Fernandes ficou com apenas dois minutos e quarenta e dois segundos.

O PSOL abriu o programa eleitoral ontem. Apresentado pelo candidato a vereador Rodolfo Pelegrin, o programa de Edson Fernandes e Hermes Conrado apresentou um resumo da formação e atuação profissional dos candidatos a prefeito e vice.

“Fui vereador entre 2004 e 2008 sempre lutando no direito e na defesa dos trabalhadores e do meio ambiente. Hoje estou com o PSOL. Nosso partido representa o sonho de uma sociedade justa em que todos tenham voz e o meio ambiente seja respeitado de verdade. Quero ser o prefeito da igualdade social em nossa cidade”, declarou Edson Fernandes durante o programa.

Em seguida foi ao ar o programa da coligação “Lençóis

Levada a sério”. O programa começou mostrando promessas feitas pela então candidata Bel Lorenzetti (PSDB) durante a campanha de 2008 e que foram cumpridas em seu mandato. Uma das obras citadas foi a ETEC “Cidade do Livro”.

O programa também apresentou depoimentos colhidos junto a população sobre os oito anos do governo do ex-prefeito José Antonio Marise e também sobre os quatro anos de Bel Lorenzetti.

Bel e Marise fizeram um rápido resumo sobre suas trajetórias profissionais e políticas, falaram sobre a importância da política e também do momento das eleições.

“Nosso objetivo é viver a política ativamente, com dinamismo e vibração. Todos nós somos chamados como cidadãos a viver a política. A sociedade sonhada por todos passa pela política, porque passa pelas pessoas e passa por escolhas

importantes”, declarou Bel.

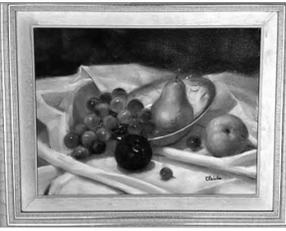
No programa da coligação “Por uma Lençóis Transparente”, dos partidos PTB e PSDC, a candidata Cleuza Spirandelli também apresentou um breve currículo. O narrador destacou a carreira política da candidata e classificou Cleuza como uma pessoa batalhadora e uma mulher forte e corajosa. “Quero fazer de Lençóis Paulista uma cidade justa e transparente”, declarou.

O último candidato a prefeito a entrar no ar neste programa de quarta-feira foi o Marcos Rodrigues de Lima (PCdoB), o Marcão Piauí. Diferentemente dos outros, Marcão deixou de lado as apresentações e partiu direto para as propostas de governo. De maneira rápida, sem aprofundar cada ponto, o candidato apresentou suas propostas para saúde, educação, segurança, emprego, moradia entre outras áreas. Tudo dentro de seus três minutos.



MACATUBA - O candidato da oposição, Tarcísio Abel (PP) teve 21 minutos no programa que foi ao ar ontem em Macatuba. Com o Sargento Funes de vice (PT), a dupla apresentou propostas. Dinâmico, o programa apresentado por Cristiano Castelhamo mostrou agilidade e descontração. O reforço da primeira edição veio na voz da vice-prefeita Lucilla Nunes Gouveia. Ela disse que o grupo político que elegeu Coolidge Hercos Junior prefeito hoje está com Tarcísio. Ado Galli teve nove minutos de programa e a maior parte foi usada pelo prefeito Coolidge. Na foto, Tarcísio em campanha nas ruas de Macatuba.

Cotidiano



EXPOSIÇÃO

A artista lençoense Cleide Ciccone Lorenzetti participa da 60ª edição do Salão de Belas Artes de Piracicaba, que vai até o dia 2 de setembro, com a obra "Peras e Uvas" selecionada para a exposição.

LEVANTAMENTO

Saúde começa segunda etapa do inquérito canino

Amostras de sangue dos animais serão coletadas para teste rápido de leishmaniose; Na primeira etapa 33 animais foram confirmados com a doença

Priscila Pegatin

A Secretaria Municipal de Saúde, responsável pelas ações de controle da leishmaniose vai começar hoje a segunda etapa do inquérito canino nos bairros Rondon, Jardim América, Jardim das Nações, Júlio Ferrari, Núcleo Luiz Zillo, Distrito Industrial e Nova Lençóis. "Nesse setor o inquérito também será censitário, ou seja, todos os animais serão triados", explica José Aparecido dos Santos, coordenador de vigilância epidemiológica.

No inquérito, duas equipes de profissionais da saúde coletam 3 ml de sangue de cada animal. A amostra é encaminhada para o Canil Municipal e centrifugada para teste. "É realizado um teste rápido que nos dá em 15 minutos o resultado. Caso esse resultado seja positivo a mesma amostra é encaminhada para o Instituto Adolf Lutz, em Bauru, para confirmar se procede ou não o resultado", diz Santos.

O inquérito, realizado desde 23 de julho, já coletou a



LEISHMANIOSE – Profissionais da saúde começam inquérito canino no segundo setor; 687 animais já fizeram o exame de sangue

inquérito. Ainda temos o segundo e terceiro setor para fazer o levantamento", finaliza.

INQUÉRITO CANINO

PRIMEIRO SETOR

Bairros: Vila Cruzeiro, Jardim Alvorada, Parque Elizabeth, Vila São João, Bacili, Vila Contente e chácaras Santo Antônio
Início do inquérito: 23/7
Termino do inquérito: 22/8
Animais notificados: 687
Animais com leishmaniose: 33

SEGUNDO SETOR

Bairros: Rondon, Jardim América, Jardim das Nações, Júlio Ferrari, Núcleo Luiz Zillo, Distrito Industrial e Nova Lençóis.
Início do inquérito: hoje

TERCEIRO SETOR

Bairros: Príncipe, Antonieta, Maestra Amélia, Ipê, Morumbi, Santa Cecília, Capoani e Granvi.
Início do inquérito: data ainda não divulgada

amostra de sangue de 687 animais até o dia 17 deste mês. "Desses animais que são dos bairros Vila Cruzeiro, Jardim Alvorada, Parque Elizabeth, Vila São João, Bacili, Vila Contente e chácaras Santo Antônio tivemos até o momento 33 resultados positivos e confirmados pelo Instituto Adolf Lutz", explica o coordenador. "Como medida de segurança de transmissão da leishmaniose a Vigilância Sanitária de Bauru recomendou a eutanásia dos animais notificados com leishmaniose. Isso é para controle da leishmaniose, ou seja, para evitar qualquer risco da doença passar para o ser humano".

Segundo o coordenador da vigilância sanitária ainda não é possível falar se o número de animais com a doença é preocupante para a cidade. "Não tem ainda como fazer um comparativo porque estamos no início do

ECONOMIA

Comerciantes de Agudos recebem dois eventos promovidos pelo Sebrae

Eventos darão dicas para que empresários aumentem as vendas; capacitação é fundamental

Da Redação

Os comerciantes de Agudos terão a possibilidade de aperfeiçoar seus conhecimentos sobre varejo nesta semana. O Escritório Regional do Sebrae realizará na cidade a Semana do Varejo, com duas pa-

lestras programadas. A primeira será no dia 22, às 19 horas, com o tema "Como montar uma vitrine vendedora". O encontro será na Acira (Associação Comercial e Industrial de Agudos), localizada na Avenida Odon Pessoa de Albuquerque, 156, Centro. Na quinta-feira, 23, às 19h30,

será realizado o Circuito Sebrae - Aumente suas vendas, no Espaço Eventos (Rua Quinze de Novembro, 718). As inscrições são gratuitas e podem ser feitas pelo telefone (14) 3234-1499.

Nas duas apresentações os empresários receberão dicas sobre montagem de uma vitri-

ne vendedora, como utilizar as ferramentas promocionais direcionadas ao varejo, quando e de que forma colocar um produto em promoção, além de orientações para conseguir um aumento nas vendas, com foco em capacitação e na estruturação das lojas para o Natal.

Região de Bauru oferece 623 vagas de emprego

Confira abaixo as oportunidades em destaque:

OCUPAÇÃO / EXPERIÊNCIA	LOCAL DA VAGA	NÚMERO DE VAGAS	ESCOLARIDADE	EXIGE
Recuperador de créditos	Lençóis Paulista	50	Médio Completo	Não
Auxiliar de limpeza	Bauru	30	Médio incompleto	Sim
Vendedor em domicílio	Bauru	23	Médio incompleto	Não

O programa Emprega São Paulo/Mais Emprego, agência de empregos pública e gratuita gerenciada pela Secretaria do Emprego e Relações do Trabalho, em parceria com o Ministério do Trabalho e Emprego, oferece, nesta semana, 623 vagas de emprego na região de Bauru.

As oportunidades que se destacam são: 50 vagas de recuperador de crédito, 30 para auxiliar de limpeza, 23 para vendedor em domicílio.

Os itens escolaridade e experiência para o preenchimento das vagas variam de acordo com a área de atuação

e com a empresa.

Para ter acesso às vagas, basta acessar o site www.empregasaopaulo.sp.gov.br, criar login, senha e informar os dados solicitados. Outra opção é comparecer a um Posto de Atendimento ao Trabalhador (PAT) com RG, CPF, PIS e Carteira de Trabalho.

É importante que o usuário mantenha seus dados de cadastro atualizados para não perder oportunidades de trabalho e para ter acesso aos programas de qualificação da SERT, como o Time do Emprego e o Programa Estadual de Qualificação (PEQ), por exemplo.

Abertura de empresas ✓
Contabilidade ✓
Consultoria ✓

EXATA Rua XV de Novembro, 581 - 5º andar - Salas 55 e 56
Lençóis Paulista - F.: 3263-0528 - E-mail: exata@lpnet.com.br

LIG CHOPP **GERMÂNIA**

Promoção De 176,00
Por R\$ **138,00** 30 Litros de chopp claro

Rua: XV de Novembro, 06 Centro (14) 32643613 - 97413712

24/08 às 19h30

HAPPY HOUR
Sexta é no Marimbondo

Mega show de **symproyds** marina e marcelo
Com monitores do Projeto Criança Feliz

Stand Up Comedy
Paulinho Gogó
26/08 **ÀS 20H30**

CLUBE ESPORTIVO MARIMBONDO

INGRESSOS LIMITADOS. RETIRAR INGRESSO NA SECRETARIA.
CONFIRA OS EVENTOS PELO SITE WWW.CLUBEMARIMBONDO.COM.BR

Polícia

SEGURANÇA

Criminalidade aumenta na região, aponta estatística da polícia

Dados da Secretaria de Segurança Pública mostram que em Lençóis as ocorrências de roubos dobraram; a prisão de traficantes triplicou

Angelo Neto

A Secretaria de Segurança Pública divulgou os números da criminalidade no Estado de São Paulo referentes ao primeiro semestre deste ano. Os dados apontam para aquilo que a população já percebe nas ruas: o número de crimes aumentou, principalmente furtos e roubos. Em contrapartida, a Polícia se mostrou presente e fez com que o número de prisões de traficantes também aumentasse.

Em Lençóis Paulista, o número de roubos quase dobrou, saltou de 34 no primeiro semestre do ano passado para 60 em 2012. Já os furtos aumentaram mais ainda. Foram 355 em 2011 e 432 no primeiro semestre de 2012. Outro dado que chama a atenção é o registro de estupro. Em 2011 foram sete ocorrências e



REPRESSÃO - Força Tática de Lençóis Paulista vem intensificando operações policiais na cidade

este ano, sempre de janeiro a junho, cinco casos.

Em contrapartida, a Polícia vem agindo mais. O número de traficantes presos triplicou de um ano para o outro. Os dados mostram que no primeiro semestre de

2011, 19 pessoas foram presas por tráfico de drogas. Neste ano já são 55.

Segundo o comandante da 5ª Companhia da Polícia Militar de Lençóis Paulista, tenente Roberto Trujillo Júnior, a PM não pode ana-

lisar os números, devido a uma questão institucional. Ele explica que prisões em flagrante, apreensão de armas de fogo e armas brancas e os procurados da Justiça capturados são considerados indicadores operacionais, ou seja, de atividade policial. Dessa forma, quando há crescimento desses índices, o indicador é positivo, pois significa que a polícia intensificou os trabalhos.

Em relação aos índices criminais como roubo, furto, homicídios e estupro, Trujillo afirma que a PM trabalha para que a criminalidade diminua e sente que vem obtendo resultados. "Temos que analisar os índices como um todo e não apenas os números. Ultimamente, percebemos que os índices criminais diminuem constantemente e os índices operacionais aumentam. Isso mostra que o bom trabalho que a PM vem realizando", completa.

Agudos se mantém como a cidade com maior número de homicídios da microrregião, mesmo o índice tendo caído. No primeiro semestre de 2011 foram registrados quatro homicídios e quatro tentativas de homicídio. Neste ano são dois homicídios e duas tentativas. Macatuba e Borebi figuram do outro lado do ranking da criminalidade com nenhuma ocorrência de homicídios nos dois anos.

NÚMEROS DA CRIMINALIDADE NA REGIÃO

PERÍODO: JANEIRO A JUNHO

CIDADE: LENÇÓIS PAULISTA

Ano: 2011

Homicídios - 0 (doloso e culposo)
Tentativa de homicídio - 1
Roubos - 34
Furtos - 355
Estupros - 7
Tráfico de entorpecentes - 19

Ano: 2012

Homicídios - 1
Tentativa de homicídio - 1
Roubos - 60
Furtos - 432
Estupros - 5
Tráfico de entorpecentes - 55

CIDADE: MACATUBA

Ano: 2011

Homicídios - 0 (doloso e culposo)
Tentativa de homicídio - 0
Roubos - 6
Furtos - 48
Estupros - 3
Tráfico de entorpecentes - 4

Ano: 2012

Homicídios - 0
Tentativa de homicídio - 1
Roubos - 6
Furtos - 55
Estupros - 1
Tráfico de entorpecentes - 9

CIDADE: AGUDOS

Ano: 2011

Homicídios - 4 (doloso e culposo)
Tentativa de homicídio - 4
Roubos - 26
Furtos - 179
Estupros - 8
Tráfico de entorpecentes - 33

Ano: 2012

Homicídios - 2 (doloso e culposo)
Tentativa de homicídio - 6
Roubos - 32
Furtos - 175
Estupros - 10
Tráfico de entorpecentes - 32

CIDADE: BOREBI

Ano: 2011

Homicídios - 0 (doloso e culposo)
Tentativa de homicídio - 0
Roubos - 1
Furtos - 7
Estupros - 0
Tráfico de entorpecentes - 0

Ano: 2012

Homicídios - 0 (doloso e culposo)
Tentativa de homicídio - 0
Roubos - 1
Furtos - 14
Estupros - 0
Tráfico de entorpecentes - 1

CIDADE: AREÍOPOLIS

Ano: 2011

Homicídios - 0 (doloso e culposo)
Tentativa de homicídio - 0
Roubos - 2
Furtos - 8
Estupros - 1
Tráfico de entorpecentes - 2

Ano: 2012

Homicídios - 0 (doloso e culposo)
Tentativa de homicídio - 1
Roubos - 0
Furtos - 16
Estupros - 1
Tráfico de entorpecentes - 4

FOGO

Carros são alvos de criminosos

Em uma das ocorrências, veículo abandonado foi incendiado ontem

Angelo Neto

Dois ocorrências com carros foram registradas essa semana em Lençóis Paulista. Em uma delas, um veículo abandonado foi incendiado. Em outra, ladrões roubaram um carro no começo da noite. Um dos ladrões estava armado.

A primeira ocorrência foi registrada na terça-feira 21, às 19h20. O macatubense R.C.D.A, 28 anos, transitava pelo Jardim America com seu veículo Logus, cor cinza e placas BPV-5758 de Macatuba e ao parar em um cruzamento foi

abordado por três indivíduos. Segundo a vítima, um deles aparentava portar uma arma de fogo. Eles fugiram com o carro, um celular, cartões de crédito, dinheiro e cheques.

A Polícia Militar foi acionada e ao chegar ao local começou a patrulha pelas possíveis vias de fuga dos criminosos para tentar fazer um cerco do veículo roubado.

Segundo o tenente Roberto Trujillo Júnior, os ladrões se dirigiram a Bauru, onde trocaram o carro roubado por um veículo Audi e seguiram até Pederneiras. A Polícia Militar de Lençóis Pau-

lista foi até a cidade e encontrou os acusados que foram detidos.

A outra ocorrência aconteceu no começo da madrugada de ontem, no Jardim Cruzeiro, às 00h20. Um veículo Gol, cor bege e placas CGE-8235 de Jaú e que estava abandonado foi incendiado. Segundo J.L.A, 54 anos, o carro era de um cliente que o deixou para arrumar há algum tempo e não voltou para buscá-lo. Ele informou aos policiais que acordou com o barulho do incêndio, mas não viu ninguém na rua. O Corpo e Bombeiros foi acionado para apagar o incêndio. O caso será investigado.

Polícia Civil fecha ponto de tráfico

O SIG (Setor de Investigações Gerais) da Polícia Civil, através de denúncias anônimas, apreendeu drogas e objetos em uma residência no Jardim Ibaté. Quatro pessoas estavam na casa, entre elas uma candidata a vereadora de Lençóis Paulista que é a dona da residência. O local é conhecido como Biqueira e servia como ponto para tráfico de entorpecentes.

Após uma série de denúncias, foi expedido mandado de busca e apreensão na casa, cumprida ontem, às 10h, pelo setor de investigação da Polícia Civil. A candidata estava

na residência junto com duas mulheres e mais um homem. Todos dormiam no momento da ação dos policiais. Na blusa de uma das mulheres foram encontradas 22 pedras de crack, uma porção de maconha e uma pequena porção de cocaína. Foram ainda apreendidos na casa dois celulares, um notebook e R\$ 66 em dinheiro que eram usados no tráfico.

A proprietária da casa disse que não sabia que o local era usado para tráfico de drogas, pois diversas pessoas frequentam a casa. "Eu fui dormir com os meus filhos ontem à noite,

então não consigo ver quem sai ou entra em casa. De repente eles entraram no meu quarto. Quando os vi, eu entrei em choque", disse. A candidata ainda afirma que não é usuária de drogas e que não sabia da existência do entorpecente. "Eu sabia que a minha amiga era usuária, mas não sabia que vendia", completou.

A mulher dona da blusa em que estavam os entorpecentes foi presa em flagrante. Os demais envolvidos foram qualificados no B.O (Boletim de Ocorrências) e foram liberadas posteriormente para melhor investigação.

COMUNICADO

POLIMIX CONCRETO LTDA, torna público que recebeu da CETESB a Licença Prévia Nº 7001819 e REQUE-REU A LICENÇA DE INSTALAÇÃO PARA MASSA DE CONCRETO, fabricação, sito à R: ÁFRICA, 284, DISTRITO EMPRESARIAL LUIZ TRECENTI - LENÇÓIS PAULISTA/SP.

EDITAL DE CONVOCAÇÃO - ASSEMBLÉIA GERAL EXTRAORDINÁRIA
Pelo presente Edital, o Presidente do SINDICATO DOS CONDUTORES VEÍCULOS E TRABALHADORES TRANSPORTES RODOVIÁRIOS, URBANOS E DE PASSAGEIROS DE LENÇÓIS PAULISTA - SINCOVELPA-SP, no uso das atribuições estatutárias, convoca todos os integrantes da categoria profissional, filiados, associados e quites com as suas obrigações, para AGE - Assembleia Geral Extraordinária, a realizar-se na sede social do SINCOVELPA-SP, Rua Antonio Biral180, Vila Jardim Morumbi em Lençóis Paulista no dia 31 de agosto de 2012, sexta-feira, às 16h30min, em 1ª convocação, com número regulamentar de presentes, ou às 17h30min, em 2ª convocação, cumprindo ao disposto no Estatuto Social, com qualquer número de presentes para deliberar e aprovar sobre o assunto da seguinte ordem do dia: **Mudança de endereço do SINCOVELPA-SP - SINDICATO DOS CONDUTORES VEÍCULOS E TRABALHADORES TRANSPORTES RODOVIÁRIOS, URBANOS E DE PASSAGEIROS DE LENÇÓIS PAULISTA, para sede própria a Rua Geraldo Pereira de Barros nº 1036, centro Lençóis Paulista, - SP - CEP: 18680-020. Lençóis Paulista, 22 de agosto de 2012. Jose Pintor Presidente**

ENCONTRE TUDO PARA O SEU CASAMENTO E FESTAS EM GERAL EM UM ÚNICO LUGAR, NÃO PERCAM!

Realização
Humaitá Hall
O melhor lugar para a sua festa

IBEM
PRODUÇÕES

ENTRADA FRANCA

3ª feira para
NOIVAS
de Lençóis Paulista

DIAS:
24, 25 e 26 de AGOSTO
DAS 13H ÀS 22 HORAS

LOCAL: **Humaitá Hall**
RUA LIDIO BOSI 425
JD. HUMAITA
LENÇÓIS PAULISTA

informações: 3264-5658 / 8115-4390 / 9742-5279

APOIO: **NOTÍCIAS DE LENÇÓIS** **SEM LMITES** **Revista SEM LMITES** **aventura** **1990.1** **ANDRÉ SANDEIRO** Graphic Designer

DOE 1 LITRO DE LEITE PARA APAE DE LENÇÓIS PAULISTA

LIMITE MÍNIMO DE IDADE: 16 ANOS

Saúde



O QUE É VEGETARIANISMO:

é o regime alimentar segundo o qual nada que implique em sacrifício de vidas animais deva servir à alimentação. Assim, os vegetarianos não comem carne e seus derivados, mas podem incluir em seu regime, leite, laticínios e ovos. O regime vegetariano não é, pois, exclusivamente vegetal e seu nome não se origina de alimentação vegetal e, sim, do latim vegetus que significa "forte", "vigoroso", "saudável".

ALIMENTAÇÃO

Vegetarianismo: mitos e verdades

Ser vegetariano não é sinônimo de saúde; Dieta alternativa precisa de cuidados

Priscila Pegatin

Opstar por uma dieta vegetariana é um assunto que não passa pela cabeça de muitos brasileiros que defendem o consumo de carne como alimento indispensável para a saúde. Diogo César Palomare de Souza, 20 anos, pensa bem diferente e não come carne nunca. Vegetariano por convicção, o rapaz que é músico e atendente de uma empresa de impermeabilização, diz que desde pequeno queria ser vegetariano, mas que sua mãe não deixava com medo de que isso pudesse causar algum problema para sua saúde.

E a preocupação da mãe de Diogo tinha razão de ser. A nutricionista Larissa Antunes Damaceno explica que ser vegetariano não é sinônimo de dieta saudável. "Normalmente as pessoas optam pela dieta vegetariana muito mais pelo conceito do que pela busca de uma alimentação saudável", diz.

Diogo conta que o principal motivo que o levou a ser vegetariano foi a preocupação com os animais. "Sempre gostei muito de animal e esse foi o primeiro ponto, depois comecei a ver o lado da saúde", diz. Mas, viver sem comer carne vermelha ou branca não é tão fácil quanto parece, explica. "Existe muito preconceito. Evito falar que sou vegetariano. Muitas pessoas chegam pra mim e perguntam: você só como alface [risos]? Na verdade como muito. Não deixo de comer por ser vegetariano", fala.

Com uma vida agitada, conciliando o trabalho em um escritório de impermeabilização com os shows de banda baile e de rock, Diogo garante que não sente falta da carne. "A proteína que o corpo precisa pode ser encontrada no leite, ovo, em uma infinidade de vegetais, como abobrinha que tem mais proteína que a carne só que é vegetal. Nunca me senti fraco porque não vivo comendo



SAUDÁVEL – Preocupado com a saúde, Diogo aposta em um almoço balanceado; verduras não são indispensáveis nem no suco

só batata frita e alface, faço uma dieta balanceada", explica.

A nutricionista explica que a dieta feita por Diogo pertence ao grupo ovo-lacto-vegetarianos que estão as pessoas que ingerem ovos e leite, mas não comem nenhum tipo de carne seja ela de boi, frango ou peixe. "Esse tipo de vegetariano consegue atingir a recomendação de proteína tranquilamente porque o leite e os ovos garantem essa ingestão, principalmente, da vitamina B12", explica.

Já os vegetarianos, conhecidos como vegano, não se alimentam de nenhum produto de origem animal assim como carnes, derivados de leite e ovos. "Esses vegetarianos conseguem atingir a quantidade adequada de proteína, mas não de vitamina B12. Então essas pessoas precisam de suplementação e normalmente tomam injeção ou suplemento via oral e não entram em uma alimentação tão saudável por isso", diz Larissa.

Para uma dieta vegetariana

TIPOS DE DIETAS VEGETARIANAS

OVO-LACTO-VEGETARIANISMO

A maior parte dos vegetarianos se enquadra nessa categoria. A rotina alimentar inclui ovos e derivados de leite

LACTO-VEGETARIANISMO

Permite o consumo de derivados de leite, mas não inclui ovos na dieta

OVO-VEGETARIANISMO

Os seguidores desse estilo alimentar alegam que o consumo de ovos é permitido

VEGANISMO

O vegano não se alimenta de nenhum produto de origem animal assim como carnes, derivados de leite e ovos. Mais do que uma opção alimentar, o veganismo é um estilo de vida, pois qualquer produto que exija o sacrifício de um animal - de mel a blusas de lã - não é consumido

adequada, Larissa orienta para o consumo de leite, queijo, iogurte e ovos. "As leguminosas, como feijão, ervilha, grão de bico, lentilha também são ótimas opções.

A proteína pasteurizada de soja é um alimento que lembra muito a carne moída e aceito pelos vegetarianos", diz. "Mas o ideal é ter a orientação de um profissional para que a alimentação não fique deficiente em proteína, pois ela tem a função de formação e renovação de tecidos e também é responsável pela imunidade", finaliza Larissa.

Uma vantagem dos vegetarianos em relação das pessoas que se alimentam de carnes é alta ingestão de frutas, legumes e verduras. "Esses alimentos a gente sabe que é uma deficiência na alimentação das pessoas", diz Larissa que faz um alerta. "Mas existem vegetarianos que não comem nada de fruta, legume e verdura e quando tiram a proteína acabam com uma dieta que não é saudável e equilibrada. Por isso, hoje não dá para garantir que uma pessoa vegetariana é necessariamente saudável, isso vai depender do perfil e escolhas dos alimentos", finaliza.

Clínica de Olhos
Dr. Daniel Ramos Parente
Médico Oftalmologista - CRM 71.849
Avenida 9 de Julho, 467 - Centro - CEP 18682-120 - Lençóis Paulista - SP
Tels.: (14) 3263-2833 - (14) 3815-7800 (Resid.) - Cel.: (14) 9775-6100
E-mail: btparent@sugering.com.br - H. page:www.danielparente.com.br

Consultório Odontológico
Dra. Elizandra Paccola Moretto de Almeida
Cirurgiã - Dentista CROSP 82240
Odontologia Estética
Periodontia
Endodontia
Cirurgia e implantes
Próteses dentárias
Tratamentos de apnéia do sono e ronco em adultos
Rua 15 de Novembro, 246 - Fone: 3263-2255

Dra. Marisa Moretto
CRM 101130
Dermatologia
*Clínica *Estética *Laser *Cirúrgica
Rua Geraldo Pereira de Barros, 398 - Centro - Tel.: (14) 3263-0466
Lençóis Paulista - SP | Macatuba - (14) 3298-9200

Clínica Santa Rosa
Ortopedia - Neurologia - Acupuntura - DTM
RPG - Pilates - Uroginelocologia - Psicoterapia
Rua Dr. Antonio Tedesco, 760 Fone:(14) 3263-1365

Dr. Fabiano Peres Miguel
Oftalmologista CRM 103.354
Atendimento na CLAM: Rua Sete de Setembro, 735 CEP 18682-510 Lençóis Pta Fone: (14) 3264-1400

FISIOterapia MEDicina
Acupuntura Pelo convênio Unimed.
* Angiologia
* Escleroterapia
* Cirurgia Vascular
* Fisioterapia geral
* DTM (mandíbula)
* Acupuntura
* RPG - Exercícios Posturais
* Pilates
* Reabilitação no pré e pós cirurgico de Patologias ortopédicas.
Rua Aníbal Garibaldi, 569 CEP 18682 043 - Lençóis Paulista - SP - Tel.: (14) 3263 3825

Dra. Lívia Hueb
CRM 117.168
Pediatria Geral
Neonatologia
UTI Infantil
Rua Piedade, 183 - sala 28, Lençóis Paulista Tel.: (14) 4105 0044
Rua Carlos Gomes, 6-54, Macatuba Tel.: (14) 3298 9200

Bruno de Faria Batista
CRM 113.202 - TEOT 10487
Ortopedia
Traumatologia
Cirurgia do Joelho
Irmandade Santa Casa de Macatuba
Rua Carlos Gomes, 6-54 Tel.: 3298.9200
Clínica CLAN
Rua 7 de Setembro, 735 Tel.: 3263.6006

CONTENTE ÓPTICA
alegria para seus olhos
www.opticacontente.com.br

psiquiatria
DR. CARLOS AUGUSTO HUEB
CRM/SP 138776
Tel (14) 3264-1537 | Cel (14) 9828-1215
Rua Edy Eurípedes Coneglian, 65, sala 2 | centro
(no mesmo prédio da PAME) | Lençóis Paulista
Atendimento na Santa Casa de Macatuba
Tel (14) 3298-9200

CORUS
Clínica de Olhos, Radiologia e Ultrassonografia
Dr Luís Fernando A. Hueb
Oftalmologista CRM: 114.142
Rua Geraldo Pereira de Barros, 444 - Tel.: (14) 3264-8887
CEP 18682-500 - Lençóis Paulista - SP

PameLab
Laboratório de Análises Clínicas
-EXAMES LABORATORIAIS
-HORMONAIS
-DNA
-ATENDEMOS CONVÊNIO E PARTICULARES
ATENDIMENTO A PARTIR DA 06:30 DA MANHÃ
PRÓXIMO AO COLÉGIO PAULO ZILLO



É FESTA
O casal Serginho e Aline, da CVC Turismo, marcaram presença na festa Melhores 2011.

ENLACE



FOTO: ARQUIVO PESSOAL

Em clima de pura felicidade, o casal Cristiano Paccola e Michele disseram o sim e realizaram o sonho de subir ao altar no último sábado, dia 18. O enlace matrimonial aconteceu na paróquia Cristo Ressuscitado, às 17h. O artista e sua esposa recebem os parabéns de familiares, amigos e de toda equipe do Jornal O ECO que deseja força e coragem nesta nova empreitada de suas vidas.

NEGÓCIOS



FOTO: JORNAL O ECO

- ESPETINHOS DOM FELYPE
Com mais de 20 tipos de espetinhos e linguças especiais, embalados a vácuo, a fábrica de espetinhos Dom Felype oferece tudo para churrasco e festa. Na foto, Val e Alencar. A Fábrica de Espetinhos Dom Felype fica na Avenida Jácomo A. Paccola, 46 - Jardim Caju - Lençóis Paulista - SP. Telefone (14) 9715-2013 ou (14) 9616-9590.

30 anos

Exames

- Laboratoriais
- Hormonais

Aberto a partir das 6h30

Hemolab
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

Rua Geraldo Pereira de Barros, 331
(14) 3263 2324 - Lençóis Pta.

Cia. do esfiho

DISK!
14 3264-9988

R. Anita Caribaldi, 476
Centro - Lençóis Pta - SP

Restaurante

2 Irmãs
Estilo Caseiro

Prato Feito
Comercial
Marmitas

Marmitex
Self-Service
Porções

Disk Marmitex
Fones: 3264-8768 e 9632-0231

VARANDA 32630145

R. Cel Joaquim Gabriel, 727

giro Social

FOTOS: STUDIO A

- 1 André e Natália
- 2 Danilo e Luciana
- 3 Letícia e Maria Luiza Boso
- 4 Norberto e Márcia
- 5 Vanessa e Valério
- 6 Vera e Paulo

BEBÊS

• O pequeno palmeirense Luis Felipe completou 1 mês. Parabéns.

• O irmão Otávio com a pequenina Manuela. Amor fraternal.

ENGENHARIA

Eder José Furlan
Eng. Civil - CREA 060521-085-1

Fone/Fax:
(14) 3263-4744
(14) 3263-4106

Celular:
(14) 9772-7350

R. Pedro Natálio Lorenzetti, 838
sala 1 - Centro - Lençóis Paulista

GRÁFICA Centergraf

SUA MELHOR IMPRESSÃO ESTÁ AQUI!

Cartazes
Folders
Folhetos
Talonários
Cartões de Visitas

Lençóis Paulista
(14) 3263-0170
centergraf@lpnet.com.br

Gutcenter
MÁQUINAS

Motosserras, Roçadeiras, Lavadoras, Compressores, Mini Tratores, Ferramentas, Ferramentas Elétricas e E.P.I.S.

Lençóis Pta
Rua Piedade, 627 - Centro
Fone: 3263-1765

Rua Sete de Setembro, 1.078 - Centro
Fone.: 3261-4950

SANTA CLARA
Materiais Elétricos

Loja 1: Avenida Brasil, 583 - Centro | Fone: (14) 3263-1057
Loja 2: Rod. Osny Mathus, Km 112 | Fone: (14) 3269-7777

PRIME Beef ANGUS FRIGOL

Delicioso, Saboroso, Incomparável.

Frigol
Alimenta sua vida.

MADRE MADRE

LWART
IMPERMEABILIZANTES

Porque impermeabilizar é proteger

LWARFLEX
MAIS FLEXÍVEL. MAIS RESISTENTE.

LWART QUÍMICA
www.lwart.com.br

tangramdesign