

## OUTUBRO ROSA

## Palestras gratuitas hoje sobre a saúde da mulher

Evento "Noite rosa com elas" reunirá endocrinologista, fisioterapeutas e nutricionista no Sindicato dos Bancários para falar dos tratamentos mais modernos

O Sindicato dos Bancários de Nova Friburgo sedia hoje, 31, a partir das 19h, em seu auditório na Praça Dermeval Barbosa Moreira, 28 - 2º andar, o evento "Noite rosa com elas" que oferecerá palestras e troca de experiências, gratuitas, com a participação de médicas especialistas e o objetivo de orientar as mulheres a cuidarem melhor da saúde.

O evento como promoção da empresa Studios FisioCor será beneficente, em prol da

Associação da Mulher Mastectomizada (Amm), e faz parte das atividades do Outubro Rosa, de conscientização e prevenção do câncer de mama e do colo do útero. Participarão das palestras a médica endocrinologista Saliha Mello, que falará sobre hormônios e sexualidade desde a primeira menstruação até depois da menopausa; a fisioterapeuta Maria Lina Leite, que mostrará os mais modernos tratamentos con-

tra as dores e a prevenção de crises; a fisioterapeuta Bruna Lima Iecker, que explicará o método hipopressivo para a redução de medidas e o fim da flacidez abdominal; e a nutricionista Daniela Gonçalves, que abordará a dieta ayurveda e a longevidade feminina.

Além das palestras, haverá sorteios e outras atividades. As inscrições são pelo telefone (22) 2523-3489 ou pelo link <http://bit.ly/WhatsAppStudiosFisioCor>.

## Energisa realiza ação social em Friburgo

Concessionária fará a troca de lâmpadas e cadastro de clientes na Tarifa Social em Conselheiro

Amanhã, 1º de novembro, a equipe do programa Nossa Energia, da concessionária de energia elétrica Energisa, estará em Nova Friburgo para cadastrar clientes inscritos nos programas sociais do Governo Federal, com cadastro atualizado nos últimos dois anos no Centro de Referência em Assistência Social (Cras), na Tarifa Social de Energia Elétrica. A ação acontecerá no centro do distrito de Conselheiro Paulino (foto) e também no Jardim Califórnia. Em Friburgo, mais de quatro mil clientes podem aderir ao benefício com descontos que variam de 10 a 65% nas contas de luz.

Quem já é cadastrado na Tarifa Social não ficará de fora da ação, pois poderá aproveitar a oportunidade para trocar até quatro lâmpadas ineficientes por outras de LED, que



ARQUIVO AVS/HP

são até 90% mais econômicas. Simultaneamente, a unidade móvel do Nossa Energia estará baseada no Colégio Estadual Feliciano Costa oferecendo palestras educativas aos alunos sobre consumo consciente, principalmente em épocas de intenso calor e do verão que se aproxima.

O Nossa Energia é um projeto regulado pela Agência Nacional de Energia Elétrica

(Aneel) e executado pela Energisa, que somente em 2018 beneficiou, em Nova Friburgo, mais de 3,3 mil clientes com o cadastro na Tarifa Social, além da troca de mais de 14 mil lâmpadas por outras mais eficientes.

## TARIFA SOCIAL

A Tarifa Social de Energia Elétrica é concedida a quem

está incluído no Cadastro Único (CAD) para programas sociais do governo federal, com renda familiar mensal per capita menor ou igual a meio salário mínimo nacional, indígenas e quilombolas. Famílias inscritas no Cadastro Único com renda mensal de até três salários mínimos - que tenham em casa algum portador de doença ou deficiência cujo tratamento necessite de aparelhos que demandem energia - ou ainda que recebam o Benefício de Prestação Continuada (BPC) da Assistência Social, também têm direito.

As pessoas que atendem a estes critérios devem procurar a Energisa e apresentar: Número de Identificação Social (NIS) ou Número do Benefício, além de documentos de identificação pessoal, como identidade e CPF.

## Cidade &amp; Serviços

## Audiência pública

Hoje, 31, das 15h às 18h, a Câmara Municipal de Nova Friburgo realiza audiência pública para debater a Lei Orçamentária Anual (LOA) para o ano de 2020. Dentre os temas da pauta da audiência, estará o orçamento da saúde para o próximo ano. O evento é aberto ao público em geral e o objetivo é ouvir as demandas da população, debater as necessidades do município e definir os objetivos e metas a serem cumpridos pelo Poder Executivo no próximo ano.

## Empregos

O Balcão de Empregos de Nova Friburgo, que funciona em parceria com o Sistema Nacional de Empregos (Sine) tem novas oportunidades de inserção no mercado de trabalho esta semana em diversos cargos. As vagas são para: operador de central de estacionamento (com experiência em carteira); serviços gerais/manutenção (com experiência em hidráulica, elétrica, pintura); assistente de lojas de roupas (pcd); auxiliar de borracheiro; borracheiro; mecânico de motor a diesel; promotor de vendas; pizzaiolo ou padeiro com experiência em pizza; atendente de farmácia (que more em Conselheiro Paulino); recepcionista/vendas (para curso de informática); motorista de ônibus; motorista de caminhão; costureira em geral; representante comercial; recepcionista de hotel e vendedor externo. Os interessados devem comparecer ao Balcão (Avenida Alberto Braune, 223 - antiga Rodoviária Leopoldina), munidos de documentos.

## Sarampo

A campanha nacional de vacinação contra o sarampo continua nos postos de saúde de Nova Friburgo seguindo o calendário de imunização. Os jovens de 20 a 29 anos e que não estão com a caderneta de vacinação em dia terão prioridade a partir do dia 18 de novembro. Em Friburgo, a Secretaria Municipal de Saúde oferece a vacina na policlínica Sylvio Henrique Braune, no Suspiro, e no posto de saúde Tunney Kasuga, em Olaria, ambos de segunda a sexta-feira, das 8h às 16h; e na unidade básica de saúde José Copertino Nogueira, no bairro São Geraldo, de terça a quinta-feira, das 8h às 16h.

## Atualização cadastral

Usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) em Nova Friburgo estão sendo convocados a atualizar seus dados cadastrais. A medida, segundo a Secretaria Municipal de Saúde, é necessária para facilitar o contato dos servidores com os pacientes para avisá-los sobre a marcação de exames e consultas pelo Sistema Nacional de Regulação (Sisreg). Para fazer a atualização, os usuários devem comparecer aos postos de saúde munidos de documentos pessoais e comprovante de residência de acordo com o calendário pré-estabelecido. Até amanhã, 1º de novembro, está sendo feita a atualização cadastral dos pacientes com nomes iniciados pelas letras M; nos dias 4 a 8, N, O, P, e Q; nos dias 11 a 14, R, S e T; nos dias 18 a 22, U, V, X, W, Y e Z. O prazo para atualização dos pacientes com nomes iniciados de A a L já foi encerrado.

## LEITORES

ON-LINE

## Horários dos ônibus

"Acho que os funcionários que elaboram o quadro de horários das linhas da empresa Faol não devem utilizar os ônibus urbanos para se locomover, principalmente para trabalhar. Os intervalos entre as viagens são uma verdadeira bagunça. Ficamos no ponto esperando por um ônibus às vezes quase 30 minutos ou mais e quando o coletivo, enfim surge, geralmente está superlotado. O que fazer, precisamos embarcar e lá vamos nós se espremendo para chegar ao centro da cidade. O pior é que atrás deste coletivo e lotado surgem sempre outros dois ou três ônibus, às vezes até vazios. De que adianta, os ônibus passam pelos pontos juntos e depois haver um longo intervalo para o próximo? Isso acontece com frequência na RJ-150, na altura da Chácara

do Paraíso. Não seria mais inteligente elaborar uma tabela de partidas das linhas Amparo-Centro e Nova Suíça-Centro de modo que os ônibus passassem pelos pontos com intervalos médios entre dez e 15 minutos e não até quatro ônibus juntos como já presenciei. Já me queixei com a Faol e a desculpa recebida foi que a culpa é do trânsito que gera atrasos nas viagens. Porém, essa situação que relatai ocorre pela manhã."

Aluizio de Moura

## Nova Friburgo, uma cidade, muitos problemas

"Tenho pensado ultimamente para onde Nova Friburgo esta caminhando? O que se vê atualmente é uma cidade atravancada que não esta indo a lugar algum. São sempre os mesmos proble-

mas e nunca há soluções. São sempre as mesmas coisas. Quando não é a crise no Hospital Raul Sertã, são os problemas no transporte publico ou em obras que causam transtornos em horários impróprios. O governo municipal parece estar perdido. Não há nem mais esperança da população ver algo novo na cidade."

Warley da Silva Mozer

Participe da coluna A Voz dos Leitores, enviando texto e fotos para o e-mail [leitores@avozdaserra.com.br](mailto:leitores@avozdaserra.com.br) ou para o WhatsApp do jornal: (22) 9 9213 9995. Mensagens sem identificação completa e textos digitados com todas as letras maiúsculas serão desconsiderados para publicação. Em razão do espaço, os textos podem ser resumidos ou editados. O jornal também se reserva o direito de publicar ou não as cartas dos leitores. Para o envio de fotografia, o leitor confirma que é o autor da mesma ou possui autorização para distribuí-la, e autoriza expressamente o jornal A VOZ DA SERRA a publicá-la no meio impresso ou digital.

Estado do Rio de Janeiro  
Câmara Municipal  
de Nova Friburgo

A Câmara Municipal de Nova Friburgo tem a honra de convidar a todos para a Audiência Pública a ser realizada no dia 18 de Novembro de 2019, às 18 horas, no Plenário do Poder Legislativo de Nova Friburgo, para tratar de Diabetes e assuntos relacionados.

Alexandre Cruz  
Presidente

ACESSE NOSSO SITE  
[www.alarmeshow24h.com.br](http://www.alarmeshow24h.com.br)

Central de Serviços  
Monitoramento e Restabelecimento  
**ALARME SHOW 24HS**  
MONITORADO  
Atendimento a Clientes  
(22) 2522-9708  
[alarmeshow24h.com.br](http://alarmeshow24h.com.br)

OU LIGUE  
(22) 2522-9708

**PORTARIA VIRTUAL**  
Reduza o custo do seu condomínio ou empresa.

1ª REGIÃO

## A VOZ DA SERRA

O Jornal de maior circulação no município - Fundado em 07/04/1945

Propriedade da Editora Nova Friburgo Ltda. CNPJ (MF) nº 28.600.377/0001-09 Reg. no I.N.P.I nº 81.0659999.  
Patronos: Américo Ventura Filho - Laercio Rangel Ventura

Diretora: Adriana Ventura - Jornalista responsável: Ana Borges (MTB - RJ 4712)  
Declarado Órgão Oficial dos seguintes Municípios: Bom Jardim/Cachoeiras de Macacu/Cantagalo/Carmo/Cordeiro/Duas Barras/Nova Friburgo/Santa Maria Madalena/São Sebastião do Alto/Sumidouro/Trajano de Moraes.

Administração e Redação: Av. Comte Bittencourt, nº 114 - Telefones: (22) 2522-2035/2523-7912. CEP: 28625-000 - Oficina: Av. Conselheiro Julius Arp, nº 80 - Nova Friburgo - RJ.

A Direção de AVOZ DA SERRA não é solidária, não se responsabiliza e nem endossa os conceitos emitidos por seus colaboradores em seções ou artigos assinados. AVOZ DA SERRA publica em sua seção "A Voz dos Leitores" opiniões sobre quaisquer assuntos, reservando-se, todavia, ao direito de rejeitar acusações insultuosas e sem a devida comprovação. Só serão levados em consideração cartas, faxes e e-mails com nome e endereço completos do remetente, além de nº da identidade, CPF e telefone para contato. As cartas só serão divulgadas após comprovação destes dados e frisamos que o jornal se reserva ao direito de não publicar insultos a cidadãos e instituições. Os originais, mesmo não sendo publicados, não serão devolvidos. Além da identificação do autor, e-mails, cujo conteúdo não traduz de forma clara e precisa, estarão sujeitos à edição, antes de serem publicados. ATENÇÃO: É proibida a reprodução de quaisquer artes, fotos, classificados, editais e matérias sem nossa expressa autorização.

Exemplar avulso de 3ª a 6ª	R\$ 1,40
Exemplar avulso sábado	R\$ 1,60
Número atrasado	R\$ 2,50

ASSINATURAS	
Trimestral	R\$ 78,00
Semestral	R\$ 156,00



TRÁFEGO PUBLICIDADE E MARKETING LTDA  
RIO DE JANEIRO / RJ - Avenida Rio Branco, 185 - grupo 1.813 - Centro - CEP 20040-902  
- Rio de Janeiro / RJ - PABX (21) 2532-1329 - Fax (21) 2544-0964