

DENI

•• Luciana Oliveira...
PÁG. 10



PRÓXIMA EDIÇÃO

Devido ao feriado de Natal nossa próxima edição será quinta-feira, 30. Hoje estamos completando 53 anos de circulação ininterrupta, sempre com responsabilidade e independência.



Prefeito e Vice-Prefeito não foram diplomados e Governador Lindenberg pode ter nova eleição



• Leonardo Prando Finco

• Tadeu de Souza

Foto: Divulgação

•• O município de Governador Lindenberg poderá ter nova eleição se prevalecer a decisão do juiz Eleitoral da 051ª Zona Eleitoral de Rio Bananal, Wesley Sandro Campana dos Santos, que aceitou denúncia da “Coligação Quem Fez e Faz Muito Mais”, sob argumento que os representantes denunciados - Leonardo Prando Finco e Tadeu de Souza - teriam praticado abuso de poder econômico, quando concorreram ao cargo de Prefeito e Vice-prefeito, respectivamente, do município de Governador Lindenberg. **Pág. 10**

Professores da rede pública do ES conquistam Prêmio Shell de Educação Científica. Linhares tem um premiado

Foto: Divulgação



O Prêmio Shell de Educação Científica escolheu terça-feira, (22), em uma cerimônia virtual, os seus grandes ganhadores. O programa reconhece os docentes do Ensino Fundamental II e Médio de escolas públicas. O professor Rodrigo da Vitória Gomes, da Escola Professor Manoel de Abreu, do município de Linhares conquistou 1º lugar no Ensino Médio. **Pág. 11**

Zanon recebe Balestrassi e dialogam sobre projetos e obras

Foto: Divulgação



O prefeito reeleito de Linhares, Guerino Zanon, e o prefeito eleito de Colatina, Guerino Balestrassi se reuniram, terça-feira (22), na sede da Prefeitura de Linhares, quando dialogaram sobre projetos e obras para as regiões Norte e Noroeste do Espírito Santo, sobretudo nas áreas da saúde, educação, segurança pública, infraestrutura urbana e atrações de novos investimentos para os municípios que integram as duas regiões. **Pág. 03**

Escola “Armando Barbosa Quitiba” de Sooretama se destaca na III Mostra de Astronomia da Ufes

A Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio (EEFM) Armando Barbosa Quitiba, localizada no município de Sooretama, se destacou na III Mostra de Astronomia, da Universidade Federal do Estado do Espírito Santo (Ufes), e conquistou metade das vagas ofertadas para a 2ª etapa do congresso neste ano, tendo todos os trabalhos apresentados aprovados. **Pág. 07**



PANORAMA POLÍTICO

Essa coluna é publicada todas as terças-feiras, quintas-feiras e domingos

PAULO CÉSAR DUTRA
dutra7099@gmail.com

INSS e a perícia de auxílio-doença

Os segurados do INSS (Instituto Nacional do Seguro Social) que precisam do auxílio-doença terão um prazo de 30 dias para agendar uma perícia para ter acesso ao benefício. A medida foi publicada em 16 de dezembro, e os beneficiados têm até 16 de janeiro para realizar o agendamento. A regra vale para quem, a partir de 1º de fevereiro, solicitou o auxílio-doença, mas não conseguiu passar pela perícia, ou o segurado que pediu o adiantamento do benefício e teve a solicitação indeferida. Com a medida, o beneficiado pode ter direito a receber os valores retroativos à data inicial de seu pedido.

INSS e a perícia de auxílio-doença II

Ao agendar a perícia, é necessário levar toda a documentação sobre a doença ou o acidente, com a data inicial de afastamento. Documentos como o atestado médico, as receitas de medicamentos, os laudos, exames e relatórios em que conste o motivo do afastamento também devem ser apresentados durante o atendimento. De março a setembro, as agências do INSS foram fechadas em todo o país. Durante este período, começou-se a liberar o auxílio-doença sem perícia, apenas com o atestado médico enviado pela internet, por meio do site ou aplicativo Meu INSS.

INSS e a perícia de auxílio-doença III

Neste caso, o segurado deveria mandar um atestado, com assinatura do médico, registro no CRM (Conselho Regional de Medicina) e CID (Classificação Internacional de Doenças). Os segurados que respeitassem todos os critérios tinham o direito de receber um adiantamento do auxílio-doença, no valor de R\$ 1.045. Quem ainda não recebeu o benefício pode recorrer no instituto, enquanto quem não conseguiu o benefício pode tentar novamente ao agendar a perícia até janeiro do ano que vem.

INSS e a perícia de auxílio-doença IV

O agendamento das perícias para janeiro de 2021 deve ser feito por telefone, no número 135, ou pela internet no site ou no aplicativo "Meu INSS". O segurado deve escolher a data, hora e agência que será atendido. O INSS também informou que fará o contato com os beneficiados que precisam passar por perícia, no caso daqueles que deixaram de alguma forma de ser encontrados por telefone, endereço ou email.

Doleiro solto por Gilmar

Solto pelo ministro Gilmar Mendes, do Supremo Tribunal Federal -STF no último sábado, dia 19, o doleiro Chaaya Moghrabi havia sido preso sob suspeita de esconder um aparelho celular e por tentar atrair uma busca e apreensão da Polícia Federal em sua casa, no âmbito da "Operação Câmbio, Desligo". Segundo relatos dos agentes que estiveram no local, Moghrabi gritou para que a porta de seu apartamento não fosse aberta e entregou à polícia um celular com os dados apagados. E mais uma do Gilmar Mendes. Virou esculhambação.

Manifesto da esquerda

Partidos de oposição que apoiam o presidente da Câmara Federal, Rodrigo Maia (DEM-RJ), lançaram um manifesto marcando posição sobre pautas da Casa. O documento assinado por PCdoB, PDT, PSB e PT fala em derrotar Jair Bolsonaro, chamado por eles de "um presidente criminoso". Entre os compromissos citados pelos partidos, estão o posicionamento contra a autonomia do Banco Central e a privatização de estatais, entre elas a Eletrobras. Maia, porém, afirma que não há um acordo em torno da agenda econômica dentro do bloco que o apoia.

Manifesto da esquerda II

As legendas de oposição em torno de Maia defendem ainda a retomada de uma proposta que prorrogue o auxílio emergencial e a tributação de lucros e dividendos, entre outros pontos. "Queremos derrotar Bolsonaro e sua pretensão de controlar o Congresso, um presidente criminoso, cujo afastamento é imperioso para que o Brasil possa recuperar-se da devastação em curso, e também queremos, neste momento, expressar nossa posição e defesa de temas relevantes que merecem a atenção e responsabilidade do Congresso Nacional", diz o manifesto.

Manifesto da esquerda III

Mais cedo, ao falar sobre o posicionamento da oposição, Maia afirmou que não há um acordo em torno da agenda econômica. "A nossa pauta é a defesa da independência da Câmara, trabalhar para que a liberdade de imprensa esteja mantida, liberdades individuais, que o debate do direito das minorias esteja garantido. Essa é a pauta que nos une. O que nos divide é a pauta econômica. Se fôssemos tratar dessa pauta, não teríamos convergência."

Usina investe R\$ 257 mi em Cariacica

O Grupo mexicano Simec, do ramo da siderurgia, pretende realizar um investimento da ordem de US\$ 50 milhões – o equivalente a pouco mais de R\$ 257 milhões – na ampliação e modernização de sua fábrica no Espírito Santo, localizada em Cariacica. A estimativa é de que, a partir das ações planejadas pela empresa, sejam criados cerca de 110 empregos, sendo 30 diretos e 80 indiretos. O anúncio sobre o investimento foi feito durante uma reunião, na última terça-feira (22), entre representantes da empresa e o governador Renato Casagrande, por meio de videoconferência. Atualmente, a empresa conta com uma área de mais de 1,2 milhão de metros quadrados e atende às indústrias de transformação, automotiva, energia e construção mecânica de todas as regiões do Brasil.

Prefeito é PH ou Pazolini

O ex-governador Paulo Hartung que foi eleito prefeito de Vitória para o mandato de 1º de janeiro de 1993 até 1º de janeiro de 1997, nunca "largou o osso". Até a presente data, Hartung foi o prefeito de fato da Capital, nos mandatos dos eleitos partir de 1º de janeiro de 1997, que são os simbólicos prefeitos Luis Paulo Velozo Lucas, Joao Coser e Luciano Resende. Agora, que muitos acreditavam que Vitória teria um prefeito de fato, ledo engano. Os "ordenanças" do Hartung já estão sendo apresentados pelo simbólico Delegado Lorenzo Pazolini! Li uma matéria em um site da Capital

com a seguinte frase "...ex-secretário de Hartung vai comandar supersecretaria na Prefeitura de Vitória..."

Prefeito é PH ou Pazolini II

O mesmo site se manifestou mais uma vez, quando Hartung foi citado após o resultado do 2º turno em Vitória, pela apresentadora de jornais da Rede Globo Renata Lo Prete. Quando ela falou da vitória do Pazolini, aproveitou a imagem global, para dizer que Hartung apoiou o Delegado! Mas a matéria do site omitiu que quando Pazolini passou para o 2º turno contra Joao Coser (que era o preferido do Hartung), a Lo Prete disse que o Delegado era um dos manifestes da paralisação da Segurança Pública no Estado...Era um recado!

Prefeito é PH ou Pazolini III

Diz a matéria do site da Capital: A Secretaria de Gestão, Planejamento e Comunicação da Prefeitura de Vitória será comandada a partir de primeiro de janeiro de 2021 pelo economista Régis Mattos Teixeira. Ele foi secretário de Planejamento no governo Paulo Hartung (2015- 2018); secretário Estadual de Gerenciamento de Projetos(2009-2010); e secretário Municipal de Planejamento em Vila Velha. Também já atuou como auditor de Controle Externo no Tribunal de Contas do Espírito Santo (TCES).

Prefeito é PH ou Pazolini IV

Em outro parágrafo da matéria o site cita que: Os três novos secretários foram anunciados na tarde sexta-feira (18) pelo prefeito eleito de Vitória, Lorenzo Pazolini (Republicanos), e a vice, Capitã Estéfane (Republicanos), que, somando com o delegado Ícaro Ruginski, que irá assumir a Secretaria de Segurança, vão formando a equipe de administração, de perfil técnico, mas com fortes traços de ligações com o bloco político do ex-governador Paulo Hartung...

Para PMA Brasil 2020 mostrou como devemos aprender a abraçar as incertezas

A indústria de Flores, Frutas, Legumes e Verduras teve um ano desafiador em 2020. O impacto da quarentena foi enorme desde o produtor até o varejo. Contudo, a cadeia foi ágil para mudar estratégias, reconfigurar a logística e o atendimento ao consumidor, que teve seus hábitos alterados rapidamente.

A saúde foi o mote central das famílias: a busca por produtos que aumentam a imunidade; aumento das compras online; fortalecimento do comércio local e manutenção de hábitos saudáveis, em especial com a alimentação.

No Brasil, a cadeia tem o desafio de ampliar, e muito, o consumo de produtos frescos, ainda bem abaixo dos 400g diários recomendados pela OMS. O cenário para 2021 é confuso. Temos que levar em conta a inflação, a diminuição do poder aquisitivo dos consumidores, a escassez de matéria-prima e a alta dos preços pelos impactos das oscilações climáticas na safra de várias frutas e legumes.

Mas, essa indústria resiliente também reconhece a importância de olhar para o futuro. Por isso, os associados da PMA estão atentos às Tendências apontadas pelo mercado - algumas novas outras nem de longe novidade - mas, essenciais para as empresas permanecerem competitivas: Segurança do Alimento, Rastreabilidade, Tecnologia, E-Commerce, Sustentabilidade, Saúde, Cozinhar em Casa, Consumidor Responsável, Fresh Cut, movimento From Farm to Fork (da fazenda ao Garfo), Olhar para o que

é 'Alimento Essencial', Educação, Qualificação e Inclusão, Investidores Financeiros e Propósito.

"É importante investir em tecnologia para a produtividade e oferecer melhor entrega ao consumidor, mas é preciso investir na educação em todos os níveis da cadeia e trabalhar de forma integrada. Aproveitar o aumento do e-commerce, mas entregar ao consumidor produtos rastreáveis para dar maior segurança do alimento", comenta Giampaolo Buso, presidente do Conselho da PMA Brasil.

"Há muito trabalho pela frente. As pessoas mudaram os hábitos e vão continuar cozinhando em casa, escolhendo quais produtos querem consumir. É uma grande oportunidade de ressaltar que o FFLV é essencial e reforçar que são esses produtos que nutrem e promovem saúde. Como provocou a CEO da PMA, vamos criar um novo extraordinário e, aqui no Brasil, também", enfatiza Valeska de Oliveira Ciré, representante da PMA no Brasil.

A ONU instituiu 2021 como o Ano Internacional das Frutas e Legumes e esse será um momento para consolidar a importância da cadeia, expandir conexões e impactar o mundo com alimentos mais saudáveis, apresentar frutas e vegetais saborosos para todas as refeições e oferecer flores com bom aroma. "O propósito de nossa indústria em alimentar o mundo e dar alegria aos consumidores ao redor do mundo é uma incrível vantagem competitiva que não pode ser desperdiçada", diz Valeska de Oliveira.

Que todos os ensinamentos desse ano estejam presentes no espírito natalino e no próximo ano que virá!

Pequenos gestos, família, espírito de comunidade e amor ao próximo. Esses sempre serão os nossos guias.

Agradecemos mais um ano e desejamos a você uma mesa farta, sua família por perto e sempre muito amor. Muito obrigado.

Feliz Natal e um 2021 especial!



Jornal O PIONEIRO

www.jornalopioneiro.com.br

REDAÇÃO
Av. Governador Lindenberg, 609
Linhares - Centro - CEP:29.900-020
Telefone: (27) 3200-6767
redacao@jornalopioneiro.com.br
opioneiro@jornalopioneiro.com.br
www.jornalopioneiro.com.br

CIRCULAÇÃO
O PIONEIRO circula todas as quintas-feiras e aos domingos

FUNDADOR E DIRETOR RESPONSÁVEL
Deni Almeida da Conceição

DIRETOR COMERCIAL
Diego Pandolfi A. da Conceição

EDITADO POR
Editora O PIONEIRO Ltda ME

ASSINATURAS
assinatura@jornalopioneiro.com.br

DIAGRAMAÇÃO
Diego Pandolfi A. da Conceição

COLABORADORES
Alexandre Araujo, Gaudêncio Torquato,
Monsenhor Jonas Abid, Paulo Cesar Dutra.

As colunas criadas e publicadas em O PIONEIRO são exclusivas e não podem ser publicadas em outros meios de comunicação sem prévio consentimento.

O PIONEIRO é o jornal mais lido do Norte do Estado

www.facebook.com/opioneiro
www.twitter.com/jornalopioneiro

Os colaboradores de O PIONEIRO não têm vínculo empregatício

O PIONEIRO não se responsabiliza por conceitos emitidos em matérias assinadas

FILIADO À

CNJI

Cadastro Nacional de Jornais do Interior
Periodicidade verificada em Brasília

Zanon recebe Balestrassi e dialogam sobre projetos e obras

Foto: Divulgação



O prefeito reeleito de Linhares, Guerino Zanon, e o prefeito eleito de Colatina, Guerino Balestrassi se reuniram, terça-feira (22), na sede da Prefeitura de Linhares, quando dialogaram sobre projetos e obras para as regiões Norte e Noroeste do Espírito Santo, sobretudo nas áreas da saúde, educação, segurança pública, infraestrutura urbana e atrações de novos investimentos para os municípios que integram as duas regiões.

Guerino Zanon explicou que o objetivo é criar uma conexão entre os gestores e as respectivas equipes de governo e avançar em investimentos que tornem as cidades que integram o Norte e Noroeste do Espírito Santo no polo de desenvolvimento econômico e social do Espírito Santo.

“O avanço destas regiões

para a população destas cidades”, pontuou Guerino.

O prefeito eleito de Colatina Guerino Balestrassi destacou que a visita tem o objetivo de aproximar os novos gestores e as iniciativas dos municípios das regiões Norte e Noroeste para que políticas econômicas e sociais sejam fortalecidas numa troca de experiências entre as equipes de gestão.

“O desenvolvimento das cidades exige investimentos em setores específicos. Temos municípios que se desenvolvem de forma rápida no que diz respeito a investimentos na área econômica, mas que precisam refletir na vida das pessoas. Isso se dá por meio da segurança pública, do saneamento, de investimentos na educação e na qualificação profissional, que é a dinâmica proposta nesta união de prefeitos”, disse Balestrassi.

que são tão importantes para a economia capixaba é certamente o avanço do Estado do Espírito Santo. Então, estamos aqui dialogando com todos os prefeitos eleitos e reeleitos para que possam implementar as ações estruturantes, com o início e entrega de obras, atração de novos investimentos e ações que garantem mais saúde e educação

Conte conosco!



KILL CONTABILIDADE

Heraclides Barbosa – Kill – CRC ES-3.763/0
Luciano Barbosa – CRC ES-15.509/0
Endereço: Centro de Linhares próximo a Caixa Econômica Federal
Contato: 27-3264-19694 / 27-3264-2096 / 27-99959-9000
contato@linharescontabil.com.br

Gula nas festas de fim de ano causa problemas que vão além do ganho de peso

Festas de fim de ano são momentos de celebração e fartura. É hora de tentar deixar os problemas um pouco de lado e de renovar a esperança para o novo ciclo que se inicia. É o momento de se reunir em torno de mesas fartas de comidas especiais e bebidas. Mas é preciso atenção, pois os exageros podem provocar muitos problemas no nosso organismo.

O fisioterapeuta e Ph.D. em neuroanatomia, Mario Sabha, alerta que adotar uma alimentação desregrada neste período do ano repercute em problemas físicos, emocionais e metabólicos. “Na parte emocional, devemos entender que todo excesso, como comer ou beber demais, é um mecanismo de compensação. Ainda mais nesta época em que geralmente estamos mais emotivos. Tanto a alegria pela festividade como as frustrações e insucessos que aconteceram durante o ano podem levar ao exagero. Daí, se você sente um conforto, uma compensação muito grande ao comer e beber, você aciona um gatilho para ingerir cada vez mais”.

Sabha aponta que é importante manter a mente sob controle para que o corpo não acabe sofrendo junto. “Quando consumimos mais do que o nosso corpo está acostumado, também temos problemas com a questão metabólica, pois nosso organismo terá mais trabalho para digerir os alimentos e deixará de produzir en-

zimas e hormônios, por exemplo, da melhor forma ou na quantidade necessária”.

O resultado desta combinação entre desequilíbrio mental e metabólico é o problema físico, explica o especialista. “Consumir comidas ou bebidas em excesso gera muitos gases no nosso corpo que, junto aos próprios alimentos que não foram bem digeridos, fazem um peso muito maior entre os nossos órgãos. A consequência deste peso fora do normal é que, como os órgãos se “apoiam” na nossa coluna vertebral, ela pode se tracionar e gerar dores e desconfortos desde os que passam após algumas horas até os que persistem por muito mais tempo”, pontua.

Nos casos das dores persistentes ou das que retornam toda vez que a pessoa volta a comer, o fisioterapeuta afirma que somente manipulações como a osteopatia, que atua tanto na coluna como nos órgãos afetados, possibilitam corrigir o desequilíbrio corporal. “Nessas situações é importante

buscar ajuda profissional que possa realizar uma avaliação minuciosa, conversando com o paciente e sabendo localizar a origem do problema, para então tratar corretamente as dores. Os exageros na hora de comer e beber podem parecer inofensivos, ou que resultam somente no ganho de peso, mas não. Por este motivo, o paciente precisa profissionais qualificados que saibam analisar esses desequilíbrios em todo nosso corpo, afim de corrigi-los com métodos eficazes, baseados nas terapias manipulativas da quiropraxia e da osteopatia”.

Por fim, Sabha aconselha que, mais importante do que ter cuidado com os excessos de fim de ano, é retornar a uma vida saudável após o período. “O maior problema não é o que você come do Natal ao Ano Novo, mas o que você come do Ano Novo até o Natal. Se você tiver um ganho muito grande de peso - o que não vai ocorrer por um descuido de apenas alguns dias - daí sim o problema físico se torna ainda maior, já que o aumento do seu peso e de seu abdômen altera seu centro de gravidade e você passa até a pisar diferente, desequilibrando todos os seus órgãos e consequentemente o quadril e a coluna vertebral, podendo gerar dores ainda mais severas”, alerta.



Que a saúde, a paz e o amor se reúnam para celebrar esta data mágica junto de todos

Feliz Natal
2021 de muita saúde

Bressan
Clínica de Olhos
CRM-ES 859

TELEVISÃO

Flávio Ricco

Colaboração: José Carlos Nery

Voltar a produzir dramaturgia é uma das pretensões da Band

Uma certa tarde, na sede da Band, Johnny Saad recebeu o autor Walther Negrão para uma reunião sobre assuntos da agropecuária, também especialidade dos dois, mas que naturalmente se desviou para a televisão.

E uma conversa, comigo ali de plateia, que recordou o começo da Band, em especial a novela "Os Miseráveis", que estreou no dia da sua inauguração, em 13 de maio de 1967, por acaso, adaptada por Negrão.

Foram só três meses de exibição, mas que marcaram o início da emissora, com um trabalho de qualidade, a partir de uma obra de Victor Hugo.

E ao que o Johnny, a todo instante, repetia que a dramaturgia era e sempre será essencial para qualquer grande rede de televisão no Brasil e que, no caso da sua, este era o seu grande sonho. Que um dia, ainda, esperava realizar.

Não há nada, em se tratando de Band, que indique isso para tão já, porém, é o que na prática, observamos.

Para as três principais TVs do País, a produção de novelas tornou-se indispensável. E muito por isso, com toda certeza, continuam sendo as principais.



FOTO: Divulgação

Pela ordem

Após "Gênesis", com gravações em curso, a Record iniciará imediatamente a produção de "Rei Davi". Serão 150 capítulos e a autora Cristianne Fridman já finalizou a sinopse.

Estabelecido

Tornar os Estúdios Globo em uma grande produtora é uma medida em prática. Vem funcionando assim há algum tempo.

Porém, daqui em diante, várias das suas realizações terão telas ainda mais definidas.

Isso significa

No campo da dramaturgia, entre os tantos projetos que já existem, muitos serão produzidos com exclusividade para a Globoplay.

Não serão exibidos na TV aberta. Há o desejo de ampliar ainda mais esses caminhos nos próximos tempos. Mas tudo, da Globo, em mão única, sempre seguirá para o streaming.

A propósito

As gravações da nova temporada de "Aruanas" estão previstas para o começo do ano.

Desta vez, os assuntos do campo darão lugar aos problemas causados pela poluição.

Está de pé

O reality "Power Couple" se inclui entre as certezas que a Record tem programadas para 2021.

No passado, apresentado por Roberto Justus e Gugu Liberato, agora terá outro alguém no seu comando. Adriane Galisteu sempre apareceu como um nome bem provável.

Programa novo

Mônica Martelli vai apresentar um novo programa no GNT, ainda sem título, no primeiro trimestre de 2021.

Piloto gravado e aprovado. Fala de relacionamentos e experiências pessoais.

Longa

FOTO: Paulo Belote



Agora em janeiro começam as filmagens de "O papai é Pop", baseado no livro de Marcos Piana, com direção de Caito Ortiz.

No elenco, Paolla Oliveira, Lázaro Ramos e Leandro Ramos.

Bate – Rebate

- O mercado de streaming está bem acelerado...
- ... Netflix e Amazon, por exemplo, já têm vários projetos engatilhados para o primeiro trimestre do ano.
- Globo retomou as gravações e tem acelerado os trabalhos de "Nos Tempos do Imperador", novela na fila das 18h...
- ... Em seu elenco nomes como os de Mariana Ximenes, Vera Holtz e Alexandre Nero.
- O reality "Hair", apresentado por Ana Hickmann, está confirmado para 2021 no "Hoje em Dia"...
- ... Aliás, funcionando do jeito que está, resultados sempre muito bons, o programa deve continuar obedecendo a seu mesmo formato.
- TV Globo vai exibir a série "Todas as Mulheres do Mundo" agora em janeiro.
- Produção do "BBB" está repetindo os cuidados para não vazarem o nome de nenhum participante...
- ... Como já foram feitos alguns contatos e até convites, há o receio de que alguém deixe escapar qualquer coisa antes da hora.

C'est fini

Quando voltar ao ar, imediatamente após o encerramento de "A Força do Querer", "Amor de Mãe" já terá os seus 23 episódios inteiramente finalizados. As gravações se encerraram há algum tempo.

É mais uma que completou seus trabalhos durante a pandemia. Então é isso. Mas amanhã tem mais. Tchau!



TRATAMENTOS PARA DISFUNÇÃO ERÉTIL E EJACULAÇÃO PRECOCE



MAIS DE 1 MILHÃO DE HOMENS ATENDIDOS NO MUNDO

SALA DE ESPERA INDIVIDUAL

TOTAL CONFIDENCIALIDADE

NÓS PODEMOS TE AJUDAR!

AGENDE SUA CONSULTA
0800 205 1900

OU ACESSE
www.bostonmedicalgroup.com.br

BOSTON MEDICAL GROUP

Responsável técnico: Dr. ORESTES MAZANHOL JUNIOR - CRM: 20820



LÁ & CÁ

“Um brinde à alegria, à solidariedade e à união!
Feliz Natal!”

ALEXANDRE ARAÚJO
laeca@jornalopioneiro.com.br

GENTE BACANA 2

Foto: Lindomar Rizzo.



•• Os dentistas Fernanda Catelan e Acácio Molino que dão pausa na agenda para o Natal e Ano Novo, mas retornam aos consultórios em 2021, já que são super queridos pelos pacientes.

Em Alagoas

Já Roberta Lino e o marido, o publicitário Rafael Lucas estão curtindo dias de descanso curtindo as belezas e delícias de Maceió, nas Alagoas. No roteiro, as piscinas naturais, os passeios de bugre e a culinária repleta de camarões dos alagoanos.

Em Arraial D'Ajuda

Como fazem todos os anos, as queridas Bia Prata e Duda Grassi já estão com as malas prontas para ver 2021 chegar em Trancoso, no litoral da Bahia, sempre na companhia de amigos. Zarpam no sábado, dia 26, e só retornam em janeiro.

Jantarzinho a Dois

A elegante Rute Pandolfi e o marido, o contador José Carlos Pandolfi, encomendaram jantarzinho especial ao chef Jaldecir-Manzolini, do Sushilin, que é um expert em culinária japonesa. Gostaram do que provaram. São todos queridos de Lá&Cá.

Corte para a Posse

O vice-prefeito eleito de Linhares, Bruno Marianelli, já tem corte de cabelo agendado com o fiel cabeleireiro Pedro Eduardo, o Pepe Hair, na próxima semana. O motivo é mais que especial: a posse de Bruno e do prefeito reeleito Guerino Zanon no dia 1º. de janeiro na Câmara Municipal de Linhares.

Paella

Neth Salvador Caldara foi quem comandou o menu da confraternização de um grupo de amigos que esteve reunido na fazenda de Wilza e Carlinhos Bianchini, no distrito de Bebedouro. A paella preparada por ela fez o maior sussú. Por lá, Thati e Temo Fiorotti, Mana e Neno Tessarolo, Michele e Wellington Fereguetti e o gente boa Edinho Armani.

GENTE BACANA

Foto: Lindomar Rizzo.



•• A bela Brena Felix Coelho e o marido, o competente médico veterinário Alex Coelho, para embelezar a coluna desta quinta-feira.

Bodas

Magda Pavesi Felner usou as redes sociais para celebrar os 30 anos de união junto ao empresário Francisco Felner. Os dois são daqueles casais super queridos por quem os conhece. Viva o amor!

Bodas 2

Quem também celebrou aniversário de casamento foi Alessandra Miranda e Rogério Prata. Os dois completaram 19 anos de uma feliz e sólida união no início da semana. Alê ganhou belas orquídeas do amado.

Médico

Giovana Badiani e Arilson Prando estão que é só felicidade. Um dos herdeiros, Caio, foi aprovado em Medicina em três faculdades: Emescam, UVV e Multivix. Enquanto não decide onde vai estudar passou pelo trote de calouro entre os familiares. Sucesso, Caio!

Médico 2

Aliás, a família Badiani tem motivos de sobra para comemorar. Kátia Badiani também celebrou a formatura do cachula, Leonardo, em Medicina. Agora são dois médicos na família Badiani Borges: Leonardo e Eduardo. Parabéns.

Formatura

Aroldo Rós Júnior acaba de se formar em Odontologia e ganhou parabéns especial da amada, a arquiteta e empreendedora de moda, Jéssy Moro. O diploma foi recebido com muita festa pelas famílias dos dois.

2021 na Ilha do Mel

Josi e o médico anestesiológista Antonio Santo Biancardi Júnior verão 2021 romper na Ilha do Mel, Guriri, no litoral de São Mateus, onde também passarão a temporada de verão. Estarão na companhia dos herdeiros Dante e Guido José.

No Rio de Janeiro

O empresário do entretenimento Itagildo Marques ao lado da esposa, a bela Nara, curtiu dias de descanso e negócios no Rio de Janeiro. Na descida em Vitória aproveitou para passar por Guarapari para ver as obras do mais badalado beach do Estado que ele ergue em parceria com empresários do setor no Espírito Santo.

Em Rondônia

A bela Giovana Donatelli agora é uma cidadã de Rondônia. Ela fixou residência naquele estado junto ao filho Pablo Filho para acompanhar o marido Pablo Tessarolo que possui fazendas por lá. Virá visitar a família em datas comemorativas.

Clinica de Olhos Bortot



Dr. Jobson Bortot - CRM 2916

Córnea e Cirurgia Refrativa

Dr. Jobson Bortot Filho - CRM 9158

Catarata e Ultrassonografia Ocular

Drª. Mariana Cartaxo da C. Heleodoro - CRM 118337

Retina e Vítreo

Tel. (27) 3371-1505 (27)3371-1684

Av. João Felipe Calmon, 1098 - Cep 29.900-010 - Linhares Centro

Email: Olhos@clinicabortot.com.br

Boas Festas

Que a paz e a harmonia festajadas no Natal, estejam presentes em todas as dias de seu Ano Novo. Feliz Natal!

Desejamos momentos felizes em família.

PRODUTO CAIXADA 200

Frangos alimentados com farinha orgânica

QUE 2021 SEJA BORDOT

XiXoca

XiXango

PROTENORTE

www.protenorte.com.br

Essa coluna é publicada todas as terças-feiras, quintas-feiras e domingos

INFORME

redacao@jornalopioneiro.com.br

DESCBERTA DE PETROLEO

- A Petrobras confirmou terça-feira, 22, a presença de petróleo de ótima qualidade com a perfuração do poço 9-BUZ-48D-RJS, localizado no extremo noroeste do campo de Búzios, na Bacia de Santos. O poço está localizado a 188 km da cidade do Rio de Janeiro e foi perfurado em profundidade d'água de 1.850 metros. Testes realizados a partir de 5.540 metros de pro-



FOTO: Divulgação

fundidade confirmaram a presença de reservatórios de petróleo de ótima qualidade. A descoberta reforça o potencial do pré-sal no campo de Búzios. A Petrobras é a operadora (90%) do consórcio no campo de Búzios, em parceria com CNOOC (5%) e CNOOC (5%).

SUPERCOMPUTADOR DRAGÃO

- A Petrobras começou a receber os equipamentos que compõem o supercomputador denominado "Dragão", computador de alto desempenho que proporcionará maior performance no processamento geofísico, reduzindo riscos geológicos e operacionais. A companhia vem reforçando o investimento em computadores de alto desempenho e, em menos de dois anos, colocou em produção nove supercomputadores, inclusive os dois maiores da América Latina (Atlas e Fenix), que também têm como função o processamento de dados geofísicos. O supercompu-

tador Dragão terá capacidade de processamento geofísico superior à do Atlas e do Fenix juntos. Para transportar o supercomputador foram usados dez caminhões. Se fosse instalado em uma única fileira, o equipamento teria mais de 34 metros de comprimento. Com 100 terabytes de memória RAM (Random Access Memory), rede de 100 gigabits por segundo, e milhões de processadores matemáticos, o supercomputador Dragão terá capacidade de processamento equivalente a quatro milhões de telefones celulares ou cem mil laptops modernos.

EDUCAÇÃO E FISCALIZAÇÃO NO TRÂNSITO

- A Companhia Estadual de Transportes Coletivos de Passageiros do Espírito Santo (Ceturb-ES) realizou, entre essas terça-feira (15) e quinta-feira (17), uma ação de educação e fiscalização em Linhares e Barra de São Francisco, de forma integrada com órgãos de segurança pública e viária, para abordar os veículos que fazem transporte clandestino ou serviço de fretamento, sem autorização. Além de ilegal, o transporte irregular traz riscos para os usuários e também para o trânsito. Aproximadamente 80 veículos, entre carros de passeio, ônibus e vans, foram abordados e fiscalizados pelas equipes da Ceturb-ES, da Secretaria Municipal de Trânsito de Linhares e da

Polícia Militar do Estado (PMES). As ações foram executadas nas rodovias que cortam os referidos municípios. Nos três dias de operações, as equipes abordaram 142 carros, emitiram duas notificações, lavraram 29 autos de infração, efetuaram 29 apreensões de veículos/motos em situação irregular. Em Linhares, a operação contou com o apoio de seis agentes da Ceturb-ES, em duas viaturas, e quatro agentes da prefeitura, em uma viatura. A operação teve início, pela manhã, no trevo de Lagoa Nova e no Centro da cidade. À tarde, foram realizadas abordagens na Rodovia ES-358 (Guaxe) e no Instituto Federal do Espírito Santo (Ifes), no bairro Aviso.

CHAMADA PÚBLICA ESCOLAR

- Ainda está aberta a segunda etapa da Chamada Pública Escolar 2021, que é a solicitação de Pré-Matrícula, ou seja, para aqueles alunos que desejam es-

tudar em uma das escolas da Rede Estadual. A solicitação da vaga deve ser realizada no site da Sedu até o próximo dia 28 deste mês, por meio do Sistema

Estadual de Gestão Escolar (Seges) Para solicitar a Pré-Matrícula, o candidato deve ter concluído a série/ano/etapa anterior à pretendida. A solicitação deve ser realizada pelo responsável ou pelo estudante, quando maior de 18 anos. Os alunos que perderam o prazo da Rematrícula e Transferência Interna devem participar dessa fase, solicitando a vaga na escola onde deseja estudar. O cronograma da Chamada Pública inclui: Rematrícula e Transferência Interna; Pré-Matrícula; Resultados; Efetivação da matrícula; Chamada dos alunos na lista de suplência.

ANDERSON, O DESTAQUE

- Quem vê o servidor terceirizado da Secretaria da Fazenda (Sefaz) Anderson Oliveira Gonçalves analisando os pagamentos dos contratos da Sefaz ou mesmo se transitando tranquilamente entre um andar e outro pode não imaginar que ele é uma fera nas quadras. Anderson Gonçalves é destaque no tênis em cadeira de rodas, modalidade paraolímpica praticada por cadeirantes. Recentemente ele foi campeão da consolation na Copa BRB de Tênis Profissional em Cadeira de Rodas (3ª etapa, na categoria Quad), disputada em Brasília. "Foram três competições diferentes do dia 05 ao dia 13 de dezembro. Fui campeão da consolation na 3ª etapa, vice-campeão de duplas na 2ª etapa e vice-campeão de duplas na Supercopa", disse Gonçalves, orgulhoso dos resultados. Vítima de poliomielite, também chamada de paralisia infantil, Anderson Gonçalves começou a praticar esportes paraolímpicos em 1994.



Antonio L. Comério

É advogado e administrador de empresas

Como se define o valor das passagens de ônibus no Brasil

Ao contrário do que se imagina, uma conta relativamente simples é feita para determinar o custo da passagem de ônibus urbano no Brasil. Não é diferente em nosso estado. Os valores são definidos em licitações e obedecem as normas vigentes em contratos de concessão pública, que entre outros itens estabelecem os índices de cálculo das tarifas e os reajustes, de acordo com as particularidades de cada localidade.

Sendo assim é compreensível que haja diferenças no preço das passagens de ônibus urbano, segundo a capital, estado e município, assim como também existem diferenças geográficas e culturais no nosso país. No entanto, as diferenças entre as tarifas de ônibus têm sido um ponto de constante atrito entre usuários do sistema, empresas prestadoras do serviço e poder concedente, aquele que contrata o tipo de transporte que julga mais adequado para atender à população de determinada cidade, estado ou município.

Por essa razão, o passageiro paga tarifas diferentes ao utilizar linhas municipais e intermunicipais como as de Linhares-Vitória/Vitória-Cachoeiro e Linhares/Sooretama. O mesmo ocorrerá ao optar por linhas interestaduais. Em cada um desses casos o órgão regulador, união, estado ou município definirá o valor a ser cobrado, mediante contrato de concessão com a empresa vencedora da licitação para a linha em questão.

É importante que fique claro ao passageiro que o valor das passagens de ônibus urbanos, estabelecido em contrato, é definido com base em uma planilha de custos, onde estão os principais insumos da atividade para o funcionamento das empresas, tais como: combustível, pneus, chassis, carrocerias e salários dos colaboradores. Aqui em nosso Estado isso é feito por meio da COMPANHIA ESTADUAL DE TRANSPORTES COLETIVOS DE PASSAGEIROS DO ESPÍRITO SANTO - CETURB-ES

Para que se entenda melhor o assunto, no município de Linhares o reajuste anual das tarifas de ônibus consta no contrato de concessão das empresas concessionárias e o valor da tarifa é estipulado pelo poder público, por meio do Conselho Tarifário Municipal (CTM), tendo como base uma planilha de custos que mantenha o equilíbrio econômico/financeiro do sistema, denominada FÓRMULA PARAMÉTRICA.

É necessário que se esclareça que o CTM de Linhares, criado em 13 de janeiro de 1993 (Lei nº 1686), é composto por 11 conselheiros, representantes da sociedade organizada, federação de associações, sindicatos de trabalhadores, sindicato patronal, associações de classes e poderes legislativo e executivo municipais. No caso de Linhares, o preço das passagens foi calculado segundo o Edital de Concorrência Pública 010/2014. O cálculo foi elaborado pela Fundação Getúlio Vargas na última licitação, e está inserido no Contrato de Concessão do Transporte Público do Município com as empresas vencedoras do certame/licitação.

Entender como união, estados e municípios definem o valor das tarifas de ônibus urbanos certamente não será suficiente para que o usuário do serviço concorde com o preço da passagem vigente onde ele vive. Entretanto, compreender que a questão vem sendo tratada e acompanhada por especialistas e técnicos capacitados, com todo apoio e supervisão da união, torna evidente o quanto o assunto tem merecido a devida atenção das autoridades ligadas ao tema. Tanto que foi elaborada - ainda em fase de teste - uma nova planilha de cálculo dos custos, que atualiza as mudanças sofridas pelos sistemas de transporte público urbano por ônibus nos últimos anos e moderniza a metodologia de cálculo.

O estudo da nova planilha foi desenvolvido pela Associação Nacional de Transportes Públicos (ANTP), com o apoio da Associação Nacional das Empresas de Transportes Urbanos (NTU), Frente Nacional de Prefeitos (FNP) e Fórum Nacional de Secretários e Dirigentes de Mobilidade Urbana. A planilha não é de uso obrigatório, mas está disponível para servir de guia de orientação a todos os municípios e órgãos estaduais, que encontram nela o "passo a passo" de como proceder para realizar os cálculos que vão definir os custos da passagem conforme as necessidades e a realidade local de cada município. A nova planilha traz transparência ao processo, define valores justos para as empresas concessionárias e para os usuários e, quando for adotada amplamente, poderá resolver os questionamentos sobre a definição do valor das passagens.

Escola “Armando Barbosa Quitiba” de Sooretama se destaca na III Mostra de Astronomia da Ufes

Fotos: Divulgação



A Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio (EEFM) Armando Barbosa Quitiba, localizada no município de Sooretama, se destacou na III Mostra de Astronomia, da Universidade Federal do Estado do Espírito Santo (Ufes), e conquistou metade

das vagas ofertadas para a 2ª etapa do congresso neste ano, tendo todos os trabalhos apresentados aprovados.

Com a participação de alunos do Ensino Regular, bem como da Modalidade Jovens e Adultos (EJA), a escola

apresentou seis trabalhos produzidos por 16 estudantes, com a orientação da professora de Ciências Wanessa dos Santos, por meio do Clube de Astronomia “Estrelas do Amanhã”. Dentre os trabalhos produzidos, se sobressaíram a criação de uma página de divulgação científica nas redes sociais, o desenvolvimento de experimentos de baixo custo que explicam teorias da astronomia e um trabalho de inclusão, que traduziu vídeos de apresentação de outros idiomas para o Português e para Libras, tornando, assim, o trabalho acessível a todo tipo de público.

Wanessa dos Santos lembrou que a ideia para formação do clube surgiu com a aplicação das primeiras Atividades Pedagógicas Não Presenciais (APNP), durante o início do isolamento social. “O desenvolvimento dos painéis acadêmicos, como Introdução, Metodologia, Análise de resultados e Conclusão, foi proposto pelos próprios estudantes no aprofundamento das discussões”, disse.

Natal feliz é Natal com Jesus, Maria e José!

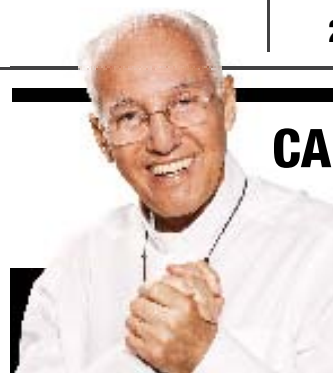
* Padre Wagner Ferreira da Silva é missionário da Comunidade Canção Nova e vice-reitor do Santuário do Pai das Misericórdias.

Aproxima-se o Natal. Os enfeites nas ruas nos indicam a chegada dessa festa cristã, cuja principal motivação é o nascimento de Jesus. Apesar da atual pandemia, a preocupação com festas, ceia natalina, compra de presentes, tudo isso agita a vida das pessoas. E, de vez em quando, surge diante dos nossos olhos um dos símbolos mais significativos do Natal: o presépio, cujo centro é a imagem de um frágil menino deitado na manjedoura.

Feito de cerâmica, lenho ou outros materiais, com muita ou pouca luz, organizado com imagens pequenas ou grandes, o presépio nos sinaliza para o verdadeiro sentido do Natal, narrado pelos textos bíblicos, principalmente, os evangelhos de Mateus e Lucas. Ao contemplarmos o presépio, o que Deus fala aos nossos corações? Que lições podemos extrair para viver o dia a dia com o sabor do Reino de Deus? O presépio me provoca a ter uma atenção maior ao que Deus me fala por meio dos evangelhos, que dão destaque ao mistério do nascimento de Jesus, o Salvador da humanidade. De acordo com São Lucas, a boa notícia do nascimento do Salvador fora proclamada pelo anjo

do Senhor aos pastores de Belém, que, por sua vez, “foram com grande pressa e acharam Maria e José, e o menino deitado na manjedoura” (Lc 2,16). Essa alegre experiência de fé vivida pelos pastores pode nos ajudar a celebrar o Natal, tendo presente o quanto Deus faz questão de revelar seu plano de amor e salvação através de uma família simples de Nazaré da Galileia: Jesus, Maria e José. Impressiona-me o modo como Deus valoriza a família humana, a ponto de querer manifestar-se como Salvador da humanidade a partir da vida da Sagrada Família. O Papa Francisco, no último dia 8 de dezembro, iniciou um ano dedicado a São José. Nessa ocasião, o Santo Padre pu-

blicou um documento intitulado Patris corde (Com coração de pai), onde se destacam as virtudes de São José, que todos nós somos chamados a praticar. Em meio à crise que nos afeta, por conta da atual pandemia, afirma o Papa, “as nossas vidas são tecidas e sustentadas por pessoas comuns (habitualmente esquecidas), que não aparecem nas manchetes dos jornais e revistas, nem nas grandes passarelas do último espetáculo, mas que hoje estão, sem dúvida, a escrever os acontecimentos decisivos da nossa história: médicos, enfermeiras e enfermeiros, trabalhadores dos supermercados, pessoal da limpeza, curadores, transportadores, forças policiais, voluntários, sacerdotes, religiosas e muitos – mas muitos – outros que compreenderam que ninguém se salva sozinho”. Neste Natal, vamos espiritualmente a Belém, como os pastores, e confiemos nossas famílias à intercessão da Sagrada Família. Em especial, que São José, “o homem da presença quotidiana discreta e escondida”, seja para nossas famílias um amparo e uma guia nos momentos de dificuldade. Um Santo Natal a todos!



CANTINHO DA REFLEXÃO

*Monsenhor Jonas Abid
www.cancaonova.com.br

* Fundador da Comunidade Canção Nova, presidente da Fundação João Paulo II, e reitor do Santuário do Pai das Misericórdias

A nossa fé precisa ser ardorosa

Que esse Natal seja a ocasião para você reafirmar a sua fé. Num mundo tão sem fé é preciso que nós cristãos tenhamos fé, e uma fé ardorosa. O Senhor está no meio de nós! Quando as coisas vão bem, mas também quando passamos por tribulações, doenças, estamos em luto, e a dor bate à nossa porta.

O Senhor está no nosso meio! Meu irmão, minha irmã, não se esqueça disso. É tão fácil buscar o auxílio do Senhor, assim como é fácil levantar a mão e fazê-la descer. E quando estamos bem, porque Ele está em nós, devemos irradiar a Sua presença. Isso é muito importante!

Tanta gente que precisa de Cristo, e nós podemos irradiar a presença d’Ele na nossa ma-

neira de ser, na nossa alegria, no nosso modo de cumprimentar, de fazer as coisas. É preciso que nós reavivemos a nossa fé!

Jesus disse uma coisa impressionante: “Quando o Filho do Homem vier encontrará fé sobre a Terra?” Por isso, meus irmãos, precisamos reavivar a nossa fé agora, enquanto é tempo, antes que Jesus venha. Que Ele virá é certo, só não sabemos quando. Abanemos as brasinhas que existem em nós, para que essas brasas virem fogo, e do fogo, uma fogueira. A nossa fé precisa ser ardente, ardorosa.

O Natal é uma época propícia para isso. Receba este dom de Deus, mas também busque, porque é preciso querer a fé. Nós precisamos ter uma fé viva!



Queremos que o nascimento de Jesus seja para nós transformação de vida. Vamos contemplar a face de Cristo nos pequeninos e acolhê-los por meio do carinho e amor aos irmãos. Junte-se a nós na missão de viver o Natal em todos os dias do novo ano!

FELIZ NATAL E BOAS FESTAS!

Manfred et al.



MTF
MENDES, TIMBOÍBA & FREITAS
ADVOCADOS

Leandro Freitas de Sousa
ADVOCADO OAB/ES 12.709

Tel.: (27) 3264-3335
mtfadvogado@gmail.com

Av. Comendador Rafael, 1243, Ed. Gevel
Sala 103, Centro, Linhares, ES, CEP 29.900-050

Dr. Fabiano Bortot
Ortopedista e Traumatologista

Membro Titular da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia SBOT

Especializado em Cirurgia do Joelho

(27) 9837-1746 / 3371-0944 / 3371-0243

Clinica Santa Lúcia
Av. João Felipe Calmon, Centro, Linhares

GEORGE FREITAS & FREITAS
ADVOGADOS ASSOCIADOS

Dr. George D. Freitas Filho
OAB/ES nº 3953

Drª. Georgia R. de Freitas Duarte
OAB/ES nº 8671

Dr. Thyago S. de Freitas
OAB/ES nº 14975

(27) 3264-0814 (27) 3371-2794
georgefreitasadv@yahoo.com.br
R. Capitão José Maria, 1388 Ed. Monsarás Salas 3|7|318



Acontece Saúde

Crianças em casa, verão-perigo

O verão e as férias escolares chegaram, o que significa mais tempo livre para crianças e adolescentes. Só que, em tempos de pandemia, nem as férias podem ser aproveitadas plenamente. E para complicar, iniciamos a segunda onda da Covid.



Resta ficar em casa: com os anjinhos, um calor de lascar e a torcida para a vacina chegar ontem!!!

“Temos de rever as atividades de tempos de normalidade, como viagens e passeios com familiares. Mas há muito que os pais podem aproveitar de ideias diferentes com as crianças em casa”, afirma a dra. Sônia Palma, associada da Associação Paulista de Medicina. Segunda ela, para o bem da saúde mental e física de todos, é essencial que, mesmo em férias, os filhos mantenham a rotina de sono, alimentação e exercícios físicos.

“A pandemia, lá atrás, até foi vista por algumas crianças e adolescentes como férias antecipadas. Podiam dormir a hora que quisessem, pois as aulas eram gravadas. Isso já causou dificuldades e desorganização do descanso e das regras”.

Dra. Sônia recomenda algumas atividades para crianças e adolescentes, como contar histórias aos menores, uma forma de trabalhar a criatividade.

Sessões de cinema, brincar de massinha, montar quebra-cabeça, pintar, cozinhar, cantar no karaokê e até fazer desfile de modapara as meninas são outras possibilidades.

Também é legal estimular o desapego com os adolescentes, buscando estímulos que os façam sair do celular, do vi-

deogame. Já um karaokê, vale a todos: criança e adolescente. Proporciona instantes de boas

risadas, alegria, surpresas, além de desestressar.

“Se o calor estiver absurdo, eventualmente vá ao parque com seus filhos, ande de bicicleta, desde que as orientações de distanciamento, uso de máscara e todos os demais cuidados sejam levados à risca.

Será bom para diminuir o desconforto térmico. Excesso de calor, ela adverte, causa lesões de pele pela umidade aos pequenos. Podem coçar e ficar vermelhas. Por isso, é indispensável cuidados especiais, como a hidratação para repor os líquidos do suor.

Outra medida fundamental é priorizar uma dieta saudável com alimentos leves, frescos, cozidos e menos perecíveis; sempre evitando frituras e doces.

Classe médica se une pela manutenção dos prazos do Proconve

Manifesto em defesa da qualidade do ar, da saúde e da vida dos cidadãos é encaminhado à Presidência, da República, aos ministérios da Saúde e dos Meio Ambiente. Médicos de todo o País, das mais diversas áreas de atuação, além de cerca de 50 hospitais divulgaram hoje, 15 de dezembro de 2020, um manifesto em defesa da qualidade do ar, da saúde e da vida dos cidadãos. A carta é direcionada à Presidência da

República, aos ministérios da Saúde e dos Meio Ambiente, devendo ser protocolada nas próximas horas. A Medicina e o setor hospitalar pleiteiam que o País adote resoluções mais modernas e eficazes para a redução da emissão de gases poluentes, em especial pela frota de ônibus e caminhões, nos prazos estabelecidos pelo Programa de Controle de Poluição do Ar por Veículos Automotores (PROCONVE).



COLUNA SAÚDE ACONTECE

Perguntas e sugestões podem ser enviadas para acontece@acontecenoticias.com.br ou para a Avenida Pompeia, 634, conj. 401 - São Paulo, SP CEP 05022-000

Que, além dos presentes, não lhe falte neste Natal muita saúde, felicidade, amor, fé e paz!

Que sua noite seja mágica e ao lado daqueles que ama.

Feliz Natal 2021 de prosperidade

Inventar milhões de formas de dizer eu te amo.

Esse já é o começo de um 2021 feliz.

sicoob.com.br

SOMOS FEITOS DE **VALORES**

Praias lotadas aumentam risco de covid-19 e conjuntivite

Aglomerção é o principal gatilho da multiplicação das duas infecções. Entenda.

Mesmo com o aumento dos casos de covid-19 no Brasil as praias estão lotadas e a aglomeração pode ser ainda maior no Natal e passagem de ano. Segundo o oftalmologista Leônicio Queiroz Neto do Instituto Penido Burnier estudos mostram que o olho e uma das portas de entrada da covid-19. “Isso porque, o canal lacrimal conecta o olho ao nariz e, portanto, ao sistema respiratório”, explica.

Ao contrário do que muitos imaginam, o oftalmologista diz que a água do mar não transmite a covid-19. As aglomerações, ressalta, são a principal via de transmissão. “Isso porque, no contato próximo uma pessoa contaminada elimina nos espirros e tosse partículas do SARS-COV-2, vírus da covid-19 que penetram na boca, nariz ou olhos de pessoas saudáveis”, explica. Outra forma de contaminação é tocar superfícies de uso comum contaminadas pelo coronavírus, como a mesa de um restaurante, balcão, bola, carrinho de supermercado ou outras e depois levar as mãos à boca, nariz ou olhos. É por isso que a higienização das mãos com água e sabão ou álcool gel deve ser feita várias vezes ao dia. “Enquanto não temos acesso à vacinação, na praia continua obrigatório o uso de máscara e óculos com filtro UV (ultravioleta) para barrar o coronavírus e a radiação do sol” ressalta. O problema é que muitas pessoas estão deixando a proteção de lado. Por isso, o médico teme que os casos de covid-19 possam multiplicar ainda mais neste final de ano.

Conjuntivite

Queiroz Neto afirma que a doença mais frequente no verão é a conjuntivite. Olhos vermelhos, coceira, lacrimejamento, sensação de corpo estranho, ardência, fotofobia, visão embaçada e secreção nos olhos são os sintomas. A secreção varia conforme o tipo de conjuntivite: viral, bacteriana e alérgica.

Viral

O oftalmologista afirma que é o tipo mais comum de conjuntivite. Altamente contagiosa requer afastamento do trabalho por até duas semanas. Caracterizada por uma secreção viscosa e transparente, tem nas aglomerações e contato das mãos com superfícies contaminadas os maiores fatores de risco. Para reduzir o desconforto nos olhos a dica do médico é usar óculos escuros que também ajudam a diminuir a proliferação do vírus, tomar bastante água e aplicar compressas frias ao primeiro desconforto. Não desaparecendo em dois dias é necessário consultar um oftalmologista. O tratamento é sempre feito com colírio anti-inflamatório que só deve ser usado sob prescrição e acompanhamento médico. Isso porque, algumas fórmulas contêm corticoide que requer regressão da dosagem antes da inter-



Foto: Divulgação

rupção do uso para não causar efeito rebote. Outro risco da automedicação é usar por períodos longos. Isso porque pode provocar glaucoma ou catarata. O oftalmologista ressalta que em alguns casos é necessária a aplicação de laser para retirar da superfície do olho uma membrana formada pelo vírus que compromete a qualidade da visão.

Bacteriana

É caracterizada por uma secreção amarelada e purulenta. Uma causa frequente no verão, comenta, é o contato do olho com água contaminada de piscina, praia ou jacuzzis. Neste caso Queiroz Neto recomenda o uso de óculos de natação para interromper a contaminação. O médico ressalta que outra causa frequente deste tipo de conjuntivite é a maquiagem vencida. “Alteração na cor, cheiro ou consistência sinalizam que produto estragou e deve ser jogado no lixo mesmo quando a embalagem indica estar dentro prazo de validade”, afirma. Isso acontece, explica, quando “é armazenada no banheiro que concentra grande quantidade de bactérias ou é compartilhada com amigas. “Cada pessoa tem uma flora bacteriana na pele. Por isso, a maquiagem não pode ser compartilhada”, afirma. Outra dica do médico é remover toda noite a maquiagem, lavar esponjas e pincéis após o uso para evitar contaminação. O tratamento da conjuntivite bacteriana é feito com colírio antibiótico que só pode ser adquirido com receita médica.

Alérgica

A conjuntivite alérgica ou tóxica é caracterizada por coceira ou ardência mais intensa nos olhos e tem uma secreção aquosa. No verão, Queiroz Neto diz que o excesso de filtro solar ao redor dos olhos responde por 46% dos casos. Isso porque nos banhos de sol o suor facilita a penetração do produto nos olhos. A dica do médico é verificar se a fórmula contém óxido de zinco e dióxido de titânio, comuns em produtos infantis. Isso porque, estes dois componentes garantem neutralidade ao PH e por isso reduzem a chance de surgir a conjuntivite tóxica. Quando qualquer produto penetra nos olhos recomenda lavar

abundantemente e fazer compressas frias. Caso o desconforto não desapareça é necessário consultar um oftalmologista. Neste caso, o tratamento é feito com colírio anti-alérgico.

Prevenção

As principais recomendações do médico para prevenir a covid-19 e a conjuntivite são:

- Lavar as mãos com água e sabão frequentemente
- Usar máscara e óculos nas atividades externas
- Não levar as mãos aos olhos e à boca.
- Evitar aglomerações em locais fechados
- Fazer compressas frias se a secreção for aquosa ou viscosa e morna se for purulenta.
- Não compartilhar óculos, maquiagem, colírio, descongestionante nasal, talheres, toalhas e fronhas.
- Evitar excesso de filtro solar e cosméticos na região dos olhos
- Descartar maquiagem com alteração na cor, cheiro ou consistência
- Manter os locais arejados
- Tampar a boca com lenço descartável para tossir ou espirrar.
- Beber bastante água.

Descubra os mitos e verdades sobre a depilação no verão

É importante tomar alguns cuidados ao se expor ao sol, especialmente depois de depilar a pele. Saiba o que é permitido fazer, ou não, após o procedimento

Se você está planejando tomar sol ou curtir uma piscina nesta temporada de altas temperaturas, é importante tomar alguns cuidados ao se expor à radiação, principalmente se você for realizar algum tipo de depilação neste período. “Com a maior incidência dos raios solares, deve-se aumentar os cuidados tanto antes quanto após o procedimento de eliminação

dos pelos para evitar manchas”, explica Regina Jordão, CEO do Pello Menos, rede especializada no assunto.

A profissional listou os principais mitos e verdades sobre a remoção de pelos na estação mais quente do ano. Com a informação correta, é possível evitar imprevistos e aproveitar os momentos de folga com tranquilidade. Confira!

Depilar com cera deixa a pele sensível

Verdade. Como o procedimento com cera retira a camada superficial da pele, deixando a região mais sensibilizada, a exposição imediata aos raios solares não é indicada.

“Você pode se depilar no verão sim, mas a recomendação é aguardar no mínimo 48 horas e abusar do filtro solar para tomar sol diretamente”, explica Regina.

Não é recomendado o uso de bronzeadores

Verdade. O melhor a se fazer é evitar o produto, pois o procedimento vai também remover a cor superficial da derme. Já reparou que logo depois de depilar, a pele fica mais clara? En-

tão, é que há essa eliminação sutil da coloração. Portanto, a aplicação de um ativo na área que já está sensível pode acabar induzindo a melanina no local, causando manchas na pele.

Quem não quer remover, pode descolorir os pelos no sol

Mito. Apesar de ser comum, o hábito de se expor ao sol com o descolorante aplicado na pele não é indicado. Bem pelo contrário: é perigoso, pois pode causar manchas. É preciso, portanto, ter cuidado ao optar pelo método, preferindo água

oxigenada com valor entre 10 a 20 volumes e não permanecer com o produto no corpo mais do que o tempo estipulado na embalagem. Faça também o teste em uma área pequena da pele, pois descolorantes podem causar alergias.

Depilar com lâmina é mais fácil e exige menos cuidado

Mito. A lâmina promove uma depilação superficial, ou seja, o procedimento terá que ser refeito em um intervalo muito menor de tempo. Este também não é o melhor método para todos os tipos de pele, além de não ser o mais recomendado

para depilar as áreas mais sensíveis, como virilha e axilas. Acrescente a conta, ainda, que é arriscado se expor ao sol após a raspagem, pois a lâmina causa micro fissuras, deixando a pele sensível e favorecendo o aparecimento de manchas.

Filtro solar é indispensável, independente do método

Verdade. O uso do protetor solar é fundamental em qualquer dia do ano e, mesmo no inverno a incidência dos raios serem menores, a aplicação do produto é necessária. Logo após a depilação, por conta da sensibilidade momentânea da pele, a importância

ganha ainda mais destaque. “O ideal é usar um protetor solar em todo o corpo com FPS igual ou superior a 30. Já para a pele do rosto, recomenda-se um produto específico para esta região com FPS igual ou superior a 50”, avalia a especialista.

Uma família feliz, unida e com saúde é a maior benção de Natal
Boas festas

VIAÇÃO
JOANA DARC
A GENTE TRABALHA PRA SERVIR VOCE

Denunciados Prefeito e Vice-Prefeito eleitos de Governador Lindenberg não foram diplomados

Se não tiver decisão liminar até o dia primeiro de janeiro município poderá ter nova eleição

O município de Governador Lindenberg poderá ter nova eleição se prevalecer a decisão do juiz Eleitoral da 051ª Zona Eleitoral de Rio Bananal, Wesley Sandro Campana dos Santos, que aceitou denúncia da “Coligação Quem Fez e Faz Muito Mais”, que argumenta que os representantes denunciados- Leonardo Prando Finco e Tadeu de Souza - teriam praticado abuso de poder econômico, quando concorreram ao cargo de Prefeito e Vice-prefeito, respectivamente, do município de Governador Lindenberg. Isso levou o

juiz a concluir que: “levando-se em consideração que teriam doado, para a própria campanha o valor de R\$ 59.736,00 (cinquenta e nove mil setecentos e trinta e seis reais) quando o limite de gastos da campanha era de R\$ 123.077,42 (cento e vinte três mil, setenta e sete reais e quarenta e dois centavos), o que corresponde, portanto a 48,53% do limite prevista para gasto na campanha, ultrapassando o limite de 10%, ou seja de R\$ 12.307,74 (doze mil trezentos e sete reais e setenta e quatro centavos) valor passível de ser doado com recursos



Foto: Divulgação

•• Leonardo Prando Finco Prefeito e Tadeu de Souza Vice-Prefeito

próprios.

Depois de uma série de citações o magistrado concluiu condenar, “solidariamente, os investigados, ao pagamento de multa no valor de R\$ 47.428,26 (quarenta e sete mil, quatrocentos e vinte

oito reais e vinte seis centavos), referente a 100% do valor em excesso, que foi doado à campanha” e, como consequência - continua o magistrado -, NEGOU, aos investigados, o DIREITO À DIPLOMAÇÃO, que ocorrerá no dia

18/12/2020”.

A decisão do magistrado é de 17 de dezembro corrente.

Com essa decisão o prefeito eleito Leonardo Prando Finco e o vice-prefeito eleito Tadeu de Souza, de Governador Lindenberg não foram diplomados no dia 18 de dezembro como estava programado, e se não tiver decisão liminar até dia primeiro de janeiro de 2021, um dos vereadores deverá assumir o cargo de prefeito, se for eleito presidente da Câmara. Se a sentença do juiz Wesley Sandro Campana dos Santos for confirmada nos Tribunais, o município de Governador Lindenberg deverá ter nova eleição.

Que as realizações alcançadas neste ano que termina sejam apenas sementes plantadas, que serão colhidas com sucesso no ano que se aproxima

Feliz Natal

2021 de muita prosperidade

WIG
CONSTRUÇÃO & ACABAMENTO



Professores da rede pública do ES conquistam Prêmio Shell de Educação Científica. Linhares tem premiado

O Prêmio Shell de Educação Científica escolheu terça-feira, (22), em uma cerimônia virtual, os seus grandes ganhadores. O programa reconhece os docentes do Ensino Fundamental II e Médio de escolas públicas do Estado do Espírito Santo que se destacaram nas áreas de Matemática e Ciências. Para esta edição, o programa criou uma Premiação Especial para atividades relacionadas à pandemia de Covid-19.

Entre os treze finalistas, três conquistaram uma viagem educativa para Londres: Rodrigo Gomes, de Linhares, Cibele Kemeicik, de Guarapari, e Cecília Martins, de Vitória. O objetivo do programa, criado em 2014, é reconhecer os professores que se destacaram e realizaram experiências inovadoras. Nesta edição, foram aceitas atividades conduzidas no ambiente virtual, além da sala de aula.

Em seu discurso para os professores participantes, André Araujo, presidente da Shell Brasil, destacou a importância da Ciência e o papel dos professores em despertar o interesse da próxima gera-

ção: "Precisamos de vocês para que jovens tenham cada vez mais interesse na ciência, porque ela muda vidas. É por isso que escolhemos, com o Prêmio Shell de Educação Científica, encontrar os professores que estão fazendo a diferença.", afirmou.

A premiação também distribuiu R\$8 mil para os primeiros lugares de cada categoria e R\$6 mil e R\$4 mil, respectivamente, para o segundo e terceiro lugar das categorias tradicionais (Ensino Fundamental II e Médio). Além disso, as escolas onde os autores dos seis projetos vencedores lecionam receberão um kit multimídia com materiais para a melhoria do

ambiente escolar: laptop, projetor e caixas de som. Todos os demais

finalistas receberão um prêmio de R\$1,5 mil reais.

Foto: Divulgação



Confira a lista dos professores premiados:

Espírito Santo – Ensino Fundamental II

- 1º lugar: Cibele Kemeicik da Silva Machado - Escola Municipal de Ensino Infantil e Fundamental Élon Garcia/ Guarapari
- 2º lugar: Arismar Maneia - EMEF Luiza Silvina Jardim Rebutzi/ Aracruz
- 3º lugar: João Bosco Verçosa -

EMEF Maria Guilhermina de Castro/ Cariacica

Demais finalistas:

- Alyson Torres de Barros - Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Misael Pinto Netto/ Aracruz
- Cristiane Teixeira Cordeiro Fonseca - EEEFM Arlindo Ferreira Lopes/

Vitória
Espírito Santo – Ensino Médio

- 1º lugar: Rodrigo da Vitória Gomes - EEEFM Professor Manoel Abreu/ Linhares

- 2º lugar: Karoliny Mendes da Costa - CEEFMTI Assisolina Assis Andrade/ Vila Velha

- 3º lugar: Fagner de Souza Leite - EEM Professor Joaquim Fonseca/ Conceição da Barra

Demais finalistas:

- Idolino Gabrecht - EEEFM Alto Jatibocas/ Itarana

- Lais Jubini Callegario - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Espírito Santo - campus Piúma/ Itapemirim

Espírito Santo – Premiação especial

- 1º lugar: Cecília Freitas Martins - EEM Colégio Estadual do Espírito Santo/ Vitória

Demais finalistas:

- Sávio da Silveira Januario - Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Cândida Póvoa/ Apicá

- Wanderson Pinto Moreira - Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Belmiro Teixeira Pimenta/ Vitória

O Grupo JB deseja a você e toda sua família, um Feliz Natal e um Ano Novo repleto de realizações.

Boas Festas!!!!

PIRAPAMA BIOENERGIA CARBO GÁS ALCOOLQUÍMICA CANA LINHARES AGRINDUSTRIAL SA LASA

Estilo, sabor e sofisticação para receber e surpreender, com profissionalismo e exclusividade.

A Tulha Café e Bistrô tem satisfação e

alegria por ser um ponto de encontro para familiares e amigos.

Com ambiente moderno e aconchegante, a Tulha trouxe para seus clientes a oportunidade de a qualquer momento, encontrar sabor, qualidade, sofisticação e atendimento diferenciado.

A pausa perfeita do seu dia para degustar comida de verdade, possui uma gama de produtos em seu menu:

Café da manhã, Almoço, Café da tarde, Jantar, Sobremesa.

Viva essa experiência gastronômica única e repleta de sabores.

Vem pra Tulha, a pausa perfeita do seu dia.



Aberto segunda das 8h às 20h e de Terça à sábado das 08h às 22h



DENI

“A mudança não virá se esperarmos por outra pessoa ou outros tempos. Nós somos aqueles por quem estávamos esperando. Nós somos a mudança que procuramos”.

>> Barack Obama

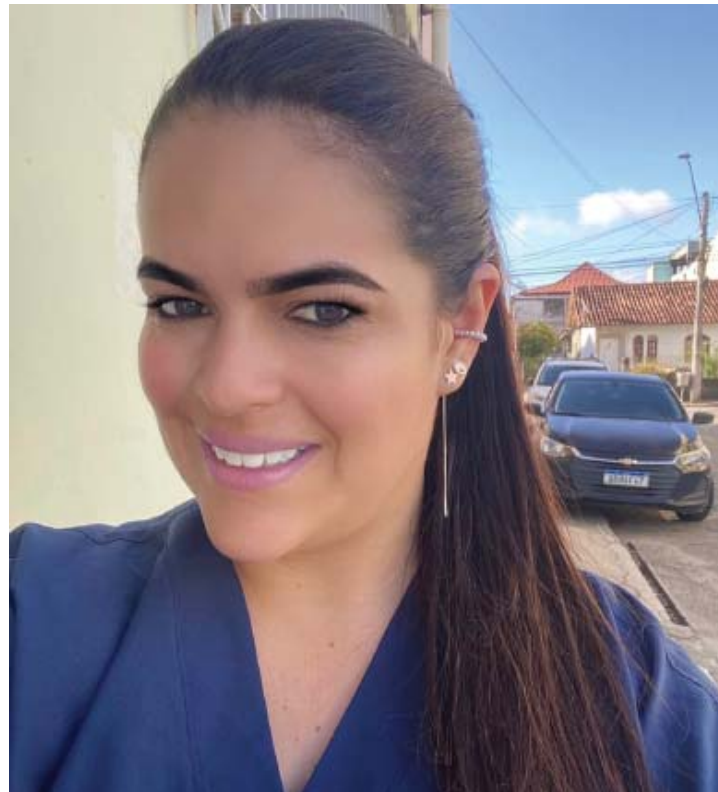
Bom dia, Edson Natalino Pessotti (Nico), aniversariante desta sexta-feira

DENI ALMEIDA DA CONCEIÇÃO

denialmeida@jornalopioneiro.com.br

Limitação na radioativa

•• Quem pensava curtir a virada de ano na radioativa Guarapari se deu mal, porque a Prefeitura do município anunciou, no início desta semana, diretrizes de combate à pandemia do novo coronavírus no município. Entre as medidas anunciadas está a limitação do horário de funcionamento de bares, quiosques e restaurantes, no meio e nos fins de semana. Também está vetada a permanência de tendas e vendedores ambulantes nas praias durante o Réveillon, assim como a queima de fogos. Que as diretrizes sejam respeitadas.



Fotos: Instagram

•• **Luciana Oliveira, sempre alegre.**

Viva Pepe!



•• Mesmo com a falta de eventos, que exigem o recolhimento social, Pepe Hair, que está muito bem instalado no bairro Conceição, na Avenida Guerino Giuberti, em frente ao Serviço de Trânsito, não tem do que reclamar, porque tem uma cliente fiel, por ser um profissional de gabarito. Parabéns Pepe, você é o **cara**.

Curtas

>> Um Natal feliz e um Ano Novo de paz, saúde e prosperidade para todos

>> A Psicóloga Aghata Pandolfi Elias chegou ontem a Linhares procedente de São Paulo, onde tem consultório. Veio passar Natal com familiares.

>> Parte do comércio linharenses abriu as portas domingo passado na expectativa de boas vendas, mas poucos consumidores aproveitaram para antecipar as compras.

>> O médico Assuério Moreira aniversariou terça-feira, 22, e como gente querida, recebeu cumprimentos de todos os lados. Abraço da coluna.

>> O advogado Rodrigo Paneto tem se dedicado nas horas de lazer à culinária. Informaram-me que ele sabe das coisas na cozinha. É isso aí.

>> O aniversariante desta quinta-feira, dia 24 é o praçõ Edval Antonio Santana. Felicidade, saúde, paz e prosperidade sempre.

>> Carlos Eduardo Pena, Peninha, aniversariou domingo e recebeu mil e um cumprimentos. De maneira virtual, claro.

>> Daniela Tesch Boldrini aniversariou e comemorou com bolo e tudo, mas dentro das recomendações que o momento requer.

Guriri também

•• O município de São Mateus também proibiu a “ocupação de vias públicas com carros de som e barracas de vendas de bebidas em todos os finais de semana (sexta a domingo), enquanto perdurar o risco moderado”. O decreto proíbe, também, aglomerações nas praias e uso obrigatório de máscara.

Recordar é viver

Esta coluna sempre procurou informar seus leitores com responsabilidade e precisão, buscando a notícia em sua fonte correta. **No dia 05 de janeiro de 1987** notíciiei o que vocês podem ler hoje, que faz parte do nosso arquivo.

Grupo Pianna tenta comprar Supermercados Linhares

Está para se concretizar por estes dias uma das maiores transações comerciais já realizadas neste município. Seguinte: o Grupo Pianna está adquirindo o controle acionário da Rede de Supermercados Linhares, uma das mais conceituadas empresas do Espírito Santo, com sete lojas neste município, três outras em São Mateus e um Posto de Compra na Ceasa, em Vitória.

As conversações já provocaram duas reu-

niões dos dois grupos em uma das quais a direção dos Supermercados Linhares fez sua proposta, e na outra recebeu uma contra-proposta, que não influenciou.

Ainda no curso desta semana o Grupo Pianna, que por sinal se mostrou primeiro interessado, deverá fazer uma outra proposta que vem sendo aguardada pelo Grupo Marchiori, do Supermercados Linhares.

De leve, como diria Ibraim Sued.

O prefeito Samuel Batista Cruz precisa, com urgência, impedir que a cidade seja tomada por camelôs, principalmente vendedores de frutas. A cidade está cheia deles.

Alonso Damiani (Viação Joana D'Arc) e o assessor jurídico da empresa, Jocemar de Deus, almoçaram juntos outro dia no Restaurante Mocambo.

A Padaria e Lanchonete Skip's, de Tilinho é Pedro Ceolin Batista tem hoje 250 empregados, e seus produtos dominam o Norte do Estado.

O empresário Laurito Luiz Rigoni tem uma vasta folha de serviços prestados a Linhares. Só para ilustrar, a construção da sede do SESC é um trabalho seu.

A Família Sartório, que se destaca no Espírito Santo na produção de grãos (café, feijão, arroz e milho) acaba de adquirir uma fazenda nas proximidades de Brasília. Ontem dois dos Sartório embarcaram para Brasília para tomar posse do imóvel. Eles pretendem desenvolver um projeto pioneiro de produção de feijão no Distrito Federal.

ESTILO ÚNICO
FEITO SOB MEDIDA

VENHA CONHECER NOSSA LINHA DE PLANEJADOS.

ATENDIMENTO PELO WHATSAPP 27 99255-6465

LOJA NA FÁBRICA Rimo SEU SONHO, SUA CASA

Av. Frei Vital Sarmiento Batista Cruz, 6133, Nova Belânia / Linhares - ES - EM FRENTE AO SHOPPING - 27 2103-5599