

PROMOÇÃO PLANO FAMILIAR A PARTIR DE R\$ 210,00
PARA 4 PESSOAS ATÉ 51 ANOS

CONSULTA DE IMEDIATO! CLÍNICA PRÓPRIA

DIVERSAS CLÍNICAS COM PRONTO ATENDIMENTO 24 HORAS

90 CLÍNICAS PARA ATENDER VOCÊ EM TODO RIO, NITERÓI E BAIXADA

PREÇO ESPECIAL PARA EMPRESA!
 59 ANOS OU MAIS **137,00**
 A partir de R\$

3333-7726/3333-7604

Megamed Saúde

REQUERIMENTO DE LICENÇA

Frigo-Rafa Distribuidora de Alimentos Ltda, CNPJ Nº 17.062.277/0001-41, torna público que requereu à Secretaria Municipal de Meio Ambiente – SMAC, através do processo nº 14/200.882/2013, Licença Ambiental Municipal para Atividade de comércio atacadista de carnes bovinas, suínas, aves abatidas, carnes de outros animais e localizada na Rua Aripuá, 438 - Galpão - Ricardo de Albuquerque - RJ.

PREFEITURA MUNICIPAL DE QUEIMADOS PREGÃO PRESENCIAL Nº 12.2015

OBJETO: Aquisição de equipamentos de medição de parâmetros ambientais para uso do Programa de Saúde do Trabalhador, programa vinculado ao Departamento de Vigilância Sanitária da SEMUS.

PROCESSO ADMINISTRATIVO: 13/0311/15.

RETIRADA DO EDITAL: www.queimados.rj.gov.br ou na Prefeitura, Rua Hortência, 254 – Centro, das 10:00 às 16:00 horas, mediante a entrega de (uma) RESMA DE PAPEL A4 e carimbo do CNPJ da Empresa.

DATA / HORA: 12/06/2015, às 10:00 horas.

Denilson Vilar de Queirós
 Pregoeiro

PREFEITURA MUNICIPAL DE QUEIMADOS PREGÃO PRESENCIAL Nº 13.2015

OBJETO: Aquisição de 05 (cinco) veículos para atender as metas firmadas através do TERMO DE AJUSTE SANITÁRIO – TAS, instrumento formalizado entre os entes do Sistema Único de Saúde SUS.

PROCESSO ADMINISTRATIVO: 13/0621/14.

RETIRADA DO EDITAL: www.queimados.rj.gov.br ou na Prefeitura, Rua Hortência, 254 – Centro, das 10:00 às 16:00 horas, mediante a entrega de (uma) RESMA DE PAPEL A4 e carimbo do CNPJ da Empresa.

DATA / HORA: 15/06/2015, às 10:00 horas.

Denilson Vilar de Queirós
 Pregoeiro



Estado do Rio de Janeiro Município de Nova Iguaçu CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU

PORTARIA Nº 094, DE 25 DE MAIO DE 2015.

O PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU-RJ USANDO DAS ATRIBUIÇÕES QUE LHE SÃO CONFERIDAS POR LEI,

RESOLVE:

Art. 1º - **NOMEAR** JULIO ANTONIO DOS SANTOS para ocupar o Cargo em Comissão de **ASSESSOR ESPECIAL DE GABINETE**, símbolo DG3, Código Identificador DG3-023, a contar de 01 de junho de 2015.

Art. 2º - Esta Portaria entrará em vigor na data da sua publicação.

Nova Iguaçu, 25 de maio de 2015
Maurício Moraes
 Presidente
 CMNI

SINDICATO DOS TRABALHADORES NOS SERVIÇOS PORTUÁRIOS DOS PORTOS DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - S.T.S.P.E.R.J.

Filiado a CUT - Central Única dos Trabalhadores

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

O Sindicato dos Trabalhadores nos Serviços Portuários dos Portos do Estado do Rio de Janeiro no uso de suas atribuições legais, em atendimento ao que preceitua a Lei 7.783/89, convoca toda a Categoria Portuária da empresa BSM Engenharia S/A., para participarem da Assembleia que será realizada no dia 02/06/2015, às 18:00 horas em primeira chamada e às 19:00 horas em segunda e última chamada, em frente ao Parque dos Tubos – Imboassica – Macaé – RJ, com a seguinte pauta:

- 1) Autorização do Sindicato dos Portuários do Rio de Janeiro na representação da categoria nas negociações coletivas com vistas a firmar Acordo Coletivo de Trabalho ou suscitar Dissídio Coletivo;
- 2) Aprovar calendário de lutas;
- 3) Decidir sobre Operação Padrão;
- 4) Deliberar sobre greve de advertência de 24 horas;
- 5) Deliberar sobre greve por tempo indeterminado;
- 6) Assuntos Gerais

Rio de Janeiro, 28 de maio de 2015
Sérgio Magalhães Giannetto
 Presidente do S.T.S.P.E.R.J.

SAÚDE

DIETA COM MUITO DOCE TAMBÉM PODE PROVOCAR IRRITAÇÃO

Açúcar demais pode envelhecer

A galerinha que adora comer doces e guloseimas cresceu sabendo que abusar do açúcar causa cáries nos dentes. Mais do que isso, o consumo excessivo do produto pode ter efeitos bem devastadores sobre o organismo. Uma dieta recheada de doces também provoca irritação, cansaço, depressão e acelera o processo de envelhecimento, entre outros malefícios.

As rugas aparecem porque o excesso de glicose no sangue pode desencadear o processo de glicação, quando a molécula de glicose se liga a moléculas de proteína (colágeno e elastina por exemplo), tornando-as rígidas e sem elasticidade.



MARCELO THEOBALD/10.02.2010

▶ **Abuso do produto é prejudicial**

Outro problema é a depressão. O açúcar é estimulante do sistema nervoso e de neurotransmissores. As alterações dos níveis de glicose relacionadas ao consumo excessivo de

açúcar desgastam o sistema nervoso, podendo causar depressão, fadiga e desejo de consumir mais e mais açúcar.

Segundo o nutricionista Matheus Motta, do Vigilantes do Peso, uma boa estratégia para reduzir o consumo do produto é cortar pela metade a quantidade usada em receitas.

— Ao longo do tempo, o paladar vai se adaptar e o açúcar poderá ser eliminado das preparações — afirma.

Outra opção é substituir o tipo refinado pelo mascavo ou demerara. Porém, ambos devem ser consumidos com moderação, pois também contêm alto teor de glicose e frutose.

MAIS

Farinha de milho para pele suave

Está sentindo sua pele meio áspera e seca? Não precisa coçar o bolso para resolver o problema. Para deixar o corpo sedoso, com a pele muito macia, tente usar farinha de milho. Após terminar o banho normal, umedeça uma toalha pequena, ou use uma esponja, e passe na farinha de milho. Em seguida, esfregue por todo o corpo, com suavidade. Deixe agir por alguns minutos e enxágue. O resultado será uma pele bem lisinha.

PREFEITURA DE PETRÓPOLIS
 FUNDAÇÃO DE CULTURA E TURISMO DE PETRÓPOLIS
 COMISSÃO PERMANENTE DE LICITAÇÃO

RERRATIFICAÇÃO - EDITAL DE PREGÃO PRESENCIAL Nº 012/2015

Onde se lê, no item 10.5.2 do Edital: Possuir em seu quadro de funcionários ou contratados, profissional com registro no CREA,... **Leia-se:** Possuir em seu quadro de funcionários ou contratados, profissional com registro no CREA ou CAU/RJ,...

Onde se lê no item 4.2.4 do Termo de Referência: Apresentar prova de registro ou inscrição da empresa, junto ao CREA (Conselho Regional de Engenharia e Agronomia),... **Leia-se:** Apresentar prova de registro ou inscrição da empresa, junto ao CREA (Conselho Regional de Engenharia e Agronomia) ou ao CAU/RJ (Conselho de Arquitetura e Urbanismo do Rio de Janeiro),...

Considerando a necessidade de maior publicidade deste Ato, fica remarcada para o dia 11 de junho de 2015, às 10 horas, a abertura da sessão pública deste Pregão.

Petrópolis, 28 de maio de 2015.

THAIS MARTINS FERREIRA DA COSTA (Diretora-Presidente)

PREFEITURA DE PETRÓPOLIS
 FUNDAÇÃO DE CULTURA E TURISMO DE PETRÓPOLIS
 COMISSÃO PERMANENTE DE LICITAÇÃO

RERRATIFICAÇÃO - EDITAL DE PREGÃO PRESENCIAL Nº 016/2015

Onde se lê, no item 4.2.2 do Termo de Referência: Apresentar prova de registro ou inscrição da empresa, junto ao CREA (Conselho Regional de Engenharia e Agronomia), dentro do respectivo prazo de validade, comprovando sua habilitação e de seu(s) responsável(eis) técnico(s) nas atividades pertinentes ao objeto contratado. **Leia-se:** Apresentar prova de registro ou inscrição da empresa e de seu responsável técnico contratado, junto ao CREA (Conselho Regional de Engenharia e Agronomia) ou ao CAU/RJ (Conselho de Arquitetura e Urbanismo do Rio de Janeiro), dentro do respectivo prazo de validade, comprovando suas habilitações nas atividades pertinentes ao objeto contratado.

Considerando a necessidade de maior publicidade deste Ato, fica remarcada para o dia 08 de junho de 2015, às 14h30, a abertura da sessão pública deste Pregão.

Petrópolis, 28 de maio de 2015.

THAIS MARTINS FERREIRA DA COSTA (Diretora-Presidente)