



Semana bate recorde com 409 novos casos e a 17ª morte confirmada

Médico da vigilância em saúde de Holambra alerta para importância das medidas de prevenção



Holambra registrou essa semana o maior número de casos positivos para Covid-19 em um período de 7 dias desde o início da pandemia. Foram 409 diagnósticos. De acordo com Dr. Marcelo Augusto Matioli Bisson, médico da Vigilância em Saúde do município, esse aumento exponencial “é, provavelmente, consequência da nova variante Ômicron, das festas de fim de ano e do relaxamento nas medidas de prevenção”.

“O momento exige cautela e conscientização. Sair apenas se for realmente necessário e, nesse caso, tomar as medidas de prevenção, como uso correto de máscara durante todo o tempo e higienizar as mãos com frequência. A 3ª dose da vacina também é extremamente necessária. Somente assim vamos evitar a propagação da doença e uma situação ainda mais grave”, alerta o médico.

3

Divulgação do IBGE lista PIB de 2019 de Holambra em elevado patamar



Com a revisão do dado de 2018, a variação apresentada por Holambra supera a média de crescimento metropolitana.

4

Inscrições abertas processo seletivo para cadastro reserva de Merendeira

6

APB está com Inscrições abertas para os cursos: Corte e costura e jovem Aprendiz. Saiba mais

5

Inscrições prorrogadas para processo seletivo do IBGE que oferece 15 vagas temporárias para Holambra

5

Nova investida do Coronavírus

O Brasil, como o mundo inteiro, vive uma nova investida do Coronavírus contra o ser humano.

Ele pega nova carona no surto de gripe H3N3, na abertura das atividades sociais coletivas e na baixa da guarda da proteção individual.

Felizmente, o Estado de São Paulo tem 80% da sua população com a vacinação completa o que diminui o impacto da internação nas UTIs e no número de mortes.

Mas, por outro lado, o vírus

tanto da covid como a da gripe continua incapacitando as pessoas para o trabalho e impondo aos empresários a interrupção temporária de suas atividades, como aconteceu em Holambra, durante a semana passada.

Este é um momento delicado, pois os sintomas de covid e da gripe se confundem o que leva a população lotar as unidades de saúde à procura de uma resposta às suas aflições.

É preciso que cada cidadão

tome os devidos cuidados, atendendo às normas sanitárias de uso de máscara, da higiene das mãos com água e sabão ou com álcool 70%, com a manutenção das relações sociais restritas.

Pode-se acreditar que “se trata apenas de uma gripezinha”, como alardeia nosso Presidente, mas não pode-se esquecer que nem todos são “atletas” como ele.

Se cada um cuidar bem de si, estará cuidando também da coletividade.



PONDERANDO

RA deATHAYDE

A quem interessar possa

Peço licença ao ex-ministro do STF, Marco Aurelio Mello, para usar uma frase por ele proferida várias vezes diante do quadro político brasileiro e atuação de muitos diante das instituições democráticas: “Tempos estranhos estes, muito estranhos”.

O empréstimo é para abordar o assunto pandemia que assola o planeta há mais de dois anos. No início, desconhecendo-se causas, mas com a população sofrendo efeitos devastadores, principalmente no Brasil, lutava-se por insumos, respiradores, oxigênio, leitos insuficientes para atender a demanda. Mortes desnecessárias estarecendo populações; um quadro desalentador.

Desde os primórdios da Covid 19, até hoje, nosso país ocupa o segundo lugar no “ranking” mundial de óbitos pela pandemia apesar de não ocupar a vice-liderança em número de casos. A história nacional desse flagelo, e suas razões sobejamente conheci-

das, deixa um luto irreversível para milhares de famílias.

Ao longo do tempo, governo federal e governos estaduais tentaram aplacar o contágio via lockdowns inicialmente – com suas aberturas e fechamentos – orientações sanitárias oriundas da ciência, mas infelizmente levadas ao desca-so por não poucos. A pressão econômica, compreensível, não colaborou para um quadro mais animador.

Hoje o mundo conta com mais de 300 milhões de casos e uma triste estatística de mais de 5,5 milhões de vítimas. Sem entrar em detalhes, a Covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global. São quatro as variantes do coronavírus: Alfa (encontrada primeiro no Reino Unido), Beta (África do Sul), Gama (Brasil) e Delta (Índia). E mais recentemente surgiu a Ômicron, que oferece um risco maior de infecção que sua antecessoras.

E a OMS alertou: mais da metade da Europa pode pegar Ômicron em 2 meses. Por aqui, como se sabe, já se apresentou!

Com a página virando em relação aos cuidados a serem tomados observamos que a Natureza está se encarregando – ao que parece – de estabelecer seus critérios próprios de proteção: são milhares de voos internacionais e nacionais cancelados por terem tripulações inteiras contaminadas, são fábricas relatando ausência de trabalhadores infectados por Covid-19 e gripe, inclusive na Europa e Ásia, trans-tornos que pontuam aqui e ali afetando a produção, a logística, o transporte, o comércio e o consumo em cadeia. Estabelecimentos comerciais e bancos reduzindo suas atividades por falta de funcionários o que pode se transformar em uma bola de neve. Sem interferência de governos.

Tempos estranhos estes, muito estranhos.

Histórias de Dona Ilda

Lição de vida

Estávamos num grupo de parentes e amigos, conversando tranquilamente, quando minha filha me disse:

- Mamãe! Meus amigos querem saber o que a senhora faz para ter tanta energia e disposição. Pode ir falando que eu vou gravar sua conversa.

Então eu lhes disse:

A primeira coisa que eu gostaria de explicar é que eu tenho três segredos para ter essa disposição, mesmo com bastante idade.

O primeiro segredo é trabalhar. O segundo é trabalhar mais ainda. E o terceiro é não parar de trabalhar.

Quando a gente acordar, já deve ter na cabeça a tarefa a ser realizada naquele dia. Uma boa tigela de leite, sucrilhos, mel, castanhas diversas, aveia, linhaça, gelatina, tudo bem quentinho. Depois uma caneca de leite com café, pão e manteiga, também quentinhos.

Pronto! Agora vamos para a luta! Hoje cedo um jovem bateu em nossa casa, querendo vender panos de pratos.

- Dona, compre, porque eu estou com fome e estou sem comer até agora!

- Tudo bem. Pode me dar alguns panos de pratos.

Pedi à nossa ajudante, para dar-lhe um cafezinho e um lanche.



A alegria do moço compen-sou nossa atenção!

Então, pego o pacote de panos de pratos e mãos à obra! Desço para meu ateliê, abro minha máquina de costura, recorto a barra dos panos, e depois de algum tempo, lá estavam todos arrematados e prontos para serem lavados e usados. Ainda não era hora do almoço e uma tarefa já estava cumprida. Nunca se deve deixar para amanhã o que se pode fazer hoje.

Depois de um pequeno descanso, vamos ao almoço.

As verduras em primeiro lugar. Depois nosso arrozinho com feijão e algumas misturas e após a sobremesa já estamos prontos para um pequeno descanso.

Então, ao invés do pequeno descanso, me delicio contando que as tarefas vão se apresentando e vamos nos dedicando a realizá-las.

A vida pode ser muito divertida, quando bem vivida.

A vida é doce, precisamos saber saboreá-la!

Ilda Thereza – ildathereza13@gmail.com
(19) 9 9772-4845 | 3242-5148

Expediente

Editora Jornal da Cidade de Holambra Ltda - CNPJ 00.007.243/0001-51
Telefone: (19) 3802-2306 - (19) 98835-2244

Editor e Jornalista Responsável: Esdras Domingos - MTB 11.120

Fundado em 9 de junho de 1994



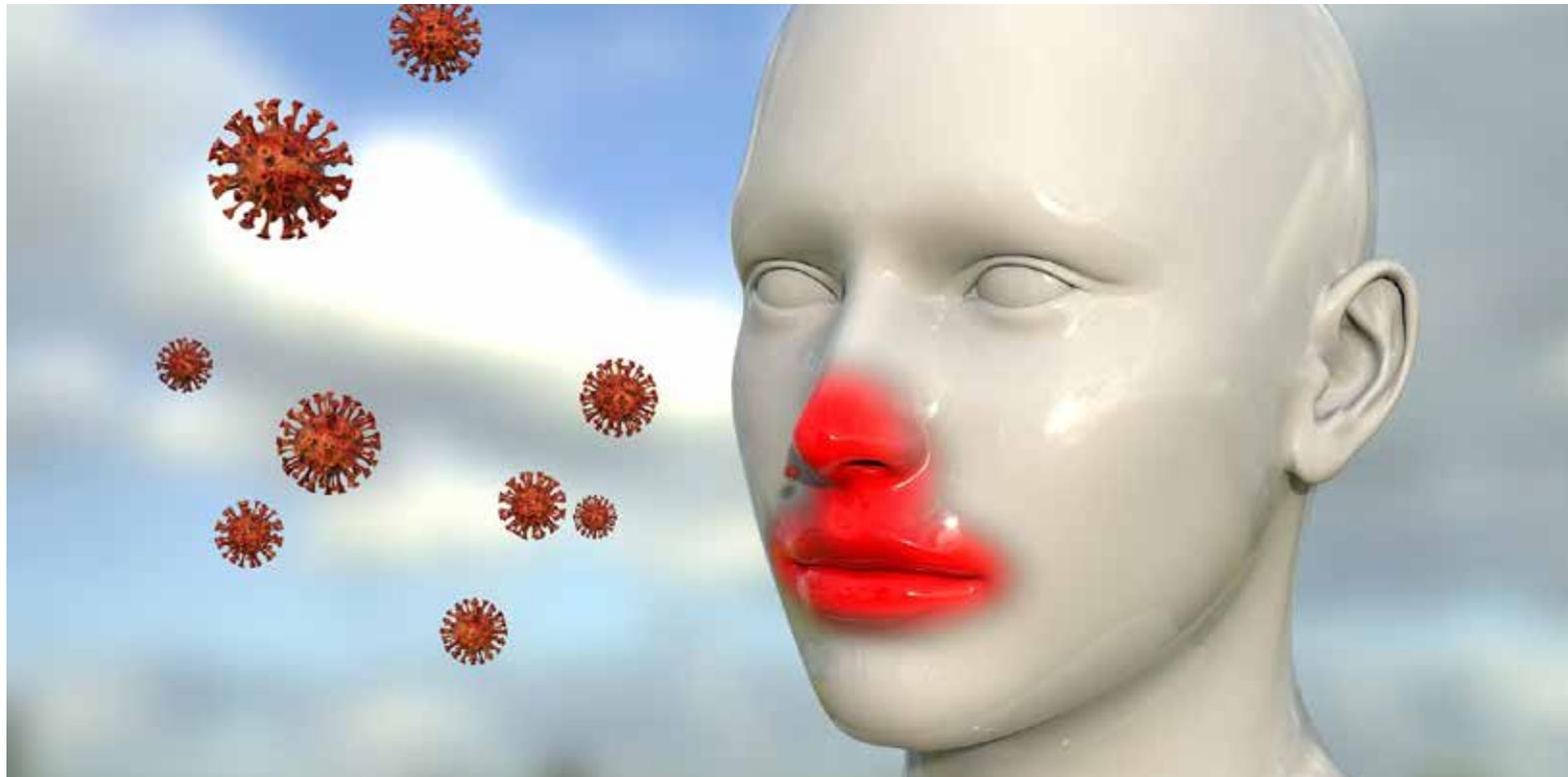
Cidade registra 409 novos casos de Covid-19 em uma semana

Holambra confirmou ao longo dos últimos sete dias 409 novos casos de Covid-19. É a maior quantidade de registros desde o início da pandemia. Um aumento de 538% no número de infectados em relação ao último balanço, divulgado no dia 6 de janeiro.

A cidade contabiliza, desde março de 2020, de acordo com dados do Departamento Municipal de Saúde, 2.654 casos e 17 óbitos. O bairro Imigrantes soma 736 confirmações, seguido do Centro com 243 e do Groot com 249 registros.

A 17ª vítima da doença na cidade é uma mulher de 65 anos, que possuía comorbidades e morreu em 2 de janeiro. Moradora do bairro Jardim Flamboyant, ela estava internada em um hospital de Osasco.

“A situação é grave. É preciso que todos entendam que a doença é extremamente contagiosa. Vale lembrar que não sa-



bemos como a Covid-19 pode evoluir em cada organismo”, explicou o diretor municipal de Saúde, Valmir Marcelo Iglecias. “O uso correto da máscara, du-

rante todo o tempo em que estivermos fora de casa, é importantíssimo. É preciso que cada um faça a sua parte. Respeito pelo próximo é fundamental”.

Quem apresentar sintomas gripais leves deve ir até a unidade de saúde mais próxima de casa. Pessoas que apresentarem sintomas como

febre alta persistente e dificuldade para respirar devem procurar o atendimento de urgência e emergência na Policlínica Municipal.

Dose de reforço



O diretor do Departamento Municipal de Saúde explicou ainda que o recebimento da 3ª dose da vacina é de extrema importância neste momento. Segundo ele, cerca de 3.800 holambrenses podem tomar o reforço e ainda não procuraram o posto para receber o antígeno. Estão aptos para a 3ª dose moradores acima de 18 anos que tomaram o complemento há, pelo menos, 4 meses. No

caso dos imunossuprimidos o prazo é menor: 28 dias. A aplicação ocorre às quartas e sextas-feiras no Salão da Terceira Idade, das 8h às 12h e entre 13h e 15h, sem necessidade de agendamento.

Até o momento, 91,7% dos holambrenses já receberam a 1ª dose da vacina. 87,41% tomaram as duas doses ou o antígeno de dose única e 28% receberam o reforço do imunizante.

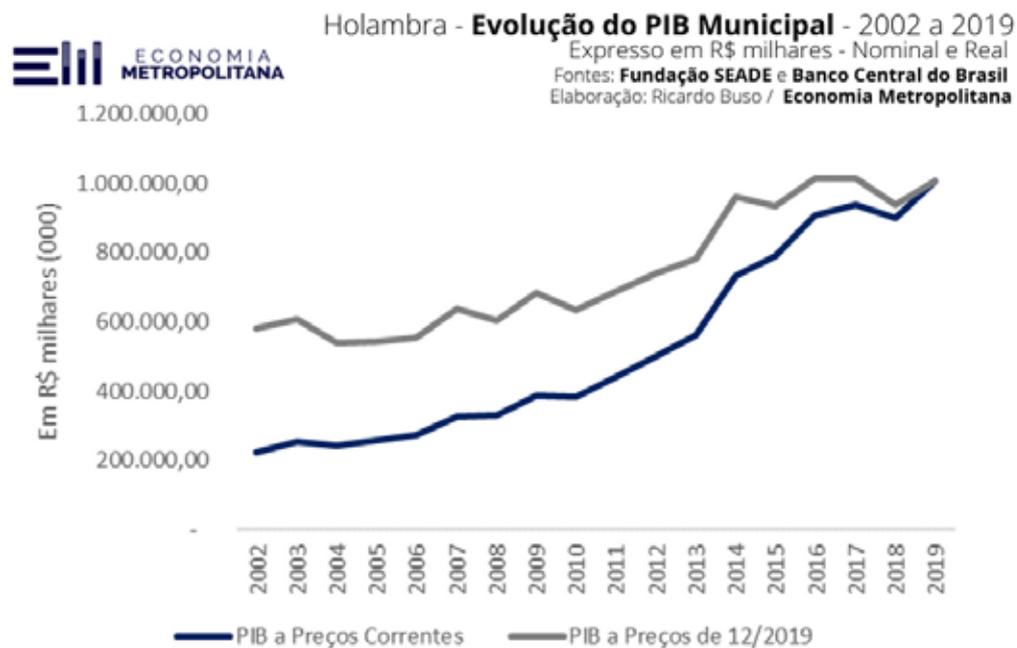
Pré-Cadastro liberado para vacinação de crianças entre 5 e 11 anos



Já está liberado o pré-cadastro para a vacinação contra a Covid-19 de crianças entre 5 e 11 anos. A ação agiliza o atendimento no dia da imunização. Para isso, os responsáveis de-

vem acessar www.vacinaja.sp.gov.br e preencher o formulário. O processo de vacinação em Holambra para esta faixa etária terá início assim que o município receber as doses do antígeno.

Holambra entra para o clube das economias bilionárias



Nos últimos dias de 2021 o IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) divulgou o PIB do ano de 2019 de todos os municípios brasileiros. E, direto ao ponto, Holambra registrou inédita soma de geração de riqueza de R\$ 1.006.520.469,00 (Um bilhão e seis milhões, quinhentos e vinte mil, quatrocentos e sessenta e nove reais), por extenso para não deixar dúvidas.

Com defasagem de dois anos para divulgação, absolutamente normal para os municípios brasileiros que não são capitais de Estado, além de registrar novo patamar econômico, o dado é importante por se configurar como referência para o “normal” econômico antes da pandemia de Covid19. Sabemos agora qual é o patamar de busca na retomada.

Importa também verificar que, junto com a divulgação de dados de 2019, o Instituto promoveu a revisão da série de 2018, reduzindo o PIB anterior para R\$ 899.143.823,00.

Além do simbolismo da nova cifra, a Cidade das Flores, com a segunda menor

população da Região Metropolitana de Campinas, conseguiu se firmar com importantes marcas regionais, como a quarta maior variação (num universo de 20 municípios) do agregado entre os anos de 2018 e 2019, de 11,94%, frente a média regional de 7,81%. Com variação superior a de Holambra se firmaram apenas Hortolândia (11,98%), Morungaba (12,61%) e Paulínia (14,44%).

Também se estabeleceu na quarta colocação para o importante dado do PIB per capita (calculado pelas premissas da Fundação SEADE), que corresponde a riqueza gerada dividida pelo total da população. Com ampla variação entre as unidades, de R\$ 24.509,00 a R\$ 363.010,00, Holambra apresenta R\$ 70.912,00 de geração de PIB por habitante, ligeiramente acima da média regional, de R\$ 68.863,00.

Os únicos três municípios com melhores resultados são os chamados super industrializados: Vinhedo (R\$ 126.856,00), Jaguariúna (R\$ 228.999,00) e Paulínia (R\$ 363.010,00).

Por outro lado, merece atenção o fato de que ao longo da série histórica disponível, de 2002 a 2019, a participação de Holambra no PIB total gerado pela RMC vem se deteriorando, de 0,53% para 0,46%. Significa que, pela média, a região tem crescido mais que o Município.

Chegamos à mesma conclusão pela análise de que, no mesmo período de 2002 a 2019, enquanto a RMC cresceu à taxa média real (descontada a inflação) de 4,11% ao ano, Holambra, pelos mesmos critérios, registrou 3,29% ao ano. Embora aparentemente pequena, o caráter sucessivo da diferença é significativo.

Contudo, como é preciso olhar todos os aspectos, a menor taxa de crescimento sinaliza oportunidade de incremento na dinâmica econômica holambrense se conseguir se apropriar dos benefícios macroeconômicos da inserção regional.

Ricardo Buso
Economista
Idealizador do Projeto
Economia Metropolitana

Dicas de alimentos e bebidas que ajudam a refrescar no calor



Estamos no verão e para aliviar o calor nos dias mais quentes é preciso investir em bebidas e alimentos que refrescam o corpo.

Além da água, temos diversos alimentos e bebidas refrescantes que podem ajudar a aliviar o calor.

Águas aromatizadas ou saborizadas

Elas chegaram com tudo. Estão na moda e marcam presença em restaurantes e bares, sendo apreciadas principalmente por quem acha a água sem graça.

Uma sugestão é colocar 1 litro de água filtrada, 2 limões bem lavados cortados em rodela e folhas de hortelã e deixar na geladeira até a hora de servir

Chá gelado

A melhor opção será sempre a natural, sem açúcar e à base de ervas, flores e especiarias, como erva-mate, hibisco, camomila e gengibre.

Água de coco

O líquido é naturalmente

rico em água e minerais que auxiliam na hidratação.

Iogurte

Iogurte é um delicioso alimento para se comer geladinho no verão. Fonte de proteína e de probióticos, que ajudam a manter a saúde do seu sistema digestivo.

Melancia

Ajuda a hidratar por ter um teor de água de 92%, o que também explica ser pouco calórica.

Alimentos sólidos como frutas e legumes são importantes aliados da nossa saúde durante os dias de calor, por exemplo:

- * Aipo
- * Chicória
- * Coco
- * Coentro
- * Couve
- * Couve-flor
- * Erva doce
- * Figo
- * Maçã
- * Pera
- * Romã
- * Semente de girassol
- * Uva

Juliana Vieira - Nutricionista

 **Fernanda Morra**
e equipe
Odontologia Preventiva - CRO-36639
atendimento domiciliar (home Care)
☎ (19) 99288-5579 📷 @drafernandamorra

Material plástico arrecadado durante gincana são recolhidos pelo Programa Tampinha Legal

Equipe do Tampinha Legal, maior programa socioambiental de caráter educativo da indústria de transformação do plástico da América Latina, retirou nesta quinta-feira, 13 de janeiro, no Núcleo de Atenção e Orientação ao Trabalho, o NAOTT, mais de 1,27 milhão de tampas plásticas que foram recolhidas por estudantes das redes pública e particular de Holambra entre agosto e dezembro do ano passado. Os itens foram reunidos durante gincana promovida pela Prefeitura e pelo Fundo Social para contribuir com o programa, encabeçado na cidade pela Associação Príncipe Bernardo (APB).

“A quantidade equivale a quase 4 toneladas, que deixarão de poluir o meio ambiente para serem reaproveitadas pela



indústria”, destacou a presidente do Fundo Social, Yvonne Schouten Capato. “A iniciativa auxilia ainda as entidades participantes, já que elas receberão integralmente os valores obtidos com a venda dos itens. É uma ação muito importante que beneficia o meio ambiente, ajuda quem precisa e ainda conscientiza a população sobre a destinação correta deste material”.

A gincana, que reuniu 293 alunos de 13 instituições de ensino da cidade, foi encerrada em 19 de dezembro com premiação ao participante com maior número de tampas coletadas, limpas e entregues à escola: Victor Steinmetz, da Escola São Paulo, recolheu 133.632 unidades ao longo de um período de 4 meses. Ele recebeu um notebook pela contribuição ao projeto.

Inscrições para concurso do IBGE são prorrogadas e Holambra terá 15 vagas

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística prorrogou até o dia 21 de janeiro o prazo de inscrições para processo seletivo voltado à contratação temporária de trabalhadores para a realização do Censo Demográfico 2022. Há 15 vagas disponíveis para atuação em Holambra. As inscrições devem ser realizadas por meio do site <https://conhecimento.fgv.br/concursos/ibgeps21>.

De acordo com o edital, as oportunidades são para pessoas com escolaridade de níveis fundamental e médio. Para o cargo de recenseador



são disponibilizadas 13 vagas e a taxa de inscrição é R\$ 57,50. A remuneração irá variar de acordo com a produção. Há também oportunidades para agente censitário supervisor e agente censitário municipal. Os salários são de R\$ 1.700 e R\$ 2.100, respectivamente. A taxa de inscrição nos dois casos é de R\$ 60,50. As provas es-

tão previstas para 27 de março. Ainda segundo o edital, todas as etapas do Censo 2022, incluindo as provas, treinamentos e a coleta dos dados, seguirão protocolos sanitários de prevenção à Covid-19.

“Esta é mais uma oportunidade para que o holambrense manifeste interesse em participar desta iniciativa que, além de ser importante para o planejamento de políticas públicas e investimentos para o município, gera emprego e renda”, explicou o diretor municipal de Desenvolvimento Econômico e Habitação, Reinaldo Pavão.

Matrículas abertas para o projeto jovens aprendizes do ano de 2022



ABERTAS TAMBÉM INSCRIÇÕES PARA O CURSO DE CORTE E COSTURA

QUEM PODE SE INSCREVER:

- 1- Os jovens com idade entre 14 a 17 anos
- 2- Os Jovens que estejam matriculados em uma Instituição de Ensino Regular.
- 3- Os Jovens residentes no município de Holambra.

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS E OBRIGATORIOS PARA A INSCRIÇÃO:

- 1 Cópia da Certidão de nascimento;
- 1 Cópia do RG ou protocolo;
- 1 Cópia do CPF ou protocolo – do próprio menor;
- 1 Foto 3x4 (recente)
- 1 Declaração de matrícula escolar (original)
- 1 Cópia de um comprovante de residência (conta de energia, de água ou de Telefone), para os casos de residência de aluguel, trazer cópia do Contrato de locação ou declaração do locador.



Al. Maurício de Nassau, 427

Informações: 3802 1400 | 3802 2100

QUER SER ATENDIDO SEM ENTRAR NA FILA?

AGORA VC PODE

Chat sem fila de espera: **solicitou, você é atendido!**

ÁGUAS DE
ae HOLAMBRA

Águas
APP



Meta do ano é priorizar o sono de qualidade

Sono; alegria de poucos, pesadelos de muitos.

Dormir com tranquilidade e qualidade, sentindo-se revitalizada(o) deveria ser o natural do ser humano.

Afinal de contas a principal função do sono é restaurar todas as células, cicatrizar todo o corpo; a fixação da memória e aprendizado depende principalmente da fase REM do sono.

Mas essa não é a realidade da maior parte da população. Mais de 70 milhões de brasileiros sofrem com algum tipo de distúrbios do sono: dificuldade para pegar no sono, insônia, despertares noturno e principalmente; acordada cansado(a), sentir sono durante todo o dia.

Assim o que deveria ser natural torna-se um pesadelo.

Resultado, tentativas ineficazes com medicamentos que causam efeitos colaterais irreversíveis. Café e estimulantes, que no fim, só mascaram a problemática

E ainda pior. Atrapalham a próxima noite e contribuem para uma fórmula que pode ser fatal.

Se você sofre como esse milhões de pessoas, deixa eu lhe contar uma coisa.

Você pode ter mais disposição, melhorar seu humor. Lembrar com muito mais eficiência e rapidez de fatos e memórias.

Saúde plena passa pela

rotina de noites de qualidade.

Sua capacidade de pensar e agir com clareza dependem da noite passada.

Acredite, priorizar o sono deve ser sua maior meta.

Aqui vou deixar dicas importantes, experiente e sinta a diferença.

Mantenha um horário regular para dormir e acordar todos os dias.

Durma no mais escuro possível, se necessidade de alguma luz acesa, que seja da cor vermelha.

Leia um livro de leitura leve, espiritual ou pratique meditação já deitado na cama.

Faça um intervalo de ao menos 2h entre a janta e o momento de se deitar.

Pratique atividade física na luz do sol, de preferência antes do café da manhã.

Ore, peça e imagine seu futuro acontecendo agora, no campo da sua imaginação.

Espero que tenha ótimas noites de sono este ano.

Dr Danilo Pellegrino
Fisioterapeuta Osteopata
crefite 3 120 329



Inscrições abertas do processo seletivo para cadastro reserva de Merendeira

A Prefeitura de Holambra publicou nesta segunda-feira, dia 10 de janeiro, edital de abertura de processo seletivo para cadastro reserva de Merendeira. As inscrições, gratuitas, devem ser feitas até o dia 17 de janeiro no Departamento Municipal de Educação, localizado na Rua Solidagos, 48, no bairro Morada das Flores.

O atendimento é realizado das 8h às 11h e entre 13h e 16h. Será necessário apresentar cópias do RG, do comprovante de residência e informar número de telefone para contato, além de endereço eletrônico e documentos que demonstrem tempo de serviço no cargo de Merendeira, Cozinheira

ou Ajudante de Cozinha.

Segundo o edital, os documentos comprobatórios serão analisados por comissão designada pelo prefeito para esse fim. Ainda de acordo com o documento, podem se inscrever brasileiros que tenham 18 anos ou mais (na data de contratação) com Ensino Fundamental Incompleto. A remuneração é de R\$ 1.386,90, acrescidos de auxílio alimentação no valor de R\$ 270,89. A carga horária é de 44 horas por semana.

A diretora municipal de



Administração e Recursos Humanos, Grassi Gomes, explica que o processo seletivo se faz necessário pois foram esgotadas as convocações de concurso público para estas vagas. Informa ainda que a relação dos candidatos que tiverem a inscrição deferida ou indeferida será divulgada em 18 de janeiro e a classificação final dos candidatos no dia 20 – sempre no Diário Oficial Eletrônico da Prefeitura, em www.holambra.sp.gov.br, onde também encontra-se o edital completo.



unifaj unimax faagroh

Descontos

EXCLUSIVOS

para você ingressar na sua nova carreira

80%

na matrícula*

35%

na mensalidade*

grupounieduk.com.br

Estas condições não se aplica ao curso de Medicina.





Coisas de Holambra...

Por Ivonne de Wit



Os Trajes Típicos Holandeses



Por estes dias eu me deparei com um post que fiz sobre o dia do poeta, onde publiquei um trecho de um poema de Cecília Meireles. Ela viajou para os Países Baixos na primavera de 1951, quando ficou por 2 semanas. Durante sua estadia, e mesmo anos mais tarde, escreveu sobre a arquitetura, os canais, as flores e as pessoas. Na parte III. "Paisagens com figuras", do poema intitulado "Desenhos da Holanda", Cecília descreve os holandeses:

"As toucas de renda,

As pesadas saias franzidas,

Preto, encarnado, azul,

Tarde de domingo na ilha de Marken."

O que me fez lembrar de uma curiosidade: você sabia que as roupas que utilizamos na dança folclórica holandesa, apresentada na Expoflora, são baseadas nos trajes típicos desta região? Pois é! E como eles são compostos?

É importante ressaltar que os Países Baixos possuem 12 províncias e, cada uma, tem suas vestimentas tradicionais. O tipo de vestido mais conhecido, entretanto, considerado o traje nacional, veio justamente do sul da província de



Volendam (ao lado de Marken) e ainda é usado pelas mulheres holandesas para apresentações aos turistas.

As roupas femininas são compostas de blusa, saia, avental e um adorno na cabeça, carinhosamente por nós apelidado de "chapeuzinho". Uma peça bastante característica é conhecida como kraplap, que é uma peça retangular utilizada na parte da frente e de trás do peito. Originalmente, o kraplap pertencia à roupa interior e não despertava a atenção. Em Volendam, o kraplap é coberto por uma blusa e adornado com bordados de flores.

Já as vestimentas masculinas, eram bastante simples: calça, blusa e chapéu. A peça masculina mais famosa é o klepbroek, que, ao invés de zíper, possui uma peça de tecido que serve para tampar a abertura frontal da calça.

Nos pés, os icônicos tamancos finalizam o visual. Feitos em madeira e entalhados à mão, eles eram perfeitos para o solo pantanoso das terras baixas que compunham os campos daquela área. O segredo para usar os tamancos está nas meias de lã, que ajudavam a aquecer os pés e protegem-os do frio nórdico. Por aqui, as meias tem mais a função de amenizar o atrito provocado pela madeira com os pés dos dançarinos. Obviamente, eu jamais chegarei a descrever os holandeses e seus trajes tão bem como fez Cecília Meireles. Por isso, sugiro que você leia a obra "Doze Noturnos da Holanda" e descubra, você mesmo, toda beleza por trás de cada palavra utilizada por ela nesses poemas. #ficaadica

Ivonne de Wit

Quer saber mais dicas e curiosidades sobre Holambra?

Acesse: www.portaldeholambra.com.br

Empresas precisam se reinventar para aumentar o desempenho dos profissionais

O ano de 2021 foi marcado por muitos debates sobre a infelicidade no mercado de trabalho. Um dos temas recorrentes foi a crescente nos casos de Síndrome de Burnout, em pessoas que extrapolavam as horas de trabalho em home office. O transtorno que é causado pelo esgotamento físico e mental, devido a rotina de trabalho exaustiva, é um exemplo de como as empresas precisam se reinventar para não prejudicar os colaboradores e até sua presença no mercado

As empresas devem enxergar a saúde como um investimento e não como uma linha de custo para a empresa. As boas organizações precisam investir no bem-estar dos membros da equipe para evitarem, futuramente, gastarem com doenças causadas pelo sedentarismo e estresse, por exemplo. Isso também permite com que elas diminuam consideravelmente os custos das organizações com plano de saúde, absenteísmo e baixa produtividade. No Brasil, esse movimento vem acontecendo, em que a preocupação com a saúde está cada vez mais consciente e estratégica para as corporações.

Sentir-se bem tem sido um

desafio para muitas pessoas e colaboradores nessa fase de pandemia. As frustrações comprometeram até mesmo a autoestima, já que muitas pessoas não conseguiram realizar os projetos que tinham planejado. Esse aumento nos casos de depressão e ansiedade se deram também por conta das mudanças drásticas na rotina, além de todo o medo e incerteza que vieram junto. As pessoas ficaram com as emoções à flor da pele, o que prejudica o equilíbrio e contribui para um baixo rendimento.

A maioria dos trabalhadores acreditam que seu propósito de vida está conectado com seu trabalho. Mais do que um salário alto e benefícios, os colaboradores querem se sentir uma parte fundamental da empresa. Hoje, vida pessoal e profissional estão interligadas.

As corporações que não se adaptarem vão ser ultrapassadas. As startups são a prova de como esse cenário mudou, ninguém quer mais passar horas sentado no escritório, sem um momento de interação ou com roupas sociais desconfortáveis. As pessoas procuram qualidade de vida, horários flexíveis e experiências novas.

Presenteie com elegância e exclusividade.
Nova loja em Holambra.
Esperamos você!

Gaya Atelier
Av. Rota dos Imigrantes, 430 - Centro
(19) 99956-1086



CAF
Centro Administrativo Furio
CRECI: 30434-J
www.cafcorretora.com.br



Alexa Garcia
Especialista em Imóveis



Comercial - Centro - Holambra
603,86 m2 const. / 1.485 m2 total. Imóvel em fase de reforma. Ótima localização!
R\$ 3.500.000,00 - Venda



Gleba Rural - Alegre - Holambra
Contém 77.205 m2, excelente para produção/construção de estufas. Possui ótima topografia.
R\$ 2.470.560,00 - Venda



Casa - Resid. Flor D'Aldeia - Holambra
186,27 m2 const. / 360,87 m2 total. Em construção, possui 3 quartos sendo 1 suite, churrasqueira, 3 banheiros e 2 vagas de garagem. Condomínio completo com portaria 24 horas.
R\$ 1.100.000,00 - Venda



Terreno - Portal do Sol - Holambra
Terreno à venda, possui 360 m2.
R\$ 270.000,00 - Venda

 Av. Tulipas, 45 - Centro - Holambra/SP

 (19) 3802.3129

 (19) 99323-7073



Atelie Bella Art
Marisa Trippia

Deixe a arte entrar em sua vida!

Pintura sobre tela, aquarela e artesanato em geral - Aulas mensais, quinzenais, avulsas e particulares - Crianças, adultos e idosos.

ESTRADA PALMEIRAS - BAIRRO ALEGRE
(19) 3802.1123 - 9 8248.5666 - marisatrippia@gmail.com



Arte Viva Música

Prof. Liliana Gripp

Graduada em Música e Artes pelo Instituto Musical e Faculdade de Artes de São Paulo
Pós Graduada em Arteterapia-TCC em Música pela FCM Faculdade de Ciências Médicas UNICAMP

Aulas de Piano e Teoria Musical –
Cursos: Iniciante, médio e avançado
– Musicalização Infantil

Av. Rota dos Imigrantes, 425, Galeria Hulshof sala 10, centro, Holambra-SP
(19) 99712-7417



CRECI: 26.229-J

JACARANDÁ
IMÓVEIS
A sua imobiliária em Holambra

(19) 3802-1011
(19) 3802-1012
www.jacarandaimoveis.com.br
Rua Rota dos Imigrantes, 646, Centro Holambra-SP

CASAS À VENDA EM HOLAMBRA

Condomínio Nova Holanda, Sobrado com 03 suítes, sala de estar, sala de jantar, cozinha, espaço gourmet.

Condomínio Palm Park, Casa com 03 dormitórios (01 suite), cozinha planejada, sala, mesanino, churrasqueira, amplo jardim em terreno de 1006m2.

Jardim das Tulipas - com 02 suítes, sala, cozinha planejada, piscina, sistema de reaproveitamento de água da chuva.

Jardim das Tulipas - Casa com 03 dormitórios, banheiro, sala, cozinha, garagem e lavanderia.

Jardim das Tulipas - Casa com 02 dormitórios, banheiro, sala, cozinha, garagem e lavanderia.

Jardim Holanda - Casa com 3 dormitórios (01 suite), sala, cozinha, lavanderia, e garagem.

Jardim Holanda - Casa com 03 dormitórios (01 suite), sala, cozinha, lavanderia, garagem, piscina e jardim.

Jardim Holanda - Casa com 03 suítes, sala, cozinha, lavanderia e garagem amplo jardim.

Pq Res Groot - Sobrado com 03 dormitórios (01 suite), sala, cozinha e espaço gourmet com piscina.

ALUGUEL

Av. Rota dos Imigrantes - Sala Comercial, (seg. andar).

Centro, Casa com 04 dormitórios, sala, cozinha, demais dependências - área comercial.

Centro, Apartamento mobiliado com garagem para 01 carro.

Jd. Holanda - Sala para escritório com recepção e banheiro.

Jd. Holanda - Casa 03 dormitórios, sala, banheiro, cozinha, garagem.

Van den Broek - Casa com 02 dormitórios, sala cozinha e banheiro.

TERRENOS

TERRENO, Chácaras Camanducaia, 1000mt.

TERRENO, Flor D'aldeia.

TERRENO, Girassóis de Holanda, 980mt.

TERRENO, Palm Park Holambra e Estiva Gerbi.

TERRENO, Pq Res Imigrantes, residencial e comercial.



INVESTIMENTO IMOBILIÁRIO

CONTE COM O ESPECIALISTA EM VENDAS DE IMÓVEIS EM HOLAMBRA

WWW.FLORESDEHOLAMBRAIMOVEIS.COM.BR 19 9.9205.6964

CORRETOR DE IMÓVEIS | ROBSON KLEIN GUNNEWIEK VISCONDE | CRECI 98.909-F



FLORES DE HOLAMBRA IMÓVEIS

CRECI 27489-J

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

Conforme o previsto no Título III, Capítulo I, Seção I – ASSEMBLÉIAS GERAIS - do Estatuto Social da Associação Núcleo de Artesãos de Holambra – NAH, a Presidente da Diretoria Executiva da mesma convoca seus associados para participarem da Assembleia Geral Ordinária a ser realizada no próximo dia 31 de janeiro de 2022 às 14:00 h, em primeira convocação, com a maioria dos associados, ou em segunda convocação às 14:30 h com a presença de qualquer número de associados, na Associação Comercial de Holambra -ACE, à Avenida das tulipas, 103, para a deliberação da seguinte Ordem do Dia:

1. Prestação de contas e aprovação do Balanço anual do ano de 2021;
2. Eleição Diretoria para biênio 2022/2024;
3. Planejamento para 2022;
4. Outros assuntos de interesse dos associados.

Número de associados com direito a voto: 21(vinte e um).

Holambra, 14 de janeiro de 2022.

Izabel S Modesto
Presidente



Cartório de Holambra Daniel de Araújo Corrêa
Oficial / Tabelião
Registro Civil das Pessoas Naturais e Tabelião de Notas do Município de Holambra da Comarca de Artur Nogueira-SP

EDITAL DE PROCLAMAS

Nº 1296

Faço saber que pretendem casar-se e apresentaram os documentos exigidos pelo art. 1525, números 1, 3 e 4, do Código Civil Brasileiro:

DIOGO TEIXEIRA DA SILVA, nacionalidade brasileira, estado civil solteiro, profissão assistente administrativo, nascido em Cosmópolis-SP, (registrado em Artur Nogueira-SP) no dia dezanove de novembro de dois mil e um (19/11/2001), residente e domiciliado na Rua Stapelbroek, 219, Parque Residencial dos Imigrantes, Holambra, SP, CEP: 13825000, filho de ORLANDO MITTANCK DA SILVA e de MARIA LUIZA TEIXEIRA.

LORENA COVIELLO KANSLER CARVALHO, nacionalidade brasileira, estado civil solteira, profissão auxiliar administrativo, nascida em Santo André-SP, (registrada no 2º Subdistrito), no dia dezesesseis de janeiro de dois mil e um (16/01/2001), residente e domiciliada na Rua Miltenburg, 502, Parque Residencial dos Imigrantes, Holambra, SP, CEP: 13825000, filha de WILTON KANSLER CARVALHO e de RAQUEL COVIELLO CARVALHO.

Se alguém souber de algum impedimento, oponha-o na forma da lei.

Lavro o presente para ser afixado em cartório e publicado na imprensa local.

Holambra - SP, 11 de janeiro de 2022

• DIVERSOS •

Holnet
Telecomunicações
Internet via fibra óptica e rádio
(19)3802-1857 | www.holnet.net.br

• EMPREGOS •

• RECEPCIONISTA •

- atendimento a clientes, pessoalmente, por telefone e redes sociais
- rotinas administrativas
- organização de documentos

REQUISITOS:

- comunicação e boa dicção
- organização
- escolaridade: cursando superior
- bom conhecimento em Pacote Office
- conhecimento de redes sociais
- condução própria

BENEFÍCIOS:

- vale alimentação
- ajuda de custo transporte

de terça a sábado

Interessadas enviar currículo:
contato@jcholambra.com.br com a sigla: Recepcionista

• DIVERSOS •

CLASSIFICADOS

Tratamento dos Pés: Para cuidar dos pés e unhas com mico-se, calosidade, verruga plantar (olho de peixe), unha encravada com correção "clip system". Dorien Podóloga. Telefone: (19)3802-1079 / 99291-8296.

Aulas de pintura em tela: Professora Neusa Cardoso. Para iniciantes e avançados. Óleo sobre tela, acrílico e misto. Pintura acadêmica, texturas e novas tendências. Técnica profissional de ampliação. Ligue e venha fazer uma aula experimental. Terças e quintas das 14h às 16h30 e quartas das 19h às 21h30. Telefone (19)3802-1591 / 99782-6972.

VENDO - Vasilhame Retornável de Coca Cola R\$ 1,00 cada. 988352244 ligue!!!!



JEFFERSON
ESTUFAS AGRÍCOLAS
CNPJ 16.724.864/0001-96

Montagem e
Manutenção de estufa
metálica e madeira –
Lavagem de plástico



9 9695-1108

9 9324-0632

COZINHEIRO(A) AJUDANTE DE COZINHA



PARA O PERÍODO NOTURNO

Interessados entregar currículo na
Rua Primavera, 1441 - Holambra

Silva
Construtora de Veículos e Transportes
Rua do Brasil

Contrata
Motorista Categoria D
Enviar currículo para Rua Dallas, 699
Jd. Tulipa - Holambra - (19) 99103-8482



- Abertura e alterações de empresa
- Consultoria tributária, fiscal e trabalhista
- Planejamento tributário e gestão de empresas
- Serviço de contabilidade para empresas e produtores rurais em geral

Rua Rota dos Imigrantes, 485 - Sls.102 e 103

(19) 99122.8229 Andrea | (19) 99292.5989 Oduvaldo

andrea@oppcontabilidade.com.br | oduvaldo@oppcontabilidade.com.br

**Oduvaldo, há mais de
20 anos prestando
serviços contábeis
e assessoramento
empresarial para
Holambra e Região**



Fique Ligado

Só para cozinheiros amadores

As inscrições para temporada 2022 do MasterChef Brasil estão abertas. Os cozinheiros amadores interessados em participar da competição culinária deverão preencher um formulário no site da emissora. Para concorrer a uma vaga na atração, os participantes precisam ser maiores de 18 anos e não podem ter prestado serviços profissionais como cozinheiros. Também não serão aceitas inscrições de pessoas já tenham curso superior em Gastronomia ou sejam estudantes da área. As gravações estão previstas para acontecer no primeiro semestre. Corra e garanta sua participação.



por **Izildinha Pili**

Vem aí Faustão na Band



O filho mais velho de Fausto Silva, o João Guilherme, publicou a sua primeira foto ao lado do pai como um dos apresentadores do programa "Faustão na Band". O rapaz vai dividir o espaço da nova atração com o pai e com a jornalista Anne Lottermann. Na legenda da foto publicada no Instagram, João Guilherme declarou que estar na TV trata-se de um sonho de criança. "Tenho 18 anos. Começo o ano novo podendo realizar um sonho que sempre tive. Desde moleque quis trabalhar com TV, agora é o momento, estou superanimado", declarou o primogênito. "Faustão na Band" tem estreia prevista para o dia 17 de janeiro, e irá ao ar de segunda a sexta-feira, às 20h30. Será que vai ter fôlego esse programa diário? Tomara que sim.

De volta à emissora carioca



Mais um artista que a TV Record perde para a Globo. Sim, a japonesa Sabrina Sato. Ela ficou em sexto lugar na temporada do BBB 2003 (Globo), mas sua participação no reality garantiu-lhe uma vida de sucessos. O GShow confirmou a contratação da apresentadora, que vai estreiar na emissora em abril, comandando o reality show *Desapegue se for Capaz*, exibido no GNT. Segundo o GShow, a proposta da atração é promover a transformação na vida dos participantes através da reorganização das casas onde moram, unindo decoração, arrumação e sustentabilidade.

"Sempre falo muito da minha inquietude artística. Abrir espaço para novas experiências e descobrir outras possibilidades em nossas vidas é enriquecedor. Quando fui convidada pelo GNT para apresentar o 'Desapegue se for Capaz', me senti muito honrada em fazer parte de um canal múltiplo, que sempre nos propõe ótimas reflexões sobre o comportamento humano. Vai ser um novo desafio na minha carreira, em uma casa que inspira a gente", contou Sabrina.

Adeus, Batoré.



Morreu na segunda-feira (10), aos 61 anos, o humorista Batoré, cujo nome verdadeiro era Ivanildo Gomes Nogueira, em decorrência de complicações causadas por um câncer. Ele criou os famosos bordões "ah, para, ô!" e "você acha que é bonito ser feio?". Batoré nasceu em Serra Talhada, em Pernambuco, e se mudou para São Paulo ainda criança. Ele integrou o elenco do programa "A Praça é Nossa", do SBT. Em 2016, foi contratado pela Rede Globo para atuar na novela "Velho Chico" e na série Cine Hólliudy, fez humorísticos na RecordTV e participou da série Os Exterminadores do Além, ao lado de Danilo Gentili, veiculado pelo SBT em 2021, tendo sido este seu último trabalho na TV.

Tem show de Isabella Taviani

A cantora Isabella Taviani leva sua voz potente e interpretação inconfundível para o palco do Tom Brasil, na zona sul de São Paulo, dia 15 de janeiro, às 22h30. A artista fluminense apresentará canções de seu trabalho mais recente, o CD "A Máquina do Tempo", acompanhada de sua banda, com a direção musical de Marco Brito. No repertório da noite, as faixas do citado álbum e seus sucessos conhecidos como "Luxúria", "Canção Que Faltava", "De Qualquer Maneira", "Último Grão" e "Estrategista", entre outros. Tudo isso em meio a um cenário com conceito psicodélico retrô-contemporâneo. Estou indo para conferir o show da cantora. Bora lá.



Como cuidar das plantas no período de férias

Técnicas simples garantem plantas saudáveis enquanto o morador estiver fora



Tradicionalmente reconhecido por representar um período de férias e descanso, o mês de janeiro abriga programações de viagens, passeios e longos períodos fora de casa. Além de cuidar de toda a programação relacionada às atividades previstas, as “mamães” e os “papais” de plantas também precisam pensar em como mantê-las saudáveis nesse período.

A técnica mais usada é a da garrafa pet. Se sua viagem for de final de semana, uma garrafa de 500ml deve bastar, porém para até 1 semana, a indicada é a garrafa de 2 litros; já se a viagem for mais

longa, é melhor buscar outra técnica, como os gotejadores, que funcionam por até 15 dias. Para utilizar essa técnica basta encher a garrafa pet com água, fazer um pequeno furo na tampa e enfiar na terra até que ela possa ficar em pé sozinha. Para retirar a pressão do ar, faça de 1 a 3 furinhos pequenos no fundo da garrafa. Uma dica importante, é nunca colocar a garrafa na terra muito molhada ou muito seca, o ideal é fazer no dia da rega, geralmente 1 a 2 dias após a última rega, de acordo com o habitual, para que a terra que acessa a tampa não impeça a saída de

água e assim ela seja liberada aos poucos de acordo com a necessidade da planta.

Outro método caseiro, porém que funciona apenas para plantas menores é do cadarço de algodão; e há duas maneiras de se fazer. Primeiro, se o seu vaso for daqueles que possui furinhos no fundo para escoamento, passe um cadarço ou linha grossa de algodão pelos furinhos e deixe as pontas caídas pra baixo. Coloque o vaso da flor sobre uma vasilha cheia de água e coloque as pontas do cadarço que estavam pra baixo dentro da água do recipiente, assim a planta vai “su-

gar” a água através do cadarço sempre que precisar. Ou, você pode enfiar a ponta do cadarço mais fundo na terra do vaso (é bom colocar alguma coisa para prendê-lo na terra, como um pregador ou palito), e a outra ponta dentro de uma garrafa pet cheia de água (preferencialmente por um buraco na tampa da garrafa, evitando rápida evaporação do líquido).

Existe ainda a utilização de serragem, esfagno ou musgos molhados nos vasos. Isso ajuda a reter a água e manter a planta úmida por alguns dias. É importante observar também o ambien-

te da casa que vai abrigar as plantas enquanto o morador estiver fora. Plantas que não podem tomar muito sol, por exemplo, podem ficar dentro de casa, em espaços com menor claridade. Reunir espécies com necessidades semelhantes no mesmo espaço também colabora para deixar o ambiente com maior umidade.

O uso dessas técnicas simples ajudam a garantir que as plantas permaneçam saudáveis e tranquilizam seus “tutores” nesse período de ausência, para que possam relaxar e aproveitar as tão desejadas férias!

Igreja Pentecostal do Evangelho Pleno

Rua Acalifa, 117, B. Groot – Dias de culto: Sábado e Domingo – Horário: 19:30hs

RECEBA, GRATUITAMENTE, O SEU JC, POR WHATSAPP.

MANDE UM WHATSAPP

COM SEU NOME DIZENDO:

EU QUERO

(19) 98835 2244

CENTRO ESPÍRITA

semente de luz

Viver é um aprendizado constante. Unge-te de humildade para que o personalismo não te faça crer infalível, mas revista-te de coragem para que o desalento não te iniba a capacidade criadora.

Passo presencial às 3ª feiras

19h30 para as crianças – 20h para os adultos

Rua Lazinho Fogaça, 151 - Centro - Holambra