



Conhece a coxinha de costela? Está de volta ao Outback e pode ser entregue em casa

Página 4



Obra de piscinão em frente ao TCM vai causar interdição parcial da Avenida Rubem Berta

Página 4

Jornal

S.PAULO ZONA SUL

Telefone/WhatsApp: (11) 5072-2020

12 DE MARÇO DE 2021 - ANO 61 - Nº 3.015

www.jornalzonasul.com.br

Restrições ao comércio aumentam



A recente Fase Vermelha não deu os resultados esperados - diferente da primeira quarentena no Estado, muitos estabelecimentos comerciais abriram para entrega de produtos, escritórios convocaram seus funcionários e o resultado foi grande circulação de pessoas e transporte público lotados. Agora, o Governo do Estado implantou a "Fase Emergencial", com o objetivo de tirar das ruas 4 milhões de pessoas. Estão suspensos eventos esportivos (como o Campeonato Paulista de Futebol), missas e cultos. Lojas de material de construção devem fechar e há toque de recolher a partir das 20h. Entrega de produtos em loais e restaurantes está proibida. **PÁGINA 6**

NOTEBOOK LENTO?
PRÉ-ORÇAMENTO POR TELEFONE
 REDES • LIMPEZA DE VIRUS
 INTERNET • NOTEBOOKS • IMPRESSORAS
 SUZUKI *micro* Informática
99598-8489
 Telefone e WhatsApp
2894-4147
 Telefone

Monarca Express
 Agilidade e Rapidez
SERVIÇOS DE MOTOFRETE
 Tels.: **5677-8686**
5677-8687
 Cels.: **96860-7603**
97358-8716
 MONARCAEXPRESS@OUTLOOK.COM

ultrafarma
 POPULAR
UNIDADE PARAÍSO
 Rua Abílio Soares, 850
 Paraíso - São Paulo - SP
 ☎ **11 5555-8659**
 Veja ofertas na página 6
CONSULTE O FARMACÊUTICO

Audiência pública da Câmara vai discutir ciclofaixa Luís Góis

Embora a CET tenha dito que a ciclofaixa Luís Góis estava em processo de instalação, o vereador Aurélio Nomura alega que a obra, na verdade, está suspensa porque será promovida uma audiência pública para discutir o impacto potencial na atividade comercial local. Na internet, há dois abaixo-assinados sobre o tema: um favorável, com duas mil assinaturas, outro contrário, com mil participações. A audiência acontece na segunda, 15, das 17h às 20h. **PÁGINA 3**

CERTIFICADO DIGITAL

Compre ou renove seu certificado com a gente!

PROMOÇÃO 15% OFF

OPÇÕES DE EMISSÃO

- ✓ Vídeo conferência
- ✓ Delivery
- ✓ No posto emissor mais próximo

PAGUE EM 12X S/JUROS OU EM BOLETO PARA 15 DIAS (PROMOÇÃO VÁLIDA PARA TODOS OS MODELOS E POR TEMPO LIMITADO)

ATENÇÃO CONTADORES! Seja um parceiro indicador

- Atendimento de qualidade para seu cliente.
- Remuneração para seu escritório.

essencial
 CERTIFICADORA DIGITAL

RUA DOS BURITIS, 90 - LOJA 36 - METRÔ JABAQUARA, SÃO PAULO - SP ESTACIONAMENTO NO LOCAL

(11) 99848-8442 contato@essencialcertificado.com.br

SABOR ORIENTAL

Promoção
Combo 25 peças salmão + porção hot roll grátis = 49,90!

SEGUNDA A QUINTA DAS 11H ÀS 23H
 SEXTA E SÁBADO DAS 11H À 00H
 DOMINGO DAS 12H ÀS 23H

(11) 5589-4638

MEIO AMBIENTE

Participe mais da coleta seletiva

Quando se fala em preservar o meio ambiente, muita gente se lembra e destaca a importância da reciclagem dos resíduos sólidos.

Mas, na prática, embora a coleta seletiva venha crescendo nos últimos anos, ainda é preciso evoluir muito nessa ação.

No Brasil, onde são geradas cerca de 78 milhões de toneladas por ano de resíduos - ou seja, o equivalente a cinco maracanãs lotados de lixo - apenas entre 3% e 4% são reciclados. Na capital paulista, com muito trabalho de educação ambiental, investimento, com ampla rede de catadores e duas centrais mecanizadas de triagem de recicláveis, esse índice atinge quase o dobro da média nacional, mas ainda assim 7% representam um volume muito pequeno diante do que poderia ser feito.

Importante apontar: não apenas estamos destruindo mais o meio ambiente ao não reciclar - seja pela falta de espaço e verba gasta com todo esse descarte diário ou pela produção de novos itens que representam extração e degradação da natureza - mas também pelo que deixamos de ganhar.

Projeções feitas pela Abrelpe - Associação Brasileira pela Reciclagem de Resíduos - indica que o Brasil deixa de lucrar R\$ 14 bilhões por ano ao não reaproveitar os resíduos para reciclagem.

Mas, o que cada um de nós pode fazer para contribuir e mudar esse cenário?

Separar corretamente

É tão simples separar o material para a coleta seletiva,

mas parece que muita gente ainda não entendeu como funciona.

Basta separar plástico, metal, papel e vidro limpos e secos em um saco. Depois, feche bem essa embalagem e coloque no dia e horário corretos - é preciso ficar atento para não colocar os resíduos comuns no dia da coleta seletiva e vice-versa.

Se tiver dúvida, lembre-se: basta acessar o site <https://www.ecourbis.com.br/coleta/index.html>. Ali, uma ferramenta bem simples permite que se confira a data e horário em que a coleta seletiva acontece em sua rua - basta inserir o CEP. O site informa também data e horário da coleta tradicional de resíduos comuns.

A concessionária Ecourbis é a responsável pela coleta e destinação final de resíduos nas zonas sul e leste de São Paulo.

Nunca misture

Boa parte do material que separamos cuidadosamente em nossas casas pode se perder e nunca chegar a ser reciclado porque foi contaminado pelo "lixo comum" que outras pessoas da vizinhança encaminharam no dia da coleta seletiva.

Há pessoas que não se atentam ao dia correto da coleta seletiva e dispõem o saco de resíduos comum na rua. Vale destacar que é sempre importante estar atento às datas de coleta - eventualmente, há mudanças de data na prestação do serviço e isso pode prejudicar a separação dos recicláveis.

Contaminação

Também é fundamental saber o que não se deve colocar entre os materiais recicláveis para não contaminar os itens

que podem ser transformados e ganhar nova vida no ciclo econômico.

Ainda é comum, infelizmente, encontrar junto ao material reciclável itens como máscaras descartáveis, fraldas e absorventes usados, caixas de pizza engordurada, papel higiênico/sujo de banheiro, espetos de churrasco, remédio, fezes de animais...

Enxágue

O material reciclável vai passar por um processo industrial em que será lavado e triturado até se transformar em nova matéria prima a ser usada em produtos dos mais diversos tipos.

Mas, ainda assim, não custa dar uma "enxaguada" na caixinha de leite ou de suco antes de acondicioná-la no saco de recicláveis. O mesmo vale para garrafas pet de refrigerantes ou óleo, latas de molho de tomate ou leite condensado, entre tantos outros exemplos.

Lembre-se que esse material será separado por catadores e ficará por alguns dias em galpões. Esse enxágue evita o mal cheiro e a atração de moscas e outros vetores, contribuindo para a saúde dos catadores e um bom ambiente de trabalho.

Material perfurocortante

Outra preocupação tem que ser com o material que provoca cortes em coletores ou catadores - e isso vale tanto para o dia da coleta comum de resíduos quanto para a seletiva.

Vidros quebrados e lâminas devem ser colados dentro de outras embalagens que os protejam. Coloque um copo quebrado, por exemplo, dentro de garrafas pet vazias ou potes de plástico com tampa.



EMBORA A TAREFA SEJA SIMPLES, MUITA GENTE AINDA MISTURA RESÍDUOS COMUNS E CONTAMINA RECICLÁVEIS DESTINADOS À COLETA SELETIVA. SAIBA COMO EVITAR OS ERROS MAIS COMUNS

Mas, atenção: seringas usadas e agulhas não são recicláveis. Todo resíduo de saúde deve ser deixado em postos de saúde, consultórios ou levados a algumas farmácias que aceitam esse tipo de rejeito.

Também é interessante lembrar que alguns itens sequer são recicláveis, como vidros de janela, espetos de churrasco, cerâmica e objetos de acrílico que, quando quebram, também podem ficar pontiagudos.

Horário

Ficar atento ao horário da coleta é fundamental não somente para que não se confunda o dia da coleta tradicional ou seletiva, mas também porque a colocação dos resíduos no dia e momento certo são atitudes que evitam que sejam levados pela chuva, atraiam animais que rasgam os sacos ou provoquem a proliferação de vetores de doenças, como ratos e mosquitos.

Acondicione sempre seus resíduos em embalagens resistentes e lembre-se que o tráfego e as condições climáticas

podem gerar atrasos de duas ou três horas na coleta. Assim, o ideal é deixar os resíduos em frente de casa até uma hora antes da passagem do caminhão.

Se perder o dia/horário da coleta seletiva, procure em seu bairro por Pontos de Entrega Voluntária e Contêineres deixados pela concessionária Ecourbis e que facilitam deixar o material a qualquer momento. Reforçando: só recicláveis, material seco e limpo.

Divulgue

Quem se engaja na coleta seletiva já tem um hábito em casa de separar aqueles itens que podem ou não ir para a reciclagem.

Mas, sabe também que, no dia da coleta seletiva, muitos dos vizinhos não contribuem.

Converse com vizinhos, divulgue em redes sociais, estimule os participantes de seus grupos de mensagens para que separem esse material, apontando como é simples e importante.

Há relatos de pessoas que moram em condomínio e

precisam levar os recicláveis até o contêiner específico, no subsolo do prédio, mas acham "trabalhoso demais". Mas se concentrar e levar apenas uma vez por semana é tão difícil assim? Delegue essa tarefa aos jovens da casa, por exemplo.

Especialistas apontam que o engajamento na coleta seletiva é fundamental para que as pessoas passem a perceber como a questão da geração de resíduos é urgente de ser discutida em sociedade e leva a uma consciência ampla sobre a necessidade de promover o consumo consciente.

Ao separar recicláveis em casa, fica perceptível a quantidade de itens desprezados depois de um uso muito breve - como as embalagens que apenas servem para trazer produtos do supermercado até em casa ou os descartáveis usados por poucos segundos, como canudos, mexedores de bebidas ou qualquer item de plástico descartável. E como reduzir a geração de resíduos é urgente.

DESPERDÍCIO

Relatório da ONU aponta alto desperdício de alimentos no mundo

Cerca de 931 milhões de toneladas de alimentos - 17% do total disponível aos consumidores em 2019 - foram para o lixo de residências, do comércio varejista, de restaurantes e de outros serviços alimentares, segundo pesquisa da Organização das Nações Unidas (ONU). O montante equivale a 23 milhões de caminhões de 40 toneladas carregados, o que, segundo a entidade, seria suficiente para circundar a Terra sete vezes.

O Índice de Desperdício de Alimentos 2021, do Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (Pnuma) e da organização parceira WRAP, do Reino Unido, divulgado no início desse mês de março, analisa sobras alimentares em pontos

de venda, restaurantes e residências - considerando partes comestíveis e não comestíveis, como ossos e conchas.

Vale destacar que esse desperdício, além de representar um absurdo por conta da quantidade de pessoas passando fome pelo planeta, ainda significa que milhões de litros de água foram desperdiçados para produzir esses alimentos. E que os resíduos ainda vão ocupar imensos espaços em aterros sanitários ou - muito pior - em lixões por todo o mundo.

Foram observadas, ao todo, 152 unidades em 54 países. De acordo com o documento, o desperdício de alimentos é um problema global e não apenas de países desenvolvidos.

As perdas de alimentos foram substanciais em quase todas as nações onde o desperdício foi medido, independentemente do nível de renda.

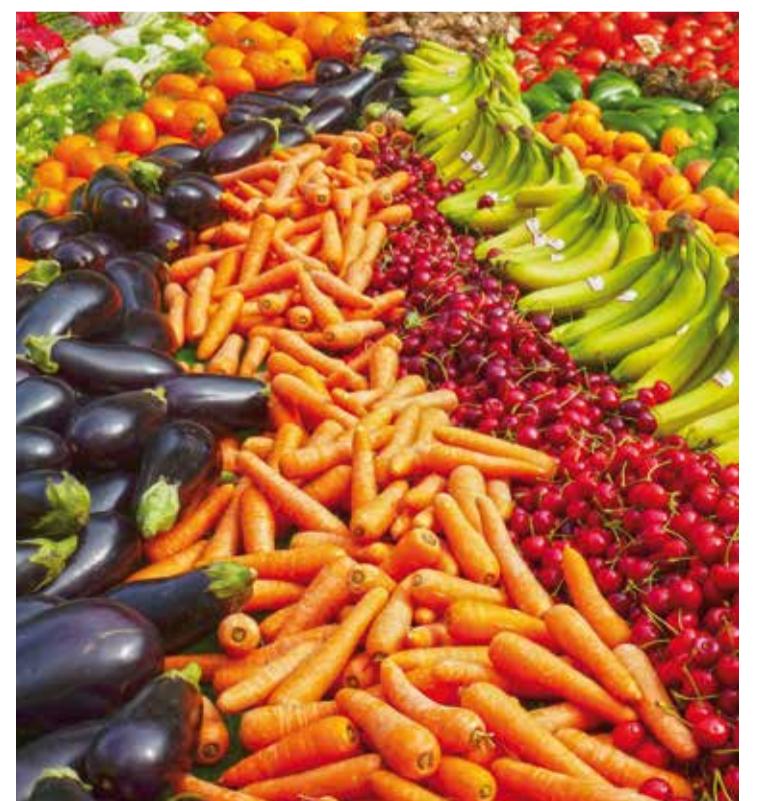
A maior parte desse desperdício, segundo o relatório, tem origem em residências - 11% do total de alimentos disponíveis para consumo são descartados nos lares. Já os serviços alimentares e os estabelecimentos de varejo desperdiçam 5% e 2%, respectivamente.

Em termos globais per capita, 121 quilos de alimentos são desperdiçados por consumidor a cada ano. Desse total, 74 quilos são descartados no ambiente doméstico. O desperdício tem impactos ambientais, sociais e econômicos significativos, assi-

nala o relatório. Entre 8% e 10% das emissões globais de gases de efeito estufa, por exemplo, estão associadas a alimentos não consumidos, considerando as perdas em toda a cadeia alimentar.

Segundo a ONU, o total de 690 milhões de pessoas afetadas pela fome ao longo de 2019 deverá crescer de maneira acentuada por conta da pandemia de covid-19. Além dessa parcela da população global, existem também, de acordo com a entidade, 3 bilhões de pessoas incapazes de custear uma dieta saudável.

Uma das sugestões apontadas no relatório é a prevenção do desperdício de alimentos como uma área primária a ser incluída nas estratégias de recuperação da covid-19.



Participe, discuta, reflita. Esta página é toda sua!

Quinzenalmente, o Jornal SP Zona Sul trará neste espaço debates e informações sobre preservação e consciência ambiental em meio urbano, com especial ênfase à questão da destinação final de resíduos. Esta página conta com o apoio da EcoUrbis Ambiental S/A, concessionária pública responsável pela coleta, transporte e destinação final de resíduos domiciliares e de saúde na Área Sudeste da capital paulista, que abrange 19 das 32 Subprefeituras, e o objetivo é contribuir para ampliar cada vez mais a conscientização e educação ambiental da população. Envie suas sugestões de pauta para educacaoambiental@jornalzonasul.com.br.

ECO URBIS

Amlurb
Autoridade Municipal de Limpeza Urbana



PREFEITURA DE SÃO PAULO
SUBPREFEITURAS

• TRÂNSITO

Câmara promove audiência pública para debater ciclofaixa Luís Góis

A Prefeitura promoveu diversos debates sobre a implantação de ciclofaixas e ciclovias na cidade. O plano foi aprovado e agora muitas delas estão em implantação - mas, na hora em que veem a sinalização sendo instalada, muitos reclamam e acusam "falta de planejamento". Já os defensores da ciclofaixa estão estranhando a paralisação da sinalização e falam em desrespeito aos debates já realizados e visão conservadora que privilegia automóveis.

Um dos alvos da polêmica, como mostrou o jornal SP Zona Sul há algumas semanas, é a nova ciclofaixa da Rua Luís Góis, que começou a ser implantada e deveria se estender por toda a via. Agora, a Comissão de Política Urbana, Metropolitana e Meio Ambiente, atendendo ao requerimento do vereador Aurélio Nomura, vai promover uma audiência pública para discutir o tema.

A audiência acontece online na próxima segunda, 15, em função da pandemia e seguindo a determinação da Câmara Municipal e todos estão convidados a participar.

A ciclofaixa da Luís Góis foi projetada para se estender por toda extensão da via, da Avenida Rubem Berta (Corredor Norte-Sul) até a Avenida Ricardo Jafet, na Vila Gumercindo.

O vereador alega que solicitou a audiência por ter sido procurado por vários representantes da região que acreditam que serão prejudicados pela obra. "Achei muito justa a reclamação e por isso solicitei essa audiência pública. Também encaminhei um



ofício à Secretaria Municipal de Mobilidade e Transporte acompanhado por uma abaixo-assinado com quase duas mil assinaturas, pedindo a retirada da ciclofaixa. Outras mil manifestações contrárias foram assinadas na plataforma Change.org", completa o vereador. O abaixo assinado contrário à ciclofaixa está em <http://chng.it/HfNnKV6k>.

Por outro lado, há também uma mobilização favorável à ciclofaixa. Na mesma plataforma change.org, outras duas mil assinaturas defendem que a ciclovia seja concluída. Está em <http://www.change.org/CicloviasNaLuísGóis>.

Procurada pelo jornal SP Zona Sul, a Companhia de Engenharia de Tráfego havia informado apenas que a ciclofaixa estava confirmada e que o atraso se explica por estarem sendo implantadas diversas outras similares em diversos pontos da cidade.

Já o vereador alega que a implantação no momento está suspensa em função da audiência pública que solicitou e que por isso foi feita apenas a pintura da primeira faixa

(branca) e a colocação de placas proibindo a parada.

De acordo com o vereador, o abaixo-assinado contrário à proposta foi criado por Rosângela Olivieri. "O ponto negativo será o impacto que causará no comércio local, que já foi severamente afetado pela pandemia. Os comerciantes dependem desse espaço para que os clientes acessem seus estabelecimentos. De forma alguma somos contra as ciclofaixas, porém a Rua Luís Góis é estreita em comparação com as suas paralelas e por isso sugerimos que seja feito um novo estudo para mudar o local da ciclofaixa", declarou.

"Não somos contra as ciclofaixas, mas é preciso estudar melhor onde implantá-las. A Luís Góis é uma rua estreita com vários tipos de comércio e de serviços e é frequentada por um grande número de pessoas idosas. Com a ciclofaixa certamente esse público não conseguirá ir aos locais em que estão acostumados, pois muitos têm problema de mobilidade e não terão onde estacionar", defende Nomura. Já os defensores da nova

ciclofaixa argumentam que já é difícil estacionar pela região, em especial na própria Luís Góis. "Ciclofaixas beneficiam os comerciantes pois aumentam a quantidade de pessoas passando na via, pois são mais clientes potenciais", aponta o ciclotivista Thomas Wang.

A moradora Joana Imparato também só vê benefícios e destaca a segurança - inclusive para crianças e adolescentes, além dos trabalhadores que, cada vez mais, têm recorrido à bicicleta para transitar e efetuar entregas. "O uso da bicicleta aumenta quando há segurança no trajeto. Vamos tentar emancipar nossa cidade para primeiro mundo? Seria maravilhoso, não? Em cidades de primeiro mundo, todos têm segurança. Pedestres, ciclistas, motoristas", aponta. "Ciclovias e ciclofaixas trazem mais segurança para todo trânsito.

Anote

Dia 15/03 - segunda-feira, das 17h às 20h

Para assistir: Transmissão ao vivo pelo portal da Câmara Municipal de São Paulo/Auditórios Online:

www.saopaulo.sp.leg.br/transparencia/auditorios-online

Youtube: www.youtube.com/camarasaopaulo

Para participar: encaminhe sua manifestação por escrito ou inscreva-se para participar ao vivo por videoconferência: www.saopaulo.sp.leg.br/audienciapublicavirtual/inscricoes/

Mais informações: urb@saopaulo.sp.leg.br

RENDA EXTRA!!!

REVENDEDOR(A)
INDEPENDENTE

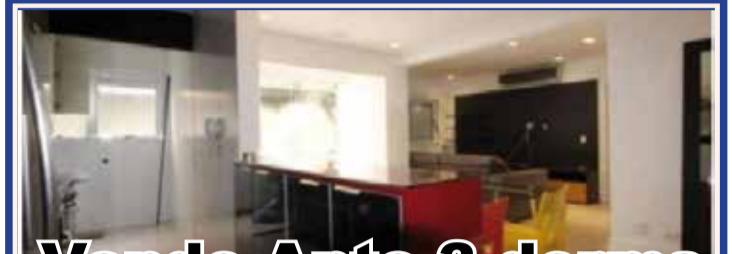
GANHE DE
R\$ 2.000 A R\$ 8.000

REVENDEDOR PRODUTOS ORGÂNICOS
LIOFILIZADOS NAS HORAS VAGAS PARA
OS AMIGOS E PELAS REDES SOCIAIS

SEJA REVENDEDOR
(AUTÔNOMO INDEPENDENTE)

INFORMAÇÕES:

9.6313-8187 2275-7304



Vendo Apto 3 dorms Choice Panamby

Morumbi - Preço Baixo - Venda Rápida

Apto mobiliado no PANAMBY, próx. Portal, Colégio Porto Seguro e Parque Burtel Marx, c/ 73m² + depósito no subsolo c/ 7m² e 2 vagas cobertas. São 2 dorms c/ uma suíte (originalmente eram 3 dorms), Sl estar, sala de jantar, cozinha aberta, área de serviço, bar, 1 wc e sacada integrada à sala de jantar. Sistema de so e ar condicionado. Lazer completo. Condomínio: R\$ 870

(11) 9 8277-5269

Com Fábio

S.PAULO ZONA SUL

Fundado em 17 de julho de 1960

Editado por Jornal São Paulo Zona Sul Ltda.

PABX: (11) 5072-2020
WhatsApp: (11) 5072-2020;

CNPJ 48.552.178/0001-71
CCM 8.713-704-6

DIRETOR ADMINISTRATIVO
Wagner Luiz D'Angelo

Jornalista Responsável
Ana Maria Fuster Coluccio
MTB 23.403

Distribuído gratuitamente
às sextas feiras em dezenas de
bairros dos distritos oficiais de
Saúde, Jabaquara, Vila Mariana,
Cursino e Ipiranga.

Distribuição também da edição
eletrônica em meios digitais.

O jornal S. Paulo Zona Sul não
admite a publicação total ou
parcial de suas matérias, para
qualquer fim, sem prévia
autorização documentada.

As matérias assinadas e / ou
em quadro caracterizam artigos
ou publicidade, e não
necessariamente expressam
a opinião deste jornal

Impressão: Gráfica OESP

Site: jornalzonasul.com.br
email: falecom@jornalzonasul.com.br
Redes sociais:
facebook.com/jornalzonasul
instagram.com/jornalzonasul
twitter: @spzonasul

Momento de planejar...

Que tal aproveitar esse momento para planejar mudanças, novidades? Que tal cuidar da saúde dos cabelos, dos pés, da pele, das sobrancelhas?

Um visual renovado, uma nova coloração nos cabelos, um corte moderno...

Durante a Fase Vermelha, estamos à disposição para dicas e orientações de beleza, Mande seu recado e deixe já agendado um horário para encarar o outono com energia renovada!



@cutcolorh



@cutscolor

CUT & COLOR
man • woman

R. Caramuru, 431
Praça da Árvore
Ligue: 2640-3660

• URBANISMO

Obras vão interditar trecho da Avenida Rubem Berta

As tão prometidas obras para construir um piscinão e readequar a bacia dos córregos Éguas e Paraguai começaram em setembro do ano passado. A região sofre com enchentes há décadas, inundando a região em frente ao Tribunal de Contas do Município, na divisa entre Vila Clementino e Moema.

Agora, as obras vão avançar e a Prefeitura informou que vai interditar o trânsito na área.

A Companhia de Engenharia de Tráfego (CET) vai monitorar o trânsito na Avenida Rubem Berta, que será interditada na pista lateral, sentido bairro, entre a Praça Juca Mulato e Avenida Onze de Junho, na Vila Clementino, Zona Sul da cidade, a partir das 7h de sábado (13), para obras de construção de piscinão pela Secretaria de Infraestrutura Urbana e Obras, com



duração prevista de 18 meses.

Alternativas

- Os veículos oriundos da Avenida Professor Ascendino Reis, com destino à Avenida José Maria Whitaker, deverão prosseguir à direita a partir da Praça Juca Mulato, seguir à esquerda na Haberbeck Brandão e à direita na Avenida Rubem Berta, retornando ao trajeto original.

A Engenharia de Campo da

CET vai monitorar a interdição e orientar o tráfego na região, visando manter as condições de trânsito e preservar a segurança dos usuários da via.

Para informações de trânsito, ocorrências, reclamações, remoções e sugestões, ligue, acesse o site sp156.prefeitura.sp.gov.br/portal/servicos ou baixe o aplicativo SP156. O atendimento é 24 horas por dia.

• GASTRONOMIA

Outback traz coxinha de costela e S'mores de KitKat® de volta ao menu

Prepare-se para viver fortes emoções recheadas de muito sabor. O Outback Steakhouse acaba de anunciar seu novo Back To Outback, um delicioso retorno em dose dupla: a Ribs Coxinha, feita de costela desfiada ao barbecue, e o S'mores KitKat®, combinação de cookie com marshmallow derretido e chocolate. E é bom preparar o coração porque essa dupla voltou para ficar tanto no restaurante quanto via delivery, a partir de 1 de março, e quem ainda não teve chance de experimentar, chegou a hora.

A Ribs Coxinha, que celebrou em 2020 o Dia Nacional da Coxinha, foi sucesso absoluto. Crocante por fora e cremosa por dentro, a coxinha é feita com a famosíssima Ribs On The Barbie. É um mix exclusivo da icônica costela do Outback desfiada, molho barbecue, um toque de cream cheese e temperos da casa.

Para garantir toda a crocância, a Ribs Coxinha é empanada em farinha panko e ainda vem acompanhada de um limão siciliano grelhado, o que garante um toque bastante especial ao aperitivo. A porção com oito unidades sai por R\$ 44,90 e normalmente fica disponível nos restauran-



tes durante o Billabong Hour (de segunda a sexta, exceto feriados, das 17h às 20h). Como estamos na Fase Emergencial, com proibição de consumo e retirada no loca, vale no Delivery, durante todo horário de funcionamento.

Já o S'mores Outback (R\$ 29,90), que ficou no menu por tempo limitadíssimo e retorna agora para saciar os apaixonados pela combinação, traz um mix que combina cookies com gotas de chocolate, uma surpreendente pasta cremosa de KitKat®, marshmallow gratinado, calda de chocolate Outback e mais KitKat® para finalizar com grande estilo. É ou não é a sobremesa dos sonhos?

“A ideia deste retorno de

forma definitiva é oferecer aos nossos fãs mais um punch de diversão e descontração, tanto no delivery quanto no restaurante. A Ribs Coxinha une a paixão do brasileiro pelo salgado com a paixão pela Ribs On The Barbie. É um produto diferente e uma ótima opção de aperitivo para curtir em momentos de descontração”, afirma Renata Lamarco, diretora de Marketing da Bloomin' Brands, grupo detentor da marca Outback Steakhouse. “Nosso S'mores é um feat delicioso com um dos chocolates mais amados no mundo. O sabor é bem diferenciado e garantimos que vamos conquistar quem provar. A galera pediu e a gente atendeu: ambos estão de volta”, finaliza.

A VACINAÇÃO COMEÇOU. NÃO VAMOS BAIXAR A GUARDA.

MÁSCARA SALVA VIDAS!

A vacinação começou na cidade de São Paulo. Mas precisamos continuar respeitando os cuidados: use máscara, higienize as mãos, evite aglomerações e prefira atividades em casa!

Juntos, vamos deixar essa pandemia para trás.

• Use máscara
• Lave sempre as mãos
• Mantenha o distanciamento social
• Prefira atividades em casa

CIDADE DE SÃO PAULO
prefeitura.sp.gov.br/coronavirus

gntt figa
pizza bar

Estamos abertos: terça a domingo, das 17h30 às 22h

Tel /Whatsapp: 5587-1360 - Reservas e delivery
Rua Luís Gois, 1.625 - Esquina com Rua das Rosas

ESPETINHOS

o melhor espetinho com o melhor preço!!
Venha provar em nossa loja ou peça pelo Aplicativo

• Espetinho bovino • Espetinho de frango • Espetinho de Coração • Linguíça Toscana Aurora • Pão de alho • Queijo coalho e muito mais

Ceci Buffet & Grelhados

Av. Afonso Mariano Fagundes, 1349 - Planalto Paulista - Fones: 2276-7901 * 2275-8219

• SAÚDE • ARTIGO

A perda auditiva pode causar Alzheimer?



Essa é uma questão polêmica que tem sido amplamente discutida, ainda mais com o aumento progressivo da expectativa de vida e uma crescente notável nos índices de demência. Nesse contexto, esta é uma questão de extrema importância, mas para compreendê-la vamos abordar ponto a ponto.

Sabemos que a perda auditiva pode prejudicar de diversas formas as atividades diárias dos idosos. O que também precisamos entender aqui é que a perda auditiva envolve muitas outras funções como a memória, cognição, atenção e concentração.

Está claro que ouvir é uma função involuntária, afinal mesmo dormindo somos capazes de ouvir e não requer força ou desejo por parte do indivíduo. Porém,

compreender o processo é muito mais complexo e, para esta função, é necessária a participação do cérebro.

O cérebro de quem tem perda auditiva não recebe informações e estímulos de maneira adequada, por essa razão, se torna mais vulnerável a manifestar precocemente sintomas de demência por falta de estimulação. Se não há audição, perde-se uma boa parte da estimulação cognitiva. Além disso, quanto maior é o tempo de privação sensorial, ou seja, quanto mais tempo o indivíduo passa com a perda auditiva sem tratamento, piores são os danos cerebrais.

Um estudo da Universidade John Hopkins, iniciado em 1998, acompanhou por 12 anos cerca de dois mil americanos, acima dos 50

anos, para comparar os cérebros de idosos com audição normal com aqueles que possuem deficiência auditiva. Esta pesquisa constatou que o risco de desenvolver Alzheimer aumentou vertiginosamente nos idosos com perda auditiva. O aumento foi tanto, que a cada 10 decibéis de perda de audição, o risco adicional de desenvolvimento da doença neurodegenerativa aumentava em até 20%.

Outro ponto é que além de todo o dano emocional e social causado pela perda auditiva, conforme ela progride, o nosso cérebro passa a gastar uma grande quantidade de energia para processar o som, que é uma tarefa relativamente simples e isso leva a uma diminuição da quantidade de energia remanescente para memória, raciocínio e concentração.

Entender o quanto a perda auditiva afeta a cognição e o funcionamento cerebral, nos sinaliza a importância de tratar o mais rápido possível a perda de audição, principalmente em idosos,

mesmo quando a perda é leve. O simples uso de aparelhos auditivos é capaz de estimular a audição e o cérebro de maneira adequada e evitar essa série de acontecimentos desastrosos.

Se você apresenta sintomas de perda auditiva, precisa aumentar o volume da televisão, escuta e não entende ou tem zumbido nos ouvidos, **agende uma consulta na AudioMAG**. Será um prazer cuidar de você!

**FONOAUDIÓLOGA
ALESSANDRA HERRERA**



AudioMAG Vila Clementino

Rua Leandro Dupret, 168

Tel.: (11) 5083-6539

WhatsApp(11): 94197-4510

www.audiomag.com.br

ESTÉTICA E SAÚDE

Casas de repouso

CASA DE REPOUSO TRÊS CORAÇÕES

Onde o amor e o profissionalismo se encontram

- Enfermagem Permanente
- Assistência Médica
- Nutricionista
- Fisioterapia (opcional)
- Vagas para ambos os sexos
- Hospedagem definitiva ou periódica

R. dos Cambuis, 183
(ENTRE AS ESTAÇÕES CONCEIÇÃO E JABAQUARA DO METRÔ)

Fone: 5017-8320

Odontologia

CIRURGIÃO-DENTISTA

DR. MÁRIO TERUO MINAMI

CROSP 69147 | FORMAÇÃO UNESP SJC/1996

- IMPLANTES (IMPLANTODONTIA)
- PRÓTESES (FIXAS OU MÓVEIS)
- ESTÉTICA (DENTÍSTICA)
- APARELHOS FIXOS/MÓVEIS (ORTODONTIA)
- ALINHADORES ESTÉTICOS (POLÍMEROS - CREDENCIADO CA E EA)
- CIRURGIAS (DENTE DO SISO, EXTRAÇÕES)
- TOXINA BOTULÍNICA (BOTOX)
- ENZIMA DE PAPADA (ÁCIDO DEOXCÍOLICO)
- PREENCHIMENTO FACIAL (ÁCIDO HIALURÔNICO)
- CLAREAMENTO A LASER E/OU MONITORADO
- TRATAMENTO GENGIVA
- RASPAGEM E LIMPEZA } PERIODONTIA
- BICLECTOMIA
- MICROAGULHAMENTO
- CLÍNICO GERAL

**5594-3814 | 5594-4270
97137-2147**

Rua Caramuru, 19 - Sala 11
(em cima da loja Alô Bebê da Rua Luís Góis, 885 - próx. metrô Santa Cruz)
www.mtmodonto.com.br

Plano de saúde

amil fácil

Ficou mais fácil ter um plano de saúde Amil.

Planos com até **15% de desconto!**

Confira os valores:

- Amil Fácil S40 GRU a partir de R\$ 54,⁰¹
- Amil Fácil S40 SP a partir de R\$ 54,⁷⁸
- Amil Fácil S60 SP a partir de R\$ 60,⁴²
- Amil Fácil S60 BX e Jundiai a partir de R\$ 74,¹²
- Amil Fácil S80 a partir de R\$ 131,⁰⁴

Com coparticipação

9 9257-1177

email: vilelavilelaseguros@gmail.com

ADONAI

PADRÃO EM GERIATRIA

- ❖ Enfermagem 24 horas
- ❖ Médico 1x por semana
- ❖ Fisioterapia opcional
- ❖ Excelente padrão de higiene
- ❖ Alimentação balanceada por nutricionista
- ❖ Enfermeira padrão
- ❖ Atividades em Grupo

HOSPEDAGEM DEFINITIVA OU PROVISÓRIA

Dr. Daniel de Souza Oliveira - CRM 171494
(Casa de Repouso Adonai - Registrada no CRM)

Rua Onze de Fevereiro, 362
Cidade Vargas - Jabaquara
casaderepousoadonai.com.br

**Informações:
5588-4926**

DOE SANGUE ANTES DE SE VACINAR.

JÁ SE VACINOU?
Consulte o intervalo para voltar a doar.

AGENDE SUA DOAÇÃO DE SANGUE HOJE:

prosangue.hubglobe.com



• CORONAVÍRUS

Durante a Fase Emergencial, retirada de produtos em lojas e restaurantes é proibida

Igrejas e cultos suspensos, Campeonato Paulista de Futebol suspenso, restrição nos horários de funcionamento de farmácias e postos de gasolina, fechamento de alguns comércios antes classificados como essenciais: lojas de material de construção, por exemplo, terão que fechar. Já a retirada de produtos em lojas ou restaurantes será proibida. Tudo isso pelo menos até dia 30 de março.

“Mesmo que custe minha popularidade, vou fazer o que é necessário. Vocês me elegeram para cuidar de vocês e é isso que vamos fazer”. A frase foi dita pelo Governador João Dória na abertura da entrevista coletiva dessa quinta, 11 de março. Fazendo questão de destacar que o Brasil só tem vacinas hoje por conta do trabalho do Instituto Butantan e encaminhamento de milhões de doses para o país todo.

Embora houvesse a expectativa de que as novas restrições fossem classificadas como “Fase Roxa”, a opção final foi de definir o momento como “Fase Emergencial”.

Órgãos só deverão operar em sistema de teletrabalho - ou “home office”. Outros escritórios não essenciais também devem trabalhar exclusivamente em sistema de home office.

O “Toque de Restrição” foi substituído pelo temido “Toque de Recolher”. Ninguém poderá circular pelas ruas entre 20h e 5h, exceto trabalhadores de delivery ou pessoas em necessidades “imperiosas”, urgentes. Praias, parques estarão fechados ou com proibição de frequência. Ambientes externos e internos terão obrigatório o uso de máscaras entre 20h e 05h.

“Não haverá leitos nem para pessoas com plano de saúde”, disse João Gabbardo, integrante do Centro de Contingência para Covid. “Então,

FASE EMERGENCIAL do Estado de São Paulo

Setor	População empregada	Aumento de restrições em relação à fase vermelha
Escritórios, call-center, jurídico e atividades administrativas	1.729.989	Aumento de restrições
Estabelecimentos Comerciais	1.700.863	Aumento de restrições
Administração pública	1.596.690	Aumento de restrições
Restaurantes, Bares e Padarias	646.817	Aumento de restrições
Transporte Coletivo & Individual	272.428	Aumento de restrições
Educação (Básica, Fundamental e Médio)	263.682	Aumento de restrições
Comércio para Eletrônicos	242.926	Aumento de restrições
Tecnologia	210.917	Aumento de restrições
Comércio para Materiais de Construção	196.672	Aumento de restrições
Ensino Superior e outros ramos de educação	299.149	Aumento de restrições
Supermercado & Similares	139.651	Aumento de restrições
Hotelaria	67.968	Aumento de restrições
Esportes	62.468	Aumento de restrições
Telecomunicações	53.030	Aumento de restrições

Fonte: FIPE – RAIS (2019)

FASE EMERGENCIAL aumentará medidas restritivas em 14 atividades, colocando mais **4 milhões** de pessoas em restrições adicionais (entre pessoas empregadas e movimentadas)

é fundamental que a gente receba todas as recomendações. É o momento mais dramático para pandemia e essa é a única forma de nos protegermos: isolamento social”.

O que pode funcionar
Farmácias podem continuar a funcionar normalmente, inclusive 24h. Escolas foram orientadas a não manter aulas presenciais, exceto para atendimento de alunos sem condições de acesso à internet ou necessidade de merenda - isso vale para a rede estadual. Redes municipais e particulares terão autonomia para definir o funcionamento.

As medidas valem a partir da próxima segunda, dia 15 de março, o que gerou questionamentos de jornalistas, por conta da urgência da situação e alegada necessidade de agir rapidamente para conter o avanço da doença.

Segundo o governador, o prazo é necessário para que comerciantes e também consumidores possam se programar. “Equipes em diferentes modalidades esportivas já se programaram, compraram diárias em hotéis, têm agendamento. Restaurantes compram comida com antecedência, há um planejamento”,

exemplificou o governador, apontando que também indica que o fim de semana já tem índices de isolamento melhores.

Drive thru sim, retirada não

A restrição completa proíbe retirada presencial de produtos em restaurantes e lanchonetes, proíbe atendimento presencial em lojas de material de construção e veta celebrações religiosas coletivas e atividades esportivas em grupo. Lojas e restaurantes só poderão fazer entregas pelo sistema em que o consumidor recebe o produto dentro de seu veículo (drive thru), entre 5h e 20h, ou por serviços de entrega na residência (delivery) por telefone ou aplicativo de internet 24h.

Embora o quadro de restrições (imagem ao lado) indique restrições ao funcionamento de supermercados, durante a coletiva foi informado que não haverá nenhuma restrição ao funcionamento de supermercados.

O teletrabalho será obrigatório para todas as atividades administrativas não essenciais. A imposição vale tanto para órgãos públicos como escritórios particulares e serviços de

call center. Todas as medidas da fase emergencial visam a reduzir a circulação de ao menos 4 milhões de pessoas por meio das restrições adicionais.

O Governo garante que haverá frota completa de metrô e trens para evitar aglomerações no transporte público.

Horário escalonado

O Governo do Estado também recomenda que Prefeituras da Região Metropolitana de São Paulo imponham o escalonamento de horários de entrada de trabalhadores de atividades essenciais para evitar aglomerações no transporte público. Os horários indicados são das 5h às 7h para profissionais da indústria, 7h às 9h para os de serviços e 9h às 11h para os do comércio.

Cansado do home office? Do aluguel fixo?

Conheça a Cozy Work: salas de reunião, endereço fiscal, endereço comercial, espaços compartilhados, espaço ao ar livre, salas privativas.

Monte seu pacote



(11) 2577-0009
contato@cozywork.com.br

Rua Luís Góis, 2004
Mirandópolis - São Paulo - SP

SUA FAMÍLIA MERECE UM SOFÁ LIMPO E IMPERMEABILIZADO!

ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO!

(11) 50681940 (11) 965738272



Eurolimpe

COMPRA E VENDA DE MÓVEIS USADOS

ARMÁRIOS - MESAS - CADEIRAS - SOFÁS
GUARDA-ROUPAS - FOGÕES - GELEDEIRAS...
AVALIA E RETIRA NO LOCAL
TAMBÉM COMPRA MÓVEIS ANTIGOS

BRESHOPING
MÓVEIS USADOS & ANTIGUIDADES

Telefones:
4354-7183
9 7700-0395

UNIDADE PARAÍSO

Nós, da família Ultrafarma Popular temos a alegria de informar a abertura de mais uma nova unidade, Paraíso.

ZINCO 29,59MG
SIDNEY OLIVEIRA
60 COMPRIMIDOS
1 CAIXA: R\$ 18,90 CADA
3 CAIXAS: R\$ 12,00 CADA

MACA PERUANA
SIDNEY OLIVEIRA
60 COMPRIMIDOS
1 CAIXA: R\$ 49,90 CADA
3 CAIXAS: R\$ 24,90 CADA

OFERTAS

ULTRAFARMA POPULAR MAIS PERTO DE VOCÊ

ENTREGAMOS EM SUA RESIDÊNCIA

ÁLCOOL EM GEL ANTISSEPTICO GIOVANNA BABY 500ML
BLUE E ROSA
DE: R\$ 23,99 CADA
POR: R\$ 18,99 CADA

MÁSCARA DESCARTÁVEL DISSPACK C/ 10 UNDS
DE: R\$ 12,99 CADA
POR: R\$ 9,99 CADA

ATENOLOL 25MG SANDOZ C/ 30 CPS
1 CAIXA: R\$ 7,50 CADA
3 CAIXAS: R\$ 4,99 CADA CAIXA

ATORVASTATINA CÁLCICA 10 MG EMS C/ 30 CPS
1 CAIXA: R\$ 35,90
3 CAIXAS: R\$ 19,99 CADA CAIXA

IVERMECTINA 6MG VITAMEDIC C/ 4 CPS
1 CAIXA: R\$ 21,90
3 CAIXAS: R\$ 15,90 CADA CAIXA

MALEATO DE ENALAPRIL 10MG CIMED C/ 30 CPS
1 CAIXA: R\$ 12,00
3 CAIXAS: R\$ 8,00 CADA CAIXA

MEDICAMENTOS MUITO MAIS BARATOS!

*Ofertas válidas somente na Ultrafarma Unidade Paraíso e enquanto durar o estoque.

(11) 5555-8659 Rua Abílio Soares, 850 - Paraíso - São Paulo - SP

TOCA VINIL

COMPRA ◊ VENDE ◊ TROCA
VINIL ◊ CD ◊ DVD ◊ LIVROS

APARELHOS DE SOM E CONCERTOS INSTRUMENTOS MUSICAIS

SEBO DO JOÃO BAURU
Av. Jabaquara, 195 - Praça da Árvore
Fone: 3589-6541 - Cel: 9 9901-7469