

Esportes**6ª Copa Inverno de Futsal de Derrubadas inicia com grande presença de público**

A 6ª edição da Copa Inverno de Futsal de Derrubadas teve início na última sexta-feira, 10, no Ginásio Municipal Salto Grande, atraindo um grande número de torcedores.

A abertura do campeonato contou com cinco jogos. Na categoria livre, o Fortaleza FC venceu o BH Atrações por 4 a 0. Na mesma categoria, a Agropecuária Tuzzin superou o Juventude por 2 a 1, e o Sete de Setembro venceu o VB Engenharia por 5 a 3.

Já na categoria veteranos, o Barcelona derrotou o Misturadão FC por 5 a 3, e os veteranos do Resenha FC garantiram a vitória por 1 a 0 sobre o Boleiros FC.

Este ano, a competição conta com a participação de 8 times na categoria livre masculina, 6 na categoria veterano, 5 na categoria livre feminina e 6 nas categorias de base.

Durante a cerimônia, o prefeito Alair Cemin desejou boa sorte às equipes e celebrou mais uma edição do campeonato, destacando o interesse crescente da comunidade em prestigiar essa modalidade esportiva.

Os jogos estão programados para todas as sextas-feiras, com entrada gratuita para o público. Além de promover o esporte e a integração na comunidade, a Copa Inverno de Futsal de Derrubadas oferece uma excelente opção de lazer aos espectadores.



Prefeitura de Derrubadas



Prefeitura de Derrubadas



Prefeitura de Derrubadas

Educação**Inscrições para o ENEM iniciam no dia 25 de maio**

O Ministério da Educação (MEC) avalia estabelecer novos prazos para inscrição e isenção de taxa para estudantes gaúchos que irão participar do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem).

As inscrições para o exame estão previstas para acontece-

rem entre 27 de maio a 7 de junho. As provas serão aplicadas nos dias 3 e 10 de novembro.

“Quero aqui tranquilizar os estudantes gaúchos, diante desse momento difícil que vive o estado. Nós já estamos avaliando novos prazos de inscrição e isenção de taxa para os participantes no Rio Grande do Sul, para que ninguém fique de fora do Enem. Fiquem tranquilos em relação ao exame e acompanhem os canais oficiais do MEC. Em breve, traremos novas informações”, publicou o ministro da Educação, Camilo Santana, em uma rede social.

Inscrições

A inscrição deve ser realizada pelo endereço enem.inep.gov.br/participante.

A taxa de inscrição (R\$ 85) deve ser paga até o dia 12 de junho. As solicitações para tratamento por nome social e para atendimento especializado devem ser apresentadas até 7 de junho.

O cronograma prevê que o gabarito oficial será divulgado em 20 de novembro. A previsão é que os resultados sejam divulgados em 13 de janeiro de 2025.

Zaca - Educador Físico

CREF - 016912G/RS -
robinson.giraldi@bol.com.br

**Saúde Muscular e Longevidade**

Embora a maioria das pessoas atinja o auge físico entre os 20 e os 30 anos, há muito que os adultos mais velhos podem fazer para se manterem fortes. Se você perdeu músculos devido a um estilo de vida inativo, há uma boa chance de recuperá-los.

Isto é uma boa notícia, uma vez que uma maior massa muscular está associada a uma menor mortalidade, menor risco de diabetes e menor incidência de incapacidade em idosos.

Uma dieta saudável rica em proteína magra é um pilar para atletas que desejam ter o melhor desempenho, e pesquisas mostram que é igualmente importante para adultos idosos. A proteína é composta de aminoácidos, os blocos de construção que seu corpo usa para crescer e reparar o tecido muscular. Mesmo que você pratique exercícios moderados algumas vezes por semana, ainda precisará de muita proteína para realizar, recuperar e reter os músculos que já possui. As melhores fontes de proteína incluem carnes magras e aves, peixes, ovos, laticínios com baixo teor de gordura e nozes.

Mesmo com uma ótima dieta, pode ser difícil consumir todos os nutrientes que poupam os músculos de que você precisa para se manter energizado. Por exemplo, foi demonstrado que os ácidos graxos ômega-3 têm efeitos poupadores de músculos em idosos, mas pode ser difícil obter o suficiente desse nutriente se você não consumir regularmente peixes gordurosos capturados na natureza, como o salmão. O mesmo se aplica à vitamina D, um nutriente que seu corpo sintetiza durante a exposição solar. No geral, o óleo de peixe, um suplemento de vitamina D e um multivitamínico são ótimos complementos para uma dieta variada.

De acordo com as evidências da ciência, o exercício é a forma mais poderosa de evitar a perda muscular no envelhecimento e até mesmo em populações com deficiência. O treinamento com pesos e outros exercícios de resistência, em particular, são excelentes maneiras de manter a força e a massa muscular e podem até impactar positivamente o seu sistema cardiovascular.

Além de um programa formal de exercícios, um estilo de vida ativo também irá mantê-lo em forma e forte. Foi demonstrado que um estilo de vida sedentário causa maior atrofia muscular relacionada à idade e, ao levantar-se, movimentar-se e usar os músculos, pode retardar ou interromper o declínio.

A saúde óssea e a saúde muscular andam de mãos dadas e, tal como os músculos, os ossos respondem ao exercício de levantamento de peso tornando-se mais densos e fortes. Da mesma forma, se os seus ossos se deteriorarem e enfraquecerem, você não conseguirá realizar os exercícios necessários para reter a massa muscular.

Para manter os ossos saudáveis, faça bastante exercício, evite fumar e faça uma dieta rica em cálcio e potássio.

Além da dieta e dos exercícios, a massa muscular (e a massa óssea) são fortemente reguladas pelos níveis hormonais. O estrogênio, a testosterona e os hormônios da tireoide desempenham um papel importante, e é importante que você mantenha esses hormônios em equilíbrio à medida que envelhece. No entanto, os suplementos dietéticos só podem influenciar seus níveis hormonais até certo ponto, por isso é recomendável que você consulte seu médico para determinar suas necessidades específicas.

No geral, adotar um estilo de vida saudável pode garantir que seus músculos permaneçam fortes e poderosos à medida que envelhece com saúde.

MUNICÍPIO DE VISTA GAÚCHA - RS.

Aviso de Licitação

Pregão Presencial nº 31/2024. Objeto: Aquisição de um aparelho de ar condicionado de acordo com a Lei Municipal nº 3292/2024. Julgamento: 04/06/2024 às 09h00min. Pregão Presencial nº 32/2024. Objeto: Aquisição de uma máquina de costura de acordo com a Lei Municipal nº 3288/2024. Julgamento: 05/06/2024 às 09h00min. Informações: fone (55) 3552-1005, site www.vistagaucha-rs.com.br e e-mail compras@vistagaucha-rs.com.br. Vista Gaúcha, RS, 17/05/2024.

Claudemir José Locatelli,
Prefeito Municipal

MUNICÍPIOS

Prefeita de Novo Hamburgo pede R\$ 17,5 milhões para obras emergenciais

A prefeita de Novo Hamburgo, Fátima Daudt, destaca que as demandas emergenciais de Novo Hamburgo contra as cheias já estão com o governo federal. Nesta quinta-feira (16), ela pediu a liberação imediata dos recursos pela União para as ações e obras na cidade e citou atrasos, uma vez que há cidades que enfrentaram a enchente do ano passado que ainda aguardam ações anunciadas pelo governo federal.

A prefeita já apresentou pedidos de R\$ 8,5 milhões para medidas emergenciais para tirar as águas represadas no bairro Santo Afonso, o que inclui a contratação de bombas flutuantes, geradores, combustíveis e tubos para transpor a água sobre o dique até o rio. Além disso, há ainda pedido de R\$ 9 milhões para obras na casa de bombas, que foi inundada com a enchente.

Ela cita, também, de investimentos para obras definitivas em todo o sistema contra as cheias do Rio dos Sinos, que precisa ser redimensionado a partir desta nova realidade criada pela enchente e pelas mudanças climáticas. O município também está com demandas envolvendo reconstrução de escolas, postos de saúde e moradias destruídas pela enchente.

A prefeita da cidade do Vale do Sinos lembra que o dique e a casa de bombas da cidade são estruturas construídas pelo governo federal na década de 1970, mas que as prefeituras - tanto de Novo Hamburgo quanto de São Leopoldo - tiveram que assumir a manutenção. O Rio dos Sinos transbordou sobre o dique na enchente do início do mês, represando as águas no bairro Santo Afonso e em São Leopoldo.

□ **SANTA MARIA** - A iniciativa Recomeçar é Preciso, que realiza a emissão de documentos pessoais da população que perdeu tudo devido às chuvas em Santa Maria, terá atendimento nesta sexta-feira (17) durante o ReViva Santa Maria, evento do aniversário de 166 anos do Município. Das 10h às 18h, no Parque da Medianeira, a corregedoria do Tribunal de Justiça do Rio Grande do Sul (TJRS) auxiliará na confecção de documentos, como certidões de nascimento, casamento e carteira de identidade. A ação tem continuidade na próxima semana. Conforme a secretária de Administração e Gestão de Pessoas, Carolina Lisowski, a iniciativa é de continuidade da primeira etapa que começou com os pedidos das pessoas desabrigadas no Centro Desportivo Municipal (CDM) e na Igreja Santa Catarina. Ela reforça que os serviços também estarão disponíveis às pessoas em vulnerabilidade social. Não há custos e a emissão dos documentos pode ficar pronta em até 48 horas.

MUNICÍPIO DE VISTA GAÚCHA - RS.
Aviso de Licitação

Pregão Presencial nº 31/2024. Objeto: Aquisição de um aparelho de ar condicionado de acordo com a Lei Municipal nº 3292/2024. **Julgamento:** 04/06/2024 às 09h00min. **Pregão Presencial nº 32/2024.** Objeto: Aquisição de uma máquina de costura de acordo com a Lei Municipal nº 3288/2024. **Julgamento:** 05/06/2024 às 09h00min. **Informações:** fone (55) 3552-1005, site www.vistagaucha-rs.com.br e e-mail compras@vistagaucha-rs.com.br. Vista Gaúcha, RS, 17/05/2024. **Claudemir José Locatelli**, Prefeito Municipal


PREFEITURA MUNICIPAL DE ARROIO GRANDE
 RIO GRANDE DO SUL

Concorrência Eletrônico nº 008/2024

Objeto: Contratar os serviços especializados para execução dos serviços de fechamento com tela e mourão de todo o entorno do Centro de Eventos Nézio Teixeira, localizado na Rua Joaquim Maria Conceição Filho, nº.226, Bairro Mirabeau Baltar, conforme especificações no item 1 do edital. Recebimento e abertura de proposta e habilitação até o dia **24/06/2024, às 09h00min.** O Edital será publicado no portal: <https://www.portaldecompraspublicas.com.br/>.

Arroio Grande, 16 de Maio de 2024
José Cláudio Ávila da Silva
 Vice-Prefeito em Exercício


Estado do Rio Grande do Sul
PREFEITURA MUNICIPAL DE FLORES DA CUNHA
AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO nº 070/2024

O Município de Flores da Cunha, RS torna público a realização da licitação em destaque, que objetiva a contratação de empresa para prestação de serviços de transporte dos estudantes universitários, educação profissional técnica de nível médio, educação de Jovens e Adultos, estudantes de pós-graduação, mestrado e doutorado, residentes no município de Flores da Cunha - RS. Data/hora limite para recebimento de propostas: 04/06/2024, às 8h30. Data/Hora da Abertura das Propostas: 04/06/2024, às 8h31. Data/Hora da Disputa: 04/06/2024, às 9h. Local: www.pregaobanrisul.com.br. Edital disponível nas páginas: www.floresdacunha.rs.gov.br; www.pregaobanrisul.com.br e Portal Nacional de Contratações Públicas (PNCP). Informações fone (54) 3279-3600. César Ulian, Prefeito Municipal.


Estado do Rio Grande do Sul
MUNICÍPIO DE PAVERAMA
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 007/2024

O Município de Paverama comunica que efetuará Licitação, na modalidade de Pregão Eletrônico, tipo menor preço, para contratação de empresa prestadora de serviços de leitura e emissão de contas de água. A data para encerramento das propostas e início de lances será **03/06/2024, às 14 horas**, exclusivamente no site www.portaldecompraspublicas.com.br, onde encontra-se disponível o Edital. Maiores informações poderão ser obtidas junto Setor de Licitações da Prefeitura Municipal, ou pelo fone (51) 3761-1044 ou ainda, pelo E-mail licitacao@paverama.rs.gov.br.

Paverama/RS, 16 de maio de 2024.
FABIANO MERENÇA BRANDÃO
 PREFEITO MUNICIPAL


ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE SAPIRANGA
EDITAL DE PREGÃO ELETRÔNICO Nº 025/2024

A PREFEITURA MUNICIPAL DE SAPIRANGA-RS, Sra. Carina Patrícia Nath Corrêa, no uso de suas atribuições legais, comunica aos interessados que encontra-se aberto o processo licitatório na modalidade Pregão Eletrônico nº 025/2024, cujo objeto é a Contratação do fornecimento de medalhas e troféus, para atender a Secretaria Municipal de Educação. O recebimento das propostas será até o dia 03 de Junho de 2024, às 12:00 horas, com início da disputa programado para as 13:00 horas do mesmo dia, e será realizado por meio de utilização de recursos de tecnologia de Informática - INTERNET, a ser processada através do site www.compras.rs.gov.br (Pregão Online Banrisul). Os interessados poderão obter cópia do edital no site www.compras.rs.gov.br (Pregão Online Banrisul) ou sapiranga.atende.net. Informações poderão ser obtidas pelo fone (51) 3599-9500.

Sapiranga, 16 de Maio de 2024.

Carina Patrícia Nath Corrêa
 Prefeita Municipal


Estado do Rio Grande do Sul
MUNICÍPIO DE PAVERAMA
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 006/2024
 REPUBLICAÇÃO DE EDITAL

O Município de Paverama comunica a REPUBLICAÇÃO do Edital, de Pregão Eletrônico, tipo menor preço por item com a finalidade de REGISTRO DE PREÇOS, para a aquisição eventual de materiais de escritório, expediente e artesanato para uso do Município de Paverama, **ficando a data limite para apresentação das propostas e início da sessão apurada para o dia 29 de maio de 2024, às 8h**, exclusivamente no site www.portaldecompraspublicas.com.br, onde encontra-se disponível o Edital. Maiores informações poderão ser obtidas junto Setor de Licitações da Prefeitura Municipal, ou pelo fone (51) 3761-1044 ou ainda, pelo E-mail licitacao@paverama.rs.gov.br.

Paverama/RS, 16 de maio de 2024.

FABIANO MERENÇA BRANDÃO
 PREFEITO MUNICIPAL


ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE SAPIRANGA
Ato de Suspensão de Edital de Pregão Eletrônico n. 020/2024

Carina Patrícia Nath Corrêa, Prefeita Municipal de Sapiranga-RS, no uso das atribuições de que trata a Lei Orgânica do Município, para cumprir o disposto no art. 37, XXI da Constituição Federal, com observância do disposto na Lei Federal nº. 14.133/2021, da Lei Complementar nº 123/2006, com as alterações da Lei Complementar nº 147/2014, e Lei Complementar nº 155/2016, considerando a manifestação do Pregoeiro Municipal do Depto. de Compras e Licitações, face aos pedidos de esclarecimentos apresentados por terceiros interessados em participar do certame, e considerando a situação de calamidade pública em que se encontra a cidade de Porto Alegre, sede da PROCERGS, tornando impossível contato com a área técnica para a verificação da inconsistência apresentada no sistema de processamento eletrônico das licitações, SUSPENDE, para fins de verificação/ajuste junto ao portal do Banrisul Pregão Online, sem a fixar uma data futura, o processo licitatório decorrente do Edital de PREGÃO ELETRÔNICO Nº. 020/2024, Processo Administrativo Licitatório nº. 080/2024, cujo objeto é a contratação da prestação de serviços de leiloeiro oficial para a realização de leilão de bens móveis inservíveis de propriedade do Município de Sapiranga/RS. Após a análise e eventual adequação, conforme o entendimento, será realizada a retificação ou reabertura do processo licitatório acima elencado, na forma da lei. Determino ainda que seja realizada a publicidade da decisão.

Sapiranga, 16 de Maio de 2024.

Carina Patrícia Nath Corrêa
 Prefeita Municipal

PREFEITURA MUNICIPAL DE MONTE BELO DO SUL
CHAMAMENTO PÚBLICO Nº 005/2024

O Município de Monte Belo do Sul, torna público, que estará recebendo, a partir do dia 17.05.2024, no horário das 07h30min às 11h30min e das 13h00min às 17h00min, no Setor de Protocolos da Prefeitura Municipal, documentação para credenciamento de interessados em prestar exames laboratoriais para Unidade Básica de Saúde de Monte Belo do Sul. Edital e Anexos disponíveis no site: <https://www.montebelodosul.rs.gov.br/>. Informações adicionais pelo telefone: (54) 3457-2053.

PREFEITURA MUNICIPAL DE
JÚLIO DE CASTILHOS - RS
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 23/2024

Objeto: Aquisição de Livro e Dicionários. Data e Horário: **03/06/24, às 08h30min.** Cópia do instrumento convocatório e dos documentos que lhes são anexos poderão ser encontradas no site <https://bll.org.br/> e www.juliodecastilhos.rs.gov.br no link licitações. Informações pelo fone 55 3271-9600, email: pregao.juliodecastilhos@gmail.com. **Bernardo Quatrin Dalla Corte, Prefeito.**

PREFEITURA MUNICIPAL DE
JÚLIO DE CASTILHOS - RS
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 24/2024

Objeto: Aquisição de Materiais Permanentes. Data e Horário: **04/06/24, às 08h30min.** Cópia do instrumento convocatório e dos documentos que lhes são anexos poderão ser encontradas no site <https://bll.org.br/> e www.juliodecastilhos.rs.gov.br no link licitações. Informações pelo fone 55 3271-9600, email: pregao.juliodecastilhos@gmail.com. **Bernardo Quatrin Dalla Corte, Prefeito.**

MUNICÍPIO DE VESPASIANO CORRÊA
EDITAL Nº 011/2024 – PREGÃO PRESENCIAL Nº 002/2024

O Prefeito Municipal de Vespasiano Corrêa/RS torna público para o conhecimento dos interessados que às **14h00min do dia 29/05/2024**, se reunirá o Pregoeiro e Equipe de Apoio com a finalidade de receber propostas para contratação de serviços de horas máquina. O Edital encontra-se na página www.vespasianocorrears.com.br. Maiores informações pelo fone 51-37558079.

Tiago Manoel Ferreira Michelon – Prefeito Municipal

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE MIRAGUAI
EDITAL DE PREGÃO PRESENCIAL Nº 21/2024

OBJETO: Aquisição de materiais para oficinas de artesanatos - SRP

Abertura das propostas às 09:00 horas do dia 29 de Maio de 2024

EDITAL DE PREGÃO PRESENCIAL Nº 22/2024

OBJETO: Aquisição de materiais elétricos - SRP

Abertura das propostas às 09:00 horas do dia 03 de Junho de 2024

Os Editais estão a disposição através do site: www.miraguai.rs.gov.br outras informações pelo fone (55) 3554-2300

LUIS CARLOS HERRMANN - Prefeito Municipal


Estado do Rio Grande do Sul
PREFEITURA MUNICIPAL DE MARAU
AVISO DE RETIFICAÇÃO E RATIFICAÇÃO
CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 11/2024

A Prefeitura Municipal de Marau/RS, retifica e ratifica o edital de **CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA 11/2024**, que objetiva a **Contratação de empresa para instalação TURN-KEY de Sistemas de Mini e Microgeração de Energia Solar Fotovoltaica ON-GRID, com fornecimento de material e mão de obra, conforme memorial descritivo, planilha e projeto anexo, a fim de alterar os itens 3.1.2.1, 3.1.4, e 6.6.7 do Termo de Referência do Engenheiro, e itens 8.4, 8.5.3, 8.5.3.4 e 15.7 do Edital e Cláusula 5.ª, §7.º da Minuta do Contrato, e ainda, os itens 11.7, 12.4 e 12.5.3 do Termo de Referência. As demais descrições de itens, cláusulas e condições do edital permanecem inalteradas. Assim sendo, fica alterada a data da sessão da **CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 11/2024** para o dia **28 de junho de 2024 às 8h**. A proposta de preço eletrônica deverá ser enviada, exclusivamente pelo Portal de Compras, no período de **20 de maio a 27 de junho de 2024, até as 16h**, horário de Brasília. Este Termo de Retificação e Ratificação estará disponível endereço eletrônico <http://transparencia.pmmarau.com.br/comprasedital/>, a partir do dia **20 de maio de 2024**. Marau, 17 de maio de 2024. Lura Kurtz-Prefeita Municipal.**


Estado do Rio Grande do Sul
PREFEITURA MUNICIPAL DE MARAU
AVISO DE RETIFICAÇÃO E RATIFICAÇÃO
CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 13/2024

A Prefeitura Municipal de Marau/RS, retifica e ratifica o edital de **CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA 13/2024**, que objetiva a **Contratação de empresa especializada para construção de ponte de concreto armado e protendido, sobre o Rio Marau, localizada na comunidade de Santo Antônio dos Triches, interior do município de Marau/RS, com fornecimento de material e mão de obra, conforme projeto, planilha orçamentária e memorial anexo, a fim de alterar a Planilha Orçamentária, Cronograma de Execução e o P.O. para R\$ 1.286.089,28, e ainda, a redação dos itens 8.5.3 e 8.5.3.4 e 15.6 do Edital e Cláusula 5.ª, §6.º da Minuta do Contrato, e os itens 12.6, e 13.5 do Termo de Referência. As demais descrições de itens, cláusulas e condições do edital permanecem inalteradas. Assim sendo, fica alterada a data da sessão da **CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 13/2024** para o dia **26 de junho de 2024 às 8h**. A proposta de preço eletrônica deverá ser enviada, exclusivamente pelo Portal de Compras, no período de **20 de maio a 25 de junho de 2024, até as 16h**, horário de Brasília. Este Termo de Retificação e Ratificação estará disponível endereço eletrônico <http://transparencia.pmmarau.com.br/comprasedital/>, a partir do dia **20 de maio de 2024**. Marau, 17 de maio de 2024. Nelci Silvestri-Encargo de Inteligência e Gestão de Contratação.**


MUNICÍPIO DE PORTO ALEGRE
SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
EDITAL DE CHAMAMENTO PÚBLICO 06/2024
PROCESSO 24.0.000039514-1

O MUNICÍPIO DE PORTO ALEGRE, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, torna público e dá ciência aos interessados que fará **Chamamento Público (Edital nº 06/2024)** para credenciamento de pessoas jurídicas a fim de prestarem serviços assistenciais de forma complementar ao Sistema Único de Saúde, no período de 01 de junho de 2024 a 30 de setembro de 2024, disponibilizando leitos UTI tipo II, leitos novos, sediados no município de Porto Alegre/RS, para atendimento aos usuários do SUS, por meio da iniciativa "Plano Operação Inverno da Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre 2024", de forma complementar ao Sistema Único de Saúde que, conforme necessidade do Gestor, serão contratados por Inexigibilidade de Licitação, nos termos do art. 79, caput, da Lei Federal n.º 14.133/2021, da Lei n.º 8.080/90, da Portaria n.º 1.034/MS/GM, de 05 de maio de 2010, Decreto Municipal nº 22.443/24 e demais legislações aplicáveis

A íntegra do edital, encontra-se publicada no Diário Oficial de Porto Alegre <http://www.portoalegre.rs.gov.br/dopa> do dia 12 de abril de 2024.

Porto Alegre, 11 de Abril de 2024.

FERNANDO RITTER,
 Secretário Municipal de Saúde.