

Vila Tanque e Areia Preta ganham reforço na saúde

Os moradores dos bairros Vila Tanque e Areia Preta ganharam uma equipe específica da Estratégia da Saúde da Família (ESF).

Página 3

Mais uma vez, Prefeitura congela passagem do transporte coletivo

Visando atender os interesses da população, a Prefeitura de Monlevade congelou mais uma vez o valor da passagem do transporte coletivo, decisão já tomada em 2009 e 2011. Ao longo de 2012 permanecem os preços de R\$2,75 (no dinheiro), R\$2,25, (no cartão) e R\$1,00 nas linhas 42 (Carneirinhos) e 43 (Novo Cruzeiro) do programa Tarifa Social. O Conselho Municipal de Transporte (CMT), que é um órgão apenas consultivo, sugeriu o reajuste para R\$ 2,90 (no dinheiro) e R\$ 2,37 (no cartão). Já a Tarifa Social, criada pela atual Administração Municipal, subiria para R\$ 1,05, mas esta proposta também não foi aceita pelo prefeito de Monlevade, que decretou o congelamento das três tarifas no dia 2 de março.

Saúde dedicada à mulher

Além de uma extensa programação pelo Dia Internacional da Mulher, em 8 de março, o Mãos à Obra destaca também os serviços da Prefeitura nas áreas de Saúde e Assistência Social. Para Jussara da Conceição Fernandes (à esquerda), 24 e Iolanda Aparecida Silva, 28, o acompanhamento médico durante a gravidez é muito importante para um parto seguro e tranquilo.

Páginas 4, 5, 6 e 8



ITINERÁRIOS DE ÔNIBUS EM JOÃO MONLEVADE

LINHA 20 - LUCILIA/PAINEIRAS	
SEGUNDA A SEXTA	
LUCILIA	PAINEIRAS
07:20 DEL/ROD*	09:45 ROD
10:35 SAT/SION	11:15 SION/SAT
12:35	14:45 ROD
15:30 ROD	16:55 ROD/SH
17:45	18:20
NR= NOVA RODOVÁRIA JE= J. ELÓI	
07:30 Lucília - 07:35 José de Alencar Integra Linha 22- 07:40 no Satélite do cima * SAÍDA JOGEPE	
SÁBADOS	
LUCILIA	PAINEIRAS
07:20 DEL/ROD*	09:45 ROD
10:35 SAT/SION	11:15 SION/SAT
12:35	14:45 ROD
15:30 ROD	16:55 ROD/SH
NR= NOVA RODOVÁRIA JE= J. ELÓI	
07:30 Lucília - 07:35 José de Alencar Integra Linha 22- 07:40 no Satélite do cima * SAÍDA JOGEPE	

LINHA 21-SATÉLITE/BEIRA RIO	
SEGUNDA A SEXTA	
SATÉLITE	BEIRA RIO
*05:55 PRO/STIHO/DC	06:20
06:00 HO	07:25 DC/SAT
06:40 HO	10:35 CA
09:40 SAT/HO/EF	11:55
11:25	13:30
12:40 HO	15:35 DC
13:55 HO	16:15 DC
15:50	17:15 EF/HO/SAT
16:45 DC	19:00 HO/JAL
18:20 SB/DI/EG	22:30 HO
21:45 TE/SAT/DC	23:25 D. CARVÃO via Palm. Teresopolis
*Via carneirinhos JAL= VIA JOSE ALENCAR DC = DEPOSITO DE CARVÃO ML=MANOEL LOUREIRO	
O horário de 16:45ST/BR e 17:15 BR/ST atende ao DC de segunda a quinta. Os horários de 15:15 BR/HO/ST e 16:15 BR/ST atende ao D. Carvão somente às sextas	
SÁBADO	
SATÉLITE	BEIRA RIO
*05:50 PRO/STIHO/DC	06:20
05:55 HO	07:20 DC/BR/SAT
06:40 HO	10:30 CA
09:40 SAT/HO/EF	11:55
11:25	13:30
12:40 HO	15:35
13:55 HO	16:35
16:15	17:15 EF/HO/SAT
16:55	19:00 HO/JAL
18:10 CA/BR/JAL	22:30 HO
21:45 TE/SAT/DC	23:25 D. CARVÃO via Palm. Teresopolis
DC = DEPOSITO DE CARVÃO CA= VIA CARNEIRINHOS *Sai do Promorar/Satélite JAL= VIA JOSE ALENCAR	
DOMINGOS	
SATÉLITE	BEIRA RIO
05:50 PRO/STIHO	07:25
09:40 CA/HO	10:30
12:00 HO	12:40
13:55 HO	15:20 DC
16:50 HO	17:30 BR/EF
18:00 JAL/CA/HO	19:00 HO/CA/JAL
21:45 TE/SAT/DC	22:30 HO
DC = DEPOSITO DE CARVÃO D. CARVÃO via Palm. Teresopolis HO=HOSPITAL CAR=VIA CARNEIRINHOS OBS: HORÁRIOS EM VERMELHO FAZEM ATENDIMENTO A ESTAÇÃO FERROVIÁRIA	

LINHA 22-SATÉLITE/NOVO CRUZEIRO	
SEGUNDA A SEXTA	
SATÉLITE	NOVA MONLEVADE
06:30 JAL/CHLP	06:15 Horários em Negro atendem o P.A.
07:25 JAL/TE	06:25 ADM/NANTE
08:15	07:20
09:00	08:15 TE
10:00 ED	09:00
11:25 JAL/ONE	10:05
12:20 TE	11:25 NM/JAL
13:20 JAL	12:15
14:00 TE	13:00 TE
15:00	14:10
16:10	15:00 TE/JAL
16:55 LOTER/IM	16:00
17:25 RINGEPAM	17:00 TE
18:00 JAL/ONE	17:55 NELO
19:00 JAL	18:20 DEP/MSAT
20:00	19:00
21:00 JAL/TE	20:10 TE
22:30 JAL/MED	21:00 JAL/Car. B
23:00	22:15 CHL/PJAL
23:45 ED	23:45 ED
SÁBADO	
SATÉLITE	NOVO CRUZEIRO
06:30 JAL/CHLP	06:15 Horários em Negro atendem o P.A.
07:25 JAL/TE	06:25 ADM/NANTE
08:15	07:20
09:00	08:15 TE
10:00 ED	09:00
11:25 JAL/ONE	10:05
12:20 TE	11:25 NM/JAL
13:20 JAL	12:15
14:00 TE	13:00 TE
15:00	14:10
16:10	15:00 TE/JAL
16:55 LOTER/IM	16:00
17:25 RINGEPAM	17:00 TE
18:00 JAL	18:00 NELO
19:00	18:20 DEP/MSAT
20:00	19:00
21:00 JAL/TE	20:10
22:30	21:00 JAL/Car. B
23:00	22:15 CHL/PJAL
23:45 ED	23:45 ED
DOMINGOS E FÉRIADOS	
SATÉLITE	CARNEIRINHOS
06:20	09:20
11:00	11:40
13:00	13:30
16:10	16:35
20:00	20:45
21:10	21:30
22:30	23:00 JAL= JOSE ALENCAR
HO= HOSPITAL BR= BEIRA RIO	
Horários SATÉLITE CARNEIRINHOS SANTA BARBARA/ALBERTO LIMA, NOVO CRUZEIRO/NOVA MONLEVADE. Estr. José de Alencar - Estr. Luiz Pires - Estr. Congo Negro	

Passagem congelada 2012

- * Tarifa Social - R\$1,00
- 42 (Carneirinhos) e 43 (Novo Cruzeiro)
- * R\$2,25, (no cartão)
- * R\$2,75 (no dinheiro)

* Nas linhas que circulam entre 0h e 4h, a passagem custa R\$1,00

Atendimento

SETTRAN
3851-4430

ENSCON
3851-2979

OUIDORIA MUNICIPAL
3851-6122
(ramais 260/230)

JOÃO MONLEVADE
Administração 2009/2012
PREFEITURA MUNICIPAL

Veja nas próximas edições, outros itinerários do transporte coletivo. Horários divulgados pelo Settran dia 02/03.

Cozinha Comunitária
Bairro Estrela D'alva
Onde serão servidas 200 refeições por dia.

Núcleo da Fundação Crê-Ser
Bairro Tanquinho 1

MONLEVADE
AS CLARAS

Uma cidade iluminada é ainda mais segura!

Vila Tanque e Areia Preta ganham equipe de Estratégia de Saúde da Família

Os bairros Areia Preta e Vila Tanque contam, desde fevereiro, com uma equipe de Estratégia de Saúde da Família (ESF). Antes, um só grupo dos profissionais tinha que atender também aos bairros da região Monlevade Centro.

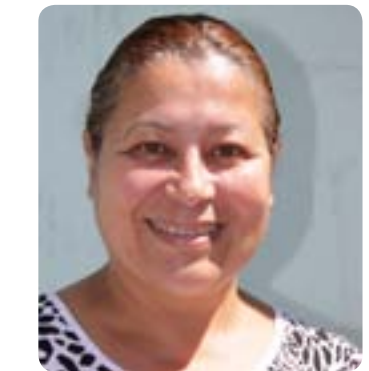
A mudança era solicitada pela comunidade desde 2004, e se tornou realidade na atual Administração, após estudos da

Secretaria Municipal de Saúde. O prefeito declarou que "é mais um avanço da Prefeitura na busca constante por mais qualidade de vida". Até 2009, o município contava com doze equipes de ESF, sendo que sete delas estavam completas. Atualmente são quatorze equipes completas.



"A saúde melhorou muito aqui na Vila Tanque. O atendimento da equipe é muito humano e os profissionais realmente se preocupam com os pacientes. Daqui pra frente só vai melhorar".

Bartolomeu Paes de Almeida, 76, aposentado



"O investimento foi muito bom, um grande passo. O atendimento é bom, e vai melhorar ainda mais. A decisão da Prefeitura foi 100% acertada".

Adelaide Magalhães Veiga Ferreira, 51, contadora



"Foi ótimo ter uma equipe só para os dois bairros. O atendimento vai melhorar muito".

Maria Aparecida Lopes, 69, dona de casa



"Foi muito bom para o bairro. Todos atendem muito bem e me ajudam a manter a saúde em dia".

Judith Vieira Cota, 95, dona de casa



Comunidade elogiou o investimento da Prefeitura

Definida empresa que vai executar obra perto da delegacia

A Construtora Pontes de Minas Ltda foi a única empresa que compareceu à abertura do processo licitatório Carta Convite 05/2012 para construção de caixa de drenagem pluvial na avenida Laranjeiras, próximo à Delegacia de Polícia, no bairro Baú. O valor estimado da concorrência era de R\$80.055,20 e a empresa apresentou a proposta de R\$76.088,20. O prazo de execução da obra é de 30 dias, contados a partir da assinatura da ordem de serviço pela Secretaria Municipal de Obras. A avenida Laranjeiras foi um dos pontos mais atingidos pelas fortes chuvas em dezembro de 2011 e janeiro deste ano.

Paciente alerta que auto-exame é fundamental para detectar câncer

A costureira Lúcia Coura recebe atendimento pela Prefeitura de Monlevade e afirma ter muita esperança em sua recuperação

Costureira de mão cheia, dona de casa, desenvolvendo o papel de mãe e pai em tempo integral, Lúcia Coura, 48, viu o mundo virar de cabeça para baixo quando recebeu o diagnóstico de um tumor no seio. Lúcia conta que todos os anos realizava o exame de mamografia, mas nunca teve problemas. No entanto, ao fazer o auto-exame percebeu o aparecimento de nódulos.

A descoberta veio na noite de Natal de 2009, enquanto tomava banho. No início da pri-

meira semana do novo ano, já estava no Pronto Atendimento (PA) Municipal para uma bateria de exames. Pouco tempo depois, foi encaminhada para o Hospital das Clínicas, em Belo Horizonte.

Lá, Lúcia deu início à quimioterapia que dura até os dias de hoje. A doença a afastou do trabalho e provocou a perda de cabelos (diante do tratamento) e até o movimento das pernas momentaneamente. “Tenho muita esperança em minha recuperação”, acredita.

Rede pública

Lúcia, assim como tantas mulheres monlevadenses, não possui plano de saúde para pagar os exames e o tratamento em clínica particular. Desde o diagnóstico até os dias de hoje ela recebe transporte para a

capital para a realização da quimioterapia que é custeado pela Prefeitura. Além disso, a paciente toma medicamentos que chegam a R\$12 mil mensais. “Não pago nada por isso. Não teria condições”, desabafa.



Paciente recebe medicamentos e transporte para tratamento

Cuidados com a saúde

A herança genética, a obesidade e o número elevado de ciclos menstruais estão entre os principais fatores que estimulam o surgimento do câncer de mama. Ainda assim, todas as mulheres, que se identificam ou não com qualquer fator de risco, devem seguir, a partir da adolescência, algumas recomendações. São procedimentos e hábitos elementares que ajudam a evitar o câncer de mama e outras eventuais complicações ginecológicas.

Precauções:

- Fazer visitas anuais ao ginecologista.
- Fazer o auto-exame uma vez por mês.
- Submeter-se ao exame de mamografia anualmente após os 40 anos.

Fonte: www.inca.gov.br

Prefeitura amplia mamografias e exames ginecológicos

Em Monlevade, uma das prioridades da Prefeitura na área de saúde é prevenir doenças que atingem as mulheres por meio das redes de assistência (os postos), oferecendo exames preventivos e tratamento para todas as faixas etárias.

A realização de exames de mamografia e Papanicolau, oferecidos pela Secretaria Municipal de Saúde, têm aumentado nos úl-

timos quatro anos. No caso dos exames de mamografia, a Prefeitura disponibiliza duas clínicas conveniadas para o atendimento. Em 2008 foram realizados apenas 1.518 exames. E, em 2011, este número subiu para 3.201 exames. Em relação ao preventivo (papanicolau), o número também cresceu. Em 2008 foram realizados 11.298 contra os 16.473 no ano de 2011.



Elizabeth Leite recebe orientações sobre como fazer o auto-exame

O que é Papanicolau?

O exame de Papanicolau ou Preventivo verifica alterações nas células do colo do útero, que é a parte mais baixa do útero que o liga à vagina. O exame serve para verificar alterações nas células cervicais. As mulheres, principalmente as sexualmente ativas, devem se submeter ao exame pelo menos uma vez por ano.

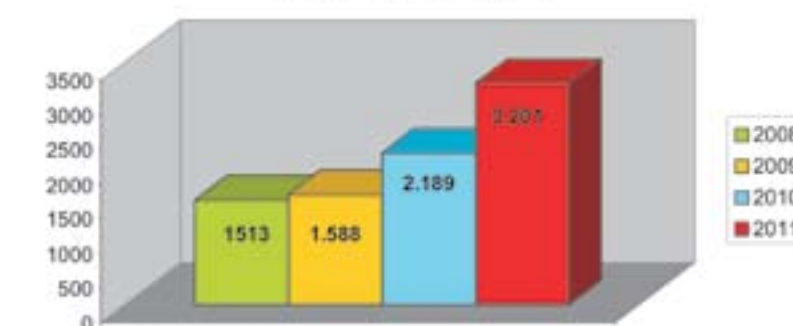
Exames de preventivos



O que é Mamografia?

A Mamografia é um exame radiológico para diagnosticar doenças da mama no seu estágio mais inicial e, principalmente, para o diagnóstico precoce do câncer, o que possibilita tratar com mais facilidade.

Exames de mamografia



Serviços

Unidades de Saúde

Policlínica – 3852-6002
 Centro Social Urbano – 3851-1879
 Centro de Saúde Industrial – 3851-8903
 Centro de Saúde Santo Hipólito – 3852-5639
 Centro de Saúde Laranjeiras – 3852-0175
 Centro de Saúde Novo Cruzeiro – 3852-5141/3852-4804
 Centro de Saúde Nova Esperança – 3852-269
 Centro de Saúde Monlevade Centro – 3852-0013/38523121

Centro de Saúde Padre Hidelbrando – 3851-1672
 Pronto Atendimento Municipal – 3851-8740
 Secretaria de Saúde – 3851-5224

Assistência Social

Centro de Referência Especializado de Assistência Social (Creas) – 3852-7301
 Centro de Referência de Assistência Social (Cras) – 3851-6275

ONG

Associação Por Amor (apoio a pacientes com câncer) – 3851-1463

Cras e Creas oferecem cursos para mulheres

O Centro de Referência Especializado de Assistência Social (Creas) e o Centro de Referência de Assistência Social (Cras) também fazem trabalhos destinados para o grupo feminino. No Cras existem cursos onde 90% dos inscritos são formados por mulheres que pretendem exercer uma nova atividade e aumentar a renda como: culinária, pintura em vidro, manicure e trança afro. Já no Creas, apesar do destaque para o público infanto-ju-

venil, o Centro também atende mulheres vítimas da violência. Segundo Lara Cristina Nunes, coordenadora do Creas em Monlevade, no ano passado, seis casos de agressão foram registrados pela equipe de assistentes sociais, que posteriormente encaminharam as vítimas para formalizar denúncia na Delegacia de Mulheres. Além disso, o grupo realiza campanhas de incentivo às denúncias de agressão e informações sobre a Lei Maria da Penha.



Manicure é uma das opções para as mulheres

Bolsa Família

Maioria dos titulares é formada por mulheres

A mulher é o ponto central das políticas públicas do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (MDS). O Programa Bolsa Família prioriza a mulher como responsável por receber o benefício. Dados do MDS revelam que das 13,3

milhões de famílias atendidas, 93% têm mulheres como titulares para o recebimento. Em Monlevade, 2.995 pessoas são cadastradas no Programa. Deste número, a porcentagem de mulheres titulares atinge 99% dos beneficiários.

Ângela Maria Gomes é uma das beneficiárias em Monlevade

Verão com boa alimentação e cuidados com o sol

Dicas para uma alimentação leve

- Opte pelos alimentos refrescantes e de fácil digestão, como as frutas, as saladas e os sucos.
- Quanto às carnes, dê preferência para as magras (aves e peixes) e as preparações menos calóricas, ou seja, grelhadas ou assadas.
- Aumente o consumo de líquidos, sejam eles em forma de suco, vitaminas e até mesmo água natural.
- Reduza o consumo de condimentos em geral. Eles agem, em sua maioria, retendo líquidos.
- Continue consumindo fibras. Além de atuarem diretamente no bom funcionamento da função intestinal, ajudam na saciedade.
- Pratique atividade física diariamente, sem extravagância, e ao fim faça uma alimentação leve à base de frutas e líquidos.

Marilayne Mayra Domingues
Nutricionista pela Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP)

Diante do forte calor é fundamental que as pessoas tenham cuidado com a alimentação e atenção redobrada com o sol, já que ele é considerado o grande vilão do câncer de pele que atinge milhares de brasileiros. Nesta edição, o jornal Mãos à Obra entrevista a nutricionista Marilayne Mayra Domingues, formada pela Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), que orienta sobre as atitudes importantes com a alimentação e a prática de exercício físico. Já o dermatologista Adriano Rodrigues, formado pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), destaca os cuidados com os raios solares, que podem causar queimaduras e câncer de pele.



Dicas para prevenir doenças de pele

- Utilize filtro solar.
- Enxugue bem o corpo após o banho.
- Evite andar descalço em clubes e praias.
- Não se exponha ao sol após manipular limão (risco de queimaduras).
- Não tome banho muito quente.
- Hidrate sempre a pele.
- Evite ficar exposto ao sol entre 10h e 16h e de 11h as 17h.
- O uso de filtro solar é indicado para crianças a partir dos 6 meses.

Adriano Rodrigues
Dermatologista pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)



De
Março

Dia
Internacional
Da
Mulher

Mulher

Força e Coragem

Participe de nossas
comemorações!

Programação

5 de março - segunda-feira

Café com Música
Local: Lar São José
Horário: 14h
Responsável: Pastoral da Saúde

6 de março - terça-feira

Capacitação: Economia Popular Solidária
Local: Centro Comunitário Bairro Rosário
Horário: 14h
Responsável: Cáritas Regional Minas

7 de março - quarta-feira

Seminário: Violência é para denunciar
Palestrantes: Dra. Joyce Figueiredo (Delegada Regional), Érika Domingos Dorim (Sargento), Dra. Renata Martins de Souza (Defensora Pública)
Local: Centro Educacional de João Monlevade
Horário: 13h às 17h
Responsável: Conselho Municipal da Mulher
Entrega de Diplomas "Mulher Construtora da Democracia"
Local: Câmara Municipal de João Monlevade
Horário: 18h

8 de março - quinta-feira

Homenagem: Dia Internacional da Mulher
Local: Real Esporte Clube
Horário: 14h
Responsável: Maria Aparecida de Oliveira (Coordenadora do Conselho Municipal da Mulher)
Missa festiva Igreja Loanda
Horário: 19h
9 de março - sexta-feira
4º Seminário Maria da Penha da Mulher Monlevadense: Saúde e Direitos da Mulher

Local: Casa do Bem Viver – Rua Nova York, nº 428, Novo Cruzeiro
Horário: 14h às 17h
Haverá sorteio de brindes, distribuição de lanche, brinquedos para crianças com monitores.

11 de março – Domingo

19ª Corrida da Mulher / 5ª Milha da Mulher Monlevadense
Saída: Câmara Municipal de João Monlevade
Horário: 9h
Responsável: Secretaria de Esporte e Lazer

12 de março - segunda-feira

Palestra: Vida Saudável
Coordenadores: Maria Luíza Maciel (Pedagoga) e Joana D'Arc Mota (Bacharel em Enfermagem)
Local: Centro Cultural e Memória da ArcelorMittal (Cassino)
Horário: 14 horas
Responsáveis: Grupo Terceira Idade Monlevade Centro

13 de março - terça-feira

Palestra: Cuidando do Cuidador – Roda de Vivência
Coordenadora: Marlene Rodrigues Gomes da Silva (Psicóloga)
Local: Arpas
Horário: 14 Horas

14 de março - quarta-feira

Palestra: Quero ser feliz
Coordenadora: Daniela Machado (Psicóloga)
Local: Associação das Empregadas Domésticas e Lavadeiras
Horário: 14h30

15 de março - quinta-feira

Palestra: Como vai Você

Coordenadoras: Maria Luíza Maciel (pedagoga) e Joana D'Arc Mota (Bacharel em Enfermagem)
Local: Centro Comunitário bairro Santa Cruz
Horário: 14h30

17 de março – Sábado

Documentário: O silêncio dos inocentes
Coordenadora: Lara Nunes Vera (Psicóloga)
Local: Igreja Nossa Senhora dos Lírios – Nova Monlevade
Horário: 15 horas

19 de março - segunda-feira

Tarde Lilás: De Bem com a Vida
Coordenador: Reginaldo Consolatrix
Local: Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de João Monlevade
Horário: 14h às 17h

21 de março – quarta-feira

Palestra: Viva Melhor
Responsável: Daniela Machado (Psicóloga)
Local: Bem Viver – Novo Cruzeiro
Horário: 14h30

22 de março - quinta-feira

Palestra: Vida Saudável
Responsável: Maria Luíza Maciel (Pedagoga) e Joana D'Arc Mota (Bacharel em Enfermagem)
Local: ACM – Grupo da Terceira Idade
Horário: 14h30

29 de março - quinta-feira

Documentário: O silêncio dos inocentes
Responsável: Thais Santos Almeida (Psicóloga)
Local: Centro Comunitária da Loanda
Horário: 14h30
Tarde Feliz: Roda de vivência
Local: Arpas
Horário: 15 horas
Responsáveis: Terapeutas de Cáritas

Parceiros:

Secretaria Municipal de Assistência Social
Secretaria Municipal de Esportes
Fundação Casa de Cultura
Lions Clube Monlevade Centro
Fraternidade Feminina Harmonia e Esperança

Associação Por Amor
Conselho Municipal da Terceira Idade - COMTI
Cáritas Diocesana
Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de João Monlevade
Câmara Municipal de João Monlevade

Realização:

Conselho da
Mulher



JOÃO MONLEVADE
Administração 2009/2012
PREFEITURA MUNICIPAL