

CLASSIFICADOS

COLUNA ESPÍRITA

MENTE VIRTUOSA, CORPO SAUDÁVEL

Sidney Fernandes – 1948@uol.com.br

As pessoas cada vez mais estão buscando qualidade de vida e longevidade. Com isso, os exercícios físicos estão cada vez mais frequentes em suas rotinas diárias. Grandes exemplos disso são a caminhada e a corrida, de fácil acesso e não tem custo algum. Basta ter um tênis e usufruir desse bom “remédio”. Isso explica o aumento da expectativa de vida das pessoas, pela conscientização e escolha de um modo de viver melhor e mais saudável.

José de Arruda Junior
Fisioterapeuta

Exercitou princípios de fraternidade e temperança? Procurou evitar a cólera? Cuidou, adequadamente de seu corpo físico? Preservou-se de excessos alimentares e alcoólicos? Estas perguntas foram feitas por André Luiz, para ele mesmo, e, infelizmente, as respostas foram todas negativas.

Aos olhos da sociedade, ele gozava de reputação invejável e, perante si próprio, julgava nada fazer de errado. Mesmo assim, a pecha de suicida lhe fora atribuída por seres perversos das sombras. Se bem pensarmos, era assim mesmo naquela época. Tão raramente havia o respeito com o corpo e para com os compromissos espirituais, que Manassés, diante de Silvério, que se preparava para reencarnar, proferiu a seguinte recomendação:

— Não volte aqui antes dos setenta...
(Missionários da Luz, livro de André Luiz.)

Somente vinte anos mais tarde o mundo iria começar a despertar para a necessidade de se cuidar melhor da forma física. A ciência progrediu muito e, com ela, houve maior conscientização do homem quanto à sua alimentação, maiores cuidados com o álcool e com as drogas e maior busca de qualidade de vida.

Cientistas da atualidade descobriram que o hormônio da endorfina, produzido pelo nosso cérebro, libera ações anti-inflamatórias e analgésicas. Embora essa substância esteja associada à prática regular de atividades físicas, muitas outras atitudes podem auxiliar na produção desse hormônio.

Vejamos este exemplo:

Um homem está atrasado para o seu trabalho, quase correndo, atividade que libera endorfina, mas o mantém estressado, pela preocupação de não chegar no horário. De repente, vê uma senhora de idade, diante de movimentada avenida, com total impossibilidade de atravessá-la, se não receber ajuda. Uma força maior faz com que ele se esqueça da pressa e o faz auxiliar a pobre senhora. Depois da travessia, e de receber caloroso abraço de agradecimento, de repente o nosso apressado executivo sente-se envolvido por uma inusitada sensação de bem-estar que o acalma e lhe traz inesperada felicidade. Muito mais do que o exercício físico, o exercício da fraternidade, aliado à dignidade de uma consciência tranquila, lhe provoca uma enxurrada de endorfina e ele fica muito feliz.

As mais avançadas e inquestionáveis evidências científicas estão falando em mente virtuosa e solidariedade, lembrando preciosas recomendações de espíritos superiores. Podemos afirmar que hoje não existem mais retornos infelizes, ao plano espiritual, como os de André Luiz? Lamentavelmente, ainda estamos distantes dessa realidade.

Fiquemos com Richard Simonetti, quando disse que, futuramente, pacientes deixarão consultórios médicos com interessantes receitas:

— integrar-se em instituições de assistência social; participar de campanhas que visem ao bem-estar da coletividade; recolher livros para hospitais e prisões; angariar fundos para instituições socorristas; visitar doentes; atender necessitados, adotar órfãos...

Então o homem estará consciente de que, se sua alma for virtuosa, todo o seu corpo será saudável. Estará pronto, enfim, para voltar à vida maior em condições bem melhores do que quando aqui chegou.

Reuniões Públicas do Ceac

Segunda, quarta e sexta-feira: 20 horas
Terça e quinta-feira: 15 horas / Domingo: 9 horas da manhã

Doações ao Albergue, Creche e Núcleos de Periferia do CEAC

Atendimento aos migrantes e à população carente Móveis, roupas, gêneros alimentícios, utensílios domésticos.

Ligue para 3366 3232

Prosseguem as palestras especiais do mês de outubro no CEAC: dias 21 e 23: A CORAGEM DO CODIFICADOR, com Sidney Fernandes; dias 25 e 27: HOMENAGEM A ALLAN KARDEC, com Moisés Rossi; dia 30: VOCÊ TEM MEDO DA MORTE?, com Sidney Fernandes.

TERRENOS VENDEM-SE

H2
Nações Unidas, excelente lote comercial 882 m², sendo 41 m² de frente para nações, prox ao confiança flex. H2 f:3104-5677 CJ4940 811477

H2
Vila Aviação, excelente lote plano, esquina, medindo 805m², à duas quadras da Av. Getúlio Vargas.Exclusivo H2. f:3104-5677 CJ4940 837479

Jd.Jussara 5x30 6t.local \$79 mil 99696-9026 835421

Lago Sul-Oportunidade- \$ 330.000,00 - 450 m² 14 99186-1414 837836

Terreno-Terra Branca-\$ 160.000,00- 360 m² - 14 99186 1414 837835

Vl.Souto c/ 144 mts vdo/ tco 6t.local 99696-9026 835890

TERRENOS COMPRAM-SE

Compra-se lotes em vilas. Pqto à vista. Tr. (14) 991786730 Creci 10840/7 837671

FAZENDAS, SÍTIOS & CHACARAS VENDEM-SE

1 alq Piratininga, casa bonita,tco.99635-0366 268989

1 alq próx. Bauru \$5 mil +120x\$3.500 99635-0366 268993

20mil metros Santa Izabel F.99731-7034 837355

Chacrinha \$500 entr. + \$300 mensais 3016-8893 835173

Cota contemplada crédito imobiliário \$400 mil, quero \$48 mil e passo a dívida, particular. 14 99868-9694 266361

Piratininga 4alq c/ 4açudes asfalto.99635-0366 268992

Terreno 1000m² px Telesp Clube urgente 99784-6535 838033

Tibiricá 1 alq, casa top \$250mil.996350366 268990

VEÍCULOS VENDEM-SE

Corola GLI 15 Prata, imperdivel tco 996969026 838031

Ecoosport Titanium 14,brca,Top de Linha, autom,60mil km,vdo trc.(14) 99874-3542 837751

Meriva 2011 Linda ar,dir,câmbio aut.compl. particular F.99106-2107 838017

Siena 2000, \$ 10 mil a toda prova. 99698-0553 268988

ÔNIBUS, CAMINHÕES & CAMINHONETAS

Vendo caminhão MB 708 ano 88, baú. 6t. est. Fone: (14) 99745-9760 268332

CONSÓRCIO

Compro consórcio,pg à vista, melhor oferta de mercado. F: (19) 99250-3313 268525



BAURU TÊNIS CLUBE

EDITAL DE CONVOCAÇÃO ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

O Presidente do Conselho Deliberativo do BAURU TÊNIS CLUBE, no uso das atribuições que lhe confere o Estatuto Social, convoca a Assembléia Geral Ordinária, a se reunir no dia 26 de Novembro de 2.019, às 17h00, em primeira convocação, ou às 17h30, em segunda convocação, fixando-se como prazo máximo para sua finalização às 18h30, na Sede Social, à Avenida José Vicente Aiello, n.º5-176, para eleger 06 (seis) Conselheiros Titulares e 10 (dez) Suplentes, de acordo com o Estatuto Social, em seu artigo 65 e parágrafos. Nenhum assunto alheio à ordem do dia poderá ser tratado na Assembléia Geral, conforme disposto no artigo 41, parágrafo 2º do Estatuto Social. O prazo para inscrição das chapas na secretaria do Clube encerrar-se-á no dia 08 de Novembro de 2.019, às 17h00. Bauru, 08 de Outubro de 2.019. RICARDO AUGUSTO ALVAREZ Presidente do Conselho Deliberativo do Bauru Tênis Clube.

CARTÕES DE VISITA
1000 CARTÕES COLORIDOS
69,90* Cartões Cia.
ARTE GRÁTIS PARA IMPRESSÃO
PANFLETOS • ETIQUETAS • CARTEIRINHAS E CRACHÁS EM PVC • IMÃS • BANNERS
Fones: (14) 3227-3130 / 3204-3183 / 99794-8779
Rua Rio Branco, 11-07 (esquina com rua Cussy Junior) - Centro - Bauru
cartoes.ciabauru@gmail.com

MEMORIAL BAURU
R. Ezequiel Ramos 15-51, Bauru, SP
(14) 3233-3030
(14) 3222-7070
• Cemitério • Funerária • Centro Velatório

NOTAS DE FALECIMENTO
NAIR PURGANO CHAVES
★28/12/1936 †19/10/2019
Deixa os filhos JAIME CHAVES JR, MARIA CECILIA CHAVES GOBBO, NAIR CHAVES e JOSÉ ANTONIO CHAVES. Deixa ainda FAMILIARES e AMIGOS. Seu corpo foi velado na SALA 1, e seu sepultamento deu-se em 20/10/2019, às 10h, no CEMITÉRIO MUNICIPAL DE LENÇÓIS PAULISTA.

WILLIANS ROSA DE OLIVEIRA
★09/09/1967 †21/10/2019
Deixa os filhos THIAGO LEANDRO RIBEIRO DE OLIVEIRA e JULIANA BORRO DE OLIVEIRA. Deixa ainda FAMILIARES e AMIGOS. Seu corpo foi velado no SALÃO NOBRE II, e seu sepultamento deu-se em 21/10/2019, às 11h, no CEMITÉRIO MEMORIAL BAURU.

PLANO FAMILIAR A PARTIR DE R\$ 25,00/Mês
VENDAS PELO SITE: **MAXPREV**
www.memorialbauru.com.br - f: 3233-3030 O MÁXIMO EM PREVENÇÃO

CENTRO VELATÓRIO TERRA BRANCA Jardim dos Lírios Cemitério Parque (14)3223-8011 (14)3234-3428

Falecimentos
BENEDITO GOMES DE MORAES
Ocorrido às 10h35, em 20/10/2019, com 72 anos. Deixa viúva a sra MARIA APARECIDA BASSO DE MORAES e as filhas ANDREA e PATRICIA. A cerimônia de Cremação deu-se em 20/10/2019, no CREMATÓRIO REGIONAL JARDIM DOS LÍRIOS, na cidade de Bauru.

FERNANDA DE SOUZA MAIA
Ocorrido em 20/10/2019, com 43 anos. Deixa o filho LEONARDO. Seu sepultamento deu-se em 21/10/2019, às 10h, tendo saído o seu féretro do CENTRO VELATÓRIO MARY DOTA, SALA 1, para o CEMITÉRIO DA SAUDADE, na cidade de Bauru.

JOSÉ ROBERTO AUGUSTO DA SILVA
Ocorrido às 12h44, em 20/10/2019, com 58 anos. Deixa parentes e amigos. Seu sepultamento deu-se em 21/10/2019, às 16h, tendo saído o seu féretro do CENTRO VELATÓRIO, SALA 1, para o CEMITÉRIO DO REDENTOR, na cidade de Bauru.

ANGELA APARECIDA GARCIA RODRIGUES
Ocorrido às 02h30, em 21/10/2019, com 58 anos. Deixa viúvo o sr NEVILLE BOCHICHI e o filho EDWIN. Deixa ainda a neta MANUELLA e a nora ARIENE. Seu sepultamento deu-se em 21/10/2019, às 16h30, tendo saído o seu féretro do CENTRO VELATÓRIO, SALA 3, para o CEMITÉRIO PARQUE JARDIM DOS LÍRIOS, na cidade de Bauru.

EDITE DA SILVA PEDRO
Ocorrido em 21/10/2019, com 58 anos. Deixa viúvo o sr OSVALDO JOSÉ PEDRO e os filhos GRAZIELLE e SIDNEI. Seu sepultamento dar-se-á em 22/10/2019, às 8h45, saindo o seu féretro do CENTRO VELATÓRIO, SALA 5, para o CEMITÉRIO SÃO PEDRO, na cidade de Tibiricá/SP.

ALMIRA BENEDITA DO NASCIMENTO MELANDA
Ocorrido às 8h18, em 21/10/2019, com 74 anos. Era viúva do sr ANTONIO COSTA MELANDA. Deixa familiares e amigos. Seu sepultamento dar-se-á em 22/10/2019, às 9h, saindo o seu féretro do CENTRO VELATÓRIO FALCÃO, SALA 1, para o CEMITÉRIO CRISTO REI, na cidade de Bauru.

www.jardimdoslirios.com.br
agora com Crematório Regional e Cemitério Parque

MUNICÍPIO DE JAHU SUSPENSÃO
PROCESSO nº 3145-PG/2019 – MODALIDADE: Pregão Presencial nº 044/2019
OBJETO: AQUISIÇÃO DE MEDICAMENTOS E MATERIAIS DE ENFERMAGEM PARA USO DO CANIL MUNICIPAL, CLÍNICA VETERINÁRIA MUNICIPAL E SEMOV (CASTRAMOVEL) DE ACORDO COM NECESSIDADE DO MUNICÍPIO, PELO PERÍODO DE 12 (DOZE) MESES.
O Município de Jahu torna público a todos os interessados, que a licitação supramencionada para retificação do Edital.
Jahu, 18 de outubro de 2019.
SILVIA HELENA SORGI
Secretária de Economia e Finanças

MUNICÍPIO DE AGUDOS AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO (PRESENCIAL) Nº 050/2019
EDITAL Nº 077/2019
PROCESSO Nº 090/2019
TIPO: MENOR PREÇO POR ITEM
OBJETO: Registro de Preços para futura e eventual aquisição de 25 Unidades de Gás Liquefeito de Petróleo, envasado em cilindro P-45 e 250 Unidades de Gás Liquefeito de Petróleo, envasado em botijão P-13, para diversas Secretarias deste Município conforme especificações constantes do Anexo II Termo de Referência.
DATA DA REALIZAÇÃO DA SESSÃO: 31/10/2019.
HORÁRIO DE INÍCIO DA SESSÃO: 09h00.
LOCAL DA REALIZAÇÃO DA SESSÃO: DEPARTAMENTO DE COMPRAS E LICITAÇÕES, localizado na Avenida Celidonio Neto nº 698 – Centro – CEP 17.120-023 – Agudos – SP.
ESCLARECIMENTOS E IMPUGNAÇÕES: DEPARTAMENTO DE COMPRAS E LICITAÇÕES, localizado na Avenida Celidonio Neto nº 698 – Centro – CEP 17.120-023 – Agudos – SP – Telefone (0XX14) 3261-3331 – E-mail: licitacao@agudos.sp.gov.br. Agudos, segunda-feira, 21 de outubro de 2019. Altair Francisco Silva, Prefeito Municipal de Agudos.

PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE AGUDOS/SP
PROCEDIMENTO LICITATÓRIO N. 078/2019
TOMADA DE PREÇOS N. 004/2019
ADJUDICAÇÃO E HOMOLOGAÇÃO
Conforme Procedimento Licitatório nº. 078/2019, Tomada de Preços nº. 004/2019, ADJUDICO o objeto do referido procedimento, que consiste na contratação de empresa especializada com fornecimento de material e mão de obra para a execução de serviços de cobertura metálica e madeira, na Emefei Profª Sílvia Maria Amato Trigo, no Município de Agudos, Estado de São Paulo, com o fornecimento de mão-de-obra, materiais e equipamentos necessários à completa e perfeita execução de todos os elementos definidos no PROJETO EXECUTIVO e MEMORIAL DESCRITIVO a favor da empresa: D. C. A. DE SOUZA. - CNPJ (MF) sob nº 15.566.141/0001-43 pelo valor global de R\$ 419.434,29 (quatrocentos e noventa mil, quatrocentos e trinta e quatro reais e vinte e nove centavos), HOMOLOGO o referido procedimento pelo que consta e para os efeitos da Lei. Intime-se para assinatura do termo contratual pelas condições proposta, conforme procedimento previsto no Edital do referido certame licitatório. Agudos/SP, 21 de outubro de 2019. Altair Francisco Silva, Prefeito Municipal de Agudos/SP.

É NOTÍCIA?
Envie textos, fotos e vídeos para o nosso WhatsApp
99754-5396

Jornal da Cidade
Bauru e grande região
ICNET.com.br