

71 mil pessoas devem deixar a capital no feriado

Ferry e rodoviária já apresentam aumento no movimento; PRF vai fazer operação nas estradas

POR: QUÉZIA SILVA
ESTAGIARIA

Uma época de celebrações, reflexões e de se reunir com a família e amigos. A Páscoa, além de ser uma das datas mais doces do calendário, é uma das mais esperadas para quem vai viajar. Arrumar a mala e cair na estrada é muito bom. No entanto, o que é melhor é curtir o feriadão com segurança e evitar possíveis transtornos no meio do caminho. Para quem vai pelas rodovias com o próprio veículo, é hora de fazer a revisão. Para quem vai de ônibus, se puder antecipar a passagem, é importante. E para aqueles que vão para as ilhas da Baía de Todos-os-Santos é bom estar preparado também.

De acordo com a Agência Estadual de Regulação de Serviços Públicos de Energia, Transportes e Comunicações da Bahia (Agerba), a estimativa é que cerca de 71 mil pessoas deixem a capital baiana para aproveitar o feriado nas cidades do interior do estado por meio dos transportes intermunicipais. As cidades

mais procuradas este ano são do sul e extremo sul do estado, como é o caso de Porto Seguro, Itacaré, Itabuna, Teixeira de Freitas, Juazeiro, Barreiras e Lençóis, sem contar as cidades da região metropolitana de Salvador e do Recôncavo Baiano.

OPERAÇÃO DA PRF-BA

A Semana Santa é o segundo feriado que gera maior fluxo nas estradas baianas ficando atrás apenas do São João. Diante disso, a Polícia Rodoviária Federal na Bahia (PRF-BA), iniciou hoje (6) a Operação Semana Santa 2023. Essa ação tem o intuito de garantir a segurança nas estradas, ter uma melhor mobilidade e também de preservar vidas durante o feriado. A PRF-BA também ressalta que haverá restrições para veículos de carga pesada nas rodovias de pistas simples nos municípios de Correntina, Rio Real, Paulo Afonso, Maragogipe, Jequié, Pojuca, Barreiras, dentre outros. Os dias e horários das restrições são hoje (6) das 16h às 22h; amanhã (7) das 6h às 12h e domingo (9) das 16h às 22h.

Geralmente, em datas especiais como a Páscoa,



Foto: Romildo de Jesus

TRAVESSIA

Fluxo de veículos já é maior para quem vai embarcar pelo ferry-boat com destino às ilhas

muitos condutores costumam exagerar nas bebidas alcoólicas, por exemplo. Com isso, agentes da PRF estarão nas ruas promovendo ações em combate a embriaguez ao volante, assim como fazer o controle de velocidade, fiscalizar as ultrapassagens proibidas, orientar o uso do cinto de segurança e também coibir o uso de celular ao volante, e

consequentemente, evitar acidentes nas estradas.

RODOVIÁRIA

Quem não tem carro ou quem tem e quer economizar no combustível, opta por seguir viagem com os ônibus intermunicipais. Considerando o grande fluxo de passageiros que é esperado para a época, o Terminal Rodoviário

de Salvador fará uma operação de reforço. Além dos 540 horários que são disponíveis todos os dias, a Agerba autorizou mais 100 horários extras para o período de Páscoa. Esse reforço nos horários teve início ontem (5) e seguirá até a próxima segunda-feira (10). Além disso, nos principais terminais e nas estradas baianas a Agerba fará fiscaliza-

ções dos transportes para impedir viagens irregulares.

FERRYBOAT

Para os viajantes que amam apreciar as águas belíssimas da Baía de Todos-os-Santos, tem a opção de utilizar o sistema Ferryboat. A Internacional Travessias Salvador (ITS) confirma que 6 ferries estarão disponíveis para este feriado. São eles: Zumbidos Palmares, Rio Paraguaiçu, Pinheiro, Anna Nery, Dorival Caymmi e Maria Bethânia. Ainda de acordo com a empresa, além dos horários de viagens regulares, os passageiros também poderão contar com horários extras nos momentos de maior fluxo.

Para os motoristas que desejam se antecipar, no SAC Digital é possível realizar agendamento para embarcar, mas o pagamento do ticket só pode ser feito no guichê de maneira presencial. No serviço Hora Marcada, já tem vagas disponíveis para compra. A operação especial do ferry em feriados prolongados conta com apoio de órgãos de Salvador e Itaparica a exemplo da Transalvador, Corpo de Bombeiros, SAMU, Polícia Militar Rodoviária, Polícia Civil, dentre outros.

Exageros na Semana Santa podem causar problemas de saúde

RODRIGO FERREIRA
ESTAGIARIO

A época da Semana Santa é de reunir e celebrar com familiares, amigos e exagerar na comida. Mas estes exageros cometidos na ceia podem resultar em problemas graves de saúde como a intoxicação alimentar. Comer demais pode acarretar neste problema e estragar o feriado das pessoas.

Tradicionalmente aqui na Bahia, as refeições deste período costumam levar azeite de dendê nas preparações. São pratos com muita gordura e que o consumo pode levar ao mal-estar. Também manejar o consumo de bebidas alcoólicas no período festivo contribui para evitar que o cidadão tenha que buscar uma ajuda médica.

O cardiologista Marcos Barojas, que é sócio da Sociedade de Cardiologia da Bahia (SBC-BA) conversou sobre os perigos dos excessos durante o feriado: "Como

em qualquer momento festivo, a gente tem uma relação muito forte com o alimento. Essa fatura do período tem que ter cuidado com alguns elementos. A carga calórica, a carga de sódio e o valor lipídico. Não dá para fazer três pratos na ceia", pontuou.

Dr. Marcos ainda explica que muitos elementos da tradicional ceia tem valor calórico alto, isso significa gordura. A recomendação é reduzir a ingestão de alimentos gordurosos: "1g de gordura tem 9Kcal e 1g de proteína tem só 4Kcal. Alimentos ricos em gordura acabam gerando impacto no peso. Correndo risco de obesidade".

As comidas típicas da pascoa tem muito sódio devido a forma de preparo. O tempero. Para isso, a dica é evitar o uso de condimentos industrializados. Os chocolates e as bebidas alcoólicas em excesso também são vilões nesse período. O álcool é cardiotoxicó e não faz bem para o coração.

Pessoas que possuem

diabetes ou tem problemas de hipertensão precisam evitar muitos dos alimentos encontrados na refeição do feriado. Para os diabéticos, alimentos ricos em calorias e açúcar. Chocolates, pães, batata, macarrão, cuscuz e tapioca são vilões para pessoas nessa condição. Mas uma recomendação é estar atento a glicemia. Fazer o pré e pós avaliação. O pré, antes de se alimentar e o pós meia hora, ou após uma hora da ingestão para saber o perfil do corpo no gerenciamento.

O hipertenso deve evitar alimentos que provoquem o aumento de peso, consequentemente aumentada pressão arterial. Sódio e álcool são vilões, principalmente o álcool. Mais de 600ml de álcool já deve ligar o alerta.

A Dr^a. Marianna Andrade, diretora de prevenção cardiovascular da SBC-BA relembra que a alimentação pode ser fonte de saúde, mas se feita inadequada, pode provocar doenças. Ainda faz um apelo

convocando a população para que não percam a rotina alimentar que promove a saúde cardiovascular.

A nutricionista Débora Macedo dá dicas e recomendações para que as famílias baianas tenham uma ceia de forma saudável. "Como os pratos típicos costumam levar azeite de dendê e são fritos, é interessante comer antes da refeição familiar uma salada de folhas cruas. Elas têm fibras que ajudam na digestão. Você chegará mais saciado e posteriormente irá comer menos".

Outra indicação da Dr^a Débora são chás digestivos após as refeições: "Chás como de boldo, erva-doce e gengibre são excelentes porque auxiliam na digestão da gordura e melhora a distensão abdominal, a queimação e as náuseas", pontuou.

As recomendações para diabéticos e hipertensos são que escolham chocolates de boa qualidade, pelo menos com 70% de cacau.

CULTURA

Festa Literária de Praia do Forte anuncia programação

Na última terça-feira (4), foi divulgada a programação completa, estrutura e as novidades da 4ª edição da FLIPF - Festa Literária Internacional da Praia do Forte, durante coletiva de imprensa na Livraria LDM, do Shopping Bela Vista. O evento contou com a presença dos curadores responsáveis pelos quatro principais espaços da festa: a jornalista e pesquisadora Edma de Góis, o escritor baiano Anderson Shon, a criadora do projeto de incentivo à leitura infantil @maequele, Emília Nuñez, a antropóloga Bárbara Falcón, além da diretora geral da FLIPF, Vanessa Vieira, da Trevo Produções e da diretora de

comunicação, Joana Marambaia, da Gabiroba Cultural.

Com o tema "Voam sonhos nas asas da esperança", a FLIPF reunirá, em quatro dias de evento, de 4 a 7 de maio, mais de 140 convidados, apresentando ao público o universo da literatura sob o olhar e conhecimento de autores baianos, nacionais e internacionais, atrações musicais como João Bosco, na sexta, e Antônio Nóbrega, no sábado, ambos no Projeto Tamar, feira de empreendedoris, oficinas, slam, sarau e muito mais. Para a diretora geral, o livro é a semente de esperança para um mundo melhor.

ARTIGO

Adary Oliveira

A Bahia novamente internacional

Está de parabéns o Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae), representação no Estado da Bahia, por recolocar Salvador no cenário internacional de petróleo, gás natural e petroquímica com a realização do "Bahia Oil & Gas Energy 2023". O assunto é de alta importância para a economia no campo do petróleo e gás natural, notadamente etapas de exploração, produção, transporte, refino, petroquímica, naval e transição energética. Esta conferência deverá ser realizada todos os anos alternadamente em Mossoró, Rio Grande do Norte, e Sal-

vador, Bahia, estados de maior produção privada de petróleo e gás natural no Brasil.

O evento será realizado de 23 a 25 de maio deste ano, no Centro de Convenções de Salvador. O acesso será gratuito e os estudantes, empreendedores de startups, empresários e o público em geral, terão oportunidade de conversar com técnicos da Acelen, operadora da Refinaria de Mataripe, a segunda maior refinaria do País, e do Temadre, o segundo maior terminal marítimo do Brasil e com representantes da Braskem, empresa que nasceu aqui em Camaçari e é atualmente umas das maiores petroquímicas do mundo, com 41 unidades industriais espalhadas pelas Américas e Europa. Estarão presentes pequenos explorado-

res de petróleo e gás natural, o menor refinador de petróleo do Brasil, fabricantes de artigos de plásticos e de outros petroquímicos de terceira geração.

Nos diversos estandes com suas mesas de negócios e de distribuição de materiais informativos, os fornecedores de bens e serviços terão oportunidade de interagir com os produtores, operadores, transportadores e investidores, iniciando afazeres, trocando informações e buscando novos empreendimentos. Estarão também em seus postos de trabalho funcionários públicos de todos os governos (municipal, estadual e federal) mostrando os apoios oferecidos para iniciantes de novos negócios, junto com os bancos de fomento e instituições de crédito.

Os expositores, estimados em número de cem, complementarão o ambiente de realizações e de aprendizado que será dominado por palestras versando sobre o panorama atual do setora

Bahia e no Nordeste. No local, em auditório para 250 pessoas, terá-se a oportunidade de discutir a evolução da indústria nos próximos anos. Os palestrantes se rezeirão durante os três dias do evento. Além disso, serão montadas Arenas de Inovação e ESG (Environmental, Social and Governance) constituindo-se de espaços dedicados ao intercâmbio de ideias visando a promoção de atividades relacionadas com tecnologia, inovação, meio ambiente, transição energética e sustentabilidade.

Haverá também espaço para apresentação de trabalhos técnicos com ênfase nas áreas de geologia e geofísica, operação e manutenção em todos os segmentos do setor (upstream, midstream e downstream). A realização terá cumprido plenamente seus objetivos de conseguir interagir com a sociedade como um todo, mas principalmente com as pessoas ligadas à academia. Se você, sua faculdade, sua escola técnica, seu centro de pesquisa ou mesmo sua empresa, trabalha numa das áreas, terá a chance de compartilhar suas ideias e conhecimentos com outros profissionais e empresas dessedemônio.

O Bahia O&G espera ter a presença de dois mil participantes, com estandes, representantes de dez países e de cinco segmentos de óleo e gás. Tudo muito bem planejado pelo Sebrae, sem faltar as praças de alimentação onde, nesse particular a Bahia sabe fazer acontecer com sua excepcional culinária. A ideia de organização do simpósio surgiu numa das reuniões do Comitê de Petróleo e Gás, organização pertencente ao Instituto Politécnico da Bahia (IPB). O IPB surgiu em 1896 e desde que Arlindo Fragofo fundou a Escola Politécnica em 14 de março de 1897, hoje ministrando 11 cursos de engenharia e integrante da Universidade Federal da Bahia (UFBA), que ele deixou de semear novos frutos para o Estado da Bahia.

Adary Oliveira é engenheiro químico e professor (Dr.) - adary347@gmail.com

PREFEITURA MUNICIPAL DE EUCLIDES DA CUNHA

CNPJ Nº. 13.698.774/0001-80

PREGÃO ELETRÔNICO Nº. 027/2023

A Pregoeira torna público aos interessados que se realizará licitação na modalidade Pregão Eletrônico nº 023/2023, Processo Administrativo nº 121/2023, Tipo: MENOR PREÇO POR LOTE, Objeto: Contratação de Empresa especializada na prestação de serviço de Confeção/Execução de Materiais Gráficos diversos, visando atender as necessidades da Prefeitura Municipal de Euclides da Cunha e suas Secretarias Municipais. Sessão Dia: 19/04/2023 às 09h00min. O Edital estará disponível nos endereços eletrônicos: <https://bilcompras.com> e <http://euclidesdacunha.ba.gov.br/licitações>. Informações através do tel. (75) 3271-1410 das 08:00 às 12:00 horas. Carla Carolina de Oliveira Barreto Rocha - Pregoeira Oficial

PREFEITURA MUNICIPAL DE ITAGUAÇU DA BAHIA

EXTRATO DE PRIMEIRO TERMO ADITIVO DE PRAZO

Contrato: nº 041/2022 - Contratante: PREFEITURA MUNICIPAL DE ITAGUAÇU DA BAHIA. Contratado: ARRUDA ENGENHARIA EIRELI. CNPJ nº 09.813.466/0001-80. Objeto: Fica prorrogado o prazo vigente por mais 12 (doze) meses, alterando sua vigência de 20 de janeiro de 2023 para 20 de janeiro de 2024. Itaguaçu da Bahia - Bahia, data de assinatura do aditivo em 19 de janeiro de 2023. Adão Alves de Carvalho Filho - Prefeito Municipal.

EXTRATO DE PRIMEIRO TERMO ADITIVO DE PRAZO

Contrato: nº 069/2022 - Contratante: PREFEITURA MUNICIPAL DE ITAGUAÇU DA BAHIA. Contratado: TERCOMP TRANSPORTE, CONSTRUÇÕES, PROJETOS E SERVIÇOS LTDA, CNPJ nº 23.643827/0001-19. Objeto: Fica prorrogado o prazo vigente por mais 12 (doze) meses, alterando sua vigência de 03 de fevereiro de 2023 para 03 de fevereiro de 2024. Itaguaçu da Bahia - Bahia, data de assinatura do aditivo em 02 de fevereiro de 2023. Adão Alves de Carvalho Filho - Prefeito Municipal.

SINDICATO DOS TRABALHADORES EM CORREIOS E TELEGRAFOS NO ESTADO DA BAHIA SINCOTELBA

Rua dos Bandeirantes, 17 Matatu CEP. 40.255-120 Salvador/Bahia CNPJ: 16.302.663/0001-09
Telefones: (71) 3321-1713/Fax ramal 23 e-mail - sincotelbahia@uol.com.br
Isto de Inscrição Estadual

EDITAL DE CONVOCAÇÃO DE ASSEMBLEIAS GERAIS EXTRAORDINÁRIAS

O presidente do Sindicato dos Trabalhadores em Correios e Telégrafos no Estado da Bahia-Sincotelba, Josué Canto dos Santos, no uso de suas atribuições estatutárias e conforme o disposto no art. 17, parágrafo 9º, do Estatuto da FENPECT, convoca os(as) trabalhadores(as) em gozo de seus direitos como associados(as) para as assembleias gerais extraordinárias a serem realizadas no dia 11 de ABRIL DE 2023, nos locais e horários abaixo, com a seguinte pauta: 1 - Eleição dos(as) delegados (as) que representarão a Bahia no 14º CONTECT da FENPECT em Brasília, nos dias 29 de junho a 01 de julho de 2023. A delegação da Bahia será composta de 11 (onze) delegados (as), cumprindo obrigatoriamente a cota de 30% de mulheres, eleitos nas seguintes cidades: 01 (um) em Salvador, 01(um) em Teixeira de Freitas, 01(um) em Feira de Santana, 01 (um) em Barreiras, 01(um) em Juazeiro, 01 (um) em Bom Jesus da Lapa, 01(um) em Paulo Afonso, 01(um) em Ilhéus, 01(um) em Vitória da Conquista, 01(um) em Itaberaba e 01(um) em Itapetinga nos seguintes horários e endereços: 1) Salvador - na Sede do SINCOTELBA, na rua dos Bandeirantes, 17 - Matatu, CEP 40.255-120, Salvador/BA, às 18h00min em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 19h00min em 2ª convocação, com qualquer número; 2) Feira de Santana - em frente ao COMPLEXO CAPUCHINHOS, na Av. Presidente Dutra, 1376 - Ponto Central, CEP: 44075-971, Feira de Santana/BA, às 17h em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 17h em 2ª convocação, com qualquer número; 3) Teixeira de Freitas - em frente ao CDD TEIXEIRA DE FREITAS, na Av. Antônio Carlos Magalhães, 444 - Jardim Europa, CEP: 45987-970, Teixeira de Freitas/BA, às 16h em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 17h em 2ª convocação, com qualquer número; 4) Juazeiro - em frente ao CDD JUAZEIRO, na Rua José Pettlinga, 03, Santo Antônio, CEP: 48903-971-Juazeiro/BA, às 16h em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 17h em 2ª convocação, com qualquer número; 5) Bom Jesus da Lapa - em frente a AC BOM JESUS DA LAPA, na Av. Almirante Beirute, 191, Nova Brasília, CEP: 47600-959, Bom Jesus da Lapa/BA, às 16h em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 17h em 2ª convocação, com qualquer número; 6) Paulo Afonso - em frente do CDD PAULO AFONSO, na Av. Eraldo Rocha, 65, São Vicente, CEP: 48603-971, Paulo Afonso/BA, às 6h30min em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 7h30min em 2ª convocação, com qualquer número; 7) Barreiras - em frente do CDD BARREIRAS, na Rua 24 de Outubro, 234, Centro, CEP: 47800-971, Barreiras/BA, às 6h30min em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 7h30min em 2ª convocação, com qualquer número; 8) Vitória da Conquista - em frente ao CDD VITÓRIA DA CONQUISTA, na Av. Juraci Magalhães, 800, Centro, CEP: 45.026-970, Vitória da Conquista/BA, às 16h30min em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 17h30min em 2ª convocação, com qualquer número; 9) Ilhéus - em frente ao CDD ILHÉUS, na Rua Marquês de Paranaguá, 200, Centro, CEP: 45653-971, Ilhéus/BA, às 17h00min em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 18h00min em 2ª convocação, com qualquer número; 10) Itapetinga - em frente ao CDD ITAPETINGA, na Rua Agenor santos, S/Nº, Centro, CEP: 45.700-000, Itapetinga/BA; às 17h00min em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 18h00min em 2ª convocação, com qualquer número; 11) Itaberaba - em frente ao CDD ITABERABA, na Praça Flávio Silvanly, 30, Centro, CEP: 46880-971, Itaberaba/BA, às 17h00min em 1ª convocação, com maioria dos seus associados e às 18h00min em 2ª convocação, com qualquer número;

Salvador, 06 de abril de 2023. Josué Canto dos Santos - Presidente.

PREFEITURA MUNICIPAL DE EUCLIDES DA CUNHA

CNPJ Nº. 13.698.774/0001-80

TOMADA DE PREÇO Nº. 005/2023

AVISO DE LICITAÇÃO

A Presidente da CPL torna público aos interessados que se realizará licitação na modalidade Tomada de Preço nº 005/2023, Processo 131/2023, Tipo: MENOR PREÇO GLO-BAL, Objeto: Contratação de empresa para reforma do Estádio Municipal Luiz Agres de Carvalho no Município de Euclides da Cunha-BA. Às 09:00 horas do dia 25/04/2023 e será realizada na sala de reuniões da CPL na Prefeitura Municipal de Euclides da Cunha - Bahia, local Centro Administrativo Municipal, s/nº, Bairro Jeremias. Maiores informações através do tel. (75) 3271-1410 das 08:00 hrs às 12:00 horas. Os interessados poderão obter o Edital e seus anexos no site da Prefeitura Municipal de Euclides da Cunha - BA, <https://www.euclidesdacunha.ba.gov.br> ou na sala da Comissão Permanente de Licitação, das 08h às 12h. Carla Carolina de O. B. Rocha - Presidente da Comissão Permanente de Licitação.

PREFEITURA MUNICIPAL DE MADRE DE DEUS

CNPJ Nº 33.919.960/0001-09

AVISO DE LICITAÇÃO

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 018/2023

A Prefeitura Municipal de Madre de Deus comunica aos interessados que realizará licitação, modalidade: P.E. nº 018/2023 no dia 20/04/2023 às 09h00min. Objeto: Contratação de empresa especializada para prestação de serviços de manutenção preventiva, manutenção corretiva, operação de monitoramento com apoio tecnológico (software e Hardware) de inteligência, processamento e análise de imagem gravada para fiscalização das vias, do trânsito, do fluxo, dos próprios públicos, dentre outros serviços da Secretaria de Segurança Cidadã com gestão de qualidade dos serviços gerando relatórios de BI (Business Intelligence). Monitoramento de ativos com alertas em tempo real e níveis de serviços baseados em definições de software com automação de processos eletrônicos de acesso a relatórios, no Sistema de CFTV do município. Edital: https://diario.indap.org.br/?estado_id=5&cidade_id=2067&cidade=Madre%20de%20Deus&estado=BA&orgao=Prefeitura e www.bli.org.br Madre de Deus-BA. 05 de abril de 2023. Elaine Cristina de Jesus Santana. Pregoeira.