

EXTRATO

ESPÉCIE: Contrato n. 020/2018.

FUNDAMENTO: Processo n. 2017.10000.10718.0.001172

OBJETO: Contratação de empresa para fornecimento de materiais gráficos diversos, por demanda, para atender às necessidades da Câmara Municipal de Manaus, conforme as especificações do Termo de Referência, resultante do Pregão N.º 007/2017-CPL/CMM, para Sistema de Registro de Preços.

PRAZO: O prazo de vigência do presente contrato poderá chegar ao seu termo final com a prestação de serviços e/ou entrega de todo o seu objeto e a consequente liquidação da despesa, de acordo com o prazo de validade da Ata de Registro de Preço n.º 004/2017, resultante do Pregão N.º 007/2017-SRP/CPL/CMM.

VALOR: Global R\$ 260.600,00 (duzentos e sessenta mil e seiscentos reais).


DOTAÇÃO ORÇAMENTÁRIA: As despesas decorrentes do presente contrato correrão à conta da seguinte dotação orçamentária: 01.122.0122.2180, fonte 100, natureza da despesa 33903063 – Material Gráfico, Nota de Empenho 2018NE00714, datada de 16/08/2018, no Valor de R\$ 260.600,00 (duzentos e sessenta mil e seiscentos reais).

SIGNATÁRIOS: MAURICIO WILKER DE AZEVEDO BARRETO, pela CMM e o senhor CARLOS ALBERTO MARTINHO JUNIOR, pela empresa M e T Comércio e Serviços Gráficos Ltda – EPP.

Cientifique-se, cumpra-se e publique-se.

Manaus, 16 de agosto de 2018.

MAURICIO WILKER DE AZEVEDO BARRETO
Presidente da Câmara Municipal de Manaus



HIPERTENSÃO ARTERIAL
Como evitar, diagnosticar e controlar a pressão alta

<p>■ Fatores de risco</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Não ter uma alimentação saudável ➤ Não praticar atividade física regular ➤ Ingerir muito sal ➤ Consumir álcool de forma exagerada ➤ Tabagismo ➤ Histórico de hipertensão na família 	<p>■ Diagnóstico</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ É fundamental o diagnóstico precoce, obtido por meio da aferição dos níveis de pressão ➤ Além da aferição em consultório, a pressão alta pode ser diagnosticada e acompanhada por meio de monitorização residencial, com o uso de equipamentos domésticos ➤ Em indivíduos saudáveis, a pressão arterial considerada ótima deve ser de 12 por 8; normal, 13 por 8; e limítrofe, 14 por 9 ➤ É importante aferir a pressão regularmente para que, a qualquer sinal de alteração, a pessoa procure um médico ➤ Após diagnosticada a doença, o paciente deve fazer uso da medicação para o controle da moléstia
---	--



BrasalVEÍCULOS

PAZ no TRÂNSITO

10 Dicas que contribuem para Paz no Trânsito

- Farol aceso, mesmo durante o dia.**
- Lembre-se, você não está em uma corrida!**
- Hoje não é seu dia? Repense se precisa mesmo dirigir!**
- Pedestres tem sempre preferência.**
- Choveu? Triplique a atenção!**
- Acomode-se corretamente ao dirigir.**
- Saia do Whatsapp e dirija!**
- Lugar de criança é no banco traseiro!**
- Pare em semáforos de madrugada!**
- Mantenha suas manutenções em dia!**