

SILVANA FERREIRA DA CONCEIÇÃO
SILVANA GONÇALVES DA SILVA
SINARA ROSA QUEIROZ NATIVIDADE
SOCORRO SOLANGE GOMES VALENTE
SORAYA SEIXAS NUNES COLARES
TEILA MARIA SILVA DE SOUZA
THIAGO JONATAS FERREIRA CÂMARA
VALVERNAGUE ARAÚJO MELO
WAGNER FARIAS DE SENA
WALTER BARBOSA DOS SANTOS
WELLINGTON MENEZES DA SILVA
WICTOR DE SÃO PAULO AGUIAR
WILSON LIARTE GUEDES
YETE ROSAS DE MENDONÇA
ZAHYRA MARIA MOURA MONTECONRADO

ATO DA PRESIDÊNCIA Nº 170/2014 – GP/DIAD

JOÃO BOSCO GOMES SARAIVA, Presidente da Câmara Municipal de Manaus, no uso das atribuições que lhe confere o art. 21, Inciso I, alínea "a", do Regimento Interno;

CONSIDERANDO as Leis Municipais 157/2005, 187/2007, 192/2008, 200/2008, 210/2009, 327, de 19/12/2012 e 335/2013 de 19/02/2013;

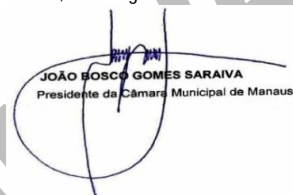
RESOLVE,


I - NOMEAR, a contar de 01 de setembro de 2014, nos termos do Art. 9º, Inciso I, c/c Art. 11, Inciso II, da Lei nº 1.118, de 1º de setembro de 1971 a senhora **GABRIELA DA SILVA SALES**, no Cargo Comissionado de Assessor Legislativo II, CCAL-2.

II - REVOGAM-SE as disposições em contrário.


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

Manaus, 25 de agosto de 2014.



JOÃO BOSCO GOMES SARAIVA
 Presidente da Câmara Municipal de Manaus



MANAUS



OUVIDORIA
CÂMARA MUNICIPAL DE MANAUS
(CMM)



OUVIDORIA
CÂMARA MUNICIPAL DE MANAUS
(CMM)

Presidente da Câmara Municipal de Manaus (CMM)
Vereador Bosco Saraiva

Ouvidor Geral da Câmara Municipal de Manaus (CMM)
Vereador Hiram Nicolau

Rua Padre Agostinho Caballero Martin, 850 São Raimundo
69027-020 - Manaus - Amazonas - Brasil
<http://www.cmm.am.gov.br>

Fala CIDADÃO
3303-2700

Canal Aberto ao Cidadão

PORTARIA Nº 019/2014 – GP/ DIAD

CONSTITUI Comissão para acompanhamento e fiscalização do Contrato n. 023/2013.

JOÃO BOSCO GOMES SARAIVA, Presidente da Câmara Municipal de Manaus, no uso das atribuições que lhe confere o art. 21, Parágrafo Único, do Regimento Interno;

CONSIDERANDO o disposto no Art. 67 e seus respectivos parágrafos da Lei n. 8.666/93

RESOLVE,

I - CONSTITUIR Comissão, composta pelos servidores abaixo relacionados, para acompanhamento e fiscalização, na forma identificada nos Termos do Contrato n. 023/2013, sem ônus para este Poder Legislativo:

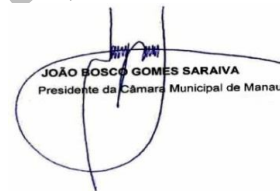
ENILDO JOSE BRITO MARINHO
MARIA DO SOCORRO LOPES MIRANDA

II – Esta Portaria entrará em vigor operando seus efeitos a contar da assinatura do contrato supracitado.

III - REVOGAM-SE as disposições em contrário.

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

Manaus, 21 de maio de 2014.


JOÃO BOSCO GOMES SARAIVA
 Presidente da Câmara Municipal de Manaus

DICAS DE SAÚDE**Comer pão no café da manhã**

É recomendado o consumo diário de até 6 porções de alimentos ricos em carboidrato. O pãozinho garante energia para encarar o dia.

**Comer frutas, verduras, legumes**

São recomendadas três porções de frutas e três de verduras por dia. Os vegetais facilitam a digestão e combatem o colesterol ruim.

**Comer feijão com arroz**

A combinação é rica em proteínas e faz muito bem à saúde. O Ministério recomenda uma proporção de uma parte de feijão para duas de arroz.

**Temperar a salada com limão**

A vitamina C vinda de frutas aumenta o benefício do ferro e de outros minerais de origem vegetal.

Fonte: Bem Estar