

Poder Legislativo

AVISO DE CREDENCIAMENTO CHAMAMENTO PÚBLICO Nº 001/2024-CMM

A CÂMARA MUNICIPAL DE MANAUS, considerando o Edital do processo de INEXIGIBILIDADE – TIPO CREDENCIAMENTO POR CHAMAMENTO PÚBLICO Nº 001/2024-CMM, torna público para quem possa interessar, que com base na Lei Federal nº 14.133/21, realizará procedimento de CREDENCIAMENTO DE EMPRESA ESPECIALIZADA NO FORNECIMENTO DE GASOLINA e ÓLEO DIESEL S-10, para atender as necessidades da Câmara Municipal de Manaus, oriundo do Processo Administrativo n.º 2024.10000.10718.0.001049. O credenciamento ocorrerá no período de 25 de abril de 2024 a 24 de abril de 2025, ou, quando colidirem interessados, dentro do período de vigência do presente Edital.

O Edital encontram-se, exclusivamente, à disposição dos interessados no Portal <http://www.cmm.am.gov.br>

Manaus, 24 de abril de 2024.

KELLY CRISTINA SANTOS COSTA
Agente de Contratação

ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR KELLY CRISTINA SANTOS COSTA - TÉCNICO(A) LEGISLATIVO - AUTORIA - EM 24/04/2024 11:31:30
CÓDIGO DE VERIFICAÇÃO : E130342F0013C94D . CONSULTE EM <https://camaradigital.cmm.am.gov.br/verificador>

DICAS DE SAÚDE

 <p>Comer carne vermelha e peixe</p> <p>Um pedaço de carne, mesmo pequeno, também aumenta a absorção de ferro. O peixe contém gordura insaturada que não faz mal à saúde.</p>	 <p>Tomar leite</p> <p>Leite tem proteínas, vitaminas e é a nossa principal fonte de cálcio. É um alimento essencial em todas as fases da vida.</p>
 <p>Comer coração de galinha</p> <p>É uma importante fonte de ferro, que combate a anemia, principalmente em crianças, jovens, idosos e mulheres em idade fértil.</p>	 <p>Dançar</p> <p>O Ministério recomenda pelo menos 30 minutos de atividade física todos os dias. Dançar é uma maneira fácil e divertida de cumprir a meta.</p>
 <p>Caminhar</p> <p>Melhor que correr por aí é caminhar. O Ministério da Saúde recomenda pequenos intervalos ao longo do dia para uma caminhada rápida.</p>	 <p>Beber água de boa qualidade</p> <p>Água, água de coco e sucos naturais fazem muito bem à saúde, principalmente no verão. A recomendação é beber de seis a oito copos por dia.</p>

Fonte: Bem Estar

SAIBA COMO SE PREVENIR DA INFLUENZA A (H1N1)

A **Influenza A (H1N1)** é uma doença respiratória aguda e a transmissão ocorre de pessoa a pessoa, principalmente por meio de tosse, espirro ou contato com secreções respiratórias de pessoas infectadas.

Saiba como se prevenir da gripe adotando medidas simples:

 <p>Lavar as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente depois de tossir ou espirrar.</p>	 <p>Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.</p>
 <p>Não usar medicamentos sem orientação médica. A automedicação pode ser prejudicial à saúde.</p>	 <p>Pessoas com qualquer gripe devem evitar ambientes fechados e com aglomeração de pessoas.</p>
 <p>Ao tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com um lenço, preferencialmente, descartável.</p>	 <p>Procure o seu médico ou a unidade de saúde mais próxima em caso de gripe para diagnóstico e tratamento adequados.</p>

ATENÇÃO

Se você estiver com febre acima de 38°C, tosse e apresentar dificuldade respiratória, procure seu médico ou a unidade de saúde mais próxima.

Fonte: Ministério da Saúde