

Manaus, sexta-feira, 19 de dezembro de 2025

Ano XIII, Edição 2313 - R\$ 1,00

Poder Legislativo

AVISO DE REABERTURA

A CÂMARA MUNICIPAL DE MANAUS, através de sua Pregoeira, torna público a reabertura do PREGÃO ELETRÔNICO N.º 009/2025-CMM, na forma a seguir:

Objeto: Contratação de pessoa jurídica especializada na prestação de serviços de manutenção preventiva e corretiva do sistema de Poço Artesiano, com mão de obra e fornecimento de material, conforme condições, quantidade e exigências estabelecidas neste termo de referência e seus anexos, na sede da Câmara Municipal de Manaus, conforme descrições e especificações técnicas contidas no Termo de Referência, oriundo do Processo Administrativo n.º 2025.10000.10718.0.002432.

Data e Horário: 09/01/2026, às 10:00 horas (Horário de Brasília).

O Edital encontra-se à disposição na plataforma www.licitanet.com.br e no Portal da CMM (www.cmm.am.gov.br).

Manaus, 19 de dezembro de 2025.

Helen Grace Costa Sena
Pregoeira

ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR HELEN GRACE COSTA SENA - TÉCNICO(A) LEGISLATIVO - AUTORIA - EM 19/12/2025 10:15:31
CÓDIGO DE VERIFICAÇÃO : FC02AB08001B7E9C . CONSULTE EM <https://camardigital.cmm.am.gov.br/verificador>

DICAS DE SAÚDE



Comer carne vermelha e peixe

Um pedaço de carne, mesmo pequeno, também aumenta a absorção de ferro. O peixe contém gordura insaturada que não faz mal à saúde.



Tomar leite

Leite tem proteínas, vitaminas e é a nossa principal fonte de cálcio. É um alimento essencial em todas as fases da vida.



Comer coração de galinha

É uma importante fonte de ferro, que combate a anemia, principalmente em crianças, jovens, idosos e mulheres em idade fértil.



Dançar

O Ministério recomenda pelo menos 30 minutos de atividade física todos os dias. Dançar é uma maneira fácil e divertida de cumprir a meta.



Caminhar

Mejor que correr por aí é caminhar. O Ministério da Saúde recomenda pequenos intervalos ao longo do dia para uma caminhada rápida.



Beber água de boa qualidade

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.

Fonse, Bem Estar



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!

Mantenha suas manutenções em dia!




