

Manaus, segunda-feira, 19 de dezembro de 2022

Ano X, Edição 1731 - R\$ 1,00

Poder Legislativo

Faço saber que a Câmara Municipal de Manaus aprovou, e eu PROMULGO, nos termos dos artigos 158, inciso III, 174, inciso XVII, e 229, do seu Regimento Interno; e artigos 23, inciso XX, e 68, da Lei Orgânica do Município de Manaus, o seguinte:

DECRETO LEGISLATIVO N. 590, DE 16 DE DEZEMBRO DE 2022

CONCEDE a Medalha de Ouro Altair Ferreira Thury ao Senhor Juiz Eliezer Fernandes Júnior.

Art. 1.º Fica concedida a Medalha de Ouro Altair Ferreira Thury ao Senhor Juiz Eliezer Fernandes Júnior, com base no art. 174, inciso XVII, do Regimento Interno da Câmara Municipal de Manaus, como reconhecimento pelos relevantes serviços prestados à sociedade manauara.

Art. 2.º A Câmara Municipal de Manaus adotará todas as providências necessárias para a concessão da honraria.

Art. 3.º Este Decreto Legislativo entra em vigor na data de sua publicação.

Manaus, 16 de dezembro de 2022.

Ver. **DAVID VALENTE REIS**
Presidente da Câmara Municipal de Manaus

CONSULTE EM <https://camaradigital.cmm.am.gov.br/verificador>

ARQUIVO ASSINADO DIGITALMENTE CÓDIGO DE VERIFICAÇÃO : C70B07EE000E0A7B .

Faço saber que a Câmara Municipal de Manaus aprovou, e eu PROMULGO, nos termos dos artigos 158, inciso III, 174, inciso XVII, e 229, do seu Regimento Interno; e artigos 23, inciso XX, e 68, da Lei Orgânica do Município de Manaus, o seguinte:

DECRETO LEGISLATIVO N. 591, DE 16 DE DEZEMBRO DE 2022

CONCEDE a Medalha de Ouro Altair Ferreira Thury à Senhora Juíza Bárbara Folhadela Paulain.

Art. 1.º Fica concedida a Medalha de Ouro Altair Ferreira Thury à Senhora Juíza Bárbara Folhadela Paulain, com base no art. 174, inciso XVII, do Regimento Interno da Câmara Municipal de Manaus, como reconhecimento pelos relevantes serviços prestados à sociedade manauara.

Art. 2.º A Câmara Municipal de Manaus adotará todas as providências necessárias para a concessão da honraria.

Art. 3.º Este Decreto Legislativo entra em vigor na data de sua publicação.

Manaus, 16 de dezembro de 2022.

Ver. **DAVID VALENTE REIS**
Presidente da Câmara Municipal de Manaus

CONSULTE EM <https://camaradigital.cmm.am.gov.br/verificador>

ARQUIVO ASSINADO DIGITALMENTE CÓDIGO DE VERIFICAÇÃO : 312779A1000E0A7F .

ATO DA PRESIDÊNCIA Nº 180/2022 – GP/DG

DAVID VALENTE REIS, Presidente da Câmara Municipal de Manaus, no uso das atribuições que lhe são conferidas pelo Art. 22, Parágrafo Único do Regimento Interno da Câmara Municipal Manaus;

RESOLVE

I - APROVAR a Escala de Férias, referente ao exercício de 2023, dos servidores efetivos do Quadro de Pessoal da Câmara Municipal de Manaus, conforme anexo.

II - REVOGAM-SE as disposições em contrário.

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

Manaus, 19 de dezembro de 2022.

DAVID VALENTE REIS
Presidente da Câmara Municipal de Manaus

ARQUIVO ASSINADO DIGITALMENTE ASSINADO DIGITALMENTE POR:

DAVID VALENTE REIS - PRESIDENTE - 509.879.092-15 EM 19/12/2022 15:10:22

CÓDIGO DE VERIFICAÇÃO : A40F5A68000E13DE . CONSULTE EM <https://camaradigital.cmm.am.gov.br/verificador>

ANEXO

SERVIDOR	MÊS
ANTÔNIO JOSÉ DA SILVA	JANEIRO
ALEKSANDRO GOMES MACHADO	JANEIRO
AMILCAR SOUTELO DA SILVA	JANEIRO
ANA MARIA DOS SANTOS ROCHA	JANEIRO
ANA REGINA VIEIRA DA SILVA	JANEIRO
ANTÔNIO UMBERTO DA SILVA MENDES	JANEIRO
CHEILA MARIA AQUINO DE SOUZA	JANEIRO
CÍNTIA MARIA LINS	JANEIRO
CLODOALDO COSTA NETO	JANEIRO
DARLEN DA SILVA MONTEIRO	JANEIRO
EDSON MORAES MACEDO	JANEIRO
ELIANA MARIA BARBOSA DE SOUZA	JANEIRO
ELOI PINTO DE ANDRADE JÚNIOR	JANEIRO
EVELINA SANTANA DA CÂMARA	JANEIRO
FRANCISCO CORRÊA DE MELO JÚNIOR	JANEIRO
GERUSCA VASCONCELOS POMPEU MOTA	JANEIRO
GILCILENE CARLOS CAVALCANTE	JANEIRO
GILMAR RIBEIRO DE ALMEIDA	JANEIRO
HORÁCIO ANTÔNIO DE ALMEIDA E OLIVEIRA	JANEIRO

Manaus, segunda-feira, 19 de dezembro 2022		e-DOLM	Edição 1731	
ILLÍDIO BARBOSA VIEIRA DE CARVALHO JÚNIOR	JANEIRO		SEBASTIANA PEREIRA PONTES	FEVEREIRO
ISMAEL AMORIM JEZINI	JANEIRO		SOLANGE SOCORRO GOMES VALENTE	FEVEREIRO
JACQUELINE PINHEIRO DE LIMA	JANEIRO		VALÉRIO LADEIRA LUNIÉRE	FEVEREIRO
JOÃO ADEILDO RAMOS GOMES	JANEIRO		WALESKA HOLANDA DO NASCIMENTO RIBEIRO	FEVEREIRO
JUZY CARLA DA SILVA ANDRADE	JANEIRO		ZAHYRA MARIA MOURA MONTECONRADO	FEVEREIRO
LENICE OLIVEIRA LEITE	JANEIRO		YETE ROSAS DE MENDONÇA	FEVEREIRO
LEONARDO PARENTE DE ARAÚJO FILHO	JANEIRO		ALBA SALGADO MATOS	MARÇO
LIEGE SOCORRO ALBUQUERQUE PERES	JANEIRO		ALEKSANDRO GOMES MACHADO	MARÇO
LUIZ ALBERTO FAÇANHA FONSECA	JANEIRO		ALMINO FLÁVIO ALEIXO	MARÇO
MARIA DO PERPETUO S. CAVALCANTE DE S. MONTEIRO	JANEIRO		ANTONIO AURINO PINTO	MARÇO
MARIA DO PÉRPETUO SOCORRO PONTES BARROSO	JANEIRO		CLÍSSIA REJANE PENA DE ALENCAR	MARÇO
MARIA DO SOCORRO CORDEIRO SIQUEIRA	JANEIRO		EDNELZA DE OLIVEIRA CARVALHO	MARÇO
MARILIZA DE OLIVEIRA FERREIRA	JANEIRO		EDSON MORAES MACEDO	MARÇO
MOACIR ALMEIDA E SILVA	JANEIRO		EDWY ARNAUD BRIDI	MARÇO
MIGUEL TOMÁZ MENEZES FILHO	JANEIRO		FRANCISCO CARLOS DE AZEVEDO	MARÇO
ORLANILDO DE OLIVEIRA MINEIRO	JANEIRO		HERALDO AGUIAR DA ROCHA	MARÇO
PAULA FRANCINETH DE CASTRO	JANEIRO		IEDA FROTA GOMES	MARÇO
RENATO DE SÁ PEIXOTO AZEDO	JANEIRO		JACQUELINE PINHEIRO DE LIMA	MARÇO
ROSIVAL CABRAL DA SILVA	JANEIRO		JOSÉ ANTÔNIO LIMA DA ROCHA E SILVA	MARÇO
SANDRA HELENA MORAES DOS REIS	JANEIRO		JOSÉ MARIA DE JESUS JÚNIOR	MARÇO
SANDRA MARIA FARIAS BESSA	JANEIRO		JOSÉ SIDNEY RIBEIRO LOPES	MARÇO
SÁTIRO JOSÉ RODRIGUES VEIGA	JANEIRO		KÁDIA MARIA GOMES BATALHA MOURA	MARÇO
SÉRGIO RICARDO LOPES GONÇALVES	JANEIRO		KELLY CRISTINA SANTOS COSTA	MARÇO
VÍTOR HUGO LOPES FAÇANHA	JANEIRO		LAURA VICUNA DOS SANTOS	MARÇO
WANER DE ARAÚJO FRÔES	JANEIRO		LÍLIAN DA FROTA MOREIRA ALEIXO	MARÇO
WELLINGTON DA SILVA NASCIMENTO	JANEIRO		MANOEL CÉSAR PERASA RIBEIRO	MARÇO
WILZA CARLA NASCIMENTO E SILVA	JANEIRO		MARIA DAS GRAÇAS DE SOUZA LIMA	MARÇO
ANA CLÁUDIA AYRES VASCONCELOS	FEVEREIRO		MARIA DE NAZARÉ GOMES DO NASCIMENTO	MARÇO
ANTÔNIO ALMEIDA DOS SANTOS	FEVEREIRO		MARIA DO CARMO LOPES DA SILVA	MARÇO
ARTHUR TEIXEIRA COSTA ALVES	FEVEREIRO		MARIA DO PÉRPETUO SOCORRO ARAÚJO FLOR	MARÇO
CRISTINA CORDEIRO SIQUEIRA	FEVEREIRO		MIRZA VITÓRIA DE LIMA TEODORO	MARÇO
DORVAL MENDES DA SILVA FILHO	FEVEREIRO		NAIRA LÚCIA NASCIMENTO GODEAU	MARÇO
ELIANA MARIA BARBOSA DE SOUZA MACHADO	FEVEREIRO		OSMUNDO GONÇALVES DE SOUZA	MARÇO
ITAMAR RAIMUNDO FREITAS DE FARIAS	FEVEREIRO		OTÁVIO LOBATO PINHEIRO	MARÇO
JONEY RICARDO DA SILVA	FEVEREIRO		ROSANA CELESTINO DE OLIVEIRA GOMES	MARÇO
MARIA DO ROSÁRIO OLIVEIRA GARCIA	FEVEREIRO		ROSENILDA DA SILVA E SILVA	MARÇO
NÉLIO CÉZAR DE SOUZA REIS	FEVEREIRO		ROSALY DE ARAÚJO MATTOS	MARÇO
PEDRO CAMILO GOMES DE VASCONCELOS DIAS	FEVEREIRO		SARA REGINA ALVES DE ARAÚJO	MARÇO
PRYSILA FREIRE DE CARVALHO	FEVEREIRO		SÍNTIA MARA PESSOA MEDEIROS	MARÇO
RAIMUNDA MARIA MAQUINÉ DA SILVA	FEVEREIRO		ANA ESTER SALES DE MELO	ABRIL
RAIMUNDO CARLOS TRAJANO DE ALMEIDA	FEVEREIRO		CLENIA DA COSTA GONDIM	ABRIL
ROSA MARIA RAMOS ASSEN DE CARVALHO	FEVEREIRO		DOMINGOS SÁVIO ESTEVES ONETY	ABRIL
ROSENICE RIVERA LOPES	FEVEREIRO		EDMILTON RODRIGUES DE OLIVEIRA	ABRIL
			ELI CAMILO CUSTÓDIO	ABRIL

Manaus, segunda-feira, 19 de dezembro 2022		e-DOLM	Edição 1731
FLADIMIR VIEIRA DE FIGUEIREDO	ABRIL	ISABEL CHRISTINA DE SOUZA MAQUINÉ BERNARDES	JUNHO
FRANCISCA LÚCIA DA SILVA ALVES	ABRIL	KAREN TIÚBA DE JESUS	JUNHO
HERALDO SOARES DA SILVA	ABRIL	LUCIVALDO BREVES DA SILVA	JUNHO
HILÉIA TEREZA DOS SANTOS TÔRRES	ABRIL	MARIA ELIANA CARNEIRO DA ROCHA	JUNHO
LEORÍDES MAGALHÃES LIMA	ABRIL	MARIA DO SOCORRO LOPES MIRANDA	JUNHO
MÁRCIA REGINA DA SILVA CRUZ	ABRIL	MARIA SANTA LIBÓRIO DE FREITAS	JUNHO
MARCUS LOURENÇO FERREIRA SIQUEIRA	ABRIL	PRISCILA VASQUES CASTRO DANTAS	JUNHO
NAIRA LÚCIA NASCIMENTO GODEAU	ABRIL	REGINA FERNANDES DO NASCIMENTO	JUNHO
NEIDE DE SOUZA CAMPELO	ABRIL	RÚBENS DÁCIO GUERREIRO	JUNHO
OLINEIDE RODRIGUES DE CASTRO	ABRIL	RUTH VIEIRA DA SILVA	JUNHO
RICARDO LIMA DE SOUZA	ABRIL	TUFY JORGE ELIAS FILHO	JUNHO
SIMONE GONÇALVES DA SILVA	ABRIL	ADELANGER ALVES DE SOUZA	JULHO
SOLANGE SOCORRO GOMES VALENTE	ABRIL	ALDENIZA MARTINS REZENDE	JULHO
VALDERISA LOPES DE OLIVEIRA	ABRIL	ALMIRA DOS SANTOS CARVALHO	JULHO
WALDEMIR JOSÉ DA SILVA	ABRIL	ÁLVARO JACINTO DE MORAES	JULHO
ANA PAULA MACHADO ANDRADE DE AGUIAR	MAIO	ANTÔNIO ALMEIDA DOS SANTOS	JULHO
ANDRÉ DA SILVA MACEDO	MAIO	BIANCA DE PAULA CUNHA DE AZEVEDO	JULHO
EDNELZA DE OLIVEIRA CARVALHO	MAIO	EDINORA ELIZABETH SENA DA SILVA	JULHO
ELIZABETH DE OLIVEIRA GOMES	MAIO	EDUARDO TERÇO FALCÃO	JULHO
ELSON BRITO DE SOUZA	MAIO	EMMANUEL MACHADO PINHEIRO SALAZAR	JULHO
EVELINA SANTANA DA CÂMARA	MAIO	FÁBIO RODRIGUES SALDANHA	JULHO
FABIANA PACÍFICO SEABRA	MAIO	FRANCISCA LÚCIA DA SILVA	JULHO
GERTRUDES BARRONCAS MAQUINÉ	MAIO	GERUSCA VASCONCELOS POMPEU MOTA	JULHO
IEDA DRUMOND DE LIMA	MAIO	ILLÍDIO BARBOSA VIEIRA DE CARVALHO JÚNIOR	JULHO
LEILA DE CASTRO ATEM	MAIO	JAIME DA SILVA BRITO	JULHO
LIDUÍNA SOUZA DA SILVA	MAIO	JOSÉ CARLOS ARCHANJO JÚNIOR	JULHO
MARIA DE JESUS DA SILVA MENDES	MAIO	KARIME PRINCIPAL DE OLIVEIRA	JULHO
NEIDE DE SOUZA CAMPELO	MAIO	LICIOMAR FREITAS DE FARIAS	JULHO
RAIMUNDO JOSÉ FERREIRA DA COSTA	MAIO	MARIA DO SOCORRO MARTINS REIS	JULHO
RONALDO DE ALBUQUERQUE REDMAN	MAIO	MÁRIO LÚCIO CORREA AZEVEDO	JULHO
ROSELY MARIA CAMPOS CABRAL	MAIO	MAUREEN RÉGIA MAIA VIEIRA	JULHO
SÍLVIO DA COSTA BRINGEL BATISTA	MAIO	NÉLIO CÉZAR DE SOUZA REIS	JULHO
SIMONE GOMES DE OLIVEIRA	MAIO	ORNILDA DE OLIVEIRA MINEIRO	JULHO
VIRNA CLÁUDIA GONÇALVES FALCÃO DE OLIVEIRA JORDÃO	MAIO	PRISCILLA BOTELHO SOUZA DE MIRANDA	JULHO
WILSON JOSÉ DE MELO VERÇOSA	MAIO	ROSA MARIA RAMOS IWATA	JULHO
YETE ROSAS DE MENDONÇA	MAIO	SELENE MARIA PEREIRA NEGRÃO PINTO	JULHO
AELSON FROTA BEZERRA	JUNHO	SIDNEY RATTACASO PEIXOTO	JULHO
ALESSANDRO DOS SANTOS MOREIRA	JUNHO	SOLANGE LIMA VIANA	JULHO
CARLOS GENÉSIO MACIEL DA SILVA	JUNHO	SUELY MAGALHÃES DA SILVA	JULHO
DOMINGOS SÁVIO ESTEVES ONETY	JUNHO	VICENTE MILSON MONTEMURRO JÚNIOR	JULHO
EDEMBERG DA SILVA LAPA	JUNHO	WALBER MORAES DOS REIS	JULHO
FRANCISCO DAS CHAGAS LIMA DE SOUZA	JUNHO	ANGELA LEILA PALHETA COUTO DE OLIVEIRA	AGOSTO
FRANKLIN JOSÉ DO NASCIMENTO SARAIVA	JUNHO	CINTYA VALÉRIA SOARES MAIA	AGOSTO
HÉLIA MOTA FERREIRA	JUNHO	CRISTIANE BACURY SOARES R. MONTEIRO	AGOSTO

DULCICLÉIA DA SILVA MENDES	AGOSTO
ELENICE RIBEIRO DA ROCHA	AGOSTO
ELIZABETH COUTINHO DA CRUZ	AGOSTO
IVÂNIA MARIA CASTRO DE SOUZA	AGOSTO
JOSÉ ROSENO DE LIMA	AGOSTO
LARA NÚBIA MIRANDA FERNANDES	AGOSTO
LÚCIA MARIA DA SILVA MENDES CORDEIRO	AGOSTO
MARCOS ANTÔNIO RODRIGUES DE ARAÚJO	AGOSTO
MARIA DAS GRAÇAS DE LIMA	AGOSTO
MIRLAN MATOS DE MENEZES	AGOSTO
NEIDE DE SOUZA CAMPELO	AGOSTO
SANDRA MARIA DE SOUZA	AGOSTO
SÔNIA MARIA MACIEL CASTRO	AGOSTO
SUELY MAGALHÃES DA SILVA	AGOSTO
TELMA LIMA ELVAS	AGOSTO
ANA LUIZA NASCIMENTO DA COSTA MARQUES RABELO	SETEMBRO
ANA RITA CUNHA LUCAS	SETEMBRO
JOSÉ ANTONIO LIMA DA ROCHA E SILVA	SETEMBRO
LUIZ CARLOS GONÇALVES DE MELO	SETEMBRO
MARY LIMA BEZERRA	SETEMBRO
OTÁVIO LOBATO PINHEIRO	SETEMBRO
PRISCILLA BOTELHO SOUZA DE MIRANDA	SETEMBRO
ROSA MARIA RAMOS ASSEN DE CARVALHO	SETEMBRO
SIMEY SANTANA BRAGA	SETEMBRO
ANA CRISTINA XAVIER DE MEDEIROS	OUTUBRO
ELOI PINTO DE ANDRADE JÚNIOR	OUTUBRO
HELEN GRACE COSTA SENA	OUTUBRO
JAIME DA SILVA BRITO	OUTUBRO
KÁDIA MARIA GOMES BATALHA MOURA	OUTUBRO
LUIS CARLOS FERREIRA DE SOUSA	OUTUBRO
RAIMUNDO DO VALE E SENA JÚNIOR	OUTUBRO
VILMA DA ROCHA NASCIMENTO	OUTUBRO
DARLEN DA SILVA MONTEIRO	NOVEMBRO
EDUARDO TERÇO FALCÃO	NOVEMBRO
ELI CAMILO CUSTÓDIO	NOVEMBRO
FRANCISCO DAS CHAGAS GOMES DE ANDRADE	NOVEMBRO
MARIA GRACINEIDE LIMA DO NASCIMENTO	NOVEMBRO
NEIDE DE SOUZA CAMPELO	NOVEMBRO
SÍLVIA BRITO DE BARROS	NOVEMBRO
SIMEY SANTANA BRAGA	NOVEMBRO
WALTER LIMA NOGUEIRA	NOVEMBRO
ASTONE NOGUEIRA DE ARAÚJO	DEZEMBRO
BIANCA DE PAULA CUNHA DE AZEVEDO	DEZEMBRO

CARLOS EUGÊNIO ESTEVES ONETY	DEZEMBRO
CLÍSSIA REJANE PENA DE ALENCAR	DEZEMBRO
DWIGHT EISENHOWER DE ALCANTARA SOARES	DEZEMBRO
EDMILSON BERNARDO PEREIRA VIANA	DEZEMBRO
FRANCISCO DE ASSIS COSTA DE LIMA	DEZEMBRO
FRANCISCO SALLES NAVARRO PENNINI	DEZEMBRO
ISMAEL AMORIM JEZINI	DEZEMBRO
JOSÉ VICENTE JIMENEZ	DEZEMBRO
KÁDIA MARIA GOMES BATALHA MOURA	DEZEMBRO
MARCOS ALBERTO VÍTOR EVANGELISTA	DEZEMBRO
MARIA DAS GRAÇAS LIMA MENDES	DEZEMBRO
MARIA DO CARMO LOPES DA SILVA	DEZEMBRO
MARIA RITA BRANDÃO SILVA	DEZEMBRO
MIGUEL TOMÁZ DE MENEZES FILHO	DEZEMBRO
NARAH DA SILVA RIBEIRO	DEZEMBRO
PAULO ROBERTO DA SILVA TEIXEIRA	DEZEMBRO
PEDRO FERNANDES JATAHY JÚNIOR	DEZEMBRO
PRISCILA VASQUES CASTRO DANTAS	DEZEMBRO
SEVERINO ALMEIDA DOS SANTOS	DEZEMBRO
SOLANGE XAUD DOS REIS	DEZEMBRO
VICENTE MILSON MONTEMURRO JÚNIOR	DEZEMBRO
ZULEIDE FERNANDES DA CÂMARA	DEZEMBRO
WALDER BARBOSA DOS REIS JÚNIOR	DEZEMBRO

Segurança no banco de trás evita acidentes fatais.

SOU LEGAL NO TRÂNSITO

Fonte: Denatran/Ministério das Cidades



Poder Legislativo
Diretoria Financeira - Departamento de Contabilidade
Demonstrativo do Valor Global de Pessoal Ativo e Quantitativo de Funcionários
Conforme art. 150 da Loman - atualizada em 21/12/2020

Exercício de 2022

Competência de Setembro e Outubro

R\$ 1,00

MESES	QUANTITATIVO FUNCIONÁRIOS POR FOLHA DE PAGAMENTO						VALOR BRUTO DA FOLHA	VALOR LÍQUIDO DA FOLHA
	EFETIVOS	COMISSONADOS	DISPOSICIONADOS	VERBA GABINETE	VEREADORES	TOTAL FUNCIONÁRIOS		
Setembro	225	238	1	1.661	41	2.166	8.504.143,39	6.198.464,20
Outubro	225	238	1	1.624	41	2.129	8.468.964,42	6.197.254,58
							16.973.107,81	12.395.718,78

NOTA: Dos valores a cima foram deduzidas as verbas de Auxílio Alimentação, Auxílio Transporte, Bolsa Estudo, Salário Família, para cumprir o que está estabelecido no § 1º do art. 29-A da Constituição Federal.

Aldenizia Rodrigues Valente
Contadora
CRC-AM 009642/O-1

Ana Caroline Souza Lopes
Diretora de Finanças

Adonay Paes Barreto de Oliveira
Diretor Geral

ARQUIVO ASSINADO DIGITALMENTE POR

ANA CAROLINE SOUZA LOPES - DIRETOR - 711.382.422-68 EM 19/12/2022 15:27:59

ALDENIZIA RODRIGUES VALENTE - DIRETOR - 275.311.552-49 EM 15/12/2022 10:46:32

ADONAY PAES BARRETO DE OLIVEIRA - DIRETOR - 240.654.042-15 EM 14/12/2022 10:49:16

CÓDIGO DE VERIFICAÇÃO : DD51A6CD000DFEC1 - CONSULTE EM <https://camaradigital.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
Melhor 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.

Fonte: Bem Estar

Disque SAMU 192 MANAUS PRA SALVAR VIDAS

O Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU) foi criado para salvar vidas. A equipe é treinada e especializada no atendimento pré-hospitalar nos casos de emergência clínica, psiquiátrica, do trauma, obstétrica e pediátrica da população. 24 horas por dia, todos os dias em qualquer lugar, inclusive na zona ribeirinha de Manaus. O socorro é feito, da maneira mais rápida possível, após a chamada gratuita pelo telefone 192.

A VIDA DO SEU ANJO DA GUARDA FICOU BEM MAIS FÁCIL

Fonte: Ministério da Saúde

GUIA INDISPENSÁVEL PARA PUBLICAÇÃO DE MATÉRIAS

As matérias devem ser digitadas em papel branco tipo A4, com cabeçalho contendo timbre.

O TÍTULO deve estar em letras MAIÚSCULAS, em fonte ARIAL NARROW, TAMANHO 8,5, cor PRETO, NEGRITO e estilo NORMAL.

A fonte do texto deve ser ARIAL NARROW, TAMANHO 8,5, cor PRETA e estilo NORMAL.

O recuo da primeira linha do parágrafo deve ser de 1,5 cm e entrelinhas Simples,

É importante, também, que o texto esteja SEM RASURAS e SEM ERROS ORTOGRÁFICOS.

A assinatura do responsável pela matéria NÃO DEVE SOBREPOR O TEXTO em hipótese alguma.

INFORMAÇÕES PARA ENVIO DE ARQUIVOS
É necessário que as matérias sejam enviadas para publicação da seguinte forma: matéria original impressa ou por via eletrônica, assinada, revisada e com arquivo.

CONFIRMAÇÃO

Enviar documento para o e-mail dolm@cmm.am.gov.br, em versão texto.

Após o envio confirmar o recebimento no telefone/ramal 3303-2731

As matérias devem ser enviadas/entregues até as 14h no Protocolo do Diário Oficial de segunda a sexta-feira, exceto feriados e pontos facultativos.



CÂMARA MUNICIPAL DE MANAUS

MESA DIRETORA

DAVID VALENTE REIS – AVANTE
Presidente
WALLACE FERNANDES OLIVEIRA – PROS
1º Vice-Presidente
DIEGO ROBERTO AFONSO – UNIÃO
2º Vice-Presidente
CAIO ANDRÉ PINHEIRO DE OLIVEIRA – PSC
3º Vice-Presidente
CARMEM GLÓRIA ALMEIDA CARRATTE – PL
Secretário Geral
ELISSANDRO AMORIM BESSA – SOLIDARIEDADE
1º Secretário
EDUARDO ASSUNÇÃO ALFAIA – PMN
2º Secretário
JOÃO CARLOS DOS SANTOS MELLO – REPUBLICANOS
3º Secretário
AMOM MANDEL LINS FILHO – CIDADANIA
Ouvidor
JAILDO DE OLIVEIRA SILVA – PC do B
Corregedor

VEREADORES

ALLAN CAMPELO DA SILVA – PSC
ANTÔNIO DE ALMEIDA PEIXOTO FILHO – PROS
CÍCERO CUSTÓDIO DA SILVA – PT
DIONE CARVALHO DOS SANTOS – PATRIOTA
DANIEL AMARAL DE VASCONCELOS – PSC
ELAN MARTINS DE ALENCAR – PROS
EVERTON ASSIS DOS SANTOS – UNIÃO
FRANCISCO CARPEGIANE VERAS DE ANDRADE – REPUBLICANOS
FRANÇOIS VIEIRA DA SILVA MATOS – PV
GILMAR DE OLIVEIRA NASCIMENTO – UNIÃO
IVO SANTOS DA SILVA NETO – PATRIOTA
JANDER DE MELO LOBATO – PSB
JOELSON SALES SILVA – PATRIOTA
JOÃO KENNEDY DE LIMA MARQUES – PMN
LISSANDRO BREVAL SANTIAGO – AVANTE
LUIS AUGUSTO MITOSO JUNIOR – PTB
MANOEL EDUARDO DOS SANTOS ASSIS – AVANTE
MARCEL ALEXANDRE DA SILVA – AVANTE
MARCELO AUGUSTO DA EIRA CORREA – AVANTE
MARCIO JOSÉ MAIA TAVARES – REPUBLICANOS
MARIA JAQUELINE COELHO PINHEIRO – UNIÃO
RAIFF MATOS SILVA VASCONCELOS – DC
ROBSON DA SILVA TEIXEIRA – PSDB
RODRIGO GUEDES OLIVEIRA DE ARAUJO – REPUBLICANOS
ROSINALDO FERREIRA DA SILVA – PMN
ROSIVALDO OLIVEIRA CORDOVID – PSDB
SAMUEL DA COSTA MONTEIRO – PL
THAYSA LIPPY SILVA DE SOUZA – PP
WANDERLEY CALDEIRA MONTEIRO – AVANTE
WILLIAM ROBERT LAUSCHNER – CIDADANIA
YOMARA JESUÍNA LINS RODRIGUES – PRPB

DIÁRIO OFICIAL ELETRÔNICO DO LEGISLATIVO MUNICIPAL

EXPEDIENTE

ADONAY PAES BARRETO DE OLIVEIRA
Diretor Geral
ROBERTO BATISTA DOS SANTOS
Coordenador de Gestão Documental

CRIADO MEDIANTE LEI Nº 342 DE
13/05/2013 DE AUTORIA DA MESA
DIRETORA DA CMM
APROVADO PELA COMISSÃO DE
CONSTITUIÇÃO, JUSTIÇA E REDAÇÃO
DA CÂMARA MUNICIPAL DE MANAUS

CÂMARA MUNICIPAL DE MANAUS

Rua Padre Agostinho Caballero Martin, 850 -
São Raimundo, CEP - 69027-020
Telefone (92) 3303-2731
email: dolm@cmm.am.gov.br