

Poder Legislativo

PORTARIA Nº 031/2024 – GP/DG

CAIO ANDRÉ PINHEIRO DE OLIVEIRA, Presidente da Câmara Municipal de Manaus, no uso das atribuições que lhe são conferidas pelo art. 22, Parágrafo único, inciso I, alínea “b” do Regimento Interno da Câmara Municipal de Manaus;

CONSIDERANDO o disposto no art. 150, Parágrafo Único, da Lei n. 1.118 de 1º de setembro de 1971;

CONSIDERANDO o Processo n. 2024.10000.10718.0.0018 38;

RESOLVE,

I - CONCEDER 03 (três) meses de Licença Prêmio, a contar de 03 de junho de 2024, ao servidor **OTÁVIO LOBATO PINHEIRO**, Técnico Legislativo Municipal, pertencente ao Quadro de Pessoal Efetivo deste Poder Legislativo Municipal, com base no disposto no art. 150, Parágrafo Único, da Lei n. 1.118 de 1º de setembro de 1971.

II – REVOGAM-SE as disposições em contrário.

Manaus, 29 de maio de 2024.

CAIO ANDRÉ PINHEIRO DE OLIVEIRA
Presidente da Câmara Municipal de Manaus

ASSINADO POR CERTIFICADO DIGITAL POR CAIO ANDRÉ PINHEIRO DE OLIVEIRA - PRESIDENTE EM 29/05/2024 13:21:55

CÓDIGO DE VERIFICAÇÃO : C778295100144410 . 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

SAIBA COMO SE PREVENIR DA INFLUENZA A (H1N1)

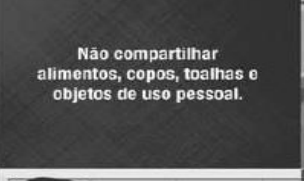
A **Influenza A (H1N1)** é uma doença respiratória aguda e a transmissão ocorre de pessoa a pessoa, principalmente por meio de tosse, espirro ou contato com secreções respiratórias de pessoas infectadas.
Saiba como se prevenir da gripe adotando medidas simples:



Lavar as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente depois de tossir ou espirrar.



Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal.



Não usar medicamentos sem orientação médica. A automedicação pode ser prejudicial à saúde.



Pessoas com qualquer gripe devem evitar ambientes fechados e com aglomeração de pessoas.



Ao tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com um lenço, preferencialmente, descartável.



Procure o seu médico ou a unidade de saúde mais próxima em caso de gripe para diagnóstico e tratamento adequados.

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

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

CAIO ANDRÉ PINHEIRO DE OLIVEIRA – UNIÃO
Presidente
YOMARA JESUÍNA LINS RODRIGUES – PODE
1º Vice-Presidente
EVERTON ASSIS DOS SANTOS – UNIÃO
2º Vice-Presidente
LISSANDRO BREVAL SANTIAGO – PP
3º Vice-Presidente
JOÃO CARLOS DOS SANTOS MELLO – REPUBLICANOS
Secretário Geral
CARMEM GLÓRIA ALMEIDA CARRATTE – PSB
1º Secretário
JAILDO DE OLIVEIRA SILVA – PV
2º Secretário
IVO SANTOS DA SILVA NETO – PMB
3º Secretário
ROSIVALDO OLIVEIRA CORDOVIL – PSDB
Corregedor
FRANCISCO CARPEGIANE VERAS DE ANDRADE – PL
Ouvidor

VEREADORES

ALLAN CAMPELO DA SILVA – PODE
ALONSO OLIVEIRA DE SOUZA – AGIR
CÍCERO CUSTÓDIO DA SILVA – PT
DANIEL AMARAL DE VASCONCELOS – REPUBLICANOS
DAVID VALENTE REIS – AVANTE
DIEGO ROBERTO AFONSO – UNIÃO
DIONE CARVALHO DOS SANTOS – AGIR
EDUARDO ASSUNÇÃO ALFAIA – AVANTE
ELAN MARTINS DE ALENCAR – DC
ELISSANDRO AMORIM BESSA – PSB
FRANÇOIS VIEIRA DA SILVA MATOS – PSD
GILMAR DE OLIVEIRA NASCIMENTO – AVANTE
ISAAC TAYAH – MDB
JANDER DE MELO LOBATO – PSD
JOELSON SALES SILVA – AVANTE
JOÃO KENNEDY DE LIMA MARQUES – MDB
LUIS AUGUSTO MITOSO JUNIOR – MDB
MANOEL EDUARDO DOS SANTOS ASSIS – AVANTE
MARCEL ALEXANDRE DA SILVA – PL
MARCELO AUGUSTO DA EIRA CORREA – PSB
MÁRCIO JOSÉ MAIA TAVARES – REPUBLICANOS
MARIA JACQUELINE COELHO PINHEIRO – UNIÃO
RAIFF MATOS SILVA VASCONCELOS – PL
ROBERTO SABINO RODRIGUES – REPUBLICANOS
ROBSON DA SILVA TEIXEIRA – MDB
RODRIGO GUEDES OLIVEIRA DE ARAUJO – PP
ROSINALDO FERREIRA DA SILVA – AGIR
SAMUEL DA COSTA MONTEIRO – PSD
THAYSA LIPPY SILVA DE SOUZA – PRD
WALLACE FERNANDES OLIVEIRA – DC
WILLIAM ROBERT LAUSCHNER – CIDADANIA

DIÁRIO OFICIAL ELETRÔNICO DO LEGISLATIVO MUNICIPAL

EXPEDIENTE

HENRY WALBER DANTAS VIEIRA

Diretor Geral

EVANDRO WANDERLEY

Gerente do Departamento de Diário Oficial

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