



Vacinação contra a gripe é prorrogada até 30 de junho

Acontece **Pág. 2**

FOLHA METROPOLITANA

o jornal de Guarulhos

48 ANOS

Terça-feira, 09 de junho de 2020

Ano 49 N° 729



Aeroporto de Cumbica contabiliza 17 ocorrências com pipas e balões

Cidade **Pág. 4**

f jornalfolhametro

folhametropolitanagru

fmetropolitana_

www.fmetropolitana.com.br

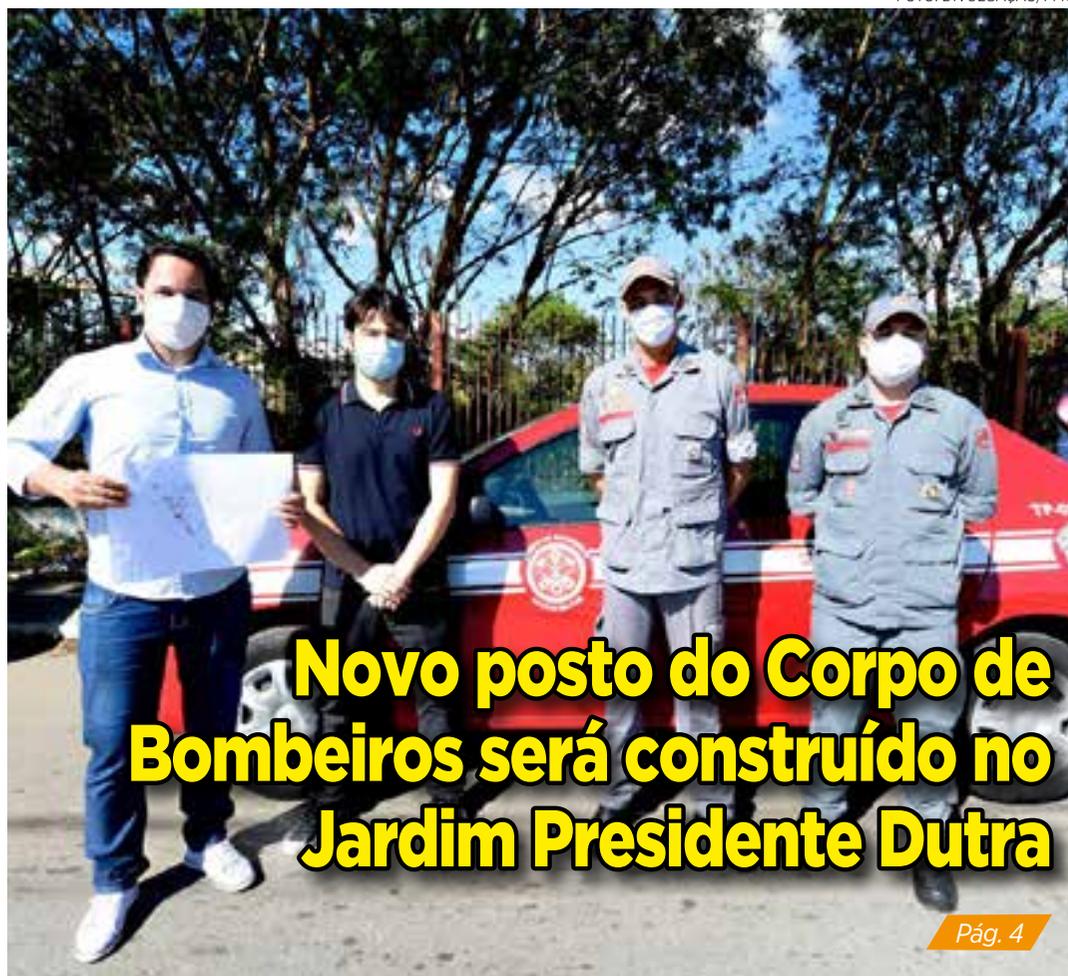
Distribuição Gratuita

Em dois meses, hospital de campanha de Guarulhos salvou mais de 220 vidas

Mais de 20 mil pessoas foram atendidas no Centro de Combate ao Coronavírus (3C-Gru) que também oferece o serviço de triagem tanto para pessoas que chegam a pé como de carro, com atendimento pelo sistema drive-thru **Pág. 3**

FOTO: MARCELLO ZAMBRANA/ESTADÃO

FOTO: DIVULGAÇÃO/PMG



Novo posto do Corpo de Bombeiros será construído no Jardim Presidente Dutra

Pág. 4

Secretaria de Meio Ambiente interrompe desmatamento na região do Sítio da Candinha

Pág. 2

Operação contra cerol e linha chilena apreende quase 2,4 mil carretéis, latas e carretilhas

Pág. 4

Cotações

+3,18% 97.644 Bovespa	-2,66% R\$ 4,85 Dólar	-2,71% R\$ 5,44 Euro	3% Selic (ano)	R\$ 1.045 Salário Mínimo
------------------------------------	------------------------------------	-----------------------------------	--------------------------	------------------------------------

Disque-Denúncia 181

“Ocorrências com pipas e balões, infelizmente, ainda são comuns nos períodos de férias escolares”, **Cmte. Miguel Dau, diretor de operações da GRU Airport**

ACONTECE

Campanha de vacinação contra gripe é prorrogada até 30 de junho

A Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo prorrogou a campanha de vacinação contra a gripe até o dia 30 de junho. O prazo inicial era sexta-feira (05), mas foi ampliado com a finalidade de aumentar a cobertura vacinal e alcançar pelo menos 90% dos públicos prioritários.

Menos da metade das mães e crianças entre 6 meses e menores de 6 anos se vacinaram até o momento. Foram aplicadas doses em 1,3 milhão de crianças (44% do grupo), 186,3 mil gestantes (41%) e 36,2 mil puérperas (48%). Também há baixa procura pelas pessoas com idade entre 55 e 59 anos (36%), com 743,3 mil imunizados.

Por isso, a Secretaria de Estado da Saúde faz apelo especial para que a população aproveite essa prorrogação e procure um posto. “A vacinação é fundamental, especial-

mente neste momento da pandemia de COVID-19, pois ajuda a evitar doenças respiratórias causadas por gripes e resfriados que são mais frequentes nesta época do ano”, pontua a diretora de Imunização da Secretaria, Nubia Araújo.

Todos os que procurarem uma unidade básica de saúde e estiverem nos grupos previstos poderão receber a dose da vacina, que é segura e eficaz.

A meta da campanha é vacinar 90% da população-alvo de 17,7 milhões de moradores de SP. Hoje, o percentual geral é de 81%, com variação de adesão entre os diferentes grupos.

A cobertura de vacinação atingiu 100% entre idosos (5,8 milhões vacinados); profissionais da saúde (1,4 milhão) e indígenas (6,5 mil). O grupo das pessoas com doenças crônicas também bateu a meta com 2,2 milhões de vacinados.

FOTO: MARCIO LINO



FOLHA
METROPOLITANA

Editora Happens

Diretora de Redação: Rosana Ibanez - rosana.ibanez@fmetropolitana.com.br
Diretor Comercial: Cae Mendroni - cae.mendroni@fmetropolitana.com.br
Diagramação e Arte: Ivanildo Barbosa e Bianca Lima - arte@fmetropolitana.com.br
E-mail Redação: redacao@fmetropolitana.com.br
E-mail Comercial: comercial@fmetropolitana.com.br
Agência de Notícias: Agência Estado/ Imprensa: Folha Gráfica
 Os artigos e colunas assinados são de responsabilidade de seus autores.

Sede, Redação e Publicidade: Rua Ari Barroso 166 - 1º andar - Jardim Pinhal - Guarulhos - SP - CEP: 07120-040
 Telefone: 11 4210-1371 - Whatsapp: 11 99643-2765
 www.fmetropolitana.com.br

RETRATO DO LEITOR

Caro leitor, poste sua foto no Facebook ou Instagram com a #SuaFotoNaFolha. Se sua foto for a mais curtida, você poderá ganhar um super prêmio. Participe!

FOTO: KEVIN P. COUGHLIN/GABINETE DO GOVERNADOR ANDREW M. CUOMO



NY - Marcos do Estado iluminaram Blue e Gold em homenagem ao trabalho dos nova-iorquinos para aplinar a curva do covid-19

Prefeitura abre inscrições para o concurso Miss Guarulhos 2020

A prefeitura abriu as inscrições para o concurso Miss Guarulhos 2020 nesta segunda-feira (8). As candidatas devem realizar a inscrição até o dia 17 de julho, pelo link <http://eventos.guarulhos.sp.gov.br/form/concurso-miss-guarulhos-2020>.

Todas as concorrentes deverão preencher os requisitos divulgados pelo edital nº 1/2020 publicado no Diário Oficial do último dia 5 de junho. Ele determina que as participantes do sexo feminino devem ser brasileiras ou naturalizadas; ter entre 18 e

25 anos completos até a data do concurso; solteiras e sem filhos; medir acima de 1,70 metro; possuir no máximo duas tatuagens até 25 cm; e residir em Guarulhos. Uma comissão formada pelos coordenadores do evento fará a seleção.

O Miss Guarulhos 2020 é uma realização da Prefeitura, através da Secretaria de Desenvolvimento Científico, Econômico, Tecnológico e de Inovação (SDCETI), pelo departamento de Turismo, em parceria com a Lago Eventos.

Sarau Amor e Esperança homenageia o cordelista Bosco Maciel

O poeta e cordelista Bosco Maciel é o homenageado do Sarau Amor Esperança desta quarta-feira (10), às 19h. Iniciativa da Prefeitura de Guarulhos por meio da Secretaria de Cultura e da Casa de Cultura Popular São Rafael, o sarau é veiculado pela fanpage do evento no Facebook, disponível em <https://www.facebook.com/Sarau-amor-e-esperanca%3A7a-102829921406683/>. A

participação é livre.

Bosco Maciel nasceu em Cajazeiras, no sertão da Paraíba, em março de 1950. Em 1974 veio morar em Guarulhos, onde se casou e teve filhos. Como artista popular, faz apresentações itinerantes com sua Companhia de Teatro de Cordel. Também apresenta palestras sobre folclore, literatura de cordel e temas correlatos por todo o Brasil.

Sema interrompe desmatamento na região do Sítio da Candinha

Mesmo com a pandemia do coronavírus, a prefeitura não tem dado trégua para quem comete crimes ambientais na cidade. Equipe de fiscalização da Secretaria de Meio Ambiente (Sema), em conjunto com a GCM Ambiental, realizou na última sexta-feira (5) ação no Parque Natural Municipal da Cultura Negra Sítio da Candinha, no Jardim Bananal, onde foram encontrados invasões e desmatamento.

Durante a operação também foram localizadas aberturas de estradas e de

passagens clandestinas na área que, apesar de ser privada, integra uma Unidade de Conservação Ambiental e por isso não pode sofrer interferência humana. Os proprietários serão responsabilizados pelos crimes ambientais. Segundo o diretor de Gerenciamento Ambiental de Guarulhos, Fabio Durço, o quadro no local é bastante preocupante. “Equipes de fiscalização e da GCM Ambiental darão sequência às operações para impedir novos desmatamentos e invasões na área”, informa.

Hospital de campanha de Guarulhos completa dois meses salvando vidas

FOTO: DIVULGAÇÃO/PMG

DA REDAÇÃO - Um dos primeiros a ser implantados no país, o hospital de campanha de Guarulhos completou dois meses de funcionamento neste domingo (7) com o saldo de 224 vidas salvas. Instalado no Parque Cecap, ele integra Centro de Combate ao Coronavírus (3C-Gru), que também oferece o serviço de triagem tanto para pessoas que chegam a pé como de carro, com atendimento pelo sistema drive-thru. Nesse período, mais de 20 mil pessoas foram atendidas no complexo.

Entre elas está Carolina Leme Ferreira, de 28 anos, que disse que só conseguiu vencer o Covid-19 graças à equipe profissional e dedicada de médicos do hospital de campanha de Guarulhos, onde ficou internada 31 dias. Foram 20 dias de intubação e um dia de observação na UTI, depois foi para o isola-

mento e ficou mais uma semana internada no 3C-Gru, de onde saiu sob aplausos no último dia 27.

A jovem, que é funcionária da Prefeitura de Caieiras, conta que por volta do dia 18 de abril ela e seu namorado pensaram que tinham contraído uma gripe. Não procuraram assistência médica, tomaram um antigripal e melhoraram. Porém, depois de uma semana ela começou a sentir falta de ar e a tossir muito.

“Na quinta-feira (23 de abril) a falta de ar piorou bastante, no domingo ficou insuportável e eu já não conseguia mais respirar”. Foi quando ela procurou atendimento no 3C-Gru. “Entramos pelo drive-thru, a equipe me examinou e já me encaminharam para o médico. Fiz tomografia e quando a médica Luciana, da UTI, olhou o exame me disse que eu teria de ficar internada”, explica.

Carolina disse que passou a noite na enfermaria, fazendo uso de oxigênio e ainda assim era difícil respirar. “No outro dia cedo fui para a UTI e no dia 29 de manhã já estava intubada. Começava então uma grande luta de toda a equipe assistencial e dela mesma para salvar sua vida.

“Se eu pudesse definir em uma palavra a equipe médica do 3C-Gru, eu diria apenas que é sensacional. Sou muito grata, eles são os melhores no cuidado, na atenção, dedicação e carinho. O doutor Bernardo vinha da UTI para me ver na enfermaria. A doutora Bruna também e ainda ligava do celular dela para eu poder falar com minha família. E a doutora Bárbara, que me extubou (removeu o tubo), não dá para descrever o quanto ela é profissional. Reconheci a voz dela quando acordei e

me lembrei que ela falava: ‘Carol, seja forte, a gente está tentando de tudo’”, conta.

Do tempo todo em que esteve internada na UTI e sedada, Carolina se lembra das vozes da equipe médica e de alguns flashes, como descreve. “Eu achava que estava sonhando, não sabia que estava internada. Se hoje estou aqui, evoluindo, fazendo fisioterapia, se a minha família poder ter a mim de volta é graças aos médicos do hospital de campanha de Guarulhos. Eles são maravilhosos, é por amor que estão lá”, afirma.

Depois de tanto tempo internada a batalha de Carolina agora é para voltar a andar. Ela faz fisioterapia três vezes por semana e seus braços e pernas já estão bem mais fortes, mas a estrutura lombar está bem fraca. Questionada sobre a primeira coisa a fazer quando se recuperar totalmente, Carol diz que



vai querer tomar um banho bem demorado, e completa. “Mas a primeira coisa fora de casa, sem dúvida, vai ser ir à missa, agradecer a Deus e a Nossa Senhora pelo milagre operado em minha vida”, destaca.

A ACADEMIA MAIS COMPLETA DE GUARULHOS

MUSCULAÇÃO
ESCOLA DE NATAÇÃO
HIDROGINÁSTICA
HIDROTERAPIA
MAIOR ESPAÇO DE LUTAS
DANÇAS
AULAS DE SALA

Academia
ACQUA SPORT

Inscrições e informações:
11 2440-3898 | 2461-3122
Rua Jaiminho, 75 | Vila Progresso

SUPPLYWORLD
IMPRESSORAS E MULTIFUNCIONAIS

Soluções de impressão sob medida para sua empresa

FECHE UM CONTRATO DE LOCAÇÃO COM TUDO INCLUSO
SEM CUSTO INICIAL

Sua empresa aceita economizar?

SOLICITE JÁ UMA VISITA
(11) 2442-7023 | (11) 976291905

Rua João Zacharias, 295, Macedo - Guarulhos /SP

Guarulhos terá novo posto do Corpo de Bombeiros no Presidente Dutra

FOTOS: DIVULGAÇÃO/PMG

DA REDAÇÃO - O prefeito Guti e representantes do poder Executivo, Legislativo e do Corpo de Bombeiros estiveram em visita ontem na área onde será construída a mais nova base de atendimento da corporação, na rua Bela Vista do Paraíso, Jardim Presidente Dutra. O novo espaço é resultado de uma parceria entre a Prefeitura e o 5º Grupamento de Bombeiros do Estado de São Paulo e contará com parcerias de várias empresas para sua efetivação.

A área pertence à prefeitura, que cedeu o terreno para a construção de um local completo, com salas para atendimento e treinamento

para atender às necessidades de todos os profissionais da corporação e também dos munícipes. A área de atuação deste novo posto dos Bombeiros abrange cerca de 300 mil pessoas, incluindo o próprio aeroporto internacional.

A implantação do novo equipamento será feita numa área de 2,7 mil m², com área construída de 800 m² ao lado da EPG Perseu Abramo. A previsão de início das obras é agosto deste ano. O projeto prevê um pátio coberto de aproximadamente 366 m² quadrados, que comportará todos os portes de viaturas, inclusive dimensionamento

para manobras com acesso rápido e estratégico, além de espaço para treinamento (prático e físico), alojamentos feminino e masculino, bem como cozinha, refeitório, sala de resgate, sala de aula (treinamento teórico) e academia.

Com um custo de R\$ 4 milhões, os materiais serão disponibilizados pelas empresas envolvidas e a mão de obra será da Prefeitura. Além das sondagens, já realizadas, a topografia do terreno e projeto de drenagem já estão prontos e o de arquitetura está sendo validado pelo Corpo de Bombeiros.

Atualmente a cidade conta



com quatro quartéis, sendo três operacionais (Macedo, Cumbica e Vila Galvão) e um administrativo (Jardim Bom Clima). O 5º Grupamento de

Bombeiros atende a cidade de Guarulhos e ainda Arujá, Santa Isabel, Mairiporã, Francisco Morato, Franco da Rocha, Caieiras e Cajamar.

Polícia Civil detém suspeito e apreende quase 700 kg de maconha na Vila Rosália

DA REDAÇÃO - Policiais civis do Núcleo de Roubo de Cargas, prenderam um homem, que não teve a identidade revelada, pelo crime de tráfico de drogas. Os policiais encontraram no interior de uma residência, localizada na rua Santo Antônio, no bairro da Vila Rosália, cerca de 693 kg de maconha.

Segundo uma fonte da Polícia Civil, o indivíduo já teria passagem por roubo. A prisão ocorreu na manhã deste domingo (07), após os policiais receberem a informação de que um homem teria sido visto descarregando uma carga de forma suspeita dentro de uma residência.

Após iniciar uma vigilância ao imóvel, os policiais realizaram a abordagem de um rapaz que estava chegando de carro a residência. Segundo a Polícia Civil, no banco dianteiro direito do carro, foi encontrado um tijolo de maconha. Após realizar uma revista no interior da casa, foram encontrados mais 672 tijolos de maconha.

O proprietário da residência foi preso em flagrante pelo crime de tráfico de drogas e encaminhado a carceragem do 1º Distrito Policial.

Operação contra cerol e linha chilena apreende quase 2.400 carretéis, latas e carretilhas



DA REDAÇÃO - A Guarda Civil Municipal (GCM) de Guarulhos já apreendeu 2.396 carretéis/latas e carretilhas de linha com cerol, linha chilena e linhas que seriam utilizadas com cortante para empinar pipas na cidade, entre outros materiais proibidos. As apreensões fazem parte da Operação "Vem Buscar" e foram feitas numa fábrica clandestina, pontos de venda e nas ruas. Só neste final de semana foram apreendidos 81 itens.

Entre os materiais apreendidos sábado e domingo estavam 56 carretéis de linha, 23 carretilhas, um saco de vidro moído e um tubo de cola, totalizando, desde o início da operação em 22 de maio, aproximadamente 70 sacos

de vidro moídos, mais de 450 kg de cola (garrafas, baldes e latas de cola), cinco tubos de cortante, 810 kg de óxido de alumínio, 15 máquinas de enrolar linha (rebobinadeiras) e cinco máquinas de passar cola, entre outros itens.

Planejada pela Secretaria para Assuntos de Segurança Pública (SASP), a operação "Vem Buscar" quer acabar com o uso de cerol e linha chilena na cidade, materiais considerados perigosos e cujas principais vítimas são motociclistas e ciclistas, que podem até sofrer acidentes fatais. O uso de cortantes pode também ferir e matar animais e causar inclusive rompimentos de fios e de cabos de alta tensão.

A ação, que já percorreu os bairros Jardim Adriana, Parque Flamengo, Parque Continental I, Jardim Nazaré 1 e 2, Rodoanel (na região do Jardim dos Cardosos), Vila Rio de Janeiro, Ponte Grande, Jardim Toscana e Lavras, é realizada diariamente e intensificada nos fins de semana e feriados. As apreensões são feitas por meio de denúncias e também durante o patrulhamento rotineiro das equipes da GCM.

GRU Airport já contabiliza 17 ocorrências com pipas e balões na região do Aeroporto

DA REDAÇÃO - Dados do Centro de Investigação e Prevenção de Acidentes Aeronáuticos (Cenipa) revelam que, este ano, em todo o Estado de São Paulo, já foram registradas 125 ocorrências aeronáuticas envolvendo balões. Deste total, 46 foram no entorno do Aeroporto Internacional de São Paulo, em Guarulhos, e, segundo o levantamento da concessionária responsável, GRU Airport, 10 foram dentro dos 14 km² do sítio aeroportuário. Desses, sete provocaram algum tipo de interferência na operação dos voos, por terem caído ou terem sido avistados no pátio de manobras de aeronaves.

Em 2019, a GRU Airport contabilizou 49 ocorrências envolvendo balão, sendo 33 no pátio de manobras. No mesmo período, a concessionária do terminal registrou 25 incidentes envolvendo pipas. De janeiro a maio deste ano, foram sete interferências operacionais.

Somando os dois tipos de incidentes com pipas e balões, só este ano, já são 17. Para o diretor de operações da GRU Airport, Cmte. Miguel Dau, uma das justificativas para o crescimento destes números

é a pandemia de covid-19, em função do aumento do tempo ocioso para crianças e adultos e a diminuição temporária da atividade aérea no aeroporto, que pode causar a falsa sensação da redução dos riscos envolvidos. "Ocorrências com pipas e balões, infelizmente, ainda são comuns nos períodos de férias escolares, mas o que nos chama atenção é que, até o final de abril, já ocorreram 17 ocorrências desse tipo dentro do sítio aeroportuário. Este número é alto", afirma.

FOTO: DARIO OLIVEIRA/ESTADÃO



Prefeitura libera home office servidores idosos com mais de 60 anos, gestantes e com comorbidades

FOTO: REPRODUÇÃO/FACEBOOK



DA REDAÇÃO - Ao lado do secretário de Gestão, Adam Kubo, o prefeito Guti anunciou na noite de ontem, durante live nas redes sociais, que os servidores idosos com mais de 60 anos, gestantes ou com comorbidades poderão fazer home office. Caso a função deles não permita a mudança, eles estarão dispensados do trabalho. A medida deve ser publicada na

edição de hoje do Diário Oficial do município.

O Boletim Epidemiológico atualizado diariamente pela Secretaria Municipal da Saúde aponta que ontem Guarulhos registrou 3.986 casos de Covid-19, além de 325 mortes em decorrência da doença desde o início da pandemia. Ainda existem 89 óbitos em investigação, que podem ter sido oca-

sionados pelo coronavírus. Das 13 mortes confirmadas nesta segunda-feira sete são homens, com idades entre 38 e 81 anos, e seis mulheres de 44 a 76 anos. De acordo com a Secretaria Municipal de Saúde, a cidade tem ocupação de 100% dos leitos clínicos, enquanto que o índice em relação às vagas de UTI é de 96,4%.

No Centro de Combate ao Coronavírus (3C-Gru) há 52 pacientes internados, sendo 33 em leitos de enfermaria, dez em UTI e dois na sala vermelha, além de sete que se encontram em observação. Por outro lado, sete pessoas receberam alta do complexo.

Além disso, em Guarulhos há uma central telefônica para indicações médicas e psicológicas diante da crise do coronavírus. É só ligar para o número 2475-8661, de segunda a sexta-feira, das 8h às 16h.

Apenas 34% dos usuários de ônibus em Guarulhos trabalham em serviços essenciais

DA REDAÇÃO - Levantamento feito pela Secretaria de Transportes e Mobilidade Urbana de Guarulhos mostra de que forma se distribuem, em categorias, os usuários do transporte por ônibus na cidade. Do total de passageiros transportados, apenas 34% são trabalhadores de serviços essenciais que precisam realmente se locomover diariamente para chegar ao trabalho e retornar para casa.

Os estudantes, mesmo estando sem aulas no momento, representam 3% do total, contra 11% de idosos, que, por estarem no grupo de risco, deveriam ao máximo evitar sair de casa e fazê-lo somente por absoluta necessidade.

Outros 5% são os da chamada categoria especial, que engloba os cidadãos que apresentam algum tipo de deficiência física. Os técnicos em transporte ainda aconselham que mesmo na fase de flexibilização os

deslocamentos desnecessários devem continuar a ser evitados.

O estudo foi realizado para que haja uma visão mais clara para se montar o planejamento de flexibilização do transporte público, que começa no próximo dia 15, segunda-feira, como determina o decreto municipal 36.900, de 3 de junho de 2020.

FOTO: DIVULGAÇÃO/PMG



Nosso cuidado com você nunca ficou parado. REABERTURA DA LOJA GUARUPASS

DIA 01/ JUNHO



Todas as dependências foram preparadas e adaptadas para seguir protocolos que visam garantir distanciamento social e a menor exposição de clientes e colaboradores.

ATENDIMENTO APENAS COM AGENDAMENTO.

Todo atendimento será feito através de agendamento prévio, para evitar aglomerações.

IMPORTANTE LEMBRAR:

Para acesso à loja valem os mesmos procedimentos de segurança adotados nos ônibus.



É obrigatório o uso de máscara.



Mantenha distância nas filas e acessos.



guarupass.com.br



facebook.com/guarupass

0800 559 499

Fone exclusivo VT: 2461-6342 / 6343

Horário de atendimento
0800 e Chat
Seg. a sex. das 08h às 20h

SALAS PRIVATIVAS

ESCRITÓRIOS COMPARTILHADOS

A Sumforces oferece a você empresário e empreendedor espaços projetados para elevar sua produtividade e infra estrutura para seu negócio decolar.

Despesas como energia, água, condomínio e IPTU já inclusos em nossos planos. Consulte-nos!

- Wi-Fi de Alta Performance
- Sala para Reuniões
- Recepção
- Sala de Treinamento
- Sala de Atendimento
- Espaço para Eventos
- Localização Privilegiada

Reserve seu novo escritório:

  **2600-5843**



www.sumforces.com.br

WBS
- BAGGAGE SERVICES -

Sua mala quebrou? A gente conserta!



Trabalhamos com conserto, aluguel e personalização de malas e bolsas



Agendamos a coleta e a entrega no seu endereço



Está com viagem marcada? Temos o conserto express em 24 horas

Peça um orçamento:
Segunda à sexta das 8h às 16h

(11) 2413-5266

PONTO DE VISTA

VITINHO KAMGURU

empresário, palestrante,
máster em PNL e hipnólogo.
Canal no YouTube
"Resignificando sua vida".
WhatsApp - 96323-2362



Uma outra face do gerenciamento do tempo!

Apresento a ilustre frase que assombra a todos nós seres humanos. "Eu não tenho tempo!" Fique tranquilo, você não está sozinho nessa parada. Ouvimos todos os dias essa frase e ela é mais ilustre quando se trata de trabalho, piora o cenário. "Estou cheio de trabalho." "Estou atarefado até a cabeça" e aí vai...

E acabamos colocando mais tarefas diárias para melhorar o nosso desempenho, imaginando ter mais resultados, mas acontece o contrário, fazemos me-

Normalmente nós dependemos tempo demais em coisas inúteis

nos e assim gera algumas frustrações. Na verdade, precisamos fazer o processo de eliminação e não adicionar mais tarefas no nosso dia. Cortando banalidades e focando nas tarefas principais, sendo mais eficientes e obtendo mais resultados.

Isso quer dizer que, existem alguns estudos, inclusive a "Teoria de Pareto", que afirma que 80% dos nossos resultados são consequência de 20% dos nossos esforços. "O QUE?"... é isso mesmo que você leu. 20% são as causas responsáveis pelos seus 80% dos resultados. Chamado assim de "Princípio 80/20".

ANOTE

■ Por causa da pandemia de covid-19, o arrastapé junino que invade o Brasil, especialmente o Nordeste, nesta época do ano vai ser diferente. Nos berços das festas, as cidades de Caruaru, em Pernambuco, e de Campina Grande, no agreste da Paraíba, que disputam o título de maior São João do Mundo, os festejos vão ganhar versão inédita, exclusivamente online, este mês. Segundo a empresa realizadora do evento, nos dias 23, 24 e 27 de junho, 17 artistas vão se apresentar. Com transmissão pelo canal do evento no YouTube, o São João virtual será realizado com a participação de artistas regionais e atrações nacionais, como a cantora Elba Ramalho – dia 23 de junho – e tem como objetivo inovar e levar a festa para perto do público. Os shows terão cenário junino, retratando o Parque do Povo, sem a participação do público, mas adotando todas as medidas de proteção determinadas pela OMSaúde.

Mas onde está isso na minha vida? Normalmente nós dependemos tempo demais em coisas inúteis, como organizar caixa de e-mail, ligar para clientes que não vão comprar da gente, paradas para café e conversas... mesmo sabendo no fundo que esses processos não vão fazer a gente render mais, porém vai te dar a falsa impressão que está se fazendo algo. Que você está ocupado e trabalhando, porém, não gera nenhum tipo de resultado e nem gera o mínimo de valor para você. Fora outras coisas em que perdemos muito mais tempo, que se eu fosse listar, passaria o dia escrevendo.

Agora se focarmos na excelência desses 20% de tarefas que geram resultados de alto impacto, fazê-la com mais atenção e tentando extrair mais benefícios dela. Teremos mais tempo para uma nova estratégia de resultados ou até mais tempo para nós mesmos.

Um exercício bem legal, que podemos fazer no final do dia é o seguinte: Faça uma lista de coisas que foram importantes para o seu dia (que geraram resultados) e outra lista que você acha que gerou esforço, porém não te trouxe nenhum resultado. Daí, vamos repetir esse processo diariamente, sendo que no dia posterior, você comece a eliminar as tarefas da segunda lista gradualmente e você seu dia mais proveitoso.

Faça uma verdadeira faxina da sua vida (segunda lista), você pode usar esse exercício em vários locais: Trabalho, casa, escola, igreja e onde você conseguir incluir. Elimine as coisas que não representa resultados ou que não agrega nada no seu dia a dia. E transforme esse foco (atenção e energia) em coisas produtivas e com certeza sobrar tempo na sua vida e seus dias serão menos estressantes.

Cuide do que é importante e te traga valor, você será recompensado por isso.

Boa Sorte!

■ As organizações Desabafo Social e o Instituto Galo da Manhã receberão até o próximo sábado (13) propostas de comunicação de todos os cantos do Brasil, que tenham por objetivo informar populações periféricas sobre a pandemia de covid-19. De acordo com as regras estabelecidas para seleção, é necessário que as iniciativas já estejam em andamento para poder concorrer ao valor que será concedido a cada projeto, de até R\$ 5 mil. Há, ainda, outros critérios que devem ser seguidos, como utilizar o meio de comunicação para estimular as comunidades a ficarem em casa e respeitar as medidas de distanciamento social. Para serem considerados elegíveis, os projetos também devem contribuir para disseminar mensagens sobre o risco de covid-19, fornecendo informações através de dicas práticas, como indicação de fontes de divulgação de vagas de emprego e de prevenção contra a transmissão da doença.

FOLHA
METROPOLITANA

ACESSE NOSSO SITE

WWW.FMETROPOLITANA.COM.BR



64%
dos leitores de
jornal impresso da
cidade leem a
FOLHA
METROPOLITANA

CLASSIFICADOS

NEGÓCIOS

Oportunidade

**Compra
Vende
Conserta
Moedas,
Cédulas,
Ouro, Prata.**

3255-2272
99986-8823

espinely@espinely.com.br

EMPREGO

Contrata-se

DOMÉSTICA
Procura-se doméstica com passaporte ativo, com experiência, idade até 45 anos para viagem, três meses no exterior. Tratar David 011-999142235.H/C

ANUNCIE AQUI
97380-7685

IMÓVEIS

LINDO SOBRADO LITORAL BERTIOGA (COND. MORADA DA PRAIA) EM BORACEIA
3 suítes+sala 2 ambientes, cozinha americana, lavabo, Edícula c/wc churrasqueira, piscina 4 vagas fino acab. Ac.imóvel de (-) valor e auto valor R\$ 980 mil tratar: Claudio (Creci) 60.910 fone. 99700-3040 zap obs. Fotos e vídeo do imóvel imperdível

FALE COM NOSSA REDAÇÃO
11 4210-1371



HORÓSCOPO

ÁRIES: Ante as atividades ocorridas no planeta de Vênus você poderá vir a ter um semblante bem mais destacado neste momento.

TOURO: Os planos que você havia traçado para chegar aonde você tanto aguarda, irá mostrar a sua grande eficácia agora.

GÊMEOS: De um semblante forte e jovem virá tudo o mais que poderá ir contra aquilo que lhe gerará um pouco mais de criatividade.

CÂNCER: Algumas coisas indicarão que na seara daquilo que lhe é fundamental sentirá as coisas se desenvolverem bem neste momento da sua profissão.

LEÃO: As suas emoções irão retornar para você tudo aquilo que havia pensado de bom, mas não poderá permitir que as coisas viessem a lhe prejudicar.

VIRGEM: Existirá alguns elementos importantes que gerarão coisas boas para você conseguir o que deseja, principalmente naquilo que você tem como mais simples.

LIBRA: Irá manter uma boa parte daquilo que você acredita ser a manutenção do que te deixa muito feliz agora, porém com algumas coisas irrelevantes e sombrias.

ESCORPIÃO: Sua capacidade de notar detalhes quase imperceptíveis estará muito mais agudo agora, principalmente para aqueles que você desconfia.

SAGITÁRIO: Com uma cara feia você tende a agir de forma a deixar as coisas mais pueris lhe influenciar agora. Já as questões de tranquilidade serão muito boas agora. A

CAPRICÓRNIO: Pense em tudo o que for possível para você agora, assim não terá muitos problemas nesta atual situação.

AQUÁRIO: Aquilo que você fizer estará marcado pelas questões mais imprevisíveis no atual momento, ante a sua constelação.

PEIXES: Estará hoje para cantar e falar aquilo que for muito importante para você agora, assim terá uma melhor vida em sociedade.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

(?) de terreno: a terraplanagem	Canário do filme "Terror em Silent Hill"	Biocombustível produzido no Brasil	Operador da guilhotina	Coloca de novo em funcionamento	(?) Gordon, papel de Gary Oldman na trilogia de filmes sobre o Batman
					Sorteio beneficente realizado em igrejas
Artigo que expressa a opinião dos donos do jornal	O sétimo planeta do Sistema Solar	Roentgen (símbolo)	Ave pernalta	Pedido comum ao fim de shows	
Um dos Sete Anões (Cm.)			Tubérculo também conhecido como macaxeira e mandioca		
		Habitat da zebra			
Grande peixe do litoral brasileiro		O valor impreciso			Guimarães Rosa, escritor mineiro
Armadilha lógica presente no sofisma	Popular (abrev.)			Desgasta aos poucos	
Observar; reparar	Fita, em inglês		"Igual", em "isóbaro" (Gram.)	Nostálgicos	Grande planície
Matéria-prima da fabricação de camisinhas	Texto como a trova			"Vim. (?)", vencid", frase de César (Hist.)	Moidos; amassados
	"Corpo" da árvore				
			"A Raposa e as (?)", fábula de Esopo		
Senhor (abrev.)	Estado natal de FHC (sigla)		Liga produzida pela CSN		
		Funcionário de embaixadas			
Calor típico de dias nublados					Opõe-se a "d.c.", em datas históricas
		Molusco comestível dotado de carapaça			
Caldo de galinha	Página da agenda		Pontaria, em inglês		Língua derivada do esperanto
Profissionais contratados pelo IPEA	Nitrogênio (símbolo)		"(?) Ching", livro		

BANCO 3/alm — ido — iso. 4/lb/s — tape. 5/lálex. 6/savana. 8/pradara. 38

Solução

S	A	I	S	I	W	O	N	O	C	E
O	d	i	o	v	d	o	c			
V	H	I	S	O	V	R	N	V	C	
C	V	O	S	V	H	R	O	W		
O	D	I	D	V	I	H	S			
S	V	A	N	O	X	E	I	V	I	
R	d	V	M	E	O	P	I			
O	O	S	I	H	V	O	N			
I	O	H	D	O	P	N	V			
U	D	V	I	C	V	L	F			
V	N	V	A	V	S	O	R	E	W	
S	I	R	I	V	G	N	U	D		
S	I	B	I	H	V	Y				
W	T	V	I	H	O	I	D	E		
O	N	E	M	V	L	E	A	I	N	
C		R								

FOLHA
METROPOLITANA

Muitos me diziam que eu casei no papel. ENTÃO TINHA QUE SUPOORTAR AQUELE RELACIONAMENTO.

Violência contra as mulheres é crime. **DENUNCIE!** Ligue 180

Receba nossa edição online no seu celular

**SALVE NOSSO NÚMERO E
MANDE UMA MENSAGEM VIA
WHATSAPP PARA (11) 99643-2765**

64%

**dos leitores de jornal
impresso da cidade
leem a**

**FOLHA
METROPOLITANA**

f jornalfolhametro **@** folhametropolitanagru

www.fmetropolitana.com.br