

CURITIBA[®]

41 99923-6745



Diretor de Jornalismo: Carlos Borges Bahia

NEWS

"A Democracia Morre nas Trevas"

Acesse
o QR Code
do Curitiba
News



LOTÉRIAS ANITA GARIBALDI

• Serviços Bancários • Abertura de conta
• Empréstimo Consignado • Consórcio

Horário de funcionamento:
8:30 às 18:30
Sábados 8:30 às 15:00

Lojas 45/46

Plot Express

Impressões e cópias
Digitalização
Banner e adesivos
Rua Mateus Leme, 1244
Fone: (41) 3353-3021

Ratinho Junior escolhe Rafael Greca



Desenvolvimento Sustentável

Página 7

Oil Man, o professor que desafiou conceitos dos curitibanos



Página 2

Catadores do Ecocidadão vão receber vale-alimentação

Prefeito Eduardo Pimentel com a secretária do Meio Ambiente, Marilza Dias, o secretário de Segurança Alimentar, Leverci Silveira Filho, assinaram decreto que cria a comissão para elaboração da política municipal de resíduos sólidos e cria o vale alimentação para catadores.

Página 3



Prof. Picler se emociona e chora na ALEP



Página 3

Linha do Turismo com descontão para Curitibanos

Foto: José Fernando Ogura/SECOM



Página 4

Artesani
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

CHAMPAGNAT

✉ artesanichampagnat@gmail.com
📷 artesani_champagnat
📺 artesanichampagnat
📞 41 99699.4301

Rua Pe. Anchieta 1923 • Champagnat • CEP 80730-000 • Curitiba PR • Tel. 41 3053.0001

JLA
CORRETORA DE IMÓVEIS

CRECI J4233 Desde 1992
Sede própria

**Pioneira na
região Norte**

VENDAS E LOCAÇÕES DE IMÓVEIS
RESIDENCIAIS E COMERCIAIS

41 3352-7574 | 41 99976-4269

Garantimos integralmente ao proprietário o aluguel.

EDITORIAL

Jornalista
Carlos Borges Bahia

O pecado do Bolsonaro

O ex-presidente Bolsonaro está enfrentando uma série de processos, não por corrupção, nem por desvios do dinheiro público, mas, por questionar as urnas eletrônicas, sem o voto impresso e auditável, (escrutínio, contagem individual de cada voto) conforme previsto na Constituição Federal.

Os ministros da primeira turma do STF foram unânimes em suas decisões contra o ex-presidente Jair Bolsonaro, no processo que o torna réu e passivo de condenação por suposto atentado a democracia.

Nenhuma surpresa na decisão dos ministros, que são na maioria amigos e parceiros do presidente Lula, adversários de Bolsonaro.

Os advogados do ex-presidente Bolsonaro, prevendo um resultado orquestrado, apelaram para o afastamento dos ministros Alexandre de Moraes, Flávio Dino e Cristiano Zanin, sob alegação desses terem vínculo político ideológico com o presidente Lula, adversário político. No entanto, apelação não foi atendida.

Evidente que a justiça deve ter por princípio a impessoalidade, imparcialidade, neutralidade, transparência, honestidade e equilíbrio.

A justiça coloca em risco a sua credibilidade quando quebra os princípios sagrados da

Constituição. Isso remete ao discurso na sociedade e no Congresso Nacional sobre o sistema judicial brasileiro.

Há muito tempo que se discute no Congresso, sobre o fim do cargo vitalício e do foro privilegiado, para Ministros da Justiça. O cargo vitalício faz do juiz eterno subserviente aquele que o nomeou. E o foro privilegiado torna o juiz um ser intocável, semideus, acima do bem e do mal.

A proposta no Congresso é que todos os ministros do STF sejam juizes de carreira concursado, nomeado para mandato de no máximo 8 anos, e como qualquer cidadão, deve responder perante a justiça, sem foro privilegiado para crimes comuns.

Não se constrói uma sociedade justa, com juizes iníquos, que acumulam privilégios a custo da miséria do povo.

A Constituição Federal não pode ser uma colcha de retalhos com emendas de conveniências para atender os interesses ideológicos de grupos políticos partidários.

Portanto, o agente público deve buscar com honestidade observar os princípios da legalidade, razoabilidade, moralidade, impessoalidade, eficiência e publicidade.

A democracia é um processo de maturidade da sociedade e dos congressistas, que deve ser aprimorada a cada dia.

PSDB de Beto Richa quer se juntar ao PODEMOS de Álvaro Dias

O Tucano encolheu muito nos últimos anos, principalmente depois da Operação Quadro Negro, que culminou com a prisão do seu líder Beto Richa. Por outro lado, o Podemos de Álvaro Dias, tem chance de crescer com adesão de novas lideranças. A união com os tucanos poderá ser um tiro no pé do Podemos.

Informa o jornalista Lauro Jardim, de O Globo, que o PSDB avançou nas negociações para uma incorporação com o Podemos. Segundo o jornalista,



a proposta é audaciosa: dará a Renata Abreu, presidente o Podemos, o direito de comandar a legenda, que manterá o nome do PSDB. Ou seja, ela será a presidente caso tope fazer a incorporação.

Isso significaria, diz Lauro Jardim, que os 14 deputados fe-

derais do Podemos entrariam no ninho tucano, onde o nome do PSDB seria mantido, mas ficariam sob o comando de Renata Abreu. Na Assembleia Legislativa do Paraná (Alep), o Podemos tem dois deputados: Denian Couto e Fábio Oliveira; o PSDB, uma deputada: Mabel Canto.

Na Câmara dos Deputados, o Podemos do Paraná tem um deputado: Luiz Carlos Haully; o PSDB também um: Beto Richa. No Senado Federal, o PSDB do Paraná tem um senador; Orlindo Guimarães (ex-Podemos).

Boatos da Boca Maldita

O Chico como um papagaio de pirata repete algumas palavras que escuta na Boca Maldita. O pior, é que tem gente que acredita.

Há poucos dias um colega do Palácio Iguazu, disse que o Chico, garganteou que foi ele quem tirou o Greca do ostracismo, e fez dele prefeito de Curitiba.

O Chico não tinha votos nem para ele mesmo, quando se elegerem vereador foi com promessa de internet gratuita para todos os moradores do Uberaba, e acabou não cumprindo a promessa de campanha. Na eleição seguinte, teve uma péssima votação, pouco mais de mil votos. O povo não é mais bobo! Hoje as pessoas

interagem nas redes e, logo desmascaram os políticos malandros.

GRECA FOI MELHOR

Rafael Greca venceu as eleições em 2016 porque foi melhor nos discursos, foi mais convincente, era a vez dele! Naquela eleição ele ganhou praticamente sozinho, foi persistente, persuasivo e mostrou sua experiência como gestor. Entenda o contexto: naquela eleição o então prefeito Gustavo Fruet (PDT), foi fraco e sem talento, fez a pior gestão da história de Curitiba, por isso, na tentativa de ser reeleito, não passou nem para o segundo turno. Fruet levou um pau do Ney Leprevost e do Rafael Greca. Fruet subiu no salto alto, co-

locou para fora de seu grupo os militantes guerreiros do PDT, lideranças comunitárias que pavimentaram o caminho para ele vencer em 2012, no entanto, preferiu abraçar seus parceiros do PT.

O CASTIGO VEM A GALOPE

Fruet ficou dentro de uma redoma de vidro, se deixou iludir pelos seus puxa-sacos, governou a segas. Sem as lideranças do 'pdt', não foi nem para o segundo turno. Então, quem ganhou aquela eleição foi o Greca com boa oratória, poder de convencimento e ainda contou a seu favor com a indignação dos militantes desprezados pelo 'fruet', minúsculo.

EXPEDIENTE

JORNAL CURITIBA NEWS
EDIÇÃO 279 - MARÇO DE 2025

Contato: 55 (41) 99923-6745

Felipe Faganello Bahia
07109268985

CNPJ: 31.667.763/0001-14

R. Eugênio Guariza, 70

São Lourenço - CEP 82200-190

Curitiba - PR

e-mail: curitibanews.pr@gmail.com

Diretor/Editor:

Carlos Bahia (DRT 10587)

Colunista: Thiago Chella Bahia

Fale conosco:

jornalistabahia@yahoo.com.br

Diretor de Jornalismo:

Carlos Borges Bahia

Departamento Comercial:

99923-6745

Fale Conosco:

curitibanews.pr@gmail.com

Distribuição Gratuita:

Centro, Centro Cívico,
Bom Retiro, Juvevê, Ahú,
Boa Vista, São Lourenço,
Abranches e Barreirinha

Tiragem Estimada:

1000 a 5000 exemplares
distribuídos gratuitamente.O jornal Curitiba News não se
responsabiliza por conceitos e ideias
expressas em matérias assinadas ou pagas.

EMERGÊNCIA

APLICATIVOS 190 E 156
Morador do
São Lourenço, Ahú,
Boa Vista, BarreirinhaEM CASO DE FURTO
OU ROUBO a população
deve registrar o Boletim de
Ocorrência, o criminoso será
preso por prática delitiva
continuada. AS INFORMAÇÕES
REGISTRADAS PELO B.O. FICAM NO
ARQUIVO E A POLÍCIA VAI
RASTREAR AS AÇÕES DO
CRIMINOSO ATÉ PRENDER.IMPORTANTE: anexar
a fotos de rostos, placas de
carros, mesmo parcialmente,
vídeos etc.

Oil Man queria ser vereador de Curitiba

O que pouca gente sabia, que Nelson Rabello (63) o "Oil Men", era natural de Pernambuco, e foi professor de biologia, ficou famoso pela ousadia de pedalar pelas ruas da cidade vestido somente de sunga, como se estivesse numa praia.

O professor decidiu desafiar os preconceitos curitibanos ao pedalar pelas ruas da cidade de sunga, com o corpo untado de óleo. Não tinha tempo ruim, verão, inverno, com sol ou chuva, o professor pedalava pelas ciclovias da região norte e central de Curitiba. O Oil Men era um curitibano de coração, apesar da sua ousadia, ele não pedalava no calçadão da Rua das Flores, sabia que era área exclusiva para pedestre.

Curiosidades que poucos sabem: é que o Oil Men, um dia sonhou ser vereador de Curitiba. Em 2008 ele tentou se filiar ao PDT. Porém, não o deixaram participar da convenção do partido, que acontecia na Sociedade Morgenal, no bairro Cristo Rei. No dia da convenção, o Oil Men foi na reunião de sunga e com a sua bicicleta, que era a sua marca registrada. Mas, foi impedido de entrar no Clube, porque não estar vestido "adequadamente".



O professor Nelson Rabello, não foi vereador, mas conquistou o coração dos curitibanos, se tornou uma personalidade e conseguiu muitos fãs, que sentiram a sua perda. Sua proeza fez fama que o levaram foi além das fronteiras de Curitiba, com destaque nacional nas entrevistas dos programas do Jô Soares e Danilo Gentili.

O professor estava internado desde a última quarta-feira (26) no Hospital Evangélico Mackenzie, na madrugada de hoje (28/03), apresentou parada cardiorrespiratória e evoluiu a óbito.

Catadores do Ecocidadão vão receber vale-alimentação para compras nos Armazéns da Família de Curitiba

Prefeito Eduardo Pimentel com a secretária do Meio Ambiente, Marilza Dias, o secretário de Segurança Alimentar, Leverci Silveira Filho, deputados e vereadores, assina decreto que cria a comissão para elaboração da política municipal de resíduos sólidos e cria o vale alimentação para catadores. A vida dos mil catadores e catadoras de material reciclável que participam do programa Ecocidadão, da Prefeitura de Curitiba, vai melhorar a partir deste mês. O documento criou o vale-alimentação para os catadores associados do Ecoci-



dadão. O evento reuniu cerca de 600 catadores de material reciclável e foi feito na Associação de Catadores de Materiais Recicláveis Corbéia, no bairro São Miguel, na Regional CIC. A partir de agora, cada um dos mil catadores vai ganhar um voucher no valor de R\$ 440 por mês para comprar alimentos nos 35 Armazém da Família de Curitiba.

"Muito obrigado pelo trabalho que vocês fazem diariamente na nossa cidade. Se Curitiba é reconhecida como a cidade mais limpa do Brasil é porque vocês têm responsabilidade nisso", disse o prefeito Eduardo Pimentel.

Professor Picler chora na Alep ao relembrar sua trajetória de sucesso

No dia '29 de Março', celebração do aniversário de 332 anos de Curitiba, o professor Wilson Picler, CEO da Uninter, foi uma das personalidades homenageada na Assembleia Legislativa. O professor Picler chorou no seu pronunciamento, fez uma emocionante declaração de gratidão à cidade que foi fundamental em sua caminhada de sucesso. Em seu discurso, Picler destacou o papel essencial dos professores de Curitiba na formação da sua equipe docente e no desenvolvimento da instituição que garantiu o sucesso da Uninter.



UMA HISTÓRIA DE SUCESSO INICIADA EM CURITIBA

Wilson Picler chegou a Curitiba em 1980, vindo de Maringá, para estudar no então CEFET Paraná, hoje Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR). Inicialmente, não tinha plena consciência da magnitude da instituição, mas ao longo do tempo compreendeu sua relevância. Segundo ele, o CEFET de Curitiba era uma das melhores escolas técnicas do Brasil e das Américas, rivalizando com instituições renomadas do Canadá e dos Estados Unidos.

A INSPIRAÇÃO PARA TRANSFORMAR A EDUCAÇÃO

Durante o mestrado, Picler percebeu a carência de cursos

de pós-graduação no Brasil e decidiu criar uma instituição voltada para essa demanda. Assim nasceu o Instituto Brasileiro de Pós-Graduação e Extensão (IBPEX), seguido pela Facinter, Fatec e, finalmente, a Uninter, que se tornou pioneira no ensino superior a distância (EAD) no Brasil. "Fomos pioneiros. Curitiba já estava mostrando sua capacidade inovadora", afirma Picler. Segundo ele, a qualidade dos professores curitibanos foi o diferencial para o sucesso da instituição.

O IMPACTO DOS PROFESSORES CURITIBANOS NO BRASIL

Para levar educação de qualidade ao país, o IBPEX criou

o projeto "Faculdade vai à Escola", que enviava professores para diferentes regiões do Brasil. No Norte, por exemplo, os docentes precisavam viajar de avião e barco para chegar a comunidades ribeirinhas e ministrar cursos de pós-graduação.

A demanda cresceu tanto que foi necessário contratar professores de outras regiões, como Rio de Janeiro, São Paulo e Brasília. No entanto, os alunos faziam um pedido especial: queriam professores de Curitiba.

"Os coordenadores locais ligavam e pediam: 'Por favor, nos mandem professores de Curitiba'. Os alunos insistiam: 'Não queremos ter aulas com outros professores que não sejam de Curitiba'", relembra Picler, emocionado.

STJ decide por multar pais que recusam vacinar filhos contra Covid-19



Corte foi unânime na decisão da obrigatoriedade da imunização infantil prevista no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Contudo, não levou em consideração aos efeitos colaterais dos imunizantes.

O Superior Tribunal de Justiça (STJ) decidiu, nesta quinta-feira (20/3), que os pais podem ser multados caso se recusem a vacinar os filhos contra a covid-19, mesmo após recomendação sanitária.

Por unanimidade, os integrantes da Terceira Turma seguiram o entendimento da relatora, ministra Nancy Andrighi, que destacou a obrigatoriedade da imunização infan-

til prevista no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA).

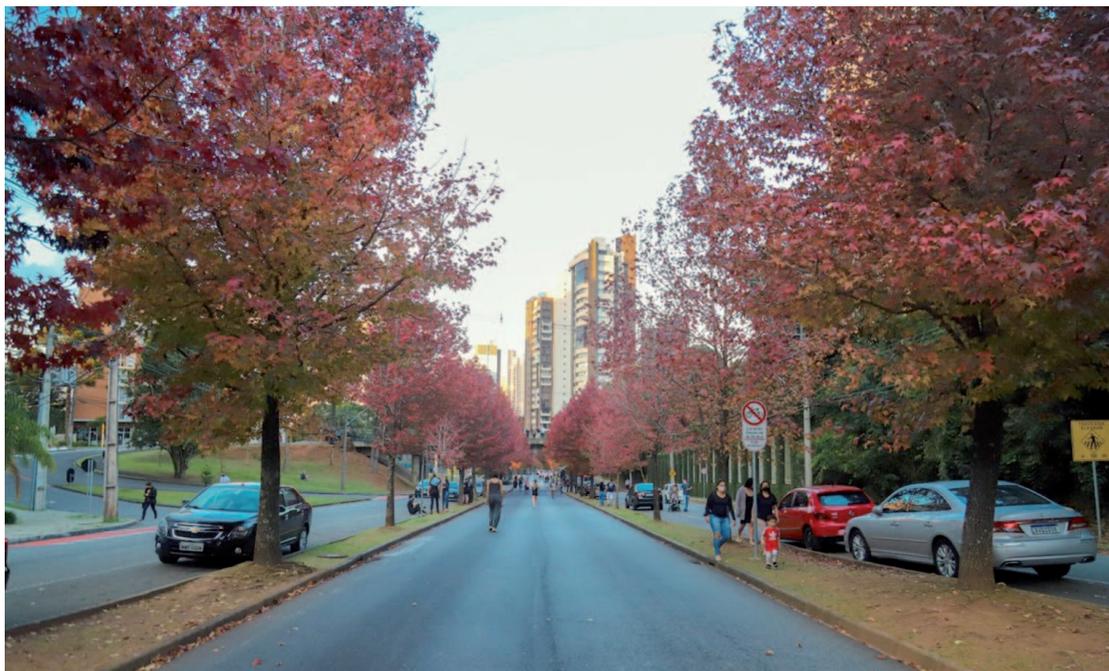
O julgamento se refere ao caso de um casal, que fez uma representação contra decisão da Justiça do Paraná, por ter determinado a multa de três salários-mínimos pela recusa de imunizar a filha. Eles alegaram que não podem ser punidos por não vacinar a criança, pois a obrigatoriedade não estaria no Plano Nacional de Imunização.

No entanto, a ministra Nancy Andrighi votou pela rejeição do recurso e manutenção da multa. Ela argumentou que a recusa violaria deveres do poder familiar.

Outono com temperaturas mais amenas e chuva abaixo da média no Paraná

A nova estação chega de forma gradativa, desta quinta-feira, 20 de março. Outono, nos meses de abril, maio e junho no Paraná, historicamente, apresentam redução no volume de chuva em relação ao verão. Sistemas de alta pressão atmosférica, que tem como característica o ar frio e seco, fazem com que o intervalo entre as chuvas também seja maior.

O outono começará dentro dessas características: de quinta a domingo (23) o tempo fica estável no Paraná, com predomínio de sol. Serão dias de bas-



tante amplitude térmica, com manhãs de temperaturas amenas e nevoeiros, e tardes mais quentes. Na quinta e na sexta pode ocorrer chuva fraca no Litoral. Até domingo, no Oeste, Norte e Noroeste, a umidade estará baixa.

Menos chuvas e temperaturas mais amenas são esperadas pela população depois de mais um verão muito quente. O mês de fevereiro, por exemplo, foi o mais quente da série histórica em 23 cidades. Mesmo assim, o verão deste ano não foi mais quente do que o do ano passado.

Descontão na Linha Turismo para curitibanos

Os curitibanos também vão poder começar a usar o desconto especial na Linha Turismo. Moradores de Curitiba ainda vão começar a aproveitar um "presente" especial de aniversário da capital: a Linha Turismo terá um desconto especial para moradores da cidade até 17 de abril. Quem tiver o cartão-transporte Usuário da Urbs, com créditos adquiridos por pessoa física, poderá utilizar o ônibus de turismo pagando R\$ 6 a cada embarque.

LINHA TURISMO

A promoção é válida de segunda a quinta-feira, em qualquer horário, e representa um desconto de 88% sobre o valor normal da tarifa, que custa R\$ 50. A Linha Tu-

Foto: José Fernando Ogura/SECOM



rismo começa a circular às 8h30, com intervalos de 30

minutos. Para quem quiser aproveitar a promoção, mas ainda

não tem o cartão-transporte Usuário, basta agendar atendimento

no Agenda Online. A primeira via do cartão é gratuita.



ACADEMIA OLÍMPICA SÃO LOURENÇO

TAEKWONDO para todas as idades

Esporte é saúde! AGENDE SUA AULA EXPERIMENTAL GRATUITA

(41) 99674-6897 (Prof. Felipe Bahia) @bahiatkd



Rua João Guariza, 632 – na Ciclovía – São Lourenço – Curitiba – PR (PRÓXIMO AO COLÉGIO DO BOSQUE)

Trabalhamos juntos.

A força que move Curitiba vem do trabalho de quem acorda cedo para batalhar, de cada morador e dos servidores que se empenham para fazer a cidade funcionar. Neste mês, celebramos o aniversário da capital com iniciativas que beneficia toda a população.

Bruna Buher Kureke
Engenheira da Secretaria
Municipal de Obras Públicas

CURITIBA
332
ANOS



Prefeitura de
CURITIBA

Qual o melhor remédio para problema de próstata?

O remédio para próstata aumentada é uma das opções mais comuns e eficazes para o tratamento da hiperplasia prostática benigna, uma condição que afeta muitos homens, principalmente após os 50 anos. Ao longo do período, avanços na medicina trouxeram diversas soluções farmacológicas que ajudam a aliviar os sintomas incômodos, como a dificuldade para urinar e a necessidade frequente de ir ao banheiro durante a noite. Mas será que o uso de medicamentos é realmente a melhor escolha?

Pois bem, neste texto, vamos explorar os benefícios, limitações e alternativas no tratamento da HPB, ajudando você a entender qual abordagem pode ser a mais adequada para cada caso.

MEDICAMENTOS

É comum que os homens busquem entender como reduzir a próstata aumentada. Mas qual é o melhor remédio para tratar esse problema?



Existe algum mais eficaz? E quanto aos efeitos colaterais?

Os medicamentos podem ser indicados pelo urologista de forma individual para o tratamento da condição ou combinados, visando intensificar os resultados no alívio de todos os desconfortos.

Em geral, a medicação tem como objetivo aliviar os sintomas urinários, como dificuldade de urinar, necessidade frequente de ir ao banheiro, jato fraco e

sensação de esvaziamento incompleto da bexiga.

Os alfa-bloqueadores são uma opção terapêutica de alta eficácia para o tratamento do aumento benigno da próstata, frequentemente sendo o primeiro tipo de medicamento a ser prescrito.

Esses medicamentos agem relaxando os músculos ao redor da glândula e do colo da bexiga, o que facilita o processo de micção. Entre os alfa-bloqueadores

mais utilizados estão a tansulosina e a doxazosina, recomendadas para pacientes que apresentam sintomas de urgência e incontinência urinária.

Há outra abordagem importante no tratamento como a utilização dos inibidores da 5-alfa redutase, que têm como função reduzir o tamanho da próstata ou prevenir seu crescimento, o que melhora a passagem da urina pela uretra.

Os medicamentos mais comumente prescritos desta classe incluem: a finasterida e a dutasterida. OBS: o correto é sempre consultar o seu médico que vai orientar o melhor tratamento.

REMÉDIO NATURAL

Não há evidências científicas que comprovem a eficácia de remédios naturais para a próstata, inclusive, a American Urological Association não recomenda terapias à base de ervas para o tratamento da HPB.

Contudo, as abordagens naturais para quem quer saber

como diminuir a próstata aumentada é adotar mudanças no estilo de vida, que podem ajudar a aliviar os sintomas urinários, independentemente de o paciente optar ou não por um tratamento médico.

Entre essas mudanças estão:

- Incluir mais frutas, fibras, vegetais, nozes, grãos integrais, sementes, feijões e peixes ricos em ômega-3 na dieta;
- Urinar sempre que sentir vontade;
- Garantir que a bexiga esteja completamente esvaziada ao urinar;
- Fortalecer os músculos do assoalho pélvico com exercícios de Kegel;
- Evitar alimentos e bebidas que possam piorar os sintomas, como amidos, alimentos processados, carne vermelha, álcool e bebidas gasificadas;
- Praticar atividades físicas regularmente.

por Dr. Paulo Maron

Conheça os tratamentos iniciais para dor lombar

Muitas opções de tratamento para dor lombar podem ser adaptadas às necessidades de cada paciente. Os tratamentos iniciais incluem cuidados administrados em casa, medicações, fisioterapia, cuidados alternativos ou mesmo cirurgia.

AUTOCUIDADO NA DOR LOMBAR

Cuidados básicos tomados em casa podem ser eficazes no tratamento de dores leves ou agudas de distensão muscular, bem como na redução dos efeitos da dor crônica e intensa. O autocuidado é feito pelo próprio indivíduo e pode ser facilmente ajustado. Esses métodos incluem:

PERÍODO CURTO DE DESCANSO

Muitos episódios de dor lombar podem ser melhorados evitando-se atividades extenuantes por períodos curtos - até 2 dias de repouso relativo são suficientes.

Foto: divulgação



MODIFICAÇÃO DE ATIVIDADE

Uma variante do repouso é permanecer ativo, mas evitar atividades e posições que agravam a dor. Por exemplo, se ficar sentado por longos períodos no carro ou na mesa piorar a dor, defina um cronômetro para se levantar a cada 20 minutos e caminhar ou se alongar suavemente.

TERAPIA DE CALOR / GELO

O calor de um banho morno, bolsa de água quente, almo-

fada de aquecimento elétrica ou envoltórios térmicos químicos ou adesivos podem relaxar os músculos tensos e melhorar o fluxo sanguíneo e traz nutrientes e oxigênio que os músculos precisam para se curar e se manter saudável.

MEDICAMENTOS DE VENDA LIVRE PARA A DOR

Os medicamentos de venda livre mais comumente usados na dor são a dipirona, paracetamol, ibuprofeno, naproxeno e outros. Ibuprofeno e

naproxeno são medicamentos anti-inflamatórios que aliviam a dor lombar causada por nervos ou músculos inflamados. Qualquer tipo de medicamento acarreta possíveis riscos e efeitos colaterais, portanto, é aconselhável conversar com um médico.

EXERCÍCIOS PARA DOR LOMBAR

A fisioterapia geralmente faz parte de um regime básico inicial de tratamento da dor lombar. Os tipos de exercícios usados para reabilitar a coluna incluem:

ALONGAMENTO

Quase todas as pessoas podem se beneficiar com o alongamento dos músculos da região lombar, nádegas, quadris e pernas (especialmente os músculos isquiotibiais).

Esses músculos suportam o peso da parte superior do corpo. Quanto mais móveis esses músculos são, mais as costas

podem se mover sem lesões. Normalmente é aconselhável começar devagar - alongue por 20 a 30 segundos e pare o alongamento se ele causar dor.

EXERCÍCIOS DE FORTALECIMENTO

O fortalecimento dos músculos abdominais, das costas, do quadril e dos glúteos que sustentam a coluna, também chamados de músculos centrais, pode ajudar a aliviar a dor lombar. Dois programas comuns são o método McKenzie e a Estabilização Lombar Dinâmica.

ATIVIDADE AERÓBICA DE BAIXO IMPACTO

O exercício aeróbico de baixo impacto estimula a musculatura postural, aumenta o fluxo sanguíneo e auxilia na recuperação de uma lesão sem machucar a coluna. A atividade aeróbica de baixo impacto pode incluir a caminhada, hidroterapia.

AQUI TEM
Veja onde encontrar o seu jornal Curitiba News



CAFÉ
AVENIDA
BOCA
MALDITA



Ratinho Junior faz mudança no seu secretariado e coloca Rafael Greca, Leonaldo Paranhos e Ulisses Maia

A estratégia do governo é fortalecer o grupo político, tendo em vista as eleições de 2026

O governador Carlos Massa Ratinho Junior anunciou nesta sexta-feira (21) três mudanças no secretariado: Leonaldo Paranhos, ex-prefeito de Cascavel, será secretário do Turismo; Rafael Greca, ex-prefeito de Curitiba, vai comandar o Desenvolvimento Sustentável; e Ulisses Maia, ex-prefeito de Maringá, será o responsável pela Secretaria do Planejamento. Os nomes serão oficializados no Diário Oficial nos próximos dias.

Leonaldo Paranhos que foi prefeito de Cascavel no período de 2017 a 2024 e não se reelegeu, vai assumir a Secretaria do Turismo, vai continuar a desenvolver os projetos que têm alçado o setor a um novo



patamar, com atração de mais eventos, novas rotas aéreas e programas para apoiar os grandes atrativos do Estado. Rafael Greca será o novo secretário estadual de Desenvolvimento Sustentável. Com uma longa

experiência administrativa, Greca vai dar sequência às ações ambientais que fazem do Paraná uma referência nacional no assunto. Além da gestão ambiental e defesa dos recursos naturais, a pasta é responsável por



algumas obras emblemáticas, como as modernizações das orlas de Matinhos e Pontal do Paraná. Ulisses Maia, advogado foi prefeito de Maringá e não conseguiu se reeleger, vai ficar na secretaria de Planejam-

to. No Planejamento, será responsável por programas como o Paraná Produtivo, Conecta 399, o projetos da revitalização do centro histórico de Guaratuba e o Centro de Convenções no antigo Pinheirão.

Governo Ratinho Junior sanciona novo Marco Regulatório da Ilha do Mel

Ilha do Mel, um dos principais destinos turísticos do Paraná, agora com novo código de preservação ambiental e desenvolvimento sustentável

O governador Carlos Massa Ratinho Junior sancionou nesta quinta-feira (20) a lei que estabelece o novo Marco Regulatório da Ilha do Mel, um dos principais destinos turísticos do Paraná. A iniciativa moderniza a legislação anterior, assegurando a preservação ambiental e promovendo o desenvolvimento sustentável da região. "A Ilha do Mel é um ponto turístico importante, mas ela não tinha uma orga-

Foto: Gabriel Rosa/AEN



nização jurídica, uma regulamentação que dizia o que era possível ou não fazer. E agora vamos ter um ambiente organizado. Tão organizado que a partir de abril começamos a tirar do papel todo o projeto de saneamento básico da Ilha do Mel", ressalta o governador. "Ou seja, vamos dar dignidade para quem mora na ilha e também para os turistas que terão um ambiente mais saudável para poder visitar", completa Ratinho Junior.



FAÇA
AQUI

CAIXA

EMPRÉSTIMO
CONSIGNADO

LOTERIAS ANITA GARIBALDI

Avenida Anita Garibaldi, 2480 - Lj. 45/46 - São Lourenço



Leonardo Sócrates Pires Montenegro
OAB/PR 88.588

Montenegro
Advocacia

41 99919-6641

montenegro@advmontenegro.com.br

WHATSAPP

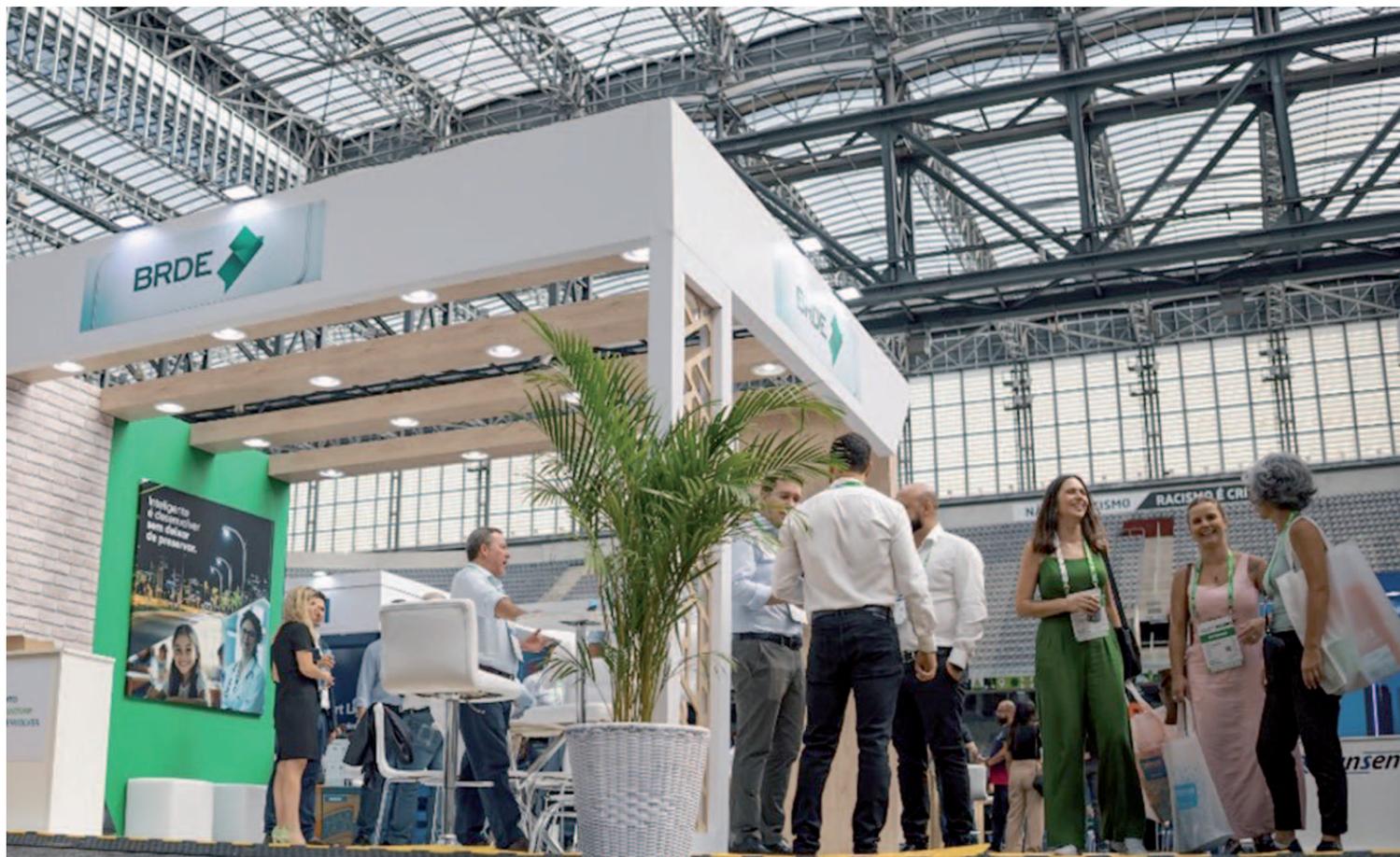


BRDE vai fortalecer apoio a projetos inovadores no setor público durante o Smart City

O Banco Regional de Desenvolvimento do Extremo Sul (BRDE) está presente na 6ª edição do Smart City Expo Curitiba, que iniciou nesta terça-feira (25), na Ligga Arena, em Curitiba.

Reconhecido como o principal evento sobre cidades inteligentes das Américas, o encontro reúne líderes e especialistas para debater ideias inovadoras que impulsionam o desenvolvimento urbano e melhoram a qualidade de vida nas cidades.

Na avaliação do diretor administrativo do banco, Heraldo Neves, a participação no Smart City Expo Curitiba reforça o compromisso da instituição com o crescimento sustentável e a modernização urbana. "O BRDE tem um histórico de parcerias com setor público apoiando ações alinhadas com a inovação, a sustentabilidade e modernização urbana", frisou. Além de contar



com estande próprio na área de exposições, o BRDE integra a programação do Smart City. Um dos destaques do primei-

ro dia é o painel "Conectando o público e o privado para o desenvolvimento regional", que inicia às 14h30 com a partici-

pação do diretor executivo da Associação Brasileira de Desenvolvimento (ABDE), André Godoy. Na oportunidade, se-

rão abordadas estratégias de colaboração entre diferentes setores para impulsionar o crescimento sustentável.

5x MELHORES PORTOS DO BRASIL

PR.GOV.BR/PORTOS

eu IMPORTO

25% DOS FERTILIZANTES APLICADOS EM LAVOURAS DO PAÍS

O QUE ACONTECE NO PARANÁ PASSA POR AQUI.

MAIOR EXPORTADOR DE PROTEÍNA ANIMAL DO BRASIL

66 MILHÕES DE TONELADAS MOVIMENTADAS EM 2024

MOEGÃO: 60% MAIS CAPACIDADE PARA CARGAS DE GRÃOS

90 ANOS PORTOS DO PARANÁ LOGÍSTICA INTELIGENTE

PARANÁ GOVERNO DO ESTADO