

ESTUDO REALIZADO NOS ESTADOS UNIDOS

Sonhar não custa nada e traz benefícios à saúde

Quem consegue se lembrar do sonho tem mais memória e melhor regulação emocional

► Quem nunca se pegou tentando lembrar com o que havia sonhado na noite anterior? Aqueles que conseguem, além de não sofrerem com essa curiosidade, garantem benefícios para a saúde. É o que aponta estudo realizado por pesquisadores do Laboratório de Sono e Cognição da Universidade da Califórnia em Irvine, nos Estados Unidos, e publicado na revista científica Scientific Reports.

Os cientistas observaram que pessoas que se lembravam dos sonhos tiveram melhor regulação emocional e maior consolidação de memória, além de passarem a reagir de forma mais positiva a experiências negativas do dia anterior. “As pessoas que relatam ter sonhado apresentam maior processamento de memória emocional, o que sugere que os sonhos nos ajudam a lidar com nossas experiências emocionais”, explica a professora de Ciências Cognitivas da universi-

dade e diretora do laboratório, Sara Mednick, em comunicado. “Sabemos que os sonhos podem refletir nossas experiências quando estamos acordados, mas essa é a primeira evidência de que eles desempenham um papel ativo na transformação de nossas respostas a essas experiências, priorizando as memórias negativas em detrimento das neutras e reduzindo nossa resposta emocional a elas no dia seguinte”.

O estudo envolveu 125 mulheres de, em média, 30 anos. O experimento começava às 19h30, quando elas tinham que analisar imagens que mostravam experiências negativas ou neutras. Depois, dormiam usando um anel que monitorava os padrões de sono. No dia seguinte, relatavam se tinham sonhado. Aquelas que se lembravam contavam o que havia acontecido e qual o humor geral do sonho. Em seguida, repetiam o teste das imagens.



Estudo que identificou benefícios trazidos pelas lembranças dos sonhos foi feito com mulheres por pesquisadores americanos

Ajuda para superar experiências difíceis

► As participantes do estudo que relataram ter sonhado tiveram melhores desempenhos de memória ao relembra-rem as fotos do teste feito na noite anterior e foram menos reativas às imagens consideradas negativas. Algo que não foi observado naquelas que não se lembraram de ter sonhado. Além disso, quanto mais positivo era o sonho, também mais positiva era a classificação das imagens no dia seguinte.

“Nosso trabalho fornece o primeiro suporte empírico para o envolvimento ativo do sonho no processamento da memória emocional de-

pendente do sono, sugerindo que sonhar após uma experiência emocional pode nos ajudar a nos sentirmos melhor pela manhã”, afirma Jing Zhang, um dos autores do estudo, que atualmente faz pós-doutorado na Universidade de Harvard.

“Essa pesquisa nos dá uma nova visão do papel ativo que os sonhos desempenham na forma como processamos nossas experiências cotidianas e pode levar a intervenções que aumentem o sonho para ajudar as pessoas a superar experiências difíceis na vida”, completa Sara Mednick.

COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DE MARICÁ (UASG 926.723)

AVISO DE SUSPENSÃO SINE DIE

PROCEDIMENTO LICITATÓRIO ABERTO ELETRÔNICO Nº 04/2024

(compras.gov 90004/2024)

Processo Administrativo: Nº 16526/2023

O(a) Agente de Licitação, no uso de suas atribuições, informa que o Procedimento Licitatório Aberto Eletrônico nº 04/2024, objeto Registro de Preços para Contratação de empresa especializada em Serviços de Medicina e Segurança do Trabalho, com capacidade para realização todos os exames ocupacionais, complementares, laudos, documentos legais e treinamentos de forma que a COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DE MARICÁ S.A., está suspenso sine die. Informações pelo site <https://codemar-sa.com.br/?situacao=novas> ou pelo site www.comprasgovernamentais.gov.br ou pelo e-mail licitacoes@codemar-sa.com.br.

Estado do Rio de Janeiro

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA FRIBURGO

AVISO DE REVOGAÇÃO

UASG: 985867

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 90.030/2024

PROCESSO ADMINISTRATIVO Nº 2.277/2024

OBJETO: AQUISIÇÃO DE PÓ DE CAFÉ, acondicionado em pacotes de 500g embalados a vácuo, para atender às necessidades das Secretarias Municipais, Subprefeituras e Fundação.

O Município de Nova Friburgo-RJ, torna público que fica **REVOGADO** o Pregão Eletrônico nº 90.030/2024, tendo em vista razões de interesse público, para melhor análise e eventuais adequações e alterações pertinentes ao processo licitatório.

Telefone para contato: (22) 2525 - 9100 / 2525 - 9101 – Ramal 287.

E-mail: licitacaopmnf@gmail.com

Gilcimar Cabral

Secretária Municipal de Infraestrutura e Logística

Mat.: 100.719

CÂMARA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS

AVISO DE CONTRATAÇÃO DIRETA

(Dispensa de Licitação nº 06/2024)

CONTRATANTE: Câmara Municipal de Duque de Caxias

OBJETO: Aquisição de impressoras de etiquetas para a Câmara Municipal de Duque de Caxias, conforme as especificações e quantidades constantes no Termo de Referência.

A Câmara Municipal de Duque de Caxias/RJ, em conformidade com Art. 75, inciso II – da Lei Federal nº 14.133/2021, torna público aos interessados que estará recebendo, por e-mail ou diretamente no Setor de Licitações da Câmara Municipal, entre os dias 16/05/2024 a 20/05/2024, proposta de preços para dispensa de licitação, tendo em vista a contratação de empresa para a aquisição de impressoras de etiquetas para a Câmara Municipal de Duque de Caxias, conforme as especificações e quantidades constantes no Termo de Referência.

A documentação inerente a habilitação jurídica, regularidade fiscal e trabalhista, deverá ser apresentada após aceitação e habilitação da proposta mais vantajosa. O e-mail de contato para fins de recebimento das cotações é o: licitacoescmdc@gmail.com e licitacoes@cmdc.rj.gov.br.

A contratação será regida pela Lei nº 14.133/2021 e o valor máximo aceitável está estabelecido no edital/termo de referência anexo.

Duque de Caxias, 13 de maio de 2024

Ana Cristina Moraes da Rocha

Presidente da Comissão de Contratação

AVISO DE LICITAÇÃO

PREFEITURA MUNICIPAL DE SUMIDOURO

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 017/2024

ADMINISTRATIVO Nº 4144/2023

SISTEMA DE REGISTRO DE PREÇOS

LICITAÇÃO EXCLUSIVA PARA ME / EPP / MEI

OBJETO: EVENTUAL AQUISIÇÃO DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS PERECÍVEIS E ESTOCÁVEIS.

ÓRGÃO GESTOR: Fundo Municipal de Saúde

MODALIDADE: Pregão Eletrônico

VALOR ESTIMADO: R\$ 802.333,48

TIPO: Menor Preço Por Item

EDITAL DISPONÍVEL: O Edital para a Licitação está disponível no site oficial da Prefeitura Municipal de Sumidouro (<http://sumidouro.rj.gov.br/>), bem como na Plataforma <https://www.licitanet.com.br/>.

LIMITE DE ACOLHIMENTO DAS PROPOSTAS COMERCIAIS:

Dia 28/05/2024, às 08h59 (oito horas e cinquenta e nove minutos).

ABERTURA DA SESSÃO DO PREGÃO ELETRÔNICO:

Dia 28/05/2024, às 09h (nove horas).

SITE PARA REALIZAÇÃO DO PREGÃO: www.licitanet.com.br

Sumidouro, 14 de maio de 2024.

Thiago Bandeira de Gouveia Marques

PREGOEIRO

Diretor do Departamento de Licitações.

ESTADO DO RIO DE JANEIRO

PREFEITURA MUNICIPAL DE MACAÉ

COORDENADORIA GERAL DE LICITAÇÕES

AVISO DE LICITAÇÃO

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 032/2024 – UASG 985847

O Pregoeiro do Município de Macaé-RJ torna público que fará realizar no dia 28 de maio de 2024, às 09:00h (horário de Brasília), o PREGÃO ELETRÔNICO nº 032/2024, do tipo MENOR PREÇO, adjudicação POR LOTE (itens 1 a 5) e POR ITEM (itens 6 a 19), cujo objeto é a aquisição de uniformes, EPIs e acessórios para todos os Agentes de Trânsito, Fiscais de Transportes, Coordenadoria de Educação Para o Trânsito, Setor de Placas, Setor de Sinalização Semafórica e Setor Administrativo, da Secretaria Municipal de Mobilidade Urbana de Macaé – SEMMURB. Processo administrativo nº 260435/2023. O Edital, seus anexos e demais informações estarão disponíveis para download nos sites www.macaerj.gov.br e www.comprasgovernamentais.gov.br. Tel. contato (22) 2791-9008 Ramal 249.

Macaé-RJ, 14 de maio de 2024.

Diego Alencar dos Santos Melo - Pregoeiro

PREFEITURA MUNICIPAL DE RESENDE

Secretaria Municipal de Governo

SUPERINTENDÊNCIA MUNICIPAL DE LICITAÇÕES E CONTRATOS

AVISO DE LICITAÇÃO

-Pregão Eletrônico nº 30/2024 - objeto: Serviço de iluminação do eixo central do Calçadão - Campos Eliseos, conforme edital. P. A. nº 17.645/2024. Data/Hora: 03/06/2024, às 14. - Pregão Eletrônico nº 31/2024 - objeto: Serviço de iluminação pública no campo de futebol e quadra - Cophasul, conforme edital. P. A. nº 16.300/2024. Data/Hora: 03/06/2024, às 15h. - Pregão Eletrônico nº 32/2024 - objeto: Serviço de revitalização na praça - Jardim Beira Rio, conforme edital. P. A. nº 16.301/2024. Data/Hora: 03/06/2024, às 16h. -Concorrência Eletrônica nº 17/2024 - objeto: Reforma geral na sala da Superintendência de Tecnologia da Informação - Sumti, conforme edital. P. A. nº 13.509/2024. Data/Hora: 25/06/2024, às 14h. -Concorrência Eletrônica nº 18/2024 - objeto: Construção da arquibancada do Parque Zumbi - Centro, conforme edital. P. A. nº 13.511/2024. Data/Hora: 25/06/2024, às 15h. Edital disponível no site: <http://www.resende.rj.gov.br> «licitações» licitações agendadas e <https://bnc.org.br/> - E-mail: editais.resende@gmail.com tel: (0XX24) 3354-4625. Luis Cláudio de Moraes - Superintendente Municipal de Licitações e Contratos - Interino

EDITAL DE INTIMAÇÃO

GUSTAVO ROMEIRO MENDES, OFICIAL SUBSTITUTO DO 9º OFÍCIO DE REGISTRO DE IMÓVEIS, atendendo a requerimento da CYRELA PARIS EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS LTDA, inscrita o CNPJ nº 07.749.562/0001-81, com sede em São Paulo/SP, prenotado sob nº 2131246, procede por meio do presente, nos termos do art.26, § 4º da Lei 9514/97, à INTIMAÇÃO de RASTRECALL REPRESENTAÇÕES COMERCIAIS DE TELECOMUNICAÇÕES LTDA, CNPJ 05.053.441/0001-75, com sede nesta cidade, para que compareça a esta Serventia, situada na Av. Nilo Peçanha, nº 12 - 6º andar, Centro/RJ, no prazo improrrogável de 15 (quinze) dias, contados desta data, a fim de efetuar o pagamento dos encargos vencidos e não pagos, previstos na Escritura Pública de Compra e Venda do 15º Ofício, livro 3904, fls. 114, datada de 19/12/2018 com garantia de alienação fiduciária registrada na matrícula 428252 - R-12 a qual diz respeito ao imóvel situado na Av. das Americas, nº2480, Lj.104 do bloco 01 - Rio de Janeiro/RJ, de responsabilidade de V.Sa. segundo o requerimento, o valor destes encargos, posicionado em 12/03/2024, sujeita-se a atualização monetária, juros de mora e ao acréscimo dos encargos que vencerem, até a data do efetivo pagamento, conforme planilha de débito que o acompanha. Fica V.Sa. identificado de que o não cumprimento da obrigação no prazo estipulado implica na Consolidação da Propriedade do imóvel acima mencionado, em favor da credora fiduciária, nos termos do art.26, § 7º, da Lei nº 9.514/97. Rio de Janeiro, 02 de maio de 2024. GUSTAVO ROMEIRO MENDES, OFICIAL SUBSTITUTO.

Estado do Rio de Janeiro

PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA FRIBURGO

AVISO DE SUSPENSÃO PREGÃO ELETRÔNICO Nº 90.024/2024

(SINE DIE)

O Município de Nova Friburgo, através de sua Comissão de Pregão I, informa aos interessados que o Processo Licitatório do Pregão Eletrônico nº 90.024/2024 instaurado sob o Processo Administrativo nº 15.745/2023, que tem por objeto o REGISTRO DE PREÇOS para futura e eventual CONTRATAÇÃO de empresa especializada em serviços de Segurança e Medicina do Trabalho, a fim de elaborar Laudos Técnicos de Condições Ambientais do Trabalho - LTCAT e Laudos Técnicos de Insalubridade e Periculosidade - LTIP para cada secretaria/ subsecretaria/ subprefeitura/ fundação / unidade / setor ou qualquer órgão sob responsabilidade da Prefeitura Municipal de Nova Friburgo, atendendo a todos os órgãos supracitados do Município de Nova Friburgo, pelo período de 01 (um) ano, fica SUSPENSO para melhor análise dos esclarecimentos, das impugnações interpostas e eventual revisão, adequações e alterações pertinentes ao edital do presente processo licitatório.

A nova data de abertura será informada através dos mesmos meios de divulgação utilizados anteriormente. Maiores informações poderão ser obtidas pelos telefones: (22) 2525-9100 / 2525-9101 – Ramal 287 ou através do e-mail: licitacaopmnf@gmail.com.

Leonardo Gabrig Peixoto

Pregoeiro – Comissão de Pregão I

REQUERIMENTO DE LICENÇA

SR LIMA CONSTRUÇÕES E INCORPORAÇÕES LTDA - CNPJ nº 07.842.643/0001-21 torna público que requereu à Secretaria Municipal de Desenvolvimento Urbano e Econômico – SMDUE, através do processo EIS-PRO-2022/04540, Licença Municipal Prévia e de Instalação (LMPI), para atividade de construção de Prédio residencial Multifamiliar, localizado na Avenida Lúcio Costa 16.736 LT 16 QD 341 - Recreio dos Bandeirantes –RJ.

REQUERIMENTO DE LICENÇA

THE PALAZZO EMPREENDIMENTO IMOBILIÁRIO SPE LTDA - CNPJ nº 51.742.679/0001-25, torna público que requereu à Secretaria Municipal de Desenvolvimento Urbano e Econômico – SMDUE, através do processo EIS-PRO-2024/03575, Licença Municipal Prévia e de Instalação (LMPI), para atividade de construção de Prédio residencial Multifamiliar, localizado na Rua Henrique Stamile Coutinho LT 01 QD 62 - Recreio dos Bandeirantes –RJ.

EDITAL DE CONVOCAÇÃO 001/2024

O Coordenador-Geral de Organização do Sindicato dos Servidores Públicos Municipais de Rio das Ostras (SindServ-RO), CNPJ 04.668.359/0001-92, com sede situada à Rua Fernando de Noronha, nº 77, Nova Aliança, CEP 28893-244, Rio das Ostras/RJ, vem convocar os associados para Assembleia Geral Ordinária, a realizar-se no dia 21/05/2024, na própria sede, às 17h30 em primeira convocação, ou a partir das 18h, em segunda e última convocação. A convocação da Assembleia Geral Ordinária se destina para o fim específico de deliberar sobre a seguinte ordem do dia: 1 - Prestação de contas do exercício 2023 e os ajustes do anterior; 2 - Assuntos Gerais.

Rio das Ostras, 13 de maio de 2024.

Aleksandro Passos Portela

Coordenador Geral de Organização

DESLIGAMENTO PROGRAMADO

A ENEL avisa aos seus clientes a interrupção temporária do fornecimento de energia ocasionada pela necessidade de execução de serviços de manutenção/obras nos seguintes horários e locais:

Dia: 18/05/2024

Horário	Endereço	Nº Deslig.
08:00 às 12:00	Rua Geraldo Rocha - Nova Campinas - Duque de Caxias	22915751
08:00 às 12:00	Rua Onofre Silva - Jardim Primavera - Vila Maria Helena - Duque de Caxias	22915751
09:00 às 15:00	Sítio S Caetano - Vila Ribeirão Preto - Itatiaia	22909383
09:00 às 15:00	Rodovia Praça Dutra - Sentido Rio - São Caetano - Resende	22909383

Estamos com você, mesmo à distância.

CÂMARA MUNICIPAL DE MANGARATIBA

GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

AVISO DE SUSPENSÃO DE LICITAÇÃO

PREGÃO ELETRÔNICO Nº 002/2024 - PROC. 259/24 EDITAL 003/24

O Presidente da Câmara Municipal de Mangaratiba, comunica aos interessados que a licitação referente ao PREGÃO ELETRÔNICO Nº 002/24, objetivando a contratação de empresa para manutenção preventiva e corretiva, com trocas de peças e aparelhos em todo o sistema de segurança eletrônica da CMM conforme edital e seus anexos, está SUSPENSA em virtude de correções a serem realizadas no edital. A nova data da sessão pública será informada através dos mesmos meios de divulgação utilizados anteriormente.

Mangaratiba, 13 de maio de 2024.

Renato José Pereira - Vereador Presidente.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA

Estado do Rio de Janeiro

AVISO DE LICITAÇÃO - EDITAL Nº 003/2024 – CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA - DATA DA LICITAÇÃO: 05/06/2024, às 10h (dez horas). OBJETO: REFORMA DA ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA SARAH FARIA BRAZ. LOCAL DA LICITAÇÃO: Setor de Licitação da Prefeitura Municipal, localizado na Praça Visconde Figueira, s/n, 1º andar, Centro, Santo Antônio de Pádua/RJ. OBS: informações, esclarecimentos e fornecimento de elementos relativos à licitação e às condições para atendimento das obrigações necessárias ao cumprimento das obrigações do objeto serão prestadas na sede da PREFEITURA - SETOR DE LICITAÇÃO, no horário de 12h (doze horas) às 17h (dezoito horas) ou pelo telefone (22) 3854.9200. O edital se encontra disponibilizado na íntegra no Portal da Transparência. E qualquer interessado poderá solicitar cópia através do e-mail licitacao@santoantoniodepadua.rj.gov.br ou junto ao Setor de Licitação, mediante requerimento e com fornecimento de pen drive para a gravação dos devidos arquivos.