Bem-viver

NA WEB
APONTE A CÂMERA DO CELULAR PARA LER MAIS NOTÍCIAS SOBRE SAÚDE

RELAÇÃO SEM TABU

Como e quando falar do seu passado sexual

Abordagem tem potencial benéfico a longo prazo, mas não deve ser uma obrigação

Raquel Pereira
raquel.figueiredo@oglobo.com.br

A dinâmica de relacionamentos amorosos muitas vezes se baseia em ignorar o que se viveu antes para apenas se voltar às possibilidades apresentadas pelo presente e pelo futuro juntos. Por isso, ainda que o casal busque a transparência dentro da relação, assuntos sobre o passado sexual podem virar um tabu.

O temor ao abordar esse tópico pode estar ligado a inseguranças sobre o que o parceiro ou parceira irá sentir ao ouvir seus relatos. Mas também existe um potencial positivo em compartilhar experiências. Para Claudia Petry, pedagoga com especialização em Ginecologia e Sexualidade Feminina pela Faculdade de Medicina da USP e integrante da Sociedade Brasileira de Estudos em Sexualidade Humana, abordar o tema é uma escolha, não uma obrigação.

— A intimidade e a privacidade são fundamentais, e a relação deve ser construída com base no que ambos se sentem confortáveis em compartilhar, promovendo um ambiente de respeito mútuo e compreensão — pondera Petry.

SEM SER INVASIVO

De acordo com a psicanalista Carol Tilkian, fundadora do podcast e do canal "Amores possíveis", no YouTube, a abordagem deve partir de quem se sente mais confortável em falar sobre o assunto:

— Acredito que perguntar diretamente não é indicado, porque pode ser invasivo para a outra pessoa. Mas falar abertamente sobre suas experiências, o que gosta e o que não gosta, é muito importante.

FREEPIK

Especialistas dizem que o momento ideal para falar do assunto é quando o casal estiver relaxado

Evitar citar nomes é melhor

Tilkian recomenda que não sejam citados nomes do passado para que essa conversa possa ser levada como uma troca de experiências. Ao deixar estabelecido isso, pode ser que o relacionamento entre em um novo nível de intimidade.

As duas especialistas acreditam que ser honesto sobre o passado sexual ajuda a dar limites, desenvolver a compreensão e a empatia, criar novas possibilidades baseadas no gosto do casal e estimular a curiosidade. O melhor momento para abordar o assunto varia de pessoa para pessoa.

— Uma boa estratégia é escolher um momento em que vocês estejam relaxados, como durante um jantar íntimo ou após uma conversa sobre a relação — indica Petry.

Nova variante da Covid é identificada em três estados

SÃO PAULO - Uma nova linhagem da Covid que vem se espalhando pelo mundo foi detectada no Brasil. A mutação XEC, mais uma subvariante da Ômicron, foi identificada no Rio de Janeiro, em São Paulo e em Santa Catarina. Os primeiros casos foram detectados pelo Instituto Oswaldo Cruz (IOC/Fiocruz) em amostras de dois pacientes residentes na capital fluminense, diagnosticados em setembro.

Segundo especialistas, a XEC emergiu da recombinação genética entre cepas que já estavam em circulação. Esse evento acontece quando uma pessoa é simultaneamente infectada por duas linhagens diferentes do vírus, e elas interagem entre si.

"A taxa de infecções por XEC que eles estão vendo em alguns países aumentou muito rapidamente em comparação com variantes anteriores nesses mesmos lugares", explica Scott Roberts, especialista em doenças infecciosas da Universidade de Yale (EUA), em comunicado sobre o tema.

A expectativa é de que a XEC também seja prevenida pelas vacinas atualizadas para a Ômicron. Por isso, a melhor prevenção é manter sua vacinação contra a Covid em dia.

PREFEITURA MUNICIPAL DE ITAGUAÍ
AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 90088/2024
(P.A. 7.330/2024)

Objeto resumido: O objeto da presente licitação é a **CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA PARA REALIZAÇÃO DE OBRAS DE ADEQUAÇÃO DAS INSTALAÇÕES ELÉTRICAS DA E.M. SEVERINA DOS RAMOS DE SOUZA**, para atender as demandas da Secretaria Municipal de Educação, a ser gerenciado pela Secretaria Municipal de Obras e Urbanismo, conforme especificado no edital e seus anexos.
Condições e local para a retirada do edital: trazer 2 (duas) resmas de papel A4 e o carimbo da empresa, junto à SELIC, nas dependências da P. M. I., com sede na Rua General Bocaiúva, n° 636, Centro - Itaguaí - RJ, de segunda a sexta de 10 às 16 horas ou no site da Prefeitura **(http://www.itaguai.rj.gov.br).**
Data e hora da realização: dia 04 de novembro de 2024, às 10:00 horas.
Local: A sessão pública realizar-se-á no endereço eletrônico **https:Licitacao comprasbr.com.br**
(a) André Ricardo Barroso – Secretário Municipal de Licitações e Contratos (Interino) /Autoridade Competente.

AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 90087/2024
(P.A. 14.045/2024)

Objeto resumido: O objeto da presente licitação é a **CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA PARA PRESTAÇÃO DE SERVIÇO DE LIMPEZA DE RESERVATÓRIO DE ÁGUA POTÁVEL, SEM DEDICAÇÃO DE MÃO DE OBRA EXCLUSIVA**, para atender as demandas da Secretaria Municipal de Educação, conforme especificado no edital e seus anexos.
Condições e local para a retirada do edital: trazer 2 (duas) resmas de papel A4 e o carimbo da empresa, junto à SELIC, nas dependências da P. M. I., com sede na Rua General Bocaiúva, n° 636, Centro - Itaguaí - RJ, de segunda a sexta de 10 às 16 horas ou no site da Prefeitura **(http://www.itaguai.rj.gov.br).**
Data e hora da realização: dia 04 de novembro de 2024, às 10:00 horas.
Local: A sessão pública realizar-se-á no endereço eletrônico **https:Licitacao comprasbr.com.br**
(a) André Ricardo Barroso – Secretário Municipal de Licitações e Contratos (Interino) / Autoridade Competente.

AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO PARA REGISTRO DE PREÇO Nº 90086/2024 (P.A. 7960/2024)

Objeto resumido: O objeto da presente licitação é a **CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA NA CONFECÇÃO E FORNECIMENTO PARCELADO E CONTÍNUO DE REFEIÇÕES PRONTAS, TIPO MARMITEX**, para atender as demandas da Secretaria Municipal de Assistência Social **(ORGÃO GERENCIADOR)** e Secretaria Municipal de Cultura, por um período de 12 meses, conforme especificado no edital e seus anexos.
Condições e local para a retirada do edital: trazer 2 (duas) resmas de papel A4 e o carimbo da empresa, junto à SELIC, nas dependências da P. M. I., com sede na Rua General Bocaiúva, n° 636, Centro - Itaguaí - RJ, de segunda a sexta de 10 às 16 horas ou no site da Prefeitura **(http://www.itaguai.rj.gov.br).**
Data e hora da realização: dia 31 de outubro de 2024, às 10:00 horas.
Local: A sessão pública realizar-se-á no endereço eletrônico **https: Licitacao comprasbr.com.br**
(a) André Ricardo Barroso – Secretário Municipal de Licitações e Contratos (Interino) / Autoridade Competente.

Na página 19, TERMO DE RATIFICAÇÃO DE INEXIGIBILIDADE DE LICITAÇÃO NA PUBLICAÇÃO DO JORNAL DE GRANDE CIRCULAÇÃO – VALOR, DATADA 02 DE OUTUBRO 2024.
Na página E2, TERMO DE RATIFICAÇÃO DE INEXIGIBILIDADE DE LICITAÇÃO
Onde se lê: R$ 21.360,00 (vinte e um mil, trezentos e sessenta reais)
Leia-se: R$ 21.396,00 (vinte e um mil, trezentos e noventa e seis reais).

AVISO DE ADIAMENTO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO PARA REGISTRO DE PREÇOS Nº 90082/2024 (P.A.13.164/2024)

A Secretaria Municipal de Licitações e Contratos do Município de Itaguaí, por intermédio de seu Agente de Contratação designado, torna público o adiamento da Licitação referente ao processo administrativo **nº 13.164/2024, Pregão Eletrônico para Registro de Preços nº 90082/2024**, que tem por objeto a **CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA NO FORNECIMENTO PARCELADO E CONTÍNUO DE MATERIAL DE LIMPEZA E HIGIENE PESSOAL**, para atender as necessidades das unidades da Secretaria de Assistência Social, vinculados a Prefeitura Municipal De Itaguaí, na forma estabelecida neste Edital e seus anexos, que seria realizado na data de 23 de Outubro de 2024 às 10:00 horas. Fica ***ADIADO SINE DIE***, por solicitação da secretaria solicitante para ajustes no termo de referência.
(a) André Ricardo Barroso – Secretário Municipal de Licitações e Contratos (Interino) / Autoridade Competente.

TERMO DE RATIFICAÇÃO DE DISPENSA ELETRÔNICA DE LICITAÇÃO Nº 90043/2024

A Secretaria Municipal de Saúde de Itaguaí, na forma do disposto no artigo 75, Inciso II da Federal 14.133/21, e do artigo 1º do Decreto Municipal 4210/17, **RATIFICA A DISPENSA DE LICITAÇÃO**, nos autos do Processo Administrativo nº 12.910/2024, cadastrado no Portal Nacional de Contratações Públicas sob o ID Contratação PNCP n° 29138302000102-1-000108/2024, em favor da empresa MATHEUS COMÉRCIO ATACADISTA LTDA, inscrita no CNPJ N° 45.053.942/0001-76, no valor de R$ 15.799,68 (quinze mil setecentos e noventa e nove reais e sessenta e oito centavos), visando a **CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA EM FORNECIMENTO PARCELADO E CONTÍNUO DE FÓRMULA PARA ATENDER O PROGRAMA DE DEMANDA EM SAÚDE**, e através deste a necessidade do paciente **RICHARD GABRIEL NERY DA SILVA**, vinculado à Secretaria Municipal de Saúde, por um período de 12 (doze) meses, de acordo com as especificações constantes no termo de referência.
Itaguaí, 30 de setembro de 2024.
(a) Vanessa Stefony Ferreira-Secretária Municipal de Saúde/Autoridade Competente.

AVISO DE HOMOLOGAÇÃO Nº 90059/2024

O Ordenador de Despesa da Secretaria Municipal de Saúde, no uso das atribuições que lhe são conferidas pela legislação em vigor, especialmente pelo Decreto Municipal nº 4.210/2017, em decorrência do processo administrativo **nº 11.782/2024, HOMOLOGA** o resultado do **Pregão Eletrônico para Registro de Preços n° 90059/2024 (cadastrado no portal licitações-e sob o ID Contratação PNCP n° 29138302000102-1-000111/2024)**. Objeto: **CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA EM FORNECIMENTO PARCELADO E CONTÍNUO DE MATERIAL DE SÍNTESE (CORRELATOS)**, para que o Município possa realizar suas atividades de assistência aos pacientes procuram atendimento no Hospital Municipal São Francisco Xavier e nas Unidades de Saúde, vinculados à Secretaria Municipal de Saúde. Empresas vencedoras: TARGET MEDICAMENTOS E PRODUTOS HOSPITALARES LTDA, CNPJ: 52.969.017/0001-55, R$ 232.606,80, ESPECIFARMA COMÉRCIO DE MEDICAMENTOS E PRODUTOS HOSPITALARES LTDA, CNPJ: 00.085.822/0001-12, R$ 107.208,00. Homologação na íntegra disponível nos autos do processo.
Itaguaí, 15 de outubro de 2024.
(a) Vanessa Stefony Ferreira - Secretária Municipal de Saúde.

REQUERIMENTO DE LICENÇA

Tchar Transportes ltda, inscrita no CNPJ: 05.667.602/0001-10 torna público que requereu a Secretaria Municipal de Desenvolvimento Econômico, Inovação e Simplificação - SMDEIS, através do processo nº EIS-PRO-2024/17234, licença ambiental municipal para tratamento e disposição de resíduos não perigosos em Sepetiba.

FUNDAÇÃO MUNICIPAL DE SAÚDE DE SÃO GONÇALO
- AVISO DE LICITAÇÃO SRP -
Pregão Eletrônico SRP N°: 90009.2024
Tipo: Menor preço por item - Processo: 1987/2024

OBJETO: Registro de preços para aquisição de Material para Núcleo de Ostomizados. Fica marcado para o dia 30/10/2024 às 10h00min o certame licitatório do Pregão em epígrafe. Maiores informações poderão ser obtidas na Secretaria Municipal de Saúde e Defesa Civil de São Gonçalo, localizada Avenida São Gonçalo nº 100 - Boa Vista - São Gonçalo - G2 do São Gonçalo Shopping, das 09h00min às 17h00min horas, pelo telefone nº (0xx21) 31955198 - Ramal: 1083 ou no site https://www.gov.br/compras/pt-br (Portal Nacional de Compras).
Natanna Rodrigues de Brito Santana - Pregoeira

FUNDAÇÃO MUNICIPAL DE SAÚDE DE SÃO GONÇALO
- AVISO DE LICITAÇÃO SRP -
Pregão Eletrônico SRP N°: 90012.2024
Tipo: Menor preço por item - Processo: 1986/2024

OBJETO: Registro de preços para Aquisição de Curativos. Fica marcado para o dia 31/10/2024 às 10h00min o certame licitatório do Pregão em epígrafe. Maiores informações poderão ser obtidas na Secretaria Municipal de Saúde e Defesa Civil de São Gonçalo, localizada Avenida São Gonçalo nº 100 - Boa Vista - São Gonçalo - G2 do São Gonçalo Shopping, das 09h00min às 17h00min horas, pelo telefone nº (0xx21) 31955198 - Ramal: 1083 ou no site https://www.gov.br/compras/pt-br (Portal Nacional de Compras).
Natanna Rodrigues de Brito Santana - Pregoeira

COMPANHIA DE DESENVOLVIMENTO DE MARICÁ
COMISSÃO PERMANENTE DE LICITAÇÃO
AVISO DE LICITAÇÃO
PROCEDIMENTO LICITATÓRIO ABERTO PRESENCIAL Nº 06/2024
Processo Administrativo: Nº 4771/2024
O(a) Presidente da Comissão Permanente de Licitação, no uso de suas atribuições, torna público Procedimento Licitatório com o seguinte objeto: Registro de Preços para eventual contratação de empresa especializada na prestação de serviços gráficos diversos, contemplando impressão, produção acabamento e instalação, para suprir às necessidades da Companhia de Desenvolvimento de Maricá S.A. - CODEMAR, Data: 08/11/2024 às 11h. Os interessados em retirar o edital deverão acessar o site **https://codemar-sa.com.br/** ou solicitar pelo e-mail **licitacoes@codemar-sa.com.br**

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA DO MUNICIPIO DE MARICÁ
AUTARQUIA EMPRESA PÚBLICA DE TRANSPORTES – EPT
AVISO
PESQUISA DE PREÇOS

A Coordenadoria de Compras, no uso de suas atribuições, convoca pessoas jurídicas a apresentarem orçamentos para o objeto abaixo relacionado. Os interessados poderão obter cópia do Termo de Referência pelo e-mail: **compras@eptmarica.rj.gov.br** e maiores informações por meio do telefone: (21) 96780-1324.

Número do Processo	Objeto
0022866/2024	CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA NA LOCAÇÃO DE VEÍCULOS, SEM MOTORISTA, SEM LIMITE DE QUILOMETRAGEM, SEGURO TOTAL SEM FRANQUIA PARA O LOCATÁRIO E ASSISTÊNCIA 24 (VINTE E QUATRO) HORAS, CRLV EM DIA E EXECUÇÃO DA MANUTENÇÃO E REVISÕES CONFORME MANUAL DO PROPRIETÁRIO POR CONTA DA LOCADORA.

Atenciosamente,
CARLA DANTAS DURAN
Responsável pelo Setor de Compras - Matrícula 1000175

LEILÃO DE ÁREA RURAL - SILVA JARDIM/RJ
Online
bradesco zuk

Leilão de Alienação Fiduciária - Dora Plat, Leiloeira Oficial inscrita na JUCESP sob nº 744, faz saber, através do presente Edital, que devidamente autorizado pelo Banco Bradesco S/A, inscrito no CNPJ sob nº 60.746.948/0001-12, promoverá a venda em Leilão (1º ou 2º) do imóvel abaixo descrito, nas datas e hora infracitadas, na forma da Lei 9.514/97. **Localização do imóvel: Silva Jardim/RJ. Zona Rural. Área rural e suas benfeitorias**, c/ 2.664.050,00m², situada no Distrito de Juturnaíba, denominada "Área B", com acesso pela Estrada Vicinal da Rodovia Estadual RJ 140, distante 9,40 Km da sede municipal. INCRA: 520.047.001.465-0. Matr. 186 do RI local. **Obs.:** Caberá ao arrematante, providenciar às suas expensas, toda e qualquer regularização física e documental do imóvel, perante os órgãos competentes, quando for o caso, tais como, Prefeitura e Oficial de Registro de Imóveis, independentemente da data da sua constituição, tais como regularização de cadastro de contribuinte perante a Prefeitura, regularização de numeração do prédio e/ou do logradouro, averbações de demolição/construção, unificações, desmembramentos, áreas totais, georreferenciamento, o Cadastro Ambiental (CAR), Certificado de cadastro de imóvel rural (CCIR), e área com reserva legal, correrão por conta do arrematante, respondendo por quaisquer ônus, providências e eventuais tributos cobrados retroativamente pela Municipalidade. Ocupado (AF). **1º Leilão**: 11/11/2024, às 11:00 h. Lance mínimo: **R$ 6.747.216,72. 2º Leilão**: 13/11/2024, às 11:00 h. Lance mínimo: **R$ 1.980.000,00** (caso não seja arrematado no 1º leilão). **Obs.: Os leilões serão realizados exclusivamente pela Internet, através do site www.portalzuk.com.br. Condição de pagamento**: à vista, mais comissão de 5% ao Leiloeiro. Da participação on-line: O interessado deverá efetuar o cadastramento prévio perante o Leiloeiro, com até 1 hora de antecedência ao evento. O Fiduciante será comunicado das datas, horários e local de realização dos leilões, para no caso de interesse, exercer o direito de preferência na aquisição do imóvel, pelo valor da dívida, acrescida dos encargos e despesas, na forma estabelecida no parágrafo 2º-B do artigo 27 da lei 9.514/97, incluído pela lei 13.465 de 11/07/2017.
Mais informações: 3003-0677 | Os interessados devem consultar o edital completo disponível nos sites: https://VITRINEBRADESCO.com.br/ | PORTALZUK.com.br

CONCESSÃO DE LICENÇA MUNICIPAL DE OPERAÇÃO

POSTO BARRO BRANCO IV LTDA, CNPJ 29.068.355/0001-02, torna público que recebeu da Secretaria Municipal de Meio Ambiente, Recursos Hídricos e Sustentabilidade de Niterói – SMARHS, através do processo nº 250000035/2022, a Licença de Operação nº 46/2024, para comércio varejista de combustíveis para veículos automotores, situado à Rodovia Amaral Peixoto, s/n, quadra 00, lote 2C – Várzea das Moças – Niterói/RJ.

PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS
AVISO DE LEILÃO ON LINE Nº 04/2024

A **PREFEITURA MUNICIPAL DE DUQUE DE CAXIAS** torna público o **Leilão nº 04/2024**. **Objeto:** Bens móveis inservíveis. **Realização do certame: 05 de novembro de 2024 às 11h** através do sítio eletrônico www.edgarcarvalholeiloeiro.com.br. Edital completo e informações no escritório do leiloeiro localizado na Av. Treze de maio, nº 47, sala 912, Centro, Rio de Janeiro, (21) 2240-7858, ou no site www.edgarcarvalholeiloeiro.com.br.

Edgar de Carvalho Júnior
Leiloeiro Público Oficial.

PREFEITURA MUNICIPAL DE VARRE-SAI
Aviso de Licitação
Processo n° 4235/2024
Concorrência n° 001/2024.

Objeto: CONTRATAÇÃO DE EMPRESA ESPECIALIZADA PARA ELABORAÇÃO DOS PROJETOS COMPLEMENTARES DA OBRA DO CENTRO DE ESPECIALIDADES DE DIAGNÓSTICO POR IMAGEM DA SECREARIA DE SAÚDE, conforme condições e especificações contidas no Termo de Referência - Anexo I do Edital e seus anexos. A sessão pública desta Concorrência Eletrônica será realizada no **dia 01/11/2024 ás 8:30 horas**, perante o sistema eletrônico provido pelo(a) Portal de Compras Públicas no endereço eletrônico **https://www.portaldecompraspublicas.com.br**. O Edital estará disponível através dos Sites: **https://www.portaldecompraspublicas.com.br, https://www.varresai.rj.gov.br** e no **Portal Nacional de Contratações Públicas (PNCP).** Informações pelo (22) 3843-3532 ou Email: **licitacao@varresai.rj.gov.br**, 15/10/2024. **Felipe André de Oliveira Pimenta Agente de Contratação.**

PREFEITURA MUNICIPAL DE CANTAGALO
AVISO DE ALTERAÇÃO

No Edital de Licitação nº 57/2024 – Pregão Eletrônico - publicado originalmente no JORNAL EXTRA, Edição nº 10.255, PÁG 14, do dia 20/09/2024, cujo objeto é o registro de preços para futura e eventual aquisição de utensílios, móveis e eletrodomésticos para diversas secretarias municipais, a Prefeitura Municipal de Cantagalo torna público que foram feitas as seguintes correções: **01** – Fica alterada a descrição do item 34 do Anexo A do Termo de Referência; **02** – Fica alterada a data de abertura do certame para o dia **30 de outubro de 2024,** às **09h**.
Cantagalo, 15 de outubro de 2024.
Janine Huguenin Meireles de Souza
Pregoeira

PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA
Estado do Rio de Janeiro

AVISO DE SUSPENSÃO DE LICITAÇÃO - EDITAL Nº 027/2024 – PREGÃO ELETRÔNICO. **DATA DA LICITAÇÃO**: 21/10/2024, às 10h (dez horas). **OBJETO: EVENTUAL PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE HOTELARIA. LOCAL DA LICITAÇÃO**: No endereço eletrônico: PORTAL DE COMPRAS DO GOVERNO FEDERAL - www.comprasgovernamentais.gov.br. **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 das 12h (doze horas) às 17h (dezessete horas) ou pelo telefone (22) 3854.9200. O edital se encontra disponibilizado na íntegra no Portal da Transparência do Município e no Portal Nacional de Compras Públicas - COMPRASNET. 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

INCA INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER
MINISTÉRIO DA SAÚDE
GOVERNO FEDERAL BRASIL UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER
SERVIÇO DE APOIO À LICITAÇÃO
AVISO DE LICITAÇÃO
Pregão Eletrônico n.º 91091/2024
Registro de Preços: 063/2024
Objeto: Aquisição de Alimentos, Suplementos e Módulos para Dietas
Abertura: 29/10/2024 às 09hs
Processo n.º 25410.017976/2023-15
O edital pode ser retirado nos sítios:
www.comprasnet.gov.br
PAULO AUGUSTO DIAS DE OLIVEIRA
CHEFE DO SERVIÇO DE APOIO À LICITAÇÃO