

Bem-viver

PRAZER MUSICAL

Ouvir sua música favorita pode ser eficaz contra a dor

Cientistas consideram que o método pode dar resultado melhor até que o analgésico

► Pesquisadores da Universidade McGill em Montreal, no Canadá, descobriram que ouvir sua música favorita consegue diminuir a intensidade da dor e do desconforto. No estudo, os cientistas procuraram entender as respostas emocionais geradas por ouvir um som conhecido. Para isso, 63 participantes foram convidados a visitar laboratório de dor Roy, no campus McGill.

Então, recebiam estímulos térmicos, equivalentes a uma xícara quente sendo encostada no braço, através de um dispositivo de sonda. Ao mesmo tempo, os participantes podiam ouvir duas de suas músicas consideradas favoritas, sons relaxantes selecionados, músicas embaralhadas ou apenas o silêncio. No período de sete minutos, foram realizados oito estímulos e oito avaliações a partir da opinião dos participantes sobre a intensidade da dor e o desconforto causado por ela. “Quatro temas foram relacionados às categorias de experiência emocional:

feliz/alegre, calmante/relaxante, energizante/ativador e comovente/agrídoce. Examinamos os efeitos de diversas variáveis emocionais na redução da dor, incluindo a agradabilidade da música, a excitação emocional e a incidência de ‘calafrios, emoções ou frissons’, e se estes poderiam explicar as diferenças nas classificações de dor entre o favorito e o relaxante”, escre-

ESTÍMULOS

Foram examinados os efeitos de diversas variáveis emocionais na redução da dor

veram os autores.

A equipe descobriu que a música favorita escolhida individualmente pelos participantes conseguiu amenizar a intensidade da dor e o desconforto em comparação com controles silenciosos e embaralhados, com um tamanho de efeito de cerca de 10 pontos em uma escala de 100 pontos para a dor.

ESTUDO

— A música favorita reduziu a dor em cerca de um ponto em uma escala de 10 pontos, o que é pelo menos tão forte quanto um analgésico vendido sem prescrição médica como nas mesmas condições. A música em movimento pode ter um efeito ainda mais forte — disse Darius Valevicius, primeiro autor da pesquisa da Universidade McGill, ao jornal “The Guardian”.

Além disso, a incidência de “calafrios” causados pela experiência musical mediou em grande parte a diferença nas classificações de dor entre a música para relaxar e a

Durante sete minutos, foram realizados oito estímulos e oito avaliações

escolhida como favorita. — Embora tanto a música favorita como a relaxante considerada agradável possam ser eficazes na redução do desconforto da dor, pode haver um processo neurofisiológico subjacente aos calafrios que ocorre durante a música favorita e que é mais eficaz na redução da dor — explicaram os autores. ▶



Segundo os cientistas, o relaxamento da música pode ajudar no desconforto da dor

PREFEITURA DE PETRÓPOLIS SECRETARIA DE ADMINISTRAÇÃO E DE RECURSOS HUMANOS DEPARTAMENTO DE LICITAÇÕES, COMPRAS E CONTRATOS ADMINISTRATIVOS (DELCA)

AVISO DE LICITAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO EXCLUSIVO Nº 274/2023

OBJETO: AQUISIÇÃO DE MATERIAIS DE PAPELARIA, PARA TODOS OS SETORES DA GESTÃO DA SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE PETRÓPOLIS. Valor Estimado: R\$ 52.866,88. DATA/HORA: 10/11/2023 às 11:00 horas. Edital completo e maiores informações a partir de 26/10/2023, na Rua Teresa, nº 1.515, SL, Alto da Serra – Petrópolis/RJ e no “site”: www.petropolis.rj.gov.br (Portal da Transparência – Link Licitações). Esclarecimentos: através do tel.: (024) 2233-8202/8195.

Petrópolis, 18 de outubro de 2023.
RAMON PEDRO DE MELLO
Secretário de Administração e de Recursos Humanos

SINDICATO ESTADUAL DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO/RJ (SEPE/RJ)
EDITAL DE CONVOCAÇÃO

O Sindicato Estadual dos Profissionais de Educação do Rio de Janeiro (Sepe-RJ) convoca os(as) filiados(as) ao Sepe-RJ no município de São Fidélis (rede municipal local e estadual) para participarem de assembleia estatutária no dia 24 de novembro, às 17h, em 1ª chamada, e às 17h30, em 2ª e última chamada, com a seguinte pauta única: escolha da Comissão Provisória do Sepe São Fidélis – pauta aprovada na reunião da direção estadual do sindicato, no dia 19 de outubro de 2023, em conformidade com o artigo 36 do estatuto do Sepe-RJ. Local da Assembleia: Colégio Estadual Barão de Macaúbas, localizada na Avenida Governador Roberto Silveira, nº 237, município de São Fidélis. Sepe-RJ.

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

ERRATA AO AVISO DE EDITAL
PREGÃO PRESENCIAL Nº 056/23

O MUNICÍPIO DE BOM JARDIM, por intermédio da Comissão Permanente de Licitação e Compras, torna público, a quem possa interessar, que foi realizada errata no aviso de edital: **PROCESSO ADMINISTRATIVO Nº 0448/23**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Objeto: Contratação de empresa especializada na prestação de serviço de transporte escolar, com a locação de veículos tipo passageiro de 12 lugares, com motorista, por KM (quilômetro) rodado, a fim de realizar a oferta gratuita de transporte aos alunos residentes em áreas rurais do Município de Bom Jardim/RJ, para atender a demanda da Secretaria Municipal de Educação, conforme especificações no Anexo I – Termo de Referência do presente Edital.

Onde se lê:
Data do certame: 10/10/2023, 09h30.
Leia-se:
Data do certame: 10/11/2023, 09h30.

Marineis Ayres de Jesus
Pregoeira

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

Aviso de Edital
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 006/23

O MUNICÍPIO DE BOM JARDIM, por intermédio da Comissão Permanente de Licitação e Compras, torna público, a quem possa interessar, que fará licitação na modalidade **PREGÃO ELETRÔNICO**: **PROCESSO ADMINISTRATIVO Nº 1699/23**

APÊNDICES: 1899/23, 1541/23 e 1663/23
SETORES REQUISITANTES: SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE, SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E DIREITOS HUMANOS e SECRETARIA MUNICIPAL DE ADMINISTRAÇÃO

Objeto: Contratação de SERVIÇO TOTAL para a frota oficial de veículos do Município de Bom Jardim, englobando as seguintes secretarias: SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, SECRETARIA DE SAÚDE, SECRETARIA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E DIREITOS HUMANOS e SECRETARIA DE ADMINISTRAÇÃO – esta última incluída, no momento, veículos do Gabinete do Prefeito, da Sec. De Fazenda e da Sec. De Meio Ambiente e Proteção Animal e poderá incluir, no decorrer da vigência contratual, veículos da Procuradoria Jurídica, Secretaria de Governo, Secretaria de Obras e Infraestrutura, Secretaria de Agricultura, Secretaria de Trânsito e Defesa Civil e Secretaria de Cultura, Turismo, Esporte, Lazer e Desenvolvimento Econômico.

Forma de Execução: Indireta, pelo regime de empreitada por preço global.
Tipo de licitação: MENOR PREÇO GLOBAL
Custo estimado: R\$ 200.970,30 (duzentos mil, noventa e sete reais e trinta centavos)
DATA DE ABERTURA: 14/11/2023
INÍCIO DA DISPUTA DE PREÇOS: 9h30
MODO DE DISPUTA: ABERTO

ENDEREÇO DO SISTEMA DE PREGÃO ELETRÔNICO: www.licitanet.com.br “Acesso Identificado no link – Login”

O Edital contendo maiores informações encontra-se à disposição dos interessados para download no site do Município (www.bomjardim.rj.gov.br) ou e-mail licitacao@bomjardim.rj.gov.br e www.licitanet.com.br

Obs: As empresas declaradas suspensas de contratar com o Município de Bom Jardim não poderão participar do certame assim como as que não estiverem com as certidões em dia, salvo os casos previstos em Lei.

Marineis Ayres de Jesus - Pregoeira

PREFEITURA MUNICIPAL DE VOLTA REDONDA

AVISO DE CANCELAMENTO DE HOMOLOGAÇÃO
PREGÃO ELETRÔNICO 117/2023

Proc. 8969/2023/SME - referente ao item 01 do Edital - Publicado: 05/09/2023, pag. 11 - Info: (24) 3345-4444
Sergio Sodré da Silva
Autoridade Competente.

MUNICÍPIO DE RIO DAS OSTRAS - AVISO DE LICITAÇÃO
CPLP 1 – 16/11/2023 às 09:00 horas – Pregão Eletrônico nº 138/2023 (PA 14359/2023), objetivando a contratação de empresa prestadora de serviços de assistência à saúde odontológica, na forma de plano por adesão voluntária e sem carência, por meio de rede própria e/ou credenciada, destinado aos servidores públicos e seus dependentes. Valor Total Estimado: R\$ 14,47 - CÓDIGO UASG: 982921
Local: Portal de Compras do Governo Federal – www.comprasgovernamentais.gov.br
Giovanni da Silva Zaror - Secretário Municipal de Administração Pública

PREFEITURA MUNICIPAL DE RESENDE
Secretaria Municipal de Governo

SUPERINTENDÊNCIA MUNICIPAL DE LICITAÇÕES E CONTRATOS SUNILIC - COMISSÃO SAÚDE
AVISO DE LICITAÇÃO

Pregão Eletrônico nº 431/2023 – Contratação de empresa para locação de equipamentos laboratoriais de bioquímica, hematologia e microbiologia, conforme edital. Processo Administrativo nº 27.414/2023. Data/Hora: 10/11/2023, às 14h. Edital disponível no site: <http://www.resende.rj.gov.br> » menu » licitações » licitações agendas e pregão eletrônico no site do Banco do Brasil. Informações e-mail: licitacaosau-de.resende@gmail.com tel: (0XX24) 3354-3922.
Julio Cezar de Carvalho - Superintendente Municipal de Licitações e Contratos.

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

Aviso de Edital
PREGÃO ELETRÔNICO Nº 007/23

O MUNICÍPIO DE BOM JARDIM, por intermédio da Comissão Permanente de Licitação e Compras, torna público, a quem possa interessar, que fará licitação na modalidade **PREGÃO ELETRÔNICO**: **PROCESSO ADMINISTRATIVO Nº 6005/22**

SETOR REQUISITANTE: SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE
Objeto: Aquisição de Aparelhos de Telefonia Móvel - SMARTPHONES, para atender a demanda da Secretaria de Saúde.

Forma de Execução: Direta, com fornecimento em parcela única
Tipo de licitação: MENOR PREÇO POR ITEM
Custo estimado: R\$ 57.211,01 (cinquenta e sete mil, duzentos e dezesseis reais e um centavo)
DATA DE ABERTURA: 16/11/2023
INÍCIO DA DISPUTA DE PREÇOS: 9h30
MODO DE DISPUTA: ABERTO

ENDEREÇO DO SISTEMA DE PREGÃO ELETRÔNICO: www.licitanet.com.br “Acesso Identificado no link – Login”

O Edital contendo maiores informações encontra-se à disposição dos interessados para download no site do Município (www.bomjardim.rj.gov.br) ou e-mail licitacao@bomjardim.rj.gov.br e www.licitanet.com.br

Obs: As empresas declaradas suspensas de contratar com o Município de Bom Jardim não poderão participar do certame assim como as que não estiverem com as certidões em dia, salvo os casos previstos em Lei.

Marineis Ayres de Jesus
Pregoeira

PREFEITURA MUNICIPAL DE TRÊS RIOS
AVISO DE LICITAÇÕES – UASG: 985919
AVISO DE PREGÃO ELETRÔNICO Nº 135/2023

OBJETO: Aquisição de tira reagente para aferição de glicemia em sangue capilar, venoso, arterial e neonatal através de aparelhos glicosímetros e lancetas através de lancetadores para atender às necessidades da REDE DE ATENÇÃO.

DATA DE ABERTURA DA LICITAÇÃO: 09 de novembro de 2023 às 08h00min.

AVISO DE PREGÃO ELETRÔNICO Nº 135/2023
OBJETO: Aquisição de veículo utilitário através de convênio firmado com o Governo Federal através de Emenda Parlamentar do Deputado Vinícius Farah que visa à estruturação da Rede de Serviços de Proteção Social Básica.

DATA DE ABERTURA DA LICITAÇÃO: 13 de novembro de 2023 às 08h00min.

Informações Complementares: Os editais estarão disponíveis na Plataforma: www.gov.br/compras/pt-br e no site da Prefeitura: <https://transparenciapmtr.primaxonline.com.br/transparencia/contedo/licitacoes/5> Outras informações poderão ser obtidas no e-mail licitacao@tresrios.rj.gov.br ou no telefone (24) 2252-2286.

Caio Correa de Carvalho
Diretor Geral da Sec. de Gestão Pública e Compras Governamentais

LEILÃO DE APARTAMENTO - MAGÉ/RJ
— Online
1º Leilão: 07/11/2023 às 11h00 | 2º Leilão: 10/11/2023 às 11h00

Leilão de Alienação Fiduciária - Dora Plat, Lelloeira 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 infradadas, na forma da Lei 9.514/97. Localização do imóvel: **Magé/RJ, Jardim da Paz (Guia de Pacobaíba)**, Rua Quatorze, nº 52. **Apartamento nº 102** (Pavimento Superior). Áreas totais: constr: 68,21m². Matr: 16.167 do 1º RI local. **Obs:** Área de terreno pendente de averbação no RI. Regularização e encargos perante os órgãos competentes da eventual divergência da área lançada no IPTU, com a apurada no local e averbada no RI, correrão por conta do comprador. Ocupada. (AF). **1º Leilão: 07/11/2023, às 11:00 h. Lance mínimo: R\$ 243.203,60. 2º Leilão: 10/11/2023, às 11:00 h. Lance mínimo: R\$ 193.715,25** (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 Fidejuntante 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 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

SERVIÇO AUT. DE ÁGUA E ESGOTO DE BARRA MANSÁ/RJ – AVISOS

- Adia PE SRP 066/23, PA 4265/23, material elétrico, em virtude de alteração T.R. de item 3.2 e 8 letra “e”, estabelecendo a nova data para o dia 13/11/2023, às 14h30.
- P.E. SRP 070/23, PA 2051/23, Papelaria de polietileno/presilha e fita inox, data de realização dia 14/11/2023, às 14h30.
- Homologa/adjudica em favor de Play Comunicação e Eventos Ltda, 31.930.883/0001-62, cessão de estande participação Fumisul/23, PA 4952/23, valor global R\$ 5.430,00, art. 24, II, 8.666/93.

Mais informações poderão ser obtidas pelo telefone (24) 3323-0198, através do e-mail: licitacao.saae@gmail.com ou ainda na Gerência de Materiais, à Av. Homero Leite, 572 – Saudade – Barra Mansa/RJ. Site <http://portaldatransparencia.barramansa.rj.gov.br>, no menu “Licitações e Contratos / Lista Licitações”.

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

ERRATA AO AVISO DE EDITAL
PREGÃO PRESENCIAL PARA REGISTRO DE PREÇOS Nº 057/23

O MUNICÍPIO DE BOM JARDIM, por intermédio da Comissão Permanente de Licitação e Compras, torna público, a quem possa interessar, que foi realizada errata no aviso de edital: **PROCESSO ADMINISTRATIVO Nº 6033/2022**

Apensos: processos nºs 5095/2022, 1085/2023, 1381/2023 e 1559/2023

Objeto: eventual e futura contratação de empresa para prestação de serviços de Propaganda Volante, atendendo às demandas da Secretaria de Saúde – SMS, da Secretaria Municipal de Agricultura e Desenvolvimento Agrário – SMADA, Secretaria Municipal de Assistência Social e Direitos Humanos – SMASDH, da Secretaria Municipal de Fazenda – SMF e da Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Proteção Animal – SMMAPA, conforme especificações no Anexo I – Termo de Referência, do presente Edital.

Onde se lê:
Data do certame: 13/10/2023, 13h30

Leia-se:
Data do certame: 13/11/2023, 13h30

Marineis Ayres de Jesus
Pregoeira

enel **DESLIGAMENTO PROGRAMADO**

Informamos que precisaremos interromper o fornecimento de energia no dia e horário especificados abaixo para realização de melhorias na rede elétrica. Durante o período de isolamento social para conter o avanço do coronavírus, estamos fazendo somente desligamentos emergenciais que são extremamente necessários para evitar possíveis falhas no fornecimento de energia de nossos clientes.

Dia: 30/10/2023

Horário	Endereco	DUQUE DE CAXIAS	Nº Deslig.
12:00 às 17:00	Ruas 4, 5, 49, 69, 72 - Campos Elísios - Duque de Caxias		21085613
12:00 às 17:00	Rua Cartagena - Campos Elísios - Duque de Caxias		21085613
12:00 às 17:00	Rua Guardiana - Campos Elísios - Duque de Caxias		21085613
13:00 às 17:00	Rua Belizário de Souza - Saracuruna - Duque de Caxias		21073113
13:00 às 17:00	Rua dos Coqueiros - Parque Paulista - Duque de Caxias		21086601
13:00 às 17:00	Rua Projetada - Santa Cruz da Serra - Duque de Caxias		21086601
MAGÉ			
09:00 às 15:00	Rua Beira Rio - Parque dos Artistas - Piabetá - Magé		21050735
09:00 às 15:00	Rua Angela Maria - Piabetá - Magé		21050735
09:00 às 15:00	Rua Carmem Miranda - Parque dos Artistas - Magé		21050735
09:00 às 15:00	Rua Porto Alegre - Surulí - Magé		21050735
09:00 às 15:00	Rua Virginia Lane - Piabetá - Magé		21050735
13:00 às 17:00	Avenida Paulista - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Estrada Rio Teresópolis - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Fortaleza - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Belo Horizonte - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Bernardino Teixeira Filho - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Coronel Sérgio José Amaral - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Félix Bonfim - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Porto Alegre - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Grupo Escolar - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua João Félix Bonfim - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua José de Paula - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Martins A Ribeiro - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Porto Alegre - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Projetada - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua Ruy Barbosa - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Rua João Félix do Bonfim - Surulí - Magé		21073113
13:00 às 17:00	Estrada da Conceição - Surulí - Magé		21084467
13:00 às 17:00	Rua Osvaldo Silva Conceição - Surulí - Morro do Saco - Conceição		21084467
13:00 às 17:00	Conceição de Surulí - Campinho - Magé		21084467

Estamos com você, mesmo à distância.