

Sabesp isenta Tarifa Social para aliviar orçamento das famílias

Desde a última segunda-feira, 23, as agências de atendimento presencial estarão fechadas até 30/4, conforme recomendação do Governo do Estado. O atendimento será pelo aplicativo, site e central telefônica.

A Sabesp vai isentar do pagamento das contas de água e esgoto os clientes das categorias de uso Residencial Social e Residencial Favela. Em todo o Estado, aproximadamente 2 milhões de pessoas que têm o benefício. A medida vai valer por três meses (abril, maio e junho) para contas emitidas a partir de 1º de abril de 2020 em todo o Estado de São Paulo.

Para colaborar no combate ao avanço do coronavírus, a Sabesp disponibiliza canais digitais e ampliou as opções de serviços pela Central de Atendimento telefônico. Com isso, o cliente que ligar para a central terá acesso a todos os serviços da Companhia, como pedir segunda via de contas e consultar débitos,

na tarifa social a cada 24 meses; consumo máximo de 15 metros cúbicos; demissão não tenha ocorrido por justa causa.

Cientes que se enquadrem nos critérios e entrarem com pedido de inclusão na Tarifa Social Residencial a partir desta sexta-feira, 20/3, serão beneficiados com o valor reduzido na conta de água: R\$ 8,88 para consumo de água até 10 m³.

Tarifa Social

A Tarifa Social Residencial é destinada a residências unifamiliares, desempregados, habitações coletivas ou remoção de área de risco que atendam aos critérios definidos pelo comunicado tarifário. Para usufruir do benefício, o cliente atende a uma série de critérios: possuir renda familiar de até três salários mínimos; morar em habitação subnormal com área útil de até 60 m²; consumo de energia de até 170 kWh mensais; não haver débitos para o imóvel; comprovar o enquadramento

Atendimento digital e telefônico:

- Agência Virtual: No site www.sabesp.com.br.
- App Sabesp Mobile: Disponível nas plataformas iOS e Android, permite ainda o envio de fotos da ocorrência junto com a solicitação.
- Central de Atendimento: Os números são 0800 011 9911, para a Região Metropolitana de São Paulo; e 0800 055 0195, para interior e litoral. O atendimento é gratuito e funciona durante 24 horas.

Portal de ensino a distância da Prefeitura de São Paulo é alternativa de capacitação profissional durante quarentena

Começou na última terça-feira (24), o período de quarentena em virtude da pandemia do coronavírus. Durante o período de 15 dias de restrição social, as pessoas que estarão em casa poderão aproveitar o tempo para se qualificar pelo portal do Cate, da Secretaria de Desenvolvimento Econômico e Trabalho, que conta com dezenas de cursos profissionalizantes de diferentes áreas de atuação.

tendências do mercado, como, por exemplo, programação em back-end e python, setores que buscam profissionais capacitados para o preenchimento de vagas de emprego. Há também opções inovadoras, como a qualificação em desenvolvimento de jogos e a gestão de resíduos por meio do upcycling.

E para quem já trabalha ou possui uma área de atuação definida, mas busca complemento profissional, o portal do Cate

também oferece cursos de reforço em matemática, gramática e informática, que podem ser utilizados como diferencial no currículo.

O Portal do Cate é totalmente gratuito e pode ser acessado de qualquer lugar com acesso a internet. O cadastro é simples, tendo a possibilidade de ser vinculado ao Facebook, que preenche boa parte das informações necessárias para a criação da conta. Acesso: www.cate.prefeitura.sp.gov.br

Cerca de 55% da frota de ônibus na Capital será mantida temporariamente pela Prefeitura

A SPTrans suspendeu as cotas do Bilhete Único Estudante desde a última segunda-feira, 23, em razão da suspensão das aulas. Já estudantes da área de saúde, que continuarão prestando serviços de atendimento essencial à população durante este período, terão as gratuidades mantidas.

A SPTrans criou um site com as notícias relacionadas ao transporte público em virtude da pandemia de Covid-19, incluindo mudanças de linhas, funcionamento dos postos e recomendações de como se prevenir: <http://www.sptrans.com.br/covid-19>.

O site conta ainda com uma seção de perguntas e respostas a respeito de como está a mobilidade na cidade, como o funcionamento dos ônibus e do rodízio de veículos.

Também foi criada uma cartilha sobre as medidas adotadas pela SPTrans, como fechamento de postos, atendimento a idosos por e-mail, além de dicas de higienização correta das mãos e prevenção sobre a nova doença a passageiros e motoristas de ônibus, de táxis e de veículos por aplicativo. O material está disponível em http://sptrans.com.br/media/5339/cartilha_covid19_transportepublico.pdf



Movimento nas linhas de ônibus caiu cerca de 70%

@ **Informática & Tecnologia**

Apps para tornar o isolamento social mais agradável

Pensando na população que deve se manter isolada até passar a pandemia de coronavírus, listamos abaixo cinco aplicativos para aproveitar melhor esse período de isolamento, além de ajudar todos a se manterem ativos e seguindo com as atividades possíveis nesse momento.

Aulas Online

Tanto para quem ainda estuda quanto para aqueles que querem aprender algo novo, as aulas online são a solução perfeita para esse período pandêmico. O **Shapp** tem em sua base 100 mestres cadastrados, disponíveis para ensinar mais de 100 disciplinas diferentes. E para incentivar a população, a taxa cobrada pelo aplicativo foi retirada até esse momento difícil passar. Ficou interessado? Acesso: <https://shapp.it/>

Exercícios Físicos

Para que todos possam se exercitar sem ter que sair de casa e evitando aglomerações, nesse momento tão complicado, a palavra de ordem é se cuidar e cuidar para que o vírus não se espalhe. Por isso, o **Hampy**, um método de exercício em casa,



Foto: Divulgação

está disponibilizando aulas grátis para todos que quiserem se mexer. Para se inscrever na plataforma é só entrar no link: <https://desafiohampy.club.hotmart.com/signup>.

Guia Financeiro

Quer aproveitar esse tempo para controlar melhor sua vida financeira? Existem apps excelentes para isso, que ajudam a ficar ainda mais de olho em ganhos, transações feitas e gastos. O **Guia Bolso** pode ser sincronizado com sua conta bancária e, dessa forma, não precisar

mais anotar tudo. O aplicativo é gratuito, basta acessar: <https://www.guiabolso.com.br/>.

Meditação

Tão importante quanto ficar em casa, é se manter tranquilo e respirando corretamente. Para isso, o **Sattva** oferece gratuitamente meditações guiadas, facilitando o processo de aprendizagem para iniciantes na prática. O app conta com monitoramento de frequência cardíaca e, o maior diferencial: você pode registrar seu humor antes e depois de meditar, para certificar se a técnica está sendo útil. Ficou com vontade de testar? Clique: <https://www.sattva.life/pr/>.

Receitas Culinárias

Para aqueles que gostam de aprender, conhecer pratos e ingredientes saudáveis, o **Petitchef** oferece milhares de receitas, por nome, ingrediente, tipo (entrada, prato principal ou sobremesa), entre outras categorias. Um de seus diferenciais é a disponibilização das informações nutricionais de cada prato, como quantidade de calorias, açúcar, etc. Precisa de ideias para esses dias em casa? Este app pode lhe enviar diariamente um novo menu. Gostou da ideia? Entre em <https://pt.petitchef.com/>

Feirão Limpa Nome anuncia parcelamento sem juros e amplia descontos até o final do mês

O Serasa Consumidor, startup e braço da Serasa Experian, está realizando uma ação inédita para a negociação de dívidas durante o Feirão Serasa Limpa Nome online. Para ajudar cada vez mais consumidores a organizarem suas finanças, a empresa anuncia novas e agressivas vantagens em parceria com: Digo, Tricard, BMG, Recovery, Credsystem e Ativos. A partir de agora, cada um dos parceiros listados, traz novas condições de pagamento que incluem desde parcelamento em até 48x sem

juros, ampliação dos descontos e maior prazo de pagamento a partir do fechamento do acordo no site do Serasa Limpa Nome.

A ação é válida durante todo o Feirão Serasa Limpa Nome online, que vai até o dia 31 de março e foi desenvolvida para auxiliar no reaquecimento da economia, considerando as medidas de restrição adotadas para combater a pandemia de Covid-19.

As renegociações de dívidas feitas pela internet através do Serasa Limpa Nome apresentam crescimento desde o

final da semana passada, quando o atendimento presencial do Feirão Limpa Nome foi cancelado, em virtude do aumento do número de casos de Covid-19 no país. Atualmente, o evento já passa de mais de 1.3 milhão de acordos, número bastante expressivo.

O Feirão Limpa Nome Serasa com descontos de até 98% continua até o próximo dia 31 de março, pelo site <https://www.serasaconsumidor.com.br/limpa-nome-online/> e pelo aplicativo do Serasa Consumidor.

LIVROS NOVOS

QUEM ME ROUBOU DE MIM? DE PE. FÁBIO DE MELO (Editora Planeta), Em "Quem me roubou de mim?" Padre Fábio de Melo aborda uma violência sutil que afinge muitas pessoas - o sequestro da subjetividade. Essa expressão refere-se à privação que

sofremos de nós mesmos quando estabecemos com alguém, nas palavras do próprio autor, "um vínculo que mina nossa capacidade de ser quem somos, de pensar por nós mesmos, de exercer nossa autonomia, de tomar decisões e exercer nossa liberdade de escolha". Uma vez sequestrados, perdemos a capacidade de sonhar, ficamos impossibilitados de viver as realizações para as quais fomos feitos e não temos com quem reclamar. Precisamos, portanto, estar sempre atentos para que isso não nos aconteça pois, como escreve padre Fábio - "Nenhuma relação humana está privada de se transformar em roubo, perda de identidade, ainda que as pessoas nas relações bem-intencionadas. Um só descum e as relações podem evoluir para essa violência silenciosa. Basta que as pessoas se percam de seus referenciais, [...] que confundam o amor com posse, que abram mão de suas identidades, e que se ausentem de si mesmas".

PROBLEMAS COM DROGAS?

SE VOCÊ QUISER PARAR, PODEMOS AJUDAR

Narcóticos Anônimos

LINHA DE AJUDA
(11) 3101-9626

www.na.org.br/csaspnorte

ANIMAL NÃO É BRINQUEDO!

SENTE FOME, SEDE, FRIO E MEDO...

ABANDONO DE ANIMAIS É CRIME!

LEI 9.605/1998, ART. 32

FB.COM/CNJ.OFICIAL

*Coordenação anterior da saudosa Maria dos Santos Silva, esposa de nosso Fundador.

Compartilhe com o CVV

Aquilo que você não divide com ninguém

VALORIZAR A VIDA. É ISSO QUE O CVV FAZ.

LIGUE 141

atendimento gratuito e sigiloso.

AVISOS RELIGIOSOS

PRECE PODEROSA PARA PROSPERIDADE

Ó Criador do Mundo tudo que dissesse peças e receberás embora estejas nas alturas em Vossa Divina Glória inclinaí seus ouvidos à essa humilde criatura para satisfazer-lhe o desejo. Ouve minha prece Ó Pai amado e fazei que por Vossa Vontade eu obtenha a graça que tanto almejo. (Pedido). Deus supre agora todas as minhas necessidades. Segundo suas riquezas e em glória serei sempre grato p/ suas riquezas sempre ativas presentes imutáveis e abundantes em minha vida. Que isso seja feito pelo poder em nome do Vosso Filho Jesus. Citaí essa prece p/ manhã 7 vezes junto com Salmo 23 e Pai-Nosso. **D.M.**

PRECE PODEROSA PARA PROSPERIDADE

Ó Criador do Mundo tudo que dissesse peças e receberás embora estejas nas alturas em Vossa Divina Glória inclinaí seus ouvidos à essa humilde criatura para satisfazer-lhe o desejo. Ouve minha prece Ó Pai amado e fazei que por Vossa Vontade eu obtenha a graça que tanto almejo. (Pedido). Deus supre agora todas as minhas necessidades. Segundo suas riquezas e em glória serei sempre grato p/ suas riquezas sempre ativas presentes imutáveis e abundantes em minha vida. Que isso seja feito pelo poder em nome do Vosso Filho Jesus. Citaí essa prece p/ manhã 7 vezes junto com Salmo 23 e Pai-Nosso. **D.R.M.**

ORAÇÃO PARA GANHAR DINHEIRO

Em nome da água que tudo permeia, da terra que tudo forma, do ar que tudo clareia, do fogo que transforma, que eu alcance sem demora o que mais desejo agora... Sei que vou ganhar muito dinheiro, muito dinheiro, que nem eu mesmo saberei contar. Amém. Publique imediatamente, que sua graça será alcançada. **D.M.**

Contate-nos: www.gazetazn.com.br