



## PANDEMIA DE CORONAVÍRUS



**TERÇA-FEIRA**  
**24 DE MARÇO DE 2020**

ANO 34 | Nº 106-D R\$ 2,50

[www.folhapopular.info](http://www.folhapopular.info)

# Brasileira que mora na Itália alerta e pede que brasileiros levem o Coronavírus a sério

Como lidar melhor com todas as mudanças de rotina

▶ 7

Guia básico dos cuidados com o Coronavírus (Covid-19)

▶ 8 e 9

Empresários esperam solução rápida do Coronavírus para minimizar impactos

▶ 10 e 11

Como os hospitais estão se preparando?

▶ 12 e 13

Fazer exercícios ajuda a manter qualidade de vida durante o isolamento

▶ 16



## Município comemora 24 anos de emancipação

Municípios definem estratégias para vacinação contra a gripe

REGIÃO E SERRA ▶ 2 e 3

Seguem obras nas rótulas da Via Láctea

TEUTÔNIA ▶ 4



Em Teutônia, a vacinação é a domicílio

REGIÃO E SERRA ▶ IMUNIZAÇÃO

## Municípios definem estratégias para vacinação contra a gripe

Diferentes medidas para evitar deslocamento e aglomeração de idosos em meio à pandemia de coronavírus

DA REDAÇÃO

**E**m meio à preocupação com a propagação do coronavírus, os municípios iniciaram nesta segunda-feira (23/03) a vacinação contra a Influenza (gripe). Neste ano, a vacinação é dividida por etapas, e nesta primeira etapa o

público-alvo são os idosos de 60 anos ou mais e profissionais de saúde. De um lado, a necessidade de vacinar os idosos. A vacina contra influenza não imuniza contra o coronavírus, mas diminui a incidência de outras doenças, ajuda no diagnóstico e pode evitar complicações. Por outro lado, a

necessidade de preservar este que é um grupo de risco, evitando que saiam de casa ou que se aglomerem. Sendo assim, os municípios tiveram que mudar a forma de realizar a vacinação, e diversas ações foram implementadas. Confira como está sendo a vacinação em cada município.

### LAJEADO

A vacinação contra a gripe ocorrerá em dois locais inéditos, além de outras unidades de saúde. Um deles será o CTG Tropicilha Farrapa, no horário das 7h30 às 11h15, e das 12h30 às 16h15, de segunda a sexta-feira. O CTG Tropicilha Farrapa localiza-se na Rua Fábio Brito de Azambuja, 245, no Bairro São Cristóvão. Outro ponto de vacinação será o CRAS Espaço da Cidadania, localizado na Rua Júlio May, 496, no centro de Lajeado. O horário de vacinação será das 8h às 19h, sem fechar ao meio dia, de segunda a sexta-feira. Além disso, haverá vacinação nos postos de saúde dos bairros Montanha, Olarias, Conventos, Conservas, Santo Antônio, Jardim do Cedro e Campestre, no horário das 7h30 às 11h15, e das 12h30 às 16h15, de segunda a sexta-feira. O posto de saúde do bairro São Bento também atenderá para vacinação, mas somente pela manhã, das 7h30 às 11h15.

Além disso, os idosos acamados devem entrar em contato pelo telefone 3982 1126 para o agendamento da vacinação no local de sua residência. Além disso, os idosos que tem dificuldade de locomoção, podem ser levados de carro por um responsável e serem vacinados dentro do veículo pelos profissionais que atuam nos locais de vacinação.

### GARIBALDI

Em Garibaldi, as pessoas com mais de 70 anos também receberão a vacinação em casa. A Prefeitura pede a colaboração deste público-alvo, para que permaneça em sua residência. Será elaborado um roteiro de vacinação para este grupo, e divulgando o número de contato para que as pessoas se identifiquem, a fim de elaborar o roteiro. Não é necessário neste momento, que idosos com mais de 70 anos busquem a imunização nas Unidades Básicas de Saúde (UBSs). Para o restante do público, vacinas serão aplicadas em diversas Unidades Básicas de Saúde (UBSs), com o objetivo de evitar a aglomeração de pessoas. A meta é vacinar 13 mil pessoas em Garibaldi, 36% da população do município. A vacinação ocorre nas seguintes unidades: Auditório do Pronto Atendimento Médico (PAM 24 Horas) – das 8h às 17h (sem fechar ao meio dia); UBS São Francisco – das 8h às 11h e das 13h às 16h; UBS Chácaras/Vale dos Pinheiros – das 8h às 11h e das 13h às 16h; UBS Fenachamp 26/03 – das 7h30min às 11h; UBS Tamandaré 27/03 – das 8h30 às 11h30min; UBS São José de Costa Real 04/04 – das 8h30 às 11h30min; UBS Marcorama 04/04 – das 8h30 às 11h30min.

### TEUTÔNIA

Em Teutônia, a administração municipal optou por realizar a vacinação domiciliar. A vacinação iniciou nesta segunda-feira (23/03) na região do ESF Morada do Sol, no Loteamento 8. Para ajudar os profissionais que aplicarão as vacinas, as residências onde há idosos devem colocar um lenço vermelho em local visível.

Os moradores dos bairros Canabarro, Centro Administrativo, Languiru, Alesgut e Teutônia, que se enquadram no público-alvo da primeira fase, receberão a vacina em casa. Cada bairro será setorizado e, em cada turno, uma região será atendida por equipes volantes da Secretaria de Saúde. O roteiro e áreas atendidas serão divulgados a cada dia por meios de comunicação, mídias sociais e também por uma moto de som que passará pela localidade no dia do atendimento.

Solicita-se que os idosos aguardem a aplicação da vacina, que pode ser feita até o dia 15 de abril, em sua residência, evitando o deslocamento até as unidades de saúde e cumprindo os decretos publicados pelo Município, no sentido de evitar aglomerações de público e, assim, coibir a possibilidade de transmissão do novo coronavírus. A população do Bairro Boa Vista e do interior, da mesma forma, não deve se deslocar até os postos de saúde para se vacinar. Uma data será definida, quando as equipes da Secretaria de Saúde elaborarem uma estratégia de vacinação, isto é, se será em locais determinados ou a domicílio.



Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores e não traduzem necessariamente a opinião do jornal nem a do editor.

#### PROPRIEDADE:

Folha de Teutônia - Gráfica e Editora Jornalística Ltda.  
CNPJ - 90240235/0001-43  
Registro no Ofício de Registro Civil, Pessoas Jurídicas, Títulos e Documentos de Estrela, Nº 01/87.  
Fundada em 01º de maio de 1985 por:  
Valdir Inácio Schardong (em memória)  
Deolí Gräff

#### SÓCIOS-DIRETORES:

Nanci Brune, Sílvio Brune, Tânia Maria Schardong, Carline Schardong e Cristiane Schardong

#### JORNALISTA RESPONSÁVEL E EDITOR:

Lucas Leandro Brune  
Jornalista Profissional Diplomado (Reg. Prof. MT/DRT-RS Nº 14333)



RÁDIO - JORNAL - REVISTA - MÍDIAS ELETRÔNICAS

REDAÇÃO:  
jornal@popularnet.com.br

#### SEDE:

Rua Senhor dos Passos, 441  
Bairro Languiru - Teutônia/RS  
Caixa Postal 13  
CEP: 95890-000  
Telefone (51) 3762-2440

PUBLICIDADE E HOMENAGENS:  
publicidade@popularnet.com.br

## IMIGRANTE E COLINAS

Em Imigrante a vacinação também será domiciliar. No momento da visita, será realizada uma avaliação do quadro de saúde geral do idoso atendido, além de se reforçar os cuidados de prevenção contra o Coronavírus. Para receber a vacinação, o idoso ou familiar deve contatar a sua Agente de Saúde (ACS) ou ligar para (51) 3754-1163. Confira o roteiro: 23 e 24 de março - Seca Baixa - ACS Claudia; 25 a 27 de março - Daltro Filho e interior - ACS Davila e Vânia; 30 e 31 de março - Centro - ACS Thais; 01 e 02 de abril - Centro e Linha Imhoff - ACS Fabiana; 03 e 06 de abril - Centro - ACS Micheli; 07 e 08 de abril - Centro e Linha Herval - ACS Ivete.

Em Colinas a vacinação ocorrerá também nas residências. A prefeitura pede que os idosos não se dirijam à Unidade Básica de Saúde (UBS).

## FAZENDA VILANOVA

Uma equipe de profissionais da Secretaria Municipal de Saúde Cidadania e Atenção Social está realizando a vacina em uma unidade móvel, em pátio aberto ao lado da Prefeitura. É estimado que durante a campanha sejam imunizados cerca de 600 pessoas desta faixa etária. Segundo o secretário de Saúde, João Batista Fernandes, não será realizada a vacina para munícipes em suas casas, mas as pessoas que puderem se deslocar até o Centro de Saúde vão receber a vacina dentro do seu veículo.

## POÇO DAS ANTAS

No interior de Poço das Antas as equipes passarão nas casas e haverá também a vacina no Posto de Saúde, no Centro. Porém, a entrada no posto será restrita por quantidade de pessoas. A vacinação em todo o interior deve levar alguns dias.

## WESTFÁLIA

A primeira remessa de vacinas contra a gripe chegou ao fim ainda nesta segunda-feira (23/03). A previsão é de que na manhã da próxima quinta-feira (26/03), chegue uma nova remessa. Se a previsão se confirmar, na quinta-feira à tarde, a partir das 13h, o Setor de Enfermagem voltará a aplicar as vacinas. A vacinação acontecerá de segunda a sexta-feira, das 8h às 11h e das 13h às 16h30. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone (51) 3762-4312, com o Setor de Enfermagem.

A vacinação ocorrerá na garagem aberta do Posto de Saúde, de forma a não formar aglomeração. Os idosos entram por um lado e já saem com recomendação de ir direto para casa. Tudo será feito ao ar livre.

## PAVERAMA

A vacinação ocorre na Unidade de Saúde, também ao ar livre. Mas a secretaria de saúde pede que só se desloque à UBS em caso de extrema necessidade. Hoje deve iniciar roteiro nas residências

dos idosos. Ao longo da semana a equipe organizará e divulgará os fluxos das vacinações, comunidades serão visitadas inclusive aos sábados, se necessário. "Pedimos a compreensão pois este é um momento delicado, e novas informações também nos chegam diariamente trazidas pela Coordenadoria Regional de Saúde do Estado", pede a secretária de Saúde, Michele Vargas. Confira o roteiro para esta terça-feira (24/03): Microárea da Agente Comunitária de Saúde: Ana Lúcia Azevedo - Localidades: Boa Esperança Alta, parte da Boa Esperança Baixa (visitada pela ACS Ana Lucia), Vila Rica, Bom Jardim e Rua Pedro Schnoremberger (visitada pela ACS Ana Lucia). O roteiro dos próximos dias será divulgado por meios de comunicação, e também através de carro de som que passará pelas comunidades.

## ESTRELA

A Secretaria da Saúde de Estrela deve retomar, na sexta-feira (27/03), a campanha de vacinação contra a gripe Influenza. A imunização iniciou nesta segunda, mas como o município recebeu somente 1.600 doses, não foram suficientes para atender todo o público-alvo desta primeira fase e terminaram já no início da tarde. A previsão é de que uma nova remessa seja recebida na quinta (26/03). Se for confirmada a entrega nesta data, na sexta reinicia a imunização. A Secreta-



**POOLSEG**  
CORRETORA DE SEGUROS  
RUA 25 DE JULHO, 135 - TEUTÔNIA/RS  
3762.7233

ria da Saúde determinou que a vacinação ocorrerá de diferentes formas. Nas Unidades Básicas de Saúde do Bairro Auxiliadora e Central (Oriental), mas em horários diferentes conforme escala. Também nas unidades da Estratégia de Saúde da Família (ESF) Moinhos, Indústrias, Imigrantes e ainda no Centro de Atenção Psicossocial (Caps) e no Serviço de Assistência Especializada (SAE). As localidades do interior serão atendidas pela Unidade Móvel. Pessoas acamadas, com dificuldades de locomoção ou idosos com doenças crônicas, assim como os que pertencem à rede da Estratégia de Saúde da Família (ESF), poderão agendar visitas da equipe de vacinação, que irá até a residência informada. Os agendamentos devem ser feitos pelos telefones: UBS Central (3981-1118); ESF Moinhos (3981-1095); ESF Indústrias (3981-1097); ESF Imigrantes (3981-1096) e UBS Auxiliadora (3981-1119).

## Seguros de Vida

A gente sabe que o maior patrimônio é a sua vida e a de quem você ama. Por isso oferecemos seguros de vida para que você tenha mais segurança e tranquilidade.

Faça um seguro no Sicredi e venha crescer com a gente.

 **Sicredi**

sicredi.com.br  
SAC - 0800 724 7220  
Deficientes Auditivos ou de Fala - 0800 724 0525  
Ouvidoria - 0800 646 2519

Cuidando de quem mais importa para você.

## TEUTÔNIA ▶ ERS-128

# Obras nas rótulas da Via Láctea param durante o isolamento

DA REDAÇÃO

**A**s obras nas duas rótulas da ERS-128 (Via Láctea) em Teutônia vão dar uma pausa durante o período de isolamento em prevenção ao coronavírus. As atuais rótulas vazadas (trevos) do Bairro Canabarro, na Linha Ribeiro, e do Bairro Languiru, na Rua Major Bandeira, serão transformados em rótulas fechadas.

Em Canabarro as obras já estão avançadas e chegam perto da fase final, sendo executada pela empresa Coesul. O trecho onde foi feito o alargamento recebeu na sexta-feira (20/03) a camada asfáltica. A próxima etapa deve ser a realização dos canteiros centrais. “E em seguida fresar o asfalto antigo para depois receber outra capa de asfalto”, explica o secretário de Obras, Marcelo Walter. Porém, de acordo com o secretário, a empresa paralisou as atividades neste período. O investimento previsto é de R\$ 808.014,40.

Enquanto isso, na rótula do Bairro Languiru, a Prefeitura faz

a limpeza e deve, em breve, iniciar a drenagem e a terraplenagem. Porém, a empresa que fornece os canos para a prefeitura também paralisou os serviços. Assim o município aguarda a retomada para seguir com as obras. A licitação para a segunda etapa desta obra foi realizada na sexta-feira (21/03), conforme informações do secretário de Obras, Marcelo Walter. A obra foi orçada em R\$ 696.971,12.

Ambas as obras serão realizadas com recursos próprios do Município. A Prefeitura de Teutônia assumiu a responsabilidade pelas obras das rótulas na rodovia, que é de competência do Estado.

As duas rótulas vazadas que estão sendo transformados em rótulas fechadas têm fluxo intenso de veículos, além de concentrar um alto número de acidentes, inclusive fatais. Com as rótulas fechadas, espera-se diminuir consideravelmente o número de ocorrências nos locais. A Prefeitura tem a autorização e o projeto da Empresa Gaúcha de Rodovias (EGR) para executar as obras.



FOTOS: DIVULGAÇÃO

No trevo de Canabarro já foi feita a camada de asfalto nas laterais alargadas



No trevo do Bairro Languiru a prefeitura realizou a limpeza e deve iniciar drenagem e terraplenagem

## ▶ CONTRA A COVID-19

## Transporte coletivo urbano tem modificação nos horários

FONTE: ASSESSORIA DE IMPRENSA

A empresa Stadtbuss Transportes Coletivos, responsável pelo transporte coletivo urbano de Teutônia, divulgou alterações nos horários de ônibus, devido à pandemia do coronavírus. Os horários são os seguintes:



DIVULGAÇÃO

Stadtbuss modificou horários como medida de combate à Covid-19

## DIAS E HORÁRIOS

## Dias úteis

Canabarro/Teutônia:

6h20, 6h45, 7h30, 9h30, 11h, 12h20, 13h30, 15h30, 17h20, 19h;

Teutônia/Canabarro: 6h, 6h50, 7h15, 8h, 10h, 11h30, 12h50, 14h, 16h, 18h10, 19h30;

Via Fazenda/Loteamento 8: 6h, 7h10, 9h10, 13h10, 15h10;

Via Alesgut: 6h20, 7h, 13h10.

## Sábado

Canabarro/Teutônia: 6h15, 7h30, 9h30, 12h, 13h30, 15h30, 18h30;

Teutônia/Canabarro: 6h45, 8h, 10h, 12h30, 14h, 16h, 19h;

Via Fazenda/Loteamento 8: 7h15, 9h15, 13h10.

## Domingo

Não haverá a circulação de ônibus urbano.

## WESTFÁLIA ▶ ANIVERSÁRIO

# Município comemora 24 anos de emancipação

DANIELA BARONI MARTINS

**H**á 24 anos, a comunidade de Westfália decidiu pela emancipação, separando-se assim dos dois municípios-mãe Teutônia e Imigrante. Por se tratar de um período diferente, de combate à propagação do Coronavírus, a programação comemorativa prevista para o último final de semana não ocorreu. O Grupo de Danças Folclóricas Alemãs Westfälische Tanzgruppe realizaria uma gincana germânica, que não tem nova data para ocorrer.

Segundo o prefeito, Otávio Landmeier, haveria também a visita de um grupo de danças da Alemanha. “Eles conseguiram voltar para casa no sábado (21/03). Estiveram por aqui por oito dias, mas devido à questão do coronavírus, voltaram para Alemanha”, explica. Devidos a esta situação, Landmeier pediu que as famílias fizessem uma reflexão em casa sobre a emancipação.

“Podemos refletir sobre a nossa emancipação, as conquistas que o Muni-

cípio teve nestes 24 anos, cada um na sua casa. Reconhecer o trabalho da comissão emancipacionista, que tinha o objetivo foi deixar um lugar melhor para os westfalianos viverem”, comenta o prefeito. Ele destacou que houve avanços em diversas áreas.

Lembrou da construção do complexo escolar no centro do Município, do centro administrativo, parque de eventos, pavimentações, posto de saúde, entre outros. “Todos os serviços ficaram mais perto da população”, acrescenta Landmeier. Porém, os desafios continuam para o futuro.

O prefeito ressalta que a área do município é restrita, fator que pode limitar as atividades. “Mesmo assim, Westfália está bem encaminhada. Precisamos buscar alternativas, principalmente para o setor primário, para que os agricultores tenham uma rentabilidade boa em uma área pequena. Hoje, conseguimos isto com a avicultura de corte”, pondera.

Eles trabalham com a avicultura, produzindo cerca de 4,5 mil aves por lote, e também bovinocultura de leite, com a produção de cerca de 350 litros ao dia. “A tecnologia é essencial para a diversificação e crescimento da propriedade, com ela facilitamos a mão de obra e reduzimos o esforço braçal”, comenta Maiquel.

Ele ressalta que percebe o crescimento do Município por um conjunto de aspectos, envolvendo desde serviços até o surgimento de novas empresas. “Vemos pelo incentivo às propriedades, na parte da saúde onde somos bem atendidos e pelo crescimento empresarial e industrial no município”, completa.



Elimar Kalkmann; Íria Ahlert Kalkmann; Maiquel Henrique Kalkmann; Selita Ahlert; e Helmuth Ahlert

## AGRICULTURA

Uma das principais atividades econômicas do Município é a agricultura. Tanto que a população rural é maior do que a urbana. O setor sempre contribuiu para o crescimento da cidade, principalmente com a suinocultura, produção de leite e avicultura. Um desses exemplos é a família Kalkmann, que mora em Linha Paisandu. Segundo Maiquel Henrique Kalkmann, 27 anos, além dele, também trabalha na propriedade seus pais (Elimar Kalkmann, 52 anos; e Íria Ahlert Kalkmann, 51 anos), além dos avós maternos (Helmuth Ahlert, 77 anos; e Selita Ahlert, 73 anos).

## FERIADO MUNICIPAL

As repartições públicas de Westfália não terão expediente nesta terça-feira (24/03), por motivo de feriado alusivo ao aniversário de 24 anos de emancipação política do Município. Na quarta-feira (25/03), as atividades serão normalizadas, porém com restrição à circulação de pessoas na Prefeitura Municipal, tendo em vista proteger munícipes e servidores contra o Coronavírus (Covid-19).

Por mais que as repartições públicas municipais estarão fechadas, o recolhimento de lixo não sofrerá alterações por ser executado por empresa terceirizada. Para casos de urgência e emergência, os munícipes devem contatar os telefones de plantão: (51) 9 9733-5305, para a Saúde, e (51) 9 9984-2343, para a Agricultura.

Tua cultura é rica em tradição  
Teu povo prima por saúde e educação  
Nosso legado é de paz e amizade  
Que traz confiança,  
igualdade e liberdade.

Parabéns Westfália  
pelos seus 24 anos!



## DATA VENIA

Elton Haefliger  
1961elton@gmail.com

### Testamento de Chico Anysio é anulado a pedido dos herdeiros

A justiça do Rio de Janeiro anulou o testamento particular feito pelo humorista Chico Anysio, falecido em março de 2012, aos 80 anos de idade. O pedido foi feito pelos herdeiros, que alegaram que o testamento deixado por seu pai contemplava a totalidade dos seus bens, avaliados em R\$ 150 milhões, quando deveria contemplar apenas a metade deles. Além disso, o humorista Lug de Paula, o "Seu Boneco", de 63 anos, da união com a atriz e comediantes Nancy Wandelely, não constava no testamento. Chico era pai também do ator, comediantes e dublador Nizo Neto, o "Seu Ptolomeu"; pai do diretor de imagem Rico Rondelli, ambos filhos com a atriz e vedete Rose Rondelli; Pai do DJ Cícero Chaves, da união com a ex-frenética Regina Chaves; Pai do ator Bruno Mazzeo, do casamento com a ex-modelo e atriz Alcione Mazzeo; Pai de Rodrigo e Vitória com a ex-ministra Zélia Cardoso de Mello, que residem em New York. E pai de André Lucas, filho adotivo.

### "Lula cachaceiro devolve o meu dinheiro"

A justiça da comarca de Navegantes (SC), marcou para o dia 29 de junho, às 13 horas, a audiência de conciliação que pode colocar frente a frente o ex-presidente Lula e o empresário Luciano Hang, dono das Lojas Havan. A ação, onde Lula pede R\$ 100 mil por danos morais, decorre da circulação de aviões, em Navegantes, Itajaí e Balneário Camboriú, em várias datas no verão passado, portando faixas críticas ao petista, entre as quais a que verberava "Lula cachaceiro devolve o meu dinheiro".

### Casal que voltou da Europa e zombou do coronavírus deverá ficar isolado

A justiça da comarca de Itapira (SP), ordenou que um casal que voltou de uma viagem à Europa se submeta a exames para saber se contraiu o novo coronavírus. Eles também deverão ficar em isolamento. A ação foi ajuizada pelo Ministério Público. O processo teve início após os dois divulgarem vídeos em que zombavam da possibilidade de estarem infectados. Num dos vídeos a mulher informa: "parece que mesmo com todo o álcool ingerido na viagem — gim, hidromel, tequila, vinho, cerveja - corona — não foi o suficiente para evitar o vírus". "Acabei de subir a Boa Vista e estou sentindo falta de ar. Não sei, parece que não está ventilando muito bem não".

# COLUNA da redação

FP DIGITAL  
solicite login e senha

digital@  
folhapopular.info



## 1 Dedetização

Na tarde desta segunda-feira (23/03), servidores da Secretaria de Obras de Teutônia iniciaram a dedetização específica contra o Coronavírus dos espaços públicos, como praças, áreas verdes, calçadas, entornos de agências bancárias, supermercados... O trabalho será possível graças à doação de 15 pulverizadores costais por parte da Cooperativa Languiru. Com os pulverizadores será aplicada água sanitária (em uma solução de uma parte de água sanitária para 9 partes de água, conforme orientação do Ministério da Saúde) para desinfetar superfícies de áreas públicas.



FOTOS: DIVULGAÇÃO



## 2 Emater à distância

A Emater/RS divulgou nota nesta segunda-feira (23/03) informando que, devido ao avanço do Coronavírus, suspende as visitas às propriedades e o atendimento no Escritório Municipal de Teutônia a partir desta data. Mesmo com o fim das visitas e atendimentos, a Emater esclarece que realiza teletrabalho nos horários de expediente e presta toda a assistência possível por meio dos recursos tecnológicos disponíveis, como celular, WhatsApp, Facebook e outras mídias. O contato pode ser feito com Ana Cândida no fone 9 8135-9535; Carlos Fries no fone 9 9219-5671; e Michael Serpa no fone 9 9645-5671 ou 9 9346-3914.

## 3 Câmara fechada

A Câmara de Vereadores de Teutônia vai ficar fechada por tempo indeterminado devido à medida de prevenção e contenção do Coronavírus. A medida foi anunciada pelo presidente da Câmara, Cleudori Paniz (PSD), nesta segunda-feira (23/03). Está suspenso o horário de funcionamento da sede do Poder Legislativo teutoniense. Os servidores também não devem comparecer à sede, contudo, estar à disposição em teletrabalho no horário em que o presidente do Legislativo ou diretor da Câmara solicitar.

## 4 Adiamento de eventos Apeme

A Associação das Pequenas e Médias Empresas (Apeme) de Garibaldi, informa o adiamento de alguns eventos, em função da pandemia de Coronavírus. A palestra show "O Catador de Sonhos", com Geraldo Rufino, marcada para ocorrer no dia 16 de abril, será transferida para o dia 28 de outubro. Os ingressos que já foram comercializados passam a valer para a nova data. Caso alguém prefira o ressarcimento do valor, será devolvido.

O evento de integração "Sou Apeme", marcado para o dia 1º de maio, será adiado sem nova data prevista até o momento. As pessoas que já compraram seus ingressos terão o valor devolvido mediante contato com a equipe. Todos os nossos cursos e capacitações estão suspensos por tempo indeterminado.

## 5 Saúde adota medidas para a retirada de medicamentos

A Secretaria de Saúde e Assistência Social de Imigrante está adotando novas medidas para os pacientes de medicação de uso contínuo, conforme Portaria SES 208/2020, com o objetivo de evitar aglomerações nas Unidades de Saúde, onde estão sendo atendidas somente emergências durante este período de alta transmissão de Covid-19.

Preferencialmente um membro da família, mais jovem, deve retirar os medicamentos para todos os demais. Para isso, deve trazer as receitas médicas anteriores, que serão validadas da seguinte forma:

- medicamentos com indicação de uso contínuo: 12 meses a contar da prescrição;
- medicamentos de controle especial com indicação de uso contínuo: 06 meses a contar da prescrição.

Dúvidas devem ser esclarecidas pelo fone (51) 3754 1031.

**QUEM ANUNCIA SE DESTACA**

ANUNCIE NA FOLHA POPULAR

CORONAVÍRUS ▶ DICAS PARA O COTIDIANO

# Como lidar melhor com todas as mudanças de rotina



**BRUNETTO & CHRIST**  
ADVOGADOS ASSOCIADOS  
OAB/RS 9.423

☎ 51 9 9609-8026

CAMILA BRUNETTO  
OAB/RS 87.375

VINÍCIUS CHRIST  
OAB/RS 116.077

✉ contato@brunettoechrist.com.br

@brunettoechrist /brunettoechrist

📍 Rua Evaldo Hilgemann | nº 157, Comercial Madri, sala 230 | Bairro Languiru | Teutonia/RS

TIRACHARD KUMTANOM / PEXELS



LUCIANA BRUNE

Com mudanças que vão desde a tão cultivada roda de churrasco até a forma de trabalhar, as transformações repentinas foram intensas e impactaram praticamente todos. Lidar com as mudanças e ajustar a rotina, seja ela de trabalho em meio a toda turbulência de notícias e incertezas, no home office ou mesmo com todo tempo livre e afastamento das funções profissionais, nem sempre é fácil.

A psicóloga e terapeuta de casais, famílias e indivíduos, Samanta Wessel (CRP 07/22836), dá algumas dicas e faz uma reflexão sobre como podemos melhorar nossos dias neste momento tão diferente, lidando com as mudanças que são necessárias.

Inicialmente, ela destaca que mudanças ocorrem ao longo da nossa vida e não necessárias, pois nossa vida é cheia de ciclos, como chegada de filhos, passagem da infância à adolescência, entrada no mercado de trabalho, entre outras. “Isso já faz parte da nossa percepção de mundo. No entanto, precisamos saber que fatores externos também influenciam como nos sentimos, agimos e a maneira como pensamos. Hoje estamos todos conectados em grande rede, temos nossas relações familiares, comunitárias e sociais, e aí, acontecimentos como a atual pandemia nos atingem e mudam o sentido, o ritmo e a forma como vivemos. Isso é impactante, mas é preciso lembrar que todo momento de mudança é composto por escolhas e perdas”, ressalta a profissional.

Neste caso, são perdas necessárias, como de hábitos, costumes e da própria que certeza que parecíamos ter. E isso

tem relação com a forma como lidamos com o tempo e por isso ela propõe uma reflexão sobre o uso do tempo.

Samanta reforça que a frase que mais ouviu nos últimos dias é: “eu não vejo a hora disso tudo passar”. Ela explica que este sentimento é natural, essa sensação de ansiedade é uma reação do corpo diante do desconhecido, daquilo que pode representar uma ameaça; “Não é um problema a ser combatido, mas sim um sentimento a ser compreendido e acolhido”, destaca.

Vivemos em uma época em que a velocidade está em todas as partes, na chegada da nova informação, na resposta da mensagem, na comida que já chega pronta. “Agora precisamos considerar e respeitar o tempo, nosso tempo de adaptação, para que possamos fazer as coisas de outra maneira no cotidiano. Será o tempo necessário para que as soluções atuais para os problemas tenham efeito”, avalia.

“Se este tempo é algo que não pode ser modificado, falamos da aceitação daquilo que não podemos mudar e isso é fundamental para manter a nossa saúde emocional”, enfatiza a psicóloga.

## O QUE FAZER SE NÃO PODEMOS MUDAR O TEMPO?

Samanta sugere viver um dia de cada vez, focando atenção no que está ao nosso alcance hoje. “Pensar no que eu posso fazer, ao invés de pensar no que me falta. Isso traz serenidade e maior clareza no processo de mudança”, aponta.

A dica é responder todos os dias a pergunta: “o que posso fazer hoje?”. E aí focar no que realmente pode ser feito. Isso é, segundo a terapeuta, um exercício potente para enfrentar a ansiedade.

## CRIAR NOVAS POSSIBILIDADES

Esta é outra dica deixada por Samanta. Para modificar o dia a dia, cada pessoa precisa refletir um pouco. A psicóloga compartilha alguns pilares, sobre atitudes pessoais, que talvez possam ajudar cada pessoa a identificar-se com alguma delas ou vislumbrar um caminho para encontrar as suas possibilidades.

- Se valoriza o conhecimento, dedique-se a aprender algo que tem curiosidade em saber como funciona;
- Se é extremamente empático, capaz de sentir a dor do outro como se fosse sua, exercite esta solidariedade, dê um pouco mais do seu tempo para ouvir as pessoas que você quer bem. Talvez não tenha todas respostas, e está tudo bem, oferecer aquilo que podemos oferecer é humildade;
- se é corajoso, que tal falar para aquela pessoa o quanto a considera ou tentar retomar algum contato perdido ao longo do tempo;
- se o teu espírito de liderança é apurado, compartilhe com amigos as ideias, projetos e histórias de sucesso que podem levar à superação e trazer mais e mais esperança;
- viva a espiritualidade, a fé, aquilo que te fortalece e aquece o coração;
- tente encontrar a beleza oculta nos pequenos detalhes do lar e das tuas relações;
- exercite a gratidão pelo que existe na tua vida;
- a cada nova manhã, pergunte-se o que pode ser valorizado, o que posso fazer hoje, para colocar em prática.

## O BEM MAIS PRECIOSO

Samanta finaliza falando das pessoas, o bem mais precioso. “Independente das condições sociais ou saúde física, a qualidade das nossas relações é fator fundamental para nossa saúde emocional. Então, para cuidar uns dos outros, e fortalecer ainda mais nossos laços, pratique a empatia, o diálogo e a ajuda mútua, tornando-os parte mais e mais presente em nosso dia a dia”, enfatiza.

A palavra de ordem é “fique em casa”. Então, a profissional acredita que o grande objetivo precisa ser o comprometimento de cada um com o autocuidado, que nos ajudará a cuidar das pessoas em nosso redor. “Que possamos ser rede de apoio e acolhimento uns aos outros. Em momentos de transformação, saber que não estamos sozinhos dá alívio. E é preciso lembrar que isso também vai passar”, finaliza.



ARQUIVO PESSOAL

SAMANTA WESSEL

MUNDO ▶ NOVO CORONAVÍRUS

# Guia básico dos cuidados com o Coronavírus (Covid-19)



Destinado aos produtores rurais

## O QUE É

Coronavírus é o nome de uma grande família de vírus que tem uma estrutura em formato de coroa, conhecida desde 1960. A doença causada pelo novo Coronavírus recebeu o nome de Covid-19. Ela foi descoberta no final de dezembro de 2019, na China.

## GRUPOS DE RISCO

Segundo a Sociedade Brasileira de Infectologia, os grupos de maior risco são crianças menores de 2 anos, gestantes, adultos com 60 anos ou mais. Pessoas com doenças crônicas (diabetes, doenças do coração ou respiratórias).

## SINTOMAS

### Os mais comuns

Tosse (seca ou com secreção)

Febre (acima de 37°)

### Os mais graves

Dificuldade respiratória aguda

Insuficiência renal

### Outros possíveis sintomas

Dores no corpo

Inflamação na garganta

Congestionamento nasal

Diarreia

## TRANSMISSÃO

### PELO AR

Gotículas de saliva com o vírus saem no espirro, na tosse, no catarro e na fala. As gotículas com o vírus entram em contato com mucosas como boca, olhos e nariz, e ocorre a infecção.



### POR CONTATO



#### Beijo

Troca direta de saliva com o vírus.



#### Aperto de mão

Vírus na pele entra em contato com olho, nariz e boca.



#### Abraço

Gotículas da fala entram em contato com mucosas

### SUPERFÍCIES NÃO HIGIENIZADAS

Vírus depositado por gotículas passa para a mão; toque nos olhos, nariz e boca causam infecção.



Celulares



Maçanetas



Corrimãos



Botões



Teclas



Ferramentas

## COMO SE PREVENIR?



### Lave as mãos

Lavar as mãos várias vezes ao longo do dia, com água e sabão. Você pode usar álcool 70% em gel caso não tenha água e sabão.



### Cuidado ao tossir ou espirrar

Ao tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com o cotovelo, principalmente no momento da colheita ou outra atividade relativa ao processamento ou manuseio da produção.



### Evite contato com doentes

Evite contato com pessoas que estejam com sintomas de gripe (febre e tosse). Produtores e trabalhadores rurais com estes sintomas devem ser afastados das atividades.

## COMO LAVAR AS MÃOS



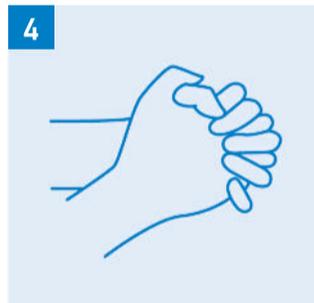
1 Umedeça as mãos com um pouco de água



2 Coloque um pouco de sabão e esfregue



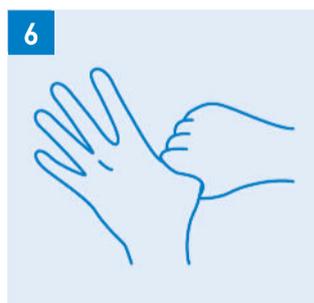
3 Lave o dorso de cada mão



4 Entre os dedos



5 As unhas



6 Os polegares



7 Enxágue bem as mãos, com água em abundância



8 Seque as mãos com papel toalha

## RECOMENDAÇÕES GERAIS PARA PRODUTORES

- **Cuidado com a comercialização:** não envolver pessoas que estão no grupo de risco, devendo ser realizada pelo menor número de pessoas possível. Manter a distância mínima de 1 metro de outra pessoa e não cumprimentar com aperto de mãos, abraço ou beijo. Após o contato com o dinheiro, embalagens ou qualquer outro tipo de objeto, lavar as mãos corretamente com água e sabão ou utilizar álcool 70% em gel (adotando-se os mesmos procedimentos). **Importante:** não toque na boca, olhos, narinas ou rosto antes da lavagem das mãos.
- **Cuidados no retorno a residência:** não cumprimentar as pessoas, ir direto para o banho, começando pela higienização correta das mãos. Assoar as narinas limpando as secreções e poeiras acumuladas. Trocar as roupas após o banho e proceder a lavagem das mesmas. Fazer a higienização do veículo e embalagens utilizando água e sabão ou solução com 40ml de água sanitária de boa qualidade (2,0 a 2,5% de Cloro) diluída em 1 litro de água filtrada.
- **Consumidores e clientes:** lavar os produtos com água e detergente ou solução com 40ml de água sanitária de boa qualidade (2,0 a 2,5% de Cloro) diluída em 1 litro de água filtrada.
- As pessoas com sintomas de gripe devem ser afastadas das atividades e acompanhar a evolução dos sintomas.
- Não realizar reuniões comunitárias, manter comunicação por meio das mídias sociais.
- Durante a embalagem da produção, utilizar máscaras do tipo N95 e luvas descartáveis.
- Após o uso, as ferramentas, equipamentos de proteção individual e demais equipamentos utilizados devem ser higienizados corretamente. Principalmente máscaras, óculos e luvas.
- **Distanciamento social:** evite aglomerações, mantenha distância mínima de 1 metro de outra pessoa e não cumprimente por toque.
- **Quarentena:** pessoa que esteve em contato com alguém que tem o vírus e está aguardando para ver se tem os sintomas.
- **Isolamento domiciliar:** pessoa que testou positivo para o vírus, devendo ficar sozinha em um cômodo da casa, de preferência quarto ou banheiro.

CORONAVÍRUS ► REFLEXOS NA ECONOMIA

# Empresários esperam solução rápida do Coronavírus para minimizar impactos

Vacina ou medicamento são citados como solução à pandemia, o que permitiria a recuperação da economia para não enfraquecer outros setores, como saúde, educação e segurança pública

CLEYDER DUQUE / PEXELS



Móveis e esquadrias é um dos setores industriais de Teutônia

DA REDAÇÃO

Algumas setores pararam, não há geração de renda, menos recursos financeiros girarão pela economia brasileira, gaúcha e regional. Consequentemente, haverá menos salários, menos consumo, reduzem-se faturamentos, caem os impostos, há deficiência em serviços públicos. Este é um círculo que também gera expectativa nas comunidades afetadas com os isolamentos sociais para conter a expansão do Coronavírus. Apenas setores produtivos considerados essenciais estão em operação plena. Outros restringiram parcial ou paralisaram totalmente.

A reportagem da Folha Popular conversou com empresários de diferentes ramos acerca do assunto, para saber as providências adotadas na empresa a partir do Coronavírus e quais impactos que poderão ser sentidos na economia após esta parada. A manutenção de empresas de áreas essenciais e uma rápida solução no combate direto ao Coronavírus foram citadas como muito importantes para reduzir o tempo de parada de todos.

Valdair Kliks, da Lely Center Milkparts, acredita que “caso não tivermos uma solução de curto prazo no combate ao vírus (com medicação ou vacina), os impactos vão ser de grandes proporções”. Diego Gärtner, da Usina Móveis, concorda que haverá impactos e que ainda é cedo para projetar o tamanho desse impacto.

Carlos Fell, da Fell Esquadrias, enxerga um impacto muito forte na economia. “Haverá muitos desempregados e pouco dinheiro circulando”, antecipa. Janara Cerutti vê o momento como bem desafiador, “porque a cada dia aparece um novo desafio. O maior desafio será a crise financeira. Muitas empresas não terão caixa para permanecer 15 a 30 dias parados. E o medo impede que as pessoas enxerguem soluções”.

www.gpsnet.com.br



GPSNetProvedor



GPSNet



INTERNET



TV em HD



FONE FIXO



Wi-Fi

internet **fibra óptica**  
transforme sua casa  
em uma **central de entretenimento**

R. Erno Dahmer, 610 - Languiru | R. Carlos Arnt, 1367 - Canabarro

Assine pelo 3762 7474, no site, nas redes sociais da GPSNet ou pelo 0800 645 4200





**Indústrias de alimentos ou setores relacionados não podem parar**

## MÓVEIS

Diego Ezequiel Gärtner, da Usina Móveis, informa que suspendeu o setor da produção e de instalação, “além do administrativo trabalhar à distância, preservando a saúde de todos os envolvidos”. Gärtner acredita ser cedo para projetar os impactos na economia. “Mas, é momento de reorganização de ideias, de estratégias e se preparar para que tudo seja contornado o mais rápido possível. Hoje é muita apreensão e expectativa, torcendo para que consiga transpor esses obstáculos logo ali na frente”, avalia.

## ESQUADRIAS

Carlos Fell, da Fell Esquadrias, também informa que segue as orientações no sentido de manter ao máximo a normalidade na produção, “no entanto medidas como instalações e visitas a clientes estão suspensas”. A empresa faz reuniões diárias com os colaboradores no sentido de orientar e esclarecer dúvidas, disponibilizando EPIs e orientando a importância dos cuidados com a higiene pessoal e coletiva, “cuidados com os deslocamentos e no retorno pra casa com os familiares e principalmente com os idosos que fazem parte da zona de risco”.

Fell prevê um impacto na economia muito forte, costume dizer que será passado uma régua, a indústria que não estiver bem estruturada e com fôlego no caixa dificilmente ira sobreviver a essa crise. Haverá muitos desempregados e pouco dinheiro circulando na economia. É momento de priorizar e conter gastos mas principalmente fazer o impossível para manter os salários em dia para amenizar os impactos no comércio e na economia. O governo vem trabalhando forte em medidas de apoio as indústrias e comércio, mas até o momento não se sabe bem como tudo vai funcionar, o importante no momento é manter a serenidade sem esteria, cuidado com tudo e com todos, é um momento difícil mas também vai passar!

## ASSESSORIA CONTÁBIL

Um dos entrevistados, que atua na área de assessoria e contabilidade e preferiu não se identificar, informou que aproveita o momento para “treinar minha equipe para que ela esteja apta a atender as necessidades dos clientes que terão muita demanda sobre os mais determinados assuntos (Relação Trabalhista, Gestão, Tributos, ...)”.

Na visão deste empresário, “o impacto na economia será enorme, pois muita gente irá ficar sem emprego devido a necessidade das empresas ajustarem seus quadros de funcionários em função da demanda, refletindo diretamente em vários segmentos”.

## TECNOLOGIA PARA O PRODUTOR

Valdair Kliks, da Lely Center Milkparts, que trabalha com produtos de tecnologia para a produção leiteira como a ordenha robotizada, também adotou as providências conforme a determinação dos órgãos de saúde. “Como estamos ligados ao setor primário, vamos manter os serviços essenciais de suporte técnico e fornecimento de insumos. Nos casos de assistência técnica e revisão de equipamentos a recomendação é manter-se distantes do produtor”, explica. Com robôs instalados na região, os equipamentos precisam de manutenção preventiva e atendimento disponível ao produtor para que a produção de leite não pare.

Kliks acredita que “caso não tivermos uma solução de curto prazo no combate ao vírus (com medicação ou vacina), os impactos vão ser de grandes proporções. Empresas dos segmentos “não essenciais” vão sofrer muito por falta de fluxo de caixa”. Se as pessoas tiverem que ficar muito tempo em casa, as empresas de segmentos “não essenciais” terão problemas. Ou a economia recupera no curto prazo ou a gente vai ter uma proporção muito grande”, aponta.

Ele sabe que é um período de grandes desafios para todos os empresários, com muitas dúvidas e incertezas com relação ao cenário futuro. “Os demais setores - saúde, educação, segurança - estão diretamente ligados à economia. Se houver retração da economia, vamos ter sérios problemas nesses outros segmentos. Algumas medidas de contenção do vírus devem ser tomadas, mas o cenário econômico também precisa continuar ativo”, complementa.

## EMPRESA TEUTONIENSE FABRICA ÁLCOOL GEL

A indústria teutoniense Reinigend Química produz álcool gel. Conforme o diretor Renato Lauri Scheffler, “estamos tentando atender a todos os pedidos. Certa demora devido à nossa capacidade de produção. Estamos com dificuldade em conseguir as matérias-primas, pois alguns fornecedores quintuplicaram e pagamento à vista”. Scheffler explica que “estamos atendendo todos os públicos. Até o presente momento não restringimos a quantidade. Enquanto conseguirmos o material, vamos atendendo. O que não conseguimos mais são embalagens pequenas. Estamos entregando somente em 5 litros”, aponta. Contatos para encomendas pelo (51) 9 9511-5973.

A indústria Girando Sol informa seu compromisso em garantir a produção dos itens de limpeza e higienização ao varejo e aos consumidores, tão importantes e essenciais na contenção do Coronavírus. “O trabalho é feito com muita responsabilidade, resguardando e dando total proteção à saúde dos colaboradores”, salienta o informe da empresa, que traz detalhes de sua produção.

## BIOSSEGURIDADE

Janara Cerutti, diretora da American Nutrients, revela que desde o dia 16 de março já estão se preparando para medidas. “Preparamos a empresa para trabalho Home Office de toda parte administrativa, começamos a distribuir material de higiene para os colaboradores (álcool, desinfetante, máscara e luvas). Preparamos todos para a necessidade de pensar juntos, construir soluções juntos, pois iríamos passar por dias desafiadores”, aponta.

Ela salienta que a parte da produção de biosseguridade não pode parar porque faz parte da cadeia produtiva do agro. “Precisamos continuar, não tem como fazer Home Office e estamos trabalhando com escala de revezamento”. Outras estratégias também foram adotadas: verificar cenários com bancos, antecipar compra de matérias-primas com fornecedores, enviar pedidos com antecedência aos clientes, encontrar soluções para a logística. “Está sendo bem desafiador, porque a cada dia aparece um novo desafio”.

Janara Cerutti acredita que as consequências ainda estão por vir. “Ainda não estamos sentindo, apesar das dificuldades logísticas e de pessoas, mas o maior desafio será a crise financeira. Muitas empresas não terão caixa para permanecer 15 a 30 dias parados, mesmo que haja férias, esse pagamento de férias ou desligamento também tem que sair do caixa. Então, vai ter muita gente desempregada, as pessoas estão psicologicamente abaladas, com um medo e uma histeria absurdo. E o medo impede que as pessoas enxerguem soluções, ficam apenas com o pânico em suas mentes. A histeria e o pânico é o que mais está atrapalhando neste momento”.

## O QUE NÓS PODEMOS FAZER DIANTE DE TUDO ISSO?

Janara Cerutti lançou esse questionamento em tom de reflexão. “A classe empresarial precisa se unir para juntos criar estratégias financeiras, de pessoas, para passar isso com o menor prejuízo possível, mesmo que todos nós tenhamos prejuízos sanitários, de pessoas ou financeiros. Teremos muitos prejuízos. Nós temos que nos unir, focar em resolver os problemas que aparecem e estar com coragem. Assim como os profissionais da saúde na linha de frente, nós empresários temos que ter coragem de estar na linha de frente das nossas empresas. É o mais importante para passar coragem para nossa equipe também”, salienta.

REGIÃO ▶ CONTRA A COVID-19

# Como os hospitais estão se preparando?

JÚLIA CAROLINE GEIB

**D**iante da possibilidade do aumento considerável no número de casos de Coronavírus na região, hospitais tomaram providências antecipadas para atender o maior número de pessoas com qualidade, caso se faça necessário. Dentre as medidas, está a restrição de visitas e a implantação de espaços especiais para receber e tratar pacientes com suspeita de Covid-19.

## NO HOSPITAL BRUNO BORN (HBB)

Com três casos confirmados de Coronavírus em Lajeado, o Hospital Bruno Born (HBB) - que trata de um paciente, outros dois estão em casa - orienta que pessoas com sintomas de gripe não se dirijam até o local. "Uma pessoa contaminada pelo vírus que for ao hospital sem necessidade pode infectar outras pessoas e funcionários da instituição, que trabalham para tratar os doentes. É importante lembrar que quem está internado está com baixa imunidade", observa o diretor-executivo do Hospital Bruno Born, de Lajeado, Cristiano Dickel.

Desde segunda-feira, o hospital não permite mais a entrada de visitantes na instituição. Quando o paciente necessitar de acompanhante, ele deverá ter entre 18 e 59 anos e poderá haver troca uma vez por turno até as 20h pela Central de Visitas. Visitas técnicas e de fornecedores também estão proibidas.

O HBB montou uma unidade específica para tratamento de casos suspeitos e confirmados de Covid-19 na instituição. Todo o espaço que era utilizado pelo Pronto-Atendimento foi destinado para as salas de Observação e UTI Covid. A sala de Observação Intermediária conta com dois leitos, e a sala de Observação, com cinco. A UTI Covid tem hoje seis leitos, podendo expandir para mais dois. A área de Internação, em outra ala nas proximidades, conta com sete leitos exclusivos, com possibilidade de expandir oito.

O hospital tem sete respiradores específicos para a unidade Covid, 20 na UTI Adulto, dois no setor de Emergência e cinco na UTI Neonatal/Pediátrica. A Samu de Lajeado também deverá emprestar mais um respirador para a instituição nos próximos dias.



FOTOS: DIVULGAÇÃO

**O HBB montou uma unidade específica para tratamento de casos suspeitos e confirmados de Covid-19 na instituição**

## HOSPITAL OURO BRANCO (HOB)

O Hospital Ouro Branco (HOB), de Teutônia, adotou medidas de controle à disseminação do vírus. A casa de saúde restringiu os horários e acessos à instituição para evitar contaminações. As visitas em todas as unidades do HOB estão limitadas a uma pessoa por paciente, no horário das 12h45 às 13h45, sendo proibida no caso de menores de 16 anos. Visitas técnicas e de fornecedores também estão limitadas.

O Hospital também terá uma nova sala de cuidados semi-intensivos para possíveis pacientes de Covid-19. A sala deve estar pronta para uso nesta semana. Segundo o médico Humberto Costa, esta será uma sala de cuidados semi-intensivos, organizada para oferecer segurança a toda população. É uma estrutura preventiva, que será usada para ter sala adicional e garantir o isolamento de pacientes suspeitos que precisarem de atendimento

no Hospital. Lembrando que um paciente suspeito segue em observação e isolamento no Hospital. Até este fechamento, não havia novos casos suspeitos em Teutônia.

De acordo com Nota Técnica 01/2020 da Secretaria da Saúde, todas as consultas eletivas dos Ambulatórios de Especialidades dos Ambulatórios de Especialidades SUS estão suspensas desde o dia 20 de março, inclusive no ambulatório do Hospital Ouro Branco.



**Obras foram realizadas durante o final de semana no Hospital Ouro Branco**

## HOSPITAL DE ESTRELA

O Hospital de Estrela (HE), município que está com um caso de Coronavírus confirmado - sendo tratado em casa, terá uma ala de internação específica para pacientes com suspeita de Covid-19. Inicialmente, são quatro leitos, que podem ser ampliados para 15 leitos.

Desde o início da manhã desta segunda-feira (23/03), o município conta com um Centro de Atendimento a Pessoas com Sintomas Gripais, com triagem e consultórios exclusivos. O Centro funciona na Unidade Básica de Saúde (UBS) do Bairro Boa União, exclusivamente para os pacientes que tenham sintomas como febre, dores no corpo e coriza, que também estão associados ao Coronavírus.

Conforme o gerente Administrativo Regional da Rede de Saúde Divina Providência, Johnnie Carlos Locatelli, no Hospital, houve algumas suspensões. Não acontecem mais as atividades em grupo do serviço de saúde mental, os registros fotográficos nos partos, teste da orelhinha, nem o agendamento de novas cirurgias eletivas. Também estarão suspensas, a partir de amanhã (25/03), cirurgias eletivas em pacientes maiores de 60 anos e/ou com fatores de risco. Casos graves ou excepcionais deverão ser definidos pelo médico assistente e validados pela Direção Técnica.

Conforme ele, houve restrição na entrada de acompanhantes, visitantes e fornecedores, na realização de exames de raio-x eletivos, no atendimento no Ambulatório de Gestação de Alto Risco e Ambulatório de Cirurgia Geral, confor-

me critérios, e no atendimento pelos traumatologistas na sala de gesso. Por fim, foram tomadas medidas para o afastamento entre funcionários. Ademais, mais medidas estão sendo programadas, conforme os casos de COVID-19 avançam.

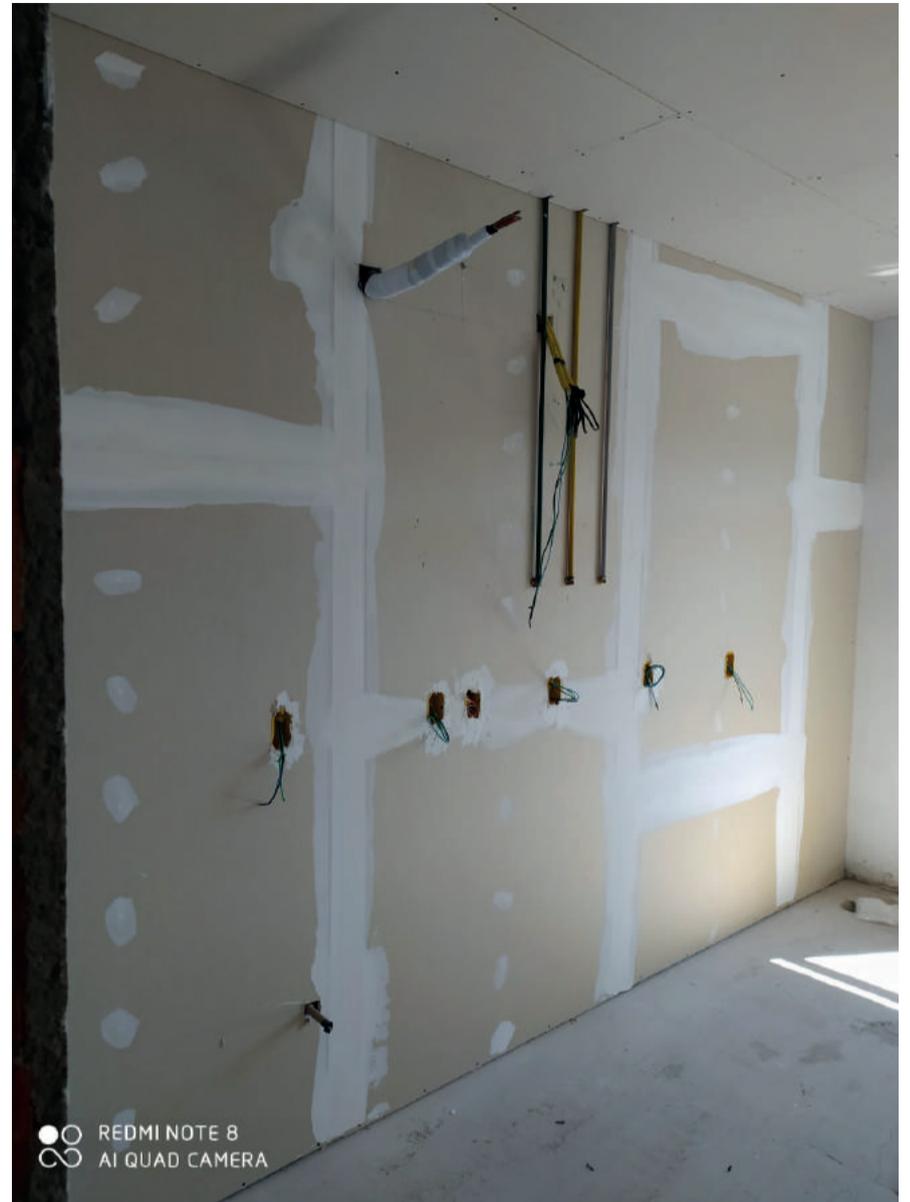
## HOSPITAL BENEFICENTE SÃO PEDRO

O Hospital Beneficente São Pedro, de Garibaldi, realizou algumas restrições no que se refere à circulação de pessoas. Conforme a enfermeira do controle de infecção e qualidade, Lisandra Lazzari, será um acompanhante para pacientes que não possam ficar sozinhos, ou uma pessoa por dia para realizar visita em dias alternado, das 12h às 13h.

Na área em obras para a futura maternidade, está sendo realizada uma campanha na cidade e microrregião para arrecadar fundos para acelerar a obra e a compra de equipamentos. O espaço será destinado a pacientes em estado grave.

Foram canceladas as cirurgias eletivas e mantidas apenas as de urgência e emergência. Ainda, foram cancelados os procedimentos ambulatoriais e exames de diagnósticos por imagem eletivos.

Alguns leitos foram destinados para isolamento na internação. Também são destinados local apropriado para casos de salas de observação e consultório de pronto atendimento, com mudanças no fluxo de triagem.



O Hospital São Pedro de Garibaldi pretende aproveitar espaço da futura maternidade para emergencialmente atender pacientes

## CORONAVÍRUS ▶ TRABALHO NÃO PODE PARAR

### Atendimento dos profissionais da Saúde é fundamental

#### Profissionais que não podem parar pedem para os demais ficarem em casa

LUCIANA BRUNE

Os profissionais que estão na linha de frente do atendimento e no enfrentamento ao Coronavírus em diferentes esferas, como na área da saúde, bombeiros, polícia, indústria da alimentação e setores parceiros, entre outros, estão pedindo ao restante da comunidade, para que todos sigam as orientações repassadas sobre o isolamento social.

Uma das formas utilizadas para sensibilizar a comunidade é a produção de fotos dos profissionais, como placas e a mensagem. “Nós estamos aqui por vocês! Fiquem em casa por nós.” Estas fotos têm circulado em diferentes redes sociais e de forma constante nos aplicativos de comunicação. A ideia já vem de outros países, com as primeiras fotos compartilhadas com escritas em outros idiomas. Aos poucos, profissionais da região também produziram as suas, reunindo equipes e diversas áreas que permanecem atuando, as áreas

consideradas essenciais, que não podem parar.

Cristina Fiegenbaum, técnica em enfermagem que atua no Hospital Ouro Branco de Teutônia, é uma das trabalhadoras da área da Saúde que compartilhou em suas redes sociais este pedido: “Frente a essa situação que o mundo vivencia hoje, nós, os profissionais da saúde, pedimos encarecidamente para que as pessoas respeitem esses dias para ficar em casa, evitem aglomerações, evitem contato com outras pessoas. Essa é a melhor forma da comunidade ajudar a nós, que saímos de nossas casas, estamos frente ao risco, para ajudar ao próximo”.

Ao escolher a área da Saúde como profissão, Cristina compartilha que já imaginava, que em algum momento, no exercício da profissão, passaria por alguma pandemia, mas não imaginava que este momento estava tão próximo. A profissional também se mostrou preocupada com o gran-



Equipes também tiraram a foto no Hospital Ouro Branco

de número de pontos de aglomeração de pessoas verificados ainda no final de semana em Teutônia. “Pela segurança das pessoas que atuam na saúde, é importante que as pessoas

se conscientizem, para nos manter mais tranquilos, diminuindo a propagação da doença e, conseqüentemente, evitando os casos mais graves”, reforça.

## ESTADO ▶ NÚMEROS CONFIRMADOS

## São cinco casos de Coronavírus no Vale

JÚLIA CAROLINE GEIB

A Secretaria Estadual de Saúde (SES) confirmou, no final da tarde desta segunda-feira (23/03), que chegou a 96 o número de casos de Covid-19 no Rio Grande do Sul. O Vale do Taquari chegou a cinco casos confirmados de Coronavírus: três em Lajeado, um em Estrela e a novidade foi um de Cruzeiro do Sul. Por enquanto, apenas um paciente está internado em estado grave.

Em Lajeado, o primeiro caso foi confirmado na noite de sábado (21/03). Um homem de 57 anos segue internado em estado grave no Hospital Bruno Born (HBB), após realizar um cruzeiro pelo litoral brasileiro. O segundo e o terceiro caso foram confirmados no domingo (22/03), sendo um homem de 22 anos e outro de 57 anos.

Em Estrela, apenas um caso confirmado. Se trata de uma mulher de 20 anos que já apresenta melhoras no quadro. Ela voltou de viagem à Europa e logo foi para isolamento, bem como seus familiares permanecem isolados. No Município, não há outros casos confirmados nem de internação.

Em Cruzeiro do Sul, a confirmação veio por meio da Secretaria Estadual de Saúde, em seu boletim epidemiológico.

Em Teutônia, somente um caso suspeito resultou em internação neste fim de semana. O Comitê de Enfrentamento ao Coronavírus da cidade aguardava o resultado do Lacen.

## NA SERRA

Há cinco casos confirmados em Bento Gonçalves. Três estão em isolamento domiciliar e dois, internados no Hospital Tacchini. O primeiro caso no município foi dia 18. Trata-se de um homem de 63 anos, de Serafina Corrêa, que esteve no Paraguai. Ele está internado em estado grave na UTI do Tacchini. Neste final de semana foram comprovados outros quatro casos. Uma mulher de 69 anos, outra de 70 e outra ainda sem idade confirmada. Além disso, o superintendente do Tacchini, Hilton Mancio, de 55 anos, também contraiu a doença.

Carlos Barbosa também confirmou seu primeiro caso na tarde deste sábado (21/03). Trata-se de uma mulher de 39 anos. Em Caxias do Sul, há sete casos confirmados, sendo que dois já estão curados, conforme divulgado pela Prefeitura. Em Farroupilha, um caso foi confirmado na quarta-feira (18/03). Trata-se de um homem de 37 anos que viajou para a Inglaterra.

Em Garibaldi, três casos suspeitos foram apresentados, com dois descartados e um aguardando resultado de exame. Outras 11 pessoas eram monitoradas pelo comitê local e mais sete pessoas que estavam em retorno de viagem já receberam orientações de isolamento tão logo chegassem.



PEEXELS

Número de casos cresce no Estado e isolamento continua sendo a estratégia recomendada pelas equipes de saúde

## ESTADO E PAÍS

A Secretaria Estadual de Saúde confirmou 96 casos positivos para o Coronavírus no Rio Grande do Sul no final da tarde desta segunda-feira (23/03). Conforme o último boletim no Ministério da Saúde, no final da tarde desta segunda-feira (23/03), o Brasil está

com 1.891 casos confirmados de Coronavírus. Com o registro de casos no estado de Roraima, agora, todos os estados do país possuem casos confirmados da doença. Até domingo, eram 34 mortes confirmadas, sendo 30 no estado de São Paulo e quatro no Rio de Janeiro.

## CORONAVÍRUS ▶ PARA QUEM VEM DO EXTERIOR

## Isolamento é a recomendação

DA REDAÇÃO

A orientação dos órgãos de saúde para as pessoas que estão retornando de viagem de qualquer lugar, tanto no Brasil quanto no exterior, e que tiveram contato com caso suspeito é para que fiquem casa. No caso de apresentarem sintomas, a indicação é o isolamento total. Além disso, é preciso avisar a unidade de saúde ou vigilância epidemiológica por telefone.

Estas pessoas com sintomas não devem se deslocar aos postos de saúde, unidades de Pronto Atendimento ou hospitais. A orientação das autoridades é para que fiquem em casa, se utilizem de remédios para dor e febre, até melhorar. Se a situação ficar mais grave, com falta de ar, o paciente deve acionar uma unidade de saúde para receber orientações sobre os procedimentos. O teste será feito nos casos permitidos pelo Ministério da Saúde.



PEEXELS

Voltou de viagem, permaneça isolado

CORONAVÍRUS ▶ É DE ARREPIAR!! DIRETO DA EUROPA: FIQUEM EM CASA

# Brasileira que mora na Itália alerta e pede que brasileiros levem o Coronavírus a sério

LUCIANA BRUNE

**C**atía Dal Molin, brasileira que mora em Castelfranco Veneto, no Norte da Itália, há 13 anos, fez um apelo aos brasileiros, através de mensagem de áudio à Rádio Popular FM, enviado no sábado (21/03), descrevendo a situação na Itália, alertando para a gravidade do Coronavírus (Covid-19) e falando sobre a oportunidade de controlar a pandemia.

Veneto é a segunda região mais atingida pelo novo Coronavírus no País e foi também a primeira região a isolar a cidade de Vò, na província de Pádua, para tentar conter a situação. Segundo relata Catia foram realizados exames nas pessoas, mesmo os assintomáticos, para detectar o vírus. E foi aí que perceberam que a maneira mais eficaz de conter o vírus é o isolamento.

Atualmente, a população é diariamente informada sobre a situação, através da imprensa, com boletim diário do governo às 12h30, informando número de mortos, contaminados e curados. “Já perdemos as contas, pois são mais de 41 mil casos positivos e já ultrapassamos a China em número de mortes. Mas, a população está muito bem informada sobre tudo isso e levando a sério as medidas de contenção”, explica.

Na sexta-feira (20/03) foi emitido mais um decreto pelo governo local, proibindo deslocamentos a mais de

200 metros das residências. Parques foram fechados e as pessoas estão proibidas de dar passeios, andar de bicicleta, sair às ruas. “A polícia está controlando com multas e processo penal para quem violar o decreto, que também prevê um distanciamento seguro de pelo menos um metro entre as pessoas”, relata.

Em relação às empresas, funcionam apenas os bens de primeira necessidade, como supermercados, farmácias e algumas fábricas. Ela destaca que é obrigatório trabalhar com máscaras e luvas e, no comércio, por exemplo, o acesso é controlado com senhas, poucas pessoas de cada vez.

Outro ponto que ela alerta é em relação à rotina e alimentação. “Não faltam alimentos e remédios e não vão faltar. Não precisam se apavorar. Eles não podem nos deixar morrer de fome. Aqui também teve esta histeria inicial que está tendo aí. Isso vai normalizar. Aqui vamos ao supermercado a cada dez dias, sempre uma pessoa da família, dentro da mesma casa. Ajudamos os idosos para não irem. Isso não são férias para passear com a família no supermercado ou ir três vezes por semana fazer compras. Estamos evitando o máximo de contato com as pessoas, sempre usando luvas e máscaras”, compartilha Catia. Ela também destaca que as escolas estão trabalhando há mais de 40 dias via telemática e que os estudantes não terão perdas.

## “FINALMENTE TEMOS TEMPO PARA A FAMÍLIA”

Catía confessa que considera um absurdo as pessoas reclamarem de ter que ficar em casa com a família. “A gente nunca tinha tempo, agora temos todo tempo com a família, temos telefone, computador, televisão, podemos fazer mil coisas com a nossa família, e as pessoas se lamentam? Que difícil isso!”, desabafa, lembrando que nos seus antepassados emigraram para um mundo desconhecido, outros tiveram que encarar a guerra e nunca voltaram. “Nós só precisamos ficar em

casa, que grande sacrifício!”, fala, tentando fazer refletir.

Todavia ela destaca que o comportamento das pessoas mudou. “Temos medo, não porque tem decreto, mas é uma questão de respeito com o próximo, com os profissionais que trabalham na saúde, com os que estão na primeira fila combatendo”, destaca.

Ela conta que as pessoas estão em casa porque agora sabem que é só essa a maneira de “tentar, de algum modo, conter este terror, esta guerra”.

## SITUAÇÃO CRÍTICA

Catía destaca que está no 1º mundo e faltam leitos de hospital, faltam respiradores artificiais. “Em muitos casos falta ar e as pessoas precisam ser entubadas. Estão sendo chamados profissionais da saúde aposentados e recrutados voluntários

porque infelizmente os casos estão aumentando (mais de 600 mortes por dia no momento da entrevista). O pico na Itália ainda está sendo previsto para abril, então considera que ainda há muita estrada pela frente”, compartilha.

## SINAL DE ESPERANÇA

Catía afirma que o povo tem esperança e o mundo precisa ter esperança. “Aqui as crianças estão fazendo lindos trabalhos, em belas iniciativas. Desenhando arco íris, com mensagens de esperança, colocando nas sacadas e nas portas das residências, com mensagens como “vai ficar tudo bem” e “conseguiremos vencer”. Cantam nas sacadas, acendem velas, fazem homenagens a profissionais da saúde, assim como aí. Isso é um sinal de que a Itália vai e quer sair desta situação”, conta.

## ALERTA AOS BRASILEIROS

Catía destaca que está alertando parentes e amigos há meses, dizendo que ia chegar ao Brasil. Foi tachada de histérica, mas que agora chegou ao Brasil e em todo mundo praticamente. “Não posso dizer o que vocês têm que fazer, como devem lutar. Só posso dizer que os outros países estão avantajados em relação a Itália, porque aqui tivemos que aprender quais medidas tomar. O mundo está podendo seguir as mesmas medidas, os mesmos passos. Se informem em sites, se não entendem italiano, tem o google tradutor. Informação é a maneira mais eficaz de combater a ignorância. Não é uma gripezinha. Uma gripezinha não mata mais de 600 pessoas em menos de 24 horas. Claro que nos sentimos inseguros, somos vulneráveis, estou triste porque vivo este momento longe da minha família, que está em Santa Maria e não podemos estar juntos neste momento tão difícil”, relata.

“Quando a pessoa falece é carregada e estes familiares nunca mais veem seu ente querido. Estas pessoas foram internadas e nunca mais viram sua família, morreram sozinhas num leito de hospital.”



Catia Dal Molin

“Finalmente temos tempo de ficar com a família e as pessoas se lamentam”

## “SE NÃO CONSEGUI CONVENCER VOCÊS, VOU SER MAIS DRÁSTICA”

Catía comenta a imagem que circulou o mundo, de caminhões do exército carregando corpos e afirma que isso não é fake, é real. “Quando a pessoa falece é carregada e estes familiares nunca mais veem seu ente querido. Estas pessoas foram internadas e nunca mais viram sua família, morreram sozinhas num leito de hospital. Se isso não basta para convencer da gravidade? Aqui não podem fazer missa, são cremados e a família não pode dar o último adeus. Nem mesmo os parentes podem se abraçar e chorar juntos, só por fone, whats, computador. Se isso não bastou, nós estamos fazendo nossa parte, alertando da gravidade da situação, para que cada um entenda”, apelou.

A brasileira também destaca: “é preciso ter esperança, de que logo tudo isso vai passar e poderemos nos abraçar novamente, estar juntos e vai ser lindo. Mas, neste momento, peço, como brasileira que mora na Itália e está vivendo este inferno, esta guerra aqui, que se cuidem. Não custa! São 15 dias, 30 ou 40 dias, vamos fazer este sacrifício. Não por mim, por vocês, pelos parentes, pelas pessoas que morreram em vão, pelos médicos, enfermeiros e todos profissionais que estão trabalhando e, infelizmente, não podem decidir ficar em casa”, reforça, deixando um abraço virtual enorme a todos os brasileiros.

ARQUIVO PESSOAL

ESPORTES

TEUTÔNIA ► BEM-ESTAR

# Fazer exercícios ajuda a manter qualidade de vida durante o isolamento

PALOMA GRIESANG

Desde a semana passada, a maioria de nós está vivendo algo que nunca foi uma realidade nossa: o isolamento social e uma quarentena dentro de casa. Nesse mesmo período, academias e espaços públicos foram fechados. No entanto, um dos procedimentos apontados como essenciais para manter a saúde mental e a qualidade de vida neste período é manter a atividade física. “O exercício físico, além de aumentar a produção de endorfina (hormônio do bem-estar), alivia o estresse, a tensão muscular e mantém a musculatura do seu corpo ativa, principalmente nesse período onde saímos de nossas rotinas”, destaca a professora de educação física e personal trainer, Jéssica Krieger.

Ela destaca que manter os bons hábitos e os exercícios vai “nos ajudar a passar por esse período de uma

forma mais leve e saudável, pois o exercício físico fortalece o sistema imunológico, o que todos querem no presente momento”.

O primeiro passo para quem está em isolamento e quer manter os bons hábitos é a organização do dia, sabendo todas as atividades que precisam ser feitas. E aí, no meio destas tarefas separar um período para os exercícios, de preferência um momento em que se está descansado. “Uma boa ideia é logo pela manhã, geralmente estamos com toda energia para ser gasta. Mas, o horário de sua rotina de exercícios fica a seu critério”, sugere.

Escolhido o momento, coloque uma roupa confortável e tenha sempre água por perto. “Inicie sua rotina com exercícios de aquecimento, em seguida aumente a intensidade (com exercícios que exigirão mais de você) e finalize reduzindo a intensidade e realize um alongamento no final”, explica.

PIXABAY



Manter uma rotina de exercícios em casa ajuda a manter o bem-estar do corpo e da mente

Dicas de exercícios

Conforme a profissional, “são inúmeros os exercícios que podem ser realizados em casa”. Agachamentos, abdominais, polichinelos, apoios (flexão), sobe e desce em escadas ou em degraus, pular corda, corrida no lugar e alongamentos são alguns exemplos. Confira como executá-los:

**Agachamento:** pode ser feito com ou sem carga, pés afastados na distância dos ombros, contraindo o abdômen e mantendo a postura.

**Abdominais:** concentre-se para fazer força na musculatura do abdômen, não na cervical, e lembre-se de soltar o ar no momento em que for fazer a contração.

**Polichinelos, pular corda e skipping (corrida) no lugar:** são exercícios bem funcional e podem ser feitos como aquecimento.

**Apoio:** pode ser feito com os joelhos no chão ou só com as mãos e pés apoiados no chão (mais avançado) este exercício trabalha musculatura do peito e aproximando as mãos conseguimos trabalhar mais focado em tríceps(músculo do tchauzinho).

**Sobe e desce do degrau:** trabalha os membros inferiores, pernas, alterne os lados (direita e esquerda) não inicie sempre com o mesmo lado.

ARQUIVO PESSOAL



Jéssica Krieger

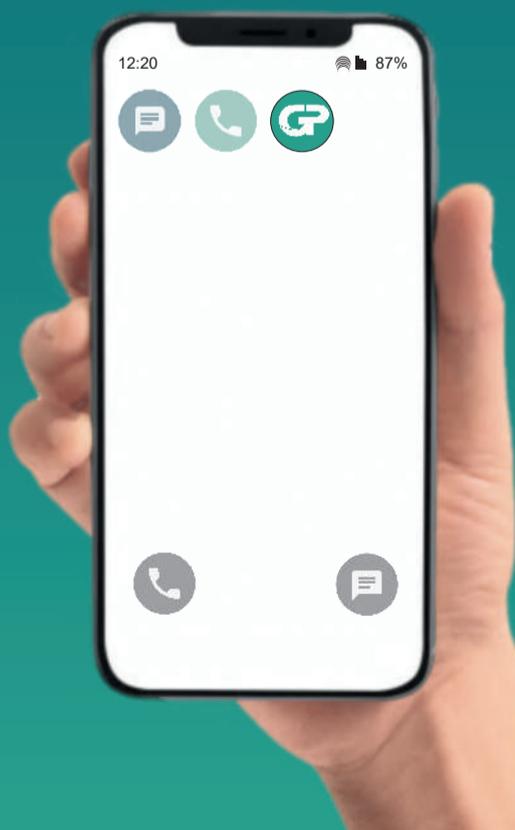
PIXABAY





Bem-vindo ao App do  
Grupo Popular

Todas as nossas plataformas  
em um único lugar



**Jornal**  
FOLHA POPULAR  
**Rádio**  
POPULAR 96,9 FM  
**Sites**  
FOLHAPOPULAR.INFO

Você  
**LÊ, OUVE**  
e acompanha  
as principais  
notícias da  
região

**TUDO PELO  
MESMO APP**



Já disponível na  
**Google Play**  
Em breve na App Store

