



Jackson Buonocore

O burnout digital

Vivemos em uma era de hiperconectividade, na qual a fronteira entre o real e o virtual se dissolveu. O burnout digital surge como o esgotamento físico e mental resultante do uso ininterrupto de tecnologias. Esse fenômeno é fruto da economia da atenção, que transformou a concentração humana em mercadoria explorada por plataformas digitais — um modelo que impacta severamente a saúde mental.

Sob a ótica psicanalítica, tornamo-nos os "sujeitos do desempenho": autoexploradores que buscam vali-

dação constante em métricas, ignorando os limites do próprio corpo. Isso gera um ciclo de ansiedade, insônia e fadiga crônica. Se em adultos o cenário é crítico, o burnout digital infantil é ainda mais preocupante, pois, diferentemente dos adultos, as crianças estão em pleno neurodesenvolvimento.

Assim, a exposição excessiva mediada pelas telas causa uma hiperestimulação que pode levar ao afinamento do córtex pré-frontal, área responsável pelo foco e pelo controle emocional. Os sinais em crianças

Sociólogo, psicanalista e escritor
buonocorejcb@gmail.com

são visíveis: crises de raiva, dificuldade de obediência, cefaleia, dores abdominais e cansaço mesmo após o sono, além do desinteresse por brincadeiras reais. Casos graves resultam em internações por crises de ansiedade e automutilação.

Para combater essa exaustão, os adultos devem resgatar o tempo offline. Já as crianças precisam substituir telas por atividades ao ar livre e pela desconexão total antes de dormir. O equilíbrio digital, portanto, não é mais um luxo, mas uma necessidade de sobrevivência emocional.



Ivar Hartmann

Nunca visto no Brasil

Fui advogado, juiz e promotor de justiça. Várias décadas de convívio com a justiça e sua aplicação. Para facilitar ao leitor leigo: juiz de direito e promotor de justiça são carreiras paralelas, que só têm em comum o Fórum ou Tribunal. Nenhum vínculo ou dependências, fora o trato de processos que tramitam pelas mãos de um, de outro e dos advogados. Pois nestas décadas acompanhando a nossa justiça, nunca vi nenhum juiz chamar a atenção de um promotor. Ou vice-versa.

Salvo nos costumes criados nestes tempos de Brasília, a capital nacional

de corrupção. Com membros de todos partidos, e cargos, associados por amizades, parentescos e compadrios. Quando os desvios do Banco Master já passavam dos 51 bilhões de reais, é lógico que atinjam o PT e sua cúpula, mas também outras cúpulas e senadores e deputados. Para comparação: nos 26 Estados brasileiros, de 20 a 22 unidades da federação têm orçamento menor que R\$ 51 bilhões. Dá para avaliar a quantidade de dinheiro desviado no esquema do Vorcaro. O escândalo do INSS? R\$ 6,3 bilhões desviados. Pouquinho, não é?

Promotor de Justiça aposentado
ivar4hartmann@gmail.com

Nestes esquemas de Brasília, em que até o Lula saiu solto, temos agora que o ministro do Supremo, André Mendonça, que assumiu o caso Master, chamou a atenção do procurador-geral da República, Paulo Gonet, chefe dos Procuradores da República, dizendo, na ordem de prisão de Vorcaro e dos demais alvos da Polícia Federal nesta semana, que o procurador ignorou a gravidade e a urgência dos fatos apontados pela PF. Protelou para ganhar tempo. Gonet é ex-sócio de Gilmar Mendes, amiguíssimo de Alexandre de Moraes, cuja mulher é advogada de Vorcaro. Brasil!

Bispo de Novo Hamburgo
domjfsalm@diocesenh.org.br



D. João Francisco Salm

Um sentimento capaz de milagres

Era uma vez um cego mendigo (Jo 1-41). Parece que ninguém sentia pena daqueles olhos que nunca se abriram. Mas Jesus, ao passar, teve olhos para vê-lo e lhe concedeu o dom de enxergar. Também não consta que alguém tenha se entusiasmado com os seus olhos novos.

Diante da alegria de um homem que vê pela primeira vez o sol, o rosto e o olhar dos familiares, a beleza do mar e as cores, até mesmo as árvores, se pudessem, fariam festa; e as colinas, diz o salmo, saltariam como cordeiros (cf. Sl 114,4).

Eles não! Eles, os fariseus, que conhecem as regras, que sabem o que é bom e o que é mau, o certo e o errado, não sentem alegria, porque só lhes interessa a Lei e não um homem feliz. Dizem: "não se fazem milagres ao sábado!" Não entendem que Deus prefere a felicidade dos seus filhos à observância da Lei. Funcionários das normas e analfabets de coração, fazem acreditar que Deus está contra o homem. E isso é o pior que pode acontecer em nossa vida de fé. Dizem: "os pobres continuem pobres, os mendigos continuem a mendigar, os cegos se resignem, desde que o sába-

do — a Lei — seja observado; a glória de Deus é o preceito observado!"

Mas não é assim. Jesus vê a abundância das nossas lágrimas. Para Ele, a glória de Deus é um homem que torna a ver. E o seu olhar brilhante dá mais glória a Deus do que todos "os sábados"!

Assim é a fé: visão nova, visão jubilosa das coisas. O cego não recebe de Jesus explicações sobre a sua doença; recebe compaixão. Compaixão é sentir com o outro; é um sentimento capaz de milagres; um sentimento que gera luz; um dinamismo que nos é confiado para que o mundo tenha luz.

Os artigos publicados nesta página são opiniões pessoais e de inteira responsabilidade de seus autores. Por razões de clareza ou espaço poderão ser publicados resumidamente, o tamanho é de até 1.600 caracteres com espaço. Artigos podem ser enviados para opiniao@gruposinos.com.br.

abc+
Mais artigos em
[abcm.com/](http://abcm.com/opiniao)
opiniao

PREFEITURA DE BENTO GONÇALVES

O Município de Bento Gonçalves comunica: 01) AVISO DE LICITAÇÃO: PE Nº 026/2026 – RP Nº 21. Objeto: aquisição de lâmpadas e baterias. Data de abertura: 02/04/2026, às 08h30min, na plataforma do Pregão Online Bannisul. Processo: 03/2026. 02) AVISO DE LICITAÇÃO: PE Nº 37/2026 – RP Nº 27. Objeto: aquisição de aparelho de Sedação Consente com Oxido Nitroso. Data de abertura: 25/03/2026, às 08h30min, na plataforma do Pregão Online Bannisul. Processo: 77/2026. Editais, anexos e demais documentos encontram-se disponíveis no site www.bentogoncalves.rs.gov.br, portal da transparência. Demais informações pelo telefone (54) 3055-7438/7439. Elisiane Schenato – Secretária Municipal de Finanças.

PSA INDUSTRIAL DE PAPEL S/A
CNPJ Nº 96.735.907/0001-78-NIRE Nº 433.000.16.757

CONVOCAÇÃO

Convocamos os senhores acionistas para reunirem-se em assembleia geral extraordinária a realizar-se no dia 27/03/2026, às 08h30min horas, na sede da empresa, à Rua Luiz Pedro Daudt nº 1200, Bairro São Miguel, São Leopoldo/RS, com a seguinte ordem do dia: a) alteração do Estatuto Social; b) Alteração do endereço da filial; c) Abertura de nova Filial, São Leopoldo 11 de março de 2026 - Leo Moraes Porciúncula- Diretor. Cláudio Raupp de Assis - Diretor.



CÂMARA MUNICIPAL DE CANOAS

A Câmara Municipal de Canoas comunica à sociedade em geral que tramita nesta Casa o Projeto de Lei nº 17/2026, que "Acresce os arts. 41-A e 41-B à Lei nº 4.980, de 19 de maio de 2005, que institui o Código Municipal de Limpeza Urbana do Município de Canoas, estabelecendo mecanismo de fiscalização colaborativa vinculado às infrações previstas no art. 41", de autoria do Legislativo Municipal. Este Projeto está publicado na íntegra na página www.camaracanoas.rs.gov.br (Transparência no Legislativo).

Ver. ABMAEL ALMEIDA DE OLIVEIRA
Presidente

Ver. ERIC DOUGLAS DORNES FEIJÓ
1º Secretário

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL PREFEITURA MUNICIPAL DE TRAMANDAÍ

AVISO DE EDITAL DE CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 031/2026.

A Prefeitura Municipal de Tramandaí/RS torna público aos interessados que às 14h do dia 17 de abril de 2026 estará aberta a disputa de preços para a contratação de pessoa jurídica especializada para prestação de serviços de transporte incluindo recolhimento dos RSD (orgânico e seletivo), excetuando-se resíduos de saúde e industrial, os resíduos de restos de construção civil, podas, moveis volumosos, grama, etc., que não deverão ser recolhidos, no território do Município de Tramandaí / RS e, transportá-los até a Estação de Transbordo localizada na Estrada da Estância, Distrito da Estância, neste Município de Tramandaí (coordenadas: latitude -29.9841°; longitude -50.1322°). Maiores informações no Setor de Licitações da Prefeitura Municipal, sito à Avenida da Igreja, 346, 3º andar, Centro, Tramandaí/RS e o(s) documento(s) poderá(ão) ser(em) acessado(s) no endereço www.tramandai.rs.gov.br, opção Licitações, Edital de Concorrência Eletrônica nº 031/2026.

PREFEITURA MUNICIPAL DE DOM PEDRITO

AVISO DE EDITAL

O Prefeito de Dom Pedrito no uso de suas atribuições legais torna público os editais do Pregão Eletrônico, referente as licitações abaixo:

| PROCESSO | OBJETO | SESSÃO PÚBLICA |
|----------|--|------------------|
| PE 15/26 | AQUISIÇÃO DE TOMOGRAFIAS ELETIVAS - AMPLA CONCORRÊNCIA - RP | 26/03/2026 às 9h |
| PE 20/26 | AQUISIÇÃO DE HORTIFRUTI - LICITAÇÃO EXCLUSIVA - RP | 25/03/2026 às 9h |
| PE 21/26 | AQUISIÇÃO DE EXTINTORES E RECARGAS - LICITAÇÃO EXCLUSIVA - RP | 26/03/2026 às 9h |
| PE 22/26 | CONCERTINA SIMPLES E KIT DE INSTALAÇÃO - LICITAÇÃO EXCLUSIVA | 25/03/2026 às 9h |
| PE 23/26 | SERVIÇOS DE LIMPEZA DE RESERVATÓRIOS DE ÁGUA POTÁVEL - LICITAÇÃO EXCLUSIVA | 30/03/2026 às 9h |

Demais informações pelo site: <http://www.dompedrito.rs.gov.br>

ou também pelo Portal de Compras Públicas, através do endereço eletrônico:

<https://www.portaldecompraspublicas.com.br>

Diego da Rosa Cruz, Prefeito de Dom Pedrito, 11/03/2026.

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL PREFEITURA MUNICIPAL DE TRAMANDAÍ

AVISO DE EDITAL DE PREGÃO ELETRÔNICO Nº 32/2026.

JUAREZ MARQUES DA SILVA, Prefeito Municipal de Tramandaí, no uso de suas atribuições legais, torna público para conhecimento dos interessados, a publicação do Edital do Pregão Eletrônico nº 32/2026, que tem por objeto a contratação de empresa especializada para prestação de serviços destinados ao levantamento patrimonial topográfico e planialtimétrico com georreferenciamento (localização), levantamento topográfico; levantamento planialtimétrico; levantamento de situação (ocupado/desocupado); avaliação imobiliária; registro topográfico e análise documental dos bens e imóveis do Município. Toda documentação deverá ser incluída junto ao sistema até as 13h do dia 25/03/2026 (para verificação de conformidade com o Edital). O edital encontra-se disponível nos sites: www.banisul.com.br, ou www.pregaoonlinebanisul.com.br, portal de licitações do Bannisul. Maiores informações no Setor de Licitações da Prefeitura Municipal, sito à Avenida da Igreja, 346, 3º andar, Centro, Tramandaí/RS e cópia do Edital em nossa página na Internet, no endereço eletrônico www.tramandai.rs.gov.br, opção Licitações, Edital de Pregão Eletrônico nº 32/2026.

Eu, fotógrafo

Envie sua fotografia (preferencialmente horizontal) para vidareal@gruposinos.com.br

Paróquia São Domingos, em Torres. Construção de 1824 tem uma arquitetura típica luso-brasileira.

Fabiano Prates Behlke
Porto Alegre



AVISO DE EDITAL DE CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 031/2026







Concorrência Eletrônica

Data Abertura: 17/04/2026

Data Publicação: 12/03/2026

Contratação de pessoa jurídica especializada para prestação de serviços de transporte incluindo recolhimento dos RSD (orgânico e seletivo), excetuando-se resíduos de saúde e industrial, os resíduos de restos de construção civil, podas, moveis volumosos, grama, etc., que não deverão ser recolhidos, no território do Município de Tramandaí / RS e, transportá-los até a Estação de Transbordo localizada na Estrada da Estância, Distrito da Estância, neste Município de Tramandaí (coordenadas: latitude -29.9841°; longitude -50.1322°).

Documentos Anexados:

| Data da Publicação | Tipo de Documento | Download |
|--------------------|---------------------------|---|
| 12/03/2026 | EDITAL |  |
| 12/03/2026 | Estudo Técnico Preliminar |  |
| 12/03/2026 | Termo de Referência |  |
| 12/03/2026 | Memorial Descritivo |  |
| 12/03/2026 | Planilhas |  |
| 12/03/2026 | Planilhas Editáveis |  |

[← Voltar](#)

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE TRAMANDAÍ

LICITAÇÃO
AVISO DE EDITAL DE CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 031/2026

AVISO DE EDITAL DE CONCORRÊNCIA ELETRÔNICA Nº 031/2026. A Prefeitura Municipal de Tramandaí/RS torna público aos interessados que às **14h do dia 17 de abril de 2026** estará aberta a disputa de preços para a **contratação de pessoa jurídica especializada para prestação de serviços de transporte incluindo recolhimento dos RSD (orgânico e seletivo), excetuando-se resíduos de saúde e industrial, os resíduos de restos de construção civil, podas, moveis volumosos, grama, etc., que não deverão ser recolhidos, no território do Município de Tramandaí / RS e, transportá-los até a Estação de Transbordo localizada na Estrada da Estância, Distrito da Estância, neste Município de Tramandaí (coordenadas: latitude -29.9841°; longitude -50.1322°)**. Maiores informações no Setor de Licitações da Prefeitura Municipal, sito à Avenida da Igreja, 346, 3º andar, Centro, Tramandaí/RS e o(s) documento(s) poderá(ão) ser(em) acessado(s) no endereço www.tramandai.rs.gov.br, opção Licitações, Edital de Concorrência Eletrônica nº 031/2026.

Publicado por:
Luis Antonio Consul Machado
Código Identificador:BF069913

Matéria publicada no Diário Oficial dos Municípios do Estado do Rio Grande do Sul no dia 12/03/2026. Edição 4286
A verificação de autenticidade da matéria pode ser feita informando o código identificador no site:
<https://www.diariomunicipal.com.br/famurs/>