



Esgoto e UPP

Ex-subprefeito Tiago Mohamed tem como metas a instalação de uma UPP na Praça Seca e melhoria no saneamento básico | **Página 19**

Cultura

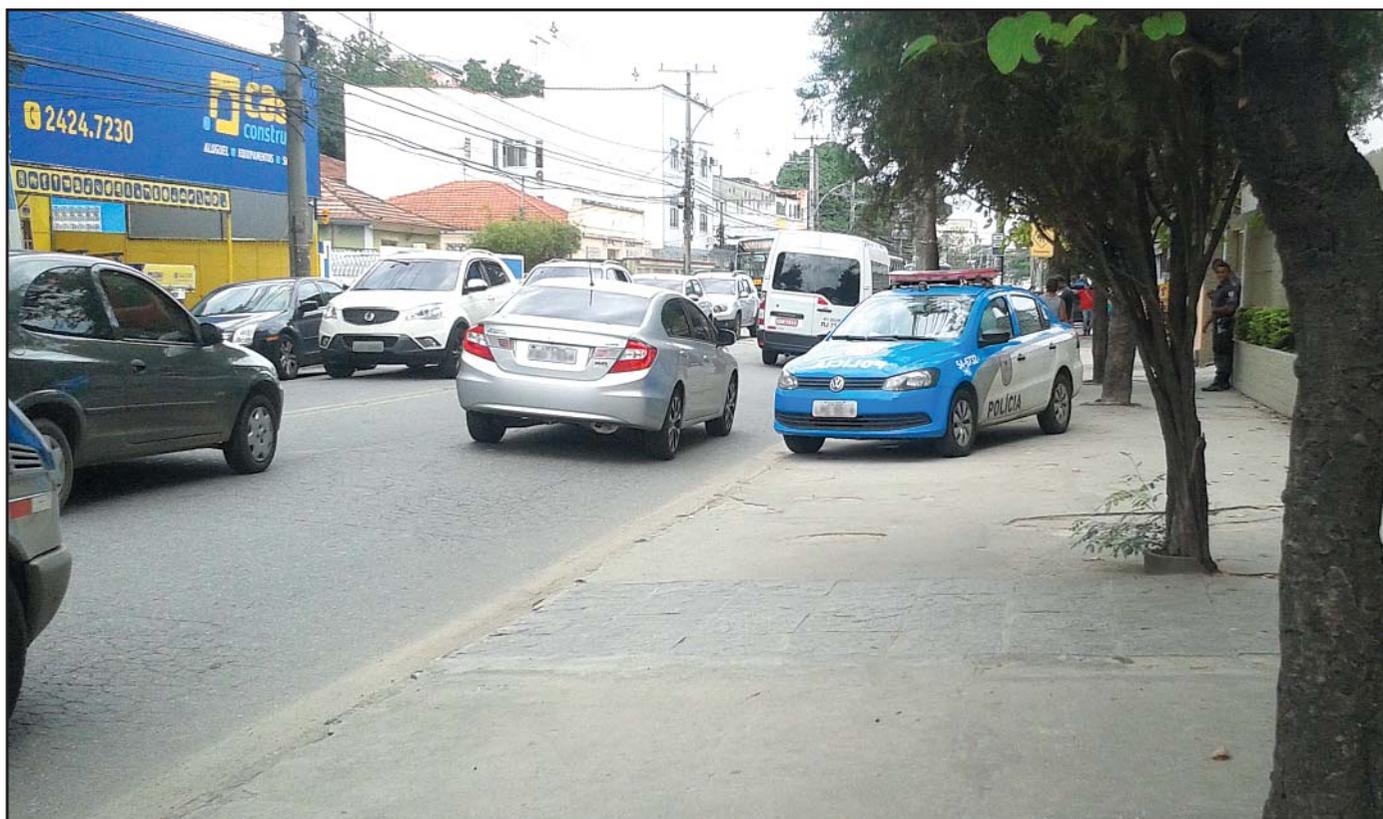
A banda Celebrare sobe ao palco da Lona Cultural Jacob do Bandolim, no Pechincha | **Página 13**

Comportamento

Escotismo continua presente em Jacarepaguá e, mesmo após 50 anos, mantém adeptos de várias gerações | **Página 6**

Esporte

Projeto Rio em Forma estimula a prática esportiva e a inclusão social de crianças, adolescentes e pessoas da terceira idade | **Página 22**



PERDEU, PERDEU!

Assaltos constantes no bairro assustam moradores e comerciantes de Jacarepaguá, principalmente na Taquara e na Freguesia. Autoridades apontam roubos com moto a pedestres, saidinha de banco e assaltos em veículos como os mais frequentes e prometem combater a alta taxa de criminalidade.

| **Página 14**

MANDARIM INGLÊS FRANCÊS ESPANHOL
PORTUGUÊS PARA ESTRANGEIROS

META

IDIOMAS

SEU SUCESSO, NOSSA META.

FACEBOOK.COM/CURSOMETAIDIOMAS

- @TURMAS PEQUENAS - ATÉ 6 ALUNOS
- @CURSOS RÁPIDOS E INTENSIVOS - TOEFL
- @INTERCÂMBIOS @ 8 ANOS NO MERCADO
- @TREINAMENTOS IN COMPANY

SEU SUCESSO, NOSSA META.

UNIDADE BARRA:
AV. AFONSO ARINOS DE MELO FRANCO, 222
BL. 02 - SALA 269
BARRA DA TIJUCA
3042-2238

UNIDADE JACAREPAGUÁ:
ESTRADA DE JACAREPAGUÁ, 7221
BL. 02 - LOJA 101
FREGUESIA
3952-3329

WWW.METAIDIOMAS.COM.BR

Editorial

NELSON CARDOSO

Segurança Pública: Estatísticas - Impunidade e Sensação

O aumento da criminalidade em Jacarepaguá está sendo sentido por todos os moradores, principalmente na Freguesia e na Taquara. Na reunião do Conselho de Segurança (final de março), muito se falou que a sensação de falta de segurança está sendo causada, principalmente, pelos "posts" nas redes sociais. Este discurso me fez lembrar de uma aula na Faculdade de Jornalismo na década de 70. O professor comentou sobre uma hipotética corrida entre os maiores maratonistas mundiais: um americano e um russo. A corrida, que foi ganha pelo americano, foi noticiada com a seguinte manchete nos EUA: "Americano chega em primeiro e russo em último". Na Rússia, a manchete foi da seguinte forma: "Russo chega em segundo e americano em penúltimo". Apesar de dar ideias contrárias, as man-

chetes estavam corretas. O que fica difícil é aceitar que uma sucessão de assaltos - no domingo (Papizzo), na segunda (ASSAI), na terça (GEGÊ Esportes), na quarta (Center Shopping) etc - seja transformada no discurso da chamada "sensação de insegurança". O que Jacarepaguá está precisando é de menos discurso e mais ação efetiva, pois os fatos são reais e não apenas sensoriais. Se temos menos policiais do que deveríamos ter, a responsabilidade é da Secretaria de Estado de Segurança (SESEG) e, principalmente, dos deputados estaduais e do Governador do Estado do Rio de Janeiro, que se elegeram também pelos votos dos moradores de Jacarepaguá prometendo melhorar a segurança pública.

Boa leitura e reze para não ser assaltado neste mês.

Expediente

NOSSO BAIRRO
Jacarepaguá
www.nossobairro.net

Ano VII - Edição 92 - abril/2015

CNPJ: 29.418.852/0001-85

Diretor: Nelson Cardoso

nelson@nossobairro.net

Coordenação de Redação:

Stella Walliter

stella@nossobairro.net

Edição:

Danielli Marinho

editor@nossobairro.net

Revisão

Heloisa Brum

Redação e fotografia

Alessandra Nunes

redacao@nossobairro.net

Financeiro

Maristella Alves

adm@nossobairro.net

Projeto Gráfico / Arte

Leandro J. Nazário

arte@nossobairro.net

Diagramação

Leonardo C. Costa

diagramacao@nossobairro.net

Publicidade / Comercial

comercial@nossobairro.net

Tel./fax:(21) 3627-7945 / 2440-4549

Colunistas

Fátima Guerra, Ghabriela Almas, Jorge Brum, Maria Helena dos Santos, Malu Rodrigues e Nivea Salgado

LOGÍSTICA / CIRCULAÇÃO

Coordenador: Ernani Matos

circulacao@nossobairro.net

Assistente: Adilson Santiago

Distr. Gratuita Jornal Nosso Bairro

Tel./fax:(21) 3627-7945 / 2440-4549

As matérias e os artigos assinados são de responsabilidade dos autores. É permitida a reprodução, desde que seja citada a fonte e que nos seja enviada a cópia do material. O jornal não se responsabiliza pelas matérias assinadas e pela veracidade dos anúncios veiculados.

Nossa missão

O **Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá** nasceu com o objetivo de promover a disseminação das informações que interferem no cotidiano e divulgar os eventos sociais e culturais da região.

Nosso compromisso

Nosso compromisso é tentar, através da transmissão das informações, melhorar a qualidade de vida dos moradores da Baixada de Jacarepaguá.

JORNAL FILIADO |



ADJORI-RJ

ASSOCIAÇÃO DOS DIRETORES DE JORNAIS DO INTERIOR DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

HAPPY lessons

O CNA ACREDITA QUE VOCÊ PODE APRENDER INGLÊS FAZENDO ALGUÉM SORRIR.

ENTRE PARA O MUNDO

CNA

Inglês Definitivo

MAIS DO QUE MELHORES ALUNOS. MELHORES PESSOAS.

INGLÊS • ESPANHOL | MATRÍCULAS ABERTAS

CNA TAQUARA • 2440-0345/2440-4571

Estrada do Rio Grande, 1691



super ofertas

GARANTIMOS
O MENOR PREÇO
OU A DIFERENÇA EM DOBRO*

Tudo para você construir, reformar e decorar a sua casa com o menor preço sempre.



Foto Ilustrativa

R\$ **0,99** cada

TELHA CERÂMICA
Mod. Romana, 16 a 18 peças/m²,
na cor vermelha.
CÓDIGO: 86010946-87126501-
87788211-87234490



Foto Ilustrativa

R\$ **7,90** cada

ARGAMASSA INTERIOR
20 kg, colante, tipo ACI,
para assentamento cerâmico
em ambientes internos.
Votorantim.
CÓDIGO: 86764622

Pague no cartão **Celebre!** em até
0+10X

Sem juros.

Faça o seu cartão **Celebre!**, apresentando apenas RG e CPF e ganhe 5% de desconto na primeira compra!*

TECNOLOGIA
CONSTRUTIVA



Foto Ilustrativa

R\$ **24,90** cada

CHAPA DE GESSO BRANCA
Mod. Standard, 12,5 mm,
placa de 1,20x1,80 m,
na cor branca. Knauf.
Consulte disponibilidade na loja.
CÓDIGO: 87553802



Foto Ilustrativa

R\$ **17,99** cada

CIMENTO 50 KG
CPIII-40-RS. Votoran.
CÓDIGO: 86806426



Foto Ilustrativa

R\$ **22,90** cada

ARGAMASSA PISO SOBRE PISO
20 kg, para assentamento
de cerâmica sobre cerâmica
em áreas internas, na cor cinza.
Fortaleza.
CÓDIGO: 87572625

LEROY MERLIN

A casa da sua casa.

www.leroymerlin.com.br

CALM

(Central de Atendimento Leroy Merlin): Capitais 4020-5376 • Demais Regiões 0800-0205376

Televendas Leroy Merlin

Jacarepaguá 4007-1380

JACAREPAGUÁ - RJ RUA CÂNDIDO BENÍCIO, 3936, ENTRE A PRAÇA SECA E O LARGO DA TAQUARA - Segunda a sábado, das 8h às 22h. Domingos e feriados, das 9h às 20h.

*Condições válidas para produtos anunciados em tabloides e similares, bem como para aquisições feitas no prazo de até 10 dias: "Somente no Cartão Celebre!". *Sujeito a análise de crédito. Documentos necessários: documento de identidade, CPF, comprovantes de renda e residência. Para mais informações sobre as condições do financiamento de suas compras como o valor exato das parcelas, as taxas de juros, IOF e Custo Efetivo Total, ligue para a nossa Central de Atendimento ou procure um dos atendentes das lojas Leroy Merlin. Central de Atendimento: 4004-5967 (Capitais de Regiões Metropolitanas) e 0800 701-5967 (Demais Localidades). Consulte condições de financiamento no ato da compra. Consulte nossas lojas ou nosso site para verificar demais condições. Ofertas válidas de 01/04 a 20/04/2015 ou enquanto durarem os estoques para a loja de Jacarepaguá. Garantimos o preço e a quantidade mínima de 5 unidades ou 50m², por loja, dos produtos anunciados durante a validade desta publicação ou enquanto durarem os estoques, salvo erro de impressão. Preços de produtos a serem retirados. Os elementos utilizados para a produção das fotos são meramente ilustrativos. **Desconto válido somente para a loja de Jacarepaguá.

QUER ALUGAR SEU IMÓVEL?

A Renascença é a única administradora de imóveis, especializada em locação, que garante o aluguel ao proprietário, sem custos adicionais.

- Garantia de aluguel sem custos adicionais *
- Atendimento domiciliar gratuito
- Departamento jurídico gratuito
- Exclusividade em locação de imóveis (portanto alugamos mais rápido)
- 11 lojas estrategicamente localizadas para atendê-lo
- Anúncios gratuitos em nosso site e nos maiores portais de imóveis do Brasil.
- Mais de 10.000 cadastros de candidatos à locação e mais de 80.000 acessos em nosso site, por mês
- Locação trabalha de domingo a domingo
- Parceria com mais de 200 imobiliárias no Brasil e no mundo

Ligue e marque uma visita em domicílio, sem compromisso

 3534-3636

www.admrenascenca.com.br

* Garantia de aluguel limitada até o valor de R\$ 3.000,00 de avaliação



Empresa
"Bicampeã do prêmio Master
de Qualidade 2012 e 2013"

TRADIÇÃO DESDE
1976

 **RENASCENÇA**
ADMINISTRADORA DE IMÓVEIS
Aluguel Garantido

Direito



DRA. MARIA HELENA DOS SANTOS
ADVOGADA CIVIL
INFORMAÇÕES: 99335-1036
MHS1@IBEST.COM.BR

A importância do Direito



Foto: Divulgação / Internet

Na tentativa de buscar soluções para os sérios problemas que afligem o País, a sociedade se organizou em forma de protestos nos últimos dias para pedir por algumas reformas, que já foram sugeridas por nossos líderes governistas e que espera-se que sejam colocadas em prática nos próximos meses. Aproveitando esse momento de discussões em torno das leis que já vigoram e anseios da população por um Brasil mais justo, neste mês abordarei novamente a importância do Direito, tema já publicado nesta coluna, na edição de julho de 2009.

A medicina salva vidas, a fé salva almas e o direito salva relações humanas desde os primórdios da humanidade. A sobrevivência do inter-relacionamento entre os semelhantes depende diretamente do Direito. O homem, que é dotado de sentimentos e razão, precisa comunicar-se, trocar experiências, ele não vive só; o direito natural nasce com o homem e é uma das fontes do Direito.

Paulo Condorcet, grande jurista, afirma: "Onde há homens, há conflitos; onde há interesses, há conflitos; e onde há conflitos, surge a necessidade de compô-los".

Quantos casais sabem de seus deveres na vigência do casamento, quantos pais conhecem suas obrigações para com seus filhos, quantos idosos conhecem seus direitos, quantas empregadas domésticas sabem o que podem e o que não podem fazer no período laboral, quantos aposentados, quantos trabalhadores informais conhecem seus direitos, quantas donas de casa sabem que têm direitos, quantos cidadãos se reconhecem como cidadãos?

O Direito é o alicerce, a coluna, a bússola que conduz o homem dentro da sociedade. Ele nasce do costume e vai além dele.

A lei não se comove ante o cidadão que desconhece seus direitos e deveres; ao contrário, sua penalidade será aplicada igual àquele que o conhece.

O conhecimento transforma o homem, o capacita a fazer melhores escolhas. Ignorar sua existência é andar à margem da sociedade, é viver eternamente na qualidade de vítima quando você, caro leitor, é um ser único, ímpar, que, somado ao outro, forma um par.

Um forte abraço, fique com Deus.



WWW.KINOPLEX.COM.BR

KINOPLEX VIA PARQUE

Kinoplex
p l a t i n u m

É TÃO VIP E TÃO DIFERENTE, QUE A GENTE
NÃO SABE SE CONTINUA CHAMANDO DE CINEMA.

POLTRONAS SUPER CONFORTÁVEIS, CARDÁPIO GOURMET E A MAIS AVANÇADA
TECNOLOGIA DE SOM E IMAGEM. VENHA VIVER ESSA EXPERIÊNCIA ÚNICA
E DEGUSTAR O MELHOR DO CINEMA.

É LUXO. É PLATINUM. É KINOPLEX.



Sempre alerta em Jacarepaguá

Prática do Escotismo atravessou o século e ainda mantém adeptos

Fundado em 1907 na Inglaterra por Baden-Powell, o Escotismo é um movimento educacional para jovens que conta com a colaboração de adultos voluntários. O objetivo dos encontros é contribuir para a formação de cidadãos responsáveis, solidários e que compreendam a importância de respeitar o outro para a boa convivência em sociedade, sempre seguindo o lema escotista: "Sempre Alerta".

Em Jacarepaguá, a prática acontece há um pouco mais de meio século. O 33º Grupo Escoteiro do Ar Padre Vermin (GeAr), no Tanque, é o mais antigo do bairro. Os outros existentes na região são o 92º Grupo Escoteiro Caio Vianna Martins, no Pechincha e o 111º Grupo Escoteiro do Ar Santos Dumont, na Curicica. O GeAr surgiu em 23 de abril de 1961, data em que é comemorado o Dia do Escoteiro. O grupo reúne semanalmente em sua sede cerca de 110 crianças e jovens com idade entre 7 e 21 anos para realização das atividades de escotismo.

O nome Vermin é uma homenagem ao fundador do grupo, padre Jerônimo Vermin, que morreu antes mesmo do início das atividades da equipe. Por isso, até hoje é conhecida como "o grupo do lenço preto". Nesse grupo, que é da modalidade "ar", os membros aprendem os conhecimentos básicos sobre aviões. Os participantes são divididos em quatro tropas, Lobinho (7-11 anos), Escoteiro (11-15 anos), Sênior (15-18 anos), Pioneiro (18-21 anos). Acima dessa idade se tornam voluntários ou escotistas. As atividades semanais do grupo acontecem na sede localizada na igreja Santo Antônio Maria Zaccaria e incluem jogos, instruções e orientações diversas sobre escotismo. Já os acampamentos são realizados quatro vezes ao ano e podem ser locais, estaduais, interestaduais e até mesmo internacionais. Em janeiro deste ano o grupo participou de

um acampamento em Natal (RN) e em junho será realizado um no Japão. Nessas ocasiões os escoteiros têm a oportunidade de pôr em prática os conhecimentos adquiridos.

Participante do grupo desde os 13 anos, o jovem Bernardo Nathan Silva admite que pôde trazer para a sua vida particular diversos ensinamentos obtidos nas atividades práticas realizadas nos encontros. Entre elas tarefas de orientação geográfica, elaboração de nós e amarras, noções de primeiros socorros, pioneiria (que consiste na construção de mesas, bancos, abrigos, pontes, torres), realização de escalada e culinária. "Aprendi que devemos respeitar cada um e colaborar com todos", revela Silva. A adolescente Maria Letícia Costa, de 14 anos, conta que ingressou no 33º GeAr aos 10 anos de idade e a paixão pelo escotismo foi instantânea. "Vi que as coisas aprendidas no contato com a natureza eram incríveis! Percebi que o escotismo é assim: você entra, mesmo que só para conhecer, e fica a vida toda", expõe a jovem escoteira.

O coordenador da modalidade do Ar na região do Rio de Janeiro e assistente sênior no 33º GeAr, Nilton de Castro, de 51 anos, conta que conheceu o escotismo aos 11 anos, quando ingressou no 33º GeAr. "Minha família sempre esteve no grupo: meus irmãos ingressaram na mesma época que eu e se mantiveram nele até hoje. Retornei ao grupo há 4 anos atrás e recomecei numa



Ao centro, Nilton de Castro, coordenador da modalidade do AR no Rio.

maratona de cursos para me qualificar como chefe-escoteiro", expõe.

Escotismo no Brasil

No País, o escotismo chegou em 1924 como uma associação sem fins lucrativos e que desenvolve trabalhos de educação continuada de crianças e jovens. A busca por valorizar o equilíbrio ambiental e o desenvolvimento social na formação de cidadãos conscientes e atuantes fez com que a prática se tornasse um sucesso entre os adeptos, tanto que em 2013, o contingente de escoteiros no Brasil contava com a participação de 83.526 jovens. Os escoteiros estão presentes em 563 cidades brasileiras, somando um total de 1.252 gru-

pos escoteiros. Unidos a um Movimento com cerca de 40 milhões de pessoas no mundo, em mais de 216 países e territórios, a organização é reconhecida, no Brasil, como de utilidade pública por meio do Decreto Federal nº 3.297/17 e como instituição de educação extra escolar pela Lei nº. 8.828/46. 

Informações

O 33º Grupo Escoteiro do Ar Padre Vermin está localizado na **Avenida Geremário Dantas, 101**, no Tanque. Os encontros acontecem todos os sábados, de 15 às 17 horas.

www.padrevermin.com.br

As caixas de coleta dos Correios ainda funcionam?



Sim. As cartas depositadas em caixas de coleta localizadas nas ruas da cidade são recolhidas, diariamente, pelo Centro de Distribuição Domiciliar (CDD) de cada localidade - unidade encarregada de abrir as caixas, recolher os objetos e integrá-los ao fluxo postal para serem encaminhados aos destinatários. Assim como as cartas deixadas em caixas localizadas dentro ou fora das agências dos Correios (na calçada em frente), que são recolhidas pelos empregados

das respectivas agências.

Para utilizá-las, o cliente deve colar a quantidade de selos referente ao valor do porte da carta a ser postada, que depende do peso e da classificação dessa carta (que pode ser comercial ou não-comercial). Se houver divergência de valores e a quantidade de selos for inferior ao determinado pelos Correios em função do peso do objeto ou pela classificação inadequada da correspondência, a carta será devolvida ao

remetente com a menção "Insuficiência de Franquia".

Por isso, a fim de evitar essa devolução, você deverá informar-se sobre o valor correto dos selos a serem fixados nas suas cartas, pesquisando no site www.correios.com.br. Se preferir, pode ir numa agência e solicitar o preço a ser pago. O prazo para entrega das correspondências deixadas em caixas coletoras é o mesmo das cartas postadas em agências.

CASA DO CONSTRUTOR

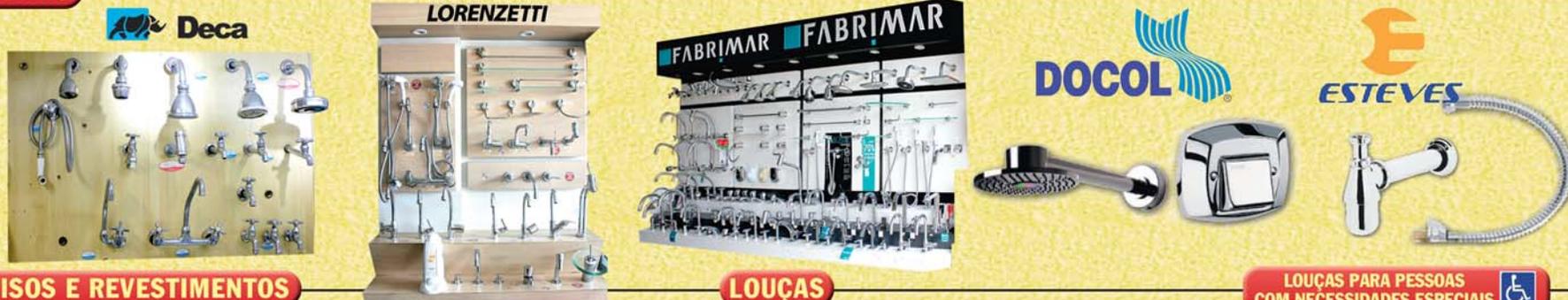
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO LTDA.



Temos tudo em material de construção e acabamento, por um preço que vai surpreender você, CONFIRA!

Material: Hidráulico, Elétrico, Madeira, Tinta, Ferragens, Pisos, Tubos de Esgoto.

METAIS



PISOS E REVESTIMENTOS

LOUÇAS

LOUÇAS PARA PESSOAS COM NECESSIDADES ESPECIAIS



FERRAMENTAS

TINTAS



GABINETES

CUBAS DE PET RECICLADO



6X SEM JUROS EM TODOS OS CARTÕES DE CRÉDITO

ACEITAMOS CONSTRUCARD

FINANCIAMENTO CDC **CAIXA** EM ATÉ 24X

Estrada dos Bandeirantes, 384 - Taquara - Jacarepaguá - Rio de Janeiro - RJ

2445-0209 / 3342-2215 / 2427-3201

www.acasadoconstrutor.com.br



A Física e o cotidiano

JORGE BRUM
FÍSICO
BRUMJJ@GMAIL.COM



A dúvida e o cotidiano



"A dúvida é o preço da pureza e é inútil ter certeza". Engenheiros do Hawaii

Muitas vezes já ouvimos tais palavras na vida. Existem outras variações, tais como: um tolo tem certezas e um gênio, dúvidas etc.

Mas qual o papel da dúvida na ciência e qual o seu impacto no nosso dia a dia? Bem, é uma história muito interessante e, claro, longa. Mas, vamos às partes centrais.

A ciência, tal qual conhecemos, pode-se dizer recente. Há milênios o homem investiga a natureza, mas somente há poucos séculos se preocupou em estabelecer critérios para esse estudo. Nos séculos XVII e XVIII, com Descartes e Newton, entre outros, a ciência se transformou. O sucesso foi tão grande com a física newtoniana - cujas previsões sobre o movimento dos planetas no sistema solar transformaram o Cosmos num enorme relógio sideral - que um grupo de pessoas passou a defender a idéia de um Deus matemático, lógico, e um outro grupo passou a defender a idéia de que Deus não era necessário no mundo exato das leis de Newton. Duas ideias opostas com o mesmo argumento central. Interessante, não?

Dando um enorme salto no tempo (os físicos adoram isso), no surgimento da física quântica no século XX, percebeu-se que a visão humana da natureza tinha um limite, através do qual nossas observações dos fenômenos físicos ficavam distorcidas, fora de foco. Esse é o então chamado Princípio da Incerteza e foi introduzido por Werner Heisenberg, um dos pais da quântica. Em poucas palavras, o Princípio da Incerteza nos diz que, quanto mais conhecemos determinada propriedade de um sistema quântico, menos conhecemos outra propriedade. Podem ser, por exemplo, a posição de um elétron e sua velocidade. Se afirmamos com 100% de certeza onde se encontra o elétron, temos 0% de certeza sobre sua velocidade. E agora, o que dizem aqueles que amam a certeza e desprezam a dúvida?

Foi um choque tão grande que até mesmo Einstein ficou, de certa forma, tenso e bradou a famosa frase: "Deus não joga dados com o universo".

Em vão.

Em física, toda medida deve vir associada de uma incerteza. Quero dizer que, quando lemos o velocímetro do nosso carro, temos que ter em mente que ao valor 100 km/h está associado algo como ± 10 km/h, talvez até mais. De sorte que os órgãos de fiscalização se sensibilizaram e os radares, de forma geral, nos dão 7% de margem de erro. Um alívio, não?

Outro exemplo bem curioso de como a incerteza pode nos tirar uma dúvida é num exame de DNA, onde as falhas de cópia do código genético, ou as mutações, dada a imprecisão da cópia desse mesmo código, são comparadas para avaliar se dois indivíduos tem alguma relação de parentesco. As falhas nas cópias dos DNAs de pais e filhos(as) devem ser semelhantes. Curioso, não?

Por isso, lembrem-se: todos os exames, todos os radares, todas as eleições, todos as medidas devem carregar suas incertezas.

Uma questão interessante é se aplicarmos esses fundamentos em algum esporte. Por exemplo, no basquete, onde, eventualmente, uma partida poderia terminar, digamos, 110 a 109. E esse ponto decidiu o título olímpico. Na prática, o time que fez um ponto a mais se sagraria campeão e todos os seus atletas seriam considerados heróis eternos e o time perdedor sofreria amargamente essa derrota.

Mas, e em termos científicos, qual seria a análise mais correta desse resultado? Quem se arrisca?

Até a próxima.



Especulação imobiliária na Colônia eleva a falta de segurança do local



Cerca de 120 pessoas se reuniram na Taquara no dia 26 de março para debater temas relacionados à segurança pública em Jacarepaguá. Entre as discussões em pauta estavam o crescimento imobiliário desordenado na Colônia Juliano Moreira e a onda de assaltos com a utilização de motos na região.

Durante a reunião, os moradores se mostraram indignados com a construção de vários imóveis na Colônia Juliano Moreira sem que haja um planejamento para isso, principalmente no que diz respeito à segurança pública no local. Os participantes relataram, ainda, que está se tornando comum a passagem de motoqueiros armados pelas ruas e solicitaram melhor atenção da Prefeitura ao crescimento desordenado no bairro. O comandante do 18º Batalhão da Polícia Militar, tenente-coronel Rogério Figueredo, informou que a população tem denunciado e a polícia está trabalhando para conter a ação dos criminosos, inclusive já identificando alguns deles.

O delegado Rodolfo Waldeck, titular da 32ª DP, admitiu que Jacarepaguá, em especial a Taquara, tem vivido um momento de crise com relação aos delitos cometidos com a utilização de motos, mas relatou que a polícia militar tem realizado apreensões diárias desses veículos e também destacou a importância de a população denunciar os crimes, fornecendo à polícia características dos criminosos. "Nada irá impedir o nosso trabalho de atender a comunidade, mas precisamos que ela nos dê informações mais precisas", reforçou o delegado titular da delegacia na Taquara.

Com relação à passeata em prol da segurança pública realizada na Freguesia no dia 7 de março, os participantes da reunião colocaram que o ato também foi importante para atrair a atenção do Governo Estadual para os problemas enfrentados pela polícia, tais como falta de efetivo, constante troca de comandantes e delegados da região e o fato de a Praça Seca estar sob o comando do Batalhão de Rocha Miranda (9º BPM) em vez do 18º BPM, que é o que abrange Jacarepaguá.

Apesar de a reunião ter acontecido no mesmo endereço onde fica localizado o Conselho Tutelar de Jacarepaguá, nenhum representante do órgão compareceu ao encontro, o que foi lamentado pelo presidente do Conselho Comunitário de Segurança (CCS) da 18ª AISP, Antônio Miranda. "Seria muito importante que neste Conselho de Segurança tivesse a presença do Conselho Tutelar, que discute a segurança das crianças. Essa é uma boa hora de repensarmos quem escolhemos como conselheiros, pois há muito tempo não vejo nenhum membro do Conselho Tutelar participando desta reunião", desabafa Miranda.

Estiveram também presentes à mesa o inspetor Getúlio Moura, da 41ª DP; o capitão Henrique Ramos, do Corpo de Bombeiros; e o assessor da subprefeitura da Barra e Jacarepaguá, Eduardo Ferreira. A próxima reunião do CCS será no dia 30 de abril, às 9 horas, no Shopping Metropolitan Barra, localizado na Avenida Abelardo Bueno, 1.300 (próximo à estação de BRT Centro Metropolitan), na Barra da Tijuca.



Faça Ibeu Flex. Inglês em 18 meses.

Flexibilidade e dinamismo, em um curso exclusivo para adultos. Inglês prático para sua vida profissional e social, com ênfase em conversação.

**NOVAS TURMAS
EM ABRIL!**



**A GENTE
APRENDE mais
onde se sente
BEM**

**INGLÊS
GLOBAL**

Matricule-se no Ibeu Flex e ganhe o livro!*
Freguesia 2425-4441 Estrada dos Três Rios, 517

*Condição especial válida por tempo limitado, para novas matrículas.

Brasileiro precisa redescobrir o Brasil

País ainda vive como colônia de exploração, exterminando seus recursos naturais

No dia 22 de abril o Brasil completa 515 anos. A data é uma referência à chegada das 13 caravelas portuguesas lideradas por Pedro Álvares Cabral ao país, batizado com o nome de uma planta nativa abundante na época do descobrimento: o pau-brasil.

Sessenta e cinco anos depois, era fundada a cidade de São Sebastião do Rio de Janeiro, que, mais tarde, se tornou capital do País até 1960.

Essa é uma história que todo brasileiro que tenha frequentado os bancos escolares deve estar cansado de saber. No entanto, o ano em que se comemora os 450 anos de fundação da capital fluminense é um bom momento para se resgatar alguns detalhes da história que acabam se perdendo no cotidiano, como a importância de Jacarepaguá para a cidade-capital até o século 20.

Jacarepaguá era a região da cidade com mais engenhos de açúcar na época colonial e manteve essa característica agrícola até o século 20. A área produzia grande parte dos produtos hortifrutigranjeiros consumidos na cidade, que era a capital do país na época. “Jacarepaguá foi o primeiro distrito agrícola do Rio de Janeiro, que ia do Valqueire, passando pelas terras do Visconde de Asseca, Vargens Grande e Pequena, Barra e Recreio. Essa terra era fundamental com seus engenhos e outras produções agrícolas”, conta Rodrigo Rainha, professor de história da universidade Estácio de Sá. Alguns bairros e ruas até ganharam nomes de antigos engenhos da região, tais como Três Rios, Camorim, Taquara e Engenho D’Água.

No entanto, ao se comparar aquela época com os dias atuais, é possível

perceber que a exploração desordenada de recursos naturais, tanto no País quanto na capital fluminense, continuou acontecendo. Neste ano em que o Rio de Janeiro celebra seus 450 anos, por exemplo, a cidade vem enfrentando o fantasma de uma crise hídrica, como consequência da má utilização da água potável. “Continuamos tratando a abundância ambiental como se ainda

fôssemos uma colônia de exploração em que o objetivo é usar os recursos sem qualquer noção de sustentabilidade. O que predomina até hoje na cultura nacional é a cultura do pau-brasil, isto é, usar até acabar”, desabafa o biólogo Mário Moscatelli.

A cidade, que é a segunda mais populosa do Brasil, perdendo apenas para São Paulo, se prepara novamente para receber visitantes de todo o mundo para os Jogos Olímpicos de 2016. No entanto, possui muitas pendências em alguns dos compromissos assumidos pelas autoridades para a realização do evento. Na nossa Região, as obras de recuperação do Complexo Lagunar da Barra da Tijuca e Jacarepaguá foram suspensas pelo Ministério Público Federal por tempo indeterminado. Enquanto isso, o esgoto não tratado continua poluindo as águas que poderiam ser usadas para o consumo.

A poluição não é o único mal que a Região tem sofrido, outro problema é



Professor Rodrigo Rainha



A chegada das 13 caravelas portuguesas liderada por Pedro Álvares Cabral em 1500

a intensa retirada de árvores devido ao crescimento desordenado, sendo visível que o bairro tem tido sua paisagem natural cada vez mais modificada por empreendimentos imobiliários nas últimas décadas. A extensa área verde que o bairro possuía antigamente está dando lugar às chamadas “ilhas de calor”, que são áreas com temperaturas elevadas decorrentes da urbanização. “Essas ilhas de calor são inevitáveis e, mesmo com o reflorestamento de algumas áreas, estas nunca suprirão aquilo que foi retirado, como por exemplo, as árvores centenárias. O replantio se dá com mudas que levarão anos para se desenvolverem”, analisa a coordenadora do Conselho de Meio Ambiente de Jacarepaguá, Núbia Corrêa.

Curiosidade

Quando os franceses foram expulsos da Baía de Guanabara e ocorreu a fundação da cidade do Rio de Janeiro, estes não se retiraram aceitando a derrota. Eles tentaram surpreender os portugueses com um contra-golpe por terra. Levaram seus navios até a altura de Guaratiba e seguiram por terra pelas prováveis Vargens Grande e Pequena, até a altura da Taquara, dali seguindo para atravessar um terreno pantanoso, não se sabe o exato lado, se em direção ao plano, pela Visconde Asseca, depois batizada de Praça Seca, ou se em direção a serra, atual Grajaú-Jacarepaguá. Na travessia eles tiveram febres, perderam equipamentos e também o ânimo, se retirando da cidade pela Baía de Guanabara.

PROBLEMAS NO SEU CONDOMÍNIO?

Peça... **HELP**

HELP ASSESSORIA CONDOMINIAL LTDA
para solucioná-los,
SOLICITE UMA VISITA!

Estr. de Jacarepaguá, 7709/710
Freguesia - Tel. 2447-3944
CRC/RJ 003925/0 - ABADI 935 - CRA/RJ 90-03362-1
www.helpadm.com.br

NOSSO BAIRRO Jacarepaguá

Quem é do bairro anuncia

No JNB você é visto por quem realmente interessa

3627-7945
comercial@nossobairro.net

OPORTUNIDADE DE TRABALHO NA ÁREA COMERCIAL

O JORNAL NOSSO BAIRRO JACAREPAGUÁ está selecionando **Executivos de Contas (vendedores de anúncios)**. Os interessados devem enviar curriculum atualizado para o e-mail: comercial@nossobairro.net

TRABALHE NO BAIRRO. TRABALHE CONOSCO



GALERIA TAQUARA FASHION

Um espaço da moda, com muita gente bonita!

Tudo o que você precisa com o menor preço da Taquara:
Moda Feminina, Masculina e Infantil • Acessórios • Utilidades

BAGAGIO **DROGARIA VENANCIO** **Loterias CAIXA**

Aqui você encontra presentes especiais para pessoas de todos os estilos
Ambiente Climatizado. Visite-nos!

Informações sobre locação de box
7702-7652

Rua Apiacás, nº 388 - Taquara (Em frente a Casas Bahia)



SHOPPING TINDIBA

- Moda Feminina
- Moda Masculina
- Moda Infantil
- Acessórios
- Utilidades

UTILICASA

Mundo Verde
Sua loja do bem-estar.

Cases para seu smartphone, roupas masculinas e femininas.
O presente ideal para a pessoa certa

Venha nos visitar!

Informações sobre locação de box
7702-7652

Tudo o que você precisa com o menor preço da Taquara

Estrada do Tindiba, nº 2113 - Taquara (Em frente ao Banco Itaú)

No Bairro Acontece...

Foto: Nilton Silva



LUZ, CÂMERA, AULA

Os alunos do curso de produção em cinema e TV receberam a atriz Andra Lu na aula do Projeto Fulfilm no Centro Cultural Dyla de Sá, no dia 14 de março



PROJETO SOCIAL NO SESC

O Espaço Cultural Escola Sesc recebeu no dia 7 de março o Projeto Social, com diversos laboratórios como esporte, artes cênicas, grafitti, gastronomia, meio ambiente, literatura, comunicação, moda e atividades voltadas para crianças e idosos.



CORRENDO PARA A VITÓRIA

O atleta Wilson Nascimento, morador da Taquara, alcançou a 9ª colocação na primeira etapa do Campeonato Estadual de Duathlon, circuito Fitness, realizado na Enseada de Botafogo no dia 22 de fevereiro.

A PAIXÃO DE CRISTO

Ensaio da peça "A paixão de Cristo" que foi encenada dia 28 de março, às 20 horas, na Capela de N. S. de Mont Serrat, localizada na Estrada dos Bandeirantes, 16.064, em Vargem Pequena.



APRESENTAÇÃO

O cantor evangélico Ronaldo Santos (ao centro) posa para foto com Erika, seu esposo Rodrigo Santana e a pequena Raphaela, após apresentação na sede da ADMAV na Curicica (Rua Calmon, 28)



PROJETO UZINA

Evento de lançamento do Projeto Uzina, que possui Laboratórios de Artes e Produção Cultural foi realizado no Espaço Cultural Escola Sesc no dia 7 de março

Agenda Cultural

TEATRO SESI JACAREPAGUÁ
 Av. Geremário Dantas, 940 - Freguesia
 Informações: 3312-3753 / 3312-3788

Dias 6 a 30 - Peça teatral "Ousadia". Sinopse: Carlos Fraga nunca pintou nem casinha com as mãos, mas se descobriu artista pintando com a boca depois de ter sofrido um acidente que o deixou numa cadeira de rodas. Classificação: Livre
Entrada Franca

Dia 10 - Primeiro Palco Aberto da Rede Criativa SESI Cultural – Zona Oeste. Ponto de encontro de vários artistas com diferentes linguagens. Rede Criativa SESI Cultural Zona Oeste é o ponto de encontro para que artistas, produtores, pesquisadores e os amantes de arte participem de um desenvolvimento cultural, local e plural. **Entrada Franca.** Classificação: Livre. **A partir das 14 horas.**

Programação geral: 14h - Abertura do evento | 14h às 18h - Feira Rede Criativa - Feira com participantes representativos da Zona Oeste, que tenham o que falar, ouvir e oferecer ao público da Economia Criativa da Zona Oeste, estabelecendo trocas entre o público presente. Com os participantes: Minc, SESC Escola, Museu Bispo do Rosário, Vinicius Giffon | 15h às 17h – Café Cultural - Encontro entre interessados e trabalhadores da Cultura Criativa da Zona Oeste. | 18h às 21h – Palco Aberto - Show de apresentações artísticas, de

forma interrupta, alternando linguagens, com os participantes da Rede Criativa, mostrando a qualidade e diversidade artística da zona oeste, através de curtas apresentações, de forma gratuita ao público, com os participantes: Banda Cudiná; Produtoira Guapoz; Banda Arame na Lapela, Projeto Circultural, Cia Teatral Evoé e Cia de Arte Cadê.

Dia 11 - Peça infantil "Patrícia Piolho" às 17h

Dia 17 - Show da banda "O Teatro Mágico" às 21h

Dia 18 - Peça teatral "O Palhaço e a Guerra". às 20h

Dia 25 - Peça teatral "Um de nós" às 21h

Dia 29 - Samba e outras coisas. Haroldo Costa recebe Zezé Mota às 20h

LONA CULTURAL MUNICIPAL JACOB DO BANDOLIM – Praça Geraldo Simonard (Praça do Barro Vermelho), no Pechincha. Informações: 2425-0825.

Dia 5 - Manhã de Choro com grupo Tocata do Rio às 9h30

Dia 5 - Zouk na Lona às 19h

Dia 15 - Romanceiro Popular - Uma Homenagem a Ariano Suassuna - 20h

Dia 23 - Dia do Choro às 15h

Dia 25 - Show com a banda Celebrare

Dia 26 - Forró na Lona - Grupo Raiz do Sana às 20h

As informações abaixo são de responsabilidade dos centros culturais e estão sujeitas à alterações.

Dub Ataque no Néctar



Foto: Divulgação / Internet

O reggae e o rap vão invadir Vargem Grande! Formado por Mateus Pinguim e Léo Flores, Dub Ataque vem produzindo e lançando músicas de forma independente desde 2006. O show "Live Mix" traz como convidado o MC Fabio Beleza, mestre na arte do improviso e do freestyle. Durante os intervalos, o Sound System Bangarang tocará o melhor da música jamaicana. **Dia 11 e abril às 22h. Néctar: Estrada dos Bandeirantes, 22774 – Vargem Grande - Tel: 21-2428-1387**

Celebrare na Lona de Jacarepaguá



Foto: Divulgação / Internet

A banda Celebrare se apresentará na Lona Cultural Jacob do Bandolim no dia 25 de abril. **Praça Geraldo Simonard (Praça do Barro Vermelho), no Pechincha. Informações: 2425-0825.**

Arnold Classic Brasil 2015

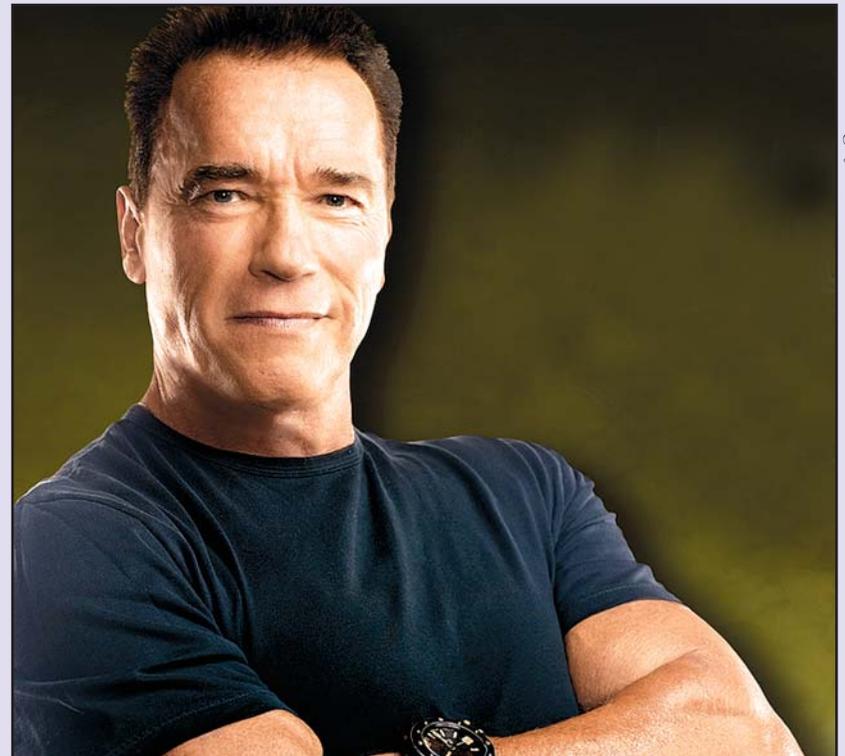


Foto: Divulgação / Internet

O maior evento multiesportivo do país acontece de 29 a 31 de maio, no Riocentro com mais de 30 modalidades esportivas. O **Arnold Classic Brasil** é uma Feira Internacional de nutrição esportiva, fitness e competições e seu *host* é o ator Arnold Schwarzenegger. **Av. Salvador Allende, 6.555 – Barra da Tijuca - Rio de Janeiro**

Crescimento populacional desordenado contribui para aumento de crimes

Roubos com uso de motos são os mais comuns na região

Enquanto o número de habitantes e estabelecimentos comerciais em Jacarepaguá cresce, o efetivo policial diminui. Segundo dados do Instituto de Segurança Pública (ISP), a região da 18ª AISP (Jacarepaguá) teve no início deste ano um aumento nos registros de roubos e furtos, se comparado ao mesmo período de 2014.

De acordo com as estatísticas do ISP, em janeiro deste ano ocorreram 344 roubos e 461 furtos, enquanto no mesmo mês do ano passado foram registrados 319 roubos e 419 furtos. Os dados revelam que roubos a transeuntes foram os que mais tiveram aumento na região. O delegado Rodolfo Waldeck, titular da 32ª DP (Taquara), expõe que os roubos de rua com a utilização de motocicletas são os mais comuns. “A maioria dos roubos registrados aqui, em algum momento teve a utilização de moto. Então, a gente precisa que a população ajude e comunique a polícia casos suspeitos, fornecendo detalhes que facilitem a investigação, como características das motos e detalhes dos capacetes usados pelos motociclistas”, orienta Waldeck, que recebe uma média de três a quatro registros de roubos por dia desse tipo de crime.

Para o delegado titular da 32ª DP, o crescimento da região de forma não planejada é um dos fatores contribuintes para a atuação de criminosos. “A população em Jacarepaguá aumentou, e, conseqüentemente, o comércio também, mas o efetivo da polícia não cresceu nessa mesma velocidade. Isso faz com que haja uma procura maior pela região por parte de marginais, para cometer esse tipo de crime”, observa Waldeck, que conta neste ano com sete policiais a menos do que no ano pas-

sado em seu efetivo (alguns se aposentaram e outros foram deslocados para outras unidades).

No entanto, embora a quantidade de roubos a estabelecimentos comerciais tenha diminuído na área da 32ª DP, aumentou na área da 41ª DP (Tanque) no comparativo de janeiro de 2014 e janeiro de 2015. Segundo a delegada Márcia Julião, titular da 41ª DP (Tanque), isso se deve ao fato de na medida em que a polícia combate o crime numa determinada região, ele se desloca para outras áreas. “A mancha criminal se move quando a gente reprime, ela sai de um lugar e vai para outro. Mas nós estamos monitorando, combatendo e vamos dar resposta. A comunidade pode ficar sossegada porque vamos reverter esse quadro”, garante Julião.

A delegada titular da 41ª DP classificou o protesto em prol da segurança pública realizado por um grupo de moradores do bairro na Freguesia no dia 7 de março como um ato positivo em favor da polícia. “Estamos esclarecendo vários crimes e isso aumenta a sensação de segurança da população. Inclusive a passeata foi em apoio ao nosso trabalho, as pessoas falaram que confiam na gente”, menciona.

De acordo com o comandante do 18º Batalhão da Polícia Militar, tenente-coronel Rogério Figueiredo, os crimes mais comuns em Jacarepaguá são os de rua



Fotos: Divulgação / Internet / JNB

(transeuntes, saída de estabelecimentos financeiros e no interior de veículos), roubo de veículos e em estabelecimentos comerciais. Ele revela que, apesar de o protesto ter ocorrido na Freguesia, o bairro não é o que mais sofre na área do 18º BPM. “O cometimento de crimes de rua foi um dos que mais cresceram no ano passado. A maior incidência, tanto deles, quanto de roubo de veículos e estabelecimentos comerciais, foi na área da Taquara. Por ser mais extensa, ter uma população maior e

possuir um centro comercial grande”, revela o tenente-coronel Figueiredo, que em 2014 registrou um total de 2.219 roubos de rua na área do Batalhão de Jacarepaguá. “Trabalhamos em cima dos dados de incidência criminal, fazendo um estudo e aplicando o policiamento dentro dessa incidência. Em especial, aumentamos o patrulhamento de motos e em áreas de prevenções”, explica o comandante, acrescentando que nos últimos meses deixou de ter sete viaturas à disposição do Batalhão.

NOSSO BAIRRO
Jacarepaguá
www.nossobairro.net

22.000
EXEMPLARES

Premiado
Melhor conteúdo pela AIB em 2010
Melhor jornal de bairro prêmio Lions

Apontado como o jornal de maior **credibilidade** do bairro pelos leitores

Distribuição do Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá

O JORNAL DE MAIOR TIRAGEM DA REGIÃO

VENHA CONHECER O NOVO CINEMARK NO CENTER SHOPPING RIO.

**4 SALAS ALL STADIUM
LOVE SEATS
PIPOCA ESPECIAL**



[cinemarkoficial](#)



cinemark.com.br

CINEMARK®

É MAIS QUE CINEMA. É CINEMARK.

Dicas de Concursos

Foto: Divulgação / Internet



Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ)

Estão abertas até o dia 14 de abril as inscrições para concurso público que visa contratação de três docentes para a Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ). As oportunidades estão distribuídas entre departamentos do campus Seropédica, nas áreas de Pensamento Educacional, Políticas Públicas e Diversidade (uma vaga), História Contemporânea (uma vaga) e Biotecnologia Florestal (uma vaga). Os candidatos a concorrer a uma das vagas devem apresentar doutorado, requisito mínimo para a classe de Titular Livre. O salário é de R\$ 14.110,97 com jornada de Dedicção Exclusiva, desempenhada em 40 horas semanais. Para concorrer, os candidatos devem se inscrever pelo site www.ufrrj.br/concursos, além de efetuar pagamento da taxa no valor de R\$ 352,00. A validade do certame é de um ano, podendo ser prorrogado por igual período.

Universidade Federal Fluminense (UFF)

A Universidade Federal Fluminense (UFF) realizará concurso público destinado ao provimento de 29 vagas docentes para ingresso na Carreira do Magistério Superior, distribuídas nas unidades de Niterói, Macaé, Campos dos Goytacazes e nos campus de Nova Friburgo, Rio das Ostras e Volta Redonda. Os salários de até R\$ 8.344,64, variam conforme o título e a jornada de trabalho, que pode ser de 20 ou 40 horas por semana. As inscrições estarão abertas até o dia 15 de abril e as taxas variam, podendo chegar até R\$ 130,00. Os interessados em participar devem se inscrever no site sistemas.uff.br.

Universidade Federal Fluminense (UFF)

A Universidade Federal Fluminense (UFF) divulgou a primeira retificação do Concurso Público destinado à contratação de cinco profissionais no cargo de Professor Titular-Livre. O novo documento altera o período de recebimento das inscrições, que agora acontece entre às 12 horas do dia 6 de abril ao dia 6 de julho. As inscrições podem ser feitas pelo site www.sistemas.uff.br/cpd, com o recolhimento da taxa no valor de R\$ 400,00. Os docentes que forem aprovados atuarão nas áreas de Ciências da Vida (uma vaga), Políticas Públicas (uma vaga), Engenharia (uma vaga), Ciências Biológicas (uma vaga) e Artes (uma vaga) e terão regime de Dedicção Exclusiva com 40 horas semanais e remuneração de R\$ 15.956,07.

NB

Na mira do leitor



POSITIVO

A Estrada da Chácara, na Praça Seca, está recebendo dispositivos nas calçadas para evitar o desrespeito de motoristas que estacionam veículos sobre o pequeno espaço destinado ao pedestre ao longo da via. O local recebe também as obras do Bairro Maravilha.



NEGATIVO

Foi lamentável e "criminoso" a "greve branca" que os carteiros em Jacarepaguá fizeram no mês de março. Muitas correspondências registradas tiveram que ser retiradas no Centro de Distribuição, sendo que a maioria das contas estavam vencidas. Além do transtorno causado pela "preguiça" dos carteiros, os usuários ainda tiveram que aturar o mau humor, o despreparo e a incompetência de algumas atendentes dos Correios. Em relação às cartas simples e aos impressos (sem registro), só Deus sabe que fim levaram. Será que os carteiros vão repetir esta "greve branca" em dezembro, quando, segundo a tradição, é o momento da gratificação natalina?!

Atenção leitor! Este espaço é destinado a participação de todos. Envie os dados principais com foto, do ponto positivo ou negativo de Jacarepaguá para o e-mail: redacao@nossobairro.net

Notas

Meio Ambiente

Jacaré é resgatado em Vargem Pequena



A Patrulha Ambiental resgatou no mês de março mais um jacaré do papo amarelo. Desta vez foi um animal adulto, de aproximadamente 1,60m, que estava na Rua Paulo José Mahfud, em Vargem Pequena. O réptil foi avaliado no Centro de Recuperação de Animais Silvestres da Universidade Estácio de Sá e depois solto no Parque Marapendi. A Guarda Municipal recomenda aos moradores que jamais tentem afastar os animais, jogando paus e pedras, já que isso pode estressá-los, além de machucá-los. O correto é isolar a área e chamar a Patrulha Ambiental, pelo telefone 1746, que funciona 24 horas por dia.

Curso

18º BPM realiza curso de Segurança Predial

Estão abertas as inscrições do Curso de Segurança Predial voltado para porteiros de edifícios, oferecido gratuitamente pelo 18º Batalhão da Polícia Militar. O objetivo é proporcionar aos porteiros prediais uma melhor comunicação com a polícia, além de capacitar esses profissionais a fim de evitar golpes de criminosos. A aula será ministrada no dia 8 de abril, a partir das 9 horas, com vagas limitadas.

Informações: 2332-2585

Campanha

Começa no Rio a campanha de vacinação contra o HPV

A campanha de vacinação contra o Papilomavírus Humano (HPV) começou no mês de março em todas as Unidades de Atenção Primária, Clínicas da Família e Centros Municipais de Saúde. Até o dia 10 de abril ela funcionará como estratégia conjunta com a Secretaria de Educação, podendo ser implementada em algumas escolas da rede pública na cidade do Rio.

A vacinação estará disponível ao longo de todo o ano. Serão imunizadas na primeira fase meninas entre 9 e 11 anos, adolescentes e mulheres com vírus da Imunodeficiência Humana (HIV) de 14 a 26 anos, mediante apresentação de declaração do médico. As adolescentes precisam tomar três doses da vacina contra o HPV, sendo a segunda seis meses depois da primeira e a terceira, cinco anos após a primeira. A meta da Secretaria Municipal de Saúde é vacinar cerca de 100 mil garotas neste ano.

O HPV é um vírus transmitido pelo contato direto com pele ou mucosas infectadas por meio de relação sexual. Também pode ser transmitido da mãe para filho no momento do parto. O combate ao papilomavírus humano faz parte das medidas de prevenção ao câncer de colo do útero.

Bebê dos 450 anos

Morador de Jacarepaguá é bebê símbolo dos 450 anos do Rio



O bebê símbolo dos 450 anos do Rio de Janeiro é morador da Gardênia Azul. Arthur nasceu de parto normal exatamente à zero hora do dia 1º de março, data em que foi comemorado o aniversário da Cidade Maravilhosa. Nascido na Maternidade Leila Diniz, na Barra da Tijuca, o carioquinha é o primeiro filho dos cearenses Kelviane Quadro do Nascimento e Antônio Aurélio Lima da Silva. Arthur chegou ao mundo com 52 centímetros e pouco mais de três quilos e recebeu a visita do prefeito Eduardo Paes, que presenteou a criança com uma placa em comemoração aos 450 anos do Rio.

Eu Vou



Cidade receberá Rock in Rio em 2017 e 2019

A Prefeitura do Rio de Janeiro e o Rock in Rio firmaram acordo para a realização de mais duas edições do festival na cidade em 2017 e 2019. O anúncio foi feito pelo Secretário Executivo de Coordenação de Governo do município do Rio, Pedro Paulo, durante uma coletiva de imprensa realizada no dia 24 de março.

Local Definido

Reunião da Comissão de Meio Ambiente será no Pechincha

A Lona Cultural Jacob do Bandolim sediará no dia 23 de abril, às 9 horas, a reunião da Comissão do Meio Ambiente de Jacarepaguá. O grupo se reúne mensalmente para debater e propor soluções para problemas ambientais da região. A Lona Cultural fica localizada na Praça do Barro Vermelho (Praça Geraldo Simonard), S/N, Pechincha.

Transporte

Bilhete único do Rio vai sofrer limitações

No intuito de aumentar o controle e a segurança quanto à utilização do Bilhete Único Intermunicipal (BU), um conjunto de medidas foram apresentadas pela Setrans (Secretaria Estadual de Transportes) no dia 30 de março. A Setrans pretende implementar o sistema de biometria e a obrigatoriedade de que uma das viagens de integração custe o valor máximo de R\$ 3,70. O objetivo da nova medida é o combate a fraudes contra o sistema.

Moda



NIVEA SALGADO
EMPRESÁRIA, PRODUTORA
DE MODA E BLOGUEIRA
INSTAGRAM: @NIVEASALGADO

Tendências Outono 2015

Olá meninas,
Hoje vou falar sobre algumas peças-chave que estão sendo tendência forte no Outono 2015.



Gola alta

Blusas e casacos de gola alta são grandes apostas para esse outono, com opções para diversos estilos. Vocês podem apostar no cropped gola alta, é uma opção perfeita e fica bem feminina e sensual.

Camurça

Podem, ainda, apostar em camurça nos acessórios, pode ser num calçado ou até mesmo naquela bolsa que vocês já têm no armário.



Suéteres

Quem não é fã de um suéter por cima do vestido ou até mesmo pra deixar o look mais arrumadinho? Ah, e não esqueçam que vocês podem usar um cachecol ou lenço pra deixar mais top o seu look.



Militar Chic

Meninas, a tendência militar voltou com tudo, invistam em estampas camufladas, apostem em vestidinhos, casaquinhos e não esqueçam do coturno, rrsrs.

Franjas

O estilo *boho* ainda continua, mesmo no outono, e vocês podem apostar em looks ou até mesmo em acessórios, criem visuais despojados e abussem dessa tendência.



REPÓRTERES DE JACAREPAGUÁ

SEM BILHETEIRO



"Não tem bilheteiro". Essa era a resposta de quem chegava à bilheteria da estação BRT Taquara, por volta das 13h40, do dia 09 de fevereiro, para comprar créditos para o RioCard. A alternativa era enfrentar uma longa fila e tentar a compra em uma dos terminais de autoatendimento, tendo em vista que o outro se encontrava inoperante. Para quem precisava comprar apenas uma passagem, a falta de funcionários na bilheteria da estação ainda causava outro transtorno, já que as máquinas de autoatendimento não dão troco.

Daniela Cardoso

ESPAÇO DEDICADO AO LEITOR QUE "FLAGRA" OS FATOS DE JACAREPAGUÁ.
ENVIAR FOTO, TEXTO E NOME PARA REDACAO@NOSSOBAIRRO.NET.
ASSUNTO: REPÓRTERES DE JACAREPAGUÁ

Os melhores cursos do Rio, estão na Freguesia!



- Ensino Fundamental, 6º ao 9º Ano
- Ensino Médio Regular
- Cursos Técnicos Pós Médio:
Segurança do Trabalho, Edificações e Meio Ambiente
- Faculdade de Arquitetura e Urbanismo
- Pós Graduação Presencial:
• Engenharia de Segurança do Trabalho
• Engenharia do Meio Ambiente

**GRADUAÇÃO E PÓS GRADUAÇÃO
A DISTÂNCIA**

**MAIS DE 70 EXCELENTE
CURSOS PARA VOCÊ!**

Condições especiais para alunos transferidos



Silva e Souza
COLÉGIO E FACULDADE
Unidade Jacarepaguá



www.silvaesouza.com.br

www.silvaesouza-uninter.com.br

**Av. Geremário Dantas, 1.400 / G2 - Quality Shopping
2456-2084 • 2456-2069**

Ex-subprefeito quer UPP na Praça Seca

Deputado Tiago Mohamed admite que o número de policiais não é suficiente

Recém-empossado no cargo de deputado estadual, o antigo subprefeito da Barra e Jacarepaguá, Tiago Mohamed, assumiu no dia 25 de fevereiro o mandato de quatro anos com a promessa de olhar pelos problemas da Região, entre eles as questões de saneamento básico e de segurança pública.

Em conversa com a equipe do Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá, Mohamed falou que um dos itens de preocupação em Jacarepaguá é com relação à segurança pública. “É importante trabalhar junto ao Governo do Estado para que haja aumento no efetivo do 18º BPM e do 9º BPM, que abrange a área da Praça Seca, pois o contingente de policiais não é suficiente para patrulhar todo o bairro”, destaca Mohamed, apontando o aumento da criminalidade nas regiões da Praça Seca, Tanque e Freguesia.

O deputado, que apontou a UPP da Cidade de Deus como um dos maiores avanços na segurança pública de Jacarepaguá, avaliou que o mesmo deveria ser feito na Praça Seca. “Todos os índices de criminalidade caíram a partir da UPP da Cidade de Deus. Não descarto a possibilidade de lutar para que seja instalada também uma na Praça Seca e eu vou levar isso à pauta de discussões da Secretaria de Segurança”, garante o deputado.

O parlamentar aponta que atualmente os crimes de rua são os que mais preocupam os habitantes da Região. Na Freguesia, moradores indignados com os assaltos fizeram um protesto no dia 7 de março, mês em que estabelecimentos comerciais até então nunca assaltados sofreram com a ação de criminosos. “Acho que a gente tem que avançar para a instalação de uma Companhia Destacada também na Freguesia, que possui uma densidade demográfica muito grande, o que acaba atraindo a atenção de marginais”, sugere o deputado.

Esgoto e saneamento

Outro problema que preocupa antigos e novos moradores de Jacarepaguá é a falta de investimento em saneamento básico. Para esse problema, o deputado apresentou à Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro (Alerj) o Projeto de Lei N° 167/2015



Saneamento básico e segurança pública são as o problemas que mais afetam os moradores de Jacarepaguá, segundo o deputado

que autoriza o Poder Executivo Estadual a celebrar convênio com o Município do Rio de Janeiro, com a finalidade de estabelecer e regulamentar a gestão associada para a prestação dos serviços de esgotamento sanitário nos bairros que integram a Área de Planejamento 4 do Município.

“Quero trabalhar a questão do saneamento básico e abastecimento de água, isso é prioridade no bairro. Esse Projeto de Lei (PL) é uma indicação ao Legislativo autorizando o Governo do Estado a firmar compromisso com a Prefeitura no avanço do tratamento de esgoto em Jacarepaguá”, expõe o deputado, afirmando que no início de sua gestão na subprefeitura, em 2009, apenas 30% do esgoto em Jacarepaguá era tratado e atualmente metade passa pela rede de tratamento. “Só na região da Curicica foram entregues quatro elevatórias de tratamento de esgoto. Hoje 50% do esgoto de Jacarepaguá é tratado. Ainda é pouco, mas os avanços foram grandes”, avalia.

Tiago Mohamed tomou posse do cargo no lugar do deputado eleito Gustavo Tutuca, que reassumiu a pasta de Secre-

tário de Estado de Ciência e Tecnologia. O parlamentar destacou que pretende ser um elo facilitador que leve para o Governo do Estado experiências positivas obtidas como subprefeito, encurtando, assim, os caminhos e aproximando cada vez mais o Governo do Estado da Prefeitura.

Contato

tiagomohamed@alerj.rj.gov.br



Saiba quais são as competências de um Deputado Estadual:

O Deputado Estadual tem a missão de representar a população na esfera estadual. Ele participa das sessões no Plenário da Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro apresentando projetos de leis e proposições em geral, expondo reivindicações e interesses da comunidade que representa, discutindo e votando as matérias apresentadas, oferecendo Parecer às matérias para as quais tenha sido designado Relator, além de fiscalizar as contas do Governo Estadual, criar Comissões Parlamentares de Inquérito (CPI) e outras atribuições inerentes ao cargo.

**Receitas**

FÁTIMA GUERRA
GOURMET
FATIMA@ALFABUFFET.COM.BR

**Chiclete de Camarão**

Aproveitando as férias no carnaval, estivemos em Maceió e conhecemos um prato típico da cidade que é o chiclete de camarão. O nome chiclete vem da colocação da mussarela que no acabamento do prato, fica como se fosse um chiclete.

Receita**INGREDIENTES:**

- 1 kg de camarão limpo
- 200 ml de leite de côco
- 200 g de requeijão cremoso
- 500 g de mussarela
- 3 tomates sem pele e sem semente
- ½ pimentão amarelo
- ½ pimentão vermelho
- ½ pimentão verde
- 2 dentes de alho
- 1 limão
- Azeite de oliva ou de dendê
- Sal e pimenta do reino à gosto

MODO DE PREPARO:

Limpar os camarões, temperar com sal, limão e pimenta. Doure com azeite de oliva ou dendê os dentes de alho espremidos, adicione os camarões; refogue por 10 minutos. Bata os tomates e os pimentões no liquidificador e peneire, acrescentando sem o líquido aos camarões, refogando por mais 5 minutos. Acrescente o leite de côco e deixe ferver, adicionando em seguida o requeijão misturando bem até dissolvê-lo. Coloque por último as fatias de mussarela, conforme forem dissolvendo, acrescente outra camada até acabar. Isto é que vai dar o ponto de chiclete. Sirva com arroz branco e bom apetite!

NE

OFERTAS DA
FAMÍLIA PRINCESA
ESPECIALMENTE
PARA A SUA.

Pechincha: Estrada do Pau Ferro 31B
www.princesaonline.com.br
Facebook: Princesa Supermercados



GMAIS, a nova concessionária Chevrolet



Curicica foi o bairro escolhido para a instalação da maior concessionária Chevrolet do Grupo Américas. Inaugurada no dia 3 de janeiro, a GMAIS possui características que vão além da venda de veículos. Com sete mil metros quadrados e 60 funcionários, “o local possui uma estrutura plena, que atende a venda de veículos novos e seminovos, além de possuir setor de oficina e peças”, conta o diretor comercial do grupo Marcelo Andrade.

A Américas foi fundada em 2000 e é hoje a maior revendedora Chevrolet no Rio de Janeiro. Esta liderança nas vendas foi incorporada ao DNA da GMAIS e a prova foi a venda de cerca de 150 unidades 0 km no primeiro mês de inaugurada. O novo empreendimento tem previsão de venda mensal de cerca de 300 unidades. Segundo o diretor comercial, a liderança nas vendas é o resultado do atendimento personalizado com uma política de preços e financiamentos diferenciados para cada tipo de consumidor; seja ele pessoa física, jurídica ou órgãos governamentais. “Não usamos os mesmos padrões das financeiras para a compra de carros”, afirma Andrade, acrescentando que a GMAIS tem o maior estoque de 0 km para pronta entrega. Um outro diferencial da GMAIS, dentro dos sete mil metros quadrados, é a oficina que conta com profissionais treinados na fábrica e com os mais modernos

equipamentos de pintura, funilaria e de checagem do carro por processamento em computador, além de ter um setor de peças com o maior estoque no estado. De acordo com Andrade, o bairro de Curicica foi o escolhido para sediar esta nova concessionária devido ao crescimento de Jacarepaguá - de pessoas e de empresas, o que elevou o poder aquisitivo na região, além do bom acesso às regiões vizinhas.

Informações

A GMAIS fica na Estrada Coronel Pedro Correia, 74
www.gmaischevrolet.com.br



Estação do Faz de Conta 3 & 5

Venha curtir sua festa na **NOVA CASA MAIS DIVERTIDA** da região!

ESTAÇÃO 3
 Rua Caviana, 588 - Taquara
 Tels.: 2435-0531 / 2290-8359

ESTAÇÃO 5
 Estr. do Rio Grande, 1588 - Taquara
 Tels.: 2456-6947 / 3258-2008

- CINEMA 7D;
- TOBOGÁ TRIPLO;
- SUPER BRINQUEDÃO;
- CARROSSEL;
- RODA GIGANTE;
- KABUM;
- DE VOLTA PRO FUTURO;
- CAMPO DE FUTEBOL;
- TREM BALA;
- ÁREA PAIS;
- ÁREA BABY;
- LOOPING 360°;
- KINECT;
- MÁQUINA DE DANÇA;

- FUT SHOW;
- TOTÓ;
- AIR GAME;
- BASQUETE ELETRÔNICO;
- BOLT;
- SENINHA;
- PISTOLA D'ÁGUA;
- GAMES;
- AR CONDICIONADO;
- GERADOR;
- BANHEIRO CADEIRANTE;
- BERÇÁRIO;

www.estacaodofazdeconta.com.br

Horóscopo

MALU RODRIGUES
ASTRÓLOGA,
MALUCATAO@GMAIL.COM



Previsão astrológica do mês de abril

Áries:

É o signo do grande empreendedor, militante, obstinado e artesão. Seu objetivo é a liderança energética. Partes do corpo: cabeça, rosto e cérebro. **Elemento:** fogo. **Regente:** Marte



Áries (21/03 a 21/04): As decisões tendem a ser mais maduras por causa da influência da Lua no confiante signo de Leão.



Câncer (21/06 a 21/07): momento maravilhoso para atingir o sucesso, confiança em todos os negócios que investir e o rendimento será certo.



Touro (21/04 a 20/05): sua intuição e senso de criatividade estão aguçadas pela forte presença da sua Vênus plena no seu próprio signo.



Leão (22/07 a 22/08): período tenso no que diz respeito aos seus projetos de médio prazo, aguarde novas oportunidades e saídas para os possíveis problemas.



Gêmeos (21/05 a 20/06): tempo de novos projetos, de expandir sua rede de contatos e pensar coletivamente.



Virgem (23/08 a 22/09): as finanças não estão indo como esperava, talvez tenha que fazer mudanças na sua rotina, descartando aquilo que não tem utilidade.



Erros de português frequentes

REDACAO@NOSSOBAIRRO.NET

No dia a dia, é comum observarmos que algumas pessoas se confundem ao empregar certos vocábulos da língua portuguesa. Por isso, o **Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá**, mensalmente, dará dicas para você não fazer feio ao se expressar. Confira os exemplos abaixo:

1) Amanteigado

Ele vende biscoitos **amanteigados**, e não **amantegados**.

2) Acondicionado

Os alimentos estavam **acondicionados** de forma incorreta, e não **acodicionados**.

3) Mamões

Juliana gosta de **mamões**, e não **mamãos**.



Libra (23/09 a 22/10): uma grande paixão pode surgir de onde menos você espera, e será forte como um vulcão, aproveite



Capricórnio (22/12 a 20/01): mudanças positivas podem ocorrer na sua casa ou na sua família, o nascimento de alguém pode trazer uma felicidade imensa na sua vida.



Escorpião (23/10 a 21/11): faça algo diferente para animar seus dias e espantar o tédio, saia da mesmice, ouse mais, saia com os amigos; é para isso que eles servem.



Aquário (21/01 a 19/02): precisa aprender a não ser tão teimoso e não querer impor seus pontos de vista, ninguém precisa pensar igual a você.



Sagitário (22/11 a 21/12): não crie situação de desconforto, você tem que aprender a não falar tudo na cara e não bancar a dona da verdade.



Peixes (20/02 a 20/03): aproveite a maré de tranquilidade e deixe que suas ideias criativas surjam, que tal um curso de fotografia para começar.

Projeto une estudos e a prática de esportes

Rio em Forma está presente em mais de 70 pontos na região



No intuito de incentivar a prática de atividades físicas e também manter crianças e adolescentes matriculadas nas escolas, a Secretaria Municipal de Esporte e Lazer do Rio de Janeiro lançou em 2009 o Rio em Forma.

O projeto disponibiliza na cidade mais de 30 modalidades de esporte gratuitas para alunos, principalmente da rede pública, com idade entre 7 e 14 anos e idosos.

O objetivo é estimular a melhora na qualidade de vida por meio da prática de esportes e minimizar a evasão escolar, pois para frequentar qualquer atividade é obrigatório que a criança ou adolescente esteja matriculado na escola, seja ela pública ou particular.

Em Jacarepaguá e Vargens, o Rio em Forma acontece em 77 pontos e também há atividades voltadas para a terceira idade. Entre as aulas oferecidas estão futebol, vôlei, jiu jitsu, judô, taekwondo, tai chi chuan, ginástica, hidroginástica e dança de salão. Os interessados em participar devem comparecer à unidade, no horário em que a atividade acontece, e fazer a inscrição gratuitamente com o professor.

Informações

Saiba onde encontrar o Rio em Forma na Região:
www.rioemformaolimpico.com.br



MMG
DE BONSUCESSO
EQUIPAMENTOS CONTRA INCÊNDIO LTDA.



OFERECEMOS:

- Projeto de segurança contra incêndio e pânico
- Material hidráulico • Extintores novos
- Recargas e retestes • Mangueiras
- Hidrantes • Válvulas • Esguichos
- Instalação de rede de incêndio
- Manutenção de bomba de incêndio
- Serviços prediais • Brigada de incêndio

CREDENCIAMENTOS:
INMETRO: 243
CBMERJ: 02/03-56
CREA: 12628/2014

(21) 3647-3621 / 3507-1406
mmgextintores@globocom
www.mmgextintores.com.br

PRODUTOS E SERVIÇOS



Viviane Laurencio de Jesus

**Nutricionista Clínica
Estética e Esportiva
CRN 08101212**

Barra da Tijuca
Av. das Américas, 2111 sala 105
(21) 2495-1186 / (21) 3597-0014
vivianelaurencio2@gmail.com



GUSTAVO MEDEIROS
NEUROLOGIA

"5/5 estrelas em avaliações de pacientes do site Doctoralia"

@ contato@drstavomed.com.br
☎ (21) 3174-1409 | (21) 98862-1000
📍 Estrada dos Três Rios, 1530, sala 408, Rios Life Office Freguesia - Rio de Janeiro, RJ - CEP: 22745-005
🌐 www.drstavomed.com.br



Casamentos . Jantares finos . Festas em geral

Botequim Alfa's Buffet
Petiscos de botequim variados Mini-porção e bebida
Decoração de botequim Open Bar

Institucional: Brunch, Coffe break, coquetel

Festas Temáticas Personalizamos sua festa

Supervisão de uma Chef formada
2446-4195 . 99947-2347
7714-1554 . ID 14*20231
alfasbuffet@alfasbuffet.com.br
www.alfasbuffet.com.br



www.anjosdavidanet
3129-9125 ou 7739-5538
anjosdavidaguardiao@hotmail.com

Somos uma empresa formada por guarda-vidas instrutores, especializada em guardião, manutenção de piscinas, tratamento de água, manutenção de bombas e filtros, trocas de azulejos sem o esvaziamento da piscina, entre outras. Visando zelar pelo bem estar e segurança dos banhistas, nossos funcionários possuem vasta experiência e são habilitados pelo GRUPAMENTO MARÍTIMO DO CORPO DE BOMBEIROS DO RIO DE JANEIRO.

Ψ Psicologia Clínica
Adultos, Adolescentes, Crianças, Idosos e Casal

Ansiedade • Distúrbios Psicossomáticos
Fobias • Gerontologia
Perdas (Luto) • Depressão • Estresse

Magda V. Monteiro
CRP: 13212-05
Especialista em Psicossomática e Gerontologia (UERJ - Unati)

Est. de Jacarepaguá, 7655 - Ed. Unicenter - Freguesia
2424-2386 / 99186-8446

Ψ

GABRIELA ALMAS
• crianças e adolescentes
• gestantes e pós parto • casal e família

Psicóloga e Psicopedagoga
CRP: 05 / 30956

Freguesia / Jacarepaguá • 99774-7876

MÓDULOS
com preços super promocionais

Diferentes formatos • Pagamento Online no Cartão de Crédito em até 3X SEM JUROS

ESTE MÓDULO POR R\$ 182,00 EM 3X SEM JUROS

Ligue ou envie um e-mail solicitando os módulos para o Guia de Produtos e Serviços:
guianossobairrojpa@gmail.com / 2440-4549 | 3627-7945



TODA LINHA CHEVROLET 2015



CORRA E APROVEITE!

**VENHA CONHECER
A MAIS NOVA
CONCESSIONÁRIA CHEVROLET
DO RIO DE JANEIRO.**

**PREÇOS E CONDIÇÕES
ESPECIAIS NEGOCIADAS
DIRETO COM A FÁBRICA.**

GMAIS

DIRETORIA NO LOCAL PARA GARANTIR O MENOR PREÇO E PRESTAÇÃO DO BRASIL.

**LINHA 2015 COM
TAXA ZERO**



**HIPERAVALIAÇÃO
DO SEU USADO**

**ÚLTIMAS 200
UNIDADES SEM**



PLANOS SEM ENTRADA EM ATÉ 60X

AQUI VOCÊ ESCOLHE COMO PAGAR

TEMOS O PLANO QUE CABE NO SEU BOLSO

**Promoções Especiais para
Pessoa Jurídica**



Direto da montadora,
com grandes descontos
para qualquer CNPJ.

**As Melhores condições para
Taxistas**



- Toda linha para Táxis sem isenção
- Agilizamos documentação

• Parceria com o FAT do Banco do Brasil.

**Atendimento Personalizado para
Portadores de Necessidades Especiais**



Nossos consultores vão até o cliente.



★ ★ ★ **MEGA VENDA de SEMINOVOS GMAIS** ★ ★ ★



GMAIS
para quem quer mais

ESTRADA CORONEL PEDRO CORREIA Nº74 - JACAREPAGUÁ
EM FRENTE AO SUPERMERCADO MUNDIAL NA EST. DOS BANDEIRANTES

21 3609-6100

SEMINOVOS:
21 3609-6130



**PEDESTRE,
USE SUA FAIXA.**

Atendimento de segunda a sábado das 8h às 20h. Não abriremos aos domingos WHATSAPP: 99869-9322 - Sérgio Novaes

Fotos meramente ilustrativas. Crédito sujeito à aprovação da financeira. O valor do IPI será concedido em desconto sobre o preço público sugerido do veículo direto nas concessionárias Chevrolet. Carros sem IPI, válido apenas para os modelos: Classic, Onix 1.4, Celta, Cobalt 1.4 e 1.8 e S10 Flex. Taxa de juros a depender do plano optado e do veículo adquirido. Plano de financiamento direto ao usuário (FDU), sujeito à aprovação de crédito. Os veículos Chevrolet estão em conformidade com o Proconve - Programa de Controle da Poluição do Ar por Veículos Automotores. Consulte condições em uma concessionária Gmais. Crédito sujeito à aprovação da financeira. Promoção válida somente para data de publicação. Reservamo-nos o direito de corrigir possíveis erros de digitação.

NOSSO BAIRRO *Jacarepaguá*

www.nossobairro.net



Saúde & Bem-Estar

Foto: Divulgação / Internet

Pilates no seu bairro

Estacionamento Rotativo
Salas Climatizadas



O Método Pilates combina exercícios controlados, capaz de melhorar flexibilidade, força muscular, resistência, corrigir postura e prevenir lesões, além de amenizar dores crônicas.

AULA EXPERIMENTAL GRATUITA.

10% DE DESCONTO NO PRIMEIRO PLANO PARA NOVOS ALUNOS DO PERÍODO DA NOITE, DAS 17H ÀS 20H.

TREINAMENTO FUNCIONAL • COND. AERÓBICO • TRANSPORT TRX • PILATES EM SUSPENSÃO • PILATES PARA GESTANTES E TERCEIRA IDADE • PERSONAL TRAINER



Curta o facebook
ATITUDE SAÚDE

END: ESTRADA DE JACAREPAGUÁ, 7187 - SALA 301 - COND.META OFFICE I - FREGUESIA
TEL:(21)3026-3305/99570-8322 - www.atitudesaude.net.br

Um olhar sob medida

Fazer as sobrancelhas exige técnica e profissional especializado

A sobrancelha é um dos principais elementos que ajudam a valorizar o rosto e a realçar o olhar. No entanto, é preciso ter muito cuidado e, preferencialmente, buscar ajuda de um bom profissional, pois a retirada incorreta dos pelos pode estragar todo o formato da sobrancelha, e consertar o erro pode levar alguns meses.

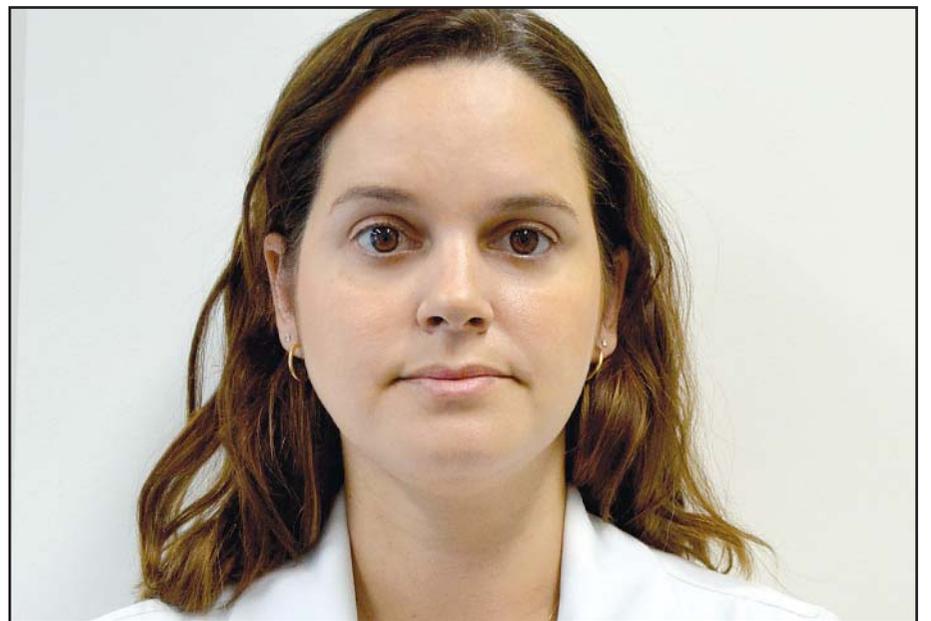
“Muitos profissionais não utilizam o paquímetro (instrumento para medição), as medidas e a técnica do visagismo para determinar uma sobrancelha para cada tipo e formato do rosto, agindo de forma aleatória e definindo somente pelo olhar aquilo que acham melhor”, conta a fisioterapeuta dermatofuncional, esteticista e designer de sobrancelhas Fabiana Wermelinger. Ela explica que um dos principais erros cometidos no momento do design é que nem sempre os profissionais fazem uma análise prévia do que deve ser feito, como por exemplo um estudo da personalidade da cliente. “Outros erros são afinar demais a sobrancelha, dando o aspecto de envelhecimento ao rosto, ou encurtar a cauda”, expõe.

A especialista aconselha que o intervalo ideal para a manutenção da sobrancelha é de 28 a 30 dias. Isso porque o pelo, assim

como a pele, necessita de tempo para se regenerar. “Intervalos menores que este são prejudiciais, pois não respeitam toda a fase de crescimento do pelo e podem aparecer doenças como foliculites, que é a inflamação do folículo capilar”, esclarece a especialista. Outro item a ser observado, e que não é lenda, está relacionado à depilação com cera. “A tração exercida ao retirar a cera e os pelos vão, com o passar do tempo, ocasionando flacidez na região da pálpebra”, alerta. Por mais que você tente, nunca será possível deixar as duas sobrancelhas completamente iguais, mas o objetivo é fazer com que ambas fiquem o mais parecidas possível. “O design da sobrancelha tenta deixá-las o mais próximo uma da outra, mas às vezes não dá devido a diversas causas como assimetria facial, cicatrizes, formato e direcionamento do pelo”, analisa Fabiana. NE



Fotos: Divulgação / Internet



Fabiana Wermelinger expõe os erros mais cometidos em sobrancelhas

Tipos de sobrancelhas, rostos e olhos

Sobrancelhas retas: As sobrancelhas retas são as mais comuns entre as mulheres, elas são consideradas sobrancelhas neutras.

Sobrancelhas redondas: As sobrancelhas redondas dão um ar mais descontraído no rosto das mulheres.

Sobrancelhas caídas: As sobrancelhas caídas geralmente transmitem um ar de tristeza, sofrimento, angústia.

Sobrancelhas arqueadas: As sobrancelhas arqueadas são consideradas o padrão ideal. Charmosas, realçam o olhar e minimizam linhas de expressão na lateral dos olhos.

Rosto quadrado: Requer sobrancelhas levemente arqueadas na ponta, mais angulosas.

Rosto redondo: As sobrancelhas arqueadas dão mais harmonia para todo o rosto, pois abrem mais os olhos e alongam o formato do rosto.

Rosto comprido/ longo: As sobrancelhas retas são as melhores aliadas para manter um equilíbrio em todo o rosto.

Rosto oval: Neste tipo de rosto qualquer formato de sobrancelha combina, mas dê preferência às arqueadas.

Rosto triângulo invertido: A sobrancelha deve ser levemente arqueada e comprida para suavizar os traços do rosto.

Olhos pequenos: Manter a parte de baixo da sobrancelha limpa (sem excessos) isso faz levantar o olhar.

Olhos separados: Evitar o tipo de sobrancelhas arqueadas e aproximar mais as sobrancelhas.

Olhos grandes: O ideal é manter a sobrancelha um pouco mais grossa.

Olhos juntos: Aumentar um pouco a parte interna das sobrancelhas.

Pintou os cabelos e eles ficaram com coloração completamente diferente da sobrancelha?



É possível tingir as sobrancelhas desde que isso seja feito com tinturas específicas para a sobrancelha e os cílios. Mas, deve-se tomar cuidado, já que 90% da população têm a sobrancelha de coloração castanha (clara, média ou escura). Uma dica: sobrancelha preta envelhece.

AJUDE A SALVAR VIDAS. DOE SANGUE!

Para incentivar a doação de sangue, o Hospital Federal Cardoso Fontes realiza uma campanha para aumentar o baixo estoque. A doação é vital para a transfusão de sangue e em diversas cirurgias de alta complexidade. Os interessados devem comparecer, de 2ª a 6ª feira, das 8 às 12 horas, no serviço de Hemoterapia do hospital, na Av. Menezes Cortes, 3.245, Jacarepaguá.

apoio

NOSSO BAIRRO
Jacarepaguá



O que é necessário para ser doador?

- Documento de identidade com foto,
- Ter entre 18 e 65 anos
- Pesar mais de 50 quilos
- Não estar grávida ou amamentando
- Não ter ingerido bebida alcoólica nas últimas 24 horas.

Foto: Leo Costa

SEVEN
CORRETORA

Consultoria em Planos de Saúde

Tá esperando o quê?

Trabalhamos com todos os planos.

Planos médicos a partir de **R\$ 97,58**

* Amil Empresarial Linha Medial100 qc 2 a 29 vidas

Amil Dental Empresarial - Carência Zero a partir de **R\$ 17,00**

VENHA PARA O MELHOR, VENHA PARA AMIL VOCÊ TAMBÉM

Americas
Medical City

Amil

SulAmérica
associada ao ING

Unimed

ASSIM SAÚDE

Lincx

Golden
Cross

Bradesco
Saúde

dix
SAÚDE

Amil
Dental

sind
saúde
Assistência Médica

Ligue: (21) 3413-9588 (21) 2435-6090
WHATSAPP 98363-5718 ou 7800-7593

EMAGRECENTRO
CENTRO ESPECIALIZADO EM EMAGRECIMENTO E ESTÉTICA

mude **5** seu corpo em **5** semanas*

Lipocarbox
Radiofrequência
Lipocavitação
Estimulação Russa
Endermo
Tratamentos Faciais
Speed Fases (Emagrecimento)
Celu Power
Oligomodelagem
Intradermoterapia
Pós Parto

Avaliação
Gratuita



Estrada do Tindiba, 1867 - Taquara - Telefone: (21) 2425-5154 / 98002-0014

Prepare sua pele para o inverno

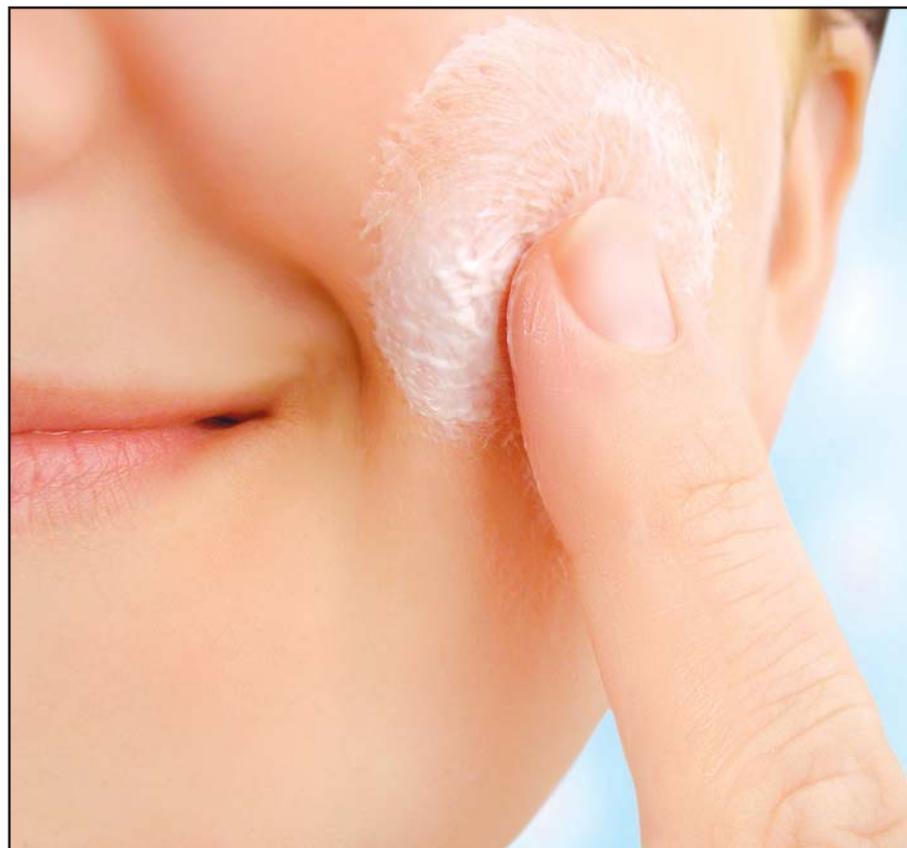
Frio e baixa umidade podem deixar a cútis desidratada

O outono é um bom momento para começar a preparar a pele para a próxima estação. Os ventos frios e a baixa umidade do ar, característicos do inverno, requerem cuidados especiais, sendo indispensável manter uma boa hidratação, alimentação saudável e a utilização de filtro solar, que deve ser feita ao longo de todo o ano, pois mesmo o sol do inverno é capaz de causar danos à pele.

“É importante ingerir bastante líquido (água e sucos naturais) e utilizar um hidratante que seja adequado ao tipo de pele, levando em consideração também a idade”, orienta a coordenadora de área Beleza e Bem Estar do Senac, Simone Maccione, tecnóloga em estética. Segundo ela, é importante também observar o rótulo do produto, pois hidratantes inadequados podem causar acne ou alergias, entre outros efeitos colaterais. A tecnóloga aconselha também evitar banhos excessivamente quentes e demorados, para que a oleosidade responsável pela proteção da pele não seja removida em excesso. Outra dica é utilizar sabonetes que sejam mais suaves, como os infantis, neutros, glicerinados ou com hidratantes. “O uso excessivo de sabonetes, principalmente os antissépticos, e de esponjas ou buchas também contribuem para o ressecamento da pele. Mas se os cosméticos seguirem a linha

hidratante e natural podem fazer bem à pele, propiciando um semblante suavemente relaxado”, ressalta.

Para que se obtenha uma absorção eficaz dos cosméticos hidratantes, a especialista recomenda a utilização de produto esfoliante uma vez na semana e faz um alerta: nem sempre os produtos utilizados no corpo devem ser os mesmos aplicados no rosto. “Os produtos corporais são elaborados para agir em textura e espessura diferentes das da face. Por este motivo, o ideal é utilizar os produtos segundo suas indicações”, afirma. Apesar de, nesta época do ano haver sempre uma preferência da população por alimentos quentes, mais calóricos e bebidas alcoólicas destiladas, a profissional destaca que esse tipo de consumo deve ser evitado, pois propicia a desidratação dos tecidos, bolsa sob os olhos (edema) e olheiras. Para a estação, a melhor opção são frutas e carnes magras. 



Fotos: Divulgação / Internet

A hidratação por meio de cosméticos



1 - Óleos naturais, animais e vegetais possuem substâncias que impedem a perda excessiva do manto hidrolipídico (fator natural de hidratação da pele).

Ex: Óleo de semente de uva, óleo de amêndoas, óleo de baleia etc.



2 - Hidratantes que possuem princípios ativos higroscópicos, que agem umectando (molhando) a pele e favorecem a hidratação mesmo com a baixa umidade do ar.

Ex: Glicerina, Propilenoglicol, Sorbitol, Alginato.



3 - Alguns produtos possuem princípios ativos que irão garantir um manto hidrolipídico com maior qualidade durante o ciclo de renovação da pele.

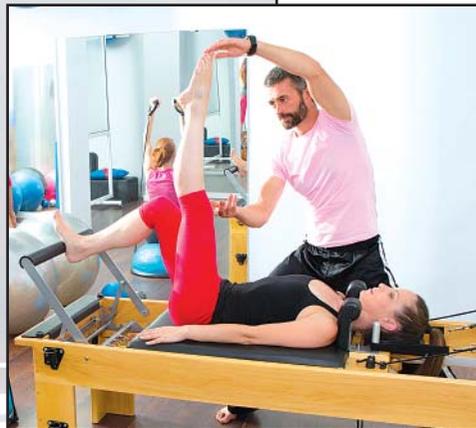
Ex: Uréia, PCA-Na, Ácido hialurônico.



Simone Maccione, enfatiza a necessidade de hidratar a pele nesta época

Pilates ajuda a combater o estresse

Método de origem alemã trabalha o equilíbrio físico e mental



Considerado como um método de atividade física completo, que atua no corpo todo buscando equilíbrio muscular e mental, o Pilates consiste em uma sequência de movimentos que trabalha o corpo e a mente em harmonia, ativando vários grupos musculares ao mesmo tempo.

A técnica do Pilates está baseada em seis princípios: concentração, respiração, precisão, o centro de força (core), controle e a fluidez de movimentos. A professora de Educação Física e fisioterapeuta Elisangela Navegantes destaca que a atividade traz inúmeros benefícios. “O Pilates melhora a postura; alivia dores, estresse e tensão; fortalece a musculatura; aumenta a flexibilidade; diminui a flacidez; previne lesões; ajuda na coordenação e no equilíbrio; melhora a circulação sanguínea e o condicionamento físico geral, gerando bem estar físico e mental”, enumera a profissional.

Elisangela explica que a atividade pode ser praticada por ambos os sexos, por crianças a partir dos 8 anos de idade, idosos, atletas ou sedentários. Os níveis, que vão de iniciantes até avançados, funcionam como complemento de treinamentos esportivos, condicionamento físico ou reabilitação de lesões. “A contraindicação é relativa, se o indivíduo tiver algum problema de saúde deve procurar orientação médica e a liberação do mesmo, antes de começar a praticar Pilates. É importante passar por uma avaliação antes do início da atividade”, orienta a profissional.

Como é feito

Os exercícios podem ser realizados no solo, utilizando em sua execução o peso do próprio corpo, ou então com o auxílio de acessórios ou equipamentos como reformer, cadillac, chair, landder barrel, prancha de molas, entre outros.

Fotos: Divulgação / Internet

Promoções e desconto não cumulativos.

Star★Bella

A beleza ao seu alcance

DESCONTO de 20% para cliente de 1ª visita

Buço GRÁTIS na mesma comanda com 3 serviços de depilação.

FAZEMOS CONVÊNCIOS COM MÉDICOS

Unidade Freguesia: Telefone: 3415-3483 Rua Tirol, 184 / sala 301

Unidade Taquara: Telefone: 3579-1163 Rua Apiacás, 140 / loja 101

Star★Bella
www.starbella.com.br

ESPAÇO SCHERER DE SÁ

ginecologia e obstetrícia

Dr^a. Andréa d'Avila Scherer de Sá
Ginecologia e Obstetrícia | CRM 5283644-3

Ginecologia Geral Preventiva
Ginecologia Endócrina e da Reprodução
Assistência Pré-Natal

Fusion Office Tower
Avenida Geremário Dantas, 807 - sl438
Jacarepaguá - Rio de Janeiro
Tel.: 3986-2001 / 99874-3526



Psicóloga



GHABRIELA ALMAS

PSICÓLOGA E PSICOPEDAGOGA
GHABLALMAS@HOTMAIL.COM
CEL.: (21) 99774-7876 / CRP 05/30956



Bons amigos



Foto: Divulgação / Internet

Desde muito novos fazemos amizades e, ao longo dos anos, algumas deixam de fazer parte da nossa vida e outras surgem. Basicamente começamos a nos socializar com o outro nas brincadeiras da pracinha, depois na escola, na faculdade e no trabalho. Sim, chamamos todos de amigos! No Brasil, culturalmente, todos se transformam em amigos, pois, geralmente, não restringimos a amizade a um grupo seletivo.

A amizade, assim como o vínculo familiar, favorece a construção da identidade e influencia nossa maneira de pensar e agir. Mesmo com boas relações familiares e conjugais, manter laços de amizade promove sensações de pertencimento e de aceitação. Ter amigos significa ter atividades, companhia constante e troca de experiências, o que nos traz prazer e até minimiza o risco de depressão.

Apesar disso, o conceito e os ideais de uma grande amizade às vezes são tão polêmicos quanto a procura de um relacionamento amoroso e podem trazer dolorosas decepções. A questão pode ser o nível de exigências que se pressupõe para o conceito do que é ser um "bom amigo". É claro que o mínimo que esperamos é a confiança e o respeito mútuo, mas vamos incluindo nesta lista diversas qualidades e aptidões para a outra pessoa. Como por exemplo o mesmo amigo precisa ser uma companhia constante de longas e intermináveis conversas, de viagens, passeios e o mais importante, precisa concordar com nossas opiniões. Então nos magoamos quando os amigos tem um comportamento diferente do esperado. A frustração faz parte da nossa existência e é importante para nosso desenvolvimento e aprendizagem, contribuindo para mudanças de conceitos e atitudes. Mas como lidar com a decepção nas amizades?

Primeiro é necessário diminuir as expectativas que depositamos na outra pessoa. Talvez aquele grande amigo de baladas, não seja tão interessante em uma viagem ou visita a um museu, ou não goste de ficar horas no telefone. Mas um outro amigo pode ser excelente em ouvir nossos desabaços e, um terceiro talvez seja ótimo para nos acompanhar em uma ida ao cinema ou à praia. Mesmo que o amigo não aceite tudo o que dizemos, talvez ele possa nos mostrar o mundo por um novo ângulo.

Enfim, todos - os amigos e nós mesmos - somos passíveis de erros e acertos. O mais importante não é ter um amigo perfeito, mas um amigo atuante na nossa vida, mesmo estando distante.



COF

Clínica de Olhos Freguesia

Shopping Main Street
Estr. dos Três Rios, 200
Bl.01 - Sala 302
Freguesia - Jacarepaguá

**Glaucoma, catarata
e retinopatia diabética**

Atendemos convênios e particulares

Tels.: 2443-8380 / 98459-5032

cofclinica@yahoo.com.br



APARELHOS AUDITIVOS SIEMENS
Páscoa não é só chocolate, é poder participar de momentos e conversas inesquecíveis

CENTRO AUDITIVO
OTOSIM

Aparelhos Auditivos
Otostim

Uma parceira
Siemens Audiology Group

SIEMENS

**Feliz
Páscoa**

*CONSULTE SEU MÉDICO

FACILITADO EM ATÉ 24 MESES*

*MEDIANTE APROVAÇÃO DE CRÉDITO



ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO, AGENDE JÁ SUA VISITA!

APARELHOS AUDITIVOS PARA SURDEZ

CENTRAL DE ATENDIMENTO:

2427.8817

Estrada dos Três Rios, 90 | 222 - Freguesia
Jacarepaguá - (Passarela de Jacarepaguá)
www.otosim.com.br

Água: uma aliada na prevenção de doenças

Nutróloga alerta que líquido não pode ser substituído por sucos

Se você é daqueles que bebem apenas dois copinhos de água por dia, fique sabendo que pode estar correndo sério risco de desenvolver insuficiência renal e aumentando as chances de contrair infecções.

Segundo a nutróloga Maria Claudia Mattos (CRM: 52.70462-8), do Hospital Rios D'or, a pouca ingestão de água pode provocar desidratação e evoluir para graves desequilíbrios hidroeletrólíticos (balanço de água e eletrólitos no corpo), podendo causar também alterações neurológicas. Ainda de acordo com a especialista, outro erro é quando a pessoa troca a água por alguma outra bebida. "A água não pode ser substituída por outros líquidos que a contém, como sucos e refrescos", alerta. "Um adulto deve ingerir em média 1,5 a 2,0 litros de água por dia", explica. No entanto, a especialista ressalta que alguns aspectos, como prática de atividade física diária, gravidez e aleitamento, temperatura ambiental elevada, e situações patológicas, acompanhadas de febre, vômitos ou diarreias, contribuirão para "maiores necessidades hídricas diárias".

Sem desculpas

Ainda de acordo com a especialista, são diversas as desculpas que chegam ao consultório para justificar a falta de ingestão adequada de água. "Entre elas estão a de pacientes que não ingerem água por esquecimento, outros que têm preferência por diferentes tipos de líquidos e acham que eles a substituem, pessoas que têm intolerância a pequenos volumes de líquidos e aquelas que alegam não gostarem de água", conta, ressaltando que não é só o baixo consumo de água que acarreta problemas de saúde. O consumo em excesso também é prejudicial. "A água em excesso no organismo também pode causar desequilíbrios hidroeletrólíticos, gerando alterações nos níveis de sódio, podendo contribuir para alterações neurológicas graves, levando o indivíduo até a coma", expõe a profissional.

Beber água emagrece?

Não há comprovações científicas que definam que uma pessoa emagrece por manter uma maior ingestão diária de água. No entanto, pelo fato de a água proporcionar uma saciedade maior ao indivíduo, pode-se justificar tal afirmação. O mais importante a ser dito é que o ser humano necessita de bons hábitos de vida, uma alimentação saudável e manter o organismo hidratado por meio de uma ingestão hídrica adequada.

Corpo humano é composto de água

O hábito de beber água é um aliado da saúde e o consumo frequente da bebida evita uma série de doenças. Indispensável para a vida humana, cerca de 60% do peso de um adulto, 70% do peso de uma criança é constituído por água, que é o principal componente das células. A água também atua como um solvente necessário para ocorrência de todas as reações químicas orgânicas. Além disso, atua na regulação da temperatura corporal, por meio do suor,



Especialista explica que desidratação traz riscos neurológicos

no transporte de nutrientes para dentro das células e de substâncias tóxicas para fora do organismo. 



 <p>325,00 Cada</p> <p>Cadeira de Rodas Ref PN CDS101</p>	 <p>13,90 Cada</p> <p>Luva de Vinil Talge com pó ou sem pó caixa com 100un (PP, P, M e G)</p>	 <p>10,90 Cada</p> <p>Fralda cremer jumbinho P, M, G e XG</p>	<p>AQUI TEM</p>  <p>HIPERTENSÃO, DIABETES E ASMA REMEDIOS DE GRAÇA PARA VOCÊ.</p> <p>Medicamentos para hipertensão, diabetes e asma são distribuídos GRATUITAMENTE pelo programa Aqui tem Farmácia Popular. Basta o paciente apresentar seu CPF e identidade (original e válido). Receituário médico - com validade de 120 dias, - com CRM legível.</p> <p>FARMÁCIA POPULAR</p>
 <p>49,90 Cada</p> <p>Aparelho de Pressão com Esteto Premium</p>	 <p>11,50 Cada</p> <p>Algodão Cotton line 500g</p>	 <p>15,90 Cada</p> <p>Sustagen Kids 380g sabores</p>	<p>ENTREGAS EM DOMICÍLIO GRÁTIS*</p>  <p>*SOMENTE EM ALGUNS BAIRROS</p> <p>Venha trabalhar Conosco</p>
			<p>TAQUARA RUA ARIPERANA, 356-TAQUARA TEL: 2440-7777</p>
			<p>CAMORIM ESTR. DOS BANDEIRANTES, 7926- JACARÉPAGUA TEL: 2441-3360</p>



Bayer
para
Você



V5
vale mais saúde

PROGRAMA
**SAÚDE
fácil**

Cuidados
pela
Vida

Benefícios para uma vida melhor



fazbem
O PROGRAMA DE SAÚDE E BEM-ESTAR



Abrace
a Vida



vida
saudável



AQUI TEM
FARMÁCIA
POPULAR

Beleza é uma opção.

Descubra o que a cirurgia plástica pode fazer por você.

O Hospital Rios D'Or e o cirurgião plástico Victor Lima convidam para uma palestra sobre cirurgia plástica e um estilo de vida mais saudável.

Saiba mais sobre:

- As cirurgias mais procuradas;
- O que esperar de resultados e recuperação;
- Riscos e benefícios;
- A importância da cirurgia segura e porque operar no Rios D'Or;
- Tratamentos alternativos e não-cirúrgicos;
- Como escolher um cirurgião plástico.

Queremos te ajudar a encontrar o profissional e hospital capazes de realizar seu sonho de forma segura e alcançando o resultado que merece.

Participe e tire suas dúvidas!



06 de maio às **20h**

Cadastre-se e saiba mais:
palestra.daplastica@gmail.com

RIOS D'OR
HOSPITAL

Local: **Auditório do Hospital Rios D'Or**
Estrada dos Três Rios, 1366, Freguesia,
Jacarepaguá