

# NOSSO BAIRRO *Jacarepaguá*

www.nossobairro.net



Periodicidade Mensal - Distribuição Gratuita - Edição nº 97 - Setembro/2015 - Ano VIII - Tiragem: 22.000 exemplares



## ANIVERSÁRIO DE JACAREPAGUÁ

O bairro, que era considerado como área rural da cidade, se modernizou e tornou-se um dos que mais crescem no Rio de Janeiro. Nesta edição, conheça um pouco a história e a origem dos nomes dos bairros da região.

| **Páginas 22 e 23**

### Saúde

Cirrose: doença crônica pode ser estabilizada quando diagnosticada nos estágios iniciais

| **Página 8**

### Moda

Saiba qual sapato usar para combinar com o tipo certo de calça

| **Página 24**

### Cultura

Confira na agenda as atrações dos centros culturais

| **Página 20**

### Saiba mais

#### Psicologia | **Página 6**

Descubra como não errar na escolha da carreira profissional

#### Sucesso Precoce | **Página 9**

Moradora do Camorim revela talento nas artes plásticas e no teatro.

#### Gastronomia | **Página 28**

Aprenda a fazer um gurjão de frango com patê de alho



compre sem sair de casa

[www.diba695.com.br](http://www.diba695.com.br)

compre pelo nosso site e receba a mercadoria no conforto de sua casa!

Entregas Grátis: Entregamos em todo Grande Rio



Caixa D'água  
1.000 Litros

**289,00**

**Botafogo:** Rua da Passagem, 169  
tels 3549-0090 / 3172-0040

**Copacabana:** Rua Barata Ribeiro, 577  
tels 2236-7121 / 2236-2559 / ID 87\*131883

**Jacarepaguá:** Estr. do Tindiba, 695 Pechincha  
tel 3312-3900 / ID 81\*47699

Validade 02/10/2015 ou término do estoque

## Editorial

ALESSANDRA NUNES

# Quatrocentos e vinte e um anos de transformações

Neste mês de setembro Jacarepaguá celebra 421 anos no dia nove e, para homenagear o bairro, o JNB relembra um pouco a história da região que, de pacata e agrícola, se tornou uma das que mais crescem no Estado, abrigo atualmente uma população de mais de 760 mil habitantes.

O progresso trouxe vantagens e desvantagens à região. Por um lado ela deixou de ser apenas uma área rural para se tornar um centro comercial onde é possível encontrar de tudo sem sair do bairro. Mas, esse crescimento trouxe também problemas comuns às áreas urbanas em expansão, como, o trânsito caótico agravado pela irresponsabilidade de motoristas, confira na página 30, o descaso com as calçadas e o descarte irregular de lixo, apontados pelos lei-

tores na página 29, além da questão da violência, como a que ocorreu no Morro do Jordão em agosto devido a uma guerra entre traficantes.

Claro que nem tudo são flores quando um bairro começa a crescer tão depressa, mas fato é que, Jacarepaguá não atrairia tantas pessoas se não fosse um lugar tão bom para se morar. E por falar em flores, a primavera chega neste mês e o **Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá**, na página 28, separou algumas dicas de culinária para decoração de pratos utilizando flores comestíveis.

Parabéns ao bairro e a todos os moradores, empresários e representantes do Poder Público que procuram fazer dele um excelente lugar para se viver!

Um abraço e boa leitura.



## Expediente

**NOSSO BAIRRO**  
*Jacarepaguá*  
www.nossobairro.net

Ano VIII - Edição 97 - setembro/2015

CNPJ: 29.418.852/0001-85

**Diretor:** Nelson Cardoso  
nelson@nossobairro.net

**Coordenação de Redação:**

Stella Walliter  
stella@nossobairro.net

**Edição:**

editor@nossobairro.net

**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

**CNA 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



De: R\$ 20,90  
Por: R\$ **17,90** cada  
**CIMENTO SACO 50 KG**  
CP III-40-RS, Votoran.  
CÓDIGO: 86806426



De: R\$ 23,90  
Por: R\$ **18,90** m<sup>2</sup>  
**PORCELANATO BREST SLIM 47X47**  
Classe A, uso interno. Buschinelli.  
CÓDIGO: 87978681

Foto ilustrativa



De: R\$ 799,90  
Por: R\$ **699,90** cada  
**CHURRASQUEIRA LAZER**  
74x54x220 cm, pré-moldada de concreto refratário, ideal para 5 espetos. Atacadão Lazer.  
CÓDIGO: 85204245

Foto ilustrativa



De: R\$ 34,90  
Por: R\$ **24,90** cada  
**KIT ACESSÓRIOS WC**  
Mod. Alumínio, 5 peças, cromado. Alupox.  
CÓDIGO: 89211521



ECONOMIZA ATÉ  
**LED**  
80% DE ENERGIA

De: R\$ 19,90  
Por: R\$ **14,99** cada  
**LÂMPADA SUPERLED**  
6 W, nas cores branca ou amarela, bivolt. Ourolux.  
Economiza até 80% de energia.  
CÓDIGO: 88407613-88407634

# LEROY MERLIN

A casa da sua casa.

www.leroymerlin.com.br

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

JACAREPAGUÁ - RJ RUA CÂNDIDO BENÍCIO, 3936, ENTRE A PRAÇA SECA E O LARGO DO TANQUE - 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. Consulte nossas lojas ou nosso site para verificar demais condições. Ofertas válidas de 08/09 a 22/09/2015 ou enquanto durarem os estoques para a loja de Jacarepaguá. Garantimos o preço e a quantidade mínima de 5 unidades ou 50m<sup>2</sup>, 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.

**MELHOR PREÇO  
MAIOR ESTOQUE  
DO RIO DE JANEIRO**

TUDO EM ATÉ **10X**  
SEM JUROS  
Parcela Mínima R\$70,00



**Sepa**  
Construção & Decoração

**OFERTAS  
IMBATÍVEIS**

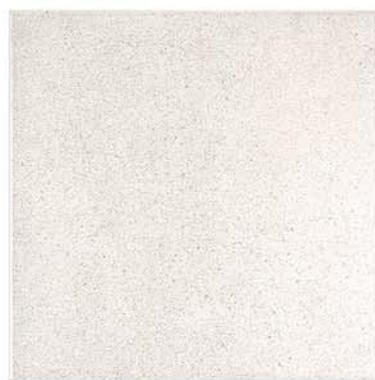
Elizabeth



SALDO C PORC  
BIANCO POL  
62X62 CX 1,544

**R\$ 39,90** m<sup>2</sup>

Portobello



SALDO C PORC  
DOLOMITI OFF  
WHITE 45X45  
BOLD CX 1,58

**R\$ 26,90** m<sup>2</sup>

Portobello

SALDO C PORC  
ACACIA MEL  
20X120 NAT  
RET CX 1,19

**R\$ 79,00** m<sup>2</sup>



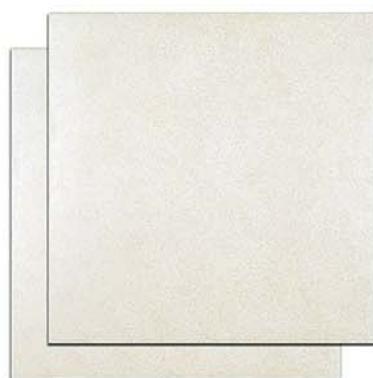
Portobello



SALDO C PORC  
MARMORE BIANCO  
60X60 BOLD CX 1,46

**R\$ 29,90** m<sup>2</sup>

Portobello



SALDO C PORC  
GRANILITE PALHA  
60X60 BOLD CX 1,46

**R\$ 31,90** m<sup>2</sup>

Portobello



SALDO C PORC  
BAUHAUS CEMENT  
60X60 RET CX 1,43

**R\$ 36,60** m<sup>2</sup>

Portobello

SALDO C PORC  
CANELA DOURADA  
20X120 RET CX 1,19

**R\$ 89,00** m<sup>2</sup>



Portobello



SALDO C REVEST  
ANTARTIDA CREMA  
30X60 RET CX1,42

**R\$ 29,90** m<sup>2</sup>

Portobello

SALDO C REVEST  
CETIM BIANCO 30X40  
BOLD CX 2,38

**R\$ 24,90** m<sup>2</sup>

Portobello

SALDO C REVEST  
MODERN CHESS PORTLAND  
30X60 RET CX 1,42

**R\$ 24,90** m<sup>2</sup>

Portobello

SALDO C REVEST WHITE  
CHIC 30X60 BOLD CX1,43

**R\$ 26,90** m<sup>2</sup>



**3408-9050**

e-mail orçamento - vendasfa@terra.com.br

📍 Campo Grande  
est. das Capoeiras, 766

**3402-9700**

📍 Guaratiba  
est. Mato Alto, 5.891

**3408-9050**

📍 Jacarepaguá  
est. do Soca, 531

**2456-5073**

Ofertas válidas até 20/09/2015 ou enquanto durarem nossos estoques. \* em até 6x sem juros nos cartões Credcard e Visa com parcelas mínimas de R\$50,00. \*Em até 10x sem juros nos cartões de créditos Credcard e Visa com parcelas mínimas de R\$100,00. Ressalvamos o direito de corrigir possíveis erros de digitação. Garantimos o estoque de 10 unidades e / ou 100m<sup>2</sup> (exceto encomenda). Alguns produtos anunciados neste anúncio não estão disponíveis em todas as lojas. Fotos meramente ilustrativas.

# OFERTAS IMBATÍVEIS



CAIXA D'ÁGUA  
AZL 1000L  
AQUALIMP

R\$ 516,00



MELHOR PREÇO, MAIOR ESTOQUE DO RIO



CAIXA D'ÁGUA  
POLIET.  
AZ 1000L

R\$ 239,90



CARRINHO DE MÃO  
55L CAR0559

R\$ 89,30



TELHA TOP LINE  
COLONIAL CERAMICA  
0,88X2,30M

ARAFORROS. R\$ 69,90



SUPERLED OURO60  
6W 6400K

R\$ 13,90

OUR LUX

PREÇO IMBATÍVEL!



SUPERLED OURO100  
9W 6400K BIV

R\$ 19,90

OUR LUX

PREÇO IMBATÍVEL!



GRÁTIS 2 DISCOS  
SEGMENTADOS

SERRA MARM.  
4100NH3ZX2 127V

R\$ 249,90

Makita



MASSA CORRIDA  
18LTS SUVINIL

R\$ 57,90



Imagem Ilustrativa



PVA VINIL ACR BCO  
NEVE L 18,00L

R\$ 98,90



FURADEIRA  
TM500 3/8 127V

R\$ 99,90



MARTELETE  
D25013K  
650W 127V

R\$ 459,90



TORN COZ BICA MOV  
C/ ART MESA 1/2 1167E40

R\$ 62,90

Eternit



TORNEIRA 2268 C52  
BM FILTRO PAR 1/2 - 3/4

R\$ 86,90

Boghar



TORNEIRA  
LAV 1/2 1193E37

R\$ 58,00

Eternit



CHUVEIRO  
ADVANCED 127V

R\$ 84,90



CHUVEIRO DUO  
SHOWER QUADRA 127V

R\$ 125,90



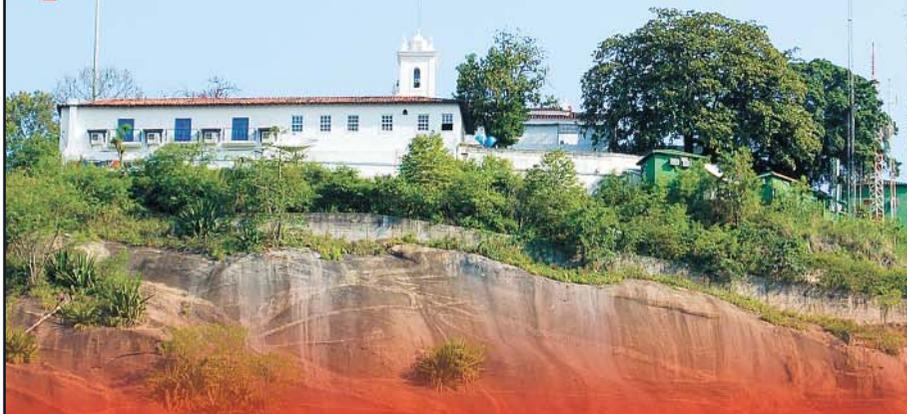
SUPER DUCHA 4T  
C/C 127V 5400W

R\$ 43,90





**Parabéns Jacarepaguá  
pelos seus 421 anos**



**Nós da Renascença  
sentimos orgulho de  
estar participando  
dessa história.**

**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**



**Psicóloga**  
**Ψ**

**GHABRIELA ALMAS**  
PSICÓLOGA E PSICOPEDAGOGA  
GHABI.ALMAS@HOTMAIL.COM  
CEL.: (21) 99774-7876 / CRP 05/30956



## Carreira: uma escolha dos pais ou dos filhos?

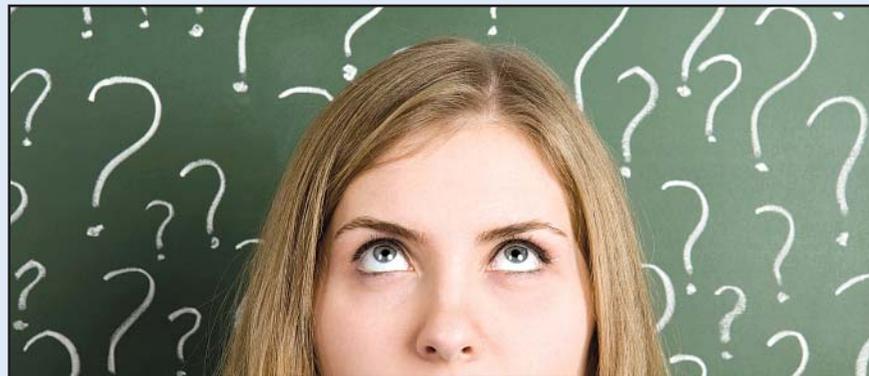


Foto: Internet / Divulgação

Optar por uma carreira não costuma ser uma tarefa fácil para o adolescente prestes a realizar um vestibular. Muitas variantes influenciam nesta escolha como: a profissão que os pais já exercem, a remuneração, as habilidades e interesses pessoais, o mercado de trabalho, o status que se coloca em certos cursos e a expectativa da família. É justamente este último ponto citado que às vezes gera estresse entre pais e filhos, pois quando estes procuram desejar e escolher no lugar do adolescente, as consequências podem ser de insatisfação e frustração.

O ingresso na universidade traz consigo fantasias, idealizações, inseguranças e a ilusão de que este é o único rumo a seguir. Acredita-se que este será um caminho sem volta, como se o resultado das escolhas de um jovem não pudesse ser transformado, adaptado, amadurecido, seguido e até mesmo refeito. Algumas famílias sentem dificuldades em lidar com as decisões dos adolescentes, por achá-los inexperientes demais para escolher uma profissão "para o resto da vida", e acabam impondo a eles uma carreira baseada nas suas próprias experiências, acreditando que assim o filho será feliz. Será mesmo?!

É claro que os pais podem e devem orientar, mostrar caminhos, conversar, dar opiniões, esclarecer as dúvidas, dar exemplos, mas a resolução final será deste jovem que logo entrará na vida adulta e precisará arcar e vivenciar as suas decisões (impostas ou não por terceiros). O adulto deve refletir que a experiência vivida é única e não necessariamente será repetida pelo jovem, e assim deixar que faça suas escolhas e conviva com os resultados. Sentimentos que trazem a felicidade, a realização e o sucesso são subjetivos. Nem sempre carreiras como medicina, direito e engenharia, tidas como de sucesso, podem agradar a todos, o mundo está em constante mudança e outras oportunidades de emprego estão surgindo e se solidificando no mercado, como a robótica, a biotecnologia e a tecnologia da informação. As novidades são tantas que muitos pais desconhecem, por isso faz-se necessário o envolvimento constante com o filho, o acolhimento, o diálogo, a troca de experiências. Vale contar como foi a sua entrada para a faculdade, o primeiro emprego, os medos, as frustrações e procurar saber quais os interesses dele. Isso irá aproximá-los e deixará seu filho mais confiante e seguro.

Uma dica é procurarem juntos informações sobre a profissão desejada por ele (que poderá ser mais de uma) e conhecerem mais sobre a mesma. A internet é uma boa fonte de pesquisa, assim como escutar o que um profissional tem a dizer esclarece muitas dúvidas. Outra sugestão, é a procura pela Orientação Profissional, realizada por um psicólogo, que auxiliará na descoberta (ou confirmação) de habilidades e aptidões e a relação que estas poderão ter na futura profissão.

A ideia de que dinheiro e sucesso garantem a felicidade pode estar equivocada. Pensem nisso!

# Você tem 4 opções para comprar pelo menor preço. Comprovado!

Botafogo - Copacabana - Jacarepaguá

Validade 02/10/2015 ou término do estoque

TUDO EM **6X** sem juros no cartão crédito

**DIBA** 695  
DISTRIBUIDORA DE MATERIAL ELÉTRICO E HIDRÁULICO

ou pelo nosso site e receba a mercadoria no conforto de sua casa!

[www.diba695.com.br](http://www.diba695.com.br)

Entregas Grátis: Entregamos em todo Grande Rio



**luminus**  
LUMINUS LUMINUS & LUMINUS

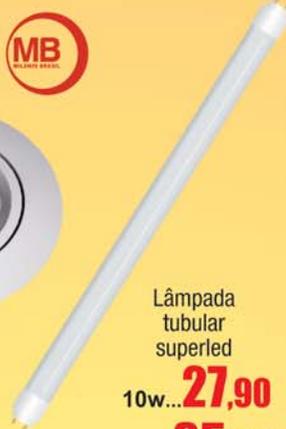
Plafon led com vidro embutir redondo/quadrado  
7w **19,90**  
17w **32,90**



Lâmpada superled 5w  
**9,90**



Spot embutir led 3w redondo  
**11,90**



Lâmpada tubular superled  
10w... **27,90**  
20w.. **35,90**



**Golden**  
Lâmpada Ultraled 40w alta potência  
**99,90**



**OUR LUX**  
Dicróica GU10 Superled 3,5w bivolt  
**15,90**



Lâmpada eletrônica 20w

**8,10**



**Kian**  
Luminária de emergência 30 leds bivolt  
**24,90**



**FW**  
Sensor de presença Teto embutir 360° ref. 887  
**30,90**



**LORENZETTI**  
Torneira cozinha móvel bancada 1167 C47  
**101,90**



Torneira lavatório bancada swan 1194 C42  
**124,90**



Ducha Bello Banho com cano - 4600w  
**43,90**



Aquecedor à gás LZ 750 BP  
**389,00**



**SIEMENS**  
Kit Ilus com 3 conjuntos de tomada 2P+T 10A  
**22,90**

Compre sem sair de casa nos cartões de débito ou crédito. Levamos a máquina até você!\*



**TIGRE**  
Tubo eletroduto 3/4" - 3m  
**6,85**



**TIGRE**  
Tubo Aquatherm 22mm - 3m  
**37,20**



**TIGRE**  
Tubo esgoto 75mm - 6m  
**51,90**



**SII**  
Cabo flexível 2,5mm rolo com 100m  
**79,90**

fotos ilustrativas

\*para todo Grande Rio. Algumas áreas sujeitas a não cobertura e entregas. Favor consultar

**Botafogo:** Rua da Passagem, 169  
tels 3549-0090 / 3172-0040

**Copacabana:** Rua Barata Ribeiro, 577  
tels 2236-7121 / 2236-2559 / ID 87\*131883

**Jacarepaguá:** Estr. do Tindiba, 695 Pechincha  
tel 3312-3900 / ID 81\*47699

# Saiba quais são as causas da cirrose

Progressão da doença pode ser evitada quando diagnosticada nos estágios iniciais

**Apesar de o consumo exagerado de álcool estar entre as principais causas da cirrose, ele não é o único vilão. Fatores como hepatites virais crônicas, doença gordurosa e doenças hereditárias também podem contribuir para o surgimento da doença.**

A cirrose hepática é uma doença crônica que representa um estágio avançado de fibrose hepática, caracterizado pela alteração da arquitetura do fígado, com formação de nódulos, com perda progressiva da função hepática. Entre as principais causas da doença estão o consumo de álcool, hepatites virais crônicas B e C e esteatohepatite não alcoólica (doença gordurosa do fígado). “Quando a cirrose hepática está relacionada ao álcool, ela costuma estar presente após cerca de 10 anos de ingestão diária de aproximadamente 80 gramas de etanol para homens e 60 gramas para mulheres. Apesar da ingestão excessiva do álcool ainda ser a principal causa de cirrose no Brasil, existem diversas outras afecções que levam à evolução da doença hepática”, explica Fernanda Canedo (CRM: 52.84283-4), hepatologista do Hospital Rios D’Or.

Outras causas menos comuns para o desenvolvimento da cirrose são doenças hereditárias ou congênitas, como doença de Wilson (acúmulo de cobre no fígado), hemocromatose (acúmulo de ferro no fígado), hepatite autoimune e cirrose biliar primária. Pode-se evoluir para cirrose também no caso de lesão hepática induzida por alguns fármacos, como após consumo de doses acumuladas elevadas de Metotrexato, medicamento usado no tratamento de algumas doenças reumatológicas e dermatológicas. Há ainda cirrose por condições que afetam as vias biliares, como a cirrose biliar secundária, por exemplo, e ainda, causas vasculares, sendo a síndrome de Budd-Chiari a principal representante.

A médica explica que, nos estágios iniciais, a cirrose pode ser assintomática. Sendo perceptível apenas com o desenvolvimento do quadro. “Com a evolução da doença e de suas complicações, podem surgir fadiga, constipação intestinal, aumento do volume abdominal, edema de membros inferiores, emagrecimento, dor abdominal, icterícia (olhos e pele amarelados), colúria (urina escura), hipocolia fecal (fezes claras), sangramentos digestivos. Em casos mais avançados, pode surgir a encefalopatia hepática, caracterizada por sonolência, confusão mental e até coma”, expõe Canedo.

Segundo a especialista, o mais importante é diagnosticar e definir a causa da cirrose precocemente para eliminar o agente causador, quando possível. Portanto, deve-se cessar o consumo de álcool, tratar as hepatites virais quando presentes, controlar o diabetes e a obesidade. “Quando diagnosticada nos estágios iniciais, em muitos casos é possível evitar a progressão da doença e de suas complicações”, revela a médica explicando que a cirrose hepática é uma doença crônica e irreversível, porém pode ser estabilizada se controlados os agentes agressores, sem necessidade de realização do transplante de fígado. “É necessário seguir acompanhamento regular com especialista para vigilância de suas complicações. A cura definitiva da cirrose só ocorre, portanto, com o transplante hepático, porém muitas vezes ele não se faz necessário, sendo possível controlar a progressão da doença eliminando os agentes causadores”, destaca. <sup>1B</sup>



Foto: Internet / Divulgação

**SUA NOVA OPÇÃO  
DE ENSINO EM JACAREPAGUÁ**

**ENSINOS FUNDAMENTAL E MÉDIO  
PREPARATÓRIO ENEM 2016**



COLÉGIO E CURSO  
**APLICAÇÃO**  
— JACAREPAGUÁ —

**98880-2152**

[colegiocursoaplicacao.com.br](http://colegiocursoaplicacao.com.br)

Rua Apiacás, 321 – Jacarepaguá

# Arte na tela e no palco

Jovem moradora do Camorim revela seus talentos e paixões



Com apenas 13 anos de idade, a moradora do Camorim Izabelle Alves já demonstra talento de gente grande. Após vender mais de 100 telas em exposições, a jovem, que iniciou carreira como artista plástica aos 5 anos, agora se dedica também a atuar em peças teatrais.

O espetáculo “Fala Sério”, que estreou em junho no Teatro Fashion Mall, em São Conrado, é o trabalho mais recente de Izabelle, que garante que o novo talento não a fará abandonar a carreira de artista plástica. “Tanto a pintura, quanto a atuação são minhas paixões, cada arte tem a sua particularidade”, expõe a jovem artista, que explica como tudo começou. “Minha mãe e meu irmão atuaram em algumas peças de teatro e eu os acompanhava. Com isso surgiu o desejo de me tornar atriz”, conta.

Os interessados em conhecer o trabalho da artista ou em expor as obras de arte podem entrar em contato pelo telefone 98057-1452.

# Da Praça Seca para o Ouro nos Jogos Pan-Americanos



Foto: Subprefeitura da Barra e Jacarepaguá

A moradora da Praça Seca, Joice Silva, se tornou a primeira brasileira a conquistar uma medalha de ouro na luta olímpica. A atleta venceu de virada a cubana Yakelin Estornell e subiu ao mais alto lugar do pódio no dia 16 de julho, em Toronto. Ao chegar ao Brasil, Silva comemorou a conquista no dia 1º de agosto em desfile no carro do Corpo de Bombeiros pelas ruas do bairro.

Jacarepaguá

421  
anos

O Hospital Rios D'Or tem orgulho de fazer parte dessa história.



- Emergência Adulto e Pediátrica 24 horas
- Centro Cirúrgico de Alta Complexidade
- Cardiologia e Hemodinâmica

CONSULTÓRIOS RIOS D'OR  
Central de marcação de consultas:  
Tels.: 2448-3500 / 2408-3435

**RIOS D'OR**  
HOSPITAL

www.riosdor.com.br



Estrada dos Três Rios, 1366 - Freguesia - Jacarepaguá - Tels.: 2448-3600 / 3444-1800

# Veja o que muda na regularização das casas nos condomínios

## Projetos de Lei Complementar definem regras para regularização do solo

**Em Jacarepaguá existem diversos condomínios de casas que ainda estão em situação irregular. Para acertar essa situação, o vereador e presidente da Comissão de Assuntos Urbanos, Chiquinho Brazão, explica sobre a importância dos substitutivos aos Projetos de Lei Complementar (PLCs) 102 e 103.**

Os PLC 102 e 103 definem as regras e as condições para a regularização dos loteamentos e grupamentos de edificações residenciais unifamiliares e bifamiliares existentes na XVI Região Administrativa (Jacarepaguá) e na XXIV Região Administrativa (Vargem Grande, Vargem Pequena e Itanhangá). Confira o bate-papo com o vereador Chiquinho Brazão:

**JNB - Qual a importância dos substitutivos dos PLCs 102 e 103?**

**CB -** Apenas de correção. Pois o projeto original não contempla a legalização do solo. Assim que percebemos essa questão, decidimos por apresentar os substitutivos a fim de corrigir esse erro. Isso porque não se legaliza uma edificação sem a existência de um lote, daí a importância de legalizar primeiro o parcelamento do solo e depois da edificação. Essa é a grande diferença dos substitutivos com o projeto original.

**O que se pode esperar com a aprovação desses projetos?**

As áreas abrangidas pelos PLCs 102 e 103, ou seja, XVI Região Administrativa que corresponde a Jacarepaguá e XXIV Região Administrativa que é Vargem Grande, Vargem Pequena, parte de Camorim e Itanhangá, vivem hoje na expectativa da regularização de moradias que foram constituídas num ato de boa-fé de quem comprou um terreno a fim de construir uma casa. Logo, a aprovação desses projetos abre

uma esperança que há muito tempo alguns até chegaram a perder. Mas, com a aprovação da Lei, essas pessoas voltarão a sorrir.

**Essa regularização será paga? Por quem?**

No decorrer da tramitação do projeto, não. Após se tornar Lei, cada proprietário, individualmente ou de forma coletiva (condomínio), poderá cumprir as exigências ou contratar um despachante, caso ache necessário.

**Qual é a previsão do término da tramitação desses substitutivos?**

A tramitação ordinária será concluída até o final de 2015, assim esperamos.

**Existem outras áreas que também estão com esses problemas?**

Claro. Com exceção do Centro da cidade e da Zona Sul, o restante da cidade vai precisar, certamente, de leis específicas tratando do mesmo assunto.

**E quanto às obras da Transolímpica?**

A Transolímpica é uma modalidade de via expressa que muda a dinâmica da cidade, pois ela faz um traçado transversal. Inicia na Transoeste, no Recreio dos Bandeirantes, corta Jacarepaguá, encontrando com a Transcarioca na Taquara, e finaliza em Deodoro com a futura Tranbrasil. O diferencial da Transolímpica é o Sistema de Transportes BRT. É uma obra de proporções



gigantescas que terá uma extensão de 23 quilômetros e 18 estações.

**Qual a importância do código de licenciamento para a cidade do Rio de Janeiro?**

A cidade do Rio de Janeiro tem 450 anos, divididos em várias fases e o que mais interessa nessa pergunta é a última fase que estamos vivendo, ou seja, os últimos 40 anos. Temos um Código de Obras que remonta esse tempo e que ao longo desse período foi sendo modificado com acréscimos de emendas, decretos, portarias, tornando-se um verdadeiro “monstro legal”.

Para o pequeno e médio empreendedor da construção civil, conseguir uma licença de obras para construir quatro, cinco ou até mesmo 15 casas, leva-se em média oito anos. Isso tudo devido ao “monstro legal” que se tornou o Código de Obras. E hoje, por exigências do nosso Plano Diretor que prevê um novo Código de Licenciamento de Obras e quatro outras leis que estão sob

análise da Câmara Municipal: Código de Obras, Código do Uso do Solo, Código de Parcelamento do Solo, e Código de Meio Ambiente, eu, enquanto presidente da Comissão de Assuntos Urbanos da Câmara, tenho responsabilidades de apreciação de todos eles, porém por um acordo suprapartidário, dividimos a discussão dos cinco códigos em cinco Comissões temáticas e me coube presidir a Comissão que analisará o Código de Licenciamento.

**No âmbito da comissão são discutidas outras questões da competência da prefeitura?**

Sim. A Constituição prevê que o Município é o único ente da Federação responsável por legislar sob a matéria urbanística. Logo, a Comissão discute todas as matérias relativas a esse assunto.

**Informações:**

Gabinete do Vereador Chiquinho Brazão, telefones: 3814-2136 / 2139-2010 ou pelo e-mail:

chiquinho.brazao@camara.rj.gov.br. ☎

**NOSSO BAIRRO**  
*Jacarepaguá*  
www.nossobairro.net

**EM OUTUBRO**  
**2º CADERNO ESPECIAL**  
**DE EDUCAÇÃO**

**PARTICIPE:**  
**3627-7945 | 2440-4549 | anuncios@nossobairro.net**

**O PRIMEIRO CADERNO FOI UM SUCESSO! VOCÊ NÃO PODE FICAR DE FORA DESTA!**



Parcelamos em  
**10 vezes** sem juros

\* nas compras a partir de 2.500 reais

Aceitamos Construcard  
e CDC Banco do Brasil

mais de  
**18 mil**  
itens

Fazemos sua tinta na hora

Aceitamos todos os tipos de cartões



Tijolo de vidro transparente

**R\$ 8,90**



Massa corrida suvinil (lata)

**Promoção**



Cimento CpIII

**R\$ 17,99**



Cx D'agua Fortlev 1000Lt

**R\$ 235,00**

\* Valor à vista, retirando em dinheiro ou débito



Telha Precon Cerâmica  
2,30 x 0,88 cm

**R\$ 82,90**



Lorenzetti Maxi Ducha

**R\$ 39,56**

\* Valor à vista, retirando em dinheiro ou débito



Amanco Tubo Eletroduto  
(3 metros)

**R\$ 5,51**



Maçarico (3 litros)

**R\$ 112,00**



Bacia + Caixa Acoplada  
Eternit Aires Branca

**R\$ 199,00**



Chapa Madeirite 5mm

**R\$ 19,90**



Porcelanatos a partir de

**R\$ 22,50**



Tinta Suvinil Maxx  
Rendimento (12,5 litros)

**R\$ 185,00**

\* Valor à vista, retirando em dinheiro ou débito

**Entregamos em todo RJ**

De segunda à sexta de 7h às 21h • Sábado de 7h às 17h • Domingos e Feriados de 8h às 14h

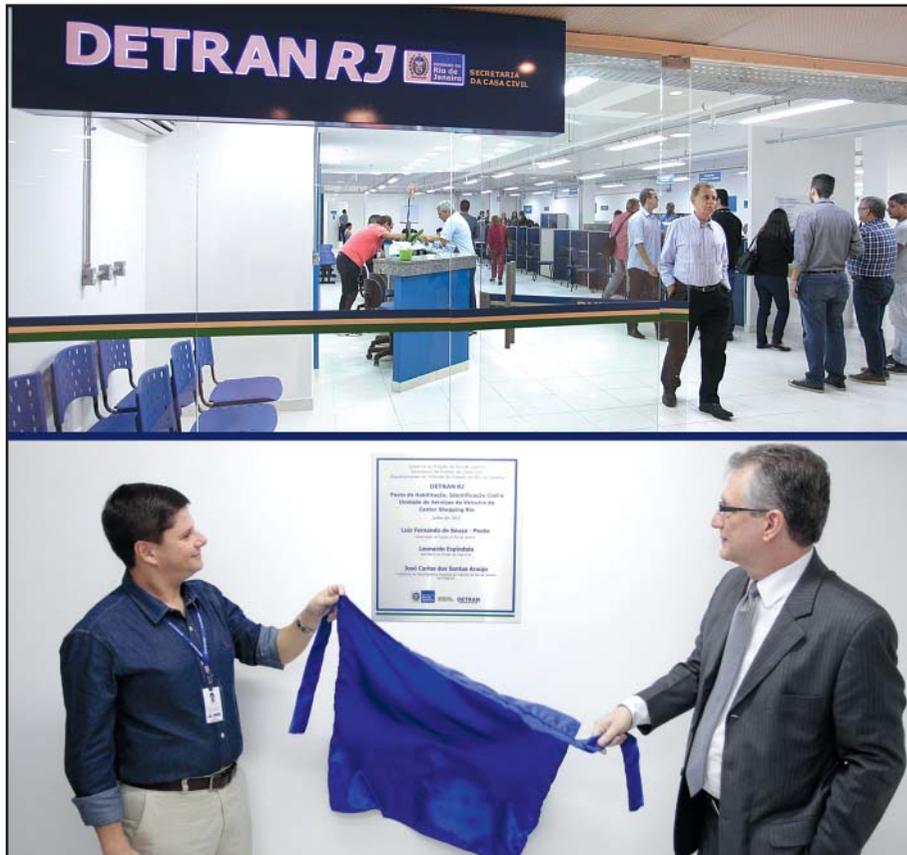
**Taquara:** Estrada da Soca, 420 - Taquara - Tel.: 2125-8484 / Cel.: 99609-1083 / novamaerval@gmail.com

**Freguesia:** Rua Tirol, 251 - Tels.: 3988-5885 / 99589-6473 / mconstruterra@gmail.com

**Ferragens Terra:** Av. dos Mananciais, 413, lojas C e D - Tel.: 2440-5396 / 2456-6850 / ferragensterra@gmail.com

# Tanque recebe Unidade do Detran

Local possui capacidade para atender mais de 800 clientes por dia



Foi inaugurada no dia 30 de junho uma Unidade de Serviços do Detran (USD) no Tanque. Situada dentro do Center Shopping, a USD abriga um Posto de Habilitação, um de Identificação Civil e uma Unidade de Serviços de Veículos (USV).

A USD de Jacarepaguá foi construída numa área de mais de 481 metros quadrados e tem capacidade de realizar diariamente até 872 atendimentos. O Posto de Habilitação poderá receber até 482 clientes por dia, contando com os serviços de clínica médica e exame teórico de direção. Já o posto de Identificação Civil, que recebe os pedidos para a emissão de carteiras de identidade, terá capacidade de fazer 240 atendimentos diários. E a USV, que vai fazer a emissão de Certificado de Registro e Licenciamento de Veículos (CRLV) de carros dispensados de vistoria, possui capacidade para atender até 150 pessoas por dia. A Unidade funciona de segunda a sexta-feira, das 8 às 17 horas.

# Doações de sangue estão em déficit no Rio



Foto: Divulgação / Internet

O período de férias escolares no mês de julho pode ter contribuído para que os bancos de sangue do Estado estejam apresentando um déficit de 40% no total das doações. Em Jacarepaguá, as doações de sangue podem ser feitas no núcleo de hemoterapia do Hospital Federal Cardoso Fontes, localizado na Avenida Menezes Cortes, 3.245, de segunda a sexta-feira, das 8 às 12 horas. Informações: 2425-2255, ramal: 260/295.

# Parabéns Jacarepaguá!



Alex literalmente coloca a mão na massa por novas obras em Jacarepaguá



Jacarepaguá comemora 421 anos acompanhando as grandes transformações da cidade. Importantes obras estão acontecendo no bairro e contribuem para desenvolvimento da região: a Transcarioca (cujo projeto ficou 49 anos engavetado e já está funcionando), a Transolímpica (que vai ligar a Barra a Deodoro), a macrodrenagem da Bacia de Jacarepaguá (que acabou com áreas de enchentes). E tem também as obras do Parque Olímpico; a duplicação das avenidas Salvador Allende e Abelardo Bueno e do Elevado do Joá; as clínicas da saúde

da Família; as escolas do amanhã, que terão turno único de sete horas, e os Espaços de Desenvolvimento Infantil. Obras que beneficiam todos os moradores e trazem o respeito e a renovação que o bairro de Jacarepaguá merece!

Eu, como subprefeito da Barra e Jacarepaguá, que vivi minha infância e adolescência no Valqueire, fico orgulhoso de fazer parte deste momento histórico.

**Parabéns Jacarepaguá!**



# 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 • Ótica • Utilidades**

**BAGAGIO** **DROGARIA VENANCIO** **Loterias CAIXA** **ÓTICA BOOMERANG** **Mais Sobrancelhas UM NOVO OLHAR**

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
- Ótica
- Utilidades

Tudo o que você precisa com o menor preço da Taquara

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

**Mundo Verde**  
Sua loja do bem-estar.

**Venha nos visitar!**

Informações sobre locação de box  
**7702-7652**

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

**ESTUDE COM ATÉ  
50% DE DESCONTO!**



**Novas Turmas em Agosto:  
Cursos Técnicos:  
Segurança no Trabalho  
Meio Ambiente  
Edificações**

2º a 6ª Feira - Noite ou só aos sábados

**Ensino Fundamental e Ensino Médio:  
Bolsa especial para alunos transferidos**



**Silva e Souza**  
Colégio e Escola Técnica

[www.silvaesouza.com.br](http://www.silvaesouza.com.br)

**2456-2084  
2456-2069**

**Av. Geremário Dantas, 1.400 / G2 - Quality Shopping Freguesia**

CENTRO AUDITIVO  
**OTOSIM**

Approved  
Partner  
Audiologia  
Revenda Exclusiva

SIEMENS

**APARELHOS DE FÁCIL ADAPTAÇÃO**



**ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO, AGENDE JÁ SUA VISITA!**

**APARELHOS DIGITAIS  
PAGAMENTO FACILITADO**



\*CONSULTE SEU MÉDICO

**APARELHOS AUDITIVOS PARA SURDEZ**

CENTRAL DE ATENDIMENTO:

**2427.8817**

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



## A Física e o cotidiano



**JORGE BRUM**  
FÍSICO  
BRUMJJ@GMAIL.COM

### Sinfonia das Estrelas



Foto: Internet / Divulgação

"Não importa se só tocam o primeiro acorde da canção, a gente escreve o resto sem muita pressa, com muita precisão", Engenheiros do Hawaii.

A humanidade chama de Arte aquilo que remete à perfeição. Assim também é com o cosmos. Sua simetria, suas órbitas calculadas e suas incontáveis estrelas. Vários autores costumam nomear seus livros insinuando que ocorre um espetáculo nos céus: "A dança do universo", de Marcelo Gleiser, "Harmonia do mundo", de Kepler e "O grande projeto", de Stephen Hawking são apenas alguns exemplos.

Voltando um pouco, no século XVII, Sir Isaac Newton, entre várias invenções e descobertas, construiu o primeiro telescópio refletor e, também, formulou uma teoria das cores, baseado na decomposição da luz em um prisma. Foram imensos avanços tecnológicos e teóricos que permitiram ao homem ver estrelas nunca antes observadas. Mas, por muito pouco, Newton não descobriu algo ainda maior que mudaria por completo esse palco chamado Universo.

Começa, assim, uma outra história. E essa se passou em Bavaria, na Alemanha, no século XVIII. Em 6 de março de 1787 nascia Joseph Fraunhofer, em uma família bastante humilde. Aos 11 anos ele se tornou órfão e foi adotado por Philipp Anton Weichelsberger, um artesão de lentes de vidro que passou grande parte de seu conhecimento ao jovem Joseph.

Foi um grave acidente, no entanto, que mudou a sua vida para melhor. Em 1801, o jovem aprendiz se viu preso aos escombros de sua casa, após um desabamento. O príncipe da Bavaria, Maximilian IV Joseph, se comoveu com a situação do jovem artesão órfão e comandou, pessoalmente, o resgate. O príncipe ainda financiava os estudos do pobre menino nos anos seguintes e Fraunhofer acabou por se tornar um exímio fabricante de lentes, chegando a ter diversas patentes secretas junto ao governo alemão. Newton tinha em mãos o telescópio e a teoria das cores, mas foi Fraunhofer que teve a curiosidade de olhar as cores decompostas pelo prisma através de um telescópio e descobriu algo incrível: a luz do sol não apresenta todos os comprimentos de onda, ou todas as cores, mas apresenta "buracos" característicos.

O sol produz energia fundindo elementos mais leves em elementos mais pesados. Basicamente hidrogênio em hélio. A sobra desse processo é a energia que se propaga no espaço e que atinge o Planeta. Dessa forma, a luz que detectamos proveniente do sol carrega informações sobre os elementos presentes na estrela, e os ausentes. Daí os buracos no espectro.

Essa é uma descoberta tão importante, que hoje podemos saber quais elementos uma estrela tem, basicamente olhando o espectro de luz emitido por ela, graças ao pobre jovem órfão.

Cada estrela do universo tem seu próprio espectro, com suas cores características, tal qual uma música, que não precisa possuir todas as notas para ser bela. Cabe aos apreciadores do espetáculo tentar ouvir cada som, cada acorde, cada compasso da harmonia para compreender a ópera em si. Assim também fazemos com a ciência. Não precisamos de todos os acordes, mas temos que ter o sentido aguçado, atrás de algo novo. Mas sem pressa, com muita precisão.



Crédito: Mariana Gil / EMBARQ Brasil

artplan

DEIXE QUE O BRT LEVE VOCÊ PARA  
UMA VIDA COM MUITO MAIS QUALIDADE.



Os números não mentem: 74% dos usuários aprovam o BRT. Com um pouco mais de 3 anos e dois corredores inaugurados, hoje o BRT faz parte da vida de mais de 430.000 passageiros. Por percorrer um caminho maior em menos tempo, 60% das viagens do BRT têm duração de até 30 min. É por isso que o BRT Rio tem muito orgulho de poder levar mais qualidade no transporte para seus usuários. Hoje as pessoas chegam mais rápido ao trabalho, e voltam mais cedo para casa, podendo ter muito mais tempo livre. Afinal, economia de tempo é qualidade de vida. E tudo isso faz do BRT o transporte coletivo preferido do Rio de Janeiro.

\*Dados da pesquisa Datafolha

O RIO MERECE UM BRT CADA VEZ MELHOR. O CARIOCA MERECE MAIS QUALIDADE DE VIDA.

# SETEMBRO

# MALUCO

**ÚLTIMA CHANCE! SUCESSO ABSOLUTO DE VENDAS!**

**O MÊS INTEIRO DE OFERTAS INCRÍVEIS QUE VÃO TE DEIXAR DOIDO!**

**VEM QUE AQUI NÓS GARANTIMOS  
O MELHOR NEGÓCIO  
DO RIO DE JANEIRO.**

**PLANOS  
SEM ENTRADA**



**TODA A LINHA  
CHEVROLET OKM  
COM PREÇOS E CONDIÇÕES  
QUE VÃO DEIXAR  
A CONCORRÊNCIA  
MALUCA!!!**



**CONSÓRCIO  
NACIONAL  
CHEVROLET:**

**Prestações a partir de R\$ 380,**

**GMA+5**  
para quem quer mais 

**ESTRADA CORONEL PEDRO CORREIA Nº74  
JACAREPAGUÁ - 21 4063-8465**  
EM FRENTE AO SUPERMERCADO MUNDIAL NA EST. DOS BANDEIRANTES

**PEDESTRE, USE SUA FAIXA.**

como chegar



# GMA'S

## CHEVROLET

**PAGAMOS ATÉ 100% DA TABELA FIPE NO SEU USADO NA TROCA**

**TAXA ZERO  
PARA LINHA OKM**

**IPVA 2015  
GRÁTIS**

**SEMINOVOS**  
**TUDO SEM ENTRADA EM ATÉ 60 MESES**  
**APROVAMOS SUA FICHA POR TELEFONE.**  
**CONSULTE NOSSOS VENDEDORES**

**+ DE 500 CARROS DE TODAS AS MARCAS E MODELOS A PREÇO DE CUSTO.**  
**IPVA E TRANSFERÊNCIA GRÁTIS! TUDO SEM ENTRADA EM ATÉ 60X**  
**COM A PRIMEIRA PRESTAÇÃO PARA NOVEMBRO!!!!**

Atendimento de Segunda  
a Sábado das 8h às 20h.

**SEMINOVOS: 21 4063-8465**

Não abriremos aos domingos



Fotos meramente ilustrativas. Pagamos até 100% da tabela FIPE somente para carros do ano de 2013 em diante com no máximo 10.000 mil KM por ano, com revisões feitas em concessionária, válido somente para os modelos Celta, Classic e Onix 1.0. Emplacamento e IPVA grátis somente para veículos financiados nos planos anunciados. Plano sem entrada sob consulta na concessionária, mediante aprovação da financeira. Planos e condições anunciados para cor sólida. Taxa 0% somente para linha Onix 1.0 LT e LTZ Prisma com 60% de entrada e saldo em 36x. Preços calculados com base no preço público sem o acréscimo dos valores de cor. Taxa de confecção de cadastro no valor de R\$ 560,00 e custo do registro de contrato de R\$ 50,58 inclusos no cálculo financeiro. Ref. Seminovos: Transferência e IPVA 2015 grátis, válido somente em veículos financiados. TCC não incluso no valor de R\$1.269,. Crédito sujeito à aprovação da financeira. Promoção válida somente para data de publicação. Reservamo-nos o direito de corrigir possíveis erros de digitação. \*Até 100% da tabela FIPE somente para carros do ano 2013 em diante e das marcas FIAT, VW, GM, FORD, TOYOTA, HONDA e HB20, limitados a R\$ 70 mil, com 10.000 KM rodados por ano.

## No Bairro Acontece...

Foto: Bruno Henrique



### NOITE DE LOUVOR

O Barra Music, em Jacarepaguá, foi palco de louvor e adoração a Deus no dia 5 de agosto quando o cantor Davi Sacer, ao lado de sua esposa Verônica Sacer, gravou seu novo DVD, intitulado "Tú és meu abrigo".

Foto: Bruno Henrique



### ENCONTRO GOSPEL

Os cantores Waguiinho, Léa Mendonça, Fernandinho, Willian Nascimento e Jairo Bonfim prestigiaram o show de gravação do DVD do cantor Davi Sacer no dia 5 de agosto, no Barra Music.



### NOVA RAINHA

Em noite festiva no dia 28, a Renascer de Jacarepaguá apresentou oficialmente seu samba-enredo e a rainha de bateria para o Carnaval 2016, Elaine Caetano.



### NO RITMO DO SAMBA

Passistas de Renascer de Jacarepaguá venceram o primeiro festival de Dança do Samba, no dia 8 de agosto.

Foto: Bruno Henrique



### SORRISO MAROTO É SUCESSO

A banda subiu ao palco do Barra Music no dia 6 de agosto e empolgou o público com suas canções.



### PROJETO ESCOLA ABERTA

No dia 25 de julho, o Colégio Estadual Brigadeiro Schort, na Taquara, recebeu no "Projeto Escola Aberta" o compositor Pilombeta (ao centro), e uma equipe de professores para um bate-papo com os alunos sobre de suas experiências de vida.



**SIGA-NOS NA REDE**

f /clubportuguesjpa

@clubportuguesjpa

www.clubportuguesjpa.com.br

★ ★ ★  
**CLUBE RECREATIVO**  
**PORTUGUÊS**  
JACAREPAGUÁ

VENHA NOS CONHECER

Rua Ariapó, nº 50 - Taquara - Rio de Janeiro / RJ

21 2423 3585

## CLUBE RECREATIVO PORTUGUÊS DE JACAREPAGUÁ CRIA PROJETO ESPECIAL PARA NOVOS SÓCIOS CONTRIBUINTES E INICIA OS PREPARATIVOS PARA AS COMEMORAÇÕES DO SEU CINQUENTENÁRIO EM 2016

O presidente do Clube dos Portugueses de Jacarepaguá, Olivério Carvalho, já foi um dia, um homem triste, só e abandonado. Hoje, após mais de uma década à frente das atividades do clube, começa a saborear, em meio a muitos amigos, parceiros e colaboradores, os frutos de uma gestão marcada por muito trabalho, visão do futuro e perseverança. E a menina dos olhos do Presidente nesse exato momento, é um projeto acalentado há tempos e que começa a ser posto em prática: PROJETO NOSSO CLUBE MELHOR. O substancial aumento do público que frequenta as diversas atividades promovidas no clube nos últimos anos, fez com que Olivério Carvalho identificasse junto com sua equipe a necessidade de iniciar algumas melhorias em suas instalações. Algumas obras já foram realizadas, como a reforma completa da secretaria do clube e da sua capela; o Clube dos Portugueses é um dos poucos da região que dispõe de uma estrutura própria de SOM, LUZ e VÍDEO. Ora, é óbvio que os custos de manutenção dessa infraestrutura e equipamentos vão se tornando cada vez mais altos e nem sempre as receitas, que dependem 100% do sucesso dos eventos, são suficientes para cobrir todas as despesas como contas fixas, taxas, impostos, pagamento de funcionários. É aí que entra o NOSSO CLUBE MELHOR, um programa para adesão de novos sócios contribuintes, que na primeira fase do projeto, receberão descontos nos ingressos dos eventos realizados no clube e na rede de lojas conveniadas. O NOSSO CLUBE MELHOR também prevê planos especiais para empresas que queiram explorar os espaços publicitários disponíveis para venda. Os interessados podem obter mais informações acessando o site do clube ou ligando para a secretaria. Enquanto isso a programação do Clube dos Portugueses vai de vento em popa (confira a programação completa no box ao lado), cada vez mais variada para não deixar ninguém de fora: tem Humor, Samba, Flashback, Forró, Sertanejo, Dança de Salão, Rock, Mpb, Teatro Infantil, cursos diversos para todas as

faixas etárias. Bem, na verdade, às vezes, ainda flagramos o Presidente Olivério Carvalho, assim parecendo triste, só e abandonado. Mas fiquem ligados, ele pode estar fazendo charme, ou, o que é mais certo, já está bolando na cabeça um calendário especial de comemorações dos 50 anos do Clube dos Portugueses ano que vem. E vejam como o Presidente é um sujeito de sorte. As bodas do clube coincidirão com o maior evento esportivo do mundo: as OLIMPIADAS DO RIO DE JANEIRO, pela primeira vez na Cidade Maravilhosa, e com as principais competições acontecendo bem pertinho do Clube dos Portugueses em Jacarepaguá. Realmente, para os frequentadores do Clube Recreativo Português de Jacarepaguá e para os atletas olímpicos, 2016 promete.

### Confira a programação completa:

**Dia 12/09:** Baile dos Sonhos Dourados (Edição Especial) - Grupo Som e Vozes recebe Bruno Maia | **Dia 13/09:** Festa Portuguesa – Cardoso Sanfona Biônica e cantora Dulce. Participação especial: Cláudio Santos e amigos e Rancho Folclórico Lavradeiras de Portugal | **Dia 16/09:** Baile Amigos da Dança com DJ Luiz – participação especial Banda Milênio | **Dia 19/09:** Discoteque, A festa (Especial) - DVJ Luiz convida Valério Cazuzza e banda | **Dia 20/09:** Teatro Infantil – Espetáculo Domingo Encantado | **Dia 07/10:** Baile Amigos da Dança com DJ Luiz – Participação especial banda Alto Astral | **Dia 09/10:** Sexta do Riso (Stand up Comedy): Sérgio Mallandro | **Dia 10/10:** Discoteque, A festa (Especial) DVJ Luiz convida banda Anjos da Noite | **E vem aí, dia 19 de dezembro:** Flashback de Natal com DVJ Luiz e participação especial: VJ Robson Castro.

PARTICIPAÇÃO ESPECIAL: BRUNO MAIA

**BAILE DOS SONHOS DOURADOS** com o grupo **SOM & VOZES** 18h

**SÁBADO 12 DE SETEMBRO**



**SIC** Grupo de Dança

**Dança de Salão** Segunda e terça 19h às 20h

**Ritmos** Segunda e quinta 20h às 21h

**Ótimo valor para o pacote completo!**

**Zouk** Terça 20h às 21h  
Quinta 21h às 22h

**Passinhos de Charme e Flashback** Quinta 19h às 20h

**AULA EXPERIMENTAL GRÁTIS**

STAND-UP COMEDY

**SERGIO MALLANDRO** PROIBIDO PARA MENORES DE 10 ANOS

**SEXTA-FEIRA 9 DE OUTUBRO 21h**



**FESTA PORTUGUESA**

**BANDA LISBOA RIO SHOW**

PARTICIPAÇÕES: CLAUDINHO E AMIGOS RANCHO FOLCLÓRICO LAVRADEIRAS DE PORTUGAL

**DOMINGO 13 DE SETEMBRO 11h**



A NOITE DO FLASKBACK

**DISCOTEQUE especial**

DVJ LUIZ ANOS 70, 80 E 90 PASSANDO NO TELÃO

**ANJOS DA NOITE**

**SÁBADO 10 DE OUTUBRO 22h30**



A NOITE DO FLASKBACK

**DISCOTEQUE especial**

TRIBUTOS AOS ANOS 80

**VALÉRIO CAZUZA E BANDA**

DVJ LUIZ ANOS 70, 80 E 90 PASSANDO NO TELÃO

**SÁBADO 19 DE SETEMBRO 22h30**



## Agenda Cultural

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

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

**Dia 4** - Concurso Miss Jacarepaguá Oficial às 18h

**Dia 5** - Concurso Miss Beleza Negra Jacarepaguá às 17h30

**Dia 6** - Manhã de choro com Regional Tocata do Rio às 9h30

**Dia 7** - Zouk na Lona

**Dia 10** - Peça Adulta "Diálogo dos Pênis" com Marcos Wainberg e Roberto Lopes (tudo que as mulheres gostariam de saber sobre o que os homens falam delas numa mesa de bar). Valor: R\$ 30,00 (trinta reais) meia entrada para todos às 20h

**Dia 12** - Banda Magma (Tributo a Legião Urbana) às 20h

**Dia 18** - Peça teatral "Caminhos de Mulheres" às 20h30. Valor R\$ 5,00 (cinco reais) meia entrada para todos

**Dia 20** - Banda Sabedoria canta Black Sabbath às 20h

**Dia 25** - Espetáculo Grupo Manguinhos em Cena às 18h. Valor R\$ 4,00 (quatro reais) inteira e R\$ 2,00 (dois reais) meia entrada.

**Dia 27** - Raiz do Samba 2ª Edição com Pedro Menezes (Roda de Samba). Das 14h às 21h. Valor R\$ 10,00 (dez reais) meia entrada para todos

### TEATRO SESI JACAREPAGUÁ

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

**Dias 1 a 30** - Exposição "CDD - O Nosso Olhar". A história da Cidade de Deus. Nesta exposição, o público encontrará fatos históricos, curiosos e inusitados apresentados próprios moradores. Entrada franca. Nos dias e horários das atrações.

**Dia 10** - XVI Encontro de Corais do Sistema Fijan às 17h30. Entrada franca. Distribuição de ingressos uma hora antes.

**Dia 10** - Espetáculo de dança "Ciranda cirandinha – Espetáculo de brincantes" às 18h30. Entrada franca. Distribuição de ingressos uma hora antes.

**Dia 11** - Sessão de Cinema com o documentário "Bike vs Carros" às 20h. O filme aborda a disparada no número de carros nas cidades. Entrada Franca. Distribuição de ingressos uma hora antes.

**Dia 12** - 3º Encontro de Corais da ACIJA em Homenagem a Chico Buarque às 18h. Ingresso: R\$ 5,00.

**Dia 16** - Samba & Outras Coisas com a cantora Luciene Franco às 20h. Ingresso: R\$ 5,00.

**Dia 19** - SESI no Bosque. De 9h às 12h. Programação completa em [www.firjan.com.br/sesicultural](http://www.firjan.com.br/sesicultural). Entrada franca

**Dia 25** - Rede Criativa SESI Cultural. Das 18h às 21h. Entrada franca. Programação completa em [www.firjan.com.br/sesicultural](http://www.firjan.com.br/sesicultural).

**Dia 26** - Peça teatral "Peça Ruim" às 21h. Perdido entre a difícil tarefa de montar o espetáculo "Édipo Rei" e uma paixão não correspondida pela protagonista, um diretor divide suas angústias com a plateia em uma peça nada convencional. Ingresso: R\$ 20,00

**Dia 29** - Peça Teatral "Romeu e Isolda" às 17h30. Criado pela Cia de Atores de Laura, a peça fala de encontros e desencontros amorosos. Entrada franca. Distribuição de ingressos uma hora antes.

**Dia 30** - Peça infantil "O piolho, a caolha, a morte e as 4 irmãs que não deveriam falar" às 15h. A menina que cria um piolho, o segredo de uma mulher caolha, uma jovem menina que chora de saudade do irmão e quatro irmãs que quando falavam era um desastre. Baseado em contos populares a partir da pesquisa na obra de Câmara Cascudo. Pequenas histórias que destacam a identidade brasileira em sua própria essência através de seus contos. Ingresso: R\$ 10,00



# Drogarias MEP

<p><b>339,00</b> Cada</p> <p>Cadeira de Rodas Ref PN CDS101</p>	<p><b>189,00</b> Cada</p> <p>Cadeira de roda banho ref 201</p>	<p><b>119,90</b> Cada</p> <p>Nebulizador G.tech NEBDESK IV</p>	<p>AQUI TEM</p> <p><b>HIPERTENSÃO, DIABETES E ASMA</b> REMÉDIOS 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><b>FARMÁCIA POPULAR</b></p>
<p>Compressa gaze 9 fios MB TEXTIL c/500 unidades</p> <p><b>12,90</b> Cada</p>	<p>Algodão Cotton line 500g</p> <p><b>11,50</b> Cada</p>	<p>Sustagen Kids 380g sabores</p> <p><b>16,90</b> Cada</p>	<p><b>ENTREGAS EM DOMICÍLIO GRÁTIS*</b></p> <p>*SOMENTE EM ALGUNS BAIRROS</p> <p><b>Venha trabalhar Conosco</b></p>
<p><b>TAQUARA</b> RUA ARIPERANA, 356-TAQUARA TEL: 2440-7777</p>			<p><b>CAMORIM</b> ESTR. DOS BANDEIRANTES, 7926- JACARÉPAGUA TEL: 2441-3360</p>

# Jacarepaguá: 421 anos

## Feliz aniversário ao nosso querido Bairro!



Jacarepaguá é um bairro de classe média da Zona Oeste do Município do Rio de Janeiro, localiza-se na Baixada de Jacarepaguá, entre o Maciço da Tijuca e a Serra da Pedra Branca e na beira norte das lagoas de Jacarepaguá e Tijuca.

Jacarepaguá é um termo tupi que significa enseada lugar dos jacarés, através da junção dos termos ãkaré (jacaré), paba (lugar) ekûá (enseada).

A fundação do Bairro de Jacarepaguá ocorreu em 09 de setembro de 1594. O Bairro ainda é um dos mais importantes da cidade, com um dos metros quadrados que mais encarecem por ano. Nele, estão localizados vários equipamentos públicos de grande importância para a Cidade, bem como inúmeras indústrias e um comércio forte que tornam o Bairro o maior centro arrecadador do Município.

Apesar dos seus 421 anos de existência, de ter passado por uma grande transformação nos últimos anos, o Bairro ainda sofre com o descaso das autoridades públicas. É o que se constata, quando se leva em conta o débito dos governos em relação ao que aqui se arrecada, a área geográfica e a generosidade da população de Jacarepaguá.

A preocupação das autoridades públicas, ao longo dos últimos anos em relação à Jacarepaguá tem sido, unicamente, a de fracionar esse Bairro que já teve dimensões geográficas muito além do que, hoje, é publicado nas cartas geográficas. Houve época em que o nosso Bairro se estendia até São Conrado. Por outro lado, a própria Sulacap fazia parte de Jacarepaguá. Nos dias atuais, por estratégia dos governantes que sabem que dividir fragiliza, vários sub-bairros foram como que “emancipados” e Jacarepaguá passou, na visão deles, a ser, apenas, a área rural que ainda existe. Para nós, moradores antigos que lutamos pelo Bairro, Jacarepaguá inclui, pelo menos, Valqueire, Praça Seca, Tanque, Taquara, Pechincha, Freguesia, Anil, Gardênia Azul, Curicica, Camorim, Cidade de Deus e as Vargens.

Ao mesmo tempo em que fracionam o Bairro, não se preocupam em atender a uma população cada vez maior. Grande parte ainda não teve a separação do sistema de águas pluviais do sistema de esgoto, o que provoca o aumento da poluição dos rios e das lagoas. A favelização aumenta a cada dia.

O sistema de transporte não atende à demanda, mesmo com a implantação do BRT. Como temos tido contato permanente com a população, seja por meio de gabinete itinerante, seja pelas redes sociais, recebemos inúmeras queixas relativas à falta de linhas de alimentação, que seriam feitas pelo transporte alternativo ou por microônibus das empresas locais. Principalmente para os idosos, para as gestantes e para os portadores de deficiência ou de moléstias como os cardíacos, a falta dessas linhas tem causado grandes transtornos.

A criação do BRT dividiu o Bairro, no eixo Campinho-Praça Seca-Tanque-Taquara-Curicica em duas metades, o que vem causando prejuízos para o Comércio local, em razão de não haver estacionamentos suficientes e o temor pelas multas e pelos reboques. Muitos moradores acabam se deslocando para outros bairros, a fim de realizar compras tranquilamente, podendo

estacionar seus veículos. Há necessidade de um estudo sobre esse tema, sob pena de termos inúmeras lojas comerciais fechadas.

Sabemos que a política de Segurança Pública desse governo não vem dando a resposta que a população de todo o Estado espera, mas, em Jacarepaguá, a situação é mais grave. Na Praça Seca (São José Operário), na Taquara (Jordão) e no Tanque (Covanca), os bandidos estão dando as cartas. Em todo o Bairro, encontramos pessoas apavoradas, mas, nesses pontos, a situação é mais grave.

Na Praça Seca, a grande praça foi muito atingida pelo BRT. Mas, o que salta aos olhos, além da elevada criminalidade, é o abandono flagrante do chafariz histórico, onde muito lixo e água retida podem ser veículos de doenças; o coreto que serve para abrigo de mendigos; os canteiros sem plantas de jardim; árvore seca e pronta para cair e causar acidente e outras repletas de parasitas indicam descaso. A Praça Seca poderia ser local de apresentação de peças teatrais, música e de outros eventos culturais e de entretenimento.

O mesmo sinal de abandono se constata na Praça Saiqui, situada no Valqueire. Nela, poderia ser colocado um equipamento público, como uma Arena (Lona) Cultural, com tratamento acústico, para não prejudicar os moradores ou uma feira ordenada.

Nosso Bairro não tem um Teatro Público. Já pedimos ao Prefeito da Cidade a transformação da Lona Cultural Jacob do Bandolim em Arena Cultural. Também solicitamos ao Prefeito atenção para a Biblioteca Cecília Meirelles, situada na Rua Dr Bernardino, na Praça Seca. Ela está cheia de infiltrações e o prédio não é municipal.

Junto ao Secretário Municipal de Transportes, estamos pleiteando a solução para o caso do Plano Inclinado da Penna, visto que o mesmo não atende às pessoas idosas e às portadoras de deficiência. Tem que haver uma solução, como a colocação de veículo que conduza as pessoas desde o Largo da Freguesia ou, pelo menos, do patamar da Igreja do Loreto até a estação do Plano inclinado, viabilizando sua utilização por muitos usuários.

Ainda junto à Prefeitura, temos solicitado um tratamento especial para o Parque Municipal Pinto Teles. Reivindicamos a realização de um estudo para recuperar o Campo do Sete de Setembro e a implementação de projetos da Prefeitura nesse equipamento. Sugerimos uma Clínica da Família ou uma Lona (Arena) Cultural.

No momento em que escrevamos esse texto, fomos informados, por nossa assessoria de gabinete, que o Diário Oficial do Município do Rio de Janeiro, publicou, no dia 21 de agosto de 2015, o reinício das obras do Centro de Referência da Pessoa com Deficiência de Jacarepaguá, no Mato Alto, ao lado da Vila Olímpica, que estavam paradas há anos. Isso é fruto de nossa ação parlamentar em que oficiamos ao Senhor Prefeito para que reiniciasse as mesmas. Parabéns ao Prefeito pela iniciativa e aos moradores do Bairro. Mais uma Vitória!

Também recebemos do Prefeito, como presente de aniversário, o início das obras de três Clínicas de Saúde da Família em Jacarepaguá, sendo uma na Rua Cândido Benício, ao lado da 28 Delegacia Policial e do CIEP Carlos Drummond de Andrade, uma na Avenida Canal do Anil e outra na Estrada dos Bandeirantes, na Curicica. Valeu!!!!

**Quem faz aniversário merece presente!**

**PROFESSOR**

**Célio Lupporelli**

**VEREADOR**

**Em defesa da dignidade da pessoa humana**

# Jacarepaguá: 421 anos de

Bairro perdeu característica agrícola e é um dos que mais se desenvolvem no Rio

**Jacarepaguá completa 421 anos neste mês e é uma das regiões que mais cresce no Rio. O bairro abriga atualmente uma população de mais de 700 mil habitantes. Comparando os dias de hoje com algumas décadas atrás, fica difícil imaginar que o local já foi considerado como área rural da cidade.**

A região concentrou o maior número de engenhos de açúcar durante a época colonial. Os principais eram o Engenho da Taquara, o Engenho Novo (atual Colônia Juliano Moreira), Engenho do Camorim, Engenho D'Água, Engenho da Serra (atual Estrada do Pau Ferro) e Engenho de Fora (atual região da Praça Seca). Jacarepaguá passou a ser produtor de insumos hortifrutigranjeiros a partir do século 20, e se tornou um importante abastecedor dos mercados do Centro da cidade e arredores, começando a se modificar radicalmente a partir da década de 70, com a instalação de indústrias e habitações populares, que mudaram completamente o perfil agrícola dos tempos coloniais.

Com nome de origem tupi, formado pela junção das palavras *ïakaré* ("jacaré"), *pará* ("mar") e *kûá* ("enseada"), ou seja, "enseada do mar de jacaré", a região fica localizada entre o Maciço da Tijuca e o Parque Estadual da Pedra Branca. A Baixada de Jacarepaguá, com 160 milhões de metros quadrados, ainda faz fronteira com as Lagoas de Jacarepaguá e Tijuca, a sudeste, e tem como ponto culminante o Pico da Pedra Branca, que se localiza no limite com o bairro de Vargem Grande.

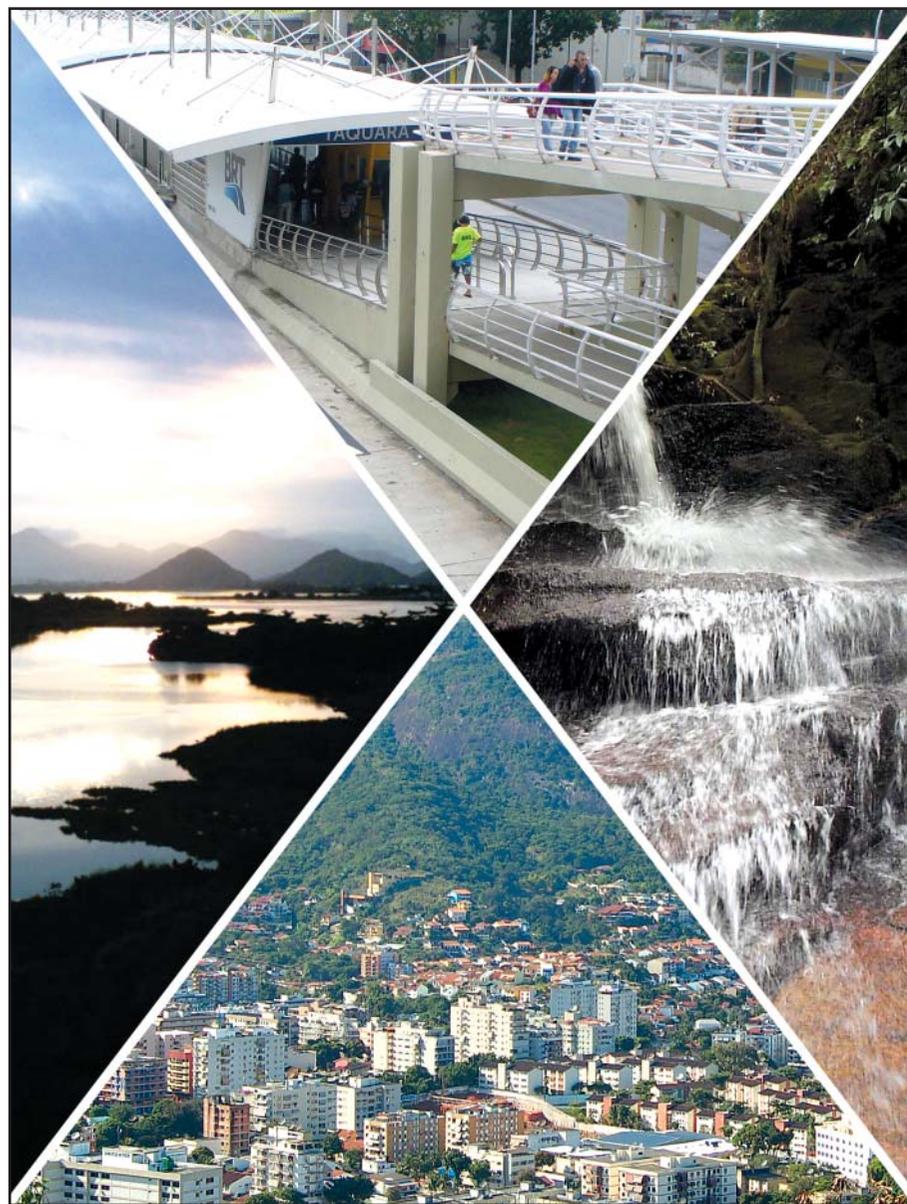
Apesar de possuir rica cobertura vegetal, é indiscutível que a mesma esteja cada vez mais sendo alterada devido a crescente quantidade de empreendimentos imobiliários construídos nas últimas décadas. Apesar de a situação ambiental do bairro ainda estar em um nível confortável, quando comparada a outras

regiões da cidade, a extensa área verde que o bairro possuía antigamente está cada vez mais dando lugar as ilhas de calor decorrentes da urbanização e Jacarepaguá perdendo a antiga característica de 'Suíça Carioca', como era considerada há 40 anos atrás.

Mas, essas não foram as únicas mudanças. Ao longo desses quatro séculos, a região sofreu também modificação em sua composição geográfica. Um exemplo disso é a região que hoje compõe os bairros de Camorim e Riocentro, que alguns moradores passaram a chamar de "nova Barra". Há 30 anos, o local possuía pouca procura em termos de moradia e comércio, mas atualmente, além de condomínios de classe média, os dois bairros concentram hotel, hospital e centros de entretenimento de grande porte. Segundo o Censo de 2010 (IBGE), entre 2000 e 2010, no bairro de Camorim a população aumentou de 786 para 1.970 habitantes, batendo o recorde do município.

## Da carroça ao BRT

Uma das grandes mudanças foi o sistema de transportes, que de carroças e carruagens passou a ser servido por bondes à tração animal, que faziam o trajeto até a estação ferroviária de Cascadura. A região também chegou a possuir uma linha férrea de bonde que ia de Cascadura até a Freguesia de Nossa Senhora do Loreto, com vagões movidos por tração elétrica. Era a Companhia Ferro Carril Cascadura - Jacarepaguá, que posteriormente veio



pertencer à Light. Este foi o primeiro transporte do bairro a diminuir distâncias, tornando-o acessível aos outros. Posteriormente esse meio foi substituído pelas lotações, ônibus e agora os BRTs, que foram implantados como

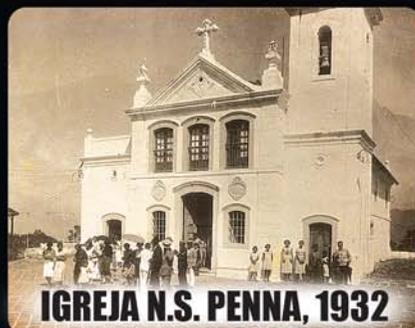
uma tentativa de "desafogar" o trânsito caótico da região devido ao acelerado crescimento do bairro que se deu, principalmente, após o processo de ocupação da Barra da Tijuca e a construção da Linha Amarela. 



CORETO PRAÇA SECA, 1928



ATUALMENTE



IGREJA N.S. PENNA, 1932



ATUALMENTE

# mudanças e crescimento

**Você sabe como surgiram os nomes dos bairros de Jacarepaguá?**

Saiba quais influências históricas estão por trás das nomenclaturas

Em sua extensa área, Jacarepaguá possui vários bairros com nomes curiosos, alguns em homenagem a antigos proprietários de terras, outros como referência a vegetação local, outros apenas como alusão a algo que já foi muito famoso no território. Conheça um pouco a história que está por trás dos nomes dos bairros da região.



## Praça Seca

Entre 1698 e 1775, o 4º Visconde de Asseca doou à comunidade da região uma área para a construção de um jardim e de uma praça para beneficiar os moradores. Por isso, o lugar passou a ser chamado de "Largo do Visconde de Asseca". Depois de alguns anos, foi abreviado para "Largo da Seca", que depois passou a ser chamado de Praça Seca.

## Tanque

No passado, o Tanque era a localidade onde tropeiros paravam com seus animais para eles poderem tomar água em um enorme tanque de pedra que existia no local e acabou dando nome ao bairro.

## Anil

O Largo do Anil, inicialmente, era o local onde muitas anileiras, nome popular de uma planta chamada erva-de-anil, proliferavam. Com o tempo, o lugar começou a ser chamado de Anil. Graças a sua pequena pracinha, o Largo do Anil nasceu e até um pequeno rio que tem sua nascente na região foi batizado com este nome.

## Pechincha

O nome do bairro teve origem inspirada em um grande mercado existente no local, que vendia produtos com

preços baixos e atraía clientes de toda a cidade. A barganha era tão famosa que era comum as pessoas dizerem que iam pechinchar no largo.

## Gardênia Azul

A casa do proprietário de terras da região na década de 50, José Padilha Coimbra, era cercada por um jardim em que predominavam gardêneas. O nome do bairro foi uma homenagem de Coimbra a sua planta preferida.

## Cidade de Deus

O nome surgiu a partir de um projeto

religioso de Dom Hélder Câmara para o então governador da Guanabara, Carlos Lacerda, no intuito de construir no local um conjunto habitacional para abrigar as vítimas das enchentes que atingiram o Estado em 1966. A ideia foi a de usar nomes bíblicos nos logradouros desses conjuntos que formariam a Cidade de Deus.

## Curicica

Curicica é uma palavra oriunda da língua tupi, que significa "chegada de pinheiro". O nome foi escolhido como referência à árvore predominante na

antiga estrada de Jacarepaguá que dava acesso a baixada fronteiriça ao morro Dois Irmãos, pela estrada de Guaratiba (atual Estrada dos Bandeirantes).

## Taquara

O nome é originário de uma espécie de bambu utilizado para fabricar cestos, existente em grande quantidade na região na época. O nome também foi uma homenagem ao Barão Francisco Pinto da Fonseca Teles que fez muitas benfeitorias para Jacarepaguá, como a fundação de escolas e obras sociais. Por causa destes méritos, D. Pedro II deu-lhe o título de Barão da Taquara. Porém, dentro do bairro ainda há outras curiosidades. Há muitos anos, na confluência das Estradas do Rio Grande, Teixeira, Rio Pequeno e Santa Maria, existia uma enorme figueira que proporcionava uma agradável sombra. Ali, os caçadores e tropeiros se reuniam na hora do almoço. O local rapidamente foi apelidado de Pau da Fome.

## Freguesia

Seu nome vem da antiga denominação: Freguesia de Nossa Senhora do Loreto e Santo Antônio de Jacarepaguá, localizada no bairro.

## Moda

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



## Os sapatos ideais para cada tipo de calça (parte 2)

### JEANS BOYFRIEND

O jeans boyfriend é perfeito para quem quer conforto e gosta de brincar com a moda! Ele tem a modelagem larga, como se você tivesse realmente pegado a calça do seu namorado emprestada! Não é todo mundo que gosta, principalmente porque esconde todas as curvas da mulherada!

– A modelagem da calça jeans boyfriend não favorece nossas curvas, mas para quem gosta de esconder qualquer gordurinha a mais, é uma boa pedida!

– Existem modelos bem largos e alguns mais justinhos, mais discretos! Mas sempre terá uma sobrinha na parte do quadril e nas coxas.

Abuse do sapato com esse tipo de calça! Quanto mais feminino/moderno for o sapato, mais estiloso ficará o look!

– Uma boa forma de deixar um look com calça jeans boyfriend mais feminino é usar com salto alto e abusar dos acessórios.

#### Tipos de sapato:

Sandália de salto alto, scarpin, bota de cano baixíssimo (com cuidado!), sapatilha, rasteirinha, tênis, oxford, open boot, anabela, espadrille (basta dobrar a barra para deixar a amarração à mostra), mule, mocassim.

**NÃO RECOMENDADO:** Botas são mais difíceis de combinar com jeans boyfriend, rasteirinhas muito abertas também podem passar a impressão de desleixo. Como a calça já é bem despojada, não aconselho a usar sapatos com essa mesma pegada.



Fotos: Divulgação / Internet

### PANTALONA

A calça pantalone possui uma modelagem mais larga, desde o cós até a barra, sendo que em alguns casos ela começa a ficar mais larga a partir do quadril. É uma grande conhecida da mulherada que vivenciou os anos 70.

Assim como a flare, a calça pantalone não é uma grande aliada das pernas curtas! Para não ficar com as pernas achatadas, aposte em um modelo com cintura alta! E nunca deixe arrastar a barra no chão!

– Pode ser feita em diferentes tecidos e é usada tanto para looks mais despojados com tecidos leves como para um look mais social, para trabalhar, com tecidos mais grossinhos.

– Não é toda mulher que gosta desse tipo de modelagem, mas as adeptas, amam!

– Para as baixinhas, o salto é indispensável na hora de usar a pantalone!

– Para as mulheres com mais de 1,65 metro, uma rasteirinha vai muito bem com a pantalone de tecido mais leve e fluido!

– Sapatos muito delicados não caem muito bem com a pantalone. Saltos muito finos podem ficar desproporcionais.

#### Tipos de sapato:

Sandália de salto alto e grosso, bota com salto, sapatilha de bico fino, rasteirinha, open boot, anabela, espadrille, mule.

**NÃO RECOMENDADO:** Bota sem salto, sapatilha de bico arredondado, sandália ou sapato muito delicado, tênis e outros tipos de sapatos fechados e baixos não favorecem o look com a calça pantalone. **NE**

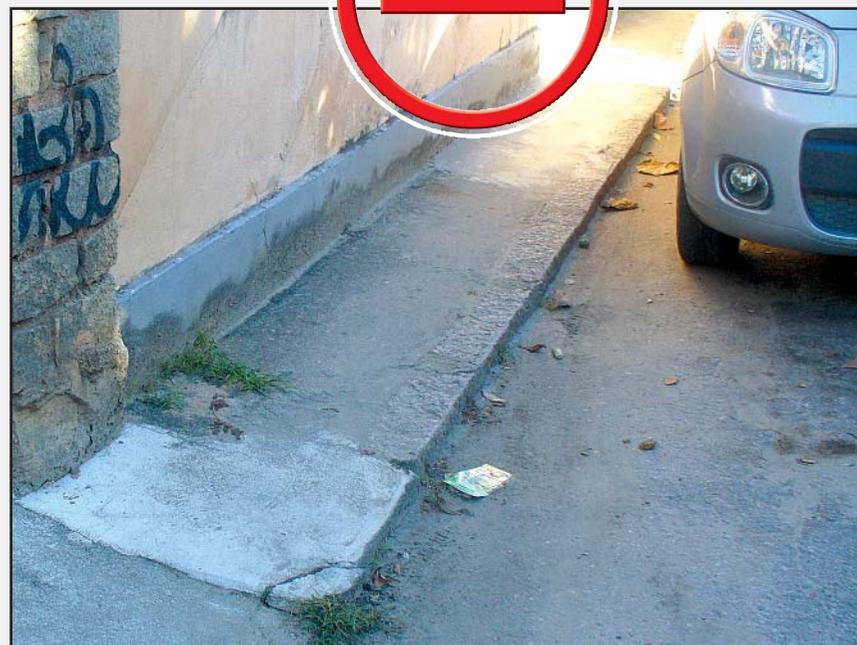
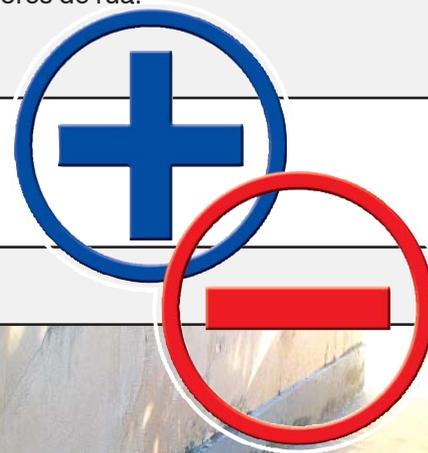


## Na mira do leitor



### POSITIVO

A Secretaria de Desenvolvimento Social, a 7ª Inspeção da Guarda Municipal e a Comlurb realizaram no dia 8 de julho uma operação de acolhimento de população de rua na Praça Seca. Na ocasião, foram visitados vários pontos da Rua Cândido Benício e da Praça Barão da Taquara. O coreto localizado na praça foi lavado ao final da operação, pois servia como banheiro para os moradores de rua.



### NEGATIVO

Apesar de a largura mínima das calçadas ser de um metro, essa regra não é muito respeitada no bairro. Moradores estendem suas residências, escadas, canteiros, fradinhos, entre outros empecilhos para o espaço do pedestre, obrigando-os a passar pela rua.

**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

### Direito de todos

#### Justiça itinerante volta à Cidade de Deus



O ônibus da Justiça Itinerante esteve na Cidade de Deus no dia 6 de agosto para prestar atendimento jurídico gratuito aos moradores do bairro.

### Informatizando

#### Detran vai trocar processo de papel pelo digital

O Detran deu início, no dia 10 de agosto, à implantação do seu sistema de processos digitais, que vai substituir, em todos os setores de sua administração, os processos de papel. A iniciativa visa melhorar o atendimento ao cliente, tornando os processos amplamente acessíveis a funcionários e clientes, que poderão acompanhar todos os passos da administração pela internet.

### Golpe online

#### Rock in Rio tem venda ilegal de ingressos

Os ingressos para o Rock in Rio 2015 já estão esgotados, mas a venda irregular das entradas pelas redes sociais preocupa a polícia do Rio. Nessas comunidades podem existir dois tipos de criminosos: cambistas, que vendem ingressos com valores acima do original e estelionatários, que dão golpes repassando ingressos falsos ou simplesmente não os entregam. A população deve ficar atenta e denunciar a prática através do e-mail [vendailegal@rockinrio.com](mailto:vendailegal@rockinrio.com). Neste ano, o evento vai acontecer nos dias 18, 19, 20, 24, 25, 26 e 27 de setembro, na Cidade do Rock.

### As rosas não falam, mas o meio ambiente agradece

#### Pechincha recebe plantação de mudas



O Condomínio Pindorama, no Pechincha, recebeu no dia 31 de julho várias mudas de árvores na praça "As rosas não falam". No local foram plantados cinco Ipês, duas Escumilhas e um pé de Pau Brasil, a recomposição vegetal foi feita a pedido dos moradores pela Fundação Parques e Jardins.

### Revitalização

#### Via e praça em Vargem Grande são revitalizadas



A Rua Esperança e a Praça Caridade, em Vargem Grande, estão de "cara nova". O local recebeu no dia 6 de agosto um mutirão de serviços, dentre eles, reparos no asfalto, recuperação das tampas de esgoto, limpeza nos ralos, capina, recuperação e pintura dos brinquedos e do mobiliado da praça, bem como o reparo dos bancos de concreto.

### Essência Vital

#### Freguesia recebe Feira Orgânica todo sábado



Comprar legumes e verduras livres de produtos químicos a um bom preço já é possível para os moradores da Freguesia. Todo sábado, de 7 às 13 horas, o bairro recebe a Feira Orgânica, uma iniciativa da ONG Essência Vital, em parceria com a UMenu Gastronomia, em que o consumidor pode levar para casa alimentos mais saudáveis e a preços mais justos, comprados direto das mãos do produtor. A feira orgânica da Freguesia acontece na Praça Professora Camisão e faz parte do Circuito Carioca de Feiras Orgânicas.

### Carnaval 2015

#### União de Jacarepaguá tem novo carnavalesco



A União de Jacarepaguá anunciou em agosto Rodrigo Almeida como o novo carnavalesco da agremiação. Almeida já integrou a Império da Praça Seca e em 2015 fez parte da Unidos de Bangu. Apesar da mudança, o enredo "De grão em grão a galinha enche o papo", de autoria do antigo carnavalesco Jorge Caribé, será mantido.

### Você Repórter

#### Envie sua foto

Flagrou alguma irregularidade em Jacarepaguá? Fotografe e nos envie, juntamente com um texto explicativo. O nosso portal possui uma seção especial para o envio de fotos e reportagens:

[www.nossobairro.net](http://www.nossobairro.net)  
[redacao@nossobairro.net](mailto:redacao@nossobairro.net)

## Dicas de Concursos



### Instituto Militar de Engenharia do Exército Brasileiro

O Instituto Militar de Engenharia (IME) do Exército Brasileiro está com inscrições abertas para o concurso de admissão ao Curso de Formação de Oficiais da Ativa (CFrm) do quadro de Engenheiros Militares de 2015/2016. São cinco oportunidades para a área de Engenharia de Fortificação e Construção. Os interessados em concorrer precisam ter concluído o nível superior e idade máxima de 26 anos completados no período de 1º de janeiro de 2016 a 31 de dezembro de 2016.

As inscrições podem ser feitas até 15 de setembro através do site [www.inscricoes.ime.eb.br](http://www.inscricoes.ime.eb.br), mediante preenchimento do formulário disponível na página eletrônica, além do pagamento da taxa no valor de R\$ 98,00.

### Marinha do Brasil

Foi alterado para 14 de setembro o prazo máximo de inscrição no concurso destinado ao preenchimento de 165 vagas de nível técnico para admissão no curso de formação para ingresso no Corpo Auxiliar de Praças da Marinha (CP-CAP) em 2015.

Os interessados em participar deverão ter concluído curso técnico de nível médio na área de atuação e as oportunidades são para as seguintes especialidades: contabilidade, estatística, gráfica, marcenaria, mecânica, metalurgia, meteorologia, motores, processamento de dados e química.

O curso será realizado durante 17 semanas no Centro de Instrução Almirante Alexandrino (CIAA), localizado na Avenida Brasil, nº 10.946, Penha. A previsão é a de que as aulas tenham início em agosto de 2016.

As inscrições para o concurso podem ser realizadas através dos sites [www.ensino.mar.mil.br](http://www.ensino.mar.mil.br), [www.ingressonamarinha.mar.mil.br](http://www.ingressonamarinha.mar.mil.br), ou nas Organizações Responsáveis pela Divulgação (ORDI) do Rio de Janeiro. O valor da taxa de inscrição é de R\$ 25,00.

### Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro (IFRJ)

O Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro (IFRJ) realiza Processo Seletivo destinado ao preenchimento de 20 vagas para o cargo de Tutor a Distância para as disciplinas do curso Técnico em Serviços Públicos, sendo uma vaga para cada uma das áreas: Ambientação em Educação a Distância; Informática Aplicada; Português para fins Específicos; Matemática Aplicada; Comportamento e Ética Profissional; Fundamentos de Administração Pública; Fundamentos de Direito Administrativo; Responsabilidade Social e Ambiental; Gestão de Pessoas; Licitações, Contratos e Convênios na Administração Pública; Patrimônio Público, Materiais e Logística; Fundamentos de Direito Tributário; Gestão de Documentos e Arquivística; Fundamentos de Economia; Fundamentos de Contabilidade Pública; Orçamento Público; Qualidade na Administração Pública; Elaboração e Gestão de Projetos; Prestação de Contas; e Cerimonial, Protocolos e Eventos.

Os aprovados vão atuar no Núcleo de Educação a Distância (NEaD) do Campus Nilo Peçanha/ Pinheiral, com carga horária de 45 horas e bolsa no valor de R\$ 765,00. As inscrições serão realizadas até o dia 14 de setembro mediante envio de formulário e currículo via postal para a Secretaria do NEaD. 

Foto: Divulgação / Internet

# Curso de FRANCÊS

Parcelas fixas  
até o fim do  
curso!



Fale francês  
em 2 anos!

Foco na  
Conversação



Unidade Freguesia - Rua Araguaia, 440

2425-2249

3489-2249

Unidade Grajaú - Rua Gurupi, 165

2577-2877

2578-2371

## Happy Hour regado a queijos e vinhos no Princesa



Os gerentes Lúcio da Silva e Gilsélio Silva contaram com o apoio de Luciana Pinheiro, responsável pelo marketing da empresa

O supermercado Princesa do Pechincha ofereceu aos clientes no dia 14 de agosto uma noite especial com a degustação de

deliciosos queijos e vinhos e um happy hour. O evento contou com a participação de muitos clientes, amigos e diversos sorteios. 

# ***VENHA CONHECER O NOVO CINEMARK NO CENTER SHOPPING RIO.***

**4 SALAS  
LOVE SEATS  
PIPOCA ESPECIAL**



[cinemark.com.br](http://cinemark.com.br)

[f](#) [t](#) [i](#) [v](#) [y](#) [t](#) [u](#) [b](#) [e](#) [c](#) [i](#) [n](#) [e](#) [m](#) [a](#) [r](#) [k](#) [o](#) [f](#) [i](#) [c](#) [i](#) [a](#) [l](#)

## **CINEMARK®**

É MAIS QUE CINEMA. É CINEMARK.

## Receitas

FÁTIMA GUERRA  
GOURMET  
FATIMA@ALFABUFFET.COM.BR



### Gurjão de frango com patê de alho



Amigos, a nossa receita do mês é um petisco muito conhecido, o gurjão de frango. Nada mais é que um pedaço de peito de frango empanado com um acompanhamento perfeito, o patê caseiro de alho. Temos certeza que fará muito sucesso na recepção para os amigos e parentes nas suas casas.

#### Receita

##### INGREDIENTES:

- 1 kg de peito de frango cortado em tiras médias
- 3 dentes de alho amassados ou picadinhos
- Raspas da casca de 1 limão
- Suco de 1 limão
- Sal e pimenta do reino a gosto
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 pitada de fermento

##### PATÊ DE ALHO:

- 1 dente de alho
- 1 copo americano de leite bem gelado
- 1 colher (chá) de sal
- Pimenta do reino a gosto
- 2 copos americanos de óleo de milho

##### MODO DE PREPARO:

- Em uma vasilha média, misture os 5 (cinco) primeiros ingredientes e deixe descansar alguns minutos.
- Para empanar misture a farinha de trigo com o fermento.
- Em uma panela anti-aderente de borda alta, aqueça o óleo suficiente para fritar, coloque os pedaços de peito já empanados um a um para que não fiquem grudados.
- Vire de vez em quando.
- O tempo de fritura é muito rápido, se passar, o peito de frango ficará seco.
- Quando estiverem moreninhos retire-os e deixe escorrer em papel toalha, depois coloque em travessa de vidro sem papel para que não murchem.
- Sirva com o patê de alho.

##### PATÊ DE ALHO:

- Coloque todos os ingredientes, exceto o óleo, no liquidificador, bata na velocidade máxima e vá adicionando o óleo aos poucos, até ficar consistente.
- Pode ser servido gelado também, este patê também fica muito bom com torradas ou bolachas água e sal.

### Cardápio de Primavera

# Saiba como utilizar flores na culinária



Foto: Divulgação / Internet

A chegada da primavera pode servir como inspiração para decorar pratos com flores comestíveis. De fato, além do sabor gostoso, elas dão ao prato um colorido especial. Mas, é de suma importância saber que nem todas as flores são comestíveis, algumas são venenosas e outras são cultivadas com agrotóxicos, por isso, jamais inclua flores no cardápio sem ter certeza de que elas podem ser ingeridas e foram cultivadas para esse propósito.

Entre as flores mais conhecidas que podem ser ingeridas estão, capuchinha, lavanda, amor-perfeito, calêndula, borago, rosa, viola-odorata, alecrim e as flores da abóbora, do manjericão e do tomilho. Todas elas podem ser usadas para decorar saladas, misturar a frutas ou utilizadas em pratos quentes e sobremesas. Outra opção é adicionar a bebidas como chás ou congelar com água em cubinhos de gelo para servir com sucos. 

#### PROBLEMAS NO SEU CONDOMÍNIO?

Peça... 

**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](http://www.helpadm.com.br)

 **Quem é do bairro anuncia**

No JNB você é visto por quem realmente interessa

**3627-7945**  
comercial@nossobairro.net

## Sua Reclamação

REDACAO@NOSSOBAIRRO.NET

### MOTORISTA APRESSADINHO

**No dia 5 de agosto, às 18h10, na Taquara, embarquei no ônibus da linha 601 (Taquara/ Saens Pena) pertencente à viação Litoral e, ao descer na Estrada do Gabinal, o motorista não esperou os passageiros desembarcarem, simplesmente fechou a porta e arrancou com o veículo. Minha mão ficou presa e os outros passageiros que gritaram para ele parar e abrir a porta. Eu não era a única que faltava descer, ainda tinham vários passageiros aguardando para desembarcar no local. Solicito que seja feita uma revisão dos motoristas, principalmente no que estava dirigindo o ônibus 601 de número 20.210 na data e horário descritos acima. Respeito todos nós gostamos e temos direito.**

**Fátima Guerreira**

**Resposta da Secretaria Municipal de Transportes:** A SMTR lamenta o ocorrido e informa que todos os motoristas do sistema de ônibus municipal passaram por treinamento até dezembro de 2014, atendendo ao Código Disciplinar dos Ônibus publicado no mesmo ano. O Código estabelece regras e normas de conduta para os consórcios e seus trabalhadores. Qualquer motorista novo também tem de passar pelo treinamento para ingressar no sistema. A SMTR conta com a ajuda da população para fiscalizar o sistema e pede que as denúncias sejam feitas à central 1746, canal de comunicação da Prefeitura com o cidadão. As denúncias feitas ao 1746 norteiam as ações das equipes de fiscalização.

### POLUIÇÃO SONORA NO ANIL

**Sou moradora do bairro há mais de seis anos e nunca presenciei a falta de respeito que vem ocorrendo na Praça do Anil.** A maioria dos bares do local fazem shows a partir das 23 horas, indo, quase que diariamente até às 4 horas da manhã. Não tem viatura da PM que acabe com o desrespeito à lei do silêncio, isso sem falar que a rua onde eu moro, virou banheiro público e local para se praticar sexo, brigas, pegadas e tudo mais. O assunto vem aborrecendo os moradores.

**Maria das Graças Vianna**

**Resposta da Subprefeitura da Barra e Jacarepaguá:** Vamos programar uma operação de controle urbano no local. Mas sugiro que a senhora e os moradores incomodados façam sempre o registro do problema, no momento em que está acontecendo, junto às autoridades policiais e que deixem registrado também na Central da Prefeitura, através do 1746. Todas as Secretarias da Prefeitura seguem os registros e efetuam ações em função das reclamações recebidas, inclusive com prazo para solucionar as questões.

**Observação do JNB:** Nossa equipe entrou em contato com o 18ºBPM (Jacarepaguá), mas não obteve retorno até o fechamento desta edição.

### SUJISMUNDOS NA TAQUARA



**Na Passarela da Taquara, há um rio que está cheio de detritos em sua extensão.** Ele passa também pela Estrada dos Bandeirantes (no Largo da Taquara, em frente à estação do BRT) e também pela Rua André Rocha (próximo ao R9). É uma quantidade absurda de lixo jogado pelos moradores, transeuntes e donos de loja. Há pias, manequins, frutas, entulhos, etc. Quando é que as pessoas irão ter educação nesse País? Já solicitei a limpeza pelo 1746, mas a Comlurb não é culpada por esse absurdo! Isso só terá efeito se a população tiver consciência. Tinha era que dar uma multa grande para quem faz isso!

**Fernanda Souza**



**PRINCESA**  
SUPERMERCADOS

PRONOCIÓN AUTORIZADA  
C.A.  
6-1409/2015  
**CAIXA**

**ANIVERSÁRIO**

*Festa de Prêmios*



**CONCORRA A 96 VALES-COMPRAS DE R\$ 400,00 E 1 SANDERO 0KM**

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

# Horóscopo

**MALU RODRIGUES**  
ASTRÓLOGA,  
MALUCATAO@GMAIL.COM



## Previsão astrológica do mês de setembro

### Signo de Virgem:

São as pessoas mais funcionais, aquelas que se empenham na praticidade das coisas, tudo tem que estar em ordem. **Planeta regente:** Mercúrio. **Signo do elemento:** terra. **Parte do corpo:** estômago. **Cor:** amarelo

**Áries (21/03 a 21/04):** com o seu regente no signo de Leão, sua criatividade e suas obras ganharão destaque nesse período, aproveite.

**Libra (23/09 a 22/10):** é hora de limpar mágoas passadas, liberte-se dos ressentimentos, faça um balanço geral dos seus relacionamentos.

**Touro (21/04 a 20/05):** é possível que você conheça alguém que o ajude a tomar decisões muito importantes, precisas e a desapegar-se daquilo que já era.

**Escorpião (23/10 a 21/11):** viva mais os momentos sociais, culturais, busque os amigos para essas atividades e você irá se surpreender.

**Gêmeos (21/05 a 20/06):** momento próprio a toda forma de trabalhar com comunicação, a divulgação de novas metas, venda e comércio.

**Sagitário (22/11 a 21/12):** tome bastante cuidado nas suas viagens, verifique bem os documentos, para não ser pega com surpresas desagradáveis.

**Câncer (21/06 a 21/07):** a pessoa que você quer, está ao seu lado, mostre-se mais encantadora, permita-se viver esse momento.

**Capricórnio (22/12 a 20/01):** não perca as rédeas no comando, incentivar colegas em novos desafios trará confiança e sucesso a todos.

**Leão (22/07 a 22/08):** hora de ir mais longe, foca numa viagem para o exterior, pois lá poderá mostrar seu talento de forma extraordinária.

**Aquário (21/01 a 19/02):** momento família, toda atenção será bem recompensada pelo carinho dado e recebido.

**Virgem (23/08 a 22/09):** toda a sorte está contigo virginiana, seu entusiasmo irá contagiar as pessoas que esperam o melhor de você.

**Peixes (20/02 a 20/03):** estarás envolvido com questões familiares, que o deixará muito feliz, a retomada de antigas amizades será algo muito positivo.

## Bilhete Único tem novas regras para evitar fraudes



A fim de que sejam evitadas as fraudes no uso do Bilhete Único Intermunicipal, o Governo do Estado criou um termo de adesão acompanhado de novas regras para os usuários. A medida foi publicada no dia 11 de agosto no Diário Oficial. Agora, quem adquirir o BU Intermunicipal vai ter que assinar um termo de adesão em que constam as regras para o uso do mesmo, inclusive frisando que o cartão é pessoal e intransferível.

## PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Ultrassom, hemograma e sorologia para HIV e hepatites	Vale por mil palavras (dito)	Palavras com a mesma origem (Gram.)	Membro essencial do exército medieval	"Trair e Coçar É Só Começar" e "Jogo de Cintura"
Que faz vibrar de entusiasmo		Pão de (?), massa usada no rocambole		Onomatopéia do sinete
Orixá da justiça e do poder (Rel.)			Madeira (?), corte da árvore não (processado)	
Antoni Gaudi, arquiteto catalão	Natalie Portman, atriz israelense	Região com nove estados (abrev.)		Martin Scorsese: dirigiu "Os Infiltrados"
				"Vinho", em "enófilo" Dona (abrev.)
Arma dos aborígenes australianos	(?)-coronel: sucede à patente de major			
Ed Motta, cantor	Em (?): de modo geral Mútua	Preceptor Objeto de estudo de Kepler		Profissional como Renato Sorriso (bras.)
O rato, em relação à coruja			Prato com fubá Combustível, em inglês	"Deus ajuda quem (?) madruga" (dito)
Bem do pecuarista		Reprimir (fig.)		
Honesto; honrado		Informação de jornais		(?) Veríssimo, escritor Grande embarcação
Calçado como o escarpim	Cidade do Walt Disney World			Cada uma das cartas do tarô
			Fruta mediterrânea rica em açúcar	Antes de Cristo (abrev.)
Comete adultério		Auxilia na digestão E, em inglês		
Ashley Olsen, estilista				Peixe (?), ingrediente da cozinha japonesa
A base da filosofia chinesa, usado popularmente como oráculo	(?) Blat, ator de "Império"			
			(?) Zyklon B, veneno usado pelos nazistas	
Recinto principal de castelos				

BANCO 3/and, 4/fuel, 6/i ching, 8/arqueiro, 10/bumerangue, 19/peças de marcos caruso.

**MAIS DE 200 JOGOS E DESAFIOS PARA MANTER A MENTE JOVEM E ATIVA**

Nas bancas e livrarias.

www.coquetel.com.br

**Solução**

O	R	T	D	V	A	S
S	V	G	N	I	H	C
C	O	I	V	C	O	V
V	A	F	I	V	T	R
C	V	A	P	A	V	S
S	N	T	R	O	I	N
E	N	E	T	E	C	E
R	C	S	S	E	R	E
V	G	V	A	S	P	R
M	O	I	V	O	T	S
E	N	E	N	T	M	E
D	E	U	G	N	V	E
S	M	D	O	N	G	V
V	O	R	O	G	N	X
E	N	V	G	T	O	P
P						

# PRODUTOS E SERVIÇOS



**Fernanda Rodrigues**  
- PSICOLOGIA | PSICANÁLISE -  
CRP 05-33425

Crianças - Adolescentes - Adultos

(21)3598-2127 • (21) 99635-8338  
Rua Araguaia, 265 - sala 416 | Freguesia | JPA  
Rio de Janeiro | RJ | CEP 22745-270  
fernanda.brodrigues@gmail.com



**Santos Oliveira**  
Acessoria Contábil e Tributária

**Fernando Oliveira**  
Contador

Tel.: (21) 3177-0736 / (21) 97989-6543

Estrada de Jacarepaguá, 7709 - Sala 805  
Freguesia - Rio de Janeiro



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**

**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:

guia@nossobairro.net / 2440-4549 | 3627-7945

**CURSO DIREITO VIP**  
OAB XVIII EXAME UNIFICADO 1ª FASE

**OAB EXAME UNIFICADO**

Venha estudar no Direito Vip. A nossa missão é a sua aprovação!!!  
Turmas manhã e noite - VAGAS LIMITADAS!!!

**TURMA DE TEORIA - TURMA SEMANAL - TURNO MANHÃ / NOITE:**

Carga horária aproximada: 125h / Manhã: 8h às 11h.  
Noite: 19h às 22h.  
Aulas: 5x por semana. De segunda a sexta.

**INVESTIMENTO:**

TAXA DE MATRÍCULA: R\$ 30,00  
À vista: R\$ 500,00 ou 2 cheques de R\$ 270,00

**TURMA DE EXERCÍCIOS - TURMA DE FINAL DE SEMANA:**

Carga horária aproximada: 81h  
Aulas: Sábados das 8h às 17h

**INVESTIMENTO:**

TAXA DE MATRÍCULA: R\$ 20,00  
À vista: R\$ 300,00 ou 2 cheques de R\$ 170,00

**ATENÇÃO**

COMBO APROVAÇÃO!!!  
DESCONTO ESPECIAL DE 10% PARA O ALUNO QUE SE MATRICULAR NAS  
DUAS TURMAS

TURMA DE TEORIA E EXERCÍCIOS  
TURMA SEMANAL MANHÃ OU NOITE + TURMA DE FINAL DE SEMANA.

**cursodireitovip.wix.com/cursodireitovip**

Estrada dos Três Rios, 1200 - Freguesia - Jacarepaguá  
(Horário de Funcionamento: 8h às 20h)

Tel.: 21 **3247-2899 - 97028-8138 - 99396-7410**



- Crianças
- Adolescentes
- Adultos e Casais

*Tábata Riboski Pereira*  
Psicóloga Clínica  
CRP 05/45335

E-mail: [psiriboski@gmail.com](mailto:psiriboski@gmail.com)

 (21) 99357-1660 / (21) 99853-0983

**ALUGO CASA COMERCIAL**  
NA TAQUARA - 350 M²

IDEAL PARA CASA DE FESTAS,  
ACADEMIAS - SEDE DE EMPRESAS.

INFORMAÇÕES:  
**3327-5312 / 98775-5312**



**GABRIELA ALMAS**

- crianças e adolescentes
- gestantes e pós parto
- casal e família

Psicóloga e Psicopedagoga  
CRP: 05 / 30956

Freguesia / Jacarepaguá • **99774-7876**



**CARDOSO**  
advogados

Escritório de Advocacia

DIREITO CIVIL | DIREITO DE FAMÍLIA  
DIREITO EMPRESARIAL | DIREITO DO CONSUMIDOR

Tel.: 2154-9938 / Cel: 98189-6625  
Site: <http://www.cardosoadv.com.br>  
E-mail: [contato@cardosoadv.com.br](mailto:contato@cardosoadv.com.br)

Avenida Geremário Dantas nº 807 Sala 429  
Freguesia - (Edifício Fusion Office) - CEP: 22743-011

# Viva, + Saúdável no Sulacap

Ajudamos você a cuidar da saúde  
e do seu bem-estar com:



**Exercícios**



**Dicas de  
alimentação**  
com orientação  
de nutricionista



**Dicas  
de saúde**

Toda terça e quinta  
**das 10h às 11h20**

**Local:** Ao lado da loja New Itália.

**Inscrição:** no SAC

**Atividade Gratuita**

**Participe!**

Parceiros:



**ParqueShopping**

SULACAP

**Dra. Liza Freitas**  
CRN 03100928

**Dra. Renata Colli**  
CREF 021668-G/RJ

**Dra. Carolina Corrêa**  
CRN 15100441

Acesse nossas  
redes sociais:



[www.parqueshoppingsulacap.com.br](http://www.parqueshoppingsulacap.com.br)