

Drogarias
MEP
Veja anúncio
na página 9

NOSSO BAIRRO Jacarepaguá

www.nossobairro.net

TEMOS O MENOR PREÇO
COM O MAIOR ESTOQUE DO RJ
Sepa
Construção & Decoração
Confira as ofertas nas páginas 18 e 19

Periodicidade Mensal - Distribuição Gratuita - Edição nº 111 - Novembro/2016 - Ano IX

Saúde

TPM - Alterações hormonais podem gerar sintomas físicos ou psicológicos em período que antecede o ciclo menstrual.

| **Página 16**

Trânsito

Antiga linha de ônibus 766 volta a circular pela região em caráter experimental.

| **Página 14**

Cultura

Fagner, Casuarina, Marcelo Jeneci e o musical da Broadway 'Meu amigo, Charlie Brown', são algumas das atrações do mês na agenda cultural.

| **Página 21**

Saiba mais

Mulheres Aquilah | Página 24

Associação oferece ao público feminino atendimentos em áreas como saúde, esporte e cultura.

Educação | Página 4

Taquara ganha Espaço de Desenvolvimento Infantil.



Foto: Internet / Divulgação

REFORMA NO ENSINO

Medida Provisória (MP 746/2016) apresentada pelo MEC visa reestruturar o currículo do ensino médio. O estudo em tempo integral e a flexibilização da grade, de acordo com a escolha do aluno, voltada para a área em que pretende atuar profissionalmente, estão entre as questões em debate. Saiba o que propõe a medida e o que pensam os especialistas a respeito do assunto.

| **Páginas 22 e 23**

compre sem sair de casa

www.diba695.com.br

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

Entregas Grátis em todo Grande Rio
nas compras acima de R\$ 400,00



LORENZETTI

Aquecedor à gás
LZ 750 BP

365,90

Ofertas válidas até 30/11/2016 ou término do estoque



Onde você compra o melhor
pelo menor preço

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
tel 3312-3900 / ID 81*47699

Méier: Rua Dias da Cruz, 622
tel 3437-8293

Editorial

ALESSANDRA NUNES

De olho no futuro

O próximo ano poderá começar com diversas mudanças no campo educacional. Uma Medida Provisória apresentada recentemente pelo Ministério da Educação visa reestruturar o currículo do ensino médio brasileiro e adotar o estudo em tempo integral nas escolas. Veja nas páginas 22 e 23 o que pensam alguns especialistas na área a respeito da reforma.

Outra novidade são os resultados das urnas. Confira nas páginas 10 e 26 os governantes eleitos no pleito municipal realizado no mês passado e não esqueça de cobrar o cumprimento das promessas de campanha. Conheça as linhas de ônibus que voltaram a circular pela região em caráter experimental (página 14).

Na saúde, saiba mais sobre Tensão Pré-Menstrual (TPM), uma síndrome que afeta física e psicologicamente

cerca de 90% das mulheres, segundo a Organização Mundial de Saúde. No mês em que é celebrado o Dia Nacional do Doador Voluntário de Sangue, descubra os critérios que permitem ou impedem uma doação de sangue e garantem proteção tanto ao doador, quanto ao receptor (página 28).

Neste mês, é realizada a campanha Novembro Azul, que tem como objetivo conscientizar os homens a respeito de doenças masculinas, principalmente na prevenção e no diagnóstico precoce do câncer de próstata.

Confira também as atrações da agenda cultural, que incluem o grupo Casuarina, no Teatro Sesi Jacarepaguá; Oficina G3 e Fagner, no Teatro Bradesco Rio (página 21).

Boa leitura!



Expediente

NOSSO BAIRRO
Jacarepaguá
www.nossobairro.net

Editora H. Sheldon:
CNPJ: 29.418.852/0001-85

Ano IX - Edição 111 - novembro/2016

Diretor: Nelson Cardoso
nelson@nossobairro.net
Coordenação de Redação:
Stella Walliter
stella@nossobairro.net

Edição:
editor@nossobairro.net

Redação:
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, Maria Helena dos Santos, Malu Rodrigues

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

QUEM TEM NOVOS ALUNOS COM ACESSO GRÁTIS A FILMES, SÉRIES E SHOWS?

CNA
Inglês Definitivo

2440-0345 / 2440-4571

CNA Taquara

Estrada do Rio Grande, 1691

MATRICULE-SE JÁ

NINGUÉM TEM O QUE O CNA TEM.

PARCERIA EXCLUSIVA:
cna.com.br/looke

Looke



Promocão não cumulativa, válida para novas matrículas efetuadas em um dos cursos do CNA, entre o período de 1º de junho a 31 de agosto de 2016, ou enquanto durarem os estoques. No ato da matrícula, o aluno receberá códigos promocionais referentes à gratuidade de 6 meses de assinatura Looke, plataforma digital com títulos diversos (filmes, séries televisivas, shows, documentários etc), mais o resgate de 6 lançamentos disponíveis para locação. Os códigos promocionais oferecidos não poderão, em hipótese nenhuma, ser trocados por dinheiro. Para mais informações, consulte o regulamento da promoção na escola CNA participante mais próxima ou acesse o site www.cna.com.br/looke.

f/cnaoficial | t/cnaoficial



GARANTIMOS
**O MENOR
PREÇO**
OU A DIFERENÇA EM DOBRO!

mês de ofertas



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



MEGATRON

BITOLA
2,5MM

R\$ **65,90** cada

CABO FLEXÍVEL MEGATRON
Bitola de 2,5mm, diversas cores,
rolo com 100 metros.
CÓDIGO: 87962371-87807090-87807076-
87807104-87807083-87807111



Consul
Bem pensado

R\$ **989,90** cada

CONDICIONADOR DE AR JANELA CONSUL
Mod. CCN07, potência de 7.500 BTUs,
com controle remoto, frio, 127V.
12.000 BTUs R\$ 1.199,90 cada
CÓDIGO: 88151070-87605833



logasa
Qualidade em sua escolha

R\$ **179,90** cada

BACIA COM CAIXA ACOPLADA
Mod. Parati, na cor branca. Logasa.
Assento e demais acessórios não inclusos.
CÓDIGO: 89335393-89335386

Pague no cartão **Celebre!** em até

0+10X²

Celebre!
Sem
juros.

Até 40 dias para pagar a 1ª parcela.

OFERTA
LeVE Leroy
Merlin
Vantagens
Especiais



CRISTOFOLLETTI

R\$ **8,90**
m²

PISO 45329 45X45
Classe A, uso interno.
Cristofolletti.
CÓDIGO: 89394536

Ideal para áreas
de até 20m²



VENTISOL

R\$ **139,90** cada

VENTILADOR WIND LIGHT
Com 3 pás, para 1 lâmpada, nas cores branca,
preta ou transparente, 127V ou 220V. Ventisol.
Acompanha controle de parede.
Utilize lâmpada LED ou flúor compacta E27.
Lâmpada não inclusa.
CÓDIGO: 88329143-88329164-88329150-
88329171-89078164-89078185



R\$ **39,90** cada

POLTRONA MULTIÚSO
72,5x54,5cm, de aço, listrada, dobrável.
Peso: 1,23kg.
CÓDIGO: 89443753



Tekna

R\$ **249,90** cada

LAVADORA DE ALTA PRESSÃO
Mod. HLX110, 1.563 libras, 127V.
Tekna.
CÓDIGO: 89446112

LEROYMERLIN

A casa da sua casa.

www.leroymerlin.com.br

Televendas Leroy Merlin

Capitais e Regiões Metropolitanas 4007-1380 • Demais Regiões 0800-6021380

• JACAREPAGUÁ - RJ RUA CÂNDIDO BENÍCIO, 3.936, ENTRE A PRAÇA SECA E O LARGO DO TANQUE - Segunda a sábado, das 9h às 22h. Domingos e feriados, das 10h 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 05/11 a 30/11/2016 ou enquanto durarem os estoques para a loja de Jacarepaguá. *Somente no Cartão Celebre!. Até 40 dias para pagamento da 1ª parcela dependendo da data da compra e do vencimento da fatura. Sujeito a análise cadastral, de crédito e demais condições do produto. Documentos necessários: documento de identidade, CPF, comprovante de residência e renda. Cartão Celebre!, administrado e emitido pelo Banco Losango SA Banco Múltiplo. Consulte a tabela de serviços sujeitos a tarifas nas filiais Losango e no site www.losango.com.br. Central de Atendimento Cartões Celebre! - todos os dias, das 7h às 23h, exceto feriados: 4004 5967 (grandes centros) e 0800 701 5967 (demais localidades), SAC Losango - todos os dias, 24h, informações, reclamações, cancelamentos, sugestões e elogios: 0800 729 5980/0800 722 4004 (deficientes auditivos). Ouvidoria: 0800 727 9933/0800 722 0099 (deficientes auditivos), das 8h às 18h, de segunda a sexta, exceto feriados. Consulte condições de financiamento no ato da compra. 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.

Siga-nos:



fazermais.info



twitter.com/
@LeroyMerlinBRA



facebook.com/
LeroyMerlinBrasil



instagram.com/
leroymerlinbrasil



pinterest.com/
leroymerlinbr



youtube.com/
LeroyMerlinBRA



plus.google.com/
+LeroyMerlinBRA

Espaço de Desenvolvimento Infantil é inaugurado na Taquara

Unidade escolar atenderá alunos da creche à pré-escola



Foto: Subprefeitura da Barra e Jacarepaguá

Os moradores da Taquara ganharam no dia 29 de setembro o Espaço de Desenvolvimento Infantil (EDI) Medalhista Paralímpico Felipe de Souza Gomes. A unidade faz parte do programa Escolas do Amanhã, responsável por implantar o ensino intitulado pela prefeitura como integral na rede municipal em turno de sete horas.

O espaço vai atender cerca de 300 crianças da creche à pré-escola, de seis meses a cinco anos e 11 meses de idade. A unidade conta com salas de atividades, berçários, lactários, refeitórios, bibliotecas com livros apropriados para cada faixa etária, área administrativa, solário e parquinho.

Todos os ambientes receberam tratamento acústico com forros e painéis de vedação termo acústicos e esquadrias especiais. Os prédios foram construídos com fachadas duplas para protegê-los contra a incidência direta do sol e permitir a passagem de correntes de ar, diminuindo assim a temperatura no interior da edificação e proporcionando economia de energia.

O nome escolhido para a nova EDI é uma homenagem ao velocista paralímpico que conquistou a medalha de ouro no Revezamento 4x100 e de prata nas provas dos 100, 200 e 400 metros nos Jogos da Rio 2016. O atleta Felipe Gomes é considerado um dos maiores nomes do atletismo paralímpico brasileiro, tendo conquistado o ouro nos 200 metros rasos e bronze nos 100 metros, ambos nos Jogos de Londres, em 2012. A ideia de homenagear os medalhistas do Brasil nos Jogos Olímpicos e Paralímpicos da Rio 2016 objetiva reconhecer o esforço e a superação dos atletas brasileiros, além de incentivar as novas gerações.

Instituto Geremário Dantas
Do Maternal ao Ensino Médio

Inscrições Abertas
Concurso de Bolsas 2017

O equilíbrio entre Tradição e Modernidade

Mais informações: www.igd.com.br Tel.: 2108-7900
Rua Cândido Benício, 159 - Campinho - R.J.

serviços

gasNatural
fenosa



Gas Natural Serviços. A segurança da sua família nas mãos certas.



GREY Brasil

Está em vigor
a Lei
Nº 6.890

Realize sua Inspeção Periódica de Gás com a Gas Natural Serviços

Agora existe uma lei que protege a sua família

A nova lei estadual nº 6.890 determina a realização da Inspeção Periódica de Gás a cada 5 anos em unidades que utilizam o gás canalizado

Nós oferecemos:

- Empresa habilitada pelo Inmetro
- Técnicos qualificados
- Mais de 40 itens inspecionados



Parcelamento
em até 18x na sua
conta de gás

Laudo oficial só com:
Órgão de Inspeção
acreditado pelo Inmetro

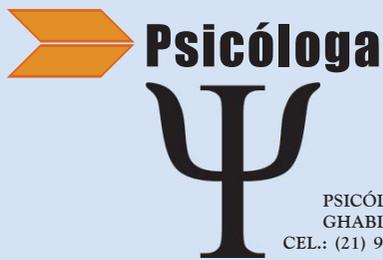


4002-3983

Gas Natural Serviços. Uma empresa do grupo Gas Natural Fenosa.

Saiba mais em
gasnaturalfenosa.com.br/servicosipg

A Gas Natural Serviços é uma empresa do grupo Gas Natural Fenosa, líder mundial no setor de gás e eletricidade, devidamente acreditada pelo Inmetro para atuar como inspetora, nos termos da Lei Estadual 6.890/2014.



Psicóloga



GABRIELA ALMAS

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



Esgotamento Emocional



Foto: Internet / Divulgação

Com rotinas cada vez mais intensas e exaustivas, em que nossos limites são testados constantemente, tamanho o número de exigências pessoais e profissionais, muitos não percebem que dores sentidas no corpo, esquecimentos, dificuldade para se concentrar, problemas de úlcera, gastrite ou cefaleia, fadiga, irritabilidade e alterações no humor podem ser alguns dos sinais de um esgotamento emocional.

Sentir-se mais cansado, sem ânimo para realizar tarefas cotidianas ou até para interagir com outras pessoas – mesmo após um relativo repouso, pode ser o início dos sintomas de esgotamento. Há casos nos quais a pessoa se isola e não procura ajuda e os avisos emitidos pelo corpo são comumente ignorados, devido a uma agenda repleta de exigências. Em geral, o esgotamento ocorre depois de um período árduo na vida ou em ocasiões difíceis demais para vivenciar. Por isso, é considerável não se cobrar tanto e pedir ajuda quando precisar.

O acompanhamento de psicoterapia é indicado em casos assim, para que o sujeito tenha possibilidades de desenvolver mecanismos internos para lidar com as situações de estresse e sofrimento. Dependendo da circunstância, pode até ser necessária a intervenção medicamentosa prescrita por um médico, como o psiquiatra.

Aliado ao tratamento psicoterápico é indispensável que se tenha momentos significativos de relaxamento, hábitos saudáveis de alimentação e exercícios físicos, que tragam benefícios para o corpo e a mente. A energia despendida no trabalho precisa ser compensada com horas de lazer, em que haja divertimento e prazer.

Por isso, é importante entender os sinais do nosso corpo. Em qualquer enfermidade, seja física ou psíquica, seu tratamento terá maiores benefícios se identificada em seu início.



REPÓRTERES DE JACAREPAGUÁ

CARROCEIROS NA ÁREA



Entulhos e lixo de todo tipo vêm sendo despejados na Estrada Rodrigues Caldas, próximo ao Colégio Baronesa e na reserva da Baronesa, ao lado da ciclovia, próximo ao Condomínio Gramado, onde a cerca foi violada para guardar carroça e cavalo. No local, são descartados lixos como sofá, máquina de lavar e carcaças de animais mortos.

É uma vergonha ter uma ciclovia ao lado de uma Área de Preservação Ambiental poluída por lixo e mau cheiro.

Luci Maria

ESPUMA ARRANCADA



Ao viajar no ônibus da linha 306 recentemente, me deparei com um banco que teve o forro rasgado (aparentemente com estilete) e a espuma arrancada. É lamentável a falta de educação de algumas pessoas com um bem que pertence a todos. Fico imaginando se essas pessoas fazem isso na casa delas.

Sofia Nunes

ESPAÇO DEDICADO AO LEITOR QUE "FLAGRA" OS FATOS DE JACAREPAGUÁ.

ENVIAR FOTO, TEXTO E NOME PARA REDACAO@NOSSOBAIRRO.NET.

ASSUNTO: REPÓRTERES DE JACAREPAGUÁ

Compre pelo nosso site
www.diba695.com.br

e receba a mercadoria no conforto de sua casa!



**Entregas
 Grátis
 a partir de
 R\$ 400,00**

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

Preço válidos até
 30/11/2016 ou
 término do estoque



**Onde você compra
 o melhor
 pelo menor preço**



Pisca Pisca Led,
 cristal e coloridas, 127v

19,90



Arvore
 de natal com
 bolinhas de Led
 CS 22 - 120 cm

270,00



Mangueira
 decorativa
 Led

7,70ml



Lâmpada
 tubular
 superled

9w... **17,90**
 18w... **21,90**



Lâmpada A60
 high power 9w

10,90



Lâmpada 6w
 PAR 20
 colorida
 superled
 bivolt

19,90



Plafon led 18w
 embutir
 redondo/quadrado

35,90



Spot
 embutir
 led 3w
 redondo

11,90



Lâmpada led 3U
 E27 branca

9w... **11,90**



Refletor led slim
 100w

249,90



linha Slim
 Interruptor 1S ou
 tomada 2P+T 10A

5,80



Ventilador de Teto New Delta light
 pás em mogno/branca

149,90



Ventilador de Parede
 60cm, preto e bivolt

219,90



Torneira lavatório
 bancada
 PVC 1195

29,40



Torneira cozinha
 móvel parede
 1168 C29 1/4 volta

124,90



Torneira lavatório
 móvel bancada
 1195 C29 1/4 volta

118,90



Cabo flexível
 2,5mm
 rolo com 100m

69,90

Trabalhamos com cabos até 240mm
 para pronta entrega



Conduite 3/4" 25mm

67,90

rolo c/50m amarelo



Caixa D'água

500 L **165,90**

1.000 L **259,90**



Tubo eletroduto
 3/4" - 3m

7,20



Tubo Aquatherm
 22mm - 3m

27,90



Tubo soldável
 25mm - 3m

6,50



Tubo esgoto
 100mm - 6m

45,80

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

Copacabana: Rua Barata Ribeiro, 577
 tels 2236-7121 / 2236-2559

Jacarepaguá: Estr. do Tindiba, 695
 Pechincha - tel 3312-3900

Méier: Rua Dias da Cruz, 622
 tel 3437-8293

Fotos ilustrativas

Na mira do leitor



POSITIVO

O Largo do Tanque ganhou recentemente uma Academia da Terceira Idade (ATI). A instalação dos aparelhos têm como objetivo incentivar os idosos à prática de atividades físicas através de equipamentos de musculação, além de garantir melhor qualidade de vida.



NEGATIVO

O período eleitoral foi novamente marcado por muita sujeira e bagunça nas ruas de Jacarepaguá. Santinhos no chão (inclusive nas estações de BRT), cartazes, faixas, carros de som, cavaletes, propaganda em imóveis particulares, que nem sempre tiveram autorização dos proprietários, simplesmente "surgiram" nas residências, marcaram as intenções de respeito e zelo pela cidade que os candidatos a cargos municipais têm pela mesma.



IMÓVEL PARADO?
SEM CRISE
FUJA PRO ALUGUEL

WWW.ADMRENASCENCA.COM.BR

RAPIDEZ para alugar, ALUGUEL GARANTIDO e a CONFIANÇA que só 40 ANOS DE MERCADO podem dar!

FILIAL DUQUE DE CAXIAS
21.3534-3636

Consulte condições para garantia de aluguel.



Drogarias **MEP**



7,99

Acetona
Musa 500ml



12,90

Fralda Geriátrica Higifral
(P-10 / M-8 / G-8 / EG-7)



20,90

Fralda Monica Jumbo
(P-36 / M-32 / G-28 / XG-24)



10,90

Kit Neosoro
com 3 cx



15,90

Cx Luva Vinil Talge
com 100un



99,90

Mascara Cap.
Cresce Cabelo
Forever Liss 1000gr



39,99

Mascara Cap.
Forever Liss
Desmaia Cabelo 240gr



53,99

Shampoo
Forever Liss
Desmaia
Cabelo 500ml



29,99

Leave-in
Forever
Liss
150gr



99,00

Aparelho de Pressão
OMRON Pulso



cada
7,49

Tintura Beauty Color

PREÇO IMPERDÍVEL



Tintura Alta Moda



14,90

Algodão
Cotton Line 500gr

Cód 522
14,95

Cód 722
29,90



Alicate de Cut Mundial



6,99

Esmalte Vult



Facebook: Point da Beleza

Perfumaria e produtos para profissionais de beleza.

Av. das Américas, nº 16.579

Fone: 2437-7800

MEP CAMORIM: 2441-3360 (WHATSAPP 99536-7048)

MEP TAQUARA: 2440-7777 (WHATSAPP 99912-7314)

facebook : Drogarias Mep • facebook.com/drogarias.mep



AQUI TEM FARMÁCIA POPULAR



HIPERTENSÃO, DIABETES E ASMA REMEDIOS DE GRAÇA PARA VOCÊ.

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). Receitar médico - com validade de 120 dias, - com CRM legível.

ENTREGAS EM DOMICÍLIO GRÁTIS*



*SOMENTE EM ALGUNS BAIRROS



* Imagens meramente ilustrativas

Câmara do Rio tem um terço de renovação no quadro de vereadores

Vereadores em destaque têm Jacarepaguá como sua principal base eleitoral

A eleição municipal realizada no mês passado reuniu 4.898.045 eleitores em todo o município e renovou um terço da Câmara de Vereadores do Rio de Janeiro. Apenas 17 dos atuais 51 vereadores não foram reeleitos. Confira a lista dos vereadores eleitos na capital:

1° - Carlos Bolsonaro (PSC) - 106.657 (3,65% votos válidos)	18° - Tânia Bastos (PRB) - 22.930 (0,78%)	35° - Dr Jorge Manaia (SD/PSL) - 13.249 (0,45%)
2° - Tarcísio Motta (PSOL/PCB) - 90.473 (3,10%)	19° - Rafael Aloisio Freitas (PMDB) - 22.897 (0,78%)	36° - Paulo Pinheiro (PSOL/PCB) - 13.141 (0,45%)
3° - Cesar Maia (DEM) - 71.468 (2,45%)	20° - Bispo Inaldo Silva (PRB) - 22.735 (0,78%)	37° - Jones Moura (PSD) - 12.722 (0,44%)
4° - Rosa Fernandes (PMDB) - 57.868 (1,98%)	21° - Zico (PTB) - 21.565 (0,74%)	38° - Dr. Gilberto (PMN) - 12.165 (0,42%)
5° - Marielle Franco (PSOL/PCB) - 46.502 (1,59%)	22° - Willian Coelho (PMDB) - 20.678 (0,71%)	39° - Fernando William (PDT) - 12.055 (0,41%)
6° - Junior da Lucinha (PMDB) - 45.124 (1,54%)	23° - Verônica Costa (PMDB) - 19.946 (0,68%)	40° - Leonel Brizola Neto (PSOL/PCB) - 11.087 (0,38%)
7° - Vera Lins (PP) - 36.117 (1,24%)	24° - Dr. Carlos Eduardo (SD/PSL) - 19.822 (0,68%)	41° - Eliseu Kessler (PSD) - 10.777 (0,37%)
8° - João Mendes de Jesus (PRB) - 31.516 (1,08%)	25° - Reimont (PT/PCdoB) - 19.626 (0,67%)	42° - Felipe Michel (PSDB/PPS) - 10.300 (0,35%)
9° - Teresa Bergher (PSDB/PPS) - 30.566 (1,05%)	26° - Renato Cinco (PSOL/PCB) - 17.162 (0,59%)	43° - Cláudio Castro (PSC) - 10.262 (0,35%)
10° - Leandro Lyra (NOVO) - 29.217 (1,0%)	27° - Luciana Novaes (PT/PCdoB) - 16.679 (0,57%)	44° - Professor Adalmir (PSDB/PPS) - 8.804 (0,30%)
11° - Carlo Caiado (DEM) - 28.122 (0,96%)	28° - Marcelo Arar (PTB) - 16.230 (0,56%)	45° - Professor Celio Lupparelli (DEM) - 8.692 (0,30%)
12° - Jorge Felipe (PMDB) - 28.104 (0,96%)	29° - Val Pen (PRTB/PROS/PEN) - 15.388 (0,53%)	46° - Luiz Carlos Ramos Filho (PTN) - 8.618 (0,29%)
13° - Jairinho (PMDB) - 26.047 - 0,89%	30° - Paulo Messina (PROS/PRTB/PEN) - 15.346 (0,53%)	47° - Jair da Mendes Gomes (PMN) - 8.112 (0,28%)
14° - Thiago K. Ribeiro (PMDB) - 24.900 (0,85%)	31° - Rogerio Rocal (PTB) - 15.055 (0,52%)	48° - Zico Bacana (PHS) - 7.932 (0,27%)
15° - Alexandre Isquierdo (DEM) - 24.701 (0,85%)	32° - Dr. João Ricardo (PMDB) - 14.994 (0,51%)	49° - Otoni de Paula Jr. (PSC) - 7.801 (0,27%)
16° - Marcelino D'Almeida (PP) - 24.196 (0,83%)	33° - Renato Moura (PDT) - 13.572 (0,46%)	50° - David Miranda (PSOL/PCB) - 7.012 (0,24%)
17° - Chiquinho Brazão (PMDB) - 23.923 (0,82%)	34° - Marcello Siciliano (PHS) - 13.553 (0,46%)	51° - Ítalo Ciba (PTdoB/PTC) - 6.023 (0,21%)

O PARAÍSO EXISTE E ESTÁ MUITO PERTO DE VOCÊ



Localizado em uma área privilegiada do Recreio dos Bandeirantes, próximo à mata atlântica e o mar, o Sítio São Fernando é uma excelente opção para a realização de **churrascos, festas, confraternizações, casamentos**, festas de fim de ano e eventos corporativos. Sua área de lazer, com aproximadamente 5.500 m², foi planejada para proporcionar privacidade e segurança, num ambiente agradável e aconchegante em sintonia com a natureza, criando uma atmosfera ideal para um dia inesquecível.

 **Sítio São Fernando**

PRINCIPAIS ATRATIVOS:

Piscina, hidromassagem, campo de futebol, salão de jogos, balanço, escorrega, gangorra, casinha de madeira, churrasqueira, salão de festas, vestiários, som ambiente, fraldário, redário, área zen, estacionamento e espaço gramado e arborizado com espécies nativas e frutíferas.

SOLICITE UM ORÇAMENTO PARA O SEU EVENTO!

Estr. do Pontal, nº 1175 – fundos – Recreio dos Bandeirantes • Tel.: (21) 2255-9472 * 99768-7843

<http://www.sitiosaofernando.com.br> - e-mail: sitiosaofernando@yahoo.com.br



FLUZÃO

Construção, Reforma & Decoração

Compre pelo
Televendas 21. **3312.3999**

vendas@fluzaoconstrucao.com.br

TUDO EM ATÉ

12X

SEM JUROS

SEM JUROS



PARCELA MÍNIMA R\$70,00

Aceitamos
CONSTRUCARD
CAIXA



Financie em até

4.8X



ANIVERSÁRIO

TÁ VALENDO

A MAIOR DE TODAS

AS PROMOÇÕES

Concorra a **1 (um) Fiat Mobi Okm**



2 Motos
Honda
Bros

4 Motos
Honda
Fan



A cada R\$ 200,00 em compras *ganhe 1 (um) cupom e participe!

OFERTA IMPERDÍVEL

Kit Porta 60

+ Fechadura
(Interna 1210/1050)
+ Dobradiça
(3X2.1/2)

R\$ 99,99



Porta Frisada



R\$ 129,99

MEGA OFERTA

Dobradiça Galvanizada 3x2 1/2 Sem Anel

R\$ 8,99



união mundial
INDUSTRIAS DE FERROFERRAMENTAS

Tinta Acrílica Metalatex



FOSCO PERFEITO SEM CHEIRO

Branco 18Lts
R\$ 272,90

Barrica Massa PVA

Fluzão

R\$ 17,90



16L

SUPER OFERTA

Portal de Alumínio Fosco

210x120

SBA

R\$ 899,99



Porta de Abrir Direita e Esquerda



70/80
R\$ 299,99

Esquadritec

Janela de Alumínio Vidro Liso



100x100cm
R\$ 159,99

Alumínio Branco 100x100cm
R\$ 189,99

Escadas Alumínio



3 Degraus
R\$ 69,90

7 Degraus
R\$ 129,90

BOTAFOGO

16 Degraus
R\$ 369,90

4x4 Articulada 13x1

Tomeira de Parede com Filtro Bica Móvel



R\$ 33,90

Preços anunciados válidos por 7 (sete) dias, a partir da data desta publicação ou até o término de nossos estoques. (1) Tudo em até 12X sem juros no cartão de crédito (Master e Visa). Parcela mínima de R\$ 70,00. Reservamos-nos o direito de corrigir possíveis erros de digitação. Os preços anunciados já estão com desconto incluso. Fotos Meramente Ilustrativas. Instalação e Frete não inclusos em nenhum dos valores dos produtos anunciados. Entregamos em todo o Rio e Grande Rio. Consulte o regulamento completo da promoção na Loja ou no site www.fluzaoconstrucao.com.br | Validade da promoção "Aniversário Fluzão" 25/03/2017. Funcionamos de Segunda a Sexta de 7h às 22h, Sábados e feriados até 20h, Domingos 8h às 17h. Ligue (21) 3312-3999 ou 3413-4020 | Endereços: Est. de Jacarepaguá, 3500 ou Av. Eng. Souza Filho, 1000, Lj A, Itanhangá (Rio das Pedras), Rio de Janeiro.

Dicas de Concursos

Marinha do Brasil

A Marinha do Brasil está com inscrições abertas para o processo seletivo destinado ao provimento de Oficiais Temporários de 2ª Classe da Reserva da Marinha (RM2), para ambos os sexos, totalizando 450 vagas de ensino superior em diversas áreas. São 450 oportunidades distribuídas pelos nove Distritos Navais, sendo a maior parte para o 1º Distrito Naval, com 273 vagas, abrangendo Rio de Janeiro, Espírito Santo e parte de Minas Gerais. Os oficiais temporários vão servir em um dos estados englobados pelo Distrito Naval escolhido e o contrato é renovado a cada ano, podendo chegar até oito anos. Os interessados devem ter mais de 18 anos e menos de 45 em 2017. As inscrições estarão abertas até o dia 11 de novembro e devem ser feitas pelo site www.ingressonamarinha.mar.mil.br, no link "Serviço Militar Voluntário. A taxa é de R\$55.

Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares

Estarão abertas até o dia 16 de novembro as inscrições para Concurso Público referente ao Hospital Universitário Gaffrée Guinle da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - HUGG - UNIRIO.

Os interessados em participar devem preencher uma ficha de inscrição disponível no site da IBFC (www.ibfc.org.br) ou na Rua Anflóbio de Carvalho, 29, sala 618, Castelo, entre 10h às 12h ou das 14h às 16h.

As oportunidades são destinadas a médicos das seguintes especialidades: acupuntura (1); alergia e imunologia (2); alergia e imunologia pediátrica (1); anestesiologia (7); angiologia (1); cancerologia cirúrgica (3); cancerologia clínica (2); cardiologia (3); cardiologia pediátrica (1); cirurgia de cabeça e pescoço (1); cirurgia do aparelho digestivo (2); cirurgia geral (11); cirurgia pediátrica (3); cirurgia plástica (1); cirurgia torácica (2); cirurgia vascular (2); clínica médica (7); dermatologia (4); dor (1); ecocardiografia (1); ecografia vascular com doppler (1); endocrinologia e metabologia (2); endocrinologia pediátrica (1); endoscopia digestiva (2); endoscopia respiratória (1); gastroenterologia (2); gastroenterologia pediátrica (1); genética médica (2); geriatria (2); ginecologia e obstetrícia (8); hematologia e hemoterapia (6); hepatologia (1); homeopatia (1); infectologia (4); infectologia pediátrica (1); mamografia (1); mastologia (1); medicina do adolescente (1); medicina do trabalho (1); medicina intensiva (1); medicina paliativa (1); nefrologia (1); neurocirurgia (4); neurologia (2); neurologia pediátrica (1); nutrologia (1); neonatologia (5); pediatria (22); oftalmologia (2); ortopedia e traumatologia (8); otorrinolaringologia (2); patologia (3); patologia - citopatologia (1); pneumologia (2); pneumologia pediátrica (1); psiquiatria (1); psiquiatria da infância e adolescência (1); radiologia e diagnóstico por imagem (7); radiologia intervencionista e angiorradiologia (1); reumatologia (2); ultrassonografia em ginecologia e obstetrícia (1); e urologia (8).

Já na área assistencial, as oportunidades estão distribuídas nas funções: assistente social (6); biólogo (2); biomédico (2); cirurgião - dentista (1); cirurgião - dentista - cirurgia e traumatologia buco-maxilo-faciais (1); enfermeiro (58); enfermeiro - auditoria e pesquisa (1); enfermeiro - hematologia e hemoterapia (1); enfermeiro - nefrologia (3); enfermeiro - oncologia (2); enfermeiro - saúde da mulher - obstetrícia (7); enfermeiro - saúde do trabalhador (1); enfermeiro - terapia intensiva (7); enfermeiro - vigilância (1); farmacêutico (6); físico - física médica - radiodiagnóstico (1); fisioterapeuta (5); fisioterapeuta - respiratória (1); fisioterapeuta - terapia intensiva (1); fisioterapeuta - terapia intensiva neonatal (1); fonoaudiólogo (3); nutricionista (5); pedagogo (1); profissional de educação física (1); psicólogo - área hospitalar (3); psicólogo - área organizacional (1); terapeuta ocupacional (6); técnico em: análises clínicas (8); citopatologia (1); enfermagem (87); enfermagem - saúde do trabalhador (1); farmácia (21); necropsia (5); radiologia (6); e saúde bucal (1).

Na área administrativa os cargos disponíveis são: advogado (1); analista administrativo - administração (9); analista administrativo - contabilidade (1); analista administrativo - estatística (1); analista de tecnologia da informação sistemas operacionais (1); analista de tecnologia da informação processos (2); analista de tecnologia da informação suporte e redes (2); arquiteto (1); engenheiro civil (1); engenheiro clínico (1); engenheiro de segurança do trabalho (1); engenheiro eletricista (1); jornalista (1); assistente administrativo (60); técnico em contabilidade (2); técnico em informática (5); e técnico em segurança do trabalho (4).

Os profissionais necessitam ter disponibilidade para cumprirem jornadas de 24h a 40h semanais. Os salários variam de R\$ 1.863,48 a R\$ 8.887,51. 

Cursos técnicos geram retorno financeiro mais rápido



Foto: Internet / Divulgação

Ao término do ensino médio, geralmente, se pensa no vestibular como única opção para o ingresso na carreira desejada. Alguns jovens conseguem colocação para as universidades públicas, mas outros seguem o ensino superior em faculdades particulares. Ambas possuem bons sistemas de ensino, porém, a segunda opção nem sempre se enquadra bem no bolso.

O delicado momento econômico vivido pelo Brasil, somado a necessidade de uma especialização que não seja tão cara, aumentou a busca por cursos técnicos. O coordenador pedagógico do ensino médio do Curso Realengo, Robson Valente, acredita que a crise trouxe desafios, que implicaram na necessidade de diferentes olhares para solução dos mesmos. "O momento atual de trabalho no País é crítico e os que se empenham no estudo, buscando uma formação específica, principalmente em cursos técnicos, se destacam e conseguem boa colocação no mercado de trabalho", destaca o especialista.

O diploma dos cursos técnicos valem como uma graduação, entre as suas vantagens estão o ensino mais focado em uma área específica; a baixa carga horária e o menor custo; e a alta taxa de empregabilidade e os bons salários, devido à escassez de profissionais qualificados em algumas profissões. Segundo Valente, os cursos técnicos nas áreas de saúde, informática e administração estão entre os mais procurados.

Outro item importante desses cursos é o de que, como muitos universitários não sentem que suas expectativas profissionais estão sendo atendidas e desistem da graduação escolhida durante o andamento do curso, os cursos técnicos podem também proporcionar melhor conhecimento sobre a área profissional em que se pretende seguir e gerar maior segurança na escolha de uma graduação adequada aos anseios do estudante. Lembrando sempre que o importante é investir bem na vida profissional, sabendo que estudo não é perda de tempo e nem de dinheiro, mas sim investimento. 

Curso Gratuito

Vigilância Sanitária oferece curso gratuito de higiene alimentícia para ambulantes

A Vigilância Sanitária promove neste mês um curso gratuito sobre "Noções básicas de higiene para manipuladores de alimentos", voltado para ambulantes. O encontro acontecerá no dia 29 de novembro. Os interessados em participar podem se inscrever pelo telefone 2224-4606 ou pelo e-mail geducavisa@gmail.com, com o preenchimento da ficha de inscrição disponibilizada no site www.rio.rj.gov.br/vigilanciasanitaria. O encontro vai acontecer no auditório da Vigilância Sanitária, que fica na Rua do Lavradio, 180, na Lapa.

ESCOLA SESI

DIFERENTE PORQUE ENSINA A PENSAR.

Ogilvy

DESCONTOS
ESPECIAIS PARA
FUNCIONÁRIOS
DA INDÚSTRIA.



UMA NOVA GERAÇÃO PEDE UM NOVO JEITO DE APRENDER.

Na Escola SESI, o aluno não é mais um espectador da aula, ele é o protagonista, o centro de tudo. E o professor é um mediador do processo de aprendizagem. Com aulas colaborativas e experimentais, a Escola SESI adota o movimento MAKER no processo educacional. Aqui é assim. Porque uma nova geração pede um novo jeito de aprender.

MATRÍCULAS ABERTAS.

EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO.

VENHA NOS FAZER UMA VISITA - AV. GEREMÁRIO DANTAS, 342 - TANQUE

MAIS INFORMAÇÕES:

4002 0231*

www.escolasesi.com.br

*Custo de ligação local.

Sistema
FIRJAN



INFORMA, FORMA, TRANSFORMA.

Novas linhas de ônibus começam a circular na região

Antiga linha de ônibus 766 agora retorna como LECD 23



Foram implantadas no mês passado três novas linhas experimentais de ônibus para atender a região: LECD 22 (Cidade de Deus X Candelária), LECD 23 (Freguesia X Madureira) e LECD 24 (Cascadura X Jardim Oceânico).

A LECD 22 tem itinerário similar à antiga linha 340, porém trafega apenas em dias úteis e seu trajeto inclui a Auto-estrada Grajaú-Jacarepaguá; A LECD 23 passa por Cascadura e faz o itinerário da antiga 766; já o percurso da LECD 24 inclui a Linha Amarela, Freguesia e Rio das Pedras.

As linhas ainda estão circulando em fase de teste na cidade, mas não têm prazo para expirar. Segundo informações da Subprefeitura da Barra e Jacarepaguá, dependendo da demanda no uso dos coletivos, elas podem se tornar definitivas.

Com a implantação do sistema BRT na cidade, algumas linhas de ônibus tiveram trajeto alterado e outras deixaram de existir, o que gerou descontentamento por parte da população, que precisa fazer até duas baldeações, quando antes não fazia nenhuma.

Confira os itinerários:

LECD 22 - Cidade de Deus x Candelária (via Auto-estrada Grajaú-Jacarepaguá (Av. Menezes Cortes))

Itinerário de ida: Praça Roberto Valeriano Pequeno (Praça Cidade de Deus), Estrada Marechal Miguel Salazar

Mendes de Moraes, Rua Edgard Werneck, Av. Geremário Dantas, Praça Professora Camisão, Estrada de Jacarepaguá, Rua Tirol, Rua Comandante Rubens Silva, Estrada dos Três Rios, Auto-estrada Grajaú-Jacarepaguá (Av. Menezes Cortes), Rua José do Patrocínio, Praça Malvino Reis, Rua Gurupi, Rua Itabaiana, Rua Barão do Bom Retiro, Rua Teodoro da Silva, Av. Prof. Manoel de Abreu, Rua Dona Zulmira, Rua São Francisco Xavier, Av. Maracanã (pista central), Av. Osvaldo Aranha, Rua Teixeira Soares, Praça da Bandeira, Viaduto dos Fuzileiros, Av. Presidente Vargas (pista lateral), agulha acesso pista central Praça Onze, Av. Presidente Vargas (pista central), Praça Pio X (ponto final na baía existente).

Itinerário de volta: Praça Pio X, retorno em frente à Rua Primeiro de Março, Av. Presidente Vargas (pista central), Viaduto dos Marinheiros, Praça da Bandeira, Av. Osvaldo Aranha, Av. Presidente Castelo Branco, Av. Professor Manoel de Abreu, Rua Radialista Valdir Amaral, Praça Maracanã, Boulevard 28 de Setembro, Praça Barão de Drumond, Av. Visconde de Isabel, Auto-estrada Grajaú-Jacarepaguá (Av.

Menezes Cortes), Estrada do Pau Ferro, Estrada do Guanumbi, Estrada dos Três Rios, Av. Geremário Dantas, Estrada do Capenha, Rua José Silva, Av. Geremário Dantas, Rua Edgard Werneck, Praça Roberto Valeriano Pequeno (Praça Cidade de Deus)

LECD 23 - Freguesia x Madureira (via Cascadura) – circular

Itinerário de ida / volta: Hospital Cardoso Fontes, Av. Menezes Cortes, Estrada do Pau Ferro, Estrada do Guanumbi, Estrada dos Três Rios, Av. Geremário Dantas, Largo do Pechincha, Av. Geremário Dantas, Largo do Tanque, Rua Cândido Benício, Praça Barão da Taquara (Praça Seca), Rua Cândido Benício, Largo do Campinho, Av. Ernani Cardoso, Viaduto de Cascadura, Av. Dom Helder Câmara, Rua Cerqueira Daltro, Rua Florentina, Rua Itamarati, Rua Miguel Rangel, Rua Borneo, Rua Carvalho de Souza, Av. Min. Edgard Romero, Estrada do Portela, Rua Manoel Marques, Rua Antonio Abreu (ponto regulador), Rua Guarapari, Rua Firmino Fragoso, Rua Carolina Machado, Largo de Cascadura, Av. Dom Helder Câmara, Rua Cerqueira Daltro, Rua Brasilina, Rua Barbosa, Rua Sidônio Paes, Av. Dom Helder Câmara, Viaduto de Cascadura, Praça José de Souza Marques, Rua Angelo Dantas, Rua Maria Lopes, Rua Domingos Lopes, Largo do Campinho, Rua Cân-

dido Benício, Largo do Tanque, Av. Geremário Dantas, Rua Lopo Saraiva, Estrada do Tindiba, Largo do Pechincha, Av. Geremário Dantas, Praça Professora Camisão, Estrada de Jacarepaguá, Rua Tirol, Rua Comandante Rubens Silva, Estrada dos Três Rios, Av. Menezes Cortes, retorno em frente Hospital Cardoso Fontes, Hospital Cardoso Fontes.

LECD 24 - Cascadura x Jardim Oceânico (via Linha Amarela / Freguesia / Rio das Pedras)

Itinerário de ida: Praça José de Souza Marques (pista junto à Santa Casa), retorno sob o Viaduto de Cascadura, Rua Nerval de Gouvêa, Rua Ângelo Dantas, Rua Maria Lopes, Rua Mendes de Aguiar, Av. Ernani Cardoso, Viaduto de Cascadura, Av. Dom Helder Câmara, Largo da Abolição, Av. Dom Helder Câmara, Largo dos Pilares, Av. Dom Helder Câmara, Rua Henrique Scheid, Rua das Oficinas, Rua José dos Reis, Rua Bento Gonçalves, Rua Guilhermina, alça de acesso à Linha Amarela (sentido Barra da Tijuca), Linha Amarela (sentido Barra da Tijuca), saída Estrada do Pau Ferro, Estrada do Pau Ferro, Estrada do Guanumbi, Estrada dos Três Rios, Praça Professora Camisão, Estrada do Gabinal, Retorno, Estrada do Gabinal, Praça Professora Camisão, Estrada de Jacarepaguá, Av. Engenheiro Souza Filho, Estrada do Itanhangá, Estrada da Barra da Tijuca, Ponte Nova, Av. Armando Lombardi, Rua Nuta James, Terminal Nuta James.

Itinerário de volta: Terminal Nuta James, Av. Nuta James, Rua Helio Seelinger, Av. Armando Lombardi, retorno sob a Ponte de Marapendi, Av. Armando Lombardi, Av. Ministro Ivan Lins, retorno sob a Ponte da Joatinga, Av. Ministro Ivan Lins, Ponte Velha, Estrada da Barra da Tijuca, Estrada do Itanhangá, Av. Engenheiro Souza Filho, Estrada de Jacarepaguá, Rua Tirol, Rua Comandante Rubens Silva, Estrada dos Três Rios, retorno, Estrada do Pau Ferro, alça de Acesso à Linha Amarela, Linha Amarela (sentido Av. Brasil), alça de acesso à Rua Guineza, Rua Guineza, Rua Goiás, Rua Arquias Cordeiro, Rua Piauí, Av. Dom Helder Câmara, Largo dos Pilares, Av. Dom Helder Câmara, Largo da Abolição, Av. Dom Helder Câmara, Viaduto de Cascadura, Rua Ângelo Dantas, Rua Maria Lopes, Rua Mendes de Aguiar, Av. Ernani Cardoso, Praça José de Souza Marques (pista junto à Santa Casa).

SEU FUTURO



**MATRÍCULAS
ABERTAS!**

COMEÇA AQUI



**EDUCAÇÃO INFANTIL
ENSINO FUNDAMENTAL
ENSINO MÉDIO**

COLÉGIO
Ressurreição
RECREIO
Av. Gilka Machado, 1529
(21) 2490-1492

COLÉGIO
Ressurreição
TAQUARA
Estrada Rodrigues Caldas, 2280
(21) 2446-7718

EDUCAÇÃO EM SISTEMA
VespeR
WWW.VESPER.ORG.BR

Saiba como lidar com a TPM

Apesar de não ser considerada uma doença, a síndrome pode gerar incômodos

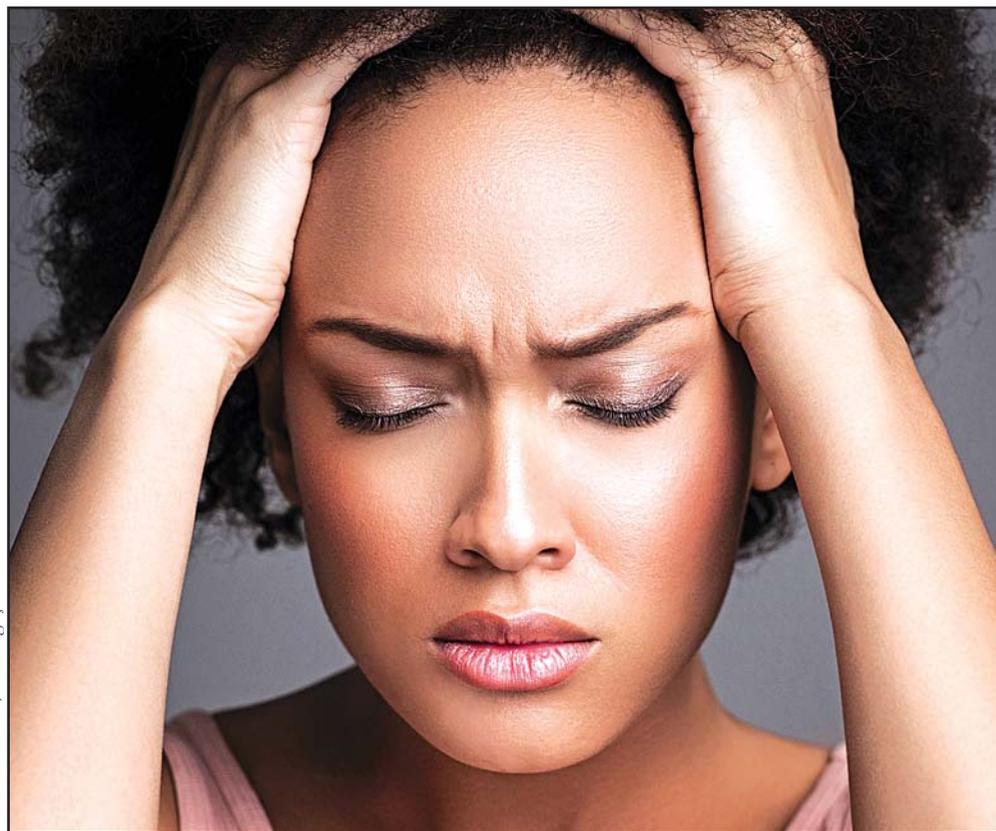


Foto: Internet / Divulgação

Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) revelam que cerca de 90% das mulheres sofrem de Tensão Pré-Menstrual (TPM). A síndrome caracteriza-se por sintomas físicos ou psicológicos que afetam a mulher no período que antecede o ciclo menstrual.

Entre os sintomas mais frequentes da TPM estão, dor de cabeça, ansiedade, oscilação de humor, fadiga, dores nas mamas, edemas e distensão abdominal. Apesar de ainda não existir estudos que comprovem os reais motivos geradores da TPM, especialistas acreditam que o incômodo tem como causa a combinação de diversos fatores, genéticos, hormonais e psicológicos. As alterações hormonais são as que mais têm sido estudadas por pesquisadores.

A ginecologista e obstetra do Hospital Rios D'Or, Andréia Ferreira (CRM: 52720356), explica que os hormônios promovem manifestações clínicas (corporais) como retenção de líquido, edemas e alterações de humor. “Cada hormônio

possui uma concentração ideal no corpo de acordo com a fase do ciclo menstrual e quando esses valores ficam diferentes da faixa normal é possível desenvolver sintomas desta síndrome”, expõe a médica.

Segundo Ferreira, o diagnóstico é clínico e o tratamento é individual. Porém, exercícios físicos e uma boa dieta podem ser aliados para amenizar os sintomas da TPM, como por exemplo, a inclusão de alimentos diuréticos, ricos em vitaminas B, A e E.

Não são todas as mulheres que sofrem com a Tensão Pré-Menstrual, mas as que lidam com a síndrome podem apresentar sintomas que se manifestam em diferentes graus. O ideal é que se procure ajuda de um médico ou especialista e não se autome-dique para evitar complicações. 

AGORA VOCÊ TEM VÁRIOS MOTIVOS PARA SORRIR.

Conheça os nossos tratamentos:

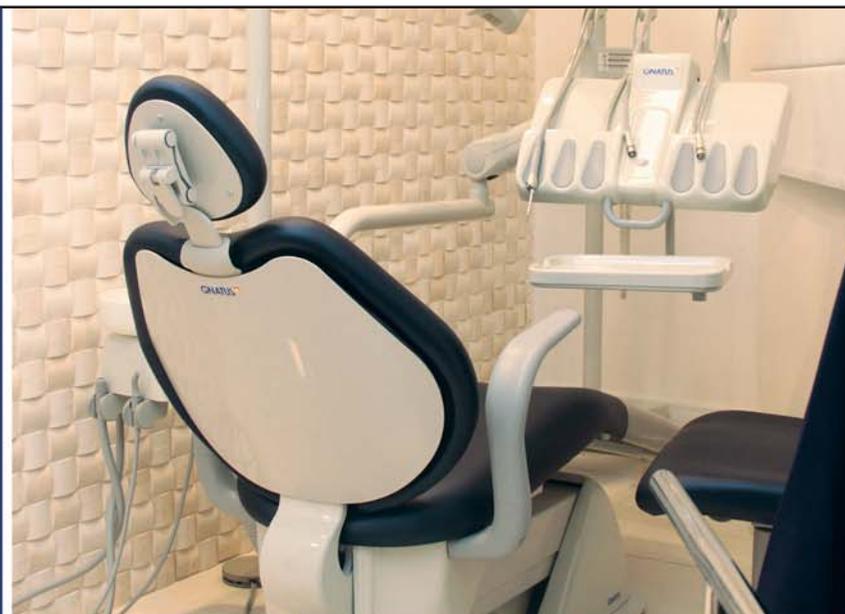
Aparelhos Fixos ou Removíveis | Cirurgias
Clareamento Dentário | Restaurações
Implantes | Prótese Dentária | Clínico Geral
Atendimento Infantil | Urgências.


KLARISS
BOUTIQUE DE ODONTOLOGIA

A única clínica popular da região.

Estrada dos Bandeirantes, 7000
Loja A, Curicica - RJ

Tel.: 3042-2613 | 97035-4394





SIGA-NOS NA REDE

f /clubportuguesjpa
@clubportuguesjpa
www.clubportuguesjpa.com.br

★ ★ ★
CLUBE RECREATIVO
PORTUGUES
JACAREPAGUÁ

VENHA NOS CONHECER | Rua Ariapó, nº 50 - Taquara - Rio de Janeiro / RJ | 21 2423 3585

CURSO DE FLORES REALIZADO NO RECREATIVO DA TAQUARA FAZ SUCESSO NA REGIÃO E PROPORCIONA INTEGRAÇÃO SOCIAL, ALÉM DE RENDA EXTRA FAMILIAR PARA CONTORNAR A CRISE



Olivério Carvalho, presidente do Clube Português, alegria e satisfação em apoiar atividades que promovam o bem estar social da comunidade

O presidente do Clube Português, Olivério Carvalho, desde que assumiu a responsabilidade do cargo, em agosto de 2005, costuma usar três palavras para definir seus 11 anos de gestão à frente da instituição que completou 50 anos de história em 2016: DIVERSÃO, CULTURA e LAZER. Seguindo à risca esse slogan, sem desprezar a importância de manter uma boa agenda de shows e eventos, para um clube do tamanho e da tradição do Português de Jacarepaguá, ele faz questão de ter sempre na casa atividades que mais do que simples lazer, tragam algum bem estar social para a comunidade. É o caso do Curso de Flores, que acontece periodicamente no clube, e vem atraindo cada vez mais as mulheres da região, das mais diversas classes sociais e faixas-etárias. Interessadas em aprender uma nova atividade e também atrás de um ganho extra para dar um reforço no orçamento familiar e contornar a crise, durante uma semana (tempo de duração do curso), elas fazem novas amizades, discutem um pouco sobre tudo: do futuro dos filhos ao resultado das eleições, e estão transformando o Curso de Flores artificiais do Clube Português, em grande sucesso na região. Para imensa satisfação do presidente Olivério Carvalho, que acrescentou mais uma expressão ao slogan da entidade: DIVERSÃO, CULTURA, LAZER e BEM ESTAR SOCIAL.



Artigos com motivos natalinos, sucesso garantido no fim de ano



Ítem clássico indispensável. A criatividade não tem limites, mas a confecção das flores artificiais é aprendizado básico do curso



Curso de uma semana permite a aprendizagem de diversas técnicas



Mulheres com a mão na massa durante o Curso de Flores Artificiais no Clube Português



Cada temporada do Curso de Flores, registra um aumento na procura. São mulheres de várias faixas etárias e níveis sociais em busca de uma nova atividade e renda extra

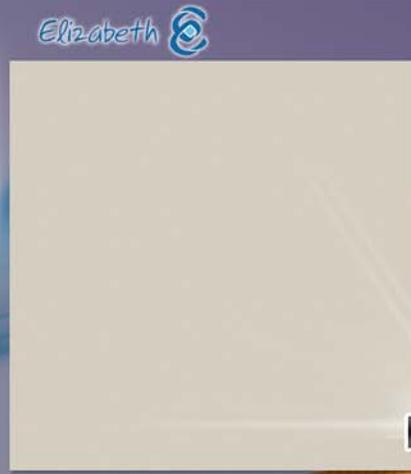
VENHA NOS VISITAR | Rua Ariapó, nº 50 - Taquara - Rio de Janeiro / RJ | 21 2423 3585

Sepa

Construção & Decoração

*** VISA
* TUDO
10x
em até
sem juros

SUPER OFERTA



PORCELANATO POLIDO

BIANCO
62X62
RETIFICADO
COMERCIAL
COD65763

R\$ 29,90/m²



MASSA CORRIDA SUVINIL 18L

R\$ 58,90

Elizabeth

POLIDO

Portobello

PORCELANATO BIANCO POLIDO
84X84
RETIFICADO COMERCIAL
COD84405

R\$ 43,90/m²



PORCELANATO DECK ROVERE AREIA 60X60
EXTERNO BOLD EXTRA

R\$ 54,90/m²

Elizabeth

POLIDO

Elizabeth

PORCELANATO BIANCO POLIDO
62X62
RETIFICADO EXTRA
COD

R\$ 43,90/m²



PORCELANATO MATTONE MULT HD RETIFICADO
EXTRA 84X84
COD86380

R\$ 56,90/m²

Portobello

PORCELANATO ELEGANCE WHITE 60X60
BOLD EXTRA
COD53267

R\$ 33,90/m²

Portobello



PORCELANATO VILLAGE MIX WINE 60X60
RETIFICADO EXTRA
COD65510

R\$ 41,90/m²

eliane



PORCELANATO PROJETA COTTO AC 60X60
EXTRA
COD88875

R\$ 56,90

eliane



PORCELANATO ESSENCE DECOR AC 60X60
EXTRA
COD87756

R\$ 56,90/m²

biancogres



PORCELANATO PIETRA NICOLAU
83X83 EXTRA
COD85255

R\$ 73,90

Elizabeth

PORCELANATO DECK BAMBOO HD 61X61
RETIFICADO EXTRA
COD88861

R\$ 37,90

Elizabeth



PORCELANATO TIVOLI BIANCO HD 61X61
RETIFICADO EXTRA
COD88862

R\$ 37,90

Elizabeth



PORCELANATO CHERRY WOOD HD 62,5X62,5
RETIFICADO EXTRA
COD79653

R\$ 37,90

PORCELANATO ALBERO NOCE 53X1,06
RETIFICADO EXTRA COD78293

biancogres

R\$ 59,90/m²



Icasa
Linha Banheira
VASO COM CAIXA ACOPLADA SABATINE BRANCO
COD62920

R\$ 409,00



Celite
VASO COM CAIXA ACOPLADA FIT BRANCO
COD16798

* não acompanha assento.
R\$ 449,90



Incepa
VASO COM CAIXA ACOPLADA THEMA PLUS BRANCO
COD55350

R\$ 474,90



SUPER OFERTA

VASO MONOBLOCO
+ ASSENTO SOFT CLOSE COD77072

R\$ 389,90

ARGAMASSA INTERNA AC1 20K



R\$ 9,40

LORENZETTI

TORNEIRA 1195 C29 LAVATORIO MESA BICA ALTA
COD66317

R\$ 116,90

LORENZETTI

TORNEIRA 1168 C29 COZINHA PAREDE BICA MOVEL
COD66318

R\$ 123,90

FABRIMAR

TORNEIRA 1169 CR PAREDE AQUARIUS
COD51239

R\$ 116,00

FABRIMAR

TORNEIRA 1198 CR BANCA AQUARIUS
COD51234

R\$ 113,90

Pevilon

TORNEIRA 1058 BANCA SLIM C-28
COD78840

R\$ 129,00

Pevilon

TORNEIRA 1052 BANCA SLIM C-28
COD79433

R\$ 96,20

GRANDA

PORTA BELISSIMA 07 FRISADA 210X 60/70/80

R\$ 127,90



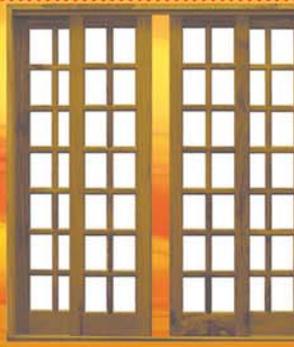
FECHADURA 0.401.04.03 PEROLO CROMADA EXTERNA COD75026

R\$ 69,00



FECHADURA 2600 31 EXTERNA INOX COD67762

R\$ 33,90



PORTA CORRER VENEZIANA QUADRADA 4 FOLHAS EUCALIPTO

COD83089 210x160 R\$ 637,00

COD83090 210x200 R\$ 844,00



PORTA PIVOTANTE EVIDENCE EUCALIPTO COMPLETA (FECHADURA, PUXADOR E ADUELA) COD80046

210x120 R\$ 2.390,00



PORTA PIVOTANTE COURO COM BATENTE 13 EUCALIPTO COD21553

210x100 R\$ 1090,00

FIO CABINHO 2,5mm rolo 100m COD36015



R\$ 69,90



Arge VENTILADOR TWISTER MESA 50CM PRETO 127V COD17003

R\$ 194,90



Arge VENTILADOR TWISTER PAREDE 60CM PRETO 127V COD17010

R\$ 189,00



Arge VENTILADOR TWISTER COLUNA 60CM PRETO 127V COD17006

R\$ 229,90



EXAUSTOR 127V



COD17014 A-300 1/6HP R\$ 159,90

COD17013 A-400 1/5HP R\$ 175,90

SERRA MARMORE DW862BS-BR 127V COD78512 DEWALT



R\$ 199,90

ESMERILHADEIRA STGS6115-BR 600W 127V COD84412



R\$ 179,90

MARTELETE STEL503K BR SDS PLUS 127V COD84410



R\$ 429,90



LAMPADA BULBO DE LED COD81417 A70 BRANCO FRIO 12W R\$ 11,90

COD81415 A60 BRANCO FRIO 9W R\$ 9,90

COD81416 A70 BRANCO FRIO 7W R\$ 8,90



LORENZETTI CHUVEIRO ADVANCED 127V COD05032 R\$ 99,90



LORENZETTI CHUVEIRO TOP JET 5500W 127V COD57238 R\$ 75,90

TUBO PVC SOLDÁVEL MARRON 25MM



6 METROS COD37357

R\$ 12,50

3 METROS COD50113

R\$ 6,80

TUBO PVC ESGOTO



6 METROS COD37342

R\$ 45,90

3 METROS COD37327

R\$ 25,00

CAIXA D'ÁGUA POLIETILENO 1000L COD02207



R\$ 239,90

CAIXA D'ÁGUA FECHADA



COD87735 1.000L R\$ 449,00

COD87734 500L R\$ 279,00

COD87736 310L R\$ 229,00

TIGRE

ELEPRODUTO TIGRE FLEX PVC 25MM ROLO 50M COD36972



R\$ 69,50

COD74324

2,30X0,88

R\$ 83,90

COD83477

3,28X0,88

R\$ 137,90

TELHA TOP LINE CERÂMICA PVC

ARAFORROS



TELHA ONDULADA

COD35304 6MM 366X110

R\$ 74,90

TELHA TROPICAL

COD00108 5MM 244X110

R\$ 36,80



Éternit a marca da coruja

TELHA OLINDA VERMELHA MANCHADA

COD81449 5MM 244X050

R\$ 17,95



Éternit a marca da coruja

CAIXA D'ÁGUA TANQUE



310L R\$ 229,90

500L R\$ 290,90

1.000L R\$ 476,90

1.750L R\$ 779,90

2.500L R\$ 1.049,90

5.000L R\$ 1.769,90

10.000L R\$ 3.490,90

15.000L R\$ 5.490,00

Guaratiba est. Mato Alto, 5.891

3408-9050

Acesse nosso Site, e confira mais promoções. www.sepaconstruirdecorar.com.br

Campo Grande est. das Capoeiras, 766

3402-9700

EMAIL PARA ORÇAMENTOS vendasfa@terra.com.br

Jacarepagua est. do Soca, 531

2456-5073



SePa Construção & Decoração

No Bairro Acontece...



JNB NA PUC-RIO

As estudantes de jornalismo do 7º período Andressa Pessanha, Larissa Corrêa e Sofia Lima apresentaram um trabalho na PUC sobre o Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá.



TEATRO E ARTE POPULAR

O grupo de teatro da CATP, dirigido por Flávio Alves, encenou várias esquetes ("Esperando Godot", "Diabólica", entre outras) no dia 22 de outubro, na Taquara.



NA TELINHA

O ator Marcus Tardin (ao centro), morador da Freguesia, participou da novela "Haja Coração", da Rede Globo, dividindo a cena com Malvino Salvador e José Loreto.



VENCEDOR

Gilmar Pereira Vianna comprou uma garrafa de vinho branco e acabou levando o grande prêmio da promoção Momentos Premiados do Vinho Dom Bosco no Guanabara da Vila Valqueire. Ao lado da esposa, recebeu a chave das mãos de Lourenço Filho da CRS Brands.



INAUGURAÇÃO E SUCESSO

Fernando Venâncio, Márcio, Mateus, Stephanni e Marcelo no coquetel de inauguração da unidade Pechincha do Colégio Ícone, na Rua Comendador Siqueira - 283, no dia 15 de outubro.



VENCEDORAS

As ganhadoras da nossa promoção online de ingressos para o Teatro Sesi Jacarepaguá (Cintia, Tereza, Márcia e Débora) desfrutaram o stand up de Claudio Torres Gonzada, no dia 26 de outubro.

Agenda Cultural

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

TEATRO BRADESCO RIO
(Avenida das Américas, 3900 – Loja 160 do Shopping VillageMall – Barra da Tijuca)
Valor e venda de ingressos:
<http://www.teatrobradescorio.com.br/>

Dia 1 - Show com a banda **Oficina G3:**
DNA - O Show às 21h.

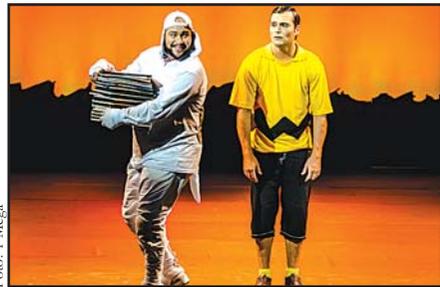


Foto: I Mega

Dias 12, 13, 19, 20, 26 e 27 - Meu amigo, **Charlie Brown** - Um musical da Broadway. **Sábado, às 15h. Domingo, às 11h e 15h.**



Foto: I Mega

Dia 18 - Show com o cantor **Fagner**, às 21h.



Foto: Maurício Tinha

Dia 22 - Show com a banda cover **Geminis Bee Gees:** Number Ones, às 21h.

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

Dia 1 a 16 - Exposição "Natureza das cores", com obras do artista Bruno Mattos. Reúne obras desde o momento em que desenhava hiper-realismo com carvão, até seus mais recentes estudos pós-impressionistas. **Terça a sexta, das 14h às 21h. Entrada Franca.**

Dia 4 - Show com **Masé Sant'Anna**, para o lançamento do CD "Um Samba Sobre o Infinito", em homenagem a Paulinho da Viola. **Às 21h. Ingresso: R\$ 30 (inteira) | R\$ 15 (meia).**

Dia 11 - Peça teatral "A cuíca do Laurindo". O Musical resgata a cultura carioca através do personagem Laurindo, de Noel

Rosa. **Às 21h. Ingressos: R\$ 22 (inteira) | R\$ 11 (meia)**



Foto: Páprica Fotografia

Dia 12 - Show com o grupo **Casuarina**. Com 15 anos de carreira o grupo lança CD autoral intitulado como "7". **Às 21h. Ingressos: R\$ 34 (inteira) | R\$ 17 (meia)**

Dias 16, 22, 23, 24 e 25 - 3ª mostra de artes cênicas do Teatro SESI Jacarepaguá. **Às 20h. Entrada Franca.**

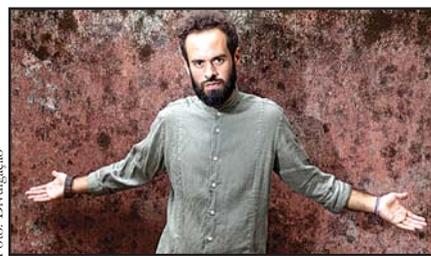


Foto: Divulgação

Dia 18 - Show com o cantor **Marcelo Jeneci**. **Às 21h. Ingresso: R\$ 34.**



Foto: Guapoz Produções

Dia 19 - Peça teatral "O palhaço que sabia voar" às 18h. **Ingresso: R\$ 22 (inteira) | R\$ 11 (meia).**

Dia 26 - Workshop "A cadeia produtiva do audiovisual" com Victor Lotte. **Das 9h às 18h. Ingresso: R\$ 15,00.**



Foto: Ana Carvalho

Dia 30 - Peça teatral stand-up "Antes Solo do que mal acompanhado" com Claudio Torres Gonzaga. **Às 21h. Ingresso: R\$ 40 (inteira) | R\$ 20 (meia).**

MUSICAL NO TEATRO SESI



Foto: Divulgação

A cuíca do Laurindo

O Musical resgata a cultura carioca através do personagem Laurindo, de Noel Rosa. Nos anos 40, uma pequena escola de samba do morro da Mangueira, a Lira do Amor, é cenário para as aventuras de "Laurindo" e de outros personagens saídos de sambas da época, são testemunhas do fim da lendária Praça Onze e da participação brasileira na Segunda Guerra Mundial. Além de músicas de Noel, o espetáculo conta com sambas de Herivelto Martins, Wilson Baptista, Haroldo Lobo e Zé da Zilda, entre outros.

Data: 11/11, às 21h

Ingressos: R\$ 22 (inteira) | R\$ 11 (meia)

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

TEATRO NA PRAÇA SECA



MENINAS DE OZ
dia 05/11 às 19h

Bailei na curva
dia 12/11 às 20h30



Bailei na curva

Meninas de OZ (ensaio aberto) - Dia 05/11 às 19h

Bailei na Curva (ensaio aberto) - Dia 12/11 às 20:30h

Convite amigo: R\$10,00

A Cia Teatral NEP também oferece diversos cursos como forró, capoeira, teatro, TV e música (violão, bateria, bandolim, violino, teclado e canto). Com 33 anos de profissão, o diretor Marcelo Marrakett trabalha com o mais novo método do mercado PHG - Pontos de Humores Gravitacionais de interpretação.

CIA TEATRAL NEP - Núcleo de Ensaios Pesquisas Martin Francisco de Artes Integradas. Rua Florianópolis, 908 - Praça Seca
Informações: (21) 3556-1410 de segunda a sábado das 13h às 20h

Medida Provisória propõe reforma

Mudanças podem entrar em vigor a partir de 2017

A Medida Provisória (MP) 746/2016 foi apresentada no mês passado pelo Ministério da Educação (MEC) objetivando a criação de uma base legal para a reforma do ensino médio. Dados do Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (IDEB) recém divulgados mostram uma realidade insatisfatória nas notas do ensino médio no Brasil, que ficou seis décimos abaixo da meta estabelecida pelo MEC.

De acordo com o Ministério da Educação, as propostas da MP são fruto de debates acumulados no País durante as últimas décadas. Entre as principais mudanças está o ensino em tempo integral e a possibilidade de o aluno escolher a área em que quer atuar profissionalmente. As medidas visam deixar o currículo flexível e articulado com o ensino técnico-profissionalizante e a qualificação.



O JNB conversou com especialistas na área de educação, que abordaram alguns aspectos relevantes da reforma.

1) Como você vê a reforma apresentada pelo MEC que visa promover alterações no ensino médio?



Valdomiro Dockhorn (diretor geral pedagógico do Colégio Realengo)- Vejo a reforma como uma sinalização importante, pois necessitamos de mudanças profundas no sistema brasileiro de educação. **Nos últimos anos não atingimos as metas do IDEB**, o Índice de Desenvolvimento da Educação Básica, especialmente no ensino médio. Não podemos continuar nas últimas posições no campo educacional, conforme indica a avaliação do PISA – *Programme for International Student Assessment*.



Edgar Delbem – (diretor do Colégio Ressurreição) - Vejo com muita prudência porque envolve vários fatores, tanto do ensino médio quanto da graduação. **O Enem deverá ser repensado também para atender o espírito da MP**. Entendo que será necessário mais debate e análise para se observar todos os vieses para não acontecer soluções improdutivas e inadequadas.

Celio Lupparelli (professor e vereador)- A reforma do ensino médio proposta pelo governo se fundamenta em três vetores: 1- flexibilização do currículo, 2- ampliação da

carga horária e 3- incentivo ao turno integral. Todos sabemos que há necessidade de se fazer algo para melhorar a qualidade do ensino, mas não apenas o do ensino médio. **O que está sendo proposto não resolve os problemas.**

2) Quais seriam os pontos positivos dessas mudanças?

Valdomiro Dockhorn - Os pontos relevantes da reforma são a flexibilização do currículo e o sistema modular, ou seja, o aluno tem a possibilidade de avançar de acordo com o seu interesse e condição.

Edgar Delbem - Vejo pelo menos dois pontos positivos, o primeiro é aumentar a carga horária dos alunos, especialmente da rede pública, passando de 800 horas para 1.200 horas. A rede particular de ensino já pratica muito mais do que foi solicitado pela MP. Outra vantagem é o pacote de compatibilizar ensino médio com cursos técnicos. Isso atenderá os alunos que precisam trabalhar para ajudar no orçamento familiar.

Celio Lupparelli - A flexibilização do currículo dá oportunidade de os alunos escolherem o que desejam estudar.

3) Quais seriam as desvantagens ou riscos que elas podem proporcionar?

Valdomiro Dockhorn - Os riscos são consequência de qualquer iniciativa de mudança. No caso, **poderá acontecer uma acomodação do aluno** no sentido de administrar pelo mínimo e avançar muito lentamente nos módulos. O Brasil perde em formação e produtividade.

Edgar Delbem – A desvantagem é a perda da visão global de todas as áreas do conhecimento para dar espaço às áreas de afinidade do aluno. Receio que **os alunos façam suas escolhas mais para se livrar de matérias** que são difíceis do que por terem afinidade com uma área do conhecimento.

Celio Lupparelli – A desvantagem é de que nesta fase da vida, ou seja, aos 15 ou 16 anos de idade, muitos não se sentem seguros para a escolha profissional e, em consequência, escolherão o que for mais fácil. Fazer escolhas faz parte da vida, e ter de definir um rumo ainda na juventude é também uma forma de preparação para a fase adulta, mas é necessário garantir que esses estudantes sejam preparados para fazer uma escolha mais acertada possível.

Atualização no ensino médio brasileiro

Saiba o que está em discussão

- Ampliação da carga horária mínima anual do ensino médio de 800 para 1.400 horas.
- Obrigatoriedade no ensino de língua portuguesa e matemática nos três anos do ensino médio.
- Passam a ser facultativas as disciplinas de artes, educação física, filosofia e sociologia no ensino médio.
- O ensino da língua inglesa passa a ser obrigatório a partir do sexto ano do ensino fundamental e em todo o ensino médio, sendo opcional o oferecimento de outros idiomas na grade curricular.
- Conteúdos cursados no ensino médio podem ser aproveitados no ensino superior.
- Os estudantes aprenderão durante o primeiro ano e metade do segundo o básico de cada matéria, com base nos pilares utilizados pelo Exame Nacional de Ensino Médio (Enem), que são linguagens, ciências da natureza, ciências humanas e matemática. Já no ano e meio seguinte serão priorizados os assuntos da área de interesse do aluno.

Não adianta aumentar a carga horária sem melhorar a qualidade do ensino. As escolas não têm condições para implantar o horário integral.

Dentro do modelo opcional, nos preocupa muito o fato de matérias como artes, educação física, filosofia, sociologia, história, biologia e química não serem obrigatórias.

Quando se estimula a escolha de matérias básicas para o vestibular e ENEM e para o preparo para o mercado de trabalho o objetivo é preparar mão de obra, em detrimento da formação de pessoas pensantes, visto que há um desestímulo às matérias que preparam o aluno para pensar, como sociologia e filosofia.

Aprender a refletir, discutir sobre a realidade, cuidar do desenvolvimento físico, da arte, tomada de consciência de si, reflexão ética da estética, da socialização, da relação com os outros são coisas que tendem a desaparecer.

Outro aspecto negativo da reforma apresentada é o de que um profissional com notório saber possa lecionar no ensino médio. Isso nega a formação pedagógica, indispensável para o exercício do magistério. O fato de uma pessoa ser excelente engenheiro e saber muito a disciplina matemática não significa que ela sabe en-

sinar matemática para um aluno do ensino médio. Conhecer é uma coisa, saber transmitir o conhecimento de forma didática é outra.

4) Quais seriam as suas considerações acerca desse projeto?

Valdomiro Dockhorn - A Medida Provisória não contempla a totalidade do ensino médio. Apresenta um olhar para os estudantes e os currículos. **Novamente fugimos do essencial: a valorização do professor.** E, sem isso, temos uma proposição limitada na origem. O fato de vir como Medida Provisória também revela a enorme distância que ainda temos no campo educacional brasileiro.

Edgar Delbem - Entendo que os **alunos com 14 ou 15 anos não têm maturação suficiente para escolher sua área de competência**, ainda não estão prontos para fazer sua escolha "pré-profissional". Aqui está o grande desafio da MP. Como os alunos farão escolha da área de maior competência se ainda não estão aptos biológica e psicologicamente falando?



Celio Lupporelli - Uma grande crítica à reforma é que não houve debate amplo sobre a mesma. Nos países em que houve reformas profundas recentemente, como Noruega e Finlândia, o debate foi amplo com a participação da sociedade.

A reforma do ensino exige a organização física, a organização do sistema de ensino e a formação de novos professores, já na perspectiva da nova reforma. A reforma não pode ocorrer apenas no ensino médio, pois, muito do que ocorre nessa etapa da aprendizagem é conse-

quência dos problemas no ensino fundamental. Os alunos chegam à primeira série do ensino médio e não conseguem acompanhar por falta de base.

Há graves problemas no ensino fundamental que deveriam ser resolvidos, sem o que, a reforma no ensino médio nada acrescentará de bom. Muitas escolas não têm laboratórios, bibliotecas, professor com dedicação exclusiva a uma escola, quadra de esporte, entre outras. O objetivo dessa reforma não é o de formar cidadão integral, mas sim, o de formar competências para o mercado. E os interesses do mercado se modificam com o tempo. Se um aluno não tiver formação básica ampla, não terá como conseguir se reciclar para as novas exigências.

Como resolver o impasse entre a proposta para implantação do horário integral que demanda a construção de novas escolas e a adaptação das atuais e a contratação de pessoal e a redução drástica dos recursos destinados à Educação?

Parece que a unificação das 13 atuais matérias em apenas 04 é uma estratégia para resolver o problema da falta de professores na rede pública.

Antes de ser posta em prática, essa reforma deve ser amplamente debatida com a sociedade.

Associação Mulheres Aquilah promove atividades e ações na região

Grupo atende mais de 700 mulheres

Com sede dentro da Beneficência Portuguesa, na Praça Seca, a Associação de Mulheres Aquilah oferece ao público feminino desde 2010 atendimentos nas áreas de saúde, esporte e cultura.

Os atendimentos ambulatoriais englobam prevenção de câncer de mama, depressão, dependências químicas, síndromes demenciais, diabetes e outras patologias. As atividades esportivas possuem diversas modalidades, entre elas atletismo, capoeira e judô, todas voltadas para meninas e mulheres de todas as idades. No aspecto cultural as oficinas de percussão, canto, empreendedorismo e artesanato ganham destaque. Inclusive, a associação promove mensalmente no Parque de Madureira o “Encontro Carioca de Mulheres Artesãs”, uma parceria com o Sebrae e oferece bimestralmente ações sociais em sua sede, em parceria com o Sesc.

“Apóiamos ações que valorizem a mulher e deem visibilidade às diversas maneiras de manifestações de cunho artístico e sociocultural protagonizadas pelo nosso público-alvo, que auxiliam na construção da equidade e inclusão social, contribuindo para a promoção e conservação do patrimônio artístico e cultural do País”, explica a presidente da Associação de Mulheres Aquilah, Hosânia Nascimento.

Sobre a Casa de Repouso Beneficência Portuguesa

Fundada em 1840, com o objetivo de auxiliar portugueses enfermos no Brasil, a instituição, sem fins lucrativos e de utilidade pública, ao longo dos anos tor-

nou-se referência no amparo e abrigo aos necessitados.

Atualmente, o espaço funciona como casa de repouso para idosos, alguns abandonados pela família, que sem ter como pagar moradia, permanecem no local que se encontra em sérias dificuldades econômicas.

A Casa de Repouso Beneficência Portuguesa fica situada na Rua Florianópolis, 908, Praça Seca.

Informações

mulheraquilah@gmail.com



CENTRO AUDITIVO **OTOSIM** Approved Partner **SIEMENS**

Aproveite o som da vida

Estrada dos Três Rios, 90 | 222
Freguesia - (Passarela de Jacarepaguá)

www.otosim.com.br

2427.8817

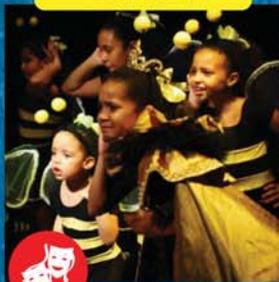
APARELHOS AUDITIVOS PARA SURDEZ

A discrição encontra uma nova dimensão em audição



O sucesso acontece para quem se prepara!!!

TEATRO

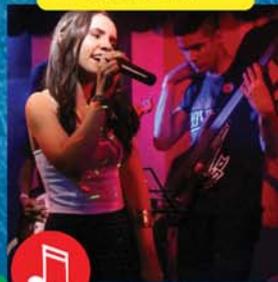


LEITURA

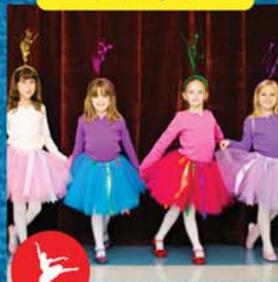


Do ler ao escrever,
um caminho de prazer

MÚSICA



DANÇA



XADREZ



DESENHO



Preparatório para Concursos

**APROVEITE O ÚLTIMO
BOLSÃO!!!**

- ✓ Educação Infantil (Parcial e Integral)
- ✓ Ensino Fundamental I
- ✓ Ensino Fundamental II
- ✓ Ensino Médio
- ✓ Vestibular (ENEM / UERJ)
- ✓ Militar (CN / EPCAr / AFA / EFOMM / EN / EsPCEEx)

VALORES DIFERENCIADOS PARA O TURNO DA TARDE

TRAGA ESTE ANÚNCIO E GANHE UM DESCONTO NA ANUIDADE

☎ 3269 5241 ☎ 3795 6278 📞 99630 5306

www.edugau.com.br

[f /gaufreguesia](https://www.facebook.com/gaufreguesia)

Rua Geminiano Góis, 1130 - Freguesia (Jacarepaguá)

Marcelo Crivella é eleito como prefeito do Rio de Janeiro

Confira as suas principais propostas para a cidade



Foto: crivella10.com.br

O candidato do Partido Republicano Brasileiro (PRB) Marcelo Crivella foi eleito prefeito do Rio de Janeiro no dia 30 de outubro. Com 1.700.030 dos votos válidos (o equivalente a 59,36%), Crivella derrotou o candidato Marcelo Freixo do Partido Socialismo e Liberdade (PSOL).

Marcelo Crivella começou sua carreira política em 2002, quando foi eleito a senador, foi reeleito duas vezes a cadeira no Senado e no período de 2012 a 2014 atuou como ministro da Pesca e Aquicultura.

Veja algumas metas do prefeito eleito e fique atento para cobrar do novo governante as promessas de campanha:

- Modernizar e melhorar a qualidade dos serviços públicos prestados à população pela prefeitura, sobretudo nas áreas da Saúde e da Educação;
- Criar o Programa Clínica de Especialistas voltado para o atendimento de especialidades médicas (otorrinolaringologia, oftalmologia, dermatologia, ortopedia, etc.) e que contará com equipamentos para exames mais sofisticados (ultrassom e tomografia) e o atendimento às pessoas poderá ser feito conforme a urgência do caso ou ordem de chegada, com total transparência e sem necessidade do uso do SISREG;
- Concluir as obras do BRT TransBrasil

e garantir sua operação efetiva até o final de 2017 e também, elaborar um estudo para levar o BRT Transcarioca para o centro da Ilha do Governador até o final de 2020;

- Exigir das concessionárias que operam o sistema de BRT na cidade, um aumento de 20% da frota até o final de 2018 para reduzir a superlotação e o desconforto dos passageiros durante as viagens, além de aumentar a fiscalização e aplicar multas mais rigorosas para garantir o pleno funcionamento do ar-condicionado de toda frota utilizada no sistema;
- Garantir maior igualdade de oportunidades para todas as crianças cariocas;
- Qualificar melhor o carioca para o emprego e estabelecer na cidade as condições necessárias para o crescimento econômico sustentável;
- Reduzir os atuais níveis de pobreza e indigência na cidade, especialmente nas comunidades e nos bairros com níveis mais baixos de IDH;

• Dar continuidade a projetos e programas iniciados por governos anteriores que são bem avaliados pela população (como, por exemplo, o sistema de BRT e as Clínicas da Família) e colocar para funcionar equipamentos públicos que se encontram inoperantes, abandonados ou se deteriorando antes de construir novas instalações;

• Investir mais recursos na Saúde (R\$ 250 milhões a mais por ano) e, com o apoio de consultorias nacionais e internacionais, reestruturar a gestão dos equipamentos que fazem atendimento emergencial às pessoas, especificamente, as 14 UPAS e os 8 hospitais de emergência da cidade, visando reduzir o tempo de espera e melhorar a qualidade do atendimento;

• Reduzir o número de secretarias e órgãos ligados diretamente ao prefeito de 29 para, no máximo, 15, garantindo uma economia significativa do gasto com a máquina administrativa e dando mais agilidade aos processos decisórios dentro da prefeitura.

Fonte: crivella10.com.br



Rios D'Or promove evento de conscientização sobre câncer de próstata



Foto: Divulgação

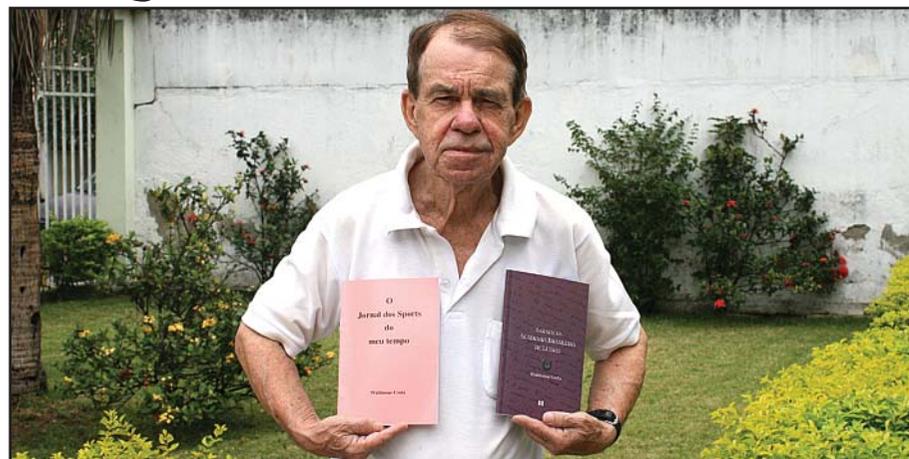
O mês de novembro é dedicado às ações relacionadas ao câncer de próstata e à saúde masculina, e o Hospital Rios D'Or adere à campanha do Novembro Azul, em parceria com o Grupo Oncologia D'Or. Dia 19 de novembro, a partir das 9 horas, o hospital promoverá evento especial com os temas "Disfunção erétil" e "Câncer de Próstata". O objetivo é conscientizar e alertar

quanto a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de próstata. O evento "Novembro Azul – A gente precisa tocar nesse assunto" é gratuito e terá como público-alvo os homens, mas as mulheres também poderão entrar.

Local: Auditório do Hospital Rios D'Or (Estrada dos Três Rios, 1.366, Freguesia)
Inscrições: (21) 2448-3646 ou marketing@riosdor.com.br



Morador da Praça Seca lança dois livros



O autor Waldemar Costa acaba de lançar duas obras literárias. "A gênese da Academia Brasileira de Letras" expõe ao longo de suas 104 páginas fatos sociais, políticos e festivos paralelos ao período da fundação da ABL ilustradas com 50 fotos antigas do Rio de Janeiro. Já "O Jornal dos Sports do meu tempo" conta em 23 páginas um pouco da história do jornal e a trajetória do autor e jornalista no veículo.

Waldemar Costa é formado em jornalismo pela UFRJ. Trabalhou no Jornal dos Sports do Rio de Janeiro de 1970 a 1990, no O

Jornal (RJ), na rádio Tupi e na Associated Press, na revista brasileira de xadrez Caissa e na Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos.

"A gênese da Academia Brasileira de Letras" pode ser adquirida pelo site www.e-papers.com.br, enquanto "O Jornal dos Sports do meu tempo" pode ser encontrada na Associação dos Cronistas Esportivos RJ, localizada na Rua da Quitanda, 45, 5º andar, Centro.

Informações:

www.wsc.jor.br

ou pelo telefone 3390-3633.





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



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



NOVIDADE: RESTAURANTE
• SELF-SERVICE
• AMBIENTE REFRIGERADO
• SOBRELOJA

UTILICASA

Mundo Verde
Sua loja do bem-estar.

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)

Dia do Doador de Sangue é celebrado neste mês

Ocasão remete a importância do ato

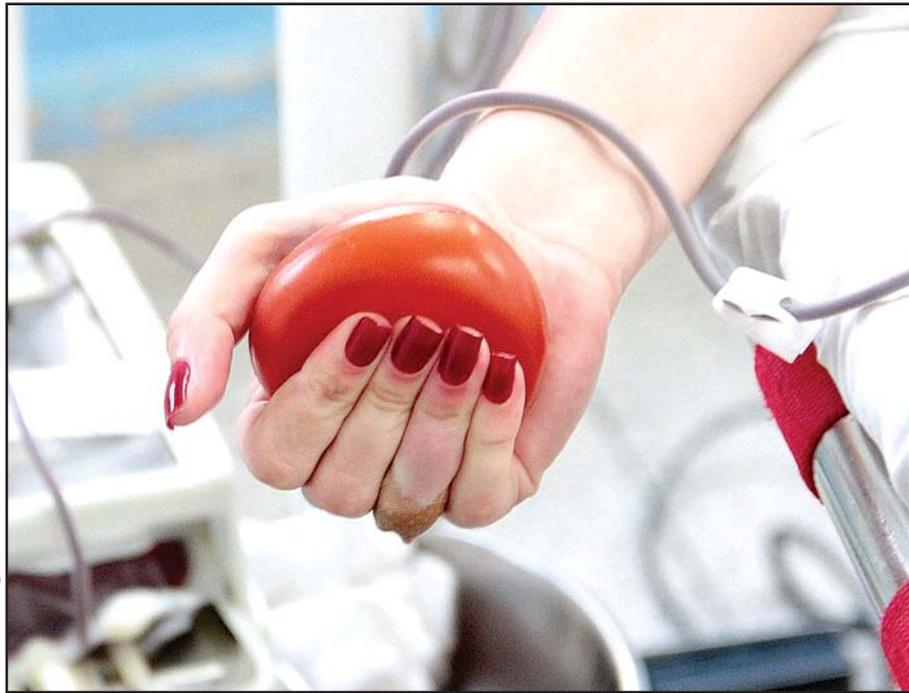


Foto: Divulgação / Internet

No dia 25 de novembro é celebrado o Dia Nacional do Doador Voluntário de Sangue, mas não é preciso um momento ou motivo especial para doar sangue.

O ato é seguro, o material utilizado é descartável e os critérios adotados por normas técnicas do Ministério da Saúde que permitem ou impedem uma doação de sangue garantem proteção ao doador e ao receptor. Quem faz uma vez não é obrigado a doar sempre. Para doar é necessário pesar no mínimo 50 kg, ter entre 16 e 68 anos incompletos, estar bem de saúde e portar documento oficial de identidade com foto (identidade, carteira de trabalho certificado de reservista ou carteira do conselho profissional). Não é necessário estar em jejum, o voluntário deve

somente evitar alimentos gordurosos nas 4 horas que antecedem a doação e as bebidas alcoólicas 12 horas antes. Jovens com 16 e 17 anos só podem doar com autorização dos pais ou responsáveis. O modelo da declaração pode ser adquirido através do site do Hemório – www.hemorio.rj.gov.br. Todos os tipos sanguíneos são importantes e pessoas que possuem tatuagem realizadas há mais de um ano, também podem doar. 

Informações

www.hemorio.rj.gov.br

Saiba onde doar

HEMÓRIO - HEMOCENTRO COORDENADOR

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Centro
Rua Frei Caneca, 8
Horário para doações: diariamente de 07h às 18h (inclusive sábados, domingos e feriados)
Tel.: 21 - 2332-8611
Tel.: 0800-2820708 (Disque Sangue)
Setor de Captação de Doadores
Referência: Próximo ao Campo de Santana

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO HOSPITAL CARDOSO FONTES

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Jacarepaguá
Avenida Menezes Cortes, 3245
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 08h às 12h
Tel.: 21 - 2425-2255 Ramal: 260/259
Referência: Estrada Grajaú Jacarepaguá

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO HOSPITAL DE AERONÁUTICA DOS AFONSOS

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Sulacap
Avenida Marechal Fontenelle, 1628
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 07h30 às 12h
Tel.: 21 - 3289-6763
Referência: Campo dos Afonsos

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA ZONA SUL - INSTITUTO NACIONAL DE CARDIOLOGIA

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Laranjeiras
Rua das Laranjeiras, 374
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 09h às 14h
Tel.: 21 - 3037-2215/2285-3344 Ramal: 2215
Referência: Próximo a Rua Alice

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO HOSPITAL DA POLÍCIA MILITAR

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Estácio
Rua Estácio de Sá, 20
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 07h às 11h
Tel.: 21 - 2333-7632
Referência: Estação Metrô do Estácio

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO PEDRO ERNESTO

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Vila Isabel
Avenida 28 de Setembro, 77
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 08h às 12h30min
Tel.: 21 - 2868-8134/2868-8126
Referência: Próximo ao Campus da UERJ e ao lado do Hospital Universitário Pedro Ernesto

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO CLEMENTINO FRAGA FILHO

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Ilha do Governador
Rua Professor Rodolpho Paulo Rocco 255 3º andar
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 07h30 às 13h30
Tel.: 21 - 2562-2312
Referência: Ilha do Fundão

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO HOSPITAL DOS SERVIDORES DO ESTADO

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Centro
Rua Sacadura Cabral, 178
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 07h30min às 12h30min
Tel.: 21 - 2291-3131 Ramal: 3287/3804
Referência: Próximo a Praça Mauá

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO INSTITUTO DE BIOLOGIA DO EXÉRCITO

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Benfica
Rua Francisco Manoel, 102
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 07h às 11h30min
Tel.: 21 - 3890-2135 Ramal: 213
Referência: Ao lado do Hospital Central do Exército

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO HOSPITAL DO CÂNCER

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Centro
Praça da Cruz Vermelha, 23 - 2º andar
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 07h30min às 14h30min e Sábados: de 08h às 12h
Tel.: 21 - 3207-1580/3207-1021
Referência: Em frente à Praça da Cruz Vermelha

NÚCLEO DE HEMOTERAPIA DO HOSPITAL NAVAL MARCÍLIO DIAS

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Lins de Vasconcelos
Rua Cezar Zama, 185
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 07h às 13h
Tel.: 21 - 2599-5481/2599-5482
Referência: Após o posto da BR, virar à esquerda

UNIDADE DE COLETA E TRANSFUÇÃO DO HOSPITAL GERAL DE BONSUCESSO

Município: Rio de Janeiro
Bairro: Bonsucesso
Avenida Londres, 616
Horário para Doações: 2ª a 6ª de 7h30 às 12h
Tel.: 21 - 2561-3473
Referência: Próximo ao Habib's da Avenida Brasil



GHABRIELA ALMAS

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

Psicóloga e Psicopedagoga

CRP: 05 / 30956

Freguesia / Jacarepaguá • 99774-7876

NOSSO BAIRRO
Jacarepaguá
www.nossobairro.net

VAGAS PARA

CONTATO PUBLICITÁRIO

ENVIAR CURRÍCULUM PARA
rh@nossobairro.net

Gentileza: uma atitude que faz parte do instinto do ser humano

Individualismo contribui para escassez do ato

No dia 13 de novembro é comemorado o Dia Mundial da Gentileza, a ideia da criação de uma data para celebrar um ato que deveria fazer parte do dia-a-dia de todo ser humano surgiu a partir de uma conferência em Tóquio, no Japão, realizada em 1996. Na ocasião, grupos que propagavam a ideia da gentileza se reuniram na intenção de inspirar pessoas a criar um mundo mais cortês.

Mas, o que é ser gentil? Atitude de gentileza pode ser algo bastante subjetivo, mas de uma forma geral, a gentileza está ligada à capacidade de um se preocupar com o outro. Na época em que surgiu o Dia Mundial da Gentileza, a internet começava a se popularizar e não se sabia o quanto a sociedade se tornaria individualista e imediatista incentivada pelo uso exagerado da tecnologia, a ponto de ficar tão compenetrada em um celular sem sequer saber se existe alguém fisicamente próximo para dar um cumprimento ou ao menos um sorriso.

O sociólogo Alan Ramos acredita sim que o avanço tecnológico tenha contribuído para o distanciamento entre as relações pessoais, inclusive dentro de casa. “Os filhos são obrigados a conviver, desde pequenos, com a intensa rotina

dos pais e responsáveis que, sempre ocupados demais, quase não reservam tempo para dar atenção a eles. Com isso, as crianças passam a suprir a falta de atenção virtualmente e se distanciam cada vez mais do relacionamento pessoal e consequentemente das práticas de gentileza”, expõe.

Um estudo realizado por pesquisadores nos Estados Unidos revelou que a gentileza já faz parte do instinto do ser humano desde a infância e que as pessoas tendem a ser egoístas geralmente quando param para pensar antes de tomar uma atitude. Um exemplo disso são pessoas que arriscam a própria vida para tentar salvar um desconhecido em perigo. Logo, deixar de ser gentil não é uma questão de caráter, mas de escolha.

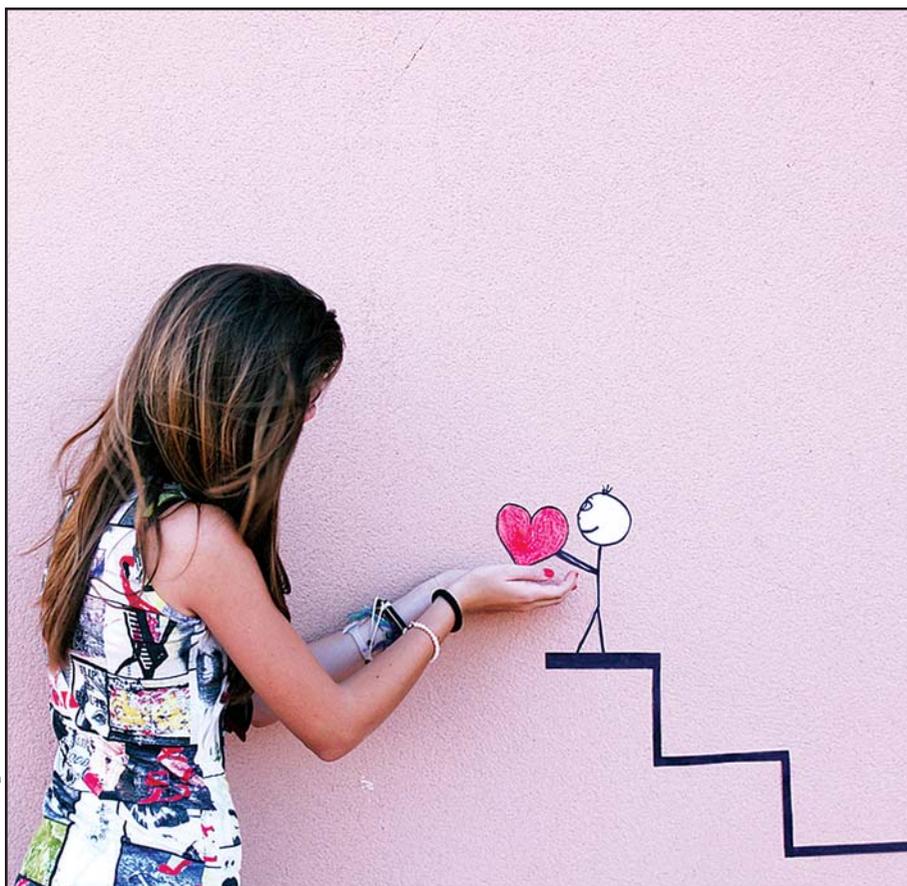


Foto: Divulgação / Internet

EMPRESAS IMPORTADORAS CONSEGUEM OBTER RESTITUIÇÃO NA RECEITA FEDERAL DOS VALORES PAGOS A MAIOR DE PIS E COFINS IMPORTAÇÃO.

www.fcx.adv.br
fcx@fcx.adv.br | (021) 3986-6003

02 CORPORATE:
Av. José Silva de Azevedo Neto 200, bloco 07, sala 416, Barra da Tijuca, Rio de Janeiro, RJ, CEP: 22.775-056.

MIX MALL & BUSINESS:
Rua Lopo Saraiva, nº 179, bloco 02, sala 203, Jacarepaguá, Rio de Janeiro, RJ, CEP: 22.740-220.



A Receita Federal do Brasil vem reconhecendo às empresas importadoras o direito de receber de volta o que foi pago a maior de PIS/Cofins importação.

Essa questão foi declarada inconstitucional em 20 de março de 2013 pelo Supremo Tribunal Federal, tendo sido determinada a exclusão do ICMS e as próprias contribuições da base de cálculo.

Diante dessa decisão, a Receita Federal editou instrução normativa em 09 de outubro de 2013, adequando a forma de cálculo e ficou assim aberto o caminho aos contribuintes para obterem a restituição ou a compensação com débitos futuros.

Deve ser destacado que somente as empresas importadoras optantes pelo Simples Nacional ou pelo Lucro Presumido podem obter esse retorno dos valores pagos a maior e a devolução abrange o período entre outubro/2011 a outubro/2013.

A título de ilustração, segue abaixo um quadro ilustrativo de uma empresa importadora que conseguiu obter a restituição de valores pagos a maior a título de PIS/ Cofins importação:

RELATÓRIO DE VALORES APURADOS	VALOR RECOLHIDO	VALOR DEVIDO	A RESTITUIR OU COMPENSAR
PIS	R\$ 101.454,31	R\$ 72.803,09	R\$ 28.651,22
COFINS	R\$ 528.792,33	R\$ 379.458,55	R\$ 149.333,78
TOTAIS	R\$ 630.246,64	R\$ 452.261,64	R\$ 177.985,00

Notas

Entretenimento

Áreas de lazer funcionarão até mais tarde durante o horário de verão

Em virtude do horário de verão, as áreas de lazer, situadas nos logradouros públicos, terão horário prorrogado até às 19 horas nos domingos e feriados. A mudança permanecerá até o dia 19 de fevereiro de 2017.

Grafite

Arte urbana invade a UPA da Cidade de Deus



A fachada e o interior da Unidade de Pronto Atendimento (UPA) da Cidade de Deus ganhou em outubro painéis do grafiteiro AiráOCrespo. A novidade faz parte do projeto "Arte na UPA", que tem como objetivo tornar mais agradável o ambiente hospitalar.

Nome

Campanha defende direito ao uso do nome social

A Coordenadoria Especial da Diversidade Sexual (CEDS) e a Secretaria Municipal de Saúde (SMS) lançaram no dia 13 de outubro a campanha "Nome social: Um direito do cidadão e cidadã". A proposta é chamar atenção para o uso do nome social por travestis e transexuais nos órgãos municipais.

Combustível

Petrobras pode anunciar redução no preço da gasolina



Um Plano de Negócios e Gestão da Petrobras divulgado no final de setembro estuda a redução no preço da gasolina ainda neste ano. O planejamento da Estatal para o período de 2017 a 2021 prevê um alinhamento entre o valor do mercado interno (que supera amplamente o mercado externo) e as cotações internacionais.

Trânsito

Velocidade média de vias expressas da cidade aumenta

Um levantamento feito pela CET-Rio indicou melhora no tráfego em importantes vias da cidade. A pesquisa comparou a velocidade média dos carros em setembro de 2015 com o mesmo mês deste ano.

A via com maior destaque foi a Avenida Brasil, que em setembro de 2015 apresentava 21,9 km/h de velocidade média. Entre 1º e 28 deste mês, o registro foi de 48,8 km/h, um aumento de 123%. Já a Autoestrada Lagoa-Barra apresentou aumento de 103,5% na velocidade, passando de 21 km/h para 42,7 km/h.

Outras vias que tiveram melhora na fluidez do trânsito foram Avenida das Américas, Linha Vermelha e Avenida Rio de Janeiro, respectivamente, 65,3%, 57,7% e 41,1%.

De acordo com a CET-Rio, entre os fatores que contribuíram para o aumento na velocidade dos deslocamentos nas vias estão as obras de ampliação da capacidade viária, como o novo Elevado do Joá, a Via Expressa do Porto, a Transolímpica e a duplicação da pista do Terminal Alvorada. A finalização de obras em diversos trechos da Avenida Brasil também contribuiu para o crescimento da velocidade.

Veja abaixo a relação do comparativo das velocidades médias (km/h) em vias da cidade.

	Set/2015	Set/2016	Varição
Av. Brasil	21,9	48,8	123,0%
Lagoa- Barra	21,0	42,7	103,5%
Av. das Américas	20,7	34,2	65,3%
Linha Vermelha	11,1	17,6	57,7%
Av. Rio de Janeiro	11,3	15,9	41,1%
Túnel Santa Bárbara	31,7	38,4	21,2%
R. Primeiro de Março	9,6	11,1	15,2%
Vd. do Gasômetro	19,3	21,7	12,3%

O Centro de Operações usa tecnologia para gerenciamento da informação e as imagens de cerca de 800 câmeras próprias, além de outras 400 de concessionárias de serviços públicos e da Secretaria Estadual de Segurança Pública para monitorar a cidade. Os dados de vários sistemas e sensores posicionados em todas as regiões do município são monitorados de forma integrada. E através do Twitter do COR, principal canal de trânsito em tempo real da prefeitura, o cidadão pode interagir 24 horas por dia e obter informações sobre a mobilidade urbana.

Educação

Escolas públicas do RJ não alcançam a 100ª colocação de nota satisfatória no Enem 2015

O Ministério da Educação divulgou no mês passado as notas por escola do Exame Nacional do Ensino Médio referentes ao ano passado (Enem 2015). Apesar do resultado ter sido melhor do que o do Enem 2014, quando só havia duas escolas do Estado do Rio entre as vinte melhores colocadas, no Enem 2015 esse número aumentou para três. Porém, das 100 maiores notas do Brasil, todas são da rede privada e nenhuma da rede pública do Rio, inclusive sete escolas públicas do Estado estão entre as 500 de pior colocação no País.

Novembro Azul

Campanha Novembro Azul tem início no País

Neste mês está sendo realizada a campanha de conscientização contra o câncer de próstata, conhecida como Novembro Azul. O objetivo do movimento é alertar para a importância da prevenção e do diagnóstico precoce da doença.

A campanha surgiu na Austrália, em 2003, em homenagem ao Dia Mundial de Combate ao Câncer de Próstata, realizado no país em 17 de novembro. No Brasil, o Novembro Azul foi criado pelo Instituto Lado a Lado pela Vida, visando quebrar o preconceito masculino de ir ao médico e, quando necessário, fazer o exame de toque.

Supermercado

Costazul inaugura loja na Curicica

Os moradores da Curicica recebem neste mês uma loja da rede varejista Costazul Multimercado. Com metragem de 3.700 metros quadrados, o local possui 30 checkouts e 250 vagas rotativas de estacionamento. O estabelecimento abre as portas ao público no dia 4 de novembro e fica localizado na Estrada dos Bandeirantes, 7.150, Curicica.

Z+

NOVIDADE

+Sabor
na sua pipoca

Chocolate



Receitas

FÁTIMA GUERRA
GOURMET
FATIMA@ALFABUFFET.COM.BR



Finger Food - Ceviche de Camarão



Olá amigos! A nossa receita deste mês traz a novidade da apresentação em finger food, que é utilizado hoje em dia pelos buffets em eventos. O finger food é uma opção sofisticada e prática para diversos tipos de evento, além de ser uma tendência que veio para ficar. A tradução livre seria um buffet para "comer com as mãos", já que conceitualmente se trata de comidinhas e petiscos que são fáceis de manusear e não precisam de talheres. A receita escolhida é o ceviche que é um prato de origem peruana que utiliza peixes ou crustáceos que são marinados em suco de limão, laranja ou outro cítrico.

Receita

INGREDIENTES:

- 1 kg de camarão fresco limpo (cascas / cabeça / tripinhas inferior e superior)
- 1 cebola roxa picada
- 2 tomates picados
- 1 pepino picado sem as sementes
- 2 pimentas dedo de moça picadas e sem sementes
- 1 maço de coentro picado
- 1 maço de salsinha picada
- Suco de 2 limões
- Suco de 1 laranja
- Sal a gosto

MODO DE PREPARO:

- Coloque água e suco de 1 limão no fogo.
- Quando ferver, acrescente o camarão limpo e deixe por 2 minutos.
- Retire e resfrie rapidamente, colocando na geladeira para parar o cozimento.
- Quando estiver frio, misture os demais ingredientes em uma vasilha e conserve por 2 horas na geladeira antes de servir.
- Sirva em taças ou potinhos pequenos ou colheres de porcelana como finger food. 

Serviços para taxistas podem ser feitos via internet



A Secretaria Municipal de Transportes (SMTR) publicou no Diário Oficial do Município no mês passado a resolução nº 2.765, que prevê novos procedimentos para vinculação e desvinculação de auxiliares na autorização de táxi. O objetivo é desburocratizar e agilizar o processo no serviço, no procedimento para inclusão, troca ou baixa da vinculação de um auxiliar, que já possui registro, através da internet, pelo Portal Carioca Digital (<http://carioca.rio.rj.gov.br>). Com a nova medida, o CIAT (cartão de identificação de auxiliar de transporte) do auxiliar passará a ter validade e não terá a identificação da placa e autorização. Para acessar o novo serviço online, basta realizar o cadastro no portal, selecionar a aba 'Transporte' e em seguida 'Operadores de transporte'. O auxiliar que já possui o RATR (registro de auxiliar de

transporte) no modal táxi poderá realizar pela internet os seguintes serviços:

- Vinculação a uma autorização – O auxiliar poderá enviar um convite para um autorizatário para que seja vinculado àquela autorização.
- Baixa de auxiliar – O auxiliar poderá se desvincular da autorização, sem a necessidade de aceite do autorizatário.
- Aceitar convite – Caso o autorizatário realize o convite, o auxiliar poderá aceitar o convite, e o processo estará concluído. O autorizatário também poderá fazer os mesmos serviços online: vinculação e baixa de auxiliar e aceite do convite. O novo modelo do CIAT com validade, após o prazo, só terá autorização de circulação por mais 30 dias. Os CIAT's que não possuem a data de validade escrita terão validade limite até o final de placa da vistoria do ano de 2019. 


ALFA'S
BUFFET

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

ESPAÇO PRODUTOS E SERVIÇOS

EMPRÉSTIMO PESSOAL¹

18x EM ATÉ
NO BOLETO

EMPRÉSTIMO CONSIGNADO²

72x EM ATÉ

Visite nossa loja na
Rua Carvalho de Souza, 316 A
Tel.: 2450-4266



Conte com a gente.

1. Empréstimo pessoal: crédito concedido pelo Banco Losango SA - Banco Múltiplo. CNPJ: 33.254.319/0001-00 mediante análise cadastral, de crédito e demais condições do produto e da campanha. Operação sujeita a incidência de IOF, demais tributos e/ou tarifas. O CET (Custo Efetivo Total) será apresentado previamente à contratação. Central de Relacionamento: 4004 4252 (Grandes Centros) - 0800 721 4252 (Demais Localidades) todos os dias, das 7h às 23h - SAC Losango 0800 729 5980 - SAC Deficientes Auditivos: 0800 722 4004 atendimento 24 horas, todos os dias da semana - Ouvidoria 0800 701 3904, atendimento das 10h às 16h, de 2ª a 6ª, exceto feriados. 2. Empréstimo consignado: sujeito a análise cadastral, de crédito e demais condições do produto. Crédito concedido pelo Banco Bradesco Financiamentos S/A. O Banco Losango S.A. - Banco Múltiplo atua como correspondente do Banco Bradesco Financiamentos S.A. Parcelamento em até 72 meses com taxas especiais de até 2,34% a.m., de acordo com o prazo da operação. IOF acrescido no valor do empréstimo. Sem incidência de TC - Tarifa de Cadastro. Esta operação está em conformidade com o CET (Custo Efetivo Total). Centrais de Atendimento Losango: Central de Relacionamento 4004 4252 (Grandes Centros) - 0800 721 4252 (Demais Localidades) - SAC Losango 0800 729 5980 - SAC Deficientes Auditivos 0800 722 4004 - Ouvidoria 0800 701 3904, atendimento das 10h às 16h, de 2ª a 6ª, exceto feriados. Centrais de Atendimento Bradesco: Central de Relacionamento: 3004 7224 (Capitais e Regiões Metropolitanas) e 0800 055 7222 (Demais Regiões). Atendimento das 9h às 17h, de 2ª a 6ª, exceto feriados. Consultas, informações e serviços transacionais: SAC - Serviço de Apoio ao Cliente: 0800 727 9977. SAC - Deficiência Auditiva ou de Fala: 0800 722 0099. Atendimento 24 horas, 7 dias por semana. Reclamações, cancelamentos e informações gerais. Ouvidoria: 0800 727 9933. Atendimento das 8h às 18h, de 2ª a 6ª, exceto feriados.

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

AMIL DENTAL EMPRESA
Mínimo de 02 pessoas
R\$ 25,00 cada
FAÇA SEM SAIR DE CASA

www.desouzasaude.com.br



Notre Dame Intermédica

Bradesco Saúde

Unimed

CORRETOR AUTORIZADO
ISAÍAS DE SOUZA

SAÚDE ASSIM

SALUTAR SAÚDE

SulAmérica Saúde

(21)3181-8035
(21)96417-6758 WHATAPP E TELEGRAM

Golden Cross 

Cia de Arte e Teatro Popular
Apresenta

PRÁTICAS DE MONTAGENS
Supervisão: Flávio Alves

HIERARQUIA	REFLEXO DO PASSADO	YOU AND ME
NEM ANJO ESCAPA	HAMLET	
TEXTO E DIREÇÃO: MÁRCIO ZATTA	TEXTO: WILLIAM SHAKESPEARE DIREÇÃO: BRENNO COSTA	TEXTO E DIREÇÃO: MÁRCIO ZATTA

Sextas 20:30h **Laboratório de Teatro C.A.T.P** **Contato:**

04/11 à 25/11 Ing: R\$ 20,00 Estrada do Tindiba nº 2495 - Taquara 99747-3021 - 98372-3638

Apoio:  Realização:  2051-1177

JC REFORMAS
Seu patrimônio em boas mãos

-  PINTURAS INTERNAS
-  TROCA DE PISO PORCELANATO
-  PINTURAS E LIMPEZA DE FACHADAS
-  IMPERMEABILIZAÇÃO
-  INSTALAÇÃO ELÉTRICA
-  INSTALAÇÃO HIDRÁULICA
-  REFORMAS DE TELHADOS
-  REFORMAS DE APARTAMENTO
-  REFORMAS DE COZINHA
-  REFORMAS DE BANHEIRO

ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
TRABALHAMOS COM PROFISSIONAIS QUALIFICADOS

Contato: (21) 3143-5868 / 2769-8777
WhatsApp 97358-8763 / 98540-8361 (Jorge Luiz)
jc.reformas2008@yahoo.com.br

 **Bradesco** LEILÃO PRESENCIAL E ON-LINE  **SODRÉ SANTORO**
Leiloeiro Oficial

1º Leilão 16/11/2016 - 2º Leilão 29/11/2016 às 14h

Local da realização dos leilões: Marginal da Rodovia Presidente Dutra, Km 224 - Vila Augusta, em Guarulhos-SP
APARTAMENTO COM ÁREA CONSTRUÍDA DE 109 M2 - JACAREPAGUÁ - RJ

Carolina Lauro Sodré Santoro, Leiloeira Oficial inscrita na JUCESP sob nº 758, faz saber, através do presente Edital, que devidamente autorizada pelo Banco Bradesco S.A., inscrito no CNPJ sob nº 60.746.948/0001-12, promoverá a venda em Leilão (1º ou 2º) do imóvel abaixo descrito, nas datas, hora e local infracitados, na forma da Lei 9.514/97.

Localização do imóvel: Rio de Janeiro - RJ. Jacarepaguá. Av. Vice Presidente José de Alencar, 1.515. Ed. Reserva do Bosque. Bl 01. Ap. 1.514, c/ 2 vagas de garagem cobertas indeterminadas. Área construída lançada no IPTU 109,00m². Matr. 347.373 do 9º RI local. Obs.: Ocupado (AF)

1º Leilão: 16/11/2016, às 14h. Lance mínimo: R\$ 1.139.850,09
2º Leilão: 29/11/2016, às 14h. Lance mínimo: R\$ 925.124,86 (caso não seja arrematado no 1º leilão).

Condição de pagamento: à vista, mais comissão de 5% a Leiloeira. Da participação on-line: O interessado deverá efetuar o cadastramento prévio perante o Leiloeiro, com até 1 hora de antecedência ao evento. Os interessados devem consultar as condições de pagamento e venda dos imóveis disponíveis nos sites: www.bradesco.com.br e www.sodresantoro.com.br
Para mais informações - tel.: (11) 2464-6464 - Carolina Lauro Sodré Santoro - Leiloeira Oficial JUCESP nº 758

Horóscopo

MALU RODRIGUES
ASTRÓLOGA,
MALUCATAO@GMAIL.COM



Previsão astrológica do mês de novembro

Signo de Escorpião:

Pessoas de visão madura e realista, guardam dentro de si seus mais íntimos sentimentos, amor e ódio. **Elemento:** água. **Planetas:** Marte e Plutão. **Cor:** escarlate. **Partes do corpo:** órgãos de reprodução e bexiga



Áries (21/03 a 21/04): aproveite esse momento fecundo nos projetos e planos para sua vida, estabelecendo seus valores financeiros com firmeza.



Libra (23/09 a 22/10): resolva cada situação no seu devido tempo, assim alcançará aquilo que deseja.



Touro (21/04 a 20/05): invista nos cursos que quer estudar. Estar preparado para novos contratos trará segurança.



Escorpião (23/10 a 21/11): tempo ideal para investir em tudo que quiser: estudo, relacionamentos e saúde, força e determinação, não vai faltar.



Gêmeos (21/05 a 20/06): mente brilhante para tratar de assuntos misteriosos que possam estar te envolvendo, achará o que tanto procura.



Sagitário (22/11 a 21/12): programe-se para as longas viagens que tanto deseja, com saturno ajudando tudo sairá organizado e perfeito.



Câncer (21/06 a 21/07): prepare-se para desenvolver suas ideias criativas, elas muito valerão nas festas de fim de ano que estão por vir.



Capricórnio (22/12 a 20/01): você pode concluir projetos, bons negócios, com Marte e Plutão no seu signo, determinação não vai faltar.



Leão (22/07 a 22/08): faça um exame de rotina, uma alimentação adequada, o deixará novinho em folha, cuide da saúde!



Aquário (21/01 a 19/02): procure os amigos, convide-os para bons passeios, a troca de novas ideias fará muito bem a você.



Virgem (23/08 a 22/09): as questões que o aflige, de nada adianta culpar o outro, olhe para si e veja onde deve encontrar as respostas.



Peixes (20/02 a 20/03): não se iluda com belas palavras, promessas de quem não tem firmeza nem para sustentar a si próprio.

Multas de trânsito ficam mais caras



A partir do dia 1º de novembro as multas de trânsito vão sofrer aumento de 52% a 66% em todo o Brasil. O reajuste foi publicado no Diário Oficial da União (DOU) no dia 5 de maio deste ano e tornam mais rígidas as punições previstas no Código de Trânsito Brasileiro (CTB).

Entre as mudanças estão, a infração leve passa de R\$ 53,20 para R\$ 88,38 (aumento de 66%), a infração média de R\$ 85,13 para R\$ 130,16 (aumento de 52%), a infração grave de R\$ 127,69 para R\$ 195,23 (aumento de 52%), enquanto a punição gravíssima deixa de custar R\$ 191,54 e vai para R\$ 293,40 (aumento de 53%). Outra alteração é a de que determinadas infrações mudaram de categoria, um exemplo disso é o acréscimo da palavra “manusean-

do” no texto do CTB para punir também quem for flagrado mandando mensagens ou acessando as redes sociais ao volante, além da mudança de média para gravíssima a punição de quem for flagrado falando ou mexendo no celular enquanto dirige, dessa forma, a multa passa de R\$ 85,13 para R\$ 293,47.

Já quem se recusar a fazer o teste do bafômetro ou exame clínico para atestar embriaguez poderá pagar multa de R\$ 2.934,70, além de ter a carteira de habilitação suspensa por 1 ano. Em caso de reincidência em 12 meses, o valor da multa será dobrado. Quem interromper, restringir ou perturbar o trânsito em pista sem autorização das autoridades de trânsito poderá pagar multa de R\$ 5.869,40 e ter a habilitação suspensa por 12 meses.





Centro de Oftalmologia

Jacarepaguá

- Consultas para adultos e crianças • Refração computadorizada • Cirurgias
- Lentes de contato • Mapeamento de retina • Topografia corneana
- Ultrassonografia ocular • Ecobiometria • Paquimetria

SALA 209

Dr. Joel Silveira Filho
CRM 52.76859-6
Diretor Técnico

Dra. Justina D'Elia
CRM 52.55804-8

Dra. Marta Ferreira Alves
CRM 52.73141-2



2135-6461

Atendemos convênios e particular

Estrada dos Três Rios, 741

ESTACIONAMENTO NO PRÉDIO
(COM MANOBRISTAS)

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, dá dicas para você não fazer feio ao se expressar. Confira os exemplos abaixo:

1) Discórdia

Não houve **discórdia** entre os candidatos durante o debate, e não **descórdia**.

2) Cumprindo

Esperamos que os governantes estejam **cumprindo** suas promessas, e não **comprindo**.

3) Pendente

O novo prefeito pretende concluir as obras **pendentes**, e não **pedentes**.

Sua Reclamação

ENVIE SUA RECLAMAÇÃO
REDACAO@NOSSOBAIRRO.NET

PODA DE ÁRVORES

Estou há um ano pedindo para a prefeitura podar uma árvore na Estrada Engenho d'água, que está prestes a cair em cima de um muro. A prefeitura diz que não tem previsão para o realizar o serviço.

Mônica Braga

Resposta da Subprefeitura da Barra e Jacarepaguá: Por favor, envie o número do protocolo do pedido de serviço através do 1746 e o endereço exato, com referência da localização, para poder reforçar o pedido junto à Comlurb.



POSTE DANIFICADO

Na Rua Araguaia, altura do número 1.200, existe um poste avariado, corroido em sua base, fato já comunicado à empresa Light, através do protocolo: 01.93.71.49.12, não tendo sido tomadas providências para a sua substituição. O poste está localizado na confluência das Ruas Araguaia e Geminiano Gois, no bairro da Freguesia. Solicito à empresa providência quanto a sua substituição.

Robermar Vieira

Resposta da Light: O poste já havia sido verificado, segundo o protocolo citado pelo leitor. Apesar de estar fora de prumo e com base danificada, o poste não oferece risco, por isso ele será incluído na programação para manutenção nos próximos meses, com data ainda a definir.

FALTA RESPEITO COM OS PEDESTRES DA FREGUESIA

Ao atravessar a encruzilhada da Rua Tirol com Estrada do Bananal, na Freguesia, fui surpreendida por uma carreta de porte médio que subiu "com tudo" por cima da calçada e quase me pegou, fiquei indignada, mas continuei andando. Logo na última entrada de carros do Condomínio Paulo IV foi um carro que subiu a calçada "com tudo", nem buzinou, nem nada, quase atropelou minha mãe. Então reclamei um pouco, mas continuei andando. Ao passar por uma pizzaria, tinha um motorista levando bronca de uma senhora porque estacionou o carro na diagonal, ocupando toda a calçada e depois levou outra bronca minha porque eu queria passar com minha mala de rodas e não havia espaço. E se fosse uma mãe com carrinho de bebê? Cadê a fiscalização que não vê isso? Estou muito indignada, pois foram dois sustos de atropelamento em plena calçada. Senhores motoristas, a calçada é dos pedestres, vamos ter mais respeito e cuidado com o nosso próximo.

Erika Lima

OBS: A equipe do JNB entrou em contato com a Guarda Municipal do Rio de Janeiro para obter retorno com relação a denúncia da leitora a fim de saber se haveria alguma operação no local citado por ela, tendo em vista as várias irregularidades constatadas em tão poucos minutos, que provavelmente não aconteceriam em um período tão curto de tempo se houvesse fiscalização mais intensa. Mas, não obtive resposta com relação a próxima operação e nem mesmo a quantidade de multas aplicadas no local. Apenas a seguinte resposta:

Resposta da Guarda Municipal do Rio de Janeiro: A Guarda Municipal atua diariamente para garantir a fluidez e o ordenamento do trânsito das vias da cidade, incluindo também a Zona Oeste, e a população conta com um canal direto com a corporação, por meio da Central 1746, para denúncia de flagrantes de irregularidades de trânsito. A central funciona 24 horas.

BILHETE ÚNICO

Moro em Cascadura e precisei ir à Freguesia no dia 13 de setembro. Antigamente, eu fazia uso do 346 ou do 636 para realizar o trajeto. Com a implantação do BRT Transcarioca, as linhas tiveram o itinerário reduzido. Fui informada de que poderia fazer a baldeação de: ônibus + BRT + ônibus para o deslocamento e pagaria apenas uma tarifa de R\$ 3,80 no Bilhete Único. Confesso que foi desconfortável ter que fazer baldeação para embarcar em três veículos, quando anteriormente o trajeto era atendido bastando apenas um ônibus. Porém, a viagem saiu mais cara. Embarquei no primeiro ônibus e o Bilhete Único não cobrou tarifa na catraca do BRT (até aí, tudo certo), mas ao embarcar no segundo ônibus a tarifa de R\$ 3,80 foi cobrada. Tendo em vista que a linha 636 foi dividida em duas: 636 (Praça Seca x Saens Peña) e 939A (Gardênia Azul x Tanque). Gostaria de entender o porquê ao fazer uso do 636+BRT+939A a tarifa do segundo ônibus é cobrada? Não era uma linha, que simplesmente foi desmembrada para redução de trajeto? Então por que temos que pagar duas tarifas? O problema não foi só esse. Ao ligar para a central de relacionamentos do Bilhete Único para fazer a reclamação, fiquei escutando "musiquinha" por uns 40 minutos, liguei novamente, escutei "musiquinha" por mais uns 15 minutos e após verificar que sou uma pessoa com muita paciência, decidi desligar, mesmo sem conseguir falar com ninguém da central de relacionamentos para fazer a reclamação sobre o ocorrido.

Alexandra Gouveia

Resposta da Secretaria Municipal de Transportes: A política tarifária do Bilhete Único Carioca (BUC) permite ao passageiro realizar duas baldeações, em 2h30, pagando apenas uma passagem: R\$ 3,80. Caso um dos transportes seja uma alimentadora do BRT, o usuário pode embarcar até três vezes sem custo adicional (alimentadora + ônibus + BRT). Além disso, o BUC vale para integração ônibus-ônibus (R\$ 3,80), ônibus-VLT-ônibus (R\$ 3,80), ônibus-trem (R\$ 5,90) e ônibus-STPL (R\$ 3,80). Ainda não há integração tarifária com o metrô. As linhas alimentadoras são as que ligam o bairro a uma estação de BRT mais próxima. Para facilitar o entendimento dos passageiros, elas são sempre sinalizadas com "A" após o número da linha. Exemplo: 939A. Vale ressaltar que o Bilhete Único Intermunicipal possui outra política tarifária.



REPARO EM QUEBRA-MOLAS

Leio mensalmente o JNB e acompanho a coluna de cartas, porque considero importantes as denúncias que os moradores fazem.

Moro na Rua Iriquitia, na Taquara, e gostaria de pedir o retorno dos profissionais que fizeram o quebra-molas para modificarem a inclinação do mesmo.

A via costuma encher muito no período das chuvas de verão e se a inclinação não favorecer o escoamento da água, nós moradores corremos o risco de ficarmos com nossas casas alagadas. Será um serviço rápido e não custará muito com certeza.

Acredito que o departamento responsável pela implantação destes redutores de velocidade possa tomar uma providência, antes que comecem as fortes chuvas de verão. Aproveito também para sugerir a pintura do quebra-molas.

Antônio Risaer

Resposta da Subprefeitura da Barra e Jacarepaguá: A equipe responsável pela execução dos quebra-molas esteve no local para examinar e verificou que está tudo certo. Segundo os técnicos, a inclinação está correta. Falta a pintura que será feita em breve. **Nota JNB:** Até o fechamento desta edição, a pintura do quebra-molas foi realizada.

Colégio Servita Nossa Senhora Rainha dos Corações

Desde 1927, educando com amor, competência e qualidade.

Sob a direção das Irmãs Servas de Maria do Brasil, fiel aos princípios o Evangelho e ao legado de sua fundadora, Madre Maria Cecília, o Colégio Rainha oferece à comunidade de Jacarepaguá e região o melhor da educação no ensino infantil, fundamental e médio, em qualidade e infra estrutura, com:



**Espaços amplos,
ideais tanto para
interatividade
quanto para o
aprendizado
individual ;**



**Ambientes
confortáveis
e acessíveis,
facilitando
o caminhar
pedagógico;**



**Proposta pastoral
dialogal, que abrange
os valores religiosos e
cidadãos baseados no
respeito mútuo;**



**Projeto pedagógico
abrangente, que
contempla valores
acadêmicos de
qualidade;**



**Atendimento
pessoal e dialogal,
cujas propostas de
parceria família-escola
promove a verdadeira
educação.**



Sendo uma das mais antigas Instituições de Ensino de Jacarepaguá, o COLÉGIO RAINHA conserva a sua principal característica: a de oferecer uma educação de qualidade, a serviço da formação integral da criança, do adolescente e do jovem.

**www.servita.com.br www.colegiorainha.com.br
(21) 3392-0284 • (21) 3392-7102 • (21) 3392-8588**