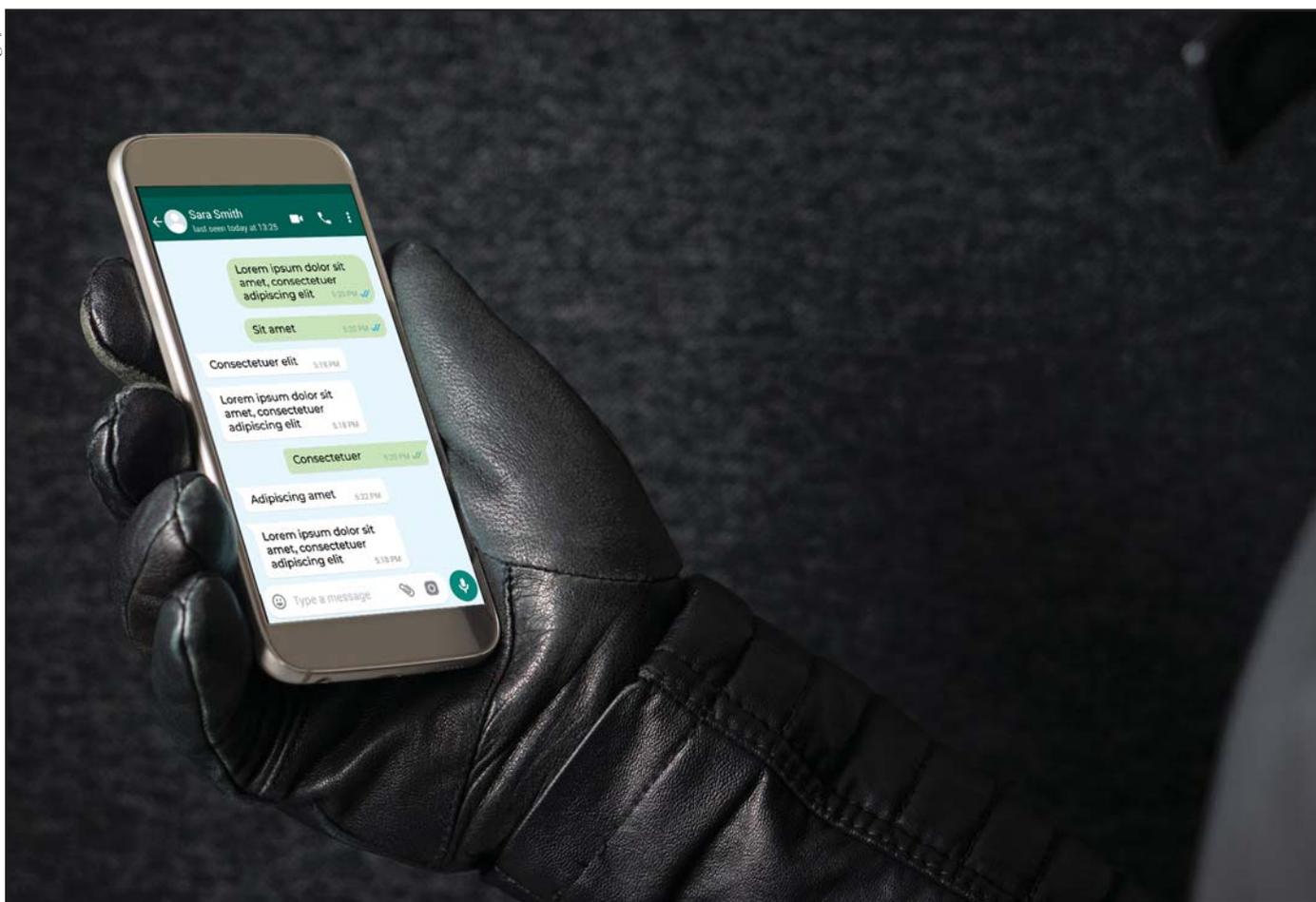


Clonagem de WhatsApp

A clonagem de WhatsApp tem feito cada dia mais vítimas no Brasil. A nova modalidade de golpe visa extorquir a rede de contatos dos usuários do aplicativo e tem causado transtornos a muitas pessoas. Fique por dentro das dicas de segurança e descubra como evitar que a sua conta seja acessada por criminosos.

| **Página 8**

Foto: Internet / Divulgação



Saúde

Conselho Regional de Medicina divulga o que é verdade e o que é mentira a respeito do Coronavírus.

| **Página 19**

Segurança

Programa Rio + Seguro da prefeitura é inaugurado na Taquara.

| **Página 11**

Espaço Pet

Mosquito Aedes aegypti pode transmitir grave doença aos pets.

| **Página 27**

UMA NOVA POTÊNCIA NA EDUCAÇÃO

GAU AGORA É **zerohum** colégio - curso
voce em 1º lugar

APROVEITE OS MAIORES DESCONTOS!

MELHORE AS OPORTUNIDADES DO SEU FILHO!!!

- EDUCAÇÃO INFANTIL
- FUNDAMENTAL I & II
- ENSINO MÉDIO

MANHÃ
TARDE
INTEGRAL

MATRÍCULAS ABERTAS!!!

TURMAS PREPARATÓRIAS

- PRÉ-VESTIBULAR → ENEM → UERJ
- PRÉ-MILITAR
OFICIAL FUNDAMENTAL (COLÉGIO NAVAL - EPCAR)
OFICIAL MÉDIO (AFA - EFOMM - ESPCEX)
- PRÉ-VESTIBULAR → ENEM → UERJ
- PRÉ-MILITAR
SARGENTOS (ESA - EEAR)

QUALIDADE A PREÇO JUSTO

RUA GEMINIANO GÓIS, 1130
FREGUESIA

WWW.COLEGIOCURSOZEROHUM.COM.BR (21) 3269-5241 (21) 3795-6278 (21) 99997-2679 (21) 99630-5306



SISTEMA INTERCLINICAS

DE SERVIÇOS MÉDICOS LTDA

EXAMES COM DESCONTOS

SEU EXAME POR UM PREÇO JUSTO



O Sistema Interclínicas, através da Guia Rosa, oferece exames com preços acessíveis em mais de 150 locais de atendimento no Rio de Janeiro e Baixada Fluminense.

MAMOGRAFIA DE ALTA RESOLUÇÃO | TOMOGRAFIA COMPUTADORIZADA | VECTOELTRONISTAGMOGRAFIA
PROVA DE FUNÇÃO PULMONAR | PUNÇÕES (MAMA, TIREÓIDE) | LABORATÓRIO DE ANÁLISES | TILT TESTE |
EXAMES OFTALMOLÓGICOS | RESSONÂNCIA MAGNÉTICA | PET-TC | ELETRONEUROMIOGRAFIA | ELETRO-
ENCEFALOGRAMA | ERGOMETRIA | CINTILOGRAFIA NUCLEAR | TIMPANOMETRIA | HISTEROSCOPIA |
PENISCOPIA | MAPEAMENTO CEREBRAL | ENDOSCOPIA DIGESTIVA | PERFIL BIOFÍSICO FETAL | DOPPLER-
FLUXOMETRIA | CORE BIOPSY | RETOSSIGMOIDOSCOPIA | RADIOLOGIA EM GERAL | AUDIOMETRIA |
DENSITOMETRIA ÓSSEA | VULVOSCOPIA | COLPOSCOPIA | HOLTER / MAPA | ESPIROMETRIA |
COLONOSCOPIA | TESTE ALÉRGICO | ECOCARDIOGRAFIA | ULTRA-SONOGRAFIA | CONSULTAS |
CARDIOTOCOGRAFIA | POTENCIAL EVOCADO | ELETROCARDIOGRAFIA

Retire sua Guia Rosa gratuitamente na sede da empresa, de segunda à sexta, de 9h às 17h.

AV. NELSON CARDOSO, 795 - SALA 411 - TAQUARA

DEPOIMENTOS

"Usei o Guia Rosa e tive um super desconto. Foi imprescindível para conseguir realizar a cirurgia bariátrica da minha irmã! Super recomendo e agradeço pela existência do projeto que ajuda tantas pessoas. Acho que deveria ser estendido para todo o Brasil!"

"Usei o Guia Rosa em um exame de R\$ 1.000,00 e paguei R\$ 500,00! Excelente! Recomendo."

"Eu já fiz o pedido de ressonância magnética para minha mãe pela Guia Rosa, e o valor, que seria R\$ 900,00 ficou por R\$ 450,00, assim como outros exames. Indico para amigos e familiares também." Rute DuLoren

Já usei e super indico. Facilita para quem precisa. Obrigada por essa facilidade." Luciana de Medeiros

"Minha mãe fez uso. Sempre compartilho com as pessoas que precisam." Danuzia Horencio

DEPOIMENTOS

Se preferir, acesse nosso site e imprima sua Guia Rosa em uma folha de papel A4 Rosa.

* Oferecemos um serviço diferenciado em que o principal beneficiado é o paciente.

WWW.SISTEMAINTERCLINICAS.COM.BR

3473-8621 | 2435-7849 | 3420-5291 | 2035-3218

99951-5928

GUIA ROSA

GUIA.ROSA

Editorial

STELLA WALLITER E ALESSANDRA NUNES

Atenção redobrada

A clonagem do WhatsApp se tornou um dos golpes mais comuns da atualidade. Criminosos invadem contas de usuários do aplicativo de mensagens para tentar extorquir a rede de contatos. Saiba como proceder caso seja uma vítima (página: 8). A segurança é sempre um tema de destaque para o bem-estar da população. Moradores e comerciantes da Taquara comemoram a chegada do programa Rio + Seguro no bairro (página: 11).

Em homenagem ao mês da Mulher, uma cartilha foi lançada pelo Senado Federal visando atrair a atenção de adolescentes para o combate à violência contra a mulher, o texto é baseado na Lei Maria da Penha (página: 9). A prevenção é sempre o melhor remé-

dio. Baseado nisso, o Governo Federal antecipou a Campanha de Vacinação contra a gripe para este mês, com o intuito de facilitar o diagnóstico de Coronavírus (página: 19). Aproveite também para se informar sobre as verdades e mentiras acerca da nova doença (página: 19).

O preenchimento da declaração do Imposto de Renda deverá ser feito até o dia 30 de abril. O programa já se encontra disponível para download no site da Receita Federal (página: 14). Para aliviar as tensões, confira as atrações da agenda cultural, que neste mês traz Fabio Júnior, Alcione e Belo, no Espaço Hall; e Sandra de Sá, no Teatro Sesi Jacarepaguá (página: 22). Boa leitura!

Expediente

NOSSO BAIRRO
Jacarepaguá
www.nossobairro.net

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

Ano XII - Edição 151 - março/2020

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

Redação
Alessandra Nunes
redacao@nossobairro.net

Financeiro
Maristella Alves
adm@nossobairro.net

Diagramação
Leonardo C. Costa
diagramacao@nossobairro.net

Colunistas e Colaboradores
Claudio Sameiro, Fátima Guerra, Flávio Chame, Leandro Costa, Malu Rodrigues e Maria Helena dos Santos

Publicidade / Comercial
comercial@nossobairro.net
Tel./fax: (21) 3627-7945 / 2440-4549

LOGÍSTICA / CIRCULAÇÃO
Coordenador: Ernani Matos
circulacao@nossobairro.net
Assistente: Adilson Santiago

Distribuição Gratuita
Tel: (21) 2440-4549 / (21) 98849-4144

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.

Impressão:
Parque Gráfico do Jornal O Globo
comercialpg@infoglobo.com.br

Nossa missão

O **Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá** surgiu 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, por meio da transmissão das informações, melhorar a qualidade de vida dos moradores da Baixada de Jacarepaguá.

JORNAL FILIADO |



ADJORI-RJ
ASSOCIAÇÃO DOS DIRETORES DE JORNAL DO INTERIOR DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

A REFORMA DA PREVIDÊNCIA ESTÁ TIRANDO SEU SONO?

A HEL PREVI INSS PODE AJUDAR VOCÊ

Desde o dia 12 de novembro, o Brasil passou a contar com uma nova previdência social

A Emenda Constitucional 103/2019, a chamada Reforma da Previdência, trouxe muitas novidades e um novo modelo de Previdência Social para o Brasil.

Saiba o que mudou, entenda como anda sua situação perante o INSS e descubra o que você precisa fazer para obter a tão sonhada aposentadoria.

A Hel Previ é uma assessoria que conta com uma equipe de profissionais especializados na área da Previdência Social que podem ajudar você a conquistar a tão sonhada aposentadoria.



Fazemos também estudo previdenciário, acerto de CNIS e recursos administrativos.

Não perca tempo, ligue já 3900-9849. Agende seu atendimento.

Acesse nosso site www.helpreviinss.com.br



Economia & Finanças

CLAUDIO SAMEIRO

PERITO CONTÁBIL

PROFESSOR NA UVA E UNISUAM

CONTADOR@CLAUDIOSAMEIRO.COM / 98905-0020 (WHATSAPP)



Regras para o preenchimento da declaração do IR 2020

Depois da folia do Carnaval, é hora de encarar o Leão. A expectativa da Receita Federal do Brasil é a de que sejam entregues 32 milhões de declarações de imposto de renda neste ano. A declaração de ajuste anual do IRPF 2020 deve ser enviada à Receita Federal entre os dias 2 de março e 30 de abril. Uma novidade deste ano é que, por falta de previsão legal, não será possível a dedução do valor pago a título de contribuição previdenciária patronal referente ao salário do empregado doméstico. A obrigatoriedade de entrega será para pessoas físicas que, durante o ano de 2019, estiveram sujeitas a pelo menos uma das situações a seguir:

- (1) tiveram renda tributável total superior a R\$ 28.559,70, ou
- (2) receberam rendimentos isentos, não tributáveis ou tributados exclusivamente na fonte, cujo total foi superior a R\$40 mil, ou
- (3) realizou alienação de bens e direitos com apuração de ganho de capital, ou
- (4) realizou operações em bolsas de valores, de mercadorias, de futuros e assemelhadas, ou
- (5) teve a posse ou propriedade de bens ou direitos, em 31/12/2019, com montante superior a R\$300 mil, ou
- (6) passou à condição de residente no Brasil e encontrava-se nesta situação em 31 de dezembro, ou
- (7) realizou atividade rural obtendo receita bruta superior a R\$142.798,50, ou pretenda compensar, em 2019 ou anos posteriores, prejuízos de anos anteriores ou do próprio ano de 2019, ou
- (8) tenha optado pela isenção do IR incidente sobre o ganho de capital obtido na venda de imóveis residenciais, cujo dinheiro da venda seja usado para comprar outro imóvel residencial no Brasil, no prazo de 180 dias a partir do contrato de venda.

Caso o leitor desta edição se enquadre em uma destas situações, deverá enviar sua declaração no modelo simplificado ou completo. No simplificado, o contribuinte conta com um desconto de 20% sobre as rendas tributáveis, mas limitada a R\$16.754,34. Na declaração completa, podem ser feitas deduções com despesas de saúde, como médicos, dentistas, e exames laboratoriais, por exemplo. Despesas com educação estão limitadas a R\$3.561,50 por beneficiário. Cursos livres e de idiomas estão fora. A declaração enviada logo no início de março, sem problemas de preenchimento, poderá ser restituída mais cedo, caso tenha este direito. Então não deixe para enviá-la em cima da hora. Os idosos, deficientes físicos e portadores de doenças graves possuem prioridade na restituição. Caso a declaração seja entregue fora do prazo, o contribuinte deverá pagar uma multa de no mínimo R\$ 165,74 e no máximo de 20% do imposto devido. A multa é aplicada mesmo para quem tem valor a restituir. Atenção na hora do preenchimento. Qualquer inconsistência ou erro poderá levar sua declaração para a malha fina.

O programa para preenchimento da declaração IRPF2020 pode ser baixado no site www.receita.economia.gov.br. Aconselho que você procure ajuda de um contador, caso tenha alguma dificuldade no preenchimento ou envie um e-mail para contador@claudiosameiro.com.

Concursos Literários são destaques em Jacarepaguá



Foto: Colégio GAU

Estudantes premiados no concurso de redação Amazônia Azul em 2019

A Academia Madureirense de Letras realizará neste ano o seu 9º Concurso de Poesias. O tema será livre e abrangerá três categorias: infantil (até 12 anos); juvenil (de 13 a 20 anos) e adulto (acima de 20 anos). Os interessados em participar poderão enviar a partir de junho os seus trabalhos via internet de acordo com o regulamento que será divulgado em maio no site da Academia Madureirense de Letras. O resultado do concurso acontecerá em outubro.

Uma das novidades de 2020 é a introdução de mais dois troféus como estímulo à produção textual: o do **Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá** e o da editora XYZ, que serão divulgados em maio no site do JNB. Ainda como motivação, alguns escritores realizarão palestras incentivadoras nas instituições de ensino. Entre eles estão Marcelo de Jesus (autor do livro Se-

mente do Sucesso), Emmanuel Cavalcanti e Luiz Fernando.

Ainda como destaque literário, haverá o concurso “Amazônia Azul”, que é uma parceria entre a Marinha do Brasil e a Academia Irajaense de Letras e Artes (AILA). O tema poderá ser escrito em qualquer gênero literário: poesia, crônica etc. A Academia Brasileira de Letras também apoiará o evento cujo regulamento será divulgado em breve no site da Marinha do Brasil e da AILA.

Em 2019, o Colégio GAU foi agraciado com o “Espaço da Marinha” em cada uma de suas unidades pelo trabalho realizado por seus alunos. Esse espaço refere-se a livros doados pela Marinha sobre temas relacionados ao mar. A expectativa da instituição de ensino é premiar mais escolas, ampliando cada vez mais o número de jovens escritores.

NOSSO BAIRRO
Jacarepaguá
www.nossobairro.net

CORRETORES EM JACAREPAGUÁ

AUMENTE A SUA RENDA MENSAL

O Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá está aceitando corretores (autônomos ou PJ) para venda de publicidade. Comissão de 20% (vinte por cento) mais prêmio de produtividade e BV.

ENVIAR HISTÓRICO PROFISSIONAL PARA
comercial@nossobairro.net



CHÂTEAU RAQUEL

RÉSIDÊNCIAS ARAGUAIA

**FINANCIE 90% DO SEU IMÓVEL COM O SANTANDER,
PAGUE APENAS 10% DE ENTRADA COM TAXA IMPERDÍVEL.***

FOTO DO LOCAL



**MORE NO
ENDEREÇO
MAIS NOBRE DA
FREGUESIA.**

**4 E 3 QUARTOS
COM SUÍTE**
+ WC de empregada
+ varanda com churrasqueira gourmet

**COBERTURAS DÚPLEX DE
6,5 E 4 QUARTOS COM ATÉ TRÊS SUÍTES**
+ WC de empregada
+ terraço com piscina e churrasqueira

Até 3 vagas • Lazer completo • Segurança 24 horas

**DESCUBRA UM NOVO
ESTILO DE VIDA.**



||| PISCINA ADULTO COM RAIA E PISCINA INFANTIL



||| SALÃO DE FESTAS GOURMET
COM LOUNGE EXTERNO



||| MINIQUADRA RECREATIVA

**VISITE O DECORADO.
VOCÊ VAI SE ENCANTAR.**



Foto decorado

**Piscina Adulto com Raia • Piscina Infantil • Bar da Piscina • Churrasqueira • Spa e Sauna • Salão de Festas Gourmet com Lounge Externo
Cinema • Play Kids e Play Teen • Game Room • Fitness • Miniquadra Recreativa • Espaço Zen • Pet Place**

VISITE O DECORADO
RUA ARAGUAIA, 1111
FREGUESIA
chateauraquelfreguesia.com.br



3539-6100 2070-6100

*Condições por tempo limitado. As imagens que compõem o material publicitário são meramente ilustrativas, podendo sofrer alterações de cor, formato, textura, posicionamento, metragem, acabamento, quantidade, etc. As especificações estão contidas no Memorial Descritivo. A decoração, equipamentos, mobiliários e paisagismo são apenas sugestões, não fazendo parte das obrigações da entrega do imóvel. Os dados técnicos também poderão sofrer adaptações, de acordo com eventuais exigências dos órgãos públicos existentes. A vegetação que compõe o paisagismo retratado nas perspectivas é meramente ilustrativa e apresenta porte adulto para referência. Memorial de Incorporação prenotado no 9º Ofício do Registro de Imóveis, com número de protocolo 1868070 em 12/06/2019. Autor do projeto de arquitetura: Marcio Turano Gonçalves Torres - CREA N° 19.323-D 5ª Região. Engenheiro responsável: Ricardo Matos de Lopes Torres Barboza - CREA/RJ:2007143917.



Artigo

ROQUE Z, ADVOGADO, FOI PROFESSOR UNIVERSITÁRIO DE CINCO UNIVERSIDADES, PROFESSOR DA E.S.A. NAS DISCIPLINAS DE DIREITO CIVIL, DIREITO PROCESSUAL CIVIL E DIREITO CONSTITUCIONAL.



Igreja: casa de Deus e não da política

Foto: Intener / Divulgação



A igreja é uma das maiores instituições e o principal centro de caridade e educação do mundo. Dentro dela surgiram as melhores diretrizes e exemplos que norteiam a humanidade. Não devemos permitir que nossas igrejas envolvam-se com política partidária, justamente para que elas não percam prestígio e credibilidade. Todas as igrejas não possuem fins lucrativos, daí a correta e acertada isenção do pagamento de tributos e a necessidade do dízimo ou de uma oferta de gratidão doada por trabalho ou dinheiro. Nunca deixe de frequentar uma igreja,

mesmo que seu representante viole o seu sagrado ofício, pois muito em breve essa violação será rigorosamente cobrada. Não maltrate e nem se afaste de sua igreja por não concordar com a sua liderança. Lembre-se de que podemos não gostar do comandante do avião, mas não devemos desejar a sua queda, que causaria a morte de todos. Nossas igrejas bem dirigidas serão frequentadas por milhares de fiéis, que acreditam na palavra de Deus, que têm a capacidade de jorrar, em abundância, o principal mandamento, que é o amor entre as pessoas.

Escolas já podem se inscrever na 16ª edição da Obmep



Foto: Divulgação / Intener

As inscrições para a 16ª Olimpíada Brasileira de Matemática das Escolas Públicas (Obmep) seguem abertas até o dia 20 de março. A competição é destinada a estudantes do 6º ano do ensino fundamental à 3ª série do ensino médio.

As escolas deverão realizar a inscrição dos estudantes no site da www.obmep.org.br. A Olimpíada é realizada pelo Instituto de Matemática Pura e Aplicada (IMPA)

e promovida pelos ministérios da Educação e da Ciência, Tecnologia, Inovações e Comunicações. A Sociedade Brasileira de Matemática (SBM) também apoia a competição.

Criada em 2005, a Obmep tem o objetivo de estimular o estudo da matemática, identificar jovens talentos na área e contribuir para a melhoria da educação básica.

Fonte: Agência Brasil.



Receba o **Jornal Nosso Bairro Jacarepaguá** no seu whatsapp



Mensal e gratuito

Envie-nos uma mensagem dizendo "Quero receber"

(21) 98849-4144

Envie também suas sugestões de pauta e fotos dos problemas do bairro.

CARNAVAL NOTA 10 EM HARMONIA, ORGANIZAÇÃO E SEGURANÇA



O secretário Felipe Michel acena para os foliões

Este ano fui escalado para ser o técnico do maior “campeonato” que já disputei – a megaoperação do maior carnaval do país. O prefeito Marcelo Crivella deu à Secretaria Municipal de Eventos a responsabilidade de fazer todo o planejamento do carnaval carioca.

Durante 50 dias, foram 387 blocos e 441 desfiles (alguns saíram mais de uma vez). Encarei a missão dada em cima da hora como um desafio e mergulhei de cabeça nele. Coordenei todas as reuniões de planejamento de ações, que aconteciam semanalmente, com análise de bloco por bloco. Confesso que fiquei muito orgulhoso de toda a equipe da Prefeitura e do Governo do Estado, que deu as mãos em prol de um único objetivo: proporci-

onar um carnaval seguro e organizado para cariocas e turistas. Estas reuniões foram importantíssimas, pois ali os problemas eram colocados e pré-resolvidos por cada órgão: Comlurb, Guarda Municipal e Polícia Militar. Todos os servidores envolvidos, que têm vasta experiência no assunto, colocavam as questões que deram errado em outros anos e apresentavam soluções. Sem dúvida, o grande sucesso deste carnaval foram as barreiras de segurança instaladas pela

primeira vez nos megabloques do Centro. A ideia surgiu em uma dessas reuniões, tirando como modelo as do carnaval de rua de Salvador. Mas faltava verba, a Prefeitura não tinha como bancar. Foi aí que tive a iniciativa de chamar para uma reunião os produtores dos sete megabloques que iriam desfilar. Juntos, chegamos a um consenso. Eles gostaram da proposta e buscaram o apoio dos próprios patrocinadores. O resultado? Um golaço!

Foram 24 pontos de bloqueio, onde a PM e a Guarda Municipal atuavam juntas, impedindo a entrada de ambulantes não cadastrados pela Prefeitura e de objetos que pudessem oferecer perigo aos foliões, como garrafas de vidro, spray e gás. Esta proibição foi amplamente divulgada e funcionou. A Comlurb não recolheu nenhuma garrafa de vidro na área interna dos megabloques e não houve nenhum atendimento médico causado por cortes.

Outras novidades foram a criação do Comitê de Operação de Carnaval, também chamado de Cocar, que funcionou dentro do Centro de Operações da Prefeitura, com a participação de representantes de todos os órgãos envolvidos, e o uso da tecnologia. Drones e um mochilink operados por agentes da

Secretaria de Eventos mandavam imagens em tempo real para o Comitê, ajudando nos flagrantes de qualquer problema e proporcionando uma rápida ação.

Além de comandar os blocos e megabloques, também fui o responsável pelos 77 palcos espalhados pela cidade, que resgataram aqueles antigos carnavais. Três milhões de pessoas de várias gerações curtiram a folia sem sair do seu bairro. Só na região de Jacarepaguá, tivemos festa na Taquara, Curicica, Pechincha, Tanque e Freguesia.

A decisão de multar os blocos não autorizados pela RioTur também contribuiu para que o planejamento fosse seguido. É claro muitos insistiram em desfilar, mas o número teria sido bem maior se tivéssemos fechado os olhos para esta irregularidade. O assunto gerou polêmica, mas foi uma conquista e um primeiro passo para que o carnaval de rua seja cada vez mais organizado.

Termino esta maratona carnavalesca cansado, pois acompanhei cada momento desta megaoperação, mas muito satisfeito e certo de que este é um legado que deixaremos para os próximos carnavais.

felipemichel.rj@gmail.com

[@felipemichelrj](#) (redes sociais - Facebook e Instagram)

Cresce no Brasil o crime de clonagem de WhatsApp

Os usuários de WhatsApp que possuem cadastro em websites de venda de produtos como OLX, Mercado Livre, Amazon, entre outros, devem ficar atentos. Isso porque uma modalidade de golpe que leva a clonagem do aplicativo tem crescido nos últimos anos e está causando prejuízo a muitas pessoas.

Uma pesquisa feita pela empresa de cibersegurança PSafe estima que, por dia, cerca de 23 pessoas sejam vítimas dessa modalidade de golpe no País. O desconhecimento da população com relação às normas básicas de segurança do WhatsApp faz com que muitas pessoas, inocentemente, repassem o código de autenticação do aplicativo para criminosos e tenham sua conta clonada.

Como ocorre o golpe

O golpista consegue acessar os dados e cadastra indevidamente o número de telefone do usuário em outro aparelho e envia um SMS com um código de liberação de acesso para o celular da vítima. Após isso, ela é induzida sob algum argumento relevante a fornecer esse código ao hacker e, quando o informa para o cibercriminoso, a sua conta de WhatsApp é bloqueada e o APP clonado.

Com o livre acesso ao WhatsApp da vítima, o hacker começa a se passar por ela enviando mensagens a sua rede de contatos pedindo empréstimos de dinheiro ou fazendo chantagens.

Prevenção é o melhor remédio

O código de liberação de acesso do WhatsApp jamais deverá ser informado a terceiros. Além disso, para aumentar a segurança da conta, é aconselhável ativar a autenticação em duas etapas disponível no próprio aplicativo em: Configurações > Contas > Confirmação em duas etapas. Tal procedimento fará com que o usuário crie um código de 6 dígitos que será solicitado de vez em quando e inibirá a clonagem por código SMS, por exemplo. No cadastro, é importante informar um endereço de e-mail vinculado à conta do WhatsApp para garantir o acesso em caso de esquecimento da senha.

Já para aqueles que recebem mensagens de amigos ou familiares solicitando empréstimo, o ideal é que não saia realizando depósitos bancários sem antes confirmar por outro meio de comunicação com a pessoa se realmente a mensagem é dela.

Recuperação de uma conta clonada

Primeiramente a vítima deve entrar



Foto: Interfer / Divulgação

em contato com a operadora do telefone e pedir a suspensão temporária da linha. Depois, se dirigir a uma loja autorizada da empresa e solicitar a transferência do número para um novo chip, o que é feito na mesma hora.

Em seguida, enviar um e-mail para support@whatsapp.com informando no corpo da mensagem o número telefônico em formato internacional (+55 xx 9xxxx xxxx),

o nome do usuário, acompanhado da seguinte frase: "Perdido/Roubado: Por favor, desative minha conta".

O perfil será suspenso e permanecerá desativado por trinta dias para que o usuário consiga reativá-lo. Após esse período, ele será apagado definitivamente. Depois que a linha estiver ativa outra vez, o WhatsApp deverá ser reinstalado e a conta configurada. NB



VENHA PARA O

ZERO DUVIDA

UMA PLATAFORMA DE REFORÇO ESCOLAR VIRTUAL!

DO 4º AO 9º ANO

APROVEITE A GRATUIDADE!

CADASTRE - SE NO NOSSO SITE

WWW.ZERODUVIDA.COM

SEJA UMA ESCOLA PARCEIRA → **21 97027-4851**

Senado lança cartilha sobre a Lei Maria da Penha

A nova cartilha da coleção “Em Miúdos”, do Senado Federal, lançada no mês passado, traz a Lei Maria da Penha como tema.

Tendo especialmente os adolescentes como público-alvo, o texto em forma de história em quadrinhos pretende conscientizar a população mais jovem para o combate à violência contra a mulher.

Com texto de Madu Macedo e ilustrações de Jorge Luis Amorim Junior, a cartilha apresenta um conteúdo que ajuda a identificar as principais formas de violência praticadas contra a mulher, elenca as conquistas trazidas pela Lei Maria da Penha e revela as formas de combate e de denúncia a esse tipo de crime.

A publicação é fruto de uma parceria entre o Senado, a Associação Brasileira das Escolas do Legislativo e de Contas (Abel) e a Câmara Municipal de Pou-

so Alegre (MG). A cartilha custa R\$ 3,00 e pode ser adquirida, sem custo de frete, na Livraria Digital do Senado, pelo site livraria.senado.leg.br.

A Lei 11.340/2006 passou a ser chamada Maria da Penha em homenagem à farmacêutica bioquímica Maria da Penha Maia Fernandes, vítima de violência doméstica praticada durante 23 anos pelo então marido, Marco Antônio Heredia Viveros. Em 1983, por duas vezes ele tentou assassiná-la e a deixou paraplégica. Maria da Penha conseguiu a condenação do agressor na Justiça.

Fonte: Agência Senado



Foto: Intencer / Divulgação

Lei garante amparo à mulher



Foto: Intencer / Divulgação

No mês em que se comemora o Dia Internacional da Mulher, o JNB aproveita para lembrar o público feminino de ficar atento ao que diz a Lei Maria da Penha (Nº 11.340 / 07 de agosto de 2006), que se aplica quan-

do a violência contra a mulher acontece no âmbito doméstico e familiar e lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual, psicológico, moral ou patrimonial.

Amparo legal:

A Lei Maria da Penha garante amparo à mulher que sofre violência doméstica. As denúncias podem ser feitas pela Central de Atendimento à Mulher ou presencialmente na Delegacia Especial de Atendimento à Mulher (DEAM), localizada no Tanque.

Medidas protetivas

I - suspensão da posse ou restrição do porte de armas, com comunicação ao órgão competente, nos termos da Lei no 10.826/ 22 de dezembro de 2003;

II - afastamento do lar, domicílio ou local de convivência com a ofendida;

III - proibição de determinadas condutas, entre as quais:

a) aproximação da ofendida, de seus familiares e das testemunhas, fixando o limite mínimo de distância entre estes e o agressor;

b) contato com a ofendida, seus familiares e testemunhas por qualquer meio de comunicação;

c) frequência de determinados lugares a fim de preservar a integridade física e psicológica da ofendida;

IV - restrição ou suspensão de visitas aos dependentes menores, ouvida a equipe de atendimento multidisciplinar ou serviço similar;

V - prestação de alimentos provisionais ou provisórios.

As medidas protetivas podem ir desde o afastamento do lar até a proibição

de contato, inclusive telefônico, do agressor com a vítima, seus familiares e testemunhas. Mas não é somente a mulher que sofre maus-tratos que pode denunciar. Pessoas próximas da vítima, como vizinhos e amigos, podem ir à delegacia ou ligar para a Central de Atendimento à Mulher do Governo Federal.

Central de Atendimento à Mulher:

180

Deam Jacarepaguá:

Rua Henriqueta, 197, Tanque.

Telefone: 2332-2578


Turismo

Conheça as belas praias de Búzios



É possível passear de barco e praticar esportes na Praia de João Fernandes



A Praia de Geribá é uma das mais famosas de Búzios

O verão termina no dia 20 de março, mas ainda dá tempo de aproveitar a estação mais quente do ano visitando Armação de Búzios, ou simplesmente Búzios, que fica na Região dos Lagos.

A cidade possui praias não muito extensas, sendo a mais espaçosa a Praia de Geribá. São dezenas de opções que atendem a todos os gostos. Aqueles que curtem esportes radicais, duas boas opções são a Praia Brava e a Praia de João Fernandes. Já as praias da Ferradurinha, da Ferradura, dos Ossos e da Armação são mais apropriadas para quem só quer relaxar curtindo um mar calmo. As águas quentes das praias da Tartaruga e de Manguinhos.

Na região também é possível passear de buggy, além de visitar restaurantes especializados em frutos do mar, mas que servem comidas de diversos estilos. Outros pontos turísticos de Búzios são:

Rua das Pedras e Orla Bardot

A aparência da Rua das Pedras relembra os tempos coloniais que se mantém mais forte em meio às festas e animações que ocorrem no local. Ao passear pela via é possível encontrar a Orla

Bardot, onde é possível contemplar esculturas de artistas famosos.

Passeios marítimos

Os passeios de barco e de escuna saem do píer da Orla Bardot e passam por dezenas de praias, algumas com pontos de mergulhos, e seguem até as ilhas da região.

Trilhas que levam às cachoeiras

Búzios possui extensa área verde e, os mais aventureiros podem realizar trilhas disponíveis para todos os gostos e fôlegos, que desembocam em cachoeiras. É importante ir até uma empresa de guia turístico ou buscar informações nos balcões que ficam no centro da cidade. 

Rede hoteleira:

Ferradura Resort
ferradurahotel.com.br

Vila Pitanga Búzios
vilapitanga.com

Pousada Pedra da Laguna
pedradalaguna.com.br

Pérola Búzios Hotel
perolahoteis.com.br

Pousada Corais e Conchas
coraiseconchas.com.br

La Bohème Hotel y Apart Hotel
labohemebuzios.com

Casas Brancas Boutique Hotel & Spa
casasbrancas.com.br

Chez Pitu Praia Hotel
chezpitu.com.br

Pousada Alto Ferradura
altoferradura.com.br

Taquara recebe Rio + Seguro

O projeto Rio + Seguro foi inaugurado na Taquara, no dia 19 de fevereiro, pela Prefeitura do Rio.

Na ocasião, o prefeito Marcelo Crivella destacou que o objetivo do novo projeto é reduzir a criminalidade por meio de um trabalho conjunto. “É uma ação integrada, não só com a presença do guarda municipal e do policial militar, como também a prefeitura fazendo todos os reparos na cidade, o que de certa forma traz uma sensação de segurança maior”, explicou Crivella.

O novo núcleo do Rio + Seguro conta diariamente com 60 agentes, entre guardas e policiais militares. A base operacional está localizada em um espaço do horto municipal da Taquara, de onde sairão duas viatu-

ras e duas motocicletas para realizarem o patrulhamento. As equipes trabalharão com câmeras de segurança individuais fixadas nas fardas e as imagens captadas serão enviadas em tempo real a uma central de controle. O primeiro bairro da região a receber o novo módulo foi a Freguesia, no dia 22 de janeiro deste ano. A previsão da Secretaria de Ordem Pública é a de que até o final de abril, o Rio+Seguro seja implantado também no Pechincha, no Tanque e na Praça Seca. O projeto já existe desde 2017 em Copacabana e Leme e já efetuou mais de 980 prisões e 520 apreensões de crianças e adolescentes em flagrante. 



Fotos: Internet / Divulgação

Equipe perfilada durante lançamento do Rio+Seguro na Taquara



Super meia

UCI NEW YORK CITY CENTER

UCICINEMAS.COM.BR   

DESCONTOS EXCLUSIVOS UCI UNIQUE

De segunda a quarta,
a melhor meia entrada
da cidade no

UCI NEW YORK CITY CENTER

10⁰⁰ | meia 2D
inteira R\$ 20

11⁰⁰ | meia 3D
inteira R\$ 22

11⁵⁰ | XPLUS 2D
inteira R\$ 23

13⁰⁰ | XPLUS 3D
inteira R\$ 26

PROMOÇÃO SUPER MEIA não cumulativa, válida de segunda a quarta, exceto feriados e vésperas de feriados, por tempo limitado, somente no UCI NEW YORK CITY CENTER apenas para quem tem direito a meia entrada comprovada. Sobre esses valores pode incidir desconto de R\$1 para clientes registrados no programa UNIQUE. Poltronas SuperSeat: acréscimo de R\$ 2,00 na meia-entrada e R\$ 4,00 na inteira. Esta promoção pode ser cancelada a qualquer momento. Não vale para salas IMAX, De Lux e 4DX. Não vale para os cinemas UCI Kinoplex NorteShopping e UCI ParkShopping Campo Grande.

Dicas de Concursos

Fundação Estatal de Saúde de Niterói

A Fundação Estatal de Saúde de Niterói (FeSaúde) objetiva contratar 783 profissionais por meio de concurso público. As oportunidades são para os níveis fundamental, médio, técnico e superior, nos seguintes cargos: agente comunitário de saúde (253); analista administrativo (12); assistente administrativo (19); assistente social (16); auxiliar de saúde bucal (21); cirurgião dentista (25); contador (2); educador físico (1); enfermeiro (114); farmacêutico (7); fisioterapeuta (3); fonoaudiólogo (5); médico (106); médico ginecologista/obstetra (3); médico pediatra (3); médico psiquiatra (20); músico terapeuta (4); nutricionista (1); psicólogo (29); sanitário (3); técnico de enfermagem (124); técnico de saúde bucal (3); e terapeuta ocupacional (9).

Os selecionados receberão salário que varia de R\$ 1.317 a R\$ 13.800, com jornada de trabalho de 24 a 40 horas semanais. As inscrições deverão ser feitas pelo site: www.coseac.uff.br/concursos/fesaude/2020 até às 12 horas do dia 26 de março. As taxas de inscrição são de R\$ 50, R\$ 70 e R\$ 100.

Prefeitura de Itaguaí

A Prefeitura de Itaguaí (RJ) anunciou no mês passado a abertura de concurso público destinado a prover vagas e formar cadastro reserva para atuação na Fundação Centro Estadual de Estatísticas, Pesquisas e Formação de Servidores Públicos.

As oportunidades são para 754 cargos: almoxarife; auxiliar de educação infantil (22); auxiliar de serviços escolares (50); cozinheiro (60); inspetor de alunos (35); técnico de segurança do trabalho; agente de trânsito; agente fiscal de tributos; fiscal de meio ambiente; fiscal de obras; fiscal de serviços concedidos; guarda municipal; secretário escolar. Já para o nível superior são: advogado; arquiteto; engenheiro civil; orientador educacional (18); supervisor educacional (12) e professor de: educação infantil (424); artes (9); ciências físicas e biológicas (20); educação física (18); geografia (11); história (15); letras - língua portuguesa (30); língua inglesa (6); matemática (24).

A carga horária varia de 16 a 40 horas semanais e a remuneração de R\$ 1.126,91 a R\$ 16.171,50. As inscrições deverão ser realizadas até o dia 17 de março pelo site: portal.ceperj.com.br/edital/ver/1. A taxa é de R\$ 60 a R\$ 120.



Representantes das Adjoris se reúnem em defesa da mídia regional



Diretoria das Adjoris e parlamentares

Presidentes das associações estaduais de jornais do interior e da Adjori/Brasil se reuniram em Brasília no dia 18 e 19 de fevereiro para debaterem a respeito da democratização da comunicação no País e de uma melhor relação entre o governo e a imprensa.

Na ocasião, o presidente da Adjori Brasil e do Rio de Janeiro, Paulo César Caldeira, abordou a necessidade da sobrevivência dos jornais regionais, assim como a criação de uma frente parlamentar que defenda os mesmos.

No primeiro encontro os diretores das Adjoris reuniram-se com o deputado federal e secretário da Secom (Secretaria de Comunicação Social) da Câmara Federal Fabio Schiochet (PSL-SC). Na sequência uma audiência com os deputados federais Rogério Peninha Mendonça (MDB-SC), Carlos Chiodini (MDB-SC) e do senador Dário Berger (MDB-SC). Ao ouvirem a exposição feita pelas entidades, os parlamentares, perceberam que estes jornais exercem um papel fundamental para a comunicação entre o poder público com a sociedade. O deputado Peninha sugeriu a criação imediata de uma frente parlamen-

tar em defesa da mídia regional, enquanto o presidente Paulo Cesar Caldeira expressou a importância da criação de mecanismos para melhor aproximação entre os governantes e a imprensa que atua fora das capitais. "Somos os maiores jornais dos médios e pequenos municípios brasileiros", argumentou Caldeira.

Na manhã do dia 19, os diretores da Adjori/RJ foram recebidos pelos deputados: Chiquinho Brazão (Avante-RJ), Áureo (Solidariedade-RJ), Christino Áureo (PP-RJ), Alessandro Molon (PSD-RJ), Otoni de Paula (PSC-RJ), Vinícius Farah (MDB-RJ) e Felício Laterça (PSL-RJ), que se colocaram à disposição para colaborar no processo de fortalecimento da mídia regional. Estiveram presentes nos encontros representantes das Adjoris dos estados: Santa Catarina, Paraná, São Paulo, Rio de Janeiro e Espírito Santo.




Artigo

FLAVIO CHAME BARRETO É ESCRITOR, BIÓLOGO, PROFESSOR E MEMBRO DA ACADEMIA FLUMINENSE DE LETRAS. É POETA, ROMANCISTA E AUTOR DE VÁRIOS LIVROS NAS ÁREAS DA EDUCAÇÃO, BIOLOGIA E INFORMÁTICA.



O aprendizado se relaciona com memória e com a emoção?

No último artigo descrevi como a neurociência já comprovou que quanto maior é o impacto emocional causado pelo fenômeno visualizado, geralmente, maior será a solidificação da informação na memória por um longo prazo.

São “guardados” nesse tipo de memória basicamente dois tipos de armazenamentos mais consistentes, um seria episódico e o outro semântico. O primeiro seria o registro de experiências pessoais e acontecimentos, geralmente, associado com pessoas, eventos em um lugar, ou em um tempo particular ou ambos associados. O segundo seria mais semântico, o que inclui o conhecimento apreendido de palavras, idiomas, símbolos, fórmulas, relações entre eles e regras de uso e manipulação destes dados, sem necessariamente estarem associados a lugares ou tempos específicos. Ou seja, o armazenamento episódico estaria relacionado às pessoas e ações e o semântico associado à comunicação, símbolos e significados.

Assim, qualquer memorização de longo prazo, seja ela episódica ou semântica, permite a recuperação da informação mes-

mo depois de décadas dela ter sido armazenada. Logo, é bem pertinente pensar que, em geral, algum componente emocional, margeia a sua construção e solidificação. Isso porque qualquer visão excitante normalmente vem acompanhada de alguma carga emocional, seja ela positiva e feliz ou negativa e triste. Exatamente por essa razão, não é incomum que pessoas que testemunham eventos desse tipo, rapidamente se lembrem deles por anos. Portanto, os bons ou maus modelos de comportamento oferecidos às crianças com bons recheios de emoções podem, inclusive, ser eternizados na memória destes futuros cidadãos. Assim percebemos que todos nós possuímos superpoderes capazes de modificar para melhor a nossa sociedade. Afinal, normalmente somos muito mais observados do que ouvidos pelas crianças.

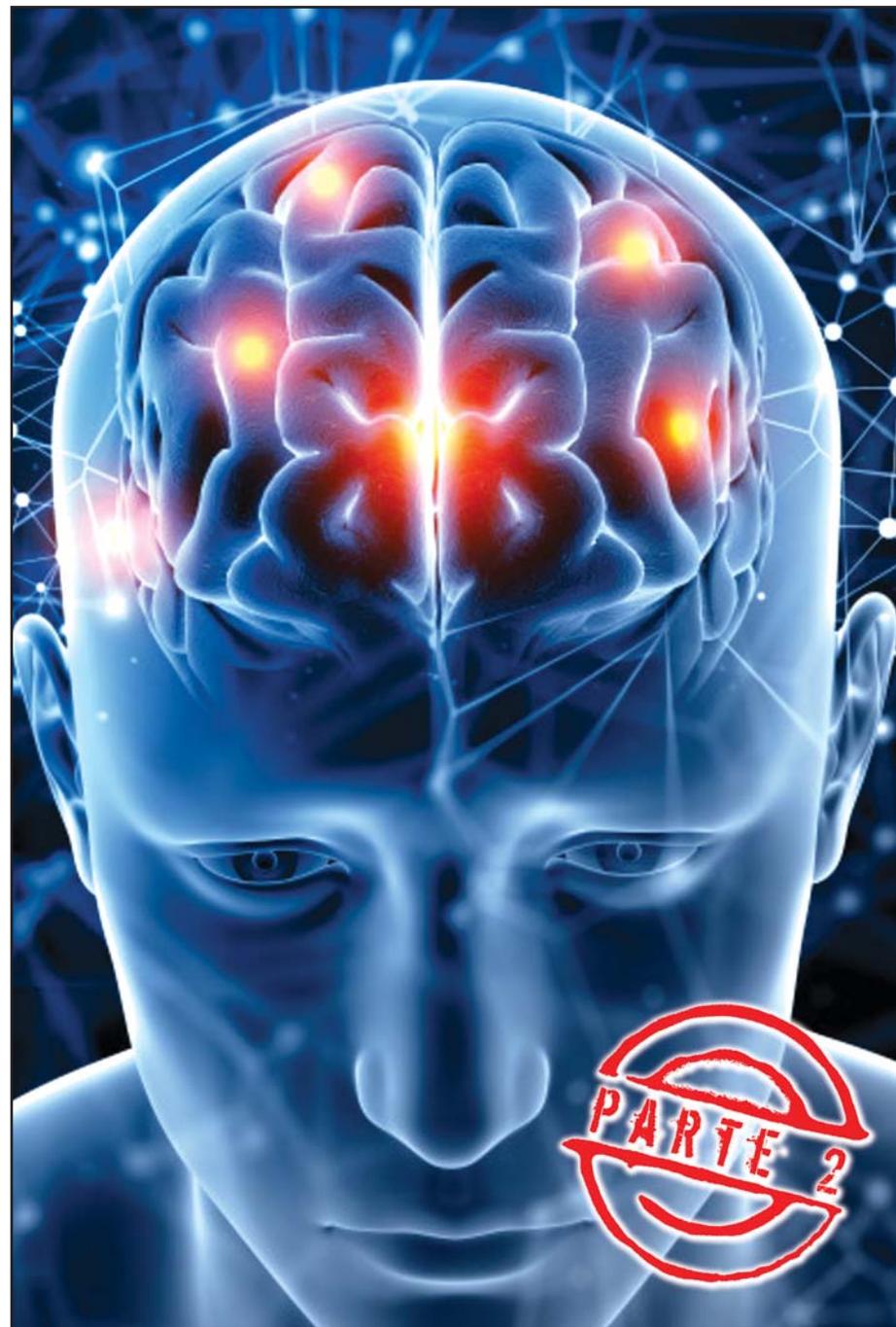


Foto: Internet / Divulgação



• Moda Feminina
 • Plus Size

atelié
25

• Camisaria
 Masculina

www.atelie25.com
 Estrada do Guerengüê 2116, 1B

 96515.1337

 atelié 25
  atelie_25

Dia da Água ressalta a importância da sua preservação

Com o intuito de promover reflexões para evitar a má utilização dos recursos hídricos, a Assembleia Geral das Nações Unidas adotou há 27 anos a data de 22 de março como o Dia Mundial da Água.

A OMS (Organização Mundial da Saúde) considera que cada ser humano necessita diariamente de, pelo menos, 40 litros de água para beber, tomar banho, cozinhar etc. Mas, no Brasil a população consome neste período cerca de cinco vezes mais do que essa quantidade, totalizando uma média diária de 200 litros por pessoa.

Apesar de as autoridades tentarem a tanto tempo conscientizar a população para a importância da água, não só o seu desperdício preocupa, como também a poluição de rios, mananciais e mares. O ser humano é capaz de sobreviver 60 dias sem alimentos,

mas somente cinco sem água.

Embora o volume total do recurso existente no planeta Terra seja de 1.386 milhões de km³, 97,5% deste total é constituído pelos oceanos, mares e lagos de água salgada e dos 2,5% restantes, formados pela água doce, mais de 2/3 estão nas calotas polares e geleiras, inacessíveis para o uso humano. Sobram, portanto, apenas 0,007% de água própria para o nosso consumo. Sendo assim, a utilização da água deve ser feita de maneira a não comprometer a sua disponibilidade para as gerações futuras.

Entre as medidas tomadas por al-



Foto: Internet / Divulgação

gumas empresas e pessoas para evitar a escassez deste líquido essencial à vida está o reuso da água, que além de contribuir com o meio ambiente, também diminui seus

gastos. Os usos mais comuns são: lavagem de carro e pisos, além de vasos sanitários. Fora da residência, seu uso pode ser em irrigação e procedimentos industriais. 

Água é vida

A água constitui 60% do corpo de um adulto e pode chegar a 80% em um recém-nascido. Ela é responsável por transportar nutrientes, auxiliar a regulação da temperatura corporal por meio do suor, eliminar resíduos metabólicos através

da urina, expelir ácido láctico (que causa a sensação de dor e fadiga dos músculos), manter o volume do sangue, estimular o funcionamento intestinal, facilitar a absorção de vitaminas, além de melhorar a elasticidade e maciez da pele.

Entretanto, a quantidade de água consumida pelo ser humano pode variar de acordo com a estação do ano. Em dias mais quentes a orientação é a de que o consumo seja de dois litros de água por dia. Já em dias mais frescos, esse

consumo pode ser de 1,5 litros. A atenção especial deve ser com os idosos, que tendem a perder líquidos mais facilmente e com isso necessitam controlar se o consumo de água está sendo feito adquadamente.

Imposto de Renda

Tem início prazo para a entrega da declaração do IR 2020

O período para a entrega das declarações do Imposto de Renda referente ao ano-base 2019 começou em 2 de março e se estenderá até o dia 30 de abril.

Os contribuintes que enviarem a declaração, sem erros ou inconsistências, no início do prazo, receberão as restituições mais cedo, assim como idosos, portadores de doença grave e deficientes físicos ou mentais.

O download do programa gerador do Imposto de Renda 2020 se encontra disponível no site receita.economia.gov.br, mas também é possível fazer a declaração em celulares e tablets por meio do aplicativo "Meu Imposto de Renda".

O contribuinte que não fizer ou entregar a declaração fora do prazo pagará multa de, no mínimo, R\$ 165,74. O valor máximo corresponderá a 20% do imposto devido.

Contribuinte poderá doar parte do IR para conselhos de idosos

Uma das novidades que a Declaração do Imposto sobre a Renda da Pessoa Física apresenta neste ano é a possibilidade de doar diretamente na declaração a fundos controlados pelos Conselhos Nacional, distritais, estaduais ou municipais do Idoso. Até então, só existia a opção de doar diretamente aos fundos do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA).

Segundo informações do Serpro, as deduções relativas dos Fundos controlados pelos Conselhos do Idoso efetuadas diretamente na declaração não podem exceder a 3% do valor do imposto sobre a renda devido apurado na declaração.

O somatório das deduções diretamente na declaração "Criança e Adolescente" e "Idoso" estão limitadas a 6% do imposto sobre a Renda devido apurado na declaração em conjunto com as doações efetuadas no decorrer do ano-calendário de 2019 relativas ao Estatuto da Criança e do Adolescente, Incentivo à Cultura, Incentivo à Atividade Audiovisual, Incentivo ao Desporto e Fundos controlados pelos Conselhos do Idoso.

UMA NOVA POTÊNCIA EM EDUCAÇÃO



colégio · curso
AGORA É zerohum
você em 1º lugar

MELHORE AS OPORTUNIDADES DO SEU FILHO!!!

- EDUCAÇÃO INFANTIL
- FUNDAMENTAL I & II
- ENSINO MÉDIO

MANHÃ
TARDE
INTEGRAL

APROVEITE OS MAIORES DESCONTOS!

WWW.GAUVIROUZEROHUM.COM.BR

WWW.COLEGIOECURSOZEROHUM.COM.BR

ENDEREÇO - GAU INFANTIL

RUA JOAQUIM PINHEIRO, 516
FREGUESIA

(21) 3592-8089  (21) 99286-7120

ENDEREÇO - GAU FREGUESIA

RUA GEMINIANO GÓIS, 1130
FREGUESIA

(21) 3269-5241  (21) 99997-2679

(21) 3795-6278  (21) 99630-5306

TURMAS PREPARATÓRIAS

- PRÉ-VESTIBULAR
 - ENEM → UERJ
- PRÉ-MILITAR
 - OFICIAL FUNDAMENTAL (COLÉGIO NAVAL - EPCAR)
 - OFICIAL MÉDIO (AFA - EFOMM - EsPCEX)
 - SARGENTOS (ESA - EEAR)

Apoio:



REFORÇO ESCOLAR VIRTUAL
SEJA TAMBÉM
UMA ESCOLA PARCEIRA
www.zeroduvuda.com



(21) 97027-4851

Menopausa precoce aumenta risco de doenças

Mulheres que têm menopausa prematura estão mais propensas a desenvolver problemas de saúde, é o que mostrou um estudo divulgado em janeiro pelo periódico científico *Human Reproduction*.

A menopausa é a fase biológica da vida das mulheres marcada pelo fim da menstruação, ocorrendo fisiologicamente com a diminuição da produção pelos ovários dos hormônios estrogênio e progesterona. “Só é possível fechar o diagnóstico após um ano de ausência da menstruação. A média de idade da menopausa da população brasileira é de 50 anos, porém, no climatério, fase de transição do período reprodutivo para o não reprodutivo, os sintomas como ondas de calor (fogachos), irritabilidade e labilidade de humor, dificuldade para dormir, menstruação irregular, entre outros, podem surgir com maior ou menor intensidade. Caso o climatério ocorra antes dos 40 anos, consideramos como menopausa precoce”, explica João Marcelo Guedes (CRM: 75854-0), coordenador de ginecologia do Hospital Rios D’Or.

Segundo o médico, vários fatores externos podem contribuir para a ocorrência da menopausa precoce,

tais como tabagismo, tratamentos de quimioterapia e radioterapia, cirurgia ovariana, além de síndromes cromossômicas. Porém, o principal deles é o histórico familiar.

Associada a outros fatores, a menopausa precoce pode ser prejudicial à saúde. “Além de a mulher ver interrompido o desejo de engravidar, a chegada precoce dessa condição pode gerar o aumento do risco de osteoporose e doenças cardiovasculares, como o Acidente Vascular Cerebral (AVC), infarto e hipertensão, que costumam ocorrer com a queda da produção de hormônios”, expõe o ginecologista. Segundo Guedes, para reduzir a probabilidade de riscos à saúde, a terapia de reposição hormonal deverá ser realizada, desde que não haja contraindicação.

Hábitos de vida saudáveis podem contribuir para retardar a menopausa. Entre eles estão: prática de atividade física, ter alimentação equilibrada, não fumar e nem con-



Foto: Internet / Divulgação

sumir bebida alcoólica. “No caso da alimentação, há estudos que propõem uma dieta que inclua mais fontes de zinco e vitamina B6. No primeiro caso estão ali-

mentos como oleaginosas, leguminosas, carne, camarão e os pescados em geral. Já no segundo, milho, feijão e batata, por exemplo”, orienta o médico. 



Doe Sangue!

*Você pode salvar
uma vida!*

Hospital Cardoso Fontes

Atendimento: 2ª a 6ª feira

Horário: 8h às 12h



Local: Serviço de Hemoterapia

Campanha alerta para riscos e consequências da gravidez precoce

Com o intuito de fazer adolescentes considerarem a opção de adiar o início da vida sexual e assim evitarem a gravidez precoce, o governo federal lançou no mês passado a campanha “Tudo tem seu tempo: Adolescência primeiro, gravidez depois”.

A estratégia proposta pelo Ministério da Saúde em conjunto com o Ministério da Mulher, Família e Direitos Humanos não menciona o uso de camisinha ou de qualquer método contraceptivo. O objetivo da iniciativa, segundo a pasta, é promover uma reflexão sobre os efeitos de uma gestação precoce, que trazem consequências emocionais, sociais e econômicas para a saúde da mãe, do pai e do recém-nascido.

Dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) revelam que três em cada dez meninos e meninas iniciam a vida sexual entre 13 e 15 anos.

No Brasil, cerca de 930 adolescentes e jovens dão à luz todos os dias, totalizando mais de 434,5 mil mães adolescentes por ano. Este número já foi maior e agora está em queda. Ainda assim, o Brasil registra uma das maiores taxas se comparado aos países da América Latina.

Segundo o ministro da Saúde, Luiz Henrique Mandetta, é preciso a sociedade observar os números e saber as consequências. Além disso, Mandetta destacou que é por meio da família e, principalmente, da escola que o diálogo com os adolescentes deve existir.



Foto: internet / Divulgação

O sarampo está voltando. Tome cuidado. Tome a vacina.

Não deixe que a falta de informação contamine você.

O Brasil estava livre do sarampo há muitos anos. Mas, infelizmente, o vírus começou a voltar. Já aconteceram surtos em alguns Estados. No ano passado, tivemos mais de 15 mil casos de sarampo confirmados no Brasil. O Governo do Estado está monitorando os municípios do Rio de Janeiro diariamente. Mas, para a doença não avançar, é fundamental tomar a vacina. Mal-estar, febre, tosse e coriza acompanhados de vermelhidão nos olhos e manchas vermelhas que se espalham pelo corpo são sintomas dessa doença contagiosa. O sarampo pode matar. Tome cuidado. Tome a vacina.

Todas as pessoas com 6 meses a 59 anos que ainda não se vacinaram devem se vacinar. Na dúvida, vá ao posto de saúde.

#RJcontraosarampo

Secretaria de
Saúde



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

VIRANDO O JOGO

País está em alerta e inicia vacinação contra o sarampo

A Campanha Nacional de Vacinação contra o Sarampo acontece até o dia 13 de março. O público alvo são crianças a partir de 5 anos a jovens de até 19 anos.

A iniciativa visa interromper a circulação do vírus do sarampo no Brasil. Em 2019, a vacinação aconteceu em duas etapas direcionadas às faixas etárias mais suscetíveis ao surto no País. Já neste ano, é destinada aos grupos que não foram imunizados no ano passado. A segunda etapa da campanha acontecerá em agosto e será voltada a pessoas com a faixa etária de 30 a 59 anos.

A vacina tríplice viral protege contra sarampo, rubéola e caxumba e está disponível em todas as uni-

dades de Atenção Primária: Clínicas da Família e Centros Municipais de Saúde, que funcionam de segunda-feira a sexta-feira, das 8 às 16 horas.

Sobre o sarampo

A maioria dos sintomas da doença se assemelha aos da gripe, tais como febre, dor muscular, tosse persistente, irritação ocular e secreção nasal. Porém, esses desconfortos são acompanhados de manchas avermelhadas pelo corpo, que surgem, em média, três dias após a contaminação.

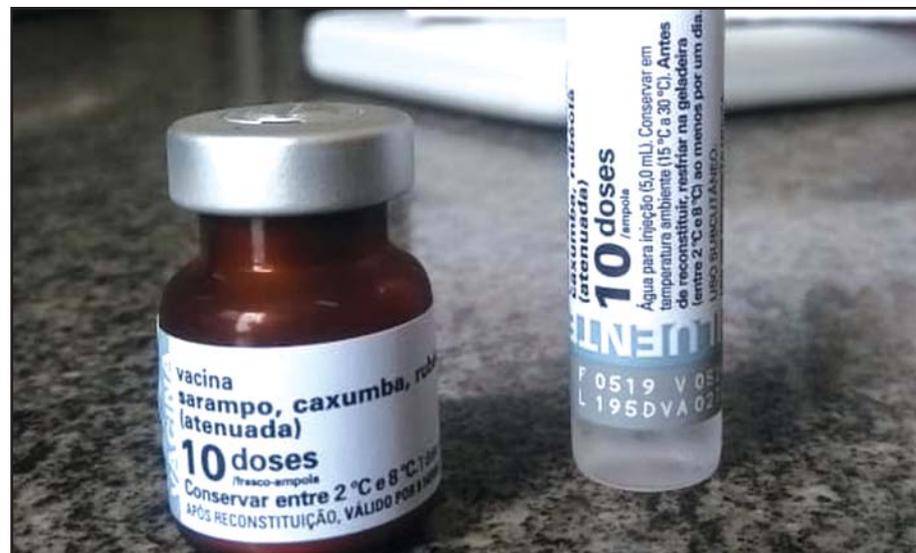


Foto: SMS/Direção

O sarampo é infectocontagioso causado por um vírus chamado *Morbilivirus*. A doença é uma das principais responsáveis pela mortalidade infantil em países do Ter-

ceiro Mundo. A enfermidade já levou a óbito mais de 86 mil pessoas no mundo em 2016, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS).

OTICAS
DINIZ
MAIS DE 1.000 LOJAS

VISTA
ESTILO,
VISTA
PRAIA,
VISTA
PÔR DO SOL.

Av. Nelson Cardoso, 1031A - Taquara - Tel.: 2084-5700
Rua Cândido Benício, 1600 - Lj. K - Praça Seca - Tel.: 2464-2858
Av. Geremário Dantas, 1401 - Lj. E - Freguesia - Tel.: 3864-0327
Estrada do Tindiba, 2381 - Lj. F - Taquara - Tel.: 3489-8890

**Centro de Oftalmologia
Jacarepaguá**

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

Dra. Justina D'Elia CRM: 5255804-8

Espaço Kids Atendemos convênios e particular
2135-6461

Estrada dos Três Rios, 741 / 209
ESTACIONAMENTO NO PRÉDIO (COM MANOBRISTAS)

Vacinação contra a gripe é antecipada devido ao coronavírus

O governo federal anunciou no dia 27 de fevereiro que a campanha de vacinação contra a gripe será antecipada no Brasil. A previsão é a de que ela tenha início no dia 23 de março.

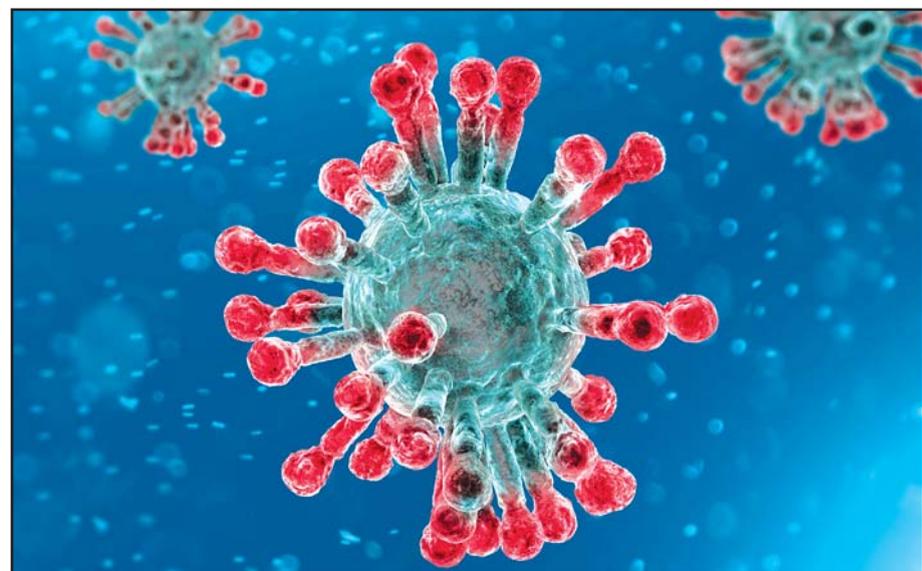
O ministro da Saúde, Luiz Henrique Mandetta, expos que, ao serem imunizados contra a gripe, os pacientes que forem às unidades de saúde com sintomas gripais e informarem que já tomaram a vacina, facilitarão o diagnóstico do coronavírus.

Apesar de as investigações sobre as formas de transmissão do coronavírus ainda estarem em andamento, a contaminação por gotículas respiratórias ou contato pode ocorrer. Com isso, qualquer pessoa que tenha contato próximo (cerca de um metro) com

alguém com sintomas respiratórios está em risco de ser exposta à infecção. O Ministério da Saúde reforça que a disseminação de pessoa para pessoa pode acontecer de forma continuada.

O coronavírus apresenta uma transmissão menos intensa do que o vírus da gripe. Ela costuma ocorrer pelo ar ou por contato pessoal com secreções contaminadas, como:

gotículas de saliva; espirro; tosse; catarro; contato pessoal próximo, como toque ou aperto de mão; contato com objetos ou su-



perfícies contaminadas, seguido de contato com a boca, nariz ou olhos. O período médio de incubação por coronavírus é de cinco dias, com intervalos que chegam a 12 dias, período em que os primei-

ros sintomas levam para aparecer desde a infecção. No entanto, dados preliminares do coronavírus sugerem que a transmissão possa ocorrer mesmo sem o aparecimento de sinais e sintomas. 

Mitos ou Verdades

Saiba o que é verdade ou mentira sobre o coronavírus

Diante de tantas fake news divulgadas pelas redes sociais sobre coronavírus, o Conselho Regional de Medicina do Rio (CREMERJ) decidiu divulgar no dia 28 de fevereiro uma relação de verdades e mentiras sobre a doença. Confira:

VERDADES

1. A taxa de letalidade é inferior a 3%;
2. Não existem relatos de casos de óbitos entre crianças e adolescentes;
3. O vírus não resiste às temperaturas acima de 26° C;
4. É necessário lavar as mãos e aplicar álcool gel frequentemente;
5. Não há motivo para pânico;
6. O coronavírus não resiste a mais de 9 horas no ar; e
7. Ao espirrar ou tossir, dobre o braço e encoste a boca na junção do cotovelo.

MENTIRAS

1. Produtos vindos da China podem vir contaminados com o vírus;
2. Lavar o nariz com soro fisiológico desativa o vírus;
3. Enxaguante bucal elimina o coronavírus;
4. Chá de abacate com hortelã previne coronavírus;
5. Medicamentos eficazes contra o novo coronavírus;
6. Uísque e mel são eficientes contra o coronavírus

O CREMERJ ainda alerta que o sarampo é mais letal do que o coronavírus, principalmente, no estado do Rio de Janeiro. A recomendação é a de que pessoas com idade entre 6 meses e 59 anos recebam a vacina nos postos de saúde.

Esporte



LEANDRO COSTA

PÓS-GRADUANDO EM JORNALISMO
ESPORTIVO NA UNIVERSIDADE ESTÁCIO DE SÁ
LECARNEIROCOSTA@HOTMAIL.COM

Fluminense de 1975/76

Foto: Internet / Divulgação



Nesta edição da série “Grandes esquadrões do futebol carioca” vamos lembrar o poderoso time do Fluminense, que encantou o País durante a década de 70. Um esquadrão tão forte e talentoso que ganhou a alcunha de “Máquina Tricolor”, entre os anos de 1975/76.

A “Máquina” conquistou o bicampeonato carioca em 1975/76 e o Torneio de Paris em 1976. Era uma verdadeira constelação de craques, com diversos jogadores de seleção brasileira, como Rivellino, o capitão Carlos Alberto Torres, Paulo César Caju e Félix, todos campeões mundiais na Copa do Mundo de 1970. O time-base era formado por: Félix (Renato), Rubens Galaxe, Carlos Alberto Torres, Edinho, Rodrigues Neto (Marco Antônio), Carlos Alberto Pintinho, Cleber, Rivellino, Gil, Doval e Paulo César (Dirceu). Os técnicos foram Paulo Emílio (1975) e Mário Travaglini (1976).

O grande passo para a formação deste time aconteceu quando o então presidente do Tricolor, Francisco Horta, resolveu trazer do Corinthians o meia Rivellino. A estreia de Riva foi em um amistoso, justamente contra o seu ex-club. Em um sábado de carnaval, o tricolor reuniu mais de 40 mil pessoas no Maracanã. Resultado: Fluminense 4x1 Corinthians, com 3 gols de Rivellino em uma atuação impecável. O campeonato carioca de 1975 foi conquistado pelo Flu em uma campanha com 20 vitórias, 5 empates e 5 derrotas. Na triangular final com Vasco e Botafogo, apesar da derrota para o Alvinegro por 1x0 no último jogo, o tricolor sagrou-se campeão pois havia vencido o Vasco por 4x1, com gols de Manfrini, Paulo César Caju, Gil e Rivellino, e tinha melhor saldo de gols que seus rivais.

Para comemorar o título de 1975, o Fluminense organizou um amistoso contra o maior time da época, o Bayer de München, da Alemanha, no Maracanã. O Bayer era simplesmente bicampeão europeu e base da seleção alemã que havia vencido a Copa de 1974, com jogadores como Seep Maier, Gerd Müller e Beckenbauer. Resultado: Fluminense 1x0 Bayer. Placar que não refletiu a supremacia tricolor naquele jogo. Poderia ter sido muito mais elástico.

Em 1976, em uma campanha com 24 vitórias, 6 empates e 3 derrotas, a “Máquina” conquistava o bicampeonato carioca depois de 35 anos. Na partida final contra o Vasco, 127 mil pessoas presenciaram a vitória Tricolor por 1x0, gol do argentino Doval. Ainda em 1976, o Fluminense trouxe de uma excursão à Europa, a taça do Torneio de Paris, que naquele ano contou com o PSG, Seleção Europeia e Seleção Olímpica Brasileira, além do tricolor. Era o mundo conhecendo o potencial da máquina.

Poderá existir um time do Fluminense que alcance mais conquistas do que este, mas certamente não haverá outro que encante tanto o País e os corações tricolores quanto a “Máquina”.

Na mira do leitor



POSITIVO

A inauguração das obras de revitalização das praças da Estrada do Gabinal, na Freguesia; e Albert Sabin, na Taquara, durante o mês passado. A intervenção incluiu a poda de árvores, restauração de mobiliários e recuperação de brinquedos para a população da região.



NEGATIVO

Fizeram recentemente duas obras na Rua André Rocha, altura dos números 851 e 904, que ficam em duas esquinas diferentes com a Estrada do Tindiba, na Taquara. Para tentar tapar o rombo feito no asfalto utilizaram cimento e a pista está com buracos enormes nos dois pontos.

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

Notas

Carnaval

Renascer de Jacarepaguá é rebaixada



Apesar de nenhuma agremiação ter alcançado colocação no grupo especial, as escolas de samba de Jacarepaguá fizeram bonito no carnaval 2020. Na série A, a Renascer de Jacarepaguá ocupou a penúltima posição e foi rebaixada para a série B. A União do Parque Curicica foi ficou em terceiro lugar na série B, se mantendo na mesma colocação. A União de Jacarepaguá ficou em sexto lugar no grupo C. Até o fechamento desta edição não havia sido divulgado o resultado com as colocações das agremiações do grupo E, no qual desfilou a Mocidade Unida da Cidade de Deus.

Perdidos

Descubra como recuperar objetos no BRT



Quem perdeu ou encontrou algum objeto dentro do BRT ou nas estações pode procurar um setor específico dentro da concessionária que administra o sistema. O departamento de Achados e Perdidos do BRT Rio funciona de segunda a sexta, das 8 às 20 horas, no Centro de Controle Operacional (CCO), localizado no Terminal Alvorada, na Barra da Tijuca. É possível acionar o BRT Rio nas redes sociais, além do site www.brtrio.com/achadoseperdidos para consultar materiais encontrados.

Economia

Desemprego recua em 2019



Foto: Divulgação / Internet

Houve queda nas taxas de desemprego no País em 2019. Os dados são da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) divulgados pelo IBGE, no dia 14 de fevereiro. Enquanto a média anual em 2018

estava em 12,3%, no ano passado ficou em 11,9%. O estudo revelou também que, por outro lado, a informalidade cresceu na maioria dos estados, passando de 37,1% para 37,5% em 2019.

Agenda Rios D'Or

Hospital reúne especialistas em palestras gratuitas sobre Alzheimer e autismo



Foto: Internet / Divulgação

O Hospital Rios D'Or da Freguesia realiza mensalmente duas palestras gratuitas. O encontro com o grupo de apoio a Cuidadores de Pacientes com Alzheimer ocorre toda última segunda-feira do mês e será realizado no dia 30 de março, às 15 horas. Já a palestra destinada a familiares, professores e mediadores de autistas acontece na terceira segunda-feira de cada mês e acontecerá no dia 16 de

março, às 15 horas. As duas reuniões são gratuitas e contam com a participação de especialistas que abordam vários aspectos ligados as respectivas doenças. Para participar, é necessário efetuar inscrição pelo telefone: 2448-3646, ou pelo e-mail: marketing@riosdor.com.br. Os encontros serão no auditório do hospital, localizado Estrada dos Três Rios, 1.366, na Freguesia.

Energia

Fim do horário de verão diminuiu o consumo de energia

A não adoção do horário de verão pela primeira vez entre 2019 e 2020 não impactou o consumo de energia elétrica, conforme havia previsto o presidente Jair Bolsonaro. O consumo médio de energia no País foi de 138 megawatts, ou seja, um pouco menor que os 140 megawatts registrados no ano anterior.

Transporte

MetrôRio passa a aceitar tecnologia por aproximação

Os usuários do MetrôRio já podem utilizar cartões de crédito e débito, além de aparelhos com a tecnologia Near Field Communication, como celulares, relógios e pulseiras para utilizarem diretamente nas catracas para pagarem a passagem, sem a necessidade de comprarem de bilhetes físicos. O pagamento por aproximação já é utilizado pelo sistema desde o ano passado para cartões de bandeira Visa, agora passa a aceitar também a Mastercard.

Emprego

BRT Rio contrata

Os interessados em integrar a equipe do BRT Rio podem concorrer a uma vaga enviando o currículo para o e-mail: rh@consorcioibr.com.br.

Você Repórter

Envie sua foto

Envie sua foto dos problemas da região para: redacao@nossobairro.net colocando no assunto do e-mail o título "Repórteres de Jacarepaguá"

Agenda Cultural

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

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



Foto: Rogério Von Krüger

Dia 13 (até dia 22) - Peça teatral "Beco", com a atriz e poetisa Betina Kopp, que leva ao palco um solo feminino e performático, baseado em seu livro homônimo, que fala de empoderamento, sexualidade, solidão e celebração da vida.
Sextas, sábados e domingos, às 20h.
Ingresso: R\$ 20 (inteira) | R\$ 10 (meia)



Foto: Beto Gatti

Dia 25 - Sandra de Sá "Acústico" - Acompanhada de percussão, violão e guitarra, a artista comemora seus 40 anos de carreira em um show recheado de grandes sucessos e muita emoção. **Às 20h.**
R\$ 34 (inteira) | R\$ 17 (meia).



Foto: Bruno Coqueiro / Divulgação

Dias 27, 28 e 29 - Peça teatral infantil "A menina do Kung Fu" narra a história de Belinha, uma menina cega e apaixonada pela luta que ao se matricular em uma nova academia precisa encarar a desconfiança da turma e da professora, além do bullying. **Sexta, às 15h. Sábado e domingo, às 17h.** Ingresso: R\$ 12 (inteira) | R\$ 6 (meia)

LONA CULTURAL JACOB DO BANGOLIM - Praça Geraldo Simonard (Praça do Barro Vermelho), no Pechincha. Informações: 3596-5911.

Dia 21 - 3ª edição do Âncora Convida

com Venore e bandas Segunda Alternativa, Nebulosa, CazuzaWolf. **A partir das 16h.**

ESPAÇO HALL
(Avenida Ayrton Senna, 5850 - Saída da Linha Amarela - Jacarepaguá)
Informações: 3301-1000
<https://espacohall.com.br/> (preços) contato@espacohall.com.br

Dia 20 - Alcione e Belo se apresentam no palco do Espaço Hall em dois grandes shows e cantando os maiores sucessos de suas carreiras. **A partir das 23h.**



Fotos: Internet / Divulgação

Dia 27 - Fabio Jr. se apresenta pela primeira vez no palco do Espaço Hall, cantando os maiores sucessos de sua carreira. **Horário previsto do show: 23h30.**

KM DE VANTAGENS HALL
Via Parque Shopping
Av. Ayrton Senna, 3000 - Barra da Tijuca

Informações e valores dos ingressos em premier.ticketsforfun.com.br

Dia 22 - Show com a banda McFly "2020 Brasil Tour", **às 20h30.**

TEATRO MULTIPLAN
(Avenida das Américas, 3900 - Loja 160 do Shopping VillageMall - Barra da Tijuca)
Acesse o site do teatro para informações de horários e venda de ingressos.
shoppingvillagemall.com.br/lazer/teatro



Fotos: Internet / Divulgação

Dia 5 (até dia 15) - Peça musical 'Lazarus', de David Bowie.

Dia 18 (até dia 22) - Espetáculo infantil "Diário de Pilar na Grécia", adaptação do livro homônimo de Flavia Lins e Silva (autora da série "D.P.A. - Detetives do Prédio Azul").

Dia 28 - Show com Isabella Taviani, na turnê "A Máquina do Tempo". **Às 21h.**



CONSULTORIA EMPRESARIAL

PARA SABER MAIS

ENTRE EM CONTATO CONOSCO

+55 21 3986-6003
fcx@fcxconsultoria.com.br

BARES, RESTAURANTES, DROGARIAS E COMÉRCIOS EM GERAL PODEM REDUZIR O CUSTO COM TRIBUTOS COM A CORRETA CLASSIFICAÇÃO FISCAL DOS PRODUTOS

UMA DAS GRANDES DIFICULDADES DOS GESTORES DE BARES, RESTAURANTES, DROGARIAS E COMÉRCIO DE ALIMENTOS EM GERAL É REALIZAR A CORRETA CLASSIFICAÇÃO DOS PRODUTOS COMERCIALIZADOS E ASSIM PAGAR O VALOR CORRETO DOS TRIBUTOS SOBRE AS VENDAS REALIZADAS

A título de informação, é importante esclarecer que 09 a cada 10 empresas estão com a classificação fiscal incorreta e pagando assim mais tributos do que deveria.

Para auxiliar nessa questão, a FCX Consultoria Empresarial desenvolveu um sistema capaz de adequar a tributação dos produtos comercializados, **gerando assim economia tributária para os seus clientes a partir de 60 dias.**

Outra questão importante, é que além de o empresário poder reduzir a sua carga daqui para frente, **poderá obter de volta o que foi pago a maior também em até 60 dias.**

LIGUE PARA NÓS OU ENVIE UM E-MAIL QUE PODEMOS REALIZAR UM PRÉ-DIAGNÓSTICO SEM CUSTO E SEM COMPROMISSO PARA VOCÊ CONHECER MELHOR ESSA SOLUÇÃO

MERCADOS



Faturamento/ano: R\$ 1,7 milhão
Resultado: R\$ 174.049,73

FARMÁCIA



Faturamento/ano: R\$ 1 milhão
Resultado: R\$ 93.152,48

BAR



Faturamento/ano: R\$ 2 milhões
Resultado: R\$ 146.236,35

RESTAURANTE



Faturamento/ano: R\$ 2 milhões
Resultado: R\$ 52.334,26



CEO - Corporate Executive Offices
Av. João Cabral de Mello Neto, 850 - Bloco 2 - Sala 1423 e 1424
Barra da Tijuca - Rio de Janeiro - CEP: 22.775-057

www.fcxconsultoria.com.br

**SÓ A GRANDE TELA DO CINEMA
DETÉM A MAGIA DE REUNIR A TODOS
E FAZER BROTAR OS SONHOS.**



CONTAGIE-C

 **BAIXE
AGORA**

  Disponível para
Android e iOS

CINEMARK

É MAIS QUE CINEMA. É CINEMARK.

Receitas

FÁTIMA GUERRA
GOURMET
FATIMA@ALFABUFFET.COM.BR



Lasanha de berinjela



Receita

Olá amigos! A receita deste mês faz muito sucesso na gastronomia vegetariana, que tem ganhado cada vez adeptos. O modo de preparo é semelhante ao da lasanha tradicional. Havendo a substituição do molho à bolonhesa por outros e utilizando a berinjela, além de outros vegetais.

INGREDIENTES

- 6 berinjelas
- 1 pimentão verde, amarelo e vermelho
- 2 tomates picados
- 1 cebola picada
- 1 xícara de champignons fatiados
- 1 xícara de azeitonas verdes fatiadas
- 800 g de muçarela fatiada
- 500 g de massa de lasanha fresca
- Fatias de muçarela

MOLHO 1

- 1 colher de sopa de azeite; 2 colheres de sopa de vinagre branco; sal e orégano a gosto; e 2 dentes de alho espremidos.

MOLHO 2

- 3 sachês (340 g) de refogado de tomate industrializado ou caseiro; 1 caixa (200 g) de molho branco industrializado ou caseiro.

MODO DE PREPARO

1. Coloque um pouco de azeite no fundo de uma frigideira e frite as fatias de berinjela até dourarem um pouco. Corte-as em pedaços menores e reserve.
2. Refogue, rapidamente, com um pouco de azeite os pimentões coloridos, os tomates e as cebolas. Tempere com sal a gosto e reserve.
3. Leve ao fogo o molho de tomate. Quando começar a ferver, apague o fogo e acrescente o molho branco. Misture bem e reserve.

MONTAGEM

Numa fôrma pirex coloque nas seguintes camadas o seguinte:

- 1ª - tomates, cebolas e pimentões coloridos;
- 2ª - massa da lasanha fresca;
- 3ª - berinjela frita;
- 4ª - molho número 1;
- 5ª - muçarela fatiada;
- 6ª - champignons e azeitonas fatiadas;
- 7ª - molho número 2 e queijo parmesão ralado.

Repita as camadas acima e coloque a lasanha no forno, coberta com papel alumínio, e retire quando ferver para dourar.



REPÓRTERES DE JACAREPAGUÁ

RECAPEAMENTO PALIATIVO



Ruas esburacadas representam um transtorno comum para os cariocas, apesar de serem um perigo para motoristas e transeuntes. As raras vezes em que os buracos são tapados pela prefeitura, o material utilizado é de qualidade tão ruim que o problema ressurge em poucos meses.

Joana Matias

FAIXAS INVISÍVEIS



Alguém consegue visualizar as faixas de pedestres e de rolamento na região? Por incrível que pareça, existe uma nesta esquina da Rua Bacairis com a Rua Ipinambés, na Taquara. Ou melhor, existia, porque foi se apagando e não recebeu manutenção, como a maioria delas. A equipe responsável pelo serviço não circula pela cidade para verificar isso? Temos que ficar pontuando todas as faixas que existem para lembrar a prefeitura de que precisam de manutenção? É um absurdo!

Roberta Silva

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

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

ASSUNTO: REPÓRTERES DE JACAREPAGUÁ

Pulseiras de identificação podem auxiliar na localização de crianças perdidas nas praias

O verão está chegando ao fim, mas nem é preciso fazer tanto calor para as praias cariocas ficarem cheias.

Aqueles que já passaram pela experiência de perder uma criança na praia sabe o quão ruim é a situação. No ano passado, o Grupamento Especial de Praia e Marítimo (GPM) registrou 158 casos de crianças perdidas com os pais localizados.

Para prevenir o susto, a Guarda Municipal do Rio distribui diariamente pulseiras de identificação nas tendas operacionais do Grupamento Especial de Praia e Marítimo

(GPM) instaladas em determinados pontos da areia nas praias das zonas oeste e sul da cidade.

A recomendação da GM-Rio é a de que os pais e responsáveis também tenham a iniciativa de identificar as crianças e adolescentes antes de sair de casa, com nome e telefone dos responsáveis. A identificação escolhida deve ser de material que não apague ou se dissolva na água e não se perca com facilidade. Podendo ser um



Fotos: Internet / Divulgação



Pulseiras distribuídas pela Guarda Municipal do Rio de Janeiro

crachá ou uma pulseira envoltos em plástico.

Além disso, os responsáveis devem orientar as crianças a buscarem apoio dos agentes de segurança (guardas municipais, policiais militares e bombeiros salvavidas), caso se percam. Se possível, devem mostrar esses profissionais na praia, para que as crianças possam se familiarizar com os uniformes. E se alguém na praia se oferecer para ajudar, elas jamais devem deixar o ambiente, mas

devem pedir para serem levadas até os agentes de segurança.

Os adultos podem dar preferência a ficarem perto das tendas operacionais da GM-Rio ou postos das demais forças de segurança e evitar perder a criança de vista, principalmente se distraído com telefone celular. Na verdade, o ideal é ir com ela até a água. Deve-se também evitar o excesso de consumo de bebidas alcoólicas durante o passeio com os pequenos. 

- Casamentos
- Jantares finos
- Festas em geral



Botequim Alfa's Buffet
Petiscos de Botequim
Variados Mini-Porção e Bebida
Decoração de Botequim Open Bar

Festas Temáticas • Personalizamos sua festa

Institucional: Brunch, Coffe break, coquetel

2446-4195 . 99947-2347 

Supervisão de uma Chef formada
alfasbuffet@alfasbuffet.com.br

alfasbuffet@alfasbuffet.com.br 
alfasbuffeteventosgastromicos 
@alfas_buffet 

➔ Espaço Pet 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾

Aedes aegypti transmite doença grave aos pets

O Aedes aegypti, além de vetor de vírus causadores de dengue, zika e chikungunya em humanos também transmite doença aos pets.

Não há registros de infecção natural dessas doenças em animais domésticos como gatos, cachorros e passarinhos se forem picados pelo mosquito. Mas o Aedes aegypti pode carregar um verme chamado Dirofilaria immitis, que encontra no organismo canino um ambiente propício para se desenvolver e causar doenças. “Ele é o agente causador da dirofilariose, popularmente conhecida como doença do coração. Ao picar um hospedeiro infectado, o mosquito leva consigo as microfírias (larvas) em sua boca e, ao picar outro animal o infecta, disseminando a doença”, explica a veterinária Renata Moutinho Vieira (CRMV-RJ: 15. 274).

Entre os sintomas da doença estão: dificuldade para respirar, cansaço constante e ritmo de pulsação cardíaca acelerado. É preciso estar atento e consultar um especialista no caso de suspeita de dirofilariose, tendo em vista que ela pode ser fatal para os cães, dependendo do caso. Vieira destaca a importância de ações preventivas para evitar a contaminação. “Utilize repelentes especiais para animais, coleiras repelentes, medicações de uso e controle de comprimido e tópico na pele recomendados pelo veterinário, além de medidas para evitar a proliferação do mosquito, como não deixar água limpa parada exposta”, orienta a especialista. 📌



Foto: Internet / Divulgação

Denuncie maus tratos aos animais
 A Delegacia de Proteção ao Meio Ambiente (DPMA) disponibiliza um novo canal de comunicação para o atendimento de denúncias de maus tratos aos animais via WhatsApp: 98596-7353

Como foi a minha adoção



Benji, de 14 anos, pertencia a um casal vizinho à família de Shellem Carneiro. O poodle sempre observava timidamente de longe a casa onde moraria, sem saber que um dia iria definitivamente para lá. O motivo da mudança foi que seus antigos donos tiveram uma neném, a qual não estava se adaptando bem ao cãozinho. Foi então que Benji, aos oitos meses, ganhou um novo lar repleto de carinho.

➔ Seu Pet 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾 🐾



“Gentil e feliz” ZELDA



“Carinhoso e preguiçoso” TIGRÃO



“Um cadelinha muito feliz” JULI

ENVIE A FOTO DO SEU PET PARA REDACAO@NOSSOBAIRRO.NET. ASSUNTO: ESPAÇO PET. NÃO ESQUEÇA DE NOS DAR DUAS DESCRIÇÕES DO SEU BICHINHO. TELEFONES ÚTEIS: CORPO DE BOMBEIROS: 193 | PATRULHA AMBIENTAL: 1746 | IBAMA: 152 OU 0800-618080

beHAPPY
RESIDENCE

**MORE EM UM VERDADEIRO
CONDOMÍNIO-CLUBE
EM LOCALIZAÇÃO
PRIVILEGIADA NA TAQUARA.**

Perspectivas ilustrativas



FACHADA



PISCINA COM DECK MOLHADO,
HIDROMASSAGEM E LOUNGE BE HAPPY



QUADRA DE BEACH
TENNIS E PLAY AVENTURA



SPA E SAUNA COM
SWIMMING IN/OUT

1 QUARTO
A PARTIR DE **R\$ 188 MIL***
PRESTAÇÃO A PARTIR DE R\$ 1.809,06*

2 QUARTOS
A PARTIR DE **R\$ 269 MIL****
PRESTAÇÃO A PARTIR DE R\$ 2.588,49**

OBRA A PREÇO DE CUSTO. SEM JUROS E SEM COMPROVAÇÃO DE RENDA.

AV. DOS MANANCIAIS, Nº 201 - TAQUARA - JACAREPAGUÁ | www.behappytaquara.com.br

INCORPORAÇÃO E CONSTRUÇÃO:



2490-2521

VENDAS:



4042-1501 / 97271-1501

**STAND
DE VENDAS:**

99850-3287

sumar

*Referente à unidade 303 do bloco 1. **Referente à unidade 101 do bloco 01. As imagens, perspectivas, decoração e projetos que compõem o material publicitário são meramente ilustrativos, podendo sofrer alterações de cor, formato, textura, posicionamento, metragem, acabamento e, não estão incluídas no orçamento de construção do empreendimento. As ilustrações artísticas das vegetações são de porte adulto, que será atingido ao longo do tempo, previstas de acordo com o projeto paisagístico. Os itens relacionados anteriormente não estão incluídos no orçamento de construção do empreendimento. As especificações estão contidas no Memorial Descritivo, Memorial de Incorporação prenotado sob o nº 1906529 no 9º Ofício de Registro de Imóveis do RJ. Arquiteta responsável: Jacqueline Martinelli Moreira - CAU/RJ A 20.574-5. Autora do projeto: Jacqueline Martinelli Moreira - CAU/RJ A 20.574-5.