

Dengue assusta moradores

Os casos identificados da doença quadruplicaram no Guará no primeiro trimestre em relação ao ano passado. No DF, a proporção é muito maior.

Veja nas páginas 6 e 7 como a dengue está sendo enfrentada pelo governo e como os moradores devem evitá-la.



Helen Dieb

a força da voz feminina entoando as próprias canções

Página 11



Vizinhos de olho na rua

Enquanto a Polícia Militar implanta no Guará o projeto Rede de Vizinhos, que consiste na interação da vizinhança com a polícia em caso de perigo de furto, roubo e outros crimes, uma empresa de segurança instala câmeras nas ruas e aplicativo em celulares e computadores para que o morador possa acompanhar o que está acontecendo nas proximidades de sua casa.

Páginas 4 e 5



ARQUIVO JG

Proposta de eleição de administrador começou em 1991



Então deputado distrital Geraldo Magela veio ao Guará apresentar o projeto (Página 9).



Corte radical dos flamboyants

Um dos cartões postais da cidade, os flamboyants da orla do Guará II sofreram uma poda radical esta semana, causando indignação de moradores nas redes sociais. Choveram críticas à Administração do Guará e à Novacap pelo serviço.

Mas os dois órgãos não tem culpa no cartório. A poda foi feita pela CEB, para desobstruir a passagem da rede elétrica.

Neste caso, diferente do que faz a Novacap e a Administração, o corte não obedece a critérios técnicos de preservação das árvores. O importante para a empresa é evitar que a rede elétrica sofra risco.

Eleição para conselheiro tutelar

O Conselho Distrital da Criança e Adolescente marcou para o dia 6 de outubro a data das eleições para conselheiros tutelares no Distrito Federal. Mas as inscrições ainda não tem data para começar.

Em cada região serão escolhidos cinco conselheiros titulares e dez suplentes.

Quem já foi conselheiro por três vezes consecutivas não pode se candidatar.

O mandato é de quatro anos, mas requer um processo seletivo longo. É exigida uma prova de conhecimentos específicos de caráter eliminatório. No exame, o candidato precisa acertar pelo menos 60% das questões.

Só então começa a campanha eleitoral, que tem regras próprias. Os candidatos não podem perturbar o sossego alheio nem oferecer vantagens em troca de votos. Por outro lado, para votar, basta estar em dia com a Justiça Eleitoral.

As últimas eleições para conselheiros tutelares, em 2015, foram marcadas por liminares judiciais e chegaram até a ser suspensas pelo Tribunal de Contas do DF.

Em tempo: o salário é de R\$ 4.800, o que deve provocar recorde de inscrições, principalmente depois do anúncio do governo federal de que não haverá concurso público por enquanto.

Desapadrinhamento de Delmasso

O episódio da "devolução" da Administração do Guará por parte do deputado distrital Rodrigo Delmasso ao governador Ibaneis está superado. Morador da cidade, o deputado já garantiu que vai continuar priorizando a destinação de suas emendas parlamentares para o Guará e vai continuar apoiando a administradora regional Vânia Gurgel.

O "desapadrinhamento" de Delmasso não significa, entretanto, que Vânia Gurgel vá deixar a Administração, como alguns candidatos ao cargo sonham. Como o próprio secretário de Cidades, Gustavo Aires, confirmou na edição passada que neste governo as administrações regionais não terão "donos", ela passa ser uma indicação técnica do governador Ibaneis Rocha. E pronto.

Feira do Guará amplia funcionamento

A Feira do Guará aumentou mais um dia de funcionamento e agora passa a funcionar a partir de terça, até domingo. Quando foi criada, a feira abria sexta, sábado e domingo, depois ampliou para quinta, posteriormente quarta e agora só descansa na segunda.

A adesão dos feirantes ainda não é total, mas a tendência é que todas as bancas abram no novo período de funcionamento.

Os Pholhas no aniversário do Guará

O Baile de Gala dos 50 anos do aniversário da cidade será animado nada mais, nada menos, do que pela banda Os Pholhas, que fez muito sucesso nas décadas de 70 e 80.

Entre as músicas mais conhecidas da banda estão "My Mistake", "She Made Me Cry", "Forever", "Reflections Of My Life", "I Never Did Before", até hoje lembradas em baladas mais melosas.

O baile desde ano será organizado pela Associação Comercial do Guará (Acig), porque os clubes de serviços (Rotary Club do Guará, Rotary Guará Águas Claras e Lions Club do Guará) desistiram de participar da organização.



Moradores contra a poluição visual

Como a fiscalização não atua nos finais de semana, as faixas de propaganda são espalhadas pela cidade a partir de sexta-feira. Mas, os moradores resolveram agir de uma forma muito criativa. Há duas semanas, algumas faixas aparecem com o miolo cortado e não retiradas totalmente, para servir de exemplo e desestimular quem insiste na irregularidade.



4ª DP 24 horas

Faltou divulgação, por isso a maior parte da comunidade não está sabendo que a 4ª Delegacia de Polícia do Guará voltou a funcionar em regime integral, com plantão 24 horas, cumprindo uma das promessas de campanha do governador Ibaneis Rocha.



Projeto Curumins nas escolas do Guarará

Produtor guaraense Pablo Ravi traz os Walê Fulni-ô para apresentar suas habilidades artísticas em 20 escolas públicas do Distrito Federal, promovendo um intercâmbio cultural. NO Guarará a Escola Piaget e o CEF 5

Há 21 anos, o projeto Curumins promove interação entre alunos, professores e os Fulni-ôs, tribo indígena de Pernambuco. Alunos de 10 escolas públicas do Distrito Federal e entorno e 10 escolas particulares irão conhecer um pouco mais sobre a história do Brasil e sua nação também através do documentário Curumins, que será entregue nas escolas. Com apoio do Fundo de Apoio à Cultura do Distrito Federal (FAC/DF), o projeto Curumim - com o Grupo Walê Fulni-ô - segue as diretrizes da lei que determina o ensino de Cultura Indígena nas escolas.

O objetivo desse encontro, de forte caráter sócio-educativo, que já passou por mil escolas do DF e realizou 2 mil apresentações, é fazer com que a garotada se familiarize com

a realidade de um povo que ajudou a formar a base da sociedade brasileira. Desde o ano passado, o programa conta com instrutor para crianças com necessidades especiais. "Teremos um cuidado especial com os alunos portadores de deficiências auditiva e visual. Por isso, disponibilizaremos acompanhantes e linguagem em libras, tudo para proporcionar um melhor contato com os índios", explica o idealizador do projeto, Pablo Ravi.

DOCUMENTÁRIO

Uma novidade nesta edição é a entrega de um DVD do documentário inédito Curumins. O curta, com 16 minutos, mostra como vive a tribo Kamayura no Mato Grosso, com aproximadamente 500 índios, que vivem da



A iniciativa é um reconhecimento da importância dos índios na formação do povo brasileiro. Atualmente, existem no Brasil mais de 230 etnias indígenas, mostrando a imensa diversidade dessa cultura

pesca, caça e do que plantam. É a tribo Fulni-ô, em Pernambuco, que situa-se no município de Águas Belas, onde os índios sobrevivem de artesanatos e de diversos serviços feitos na cidade e na própria aldeia. O intuito é que toda criança tenha acesso ao documentário e passe a entender um pouco mais como vivem as crianças (curumins) nas tribos indígenas.

Com experiência profissional junto à FUNAI - entidade nacional responsável pelos interesses indígenas - Ravi e o arte-educador Daniel Santos fazem um primeiro contato junto às escolas promovendo palestras lúdicas, descontraídas e interativas. A ideia é despertar o senso crítico e trazer novas reflexões sobre a comunidade indígena brasileira.

ALUGUEL GARANTIDO, VOCÊ TRANQUILO.

AQUI O SEU ALUGUEL É RENDA
NÓS GARANTIMOS O PAGAMENTO DO ALUGUEL,
CONTAS DE ÁGUA, LUZ, IPTU,
CONDOMÍNIO DURANTE
A PERMANÊNCIA DO INQUILINO NO IMÓVEL



CONVICTA
I M Ó V E I S
A SUA IMOBILIÁRIA

Avenida Central Lote 850 loja 01
Núcleo Bandeirante - Brasília - DF
CEP: 71710-570 - CRECI J - 22002

Tel.: 61 3386.9000
www.convictaimob.com.br
aluguel@convictaimob.com.br

MORADORES BUSCAM MAIS SEGURANÇA

Rede de vizinhos e câmeras nas ruas

Polícia Militar implanta projeto que deu certo em outras regiões e empresa de segurança monta big brother em cada rua



Sem poder aumentar seu efetivo, por conta das limitações orçamentárias do governo, os órgãos de segurança do Distrito Federal estão investindo na interação e conscientização dos moradores para melhorar a segurança pública. Essa aproximação com a comunidade, para que ela seja parceira nas ações de prevenção, vem sendo buscadas há alguns anos pela Polícia Militar, através de projetos culturais e esportivos, e agora com o projeto Rede de Vizinhos, implantado inicialmente no Lago Norte e que está chegando ao Guará. A iniciativa privada também aproveita essa preocupação e investe na venda de serviço de monitoramento de ruas e casas, como é o caso de uma empresa de segurança que está montando câmeras em ruas da QE 30 do Guará II.

Criado com sucesso em Belo Horizonte, o projeto Rede de Vizinhos consiste na solidariedade entre os vizinhos, que podem se organizar em grupos de redes sociais para denunciar possíveis casos de assaltos, furtos,

roubos, ou qualquer outro tipo de crime na sua rua ou condomínio, com o apoio e um canal direto com a Polícia Militar.

O projeto não tem custo nem para os moradores nem para os órgãos de segurança. Basta apenas um grupo de WhatsApp ou Facebook de vizinhos, que se alertam quando perceberem algum movimento estranho ou presenciarem alguma ameaça ou crime nas proximidades, e acionam a polícia. Uma placa, cujo modelo e arte é fornecido pela PM, é afixada nos muros ou grades das residências da rua ou quadra, informando que os moradores estão protegidos pelo projeto, com os números de contato da Polícia Militar em casos de emergência. Além do canal direto com a PM, os vizinhos podem utilizar também um apito, mas desde que todos eles saibam que aquele é um sinal de alerta.

REDUÇÃO DRÁSTICA DA CRIMINALIDADE

Com a implantação do projeto na cidade, a previsão

é reduzir em cerca de 30% as ocorrências policiais no Guará. “A maioria dos crimes registrados pela 4ª DP e pelo 4º Batalhão da PM, é de roubo e furto a pedestre, a residências e em veículos (objetos retirados de dentro de veículos). São crimes mais fáceis de serem denunciados pelos moradores”, explica o capitão Renan Arakaki, coordenador da Rede de Vizinhos Protegidos no Guará.

A iniciativa de implantação da rede na vizinhança terá que partir dos próprios moradores, que, depois de organizados em grupos de redes sociais, pedem o apoio da Polícia Militar. “Estamos disponíveis para explicar o projeto a qualquer grupo, basta agendar conosco”, explica o coordenador, que é também subcomandante do 4º Batalhão da Polícia Militar.

DIVISÃO DE RESPONSABILIDADES

“Os moradores precisam se conscientizar que segurança não pode continuar sendo atribuição somente

da polícia. Tem que haver uma parceria entre os dois elos”, afirma Renan Arakaki. Segundo ele, os vizinhos tem mais condições de verificar algum movimento ou pessoa estranha nas proximidades de sua casa, o que facilitaria o trabalho da polícia na abordagem.

“A ideia do projeto é que cada morador seja uma ‘câmera viva’, ou seja, os olhos da Polícia Militar naquela localidade e acionem a PM caso seja necessário e proporcionando, também, uma aproximação entre a polícia e a comunidade”, explica o coordenador.

Além do 190, os moradores podem se comunicar direto com os militares, o que agiliza o atendimento. “Sabendo utilizá-las, as novas tecnologias são muito úteis entre os vizinhos, porque oferecem a possibilidade de as pessoas se conhecerem e estabelecerem vínculo para proteção umas das outras”, diz o subcomandante do 4º Batalhão, que alerta sobre o surgimento de projetos semelhantes na cidade mas com interesses financeiros,

patrocinados por empresas de segurança com o objeto de vender serviços de monitoramento. “O projeto Rede de Vizinhos Protegido não tem qualquer vínculo com esse tipo de comércio. Se por acaso nos grupos que solicitarem o apoio da Polícia Militar surgirem empresas querendo vender seus produtos, não vamos participar, porque não há necessidade. Se bem organizada, a rede funciona muito bem, sem necessidade de custos”, alerta.

COMO SOLICITAR A REDE

O primeiro passo é organizar os vizinhos num grupo de rede social e depois solicitar uma visita dos coordenadores do projeto para explicar o funcionamento da rede.

Contato



991670891
Capitão Arakaki

Empresa monta câmeras na QE 30

Sistema de monitoramento é privado e custeados pelos próprios moradores

Os moradores dos conjuntos “C” e “E”, e nos próximos dias os do conjunto “A”, da QE 30 conseguem visualizar, através de um aplicativo no celular ou no computador, o que está acontecendo na sua rua e nas proximidades de sua casa. O serviço está sendo oferecido por uma empresa particular, a JL Security, que está instalando câmeras nos dois lados da rua – início e final – e outras no meio, e as imagens podem ser acompanhadas em tempo real, através da Internet, por quem adquirir o aplicativo, que custa R\$ 450. Não há cobrança de mensalidade.

As câmeras filmam em 180/360 graus, com visão noturna. Os becos são vigiados por câmeras fixas. O serviço é complementado por um sistema de sirenes, instaladas nas câmeras, que podem ser acionados pelo próprio morador, através do aplicativo, se

perceber alguma anormalidade na rua, como, por exemplo, um caminhão de mudança em frente à sua casa, um tipo de furto muito comum no Guará, praticado durante a ausência mais longa do morador.

BIG BROTHER DO GUARÁ

O projeto não é novo e há dois anos foi implantado no Lago Norte pelo empresário João Porfílio da Fonseca. A proposta da empresa é estender o monitoramento para todas as ruas da QE 30 inicialmente e depois partir para a QE 34, até atingir todo o Guará, num grande “big brother”.

O monitoramento custa em média R\$ 450 por morador, para a implantação das três câmeras na rua e a do beco. Mas, segundo Porfílio, se houver uma quantidade maior de adesão de moradores, a rua pode ter mais câmeras, o que aumenta a seguran-



ça. Mas, diferente do projeto Rede de Vizinhos, o sistema não tem comunicação direta com a polícia, que terá que

ser avisada pelos próprios moradores em casa de verificar alguma irregularidade ou risco à sua segurança.

Câmeras monitoram os dois lados da rua e também os becos

ALMOÇOS INDIVIDUAIS

A opção mais prática, econômica e saborosa pro seu dia a dia.

FILÉ À PARMECIANA POR R\$ 19,90
SERVIDO COM ARROZ BRANCO E FRITAS

FRANGO GRELHADO POR R\$ 16,90
SERVIDO COM LEGUMES E ARROZ BRANCO

CARNE DE SOL COM QUEIJO POR R\$ 18,90
SERVIDA COM ARROZ BRANCO, FEIJÃO TROPEIRO E MANDIOCA

FILÉ DE TILÁPIA POR R\$ 19,90
SERVIDO COM ARROZ BRANCO E FRITAS

PICANHA GRELHADA POR R\$ 19,90
SERVIDA COM ARROZ BRANCO, FRITAS, VINAGRETE E SALADA

📍 QE 42, Conj. A - Guará II
☎ (61) 3964-0066
🌐 www.chaledatraira.com.br
📱 chaledatrairabar
📷 chaledatraira

*Promoção válida de segunda a quinta, das 11h às 16h (exceto feriados).

Dengue volta a assustar guararaense

Casos no DF aumentaram 665% em um ano. No Guar4 já ocorreu uma morte em 2019. N4cleo de Vigil4ncia Ambiental investe na preven4o

Mesmo com as campanhas de conscientiza4o para os riscos da prolifera4o da doen4a, os casos de dengue tem aumentado no Guar4 e no Distrito Federal. Em fevereiro, a regi4o sob responsabilidade da Vigil4ncia Sanit4ria do Guar4, registrou 10 casos confirmados na cidade e outros 20 na Regi4o da Estrutural. Em mar4o foram 24 casos, com a morte de uma gr4vida de 23 anos. No total de 2019 foram 90 pacientes identificados com a doen4a na regi4o, quatro vezes mais do que no primeiro trimestre de 2018.

De acordo com o 4ltimo boletim da Secretaria de Sa4de, divulgado em 1º de abril, a quantidade de ocorr4ncias de dengue tinha aumentado 32% em apenas uma semana e, at4 16 de mar4o, foram confirmados 4.339 casos de dengue no primeiro trimestre de 2019, contra 2.463 casos registrados em 2018. Se comparada ao primeiro trimestre do 4ltimo ano, a diferen4a 4 maior ainda: entre janeiro e mar4o de 2018, foram 542 casos, n4mero 665% menor proporcionalmente a 2019. A quantidade de mortes 4 seis vezes maior do que o per4odo relativo a janeiro a mar4o de 2018, quando aconteceu apenas uma morte por dengue no Distrito Federal.

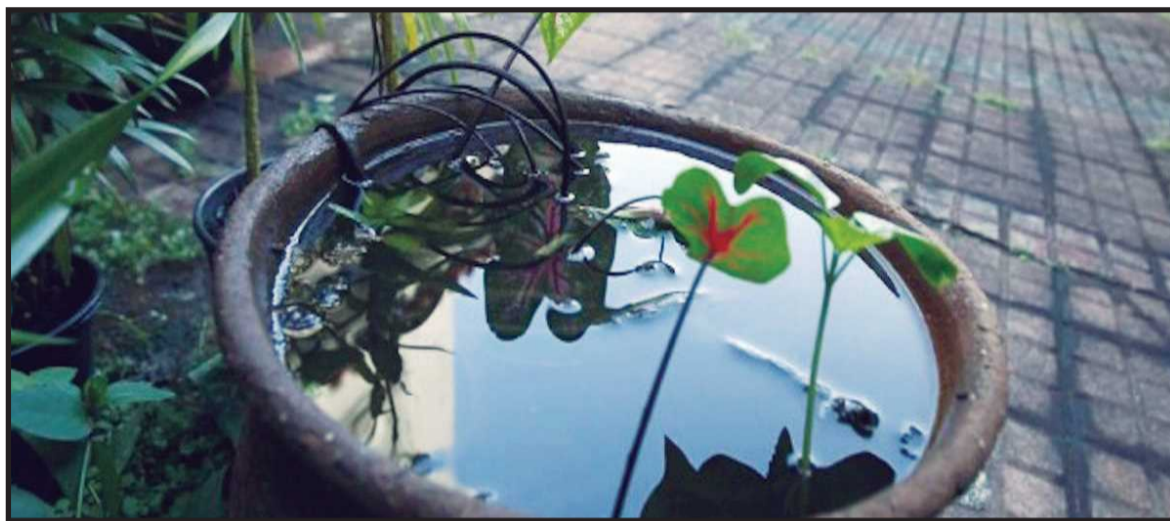
Embora os n4meros da Regi4o do Guar4 sejam relativamente pequenos em rela4o ao DF, eles s4o muito maiores do que os casos na cidade em 2018.

Mas n4o 4 somente o descuido dos moradores a causa do aumento dos casos de dengue no Distrito Federal. Segundo o m4dico sanit4rista da Fiocruz, Cl4udio Maierovitch, fatores clim4ticos tem influenciado bastante na pro-

lifera4o. “Todo ano temos per4odo de chuvas e secas, mas a quest4o 4 que, quando as chuvas se intercalam com o sol, facilitam que o mosquito complete o ciclo”, explica. De acordo com n4meros do Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet), a chuva caiu com menos abund4ncia no DF neste ano. Enquanto nos tr4s primeiros meses de 2018 o 4ndice de precipita4o foi de 664,9 mil4metros, entre janeiro e mar4o de 2019, choveu apenas 492mm. “Quando voc4 tem chuva o tempo todo, todos os recipientes expostos s4o lavados naturalmente, ent4o as larvas morrem”, completa Maierovitch.



“Temos investido principalmente na conscientiza4o do morador, porque temos apenas 17 agentes na unidade para cobrir toda regi4o de nossa responsabilidade, que, al4m do Guar4, envolve tamb4m SIA, Sof Sul, Arni-queiras, Areal, Vicente Pires e Estrutural. No total, temos apenas 48 servidores para realizar todo esse monitoramento”, diz Isabel Lana, da Vigil4ncia Ambiental



Mesmo com campanhas de conscientiza4o, moradores continuam negligentes em rela4o aos cuidados contra o mosquito

MOBILIZA4O NO GUAR4

O aumento da incid4ncia da dengue na regi4o est4 mobilizando toda a equipe da Vigil4ncia Ambiental do Guar4. Mesmo com uma equipe pequena em rela4o ao recomend4vel pelos 4rg4os de sa4de, a chefe do n4cleo, Isabel Lana, conta que o esfor4o para combater o mosquito tem ido ao limite.

Segundo Isabel, todos os dias as equipes percorrem os pontos mais cr4ticos, conversando com moradores e empres4rios e verificando se h4 focos de dengue. No caso do Guar4, a preocupa4o das equipes 4 principalmente com o Setor de Oficinas (4rea Esp4cial 2A), QE 40/Polo de Moda e QI/QE 12/14, por causa das car4acas de ve4culos e pneus, e 4reas verdes mal cuidadas.

Al4m da conscientiza4o dos moradores, a Secretaria de Sa4de est4 investindo no velho m4todo do fumac4, aqueles carros que borrifam inseticida nas 4reas mais vulner4veis. “Mas, 4 preciso lembrar que o inseticida s4o abate o mosquito e n4o a larva, que pode ficar incubada durante algum tempo para

depois eclodir em novo mosquito”, explica Isabel.

Para ajudar no combate, o governador Ibaneis Rocha anunciou na semana passada o apoio do Ex4rcito, inicialmente com a participa4o de cerca de 1 mil militares nas ruas no trabalho de conscientiza4o dos moradores.

MULTA AOS DONOS DE IM4VEIS COM FOCO

Outra frente definida pelo governo no combate 4 dengue no DF 4 a promessa de cobran4a de multa aos donos ou ocupantes de im4veis do Distrito Federal que sejam focos de infesta4o do mosquito *Aedes aegypti*. A multa pode chegar a R\$ 2 mil.

De acordo com a legisla4o, quem for negligente com os cuidados em casa pode ser advertido ou at4 mesmo multado. “A sa4de p4blica faz o seu papel na preven4o e na educa4o, apontando os cuidados que devem ser tomados para evitar a prolifera4o do mosquito. Cabe 4 popula4o cumprir sua parte”, afirma o diretor de Vigil4ncia Sanit4ria da Secretaria de Sa4de, Manoel Silva Neto.

A infra4o est4 prevista no Decreto n4 37.078/2016, que estabelece a responsabilidade compartilhada pela ado4o de medidas para evitar a prolifera4o do inseto. Nos locais em que forem identificados potenciais criadouros de vetores, havendo resist4ncia ou in4rcia na ado4o das medidas eficazes para elimina4o de focos ou aus4ncia de um respons4vel pelo local no momento da inspe4o, o fato ser4 encaminhado ao respectivo N4cleo de Inspe4o Ambiental da regi4o.

Desde a publica4o do decreto, mais de 100 autos de infra4o foram aplicados pela Vigil4ncia Ambiental do DF, alguns gerando multa. O dinheiro arrecadado 4 investido em a4o es de conscientiza4o na Sa4de.

“Quando o agente identifica o problema, 4 aberto um processo contra o morador, relatando o fato e dando um prazo para a defesa. Caso o processado n4o se manifeste ou sua justificativa n4o seja aceita, ele recebe a infra4o. A penalidade vai de advert4ncia 4 multa m4nima de R\$ 2 mil”, explica Manoel Silva Neto.

Conheça os sintomas da dengue

A dengue é transmitida pela picada do mosquito fêmea *Aedes aegypti*. Após picar uma pessoa infectada com um dos quatro sorotipos do vírus, a fêmea pode transmitir a doença para outras pessoas. Há registro de transmissão por transfusão sanguínea.

Não há transmissão da mulher grávida para o feto, mas a infecção por dengue pode levar a mãe a abortar ou ter um parto prematuro, além da gestante estar mais exposta para desenvolver o quadro grave da doença, que pode levar à morte.

A dengue é causada por vírus (DENV 1, 2, 3, 4 ou 5). No Brasil existem os quatro primeiros tipos da doença.

Os sintomas da dengue incluem febre, cansaço, dor de cabeça, dor no fundo dos olhos. Não há tratamento específico, sendo recomendado repouso, analgésicos, antitérmicos e manter-se bem-hidratado. No entanto, algumas pessoas podem desenvolver uma forma mais grave da doença, chamada dengue grave – a dengue hemorrágica, caracterizada por vazamento vascular, hemorragia grave e falência de órgãos, sendo potencialmente fatal.

Mês tendo sido contaminado uma vez, a pessoa não fica imune e pode ser contaminado novamente, mas de outro tipo da doença. Nesses casos, há maior risco do desenvolvimento de dengue hemorrágica. A variação da doença está relacionada à reação exagerada do organismo ao vírus e, por isso, uma segunda exposição é mais grave, podendo levar à hemorragia interna e à morte se não for precocemente tratada.

Dengue tem cura

São indicativos de dengue clássica:

- Dor de cabeça intensa;
- Dor no fundo dos olhos;
- Dificuldade para movimentar as articulações;
- Dor muscular em todo o corpo;
- Tonturas, náuseas e vômitos;
- Pintinhas vermelhas pelo corpo com ou sem coceira.

Já no caso da dengue hemorrágica, os sintomas incluem manchas vermelhas na pele, hematomas e sangramentos frequentes do nariz ou gengivas.

A dengue, na maioria dos casos, tem cura espontânea depois de 10 dias. A principal complicação é o choque hemorrágico, que é quando se perde cerca de 1 litro de sangue, o que faz com que o coração perca capacidade de bombear o sangue necessário para todo o corpo, levando a problemas graves em vários órgãos e colocando a vida da pessoa em risco.

Como toda infecção, pode levar ao desenvolvimento Síndrome de Guillain-Barre, encefalite e outras complicações neurológicas.

Não existe tratamento específico para a dengue. Em caso de suspeita é fundamental procurar um profissional de saúde para o correto diagnóstico.

A assistência em saúde é feita para aliviar os sintomas. Estão entre as formas de tratamento:

- fazer repouso;
- ingerir bastante líquido (água);
- não tomar medicamentos por conta própria;
- a hidratação pode ser por via oral (ingestão de líquidos pela boca) ou por via intravenosa (com uso de soro, por exemplo);
- o tratamento é feito de forma sintomática, sempre de acordo com avaliação do profissional de saúde, conforme cada caso.



Como prevenir a dengue?

A melhor forma de prevenção da dengue é evitar a proliferação do mosquito *Aedes Aegypti*, eliminando água armazenada que podem se tornar possíveis criadouros, como em vasos de plantas, lagões de água, pneus, garrafas plásticas, piscinas sem uso e sem manutenção, e até mesmo em recipientes pequenos, como tampas de garrafas.

Roupas que minimizem a exposição da pele durante o dia - quando os mosquitos são mais ativos - proporcionam alguma proteção às picadas e podem ser uma das medidas adotadas, principalmente durante surtos. Repelentes e inseticidas também podem ser usados, seguindo as instruções do rótulo. Mosquiteiros proporcionam boa proteção para aqueles que dormem durante o dia, como bebês, pessoas acamadas e trabalhadores noturnos.

No momento, só existe uma vacina contra dengue registrada na Anvisa, que esta disponível na rede privada. Ela é usada em 3 doses no intervalo de 1 ano e só deve ser aplicada, segundo o fabricante, a OMS e a Anvisa, em pessoas que já tiveram pelo menos uma infecção por dengue.

Esta vacina não está disponível no SUS, mas o Ministério da Saúde acompanha os estudos de outras vacinas.



THAÍS
IMOBILIÁRIA,
a número 1
no coração
dos brasileiros

8 vezes Top of Mind
do Distrito Federal



Thaís
IMOBILIÁRIA

Tel. **3031-2225**

M P SUPERMERCADO MENOR PREÇO

Promoção válida até 21/04/2019

Feliz PÁSCOA



Arroz Paranaíba 5kg
R\$ 10,29 un.



Leite Integral Italic ou Quatá 1L

Oferta Especial



Flocão Ubon 500g

R\$ 0,99 un.



Salgadinho Cheetos Onda ou Lua

R\$ 1,99 un.



Suco Del Valle Frut 1 Litro Sabores

R\$ 3,49 un.



Pão de Queijo Club ou Fazenda 1kg

R\$ 7,49 un.



Rosquinha de Coco Rancheiro 800g

R\$ 4,79 un.



Biscoito Recheado Bauducco 140g Sabores

R\$ 1,29 un.



Bolinho Bauducco 40g Sabores

R\$ 0,89 un.



Energético Monster 473ml Sabores

R\$ 5,49 un.



Odorizador Glade 360ml Fragrâncias

R\$ 6,99 un.



Papel Higiênico Duetto c/ 12 Unid.

12 R\$ 10,99 un.



Sabonete Rexona 85g Fragrancias

R\$ 0,99 un.



Sabão em Pó Brilhante 2kg

R\$ 11,99 un.

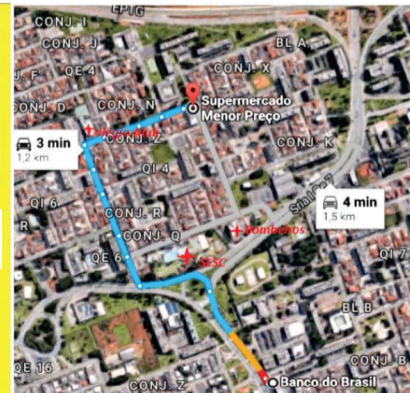
M P SUPERMERCADO MENOR PREÇO

Fone: (61) 3042-7991

Ofertas válidas para a loja

QI 04 - Bloco A - Lote 4- Loja 1 - Guará 1 - DF

Ponto de Partida Banco do Brasil



Os preços citados neste impresso são em Reais e válidos até 14/04/2019 ou enquanto durarem os estoques, preyalcedo o que ocorrer primeiro. Após esta data os preços voltam ao normal. Garantimos a quantidade de 3 unidades ou 3 kg de cada produto. Para melhor atender nossos clientes, não vendemos por atacado. Reservamo-nos o direito de limitar, por cliente, a quantidade dos produtos anunciados. É proibida a venda e a entrega de bebidas alcoólicas a menores de 18 anos. Salvo erro de impressão e diagramação. As fotos são meramente ilustrativas e não guardam proporção entre si. O Supermercado Menor Preço se reserva o direito de corrigir eventuais erros gráficos ou de digitação, através de uma errata em comunicado impresso na loja, sob a forma de correção e informação, dispensando assim a obrigação de recolhimento do material impresso. Respeite a vaga de estacionamento para pessoas com deficiência e idosos. O Ministério da Saúde adverte: o aleitamento materno evita infecções e alergias e é recomendado até 2 anos de idade ou mais. São proibidas a venda e a entrega de bebidas alcoólicas a menores de 18 (dezoito) anos (art. 81, II do estatuto da criança e do adolescente). O Ministério da Saúde adverte: cerca de 70% dos acidentes de trânsito fatais são causados pelo consumo de álcool. Se beber não dirija. Aprecie com moderação.



Proposta de eleição de administrador vem desde 1991

Projeto foi apresentado na Câmara Legislativa pelos ex-deputados distritais Geraldo Magela e Edimar Pirineus

Não foi Rodrigo Rollemberg o idealizador da eleição direta de administrador regional como sempre foi divulgado. Muito antes dele apresentar a proposta quando era deputado federal, depois senador e recentemente como governador, os ex-deputados distritais Geraldo Magela e Edimar Pirineus já haviam apresentado projetos sobre o assunto na Câmara Legislativa em 1991.

Não foi um projeto a quatro mãos e cada um apresentou na época uma proposta diferente. O de Magela propunha eleição direta dos administradores regionais 180 dias após a aprovação na Câmara Legislativa e o de Pirineus para o início do governo seguinte, em 1995.

A convite do **Jornal do Guará**, Magela veio à cidade apresentar e discutir o seu projeto com as lideranças locais. O então deputado distrital garantia que a proposta seria aprovada e incluída na Lei Orgânica, que estava sendo discutida na Câmara Legislativa, por causa da aprovação da ideia pela maioria dos deputados distritais da época. O risco, segundo ele, seria o veto do então governador Joaquim Roriz.

Entre as lideranças do Guará na época, se pronunciaram a favor do projeto o presidente da Associação dos Moradores do Guará, Samuel Santana, o vice-presidente do PMDB/Guará, Manoel Messias, Márcia Fernandes, presidente do PMDB/Guará, e Arthur Aguiar, vice-presidente da AMG.

JORNAL DO GUARÁ
Política
5

ELEIÇÃO DIRETA DO ADMINISTRADOR REGIONAL

Autor do projeto garante aprovação

O deputado distrital Geraldo Magela (PT) veio ao Guará discutir o seu projeto com líderes e garantiu a aprovação talvez para este ano



Magela no Guará discutindo o projeto

Se daqui a um ano ou para coincidir com o fim do mandato do governador Roriz em 95 não se sabe ainda, mas o certo é que a eleição direta dos administradores regionais é considerada irreversível. Os autores dos dois projetos sobre o assunto, os deputados distritais Geraldo Magela (que propõe eleições em 180 dias após a aprovação) e Edimar Pirineus (para daqui a quatro anos) estão conseguindo a cada dia mais apoio, tanto dos outros parlamentares quanto das entidades representativas e da comunidade em geral.

"A aprovação é certa, mas o risco existe na possibilidade do Governador Roriz vetá-lo, mas se houver uma pressão popular ele não terá como deixar de aprová-lo", advertiu o deputado Geraldo Magela (PT), que esteve no Guará debatendo o seu projeto com as lideranças locais, a convite do **Jornal do Guará**. Magela está propondo uma mobilização popular pela aprovação, com abaixo-assinados, plebiscito, debates e comícios, "para que ninguém tenha a coragem de ir contra a vontade do povo".

O deputado prevê que o seu projeto será um dos primeiros a ser apresentado na Assembleia para votação assim que for aprovado o Regimento Interno no final de abril ou início de maio. Magela lembrou que os oposito-

res à ideia vão tentar prorrogar a votação para que o projeto seja apreciado após a aprovação da Lei Orgânica do DF. "Antes, serão necessários a metade mais um dos deputados, ou seja, 13 votos favoráveis. Com a Lei Orgânica, serão necessários 16 votos", explica.

INSTRUMENTOS PARA A AUTONOMIA

Magela voltou a explicar que pelo seu projeto o administrador eleito não correrá o risco de ser boicotado pelo Governador na distribuição de verbas no caso dos dois não serem afinados politicamente. "Estamos propondo o Conselho de Administradores, dirigido pelo Governador, mas integrado pelos administradores, e todos eles vão dividir o bolo do orçamento", garante, lembrando a própria relação de independência do Governador do DF em relação ao presidente da República, mesmo o Distrito Federal dependendo 70% do seu orçamento de repasse da União. "Essa dependência vai depender muito da força do administrador eleito para mobilizar a comunidade quando sentir-se boicotado. E governador algum é louco para contrariar o povo", diz Magela.

O próprio administrador pelo projeto terá sua gestão fiscalizada por um Conselho Comunitário, integrado por representantes da comunidade e nesse caso o de-

putado admite que ainda não chegou a uma solução considerada ideal. "Se não for eleito, teremos o risco da formação de conselhos de afilhados, ou seja, os escolhidos seriam os de interesse do Governo e isso inviabilizaria a ideia. Por outro lado, não dá para indicar por entidade, porque as associações comunitárias em Brasília são, na sua maioria, criadas somente para defesa de interesses particulares e políticos de seus dirigentes, não têm representatividade". O deputado diz que tem dúvida se a eleição desses membros não caracterizaria a Câmara de Vereadores, o que contraria a Constituição que proíbe a municipalização do Distrito Federal.

Quando ao processo eleitoral, Geraldo Magela informou que está providenciando uma emenda propondo delegar ao Tribunal Eleitoral a responsabilidade, e se não for possível a própria Assembleia Legislativa assumiria a realização das eleições.

LÍDERES GARANTEM APOIO

A sugestão de mobilizar a comunidade foi bem aceita pelos líderes comunitários que participaram do debate. Cafu, primeiro suplente de distrital pelo PT, garante que não será difícil sensibilizar o povo por mais essa conquista, "porque todos estão cansados de tanto autoritarismo e o cargo de administrador regional deve ser da vontade dos moradores da sa-

télite". Samuel Santana, presidente da Associação de Moradores do Guará, lembra que a própria eleição do governador e dos deputados distritais e federais foi conseguida "com muita luta popular". Samuel observou que hoje o administrador "é mais um empregado do Governo, com um contrato de trabalho que pode ser rescindido sem maiores explicações". Arthur Nazaré Aguiar, da AMG, sugeriu que o cargo de representante no Conselho Comunitário não seja remunerado "para evitar interesses particulares, nepotismo e outras artimanhas por quem quiser apenas usufruir do poder".

Menoel Messias, vice-presidente do PMDB, lembrou que o próprio governador Joaquim Roriz se pronunciou favorável à eleição, "desde que o administrador tivesse autonomia. Então, ele que procure dar essa autonomia, porque ele tem poderes para encontrar os mecanismos para isso". Divino Alves, ex-administrador regional indicado, sugeriu que a Assembleia Legislativa procure fazer um lobby, com o apoio da sociedade, para, na revisão da Constituição, em 93, seja permitida a municipalização do Distrito Federal. "Seria a única forma de realmente dar a autonomia aos administradores regionais. O perigo é que a representação de Brasília é mínima no Congresso e não há interesse das outras bancadas em ampliar a autonomia do Distrito Federal". E Márcia Fernandez, presidente do diretório do PMDB, sugeriu que a própria Assembleia participasse da distribuição do orçamento "para evitar pressões aos administradores eleitos".

Casa de Oxalá — ILÊ

- Artigos de umbanda
- Candomblé
- Tabacaria em geral

A mais nova casa de umbanda do Guará II
All Shopping — loja 7-A — Fone: 567-0534

Elétrica Lara

OFICINA ESPECIALIZADA

WALITA

OFICINA AUTORIZADA

PHILIPS BRAUN

Electrolux

LORENZETTI

QE-7 Bloco B - Loja 2 Fone: 567-2073

MATERIAL ELÉTRICO E ACESSÓRIOS
PARA ELETRODOMÉSTICOS
ANTENAS PARA TV A CÔRES
TRILHOS PARA CORTINAS

FAME

BLACK & DECKER

SINTEX TIGRE

Lovely Calçados



- Calçados masculinos e femininos
- bolsas
- cintos

E FOTO

Material e revelações

Galeria Karim - loja 17 - guará I

Massas inusitadas com chocolate para a Páscoa

Nonna Augusta inova com pratos diferentes para a Páscoa, estão no cardápio também, talharim com tinta de lula e camarões, lasanha de bacalhau

Em funcionamento desde 2017, o Nonna Augusta é um encontro com a gastronomia italiana no Guará. As massas da casa são de sêmola grano duro e ovos, são todas preparadas artesanalmente no local. Outro diferencial é o forno a lenha que preserva o ar intimista e acolhedor das delícias.

Entre as opções do cardápio para a Páscoa estão os variados tortellinis, talharins e a lasanha de bacalhau. Tortellini com massa de chocolate com ricota, nozes, castanhas de bauru e raspas de limão ao molho alfredo (R\$ 32,80), tortellini com massa de espinafre harmonizada com ricota, com recheio de chocolate belga ao molho pesto de manjeriço e pecorino (R\$ 32,80), tortellini com filé de pato desfiado com cogumelos, ao molho de tamarindo (R\$ 39,90).

Para os pequenos, a versão kids do talharim de chocolate salteado com azeite ou manteiga, com cenouras baby e ervilhas frescas (R\$ 33,80). O nome do restaurante é uma homenagem à mãe da proprietária Rosana Braga, apaixonada por gastronomia, foi criada na cozinha cercada de aromas e temperos "Nossas receitas foram passadas pela matriarca e aprimoradas pela chef Anna Caribé, o amor pela culinária e pelo prazer de sentar-se a mesa com a família e os amigos é o que nos motiva", explica.



Talharim com massa de tinta de lula, salteado com azeite de ervas frescas, camarões e tomates cereja (R\$ 49,90)

A chef Anna Caribé é formada pelo ICIF (Italian Culinary Institute for Foreigners) na Itália e especialista em boulangerie, patisserie pela Mausi Sebbes na Argentina, Lenotre e INBP na França, foi também docente no curso de gastronomia do CEUB e atualmente leciona na Unieuro, também no Senac. O cardápio abrange outras opções como tábuas

de frios, pizzas doces e salgadas, nhoques, parmegianas, lasanhas, raviólis, rondelis, sopas, além de opções para vegetarianos de lasanha e espagete de pupu-

nha. As opções de sobremesas também são muitas, como o tradicional pudim de leite com calda de caramelo, brownie com sorvete, brigadeiro, panna cota e peras ao vinho. Para beber, a casa possui carta de vinhos com rótulos nacionais e internacionais, além de sabores de soda italiana e cervejas artesanais.



Lasanha de bacalhau com queijo ao molho branco (R\$ 40,90)

**NONNA
AUGUSTA**

QI 27 bloco A loja 18

(061) 3554- 1256

 **@nonnaaugusta**

**Horário de funcionamento:
Segunda, terça e quarta
das 18h às 23h e de quinta
a domingo das 12h às
23h, o restaurante não faz
entregas.**



Guará em Brasa volta neste sábado

Neste sábado, a Kombiando e o Jornal do Guará voltam à frente da Administração Regional, na Praça Cívica para o Guará em Brasa. Um evento feito de blues, churrasco e cerveja boa.

As novidades desta edição é o show do músico Gleisson Chaves (foto) e a presença da Máquina do Chopp, um foguete servido os melhores choppes da Oktos.

O evento acontece todos os sábados de abril na praça Cívica, em frente à Administração do Guará e ao lado da Feira do Guará. O churrasco ficará por conta do Ribs on The Truck, Monter BBQ e Artesanal Burger, além da Kombi do Coletivo 61, bar de economia compartilhada de Brasília.





a personificação musical do poder feminino

Atriz, cantora e compositora, a guaraense Helen Dieb, moradora do Guará, leva aos palcos, olho e ouvidos uma completa personificação da força da mulher. Suas letras fortes, seu gestual marcado, a voz imposta ainda que tenra, destacam-se no meio das muitas musicistas talentosas de Brasília.

Helen começou muito cedo a dedicar-se à arte, e depois de 10 anos como atriz, descobriu a possibilidade de trabalhar com música aos 26 anos, “juntamente com a carreira vitalícia de mãe”, como prefere definir. “E minha trajetória enquanto cantora começou daí, comecei a cantar e interpretar músicas covers e autorais no Feitiço Mineiro, apresentando essa minha versatilidade artística. E no ano de 2016 comecei a compor músicas autorais e de intensidade que alcançaram os corações daqueles que ouviam e ouvem na época”.

ESTILOS

“Eu defino meu trabalho

musical como a tentativa de junção de minhas referências, como a maioria dos músicos fazem, e estou nessa empreitada desafiando minha própria limitação em composições... procuro percorrer as diversas vertentes brasileiras, desde a MPB clássica até a Nova MPB, com junções de ladinhas, forró, pegadas latinas e flamencas... confesso que nunca parei muito pra pensar em questão de gêneros musicais que eu trabalho, só deixo a inspiração melódica que as minhas próprias poesias me apresentam”, conta.

A performer aproveita a experiência como atriz para dar mais valor às palavras ditas e à responsabilidade de passar uma mensagem e presentear ao público novas experiências e “tentar dizer o que todos tentam dizer, mas de certa forma são limitados a dizer”.

CARREIRA

Atriz e professora formada pela Faculdade de Artes Dulcina de Moraes e até o ano

de 2015, trabalhou na arte da atuação. Viajou ao Chile com um trabalho de imersão no Teatro Físico sobre a vida e obra de Frida Kahlo, e para Nova York com o trabalho de clown e musical na Avenida Original do Brazilian Day. E desde 2015 começou a apresentar-se na cidade com trabalhos musicais, apresentando músicas autorais e covers pelo Feitiço Mineiro. “Lá participei de alguns projetos no qual eu fazia essa junção: um dia cantei em homenagem a Clara Nunes, outro dia atuei e cantei música em projeto de Teatro- Samba com o cantor Fabinho, no outro apresentei meu universo artístico com músicas e autorias. Daí surgiram as minhas possibilidades por navegar nesse mundo da música. Em 2016 comecei a compor sem nenhuma pretensão, apenas desabafo por problemas pessoais que estava passando, e comecei a apresentá-las em eventos alternativos da cidade do Guará. E desde então não parei. De forma independente gravei meu primeiro disco intitulado

Dó ao Sol- Lado A, e estou nessa aventura maravilhosa que é estar no lugar de Mulher Compositora”, resume a artista.

Hoje ela apresenta-se em dois projetos distintos: Clube na Nossa Esquina, que é um projeto que valoriza a música autoral na cidade de Brasília, onde toca o projeto Helen Dieb e Os Camarás (com Júnior Pai de Santo e Pedro Cardoso); e Laboratório dos Malditos, que é um projeto teatral viabilizado pelo grupo de teatro Hierofante, pesquisando o trabalho do psicofísico juntamente com as poesias dos poetas malditos (Allan Poe, Rimbaud, Baudelaire etc).

MULHER MULTITAREFA

Fora dos palcos, Helen é mãe do pequeno Heitor em tempo integral e professora de artes da Secretaria de Educação. É colunista da revista digital Tendência Inclusiva (link abaixo), de uma revista digital de inclusão, chamada Tendência Inclusiva. “Assino a coluna de Doenças Raras, que é uma das causas de luta que

assumo com muita vontade e sede de fazer a diferença por essas pessoas que enfrentam diariamente todos os tipos de preconceitos”, conclui.



SIGA
HELEN DIEB

f /dieboche

ig @helen.dieb

OUÇA EM

YouTube

DEEZER Spotify

Para o seu
comércio ou para
a sua casa,
aqui, todo dia é
mais barato!

ATACADÃO
DIA A DIA DD
TODO DIA MAIS BARATO!



www.atacadaodiaadia.com.br

**HORÁRIO DE
FUNCIONAMENTO**

SIA, SOBRADINHO E TAGUATINGA
SEG A SÁB: 07h às 22h.
DOMINGO E FERIADO: 07h às 20h.

CEILÂNDIA E SANTO ANTÔNIO DO DESCOBERTO
SEG A SÁB: 07h às 22h.
DOMINGO E FERIADO: 07h às 18h.

LUZIÂNIA
SEG A SÁB: 07h às 22h.
DOMINGO E FERIADO: 07h às 17h.

ACEITAMOS OS CARTÕES DE DÉBITO, CRÉDITO E ALIMENTAÇÃO



VISA



**VISA
Electron**





PROFESSOR KLECIUS

SABE COM QUEM ESTÁ FALANDO ?

No início de Brasília, (há mais de 50 anos) esta frase era muito conhecida e bastante usada pelas autoridades da nova capital. Era a famosa “carteirada” usada para impor a autoridade mesmo que não fosse. E não é que o nosso governador parece que quer oficializar a volta da referida prática!. Nesta segunda-feira (dia 8) editou o decreto 39 764/19 que dispõe sobre a emissão de carteiras de identidade funcional ao Governador, Vice-governador, Secretários de Estado, Presidentes, Diretores das Autarquias, Empresas Públicas e Sociedades de Economia Mista. As carteiras terão FÉ PÚBLICA E VALIDADE EM TODO TERRITÓRIO NACIONAL. Serão emitidas, ainda, carteiras no mesmo padrão para o cônjuge e os parentes até segundo grau (filhos, pais, etc) do governador e vice-governador.

CARTEIRADA EM TODO BRASIL

As carteiras serão emitidas pela Polícia Civil e terão o brasão do Brasil e do Distrito Federal com todos os dados, foto e assinatura do portador. Não deixará nenhuma dúvida de que o portador é uma “autoridade” e aí haja distribuição de CARTEIRADAS. Quanto ao uso pelos filhos e pais, até parece que voltamos à MONARQUIA, ressaltando a autoridade pelo sangue nobre.

TENENTE CORONEL DE BRASÍLIA

Como dissemos, era tão comum a carteirada para a entrada em eventos e para se sentir importante que tem uma historinha que dizem ser verdadeira: “Um cobrador da então famosa e hoje falida empresa de ônibus TCB (Transportes Coletivos de Brasília) usando o uniforme da empresa com o “brasão” T C B no bolso da camisa entrou de férias e viajou para o Nordeste e carteirava para entrar em qualquer local, passando-se por Tenente Coronel de Brasília. Dizem que até arrumou uma noiva rica!!!

REFORMA DO ESTÁDIO DO GUARÁ

Estamos na expectativa da reforma do estádio do Guará e como a tão cobiçada Parceria Público Privada (no modelo de concessão, o que é pior) foi adiada para o segundo semestre, temos confiança que o novo secretário de Esportes do DF LEANDRO CRUZ FRÓES irá providenciar a reforma, sem a necessidade da tal concessão. Aliás de acordo com as palavras da ex-secretária de Esportes e hoje Senadora Leila Barros, a secretaria teria recuperado a verba da reforma. Como a promessa da ex-secretária não foi cumprida, temos a certeza que o novo secretário irá dar este presente ao Guará, REFORMANDO O NOSSO ESTÁDIO.

Guaraense defende cinturão no MMA

Neste sábado dia 13 de abril, o guaraense TARCISIO ROMANO fará uma luta de MMA em Paracatu defendendo o cinturão na categoria 57 kg. É mais um da nossa cidade se destacando no esporte e vamos torcer para que saia vencedor e permaneça com o cinturão para alegria dos seus amigos, familiares e de toda cidade. É Guará, sempre!!!

TRIBUNAL REGIONAL ELEITORAL CASSA DISTRITAL

Nesta semana, o TRE cassou o mandato do deputado distrital JOSÉ GOMES por abuso econômico e de poder nas eleições do ano passado. É mais um dono de empresas de Conservação e Limpeza que tem contrato com o GDF e se elegeu (de acordo com o TRE) abusando do dinheiro e do poder de ser patrão dos seus eleitores. Esperamos que o TSE confirme a sentença e lembremos ao Tribunal Regional que tem mais... Aguardemos!!!

APROVADO O PLANO DE MANEJO DA REBIO DO GUARÁ

Através da instrução 04 de 03 de abril deste ano, publicada em 05 de abril e republicada em 09 de abril, foi aprovado o PLANO DE MANEJO da Reserva Biológica do Guará. Esperamos que o Fórum em Defesa dos Parques, Reserva Biológica e Recursos Hídricos do Guará se reúna para que seja discutido o referido plano e a sua implantação imediata. É de suma importância que seja implantado o plano e juntamente com as providências prometidas (que devem ser cobradas) pelo Sr. Secretário do Meio Ambiente, tenhamos um parque realmente ECOLÓGICO e que realmente melhore a qualidade de vida dos guaraenses.

MELHOR PLANEJAMENTO PARA LIMPEZA DO GUARÁ

Durante a semana lemos nas redes sociais postagens de moradores reclamando de que a operação de limpeza estava executando trabalhos em locais em que já tinham sido feitos os mesmos serviços e em outros nada era realizado. Houve morador que chegou até a reclamar do colega, chamando-o de mal agradecido e que deixasse limpar novamente. Não concordo. Temos que ajudar o poder público neste planejamento e o importante é que tenhamos mais locais limpos. É só a Administração fazer um cronograma dos serviços e, temos certeza, que no final teremos a nossa cidade limpa. A não ser que esta superposição de serviços seja proposital ou para agradar certos locais ou pessoas. Mas não acreditamos, pois se for verdade, aí temos que desacreditar totalmente no poder público.

FISIOTERAPIA AQUÁTICA

aqui na Academia Água Vida



AULAS INDIVIDUAIS E PERSONALIZADAS

BENEFÍCIOS DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA:

- AUMENTO DA PROPRIEDADE VISCOELÁSTICA
- ATIVAÇÃO MUSCULAR
- REDUÇÃO DE EDEMAS
- REAÇÃO DE ESTRATÉGIA DE EQUILÍBRIO
- AUMENTO DO RETORNO VENOSO
- DIMINUIÇÃO DA ESPASTICIDADE
- TEMPO DE RESPOSTA MAIOR
- INÍCIO DA TRÂNSFERÊNCIA DE PESO

Mais informações na secretaria da academia.



Maraisa Botelho
Fisioterapia Aquática Neurológica



*Conheça nossas novas
lojas na Asa Norte*

W3 NORTE 506 - 306N - 213N

Dona de Casa[®]

QUALIDADE E MELHOR PREÇO TODO DIA

*Frutas, legumes e verduras - Pizza assada na hora
Rotisserie - Padaria, Açougue e muito mais...*

Novas Lojas ASA NORTE - 306N e 506 | ÁGUAS CLARAS - Rua 7 Sul | ASA NORTE - CLN 213, Bloco D | SUDOESTE - CLSW 104, Bloco C | GUARÁ II - QE 30
TAGUATINGA - Sandú Norte QI 8 | SOBRADINHO I - Qd. 6 | ARNIQUEIRAS - SHA - Conjunto 4 - Ch. 75 | CANDANGOLÂNDIA - QR 5/7 | GAMA LESTE - Qd. 8

☎ 61 3246-4250 - [f](https://www.facebook.com/donadecassupermercados) /donadecassupermercados - www.donadecassupermercados.com.br



UMAS E OUTRAS

JOSÉ GURGEL

GUARÁ Um cinquentão abandonado

Parece que atentados contra o meio ambiente estão se tornando marca registrada do Guará, uma cidade cercada de verde, porém com forte tradição ao descaso com a natureza.

Dê uma olhada com atenção para as pessoas envolvidas em movimentos e campanhas para tentar salvar o nosso precioso verde que se faz presente no Parque Ezechias Heringer, o popular Parque do Guará, para nós que amamos a cidade representa o nosso precioso pulmão verde.

Tudo já foi tentado, todas as formas imagináveis de chamar atenção das autoridades contra essa verdadeira chacina ao meio ambiente, sem observar os verdadeiros atentados contra a nossa qualidade de vida dentro da própria cidade, cada dia recebemos tapas na cara de políticos que dizem amar o Guará e vertem lágrimas de crocodilos quando falam nisso.

Basta dar uma volta na cidade para ver os sinais dessas agressões criminosas contra o meio ambiente, que não é só o Parque do Guará que sofre com o descaso, a cidade sofre com os descabros que muitas vezes partem de órgãos que estão aqui para nos proteger e zelar pela preservação de espaços tão importantes para nossa saudável e imprescindível sobrevivência.

Agora nos deparamos com a moda de dotar, de forma errada, alguns locais com estacionamentos, para atender alguns chegados. Até árvores arrancam pela raiz. De forma criminosa segundo um morador da cidade, ambientalista e profundo conhecedor de problemas ambientais, pois que a cada dia passado, essas agressões aumentam e podem ser irreversíveis a longo prazo.

Mais uma vez vamos cruzar os braços, um gesto típico do Guaraense que parece pouco se importar com o problema ou não se liga muito, não largando sua zona de conforto nem a pau, para defender uma coisa que nos é tão cara e necessária!!

Aqui no reino do faz de conta, tudo aparenta ser parte de um tremendo conto de fadas, onde a Princesa cercada pelos Conselheiros Reais, a Bruxa, Moleque Saci e os bobos da corte em geral todos dando pitacos, que talvez no seu deslumbramento, sempre sorridente a tirar fotos para enfeitar o álbum do reino, sem que nada de proveitoso seja feito ou pensado, afinal, muitas dessas figuraças há muito já gravitam como urubus em volta do palácio.

Com isso o reino está cada vez mais esburacado, sujo e largado parecendo cão sem dono.

Os pobres aldeões, perplexos, não sabem o que fazer, só resta esperar que alguém um dia desperte dessa passividade e diga que a princesa está nua.

A roupa nova do rei é apenas uma parábola que estou usando, fazendo uma paródia livre para mostrar que por trás dessa fantasia, o que existe na verdade é apenas o fruto da nossa mente acomodada, sempre com ar de conformação para não ferir o "status quo", mas a realidade é dolorosa, ou como dizem por aí, talvez seja o buraco muito mais embaixo.

Juro que já estava quase me conformando com os imensos buracos no interior das quadras, na esperança de um dia o carro de nossa estimada e sorridente Administradora caísse em alguma cratera. Aí quem sabe, em vez de tirar uma foto sorridente ao lado do buraco, mandasse fazer um reparo geral na buracaiada que tomou conta das nossas ruas internas.

Esses buracos são coisa que não se vê nas ruas onde o pedido de algum chegado falou mais alto. O Caixa Preta me falou que lá para o lado da QE-15, QE-13 uma rua interna ganhou um asfalto novinho, onde os funcionários da Novacap fizeram um trabalho tão perfeito que mais parece um tapete no lugar do asfalto.

Parece coisa de cinema! Segundo o velho Caixa o tal asfalto mereceu um toque especial por parte do Detran e ganhou até uma nova marcação. Bem que podiam aproveitar o resto da tinta e marcar os buracos a serem consertados nas outras quadras, para evitar que carros caíam neles.

Está me parecendo que a "República dos Chegados" volta com força total e o restante da população cada vez mais distante.

Acorda Guará, até quando isso vai acontecer por aqui???



JOEL ALVES

GUARÁ VIVO

GUARÁ 50 ANOS Guará - a cidade das drogarias

O negócio parece ser bem lucrativo. São dezenas de drogarias e farmácias que proliferam na nossa Cidade. Em muitas quadras existem até mais de uma. No Ed. Consei, por Exemplo, tem três. E logo ao lado abriu mais uma recentemente. A grande quantidade de aposentados pressupõe uma grande procura por remédios.

A natureza cobra seu preço

As chuvas torrenciais dos últimos dias estão deixando um rastro de destruição e prejuízos para as famílias. Os tabletes de asfalto se espalham pelas ruas e os buracos causam prejuízos constantes para os motoristas. No começo deste mês já choveu mais que o período do mesmo mês no ano passado. Prejuízo enorme também é a colocação inútil de tapa-buracos que acabam sendo levados. A baixa qualidade do asfalto se esfarela nas ruas do Guará. E a previsão é de mais chuvas para os próximos dias. A natureza está inconstante e imprevisível.

Curta as rápidas

A CULTURA PULSA NO GUARÁ - Claudivan Santiago na viola, Tex na guitarra, Barto no Blues, Rafael Tavares na voz, Julimar dos Santos no pincel, Hamilton Zen, na tela. Paulo Vinícius na Dança, Brasília Blues Band no Blues também, Ataíde no artesanato, Di Ribeiro no Samba, e muito muito muito mais gente. Sem falar nos produtores culturais e nas meninas dos bolos artesanais deliciosos. Valeu galera do Guará.

- REDES ANTI-SOCIAIS – A agressividade está no ar. Parece que as pessoas revelam seu lado cricri, quando ficam atrás do computador ou celular. Por outro lado a união para resolver problemas sociais também tem mostrado serviço e sendo muito útil para a comunidade.

- MAIS NOVIDADES PARA O PRÓXIMO LAZER – Parece que as academias e os cursos de dança descobriram as maravilhas da divulgação de seus trabalhos através da exposição para a comunidade na Rua de Lazer. Várias exposições também estão sendo programadas. Além dos sorteios de brindes, claro.

- SEMANA QUE VEM TEM VIA SACRA NO GUARÁ – Várias Paróquias farão suas apresentações. Na Paróquia Maria Imaculada (EQ 15/17) tem ensaio todos os sábados à tarde. Preparação para a Sexta-Feira Santa.



- PRIMEIRAS AS GRÁVIDAS E AS CRIANÇAS – Começou a Campanha contra a Gripe no dia 10/04. Nos primeiros dias a prioridade são as grávidas e as crianças, depois do dia 22 serão outras categorias. Vacinar é importante, pois ao longo dos anos a gripe vai matando aos poucos.



Guará Office

o seu centro de negócios

ALUGUEL DE SALAS

QI 11 GUARÁ I - 3381 1170

QUEIMÃO DE ESTOQUE



Grand Siena 1.4
COMPLETÃO
só **45.990,00**

SIA TRECHO 3
3362.6230

CIDADE DO AUTOMÓVEL
3363.9099

NOROESTE/SAAN
3213.7800



BALI

Promoção válida até 31/01/2019 ou enquanto durar o estoque.