



ESCOLA INTEGRAL tempo melhor ocupado

Iniciado no Governo Arruda em 2009, o projeto de ensino integral nas escolas públicas do DF foi definindo nos governos posteriores até ser reduzido drasticamente ou por falta de

recursos ou deu lugar a outras prioridades. No Guará, das cinco escolas que iniciaram o projeto, apenas o Centro de Ensino Fundamental 5, entre as QEs 32 e 34, continua funcionando. São

120 alunos na própria escola e outros 80 numa parceria com o Sesc que praticam atividades extracurriculares no contra turno da grade.

Páginas 4 e 5

FUTEBOL FEMININO

Guará foi pioneiro da modalidade em Brasília

A Copa do Mundo Feminina começou nesta sexta-feira, porém a situação das meninas país afora que tentam uma carreira no esporte não é fácil. Mas, em 1983 o Guará já tinha seu próprio time feminino e Leni Silva (foto) era a craque da época (Página 9).



Plano Diretor do Parque do Guará vai andar

O vice-presidente da Câmara Legislativa, deputado Rodrigo Delmasso (PRB), morador do Guará, se reuniu com o presidente da Novacap, Cândido Teles e a administradora do Guará, Luciane Quintana, para

retomar o projeto de revitalização do parque Ezechias Heringer, conhecido como Parque do Guará. O projeto, elaborado no ano passado, estava parado na Novacap e agora será retomado (Página 7).



Tem festa junina no Guará!

Neste final de semana, de sexta a domingo, o Grande São João do Guará é a melhor opção de lazer para todas as idades e estilos. Com Forró

de Vitrola, Nego Rainer, Pé de Cerrado, Potência do Cerado, Forrozão Bambolê e as quadrilhas Se Bobeá a Gente Pimba e Sabugo de Milho. A festa

acontece a partir das 18h, atrás da 4ª Delegacia de Polícia, a entrada custa R\$ 5, mas crianças até 10 anos e idosos não pagam.



ALCIR DE SOUZA



AVC de Alírio

O diretor-geral do Detran e ex-administrador regional do Guará Alírio Neto sofreu um Acidente Vascular Cerebral no sábado, 1º de junho, e foi internado no Hospital Sírio Libanês de Brasília, mas passa bem.

Embora continue internado e acompanhado por uma equipe multidisciplinar, Alírio está se recuperando bem e não apresenta sequelas motoras. Ele vai continuar no hospital até a conclusão de todos os exames para saber a causa do AVC. Está recebendo visita apenas dos familiares.

Vandalismo e furto contra o Galáticos

A Associação Galáticos de Futebol, que investe na formação de jovens atletas, foi vítima de ladrões na semana passada. Os vestiários do clube, no campo de grama sintética da QE 38, foi invadido durante a noite. Os ladrões quebraram portas e furtaram bolas, uniformes e outros materiais esportivos.

Lamentável, principalmente se considerarmos as dificuldades que o clube enfrenta para manter suas atividades.



Conselho de Saúde não é contra o novo hospital

Diferente do que publicamos na semana passada, baseados numa postagem de um conselheiro nas redes sociais, o Conselho de Saúde do Guará não é contra a construção do novo hospital da Região Centro-Sul, previsto para ficar no Guará II, na QE 23, no terreno do Centro de Saúde 2.

Veja a nota enviada à coluna pela presidência do Conselho:

“O Conselho de Saúde do Guará solicita a correção sobre a nota dada a respeito da construção do Hospital da Região Centro-Sul, pois não reflete a decisão e votação realizada para o tema. Mesmo com alguns votos contrários, a decisão deferida foi pelo apoio à construção da unidade que em muito beneficiará nossa localidade. Há anos, este dispositivo legal de representação da sociedade no âmbito da Saúde do DF, vem lutando para que essa construção viesse a acontecer. Esse posicionamento foi reiterado pelos conselheiros na 1ª Reunião Ordinária do Conselho Regional do Saúde do Guará, no dia 26/02/19. O hospital virá para preencher o vazio assistencial atual, dentro da rede de urgência e emergência da Região de Saúde Centro-Sul que atende às cidades do Guará, Candangolândia, Núcleo Bandeirante, Estrutural, Setor de Indústria e Abastecimento (SAI), Setor Complementar de Indústria e Abastecimento (SCia), Riacho Fundo I e II e Park Way.

Gostaríamos ainda de destacar que qualquer um dos 24 conselheiros de Saúde do Guará tem autonomia para emitir sua própria opinião acerca dos temas discutidos em reunião. No entanto, não estão autorizados a falar em nome do Conselho. Apenas o presidente, na pessoa de Paulo Azevedo, está autorizado a emitir o posicionamento oficial sobre as decisões e votações realizadas. Caso membros sejam utilizados como fonte de informação para alguma situação, solicitamos que as falas sejam atribuídas ao opinante”.

Pra que servem os “certificados de liderança”?

Pra que servem mesmo esses “certificados” de honra ou participação distribuídos a rodo e sem critérios por deputados distritais e agora por um secretário do GDF a “líderes comunitários”?

Você já viu algum certificado pendurado na parede de algum desses agraciados?

Vão parar todos no lixo na primeira oportunidade e nem voto dão de retorno.

Já estão virando piada.



Trem do Entorno e o Guará

O governador Ibaneis Rocha e o secretário do Entorno Paulo Roriz fizeram a primeira viagem teste do trem de passageiros que vai ligar Valparaíso de Goiás à Rodoferroviária. O teste inicial foi feito num vagão para apenas 10 pessoas, mas os vagões definitivos terão capacidade para 200 pessoas – já existem três prontos em Recife para serem enviados em Brasília, mas a previsão é de cinco no total.

Estão previstas duas estações antes da Rodoviária - a antiga Bernardo Sayão, entre Guará e Núcleo Bandeirante, e uma de integração com o Metrô no Guará Park. Esta última não será construída de imediato, mas está em estudo e deve ser implantada em até dois anos.

O tipo de trem é do mesmo modelo em operação em Natal, João Pessoa, Maceió e Natal. A previsão é que comece a operar até o final deste ano.





Talento no vôlei

O Colégio Rogacionista foi o campeão da etapa regional dos Jogos Escolares do Distrito Federal e vai representar o Guará na competição que vai envolver representantes de todas as cidades do DF, depois de vencer as equipes do Alub, Maxwell e do Centro Educacional 3 (Centrão).

Lucas Pena foi escolhido o destaque do time campeão. Filho do radiologista Luciano Lima e Mônica, Lucas vai participar de uma oficina de vôlei em Campinas agora em julho para tentar seguir a carreira profissional no esporte.



Talento no futebol

Depois de Ronaldinho Gaucho, Raí e Neymar, um guaraense pode se tornar também ídolo do Paris Saint-Germain. Davi Dantas de Barros, morador do edifício Olympique no Guará II, está sendo tratado como uma joia pelo clube francês.

David se destacou durante o torneio promovido pelo PSG em outubro do ano passado no Rio de Janeiro e foi convidado para participar da seletiva em janeiro de 2019, quando foram escolhidos 11 deles para participarem de um torneio na França no mês passado. O time brasileiro chegou à final contra o Egito, mas perdeu nos pênaltis depois de empatar em 1 a 1 no tempo normal. David foi o destaque do time brasileiro, vestindo a camisa 10, e vai passar a ser monitorado pelo time francês até a idade de poder se transferir para o exterior.

Queriam mais folga

Parece piada, mas é verdade. A Associação Nacional da Carreira de Desenvolvimento de Políticas Sociais (Andeps) solicitou, através de ofício, ao ministro da Economia Paulo Guedes a liberação dos servidores públicos do trabalho no horário dos jogos da seleção brasileiro durante da Copa do Mundo Feminina de Futebol, que começou nesta sexta-feira.

No documento, a entidade argumenta que a flexibilização já é adotada durante os jogos da Copa do Mundo de Futebol masculino. Com isso, a liberação refletiria ainda a "isonomia entre gêneros, de forma material e simbólica".

Independente dos argumentos, alguém acredita mesmo que os servidores públicos, se fossem dispensados, iriam realmente assistir aos jogos da seleção feminina?

Pedido negado.

Loucura do Mané!



BALDE CERVEJA COM 4 UNIDADES

BUDWEISER (550ML)
STELLA ARTOIS (550ML)
ORIGINAL (600ML)

R\$29,70

ANTARCTICA (600ML) - R\$25,50

A MELHOR CODORNA DO DF

R\$14,90



PORÇÃO DE PASTEL

R\$21,90



BAR DO MANÉ



DAS CODORNAS

QE 17 BLOCO A LOJA 35 - GUARÁ II

3567-7624

TEMPO MELHOR OCUPADO NA ESCOLA INTEGRAL



Centro de Ensino Fundamental 5, no Guarά, é a única escola do Guarά que sobreviveu ao projeto de escola integral implantado no Governo Arruda. 200 alunos são atendidos com atividades extracurriculares

Implantada no Distrito Federal em 2009 como um dos programas ícones do Governo Arruda, a Escola Integral foi reduzida drasticamente pelos últimos governos, ou por falta de recursos ou por mudança de conceito da escola pública. No Guarά, por exemplo, das quatro escolas que receberam o programa, apenas uma se mantém, mesmo assim com algumas dificuldades. O Centro de Ensino Fundamental 5 (Entrequadra 32/34) é o símbolo dessa resistência, fruto do esforço e dedicação de um grupo de professores, coordenado pela professora Rita Lanna de Freitas, e de alguns voluntários de um programa da Secretaria de Educação. Dos cerca de 600 alunos da escola nos turnos matutino e vespertino entre 9 e 12 anos, 200 são atendidos com atividades no contra turno da grade normal.

Enquanto deixam de ficar em casa assistindo TV, mexendo no celular e muitas vezes sem ter o que fazer, esses alunos almoçam na es-

cola além das duas outras refeições - uma no meio da manhã e outra no meio da tarde - e lá ficam em aulas de informática, música, reforço escolar, aulas de culinária e cultivo de horta. Mas, poderiam ser bem mais do que os 200 alunos atendidos - 120 com atividades na própria escola e 80 numa parceria com Clube do Sesc do Guarά I. De acordo com a coordenadora pedagógica do CEF 5, Ana Lúcia Amorim, a demanda seria para pelo menos mais 100 alunos, o que completaria a metade dos matriculados.

Declaradamente “apaixonada pela escola integral”, a diretora Rita Lanna enumera as vantagens do projeto e seus ganhos na formação do aluno, na estrutura da família e da própria sociedade. “Enquanto aprendem outras atividades, algumas que podem direcioná-los para uma profissão ou ajudá-los no teste vocacional, esses alunos não correm o risco de serem cooptados pelo mundo das drogas e da violência das ruas, do vício dos celulares e



Para a diretora Rita Lanna, a escola integral traz inúmeros benefícios para os alunos

jogos de computador, além, em alguns casos, de fugir do ambiente familiar às vezes ruim”, afirma.

ESFORÇO PESSOAL

Com recursos cada vez mais escassos para investimento na educação, manter uma escola em período integral também fica cada

vez mais difícil. É quase um desafio para Rita Lanna e sua equipe. Para manter as diversas atividades complementares, a escola conta com recursos do Programa de Descentralização Administrativa e Financeira (PDAF), do governo local, e do Programa Dinheiro Direto na Escola (PDDE), da União para oferecer um almoço de qualidade para 120 crianças, e do Programa Educador Social Solidário, que oferece a ajuda de custo aos monitores dessas atividades, no valor de R\$ 30 por dia. Material e equipamentos adequados são adquiridos através da renda de festas comunitárias, como o tradicional festa junina que escola vai promover no próximo final de semana, 8 de junho. “Na semana passada, conseguimos que a Administração do Guarά pintasse a quadra de esportes, que estava em condições ruins. Estamos precisando agora trocar os computadores, porque os atuais estão ficando defasados”, diz a diretora, entre as demandas da escola.

Mesmo com essas dificuldades, Rita Lanna pretende reforçar outras atividades diferentes para o CEF 5, como judô, capoeira e educação física.

O PRAZER DOS ALUNOS

Para se ter uma ideia do que realmente representa a escola integral para os alunos é melhor acompanhar pelo menos parte de cada uma das atividades. A primeira que a reportagem do Jornal do Guarά acompanhou foi a aula de música, ministrada pelo educador social e professor de música Murilo Martins a um grupo de 10 alunos - todas as turmas das atividades complementares são de 10 alunos, que se revezam em três atividades por dia. Após a demonstração do que aprenderam cantando a música “Que falta me faz um xodó” (de Dominginhos), acompanhados no violão por Murilo, Lara Beatriz da Silva conta que pretende ser cantora, mas que a escola foi fundamental na escolha desse objetivo.



Vice-diretor e professor de Educação Física, Maurício César quer ampliar modalidades esportivas



“Sempre gostei de música, mas não sabia o que era nota musical, afinamento e outras técnicas da música”, diz ela, que fica na loja da mãe quando não está em atividades na escola. “Prefiro ficar aqui”, completa, entusiasmada.

Todas as atividades complementares tem relação com o projeto pedagógico da escola, explica Rita Lanna. As aulas de reforço de Português e Matemática, ministradas pela educadora social Jucylene da Silva Ferreira, também são inseridas no contexto do aprendizado e interagidas com as outras atividades extra curriculares. “Se eu não estivesse aqui na escola fora do período das aulas estaria limpando a minha casa. Além de me livrar do serviço, estou aprendendo mais”, conta e ri Tamires da Silva Santos, 11 anos.

As aulas de culinária estão entre as mais concorridas pelos alunos do Projeto Integral, por motivos óbvios em se tratando de crianças. Além

de ensinar a preparação de comidas saudáveis, como saladas de legumes e de frutas, a educadora social Amanda Ferreira de Araújo não tem como fugir dos pratos com chocolates, “mas tudo com equilíbrio e sem excessos de gordura e açúcar”, explica. As aulas são acompanhadas com muita atenção por Livia Brandão dos Santos, 10 anos, que garante que cozinha em casa quando a mãe não pode. “Faço comida e bolo para todos. Adoro cozinhar e aqui estou aprendendo mais”, conta.

Mesmo com computado-

res já meio defasados e com internet limitada, as aulas de Informática despertam muita atenção dos alunos pelo que representam para a formação deles no atual mundo tecnológico. Para alguns dos alunos, as aulas são a oportunidade para o contato com a informática, como é o caso de Sâmela Sousa Araújo, 10 anos, que não tem computador em casa. “Aqui aprendo a redigir texto, pesquisar receitas, mexer com o Word e outros programas. Aprendo muito com as aulas”, diz ela. Depois das atividades integradas com o currículo, a

educadora social Tânia Cristina separa um tempo para que todos possam jogar. “É uma forma deles relaxarem e sentirem mais prazer com as aulas de informática”, explica.

Para o diretor da Coordenadora Regional de Ensino do Guará, Afrânio Barros, o ideal é que houvesse mais escolas na cidade que desenvolvessem o Projeto Integral. “Como a demanda pela escola pública aumentou muito nos últimos anos, tivemos que optar por oferecer vagas e a estrutura das escolas aos alunos que buscavam matrículas pelos cursos regulares. O projeto do CEF 5 sobreviveu porque a escola tem um espaço maior, o que permite oferecer outras atividades sem prejudicar a grade curricular ou tirar a chance de novas matrículas”, explica.

Afrânio conta que o CEF 5 pode se transformar também na primeira escola bilíngue do Guará, através de parceria com Embaixada da Alemanha para o oferecimento do curso de Espanhol a todos os alunos. “Já tivemos a visita deles e o projeto está bem encaminhado para ser iniciado em 2020”, afirma.

Entre as atividades oferecidas estão música, reforço escolar, culinária, informática e horta



ISA IMÓVEIS



**ALUGUEL, AVALIAÇÃO E VENDA
3568-5619**

*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/donadecasasupermercados) [i](https://www.instagram.com/donadecasasupermercados) /donadecasasupermercados - www.donadecasasupermercados.com.br

CLDF homenageia a contribuição feminina na construção do Guará

Evento foi promovido pela deputada distrital Júlia Lucy, moradora da cidade, e a lista das homenageadas saiu de consulta a várias lideranças locais



Uma sessão solene no auditório do Centro Universitário do Icesp na sexta-feira passada homenageou mulheres que se destacaram e se destacam a cada dia na consolidação e para o desenvolvimento do Guará nos 50 anos da cidade. Mulheres que tiveram a coragem de empreender, acreditar, inovar e liderar ao logo de esse tempo. Para a deputada, que é moradora da cidade, o evento simbolizou

a valorização e o reconhecimento pela contribuição na construção da cidade. Também pretendeu trazer para os holofotes quem é e deve continuar sendo referência para jovens e meninas.

“Essas mulheres representam a força e a coragem que empurram para a frente. Que servem como estímulo para quem quer remodelar sua própria história e construir sua realidade. São, a seu modo, mu-

lheres ousadas; bravas mulheres que fizeram e fazem a diferença em nossa cidade”, disse ela na abertura do evento. Para a parlamentar, que é Procuradora Especial da Mulher da Câmara Legislativa, o evento, embora realizado numa noite de sexta-feira, foi muito especial. “É muito importante enaltecer o trabalho de mulheres, muitas vezes anônimas, que têm relevância fundamental para a nossa comunidade”.



Plano Diretor do Parque do Guará vai andar

Deputado Rodrigo Delmasso acertou com presidente da Novacap a execução do projeto, que estava parado

Nesta quarta-feira (4 de junho), o vice-presidente da Câmara Legislativa, deputado Rodrigo Delmasso (PRB), morador do Guará, se reuniu com o presidente da Novacap, Cândido Teles e a administradora do Guará, Luciane Quintana, para retomar o projeto de revitalização do parque Ezechias Heringer, conhecido como Parque do Guará. “A nossa prioridade é entregar o Parque Ezechias para a comunidade do Guará o mais breve possível. A entrega desse parque vai ficar na história da região”, disse Delmasso.

O presidente da Novacap, Cândido Teles, afirmou que o projeto do parque do Guará está parado no Ibram e que vai reto-

mar o mais rápido possível. “No que depender de nós, daremos andamento ao projeto, porque o parque é muito importante para a comunidade do Guará e está na hora de sair do papel”.

De acordo com o projeto, elaborado no ano passado pelo Novacap a pedido do Instituto Brasília ambiental (Ibram), está prevista a ocupação em duas áreas – uma atrás do Batalhão de Polícia Militar, do terminal rodoviário e da faculdade Projeção; e outra na área 28, onde atualmente toda a estrutura está concentrada. O plano é criar em cada uma das áreas grandes pistas de caminhada e de ciclismo, separadas, além de trilhas e áreas para apreciar a natureza.



THAÍS
IMOBILIÁRIA,
a número 1
no coração
dos brasilienses

10 vezes Top of Mind
do Distrito Federal



Thaís
IMOBILIÁRIA
Tel. **3031-2225**

Sexta-feira é dia de foodtrucks no Guará

Dezenas de opções para os mais práticos e para os mais exigentes, com brinquedos infláveis e música ao vivo

Toda sexta-feira o guaranaense tem um programa certo: ir ao Cave com a família escolher uma refeição entre as dezenas de foodtruck presentes. Com a grande variedade, de hambúrgueres, arroz carreteiro, com churrasco, pizza e crepes, grupos de amigos e familiares não precisam ter medo de não encontrar o que cada um prefere.

Desde 2015, o ponto, ao lado do ginásio do Cave, foi tomado pelos carros de comida. Com a tendência crescente do Distrito Federal, era preciso encontrar um local seguro, com estacionamento e banheiros (do próprio ginásio) para atender o público.

INÍCIO

Em 2012, às segundas-feiras, o casal Leo Xavier e Andrea Rens traziam seu trailer de arroz carreteiro para o estacionamento do Cave. Ambos gerentes de bares, era o único dia que tinham folga e reuniam os amigos ali, entre os ipês. O público foi crescendo, e decidiram comprar uma Kombi, chamada Maria Flor, para atender eventos e outras localidades. Depois, arremataram da Embaixada Americana o caminhão que hoje serve arroz carreteiro, e cortes de picanha, entre outros petiscos.

O encontro de foodtruck do Guará acontece toda a sexta-feira, a partir das 18h, no estacionamento do Cave, ao lado do ginásio.



Andrea Rens, do Arroz Carreteiro, de um encontro casual às segundas a centenas de clientes às sextas



O músico Ricking toca toda sexta o melhor do Pop Rock brasileiro e mundial, acompanhado do percussionista Sérgio Lucas



Fernando Pinheiro, o Velhinho, proprietário do foodtruck El Perro Negro, explica que o evento acontece com a cooperação de todos. "Dividimos as despesas e as responsabilidades. Zelamos para o local esteja sempre limpo e seguro, para atrair um público cada vez maior", conta. Seu foodtruck serve cachorros quentes dos mais variados, inclusive com opções veganas, com um pão exclusivo e um molho de gorgonzola imperdível.



A Hamburgueria do Cheff, sinônimo de foodtruck em Brasília, está sempre presente. Além dos hambúrgueres exclusivamente de picanha, especialista do chef Giovanni Montini, as batatas fritas em formato especial encantam os clientes. Vicente Matheus, gerente da Hamburgueria, conta que todos os quatro foodtruck em operação e a loja estão sempre cheias. No Guará, é um dos carros mais procurados, principalmente pela exclusividade da carne oferecida



Guará Office
o seu centro de negócios

ALUGUEL DE SALAS

QI 11 GUARÁ I - 3381 1170

FUTEBOL FEMININO

Guará foi pioneiro da modalidade em Brasília

O CR Guará feminino entrou em campo em julho de 1983, abrindo espaço para as meninas no futebol candango



Futebol não é mais só para homens

Na última década, mulher tem procurado se equiparar ao homem, dentro dos limites da sua resistência física. O próprio homem tem aceitado esse fato de forma natural, a exemplo do que acontece com a moda, que choca no início, mas o hábito provoca a aceitação. Assim foi também com o futebol feminino, talvez um dos campos em que a mulher mais demorou para provar que pode fazer tão bem quanto o homem.

Até há um ano, o futebol jogado por mulheres ainda era considerado um tabu, onde era costada em dúvida a feminilidade da jogadora e pairava o medo da deformação física. Em pouco tempo o futebol feminino tornou-se tão difundido que passou a ser atração. As mulheres começaram, inicialmente, a encarar os amistosos, quinze minutos de intervalo dos jogos profissionais. Depois, passaram a atrair um público crescente em jogos em que os homens são apenas espectadores.

Em alguns Estados, o futebol feminino é tratado com muita seriedade, com estrutura muitas vezes profissional. O Bangu, do Rio de Janeiro, tem um time feminino que está invicto há 105 jogos, recorde que nenhum clube profissional brasileiro alcançou até hoje. As baianas concentram-se, recebem gratificações, e até salários, pagos pelo bicheiro Castor de Andrade.

O COMEÇO NO SUL
Foi no Rio Grande do Sul que o futebol feminino começou a ser difundido no Brasil. Lá, há dois anos se disputa um campeonato oficial feminino. A explicação do pioneirismo das gaúchas pode ser dada pela presença do sangue europeu do imigrante. O europeu nunca teve medo de utilizar o físico das mulheres em competições esportivas, e a prova é que, na Europa praticamente em todos os países, - menos os socialistas -, o futebol feminino tem seus campeonatos oficiais há seis anos.

Em Brasília, o futebol está chegando agora. Por enquanto timidamente, mais como curiosidade. A rigor, apenas um time tem uma base a nível do que se faz no Rio, no Sul e em São Paulo. E o formado pelas alunas de Educação Física da Faculdade Dom Bosco. O último feito das "Bosquetes" foi o de golear as "Globetes", time das atrizes da Rede Globo, por 14 a 2, em jogo realizado na Granja do Torto, durante

presidente Figueiredo como espectador.
NO GUARÁ, OS PRINCIPAIS PASSOS
No Guará, pelo menos organizada, o futebol feminino começou há três meses. Em abril, o prof. Brandes solicitou que fosse formado um time de futebol feminino para representar o Clube de Regatas Guará no intervalo do jogo C.R. Guará x América Mineiro, pelo aniversário da cidade, enfrentando o time da QI 18, que já existia. O público gostou e, desde então, o futebol feminino é a atração dos intervalos e das preliminares dos jogos profissionais realizados no Cave.

O time feminino do C.R. Guará, apesar de tão pouco tempo de formado, está dando muito mais alegrias que o dos profissionais. Em 6 jogos disputados, as meninas do Lobo ganharam 5 vezes e empataram uma. Treinadas por Osvaldo e preparadas por Lia Samara, as lobetas estão sempre prontas para jogar a qualquer hora, demonstrando o talento do treinador, muito senso de profissionalismo.

Leni Silva, juntamente com Yara, são consideradas as "cobras" do time. Leni é alta, corre de forma atlética, lança bem, é calma e tem uma técnica surpreendente. Flamengoista fanática, Leni joga futebol há sete anos, inclusive entre garotos do seu conjunto. Yara é a ponteira direita, dribla com facilidade, cruza bem e chuta forte. É a chamada ponta nata, tipo Jairzinho, com quem se parece no estilo. Como Leni, também é flamenguista, de não perder um jogo do Mengo na televisão.

Helena Abreu é uma espécie de coringa do time, baixinha, ao estilo Dirceuzinho. Diz que o pai não gosta muito que ela jogue futebol, mas não chegou a proibir. É também flamenguista e divide as preferências esportivas com o vôlei. Helena não tem nenhum temor de jogar futebol. Ana é a cabeça de área, marca firme e tem muita calma. Joga futebol há sete anos, e, para não variar, também é flamenguista.
O importante é que, na conversa com todas elas, percebem-se que o futebol foi uma opção natural, praticado como lazer e sem qualquer preconceito ou temor. Pouco importa se há público ou não, o que demonstra que não estão querendo promoção pessoal. Não gostam de perder, e reclamam acintosamente do juiz, principalmente se for homem, que, sempre, quando erra, é ameaçado de agressão. Aliás, a agressão

são mais comuns no futebol feminino é puxão de cabelos.
TAMBÉM NO SALÃO
Não é só o futebol de campo que está sendo difundido. O futebol de salão feminino já é uma das principais atrações das Huas de Lazer do Guará, sempre com surpreendente disposição, os jogos atraem praticamente todo o público presente, que abandona as outras modalidades para ver as garotas.

Provavelmente ainda em julho teremos o início de campeonatos e torneios de futebol feminino no Guará. A liga de Futebol Amador do Guará - LIFAG, está se preparando para promover o I Campeonato de Futebol Feminino do Guará. A LIFAG está esperando que apareçam outras equipes, além das seis existentes. Portanto, você que é mulher e gosta de futebol, forme o seu time e participe.

Tudo sobre a cidade vai chegar a você, todo mês, pelo Correio.
Reserve sua assinatura pelos fones: 567.4164 ou 567.2881

A Copa do Mundo Feminina começou nesta sexta-feira, dia 7 de junho. São 552 jogadoras de 24 seleções, jogando na França, em busca do louro máximo do futebol. A seleção Brasileira, que nunca conquistou um título, estreia no grupo C, entre Austrália, Itália e Jamaica.

O Brasil, com toda a sua tradição no futebol, nunca priorizou as categorias femininas. Enquanto as mulheres dos países nórdicos, oceânicos e os Estados Unidos tem grande tradição no esporte, o Brasil investe, e torce, muito pouco nas jogadoras. Apesar de termos a melhor jogadora do mundo e outras tantas igualmente talentosas, o lugar delas nunca foi garantido em campo. Sempre foi preciso brigar, discutir, persistir e treinar, até escondido, para conseguir trilhar o caminho do futebol feminino no Brasil.

GUARÁ PIONEIRO NO FUTEBOL FEMININO

Mas, se hoje a situação é bem ruim para as mulheres neste esporte, imagina há 36 anos atrás. Com um mundo ainda mais machista, com questões de gênero ainda mais encrustadas na sociedade, poucas mulheres desafiavam o status quo para jogar futebol. Nem amadoramente, imagine profissionalmente. Mas, o Guará é uma exceção neste

cenário. O Clube de Regatas Guará, mais antigo time de futebol do Distrito Federal, já contava com seu esquete de mulheres, que jogavam em partidas preliminares durante o campeonato candango.

Em 1983, o então administrador Francisco Brandes solicitou aos dirigentes do Clube de Regatas Guará que montasse um time feminino para atuar em um jogo comemorativo do aniversário da cidade. CR Guará e América Mineiro se enfrentariam, mas, antes, as meninas deveriam entrar em campo. Para a preparação física, foi convocado Lia Samara, que na época organizava desfiles, bailes e peças de teatro. Juntou-se um time coeso, reunindo talentos avulsos de toda a cidade. A mais nova delas era justamente a melhor jogadora, como revela a reportagem do **Jornal do Guará** da época. Leni Silva, aos 14 anos, era a sensação aquele time.

"Era muito nova e as possibilidades eram ainda mais escassas. Tive que escolher entre o esporte e o trabalho. Mas, continuei a jogar por lazer por muitos anos", conta a ex-jogadora. Servidora Pública, Josi, como prefere ser chamada atualmente, chegou a ser convocada para a seleção brasileira ao primeiro Mundialito, após várias atuações na seleção de Brasília.



"Eu não gostava de jogar entre as meninas porque não tinham qualidade técnica e machucávamos demais. Jogava sempre na rua, ou perto de casa, com os meninos. Depois daquele jogo inicial, com a matéria no Jornal do Guará e depois em outros jornais e rádios, continuamos a jogar", conta Leni, hoje Josilene Fernandes Monteiro, nas duas fotos, em 1983 e 2019



Uma decisão errada pode destruir muitas vidas.



A educação é a melhor direção.



DETRAN-DF

Grande parte dos acidentes de trânsito ocorre por falta de atenção dos motoristas. E uma das principais causas é o consumo de álcool. Muitos motoristas admitem que dirigem depois de beber. Mas tem gente que ainda insiste em arrumar uma desculpa.

Se você sabe que é errado e faz assim mesmo, não é acidente. É crime.



Programa Dani Rico para mães e bebês chega ao Guará

Academia Água Vida oferece todos os serviços do programa a partir do próximo mês

Quem disse que durante a maternidade a mulher não pode se exercitar? Pode e deve! Mas, desde que sejam exercícios específicos para cada fase. Pensando nisso, para atender de forma diferenciada as gestantes, mães e bebês de Brasília, Dani Rico, educadora física e perinatal, especialista em Atividade Física para gestante, pós-parto e bebê, idealizou um programa completo para esse público, visando o bem-estar físico, emocional

portante da mulher - a maternidade. O programa foi lançado na academia Água Vida no sábado, 1 de junho, durante o Festival de natação do Bebê.

O programa engloba atividades terrestres, como a ginástica gestante e musculação, e atividades aquáticas, como a hidrogestante e natação. Dani Rico ainda traz palestras que preparam o casal para a maternidade, com temas específicos para que as mães e os papais aprendam de forma prática a cuidar do bebê: amamentação, primeiro banho, cuidados com o recém-nascido, nutrição, shantala, slingada e outros assuntos inerentes.



"O programa está no mercado de Brasília há 19 anos e oferece um serviço de qualidade e excelência, cuidando de cada aluna e do seu bebê com carinho, competência e profissionalismo", informa Dani Rico

e social no período mais im-



PÓS PARTO

O Programa Dani Rico, pós-parto, oferece uma programação específica e motivante, para cuidar da mãe e do seu bebê de forma saudável e prazerosa. As aulas são em grupos, numa convivência benéfica de mães e bebês, em que há uma troca muito rica de experiências, favorecendo os lados social e familiar. Oferece atividades específicas, com objetivo de recuperar o corpo de antes da gravidez, fechar a diástase abdominal e atividades seguras, que não ofereçam risco de lesão e diminuição do leite materno. Dentre 30 a 45 dias pós-par-

to, a mãe pode retornar para a atividade física específica para esta fase. Os exercícios recomendados para fortalecer o abdômen são os isométricos, no qual a mãe faz uma contração no abdômen, projetando o umbigo para as costas e ao mesmo tempo fecha as costelas em conjunto com a respiração e ativação e fortalecimento do assoalho pélvico. Os abdominais de flexão lateral de tronco e a ponte isométrica na posição de lado também são recomendados, pois vão auxiliar no retorno do abdômen dessa mamãe.

BEBÊS

"Quando o bebê completa 3 meses, oferecemos um benefício incrível, um programa gratuito com atividades específicas de música, psicomotricidade e natação. Essas atividades são excelentes para o desenvolvimento motor, cognitivo, emocional e social da criança. Além de favorecer o crescimento do bebê, ensinamos como os pais devem estimular e brincar com seus filhos de forma segura", explica Dani Rico.

PROGRAMA INFINITY BABY

Depois que a mãe volta

a trabalhar e se despede do programa, mas deseja continuar com as atividades com o seu filho, é oferecido o Programa Infinity Baby, direcionado para bebês a partir de 6 meses até 3 anos. As modalidades são diversificadas para poder desenvolver a criança como um todo. "A metodologia é totalmente lúdica e focada no relacionamento afetivo e social. A intenção é interagir utilizando a brincadeira, como facilitador da aprendizagem. O explorar e o vivenciar situações diferentes incentivamos o novo, o desconhecido com isso evoluímos naturalmente todos os aspectos importantes na primeira infância. A nossa programação semanal engloba a música, artes, psicomotricidade e muito mais", conta Dani Rico.



O novo programa foi apresentado durante o Festival de Natação para Bebês na academia Água vida no sábado passado

ACADEMIA
ÁGUA VIDA

QE 40 - Guará
(61) 3382-3030



@academia_aguavida



PROFESSOR KLECIUS

PARQUE EZECHIAS HERINGER É ECOLÓGICO

É bom que alguns marinheiros de última hora saibam que o nosso principal parque é classificado como Parque Ecológico e não apenas vivencial e que, portanto, há várias restrições quanto à aplicação de um Plano Diretor. E é bom dar uma olhadinha no seu Plano de Manejo aprovado! Cuidado!... Podemos cair numa armadilha e Brasília (não só o Guará) perder um dos mais importantes parques da cidade. Vamos lutar pelo que é nosso sem outros interesses.

FÓRUM CONFIA NA PALAVRA DO SECRETÁRIO DE MEIO AMBIENTE

O Fórum Permanente em Defesa dos Parques, Rebio e Recursos Hídricos do Guará continua em sua luta pelo término da retirada de todos os invasores (antigos e novos) do Parque, cercamento, complementação das obras, policiamento, nomeação do seu Conselho Gestor e acredita que os moradores vão alcançar seus objetivos. Todos estão empenhados e, temos certeza, não medirão esforços pela revitalização do nosso Parque Ecológico e de todos os outros do Guará. A luta tem que continuar e sem prevalecer, apenas, os interesses políticos!!!

CONSELHO DE SAÚDE DO GUARÁ PRIORIZA MELHOR ATENDIMENTO

O Conselho Regional de Saúde do Guará – formado por representantes de entidades da cidade e de gestores e servidores da Secretaria de Saúde – é um órgão preocupado com a saúde dos guaraenses e dos brasilienses em geral. Todos lutam para que o morador de nossa cidade tenha um atendimento à altura e, portanto, não são contra a construção de um hospital na cidade. O que todos os conselheiros queremos e lutamos é que seja priorizado, no momento, uma melhora substancial no atendimento à população.

LUTAR PELA SAÚDE E NÃO FAZER POLITICAGEM COM A SAÚDE

Os Conselheiros Regionais de Saúde do Guará são representantes legais da comunidade e sabem que é importante um novo hospital em nossa cidade, mas querem, pri-

meiro, que o governo dê condições e estrutura para que os servidores possam fazer um melhor trabalho. Os conselheiros acompanham o atendimento e sabem que sem mais recursos (humanos e materiais) não é possível esta melhora. Todos os conselheiros estão preocupados com a exploração política da falta de um hospital de maior porte e vendo que os mesmos que estão tentando se beneficiar (Politicamente, é claro!) do momento, não estão preocupados em melhorar a nossa saúde.

Vamos respeitar os Conselheiros de Saúde!

DEMITIR DIRETOR DE HOSPITAL NÃO RESOLVE!

O nosso governador Ibaneis Rocha já demitiu 6 diretores de Hospital em seu governo. Acha que demitindo resolve os problemas da saúde em Brasília. Os principais responsáveis são o próprio Governador e o Secretário de Saúde e estes, o Senhor governante não irá demitir!!! Demitir servidor não resolve! O que resolve é dar melhores condições de trabalho para que os trabalhadores possam executar a sua missão (missão, mesmo!). Cuidado! O tiro pode sair pela culatra. Sem a boa vontade dos empregados, a coisa pode piorar... E boa vontade, competência e profissionalismo, todos têm! Por enquanto ...

MILITARIZAÇÃO NAS ESCOLAS PÚBLICAS

As notícias do último dia 4 de junho informam que alunas do Centro de Ensino Médio 03 de Sobradinho foram assediadas sexualmente por militares que trabalham na própria escola. Os alunos fizeram um protesto com denúncias do que vinha ocorrendo. Pelas reportagens dos jornais, nota-se que houve casos gravíssimos e alunas chegaram a receber mensagens depois que o policial conseguiu o número do telefone na própria secretaria da escola. Já foi aberta sindicância para apurar os fatos denunciados. Os fatos só comprovam o que sempre dissemos: “Os policiais têm formação e são essenciais para a segurança, mas dentro da escola a formação tem que ser dada por profissionais da Educação”. E estes profissionais são os professores, orientadores, psicólogos, porteiros, etc. E a Secretaria de Educação não vai se pronunciar, não?



JOSÉ GURGEL

UMAS E OUTRAS

Conto de fadas

Aqui no reino de Tão, Tão Distante tudo parece fazer parte de um tremendo conto de fadas, onde o Príncipe cercado pelo Conselheiro Real, a Bruxa, o Moleque Saci e os bobos da corte, todos dando pitacos para o nobre príncipe, esse sempre sorridente a tirar fotos para enfeitar o álbum do reino, mas sem apresentar efetivos resultados para melhorar o povoado em que vivemos.

Com isso o reino está cada vez mais esburacado, sujo e inseguro, com caçadores sempre atrás de sua caça, no afã de torná-la mais uma nota nas tristes estatísticas do pequeno povoado, onde os aldeões perplexos não sabem o que fazer, só resta esperar que alguém um dia desperte dessa passividade e diga que o príncipe está nu, pois a roupa nova do rei é apenas uma parábola para mostrar que por trás dessa fantasia, existe apenas o fruto da nossa mente acomodada, sempre com ar de conformação para não ferir o “status quo”. A realidade é dolorosa, ou como dizem por aí, talvez seja o buraco muito mais embaixo.

Esse é o velho Caixa fazendo uma triste comparação com tudo de que acontece aqui no Guará, onde tudo parece um conto de fadas, segundo os nossos gestores. Enquanto isso a proliferação de construções feita nas coxas em todo o Guará, proliferam, dando aquele ar de terra sem dono e nem lei, todo mundo fazendo o que bem entende da maneira que achar melhor, pois leis e normas foram criadas para não serem cumpridas por aqui.

Isso pode ao longo do tempo trazer dissabores para toda a população que parece ou faz de conta que não percebe a lenta deterioração do nosso plano urbanístico apenas para atender aos amigos do rei.

A população que se exploda, como dizia Chico Anísio na pele de Justo Veríssimo. O personagem detestava pobre, quando os nossos detestam o Guará, amando acima de tudo ajudar os chegados.

Abre o olho Guará!



No meio da rua eu vou

Quando encontro o meu amigo Caixa Preta, sinto que o cabra está cada dia mais irritado com o que tem notado de errado pela cidade, um verdadeiro festival de irregularidades, invasões e outras aberrações que tiram o contribuinte do sério. Isso sem contar com a grande quantidade de quiosques, que parecem brotar do nada, construídos sempre na surdina em finais de semana, quando a pouca fiscalização relaxa, vira uma festa.

Temos um bom exemplo disso ali na Praça da Moda, um amontoado de trailers vindo de todas as regiões ocupando quase a totalidade de estacionamento.

Parece que a cada dia as irregularidades aumentam, pois quem tem obrigação de fiscalizar, faz a famosa cara de paisagem, vira a cara pro outro lado e finge que não é aqui.

Tudo isso para não ter que se indispor com os infratores ou padrinho deles, tudo dominado como dizem “os manos”.

Antes as nossas maiores preocupações eram aqueles prediozinhos safados que teimam em aparecer do nada, os quiosques com puxadinhos marotos que jogam os transeuntes para o meio da rua sob risco de atropelamento, além de outros transtornos.

Só no Guará essas coisas teimam em acontecer. O pessoal não deixa barato e já dizem que pelo jeito, pedestre vai ter que pagar IPVA e emplacamento, pois as calçadas estão sumindo e nenhuma providência é tomada.

Por toda a cidade o que se vê são idosos, pessoas com dificuldades de locomoção, senhoras empurrando carrinhos de bebê no meio das ruas sob risco de atropelamentos e outros acidentes, pois as calçadas com raríssimas exceções, além do péssimo estado, estão tomadas por rampas irregulares, cercas, cadeiras de botecos irregulares em áreas residenciais, com a complacência de quem deveria fazer cumprir as regras do plano urbanístico da cidade.

Talvez só nos reste uma solução, que é andar no meio da rua, correndo sério risco de atropelamento, daí a necessidade de emplacamento.

Ainda não comprou o presente do Dia dos Namorados?



O grupo de Mães e Filhas do Guará faz uma edição especial da Expomix pensada na data romântica

Para quem ainda não comprou o presente do Dia dos namorados, o grupo de Mães e Filhas do Guará vai fazer, neste fim de semana, uma edição especial da sua ExpoMix. São dezenas de expositores, todos preparados para a data, na Praça da Moda, na QE 40. Com o objetivo de fazer circular os produtos produzidos e revendidos no Guará, e contribuir no desenvolvimento econômico de profissionais autônomos, o grupo de Mães e Filhas tem feito feiras e eventos frequentemente no Guará.

São roupas, acessórios, cal-

çados, utilidades para o lar, itens de decoração bijuterias, artesanato e muitos outros produtos apresentados lado a lado na feira. Foodtrucks e brinquedo infláveis dão suporte aos clientes.

FEIRA EXPOMIX
DIA DOS NAMORADOS

7 de junho – 18h
8 e 9 de junho – 15h
Praça da Moda
Polo de Moda – Guará

Entrada livre

Abertas inscrições para o Centro de Línguas do Guará

Alunos da rede pública podem pleitear uma vaga o dia 23 de junho

As inscrições do 2º semestre de 2019 para concorrer a uma vaga nos Centros Interescolares de Línguas (CIL) da rede pública de ensino do Distrito Federal começam nesta quarta-feira, dia 5 de junho, e seguem até o dia 23 de junho. Serão feitas exclusivamente pelo site da Secretaria de Educação. As línguas oferecidas para o 2º semestre deste ano são inglês, francês, japonês e espanhol.

Neste primeiro momento, apenas estudantes matriculados na rede pública de ensino do DF poderão inscrever. A inscrição será feita de acordo com a escolaridade do candidato, no ano de 2019. Cada estudante poderá se inscrever em

até quatro opções de CIL e de língua estrangeira, conforme a oferta disponibilizada. É importante ressaltar que os estudantes somente poderão se inscrever no turno contrário ao da matrícula na unidade escolar de origem.

O resultado da primeira chamada será divulgado no dia 17 de julho e a segunda chamada está prevista para o dia 25 de julho. O sorteio é realizado eletronicamente e a consulta do resultado é de inteira responsabilidade do candidato. As matrículas deverão ser feitas entre os dias 18 e 22 de julho para os contemplados na primeira chamada e entre os dias 26 e 29 de julho para os contemplados na segunda chamada.

FESTAS JUNINAS

Grande São João neste fim de semana



Pé de Cerrado, Forró de Vitrola e várias atrações para crianças abrem a temporada de festas juninas na cidade

Nos dias 7, 8 e 9 de junho será realizada a 2ª edição do Grande São João do Guará. Desta vez, o tema é "Cordel Encantado" e diversos nomes do cenário cultural brasileiro já estão confirmados na programação. No ano passado, o evento, que é realizado ao lado da 4ª DP, no Guará II, reuniu mais de 5 mil pessoas por dia. A entrada custará R\$ 5 (crianças de até 10 anos e idosos não pagam).

PROGRAMAÇÃO

Na sexta-feira, dia 7, quem abre a festança é o projeto Forró de Vitrola

logo em seguida vem a quadrilha Rasga o Fole e para encerrar a primeira noite a atração nacional Nego Rainer. No sábado quem abre a noite é o grupo cultural Pé de Cerrado que traz um show especial para as crianças e passando por toda Cultura popular brasileira, com participação dos palhaços do Artetude, na sequência a quadrilha campeã do DF Se bobeia a Gente Pimba. E fechando a segunda noite a Banda Potência do Cerrado. No domingo a abertura fica por conta da Banda Forrozão Bambolê, depois a Quadrilha Sabugo de Milho. Todas as noites atrações para as crianças. No espaço kids.

Arraiá da Alegria no CEF 5

A temporada de festas juninas nas escolas começa neste sábado, 8 de junho, no Centro de Ensino Fundamental 5, entre quadras 32 e 34, a partir do meio dia, com muitas guloseimas e brincadeiras.

A renda será revertida para a aquisição de material para o projeto Escola Integral.

E dia 15 de junho será a vez da festa do Centro de Ensino Especial 1, no

Guará I, QE 20, em frente ao hospital. Além de comidas típicas, os alunos especiais farão apresentações artísticas aos convidados. A partir das 16h.

Por lá passam em média umas 700 pessoas incluindo os familiares. É a festa mais esperada do ano pela comunidade pois tudo é feito com muito capricho tanto nas comidas típicas quanto nas apresentações dos alunos especiais.

Começa o CasaPark Gourmet

De 6 a 9 de junho, evento vai abrigar experiências gastronômicas afetivas, a terceira edição da Feira Panela Candanga e oficinas infantis em um só lugar

Entre os dias 6 e 9 de junho, o CasaPark reatualizará a 10ª edição do CasaPark Gourmet. Dessa vez, a ideia é fazer com que qualquer pessoa se sinta em casa, tanto que as aulas-show terão como tema as refeições compartilhadas – também chamadas de meal sharing –, ou seja, a experiência de comer com a família e entre amigos.

O evento oferecerá uma intensa programação de atividades para os apreciadores da “boa” gastronomia, sendo elas: oficinas para crianças, aulas-show com chefs locais e nacionais, degustações, além, é claro, da terceira edição da Feira Panela Candanga. Outro diferencial é que os participantes irão assistir às aulas em mesas compartilhadas, como se estivessem em suas respectivas casas.

A proposta mudou, mas o propósito continua sendo o mesmo – a diversidade de sabores e de preparos, estimulando a utilização de produtos do cerrado, do produtor local, a alimentação saudável e o vegetarianismo.



Em sua terceira edição, a Feira é parte do projeto encabeçado pelos chefs Mara Alcamim e Gil Guimarães, com produção e curadoria de Luciana Alcamim e Carol Monteiro, onde as influências alimentares, desde a fundação da capital, são exaltadas

AGENDA

A abertura do CasaPark Gourmet acontecerá na quinta-feira (6), com a Feira Panela Candanga, a partir das 12h. Segundo a organizadora do evento, Luciana Alcamim, o objetivo é tornar conhecido o trabalho dos produtores do DF, portanto, o verdadeiro potencial da nossa gastronomia. “Trata-se de uma excelente oportunidade para o público brasileiro conhecer o que está sendo feito de

melhor na cidade”, observa Luciana.

Ainda segundo a organização do evento, esta edição trará aulas de drinks, onde serão ensinadas receitas de bebidas para se preparar no happy hour em casa; e de Plant Based, um novo conceito de alimentação rica e sustentável; além, é claro, de sommeliers que ensinarão às pessoas a harmonizar pratos dos chefs com vinhos brasileiros.

Oficinas gratuitas na Horta Comunitária

Teve início nessa terça-feira, (4 de junho), no Centro de Educação Ambiental da Horta Comunitária do Guará, com a oficina Técnicas de Reciclagem de Resíduos Sólidos, a programação Semana do Meio Ambiente, que abordará diversas atividades ligadas à sustentabilidade em comemoração ao Dia Mundial do Meio Ambiente celebrado na quarta-feira (5 de maio). O evento gratuito segue durante o mês com atividades envolvendo oficinas, palestras e gincana.



Ações fazem parte das comemorações do Dia Mundial do Meio Ambiente

Fizeram parte desse primeiro encontro, representantes de entidades sociais do Guará, como a Casa da Amizade do rotary Guará, Alegria Prateada, além de voluntários. Cerca de 15 pessoas entre adultos e uma criança compareceram para aprender a técnica utilizando madeira e papel reciclado para fazer artesanato. A oficina comandada pela bióloga Daniela Iguizzi segue até dia 11 de junho

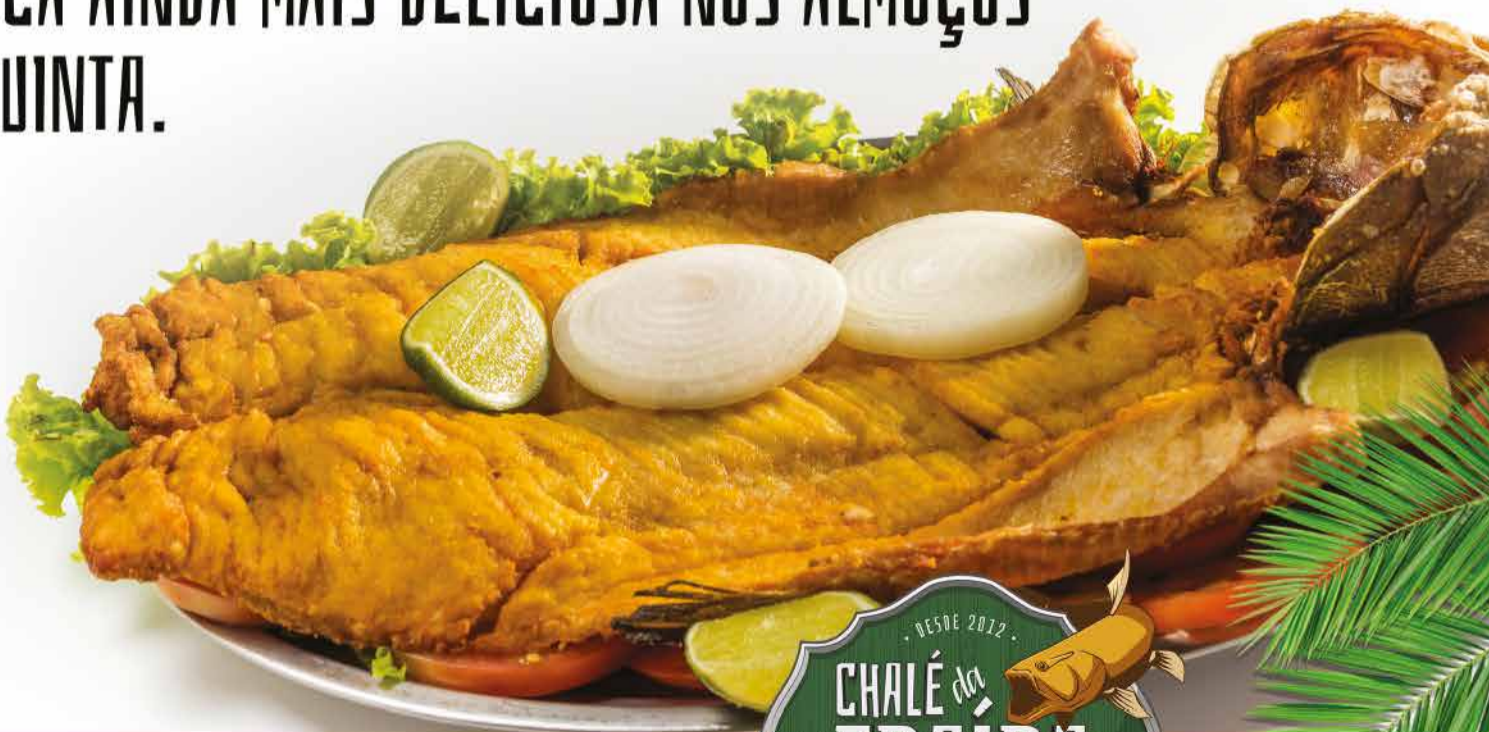
As oficinas acontecerão durante o mês de junho com temas sobre reciclagem, Sistema de Irrigação por Gotejamento, Sementeiras Biodegradáveis e Horta com Trilha Sensorial. A programação é aberta à toda a comunidade e pode ser encontrada nas redes sociais da Horta Comunitária do Guará.

NOSSA TRAÍRA FICA AINDA MAIS DELICIOSA NOS ALMOÇOS DE SEGUNDA A QUINTA.

TRAÍRA P – DE R\$ 51,90 POR R\$ 43,90
TRAÍRA M – DE R\$ 72,90 POR R\$ 61,90
TRAÍRA G – DE R\$ 92,90 POR R\$ 77,90

E AINDA TEM CARNE DE SOL COMPLETA
DE R\$ 79,90 POR R\$ 51,90

PROMOÇÃO VÁLIDA DE SEGUNDA A QUINTA (EXCETO FERIADOS).



Aproveite nossas promoções e entenda por que o NOSSO SABOR É A ISCA.

QE 42 – CONJUNTO A – GUARÁ II • 061 3964-0066



RAFAEL SOUZA

À MESA NO GUARÁ

O hambúrguer digno de um chef

As hamburguerias dominaram Brasília e, aparentemente, o restante do Brasil. O hambúrguer não pode mais apenas um hambúrguer, mas em cada local ganha assinatura e uma receita própria. Da escolha dos cortes da carne, à proporção de gordura, e até se entra temperos secos ou não, passando pelo blend ideal, tudo é motivo de discussão quando o assunto é hambúrguer.

Perdido nestas questões, o empresário e chef Giovanni Montini dedicou-se a estudar, usando amigos e familiares como cobaia, melhor hambúrguer. Meses testando seu blend de carne com amigos e familiares se seguiram. Mas, a receita ideal estava em um corte que já manipulava há tempo: a picanha. Desde então, o hambúrguer que leva sua assinatura é feito integralmente de picanha. “O corte da carne é nobre, tem um sabor característico, a porcentagem de gordura ideal para o hambúrguer, e é perfeitamente adequado ao paladar brasileiro”, ex-

plica o chef.

Para o hambúrguer perfeito faltava apenas o pão ideal. Duas variações pareciam mais adequadas: o pão de sal, ou francês, e o brioche. Como o pão de sal precisa ser servido assim que sai do forno, a operação com este pão em um foodtruck estava inviabilizada. O brioche dependia de uma receita perfeita, leve, finamente preparada e de tom adocicado que casasse com o frescor da picanha. Mais alguns meses de teste e o sanduíche poderia ganhar as ruas.

EXPERIÊNCIAS

A Hamburgueria do Cheff é o foodtruck de hambúrguer mais antigo de Brasília em atividade. Sete carros já chegaram a rodas simultaneamente nos eventos da capital. Mas, Giovanni decidiu experimentar e montar casas fixas, onde a possibilidade de criação é maior. Assim, criou o espaço Cerrado Gourmet. Sete operações gastronômicas e



uma cervejaria em Águas Claras. O local já virou ponto de encontro da comunidade, que lota suas mesas diariamente. Agora, a nova empreitada é em Vicente Pires. Ali, entre contêineres, no coração da cidade, Giovanni vai apresentar seu melhor lado: o de criador de receitas.

HAMBURGUERIA
DO CHEFF

Todos os dias no
Cerrado Gourmet, na quadra 301
em Águas Claras, ou no estacionamento do Cave, toda sexta

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

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**

