

Praças em situação caótica...

Por falta de manutenção e de conscientização dos próprios moradores, a maioria das praças do Guará está abandonada, sucateada e mal frequentada. Foram construídas para promover a interação entre as famílias através de atividades esportivas, sociais de lazer, mas, no estado em que estão, elas acabam oferecendo mais riscos do que proveito aos frequentadores.



mas Administração começa a revitalizá-las

Serão 5 praças reformadas no primeiro grupo, entre as que estão em pior estado de conservação, mas o administrador regional Artur Nogueira promete recuperar todas até o próximo ano (Páginas 4 a 7).



E há quem cuida do espaço público com amor

Enquanto a maioria dos moradores ignora ou ajuda a depredar os espaços públicos da cidade, alguns abnegados, principalmente mulheres, plantam e conservam jardins onde era lixo e entulho.

Página 7

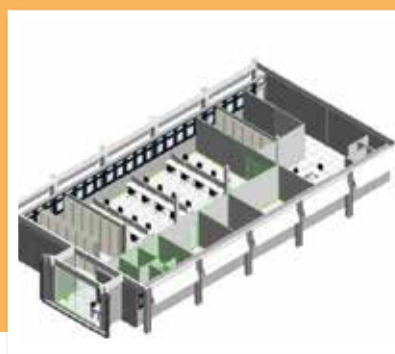
Guaraense é campeão de capoeira

Página 11

Farra das quitinetes continua no Polo de Moda

Página 2

Nova biblioteca e reforma da Casa de Cultura ainda este ano



Obras para a transferência da biblioteca para a sede de Administração começam na próxima semana. Até o fim do ano mais R\$ 600 mil serão investidos na revitalização da Casa da Cultura e do Teatro de Arena.

Página 9

POUCAS & BOAS

ALCIR DE SOUZA



Afinal, Artur será candidato, ou não?

Mesmo a dois anos das próximas eleições no DF, já começam a ser montadas as nominatas (lista de candidatos) para quem pretende concorrer a deputado distrital ou federal. Esta semana recebi uma ligação de um conhecido “montador de nominata” me perguntando quem eu conhecia ou indicaria como potencial candidato no Guará com perspectivas de obter mais de 5 mil votos. Respondi que considerava Rodrigo Delmasso, que obteve 23 mil votos na última eleição, e o administrador regional Artur Nogueira como os únicos da cidade com esse potencial. Ninguém mais. Resta saber se Artur finalmente vai topiar enfrentar as urnas, depois de conquistas como coordenador de campanhas do sobrinho Cristiano Araújo, ex-deputado distrital por duas vezes, Gilvan Máximo, atual deputado federal, e de ativo participante da reeleição do próprio governador Ibaneis Rocha, seu amigo pessoal.

Perguntado, ele jura que não será candidato. Mas a pressão sobre ele, da comunidade e do meio político, está sendo grande. Resta saber se vai resistir.

Reinier de volta ao Real Madrid

O guaraense Reinier, vendido pelo Flamengo ao Real Madrid em 2019 por 40 milhões de euros, está de volta ao clube merengue após quatro anos jogando por empréstimo em times da Alemanha, Itália e Espanha.

Como tem se destacado na pré-temporada do Real Madrid B, o Castilha, com gols e boas partidas, o filho do Guará pode ter chances de ser incorporado ao time que já tem os



brasileiros Vini Júnior, Rodrygo, Militão e Endrick. Ou até retornar ao Flamengo, que quer o jogador por empréstimo.

Reinier nasceu e morou na QI 2 Guará I até aos 15 anos, quando saiu para jogar nas categorias de base do Flamengo.



Gabi Portilho é o presente da seleção

Após a conquista da medalha de prata nas Olimpíadas da França, o jornal Folha de São Paulo publicou uma reportagem citando a guaraense Gabi Portilho, 29 anos, como a principal representante da geração entre a de Marta, 38 anos, e a de Aline Gomes, de 19 anos.

Com a aposentadoria de Marta da seleção, a estrela da vez do time canarinho passa a ser a guaraense, que, a exemplo de Reinier, nasceu e morou aqui até aos 15 anos, quando saiu para conquistar o mundo.



Continua a farra das quitinetes no Polo de Moda

A valorosa Secretaria DF Legal continua fazendo vistas grossas para as irregularidades que são cometidas no Guará, principalmente no Polo de Moda, também conhecido como “Polo de Quitinetes”.

A cada dia surgem prédios cada vez mais altos, na esteira da impunidade e da falta de fiscalização. Mesmo com permissão de se construir no máximo três pavimentos – térreo e mais dois – novas construções tem chegado ao dobro, como são os casos desses três das fotos - dois na Rua 12 e um na Rua 9, com 7 pavimentos.

Ou seja, mais quitinetes, mais falta de estacionamento, mais lixo na rua, mais violência...



Muito barulho, pouco resultado

Um evento de drift, um estilo de competição em que a intenção é derrapar a traseiro do veículo para um lado e as rodas dianteiras no sentido contrário da curva, no sábado passado, no Cave, chamou mais a atenção pelo barulho, que se ouvia a quilômetros de distância, pela fumaça e o cheiro de combustível, do que por assistência.

Com recursos de emenda parlamentar de R\$ 500 mil, executada pela Secretaria de Esporte e Lazer, o evento reuniu menos de 1 mil pessoas, o que dá uma percapita de no mínimo R\$ 500 por cada presente.

Muito dinheiro para pouco barulho. Ops!, muito barulho.

JORNAL DO GUARA

ISSN 2357-8823

Editor: Alcir Alves de Souza (DRT 767/80)
Reportagem: Rafael Souza (DRT 10260/13)

Endereço: SM IAPI ch. 27 lotes 8 e 9
71070-300 • Guará • DF

CIRCULAÇÃO

O Jornal do Guará é distribuído gratuitamente, desde 1983, em semáforos, bancas de jornais do Guará; em todos os estabelecimentos comerciais, clubes de serviço, associações, entidades; nas agências bancárias, na Administração Regional; nos consultórios médicos e odontológicos e portarias dos edifícios comerciais do Guará. E, ainda, através de mala direta a líderes comunitários, empresários, autoridades que moram no Guará ou que interessam à cidade; empresas do SIA, Sof Sul e ParkShopping; GDF, Câmara Legislativa, bancada do DF no Congresso Nacional e agências de publicidade.



jornaldoguara.com.br



jornaldoguaradigital@gmail.com



61 3381 4181



@JornaldoGuaráDF



@jornaldoguara





RESIDENCIAL
PORTAL DO PARQUE II

2^{ou} 3

Quartos

com 1 suíte

1 ou 2 vagas de garagem

51,21m²
a 64,54m²



Lançamento Portal do Parque II



DATA: **17/08**

HORÁRIO: **10:00 ÀS 16:00**

LOCAL: **QE 48 | GUARÁ II**

Ilha de crepe e brinquedos infláveis para a criançada.

BÔNUS IMPERDÍVEL

VENHA CONFERIR

Central de Vendas

 **3963-2370**


CONBRAL



Praças da QI 14 (à esquerda) e Lúcio Costa serão as primeiras a receber as benfeitorias

Vai começar a REVITALIZAÇÃO DAS PRAÇAS E PARQUINHOS

Após mais de 20 anos, as praças da cidade e os equipamentos esportivos e de lazer, a maioria deteriorada, vão receber reformas, incluindo recuperação da área verde e a limpeza

Sujas, maltratadas e feias, as praças do Guará finalmente vão receber reformas, que começam nos próximos dias. A prioridade será a recuperação dos equipamentos esportivos e de lazer, para que a comunidade possa usá-los como segurança. O admi-



Orlanda Costa, moradora da QI 14, avalia que a manutenção é importante para o incentivo ao esporte das crianças e adolescentes. "Vai ficar muito bonito. Nossa quadra merece, pois há muitos anos pedíamos essa revitalização do parquinho e da quadra poliesportiva. Eu mesmo já pedi a pintura dos bancos muitas vezes e ainda não havia sido atendida. Estou confiante de agora vai".

nistrador regional Artur Nogueira anuncia a recuperação inicialmente de cinco praças, quadras poliesportivas e parques infantis, entre as mais deterioradas, mas o projeto prevê a revitalização de todas elas até o final de 2025.

No total, o investimento inicial para melhorias nos equipamentos públicos será de R\$ 2,4 milhões, mas pode chegar a quase R\$ 4 milhões nessa primeira fase, recursos do próprio caixa da Administração Regional. Como o projeto prevê a recuperação de todos os equipamentos até o final de 2025, Artur pretende buscar mais recursos através de emendas parlamentares ou do orçamento de obras do GDF. O prazo para conclusão dos serviços é de 90 dias, de acordo com o contrato assinado com as empreiteiras que venceram a licitação.

"Essas conquistas só foram possíveis graças ao carinho do governador Ibaneis Rocha, da vice-governadora, Celina Leão e do deputado Gilvan Máximo, padrinho da nossa cidade. Há mais de 20 anos esses locais não passavam por melhorias expressivas. Nossa meta é garantir cada vez mais qualidade de vida para a população guaranaense", destaca Artur Nogueira.



Altamirando Silva, que mora na QI 14 há mais de 50 anos, afirma que a revitalização do parque infantil e da quadra poliesportiva da região vai melhorar a qualidade de vida de toda a comunidade. "Os bancos precisam de manutenção e a praça, como um todo, precisa de melhorias. Até enfim, serão recuperados para possamos utilizá-los".

A reforma começa na pra da QI 14, conhecida como Praça da Bandeira, no Guará I, e será seguida de uma das duas praças do Setor Lúcio Costa, QI e QE 7, QEs 36 e 42.

Morador do Lúcio Costa há mais de 25 anos, o comercian-

te Floriano Peixoto elogia a iniciativa da Administração do Guará. "Tem muito tempo que a nossa região não tem melhorias expressivas. Estava tudo jogado. Agora temos visto o trabalho efetivo da Administração Regional. A praça estava abandonada e fico feliz em saber que, enfim, teremos essa revitalização", diz ele.



Na QI 07, Abadia da Costa também cobra melhorias para as crianças. "Há três anos moro aqui na quadra e só vejo promessas dessas revitalizações no parquinho e na quadra de esportes. Vai ficar bem melhor. Realmente, está precisando de uns reparos gerais. Estou ansiosa para ver as melhorias".

“A reforma das praças atende às prioridades, e a principal delas é a precariedade”

ADMINISTRADOR REGIONAL

Artur Nogueira



Ao anunciar a intenção de reformar todas as praças do Guará, o administrador regional Artur Nogueira já se coloca no centro dos interesses corporativos de moradores e lideranças comunitárias que defendem a reforma por seus espaços primeiro. Mas ele explica que os critérios para a ordem das reformas foram estipulados pela equipe técnica da Administração e depois de ouvir também a opinião dos moradores.

O projeto começa com a reforma de 5 praças. Qual o critério para estabelecer a ordem das prioridades?

Fiz questão de percorrer todas elas, com minha equipe técnica, para avaliar as condições em que estão. Também procuramos ouvir moradores e lideranças para escolher as mais carentes. Como não dispomos de recursos para reformar todas de uma vez, vamos fazer em etapas.

Recursos de onde? E quanto?

São recursos do orçamento da própria Administração Regional, que deve chegar a quase R\$ 4 milhões nessa primeira fase.

Vai continuar depois?

Sim, vamos reformar todas elas. Essa primeira parte deve ser concluída até dezembro e a partir de janeiro recomeçaremos com outro

grupo. Vamos buscar outras fontes de recursos para reformar todas até o final de 2025.

O que será feito nas praças?

Tudo o que precisar ser reformado: alambrados, pisos de quadras, brinquedos infantis, paisagismo...

A que você atribui o estado das praças do Guará?

Não gosto de falar do passado e de criticar gestões anteriores, mas é lógico que faltou manutenção, mas não cabe a mim dizer de quem foi a culpa. Gosto de falar da minha gestão de janeiro do ano passado pra cá. Procuo fazer o que a população me traz e o que a nossa equipe percebe de necessidade. Tudo o que estamos fazendo é o que a comunidade pede, claro que depois da comprovação da necessidade das demandas. Por exemplo, recebemos demandas na Ouvidoria e pessoalmente e quando chegamos lá as praças estavam entre as mais bem conservadas. Por isso, reafirmo, que o critério para reforma é técnico. E a população pode ter paciência que todas as praças serão reformadas até 2025.

Mas é preciso também que os próprios moradores ajudem na conservação após a reforma, inclusive vigiando e evitando a depredação. Afinal, o dinheiro é deles, dos impostos que eles pagam.

Novas placas de endereçamento

Para atualizar a sinalização vertical em vários pontos da cidade, administração regional investiu aproximadamente R\$ 700 mil desde 2023

OGDF tem intensificado a instalação de novas placas de endereços em diversos pontos do Guará. Nesta quarta-feira (14 de agosto), o Departamento de Estradas de Rodagem (DER-DF) concluiu mais uma etapa da sinalização, com a instalação de placas na QI 18, no Guará I. Além disso, todos os conjuntos e áreas especiais da QE 40, no Guará II, também foram beneficiados.

A medida só foi possível graças a descentralização de R\$ 74 mil do caixa da própria administração regional ao DER para a compra dos materiais necessários para a confecção. A Portaria Conjunta nº 1/2024 entre os órgãos foi publicada no Diário Oficial do Distrito Federal (DODF) na semana passada.

No total, 46 novas placas de endereços foram instaladas na cidade nos últimos dias, além da recomposição de estruturas danificadas.

Em 2023, além de avenidas e áreas comerciais, a QE 38, QE 48, QI 18, QE 17, QE 28 e o Polo de Moda ganharam novas sinalizações. A instalação de placas contemplou, ainda, as novas quadras da região administrativa, QEs 50, 52, 54, 56 e 58.

De acordo com a engenheira Maria Luzia Ferreira Borges, gerente de sinalização urbanas do DER, “placas de endereçamento são importantes para facilitar a circulação de todos. Do entregador de pizzas ao motorista da ambulância. Todos serão mais eficientes se houver uma boa sinalização”.



Situação das praças do Guarará II

Na próxima edição, serão mostradas as praças do Guarará I

Maioria das praças está suja, maltratada pelos frequentadores e sem manutenção por parte do governo. Algumas, que receberam manutenção através do projeto Inova DF, estão com equipamentos em estado melhor.

QE 17



QE 15



QE 34



QE 19



QE 26



QE 28



QE 30



QE 32



Enquanto isso.... exemplos de cidadania

Enquanto a maioria dos moradores destroi, ignora ou não contribui para a manutenção de espaços públicos, uma pequena minoria faz o contrário

Nem só de praças e áreas públicas mal conservadas vive o Guará. Existem também alguns oásis de espaços públicos recuperados e conservados por alguns moradores, principalmente mulheres, que custeiam por conta própria ou com ajuda de vizinhos pequenos jardins que ajudam a fazer o contrapeso da parte feia da cidade.

Numa das duas praças da QE 46, um jardim de suculentas é o orgulho dos moradores da quadra e é visitado inclusive por quem mora em ruas mais distantes. No espa-



O jardim de suculentas plantado por Joana Darc é o orgulho dos moradores da QE 46

ço, que antes era tomado por lixo, floresce um vistoso jardim de suculentas (plantas originárias de regiões áridas), plantado pela servidora pública aposentada Joana Darc da Silva Freitas. “Moro em frente à praça e ficava incomodada com o lixo que era deixado por moradores sem qualquer cuidado. Como cultivo suculentas na sacada da minha casa, resolvi transformar aquele local sujo em um jardim delas. Hoje, os próprios vizinhos que jogavam o lixo lá ajudam a conservar e vigiar o jardim”, conta Joana Darc. “Os moradores, inicialmente surpresos com a transformação, agora encontram conforto ao passar pela praça. Muitos param para admirar as suculentas, tirar fotos ou simplesmente relaxar por alguns momentos, longe do frenesi do dia a dia. Crianças pequenas, em particular, são fascinadas pelas formas intrigantes das plantas, talvez inspirando futuros botânicos ou jardineiros”, completa, orgulhosa da sua iniciativa.

Quem passa pela via contorno do Guará II, em frente à Administração Regional, não deixa de admirar um bem cuidado jardim em



Uma estátua de 4 metros de altura orna o jardim implantado por Olinda, na orla da QE 13

área pública, ornado com uma estátua do Cristo Redentor com 4 metros de altura, mesas de concreto e muitas plantas. O jardim foi plantado há seis anos pela aposentada Olinda Caetano do Carmo, com recursos próprios. “Quando me mudei para cá, ficava incomodada com a falta de manutenção da área pública em frente à minha casa. Como sempre fui apaixonada por plan-

ta, resolvi criar o jardim, que trata como se fosse um filho. É minha paixão e também orgulho de todos os vizinhos, que me ajudam a conservá-lo”, diz ela.

Outro exemplo de cidadania com o bem público é a pintura e o jardim na rua que liga as QEs 42 e 44, nas proximidades do supermercado Mais Atacadista, onde um mural artístico e um jardim foram criados no espaço que antes servia como depósito de lixo. Com ajuda do vizinho Tiago Botelho e da vizinha Maria Aparecida Leandro, a líder comunitária Maria das Graças Pereira teve a ideia de decorar o muro alto da igreja evangélica da esquina e plantar um pequeno jardim para desestimular os sujões. “Deu certo. Hoje, muita gente para pra tirar fotografias e os vizinhos sentem orgulho da obra de arte”, afirma Graça. “É um sentimento de dever cumprido de ajudar um espaço público que também é nosso”, diz ela.



Tiago e Graça transformaram um espaço que servia para acúmulo de lixo numa obra de arte

DESDE
1978



CJ-1704
Thaís
IMOBILIÁRIA

Rede
Brasília
DE IMÓVEIS



3031-2200 www.thaisimobiliaria.com.br

BYD agora é BALI



BALI | BYD

 **4042 9252**

SAAN EPIA NORTE

Nova biblioteca e reforma da Casa da Cultura

Renovação dos espaços culturais vão garantir continuidade das atividades e conforto dos usuários

Em reunião realizada na última semana com o Conselho Regional de Cultura do Guará, o administrador regional Artur Nogueira confirmou o início das obras para a implantação da nova biblioteca pública da cidade. A decisão marca um importante passo na promoção da cultura, trazendo melhorias significativas tanto para os estudantes quanto para a comunidade em geral.

A nova biblioteca será realocada da Casa da Cultura para a sede da Administração Regional, proporcionando um ambiente mais adequado e silencioso para os estudantes e frequentadores. A mudança se deve ao fato de que a Casa da Cultura, atualmente, abriga diversos cursos e oficinas de arte, como música, dança e teatro, atividades que geram um nível de ruído incompatível com as necessidades de um espaço de estudo.

O novo local, que ocupará toda a ala da Administração voltada para a Feira do Guará, oferecerá um ambiente mais amplo

e moderno, com capacidade para atender melhor a comunidade. Além de um acervo diversificado, a biblioteca contará com uma sala de leitura e estudo para 24 pessoas e uma sala de descanso, que visa proporcionar um espaço de relaxamento para os usuários. A proximidade com o Teatro do Guará também facilitará a realização de palestras, cursos e aulas, complementando as atividades oferecidas pela biblioteca.

As obras estão previstas para começar nos próximos dias, e a expectativa é que o novo espaço seja inaugurado até outubro.

Reforma da Casa da Cultura

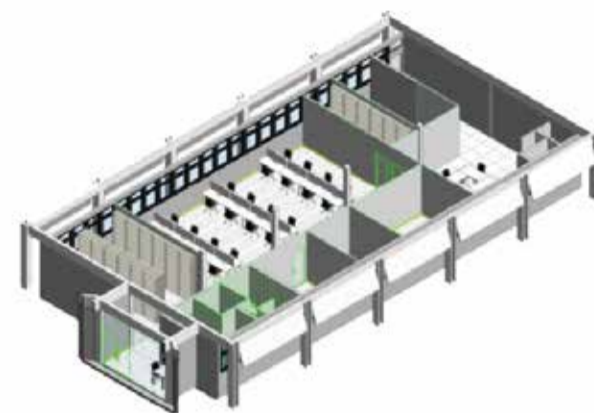
Além da nova biblioteca, a Casa da Cultura do Guará, que há anos carece de manutenção, passará por uma reforma abrangente nos próximos meses. Em um esforço conjunto da Administração Regional, do Conselho de Cultura e da deputada Dayse Amarílio, que garantiu os recursos no orçamento para as

obras, a Casa da Cultura receberá melhorias essenciais para continuar sendo um espaço vital para as atividades artísticas e culturais da cidade.

A reforma incluirá a renovação dos pisos, pintura, reforma dos banheiros e manutenção elétrica e hidráulica, garantindo um ambiente mais seguro e confortável para os frequentadores. O local, que oferece cursos de dança, teatro e música, é um importante ponto de encontro para a comunidade, e a revitalização é vista como essencial para a continuidade dessas atividades.

O Teatro de Arena, que comporta até 10 mil pessoas e é o principal espaço de eventos do Guará, também será beneficiado. Serão realizados serviços de manutenção nos alambrados, banheiros e arquibancadas, assegurando que o espaço esteja em plenas condições de receber os eventos culturais da cidade.

O Gerente de Cultura, Julimar dos Santos, destaca a importância dessas iniciativas: "A nova biblio-



Nova biblioteca vai funcionar dentro da Administração do Guará



Casa da Cultura do Guará foi inaugurada em 2013 e até hoje não recebeu nenhuma reforma



Reunião do Conselho Regional de Cultura do Guará com o administrador regional do Guará Artur Nogueira, com a participação do presidente do Conselho de Cultura do Distrito Federal, Felipe Vitelli, nesta terça-feira. Na pauta, as reformas do Teatro de Arena e da Casa da Cultura, a transferência da Biblioteca para o prédio da Administração, o Teatro do Guará, os espaços culturais do Setor Lúcio Costa e a Rua do Lazer

teca representa um avanço significativo para o acesso à educação e à cultura no Guará. Ter um espaço dedicado exclusivamente ao estudo e à leitura, próximo ao Teatro do Guará, vai permitir que a comunidade tenha um acesso mais amplo a diferentes formas de conhecimento. Quanto à Casa da Cultura, essa reforma é crucial para que possamos continuar oferecendo atividades de qualidade à população. É um local que faz parte da história do Guará e merece essa atenção."

Rafael Souza, presidente do Conselho de Cultura do Guará, também analisa as melhorias: "A transferência da biblioteca para um espaço mais adequado e a reforma da Casa da

Cultura são vitórias para todos nós. A Casa da Cultura é um símbolo da nossa identidade e um centro de criação e expressão artística. Sua renovação não só preserva, mas também valoriza esse patrimônio, permitindo que novas gerações tenham acesso a um espaço digno e inspirador. Estamos confiantes de que essas mudanças trarão um impacto muito positivo para a nossa comunidade."

A Administração Regional já possui o contrato de manutenção firmado e agora aguarda apenas a liberação dos recursos para dar início às obras. A previsão é que a reforma seja concluída até o final de 2024, marcando o início de uma nova fase para a cultura no Guará.

PAULA AMIDAMI

Guaraense, campeã de kung fu busca patrocínio para competir nos EUA

POR RAPHAEL COSTA/METROPOLES

Multicampeã de kung fu wushu, a atleta guaraense Paula Amidani, 42 anos, enfrenta um dos embates mais complicados de sua carreira. Prestes a disputar uma competição no dia 23 de agosto nos Estados Unidos, ela busca incentivos para continuar na disputa de títulos. Recentemente, Paula acabou perdendo um de seus principais patrocínios e tenta driblar a dificuldade, enquanto mantém o foco nos treinos intensivos.

A atleta conta que perdeu o apoio depois de a empresa que a patrocinava decidir destinar a quantia voltada aos esportistas para as vítimas das tragédias que assolaram o Rio Grande do Sul. “Nenhum dos atletas que tinha esse patrocínio achou ruim. Todos entenderam a decisão do patrocinador. Mas tive que correr atrás de novos patrocínios, porque já estava com projetos engatilhados”, explica.

Paula conta que, ao procurar empresários duran-

te o período das Olimpíadas de Paris 2024, encontrou mais dificuldades pelo fato de sua modalidade não integrar a grade de disputa dos jogos. “Me questionavam se o kung fu é olímpico, se poderia ser. Quando eu mencionava que a primeira participação olímpica será nos Jogos da Juventude do ano que vem, as pessoas acabavam priorizando os esportes olímpicos, que estão mais em evidência”, completa.

Corrida pelo patrocínio

Ela mantém o planejamento para a disputa do Pan-Americano de Kung Fu, que será realizado na Califórnia, Estados Unidos. O torneio só é disputado por quem está no ranking. Paula conta que precisa de ajuda de marcas para custear passagem, hotel, hospedagem e outros gastos para a disputa da competição. “Fui chamada para o processo seletivo desse campeonato em fevereiro. Passei por duas peneiras e fui convocada por ser a primeira no

ranking no país”, conta.

Paula Amidani pratica kung fu desde os 10 anos de idade. De lá para cá, empilhou títulos nacionais e internacionais. Ao todo, ela já venceu seis Pan-Americanos de Wushu, seis Mundiais, seis campeonatos internacionais de Wushu, entre outras condecorações. A trajetória da guaraense também é marcada por vitórias em competições de prestígio, como o Campeonato Mundial de Kung Fu, realizado na China, em 2023, quando conquistou duas medalhas de ouro.

Paula integra a Seleção Brasileira de kung fu wushu há 27 anos, sendo a 1ª colocada no ranking nacional e pan-americano, além de estar na 5ª posição no ranking mundial. Conquistou mais de 600 medalhas, foi a terceira melhor atleta do Mundo e entrou para o Hall da Fama do Wushu. Foi membro do Comitê de Atletas da IWUF, do Comitê de Atletas Nacional de Kungfu Wushu – ANAKW e da Comissão Organizadora do Campeonato Panamericano – 2022.



Paulinha CoachPink

Mãe de Gabriel, 13 anos, ela é conhecida também como Paulina CoachPink, em referência à cor preferida que usa no cabelo e pela experiência esportiva como atleta, treinadora, árbitra de campeonatos de artes marciais e crossfit, gestora de academia e autora do programa Quarenta Melhor que Vinte, que oferece treinamentos personalizados online em tempo para grupos ou alunos individuais.

Além das conquistas, Paula se dedica ao trabalho social e utiliza o kung fu como uma ferramenta para abrir oportunidades a jovens e crianças carentes, em um projeto viabilizado pela Lei de Incentivo ao Esporte. A medalhista é professora voluntária do projeto Jovens Talentos, apoiado pelo Ministério dos Esportes. “Minha missão vai além das competições; quero transformar vidas através do kung fu. Acredito que as artes marciais têm o poder de promover o desenvolvimento pessoal e social”, afirma.

Além do sucesso nas competições, Amidani é

uma defensora fervorosa do kung fu no Brasil. Ela desempenha um papel ativo na Associação Nacional dos Atletas de Kung Fu Wushu (ANAKW) e faz parte do comitê internacional de atletas da International Wushu Federation (IWUF). O impacto da atuação da atleta também se estende à mídia, com participações em grandes veículos e emissoras, como SBT e Rede Globo, canais onde chegou a ser entrevistada por Hebe Camargo e Jô Soares, além do apresentador Carlos Massa, o Ratinho, por exemplo.

Com 32 anos de dedicação ao kung fu, Paula Amidani diz que os maiores presentes que a arte marcial lhe proporcionou foram além do das centenas de medalhas recebidas no decorrer da carreira esportiva profissional. “Hoje, percebo que as medalhas são importantes, mas o que realmente fica são as experiências e as pessoas que conhecemos ao longo da jornada. O esporte me deu amigos para a vida toda e me proporcionou vivências que carregarei para sempre”, reconhece.



Guaraense é campeão mundial de capoeira

Gláucio Hernan foi um dos dois brasileiros no certame realizado em Brasília



Diferente do que muita gente pensa, a capoeira não é somente uma manifestação cultural de exibição, como estamos acostumados a ver em feiras, eventos e espaços públicos. Também tem seu lado competitivo, inclusive com direito a contato físico, como luta mesmo, como o campeonato mundial da modalidade, organizado pela federação Volta ao Mundo Bambas, que promoveu no dia 3 de agosto, no ginásio da AABB de Brasília, com a vitória do guaraense Gláucio Hernan Vieira, 36 anos.

Participaram da competição de 16 atletas masculinos e 8 mulheres pré-selecionados de países que cultuam a capoeira, com os países afros e até a Coreia do Sul. Além de Gláucio, o brasileiro Erick Maia, campeão do ano passado no mundial do Rio de Janeiro, defendeu seu cinturão. O mundial deste ano foi patrocinado pela Secretaria de Esporte e Lazer do GDF, com emenda parlamentar do deputado federal Júlio César (Republicanos).

A competição na capoeira é realizada em quatro etapas, analisadas por oito jurados, cada um avaliando uma performance diferente, como ritmo, harmonia, cadência, criatividade, objeti-

vidade e volume de jogo. As etapas são o Jogo Solo, com apresentação individual para acrobacia, floreio e golpes; o Jogo São Bento Grande de Angola, apresentado por duas duplas, num ritmo mais lento, com contato; o Jogo Iuna, de dupla, sem contato, mais floreio e acrobacia; e o Jogo São Bento Grande Regional, com contato, e mais rápido.

Praticante há 26 anos

Gláucio Hernan começou a praticar capoeira em 1998, no Cruzeiro, mas logo depois se integrou ao grupo N'Golo, do Mestre Dionísio, no Guará. Depois de seis anos lá, ajudou a fundar o grupo Aruanda Capoeira, comandado pelo Mestre Hígor, também na cidade, que treina todos os dias na Arena Guará, onde funcionava o antigo ginásio coberto do Colégio Maxwell, na QI 11. O grupo é formado por cerca de 60 praticantes, mas, de acordo com Gláucio, é aberto a qualquer pessoa que queira aprender ou praticar a arte da capoeira. "Basta ir lá, se informar e ter o grau avaliado para o caso de quem já pratica. Temos uma sala na própria arena, onde podem ser buscadas as informações", informa Gláucio.

Capoeira, um misto cultural, criada por negros africanos

Capoeira é uma manifestação cultural afro-brasileira que envolve elementos de dança, arte marcial, música, jogo e religiosidade. O surgimento da expressão foi protagonizado pelos negros escravizados como forma de resistência à opressão dos senhores e de preservação de suas identidades culturais.

O surgimento da expressão foi protagonizado pelos negros escravizados como forma de resistência à opressão dos senhores e de preservação de suas identidades culturais. A roda, os instrumentos musicais, o canto e os movimentos corporais compõem a performance em capoeira.

A capoeira é dividida em duas principais categorias: Angola e Regional. Enquanto a primeira, mais tradicional, busca resgatar a herança africana, a segunda recebe influências de artes marciais e ocupa os espaços das academias.

Já a prática da capoeira



de alta performance demanda investimento e acompanhamento profissional, como em qualquer outra modalidade. Preparadores físicos, nutricionistas, psicólogos, treinadores, mestres, social media... muitos são os profissionais envolvidos direta ou indiretamente no mercado esportivo.

O Volta do Mundo - Bambas é uma competição inédita na capoeira entre 8 ou 16 atletas selecionados pela organização, que se enfrentam em 4 estilos de jogos a cada rodada, num espetáculo de energia, luta, velocidade, malícia e des-

treza corporal.

Características da capoeira

A capoeira é realizada em formato de roda, em cujo centro duas pessoas realizam uma disputa. As demais pessoas participantes da roda batem palmas e tocam instrumentos.

Os instrumentos podem variar, porém os mais utilizados são berimbau, reco-reco, agogô, atabaque, chocalho e pandeiro. As palmas também servem como instrumento musical, ajudando no ritmo das músicas.

Dona de Casa[®]

agora é

DONNA

mercado, hortifruti & adega



**Uma nova marca,
cheia de histórias e
novas experiências.**

Com apresenta o Portal do Parque II

Residencial nas quadras novas do Guará será lançando no sábado (17 de agosto)

Motivada pelo aquecimento do setor imobiliário na região, a Conbral lança um novo empreendimento no Guará, o Portal do Parque II. Nos últimos anos, a cidade se tornou uma ótima opo, principalmente, para investidores. Para se ter uma ideia, em 2024, o Governo do Distrito Federal investiu cerca de R\$ 360 milhões em obras que irão beneficiar as áreas de infraestrutura, saúde, mobilidade e educao no bairro. Entre os destaque estão a construo de estacionamentos e drenagem pluvial com ramais de ligao e captao nas novas quadras do Guará (QEs 48 a 58 e QEs 38 e 42).

Paulo Muniz, Diretor da Conbral, aponta que o Guará é um dos principais bairros de Brasília, sendo uma importante conexão entre o Plano Piloto e as outras regiões administrativas. "A cidade está localizada "no meio" do caminho, a apenas 5km do centro, próximo a rodoviária interestadual, além de ligar Brasília aos outros bairros da capital", afirma. "Depois do grande sucesso do Portal do Parque I, empreendimento imobiliário pioneiro na região, estamos felizes em apresentar o Portal do Parque II. O residencial conta com várias opes de lazer e também a proximidade com um parque que já tem pronto campo de futebol com gramado sinttico, área de skate e quadras poliesportivas", comemora Muniz.

Residencial Portal do Parque II

Localizado na QE 48, o Portal do Parque II é assinado pelo escritório Accioly & Catelli Arquitetos Associados, possui 144 apartamentos de 2 e 3 quartos com suíte (com metragem de 62,6 a 63,3m² e 50,01m²), sendo 13 apartamentos

Garden (com metragem de 80,70 a 158,55m² e 62,05 a 68,61m²), além de uma vaga na garagem para cada unidade.

Além disso, o empreendimento também contará com uma área de lazer completa com piscinas adulto e infantil aquecidas, deck seco e molhado, sauna com duchas, churrasqueira, salão de jogos, academia, brinquedoteca, salão de festas, espaço gourmet, entre outras comodidades. "O destaque fica para o fireplace e a praça privativa. São dois ambientes exclusivos, que conectam todas as áreas comuns, e que foram projetados para receber os moradores em espaços acolhedores". O Portal do Parque II é a segunda etapa do Residencial Portal do Parque. A primeira fase do empreendimento foi entregue em março de 2023 e a segunda fase está prevista a entrega para setembro de 2027.

Lançamento terá atraes para toda a fmilia

No dia 17 de agosto (sábado), a partir das 10h, na QE 48 do Guará II, no Portal do Parque I, as pessoas tero a oportunidade de aproveitar um dia especial em fmilia. Para celebrar o lançamento do Portal do Parque II, os visitantes poderão se deliciar com um festival de crepes, pipoca e algodão doce. Além disso, as crianças também poderão aproveitar momentos divertidos nos brinquedos infláveis. O evento gratuito será aberto para toda a comunidade.

Sobre a CONBRAL

A Conbral  uma das mais antigas empresas em atividade na área de construo civil da Capital Federal. Desde outubro de 1968 vem construindo sua sólida história em Brasília.

Planejamento, persistência, determinao, trabalho e boa gestão. J construiu mais de 1,3 milhão de m² em Brasília, Goiânia, Anápolis, Itumbiara, Boa Vista (Roraima) e Manaus (Amazonas). Seu pioneirismo  lembrado com as primeiras obras do Guará II, de Samambaia e guas Claras, além de participar diretamente com outros parceiros, do planejamento e construo dos empreendimentos Quadra Parque 311 Norte e o Ilhas do Lago, referências em qualidade, conforto e valorizao no DF.



ALUGUEL GARANTIDO

ALUGUEL GARANTIDO? SIM,  POSSÍVEL COM A CONVICTA IMÓVEIS! 💰✔

AGORA VOCÊ PODE ALUGAR SEU IMÓVEL COM TOTAL TRANQUILIDADE E SEGURANÇA. COM A CONVICTA IMÓVEIS, O PAGAMENTO DO ALUGUEL ESTÁ GARANTIDO, SEM PREOCUPAES OU ATRASOS. 😊🏠

NOSSA EQUIPE ESTÁ PRONTA PARA CUIDAR DE TODOS OS DETALHES, DESDE A SELEO DO INQUILINO ATÉ A GESTÃO DO CONTRATO. ASSIM, VOCÊ TEM A CERTEZA DE RECEBER SEU ALUGUEL EM DIA, TODOS OS MESES. 📅🏠

NÃO PERCA MAIS TEMPO COM INCERTEZAS E RISCOS. ESCOLHA A CONVICTA IMÓVEIS E TENHA A GARANTIA DE UM ALUGUEL TRANQUILO E SEM DORES DE CABEÇA.

ENTRE EM CONTATO CONOSCO E SAIBA MAIS SOBRE NOSSOS SERVIÇOS! ➔🏠



A SUA IMOBILIÁRIA
61-3386-9000

AVENIDA CENTRAL LOTE 850 LJ 1-NÚCLEO BANDEIRANTE



BRB
MOBILIDADE

MOBILIDADE
BILHETE ÚNICO DE BRASÍLIA



Dinheiro não vai andar mais de ônibus.

Apenas os cartões

Mobilidade, crédito e débito.

Aos poucos, os ônibus do DF não receberão mais dinheiro, sendo aceitos apenas os meios eletrônicos, como cartões de débito, crédito ou o Cartão Mobilidade. Retire o seu nos postos credenciados do Na Hora ou na rodoviária da sua cidade.

Saiba mais em mobilidade.brb.com.br



Acesse o QR Code com a câmera do seu celular e baixe o app.



GDF

GUARÁ VIVO

JOEL ALVES



Empresários investem no Guará

Com o crescimento o Guará tem atraído novos moradores e com eles os investimentos nas áreas comercial e de entretenimento. Como exemplo temos empresários como os da Academia Smartfit e da empresa o "Poderoso" tem expandido seus negócios de olho no poder aquisitivo dos novos moradores que estão chegando todo dia.



3 estádios do DF serão reformados - o estádio do Cave segue em ruínas

Há muitos anos o estádio do CAVE sofre e não está entre as prioridades do governo do DF. O GDF anunciou que vai reformar 3 estádios no DF, os estádios Augustinho Lima – onde Caio Bonfim treina –, Joaquim Domingos Roriz (Rorizão) e Maria de Lourdes Abadia (Abadião) vão passar por intervenções. "Desde o início do ano, [essa reforma] já estava no nosso planejamento", explicou o secretário de Esporte e Lazer, Renato Junqueira.



Dia a Dia e Tatico ampliam suas atividades próximo ao Guará

Nos próximos dias teremos mais 2 Supermercados na EPTG, nas proximidades do Guará. Eles substituem outros 2 supermercados que atuavam no local. As obras estão adiantadas e estão previstas para abertura em setembro.

É PAPO FIRME

LUCIANO LIMA



HEMOCENTRO DE BRASÍLIA I

Os doadores de sangue da Fundação Hemocentro de Brasília (FHB) não precisarão mais passar pelo teste do furo do dedo para medir o nível de hemoglobina no sangue. O antigo procedimento agora dá lugar ao multiparâmetro, aparelho que utiliza um sensor acoplado ao dedo do doador. É um método totalmente indolor.

HEMOCENTRO DE BRASÍLIA II

O Hemocentro da nossa cidade precisa de mais doações. Para doar sangue é preciso ter entre 16 e 29 anos, pesar mais de 51kg e estar saudável. Para mais informações, o cidadão pode consultar todas as condições no site www.fhb.df.gov.br ou entrar em contato pelos telefones (61) 3327-4413 e (61) 3327-4447 ou pelo whatsapp (61) 99136-2495.

TODOS PELO DF

O senador Izalci Lucas, que cresceu e foi criado no Guará, voltou com o seu programa "Todos Pelo DF", todo domingo, das 13h às 15h, na Rádio Atividade FM 107,1. A ideia do programa é dar mais visibilidade a tudo que acontece nas cidades do Distrito Federal. Izalci estava apresentando o "Domingão do Vigão" e voltou para o seu projeto radiofônico no último dia 4 de agosto. E o Guará marcou presença no programa de estreia com o projeto social "Tae Kwon Down". Os guaraenses Luciano Lima e Charles Rocha trabalham na produção do programa.

VIVER POLÍTICA

O "Viver Política" é o mais novo portal de notícias do Distrito Federal. O portal vai falar sobre notícias do Distrito Federal e do Brasil. Acesse viverpolitica.com.br e fique bem informado.

40 ANOS DO ROGÁ

O mês de agosto foi de comemorações dos 40 anos de história do Colégio Rogacionista no Guará, fundado pelos padres Antônio Chirulli e Guido Mottinelli no dia 9 de agosto de 1984. O Rogá, como é carinhosamente chamado por estudantes, ex-alunos e pela comunidade, promoveu Missa, eventos culturais e sociais para comemorar as quatro décadas de existência, além da participação ativa nas comemorações do aniversário da cidade. Quero aqui parabenizar a gestão do padre Marcos de Ávila, que trouxe o tradicional Colégio Rogacionista para mais perto da comunidade.

PARÓQUIA MARIA IMACULADA

Mudanças na Paróquia Maria Imaculada (EQ 15/17 - Guará 2). O jovem padre Arnaldo Henrique Alves foi fazer doutorado no Vaticano e deixou a paróquia. O padre Edilson Santos da Costa é o novo pároco e o padre Clézio Antônio Rodrigues do Amaral é o novo vigário. Sejam bem-vindos! A Paróquia Maria Imaculada é muito conhecida pelo forte trabalho com os jovens.



COMODIDADE e MODERNIDADE

2 e 3 Quartos no Guará II



4 Ofício do Guará R-5 /51.366



Perspectiva - Hall de entrada



Perspectiva - Piscina adulto



Perspectiva - Salão de festas

APARTAMENTOS

71 m² a 100 m² e até 2 vagas de garagem

COBERTURAS

211 m² com até 3 vagas de garagem

O EDIFÍCIO

Planejado em 2 blocos, com 96 apartamentos e 146 vagas de garagem

O LAZER

Lazer e convivência no térreo com piscinas, academia, churrasqueiras, salão de festas, espaço gourmet, área pet, brinquedoteca, playground, entre dezenas de itens

O ENDEREÇO

QI 23 - Guará II

Paulo Octavio[®]

CJ1700

CORRETORES DE PLANTÃO NO LOCAL

3326.2222

www.paulooctavio.com.br

VISITE NOSSAS CENTRAIS DE VENDAS

208/209 NORTE
Eixinho, ao lado do McDonald's

NOROESTE
CLNW 2/3

ÁGUAS CLARAS
Rua 33 Sul lote 7

GUARÁ II
QI 23



ACESSE E SAIBA MAIS

