



ENDEREÇAMENTO RENOVADO

Encontrar endereços no Guará, principalmente para quem não mora na cidade, era um sério problema e motivo de irritação de motoristas de aplicativos, de serviços e de entregadores de encomendas. Ou para quem viria visitar um parente e não estava familiarizado com a lógica da sequência das

quadras e conjuntos. É que o endereçamento nas placas estava quase ilegível e em algumas quadras impossível de ser visualizado a média distância. Mas esse problema deve acabar logo, quando todo o endereçamento da cidade estiver concluído. A renovação de todas as placas do Guará é um in-

vestimento da Administração Regional, que está repassando os recursos, e do Departamento de Estrada de Rodagem (DER), que confecciona e troca as placas. A ordem da troca obedece aos pedidos da comunidade, mas todas as quadras serão atendidas.

Páginas 6 e 7

OSWALDO NAVARRO



Guaraense é o maior descobridor de talentos de técnico das seleções de base do DF de judô.

Página 11

50 anos do Centrão

Uma das principais escolas do Guará, o Centro Educacional II (Entre QEs 17 e 19) completou 50 anos de fundação esta semana. No sábado, 9 de novembro, a festa inclui bolo e passeio ciclístico

Página 9

Casa da Cultura lança pesquisa

Administração Regional quer entender melhor o que pensa a população da cidade

Página 12

DENGUE Prioridade na conscientização



Para evitar o que aconteceu no início do ano, com muitos casos comprovados e mortes por dengue, o governo vai investir na conscientização dos moradores para evitar a proliferação do mosquito transmissor.

Página 11

POUCAS & BOAS

ALCIR DE SOUZA



Zebrinha no Guará

Começou um movimento nas redes sociais da cidade pela instalação do serviço de transporte conhecido como “Zebrinha”, aquele ônibus menor, com ar condicionado, que faz percursos mais curtos, principalmente a integração com o metrô.

O movimento começou depois que o GDF anunciou a implantação do Zebrinha em Águas Claras, Taguatinga, Ceilândia, Vicente Pires e Plano Piloto. O traçado do Guará, dividido em dois bairros e cortado ao meio pelo metrô, justifica a implantação do Zebrinha, que serviria também como circularna cidade.

A reivindicação deve chegar nos próximos dias à Secretaria de Mobilidade (Semob), através do administrador regional Artur Nogueira em nome da comunidade guaraense.

Manutenção voluntária no Parque

O grupo de voluntários que acompanha o reflorestamento do Parque Ezechias Heringer, o Parque do Guará, volta a se reunir nesse sábado, 9 de novembro, para receber 28 alunos da Faculdade UDF, que vão acompanhar a manutenção das mudas plantadas no início do ano.



Operação contra a bandidagem

O 4º Batalhão da Polícia Militar iniciou mais uma fase da Operação Integrada, de combate ao crime e para o aumento da sensação de segurança no Guará. Além do 4º BPM, participam o 15º Batalhão (Estrutural), 25º (Bandeirante), 28º (Riacho Fundo), Rotam, Bope e RTMon (cavalaria).

Durante a operação, os policiais vão circular pelos pontos da mancha criminal na cidade, principalmente nos pontos de venda e consumo de drogas.

Aniversário do Prevenindo com Arte

Para comemorar o 9º aniversário do projeto Prevenindo com Arte, do 4º Batalhão da Polícia Militar, que oferece atividades físicas e desportivas gratuitas a mais de 2 mil pessoas no Guará, vão ser oferecidas várias atividades neste sábado, 9 de novembro, como Carreta da Polícia Civil para tirar a nova Carteira de Identidade Nacional, a final do torneio de futebol interno, graduação de karatê e kickboxing, apresentação de kangoo (dança sobre molas) e Carreta da Saúde.

Coordenado pelo sargento Giovanni Kleber Almeida de Sousa, o Prevenindo com Arte é o projeto social mais consistente desenvolvido dentro das unidades da Polícia Militar do DF.

Mais policiais para a 4ª DP

Com a nomeação de 791 policiais civis, anunciada esta semana pelo GDF, todas as delegacias vão receber reforço. Na edição da semana passada do **Jornal do Guará**, o delegado titular da 4ª Delegacia de Polícia do Guará, Lorisvaldo Sacha, informava que o contingente da delegacia era bem menor do que estabelece as recomendações da própria Secretaria de Segurança.

Mesmo ainda não definida a distribuição desse novo contingente, é certo que a delegacia do Guará vai receber um bom reforço de policiais.

Nova escola da Estrutural ajuda o Guará

O anúncio do lançamento da licitação para construção de uma nova escola na Cidade da Estrutural, com capacidade para receber mais de 1.200 alunos nos dois turnos, impacta diretamente a rede pública do Guará, que abriga, por enquanto, esses alunos da região vizinha. Vai representar também uma grande economia para os cofres públicos ao deixar de pagar pelo transporte dos alunos para cá.



Assaltante aterroriza comércio

A polícia está à procura de um assaltante que está agindo com certa frequência em comércios do Guará e do Park Sul. Como assalta à noite, o alvo dele são principalmente farmácias, conforme tem flagrado câmeras de segurança desses comércios. Armado, ele só leva o dinheiro dos caixas.

A 4ª DP pede que, se alguém o reconhece pela foto, denuncie diretamente na delegacia ou através do fone 197.

Seresta dos Amigos

O Instituto Coração Valente promove a seresta dos Amigos, dia 30 de novembro, sábado, no Salão de Múltiplas Funções do Cave. A festa será animada por Marcelo José, muito conhecido dos guaraenses, e Márcia Ayala & Vilmar.

Reservas pelo 983821100

JORNAL DO GUARÁ

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



@jornaldoguara





RESIDENCIAL
PORTAL DO PARQUE II



Lançamento Portal do Parque II



2^{ou} 3

Quartos
com 1 suíte
1 ou 2 vagas de garagem

51,21m²
a 64,54m²

Central de Vendas

 **3963-2370**

quadra**imob**
soluções imobiliárias
CJ24900

clmmuniz
IMÓVEIS E CONSTRUÇÕES


CONBRAL

DENGUE

Prioridade na conscientização

Equipes do programa Saúde da Família e da Vigilância Ambiental intensificam visitas e orientações aos moradores para evitar proliferação do mosquito transmissor

Embora a culpa sempre recaia sobre o governo, não há dúvidas de que o próprio morador é o principal responsável pelo aumento dos casos de dengue no Guará, no Distrito Federal e no país. A maioria dos focos está nas residências e acaba fugindo da fiscalização das equipes da saúde pública, porque está em locais que somente o próprio morador tem controle. É nessa conscientização que o governo está investindo agora, principalmente antes da intensificação do período chuvoso. O que antes era feito apenas pelas equipes da Vigilância Ambiental, passa a ser feito também pelas equipes do programa Saúde da Família, formada por médicos, enfermeiros e agentes comunitários de saúde, que passam a ajudar na orientação dos cuidados que o mo-

rador deve tomar contra o mosquito transmissor.

No Guará, além dos 14 Agentes de Vigilância Ambiental (AVA) que fazem as visitas domiciliares, as 24 equipes locais do programa Saúde da Família passam a ajudar na conscientização quando realizam as visitas com o objetivo de prevenir as doenças antes que seja necessária a busca pelos equipamentos de saúde pública.

Para ajudar nessa conscientização, a Secretaria de Saúde está mobilizando 636 equipes de Saúde da Família (eSF), multiprofissionais e de saúde bucal distribuídas pela rede de 176 unidades básicas de saúde (UBSs) em todo o Distrito Federal.

Atividades educativas para prevenir a proliferação do mosquito e reconhecer os sintomas da dengue



Agentes da Vigilância Ambiental vistoriam as residências e instruem os moradores para que evitem criadouros

passaram a acontecer em escolas e estabelecimentos comerciais, além de terem sido incorporadas à rotina dos atendimentos nas UBSs e nas visitas domiciliares.

“Com o esforço conjunto, vamos fazer a diferença e proteger a saúde de todos”, afirma a secretária de Saúde, Lucilene Florêncio, que

cita o Plano de Contingência para Respostas às Emergências em Saúde Pública por Dengue, Chikungunya e Zika, com ações previstas para 2024 e 2025, conforme a evolução dos números da doença.

Em outubro, profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) receberam material informativo para ser

distribuído em ações junto à população, como cartazes e cartilhas. “A educação em saúde é uma ferramenta essencial nesse processo, e os profissionais da Atenção Primária à Saúde têm um papel fundamental, orientando a população e incentivando a mobilização comunitária”, explica a gerente de Apoio à Saúde da Família, Simone Lacerda.

Vigilância epidemiológica

Apesar de o Distrito Federal ter registrado, em 2024, uma elevação de 873,5% no número de casos prováveis de dengue comparado a 2023 – no Guará foram mais de 8 mil casos confirmados e 18 mortes –, o momento atual mostra um cenário mais tranquilo. Agora, a cada semana, são cerca de 200



COMPLETOS

Verifique com o garçom os tamanhos disponíveis

TRAÍRA P

DE R\$ 79,90 POR R\$ 54,90

TRAÍRA M

DE R\$ 119,90 POR R\$ 74,90

TRAÍRA G

DE R\$ 149,90 POR R\$ 92,90

PICANHA COMPLETA NA CHAPA

de R\$ 189,90 por R\$ 145,90

MOQUECA DE SURUBIM

de R\$ 179,90 por R\$ 132,90

MOQUECA DE SURUBIM COM CAMARÃO

de R\$ 219,90 por R\$ 164,90

EXECUTIVOS

PICANHA

de R\$ 44,90 por R\$ 35,90

FILÉ DE PEIXE

de R\$ 35,90 por R\$ 29,90

Frango grelhado

de R\$ 25,90 por R\$ 18,90



Válido de segunda a sábado exceto feriados, sem restrição de horário



*Promoções válidas para consumo no bar.



A partir de agora, as equipes do Saúde da Família também estão participando dessa conscientização

pacientes com suspeita da doença, mantendo a tendência de poucos números para outubro e novembro, de acordo com a Secretaria de Saúde.

"É preciso manter a atenção", lembra o chefe da Assessoria da Subsecretaria de Vigilância à Saúde (SVS), Victor Bertollo. "Neste momento, a nossa incidência de casos está dentro do esperado para este período do ano", sinaliza. "É diferente, por exemplo, do que nós vivemos ano passado, quando nesta época já estávamos acima do esperado".

Ainda assim, a Secretaria de Saúde (SES-DF) mantém a vigilância epidemiológica dos números,

com novos boletins emitidos semanalmente. Mais ações de combate à dengue vão ocorrer para prevenir a doença. A pasta também oferece a vacinação de crianças e adolescentes de dez a 14 anos, conforme indicado pelo Ministério da Saúde (MS).

O que fazem a Vigilância Sanitária e a Saúde da Família

Enquanto as equipes do programa Saúde da Família, de atenção primária, tem o objetivo cuidar das pessoas antes que adoecem ou agravem suas doenças, a Vigilância Ambiental cuida da preservação dos ambientes contra os causa-

dores de doenças sazonais transmitidas por animais.

A chefe do núcleo da Vigilância Ambiental do Guarará, Hérica Marques, explica que o agente comunitário inspeciona residências, comércios, terrenos abandonados e orienta os responsáveis a evitar a proliferação de insetos e animais peçonhentos (escorpião, cobra, aranha, abelha, mosquito e marimbondo), sinantrópicos (pombos e ratos), fazem controle da raiva (cães e gatos) e da leishmaniose (transmitida através principalmente do cão).

Para o diretor Regional de Atenção Primária à Saúde da Região Centro-Sul, em que a cidade do Guarará está incluída, Luiz Henrique Mota Orives, a ajuda no combate ao mosquito transmissor também pode ser atribuído às atividades das equipes da saúde da família, "porque, de alguma forma, ajuda na prevenção das doenças e evita a procura pelos equipamentos de saúde e de internações". "Qualquer reforço que possa contribuir com a redução da dengue, zika e chikungunya é bem-vinda", completa a chefe da Vigilância Ambiental do Guarará, Hérica Marques.

Dia 18 é o "Dia D" contra a dengue no Guarará



Está marcada para 18 de novembro, sexta-feira, a grande ação contra a proliferação do mosquito transmissor da dengue no Guarará, coordenada pela Administração Regional em parceria com órgãos de saúde, de segurança e com lideranças comunitárias. As providências do governo serão acompanhadas de uma campanha de conscientização dos moradores para que mantenham seus ambientes limpos sem focos do mosquito *Aedes aegypti*. Caso essa conscientização não obtenha os resultados esperados, o governo pretende voltar a multar e a tomar medidas mais enérgicas contra os moradores que não respeitarem as recomendações.

A primeira reunião da frente contra a dengue foi coordenada pelo administrador regional do Guarará, Artur Nogueira, e contou com a presença da che-

fe do Núcleo de Vigilância Ambiental do Guarará, Hérica Marques, do tenente-coronel do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal (CB-MDF), Vicente Parente, e do delegado-chefe adjunto da 4ª Delegacia de Polícia Civil, Filipe Campos. Representantes das áreas técnicas da Novacap, secretarias de Educação, Saúde, DF Legal e Serviço de Limpeza Urbana (SLU) também participaram, porque são órgãos fundamentais no controle e fiscalização das ações contra a dengue.

Ações conjuntas para a conscientização da população e o trabalho integrado para o reforço na limpeza da cidade foram assuntos discutidos entre os órgãos do GDF. Líderes comunitários presentes na reunião ajudaram a mapear as áreas mais críticas em relação ao descarte irregular de lixo no Guarará.

DESDE
1978



CJ-1704
Thaís
IMOBILIÁRIA

 **Rede Brasília**
DE IMÓVEIS



3031-2200

www.thaisimobiliaria.com.br



TODA A CIDADE TERÁ ENDEREÇAMENTO RENOVADO

Substituição da sinalização vertical atenderá todas as quadras da cidade. Investimento da Administração do Guarú e DER-DF chega a R\$ 3 milhões. Serviço será concluído em 2025

Encontrar endereços no Guarú, principalmente para quem não mora na cidade, era um sério problema e motivo de irritação de motoristas de aplicativos, de serviços e de entregadores de encomendas. Ou para quem viria visitar um parente e não estava familiarizado com a lógica da sequência das quadras e conjuntos. É que o endereçamento nas placas estava quase ilegível e em algumas quadras impossível de ser visualizado a média distância. Mas esse problema deve acabar até o próximo ano, quando todo o endereçamento da cidade será concluído. A renovação de todas as placas do Guarú é um inves-

timento da Administração Regional, que está repassando os recursos ao Departamento de Estrada de Rodagem (DER), que confecciona e troca as placas, e vai custar R\$ 3 milhões.

Já foram instaladas cerca de 1.800 novas placas de sinalização do total de 2.100 previstas. A mudança atende desde áreas residenciais e comerciais às avenidas e vias públicas. Nas últimas semanas, o serviço contemplou as QIs 1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 12, 14, 16, 18 e 20.

Segundo o administrador regional do Guarú, Artur Nogueira, a substituição da sinalização antiga facilitará a circulação de todos, desde entregadores e motoristas de apli-

cativos à chegada de ambulâncias e viaturas policiais. “Era uma demanda antiga da comunidade, e nós estamos conseguindo instalar em todo o Guarú”, afirma. “Antes era muito difícil porque as placas eram todas apagadas e não tinha padrão”

Informações precisas

Com layout azul e maior dimensão em relação às placas antigas, as novas sinalizações informam a quadra, o conjunto e se o lote é par ou ímpar. A novidade foi elogiada pelo servidor público Adaelson Luiz da Silva, 54 anos. Morador da cidade há mais de três décadas, ele revela que é comum que amigos e familiares se percam ao procurarem sua residência.

“Agora a placa está bem mais específica do que a anterior e maior também”, avalia. “É uma placa com melhor visibilidade tanto para o motorista quanto para o pedestre. Isso ajuda bastante quem é de fora e quem é daqui. As pessoas se perdem aqui por conta dessa divisão do Guarú e Guarú II. Às vezes, você está na QE 26, mas ali já é QI 25 e do lado já é QI 24. Então, as pessoas se confundem muito, mas agora vai ficar melhor.”

A aposentada Maria das Graças de Jesus, 73, observa que as novas sinalizações são mais visíveis e va-



Para Maria das Graças de Jesus “A sinalização melhorou muito nossa segurança e está bem explicativa”



Adaelson da Silva, morador há mais de 30 anos do Guarú, elogia o serviço: “É uma placa com melhor visibilidade tanto para o motorista quanto para o pedestre. Isso ajuda bastante quem é de fora e quem é daqui”



Para a estudante Maria Eduarda Barros, 17, “É importante para nós, que andamos mais a pé e de bicicleta, porque será mais fácil de identificar [os locais] sem usar o Waze, mas só com as placas”.

lorizam a região. “[As placas] não eram tão explícitas, estavam enferrujadas”, aponta. “Agora a gente olha de longe e já está enxergando tudo. A sinalização melhorou muito nossa segurança e está bem explicativa, [tornando] muito mais fácil para indicar um endereço”.

A chefe do Núcleo de Obras Cíveis do DER-DF, Laura Martins, explica que outras regiões administrativas também estão sendo atendidas com a renovação da sinalização vertical, como Paranoá e Gama.

“Algumas cidades estavam com sinalização em falta, outras não tinham um endereçamento corre-



O administrador Artur Nogueira está utilizando recursos da própria Administração Regional para fazer a renovação do endereçamento



to ou estavam com placas muito deterioradas, e o intuito das placas de endereçamento é o de facilitar o tráfego dos moradores para que não fiquem em dúvida de onde estão ou para onde vão”, defende.

Implantado em 1996 na gestão do administrador re-

gional Alírio Neto, através de parceria com uma empresa privada em troca do espaço para propaganda, o endereçamento continua o mesmo há 25 anos e sequer recebeu revitalização nesse período. Com o tempo, a ação do sol e da chuva foi esmaecendo a impressão na

base plástica adesivada nos postes de metal e em alguns locais nem existe mais.

Como foi implantado por uma empresa privada e o contrato não pôde ser renovado por recomendação do Tribunal de Contas do DF, o endereçamento ficou sem manutenção nesse período.

Delmasso no Encontro Internacional de Cidades Inclusivas e Famílias Sustentáveis

Secretário de Juventude, morador do Guará, apresentou projetos como o Plano Distrital da Família e o Jovem Candango



O secretário da Família e Juventude, Rodrigo Delmasso, morador da cidade e ex-deputado distrital, falou sobre a importância do investimento nas cidades e nas famílias, destacando a formulação de um plano de desenvolvimento, com a aprovação dos órgãos legisladores, para que sirva não só como um plano de governo, mas, como um plano implementado como política de Estado.

A Secretaria de Família e Juventude do Distrito Federal (SEFJ-DF) representou o Governo do Distrito Federal (GDF) no primeiro dia do 5º Encontro Técnico Internacional do Projeto Cidades Inclusivas para Famílias Sustentáveis, nesta quarta-feira (6 de novembro). A pasta apresentou os projetos que desenvolve em benefício dos jovens e das famílias. A reunião contou com a participação de representantes de governos e líderes de várias partes do mundo que discutem políticas públicas, desafios enfrentados, oportunidades de ação e as boas práticas realizadas pelos signatários da Declaração de Veneza.

soas, de cada família”. A SEFJ-DF também apresentou o programa Jovem Candango como um case de sucesso na inclusão social dos jovens em situação de vulnerabilidade e citou a política de cotas adotada. Atualmente, das 1.800 vagas, 10% são reservadas para jovens que estão deixando centros de detenção juvenil ou cumprindo medidas em regime aberto, 10% para aqueles sob medidas de proteção, 10% para pessoas com deficiência e 10% para participantes de programas específicos do governo ou residentes em áreas rurais. Os 60% restantes são abertos ao público em geral. O programa segue em expansão para o próximo ano com a proposta de 3 mil vagas.

Projetos

O secretário enfatizou, também, a importância das famílias no contexto das cidades. “Não existe cidade sem famílias estruturadas. As grandes mazelas existentes nas cidades vêm de famílias desestruturadas, desassistidas. Aqui refiro-me também ao abandono afetivo das pessoas”, disse. Para Delmasso, os recursos devem ser administrados de forma que “os benefícios cheguem na porta da casa das pes-

“O ano de 2024 foi um marco para o Programa Jovem Candango, com várias conquistas importantes como o aumento da procura pelos órgãos do GDF, a realização de parcerias estratégicas para o desenvolvimento dos jovens, envolvimento das famílias no programa e o reconhecimento dos que destacam-se em suas áreas de atuação”, afirmou o subsecretário de Empregabilidade e Empreendedorismo da Juventude, Frederico Couto.

ALUGUEL GARANTIDO

ALUGUEL GARANTIDO? SIM, É 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 PREOCUPAÇÕES OU ATRASOS. 😊🔒

NOSSA EQUIPE ESTÁ PRONTA PARA CUIDAR DE TODOS OS DETALHES, DESDE A SELEÇÃO 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

PARA AMORES INCONDICIONAIS, DIREITOS INTEGRAIS.



A CLDF TRABALHA NA DEFESA DOS ANIMAIS.

Agora é lei. Em defesa da causa animal, a CLDF criou além da Lei que institui o Programa Guardião Responsável, a Lei que proíbe o tratamento de animais como objetos, garantindo a tutela jurisdicional em caso de violação de direitos. Agora, cães, gatos e outros pets do Distrito Federal contam com mais proteção.

Conheça essas e outras leis que promovem a adoção consciente e o combate ao abandono e aos maus-tratos aos animais no portal da CLDF.



@comunicacldf
cldfnoticias
tvcamadistrital

www.cl.df.gov.br



CÂMARA
LEGISLATIVA
DISTRITO FEDERAL

TV CÂMARA
DISTRITAL

CANAIS
ABERTO NET VIVO
9.3 11 9

Os 50 anos do Centrão

Centro Educacional, entre QEs 17 e 19 do Guará II, 3 celebra meio século com festa neste sábado

Há cinco décadas, no coração do Guará, uma história de aprendizado e transformação começou a ser escrita nas paredes do Centro Educacional 03 (CED 03), o querido "Centrão". Desde sua inauguração em 7 de novembro de 1974, o Centrão tem sido um marco na vida de milhares de estudantes, professores e funcionários, moldando o futuro de jovens e fortalecendo laços com a comunidade. Mais de 700 alunos do ensino médio ocupam suas salas todos os dias, vivenciando momentos que serão lembrados para toda a vida.

Cada corredor e cada pátio da escola são testemunhas de experiências que transcendem o aprendizado formal. São amizades que permanecem, desafios que ensinam e lições que, ao longo dos anos, construíram uma herança educativa. Para celebrar esse aniversário marcante, o Centrão preparou uma festa especial com a comunidade escolar e ex-alunos. No próximo sábado, dia 9 de novembro, um dia inteiro de atividades irá comemorar o meio século de história da escola.

A festa começa às 8h, com a concentração para o passeio ciclístico, que sairá da quadra da escola às 8h30, reunindo alunos, familiares e amigos. Às 9h, um aulão de jump promete aquecer e animar o públi-

co, seguido pelo aulão de Fit Dance, às 9h30. Em seguida, será servido um café da manhã comunitário e o tradicional parabéns será cantado em torno de um bolo gigante em homenagem aos 50 anos do Centrão. Para encerrar a celebração, será inaugurada a nova placa de identificação da escola, um marco simbólico que celebra sua trajetória e futuro.

Professores dedicados

José Roberto de Sousa, diretor do Centrão, compartilha sobre os desafios e conquistas de estar à frente de uma das escolas mais tradicionais do Guará. Empossado em janeiro de 2024, José Roberto resalta a importância do apoio da família no desempenho escolar: "O maior desafio é a ausência da família dentro da escola. Precisamos de uma interação constante para o desenvolvimento dos alunos. Quando há esse apoio, o trabalho flui melhor".

Para a professora Simone Naves, a relação com o Centrão é quase familiar. Sua história com a escola vai além de seu papel como professora de biologia; ela é também uma ex-aluna do Centrão e carrega consigo um vínculo afetivo que perdura há décadas. "Eu estudei aqui no final



O atual time de gestores do Centrão é formado pela vice-diretora Samanta Faria e o diretor Roberto de Sousa, eleitos em janeiro deste ano



A professora Simone Naves, ex-aluna da escola, quer se aposentar dando aula no Centrão



A professora Zilda Soares, que também tem uma história longa e significativa com o Centrão, trabalhou na escola desde os anos 80 e foi diretora entre 1996 e 2006. Ela lembra com carinho dos alunos e do papel da escola na comunidade: "Já naquela época, o Centrão era um modelo de escola para todo o Guará. Como sempre morei pertinho da escola, sempre encontro meus ex-alunos ao andar pela cidade." Suas palavras destacam o impacto duradouro que a escola tem na vida dos estudantes, muitos dos quais ainda mantêm laços afetivos com o local e com aqueles que fizeram parte da jornada.

dos anos 80, e, desde aquela época, o Centrão já me marcou profundamente. Quando tive a oportunidade de retornar, já como professora, senti como se estivesse voltando para casa", conta Simone, que está oficialmente lotada na escola desde 2012, após buscar oportunidades para retornar ao ambiente que sempre a inspirou.

Simone revela que a estrutura arborizada e a atmosfera acolhedora da escola são elementos que fizeram o Centrão se destacar entre outras instituições. "Aqui temos um ecossistema próprio, com árvores que abrigam pequenos animais e insetos que fazem parte do nosso dia a dia. Como professora de bio

logia, sinto que estou no ambiente perfeito para ensinar aos meus alunos a importância da natureza. A escola é quase uma extensão de mim, e eu sonhei em poder trabalhar aqui desde que era estudante", afirma.

Ao longo dos anos, o Centrão se manteve comprometido com o futuro de seus alunos. Entre os próximos projetos, José Roberto menciona melhorias na infraestrutura, como a reforma do auditório e a cobertura das quadras. "Investir na escola é investir no desenvolvimento da educação e no bem-estar dos alunos e professores", destaca o diretor, referindo-se aos planos para deixar o espaço ainda mais acolhedor.

Fisiculturista guaranaense é a quarta maior do mundo

Socorrinho, 66 anos, participou do Mundial da categoria na Espanha, e competia com rivais até 50 anos mais novas

Aos 66 anos, a moradora do Guará Maria do Socorro Ferreira da Silva, subiu ao palco e se apresentou ao som de The Final Countdown, da banda sueca de rock Europe. De lá, ela desceu com o título de quarta maior fisiculturista do mundo na categoria Open, na sexta-feira passada, 1º de outubro, em Santa Susanna, na Espanha, pela Copa do Mundo de Fisiculturismo e Fitness. “Eu não estava sozinha. Eu representei milhões de brasileiros. Fico extremamente feliz em, aos quase 70 anos, ser reconhecida mundialmente”, disse a atleta logo após a premiação.

Socorrinho, como é conhecida tanto no meio esportivo quanto no ambiente de trabalho – é chefe da Ouvidoria da Novacap –, disputou com atletas de todas as idades na categoria Open. “Havia meninas de pouco mais de 18 anos até mulheres com cerca de 40; mas ninguém com mais de 50. Somente eu”, contou. Ela ainda participou da categoria máster, para competidores a partir dos 35 anos, e ficou na quinta colocação.

Ela foi contemplada com as passagens aéreas de ida e volta para a Espanha, custeados pelo programa Compete Brasília, da Secretaria de Esporte e Lazer. “Essa experiência enriquece o currículo e fortalece a sua trajetória na modalidade, reafirmando o potencial do esporte brasileiro e o impacto do programa Compete Brasília no apoio aos atletas locais”, afirma o secretário de Esporte e Lazer, Renato Junqueira, ao avaliar o desempenho da servidora.

Rotina e esforço

Para conseguir manter a forma física necessária ao bom desempenho, a ouvidora precisa conciliar uma dura rotina de treinos com uma alimentação extremamente regrada e o trabalho na Novacap. “Começo pela manhã, exatamente às 5h, com uma hora de caminhada moderada em jejum para cardio”, detalha. “Além disso, às 18h, faço 45 minutos de treino intenso na academia (Na QE 19 do Guará II), alternando entre dias de braço e de



perna. Às quartas-feiras e sábados, além da musculação, vou a um estúdio no Guará para treinar poses e coreografias.”

Junto aos treinos físicos, ela faz entre cinco e seis refeições por dia, cada uma restrita a 150 gramas de carboidratos e 200 gramas de proteínas – sempre tilápia, claras de ovos e arroz – medidos com exatidão. Além disso, precisa ingerir ao menos quatro litros de água por dia, quantidade que deve ser elevada até os nove litros até o dia da pesagem (processo chamado de hiper-hidratação) e, logo após, reduzido a 500 ml ou um litro até a subida ao pódio.

“Para comer, é complicado”, afirma. “Às vezes, você está atendendo uma pessoa no trabalho e disfarça para colocar a comida na boca. Em uma reunião, pede para ir ao banheiro e come ali, onde estiver. Você tem que comer, não interessa onde está, tem que comer. E não é nada impossível. Com disciplina e determinação, tudo se consegue.”

Nem sempre, porém, ela consegue cumprir a média recomen-

porque também preciso dar atenção ao meu irmão. Nos dias anteriores ao campeonato, tenho que forçar, tentar relaxar, ouvir uma música, fazer orações e exercícios de relaxamento para aumentar o descanso. A diferença é nítida no meu físico”.

História de superação

Socorrinho mergulhou de vez no esporte após perder um filho, a mãe, um irmão e um companheiro em um espaço de tempo muito curto. As dores lhe deram motivação para seguir. Atualmente, ela ainda divide tempo para cuidar do irmão mais velho, de 70 anos, que é dependente dela.

“Foi uma promessa que fiz à minha mãe antes de ela falecer”, relata. “Ela tinha muita preocupação de ir e deixar esse meu irmão, aí eu falei: ‘não se preocupe que eu vou cuidar dele’; então, foi tipo uma promessa. Ele tem Alzheimer, Parkinson. Na realidade, a doença dele é a esquizofrenia, mas adquiriu essas outras. Dia desses, ele caiu e quebrou algumas costelas, foi um horror. Ele depende de banho, e até isso também eu tenho que bancar. Se eu viajar, tenho que deixar uma pessoa para dar banho e cuidar dele, então é complicado. Mas é a superação que me move”, completa.



OSWALDO NAVARRO

O judoca guaraense que transforma vidas e forma campeões

Na Academia Corpo Arte o judô vai além de uma prática esportiva – ele transforma vidas. Desde 1989, Oswaldo Navarro, 53 anos, tem dedicado sua vida a ensinar e formar campeões no tatame e na vida. Com formação em Educação Física, pós-graduado em Treinamento Desportivo e Pedagogia, o professor é uma referência no judô no Distrito Federal, conhecido por seu trabalho com jovens talentos e pelo papel de coordenador técnico da Federação Metropolitana de Judô.

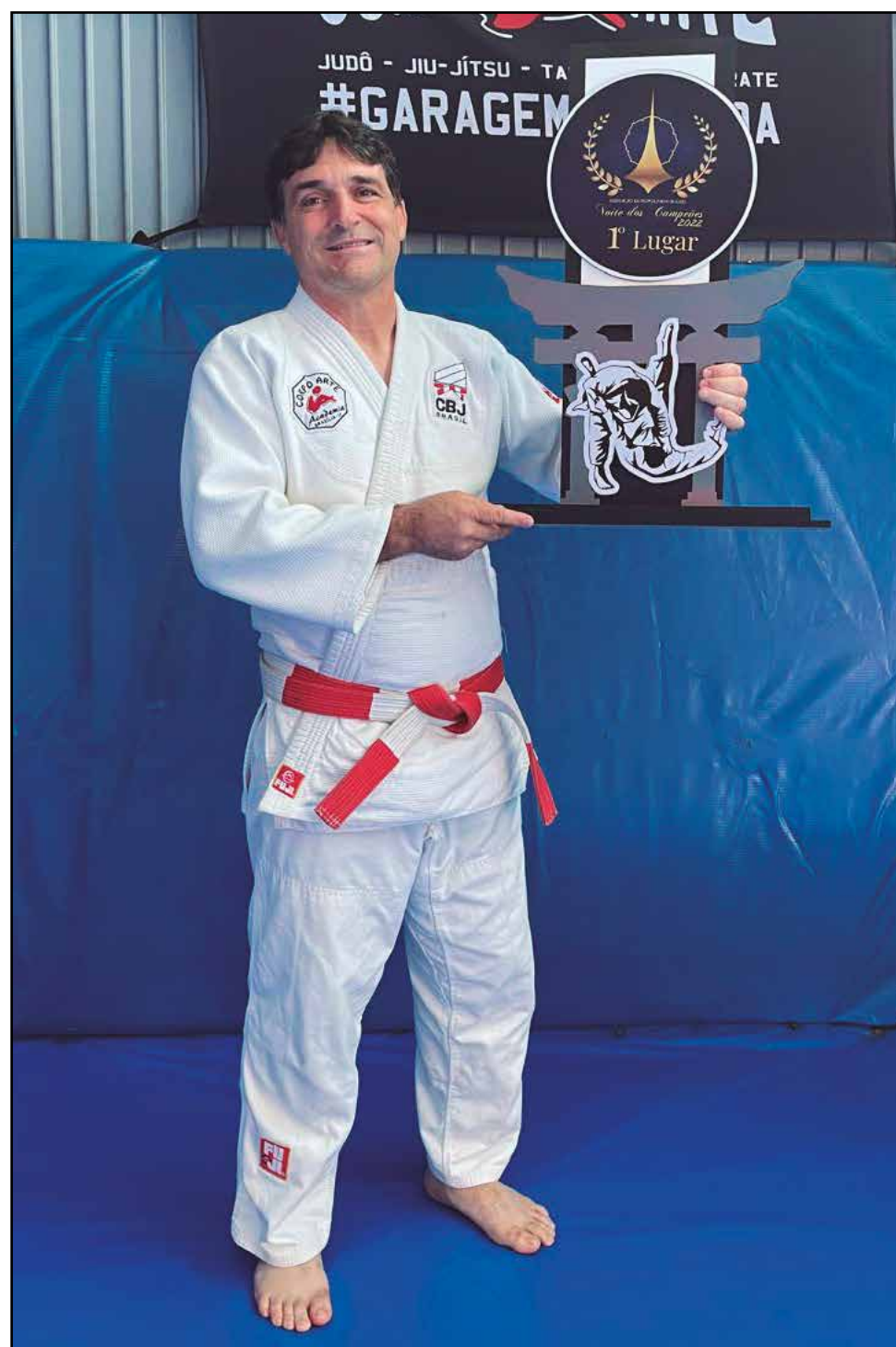
“Estamos em quarto lugar no ranking nacional na categoria feminina”, conta Oswaldo com orgulho, destacando a colocação recente da equipe Corpo Arte, que competiu lado a lado com gigantes como Minas Tênis Clube, Pinheiros e Flamengo. A dedicação ao esporte já levou muitos de seus atletas a competições nacionais e internacionais. Recentemente, quatro jovens atletas da academia – Rodrigo Falcão, Samara Chacon, Eloá Maísa e Gabriel Paz – foram classificados para representar o Brasil no Pan-Americano de Judô,

que será realizado em Cuba em novembro. “Muitos dos nossos atletas se destacaram e seguiram para grandes clubes e seleções. Dois deles foram para Paris em 2020, integrando a equipe de apoio da seleção olímpica brasileira”, conta o judoca guaraense.

Ambiente propício

A trajetória de Oswaldo é marcada, não apenas pela formação de atletas, mas também pela criação de um ambiente de apoio e crescimento. Na Academia Corpo Arte, ele conta com uma equipe multidisciplinar, que inclui fisioterapeutas, nutricionistas e profissionais de educação física. Sua filha, Gabriela Navarro, formada na área, coordena a preparação física dos atletas, ajudando a assegurar que eles estejam sempre prontos para o alto desempenho. “Não é só o judô, precisamos de toda uma equipe para garantir o melhor para os alunos”, explica Oswaldo.

Para o técnico da seleção brasileira, o judô é uma atividade que vai além das competições. Ele afir-



ma que qualquer pessoa pode se beneficiar da prática, independentemente da idade. “Não existe idade mínima. Temos alunos a partir dos três anos, onde o aprendizado é feito de forma lúdica e direcionada à modalidade. O mais velho, hoje, tem 80 anos. Temos uma turma que chamo de “seminovos”, com alunos acima de 50 anos que continuam praticando e até competindo”, conta. Para ele, o judô é uma oportunidade de desenvolvimento físico, mental e emocional, ideal para quem quer praticar um esporte que envolve disciplina e autocontrole. “O judô é ótimo para quem busca saúde e condicionamento físico, porque desenvolve habilidades cardiovasculares e musculares, além de promover o autoconhecimento do corpo. É também para quem precisa de uma válvula de escape para o estresse”, explica.

Falta mais apoio do governo

O apoio governamental também é essencial para o esporte, espe-

cialmente quando se trata de competições internacionais. Oswaldo ressaltava a importância de programas como o Compete Brasília, que recentemente ajudou a levar atletas e técnicos para o Pan-Americano. “Sem esse apoio, muitos dos nossos atletas não teriam a chance de competir e crescer”, comenta.

A Academia Corpo Arte, localizada na QE 26 do Guará II, se destaca como uma das principais formadoras de judocas no DF. Mais do que treinar campeões, Oswaldo Navarro vê no judô uma forma de preparar as novas gerações para os desafios da vida, oferecendo uma filosofia de disciplina e respeito. Como ele mesmo coloca, “o judô vai além da luta; é uma filosofia de vida”.

Oswaldo convida os interessados em iniciar ou se aperfeiçoar no judô a conhecer a Academia Corpo Arte, na QE 26 do Guará II, um espaço onde o esporte transforma vidas diariamente: “A única coisa que você vai precisar é força de vontade. Aqui, o resto a gente cuida junto com você”, garante.



Técnico das seleções brasileiras de base da arte marcial, ele é responsável pela relação de destaques do judô brasileiro

Este GDF faz mais para fazer melhor.

**Sete mil profissionais
contratados, sete UPAs
entregues e mais sete
serão construídas.**

Dáci Araujo

Portadora de lúpus, beneficiada
pelo programa Remédio em Casa

Saúde



Contratações



Qualidade de vida

UPA de Vicente Pires

UPA VICENTE PIRES

UPA
24h
UNIDADE
DE PRONTO
ATENDIMENTO

Os investimentos na saúde começam a fazer diferença. Este GDF já entregou 12 UBS, sete UPAs e outras sete serão construídas. Sete mil profissionais de saúde foram nomeados e contratados. O Hospital de Ceilândia, o Hospital de Samambaia e o Hospital Cidade do Sol foram ampliados. E o de Planaltina está quase pronto. O programa Remédio em Casa faz dez mil entregas todo mês. No programa Saúde Mais Perto do Cidadão, carretas percorrem as nossas cidades, oferecendo exames e 14 especialidades médicas. Esses investimentos ajudam a fazer do DF o melhor lugar para viver. Este GDF faz mais para fazer melhor.



Casa da Cultura lança pesquisa

Entender o que os guaraenses pensam, consomem e anseiam da cultura da cidade é a prioridade da Gerência da Cultura da Administração

A Gerência de Cultura da Administração Regional do Guará, em parceria com o Conselho Regional de Cultura, lançou uma importante pesquisa cultural voltada para mapear as necessidades, preferências e expectativas dos moradores da região. Este levantamento busca entender profundamente os anseios culturais da comunidade, ajudando a moldar políticas públicas culturais que estejam alinhadas com as reais demandas e interesses da população.

De acordo com o gerente de Cultura do Guará, Julimar dos Santos, a pesquisa representa um esforço concreto para escutar as vozes dos moradores e garantir que suas aspirações sejam levadas em consideração na formulação de ações culturais. "Este projeto foi desenvolvido pensando em construir políticas culturais que reflitam de fato os desejos da comunidade. É fundamental que a população participe, pois essa é uma oportunidade de nos dizer o que realmente desejam para o Guará no âmbito cultural", destaca Julimar.

A pesquisa, disponível online, leva apenas alguns minutos para ser respondida e oferece aos moradores um meio direto e aces-

sível de contribuir para o planejamento cultural do Guará. As perguntas foram elaboradas de forma a cobrir diversos aspectos, desde preferências por atividades culturais até questões sobre a infraestrutura cultural desejada. Ao participar, a comunidade tem a chance de influenciar decisões sobre futuros eventos, oficinas, espaços culturais e muito mais.

Essa iniciativa representa mais do que uma coleta de dados; é uma oportunidade para fortalecer o vínculo entre a Administração do Guará e a comunidade, criando um canal de comunicação direto para promover ações que atendam à diversidade cultural da região. A participação de todos os moradores é incentivada para que a pesquisa tenha uma representatividade ampla e sólida, que possa realmente embasar projetos que atendam aos interesses de todos.



<https://shorturl.at/NfjX2>

Pimentel publica o livro Teatro na Escola

Lançamento coroa a carreira do professor nas escolas do Guará no dia 13 de novembro

No próximo dia 13 de novembro, o Teatro do Guará, localizado na Administração Regional do Guará, será palco do lançamento de "Teatro na Escola", obra escrita pelo professor guaraense Antônio Carlos Pimentel. O evento, que terá início às 19h30, marca o coroamento de uma trajetória de quase três décadas dedicada ao ensino de artes cênicas nas escolas do Distrito Federal. A obra é o resultado de 21 anos de experiências e reflexões do autor, que transformou o aprendizado artístico em ferramenta de transformação social e pessoal para seus alunos.

O projeto, que se tornou referência ao longo dos anos, aborda temas atuais e essenciais, como bullying, feminicídio, racismo, uso de drogas, ecologia e a importância da educação no trânsito. Essas temáticas foram transformadas em esquetes e peças teatrais que Pimen-



Além de suas contribuições como professor, Pimentel também é o idealizador do Grupo de Teatro Korpocênico, formado por alunos e professores do projeto "Teatro na Escola". O grupo, que ganhou relevância no cenário cultural local, volta aos palcos em 2025 com a comédia "Uma Cama para Três", texto de Durval Cunha adaptado pela própria equipe

tel compilou em seu livro, oferecendo um material de grande valor para educadores de artes cênicas. Com uma abordagem sensível e crítica, o autor evidencia como o teatro é uma linguagem capaz de refletir e transformar realidades, estimulando o senso crítico e a empatia dos jovens.

Carioca e brasileiro

Antônio Carlos Pimentel da Silva, carioca de

nascimento e brasileiro de coração, mudou-se para Brasília em 1975, trazido pela ECT (Empresa de Correios e Telégrafos). Formado em Artes Cênicas e Artes Plásticas pela Faculdade de Artes e Fundação Brasileira de Teatro (FA/FBT), Pimentel uniu seu talento artístico e sua paixão pela educação ao ingressar, em 1995, na Secretaria de Educação do Distrito Federal. Sua trajetória profissional incluiu passagem por diversas escolas, como o CEF 504 de Samambaia, CEM 412 de Samambaia, CEF 04 e CED 04 do Guará, onde ministrou aulas de teatro e liderou o projeto "Teatro na Escola".

O lançamento de "Teatro na Escola" é uma celebração da importância das artes na educação e da capacidade transformadora do teatro. Ao compartilhar seu conhecimento, Pimentel oferece um legado valioso para professores e alunos do Distrito Federal e reforça o poder do teatro como agente de mudança e inclusão.



DONA

mercado, hortifruti & adega

SIM,
essa
cidade
tem
dona

 @donafazbem

GUARÁ VIVO

JOEL ALVES



AUMENTA A PRESSÃO PARA O GUARÁ TER O ZEBRINHA

Várias lideranças comunitárias tem se manifestado, inclusive o administrador regional do Guará, Artur Nogueira, a e o secretário da Família e Juventude, Rodrigo Delmasso, só entre outros também destacaram a necessidade deste transporte coletivo vir para a cidade. A Secretária de Mobilização (Semob) informou que a implantação está em estudo e deve vir em breve. A iniciativa será de grande importância para a integração da cidade e vai beneficiar a todos.

O NATAL NO GUARÁ

O comércio e as residências se preparam com as decorações e a iluminação. O trenó do Papai Noel está sendo preparado e vai circular em várias quadras da cidade nos próximos dias. A Turma da Coca-Cola com Papai Noel & Cia está marcada para o dia 10 de dezembro e vai circular com a caravana pelas principais vias do Guará. Além disso teremos o Circuito da Rua de Lazer, que vai estar em dezembro na QE 42 em frente do salão Comunitário (dia 14 de dezembro), levando o papai Noel com muitos eventos para aquela região que abrange várias quadras.

A Rua de Lazer Especial de Natal na via central do Guará II também está sendo planejada com carinho pela comunidade. Além disso estão sendo preparados vários eventos pela cidade.

PAPAI NOEL CHEGA NOS SHOPPINGS



Os shoppings comemoram as festas de fim de ano com decoração e entretenimento para as famílias. Com forte investimento no marketing, os shoppings da região do Guará capricham nas promoções e esperam faturar bem no comércio. O ParkShopping prepara o Show de Drones para domingo (10 de dezembro), às 18h, além da tradicional decoração com luzes e cores. O Natal no Pátio Brasil (W3) Shopping já está em atividade com a tradicional vila do papai Noel. O Terraço Shopping traz a Casa do Papai Noel e muitas luzes. Assim, vários shoppings trazem também luzes e cores para o Natal de Brasília.

UMAS E OUTRAS

JOSÉ GURGEL



TÍTULOS

O Natal se aproxima, as coisas continuam no mesmo diapásão, tudo se repetindo pra lembrar a cada momento o nosso atraso.

Essa República de Bananas me dá nojo e vergonha, pois acho incompreensível essa revolta com a não premiação de um jogador de futebol, quando temos motivos muito maiores e relevantes para nos revoltar, que a tal premiação.

Temos um Congresso que fede à distância, que não respeita o povo em momento nenhum, o tal salário - mínimo que é uma piada, serviços públicos de péssima qualidade, isso sem querer falar das outras mazelas que nos atinge cotidianamente.

A preocupação maior agora são as eleições nos States, enquanto isso os eleitos aqui aprontam contra os contribuintes sem dó nem piedade.

Sinto que talvez esse país talvez nunca vá melhorar, pois a falta de dignidade do nosso povo deixa o freio de mão do desenvolvimento sempre puxado, com a marcha ré engatada.

Sempre achei que um país com o tripé: Samba, futebol e carnaval nunca terá futuro, não me venham com aquela desculpa de que o nosso povo é alegre, o sentimento que tenho é de um povo parvo que não tem seriedade, vivem preocupados com o que acontece lá fora, principalmente com as imbecilidades do mundo artístico, esquecendo de olhar as desgraças que enfrentamos para sobreviver.

Temos como exemplo o caso do jogador de futebol que não ganhou uma premiação recentemente, parecia que o mundo ia acabar.

Nas redes sociais foi um alvoroço, passaram uma semana inteira falando asneiras, com os comentários enfurecidos dos adoradores do nada, coisa que o povão adora.

Mas pra fechar com chave de ouro querem dar até título de doutor pra outra que nunca passou perto de uma escola, temos aqui em nossa comunidade, mulheres merecedoras de tal comenda.

Embora pareça para as feministas de plantão, que isso não deve ser contestado em nenhuma instância.

Brincamos com coisas sérias, discutimos sobre segurança nas ruas, mas sequer tocamos nos crimes de poder.

Aqui os crimes contra o contribuinte, não acabam nem em castigo ou sangue, o hábito da impunidade sempre fala mais alto, mas nada acima de um certo nível de renda.

Tem futuro?

PIMENTAS, NOVELAS E SUSPIROS

Um leve chuveiro, a falta de ânimo, uma preguiça até pra respirar, preciso escrever o artigo, o assunto com certeza o velho Caixa vai trazer.

Essa frente fria que está vindo lá das bandas do Piauí já está me deixando incomodado, parece que estou no meio do deserto e não encontro um oásis, o suor escorre. Saio igual a um zumbi procurando pelo Caixa Preta, quem sabe ele não acha uma solução para aplacar esse calor infernal, parece que adivinhando o meu pensamento o velho Caixa surge de repente e com ele um convite para aplacar a sede lá no Porcão, não poderia ser diferente.

O Galak o nosso garçom preferido já nos esperava como sempre com aquela alegria de fazer inveja a velório, com a faca na mão (estava tirando a sujeira debaixo da unha...do pé), jogou a faca na mesa lá da cozinha onde preparava o tira gosto, passou raspando a minha orelha.

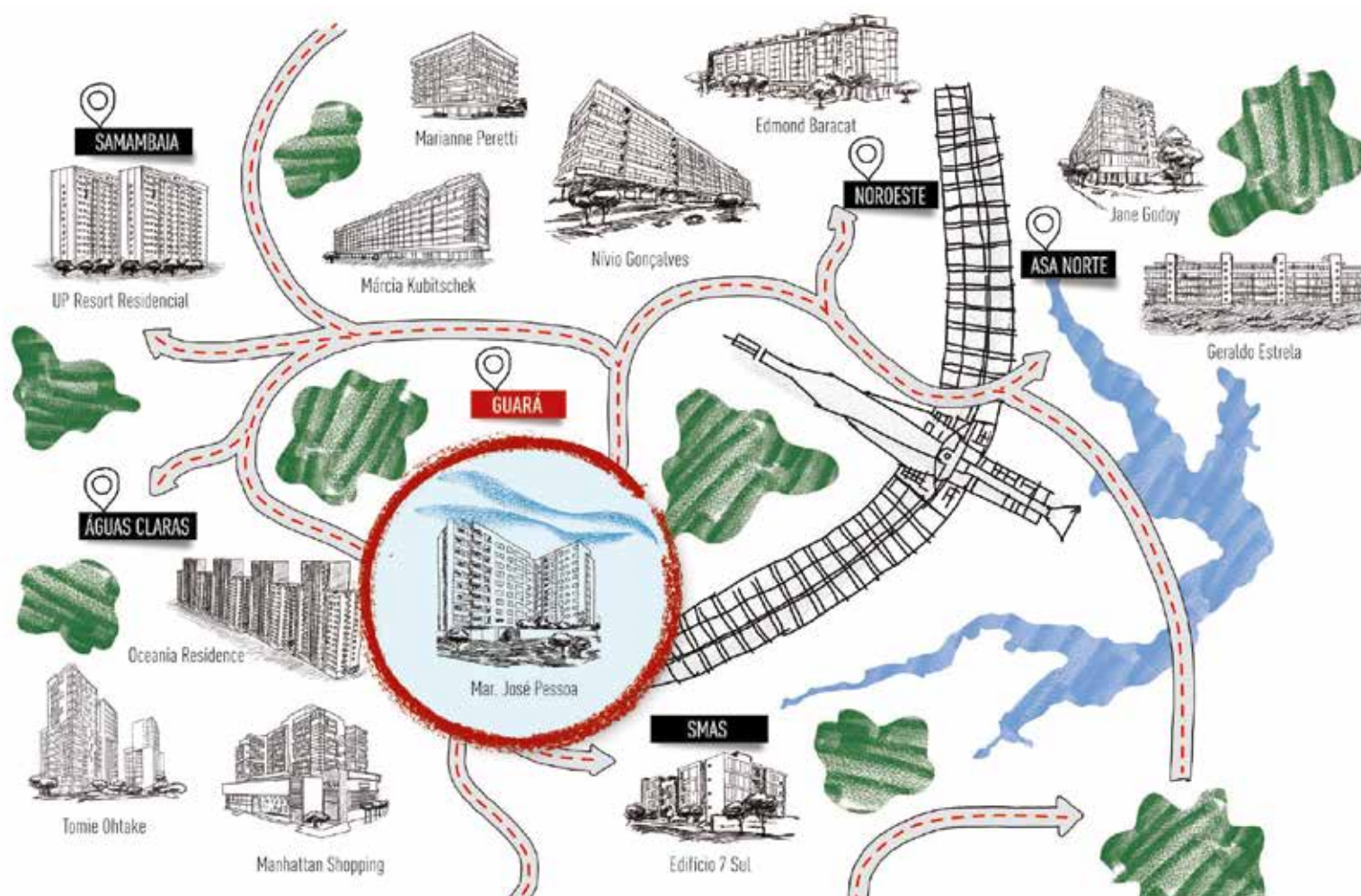
Veio ao nosso encontro, resmungando e xingando para demonstrar a satisfação em nos ver. Fiquei tão alegre que quase saio correndo dali, só não corri porque estava cansado, muito suado e o sol lá fora não era muito convidativo.

Pedimos a nossa cerveja, logo o velho Caixa começou a falar sobre um amigo que perdemos. Aquele baixinho invocado, dos cabelos rebeldes, pois segundo o velho Caixa os cabelos estão se rebelando e abandonando a cabeça do cabra, vai ficar parecendo bola de bilhar.

Deixa eu explicar pra vocês entenderem direito essa perda do amigo, um caso bem apimentado e tomou contornos de tragédia, foi porque o Caixa resolveu expulsá-lo do grupo, pois o cabra estava meio estranho, de uns tempos pra cá, começou a ter umas atitudes não condizentes com o nosso grupo, chegando ao ponto de assistir novelas, dizem que chegou ao cúmulo de assistir vale a pena ver de novo, era um caso perdido.

Do jeito que a coisa ia, o cabra talvez já andasse com a foto de algum galã global na carteira, suspirando como uma donzela apaixonada, apesar de triste o mal foi cortado pela raiz. Em sua defesa ele disse que gostava era de filme de caubói, falou que já assistiu o Segredo de Brokeback Mountain umas trinta vezes, o Caixa queria enchê-lo de porrada, só não o fez porque foi contido pela galera do deixa disso.

É mole ???



2 E 3 QTOS NO GUARÃ

Mar. José Pessoa
QI 23

LANÇAMENTO

2 e 3 Qtos

71 a 100 m²
Até 3 vagas de garagem

Cob. Lineares

211 m²
Até 3 vagas de garagem

CIRCUITO

PaulOOctavio®

**Diferentes Bairros,
Magníficos
Apartamentos.**

**CORRETORES DE
PLANTÃO NO LOCAL**

GUARÃ II

QI 23 Lote 5

VISITE NOSSAS CENTRAIS DE VENDAS

208/209 NORTE

Eixinho, ao lado do McDonald's

NOROESTE

CLNW 2/3

SMAS

Trecho 3, Lote 7

ÁGUAS CLARAS

Rua 33 Sul Lote 7



ACESSE E
SAIBA MAIS

ADENILSON

3326.2222
www.paulooctavio.com.br