

Cidades

Serviço

ATENDIMENTO AO CONSUMIDOR
PROCON ESTADUAL ☎ 151
DELEGACIA DO CONSUMIDOR (DECON) ☎ 3132-1921
PROCON VITÓRIA ☎ 156

FARMÁCIAS DE PLANTÃO
FARMÁCIA SANTA LÚCIA: 2127-7000
Vitória: Aleixo Neto, 417, Praia do Canto.
Vila Velha: Avenida Henrique Moscoso, 39,
Praia da Costa. Cariacica: Av. Expedito
Garcia, 76, Campo Grande. Serra: Primeira
Avenida, 272, Laranjeiras.
DROGARIA AVENIDA: 3024-9012
Vitória: avenida Nossa Senhora da Penha,
535, Santa Lúcia.
DROGASIL: 3382-3932
Vitória: praça Regina Frigeri Furno, 340,
Jardim da Penha.
REDE FARMES: 3243-2119
Serra: Avenida Abdo Saadi, 479,
Jacaraípe.

PONTOS DE TÁXI
RADIOTÁXI ☎ 3246-3900/0800-7077111
VILA RUBIM ☎ 3223-6163
PRAÇA COSTA PEREIRA ☎ 3223-0049
PRAÇA DE EUCALIPTO ☎ 3225-4153
JUCUTUQUARA ☎ 3222-0460
ENSEADA DO SUÁ ☎ 3345-5189
JARDIM DA PENHA ☎ 3325-7925
PRAIA DO CANTO ☎ 3225-0374
QUALITY/P. DA COSTA ☎ 3349-9744
BAIRRO DE FÁTIMA ☎ 3347-3737
ARIBIRI/POSTO 7 ☎ 3119-5124
JARDIM AMÉRICA ☎ 3226-4721
CAMPO GRANDE ☎ 3336-0761
NOVA BRASÍLIA ☎ 3336-0037
COMPANY TÁXI ITAPOÁ ☎ 3329-8558
COBILÂNDIA ☎ 3226-0587
COOPERTÁXI ☎ 3200-2021/3038-6401
EXPRESSO RADIOTÁXI ☎ 3200-2300
PERSONAL TÁXI ☎ 3082-5888
JARDIM CAMBURI ☎ 3337-8377
SANTA MÔNICA ☎ 3339-1304
EPA/MARECHAL CAMPOS ☎ 3071-5053

TELEFONES ÚTEIS
DEFESA CIVIL/VITÓRIA ☎ 8818-
4432/3382-6167/6168
RODOVIÁRIA DE VITÓRIA ☎ 3222-3366
PREVIDÊNCIA SOCIAL ☎ 135
RADIOPATROLHA ☎ 190
PLANTÃO JUDICIÁRIO ☎ 3334-2096
DEFENSORIA PÚBLICA ESTADUAL ☎ 129
JUSTIÇA VOLANTE ☎ 3223-1706/3198-
3000/3098
OUVIDORIA JUDICIÁRIA ☎ 0800-
9702442
OUVIDORIA DO INMETRO ☎ 0800-
2851818
OUVIDORIA DE VILA VELHA ☎ 0800-
2839059
CORPO DE BOMBEIROS ☎ 193
DISQUE-DENGUE ☎ 156 (Vitória), 3388-
4300 (Vila Velha)
DISQUE-SILÊNCIO ☎ 156 (Vitória) e
0800-2839157 (Vila Velha)
DISQUE-DENÚNCIA ☎ 181
CAPITANIA DOS PORTOS ☎ 2124-6526
LIG-LIXO VITÓRIA ☎ 0800-2839700
CESAN ☎ 115
ESCELSA ☎ 0800-7210707
ALCOÓLICOS ANÔNIMOS (AA) ☎ 3223-
7268
NARCÓTICOS ANÔNIMOS ☎ (27) 3084-
8508
CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA VIDA
(CVV) ☎ 141/3223-4111
S.O.S VIDA ☎ 3323-0909

FEIRAS DE HOJE
SANTO ANTÔNIO (VITÓRIA): rua Archimino
Mattos
ITARARÉ (VITÓRIA): rua das Palmeiras
JARDIM DA PENHA: Praça Conjunto dos
Estados
SÃO TORQUATO (VILA VELHA): rua 29 de
Julho
VILA NOVA (VILA VELHA): rua 1
CRISTÓVÃO COLOMBO (VILA VELHA): rua
Alcindo Guanabara
NOVA ALMEIDA (SERRA): av. Colatina
SERRA DOURADA II (SERRA): av. Belo Ho-
rizonte
JACARAÍPE (SERRA): rua Goytacazes
PORTO DE SANTANA (CARIACICA): rua do
Britador
VERA CRUZ (CARIACICA): rua Arnaldo
Loureiro
RIO MARINHO (CARIACICA): rua Moacir
Ribeiro



O NATUROPATA, ACUPUNTURISTA e professor Sylas Lima e Motta aplica técnica em paciente: ele explicou que método oriental trata o corpo como um todo

A TRIBUNA COM VOCÊ NO CENTRO DE VILA VELHA

Técnica chinesa contra ansiedade

Escola no bairro ensina a tratar problema com a acupuntura e a moxa, método que usa ervas aquecidas em pontos estratégicos do corpo

Rayza Fontes

Ansiedade, estresse, dores no corpo, artrose, ganho de peso descontrolado, insônia e até impotência sexual são alguns males que técnicas tradicionais chinesas prometem minimizar. No centro de Vila Velha, uma escola ensina as vantagens da boa alimentação e prepara profissionais para realizar acupuntura.

“A diferença entre a técnica chinesa e a convencional é a forma como o corpo humano é visualizado. Na medicina ocidental existem

as especialidades que tratam o coração, o estômago, os ossos. Para os chineses, o corpo é um todo e os problemas estão correlacionados”, explicou o naturopata, acupunturista e professor Sylas Lima e Motta, 45 anos.

O estresse e a ansiedade, causadores e contribuintes para uma gama de doença, podem ser minimizados, de acordo com Sylas, com o uso das agulhas e da moxa, uma técnica que usa ervas aquecidas em pontos estratégicos do corpo.

“Recebo muitas pessoas com queixas de fobia e ansiedade, como uma menina que tinha fobia de chuva. As técnicas orientais são muito eficazes com associações de práticas, com agulhas na acupuntura, as ervas na moxa, mudanças de hábitos alimentares. Muita coisa pode ser feita”, explicou o naturopata.

No Espírito Santo há seis anos, a

Escola Brasileira de Medicina Chinesa (Ebramec) sempre teve o centro de Vila Velha como endereço. Além de todas as licenças brasileiras necessárias para o funcionamento, o local também conta com uma parceria estrangeira, a Universidade Logos, da Califórnia, nos Estados Unidos.

Palestras sobre saúde, alimentação e hábitos de vida saudável são oferecidas gratuitamente na escola. Para 2016, ainda não há previsão de quando elas acontecerão. Para saber mais informações sobre as datas, os interessados podem se informar no local, na página do Facebook ou no site www.ibe-pa.com.br.

Com o intuito de treinar os alunos na parte prática da acupuntura e dos atendimentos, a Ebramec oferece um serviço de ambulatório popular, cobrando apenas uma taxa pelo uso do material, cerca de R\$ 20.

HISTÓRIA DO BAIRRO

Igreja centenária

> **NO CENTRO** de Vila Velha está localizada a igreja mais antiga do Espírito Santo, a Igreja do Rosário, construída em 1535, por Vasco Fernandes Coutinho. O Santuário de Vila Velha, uma das maiores igrejas católicas do município, também localiza-se no bairro.

> **A PARTE** histórica do Centro coexiste com uma grande e diversificada área comercial e de serviços que movimentam o bairro.

> **OS BAIRROS VIZINHOS**, como a Praia da Costa, Jaburuna e a Prainha, têm os limites confundidos com os do Centro até pelos próprios moradores, já que muitas ruas e avenidas mantêm os mesmos nomes ao mudar de bairro.

COMO FAZER CONTATO

Sugira uma reportagem

Os moradores do Centro, em Vila Velha, podem reivindicar melhorias e sugerir reportagens sobre o bairro. As indicações podem ser enviadas para o e-mail atcomvoce@redetribuna.com.br. Quem mora em outro bairro pode sugerir uma visita do projeto ao local.

RECORDAÇÃO

RAYZA FONTES



ALCINO e Santinha: união

Crescimento

O comerciante Alcino Dorigueto, 80, e a mulher, Santinha Schafflen, 73, são casados há 50 anos e passaram todos eles no centro de Vila Velha. A dupla toma conta, desde a década de 1960, do Bar São Jorge, que foi dos pais de Santinha.

“Vila Velha, desde que estamos aqui, passou por um crescimento muito grande. Algumas coisas, a parte histórica, por exemplo, não mudou nada, mas o resto do Centro mudou muito”, contou ele.

Apaixonados pelo local, não têm planos de mudar do bairro.



Seleciona

PACIENTES

Para atendimento nos cursos:

IMPLANTES DENTÁRIOS • APARELHOS ORTODÔNTICOS
CIRURGIA DE SISO • ESTÉTICA • CANAL • TRATAMENTO EM CRIANÇAS
PRÓTESES DENTAIS • TRATAMENTOS DE GENGIVAS

CONVÊNIO COM A FACULDADE REDENTOR

CRO ES - EPAO 653 • Responsável Técnico: Lawrence Cunha Ramos - CRD ES 4279

Agende sua avaliação e faça seu orçamento (27) 3064 0202