

CLASSITEL
3321-8600

GUIA DE

SERVIÇOS

Editora: Lúcia Gonçalves - lucia@redegazeta.com.br - T. 3321-8244 - F. 3321-8765

Concursos
Revisão de concursos
Confira os locais de prova e as recomendações para candidatos a auditor fiscal da Receita Federal e professor de Cariacica. **Pág. 3**



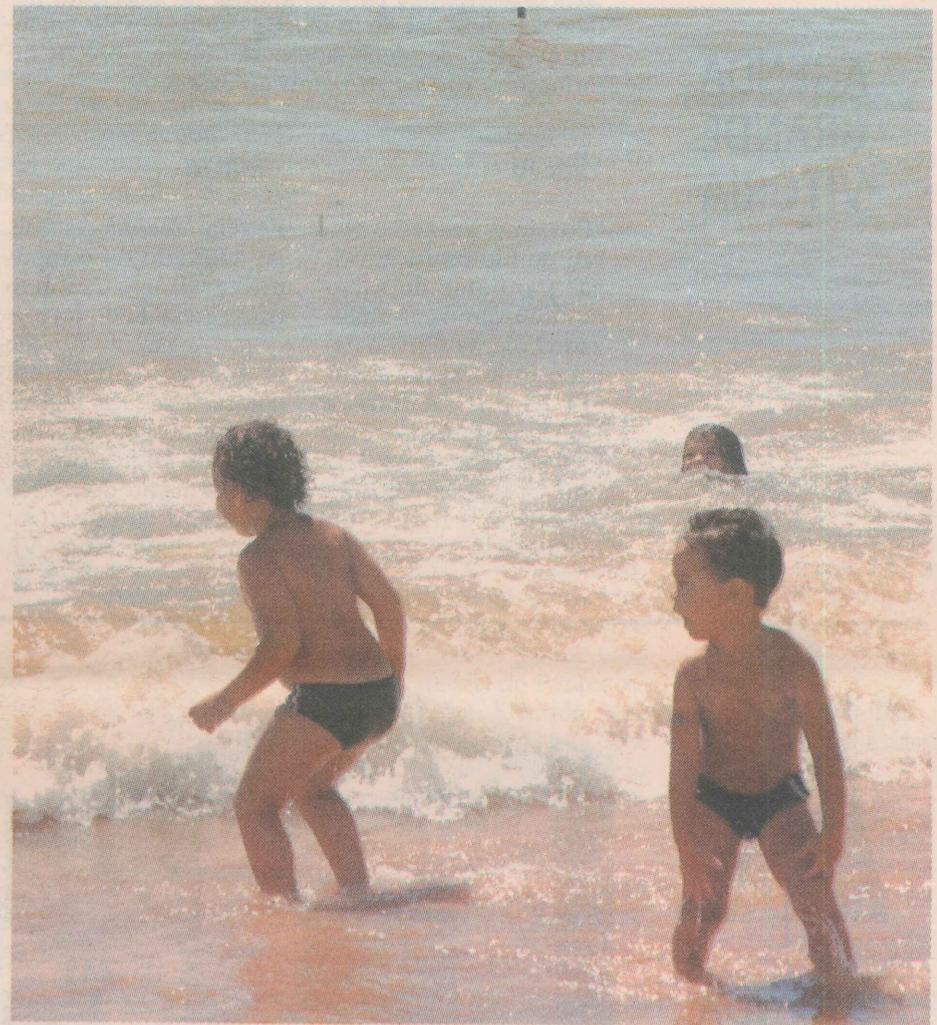
Barcelona
Opções de lazer

Uma vez por mês, os moradores de Barcelona têm diversão garantida, promovida pelo Movimento Calçada Livre, que transforma a Praça do Ipê em palco. **Págs. 4 e 5**

ATENÇÃO COM AS CRIANÇAS NO VERÃO

O VERÃO E AS FÉRIAS ESTÃO AÍ, É TEMPO DE DIVERSÃO! MAS AS CRIANÇAS NECESSITAM DE CUIDADOS REDOBRADOS PARA CURTIR O SOL, PRAIA, PISCINAS E PARQUES COM SEGURANÇA

Durante o verão os passeios à praia, piscinas e parques são mais freqüentes, o que significa cuidado dobrado em relação ao sol, alimentação, vestuário e acidentes. Quando se fala em crianças, o assunto fica ainda mais sério. Como em quase tudo, as crianças são mais sensíveis aos raios solares do que os adultos, e por isso é preciso adotar hábitos especiais para elas. Por isso, veja quais são os principais cuidados nesta época do ano.



RISCO. Crianças não devem ficar sozinhas na beira do mar. FOTO: CARLOS ALBERTO DA SILVA

ÍNDICE	
AGENDA	2
CONCURSOS	3
GAZETA NOS BAIROS	4 E 5
LINHA DIRETA	6
TELEFONES ÚTEIS	6
COLUNA DA FÉ	7
TEMPO	8

TOME NOTA

CUIDADOS COM O SOL. Não use filtro solar em bebês com menos de 6 meses de idade. Mantenha-os fora do sol. Assegure-se de que há sombra total nos carrinhos e na cadeirinha do carro. Quando sair na rua, use sempre sombrinhas para o sol.

PARA CRIANÇAS DE 6 MESES OU MAIS - Evite o sol entre 11h e 17h (horário de verão), quando a radiação solar é mais intensa. Proteja a criança com chapéus e roupas. Um bom chapéu de sol deve proteger as orelhas, nariz e lábios.

- Os melhores filtros solares para crianças são os de fator de proteção solar 30 (FPS 30) ou maior, também chamados de bloqueadores solares. O ideal é aplicar 30 minutos antes da exposição, para aumentar o poder de penetração.

- Reaplique o filtro solar a cada 2 horas, principalmente quando a criança for à água ou transpirar muito.

MEDICAÇÃO. Alguns remédios fazem com que a pele fique mais sensível ao sol. Quando o pediatra prescrever alguma medicação, pergunte se o sol deve ser evitado.

MORMAÇO. Não se engane com dias nublados. Os raios solares perigosos atravessam as nuvens e a

neblina.

LUZ INDIRETA. Cuidado com a luz refletida. A luz do sol reflete na areia, no concreto e na água, atingindo a pele, mesmo na sombra.

SINTOMAS. Se mesmo assim houver queimaduras, fique de olho nos sintomas. Vermelhidão e ardência leves podem ser resolvidos com um banho quase frio e hidratante. Se a queimadura parecer mais grave, ou surgirem sinais como moleza excessiva e febre, dê bastante água fria e procure atendimento médico.

ROUPAS ADEQUADAS

ALGODÃO. Devido ao calor e ao aumento da sudorese (suor), as roupas devem ser de algodão, finas e folgadas de modo a permitir uma maior ventilação, facilitando a evaporação do suor. Roupas de baixo também devem ser de algodão. Tecidos sintéticos devem ser evitados.

PRAIA. Na praia, sungas e biquínis são os trajes ideais, porém devem ser retirados assim que possível. O hábito de ficar com a roupa molhada após sair da praia favorece o surgimento de micoses da pele.

PROTEÇÃO. O fator de proteção (FPS) proporcionado por uma camiseta molhada é de aproximadamente 11; camiseta seca, 12; lycra molhada 24; e lycra seca, 35.

Nada de deixar os pequenos sem roupa. O contato com a areia ou cadeiras sujas pode trazer problemas de pele.

ALIMENTAÇÃO

LÍQUIDOS. Muito líquido e frutas, de preferência cozidos de casa, para evitar intoxicação alimentar. Nada de comidas pesadas e frituras. Deve-se ingerir pelo menos 2 litros de água natural, sucos, chás, água de coco.

SALADAS. Inclua saladas bem coloridas na dieta. Frutas e legumes ricos em caroteno e em vitaminas, que deixam a pele mais protegida contra os raios solares, são bastante indicados nessa época. Entre eles estão:

FOLHAS. As folhas verdes escuras (ricas em vitaminas, importante para a aparência da pele) e os legumes como: espinafre, couve, folhas de mostarda, brócolis, pimentão, tomate, nabo, cenoura, abóbora e abobrinha.

FRUTAS: laranja, ameixa, ameixa seca, nectarina, cereja, pêssego, melão, manga e mamão.

PREVENÇÃO DE ACIDENTES

MAR. Muitas crianças sentem verdadeiro fascínio pelo mar, e por isso podem dar mais trabalho na praia. Para evitar os sustos, tente colocar uma piscininha com água perto de você, de preferência sob o guarda-sol. As crianças devem sempre usar bóias e coletes salva-vidas quando entrarem no mar ou piscina, e sempre devem estar acompanhadas por um adulto. Não deixe as crianças sozinhas perto da água, principalmente as menores. Como acidentes imprevisíveis acontecem, assim que chegar mostre algum sinal com o qual possam localizar você, como o letrinho da barraca ou a cor de seu sombrão.

BRINQUEDOS. As crianças devem ser protegidas ao andar de patins e bicicleta, usando equipamentos de proteção adequados, como capacete, joelheiras, etc.

INSETOS. Deve-se tomar cuidado também com os insetos, que são muito comuns nessa época do ano. Não deixe nada que acumule água no quintal e use sempre repelentes.

ARTE EM PRAÇA PÚBLICA

G

GAZETA
NOS
BAIRROS

BARCELONA



PÚBLICO. Eventos costumam reunir cerca de duas mil pessoas. FOTO: DIVULGAÇÃO

MOVIMENTO CALÇADA LIVRE TRANSFORMA PRAÇA DO IPÊ EM PALCO DE SHOWS E APRESENTAÇÕES

TATIANA PAYSAN

Imagine assistir a shows musicais em plena praça pública. Pois é isso que acontece uma vez, a cada mês, em Barcelona. A população do bairro tem diversão garantida, oferecida pelo Movimento Calçada Livre, que

transforma a Praça do Ipê em palco para apresentações culturais. As apresentações reúnem cerca de 2 mil pessoas.

De acordo com um dos organizadores do projeto, Marcelo Conti, o Movimento Calçada Livre foi criado em 1999 pelos músicos da banda S.A, André Alves, Jhonias Félix e João Villas Boas.

A idéia era realizar uma reunião musical para trocar informações e músicas, entre outras atividades. Mas, como as reuniões eram realizadas nas casas dos músicos, o

espaço acabou sendo pequeno.

Então, a solução foi realizar as reuniões debaixo da cobertura de uma banca de jornal, situada na praça central do bairro. Para satisfação geral, a cada reunião várias pessoas se uniam ao grupo, que cresceu muito rápido, ao ponto de, atualmente, receber o status de grande evento cultural do bairro.

O Movimento Calçada Livre não tem fins lucrativos e tem como objetivo promover e divulgar a cultura do município

da Serra. As atividades são nas áreas de literatura, música, dança, pintura, arte regionais e de projetos culturais.

Para participar do movimento, os interessados devem apresentar um esboço do evento que pretendem realizar. Os contatos podem ser feitos pelos telefones 3341-9398 ou 3241-7162.

TOME NOTA: Veja amanhã o mapa do bairro, com localização de serviços públicos, itinerário de ônibus e traçado de ruas.



AJ15572-5

PROGRAMAÇÃO.
Ensaios começam em janeiro, na Avenida Ilhéus, no De Lulas Bar e na praça. FOTO: DIVULGAÇÃO

BLOCO ARRASTA 3 MIL FOLIÕES

CENTENAS DE MORADORES DESFILAM NO ALEGRIA, QUE JÁ DEFINIU O TEMA DO ENREDO DE 2006: ASTROS E CERVEJA

Em fevereiro, os moradores de Barcelona já tem compromisso certo em busca da folia. O Bloco Alegria de Barcelona, que arrasta 3 mil foliões pela Avenida Região Sudeste, desfilará mais uma vez em 2006.

O tema para o próximo ano já foi definido: "Alegria é sol, lua, terra e mar e muita gelada". O bloco composto por cem pessoas, sendo 70 ritmistas e 30 diretores, foi fundado em 1986, como uma opção de lazer para os moradores de Barcelona, já que a escola de samba Cacique de Barcelona decidiu não desfilhar mais.

Para não deixar faltar diversão, há dois anos, surgiu também em Barcelona o Bloco do Meiota, que completa a diversão dos moradores.

Pelo que se vê, festa é o que não vai faltar no Carnaval de Barcelona, principalmente, porque em 2006 o Bloco Alegria completará 20 anos de história.

O bloco conta com o apoio da Prefeitura da Serra, dos comerciantes de Barcelona e do Centro Comunitário do bairro. Neste ano, ele desfilará com ares de escola de samba, com três carros alegóricos. A promessa para 2006 é de ir para a avenida com quatro alegorias pesadas.

Com tanta pompa, não é à toa que o bloco já foi convidado várias vezes para se tornar uma agremiação, mas é um assunto que ainda em discussão. Por enquanto, os planos para 2006 é de formar uma escola de ritmistas mirins. "Quem sabe em breve estaremos participando do Carnaval de Vitória", fez suspense um dos diretores do bloco, José Antônio Cabral.

Quem quiser participar dos ensaios, podem se preparar. Eles começarão a partir do mês de janeiro, na Avenida Ilhéus, no De Lulas Bar e na praça do bairro. O telefone para contato é 9932-4865.

ROTEIRO

- **Sorveteria Junior.** Avenida Região Sudeste.
- **Sorveteria Camila.** Avenida Região Sudeste.
- **Bar Elefante Branco.** Avenida Pelotas.
- **Quiosque Barrigão Lanches.** Avenida Região Sudeste.
- **Cachorro-quente da Glória.** Avenida Petrópolis.
- **Pizzaria do Tio Pedro.** Avenida Petrópolis.
- **Bar Cuca Fresca.** Avenida Petrópolis.
- **Cerimonial Binow Country Club.** Rua Sabará.
- **Tucanos Bar.** Avenida Olinda.
- **Bar do Lelo.** Avenida Região Sudeste.
- **Cerimonial Itália.** Avenida Região Sudeste.

MERCADO IMOBILIÁRIO

Casas	(aluguel/média)
2 quartos	R\$ 280 a R\$ 300
3 quartos	R\$ 350 a R\$ 400
4 quartos	R\$ 400 a R\$ 450

Apartamentos	(aluguel/média)
2 quartos	R\$ 350 a R\$ 380, com condomínio
3 quartos	R\$ 420 a R\$ 450

Salas	R\$ 250 a R\$ 300
--------------	-------------------

Lojas	R\$ 450 a R\$ 500, média de 45 m2
--------------	-----------------------------------

Casas	(vendas/média)
2 quartos mil	R\$ 45 mil a R\$ 55 mil
3 quartos	R\$ 60 mil a R\$ 70 mil
4 quartos	R\$ 80 mil a R\$ 90 mil

Apartamentos	(vendas/média)
Quarto e sala	R\$ 25 mil a R\$ 35 mil
2 quartos	R\$ 48 mil a R\$ 55 mil
3 quartos	R\$ 65 mil a R\$ 70 mil

Lojas	R\$ 180 mil a 200 mil, média de 100m2
--------------	---------------------------------------

Salas	R\$ 40 mil a R\$ 50 mil
--------------	-------------------------

Terreno	(venda/média)
----------------	---------------

Metro quadrado.	R\$ 190, em média
------------------------	-------------------

Fonte: Raul Gomes da Fonseca Junior, corretor de imóveis.

SAIBA MAIS

■ **Carro-fumacê.** O atendimento é feito de acordo com a demanda. Não tem dia específico. O horário é a partir das 17h30.

■ **Coleta de lixo.** A coleta de lixo é realizada às segundas, quartas e sextas-feiras, entre 6h20 e 14h.

■ **Unidade de Saúde.** Funciona de segunda a sexta-feira, das 7h às 18h. Serviços ambulatoriais: dois clínicos gerais, dois pediatras e um ginecologista; enfermagem (curativos, nebulização, verificação de pressão arterial); vacinas de rotina, das 8h às 17h; vacinas pézinho e BCG, das 8h às 13h; retirada de ponto; Programa Assistencial da Saúde da Mulher; Vigilância Alimentar Nutricional da Criança a do Adulto; Puericultura - Acompanhamento com pediatra (para crianças de até 10 anos; Programa de Orientação ao Exercício Físico (as aulas são às terças, de 8h às 9h, com acompanhamento de uma professora de Educação Física).