

CLASSITEL
3321-8600

GUIA DE SERVIÇOS

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

A19942

TRUQUES NA COZINHA

Concursos Vagas em Aracruz

Prefeitura vai contratar 30 servidores em níveis médio e fundamental. Salários chegam a R\$ 940,00. **Pág. 3**



Santo Antônio Problemas do bairro

Calçadas estão cheias de desníveis e buracos: além de trazer risco para os moradores, problemas no calçamento também prejudicam visita ao santuário. **Págs. 4 e 5**

VEJA COMO LAVAR, DESCASCAR E LIMPAR UTENSÍLIOS, FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS PARA UNIR LIMPEZA E BOM APROVEITAMENTO

O que devo fazer para eliminar a baba do quiabo? Como devo calcular a quantidade de feijão cru por pessoa? Como posso descongelar frutos do mar?

Essas e outras dúvidas são mais comuns que se possa imaginar. Por isso preparamos um guia com sugestões e dicas fundamentais para sucesso no dia a dia da dona de casa.

Para eliminar a baba do quiabo, lave-o ainda inteiro, seque-o e coloque-o numa tigela com um pouco de suco de limão, deixando repousar durante 15 minutos. Depois lave ligeiramente, corte e cozinhe.

Calcule o feijão: uma xícara de feijão cru serve três pessoas depois de pronto. E para descongelar frutos do mar, coloque o pacote ou vasilha na geladeira e deixe descongelar lentamente, sem tirar da embalagem.



LIMPEZA. Depois de mexer com peixe ou frutos do mar, lave as mãos com um pouco de leite gelado, para que não fiquem cheirando. FOTO: DIVULGAÇÃO

TOME NOTA

- **1.** Para lavar verduras, principalmente couve-flôr e brócolis, deixe de molho na água com um pouco de sal e vinagre durante dez minutos.
- **2.** Para tirar a casca do tomate com facilidade, espete um garfo e passe o tomate na chama do fogão.
- **3.** Descasque as cebolas na água corrente, você não ficará com os olhos ardendo. Depois, esfregue as mãos com um pouco de sal e enxágüe em água corrente.
- **4.** Para limpar a tábua de bater carne, esfregue uma esponja grossa com amoníaco misturado com limão, até remover a gordura fixada. Após, lave-a com água.
- **5.** Use o pó de café usado para lavar galheteiros, vidros de azeite, para clarear pias brancas, o chão da cozinha e até para espantar formigas dos armários. Depois da faxina, esfregue um pouco do pó de café usado em suas mãos, elas ficarão claras e macias.
- **6.** Quando colocar água ou qualquer líquido fervente em um recipiente de vidro coloque antes uma colher de metal. A colher absorverá o calor, evitando que o vidro se quebre.
- **7.** Antes de fritar, jogue no óleo um palito de fósforo, quando acender, o óleo estará suficientemente quente para ser usado.
- **8.** Para que a casa não fique cheirando fritura, coloque um potinho com vinagre branco perto do fogão na hora de fritar, ou ferva, ao mesmo tempo, uma casca de laranja, em fogo baixo.
- **9.** Para tirar o mau cheiro que às vezes fica na geladeira, coloque pedaços de carvão ou um potinho com leite e essência de baunilha.
- **10.** Depois de mexer com peixe, lave as mãos com leite gelado, para que não fiquem cheirando. Para tirar o cheiro de cebola ou alho, esfregue as mãos com talinhos de salsa.
- **11.** Para impedir o aparecimento de formigas no açúcar, coloque pedacinhos de casca de limão no açucareiro.
- **12.** Não estrague um limão inteiro se for usar apenas algumas gotas. Faça um furinho com um palito, use o que precisar e tampe com o mesmo palito.
- **13.** Para extrair mais suco das frutas cítricas, como a laranja e o limão, antes de espreme-las, coloque de molho por 4 ou 5 minutos em água quente.
- **14.** Para saber se o fermento em pó ainda está bom, coloque uma colher de sopa rasa do pó num copo com água morna pela metade. Mexa. Se o fermento crescer e ferver, ele ainda pode ser usado.
- **15.** Se colocar um pires emborcado no fundo da leiteira ou uma colher, antes de levar ao fogo, o leite não transborda.

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

G

GAZETA
NOS
BAIRROSSANTO
ANTÔNIO

PERIGO. Pedestres precisam transitar por calçadas esburacadas ou com fendas provocadas por raízes de árvores. FOTO: CARLOS ALBERTO DA SILVA

CALÇADAS ESTÃO CHEIAS DE DESNÍVEIS E BURACOS

**ALÉM DE TRAZER RISCO PARA OS
MORADORES, PROBLEMAS NO CALÇAMENTO
TAMBÉM PREJUDICAM VISITA AO SANTUÁRIO**

TATIANA PAVSAN

Santo Antônio é um bairro bem tradicional de Vitória. Nele, se encontra um dos monumentos muito importantes do Estado: o Santuário de Santo Antônio, que recebe a visita de muitos devotos.

Entretanto, o desnivelamento das calçadas do bairro, podem prejudicar o acesso dessas pessoas, inclusive, dos próprios moradores.

Isso porque várias delas estão em péssimos estado. Algumas estão rachadas

por causa das raízes das árvores, como acontece ao longo da Rua Archimino Mattos. O acesso às garagens também tem contribuído para deixá-las fora do padrão. Com isso, os acidentes são frequentes.

Os moradores também reclamam da ausência de sinalização em frente ao Cemitério Darcy Vargas. De acordo com informações de uma das colaboradoras da Movimento Comunitário de Santo Antônio, Denise de Carvalho, é intenso o fluxo de veículos e de crianças na região, tornando a travessia muito perigosa.

Eles solicitam, pelo menos, uma faixa de pedestres no local para que não aconteçam mais acidentes, que colocam em risco a vida de muitas crianças de até seis anos de idade. O ideal seria a colocação de um semáforo, o que obrigaria os motoristas a pararem.

TOME NOTA: Amanhã, conheça os orgulhos do bairro. E no sábado, não perca o mapa ilustrado.

O OUTRO LADO

Prefeitura diz que está fazendo consertos

Em relação às calçadas, a Prefeitura de Vitória informou que está realizando um serviço em toda a Capital para fiscalizar e fazer obras de conserto. A Regional 2 começou, nesta semana, trabalho de notificação e conscientização dos proprietários de comércio, para que se adequem às determinações do projeto Calçada Cidadã. Em relação à faixa de pedestres, a prefeitura recebeu solicitações para colocar o dispositivo no local, mas há uma curva que compromete a visibilidade dos motoristas por conta de uma subida acentuada. Por isso, não é permitido o uso da faixa de pedestres no local.

■ tnattos@redgazeta.com.br

■ Fax: 3321-8765

■ Tel.: 3321-8201

■ Das 13h às 18h

■ Rua Chafic Murad, 902, Ilha de Monte Belo, Vitória, ES. CEP: 29050-901

REIVINDICAÇÕES

Chuvas

Quando chove ou a maré está alta, ocorrem alagamentos nas ruas, segundo os moradores porque a rede de esgoto está entupidas.

→ **De acordo com informações da Prefeitura de Vitória,** são feitos limpeza e reparos de microdrenagem permanentemente. Qualquer solicitação mais específica o morador deve procurar o gerente e engenheiro da regional, Rodrigo Casado, pelo telefone 3332-5688.

Saúde

Os moradores pedem um maior número de médicos para atender na Unidade de Saúde. Para determinadas especialidades, levam até 3 meses em lista de espera.

→ **A Prefeitura de Vitória** informou que, por dia, 32 pessoas são atendidas por meio de consultas de emergência e urgência, por cinco médicos do Programa Saúde da Família. Outras 60 consultas são agendadas para médicos especialistas. Quando à unidade não conseguir atender à demanda, os pacientes são encaminhados para o pronto-atendimento de São Pedro ou da Praia do Sudá.

Movimento comunitário

Os moradores querem a construção de uma sede para o Movimento Comunitário de Santo Antônio.

→ **Segundo informações da Prefeitura de Vitória,** a legislação só permite que as administrações construam prédios públicos, tais como escolas, creches e postos de saúde.

Segurança

Nos últimos meses, muitas residências e comércios têm sido assaltados. Moradores pedem reforço no policiamento.

→ **O comandante da 2ª Companhia do 1º Batalhão da Polícia**

Militar, capitão Sandro Campos, informou que o bairro é policiado diariamente por viaturas e policiais a pé. Há pouco tempo, a região também passou a ser policiada por militares de bicicletas. São realizadas operações semanais na região com objetivo de coibir o tráfico, roubo a estabelecimentos comerciais, porte ilegal de armas, além de outros crimes. Os telefones para contato são 3223-6887 e 3223-7288. Denúncias podem ser feitas pelo 181 ou, em caso de emergência, para o 190.

Abrigos

Faltam abrigos nos pontos de ônibus.

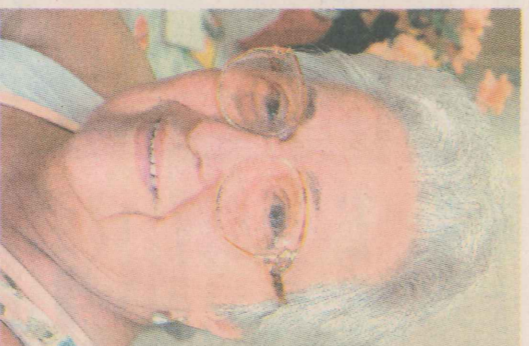
→ **De acordo com informações da Prefeitura de Vitória,** o contrato de implantação de novos abrigos acabou, mas já foi iniciado procedimentos de levantamento dos pontos de ônibus que estão necessitando de instalação de novos abrigos. A prefeitura está elaborando um Termo de Referência para publicação de edital de concorrência pública ainda no primeiro semestre deste ano.



O POVO FALA

Ônibus

"Precisamos de uma linha de ônibus específica que venha do Tavinho Material de Construção, pela Avenida Santo Antônio, até o Centro e outros. Muitos ônibus já passam por aqui lotados e, nós, idosos, ficamos impossibilitados de entrar. Seria melhor um seletivo." FOTO: ROZINDA MIRANDA FURTADO



Aposentada

→ **De acordo com informações da Prefeitura de Vitória,** as linhas de ônibus são oferecidas, segundo estudos sobre a rede de transporte coletivo. A partir disso, dimensiona a oferta (frota, número de viagens, horários e itinerários). O aumento da frota acarretaria a elevação do custo operacional do sistema. A prefeitura lembra que todos os coletivos possuem assentos reservados aos idosos.

Asfalto

"Moro na Rua Antunes Brandão que não é asfaltada. Ela é de paralelepípedo e muitos idosos, inclusive eu, já caíram no local. Tem muitos desníveis nessa via." FOTO: MARIA CÉLIA DIAS



Aposentada

→ **De acordo com informações da Prefeitura de Vitória,** na última semana, foram realizados serviços de limpeza na rede de drenagem, além de regularização de meio-fio e paralelepípedos. A Rua Antunes Brandão já está incluída no programa de pavimentação de vias da prefeitura.

Buracos

"A Rua Soldado Manoel Furtado tem muitos buracos. O asfalto da via está muito danificado. Passam muitos caminhões e carros pesados pelo local, o que só ajuda a piorar a situação." FOTO: ISAURA GONÇALVES



Aposentada

→ **Segundo informações da Prefeitura de Vitória,** nesta semana, caso não chova, o programa tapa-buracos vai realizar o serviço na rua citada pela moradora.