

CLASSITEL  
3321-8600

# GUIA DE SERVIÇOS

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

AJ17754

## Concurso 6.750

vagas

Oportunidades estão distribuídas por 24 concursos públicos. Maior salário é de R\$ 9,2 mil. Pág. 3



## Araçás Remédio de graça

Quatorze voluntárias, como Alzenira Neves (foto), ajudam na fabricação dos medicamentos, que são distribuídos para cerca de 200 pessoas carentes do bairro.

Págs. 4 e 5



## DICAS PARA DIMINUIR AS DESPESAS DO LAR

COM MEDIDAS SIMPLES, É POSSÍVEL REDUZIR BASTANTE OS GASTOS MENSAIS COM ALIMENTAÇÃO, VESTUÁRIO, ENERGIA ELÉTRICA E ÁGUA, POR EXEMPLO

Todos os meses, a grande maioria da população se desdobra para tentar equilibrar o orçamento doméstico. Mas, invariavelmente, os gastos acabam sendo maiores do que os ganhos. Sim, o salário está curto e os preços estão altos. Mas, em muitos casos, o que faz a diferença são pequenos descuidos que, somados, representam um enorme prejuízo.

Muitas pessoas podem pensar que não vale a pena se esforçar para economizar um pou-

co aqui, outro tanto ali. Mas, juntando pequenas quantias, no final a economia é bastante significativa. Veja as dicas do Instituto de Defesa do Consumidor (Idec) para controlar seu orçamento doméstico, nos itens alimentação, vestuário, mensalidades e despesas eventuais.

Amanhã, a reportagem será sobre como economizar em contas de água, energia elétrica, telefone e condomínios.

### TOME NOTA

**ALIMENTAÇÃO.** Antes de ir ao supermercado, elabore uma lista de tudo o que você precisa. Desta forma, evitará gastos desnecessários. Fique atento à disposição dos produtos nas prateleiras: supérfluos e itens mais caros estão, normalmente, sempre ao seu alcance. E lembre-se de que as pessoas têm maior tendência a comprar supérfluos quando vão ao supermercado com fome.

**VESTUÁRIO.** Não compre por impulso. Pesquise! O mesmo produto pode, por vezes, ser encontrado em diversas lojas por preços diferenciados. Cuidado com as promoções. Nem sempre elas são tão vantajosas quanto se apresentam.

**MENSALIDADES.** Atente-se às cláusulas referentes às datas de vencimento dos pagamentos, assim como às penalidades previstas em contrato. Procure, se possível, adequar os vencimentos a datas posteriores a do recebimento do seu salário.

### DESPESAS EVENTUAIS.

Preserve sempre uma parcela de seu salário para os gastos imprevistos que podem ocorrer mensalmente, como: a compra de remédios, a necessidade de adquirir um presente, um pequeno reparo em um eletrodoméstico ou uma saída com a família ou amigos. Despesas sazonais como volta às aulas, datas comemorativas (Dia dos Pais, das Mães, dos Namorados, da Criança, Natal, Páscoa, etc.), também devem ser consideradas. Elas podem representar um gasto substancial em seu orçamento.

### ÍNDICE

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

G

GAZETA  
NOS  
BAIRROS

ARAÇÁS

# FARMÁCIA DA PASTORAL DA SAÚDE DISTRIBUI REMÉDIOS DE GRAÇA



**EXÉRCITO DO BEM.** A voluntária Alzenira Rodrigues Neves conta com a ajuda de mais quatorze pessoas na fabricação dos medicamentos.

FOTO: GABRIEL LORDÉLLO

**UNIDADE ATENDE A  
CERCA DE 200 PESSOAS  
CARENTES DE ARAÇÁS E  
BAIRROS VIZINHOS HÁ  
QUATRO ANOS**

**TATIANA PAYSAN**

Se você mora em Araçás, em Vila Velha, ou nos bairros vizinhos e está com algum problema de saúde, ou sem dinheiro para comprar o medicamento, saiba que a ajuda pode estar mais perto do que imagina. Há quatro anos, foi fundada a Farmacinha da Pastoral da Saúde de Araçás, que atende a cerca de 200 pessoas carentes da região.

Ela começou a funcionar no Centro de Formação de Jardim Asteca, mas muitas pessoas não tinham condições de ir até

lá pegar o remédio. Logo, resolveram montar uma farmacinha em Araçás para contemplar mais famílias.

“Começamos a fabricar os remédios na minha casa mesmo. Depois, passamos a funcionar na subsede do Movimento Comunitário de Araçás”, contou a voluntária Alzenira Rodrigues Neves, de 51 anos, que conta com a ajuda de mais quatorze pessoas na fabricação dos medicamentos.

Dona Alzenira teve vontade de colaborar com o projeto, a partir do momento que ela precisou e recebeu ajuda. “Quando me mudei pra Vitória, meus filhos adoeciam muito e, nesse período, recebi ajuda. Por isso, hoje dedico grande parte do meu tempo a colaborar com as pessoas que precisam de mim”, contou.

Dor de cabeça, de estôma-

go, asma, gripe, sinusite, entre outros males, podem ser curados e tratados com remédios fitoterápicos. E quem confirma essa informação é a própria dona Alzenira.

Segundo ela, o seu filho, quando pequeno, sofria de crises de bronquite asmática, mas começou a tomar o xarope de angico, que também é fabricado pela farmacinha, e não teve mais problemas. “Desde os seis anos, ele não sofre mais desse mal. Hoje, ele está com 39 anos, cheio de saúde. Muitas crianças já foram curadas com esse xarope”, contou.

A farmácia funciona às segundas e quartas-feiras, das 14h às 17h, na subsede do Movimento Comunitário de Araçás, na Rua Moscou. Os interessados em adquirir o medicamento têm que comparecer

ao local. Lá podem ser encontrados propólis, chapéu de coco, calêndula, balas de gengibre e de romã, pomada milagrosa, óleo de angico, xarope de banana, entre outros.

**TOME NOTA:** Veja amanhã quais são os principais problemas apontados pelos moradores de Araçás e as respostas das autoridades.

## TOME NOTA

■ **Doações.** A Farmacinha da Pastoral da Saúde está precisando de embalagens de vidro de 150ml para armazenar os medicamentos. As doações podem ser feitas pelo telefone 3349-5377 (Alzenira).

# PROJETO OFERECE ARTE PARA PESSOAS DE TODAS AS IDADES



**LOCAL** As aulas são dadas às quintas-feiras e sábados, a partir das 15h, na subsele do Movimento Comunitário, que fica na Rua Moscou.

FOTO: GABRIEL LORDÉLLO

## PINTURA, CROCHÊ, BORDADOS E PRODUÇÃO DE BOLSAS ESTÃO ENTRE AS ATIVIDADES DE CURSOS DO PROJETO ARTES PARA TODOS

Pintura à mão livre, em seda, em plástico, em bolsas de lona, flores de meia, ponto russo, trançado em fitas, biscuit, vagonite, bicos de crochê, ponto cruz e molde vazado. Esses são alguns dos cursos que podem ser aprendidos através do projeto social Arte para Todos de Araçás.

Criado há mais de dez anos, o projeto tem o objetivo de criar atividades pa-

ra todas as pessoas do bairro, principalmente para as da Terceira Idade.

A professora e artesã Regina Lucia Gavini, de 54 anos, conta que, no início, o projeto contava com dez alunos e hoje já tem 25. Segundo ela, os alunos que têm condições colaboram com R\$ 15, e os que não têm fazem o curso de graça.

“A minha intenção é ajudar.

Muitas alunas chegavam aqui tristes e depressivas e hoje são alegres e contam até com uma fonte extra de renda”, explicou a professora.

A dona Rosa Verônica de Lima, de 70 anos, é uma dessas alunas. “Eu senti necessidade de fazer alguma coisa porque me sentia muito sozinha em casa e foi maravilhoso pra mim. Hoje, eu faço pintura, crochê, vagonite e

sou muito feliz e tenho muitos amigos. Até vendo algumas coisinhas”, disse.

Já a funcionária pública Ivanir Zanoli de Freitas, de 47 anos, diz que passou a se sentir viva participando do curso. “Eu sempre tive o sonho de pintar desde pequena. Quando comecei a fazer o curso, a minha autoestima melhorou muito. Hoje, fico muito satisfeita em ver que posso transformar as coisas.

Os interessados em participar do curso devem comparecer à subsele do Movimento Comunitário, que fica na Rua Moscou. As aulas são dadas às quintas-feiras e sábados, a partir das 15h.

### TOME NOTA

■ **Doações.** O Projeto Arte para Todos está precisando de material para os trabalhos manuais, como tinta, tecido,

pincéis, sacos de chão, linhas de crochê, entre outros. Os contatos podem ser feitos pelo telefone 3329-8874.

### TOME NOTA

**Fumacê.** Passa por todo o bairro duas vezes por mês. O próximo trabalho está programado para o dia 26 deste mês.

**Coleta de lixo.** É feita três vezes por semana, às segundas, quartas e sextas, sempre após 12h.

**Varição.** Acontece toda sexta-feira nas ruas asfaltadas e calçadas.

**Unidade de saúde.** A Unidade de Saúde de Araçás faz parte do Programa de Saúde da Família, com a atuação de quatro médicos. Serviços prestados: palestras educativas; consultas de especialidades com marcação pelo telefone 3139-9044; laboratório; consulta preventiva; vacinação; curativo; nebulização; farmácia; odontologia; e pré-natal. A unidade não funciona como pronto-atendimento de urgência e emergência. O horário de atendimento é de segunda a sexta, das 7h às 17h.

### TELEFONES ÚTEIS

**Buraco nas ruas.** 3388-4232.

**Central Odontológica.** 3139-9047. Rua das Laranjeiras, s/n, Divino Espírito Santo.

**Centro de Controle de Zoonoses (CCZ).** 3226-9499 e 3226-9477. Av. Carlos Lindenberg, s/n, Alecrim.

**Denúncias de violações dos direitos humanos.** 3239-3089 e 3229-7173.

**Disque-Silêncio.** (0800) 283-9157.

**Esgoto entupido ou a céu aberto.** 3388-4233.

**Farmácia básica.** 3139-9025. Rua das Laranjeiras, s/n, Divino Espírito Santo.

**Iluminação pública.** 3311-5844.

**Limpeza pública (recolhimento de entulho).** 3369-7439.

**Procon.** 3388-4136 e 3388-4137.

**Programa de Erradicação do Aedes Aegypti.** 3340-0966. Av. Perimetral, s/n, Coqueiral de Itaparica.

**Vigilância Epidemiológica e Sanitária.** 3388-4142.