

24 HOURS U.Podium

Começa o jogo de corrida de cavalos online com prêmios em dinheiro. São 250 jogos esperando você 24 horas por dia, 365 dias por ano.



POVO E U.PODIUM DÃO PRÊMIOS E DINHEIRO DE VERDADE PRA VOCÊ!

COVARDIA EM QUEIMADOS

Pré-candidato a vereador e militante política estavam em uma sorveteria quando foram atingidos por tiros de fuzil



POLÍCIA, P7



VASCO EMPATA COM GOIÁS E SEGUE NA DEGOLA
ESPORTES, P10

IMÓVEIS QUE FORAM SEDE DE GOVERNOS DO RJ ESTÃO ABANDONADOS E VIRARAM PONTO DE CONSUMO DE DROGAS
GERAL, P3

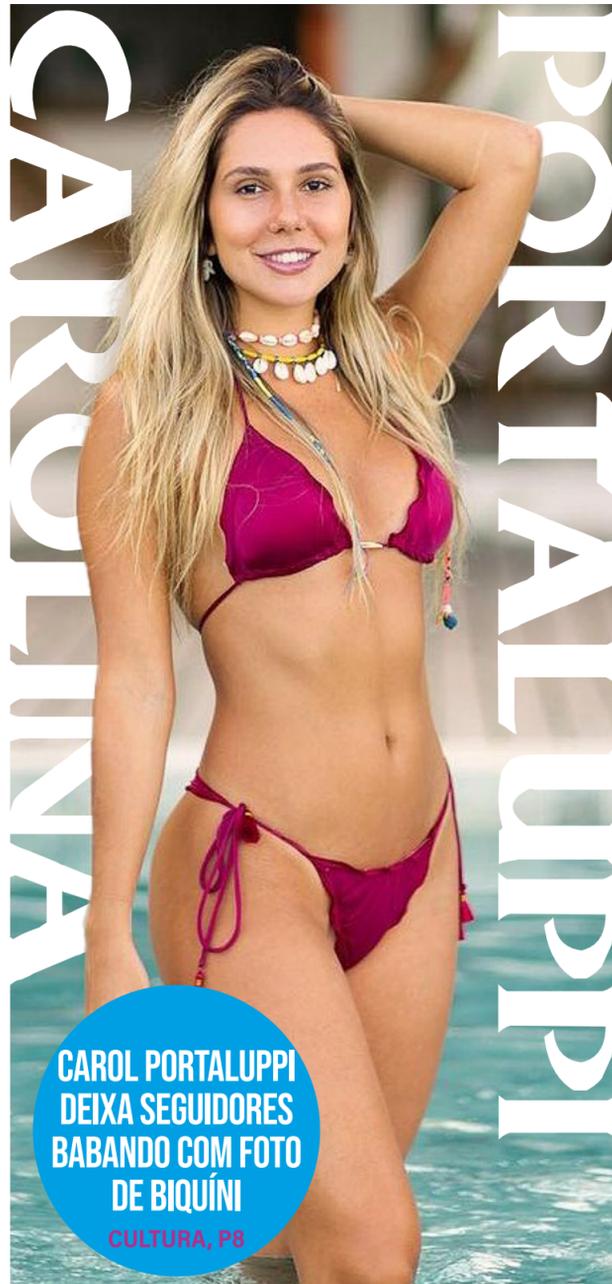
MARICÁ INTERDITA RETORNO DO FLAMENGO PARA OBRAS
CIDADES, P5

ESGOTADO SEGUNDO LOTE PARA A MARATONA DO RIO 2024
ESPORTES, P9



"DENNIS DAS ANTIGAS" ACONTECE, NA VÉSPERA DO FERIADO, NO ESPAÇO HALL

CULTURA, P8



CAROL PORTALUPPI DEIXA SEGUIDORES BABANDO COM FOTO DE BIQUÍNI

CULTURA, P8

CIÊNCIA/SAÚDE, P6

PREVINA-SE CONTRA O CÂNCER DE MAMA

BRASILEIROS CRIAM NOVO TRATAMENTO SIMPLES CONTRA CÂNCER DE PELE

PEIXE ASSUSTADOR SURGE EM PRAIA NORTE AMERICANA



RJ é o estado com a maior proporção de mulheres do país, aponta Censo

DIVULGAÇÃO

O Rio de Janeiro é o estado mais feminino do país. É o que mostram as primeiras análises do Censo 2022 por sexo e por idade que estão sendo divulgadas nesta sexta-feira (27) pelo IBGE.

Hoje, 52,8% dos fluminenses são mulheres. São quase 900 mil mulheres a mais do que homens.

- População do RJ: 16.055.174
- Mulheres: 8.477.499 (52,8%)
- Homens 7.577.675 (47,2%)

Além de ser o maior entre os estados, o percentual de mulheres no RJ também é superior às médias nacional (51,5%) e da região Sudeste (51,8%).

Menos homens, mais mulheres

O Rio de Janeiro também é o estado com a menor proporção de homens: são 89 para cada 100 mulheres. Confira o índice em cada ano de censo:

- 2022 — 89,4 homens para cada 100 mulheres
- 2010 — 91,2
- 2000 — 92,1
- 1991 — 93,2
- 1980 — 95,7

Para a gerente de Demografia do IBGE, Izabel Guimarães Marri, essa redução proporcional do sexo masculino é reflexo do envelhecimento

populacional e da maior mortalidade dos homens em todos os grupos etários.

“Nascem mais meninos, mas morrem também mais meninos, principalmente nas idades dos jovens adultos. As causas de mortes dessa população jovem adulta masculina (entre 20 e 40 anos) estão relacionadas a causas não naturais, como violência urbana e acidentes”, explica.

No recorte por municípios, Niterói aparece em 4º no ranking nacional, com 84,53 homens para cada 100 mulheres.

A idade mediana — que divide a população em duas metades, uma mais velha e outra mais nova — aumentou de 32 anos para 37 anos de 2010 para 2022. O estado está atrás apenas do Rio Grande do Sul (38 anos).

Isso significa que metade da população fluminense tem até 37 anos, e a outra metade é mais velha que isso.

O RJ também está entre os três estados com a maior proporção de idosos. Pelo ranking nacional ocupa a 2ª posição: Rio Grande do Sul (14,1% da população), Rio de Janeiro (13,1%) e Minas Gerais (12,4%).

O estado apresenta ainda o segundo maior índice de envelhecimento — proporção de idosos acima de 65 anos em relação às crianças abaixo de 14.



No RJ, são 73,6 idosos para cada 100 crianças. O estado está atrás apenas do Rio Grande do Sul, que lidera o ranking nacional (80,4).

Cidade mais velha

A cidade mais velha do RJ é Niterói, na Região Metropolitana. Por lá, são 118,2 idosos para cada 100 crianças.

Ela vem seguida de Miguel Pereira (110,5), Itaocara (107,5), Cambuci (106,1) e Itaboraí (106,1).

Por outro lado, a cidade mais jovem do estado é Japeri. A proporção é de 38,7 idosos para cada 100 crianças.

Ela vem seguida de Macaé (40,5), Paraty (44,5), Porto Real (44,8) e Queimados (46,8).

Dados do IBGE apontam que, em 2022, o RJ tinha 89 homens para cada 100 mulheres. Causa está relacionada à maior taxa de mortalidade entre os homens, segundo demógrafo do IBGE

DIVULGAÇÃO



Com 323 votos a favor e 119 contra, texto segue para Senado

Câmara aprova projeto de lei de taxaço para super-ricos

Por 323 votos a favor, 119 contra e uma abstenção, a Câmara dos Deputados aprovou o projeto de lei de taxaço dos super-ricos. A proposta antecipa a cobrança de Imposto de Renda de fundos exclusivos e passa a taxar aplicações em offshores, empresas no exterior que abrigam investimentos.

Após a votação do texto principal, todos os destaques foram rejeitados. Agora, segue para o Senado.

Inicialmente prevista para terça-feira (24), a votação do projeto, que trancava a pauta da Câmara desde o dia 14, foi adiada para esta quarta. A aprovação ocorreu no dia em que o presidente Luiz Inácio Lula da Silva anunciou a nomeação de

Carlos Antônio Vieira Fernandes para a presidência da Caixa Econômica Federal. Ele entra no lugar de Rita Serrano, que deixou o cargo.

O projeto foi aprovado com várias mudanças. O relator, deputado Pedro Paulo (PSD-RJ), concordou em elevar, de 6% para 8%, a alíquota para quem antecipar, tanto nos fundos exclusivos como nas offshores, a atualização de valor dos rendimentos acumulados até agora. Originalmente, o governo tinha proposto 10%.

Em relação às offshores, o relator fixou uma alíquota linear de 15% sobre os rendimentos. O governo originalmente tinha proposto alíquotas de 0% a 22,5% conforme os rendimentos anuais.

Entenda em 5 pontos o que prevê o projeto de lei do governo para o Novo Ensino Médio

O projeto de lei do governo Lula que propõe mudanças no Novo Ensino Médio foi enviado para o Congresso Nacional na terça-feira (24). Mas, na prática, o que acontece agora? As escolas já têm que mexer no seu currículo? Entenda em cinco pontos o que diz a proposta e os próximos passos.

Contexto: A apresentação do projeto é uma resposta às críticas ao modelo que está em vigor há dois anos já. A carga horária das disciplinas tradicionais foi diminuída para dar lugar a matérias optativas conforme o interesse do estudante.

No entanto, escolas sem infraestrutura suficiente, a falta de formação adequada dos professores e menos espaço para as disciplinas convencionais são alguns dos pontos que, na visão de alguns setores, podem ampliar ainda mais a desigualdade no acesso ao ensino superior entre os alunos da rede pública e os da rede particular.

1 - O que diz a proposta?

Carga horária das disciplinas obrigatórias x optativas

- Como é hoje: O Novo Ensino Médio prevê um total de 3.000 horas-aulas ao longo dos três anos, sendo, no mínimo, 1.800 horas para disciplinas obrigatórias (ciências da natureza, ciências humanas, linguagens e matemática) e 1.200 para optativas (itinerários formativos escolhidos pelo aluno).
- O que diz o projeto: Continua o total de 3.000 horas-aulas, mas aumenta a carga para 2.400 horas para disciplinas obrigatórias e deixa 600 horas

para as optativas.

- No caso dos estudantes que fazem o ensino médio combinado com o ensino técnico, a carga horária para as disciplinas obrigatórias poderá ser, no mínimo, de 2.100 horas.

Formação obrigatória

- Como é hoje: Português e matemática precisam estar presentes em todos os anos do ciclo, assim como estudos e práticas de educação física, arte, sociologia e filosofia.
- O que diz o projeto: Passam a ser obrigatórias: língua portuguesa e suas literaturas; língua inglesa; língua espanhola; arte; educação física; matemática; história, geografia, sociologia e filosofia; e física, química e biologia.

Itinerários formativos

A ideia é que cada estudante possa montar seu próprio ensino médio, escolhendo as áreas nas quais quer se aprofundar.

- Como é hoje: A rede de ensino de cada estado definiu o seu próprio cardápio de itinerários formativos (que são as disciplinas optativas), dentro de cinco “guarda-chuvas” principais: linguagens, matemática, ciências humanas, ciências da natureza e ensino técnico.

Como as escolas podem, por exemplo, escolher apenas duas áreas para ofertar, entra uma questão de desigualdade, segundo os críticos: jovens de cidades pequenas, com menos recursos, têm um leque mais reduzido de opções para escolher e não conseguem focar na sua área de interesse.

DIVULGAÇÃO



Proposta foi enviada ao Congresso e precisará passar por votação. Diminuição da carga horária de disciplinas tradicionais estava entre as críticas ao modelo em vigor há dois anos

Imóveis que foram sede de governos do RJ estão abandonados e viraram ponto de consumo de drogas

Casarões que foram sede de governos no Rio de Janeiro estão abandonados, e em alguns casos o que sobrou da construção virou ponto de consumo de drogas. As informações são do RJTV.

Em 2019, a Assembleia Legislativa do Rio de Janeiro (Alerj) sancionou uma lei para criar e regulamentar o programa de ocupação cultural. A intenção era recuperar e dar um novo destino a prédios históricos abandonados — mas nada foi feito.

Só no Centro do Rio, segundo a subprefeitura, 158 imóveis se encontram vazios e em péssimo estado de conservação, como mostrou o jornal “O Globo”. A Defesa Civil vai avaliar quais correm risco de colapsar.

PALÁCIO SÃO DOMINGOS, CENTRO DE NITERÓI

O prédio, construído no século 19, foi propriedade de Dom Pedro 1º e abrigou setores da administração pública estadual. Ocupa grande parte do quarteirão na esquina das ruas Marechal Deodoro e Visconde de Uruguai.

O imóvel está tombado pelo Instituto Estadual do Patrimônio Cultural, mas está deteriorado, com janelas quebradas e pichações. Parte do teto caiu.

A cabeleireira Rita Moreira tem um salão ali perto e já conheceu o palácio por dentro. “Tinha uma

escada maravilhosa, de madeira. Um trabalho muito bem-feito. Hoje em dia, se acabou tudo”, lamentou.

SUBPREFEITURA DA ZONA NORTE, GUADALUPE, RIO DE JANEIRO

Propriedade do governo federal, o

prédio na Rua Luís Cavalcanti foi alugado para o município e devolvido ao Banco do Brasil. Ano passado, foi vendido, mas o comprador é mantido em sigilo.

Praticamente não há paredes, e o telhado está em péssimo estado. O subsolo está inundado, gerando

mais risco à estrutura.

O esqueleto fica bem perto da Clínica da Família Josuete Santanna de Oliveira, e quem procura atendimento teme assaltos.

ANTIGA DELEGACIA DE REALENGO, RIO DE JANEIRO

A antiga distrital, na Rua Bernardo Vasconcellos, está cercada de lixo.

Desde que a 33ª DP se mudou para a Avenida Marechal Fontenele, usuários de drogas tomaram conta do lugar.

O QUE DIZEM AS AUTORIDADES

O governo estadual disse que está buscando uma solução para o imóvel de Niterói, incluindo diálogo com o município. Equipes vão ao local para monitorar e impedir a ocupação, mas as invasões são recorrentes. Estudos serão realizados para encontrar a melhor solução.



Santos Dumont: nova proposta é ter até 6,5 milhões de passageiros por ano em vez de reduzir destinos

DIVULGAÇÃO

O Ministério de Portos e Aeroportos está revisando as regras que vão reduzir a operação do terminal Santos Dumont, no Centro do Rio, a partir de janeiro de 2024.

O ministro Silvio Costa Filho estuda limitar o número de passageiros em 6,5 milhões por ano, em vez de limitar os destinos, como anunciado. Isto significa redizer quase pela metade a operação: de janeiro a setembro deste ano, o terminal recebeu mais de 9 milhões de passageiros.

O novo plano, que deve ser detalhado em 15 dias, determina que o Santos Dumont poderá manter todos os destinos que atende atualmente, como São Paulo, Brasília, Salvador, Guarulhos e Campinas.

O plano anterior estabelecia um raio de 400 quilômetros ao redor do Santos Dumont como limite para os aviões que partem dele, além da proibição de voos para aeroportos internacionais.

Na prática, a partir de 2024, isso reduziria o Santos Dumont a ligações com Congonhas, em São Paulo, já que nem mesmo o Aeroporto de Vitória, no Espírito Santo, estava claramente dentro do raio permitido. Guarulhos e Confins estavam de fora por serem internacionais.

PROTESTO DE GUARULHOS

A resolução do Conselho de Aviação Civil (Conac) que limitava o destino dos voos foi questionada no Tribunal de Contas da União pela Prefeitura de Guarulhos, onde fica o aeroporto internacional de São Paulo. O terminal teria uma queda no movimento, e o questionamento foi um dos



Prefeito do Rio aprovou o anúncio: 'Equilibra o jogo de aeroportos do Rio e, cá entre nós, não coloca em risco a população que se utiliza do Santos Dumont', diz Paes. Pressão de Guarulhos foi decisiva

PAES APROVA

A prefeitura e governo do Rio pressionaram o governo federal durante meses para reequilibrar o movimento dos aeroportos locais. Segundo o prefeito Eduardo Paes, a redução de passageiros no Santos Dumont é um modelo que atende os objetivos da cidade e do turismo.

“Eu concordo e a prefeitura apoia essa medida que o ministro Silvio Costa está tomando. Ele está discutindo com o Tribunal de Contas da União, e se for essa a medida final vai ter total respaldo e apoio da prefeitura. Isso equilibra o jogo de aeroportos do Rio e, cá entre nós, não coloca em risco a população que se utiliza do Santos Dumont.

REDUÇÃO DE VOOS NO SANTOS DUMONT

O governo federal determinou, no dia 10 de agosto, a transferência de voos do terminal do Centro do Rio para o da Zona Norte.

O documento foi assinado pelo então ministro de Portos e Aeroportos, Márcio França, ao lado do presidente Lula e do prefeito Eduardo Paes. França deixou a pasta em setembro.

fatores que levaram o governo a mudar os planos.

O novo plano representa diminuir quase pela metade o movimento do Santos Dumont. Em outubro, o número de voos que partem do aeroporto começou a ser reduzido. No entanto, nos horários de pico as filas de aviões e de passageiros permaneceram grandes.

A primeira queda no movimento Santos Dumont já causou aumento de 42% no número de voos domésticos no Aeroporto Internacional Tom Jobim, o Galeão, que fica na Zona Norte do Rio.

Projeto de lei aprovado na Câmara do Rio pode recolher estátuas ligadas ao racismo, escravidão e violações de Direitos Humanos

A Câmara de Vereadores do Rio aprovou o projeto de lei que proíbe manter ou instalar monumentos, estátuas, placas e quaisquer homenagens que façam menções positivas ou elogiosas a escravocratas, eugenistas e pessoas que tenham cometido atos lesivos aos direitos humanos, aos valores democráticos, ao respeito à liberdade religiosa e que tenham praticado atos de natureza racista.

No parágrafo único, o projeto de lei também determina que as homenagens já instaladas deverão ser transferidas para ambiente de perfil museológico, fechado ou a céu aberto, e deverão estar acompanhadas de informações que contextualizem e informem sobre a obra e seu personagem.

Agora, para entrar em vigor a lei precisa ser sancionada pelo prefeito Eduardo Paes - assim que a câmara remeter o projeto, ele tem 15 dias para tomar a decisão. Se entrar em vigor, a lei poderá questionar e retirar algumas estátuas e placas conhecidas pelos cariocas.

No Leme, por exemplo, fica a estátua do marechal Humberto Castelo Branco, um dos organizadores do golpe civil militar de 1964 e o primeiro presidente do período da Ditadura Militar

No governo dele também forma feitos os primeiros registros de casos de tortura e assassinatos por agentes do estado. Na placa que faz parte do monumento está escrito: homenagem do povo.

Outro exemplo de estatura que seria tirada das ruas seria a do Marquês de Lavradio, na Rua do Lavradio. O Marquês, Dom Luis de Almeida Portugal Soares, foi vice-rei no Brasil



O texto ainda passará pelo prefeito Eduardo Paes para ser sancionado ou vetado

colônia por 10 anos. Uma das ações dele tem ligação direta com a escravidão.

Ele foi responsável pela transferência do porto de desembarque de escravizados no Rio do antigo ponto de desembarque nos arredores da atual Praça XV para o Cais do Valongo.

Segundo historiadores, entre os motivos evitar a disseminação de doenças supostamente propagadas por escravizados e também retirar da vista dos nobres o mercado de escravizados.

PROJETO PROVOCA DEBATE

Nas ruas, a possibilidade de retiradas das estátuas divide opiniões. “Eu acho que a ditadura do Brasil, ela deve ser lembrada, mas não como homenagem mas como uma crítica social que a gente deve fazer”, diz o psicólogo Hélio Lopes, referindo-se à estátua de Castelo Branco.

“Se você apagar completamente a memória, as próximas

gerações talvez não lembrem, não tenham a noção das ações que aquela pessoa cometeu, de boas e ruins”, opina o consultor de vendas Plínio Silva.

“Lembrar essa história triste do Brasil dói e hoje graças a Deus a Gente tem uma vida livre”, diz a pensionista Regina Vieira.

Especialistas também entraram no debate:

“O Brasil, ou outro país, ele tem na sua história esse registro, sendo bom ou sendo ruim, ele faz parte da sua história e a gente não pode simplesmente apagar um determinado momento como uma maneira de esconder uma trajetória, uma fase de um momento histórico”, diz o arqueólogo e historiador Cláudio Prado de Melo.

“A cidade do Rio de Janeiro ter aprovado esse PL que está agora na mão do prefeito é um marco na história de uma construção de uma cidadania e de uma ocupação do espaço público”, opina a também historiadora Camilla Fogaça.

Confira temas de atualidades e reportagens que podem cair no Enem

Matérias da Agência Brasil podem ser úteis na preparação para a prova

Fórmulas, regras gramaticais e datas históricas são conteúdos importantes para saber antes de fazer o Exame Nacional do Ensino Médio (Enem). Mas, além das matérias aprendidas em sala de aula, as questões do Enem costumam trazer temas atuais, que muitas vezes são abordados de forma integrada em mais de uma disciplina.

Tanto para a redação quanto para as questões objetivas que envolvem temas da atualidade, os alunos devem estar bem informados sobre os acontecimentos do Brasil e do mundo.

As atualidades no Enem são cobradas de forma interdisciplinar e podem estar inseridas em questões de língua portuguesa, matemática, biologia, geografia e história, por exemplo.

Um dos assuntos que pode ser abordado são os impactos ambientais e o aumento dos casos extremos relacionados ao tempo, na avaliação do professor de geografia e atualidades e gerente de marketing de conteúdo da plataforma Descomplica, Cláudio Hansen.

O especialista cita a relação do desmatamento da Amazônia e o aumento das emissões de gases do efeito estufa com a intensificação do aquecimento global e o fortalecimento de eventos extremos como as ondas de calor e os ciclones. Os casos de tragédias causa-

das por chuvas e deslizamentos, como os de Petrópolis (RJ) em 2022 e Bertioga (SP), em 2023, também ganham força na prova do Enem.

Outro tema que pode cair na prova é a questão dos povos originários no Brasil, segundo o professor. “As disputas pelas demarcações de terras para povos originários gera grande debate e ao longo de 2023. Vimos a intensificação da luta dos povos yanomami contra o avanço do garimpo ilegal e da violência que esse processo imprimiu”, explica.

O conhecimento do conceito de democracia, bem como as recentes ameaças que Estados estão combatendo, também podem ser tema de questões do Enem. O professor cita casos como as derrubadas de governo na região africana do Sahel, que desde 2021 vem acumulando crises profundas.

A guerra da Ucrânia e seus desdobramentos, apesar de já ter aparecido no Enem, ainda pode ser abordada. Outros temas citados pelo professor Cláudio Hansen são o racismo e os casos de violência relacionados a ele e o avanço tecnológico e o redesenho do mundo do trabalho com o avanço da inteligência artificial.

NOMES DA ARTE

Grandes nomes da arte que morreram recente-



mente também podem ser temas abordados nas provas, segundo a professora Carol Mendonça, do canal Português para Desesperados. Ela cita como exemplo as cantoras Rita Lee, que morreu em maio deste ano, e Gal Costa, falecida em novembro do ano passado.

“Rita Lee já caiu na parte de linguagens com relação aos Mutantes. Gal Costa também tem muitas obras que podem ser trabalhadas, porque o Enem gosta de trabalhar músicas. Até mesmo a parti-

cipação histórica delas com relação ao papel da mulher no cenário artístico brasileiro pode ser abordada”, sugere.

Carol Mendonça separou uma lista de 10 principais eixos temáticos que merecem atenção dos alunos: educação, meio ambiente e sustentabilidade, saúde, segurança, economia e desenvolvimento, cultura e comportamento, tecnologia e informação, comunicação e linguagem, preconceito e acessibilidade.

Segundo ela, apesar de as questões do Enem serem

bem explicativas nos enunciados, a resolução será mais fácil para os alunos que já têm conhecimento sobre os temas de atualidade que forem abordados. “Vale a pena dar uma olhada nesses temas, porque se cair na prova não vai ser um susto tão grande”.

VEÍCULOS DE COMUNICAÇÃO

Temas como vacinação, meio ambiente, saúde e educação estão na lista de atenção do professor de Língua Portuguesa Noslen Borges,

que tem seu próprio canal de conteúdo no YouTube. Ele orienta os alunos a prestar atenção nos assuntos que foram tema do noticiário nos últimos meses, com a leitura de notícias de vários veículos diferentes.

“É bom investir na leitura de notícias de vários veículos diferentes, para ver como cada veículo aborda aquele assunto”, diz o professor Noslen, alertando que a fonte de informação deve ser veículos que têm referência e validação.

Estudantes contam como usaram o Enem para estudar fora do Brasil

“Eu passei duas semanas de muito nervosismo na espera do resultado e, por fim, estava lá meu nome, uma mistura de felicidade e ansiedade que nada pode descrever”. Foi um longo processo, que envolveu desde o preparo, a inscrição e o levantamento de documentos para a obtenção de visto para que a estudante Giulia Borim pudesse finalmente ingressar na Universidade de Coimbra, em Portugal, usando a nota do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem). Mas, segundo ela, todo o planejamento valeu a pena.

“Pode ter certeza que vale muito a pena. Viver essa experiência, independentemente da ansiedade, foi uma das melhores escolhas que fiz. Depois de muitos e muitos documentos, chega o grande dia de viajar e começar a aventura mais louca e incrível de todas”, conta a estudante, que está no terceiro ano do curso de engenharia civil na universidade portuguesa.

Localizada na cidade de Coimbra, em Portugal, a universidade é a instituição de ensino superior mais antiga do país e uma das mais prestigiadas da Europa. Em 2013, foi incluída na lista do Patrimônio Mundial da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco). Foi também a primeira universidade estrangeira a firmar convênio com o

Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep), para o uso das notas do Enem no processo seletivo. Atualmente essa lista conta com 51 universidades portuguesas. A relação completa está disponível na página do Inep.

Cada uma delas tem uma exigência específica em relação à nota que deve ser obtida nas provas e em relação aos requisitos necessários para os novos alunos. O estudante deve se informar o que é necessário para ingressar na universidade que deseja. O ensino não é gratuito, mas é possível buscar bolsas de estudo para ajudar nos custos.

Quem passou e está passando pela experiência de estudar fora recomenda: é importante planejar e se preparar para as provas, para obter bom desempenho.

Giulia é de Campinas (SP) e cursou o terceiro ano do ensino médio em meio à pandemia. “Isso dificultou muitas coisas, porém consegui conciliar tudo e estudar em casa sozinho mesmo. Devido à minha condição financeira na época, não pude pagar cursinho, então achei no Youtube um cursinho gratuito, de professores da cidade de São Carlos (SP), que queriam ajudar os alunos na pandemia e me inscrevi. Fui aceita e estudei por um ano inteiro todos os dias - dias de



Giulia Borim, que está em Portugal, diz que experiência vale a pena

semana e fins de semana -, fazendo resumos e assistindo às aulas do cursinho. Minha média diária de estudo era de 11 horas nos dias de semana”, conta a estudante.

Uma estratégia usada por ela foi colar post-its nos locais onde mais ia na casa, com as fórmulas, datas e informações importantes. “Ou seja, sempre que ia à cozinha fazer um café, eu lia as datas das guerras, por exemplo”.

Ela também recomenda cuidado com o corpo. “Além de estudar, também considero muito importante cuidar da mente e do corpo, eu treinava todos os dias uma hora, dentro de casa mesmo, com vídeos do Youtube tam-

bém, alternando entre dança, musculação, entre outros. Ter esse escape me ajudou muito, se você tem algum hobby, não o abandone pelo Enem, ele vai te ajudar, acredite”.

UM SONHO REALIZADO

Para o estudante Mateus Nishiyama, estudar fora do país era um sonho. “Sempre tive muito interesse de abrir esses horizontes, de descobrir um lugar novo, cultura nova, ter essa experiência de morar e estudar fora do país”. Nishiyama nasceu no Japão e viveu no país até os 4 anos de idade. Como a família é metade brasileira, ele mudou-se para Aquidauana

(MS), onde estudou até ser aprovado na Universidade de Coimbra, no curso de relações internacionais.

Assim como Giulia Borim, Nishiyama fez o Enem em meio à pandemia, em 2021. Ele também buscou, na internet, a complementação para os estudos. Cursou o ensino médio no Instituto Federal de Mato Grosso do Sul e, para se preparar para o Enem, buscou um curso de redação, prova que considera o diferencial no Enem. Apesar de toda a ansiedade no preparo, ele conta que a vontade de estudar fora foi o que o motivou. “De certo modo, é um combustível para ajudar nesse caminho, que nem sempre é fácil, sempre tem esse momento de ansiedade, de dúvida”, diz.

Ele também recomenda muito planejamento. “Seja o planejamento com o estudo, seja do que quer fazer, seja o planejamento financeiro para quando for mudar. Tudo parte de um planejamento e isso é muito importante para que consiga se colocar na realidade a respeito das oportunidades e possibilidades. O que quer fazer, o que pode fazer e quais são as suas opções. Acho que isso é muito importante, principalmente quando vai mudar para outro país. Saber, de forma mais prática, qual custo de vida para se mudar, quais as opções de curso, quais os documentos que preciso”.

Evento 'Elas Levantam para Brilhar' de empoderamento e inteligência emocional para mulheres

Autoconhecimento e empoderamento feminino. A Prefeitura de Belford Roxo, através da Secretaria Municipal de Assistência Social, Cidadania e do Combate à Fome e Secretaria Municipal da Mulher, realizou o evento "Elas Levantam para Brilhar", na Igreja Nova Vida Heliópolis.

Com o objetivo de transformar e promover a autoestima através do empoderamento e inteligência emocional, o encontro contou com a participação especial da primeira-dama e deputada federal, Daniela do Waguinho. Durante o evento foi realizada uma apresentação de dança teatral do ministério Ahava, e a palestra da diretora do Febracis Rio de Janeiro, Alessandra Oliveira que inspirou o público feminino na busca por autenticidade, autoconfiança e protagonismo.

A primeira-dama e deputada-federal, Daniela do Waguinho, foi uma das idealizadoras e destacou a importância do evento especial. "Precisamos estar sempre uni-

das para fortalecer, motivar e florescer o empoderamento feminino, conquistando cada vez mais espaço na sociedade", ressaltou. "Vamos continuar avançando e lutando pelo direito das mulheres", completou Daniela, que organizou dinâmicas e compartilhou experiências com a plateia.

CONSCIENTIZAÇÃO

FEMININA

A secretária municipal de Assistência Social, Cidadania e do Combate à Fome, Tatiana Ervite, enfatizou sobre a contribuição do evento na jornada de autodescoberta e conscientização feminina. "Gerenciar as emoções de forma saudável, lidar com desafios e aprimorar a autoestima foram alguns tópicos que marcaram o encontro emocionante", pontuou. "Esse espaço foi dedicado para que todas essas guerreiras despertem sua verdadeira essência com uma transformação pessoal e profissional", afirmou Tatiana.

A diretora e palestrante

BELFORD ROXO



A palestra de Alessandra Oliveira inspirou o público feminino na busca por autenticidade, autoconfiança e protagonismo

do Febracis Rio de Janeiro, Alessandra Oliveira, inspirou todo o público presente. "As mulheres merecem se priorizar e entender o quão poderosas nós somos", afirmou. "Espero que esse

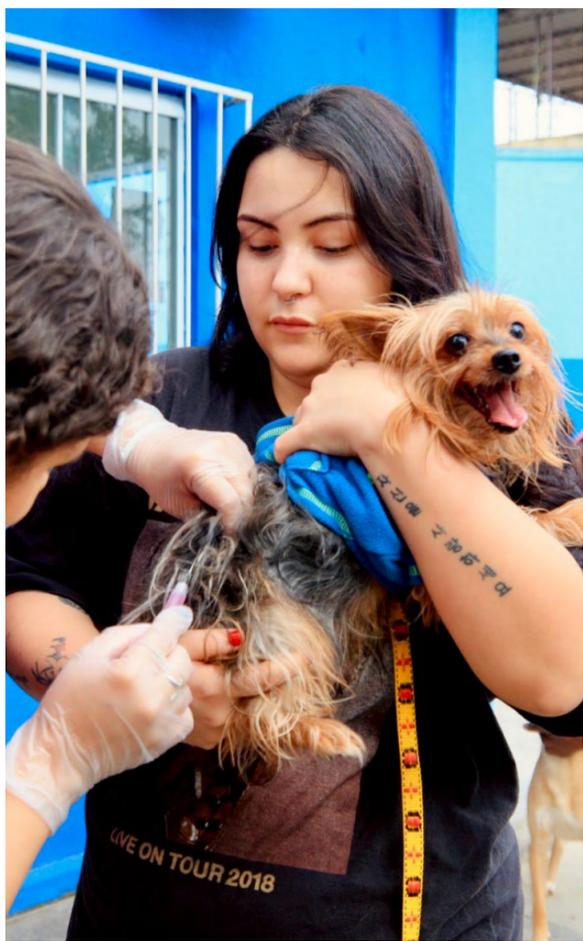
momento tenha proporcionado uma conexão construtiva e traga impactos positivos na vida de todas", acrescentou Alessandra.

A assessora técnica e moradora da Piam, Carla

Marques, de 27 anos, participou ativamente das dinâmicas. "Esse evento foi emocionante e libertador. Resignifiquei alguns sentimentos e aprendi muito sobre autocuidado", frisou Carla. "Fiquei

muito impactada e motivada a nunca desistir. As mulheres precisam ter voz na sociedade", acrescentou a missionária e moradora do Parque São Vicente, Edilane Ximenes, de 34 anos.

NILÓPOLIS



Foram 11.275 pets entre cães e gatos vacinados

Município vacina 11.275 pets

Foram 11.275 pets entre cães e gatos vacinados com a antirrábica em Nilópolis no último sábado. Os 12 postos de saúde e o Parque Natural Municipal do Gericinó Prefeito Farid Abrão são pontos de imunização no município durante a campanha.

Maria Cristina, 62, levou o gato Damon, de 6 anos, para tomar a vacina antirrábica. "Estou trazendo o gato

do meu filho. Ele está sempre na rua, entra em contato com outros animais, então é de grande importância a vacinação. Grande iniciativa da prefeitura."

A raiva é uma doença viral, que pode ser fatal e acomete também humanos em caso de contato com saliva de animal contaminado e a vacina é a única forma de prevenção à doença.

MARICÁ

Prefeitura fecha retorno do Flamengo para construção de viaduto na RJ-106

A Prefeitura de Maricá, através da Secretaria de Trânsito (Sectran), irá interditar o retorno que fica na altura do km 29,5 da RJ-106 (Rodovia Amaral Peixoto), no bairro do Flamengo. O bloqueio irá durar cerca de 6 meses.

A interdição do retorno - que fica em frente à entrada para a RJ-114, que é a estrada que liga a cidade maricense a Itaboraí - será feita devido à nova etapa das obras de construção da estrutura do viaduto, que estão avançando mais a cada dia.

Com a alteração, os motoristas que estiverem trafegando pela Avenida Roberto Silveira em direção à Ubaitiba, ao Silvado e a Itaboraí terão que seguir até o próximo retorno, localizado após a entrada do Condado, a cerca de 1,2 km.

O mesmo percurso deve ser reali-



O bloqueio irá durar cerca de 6 meses

zado pelos moradores do Marquês e os condutores que estiverem se dirigindo para Niterói. Estes últimos, precisarão acessar ainda, um pequeno trecho em mão dupla, em frente ao Condomínio Helena Varella.

Vale destacar que todas as traves-

sias da RJ-106, localizadas entre o Flamengo e o novo retorno, estarão bloqueadas. Diversos orientadores e agentes de trânsito estarão ao longo do percurso para auxiliar os motoristas e pedestres que tiverem qualquer dúvida.

IGUABA GRANDE

Cidade passa a ter moeda social 'Caboclinho'

Nesta semana, a Lei 1.403/2022, que institui a criação da Moeda Social Caboclinho, foi sancionada pelo prefeito Vantuil Martins. O programa municipal faz parte de uma política da prefeitura para complementação de renda de famílias em vulnerabilidade social.

A moeda vai atender, inicialmente, 2083 famílias com o valor de 120 Caboclinhos, o equivalente a R\$120 reais por mês. As famílias atendidas receberão um cartão para utilização nos comércios da cidade que aderirem à iniciativa. As empresas que se cadastrarem para vender através da moeda social terão custo zero em pagamentos de taxas.

O prefeito Vantuil Martins enfatiza que a Moeda Social Caboclinho, além de ter o objetivo de reduzir os impactos financeiros da pandemia da covid-



A moeda vai atender, inicialmente, 2083 famílias

19, irá promover o desenvolvimento do comércio local.

"O benefício que será destinado às famílias deve ser utilizado somente nos comércios cadastrados de Iguaba, ou

seja, são cerca de 250 mil reais, mensalmente, circulando na cidade. Isso significa desenvolvimento do comércio local, gerando mais empregos", declarou Vantuil.

por **RICO ALBUQUERQUE**
ricodopovo@gmail.com

Jornalista, fotógrafo e Biólogo especializado em Educação Ambiental e Entomologia

Previna-se contra o **câncer de mama**



DIVULGAÇÃO

O câncer de mama tem sido uma das doenças com maior incidência no planeta, com aproximadamente mais de dois milhões de caso por ano. Por isso, o OUTUBRO ROSA serve como um alerta e uma convocação a todos, homens e mulheres, para incentivar A PREVENÇÃO.

- Queremos aproveitar o Outubro Rosa para falar sobre a importância de conhecer o seu próprio corpo, fazer o autoexame, estar atenta a alterações que indiquem anormalidade e fazer os exames de rotina. Essas atitudes, por

menores que pareçam, são essenciais para um diagnóstico precoce – alerta o Dr. Eduardo Rahme Amaro da Clínica Santa Maria, SP.

O AUTO-EXAME é fundamental por que através dele é possível detectar o câncer de mama em seu estágio inicial. Por isso, fazer o autoexame é muito importante. Ele deve ser feito todo mês após o fim do período menstrual para mulheres acima dos 20 anos. Esse exame pode ser feito em frente ao espelho, de pé e deitada.

Vale ressaltar que o câncer inicialmente o câncer de

mama pode ser assintomático, no entanto pode apresentar alguns sinais, tais como:

- » Alterações no mamilo
- » Nódulo (caroço) fixo e geralmente indolor
- » Pequenos nódulos na axila ou no pescoço
- » Pele da mama avermelhada, retraída
- » Saída espontânea de líquido anormal pelos mamilos

Além disso é muito importante ir ao médico anualmente para detecção precoce e realizar o exame clínico das mamas e a mamografia.



DIVULGAÇÃO

Surge em praia norte americana peixe assustador das profundezas do mar

Um peixe de dentes afiados e estranho foi coletado na costa da Califórnia, nos Estados Unidos pelo Departamento de Pesca e Vida Selvagem da Califórnia, o CDFW. Com uma aparência que assustava os banhistas, o peixe-futebol, além dos muitos dentes, a fêmea da espécie Himantolophus sagamius pode ser reconhecida por um bulbo característico na cabeça onde há um órgão chamado 'Esca'.

Como é uma espécie rara, das profundezas do Oceano Pacífico, o Himantolophus possui milhões de bactérias bioluminescentes no 'Esca', que são usadas para atrair presas por meio da luz a cerca de 900 metros de profundidade.

Funcionários do California State Parks contaram que a espécie foi vista pela segunda

Como é uma espécie rara, das profundezas do Oceano Pacífico, o Himantolophus possui milhões de bactérias bioluminescentes no 'Esca', que são usadas para atrair presas por meio da luz a cerca de 900 metros de profundidade.

vez em dois anos no Parque. Porém a mesma espécie já havia aparecido em maio de 2021 no Parque Estadual Crystal Cove e agora pode ser vista no Museu de História Natural de Los Angeles. Segundo o Departamento de Parques e Recreação da Califórnia, encontrar peixes desse tipo intactos é muito raro e ainda não se sabe como ou por que eles foram parar na terra.

A coleta e pesquisas desta espécie da ordem Lophiiformes são muito importantes pois sabe-se muito pouco sobre a vida nas profundezas marinhas. Assim o peixe-futebol oferece aos cientistas diversas informações a respeito da vida, como hábitos alimentares, de reprodução, da fauna e flora neste ambiente no fundo do mar, o que pode fornecer benefícios à humanidade.

Brasileiros criam novo tratamento simples contra câncer de pele

Conhecida como a mais comum entre as formas da doença, agora, combater o Câncer de pele pode estar ao alcance de todos os brasileiros. Pesquisadores da Universidade de São Paulo (USP) criaram uma nova forma de tratar o mal. Na terapia chamada fotodinâmica é utilizada uma pomada única e uma luz especial para destruir as células cancerígenas, sem ação invasiva, bisturi ou qualquer outro instrumento.

O tratamento é rápido, indolor e o melhor de tudo, foi autorizado para uso pelo Sistema Único de Saúde (SUS) a partir de julho deste ano. Mais de cinco mil pessoas já foram tratadas e obtiveram sucesso. Segundo pacientes submetidos a terapia fotodinâmica, que foram diagnosticadas com lesões cancerosas, o tratamento realizado em um dos 70 centros de pesquisas, "mudou suas vidas".

O câncer de pele é o mais comum entre os brasileiros, sendo registrados cerca de 30% de todos os casos no país. A exposição excessiva ao sol é o principal fator de risco e atinge normalmente pessoas acima de 40 anos, de pele clara e com histórico

familiar da doença.

Segundo dados do Instituto Nacional do Câncer (Inca), acredita-se que cerca de 176 mil novos casos sejam diagnosticados anualmente e normalmente a solução para este tipo de câncer sempre foi a cirurgia, o que em geral apresentava complicações pós-cirúrgicas. Agora a terapia fotodinâmica surge como um tratamento fácil, mais eficiente e menos agressivo, mantendo a aparência e a qualidade de vida do paciente intactas.

- A técnica envolve a aplicação de uma pomada contendo ácido aminolevulínico na lesão, que atua por cerca de três horas. Em seguida, uma luz vermelha é projetada, o que ativa o medicamento e provoca a destruição das células cancerígenas. A terapia fotodinâmica é mais rápida, custa

menos, é mais agradável e proporciona resultados estéticos superiores. Além disso, tem um efeito positivo no sistema imunológico, ajudando a prevenir futuras lesões - explica o pesquisador Vanderlei Salvador Bagnato, do Instituto de Física de São Carlos, da USP.

Na terapia chamada fotodinâmica é utilizada uma pomada única e uma luz especial para destruir as células cancerígenas, sem ação invasiva, bisturi ou qualquer outro instrumento.



DIVULGAÇÃO

TIROTEIO EM QUEIMADOS DEIXA DUAS PESSOAS LIGADAS À POLÍTICA MORTAS

Um empresário e político de Queimados, na Baixada Fluminense, foi morto a tiros neste sábado (28). Clayton Damaceno era aliado do prefeito de Belford Roxo, Waguinho, que lamentou a morte do amigo. Clayton pretendia se candidatar à Câmara de Vereadores de Queimados no ano que vem.

Ao lado de Clayton estava a secretária, Paula Ribeiro Menezes Costa, de 65 anos, que também foi atingida e não resistiu.

Clayton havia passado o dia fazendo campanha com Paula. Eles estavam em uma sorveteria na Rua Olímpia Silva, próximo à Praça da Bíblia, no bairro Inconfidência, quando por volta das 23h foram surpreendidos por criminosos que efetuaram vários disparos.

Damaceno também era aliado do policial militar Fábio Sperendio de Oliveira, pré-candidato a prefeito de Queimados.

De acordo com dados do Instituto Fogo Cruzado, na Baixada Fluminense, de 2016 a 2022, 35 políticos foram mor-



Clayton deixou uma marca permanente na minha trajetória política, e sua ausência será profundamente sentida por todos nós. Clayton jamais será esquecido. Descanse em paz, meu amigo, e obrigado por tudo o que você fez por mim e por nossa causa"

PREFEITO DE BELFORD ROXO, WAGUINHO



Tiroteio em Queimados deixa duas pessoas ligadas à política mortas



Reprodução

tos. Dos 57 registros de políticos baleados em toda a Região Metropolitana neste período, 74% foram na Baixada.

O enterro do corpo de Clayton será nesta segunda-feira (30). Até a última

atualização desta reportagem, não havia informações sobre o sepultamento do corpo de Paula.

'Líder exemplar'

Nas redes sociais, Wagu-

nho fez uma homenagem a Clayton. "Perdi não apenas um grande amigo, mas também um líder político exemplar. Clayton foi muito mais do que um colaborador, ele foi uma fonte inesgotável de

carinho, orientação e apoio ao longo da minha jornada política", escreveu.

"Clayton deixou uma marca permanente na minha trajetória política, e sua ausência será pro-

fundamente sentida por todos nós. Clayton jamais será esquecido. Descanse em paz, meu amigo, e obrigado por tudo o que você fez por mim e por nossa causa", emendou.

Policial penal é baleado em Campo Grande

Um policial penal, identificado como Altamir Senna Oliveira Júnior, foi baleado, na tarde deste sábado (28), na Rua Macedo Coimbra, em Campo Grande, na Zona Oeste.

De acordo com a Polícia Militar, agentes do 40º BPM (Campo Grande) foram ao local para verificar a informação de disparos de arma de fogo. Ao chegarem, as equipes foram informadas de que Altamir teria sofrido uma tentativa de roubo, onde acabou baleado. Ele socorrido por

populares, antes da chegada da equipe, ao hospital mais próximo.

A ocorrência foi registrada na 35ª DP (Campo Grande), que já investiga o caso.

Em nota, a Secretaria Estadual de Administração Penitenciária (SEAP) lamentou o episódio e informou que o policial penal segue internado, sem dar detalhes sobre seu estado de saúde. A secretaria acrescenta que vai abrir uma investigação preliminar para apurar as circunstâncias do ocorrido.

Ricardo Merini: corpo do ator é encontrado no IML e causa da morte ainda é desconhecida

O corpo do ator Ricardo Merini, de 37 anos, foi encontrado neste sábado pela Polícia Civil no Instituto Médico Legal (IML) de São Paulo. A informação foi confirmada pela polícia e por amigos. Ainda não se sabe a razão da morte. No sábado, ao sair de casa para se encontrar com um amigo, ele acabou precisando ser socorrido perto de um viaduto por uma equipe do Samu. Não há informações se passou mal ou foi atacado.

Merini tinha saído de casa por volta de 23h30 após voltar de uma viagem de trabalho a

Santa Catarina. Ele saiu a pé, sem levar documentos e deixando o computador ligado. A chave também teria ficado na porta de casa.

Os investigadores trabalharam nas buscas a partir de um raio de um quilômetro do raio da casa dele e checaram as ocorrências daquela noite até chegar ao atendimento do Samu.

O celular de Merini foi encontrado a 14km do local de seu desaparecimento, no Jaguaré. A região é conhecida pela ação de criminosos da chamada quadrilha do pix.

A informação foi confirmada pela polícia e por amigos; ele estava sem documentos e, por isso, não foi identificado ao dar entrada



Divulgação

Imagens de câmeras revelam que ele saiu de seu apartamento no dia 21 de outubro, no Bairro Bela Vista, na capital paulista, desacompanhado.

Ricardo, que se separou do ex-companheiro e tem dois

filhos adotivos, havia acabado de chegar em casa de uma viagem a trabalho a Santa Catarina. Após desembarcar por volta de 21h30, ele foi para casa e voltou a sair às 23h30. Nesse mesmo dia, foi atendido pelo Samu e morreu.

Estudante é levada por criminosos e tem corpo carbonizado em Santa Cruz

Uma estudante de enfermagem, identificada como Raphaela Salsa Ferreira, de 38 anos, foi levada por criminosos, na noite desta quinta-feira (26), e teve seu corpo carbonizado, em Santa Cruz, na Zona Oeste do Rio. Ela foi dada como desaparecida e encontrada por familiares no IML do Centro, onde o corpo foi reconhecido através de tatuagens.

De acordo com uma tia da vítima, que teve sua identidade preservada, Raphaela voltava de seu curso para sua casa, na Praça Seca, a bordo de um carro de aplicativo, no

entanto, ao descer do veículo e tentar entrar na residência, um outro veículo aparece e a pega. "Nós, a família, fomos atrás de imagens de câmera de segurança. Depois que nós conseguimos as imagens, descobrimos que tinha um carro seguindo ela desde o curso", revelou.

Ainda segundo a tia, o laudo do IML de Raphaela apontou que a causa da morte foi por asfixia, e, em seguida, o corpo foi queimado. A família afirma que não sabia de nenhuma inimizades e ou históricos de relacionamentos conturbados da vítima.

De acordo com a Polícia Civil, o caso está com a Delegacia de Homicídios da Capital (DHC), que realizou a perícia no local do crime. As investigações seguem para esclarecer as circunstâncias da morte.

Raphaela deixa quatro filhos, incluindo uma bebê de 1 ano.

Ela foi dada como desaparecida na última quinta-feira (26) e encontrada por familiares no IML do Centro, onde o corpo foi reconhecido através de tatuagens



Divulgação

RONDA POLICIAL DO POVO

OPERAÇÃO CONJUNTA APREENDE MAIS DE 200 AVES SILVESTRES, E DUAS PESSOAS SÃO PRESAS EM PIRAI

Na última sexta-feira (27), 232 aves das espécies tringa-ferro e canário da terra foram apreendidas após operação conjunta de policiais civil da Delegacia de Proteção ao Meio Ambiente (DPMA) com agentes da Polícia Rodoviária Federal (PRF) e do Ibama. Duas pessoas foram presas durante a ação, informou a Polícia Civil.

De acordo com informações do Setor de Inteligência, as equipes foram até a Rodovia Presidente Dutra, altura do município de Pirai, onde encontraram os animais. Na ocasião, duas pessoas foram abordadas em um veículo que transportava as aves.

SHOW DO RIO



por **DIANA PIRES**
dianapiresassessoria@gmail.com @dianapires_jornalista



FOTOS: DIVULGAÇÃO

“Dennis das Antigas” no palco do Espaço Hall

Na próxima quarta-feira, véspera de feriado, o Espaço Hall recebe Dennis DJ, considerado o melhor produtor e DJ de funk da atualidade. Ele traz para o maior palco da América Latina o projeto “Dennis das Antigas”.

Vocês estão prontos para viajar pela história do funk? Se você escutava ‘Dança da Motinha’, ‘Vai Lacreia’, ‘Glamurosa’, ‘Cerol na Mão’, ‘Bonde da Redley’ e muitas outras, você não pode perder essa noite que vai ficar na história.

E Dennis não vem só, afinal de contas grandes nomes participam do evento, são eles: Furacão 2000, Andinho, Colibri, Cidinho, Serginho, Menor do Chapa, Mascote, Neném, Phabyo DJ (Castelo das Pedras), DJ Purá (Pipo’s) e muito mais. A abertura fica por conta do DJ Corello.

Para tirar suas dúvidas, ou obter mais informações sobre este evento, entre em contato com a Central de Atendimento da Espaço Hall através do WhatsApp (21) 99762-3302.

SERVIÇO:

Dia: 01 de novembro (véspera de feriado)

Hora: Abertura da casa às 22h – Show previsto para às 00h

Local: Espaço Hall

Endereço: Av. Ayrton Senna 5850 – Barra da Tijuca

Preço: Valores a partir de R\$30,00

Faixa etária: 18 anos

Mais informações: www.espacohall.com.br

Show acontece
nesta quarta-
feira, véspera
de feriado



MUNDO DOS FAMOSOS



FOTOS: REPRODUÇÃO

CAROL PORTALUPPI POSA DE BIQUÍNI E GANHA CHUVA DE ELOGIOS

Nesta terça-feira (24), Carol Portaluppi presenteou seus seguidores com fotos de biquíni em seu Instagram. Em uma das imagens, ela aparece usando um biquíni com peças que não combinam, enquanto na outra foto, escolhe um conjunto lilás. A legenda escolhida pela influencer, “Eu falo tudo que ela gosta de escutar”, é um trecho da música homônima da banda Charlie Brown Jr. As fotos receberam uma enxurrada de elogios nos comentários.

DE FIO-DENTAL, GRACYANNE BARBOSA CURTE A BAHIA E ESTRELA ENSAIO NO MAR

A musa fitness Gracyanne Barbosa, de 40 anos de idade, está curtindo a Bahia, mais precisamente Caraíva, e ainda postou bastidores de um ensaio dentro d’água na região paradisíaca, na tarde desta terça-feira (24).



Para o dia de sol forte nas terras baianas, Gracyanne apostou em um biquíni fio-dental verde e posou para fotos dentro do mar, a bordo de um barco. Em setembro, ao completar 40 anos, Gracy compartilhou em suas redes sociais uma foto sensual com um ovo cozido para comemorar o aniversário.

HORÓSCOPO



ÁRIES

21 mar a 20 abr

Há boas oportunidades para desenvolver o seu potencial no trabalho. As projeções de ganhos são ótimas, e cabe a você aproveitar as chances. Você está mais estratégico e com uma excelente projeção para investir. Ariano, o céu também o ajuda a equilibrar os sentimentos avassaladores que ativam os impulsos e desejos sexuais.



LEÃO

23 jul a 22 ago

O céu ativa decisões importantes em família, ou direcionadas a investimentos para um imóvel. Os caminhos estão abertos e são prósperos para fomentar investimentos e aumento de seus recursos materiais. É essencial ter um campo de visão amplo, para alcançar os resultados de uma maneira eficaz.



SAGITÁRIO

22 nov a 21 dez

É importante desenvolver a meditação antes de tomar qualquer decisão em família. Caso tenha que desenvolver algum movimento dedicado à família ou para um imóvel, a discrição será muito bem-vinda. Os caminhos estão abertos para desenvolver as suas metas, entretanto é indicado o silêncio e a reserva.



TOURO

21 abr a 20 mai

O campo social é aberto de uma forma a favorecer o início de namoro. Para quem está numa relação estável, é um dia ótimo para acalorar os projetos com a pessoa amada. Você deve sentir-se motivado e autoconfiante para desfrutar a vida com prazer e potencializar o desenvolvimento de seu potencial. x



VIRGEM

23 ago a 22 set

Você terá um campo de visão mais abrangente de como deve se relacionar com uma pessoa. Nessa experiência, é possível que seja um projeto no seu casamento ou uma parceria promissora. Busque se expressar com qualidade, expondo o seu ponto de vista e escolha pela opção que coloque os seus interesses à frente.



CAPRICÓRNIO

22 dez a 20 jan

Você está resolvendo assuntos importantes acerca de projetos ou uma atividade que envolve um grupo de pessoas. Essa experiência pode ter uma conexão com pessoas da família ou pessoas da sua convivência. Esse projeto tem tudo para dar certo, mas exige planejamento, esforço e dedicação.



GÊMEOS

21 mai a 20 jun

Existe a grande possibilidade de receber um convite de trabalho, muito interessante e promissor para o seu desenvolvimento. Essa experiência traz um novo campo de visão sobre as possibilidades. Os mesmos aspectos também colaboram para investimentos dedicados à casa ou para um imóvel ou ambiente de trabalho.



LIBRA

23 set a 22 out

O céu aponta uma decisão importantíssima que vem para ampliar a sua autonomia e independência financeira. Nessa decisão, você deve analisar os aspectos emocionais que estão inseridos, porque vai exigir de você uma nova conduta e libertação de medos e inseguranças. É um dia para receber bênçãos e resultados expressivos materiais.



AQUÁRIO

21 jan a 18 fev

As suas metas ficam em destaque, e também pode se tratar de um cargo de liderança. Os resultados que você obterá estão na mesma proporção do seu esforço e disciplina. Por isso, crie os movimentos com essa consciência, porque, dessa forma, o seu crescimento será uma consequência. Os resultados dependem do seu campo de visão.



CÂNCER

21 jun a 22 jul

Você está com o caminho aberto para namorar e desfrutar a vida com mais qualidade. Está em destaque também o desenvolvimento do seu potencial, e você terá uma visão mais assertiva sobre os caminhos que deseja percorrer. Os estudos são alicerces importantes para a construção de uma nova realidade.



ESCORPIÃO

23 out a 21 nov

A sua liderança será solicitada, e você terá que tomar uma decisão assertiva acerca de experiências pessoais e afetivas. Você precisa identificar como deseja seguir a sua jornada, colocando à frente os seus interesses pessoais. Crie as condições necessárias para aproveitar as oportunidades. O céu ativa acordos e contratos.



PEIXES

19 fev a 20 mar

O céu lhe dá a oportunidade de se posicionar com assertividade e sabedoria, porque está ocorrendo uma transformação na sua maneira de encarar os obstáculos. Você não está sozinho nessa nova etapa da vida, e vai sentir-se por inteiro para concretizar os seus projetos pessoais. O céu favorece viagens e contato com pessoas de lugares distantes.

Esgotado segundo lote para a Maratona do Rio 2024

EVENTO SERÁ REALIZADO DE 30 DE MAIO A 2 DE JUNHO DO PRÓXIMO ANO

A Maratona do Rio 2024, maior festival de corridas de rua da América Latina e que realizará sua próxima edição nos dias 29 de maio a 2 de junho do próximo ano, abriu o segundo lote de inscrições para a prova na última quinta-feira e já está com as inscrições esgotadas. Cerca de 15 mil inscrições para as categorias de 5k, 10k, 21k, 42k e do Desafio Cidade Maravilhosa (21km + 42km) estavam disponíveis.

Os valores do kit básico (camisa + número de peito) começam a partir de R\$ 149,00, para as distâncias de 5k e 10k (confira todos os preços abaixo). Assim como na última edição, a retirada dos kits será na Casa Maratona, localizada no Pavilhão da Marina da Glória, no Aterro do Flamengo (RJ), entre os dias 29 de maio e 1 de junho.

O primeiro lote, disponibilizado no início deste mês, esgotou em menos de um dia. A expectativa da organização do evento é que ocorra um aumento de 10% do número de vagas em todas as modalidades em relação à edição passada, respeitando o limite de cada uma delas.



REPRODUÇÃO

SERVIÇO – MARATONA DO RIO 2024:

Data 29 de maio a 2 de junho	*De acordo com o horário agendado no ato da inscrição
Distâncias Quinta (30/05): 5k Sábado (01/06): 21k Domingo (02/06): 10k e 42k Desafio Cidade Maravilhosa (o corredor participará da prova de 21k no sábado, e dos 42k no domingo)	SOBRE AS PROVAS
Retirada de kits Quarta-feira (29/05/2024) Data exclusiva para retirada de kit do 5k* Horário: 12h às 20h (entrada na Casa Maratona somente até às 19h) *O corredor poderá retirar o kit para os 5k e também para outras distâncias em que ele estará inscrito nesta data	5k Largada e chegada: Aterro do Flamengo, altura da Marina da Glória Horário: 16h Tempo de corte: 90 minutos Idade mínima: 14 anos
Quinta-feira (30/05/2024) Retirada dos kits de 5k: 9h às 13h* Retirada dos kits de 10k, 21k, 42k, 21k + 42k: 9h às 17h* *De acordo com o horário agendado no ato da inscrição	10k Largada e chegada: Aterro do Flamengo, altura da Marina da Glória Horário: a definir Tempo de corte: 90 minutos Idade mínima: 16 anos
Sexta-feira (31/05/2024) Retirada dos kits de 10k, 21k, 42k, 21k + 42k: 9h às 19h* *De acordo com o horário agendado no ato da inscrição	21k Largada: Leblon (altura a confirmar) Chegada: Aterro do Flamengo, altura da Marina da Glória Horário: a definir Tempo de corte: 3 horas Idade mínima: 18 anos Idade mínima para o Desafio (21k + 42k): 20 anos
Sábado (01/06/2024) Retirada dos kits de 10k e 42k: 8h às 17h*	42k Largada e chegada: Aterro do Flamengo, altura da Marina da Glória Horário: a definir Tempo de corte: 6 horas Idade mínima: 20 anos Idade mínima para o Desafio (21k + 42k): 20 anos

Johnny Walker abre o jogo sobre polêmica no UFC 294

A polêmica interrupção no duelo entre Johnny Walker e Magomed Ankalaev, no último sábado (21), no card do UFC 294, em Abu Dhabi, repercutiu bastante no mundo do MMA. O combate terminou em “No Contest” (sem resultado) e, bastante decepcionado com o desfecho, o brasileiro trouxe mais detalhes sobre a conversa que teve com o médico que o atendeu e o avaliou dentro do octógono.

Na última segunda-feira (23), em entrevista ao programa “MMA Hour”, Johnny Walker citou que, por mais que o inglês não seja o seu idioma nativo, isso não foi um problema naquele contexto. Depois de sofrer uma joelhada ilegal do russo, o brasileiro disse que deixou claro ao árbitro que tinha as condições

necessárias e que gostaria de seguir no confronto. No entanto, de acordo com Johnny, a polêmica teve início quando o médico perguntou onde ele estava, visando testar que o carioca estava em condições adequadas para seguir na luta.

“Ele me perguntou se eu queria continuar lutando. Eu disse: ‘Sim’. Ele perguntou: ‘Onde você está?’ Não queria dar uma resposta errada, porque estava ansioso quando ele estava fazendo esse teste, queria falar a resposta correta. Pensei em falar Abu Dhabi, mas depois disse: ‘Bem, estou na porr* do deserto, irmão. Estou aqui, estou bem. No deserto, no Oriente Médio’.

Consigo falar inglês bem. O médico também não estava na sua língua nativa e tinha muito sotaque. Mas entendi o

Após polêmica em sua luta contra Ankalaev no UFC 294, Johnny Walker desabafa sobre interrupção e deixa claro que estava em condições de seguir na luta

que ele disse. Tentei explicar e acertar na resposta, mas no meio da situação, talvez por lutar pelo ‘title shot’ e tudo, minha mente estava a mil por hora. Recebi o golpe no rosto e estava ok para lutar. É complicado, porque você está lutando pela sua vida, sua carreira, possivelmente ganhando uma chance pelo título depois, e tudo acaba. É muito decepcionante”, disse Johnny Walker.

REPRODUÇÃO



DIVULGAÇÃO

Entre as atribuições do grupo está resolver questão de cronograma de jogos, problema neste ano

Com quatro integrantes, Governo do Rio cria comitê para fiscalizar Maracanã

Em decreto publicado no Diário Oficial, o Governo do Rio criou o Comitê de Fiscalização, Gestão e Operação da Permissão de Uso do Complexo do Maracanã. Além de fiscalizar a administração provisória de Flamengo e Fluminense, o objetivo é obter informações sobre a gestão, assim como participar das etapas de planejamento e fazer a mediação para “eliminar conflito entre eventos”.

O comitê será composto por quatro pessoas: Luis Felipe de Moraes Monteiro de Barros será o presidente e terá no grupos Fernando Cunha da Silva, Marcelo José Lopes, Vanessa Fabiane Ferreira.

Na prática, o comitê fiscalizador terá atribuições como criar relatórios sobre o dia a dia da gestão, assim como de custos e despesas operacionais. Também deverá avaliar a necessidade de obras e cobrar a quem tiver a gestão do Maracanã de fazer intervenções e melhorias, caso necessário, ou

impedir alterações no projeto.

Também ficará responsável por avaliar os cronogramas de jogos e outros eventos. Assim terá poder para decidir, por exemplo, uma das polêmicas deste ano, quando Vasco teve que ir à Justiça para poder jogar no estádio, após ser impedido por Flamengo e Fluminense, que alegavam a necessidade de poupar o gramado.

Caberá também ao grupo “fixar percentual de ingressos a serem disponibilizados (...) como contrapartida social”. Ou seja, definir quantos ingressos serão destinados de graça ao Estado do Rio.

Há uma semana, o edital de licitação do Maracanã foi lançado, para definir quem fará a gestão do estádio pelos próximos 20 anos. Até o momento, há três grupos interessados (o de Flamengo e Fluminense, o do Vasco e o que gere o Mané Garrincha, em Brasília), que devem enviar suas propostas até 7 de dezembro.

VASCO EMPATA COM GOIÁS E SEGUE NO Z4

Pelo Campeonato Brasileiro, o Vasco empatou com o Goiás por 1 a 1 na tarde deste domingo no Hailé Pinheiro, em Goiânia, e se manteve no Z4. Após um 1º tempo sem gols, na etapa final Vegetti marcou para o Vasco aos 13 minutos e Matheus Babi empatou para o Goiás aos 46 minutos.

O jogo

O primeiro tempo foi morno, com poucas chances criadas pelas equipes. O Vasco sentiu as mudanças na escalação que Ramón Díaz fez antes da partida e demorou para pegar o jeito. A melhor chance e mais clara do time Cruzmaltino na primeira etapa foi na cabeçada de Vegetti. O Goiás foi mais incisivo na frente, tendo cinco finalizações e fazendo Léo Jardim trabalhar. Mas sem gols, 0x0 no placar.

O segundo tempo começou diferente, e num oportunismo de Vegetti, o Vasco abriu o placar aos 13 minutos.

Após cobrança de escanteio, Maicon resvala de cabeça e a bola sobra na frente de Tadeu, Vegetti chega pra disputar e manda pro fundo do gol. O árbitro anulou no momento, por impedimento, mas após o VAR analisar, foi confirmado, 1x0 Vasco. O Goiás sentiu o gol, mas foi pra cima, pressionando o goleiro vascaíno. Léo Jardim fez uma grande defesa com a ponta dos dedos. Quase no fim da partida, Vegetti levou o segundo amarelo e foi expulso. Na sequência, Babi conseguiu burlar Jardim e empatou a partida, 1x1 na Serrinha. Resultado ruim para ambos os clubes.

Com o resultado, os dois times seguem no Z-4. O Goiás é o 17º, com 32 pontos. Já o Vasco está uma posição atrás, em 18º, com 31.

Na próxima rodada, o Goiás recebe o Bragantino no dia 2, às 18h (de Brasília), enquanto o Vasco visita o Cuiabá, no mesmo dia, mas mais cedo, às 17h.



Times seguem na zona de rebaixamento

Gabigol pode viver sua pior temporada completa no futebol brasileiro

O atacante Gabigol, de 27 anos, está vivendo seu pior momento desde que chegou ao Flamengo. A temporada de 2023 provavelmente será a que o atacante menos marcará gols pelo Rubro-Negro, mas poderá ir além. O camisa 10 poderá viver sua pior temporada completa atuando no futebol brasileiro.

Pelo Flamengo, Gabigol tem números impressionantes. O seu melhor ano, foi justamente o primeiro em 2019. Naquela temporada, o atacante fez 43 gols em 59 jogos. Em 2021, o craque alcançou sua segunda melhor marca. Fez 34 gols em 45 partidas. No ano passado, Gabigol anotou 29 gols em 63 jogos. E em 2020, o atacante teve sua temporada com menos gols pelo Flamengo. Foram 27 em 43 jogos.

Atualmente, Gabigol fez 20 gols em 54 jogos. A marca é inferior até o momento a suas duas piores temporadas completas defendendo o Santos. Em 2014 e 2015, o atacante fez 21 gols em 56 partidas pelo Peixe. Na época, o atacante era apenas um menino de 19 e 20 anos. Em 2013, Gabigol fez apenas dois gols, mas foi o ano em que se profissionalizou e atuou em apenas 13 jogos. E em 2016, marcou 12 gols, porém, acabou se transferindo no meio do ano, não completando sua temporada pelo Peixe.



Atacante, de 27 anos, fez 20 gols em 2023

Com boa parte dos titulares poupados, Fluminense perde para o Atlético-MG em Belo Horizonte



Apesar do resultado, o Tricolor não pode ser ultrapassado na tabela

O Fluminense foi à Arena MRV com boa parte dos titulares poupados e saiu de "mãos vazias". Sem muita inspiração, o Tricolor das Laranjeiras perdeu para o Atlético-MG por 2 a 0, na noite deste sábado, 28, em partida válida pela 30ª rodada do Campeonato Brasileiro. Paulinho (2) marcou os gols do jogo.

Com o resultado, o Tricolor segue com 45 pontos, na oitava colocação do campeonato. Vale destacar que, apesar do revés, o time de Fernando Diniz não pode ser ultrapassado na tabela.

Agora, o Fluminense vira a chave para a 31ª rodada da competição. O Tricolor volta a campo na próxima terça-feira, às 19h, para enfrentar o Bahia na Arena Fonte Nova. Este será o último jogo do Flu antes da final da Libertadores.

O JOGO

O primeiro tempo foi de pouca emoção na Arena MRV. O Fluminense viu o Atlético-MG ter mais volume ofensivo e finalizar nove vezes, mas nenhuma encontrou a direção da meta do goleiro Fábio. Uma delas, contudo, levou perigo. Pelos 20 minutos, Rubens roubou a bola de Guga e tocou para Hulk, que já estava dentro da área. O atacante limpou a marcação e carimbou a trave.

No lado ofensivo, o Tricolor fez pouco. Apenas duas jogadas conseguiram levar perigo. Na primeira, Guga tentou o cruzamento, mas acertou o travessão. Mais tarde, John Kennedy fez grande jogada individual no meio, mas finalizou para fora.

No segundo tempo, o ritmo do jogo não mudou, mas o Galo conseguiu ser

eficiente e abriu aos 17 minutos. Hulk levantou bola na área, e Jemerson cabeceou em cima de Guga. Paulinho pegou a sobra e finalizou de perna esquerda, sem chances de defesa para Fábio.

Com isso, o técnico Fernando Diniz promoveu substituições para colocar o time para frente, mas não funcionou. Para completar, aos 38 minutos, o Galo ampliou a vantagem. Zaracho levou a melhor numa dividida pelo alto com André e acionou Paulinho. Cara a cara com Fábio, ele não desperdiçou e finalizou para estufar as redes do Fluminense.

Poucos minutos depois, o Tricolor quase voltou para a partida. Por volta dos 40 minutos, John Kennedy recebeu na área, limpou a marcação e chutou forte, mas Everson saltou e fez a defesa praticamente em cima da linha com uma das mãos.

RONDA ESPORTIVA DO POVO

LUIS SUÁREZ ALCANÇA MARCA DE 550 GOLS NA CARREIRA

O atacante uruguaio Luis Suárez, de 36 anos, chegou a 550 gols na carreira. Luisito fez um dos gols da vitória do Grêmio por 4 a 3, sobre o América-MG, no sábado (28). Ele é o quarto artilheiro do mundo em atividade, atrás apenas de Lewandowski, Messi e Cristiano Ronaldo. Suárez é o artilheiro isolado do time gaúcho na temporada, com 22 gols, e o líder em assistências, com 15. Ele já superou o número de gols que fez com as camisas do Nacional e do Groningen, primeiro clube do uruguaio na Europa. Além disso, é o maior goleador da história da seleção uruguaia.