



O melhor jornal da região

EDIÇÃO 258 - Março de 2023

Distribuição gratuita no bairro CAIÇARAS e em parte dos bairros vizinhos

ENFIM A VITÓRIA

**FORAM MUITOS ANOS DE LUTA PELA DESATIVAÇÃO
DO AEROPORTO CARLOS PRATES**



Precisamos comemorar a desativação, mas desde já lutar para que a área do Aeroporto Carlos Prates tenha destinação pública e social relevante para a Região Noroeste de Belo Horizonte

ROGÉRIO CORREIA

Deputado federal (PT-MG), vice-líder do governo Lula na Câmara



Os moradores dos bairros que circundam o aeroporto sempre foram obrigados a suportar a intensa poluição sonora vindas das aeronaves. Além disso, há um histórico de quedas de aviões, muitas com vítimas fatais. A última foi de um monomotor que decolou da unidade e atingiu duas residências do bairro Jardim Montanhês. Infelizmente o piloto veio a falecer. A preocupação ainda é maior por se tratar de uma

região com grande adensamento populacional, o que só aumenta o risco de graves acidentes.

A luta pela desativação do aeroporto e a transformação do terreno em área de interesse social sempre foi travada também na esfera política. Rogério Correia atua nessa causa desde quando era vereador.

A matéria está na PÁGINA 3

PÁGINA 4

A Organização das Nações Unidas (ONU) definiu para o Dia Mundial da Água 2023, celebrado em 22 de março, o tema "Acelerando Mudanças – Seja a mudança que você deseja ver no Mundo", com o objetivo discutir formas de acelerar mudanças para solucionar a crise global da água e saneamento.

PÁGINA 5

Considerada um marco histórico no país, a Lei 10.639 promoveu a alteração da Lei de Diretrizes Básicas da Educação em 2003, e tornou obrigatório o ensino da história e cultura afro-brasileira nas escolas. Esse foi o resultado de reivindicações históricas do Movimento Negro no Brasil. Cinco anos depois, esta lei foi modificada pela Lei 11.645/08, incluindo também a temática indígena nos currículos escolares. Estes instrumentos legais são importantes conquistas que trazem e provocam a discussão sobre a identidade histórica e cultural de matriz africana, afro-brasileira e dos povos originários.

PÁGINA 6

A coluna de Veículos foi aberta nesta edição e te convida para ser parceiro e anunciante. Nesta edição uma pesquisa mostra qual é a cor de carro preferida pelos consumidores e proprietários de veículos em todo mundo. Esta também pode ficar de fôr se não couber

Julia's CO-WORKING

ESPAÇO COLABORATIVO PARA PROFISSIONAIS DE SAÚDE, BELEZA E BEM-ESTAR

O SEU PRÓPRIO NEGÓCIO COM BAIXO CUSTO EM UMA ESTRUTURA DE LUXO.

CONHEÇA NOSSOS PLANOS E CRESÇA COM A GENTE!
(31) 97215-2853

Voyó Dudu
Padaria Móvel e Delivery!

Cadastre em nossa
Lista no WhatsApp
e receba as
novidades!

Insta: padaria_vovo_dudu
Face: vovodudu padaria

Peça e receba no
conforto de sua casa
Delivery

98905-2818
(31) 3415-7671

TECNOMINAS PARAFUSOS E FERRAMENTAS

VOCÊ SABIA?
NA TECNOMINAS VOCÊ ENCONTRA
O QUE PRECISA! BEM PERTINHO SE VOCÊ!

**VENHA NOS FAZER
UMA VISITA
TEREMOS PRazer
EM ATENDÉ-LOS**

TECNOMINAS
DESENDE 1975

- FERRAMENTAS
- PARAFUSOS
- ABRASIVOS
- EPI
- COLAS / SILICONES
- MATERIAL ELÉTRICO
- MATERIAL HIDRÁULICO
- UTILIDADES DOMÉSTICAS
- ESCADAS
- E MUITO MAIS!

(31) 2526-3001 / (31) 3412-3001
tecnominas@tecnominas.com.br
AV PEDRO II, 2630 – CARLOS PRATES – BH/MG

ESTACIONAMENTO DENTRO DA LOJA

ATENÇÃO!!!

Divulgue seu produto e seu serviço
no Jornal do Bairro Caicaras
Criado há 30 anos. Tem tradição!

É o pioneiro na
região e tem
profissionalismo,
credibilidade e
comprometimento
com os parceiros
anunciantes e leitores

Temos as versões
impressa e online

Seja um parceiro
e concorra a prêmios
Vai ter Sorteio Dia das Mães
Participa!

Veja as Regras do Sorteio e
siga as instruções em
i @jornalcaicaras

Fale com a gente em
www.jornalcaicaras.com/
99657-6323 / 3227-9608

Nutrição & Alimentação saudável

Alimentação Saudável evita uma gama de doenças crônicas

Manter uma alimentação saudável ao longo da vida evita não só a má nutrição em todas as suas formas, mas também uma gama de doenças crônicas não transmissíveis e outras condições de saúde.

A composição exata de uma dieta diversificada, equilibrada e saudável varia de acordo com as características individuais de cada pessoa (idade, sexo, estilo de vida e grau de atividade física), contexto cultural, alimentos disponíveis localmente e hábitos alimentares. No entanto, os princípios básicos do que constitui uma alimentação saudável permanecem os mesmos para todos e todos.

Uma alimentação saudável ajuda a proteger contra a má nutrição em todas as suas formas, bem como contra as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), entre elas diabetes, doenças cardiovasculares, AVC e câncer. A alimentação não saudável e a falta de atividade física são os principais riscos globais para a saúde. A ingestão calórica deve



estar em equilíbrio com o gasto calórico. Para evitar um ganho de peso não saudável, as gorduras não devem exceder 30% da ingestão calórica total. Limitar o consumo de açúcares livres para menos de 10% da ingestão calórica total faz parte de uma alimentação saudável. Uma redução adicional para menos de 5% é sugerida para benefícios adicionais à saúde. Manter o consumo diário de sal abaixo de 5g (o equivalente a menos de 2g de sódio) ajuda a prevenir a hipertensão e reduz o risco de doença cardiovascular e AVC entre a população adulta.

Referência: OPAS, organização pan-americana de saúde, *Alimentação saudável*, UMS, 2019. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/tópicos/alimentação-saudável>> Acesso em: 13/01/2023

Olá! Meu nome é Maria Luiza, sou nutricionista e o meu trabalho é transformar vidas. Eu não quero que você busque por uma dieta perfeita na qual irá contar os dias para acabar e poder "comer o que quiser". Eu quero que você tenha a capacidade de saber escolher seus próprios alimentos, que aprenda a ter uma ótima relação com a comida, saiba valorizar as receitas de família, não tenha medo de carboidratos e nem que espere o final de semana chegar para comer um doce. Eu quero que você saiba o que te motiva a melhorar e que realmente queira essa mudança na sua vida.

Alimentação saudável é algo que deve ser

parte da sua rotina, e não uma coisa chata e passatempo.

Eu estou aqui para te ajudar, mas e você, já parou pra pensar se realmente quer essa ajuda?



Perfil: Olá! Meu nome é Maria Luiza, sou nutricionista, formada em Nutrição pelo Centro Universitário de Belo Horizonte (UNIBH) desde o ano de 2020 e meu foco de atenção

mentos são a nutrição clínica e o emagrecimento saudável.

Sou apaixonada pelo poder que a nutrição tem em transformar vidas e sonhos.

Unindo comportamento, saúde, estética e nutrição esportiva, você será guiado de uma forma diferente do que já experimentou antes!

Gosto de trabalhar com pequenas metas, sou contra proibições severas e minhas condutas são determinadas com foco no emagrecimento saudável, sem modismos.

Quero que você entenda como seguir a longo prazo, uma alimentação e um estilo de vida saudável. Para sua comodidade, você tem a nutri na palma da mão, através de um

aplicativo de celular (Dietbox). E também fico disponível através deste jornal para esclarecer suas dúvidas.

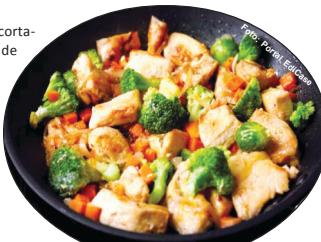
Contato:
WhatsApp: (31) 97160-3341
Instagram: @
Email: nutrimariluzia@gmail.com
Email: jornalcacaiaras@gmail.com
Site: www.jornalcacaiaras.com
Instagram: @jornalcacaiaras
Facebook: @caicacaiaras

Receita

Frango com brócolis e cenoura

Ingredientes

- 1 kg de peito de frango cortado em cubos
- 3 dentes de alho amassados
- Suco de 1 limão
- 3 colheres de sopa de azeite
- 2 xícaras de chá de água
- 1 cebola descascada e cortada em rodelas
- Flocos de 1 maço de brócolis
- 1 cenoura descascada e cortada em cubos
- Sal a gosto



aquecer. Após, despeje o frango na panela e deixe fritar até dourar. Acrescente a cebola e refogue até dourar. Coloque a água e deixe cozinhar por 15 minutos. Por último, junte a cenoura e o brócolis e deixe cozinhar até ficarem macios. Sirva em seguida.

Modo de preparo

Em um recipiente, coloque o frango, o alho, o suco de limão e o sal e misture bem. Cubra com plástico filme e leve à geladeira por 30 minutos. Enquanto isso, em uma panela, coloque o azeite e leve ao fogo médio para

VOCÊ VIU?
TODO MUNDO VÊ
LIGUE E ANUNCIE TAMBÉM
3327-9608 OU 99657-6323

Quer comprar itens de farmácias e medicamentos
COM DESCONTOS?



CADASTRO
RÁPIDO E FÁCIL

ENTÃO, VENHA FAZER
O SEU CARTÃO FIDELIDADE
DROGARIA ORIENTE

(31) 3415-7712 (31) 98497-5658 R. Engenho de Dentro, 710
Calçáras - Belo Horizonte

Drogaria Oriente
éthica pharma



SUAS EMPRESAS
24 HORAS

Sua Roupa, Tapete, Edredon, Colcha e Cortina de Cara Limpa.

| | |
|---|---------------|
| Blazer/Paletó..... | ... R\$ 22,90 |
| Calça Social..... | ... R\$ 16,90 |
| Camisa Social algodão..... | ... R\$ 12,60 |
| Cortina simples c/ forro m linear..... | ... R\$ 25,90 |
| Cortina Simples m linear..... | ... R\$ 14,20 |
| Edredon, Cobertor, Colcha solteiro..... | ... R\$ 27,90 |
| Edredon, Cobertor, Colcha casal..... | ... R\$ 32,90 |
| Edredon, Cobertor, Colcha Queen/King..... | ... R\$ 39,90 |
| Terno - Excelto Linho..... | ... R\$ 35,90 |
| Quilo Econômico..... | ... R\$ 16,80 |
| Tapete comum baixo m2..... | ... R\$ 22,00 |
| Tapete comum alto m2..... | ... R\$ 29,00 |
| Vestido de Festa a partir de..... | ... R\$ 45,90 |

**Desconto de
3% para pagamento
antecipado**

Mantenha sua cédula limpa, não jogue esse folheto em vi pública.

3411.2008
Av. Pres.
Carlos Luz 525
www.cbclavanderia.com.br

CASEIRINHA

PRODUTOS ARTESANAIS

LINGUIÇA DE PERNIL

| | |
|---------------|----------|
| 500g | |
| • TRADICIONAL | R\$15,00 |
| • PIMENTA | R\$15,00 |
| • BIQUEIRÃO | R\$15,00 |
| • JILO | R\$15,00 |
| • VINAGRETE | R\$16,00 |
| • BACON | R\$16,00 |
| • AZEITONA | R\$16,00 |
| • PROVOLONE | R\$18,00 |

LINGUIÇA DE FRANGO

| | |
|--------------------|----------|
| 500g | |
| • TRADICIONAL | R\$15,00 |
| • MUÇARELA E BACON | R\$16,00 |

ALMÔNDEGAS

| | |
|-----------------------|----------|
| 500g | |
| • RECHEADA (MUÇARELA) | R\$20,00 |

ROCAMBOLE DE PERNIL

| | |
|--------------------|----------|
| 700g | |
| • CALABRESA | R\$30,00 |
| • MUÇARELA E BACON | R\$30,00 |

ROCAMBOLE DE FRANGO

| | |
|--------------------|----------|
| 700g | |
| • MUÇARELA E BACON | R\$30,00 |



Frete fixo de R\$5,00 em pedidos de no mínimo R\$50,00 às sextas-feiras em Belo Horizonte e Contagem.

Consulte sua região.

Pedidos:

(31) 9188-9295

@LinguicasCaseirinha

ENFIM A VITÓRIA DEPOIS DE MUITOS ANOS DE LUTA PELA DESATIVAÇÃO DO AEROPORTO CARLOS PRATES

São muitos anos de luta que resultaram nessa imensa vitória. Também são muitos anos de tensões que a população da Região Noroeste vem sofrendo com o aeroporto Carlos Prates. Mas ele será enfim desativado no dia 1º de abril e isto não é uma mentira. Esta conquista é fruto de muita mobilização popular.

Os moradores dos bairros que circundam o aeroporto sempre foram obrigados a suportar a intensa poluição sonora vindas das aeronaves. Além disso, há um histórico de quedas de aviões, muitas com vítimas fatais. A última foi de um monomotor que decolou da unidade e atingiu duas residências do bairro Jardim Montanhês. Infelizmente o piloto veio a falecer. A preocupação ainda é maior por se tratar de uma região com grande adensamento populacional, o que só aumenta o risco de graves acidentes.

A luta pela desativação do aeroporto e a transformação do terreno em área de interesse social sempre foi travada também na esfera política. Rogério Correia atuou nessa causa desde quando era vereador. Este embaixou ainda mais intensamente, dentro e

sucedido desde o seu primeiro mandato como deputado federal (2019-2022).

Neste período, o parlamentar realizou audiências públicas na Câmara dos Deputados para debater com os moradores da região Noroeste qual seria a melhor destinação da área. Estas reuniões incluíram representantes da Agência Nacional de Aviação Civil (ANAC), da Prefeitura de Belo Horizonte, da Câmara dos Vereadores, do próprio aeroporto, entre outros.

Em 2020, Rogério Correia levou as antigas reivindicações dos moradores ao Ministério de Infraestrutura. Já nesta nova gestão Lula, juntamente com a deputada estadual Beatriz Cerqueira, levou a questão ao vice-presidente da República e ministro da Indústria e Comércio, Geraldo Alckmin, para pe-



Rogério Correia, deputada Beatriz Cerqueira e o vice-presidente Geraldo Alckmin

dir celeridade na desativação. Solicitou ainda ao ministro de Portos e Aeroportos Márcio França e à ministra da Gestão e Inovação Esther Dweck uma atenção especial à questão, como a doação do terreno à Prefeitura de Belo Horizonte para tornar-se,

enfim, uma área de interesse social com habitações populares, pontos de cultura, centro de saúde, espaços verdes, garantindo mais qualidade de vida para a região

No último dia 17/03, juntamente com o vereador Bruno Pedralva e com

a deputada estadual Beatriz Cerqueira, o deputado reuniu com o prefeito de Belo Horizonte Fábio Noman para levar as propostas da população sobre o espaço e debater a

utilização da área. "Estamos bem próximos do fim do pesadelo, vamos continuar a mobilização para que este pesadelo chegue ao fim", diz Rogério Correia.



Vereador Bruno Pedralva, deputado Rogério Correia, prefeito Fábio Noman, deputada Beatriz Cerqueira e o secretário de Governo de BH Josué Valadão



Acima o ministro de Portos e Aeroportos Márcio França e abaixo a ministra de Gestão e Inovação Esther Dweck



COLETIVO ATINGIDOS PELO PRATES

a grupos sociais organizados pelo direito à cidade, quanto ao debate sobre a urbanização e acerca de moradia autoprojetadas.

Durante o ano de 2022 participamos de diversas reuniões e atividades, dentre as quais destacamos:

• 19/03/2022 - Caminhada Ajetiva - Um convite aos moradores do entorno para percorrerem pelas ruas a trajetória mais frequente das aeronaves e, ao mesmo tempo, promover um reconhecimento dos territórios mais atingidos nos últimos acidentes.

• 20/08/2022 - Histórias, nossas Histórias! - Oficina que reuniu lideranças da comunidade, moradores, crianças e familiares que participam das atividades de catequese na paróquia do bairro Caíçara. Comegamos a refletir juntos e a construir uma linha do tempo, com os depoimentos dos moradores, adultos, jovens e crianças, sobre suas relações com o aeroporto.

• 03/09/2022 - Oficina de fotografia - Olhar, Reparar e Sentir - conduzida por

educadores, pensamos sobre a magia e o significado do registo da luz, a importância da fotografia para a memória, a História, e a denúncia social. Estivemos sendo convidados a nos reconhecer enquanto sujeitos em uma sociedade e nosso papel de cidadãos na luta por uma cidade acolhedora, saudável e democrática.

• 17/09/2022 - Abrace o Prates - A atividade foi realizada no dia mundial da limpeza, no Parque Ecológico e de Lazer Maria do Socorro com o objetivo de mobilizar a comunidade para o cuidado e a manutenção dessa área verde.

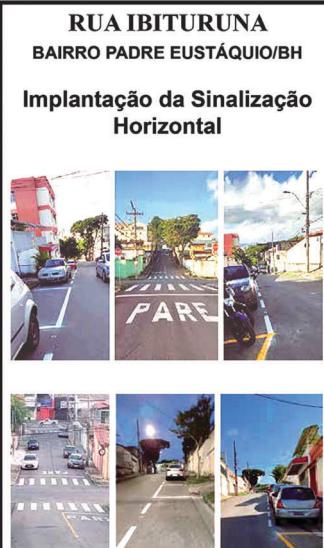
• 22/10/2022 - Festival Cultivando sonhos para o Prates: Agenda 2030, no âmbito na linha temática "Participar e Inovar", visou fomentar as mobilizações que já estavam ocorrendo desde 2021 e estimular a ampliação da participação da comunidade da região noroeste da cidade de Belo Horizonte, especialmente dos bairros Caíçara, Jardim Montanhês, Jardim São

José, Minas Brasil, Monsenhor Messias e Padre Eustáquio, que estão no entorno imediato do Aeroporto Carlos Prates. O festival fez parte do Circuito Urbano 2022, promovido pela ONU Habitat. Assistiu ao vídeo, buscando pelo nome, no YouTube.

• 01/12/2022 - Carta ao Gabinete da Transição Presidencial do Brasil - Cidadãos, grupos, coletivos e instituições organizadas da sociedade civil subscriveram esta carta, desejosos de verem cumprida a determinação dada pela Portaria 459/2022, do Ministro da Infraestrutura, para que as atividades do Aeroporto Carlos Prates (SBPR) sejam efetivamente encerradas.

O Coletivo Atingidos pelo Prates convida os moradores do entorno do aeroporto e as pessoas que se identificam com seus objetivos a participar e acompanhar suas atividades, que são compartilhadas no Instagram.

Faça com a gente:
@atingidospeloprates



FICOU SHOW!!!

Maior segurança, informação e disciplina para condutores de veículos e pedestres

BHTRANS - Sempre brilhando!

Regional Noroeste/Pampulha



Edna Márcia

**Moradora do Bairro Padre Eustáquio
Solicitante da obra**

Criado em abril de 2022, o Coletivo Atingidos pelos Prates reúne várias lideranças moradoras dos bairros Jardim Montanhês, Monsenhor Messias e Caíçara engajadas na luta pela desativação do Aeroporto Carlos Prates e pela definição democrática e coletiva de sua destinação.

Preocupados com o pouco envolvimento da comunidade local e com as informações técnicas necessárias para o entendimento da causa, o Coletivo Atingidos pelo Prates buscou parceria com a Casa Comum: escola de formação política da PUC Minas, que desenvolveu atividades de ensino, pesquisas e extensão, em intenso diálogo com a sociedade.

Esta parceria se estendeu, ao longo da caminhada, ao grupo de pesquisa Produção do Espaço Urbano nos Brasis, que é um grupo de ensino, extensão e pesquisa, pioneiro tanto no assessoramento direto

quanto ao debate sobre a urbanização e acerca de moradia autoprojetadas.

Durante o ano de 2022 participamos de diversas reuniões e atividades, dentre as quais destacamos:

- 19/03/2022 - Caminhada Ajetiva - Um convite aos moradores do entorno para percorrerem pelas ruas a trajetória mais frequente das aeronaves e, ao mesmo tempo, promover um reconhecimento dos territórios mais atingidos nos últimos acidentes.
- 20/08/2022 - Histórias, nossas Histórias! - Oficina que reuniu lideranças da comunidade, moradores, crianças e familiares que participam das atividades de catequese na paróquia do bairro Caíçara. Comegamos a refletir juntos e a construir uma linha do tempo, com os depoimentos dos moradores, adultos, jovens e crianças, sobre suas relações com o aeroporto.
- 03/09/2022 - Oficina de fotografia - Olhar, Reparar e Sentir - conduzida por

educadores, pensamos sobre a magia e o significado do registo da luz, a importância da fotografia para a memória, a História, e a denúncia social. Estivemos sendo convidados a nos reconhecer enquanto sujeitos em uma sociedade e nosso papel de cidadãos na luta por uma cidade acolhedora, saudável e democrática.

• 17/09/2022 - Abrace o Prates - A atividade foi realizada no dia mundial da limpeza, no Parque Ecológico e de Lazer Maria do Socorro com o objetivo de mobilizar a comunidade para o cuidado e a manutenção dessa área verde.

• 22/10/2022 - Festival Cultivando sonhos para o Prates: Agenda 2030, no âmbito na linha temática "Participar e Inovar", visou fomentar as mobilizações que já estavam ocorrendo desde 2021 e estimular a ampliação da participação da comunidade da região noroeste da cidade de Belo Horizonte, especialmente dos bairros Caíçara, Jardim Montanhês, Jardim São

José, Minas Brasil, Monsenhor Messias e Padre Eustáquio, que estão no entorno imediato do Aeroporto Carlos Prates. O festival fez parte do Circuito Urbano 2022, promovido pela ONU Habitat. Assistiu ao vídeo, buscando pelo nome, no YouTube.

Saúde

Dia Mundial da Síndrome de Down

O Dia Mundial da Síndrome de Down, comemorado em 21 de março, é uma data de conscientização global para celebrar a vida das pessoas com a síndrome e garantir que elas tenham as mesmas liberdades e oportunidades que todas as pessoas. É oficialmente reconhecida pelas Nações Unidas desde 2012. A data escolhida representa a triplicação (trissomia) do 21º cromossomo que causa a síndrome.

A Síndrome de Down (SD) é uma alteração genética presente na espécie humana desde sua origem. Foi descrita há 150 anos, quando John Langdon Down, em 1866, se referiu a ela pela primeira vez como um quadro clínico com identidade própria. Desde então, se tem avançado em seu conhecimento, ainda que existam mecanismos íntimos a descobrir. Em 1.958, o francês Jérôme Lejeune e a inglesa Pat Jacobs descobriram a origem cromossômica da síndrome, que passou a ser considerada genética.

A SD é a primeira causa conhecida de discapacidade intelectual, representando aproximadamente 25% de todos os casos de atraso intelectual, traço presente em todas as pessoas com a síndrome. Estima-se que no Brasil ocorra 1 em cada 700 nascimentos, o que totaliza em torno de 270 mil pessoas com Síndrome de Down; no mundo, a incidência estimada é de 1 em 1 mil nascidos vivos.

É necessário destacar que a SD não é uma doença e, sim, uma condição genética inerente à pessoa, porém, está associada a algumas questões de saúde que devem ser observadas desde o nascimento da criança.

Existe um conjunto de alterações associadas à SD que exigem especial atenção e necessitam de exames específicos para sua identificação, são elas: cardiopatias congênitas, alterações oftalmológicas, auditivas, do sistema digestório, endocrinológica, do aparelho locomotor, neurológicas, hematológicas e ortodônticas. Estudos nacionais revelam também, alta prevalência de doença celíaca (5,6%) em crianças com SD,

as estruturas biológicas que contêm as informações genéticas; na espécie humana essa formação está distribuída em 23 pares, totalizando 46.

Características

Entre as características físicas associadas à trissomia do 21 estão: olhos amendoados, maior propensão ao desenvolvimento de algumas doenças e hipotonia muscular. Em geral, as crianças com Síndrome de Down são menores em tamanho e seu desenvolvimento físico, mental e intelectual pode ser mais lento do que o de outras crianças da sua idade.

É essencial que bebês e crianças com Síndrome de Down sejam acompanhadas desde o nascimento, com exames diversos para diagnosticar o quanto antes quaisquer anormalidades cardíacas, gastrointestinais, endócrinas, auditivas e visuais. Muitas vezes, o tratamento precoce pode até impedir que esses problemas cheguem a afetar a saúde do indivíduo.

crianças com síndrome de Down precisam ser estimuladas desde o nascimento para que sejam capazes de vencer as limitações que essa alteração genética lhes impõe. Como têm necessidades específicas de saúde e aprendizagem, exigem assistência profissional multidisciplinar e atenção permanente dos pais. O objetivo deve ser sempre habilidades para o convívio e a participação social.

Para as comemorações do Dia Mundial da Síndrome de Down no Brasil, a Federação Brasileira das Associações de Síndrome do Down traz uma série de eventos em comemoração da data!

Accesse o site da federação e saiba mais!



que em caso de suspeita devem ser acompanhados por especialistas.

Não há relação entre as características físicas e um maior ou menor comprometimento intelectual - o desenvolvimento dos indivíduos está intimamente relacionado aos estímulos e aos incentivos que recebem, sobretudo nos primeiros anos de vida, e a carência genética herdada de seus pais, como qualquer pessoa.

Entendendo a trissomia

Em cada célula do indivíduo existe um total de 46 cromossomos, divididos em 23 pares. A Síndrome de Down é gerada pela presença de uma terceira cópia do cromossomos 21, em todas as células do organismo (trissomia). Isso ocorre no momento da concepção de uma criança.

As pessoas com trissomia do cromossomo 21, têm 47 cromossomos em suas células em vez de 46, como a maior parte da população.

Obs.: Cromossomos são

o quanto antes quaisquer anormalidades cardíacas, gastrointestinais, endócrinas, auditivas e visuais. Muitas vezes, o tratamento precoce pode até impedir que esses problemas cheguem a afetar a saúde do indivíduo.

crianças com síndrome de Down precisam ser estimuladas desde o nascimento para que sejam capazes de vencer as limitações que essa alteração genética lhes impõe. Como têm necessidades específicas de saúde e aprendizagem, exigem assistência profissional multidisciplinar e atenção permanente dos pais. O objetivo deve ser sempre habilidades para o convívio e a participação social.

Para as comemorações do Dia Mundial da Síndrome de Down no Brasil, a Federação Brasileira das Associações de Síndrome do Down traz uma série de eventos em comemoração da data!

Accesse o site da federação e saiba mais!

Natureza

Dia Mundial da Água 2023:

ONU propõe que as pessoas sejam beija-flores na gestão da crise da água

A Organização definiu como tema de debates para esse ano "Acelerando Mudanças - Seja a mudança que você deseja ver no Mundo", usando para isso a fábula do beija-flor que apaga o incêndio carregando gotas de água em seu bico

A Organização das Nações Unidas (ONU) definiu para o Dia Mundial da Água 2023, celebrado em 22 de março, o tema "Acelerando Mudanças - Seja a mudança que você deseja ver no Mundo", com o objetivo discutir formas de acelerar mudanças para solucionar a crise global da água e saneamento.

A ONU iniciou a campanha de promoção sobre a data convidando as pessoas a repensarem suas atitudes em relação ao uso e consumo de água em casa, na escola, na comunidade, enfim, nas suas vidas, assumindo o compromisso de mudanças nas ações de trato da água. A Organização almeja que as pessoas do mundo todo cadastrem seus compromissos para serem adicionados à Agenda da Década Internacional da Água, uma resolução da ONU que definiu os anos de 2018 a 2028 para enfatizar que o desenvolvimento sustentável e a gestão integrada dos recursos hídricos são cruciais para alcançar os objetivos sociais, econômicos e ambientais.

A campanha sobre o Dia Mundial da Água 2023 está usando como estratégia de sensibilização a fábula de um beija-flor que esforça em apagar o incêndio da floresta carregando água pelo seu bico (leia a fábula na íntegra no final do texto). É uma história sobre como lidar com crises. Na chamada sobre a data, a ONU questiona: "neste exato momento, estamos diante de uma crise global de água e saneamento, ficaremos parados ou olhando ou vamos agir?"

No site oficial do Dia Mundial da Água (www.worldwaterday.org), é possível ter acesso a mais detalhes sobre as atividades que estão sendo preparadas, além de acesso aos conteúdos de divulgação e promoção da data em diversos idiomas. Por exemplo, para as mídias sociais, os internautas conseguem subir fotos para adicionar stickers sobre a data e os temas dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (<https://www.worldwaterday.org/share-2023>).

Os eventos e atividades que a comunidade está realizando podem ser cadastrados no link <https://www.unwater.org/bethelchange/>, onde é possível fazer ato à realização de uma lista de compromissos que cada pessoa irá assumir para auxiliar na solução da crise hídrica e sanitária.

As contribuições serão agregadas ao documento "Agenda de Ações para Água", que será lançado durante a Conferência da ONU sobre Água, que acontecerá de 22 a 24 de março de 2023, em Nova York. Será uma oportunidade única para unir todo o planeta para solucionar as crises de água e saneamento, com a presença de governantes nacionais e stakeholders de diferentes setores da sociedade para juntos assumirem compromissos em prol da água.

A fábula do Beija-flor

Era uma vez uma floresta, onde um incêndio teve início. Todos os animais fugiram para salvar suas vidas. Eles ficaram à beira do fogo, olhando para as chamas com terror e tristeza.

Acima de suas cabeças, um beija-flor voava de um lado para outro em direção ao incêndio, repetidamente. Os animais maiores perguntaram a ele o que estava fazendo:

— Estou voando até o lago para pegar e usá-la no combate ao fogo.

Os animais riram dele e disseram:

— Você é louco! Você não vai conseguir apagar o incêndio!

O beija-flor replicou:

— Estou fazendo aquilo que posso.

O Beija-flor está ajudando a solucionar o problema, gata a gata. Ele está sendo a mudança que deseja ver no mundo. Você também pode ser um Beija-flor. Cada atitude sua, não importa qual pequena seja, ajudará a solucionar a crise global da água.

Sobre o dia Mundial da Água

O Dia Mundial da Água foi criado pela ONU no dia 22 de março de 1992, durante a Conferência das Nações Unidas sobre Meio Ambiente e Desenvolvimento, realizada no Rio de Janeiro; por esse motivo, o evento ficou conhecido como Rio-92. Desde então, essa mesma data a cada ano é destinada à discussão sobre os diversos temas relacionados a este importante bem natural.

A data comemorativa é uma oportunidade para se conhecer mais sobre a problemática da água, promover debates na sociedade e tomar atitudes que façam a diferença no uso racional de água. A cada ano, a ONU escolhe um tema diferente para ser discutido que corresponde a um desafio atual ou futuro.



ASSOCIAÇÃO DE MORADORES JÁ TEM NOVA DIRETORIA



No dia 06 de fevereiro, de acordo com o Estatuto e o Edital de Convocação para Eleição da Diretoria amplamente divulgado, foi realizada a Assembleia que elegeu a diretoria para a gestão 2023/2024 da Associação de Moradores do Bairro Caiçaras NIC - Núcleo Integrado Cascalhina.

Seja associado se inscrevendo, comparecendo às reuniões mensais e colaborando com os trabalhos para unir os moradores e promover as melhorias que aumentem a qualidade de vida na região, na cidade e no planeta. Venham participar!!!

Contato: nicascatinha@gmail.com

LIGUE AGORA: 3327-9608 e faça seu pedido

SEM TAXA DE ENTREGA

Garantia de Satisfação Fixação de 48 horas

Invista R\$ 200 em produtos e comece seu próprio negócio



Perfumes de 15ml por apenas R\$35

Peça por telefone e receba no conforto da sua casa!



Jornal de
Caiçaras
O melhor jornal do bairro
Distribuído gratuitamente no bairro Caiçaras e em parte dos bairros vizinhos.

Registrado no Cartório Jero Oliva em 19/12/94 sob o nº 959 - Livro B
JORNAL CAIÇARAS EIRELI
CNPJ: 71.078.968/0001-89

Tels.: (31) 3327-9608 & 99657-6323 (WhatsApp)
e-mail: jornalcaicaras@gmail.com
jornalcaicaras@yahoo.com.br
www.jornalcaicaras.com/

Editora Chef: Nirma Damas
Reg. Profissional: MG07730JP
Editoração Gráfica
jornais40@gmail.com

Os artigos assinados não refletem necessariamente a opinião do jornal



Perfumes de 100ml por apenas R\$180,00

Peça por telefone e receba no conforto da sua casa!

Educação & Cultura

PBH celebra inclusão das culturas Negra e Indígena na Educação Básica

Criado em 17/03/2023 - atualizado em 17/03/2023 | 16:23 Foto: Ricardo Laf



Em 2023, completam 20 anos da Lei 10.639/03, e 15 anos em que foi alterada pela Lei 11.645/08, que torna obrigatório o ensino da história e cultura afro-brasileira e indígena na Educação Básica.

Para celebrar esse marco, a Prefeitura de Belo Horizonte lança uma programação cultural e formativa chamada de "Rede de Identidades Culturais", organizada pela Secretaria Municipal de Cultura e pela Fundação Municipal de Cultura, para a promoção da igualdade racial e o fortalecimento dos diálogos e difusão da Cultura de Matrizes Africanas e Indígenas na cidade, prevista para acontecer durante todo o ano em espaços culturais descentralizados da cidade. A programação, que inicia neste mês, contempla oficinas e encontros educativos sobre patrimônio cultural, apresentações artísticas, cortesjos, saídas e exposições, entre outras. Toda a programação é gratuita e pode ser consultada no Portal Belo Horizonte.

Considerado um marco histórico no país, a Lei 10.639 promoveu a alteração da Lei

de Diretrizes Básicas da Educação em 2003, e tornou obrigatório o ensino da história e cultura afro-brasileira nas escolas. Esse foi o resultado de reivindicações históricas do Movimento Negro no Brasil. Cinco anos depois, esta lei foi modificada pela Lei 11.645/08, incluindo também a temática indígena nos currículos escolares. Estes instrumentos legais são importantes conquistas que trazem e provocam a discussão sobre a identidade histórica e cultural de matriz africana, afro-brasileira e dos povos originários.

A secretária Municipal de Cultura, Eliane Parreira, ressalta a importância do lançamento da iniciativa para celebrar este marco. "A Programação Rede de Identidades Culturais é uma ação desenvolvida a partir das diretrizes do Programa CULTAA - Cultura e Articulação de Aprendizagens, que integra as políticas públicas da Secretaria Municipal de Cultura. Ela tem como foco as diversas aprendizagens fomentadas a partir das práticas e capacidades culturais e como elas se relacionam com outros direitos

sociais, e é fundamental na promoção da igualdade racial e no fortalecimento dos diálogos com as Culturas de Matrizes Africanas e Indígenas. Para atender às várias áreas de atuação da SMC e FMC, a programação criada está bastante diversificada e abrangente", ressalta a secretária.

A presidente da Fundação Municipal de Cultura, Luciana Féres, destaca ainda que a Programação Rede de Identidades Culturais contribui para o desenvolvimento integral do cidadão e da própria cidade. "A iniciativa envolve atividades variadas como shows, encontros educativos como o Projeto Expedições do Patrimônio, oficinas e outras atividades formativas, todas com base na diversidade cultural, cidadania, equidade, democracia e diálogo intersetorial. Neste sentido, reconhecemos, por meio da programação, a cultura como fonte de enriquecimento para a humanidade e centro irradiador para o desenvolvimento inclusivo e sustentável de Belo Horizonte", afirma a presidente.

Utilidade Pública

Para quem precisa estes locais emprestam muletas, camas hospitalares, bengalas, andadores, cadeira de rodas e de banho

01. União dos paraplegicos UNIPAB BH
Rua Padre Antônio 123
Jardim América
Levar xerox: RG, CPF e comprovante de residência 3373-4027

02. Núcleo Assistencial Caminhos para Jesus
Rua Jose Ferreira Magalhães 341 - Floramar
Levar xerox: RG, CPF e comprovante de residência 34033000/9043

03. SERVAS
Av. Cristóvão Colombo, 683
Praça da Liberdade
Levar xerox: RG, CPF e comprovante de residência mais declaração de próprio punho referente à carência financeira 3349-2400

04. CGR Centro Geral de Reabilitação
Rua Domingos Vieira, 463
Santa Efigênia
3277 9843/9840

05. AMR-Associação Mineira de Reabilitação
Rua Professor Olávio de Magalhães 3304 1300/1333

06. Associação de Deficientes Físicos de Betim
Rua Pedro da Silva Fortes, 179 - Horts Betim 3532-5576

07. Projeto Social Lacre do Bem
Doação de cadeiras de rodas até 90 quilos 99608-8314

08. Nelson 2551-3643
ou 2277-4489
A solicitação deve ser feita pelo site www.lacerdobem.com.br

09. Leuceminas
Emprestam cadeiras de rodas e camas hospitalares Sr. Matozinhos 3412-4061

10. Fraternidade Irmão Glaucio
Fazem empréstimo de cadeira de rodas de banho e de cama hospitalar Rua Henrique Gorceix 30 - Padre Eustáquio 3411-9299

11. Rotary Clube Unidade Contagem
Cadeira de rodas, banho e cama hospitalar e deverá ter indicação de um associado 3395-2112

12. Projeto Social Sada Transporte - Betim
Rua Gustaf Dalen, 151 Distrito Industrial Paulo Camilo 3268-2600

13. Associação Comunitária do Bairro São João
Falar c/ José Ramos Mendes 98890-2090



Cresça e Apareça!
Divulgando sua Empresa em nossas redes sociais
por um preço que você pode
90 dias no site no Facebook e no Instagram

Participe de impulsões e sorteios
Ligue agora e cadastre seu negócio ou empresa

(31) 3327-9608 & 99657-6323

E-mail: jornalcaicaras@gmail.com e jornalcaicaras@yahoo.com.br
www.jornalcaicaras.com/



Transporte Público

Prefeito Fuad Noman sanciona leis que promovem melhorias no transporte coletivo

Foto: Divulgação/PBH



O prefeito Fuad Noman sancionou os projetos de lei que fazem alterações na prestação do serviço de transporte coletivo de passageiros de Belo Horizonte. As leis 11.458 e 11.459 foram publicadas no Diário Oficial do Município neste sábado (18) e fazem parte de esforços conjuntos entre o Executivo e o Legislativo para melhorar a qualidade do transporte público coletivo de passageiros da capital.

A Lei 11.458, originária do PL 442/22, prevê alterações na forma de remuneração dos concessionários, com aumento da tarifa. As adequações do serviço serão definidas pela SUMOB, Su-

perintendência de Mobilidade do Município. A remuneração será hibrida, ou seja, considerará a arrecadação tarifária e o custo por quilômetro rodado. A nova lei vai possibilitar um aumento do número de viagens, principalmente nos horários de pico, reduzindo a superlotação nos ônibus. Um aditivo contratual está sendo preparado para adequar os atuais contratos de concessão do sistema de transporte coletivo à nova legislação.

A Lei 11.459, decorrente do PL 446/22, vai proporcionar avanços tecnológicos e novas opções de pagamento da tarifa do transporte coletivo. Serão incorporados à operação do sistema o pagamento em um prazo de 90 dias.

O RESTAURANTE POPULAR DA CÂMARA DE VEREADORES DE BH ESTÁ DE VOLTA

Com o espaço reformado, aproveite uma ótima opção de almoço, com cardápio elaborado por nutricionistas.

COMIDA BOA E SAUDÁVEL POR APENAS R\$ 3,00

O RESTAURANTE É ABERTO AO PÚBLICO

segunda a sexta-feira das 11h às 14h

Câmara Municipal de Belo Horizonte, acesso pela Portaria 3 Avenida Churchill, 505 Santa Efigênia.

camaradebh **camarabh**
Saiba mais em: **cmbh.mg.gov.br**

CÂMARA MUNICIPAL
A VOZ DA CIDADANIA **BH**

Veículos

O mundo prefere carro branco

Levantamento da fabricante de tintas PPG mostra que não é só no Brasil que o Branco é a cor favorita dos consumidores

Foto: iCarros / Fonte: iCarros



As cores preferidas para carros ao redor do mundo são:

Branco: --- 38% Prata: --- 12% Preto: --- 16% Cinza: --- 10%

Brancos: --- 37% Preto: --- 12% Prata: --- 29% Cinza: --- 10% Vermelho: --- 8%

A estatística para a América do Sul

Uma pesquisa realizada pela fabricante de tintas PPG levantou quais são as cores favoritas para carros ao redor do mundo. Para quem acha que a finta brasileira se concentra demais em cores como prata, cinza, preto e branco, há uma corroboração estatística dessa situação. De acordo com a empresa até alguns anos atrás, em 2016, 75% de todos os carros vendidos no mundo eram de alguma variação dessas quatro cores.

Finanças

O barato que sai caro

Gastar dinheiro quer controle emocional e psicológico. Longe de ser uma pessoa pão dura, economizar em gastos supérfluos, os gastos desnecessários se fazem muito importante para alcançarmos nossas metas, porém economizar em certas ocasiões pode ser prejudicial para nossa saúde. Além do mais o dinheiro não é para ser colecionado e sim despendido, porém de forma inteligente.

“O barato que sai caro” é uma expressão popular que é usada para dizer que algo não valeu a pena mesmo com valor menor, pela experiência ruim, ou pela péssima qualidade do produto. Economizar é importante, mas precisamos fazer de forma inteligente para carregar nossas situações.

Para evitar “o barato que sai caro” e consumirmos com resultado mais satisfatório precisamos: Evitar compras sem experimentar, esse tipo de compra acaba nos trazendo dores desnecessárias, como no caso de calçados, roupas ou acessórios, evite as situações que o preço esteja bom, mas você não tem oportunidade de experimentar, ou em casos de compra pela internet, você pode procurar lojas físicas, para experimentar, ou perguntar alguém que possua o produto; Fique esperto com as liquidações, nessas situações.

Economizar não significa deixar de viver, equilíbrio é fundamental.



Lucas Gervásio

Formação: Engenheiro Químico
Atuação: Educador Financeiro
Instagram: @lucas.ag
E-mail: lucasag.eng@gmail.com
jornalcaicaras@gmail.com

Detran-MG disponibiliza indicação do condutor infrator on-line

Proprietário e condutor devem ficar atentos ao prazo para realizar o procedimento, que estará indicado na notificação da autuação

Proprietários de veículos já podem realizar de forma 100% on-line a indicação do condutor infrator para autuações de competência do Departamento de Trânsito de Minas Gerais (Detran-MG). A novidade, implementada pela Polícia Civil de Minas Gerais (PCMG), se refere à indicação do responsável pelo cometimento de uma infração de trânsito, caso o condutor não tenha sido identificado no momento da autuação pelo agente ou o infrator não seja proprietário do veículo.

O delegado Eurico da Cunha Neto, diretor do Detran-MG, afirma que o objetivo é trazer mais agilidade, praticidade e segurança com o novo serviço. “Nossa meta é implementar cada vez mais serviços online, para diminuir a burocracia e aprimorar a qualidade na prestação dos serviços do Detran. A disponibilização da indicação do condutor por meio do protocolo digital visa trazer essa comodidade ao cidadão”, afirma.

Saúde Pública

PBH amplia atendimento e abre dois centros de saúde a partir deste sábado

A Prefeitura de Belo Horizonte ampliará o atendimento à população a partir deste sábado (18), com a abertura de dois Centros de Saúde: Rio Branco, na Regional Venda Nova, e Santa Terezinha, na Regional Pampulha.

A estratégia vai permitir que as duas unidades funcionem aos sábados, de 7h às 18h, preferencialmente para o atendimento de crianças e

adultos com sintomas de dengue, chikungunya ou doenças respiratórias.

Além disso, as UPAs da capital funcionarão normalmente no fim de

semana com atendimento 24 horas para o público em geral.

A ação faz parte do Plano de Contingência da Secretaria Municipal de

Saúde, que contempla ações que têm como objetivo ofertar assistência oportuna, segura e de qualidade, de forma a evitar a ocorrência de maior gravidade.

O plano de contingência é ativado gradativamente mediante o cenário epidemiológico do município.

Neste primeiro momento, estarão abertas duas unidades para atendimento aos sábados. A Secretaria Municipal de Saúde permanece monitorando a situação e, se necessário, a ação poderá ser ampliada, com abertura de mais centros de saúde aos finais de semana.



Foto: Divulgação/PBH

COMO ESTÁ A SAÚDE DO SEU CARRO?



CONTRATA-SE

Auxiliar de Produção

- Experiência mínima de 06 meses em linha de produção
- 20 a 40 anos
- Morar na região do Caiçara / Pedro II / Santo André

Enviar currículo
administrativo@metalkit.com.br