



Mototáxi

O meio de transporte mais disputado do momento enfrenta desafios e tenta resistir à uberização.

PÁGINAS 6 E 7

Carta para a Educação: Série de reportagens vai traçar o mapa do aprendizado no território

PÁGINA 3

Incêndios na Maré: Casos recentes assustam moradores. Saiba como se precaver

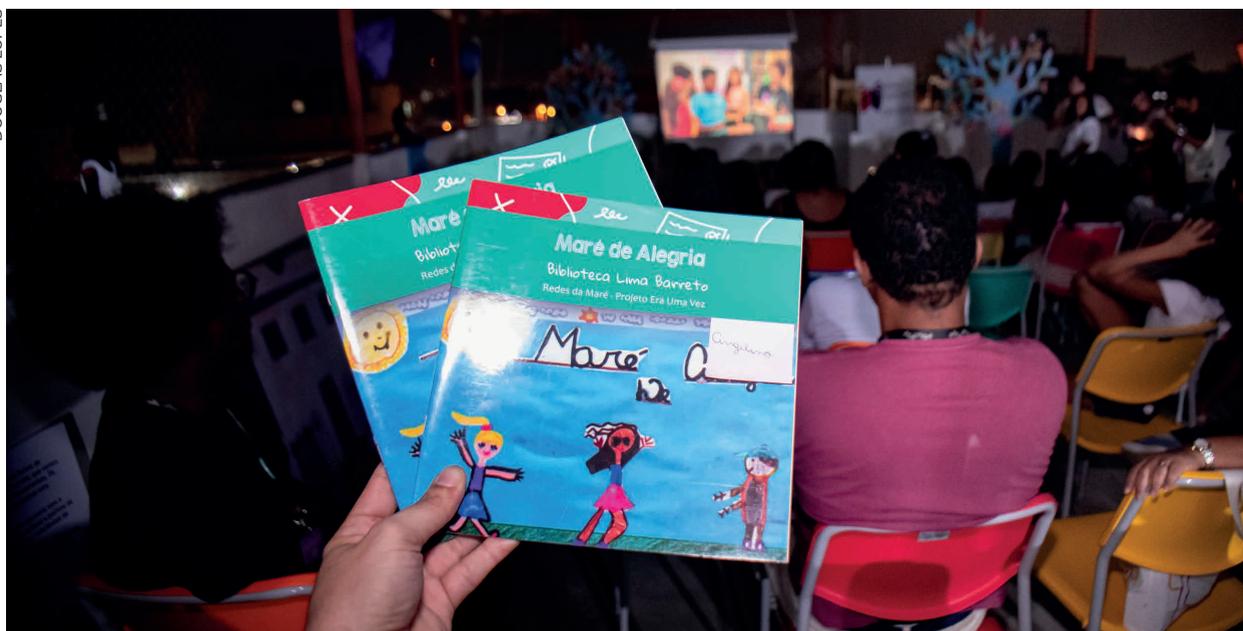
PÁGINA 10

Nove livros e um mundo de histórias

Coleção mostra a Maré pelo olhar das crianças.

PÁGINAS 4 E 5

DOUGLAS LOPES



EDITORIAL

Depois de um número especial, como foi a edição 150, fica sempre a missão (nunca fácil) de não deixar a peteca cair e manter alta a qualidade do jornal.

Nada vem de graça, é certo ou garantido. A lei maior do Universo é a mudança, tudo está em movimento e o que hoje é de uma forma, pode em breve ser de outra. Isso é bom de pensar durante momentos ruins, mas a verdade é que a lei se aplica a todos os momentos.

Acreditando na mudança, lançamos alto a peteca, em mais uma edição que dá destaque ao poder transformador da educação. Sabemos que não há verdadeiro projeto de país, estado, município, bairro, favela, sem que a educação seja pensada como prioridade.

Na Maré, como em outros territórios populares, a educação é permeada de violência e marcada pela quantidade insuficiente de escolas, pela sobrecarga dos professores e por diversos outros fatores que dificultam o aprendizado. Mas, acreditando que as mudanças são possíveis, moradores e instituições seguem denunciando as violações e criando soluções. Foi esta luta que fez dobrar o número de escolas em dez anos.

Por isso, seguimos sem esmorecer na luta e acreditando que mudanças vêm mais rapidamente quando lutamos juntos.



Acompanhe o Maré de Notícias na internet!



ALÔ MORADOR! ESTE ESPAÇO É SEU. ENVIE SUA POESIA, FOTO, RECEITA OU PIADA.

(21) 97271-9410

maredenoticias@gmail.com

CHARGE - NANDO MOTTA



EXPEDIENTE

REALIZAÇÃO:

redes **da** **maré**

MARÉ
DE NOTÍCIAS

R. Sargento Silva Nunes, 1012
Nova Holanda - Maré
Rio de Janeiro - RJ - CEP: 21044-242
www.mareonline.com.br
maredenoticias@gmail.com
contato@maredenoticias.com.br

APOIO:
16 Associações de Moradores da Maré

EDITORA EXECUTIVA E JORNALISTA RESPONSÁVEL
Jéssica Pires

EDITORA
Ana Paula Lisboa

FOTOGRAFIA
Acervo Numin
Affonso Dalua
Douglas Lopes
Gabi Lino

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO

Andréia Martins
Andreza Paulo
Douglas Lopes
Gabriel Horsth
Hélio Euclides
Jéssica Pires
Juliana Neris
Lucas Feitoza
Rahzel Alec
Teresa Santos

REVISÃO

Julia Marinho
PROJETO GRÁFICO
Mórla_Oficina de ideias

DIAGRAMAÇÃO
Filipe Almeida

IMPRESSÃO
Gráfica Tribuna

TIRAGEM
50 mil exemplares

OS ARTIGOS ASSINADOS NÃO REPRESENTAM A OPINIÃO DO JORNAL.

PERMITIDA A REPRODUÇÃO DOS TEXTOS, DESDE QUE CITADA A FONTE.

GARANTA O SEU JORNAL!

O Maré de Notícias é entregue de porta em porta nos 47 mil domicílios das 16 favelas da Maré. Se por acaso não chegar na sua casa, avise-nos pelo WhatsApp (21) 97271-9410, via redes sociais (@maredenoticias) ou ainda pelo email maredenoticias@redesdamare.org.br e confira se na associação de moradores de sua favela não tem um exemplar para você. Ajude-nos a melhorar nossa distribuição! Contamos com todos os mareenses!

Carta para a Educação na Maré

Engajamento, propostas e esperança para a qualidade do ensino nas 16 favelas



Andréia Martins é diretora da Redes da Maré e integrante da Rede de Ativistas pela Educação do Fundo Malala no Brasil.

Quando cheguei à Maré, em fevereiro de 2021, para trabalhar num projeto de atividades extracurriculares nas escolas públicas, logo me encantei pela força de mobilização e pela capacidade de realização das pessoas. Tamanho foi meu encantamento que não saí mais e, em junho de 2023, pude presenciar um momento histórico: cerca de 200 pessoas discutindo o texto final da Carta para a Educação na Maré.

Foi uma imagem de engajamento, mobilização e protagonismo de moradores e profissionais comprometidos com a educação nesse território. Foi também a concretização da missão da Associação Redes da Maré de tecer redes pela ampliação de direitos de quem vive aqui, a partir da execução de ações estruturantes nas 16 favelas, com mobilização comunitária e produção de conhecimento.

A Carta para a Educação na Maré é um documento com 42 propostas e recomendações para o poder público para a melhoria do ensino e ampliação da aprendizagem dos estudantes das escolas públicas da Maré.

Ela foi construída de forma colaborativa, durante os dois dias do 4º Seminário de Educação da Maré: Diálogos e possibilidades para garantia do direito à educação, realizado no Centro de Artes da Maré, nos dias 14 e 15 de junho.

Esse documento foi elaborado por 358 participantes do evento, engajados na garantia do direito à educação pública. Seus signatários são pessoas que desejam que as crianças e os adolescentes da Maré não precisem sair daqui para ter um ensino de qualidade; que não sofram as consequências das constantes operações policiais no território; que consigam vagas nas escolas que desejarem e que tenham uma educação inclusiva, antirracista, antimachista e sem discriminação de pessoas LGBTQIAP+. Por último, eles querem que crianças e adolescentes tenham condições para estudar numa escola acolhedora e bem estruturada, com professores que sejam engajados em sua missão e exerçam da melhor forma o seu ofício.

Em 2001, existiam apenas 19 escolas públicas no território: 16 da rede municipal e 3 da rede estadual. Hoje, elas são mais do que o dobro, comprovando que o trabalho de mobilização territorial é efetivo e inspirador. Em 2012, o coletivo A Maré que Queremos entregou, para o então prefeito Eduardo Paes, um documento que sistematizava os resultados



@dougloppes

90 caracteres

das discussões e reflexões da Redes da Maré com os dirigentes das associações de moradores que, naquele momento, já se reuniam há quase um ano para discutir uma proposta conjunta de um projeto estrutural para a região.

O documento apresentou sugestões para várias áreas, inclusive para educação, cuja demanda era o aumento do número de unidades escolares para Educação Infantil e para Educação de Jovens e Adultos.

A ampliação do número de escolas municipais aconteceu entre 2011 e 2018, com a construção das 25 das atuais 46 escolas, ou seja, 54% do total. O grande aumento se deu entre 2014 e 2016, com a criação dos dois campi de escolas: Campus Maré I, na Nova Holanda, e Campus Maré II, na Salsa e Merengue.

Em 2018, o grupo entregou um segundo documento com propostas atualizadas para os gestores municipal e estadual. Em relação à

educação, a demanda naquele momento para a rede municipal continuava sendo a construção de escolas em algumas favelas não atendidas por determinados segmentos de ensino e a ampliação de vagas para Educação Especial e Educação de Jovens e Adultos.

Para a rede estadual, que atende ao Ensino Médio, a demanda era a construção de mais escolas. Em 2018, também como resultado da de mobilização comunitária, foi inaugurada a quarta escola dessa rede de ensino, na Nova Holanda.

Até dezembro, o Maré de Notícias vai mergulhar nas questões e nos problemas expostos detalhadamente na Carta para a Educação na Maré, numa série de quatro reportagens sobre o tema, com o objetivo de engajar a sociedade civil e cobrar dos governantes ações mais eficazes para uma educação mais justa na Maré. A Carta para a Educação na Maré é de todos, todas e todes. É nossa. Sigamos!

Nove livros e um mundo de histórias

Crianças da Maré divulgam obras coletivas baseada em suas vivências

HÉLIO EUCLIDES

A Biblioteca Popular Escritor Lima Barreto, em parceria com a Sala de Leitura Jorge Amado (que fica dentro da Lona Cultural Municipal Herbert Vianna), colhe agora os frutos de ter editado, em abril, uma coleção nove livros escritos por crianças da Maré. Os títulos foram produzidos em parceria com os projetos *Era Uma Vez* e *Escritor para o Futuro*, para fomentar o gosto pela leitura e escrita a partir de atividades lúdicas e prazerosas.

Com 18 anos de atividade completados em 2023, o equipamento cultural gerido pela Redes da Maré é estratégico na busca pelo incentivo e pela prática da leitura e escrita para moradores de todas as idades das 16 favelas do conjunto.

O início

Em março de 2020, de-

vido à pandemia, a biblioteca foi fechada e precisou se reinventar. Os encontros do Clube de Leitura, que já aconteciam semanalmente, passaram a ser virtuais. Para as crianças, saudosas do espaço de atividades, foi criado o Clubinho de Leitura, também com atividades online, além de distribuição em domicílio de kits de livros e materiais de desenho e pintura.

O projeto dos livros começou com uma atividade da biblioteca chamada Encontro com o Autor, onde o escritor apresenta sua obra literária e desenvolve alguma dinâmica, como contação de história ou roda de conversa. Participaram da atividade autores como Alexandra Lima da Silva, Laure Garancher, Maxilene Tomaz, Ivan Zigg, Patrícia Montês, Marcos Diniz, Marcelo Moutinho, Lúcia Vernon, entre outros. E também nomes internacionais



DOUGLAS LOPES

90 caracteres

como o poeta e escritor angolano Ondjaki e o ilustrador português António Jorge Gonçalves.

“As crianças participaram com muito entusiasmo dessas atividades. São importantes esses momentos que oportunizam a troca entre todos. A criança conhece a obra e pode saber como é o processo de criação de um livro: as ideias que levaram a ele, a redação, a publicação.

A partir dessas atividades, percebemos o despertar do desejo da escrita coletiva nas crianças”, conta **Luciene de Andrade**, coordenadora da biblioteca.

Bibliotecas unidas

Crianças e adolescentes que acessam a Biblioteca Popular Escritor Lima Barreto, sediada na Nova Holanda, juntaram-se a outros frequentadores da Biblioteca Popular Municipal Jorge Amado, na Nova Maré.

Sandra Cristina é bibliotecária do espaço sediado na Lona Cultural Herbert Vianna e destaca que, para a maioria dos frequentadores, a contação de histórias é o primeiro contato que a criança tem com o livro.

“Buscamos produzir nos livros histórias do dia a dia deles, como a construção da Praça da Paz. Eles contam que antes a praça era um local sujo, mas com a mobilização de moradores foi possível criar o local de lazer”, diz.



DOUGLAS LOPES

120 caracteres



DOUGLAS LOPES

@douglopes
120 caracteres

Pandemia e eleições

Os nove livros infantis escritos de forma coletiva têm os seguintes títulos: *Se eu fosse presidente...*; *Se eu governasse a Maré!*; *Maré herança ancestral*; *O diário de uma pandemia*; *O monstro que invadiu o mundo*; *Maré de alegria*; *Maré de encontros*; e *A construção da Praça da Paz*.

As preocupações com a covid-19 estão presentes nas obras *O diário de uma pandemia* e *O monstro que invadiu o mundo*. As crianças falam sobre o isolamento social, o distanciamento dos amigos e dos parentes, longe dos espaços que utilizavam como lazer, e não esquecem da situação financeira preocupante da família e do desemprego.

Elas também tiveram um olhar para a Fiocruz, da importância da pesquisa científica e do *Vacina Maré*: um dos livros traz na capa a ilustração de uma seringa, como uma super-heroína

Já no livro *Se eu fosse presidente...*, as crianças mostram preocupação e envolvimento com a campanha eleitoral de 2020. Temas como a fome, o racismo e a violência são retratados. Os pequenos escritores pedem por saúde de qualidade e pelo direito de ir à escola, muitas vezes suspenso pelas operações policiais.

Incentivo às crianças

Para os familiares dos escritores, foi um momento de entusiasmo. “É um grande incentivo para as crianças, pelo desenvolvimento da capacidade de criar e escrever todo seu sentimento. A liberdade de expressar tudo o que há de melhor dentro de si. Espero que no futuro meu filho consiga realizar seus sonhos, como ser um grande escritor”, conta **Leide Costa**, moradora do Parque Maré.

Suelen Silva, moradora da Nova Holanda, diz que o Clubinho de Leitura fez muito bem para sua filha: “Esse trabalho foi um incentivo na vida dela: estimulou a escrita, os trabalhos manuais como dobraduras, e os desenhos. Isso também ajudou a sair do celular. Acho importante o estímulo do hábito da leitura por meio dos livros, algo que faço desde os primeiros anos de vida dela, como contar história antes de dormir, algo que nunca tive.”

A filha, **Marina Lima de Souza**, de 12 anos, acredita que ler livros é bom para o aprendizado: “O clubinho me ajudou a perder a timidez. Eu vivia muito reprimida, não convivia com muitas crianças e não sabia interagir. Sempre gostei de livros e

de desenhar. Participar do clubinho, me ajudou a evoluir mais na minha criatividade.”

Continuidade

No dia 29 de julho, a convite da Secretaria Municipal de Cultura, as crianças estiveram presentes como autores convidados da *Expo Favela Innovation Rio 2023*. Contaram sobre seu processo criativo e a elaboração dos nove livros. A coordenadora Luciane narra que “participar da *Expo Favela* com as crianças e seus familiares foi mais um importante momento de validar o protagonismo infantil e reafirmar a potência da favela.

O projeto também estará presente na *Bienal Internacional do Livro do Rio de Janeiro*, que acontece em setembro.

Atividades

A Biblioteca Popular Escritor Lima Barreto tem um acervo de mais de 14 mil títulos, e uma média anual de 12 mil atendimentos, entre empréstimos e consultas do acervo. O espaço tem como parceiros o Operador Nacional do Sistema Elétrico (ONS), a Deloitte e a Luxor, que apoiam as atividades da biblioteca com o projeto *Maré de Ler*. Há ainda o projeto *Livro Labirinto*, uma parceria da Redes da Maré com a revista *Caju*, que busca garantir que todos os participantes dos Clubes de Leitura ganhem os livros cujos autores participam dos encontros.

Neste momento não há vagas para o Clubinho de Leitura, mas as inscrições estão abertas para o clube de jovens e adolescentes (de 12 a 17 anos). As atividades acontecem todas as quintas-feiras, das 18h às 19h. As inscrições podem ser feitas diretamente na biblioteca (Rua Sargento Silva Nunes 1014, Nova Holanda) entre 10h e 21h, ou pelo e-mail biblioteca@redesdamare.org.br (Assunto: Inscrição Clube de Leitura/Adolescente).

A mobilidade urbana das favelas

O meio de transporte mais disputado do momento enfrenta desafios e tenta resistir à uberização

ANDREZZA PAULO E GABRIEL HORSTH

A população das periferias precisaram criar suas próprias alternativas de mobilidade urbana para suprir ou diminuir as desigualdades causadas pela ausência do Estado nesses territórios, e o mototáxi é uma delas.

Sua origem é uma incógnita. Alguns estudiosos garantem que surgiu em 1994 na cidade de Xinguara, no Pará; outros, na cidade de Crateús, no Ceará. Independentemente de seu berço, esse modal de transporte público surgiu como um meio de se garantir o direito fundamental de ir e vir.

Na Maré não é diferente: **João Victor**, de 23 anos, é mototaxista no Piscinão de Ramos e conta que por lá mototáxis estão sempre no ponto ou em cima dos aplicativos para conseguir pagar as contas.

“Mesmo assim estamos perdendo dinheiro, porque os passageiros cada vez mais querem pagar menos”, lamenta.

Ele trabalha há cinco anos como mototaxista, cinco dias por semana, e enfrenta tanto a desvalorização como os perigos do trabalho: “Não sei se vou estar vivo amanhã por conta dos acidentes. Já passei por muitos e mesmo assim sinto medo.”



120 caracteres

O mototáxi é um meio de transporte do qual a favela não pode viver sem, e ser mototaxista é a profissão na qual João se encontrou: “Gosto muito de andar de moto, então acabei achando meu lugar. Sou muito feliz nessa profissão, não me vejo fazendo outra coisa.”

Espaço masculino

Vanessa Godoy, de 41 anos, é cria do Parque União e atua há oito anos na profissão. Ser uma mulher em um espaço majoritariamente masculino não é fácil. Ela conta que muitos passageiros se recusam a andar com ela quando descobrem, no local de embarque, que

quem pilota a moto é uma mulher.

“Uma mototaxista entrou essa semana para trabalhar no ponto, mas o marido dela mandou que ela saísse. Disse que não é um trabalho pra mulher”, conta a profissional.

Ela nunca se deixou abalar com esses casos flagrantes de machismo, e prefere guardar apenas as histórias boas da profissão: “Tem mulheres que só se sentem à vontade para andar comigo, acham mais seguro.”

No seu perfil no Instagram (@vanessa_godoyrj), ela compartilha seu projeto pessoal, o City Tour, que leva pessoas de moto a lugares especiais

no Rio de Janeiro. Vanessa conta que atuar como mototáxi ampliou sua percepção de que tudo é possível sobre duas rodas.

Liberdade

Leda Conceição, de 50 anos, mora na Nova Holanda e é usuária constante dos mototáxis, principalmente nos dias em que está atrasada. Ela encontrou no mototáxi uma alternativa também para levar o neto, Pedro, todos os dias para a escola. “Não consigo viver sem, virou meu principal meio de transporte e do meu neto também”, agradece ela aos amigos sobre duas rodas.

Wagner Monteiro tem



AFFONSO DALUA

PONTO DO MOTOTAXI DA PRINCIPAL - NOVA HOLANDA(90 caracteres)

42 anos mas é conhecido como Bebê; seu trabalho é coordenar os pontos de mototáxis da Nova Holanda e Parque União. Ele conta que escolheu a profissão por ter espírito de liberdade e se considera um cara aventureiro.

“Trabalho há 12 anos de moto e entendi que, mesmo não ganhando muito dinheiro, esse era o emprego certo pra mim”, diz Bebê. Ele entende que, sobre duas rodas, é possível ter poder de decisão maior sobre sua própria rotina.

Ainda assim, não consegue ver vantagens na proposta de transporte de passageiros por aplicativos: “Tem corrida que você pega seis merréis, em lugares longe. Não faz sentido, e o movimento tem diminuído drasticamente.”

1,5 milhão sobre 2 rodas

Em 2009, o Congresso aprovou a lei que regulamenta as profissões de motoboy, mototaxista e motovigia. Segundo levantamento do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea) realizado entre 2016 e 2021, mais de 1,5 milhão de pessoas trabalham como motoboy e mototaxistas sem vínculo empregatício; 60,1% dos mototaxistas não têm ensino

médio completo; em sua maioria, são homens pretos e pardos, com idade inferior a 50 anos.

Com o isolamento e o desemprego causados pela covid-19, o número de entregadores e mototaxistas aumentou significativamente: se em 2016 havia 25 mil motoentregadores, no fim de 2021 (o segundo ano da pandemia) o contingente já ultrapassava mais de 322 mil profissionais.

A necessidade desses profissionais e um maior uso das redes sociais durante a pandemia, aliados à conscientização desses trabalhadores, fez com que casos de racismo que antes eram ignorados pela grande mídia ganhassem as manchetes dos jornais.

Violência e racismo

Em julho de 2020, um entregador foi vítima de agressões verbais e racismo por parte de um morador de um condomínio de casas em Valinhos (SP). Ele registrou um boletim de ocorrência. Em março de 2022, a proprietária de uma confeitaria em Goiânia (GO) denunciou à Polícia Civil um cliente que pediu que mandassem “por favor um entregador branco, não gosto de pretos nem pardos”.

Na mesma cidade, em julho deste ano, um entregador foi chamado de “macaco” ao ter a entrega de uma hamburgueria recusada pela moradora que solicitara o lanche: “Esse preto não vai entrar no meu condomínio. Mandar outro motoboy que seja branco.” O trabalhador disse que pretende “levar até o fim” o processo.

No Rio, em abril, o entregador Max Angelo dos Santos, cria da Rocinha, foi chicoteado com uma coleira de cachorro pela ex-jogadora de vôlei Sandra de Sá, em São Conrado. Ele não foi a única vítima: outra mototaxista, Viviane Maria de Souza, foi mordida por Sandra. A ex-jogadora foi indiciada por perseguição, lesão corporal e injúria.

Infelizmente, não há dados oficiais sobre o número de agressões sofridas pelos mototaxistas e motoboys.

Moto.Rio

Em janeiro deste ano, aplicativos como Uber e 99 iniciaram o transporte de passageiros e entregas de mercadorias por mototaxistas no Rio de Janeiro. A medida foi criticada pelo atual prefeito da cidade, Eduardo Paes, que alegou que a modalidade representava competitividade desleal com os trabalhadores já regulamentados, gerando diminuição de renda destes profissionais.

Seguindo o exemplo do aplicativo Táxi Rio, uma parceria entre a Prefeitura e o Sindicato de Mototaxistas do Rio de Janeiro lançou em 21 de julho o aplicativo Moto.Rio, que não cobra taxa dos motoristas e é regulamentado com base nas leis municipal e federal. Para se cadastrar, basta ter 21 anos e ao menos dois anos de habilitação na categoria A.

No dia 7 de agosto, foi reaberto o cadastro presencial para o Moto.Rio. Há cinco postos da Secretaria Municipal de Transportes para a entrega de documentos. Consulte locais e horários no site <https://carioca.rio/grupo/mototaxi/>.

Cores e histórias

POR DOUGLAS LOPES

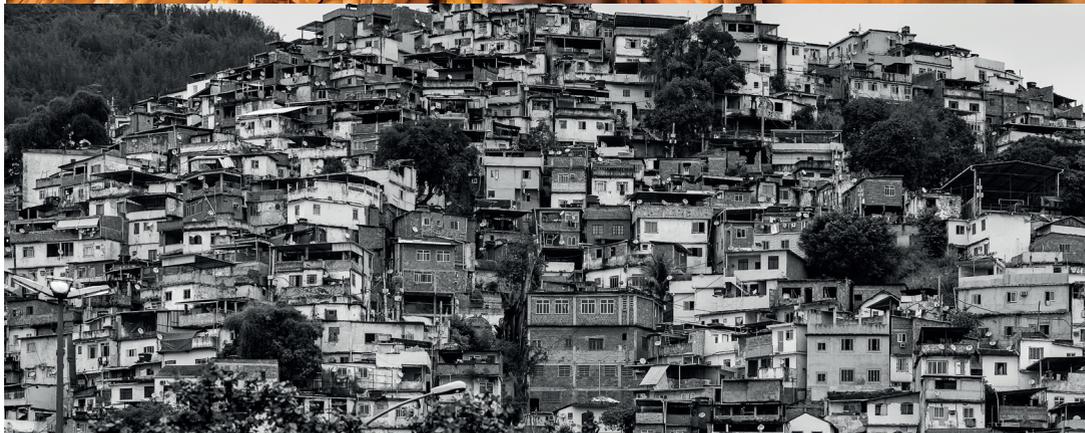
Essas imagens capturam a vida na periferia do Rio de Janeiro, mostrando a beleza e a complexidade das pessoas que vivem nessas regiões e que muitas vezes são marginalizadas.

A atmosfera desses espaços e sua riqueza de cores, formas e o ritmo cotidiano tem um efeito cativante em mim. Essa vivência despertou em mim a sensibilidade artística e iniciou a minha busca por transmitir essa experiência através da fotografia.

Por meio das lentes da minha câmera, busco capturar a essência singular da vida nesses espaços, revelando histórias humanas, diversidade e a conexão entre as pessoas e o território.

Para mim, a fotografia é como um mapa que nos permite navegar pelas paisagens da nossa vida, explorando cada detalhe do território que nos cerca e descobrindo novas perspectivas sobre nós mesmos e o mundo.

Desejo que essas imagens inspirem a todos a refletir sobre a importância de valorizar e respeitar as diferentes realidades que coexistem em nossa sociedade.



Ginecologia natural

Cuidados ancestrais promovem o autoconhecimento e a autonomia

TERESA SANTOS E RAHZEL ALEC

Segundo uma pesquisa do site *Trocando Fraldas* feita em 2021 com mais de seis mil mulheres de todo o país, 55% das brasileiras não sabem identificar as diferentes fases do seu ciclo menstrual. A ginecologia natural busca melhorar este cenário a partir do resgate da autonomia sobre o próprio corpo, entendendo a pessoa que menstrua (em especial as mulheres) em sua complexidade física, emocional, energética e mental.

O ciclo menstrual é uma função fisiológica, assim como o ciclo digestivo ou urinário, e deveria ser encarado com naturalidade, e não permanecer um tabu. Cor, volume e consistência do sangue da menstruação é um dos indicadores do bem-estar geral das mulheres e pessoas que menstruam.

Resgate ancestral

Bel Saide é médica e especialista em ginecologia natural. Ela define o método como um resgate ancestral da forma como eram os cuidados ginecológicos. Segundo a ginecologista, este movimento compreende de forma mais integral o papel das emoções no adoecimento; ele busca a causa das doenças e não apenas remediar os sintomas.

“Na ginecologia atual, há uma prevalência gigantesca de prescrição de medicamentos hormonais artificiais como pílulas, injeções, DIU, implantes, que bloqueiam o ciclo menstrual”, explica.

A ginecologia natural, por sua vez, preza pela manutenção do ciclo: “O objetivo é

reequilibrar a saúde do útero através de diversos recursos, como alimentação, estilo de vida, terapias, plantas medicinais, óleos essenciais. Uma série de coisas que vão fazer com que a mulher se ‘rearmenize’”, explica Bel Saide

O método na Maré

Edneide da Silva Pereira atua com ginecologia natural na Maré. A pedagoga é formada em terapia menstrual, florais, fitoterapia e doulagem — este último, pela Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio (EPSJV/Fiocruz).

Ela começou a atender mareenses no Espaço Casulo, um lugar para práticas de fortalecimento, saúde e auto-gestão, feito prioritariamente para mulheres pretas e faveladas.

Atualmente, Edneide faz atendimentos individuais, e também participa de oficinas no Núcleo de Bem-Estar e Saúde (NUBES), sede do Instituto Yoga na Maré. Nas oficinas, ela aborda questões relacionadas ao autocuidado e autoconhecimento e à autonomia feminina.

“Meu trabalho é muito de escuta, de orientar a mulher de alguma forma, de estar junto dela construindo essa busca”, destaca, acrescentando que a prática envolve a prevenção de problemas ginecológicos de forma natural.

Benefícios

Marli Fonseca, moradora do bairro de Olaria, participa das oficinas promovidas por Edneide desde 2018. Ela conta que buscou a ginecologia natural após o diagnóstico de endometriose.



90 caracteres

“Todo o conhecimento adquirido com a ginecologia natural me trouxe muitos benefícios. Comecei a conhecer realmente meu ciclo menstrual, as cólicas terríveis passaram e não tive mais as TPMs”, explica a moradora da Maré.

Já a assistente social **Amanda Mendonça**, moradora da Vila dos Pinheiros, lembra se sentir distante do seu próprio corpo, não conhecia seu ciclo menstrual e que usou por mais de 15 anos contraceptivos hormonais. O cenário mudou depois que começou a participar de rodas de mulheres.

“Antes minha menstruação só descia na forma de borrões escuros, mas logo no primeiro floral da lua, que é um tratamento natural com ervas, minha menstruação desceu normal, sangue vivo, sem cólicas. Esta foi minha primeira aproximação da terapia menstrual”, conta.

Sem reconhecimento

Iniciativas como a do Espaço Casulo e do NUBES surgem contrapondo as falhas no acompanhamento ginecológico recomendado pelo sistema de saúde, mas ainda carecem de reconhecimento.

É o que pontua **Caroline Amanda**, educadora menstrual e criadora da comunidade Yoni das Pretas, uma plataforma virtual e presencial que compartilha saberes sobre saúde e bem-estar de mulheres e pessoas com vulva, útero e vagina, de forma afro-referenciada.

Caroline diz que “o acesso à ginecologia em territórios que são historicamente marginalizados e criminalizados sofre com o reflexo do racismo no cuidado às pessoas com útero, vagina e vulva”. Ela defende que “as especificidades da população negra periférica e a leitura humanizada das suas experiências são essenciais para um bom atendimento médico”.

Vale ressaltar que a ginecologia natural não pretende ser uma troca da medicina tradicional pela terapia. Ela é indicada para cuidados simples, não em casos de doenças graves ou crônicas, e para ajudar a mulher a ter autonomia sobre sua saúde e a fazer melhores escolhas.

Incêndios

A carência de suporte adequado gera ainda mais insegurança nos moradores

ANDREZZA PAULO, JULIANA NERIS E LUCAS FEITOZA

Pelo menos cinco incêndios foram registrados em diferentes favelas da Maré este ano. Queimaram lojas na Vila do João e houve a explosão de botijão de gás em uma casa, além de postes de luz que pegam fogo frequentemente.

Enquanto outras áreas da cidade contam com estruturas de combate a incêndio, as favelas sobrevivem sem o suporte adequado. Além da falta de dados sobre riscos, a perícia pós-incêndio é outro fator que contribui para a insegurança dos moradores dos territórios.

O caso mais grave aconteceu no dia 9 de julho, na Nova Holanda. Um jovem morreu depois de enfrentar as chamas para resgatar uma criança que ele acreditava que estava no incêndio. A família continua muito abalada e preferiu não dar entrevista.

O incidente comoveu os moradores vizinhos, que se mobilizaram em uma corrente de solidariedade em prol da família. Alimentos, móveis e utensílios foram doados, e agora os esforços da comunidade são pela reconstrução da casa.



45 caracteres

Ajuda de moradores

Outro caso ocorrido foi o de um poste de madeira que pegou fogo na Rua da Praia, no Parque União. Segundo moradores daquela região, o incêndio começou por volta das 20h do dia 19 de julho e interrompeu o fornecimento de energia elétrica — só restabelecido na tarde do dia seguinte.

Embora o Corpo de Bombeiros estivesse presente, foi necessária a ajuda de moradores e de uma comerciante, que forneceu um extintor de CO₂ para ajudar a apagar o fogo.

Nos casos de incêndios em postes, é fundamental a presença de funcionários da Light para desligar a rede elétrica antes dos esforços para apagar o fogo. Entretanto, a empresa não retornou as tentativas de contato dos moradores nem dos bombeiros que estavam no local.

Marcelo Vieira, de 43 anos, trabalha na Associação de Moradores do Parque União e relata: “A Light não apareceu, quem desligou a rede elétrica foi um morador para que os bombeiros conseguissem apagar o fogo, por volta de 1h da manhã.” Funcionários da concessionária só foram ao local no dia seguinte.

Sem luz

Além do susto e do medo causados pelo incêndio, a falta de energia elétrica gera uma série de transtornos para a população. “A associação resolveu, mas se não fosse isso a gente ainda estava sem luz”, reclama **Elenice de Oliveira**, de 61 anos.

Ela cuida de um idoso que vive em frente ao poste que pegou fogo e, assim como outros moradores, se mobilizou para prestar assistência aos vizinhos.

Entramos em contato com a assessoria de imprensa da Light, e perguntamos quanto tempo leva para restabelecer o fornecimento de energia.

Em resposta, a companhia



90 caracteres

elétrica disse que “assim que acionada sobre a ocorrência, a Light envia equipe ao local para verificar as condições e restabelecer a energia o mais brevemente possível”. Segundo a concessionária, os incêndios são causados pelas ligações elétricas clandestinas, e diz que “atua, diariamente, em parceria com o poder público para coibir o furto de energia”.

A companhia, porém, não explicou como isso é feito, nem que ações de prevenção são tomadas para os referidos casos — se seria por meio de campanhas de regularização da rede doméstica de eletricidade ou através de algum trabalho social em parceria com as autoridades. A Light não respondeu até o fechamento desta matéria, e o espaço permanece aberto.

Prevenção é a chave

É do Estado a responsabilidade pelo combate a incêndios e a fiscalização das normas de segurança. Mas é fundamental que o morador saiba quais medidas tomar para prevenir a ocorrência de incêndios:

- Evite ligar na mesma hora equipamentos como ferro de passar, chuveiro elétrico e máquina de lavar.
- Mantenha produtos inflamáveis em suas embalagens originais, em lugares seguros e longe do calor, das crianças e de animais domésticos.
- Ao sair de casa, lembre-se

de tirar os aparelhos da tomada.

- Não ponha aparelhos elétricos para carregar perto de cortinas ou toalhas de mesa.
- Verifique a validade das mangueiras e dos registros de gás. Fique atento a vazamentos e certifique-se de que as bocas do fogão estão realmente fechadas.
- Em caso de cheio de gás, não acenda a luz ou ligue aparelhos elétricos. Ventile o ambiente, abrindo portas e janelas, e saia de casa.

A quem recorrer

O presidente da Associação dos Moradores da Vila do João, Valtemir Messias, conhecido como Índio, considera que essas recomendações podem ajudar a diminuir os riscos de incêndio.

Segundo ele, “quando acontece um incêndio a gente vai ao local, ligamos rapidamente para os bombeiros e, se for preciso, para o SAMU. Temos um rápido atendimento dos serviços públicos”, garante ele.

Em casos de incêndio, tente manter a calma. Feche o gás e desligue o disjuntor de energia elétrica. Saia do local imediatamente, e não tente salvar nada que não seja sua família: a sua segurança e a dos seus é mais importante que qualquer bem material.

EM CASO DE EMERGÊNCIA

LIGHT - 0800 021 0196

CORPO DE BOMBEIROS - 193

APOIO LOCAL - ASSOCIAÇÕES DE MORADORES

A união faz a força na favela

A mobilização e a resistência às remoções fortaleceram o Parque União

HÉLIO EUCLIDES

O Parque União se estende no entorno das avenidas Brasil e Brigadeiro Trompowski. Oficialmente, a favela viu serem erguidas as primeiras habitações em 1961. Dois anos antes, a área fora aterrada por uma empresa particular e depois, e loteada pelo advogado ligado ao Partido Comunista Brasileiro Margarino Torres. Os lotes, vendidos por valores acessíveis, foram rapidamente ocupados pelos primeiros barracos.

Como em outras favelas da Maré, os moradores construíram as casas em madeira para, de forma escondida, depois levantarem as paredes em alvenaria (o que era proibido pelos militares do então vizinho 1º Batalhão de Carros de Combate).

Além do advogado, outros moradores continuaram a organização da favela, como Geraldo dos Santos e Cândido. Outra liderança foi posteriormente homenageada na clínica da família da favela: Diniz Batista dos Santos, um dos primeiros moradores e pioneiro no comércio do lugar (eram dele um barzinho e um armazém).

Ampliação legal

A partir do ano 2000, o Parque União teve ampliado o seu espaço geográfico com a aquisição dos terrenos de antigas fábricas, que foram loteados legalmente pelos moradores, chamadas popularmente de Sem Terra. Das 16 favelas que formam a Maré, o Parque União é a mais populosa, com 14,8%

dos 140 mil moradores dos territórios (mais de 20 mil pessoas).

Para chegar ao que é hoje, a mobilização das mulheres foi fundamental. Uma delas foi marcante no início da década de 1980, quando ocorreu a tentativa de desocupação da favela.

Dona Mironeide Rezende enviou carta ao então presidente João Figueiredo (que, em resposta, garantiu que a favela não seria desocupada) e, com isso, conseguiu frear a remoção dos moradores.

Amor pela favela

Muitos moradores se apaixonaram à primeira visita pelo Parque União e não querem sair dali nunca mais. É o caso de **Genilda Rodrigues**, de 65 anos, que chegou à favela com cinco anos.

“Minha casa era um barraco de madeira que meu pai construiu, porque tudo era lama. Nos fins de semana, nós nos reuníamos e

organizávamos festas, cada um levava um petisco e uma bebida. No fim, sentávamos nas calçadas e tínhamos só bons papos até o dia amanhecer. As festas juninas só acabavam na alvorada, com a vaquinha para enfeitar a rua”, conta.

Esse pensamento é compartilhado por **Roberto Estácio**, presidente da Associação de Moradores do Parque União, que sente amor pelo lugar onde mora desde que nasceu.

“Aqui aprendi muito, esse lugar formou o meu caráter e me preparou para derrotas e vitórias. Tenho uma gratidão e respeito por todos que comandaram a associação, pois investiram seu tempo para lutar pela comunidade”, diz.

Segundo ele, “o diferencial do Parque União do passado para o de hoje é ter a internet como o veículo de diálogo com o morador. Sei que tenho uma responsabilidade,

a de ser um elo com o poder público para que aqui prospere, pois favela é potência”

Gastronomia

O Parque União é conhecido pelo seu polo gastronômico. Há 12 anos **Ana Paula Azevedo** é proprietária, junto com o marido, do restaurante Galetto Dourado.

“Não tenho vontade de sair do Parque União, pois é muito bom dar trabalho para os nossos 80 conterrâneos. Abrimos diariamente, só fechamos no Natal e Réveillon. Há dois anos começamos com o serviço de entregas”, explica.

Para Ana Paula, “para melhorar é só o poder público regularizar o esgoto e a coleta domiciliar de lixo, acabando com os contêineres”.

Em setembro o rolê pelas favelas que formam a Maré tem encontro marcado com a Nova Holanda. Até lá!



ACERVO NUNIM



GABI LINO

Delícias que cabem no bolso

NHOQUE DE AIPIM COM CARNE ASSADA PARA O DIA DOS PAIS

INGREDIENTES

NHOQUE

- 1 kg aipim descascado
- 3 colheres de sopa de manteiga
- ½ cebola
- 2 colheres de chá de sal refinado
- ½ molho de salsa picada
- 2 xícaras de parmesão ralado

CARNE DESFIADA

- 1kg de peito bovino
- 1/2 cebola picada
- 1 dente médio de alho
- 1 colher de chá de pimenta-do-reino moída
- 2 colheres de chá de sal
- 2 folhas de louro
- ½ xícara de cenoura em cubos
- ½ xícara de chá de vinho tinto
- ½ molho de tomilho
- ½ molho de sálvia
- 1 kg de tomate
- ½ pimentão verde
- 2 colheres de sopa de azeite



MODO DE PREPARO

NHOQUE

- Cozinhe o aipim descascado e cortado em pedaços médios por 30 minutos.
- Amasse o aipim e misture-o com o sal, a manteiga e a salsa. Polvilhe a mesa com farinha, faça rolinhos de massa e corte-os em pequenos pedaços.
- Ferva 2 litros de água; quando ela estiver em ebulição, abaixe o fogo, jogue os nhoques e espere que subam; retire-os com a escumadeira e jogue-os numa bacia com água gelada. Transfira os nhoques para uma travessa com azeite e reserve.

CARNE DESFIADA

- Ponha a carne para marinar no vinho com o tomilho, a sálvia e o louro por uma hora.
- Doure a cebola e a carne na panela de pressão com o óleo; adicione o alho, a cenoura, o tomate, o pimentão verde e o restante dos temperos, além da marinada, e cozinhe por cerca de 40 minutos.
- Desfie a carne, retorne ao fogo com o molho na panela por cerca de 10 minutos.
- Adicione a carne desfiada com o molho ao nhoque, cubra com o queijo parmesão ralado e sirva.

PALAVRAS CRUZADAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Tratamento carinhoso para irmã	Guarda; sentinela	Murcho; ressequido	Impresso para preenchimento de dados (pl.)
Criações dos autores de obras de ficção	Espécie de coelho	Armadilha; emboscada	(?) Gazolla, ator
Objeto que faz conjunto com o saleiro			
Rever acordo financeiro			Espaço entre a sexta e a segunda-feira
O marquês do "Sítio" (Lit. inf.)	Divisão de piscinas		Fluminense (red. fut.)
Amor, em italiano	Compõem o rebanho		Embalagem de cerveja
		Em lugar distante	
		Pessoa que ensina	Forma do ângulo de 90 graus
Aparelho elétrico para sugar poeira		Consoantes de "pano"	
Cader-neta de registros			
			A menor flexão verbal (Gram.)
			O caseiro combate a desidra-tação
		Amarroto (a roupa)	
		Copo de licor	
O de dezembro encerra o ano	Busca; procura		Deus do amor (Mit.)
	Atreva-se		Anatomia (abrev.)
Nêutron (símbolo)			
Parte do calçado		Dono; senhor	(?) José, locutor esportivo
Pequena janela de banheiros	Ao (?) livre: a céu aberto	Prisão (gíria)	"Tudo", na linguagem internauta
Publicado outra vez			

SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA



#FaçaCoquetel | f/editoracoquetel | @coquetel

ASSINE AGORA!
www.coquetel.com.br



Solução

O	D	I	E	R	E
V	N	C	U	S	B
V	A	V	I		
O	M	A	T	O	
S	E	V	C	N	
O	M	A	S	M	
I	E	V	N	A	
A	S	P	R	A	
P	A	T	A	D	
L	A	L	E	N	
L	R	A	V	A	
M	A	B	I	C	
R	E	N	E	G	
O	P	A	L	I	
F	S	V	M		

O Maré de Notícias também é seu!

Fale com a gente!

(21) 97271-9410