



## Águas Claras +



Ação social realizada  
pelos Bombeiros

Página 2

## Virou Destaque



Mini Miss de Águas Claras  
já acumula 5 títulos

Página 3

## Caindo de Boca



Restaurante que monta a  
moqueca ao gosto do freguês

Página 7

**A Lei sancionada  
pelo Governador  
Ibaneis Rocha  
penaliza o síndico  
que se omitir**

Páginas 4 e 5

# Lei obriga os condomínios a comunicarem violência doméstica no DF

DF saiu do  
estado de  
emergência  
para o  
Coronavírus



Página 6



# Águas Claras +

A coluna que traz a cidade até você

por Vanessa Rodrigues | Críticas, dúvidas e sugestões de pauta: contato@aguasclarasmidia.com.br



1 Pizza Caprese da Quattro Pizza Bar

2 Linguíça Suína do Empório Mineiro

3 Pipoca Gourmet da TribecaNY

## Bombeiros mãos amigas

**25º Grupamento Bombeiro Militar**  
**Campanha BOMBEIROS MÃOS AMIGAS**

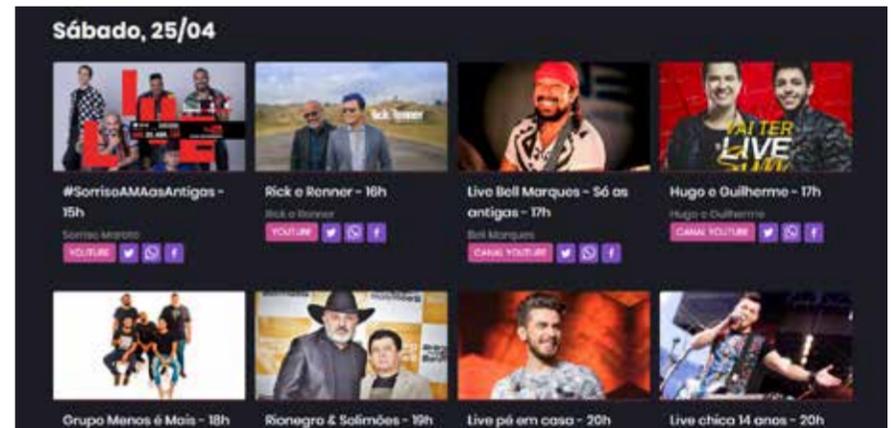
O Corpo de Bombeiros arrecadará alimentos não perecíveis, materiais de higiene e limpeza para serem doados às instituições assistenciais de Águas Claras, Areal e Arniqueiras que passam necessidades devido a pandemia da COVID-19.

Deixe suas doações na portaria do prédio para recolhermos na tarde do dia \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Informações: 3901-1399 @25gbmcbmdf  
Apoio: Sindicatos Águas Claras, Conselho de Segurança de Águas Claras

Você já deve ter visto esse cartaz nos elevadores do seu prédio! É a Campanha Mãos Amigas, organizada pelo 25º Grupamento Bombeiro Militar. A corporação está arrecadando doações de alimentos não perecíveis e artigos de higiene pessoal e repassando às instituições assistenciais de Águas Claras, Areal e Arniqueiras. Quer ajudar? Procure seu síndico e faça parte dessa corrente do bem. A campanha conta com o apoio do Conselho de Segurança de Águas Claras (Conseg), da Administração de Águas Claras e do grupo Síndicos de Águas Claras.

## Live nossa de cada dia!



Alguns reclamam que estão bebendo demais, outros reclamam da cantoria até tarde ou das vozes desafinadas nas janelas, mas o que todos nós não podemos negar são que essas lives tem nos salvado né, mores?

Seja sertaneja, axé, MPB, o fato é que elas nos servem um tantão! Para passar o tempo, para ouvir uma boa música, para fazer uma chamada de vídeo com os amigos. De qualquer jeito elas nos ajudam a cuidar da mente, no humor, da socialização, das amizades só não tanto do corpo né? Haja petiscos e bebidas!

E agora, para facilitar nossa vida em quarentena, descobri um site que reúne o cronograma das lives em um único lugar. Lives.mus.br. Lá, temos as datas, horários e os mais variados estilos musicais. Clique e já se programe para a próxima semana. Aproveite e me conte de quais lives você tem mais gostado! Para mim, Bruno e Marrone e Henrique e Juliano arrebutaram, mas dia 25 de abril tem meu amor Bell Marques, aí pessoal, se ouvirem muitos gritos e desafinações, não precisam ir atrás... com certeza serei eu!

## Minha casa virou meu escritório. E agora?



Gente do céu! De repente, do dia pra noite, nossa casa virou restaurante, cinema, espaço para shows e escritório! Como lidar com essa novidade, em tempos de pandemia? Tratei de pesquisar, pois ou aprendemos a tirar o melhor proveito disso tudo ou surtamos! Alguns especialistas em home office nos deram conselhos de como facilitar a nova rotina, evitar o estresse e melhorar o desenvolvimento de tarefas. Prontos?

- 1) Estar bem, vem primeiro, ou seja, as práticas de autocuidado devem ser diárias.
- 2) Respeite a jornada de trabalho: Nada de horas extras!
- 3) Escritórios em lugares tranquilos e não na sala ou no quarto
- 4) Desconsiderar suas limitações não é o caminho. Identifique seus limites e leve a vida conforme suas condições
- 5) Fazer pequenas pausas para lanchar, alongar, dar um beijinho nos familiares
- 6) Não deixar nada para depois. Isso dá mais aflição por acúmulo de tarefas
- 7) Reuniões? Só se for necessário

### EXPEDIENTE

**Jornal Águas Claras Mídia**

**Responsável:** Patrícia Rebelo (DRT 11613/DF)

**Editores-Chefe:** Thaís Vicer (DRT 6786/DF)

**Editores:** Stéfany Santos (DRT 12430)

**Projeto Gráfico e Diagramação:** Patrícia Porto

**Jurídico:** Cunha Lima Advogado: (61) 98271-3241

**Contato Comercial:** (61) 99972-6480

**Tiragem:** 5.000 exemplares

**Impressão:** Global Brasília Gráfica

**Críticas, dúvidas e sugestões de pauta:**

contato@aguasclarasmidia.com.br

**Whatsapp:** (61) 99972-6480

### Queremos sua participação!

Nosso jornal é um espaço democrático e produzido para você leitor! Com sua participação abordaremos temas relevantes para seu dia a dia, condomínio e comunidade! Envie sugestões de pauta, reclamações, elogios, denúncias, fotos e vídeos através do WhatsApp. Acesse o QRCode ao lado e participe!





**A** pequena Leticia Cabral, carinhosamente conhecida como Lelê, com apenas 8 anos, começou a carreira de modelo, atriz e blogueira aos 5 anos de idade e é apaixonada pelo mundo artístico.

Bailarina desde os 3 anos sempre gostou de estar nos palcos. Ela já participou de várias peças teatrais, musicais, desfiles.

Participou também de algumas campanhas publicitárias e a mais relevante foi em homenagem aos 75 anos da Polícia Federal em 2019.

Hoje Leticia faz parte de uma agência de modelos que tem curso de Passarela todo mês onde ela sempre participa.

A carreira de miss começou por acaso, quando Leticia e a mãe Daiene foram a um evento de moda na Capital e entre os intervalos dos desfiles uma miss perguntou a mãe de Lelê porque não a inscrevia em um Concurso que iria acontecer no mês seguinte, pois havia gostado muito da desenvoltura dela na passarela e sua fotogenia. Daiene pensou no assunto e perguntou a Leticia

## Nossa Pequena Miss

Letícia Cabral, moradora de Águas Claras já acumula 5 títulos de miss



se ela tinha interesse em participar e ela quis pois sempre adorou desfilhar. Porém as inscrições do então concurso já haviam sido encerradas, mas outro

concurso aconteceria nos meses seguintes para eleger a Miss Distrito Federal onde foi feita a inscrição de Leticia.

Neste seu primeiro concurso Lelê encarou tudo como um desfile normal. Foi natural, com uma maquiagem básica, cabelo solto e vestido longo e um lindo sorriso e com isso foi eleita a Miss Distrito Federal Oficial Mirim.

A partir deste concursos foram aparecendo outros e desde então acumula 5 títulos de Miss.

Lelê além de gostar muito de participar dos concursos conta com o apoio fundamental da família "Sempre pergunto se ela quer ou não participar, acho fundamental a criança escolher", diz Daiene (mãe de Leticia).

Atualmente participa de Concursos de Miss pelo Brasil. Recentemente participou do Concurso Miss Natural Beauties Little 2020. O Concurso ocorreu no Rio de Janeiro e teve participantes de várias cidades do Brasil e a nossa pequena Leticia foi vencedora na categoria Little (para crianças até 8 anos).

No Instagram, Leticia Cabral gosta de compartilhar seu dia a dia, passeio, viagens, desfiles, dicas. Tudo monitorado pelos pais Fabio e Daiene.

## Papo Reto

O tema é: Meu mundo, meu planeta, nossa casa

por Stella Domênico | Produtora cultural, cinéfila das boas e ama os animais



Imagine que lá no começo dos tempos o planeta era uma coisa só. Aí o homem apareceu e dividiu tudo em pedacinhos limitados por cercas invisíveis que separam povos, culturas e idiomas que chamamos países. Os povos que habitam o planeta são fisiologicamente a mesma coisa e só diferem no modo de pensar e isso é claro define suas diferenças em muitos aspectos. O Planeta é a mesma casa para todo mundo, mesmo que cada um viva no seu quatinho.

E o que estamos fazendo com a nossa casa? Somos 8 bilhões de pessoas se reproduzindo e consumindo nossos recursos de forma predatória. A cada

semana recebemos uma notícia sobre algum desastre natural em alguma parte do mundo. Os polos norte e sul estão derretendo e transformando as temperaturas globais que agora variam como nunca. Somente no Brasil florestas inteiras são destruídas para virar pasto (vejam só que coisa absurda) e milhares de quilômetros quadrados desaparecem todos os dias. Rios são poluídos com dejetos das indústrias que produzem dia e noite para nosso consumo sem precedentes (precisamos mesmo comprar tanta bobagem para sobreviver?) Entupimos os mares e lagos de plástico e todo tipo de sujeira que matam nossos peixes e o oxigênio da água. Nosso ar está poluído e to-

dos os dias alguma espécie entra em extinção. Rios estão sendo transformados em hidrelétricas, às vezes com curso da água invertido, destruindo mananciais e ecossistemas inteiros. Doenças inexistentes aparecem e tomam proporções endêmicas. Você sabia que análises recentes encontraram mais de 24 agrotóxicos na água que bebemos diariamente? E que nossos alimentos também estão envenenados em nome do agronegócio?

Se cada um no seu quatinho se preocupasse com a limpeza da casa nada disso estaria acontecendo. Hoje não há mais como usar falta de conhecimento como desculpa para nos-

sas ações desastrosas em relação a destruição do planeta. Precisamos de líderes preocupados de verdade com o meio ambiente. Temos a obrigação moral de preservar o que ainda nos resta. Podemos começar fazendo a nossa parte, mesmo que isso nos faça parecer um grão de areia no oceano. Não importa. Fazemos a diferença quando separamos nosso lixo, consumimos com consciência e desprezamos o uso irracional do plástico. Porque, por exemplo, compramos frutas e legumes picados envoltos em plástico quando a embalagem natural é perfeita? Que preguiça é esse de picar um chuchu? Pensemos no nosso planeta. Vamos nos salvar da nossa própria extinção.

# Condomínios são obrigados a comunicar casos de violência doméstica e familiar

Em entrevista com especialistas da Âncora Condomínios conseguimos esclarecer algumas dúvidas

Por Stéffany Santos



Foi publicada no Diário Oficial do Distrito Federal (DODF), em 14 de abril, a Lei Nº 6539 sancionada pelo Governador Ibaneis Rocha, que obriga os condomínios do DF a comunicarem a ocorrência ou indício de violência doméstica e familiar contra mulher, criança, adolescente ou idoso que morem nestes locais.

O projeto é de autoria do Deputado Distrital Rodrigo Delmasso. E “a sanção dessa lei coloca o Distrito Federal (DF) em pé de igualdade com outros estados do Brasil que já tem leis semelhantes” - como reitera Nicson Vangel, CEO da Âncora Condomínios.

De acordo com a publicação, síndicos e administradores de condomínios devem comunicar à Polícia Civil (PCDF) e aos órgãos de segurança pública especializados casos que ocorram nas unidades residenciais ou nas áreas comuns aos moradores.

As ocorrências em andamento devem ser comunicadas imediatamente, por telefone, já nas demais situações, a notificação deve ser feita por escrito, em até 24 horas após tomar conhecimento do fato, não podem faltar informações que contribuam para a identificação da possível vítima.



Foto: Infinito Comunicação

“*E o objetivo dessa Lei é trazer uma maior responsabilidade para os síndicos ou administradores de condomínios no enfrentamento desse tema que é tão sensível e tão difícil de se combater.*”

Nicson Vangel

O condomínio que descumprir a Lei está sujeito à advertência, na primeira infração, e à multa de R\$ 500 a R\$ 10 mil, a partir da segunda autuação. O valor da punição será atualizado pelo Índice de Preços ao Consumidor Amplo (IPCA) ou por outro índice que venha a substituí-lo. Os fundos arrecadados deverão ser

revertidos a programas de proteção aos direitos da mulher, da criança, do adolescente ou do idoso.

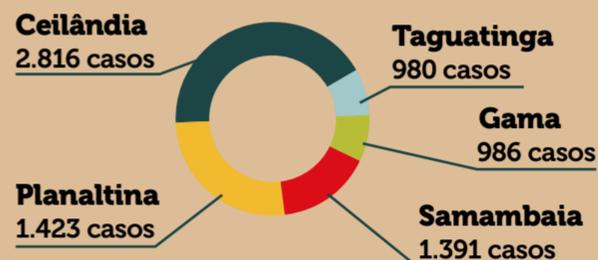
Os condomínios são um espelho do que acontece em toda a sociedade. Os índices de violência doméstica são muito altos e o advento da Lei é uma tentativa de reduzir esses números.

## VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Em 2019, a Secretaria de Segurança Pública (SSP) identificou 17.920 autores de violência doméstica, sendo 90,3% homens. A maioria deles tinha entre 18 e 40 anos – faixa etária que corresponde a 66% do total.

O número de agressores é superior ao total de ocorrências porque, segundo a pasta, 1.648 deles reincidiram no crime. Ou seja, cerca de 10% dos autores identificados praticaram violência doméstica, pelo menos, duas vezes.

As regiões do Distrito Federal com o maior número de casos registrados de violência doméstica, em 2019, foram:



  
**90,3%  
Homens**

Ainda segundo o balanço da SSP, os dias da semana com a maior ocorrência de violência doméstica são domingo (21%) e sábado (18%), especialmente entre 18h e meia-noite. Em 93% dos casos, a agressão ocorre dentro de casa.

(Fonte: G1DF)

Nicson Vogel ressalta a crítica posição do Brasil entre os países que mais praticam violência contra mulher, crianças, adolescentes e idosos, amargamos o 5º lugar. “E o objetivo dessa Lei é trazer uma maior responsabilidade para os síndicos ou administradores de condomínios no enfrentamento desse tema que é tão sensível e tão difícil de se combater.”

A máxima de que em briga de marido e mulher não se deve meter a colher está ultrapassada faz tempo, mas agora o meter a colher está amparado por Lei. “É importante ressaltar que a Lei trata de agressão, não de uma discussão entre um casal. E os casos mais graves são visíveis aos vizinhos e síndicos do condomínio. Portanto, essa Lei trás esse resguardo para que o síndico cumpra seu papel, principalmente de cidadão, de denunciar. Não é obrigação interferir, pois não deve fazê-lo nem em uma simples discussão, vá lá dizer em uma situação de agressão. O papel do síndico é alertar o poder público e a Lei está bem clara em relação a isso, portanto a nossa orientação para os síndicos é de relatar, formalizar para o poder público, para as autoridades policiais o que está acontecendo” pontuou bem o Nicson, CEO da Âncora Condomínios.

Hoto Barros, Presidente do Conselho de Segurança de Águas Claras (Conseg) e moderador do grupo de Síndicos declarou em vídeo publicado nas redes sociais do grupo de síndicos que estava recebendo algumas mensagens com indagações sobre a nova Lei. Segundo ele, algumas pessoas perguntaram se agora os síndicos iriam agir como polícia dentro dos condomínios. Não é isso. Hoto mesmo diz: “A violência doméstica já é um assunto recorrente nas reuniões do Conseg e é comum recebermos ligações de síndicos relatando casos de agressão e buscando recomendações de como proceder, a Lei veio para trazer respaldo ao síndico”.

Ainda segundo Hoto, “o objetivo do governo, nesse momento, e das forças de segurança é fazer com que reduza o índice de violência e que haja uma parceria entre a polícia e a comunidade. Com isso você se antecipa antes que aconteça algum dano maior as pessoas”. O presidente do Conseg de Águas Claras ainda orientou aqueles que têm alguma manifestação contrária a Lei, o correto teria sido ter acompanhado enquanto ainda era projeto de lei, agora

o que é possível fazer e acompanhar a regulamentação da lei.

Já a experiência de Nicson Vogel é de que os síndicos de Brasília estão vendo com nos olhos essa nova Lei, pois “é um grande passo para o enfrentamento desse tipo de crime”, disse ele.

A Lei Nº 6539, no entanto deixou algumas interrogações em relação a operacionalidade. Por exemplo, como será comprovada a omissão de um síndico? Ou, um autor de agressão, que esteja com inquérito aberto, poderá entrar no condomínio?



“*O objetivo do governo, nesse momento, e das forças de segurança é fazer com que reduza o índice de violência e que haja uma parceria entre a polícia e a comunidade. Com isso você se antecipa antes que aconteça algum dano maior as pessoas.*

Hoto Barros

O advogado da Âncora Condomínios, Wilker Jales, pontuou que a Lei ainda precisa ser aperfeiçoada em alguns pontos, além de ser regulamentada pelo Governo do DF. “Nós vamos precisar ver como o governador e como o Distrito Federal vai trabalhar na regulamentação, nos casos de omissão, como será averiguado. Todas as vezes que houver uma denúncia de omissão de síndico ele deverá passar por um processo de ampla defesa e contraditório, mas eu acho que no geral é uma grande Lei para nos ajudar a auxiliar a sociedade a vencer essa discriminação, esses atos que tem muitas vezes

culminado em crimes bárbaros contra as famílias”, explicou Wilker.

Para ele “a Lei traz um ponto importante, que a partir da primeira denúncia, o síndico não precisa comparecer à delegacia para levar novos fatos, novas informações; ele pode fazer isso por meio de telefone, então no caso de já haver uma ocorrência, de já haver uma decisão de distanciamento do agressor do lar e caso ele venha querer entrar no condomínio, até mesmo com a autorização da pessoa agredida, o síndico não precisa ir até a delegacia, ele pode ligar e informar, pois já vai ter aberta uma ocorrência, um boletim de ocorrência”.

É importante ressaltar, que, apesar de a Lei Nº 6539 ter pegado muitas pessoas de surpresa, já era obrigatório por Lei, a qualquer cidadão, denunciar casos de violência. Está descrito no art. 135 do Código Penal que “Deixar de prestar socorro a quem não tenha condições de socorrer a si próprio ou comunicar o evento a autoridade

pública que o possa fazê-lo, quando possível. Recorre em pena de detenção ou multa”, foi o que nos informou o advogado Rebelo.

Enfim, “Os síndicos agora tem oportunidade de fazer parte de uma estatística de pessoas que tentam levar a justiça com certa bondade, com certa responsabilidade. Então o síndico, agora tendo conhecimento tanto nas áreas comuns, quanto em qualquer unidade residencial, de violência doméstica, violência familiar, contra idosos ou adolescentes, ele tem esse dever legal de estar levando isso à autoridade competente, no caso a Polícia Civil, para que sejam tomadas todas as decisões. No mais, vejo como um avanço na legislação e os síndicos não precisam levar isso como uma carga, mas como uma possibilidade de ajudar a sociedade”, como disse o Dr. Wilker Jales.

A Lei é nova e ainda trará muitas dúvidas e precisará de algum aprimoramento, mas, já é uma esperança para que diminua os índices de violência doméstica do DF.



**SERVIÇO**  
(onde denunciar)

**Delegacia Especial de Atendimento à Mulher (DEAM)**

Endereço: EQS 204/205,  
Asa Sul, Brasília

Telefones: (61) **3207-6195**  
(61) **3207-6212**

**Ministério Público do Distrito Federal e Territórios (MPDFT)**

Endereço: Eixo Monumental,  
Praça do Buriti, Lote 2, Sala 144,  
Sede do MPDFT

Telefones: (61) **3343-6086**  
(61) **3343-9625**

**Prevenção Orientada à Violência Doméstica (Provid) da Polícia Militar**

Telefone: (61) **3190-5291**

**Central de Atendimento à Mulher do Governo Federal**

Telefone: **180**

# O vírus que desestabilizou nações

O Covid-19 mudou as rotinas do mundo, mas o DF está voltando ao poucos a normalidade

Por Stéffany Santos

O Covid-19 (do inglês Coronavirus Disease 2019) é uma doença infecciosa causada pelo coronavírus da síndrome respiratória aguda grave 2 (SARS-CoV-2). Esse vírus é o resultado de uma mutação do vírus da gripe, que aconteceu na China e chegou no Brasil em meados de fevereiro.

Os sintomas mais comuns são febre, tosse e dificuldade em respirar. Cerca de 80% dos casos confirmados são ligeiros ou assintomáticos e a maioria recupera sem sequelas. No entanto, 15% são infecções graves que necessitam de oxigênio e 5% são infecções muito graves, que necessitam de ventilação assistida em ambiente hospitalar. Os casos mais graves podem evoluir para pneumonia grave com insuficiência respiratória grave, falência de vários órgãos e morte.

A doença transmite-se através de gotículas produzidas nas vias respiratórias das pessoas infectadas. Ao espirrar ou tossir, estas gotículas podem ser inaladas ou atingir diretamente a boca, nariz ou olhos de pessoas em contato próximo. Estas gotículas podem também depositar-se em objetos e superfícies e que podem infectar quem nelas toque e leve a mão aos olhos, nariz ou boca. O intervalo de tempo entre a exposição ao vírus e o início dos sintomas é de 2 a 14 dias, sendo em média cinco dias.

O Governador do Distrito Federal foi o primeiro a decretar o isolamento social horizontal como medida de prevenção a contaminação pelo novo coronavírus. A medida foi tomada em 13 de março com o fechamento das escolas e logo em seguida fechando o restante do comércio. O entendimento do GDF é que as medidas tomadas com agilidade foram eficazes e barraram um crescimento descontrolado da Covid-19.

Durante o período de maior distanciamento, o GDF investiu na compra de testes e na preparação de mais leitos que possam atender infectados.

Na primeira quinzena do mês de abril, o Governador liberou o funcionamento de óticas e autorizou que lojas

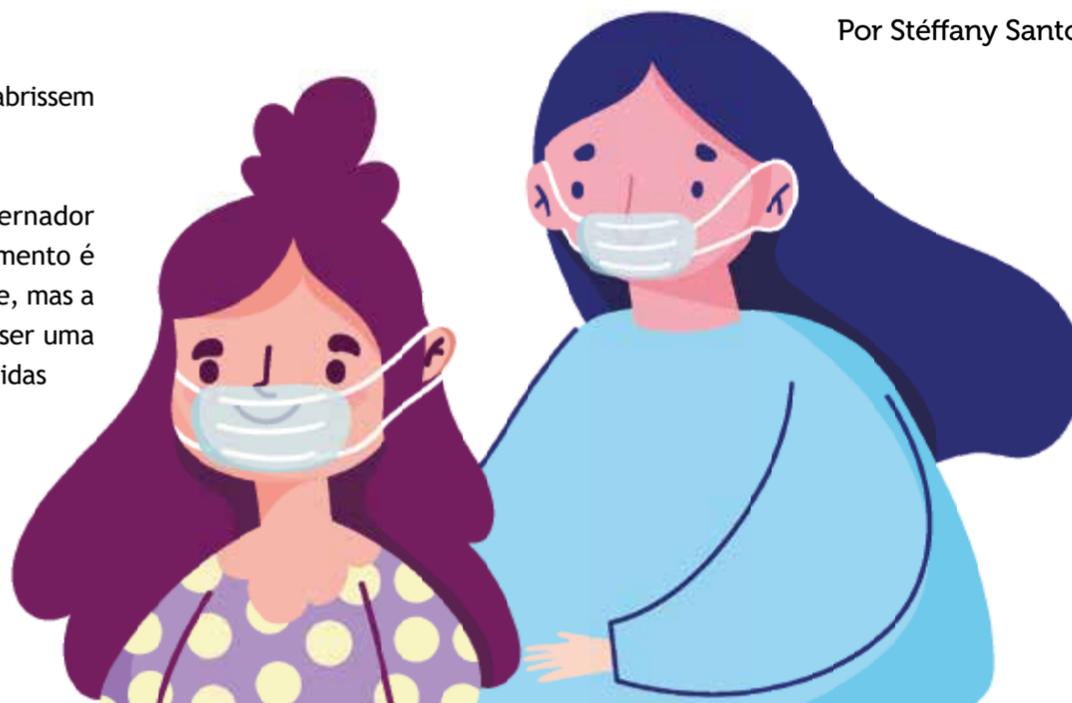
de móveis e eletrodomésticos abrissem as portas para clientes.

No dia 20 de abril, o Governador Ibaneis ressaltou que o fechamento é responsabilidade exclusiva dele, mas a reabertura do comércio deve ser uma ação conjunta para que as medidas de segurança sejam cumpridas.

Uma das medidas adotadas pelo Governador para que o comércio possa ser reaberto em 03 de maio é o uso obrigatório de máscaras por todos aqueles que precisarem estar nas ruas. Inclusive, o GDF irá distribuir máscaras em pontos de grande circulação de pessoas.

A decisão de Ibaneis de reabrir o comércio foi criticada por aqueles que estão muito preocupados com a gravidade da doença, mas aqueles que estão em dificuldades financeiras, sem poder trabalhar, não veem a hora de tudo voltar ao normal. Mas a decisão do Governador foi respaldada pela afirmação do Ministério da Saúde, em 18 de abril, de que o DF saiu do “Estado de Emergência” para o “Estado de Atenção”, o que significa que o número de casos em Brasília vem diminuindo, em comparação com os outros estados do Brasil.

Ainda segundo Ibaneis Rocha, o aumento de casos é natural, pelo menos 70% da população terá o vírus em algum momento, e isso trará a imunização necessária para as pessoas, mas esse contágio “precisa acontecer de



forma gradual, não pode ser tudo de uma vez, porque se não a rede hospitalar não suporta”.

A expectativa é de que bares, restaurantes e eventos esportivos ou shows fiquem proibidos de funcionar por mais algum tempo. Pois nesses lugares sempre há um maior contato entre pessoas.

Outra medida tomada antes da reabertura do comércio, a Secretaria de Saúde, em 21 de abril, deu início a testagem em massa, por meio do serviço de drive-thru, nas regiões administrativas de Águas Claras e do Plano Piloto. Inicialmente foram disponibilizados 100 mil testes. Essa modalidade de teste teve como objetivo evitar aglomerações e, conseqüentemente, reduzir a transmissão do coronavírus.

O grupo prioritário para testagem é das pessoas com sintomas de gripe,

entre eles febre. É importante que essas pessoas estejam com sintomas a sete dias, no mínimo, de acordo com especificações técnicas dos fabricantes dos testes.

Todos os usuários precisam estar com documento de identificação e comprovante de residência.

Os atendimentos estão sendo feitos de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h, em pontos específicos das duas regiões administrativas.

O enfrentamento do Covid-19 é no dia a dia, com higienização constante de mãos e superfícies, obediência ao distanciamento e uso de máscaras se precisar sair de casa.

Até o fechamento desta edição, o DF tinha 879 casos confirmados, 24 mortos pelo coronavírus e 582 recuperados, segundo a Secretaria de Saúde.





**E**ntão ficamos assim, fique em casa, e peça comida baiana. Quer melhor? Localizada na praça de alimentação do Metrôpole Shopping, a Casa da Mukeka, é uma ótima opção para ficarmos em casa e comer bem. Mas depois que tudo passar, não esqueça que lá tem estacionamento coberto e GRATUITO!

A ideia começou com uma tradição da família nordestina que, há 20 anos na Semana Santa, fazia peixe para toda a família. E com tantos elogios resolveu montar o restaurante para receber mais amigos e mais familiares. A grande sacada da Casa da Mukeka é que você pode personalizar sua moqueca que fica pronta em cerca de 20 a 25 minutos com tudo fresco. Não quer pimentão vermelho, feito! Só pimentão verde, então. Até os temperos você pode escolher à vontade...

Os próprios donos vêm te atender, então você se sente ultra importante. De entrada pedimos o bolinho de bacalhau, que como todo o resto, é feito na hora. A massa é fresca e frita na hora. De lamber os dedos. Opaí oh!

## Casa da Mukeka

Em tempos de pandemia, fique em casa e monte sua moqueca



E depois pedimos moqueca baiana com pouco dendê e pode escolher quais temperos você quer no seu prato. O Chef Vladimir da Silva explicou timidamente pra gente como é feito. É uma moqueca de peixe, que você pode escolher entre as mais de 5 opções, que tem um pirão cozido, exclusivo da casa, feito com farinha importa-

da do Piauí. Acompanha pirão, arroz branco, salada, creme de camarão ou mandioca à sua escolha e a farofa de bacalhau! Agora pensa em uma pessoa que mergulhou de cabeça nessa delícia que é um misto de Piauí com Bahia! Dos Deuses!!! Comemos até pedir arrego! Olha essas fotos e veja se não é pra morrer.

você curtir a happy hour depois que acabar a quarentena né?

O local ainda não possui sobremesa, mas tem parceria com o Bistrô Açai que dá 10% de desconto no Sundae, buffet de sorvete e açaí. Mas pra quem preferir, tem também a sorveteria Stônia bem na frente.

*Apoie um restaurante local e peça no delivery da Casa da Mukeka!*



Os preços são mega competitivos e vale muito a pena. Essa moqueca que experimentamos serve duas pessoas gulosas e sai por R\$69,90. Tem uma variedade de pratos de peixes que fica entre R\$29,90 e R\$34,90. As porções individuais estão entre R\$10,00 e R\$19,90. A não ser a carne de sol na chapa, que é um prato enorme que sai por R\$34,90.

As bebidas também são baratas. Refri por R\$5,00 e cerveja importada por R\$7,00. Vale ou não vale a pena?

Toda sexta-feira a partir das 18:00 tem música ao vivo com MPB, para



### SERVIÇO

**Horário de funcionamento durante a quarentena:**  
quinta a domingo: das 11:00 às 22:00

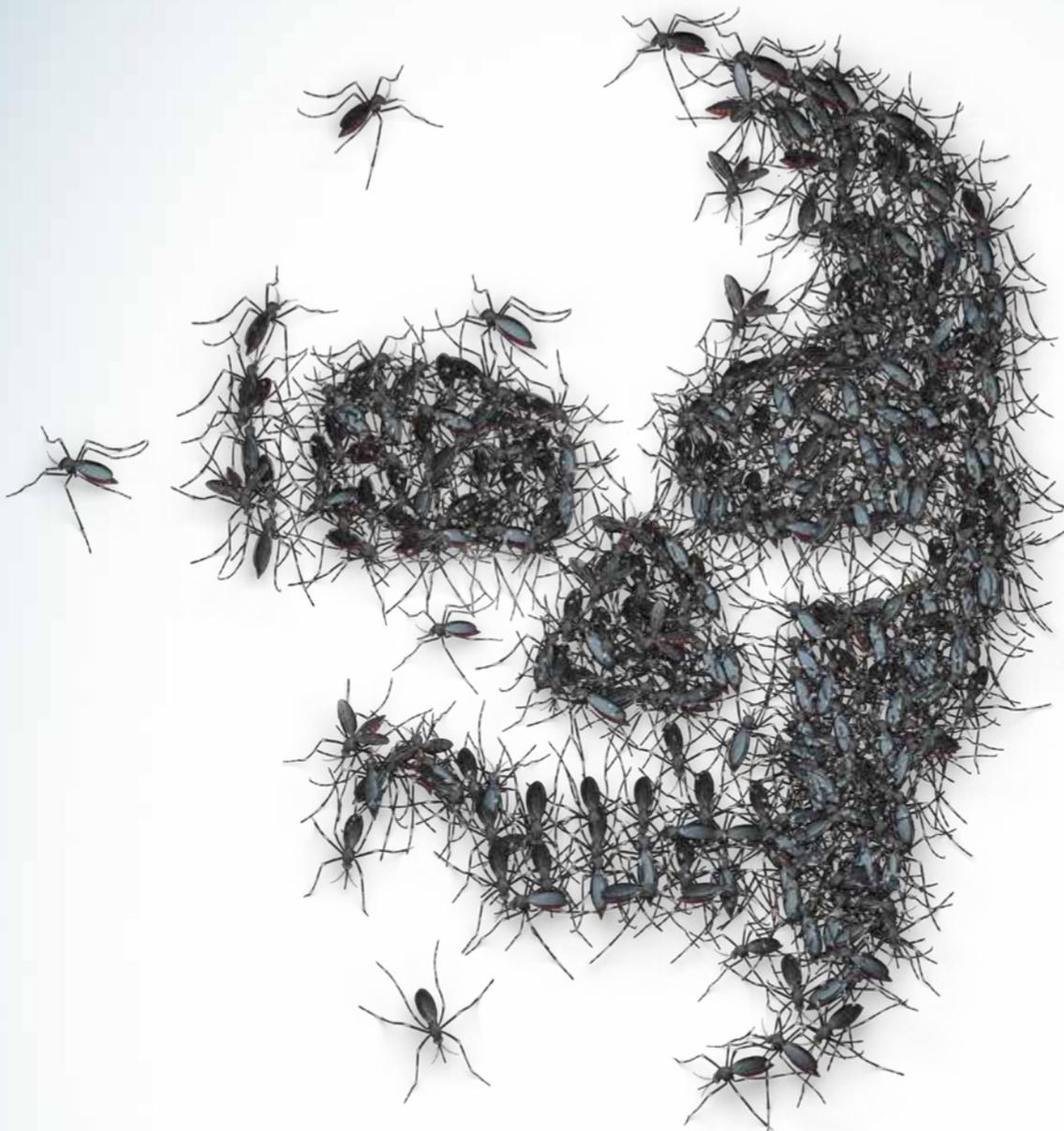
**Horário de funcionamento normal:**  
terça a domingo: das 11:00 às 22:00

**Endereço:** Av. Araucárias, 1525  
Metrôpole Shopping  
Delivery e Drive-Thru: 98257-2580 e Instagram

**Instagram:** @casadamukeka

# DENGUE

**Elimine os focos antes que o mosquito da morte elimine você.**



Ele ficou conhecido como o mosquito da dengue. Só que, de uns anos para cá, ele também passou a ser o mosquito da zika, da chikungunya e da febre amarela. Um inseto mortal, capaz de infectar até 300 pessoas durante o seu curto ciclo de vida. O mosquito da dengue se transformou no mosquito da morte. É preciso eliminar os focos para que ele não elimine você.

#### VEJA O QUE O GDF ESTÁ FAZENDO:

- O GDF está indo de casa em casa instalando armadilhas e checando os possíveis focos do mosquito;
- O GDF recebeu 40 veículos do Ministério da Saúde e aumentou a frota de fumacê;
- O GDF está limpando terrenos e recolhendo entulhos;
- O GDF capacitou 320 servidores para reforçar as equipes de combate à dengue;
- O GDF comprou produtos e insumos para combater o mosquito.

#### VEJA O QUE VOCÊ PRECISA FAZER:

- Não juntar lixo. Com as chuvas, ele se torna o principal criadouro do mosquito;
- Impedir que a água fique acumulada em qualquer tipo de recipiente capaz de abrigá-la, tais como: garrafas, tampas, vasos, pneus, baldes, calhas etc.;
- Manter as lixeiras e caixas-d'água tampadas;
- Denunciar pelo 160 a existência de casas e terrenos abandonados que possam servir de criadouro para o mosquito.