

# Abaixo-Assinado

Ano XVII • Número 131 • Setembro de 2020 • WhatsApp 97246-2213 • <http://jaajrj.com.br/jaajrj/> • [jornalabaixoassinado@yahoo.com.br](mailto:jornalabaixoassinado@yahoo.com.br)

## Queimadas criminosas no Pantanal, na Amazônia e em áreas do entorno do Parque da Pedra Branca

*O Parque Estadual da Pedra Branca, na zona oeste do Rio, abriga a maior floresta urbana do mundo. Os núcleos Piraquara, Pau da Fome, Quilombolas e Camorim compõem a unidade de conservação. Página 3*

fotos: Jorge Oliveira



Queimadas em Realengo e Jacarepaguá no Parque Estadual da Pedra Branca

Jacarepaguá

Vargens

O jornal das lutas comunitárias e da cultura popular

## Jacarepaguá 426 anos: história e luta Páginas 5 e 8



Igreja Nossa Senhora dos Remédios

## 15 anos do Jornal Abaixo-Assinado

Página 4



PAZ



JUSTIÇA SOCIAL



SOLIDARIEDADE E FRATERNIDADE



RESPEITO À VIDA



Semana Alternativa de Jacarepaguá

História de Jacarepaguá com o IHBAJA

“facebook.com/jaarj” 26/09, 19h

- Jacarepaguá no período Pré-Cabralino e no Pré-Colonial
- A resignificação do patrimônio histórico cultural da baixada de Jacarepaguá
- Jacarepaguá e seus hospitais de isolamento
- Questão fundiária em Jacarepaguá

IHBAJA Jornal Abaixo-Assinado

Enquanto isso, Bolsonaro trata com desdém a tragédia, mente e desinforma a população sobre o COVID

Página 4

Mais COVID na Página 6

## Editorial

# Denúncias contra Eduardo Paes, Marcelo Crivella e Wilson Witzel: pobre Rio de Janeiro

O Rio de Janeiro continua lindo. Todavia, a violência, o tráfico de drogas e os grupos de extermínios persistem. Povo pobre sofre nas portas de hospitais, com o desemprego e a carestia em alta. Soma-se, a isso tudo, a corrupção dominando todos os níveis dos poderes no executivo, legislativo e judiciário.

Num momento em que a população do Rio tanto necessita de políticas públicas para ampará-la contra os impactos da COVID, que agravam ainda mais a crise social que vivemos, nossos governantes dão claras demonstrações de que não se importam com a vida dos cidadãos e cidadãs cariocas e fluminenses.

Assistimos as batidas policiais e do Ministério Público nos gabinetes de políticos, magistrados e dos governantes que estão sendo investigados por corrupção. Delegados e promotores vasculharam as casas e gabinetes de Crivella, Eduardo Paes e Wilson Witzel em tempos de pandemia.

### Investigação sobre suposto 'QG da Propina' na Prefeitura do Rio

Força-tarefa do Ministério Público e da Polícia Civil investiga suposto esquema de corrupção na Prefeitura do Rio, expediu 22 mandados de busca e apreensão – um deles contra o prefeito Marcelo Crivella, que teve o celular apreendido.

A ação é um desdobramento da Operação Hades, deflagrada em março deste ano, na qual Marcelo Alves, ex-presidente da Riotur, o irmão dele, Rafael Alves, apontado como um dos homens de confiança do prefeito; e Lemuel Gonçalves, ex-assessor de Crivella, foram os principais alvos.

### Investigação contra Paes na Justiça Eleitoral

Eduardo Paes (DEM-RJ), ex-prefeito do Rio, foi alvo de um mandado de busca e apreensão no dia 8 de setembro e se tornou réu na Justiça Eleitoral por três crimes: corrupção passiva, lavagem de dinheiro e falsidade ideológica eleitoral.

Segundo a denúncia do Ministério Público Eleitoral, aceita pela Justiça Eleitoral, Paes recebeu R\$ 10,8 milhões de vantagens indevidas, via caixa dois, para sua campanha à reeleição à prefeitura do Rio em 2012.

### Governador afastado e secretário de saúde preso em plena pandemia

O governador Wilson Witzel está sendo investigado por corrupção e foi afastado do governo após a operação Tris In Idem, que investiga irregularidades e desvios em recursos da saúde do Rio de Janeiro.

A Procuradoria Geral da República (PGR) afirma que o governo do RJ estabeleceu um esquema de propina para a contratação emergencial e para liberação de pagamentos a Organizações Sociais (OSs) que prestam serviços ao governo, especialmente nas áreas de Saúde e Educação.

A PGR denunciou no dia 28 de agosto o governador do Rio de Janeiro, Wilson Witzel (PSC), a primeira-dama, Helena Witzel, e outras 7 pessoas por corrupção ativa e passiva e lavagem de dinheiro.

### Lutar é preciso

O que acontece na política do Rio de Janeiro é um desrespeito com o povo trabalhador dessa cidade e desse estado. É inacreditável que os governos de Marcelo Crivella e Wilson Witzel tenham chegado tão longe com tantos escândalos de corrupção e improbidade.

O **JAAJ**, claro, é a favor de que esta situação seja investigada e todos os fatos apurados. Seguimos em busca de justiça e de um futuro melhor para o povo fluminense e carioca.

**EXPEDIENTE**  
**Abaixo-Assinado**  
Jacarepaguá  
Vargens

Distribuição gratuita pelos bairros e comunidades da Baixada de Jacarepaguá  
JAAJ é uma publicação da Rede Popular de Comunicação (RPC) e da IPL Clipping - CNPJ 31.555.759/0001-64  
Para críticas, sugestões e reclamações: [jornalabaixoassinado@yahoo.com.br](mailto:jornalabaixoassinado@yahoo.com.br)  
<http://jaajrj.com.br/jaajrj/> - Tels (21) 97246-2213  
\*\*As matérias assinadas são de responsabilidade dos autores.

**Conselho Editorial:** Alexandre Veiga, Alexandrina, Almir Paulo, Anna Karolina, Carla Scott, Carlos Motta, Cláudio Mattos, Cíntia Travassos, Ione Santana, Ivan Lima, Jane Nascimento, João Magalhães, Manoel Meirelles, Marcus Aguiar, Miguel Pinho, Paulo Silva, Renato Consentino, Renato Dória, Roberto Senna, Severino Honorato, Sílvia da Costa, Val Costa, Valmíria Guida, Vaneide Carmo e Wladimir Loureiro.  
**Coordenação Geral:** Almir Paulo.  
**Arte e Diagramação:** Jane Fonseca.  
**Mídia Digital:** Carla Scott, João Magalhães, Pedro Ivo e Sílvia da Costa.

\*\*Todo material enviado ao E-mail, Blog e Facebook do jornal é autorizado automaticamente para a divulgação e também não é gratificado.



Cozinha da  
Tia Neli  
**Pavê  
Meu  
Bem**



Fiz esse pavê para o almoço lá da escola, antes da pandemia, e eles aprovaram, mas eu achei que ficou muito doce, então reescrevi a receita. Ah! Essa receita dá um pirex bem grande, tipo para umas vinte pessoas, logo, se seus degustadores forem poucos, reduza à receita a metade.

### Ingredientes para o Creme

- 500g de amendoim torrado e moído (2 xícaras para o creme e o restante para salpicar em cima da cobertura)
- 400g de manteiga
- 2 gemas
- 1 caixa de creme de leite
- 1 xícara de açúcar
- 2 latas de leite condensado
- 1 colher (sopa) de baunilha
- 3 pacotes de biscoito maisena
- 3/4 de xícara de leite (para umedecer os biscoitos)

### Ingredientes para a Cobertura

- 220g de chocolate ao leite

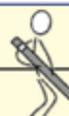
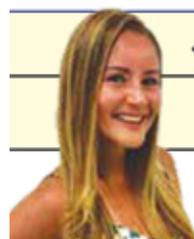
- 1 caixa de creme de leite

### Modo de Fazer o Pavê

**Creme** – Bata a manteiga com o açúcar até obter um creme claro. Acrescente as gemas, o leite condensado, o creme de leite e a baunilha sempre mexendo. Por último misture o amendoim.

Em um refratário coloque uma camada de biscoitos umedecidos no leite (não deixe amolecer, é só umedecer), uma camada de creme outra de biscoitos até colocar a última de biscoitos, sendo que nessa os biscoitos não precisam ser molhados. Coloque a cobertura e salpique o amendoim restante. Levar a geladeira por umas 5 horas para dar consistência.

**Cobertura** – Misturar o chocolate ao creme de leite e ir amolecendo no micro-ondas ou no banho maria até virar uma pasta mole.



Professora Juliana Bernardo

Dicas para fazer redação

## A coesão



Olá, queridos estudantes e leitores do **JAAJ**, como vão?

Nesta edição chamarei atenção a um importante aspecto da escrita de textos: a **coesão**. Ela é fundamental, a fim de que se escreva com pleno sentido, além da produção textual proporcionar uma “costura” de ideias conexas. Através das classes gramaticais, é possível assegurar a não repetição de vocábulos, facilitando a ligação das orações. Trago a vocês as dez classes de palavras, e suas respectivas explicações, as quais propiciarão harmonia e conformidade ao seu texto:

- Substantivos nomeiam seres, sentimentos, conceitos e também são conhecidos como sinônimos, pois evitam a reiteração de termos já escritos.
- Artigos são aqueles que determinam e indeterminam os nomes (o, a, os, as, um, uns, uma, umas).
- Adjetivos caracterizam os substantivos e não apenas os qualificam.
- Pronomes acompanham ou substituem um nome e definem a pessoa do discurso.
- Preposições unem uma palavra a outra,

estabelecendo uma relação entre elas.

- Conjunções ligam orações afirmando um elo de coordenação ou de subordinação.
- Interjeições são vocábulos ou expressões que evocam emoções.
- Verbos manifestam ações ou estados.
- Advérbios acompanham verbos, adjetivos ou outros advérbios modificando-os.
- Numerais expressam quantidades, frações, múltiplos e ordem.

Torna-se extremamente relevante estudar constantemente a morfologia da Língua Portuguesa, pois através dela, a redação terá o resultado positivo nos exames prestados. Não se esqueça de estar sempre com a gramática bem pertinho de você!



## Meio Ambiente & Turismo

Carla Scott - Ecologista

### Queimadas criminosas nas áreas do entorno do Parque Estadual da Pedra Branca

O ano de 2020 não está nada fácil. Além da pandemia que assola e preocupa o mundo todo, estamos enfrentando uma temporada de incêndios florestais das mais devastadoras.

Nos Estados Unidos, a Califórnia arde em chamas e, não muito diferente, o Brasil perde hectares dos seus principais biomas — o Pantanal e a Floresta Amazônica.

Para se ter uma dimensão da gravidade, as fumaças das queimadas na Amazônia e no Pantanal já se estendem por mais de 3 mil quilômetros do território do país. Na Floresta Amazônica, em menos de 10 dias, foram 12.412 focos. O número passa da metade do que foi registrado no mês inteiro do ano passado — 19.925 focos.



Jaguar mortuária na estrada

## Ardemos em chamas: em Jacarepaguá, no Pantanal e na Amazônia

fotos: João Paulo Guimarães (Repórter Brasil)

O Pantanal já perdeu mais de 10% do território para o fogo este ano. Ou seja, aproximadamente 2,3 milhões de hectares — essa área representa o tamanho de quase 10 vezes o tamanho das cidades de São Paulo e Rio de Janeiro juntas.

A fumaça e o fogo deixam os animais desorientados. A falta de água em riachos e lagoas deixam os animais sedentos. Muitos morrem de sede, fome ou queimaduras, e não conseguem se locomover.

Infelizmente estamos vivendo um desgoverno, que prefere contestar as críticas da população e negar a complexidade da situação. A preferência é para o apoio a pecuaristas e às

grandes indústrias de carne bovina.

Traçando um paralelo com nossa cidade, também acompanhamos de perto nos últimos meses um grande aumento de queimadas nas áreas do entorno do Parque Estadual da Pedra Branca, nos bairros da Taquara, Vargem Grande e Realengo.

Temos conhecimento de casos de queda de balões, mas também sabemos que a maioria desses incêndios é criminosa, afetando principalmente as construções irregulares e a especulação imobiliária na região.

Seguimos em frente e continuamos na nossa luta diária para a preservação do meio ambiente!

Queimada no Pantanal

## Rede Ambiental JPA

Jacarepaguá tem uma longa história nos limites da expansão urbana e dos verdes coloridos de nossas florestas. O grande bairro de Jacarepaguá se encontra entre dois maciços, o da Pedra Branca (Parque Estadual da Pedra Branca) e o da Tijuca (Parque Nacional da Tijuca), e ainda compreende o complexo lagunar de Jacarepaguá. A preservação do verde nas zonas de amortecimento dos dois parques é imprescindível para a contenção das águas das chuvas, evitando enchentes.

Dentro de um contexto histórico, o bairro já foi terra de engenhos, local de extração de anil, plantação de café e banana, entre outras atividades. Suas terras, de 'certa forma', sempre foram invadidas — antigamente, para suprir o Distrito Federal, que era a cidade do Rio de Janeiro (mais concentrado no Centro da cidade e Zona Sul) e, hoje, em razão da expansão do crescimento imobiliário regular e irregular.

Com isso, movimentos foram aparecendo para defender os resquícios de floresta do bairro. A Rede Ambiental de Jacarepaguá nasceu após o grande incêndio do dia 24 de junho de 2020, no vale do Quitite, zona de amortecimento do Parque Nacional da Tijuca, causado por balão. Os moradores de Jacarepaguá, unidos, podem defender as florestas da região. Temos o dever e o direito de vivermos em um ambiente saudável, mas, para tal, precisamos trabalhar juntos. Portanto, mãos à obra!

## Ciclovía Já nas Vargens

“Fizemos no dia 7 de setembro, pela manhã, uma “bicicletada” cobrando a tão prometida, pelo Poder Público, ciclovía ligando Vargem Grande ao Recreio dos Bandeirantes, pela avenida Vereador Alceu de Carvalho (Rio Morto)”, frisa o presidente da Associação de Moradores e Amigos de Vargem Grande (Amavag), Renato Rocha.

A construção coletiva “O futuro que queremos”, com o apoio da Amavag, realizou no Dia da Independência a “bicicletada”, um manifesto pela construção da ciclovía da estrada do Rio Morto.

Este ano, a atividade, batizada de Rio Horto, contou com um número reduzido de



fotos: Renato Rocha

Ciclovía Já nas Vargens



Bicicletada a favor da ciclovía

participantes para garantir os cuidados necessários em virtude da pandemia. Com o nome Rio Horto, os ciclistas aproveitaram para plantar árvores e flores ao longo da via e colocar placas. A manifestação acontece anualmente como forma de cobrar a conclusão da rede cicloviária entre o Recreio e as Vargens, e visa atender tanto os trabalhadores que utilizam a via diariamente para acessar seus postos de trabalho quanto os moradores que se aventuram na pista para acessar a praia.

Essa é a forma de deslocamento mais eficiente e sustentável, e os moradores seguem na luta pela execução da obra prometida há mais de 10 anos. Ciclovía Já!



## É pra lutar nosso jornal

Certa vez ouvi do meu inesquecível e brilhante mestre Darcy Ribeiro: “No dia em que todo brasileiro comer todo dia, quando toda criança tiver um primeiro grau completo, quando cada homem e mulher encontrar um emprego estável em que possa progredir, se edificará aqui a civilização mais bela desse mundo”.

Almir Paulo

A primeira edição do **Jornal Abaixo-Assinado de Jacarepaguá e das Vargens (JAAJ)** saiu às ruas em 10 de março de 2005. Com 15 anos de estrada, sabemos que muito temos de caminhar para consolidar um projeto popular arrojado como este, que nos propusemos fazer.

“Nada de grande no mundo é feito sem paixão”.

Essa belíssima frase é de Hegel. Queremos reescrevê-la assim:

“Nós estamos fazendo com paixão e muita luta o **Jornal Abaixo-Assinado**”.

Paixão porque é um sonho. Paixão por querer um jornal que retratasse a luta, a perseverança e a resistência do povo organizado da Baixada de Jacarepaguá por melhores condições de vida. E conseguimos isso em seus 15 anos de existência.

Pode nos faltar apoio dos ricos ou das grandes empresas, mesmo assim colocaremos o **Jornal Abaixo-Assinado** nas ruas, custe o que custar, doa a quem doer, porque o que importa para nós não é a sua dimensão física, e sim a sua dimensão política e social em defesa dos oprimidos.

Esse jornal é pra lutar!



## 15 anos de luta do Jornal Abaixo-Assinado de Jacarepaguá e das Vargens

Ivan Paulo

Desejar é o primeiro passo para a conquista de nossos sonhos. E é por isso que aniamos tanto pela construção de um jornal popular na Baixada de Jacarepaguá que pudesse fazer ecoar vozes democráticas e libertárias no seio do conservadorismo e clientelismo enraizado na região. Daí surgiu, em 2005, o **Jornal Abaixo-Assinado de Jacarepaguá e das Vargens (JAAJ)**. E 15 anos se passaram, com 130 edições impressas nas ruas divulgando as lutas em defesa da qualidade de vida, contra as injustiças sociais e pela democratização dos meios de comunicação.

A linha editorial do **Jornal Abaixo-Assinado** baseia-se na defesa da qualidade de vida da população da Baixada de Jacarepaguá. Somos um coletivo de moradores preocupados com o abandono dos bairros da região pelo Poder Público. Nosso objetivo é informar visando abrir, cada vez mais, novos espaços para debates que estimulem a conscientização e a participação de todos na solução de problemas de nossa região.

Sabendo da importância do movimento popular para mudar, avançar, conquistar e manter nossos direitos, e considerando que a informação é direito coletivo e bem social, nossa proposta é a construção permanente de uma Rede Popular de Comunicação — que já está em curso por meio do **Jornal Abaixo-Assinado**, do Facebook, do Blog e da Editora RPC. Em breve, lançaremos nosso site e o canal de TV no YouTube.

Nossas diretrizes são cristalinas: ampla divulgação das lutas dos movimentos sociais da Baixada de Jacarepaguá; ativar o interesse das comunidades pelo que acontece em nosso bairro, nossa cidade e em nosso país; disseminar a cultura popular; e contribuir para a interação entre esses movimentos de forma que possam fortalecer-se, rompendo, inclusive, barreiras de classe socioeconômicas para caminhar em direção à construção de uma grande rede de ação social.



Marcus Aguiar  
Professor de Geografia  
e morador da T.Águara

## Bolsonaro: desdém, mentira, birra, miséria e...morte

Em abril, quando tocado o assunto sobre o momento em que o Brasil ultrapassou o número de mortes da China, Bolsonaro retrucou com um “E daí? Lamento. Quer que eu faça o quê?”, mostrando todo seu desprezo pelos então mais de 5 mil mortos pela covid-19.

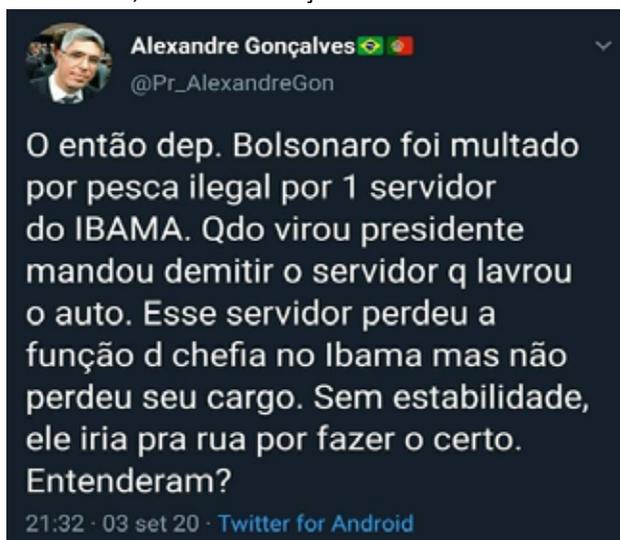
Na verdade, o presidente fez muito para ocorrer um aumento exponencial de mortes que viria a chegar a 127 mil em setembro. Assim como bem lembrou Leonardo Sakamoto em sua coluna no portal Uol do dia 08/09 “Para Bolsonaro, a letalidade do vírus é invenção do Jornal Nacional. Quarentena? Coisa de brasileiro covarde. Cemitérios lotados? Mentira, são caixões enterrados com pedras. Medalha de prata global, com quase 127,5 mil óbitos? Lamento, todo mundo morre um dia”.

Bolsonaro fez, faz e pretende fazer muito para agravar tanto a crise de saúde nacional causada pela pandemia do novo coronavírus, quanto a vida em geral e o bem-estar de trabalhadoras e trabalhadores. O presidente preferiu agir como criança birrenta e mimada quando o Supremo Tribunal Federal alegou que as decisões acerca dos métodos de isolamento deveriam passar pelos governos Estaduais e Municipais.

Lembremos que Bolsonaro inicialmente era contra o auxílio emergencial. Pelo Ministro da Economia, Paulo Guedes, não teria auxílio, mas se fosse o caso, o mesmo deveria ser de R\$200. Somente após a forte pressão da oposição ao governo e votação parlamentar, o auxílio de R\$ 600 foi possibilitado.

Enquanto o governo se nega a gastar dinheiro com campanha nacional de testagem em massa (estratégia comprovada eficaz para o controle da pandemia), prefere disponibilizar 1,2 trilhão para Bancos. O presidente se permite entrar numa sinuca de bico quando uma proposta de perdão de dívidas que equivalem a quase um total de R\$ 1 bilhão de igrejas é aprovada pelo congresso.

A proposta de reforma administrativa enviada pelo governo Jair Bolsonaro ao Congresso Nacional mantém privilégios de poucos, retira direitos de muitos e ainda abre brecha para perseguição de servidores, fragilizam a condição de trabalho, especialmente o fim da estabilidade. Como vi em um *tweet* de autoria do pastor, policial e Diretor Parlamentar do Sindicato dos Policiais Rodoviários Federais-SC, Alexandre Gonçalves:



Importante lembrar que a Reforma Administrativa não propõe mexer na “cúpula”, nos cargos do judiciário, dos militares, tampouco dos parlamentares. Curioso, não?

Além de todas essas crueldades, o governo anunciou uma redução no salário mínimo para 2021. De R\$ 1079 para R\$ 1067, essa mudança consta no plano de despesas e receitas de 2021. E a cesta básica? O preço sobe. As trabalhadoras e trabalhadores se veem cada vez mais encurralados.

Enquanto isso, Bolsonaro trata com desdém a tragédia, mente e desinforma a população para criar pânico e se fazer de “Messias” em seguida, brinca de guerrinha, fortalece seu lado e ceifa vidas.



Fonte: Pelicano (Cartunista)



Miguel Pinho  
Diretor do Sindicato Estadual  
dos Profissionais da Educação  
do Rio de Janeiro (SEPE)

## Educadores respondem com “greve pela vida” a possibilidade de retorno às aulas presenciais

Não é novidade para ninguém que vivemos uma pandemia e que houve mudanças radicais na forma como levamos nossas vidas. No Brasil, apesar de termos adotado logo com os primeiros contágios a prática de isolamento social, faltou coordenação nacional, em especial na figura do Presidente Jair Bolsonaro, para tomar medidas necessárias para garantir que as pessoas pudessem fazer o isolamento com segurança e dignidade. Desde quando o número de infectados e mortos cresceu a partir de março, vivemos a paralisação das atividades escolares presenciais. O ensino passou a se dar de forma não presencial, em sua maioria, através de plataformas digitais.

O ensino remoto escancarou as desigualdades existentes no Brasil. Enquanto os alunos da rede privada, com mais acesso a internet, mesmo com todas as limitações, se mantiveram integradas às atividades educativas, os da rede pública tiveram dificuldades de acesso. Quando vamos pensar a rede pública, em sua maioria com alunos mais pobres e com menos acesso a recursos tecnológicos, os professores relatam uma baixíssima adesão nas ati-

vidades à distância. Segundo um levantamento do DIEESE 20% das casas no Estado do RJ não tem disponibilidade de instalação de internet e que em 34% não tinham acesso por restrições financeiras.

Então qual deveria ser a postura dos governos? Apontar para uma reabertura das escolas como apontou Crivella ou Pedro Fernandes (Sec. de Educação do Estado)? Existe uma previsão de retorno das escolas particulares para 14 de setembro e das escolas públicas para início de outubro. Isso tudo sem o menor controle da pandemia, e com mais 800 óbitos nos pais por dia. As escolas são um espaço de aglomeração de trabalhadores da educação, de crianças e jovens e que podem fazer disparar o número de contaminados e mortos. Uma criança que se contamina na escola, além de infectar professores e colegas, também leva o vírus para sua família. Voltando a falar de escolas públicas, muitas delas não têm nem fornecimento regular de água, falta papel higiênico e sabão nos banheiros, vai ter máscara e álcool para todos?

Não é hora de retornarem as aulas. É preciso sim garantir políticas públicas de acesso à internet e demais tecnologias para jovens estudantes. É preciso garantir que a pessoas tenham renda para não precisarem se expor sem necessidade ao vírus e que seja prorrogada pelo menos até dezembro o auxílio emergencial de 600 reais.

Escola é lugar de vida, não de morte. Por essa razão os educadores, tanto da rede pública, como da rede privada, decidiram iniciar a campanha de greve pela vida, contra a reabertura das escolas enquanto não houver vacina ou controle da pandemia de covid-19.



## Jacarepaguá 426 anos Vamos lutar por um bairro mais participativo!

Renan Costa\*

O bairro de Jacarepaguá, até os anos 1970, era considerado uma área rural, com seus pequenos sítios, herdeiro de alguns engenhos. E para os historiadores, era conhecido também como o sertão carioca. O perfil dos seus moradores era quase de uma cidade interiorana. Com a explosão demográfica e imobiliária iniciada nos anos 1980, muita coisa mudou. E para pior.

Muitos irão retrucar essas afirmações dizendo que isso é coisa de saudosista. Aqueles que acham que o passado sempre será melhor do que o presente. Pode até ser, confesso, mas não é bem assim. Um exemplo, o adensamento da população em condomínios trouxe um



novo perfil de moradores, uma classe média em sua maioria bem conservadora, incapaz de refletir sobre a necessidade de debater temas sociais, como a necessidade de políticas públicas na saúde, cultura, transportes e educação para o bairro.

Esse novo perfil se reflete nas urnas. Os representantes políticos eleitos com base na região se caracterizam pelo conservadorismo nas propostas para o bairro, se limitando ao assistencialismo,

especialmente nas comunidades mais vulneráveis socialmente. Quase sempre se aliando ao governante de plantão, seja lá quem for. Não existe uma representação combativa, de novas propostas e que possibilite o diálogo verdadeiro com a população para ouvir suas reivindicações,

Neste aniversário de 426 de Jacarepaguá não podemos perder a esperança. É preciso que as entidades progressistas, sejam as associações de moradores, os partidos políticos ou mesmo os cidadãos do bairro organizados, dialoguem com a população, mostrando que é possível construir um bairro mais solidário, onde a participação social tenha espaço de verdade. Vamos lutar por um bairro mais participativo!

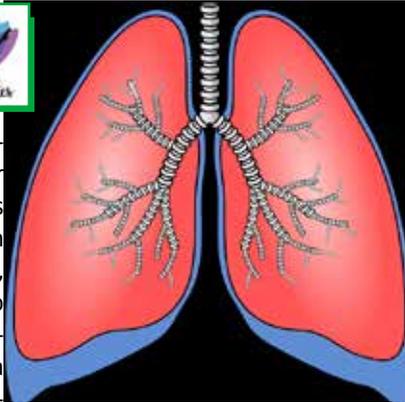
\*Morador de Jacarepaguá, jornalista e diretor do Sintesi-RJ.



## A importância da capacidade pulmonar e os cuidados físicos em tempos de Covid-19

**Espaço Equilibrates** Reabilitação & Saúde

Dr. Cristiane Giannotti - Fisioterapeuta



Devido ao tempo de isolamento, passamos a permanecer por mais tempo dentro de nossas residências, evitando o contato com o mundo externo, como prevenção à contaminação da COVID-19.

Com a pandemia do novo coronavírus, manter ou melhorar a capacidade respiratória tornou-se ainda mais importante e muito se tem falado sobre ela.

Os exercícios respiratórios têm sido orientados a serem realizados diariamente, se possível com duração de cinco minutos, a fim de trabalhar a capacidade pulmonar com técnicas de respirações profundas.

Normalmente é indicado como exercício: realizar uma inspiração profunda, seguida de um tempo de pausa inspiratória e posteriormente uma expiração profunda.

Diariamente, trabalhamos apenas com a capacidade de volume corrente pulmonar, que é quantidade de ar que o pulmão necessita para atuar fisiologicamente sem esforço. Durante esse exercício respiratório proposto, realiza-se a inspiração e a expiração mais profunda, levando o pulmão a um esforço maior dentro de suas capacidades máximas. Assim ele aumenta sua resistência nos volumes de reservas e fortalecemos a capacidade pulmonar.

Esses exercícios podem ser potencializados executando movimentos de elevações de braços durante a inspiração e realizando movimentos de descida dos membros ou aproximação deles ao corpo durante a expiração, facilitando a mobilidade da caixa torácica e favorecendo ainda mais a abertura e fechamento da costela, aumentando a entrada e a saída do ar dos pulmões. Vale lembrar que esses exercícios são indicados apenas para melhorar a capacidade pulmonar. Nos pacientes com histórico de asma, bronquite ou enfisema deve-se aumentar o tempo do ar expirado mais do que o ar inspirado.

Também são indicados para o controle da massa óssea e melhora da resistência física e pulmonar as atividades aeróbicas,

cas, como caminhadas, corridas, andar de bicicleta e outros esportes que podem ser feitos ao ar livre, preconizando o uso de máscaras respiráveis e adequadas à prática física. Elas aumentam a frequência cardíaca e fazem o corpo trabalhar numa potência pulmonar mais elevada, aumentando a resistência do corpo. O impacto do exercício auxilia no controle da massa óssea, evitando o aumento da porosidade óssea.

Vale lembrar também sobre a importância da vitamina D em nosso corpo, já que é a grande aliada na prevenção da osteoporose. Ela é essencial para o bom funcionamento do organismo, garantindo um equilíbrio entre os órgãos e várias funções do corpo humano. É responsável por regular a absorção de cálcio e fósforo, mantendo o cérebro funcionando perfeitamente, além de fortificar ossos, dentes e músculos – inclusive o coração. Muitas pessoas ficaram preocupadas em repor a vitamina D com comprimidos ou alimentação, mas a exposição ao sol é o que realiza sua absorção no organismo.

O Pilates também tem sido muito indicado como atividade física, por ter como seu maior princípio a respiração. É também associado a outros benefícios importantes ao corpo, como ganho de força muscular, flexibilidade, mobilidade, coordenação e equilíbrio. O ideal é realizar essa atividade em locais que estejam trabalhando dentro das normas de biossegurança do conselho profissional.

Manter a capacidade pulmonar é importante, assim como a saúde física e mental, para ter um corpo saudável e ativo. **Respire fundo num lugar seguro e use máscara para se movimentar em ambientes públicos.**

Espaço Equilibrates- Fisioterapia, RPG, Pilates, Neopilates, LPF e Yoga (Praça Seca, 50 – salas 401 e 404)

Facebook: Fisioterapia Cristiane Giannotti / Cris Giannotti Pilates | Instagram: @espaqueoquibrates / WhatsApp: (21) 98818-2712



**Eterna Aprendiz**

Claudia Scott - Publicitária  
Instagram: @claudia\_scott1

## O que o corona pede?

Até novembro do ano passado, Corona para mim era a diva que cantava “The rhythm of the night” na década de 90 ou a cerveja Corona (marca mais popular do México). De dezembro para cá, corona passou a ser uma ameaça: inicialmente distante, mas atualmente tão presente.

Ao propor uma quarentena, o governo fechou escolas, incentivou as empresas a adotarem o *home office* para seus funcionários e esvaziou a cidade, sugerindo um distanciamento social. O corona pediu que nos afastássemos.

Convenhamos que distanciamento social para um povo que está acostumado a abraçar e a dar dois beijinhos é algo difícil, porém possível, já que estamos falando do bem comum. Taí: bem comum. Há quanto tempo não paramos pra pensar sobre isso?

Em tempos de individualismo exacerbado, em que “farinha pouca meu pirão primeiro”, o corona pede que pensemos também no outro.

Tão estranho falarmos em coletividade quando estamos acostumados a ter mais vida social nas redes sociais do que presencialmente, né? Afinal, quantas pessoas andam por aí mergulhadas em seus celulares? Quantas famílias estão verdadeiramente presentes nos jantares antes de dar o tablet para o filho ficar quieto ou checar a última notificação do Whatsapp? Enfim, não temos tempo a perder e não podemos parar. Mas o corona nos parou. O corona pediu pausa.

Crianças em casa, e alguns adultos que podiam ficar também ficaram. Menos convivência nas ruas, mais convivência no lar. Ficamos em casa com aqueles que gozam da nossa intimidade diariamente, mas que muitas vezes não recebiam a atenção necessária. Chegamos do trabalho em casa tão cansados, né? Mais do que ficar em casa, o corona pediu que a gente ficasse em família.

Então, foi preciso que nos afastássemos dos outros pensando não só no nosso bem, mas também no bem comum. Pausar nossas atividades, porém conviver mais em família, com quem realmente importa. Parando para pensar, talvez o que o corona nos tenha exigido seja exatamente o que estávamos precisando fazer tempo.



## Cansado de ouvir falar em coronavírus?

Maria Beralina Antonio  
Professora

A sociedade está cansada de ouvir falar em violência e pandemia e quer a sua vida normal de volta. Retomar a rotina de trabalho e estudos dá a falsa ilusão de que a pandemia foi embora. Mas a pandemia é real ou uma simples “gripezinha”?

Para alguns com a imunidade alta, sem doenças pré-existentes e que tomam todas as medidas de precaução (higienizar as mãos constantemente, usar máscaras e evitar aglomerações), pode ser sim somente uma “gripezinha”, porém para mais de 120.000 pessoas no Brasil não foi bem assim!

Imaginem toda a população do Tanque e da Taquara morrendo em seis meses! Exatamente isso! Nenhuma pessoa sobrando para contar a história! Será que todas essas pessoas tinham doenças pré-existentes? Não, muitas eram saudáveis, atletas, com imunidade boa. Então o que aconteceu? Os cientistas ainda pesquisam, no entanto o que se sabe é que essa doença não segue uma mesma linha, um padrão, em todos os contaminados. Cada organismo reage de uma forma. Fazer o quê se os meios de prevenção conhecidos não são tão eficientes?

Como vou evitar aglomerações num transporte público ineficiente? Segundo o site do próprio BRT, a expectativa de passageiros do corredor Transcarioca é de 70.000 passageiros por dia. Embora no início da pandemia tenha existido uma higienização mais constante e limites de passageiros por ônibus, o que se vê hoje são ônibus superlotados e em péssimas condições de conservação. O ideal seria que, em pequenas distâncias, o percurso seja feito a pé, evitando assim aglomerações e melhorando a capacidade cardiorrespiratória, o que dificulta que o vírus se fortaleça no organismo.

Outro fator muito importante é a higienização. Como manter uma boa higienização se, segundo o IBGE, 47,6% da população brasileira não tem coleta de esgoto? Outro fator que influencia diretamente na imunidade é a alimentação correta. No Brasil, segundo a ONU, 15 pessoas morrem a cada dia por subnutrição. O índice de obesidade também está crescente, obesidade é resultado de má alimentação, levando a problemas como o alto diabetes, fator de risco para o Covid-19.

Boa alimentação, higienização e atividade física, melhoram a imunidade, fortalecendo o organismo, o que não garante que você não será contaminado, mas ajuda que seu organismo tenha forças para lutar contra o vírus.



Lançamento de esgoto in natura no Rio Grande. A falta de saneamento básico é um dos principais entraves para o combate ao Novo Coronavírus no Brasil.

# Conexão e Manifesto: o que representam os coletivos culturais

Com propostas que atravessam o universo artístico e político, o *Movimente-se* retrata o encontro entre o entusiasmo da juventude e a criatividade popular descoberta nas raízes locais

Por Esther Ferreira\*

Nascido da união de círculos estudantis, a ideia da organização surgia há sete anos, quando a atuação de jornais escolares deu ao grupo de alunos de Jacarepaguá um vislumbre das agitações sociais do bairro. Em 2015 os estudantes acompanharam comoções civis como a arborização da Estrada dos Três Rios e uma passeata por segurança na Freguesia, criando uma rede essencial de valores para o crescimento do coletivo. Nesse mesmo tempo despertou a iniciativa de agrupar e mobilizar vozes e olhares jovens que focassem nas características do bairro.

Um ano depois, apesar de inicialmente terem idealizado eventos teatrais, o ponto de partida do movimento tinha à sua disposição uma variedade de bandas da cena musical local. Assim tomou forma o primeiro festival artístico *Movimente-se*, que aconteceu na Lona Cultural em 2016. Além dos artistas de núcleos entre colégios, o evento contou com o suporte de várias equipes como a Associação de Moradores e Amigos da Freguesia, o

Movimento Metrô e o Movimento das Varagens, dando possibilidade de um debate amplo sobre as questões que rodeiam os moradores de diferentes áreas.

Como explicam alguns dos integrantes, na época o conjunto social que fazia parte dos eventos tinha a mentalidade distanciada da cultura popular, reproduzindo estilos artísticos que apesar de serem parte da comunidade, eram “importações” que não tinham nada em comum com a história dali. Desafiando as imposições das “bolhas colegiais”, o grupo apostou na descoberta real do território. Explorando e marcando presença em lugares como as comunidades da Covanca e da Boiúna, onde inclusive realizaram uma oficina de danças peruanas guiadas pelo artista Kevin Huamaní Ochoa em 2019.

A equipe agora mais madura percebe a necessidade de expandir seu corpo social, por isso estão conduzindo uma espécie de reforma de evolução no *Movimente-se*. Diante de todas as controvérsias socioeconômicas que assolam o enorme bairro que completa

426 anos no dia 9 de setembro, a organização que agora comporta dezessete colaboradores compreende a necessidade de superar os ciclos de tentativas de associações anteriores que se empenharam mas se perderam entre gerações.

Dentre os projetos do “Novo *Movimente-se*” está a ampliação para nível municipal e até estadual. A equipe já reúne contatos no interior do Rio de Janeiro e planeja se lançar em busca de uma dispersão de eventos por todo o estado. A ideia de se expandir parte da proposta de criar uma estrutura sólida de produção política e cultural, onde o coletivo receberia novas personalidades ou mesmo projetos já existentes, oferecendo a possibilidade de diálogo e direcionamento sobre o potencial da luta popular em bases diversificadas.

Vendo as diferenças de idade e classe econômica como fatores a serem incorporados para a conservação do projeto, o time formado por estudantes de Ciência Política, Cinema, Sociologia e Economia deseja resga-



Foto: Beatriz Gaspar

tar e estimular o interesse no hábito da organização civil dos residentes não só de Jacarepaguá, mas de todo o Rio. O percurso dessa imersão popular é precisamente unido aos debates sobre a origem das disputas entre os interesses locais e externos, entre os grupos dispostos a resistir e os grupos dispostos a entregar. O futuro do *Movimente-se* aposta no costume de pertencer inteiramente às origens – a Jacarepaguá, ao Rio de Janeiro, ao Brasil e à América Latina. E dessa maneira acredita que promovendo o reencontro desses vínculos, dá-se continuidade à tradicional luta do povo.

\**Estudante e moradora da Freguesia*



Cintia Travassos  
Produtora  
Texto e fotos

## Dulce Gaspar: talento e criatividade

Moradora de Curicica, Jacarepaguá, Dulce Gaspar é diretora, atriz, escritora, poetisa e graduada em Produção Cultural pela IFRJ. Para ela, tudo começou no ano de 1992, quando produziu o seu primeiro livro de poesia. E a partir daí, então, começou a receber diversos convites para a produção de espetáculos teatrais. Assim, foi para Belo Horizonte, a convite do ator e humorista Otávio Carvalho, foi para Belo Horizonte, para produzir o seu espetáculo infantil *O pirata legal*, e esta produção abriu as portas para que, juntos, criassem a D' Gaspar Produção.

Após 10 anos de muito trabalho e desenvolvimento pessoal e intelectual, Dulce Gaspar e Otávio de Carvalho voltaram para o Rio de Janeiro para produzir, dirigir e realizar um programa de humor na antiga CNT, que foi apresentado por um ano, aproximadamente.

Em 2010, ela começou a trabalhar com produção de curtas-metragens, com sua filha Beatriz Gaspar, hoje formada em cinema pela Universidade Estácio de Sá, e alguns profissionais (Cintia Travassos, Davi Martins, Paulo Seusset, Valdo Boaventura,



Colação de Grau de Dulce Gaspar de Produção Cultural na IFRJ

entre outros). Nesse mesmo ano, foi fundado o Grupo Gas, o qual lhe rendeu várias participações em festivais de Cinema.

Dulce Gaspar conheceu, no decorrer do curso de Produção Cultural, várias formas de produzir cultura, sendo que a mais importante para ela resultou no seu trabalho de conclusão de curso, por meio do qual descobriu que na área da saúde mental poderia produzir, através da poesia, do teatro e da música, enfim, da arte, e atingir este público que, muitas vezes, se torna invisível para a sociedade. Além de ter publicado seu livro *Saúde, ciência e arte em instituição de tratamento mental*.

Neste período de quarentena, Dulce Gaspar está escrevendo algumas reflexões e poesias. E uma delas se chama *É Tempo*.

## Poetas do Coletivo Tino

Tino, antiga "Sociedade dos Poetas Vivos", traz poesias inéditas para o *Jornal Abaixo-Assinado*. Bem-vindos, poetas da Baixada de Jacarepaguá e do Rio!

Poesia de Louise Correia

**Gata noturna**

Te fito com olhos taciturnos.  
Eu gata noturna que se esquia do encontro.  
Mas meu coração é um aeroporto que espera pelo teu pouso.

Poesia de Marianna

**Vitagliano**

**Mecânica**

Eu não sei escrever com a boca, a mecânica não sustenta o que os meus dedos conseguem sentir.  
E o corpo por ora é tragado por demais.  
Agora quem é condenado, por muito não tem a habilidade de lidar com o desprezo.  
A verdade inabitada e invalidada por outro.  
Há outro?  
O discurso de ódio é claro e paz nenhuma é capaz de elucidar.  
O pesar de se conhecer bateu à porta, encarou por então um espelho e respaldou à ausência, a necessidade de sentir.



Poesia de Nhaguere

**Crise no capital**

a pandemia nos aperta a garganta  
a burguesia não para de nos explorar  
o que nos resta é a força de uma voz, que em conjunto, pode se levantar:  
basta de nos sufocar!

\*\*\*

por aqui as coisas continuam as mesmas,  
isso nunca deveria ser considerado normal  
para os ricos: banalidades  
para os pobres: esforço descomunal  
mais um inverno no inferno, crise no capital



## Um breve histórico da Baixada de Jacarepaguá

**Yakaré Upá Guá**

Professor Val Costa - Texto & fotos

Entre 1555 e 1567 a região da Baía de Guanabara foi palco de vários conflitos entre portugueses e franceses. Liderados por Nicolas Durand de Villegagnon, os súditos do rei Henrique II tentaram consolidar uma colônia no Rio de Janeiro, a França Antártica. Durante essa disputa foi fundada, no dia 1º de março de 1565, entre o Pão de Açúcar o morro da Urca, a cidade de São Sebastião do Rio de Janeiro. Estácio de Sá, seu fundador, morreu em decorrência de uma flechada no rosto, no dia 20 de fevereiro de 1567. Substituí-o no governo da capitania do Rio de Janeiro seu primo, Salvador Correia de Sá. Nesse mesmo ano, o governador doou sesmarias na planície costeira compreendida entre o Maciço da Tijuca, o Maciço da Pedra Branca e o mar para dois auxiliares administrativos: Jerônimo Fernandes e Julião Rangel.

Em 9 de setembro de 1594, os filhos de Salvador Correia de Sá, Martim Correia de Sá e Gonçalo Correia de Sá, solicita-

ram ao seu pai as terras da Baixada de Jacarepaguá, alegando que os sesmeiros originais não desenvolveram nenhuma atividade econômica nelas. Segundo as Leis de Sesmarias, terras que não eram cultivadas durante o prazo de 30 anos voltavam às mãos da Coroa Portuguesa. Sob esse argumento, os dois irmãos pediram as terras e tiveram sua solicitação atendida.

Em 1661, foi criada a Freguesia de Nossa Senhora do Loreto e Santo Antônio de Jacarepaguá, pelo governador João Correia de Sá, que seria a quarta freguesia do Rio de Janeiro. A sede da freguesia era a Igreja Matriz de N. Sra. do Loreto, localizada no atual bairro da Freguesia.

Uma das lagoas que formam o complexo lagunar dessa planície empresta-lhe o nome, Jacarepaguá, que vem da família linguística Tupi-Guarani, significa “lagoa rasa dos jacarés” (*upá*=lagoa, *guá*=rasa e *iakaré*=jacaré).



Igreja de Nossa Senhora da Penna - Freguesia

A Lei Municipal Nº 4001, de 14 de abril de 2005, instituiu a Semana de Jacarepaguá e a Lei N.º 5.146, de 7 de Janeiro de 2010, criou o Calendário Oficial de Eventos e Datas Comemorativas da Cidade do Rio de Janeiro, estabelecendo o dia 9 de setembro para a comemoração do aniversário do bairro.

A Baixada de Jacarepaguá possui um importante acervo arquitetônico, como as capelas de São Gonçalo de Amarante e Nossa Senhora da Cabeça, as Igrejas do Loreto e da Penna, o Núcleo Histórico Rodrigues Caldas (Colônia Juliana Moreira), a Fazenda Baronesa e a sede do antigo Engenho d'Água.



Igreja de Nossa Senhora dos Remédios - Núcleo Histórico Rodrigues Caldas



Igreja de São Gonçalo de Amarante - Camorim



Paróquia e Santuário Nossa Senhora de Loreto - Freguesia

## Sementes: um projeto a favor da vida

Gaya Barbosa\*

O Sementes é um projeto social que ajuda pessoas em situação de rua.

O projeto entrega cerca de 30 quentinhas nas ruas de Jacarepaguá e cerca de 90 no Recreio e na Barra da Tijuca, todas as quartas-feiras.

O projeto Sementes precisa de ajuda financeira para manter os custos básicos das ações como deslocamento, compra de descartáveis, água, e atender outros pedidos que recebem como fraldas, itens de higiene e cesta básica. Para que as ações continuem, o projeto precisa também de voluntários disponíveis nas quartas-feiras à noite para entregar as quentinhas e oferecer um pouco de atenção aos nossos amigos da rua.

Quem puder ajudar, favor entrar em contato pelo WhatsApp (21) 98107-2023 ou pelo Instagram @sementesrj, onde as fotos e vídeos das ações são postadas!

\*Coordenação do Projeto Sementes



Equipe do JAAJ com Waldemar Costa na Praça Seca

### Nota de Falecimento

É com grande pesar que a equipe do JAAJ comunica o falecimento do escritor e jornalista Waldemar Costa, que nos deixou aos 83 anos de idade. O popular “Wadinho” escreveu diversos livros sobre xadrez e também sobre a História da região. Dentre as suas obras mais conhecidas estão “Vale do Marangá” (1986), “Imagens de Jacarepaguá” (1995), “Paraíso Azul” (1997), “Enciclopédia dos Nomes das Ruas de Jacarepaguá” (2012) e “Aventura na História de Jacarepaguá” (2013). O seu legado jamais será esquecido!