

Editorial

A *Gazeta da Zona Norte* desta semana chega com duas importantes notícias para o dia a dia de quem mora ou trabalha na região. Em Freguesia do Ó, uma das principais avenidas do bairro, Avenida Nossa Senhora do Ó, passou a contar com corredor de ônibus desde a última semana. A medida irá impactar diretamente a população que usa o transporte público local.

Já em Santana, começa a vigorar no próximo dia 25 a mudança de mão da Rua Frei Vicente do Salvador. A solicitação para essa mudança partiu dos moradores das proximidades, preocupados com o grande número de acidentes e transtornos que acontecem nesta rua, principalmente em dias de chuva.

Como se trata de uma ladeira bastante íngreme, muitos carros não conseguem concluir a subida quando a pista está molhada, trazendo problemas para o trânsito e muitas vezes até provocando acidentes. Outro ponto de atenção é com a travessia de pedestres no cruzamento da Rua Frei Vicente do Salvador e Alfredo Pujol. Nesse ponto, os pedestres precisam de muita atenção pois há vários relatos de atropelamento no local. Para aumentar a segurança, um farol de pedestres pode ser uma solução a ser analisada pela CET, mas que ainda não se encontra em andamento.

Ainda nesta edição, destacamos as medidas adotadas pela Prefeitura de São Paulo para oferecer suporte durante os dias de calor intenso. As tendas da Operação Altas Temperaturas oferecem água, frutas e atendimento médico para as pessoas em situação de vulnerabilidade, e também para todos que precisarem de um abrigo para se hidratar ou se recuperar diante dos efeitos do forte calor. Importante ressaltar que esse é um evento climático que deve se tornar mais frequente e que toda a sociedade precisará se adaptar para minimizar seus impactos.

Confira ainda nesta edição as dicas culturais que acontecem gratuitamente na região, assim como as principais notícias da semana. Uma boa leitura a todos e até nossa próxima edição!

Hortalças da época podem ser boas aliadas para aumentar a imunidade

Verduras e hortalças são alimentos de baixa caloria, mas que têm muitos benefícios e podem ajudar a aumentar a imunidade. Diferente do grupo dos legumes, as hortalças são folhas, flores ou hastes, como: alface, agrião, repolho, couve e rúcula, por exemplo.

Consumir as verduras da safra é uma forma mais saudável e econômica de enriquecer a dieta com

nutrientes saudáveis. Isso acontece porque os alimentos da época possuem menos aditivos e crescem em maior abundância. As verduras do mês de novembro são: almeirão, aspargos, beterraba com folha, brócolis, cenoura com folhas, couve Bruxelas, erva-doce, espinafre, folha de uva, gobô (raiz de bardana) hortelã, manjeriça, mostarda, nabo, palmito e rabanete.

O que foi notícia na semana

Foto: Rafa Neddermeyer/Agência Brasil



Após mais de 30 dias de medo e angústia,

o grupo de 32 brasileiros e palestinos parentes de brasileiros foram finalmente repatriados. Na madrugada da última terça-feira (14), o grupo desembarcou na base aérea de Brasília e foram recepcionados pelo presidente Luiz Inácio Lula da Silva e sua comitiva. Aguardavam os repatriados a primeira-dama Janja da Silva, o ministro das Relações Exteriores, Mauro Vieira, o ministro da Justiça e Segurança Pública, Flávio Dino, o ministro dos Direitos Humanos e Cidadania, Silvio Almeida, a ministra da Saúde, Nísia Trindade, o ministro da Secretaria de Comunicação da Presidência da República, Paulo Pimenta, o assessor especial da Presidência Celso Amorim e os comandantes das Forças Armadas.

Esse foi o décimo voo da Operação Voltando em Paz, do governo federal, que cumpre mais uma missão de repatriação em áreas de conflito no Oriente Médio. Ao todo, a Operação Voltando em Paz transportou um total de 1.477 passageiros, além de 53 animais domésticos. Do total, foram 1.462 brasileiros, 11 palestinos, três bolivianas e uma jordaniana. Agora o governo federal segue com as tratativas para trazer outros brasileiros que queiram retornar da área de conflito e da Cisjordânia, incluindo parentes não brasileiros que manifestem essa intenção.

A onda de calor intenso atingiu grande parte do Brasil na última semana. Ao todo, 15 Estados registraram temperaturas

extremas, fenômeno que fez a capital paulista ferver com recordes de até 38 graus. No Rio de Janeiro, porém, o sofrimento foi maior. Na última terça-feira (14), a sensação térmica atingiu 58,5 graus Celsius (°C). A medição foi feita pela estação do serviço municipal de meteorologia Alerta Rio em Guaratiba, na zona oeste da cidade. No momento, os termômetros marcavam 35,5°C. Neste ano, a onda de calor chegou em uma época do ano em que, normalmente, chove bastante. A ausência de chuva nesta época, segundo a meteorologista do Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) Anete Fernandes, potencializa os efeitos do fenômeno climático.

O preço dos aluguéis residenciais continuam em alta, registrando um avanço de 0,70% segundo o Índice FipeZap. A pesquisa feita pela Fipe (Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas) com base nos anúncios de 25 cidades, apontam um aumento médio de 16% neste ano. Na capital paulista este índice está em torno de 13% considerando o período de janeiro a outubro deste ano. Santana é considerado o 10º bairro mais caro para morar em São Paulo, com o valor médio do aluguel em torno de R\$ 35,80 reais por metro quadrado.

XI Congresso das Associações Parkinson do Brasil acontece em formato on-line

Foto: Divulgação/Freeepik



A XI Edição do Congresso das Associações Parkinson do Brasil está acontecendo em formato on-line, proporcionando acessibilidade a pacientes, familiares, cuidadores e profissionais de saúde de todo o país. Com 35 aulas ministradas por especialistas de destaque, o evento aborda temas como: tratamentos, terapias, novos estudos, reabilitação, atividades artísticas e atendimento ao cuidador.

As aulas, disponíveis até 9 de dezembro, oferecem uma oportunidade única para os participantes adquirirem conhecimentos sobre prevenção e tratamento precoce da doença de Parkinson, distúrbios emocionais e motivacionais, como: depressão, apatia e ansiedade, além de explorar tópicos como: cirurgia na doença de Parkinson, novidades sobre o uso da Estimulação Cerebral não invasiva, e a aplicação de arte, dança e esportes no contexto da doença.

Destacando a importância do formato digital, Érica Tardelli, presidente

A XI Edição do Congresso das Associações Parkinson do Brasil acontece neste ano em formato on-line

do Congresso, ressalta que “o Congresso em formato digital permite que pacientes, cuidadores e profissionais de saúde de todo o Brasil participem. O mix de conteúdo ficou muito completo, oferecendo uma oportunidade única de acesso a informações científicas, dados de pesquisa e dicas de reabilitação”, afirma.

Além das aulas gravadas, o evento terá dois dias, 24 e 25 de novembro, dedicados à discussão ao vivo, permitindo que os participantes interajam

diretamente com alguns dos principais especialistas em Doença de Parkinson e esclareçam dúvidas.

O Congresso, que tem um valor simbólico de R\$ 190, destaca seu compromisso social, já que toda a renda obtida será revertida, integralmente, para as obras assistenciais da Associação Brasil Parkinson.

Para mais informações e inscrições, acesse: <https://makadu.live/premium-abp-xi-congresso-das-associacoes-de-parkinson/>.

60 anos de Tradição sempre vigilante, sempre na primeira linha de combate, com independência e com lealdade. www.gazetazn.com.br

EXPEDIENTE
A GAZETA DA ZONA NORTE Empresa Jornalística Zona Norte Ltda
 Certificado de registro de marca: 006381073
Fundador: Ary Silva • 03/02/1963
 Diretor responsável: Osmar Fazzio
 Jornalista responsável: Camila Alvarenga - MTB 27.335
 Administração, Redação e Publicidade:
 Rua Alfredo Pujol, 207 - Fs: 2977-6544 / 2950-7919 / 94861-1729
www.gazetazn.com.br comercial: gazetazn@gazetazn.com.br
 redação: pauta@gazetazn.com.br
 O MAIS EFICIENTE VEÍCULO DE DIVULGAÇÃO EM TODA A REGIÃO NORTE DA CAPITAL.
 DISTRIBUÍDO E LIDO EM 88 BAIRROS DA ZONA NORTE, PARA UM PÚBLICO DE 500.000 LEITORES

Ouçá sempre um especialista: seu médico, dentista ou farmacêutico

Ninguém, vizinho, colega de trabalho ou irmão, pode substituir seu médico, dentista ou farmacêutico na hora de orientar sobre um medicamento.

O organismo de cada pessoa reage de forma particular. Às vezes, os mesmos sintomas podem indicar enfermidades diferentes.