



PADARIA E CONFEITARIA
FRÖHLICH
51 98595.1528
@padariafroehlich

OPINIÃO

Jornal

[www.jornalopiniao.com.br](http://www.jornalopiniaodeviamao.com.br)

de Viamão

Viamão/RS - Terça-feira, 17/01/2023 - Nº 1.231 - R\$1,00



Matagal em ruas e calçadas




ÓticaReal
Sua melhor amiga.
3054-1733

Parceria para melhor atender os optantes pelo Simples Nacional




Soluções Financeiras para Pessoa Jurídica

Soluções Financeiras para Pessoa Física



ENTRE EM CONTATO!

Agência Centro de Viamão
51 3444.1523
51 9 9893.1117
Rua Julieta Pinto César, 254.

Agência Águas Claras
51 3485.2910 - 51 3485.1319
51 9 9822.4607
Rua Adão de Souza Feijó, 250.



LAVANDERIA FRUTUOSO 35 ANOS
LAVA-SE À SECO - COURO, CAMURÇA
ROUPAS DE FESTA E VESTUÁRIO EM GERAL
Rua Felipe de Oliveira, 94 - Fone: 3331-8566 - Porto Alegre - RS
Av. Bento Gonçalves, 161 - Fone: 3485-3931 - Centro - Viamão - RS



Rede ALPETRO 24 DE ATENDIMENTO
O seu novo Posto!
@pirangadalpetro Av. Sen. Salgado Filho, 9000 Parada 54 - Viamão



Pilates
FRANKEN BÖES - CREFITO 80865
3054-0054 / 8422-8943
fisiofrank@yahoo.com.br



Ernani Jaeger OAB/RS 74542
Fones/whats: (51) 99792.4422
www.ernanijaeger.com.br



UNIMOLD (51) 3435.7422 3435.0912.
ESTRUTURAS PRÉ-MOLDADAS Desde 2001
ERS 040, Km 18 - Lot. Eldorado Viamão.
www.unimold.ind.br



Arames Shopping TUBOS E FERROS
51 3485.2916 FABRICA DE CERCA E TELAS
Av. Senador Salgado Filho, 9239



LAGOA BRANCA
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO | FERRAGEM | BAZAR
(51) 99853.9060 FELIZ NATAL E UM ANO NOVO DE REALIZAÇÕES!



VIA NATURAL ALIMENTOS SUPLEMENTOS FITOTERÁPICOS
3444.2457 3054.4444
Av. Bento Gonçalves, 600 - Viamão - RS / Av. Cirurgião Vaz Ferreira, 306 - Viamão - RS



RETIFICA VIAMÃO AUTO PEÇAS
Remarcação de chássis e motores com autorização do DETRAN
Sandro dos Santos
www.retificaviamao.com.br
retificaviamao@hotmail.com
Fones: 3485-2416 / 3492-1304 / 98503-1921
Rua Ponciano Bitencourt, 138 - Lomba Tarumã

**ESTÁ CHEGANDO O LIQUIDA
MAIS VIGIADO DO BRASIL**



Facilidades para o cooperado

Acesse os canais de atendimento

Solicite de forma rápida e prática, onde você estiver.

WhatsApp

0800 940 7473

Disque-Energia

0800 150 1319

Telefones 24h

3485 1319 ou
3485 2910

Agência Virtual

www.coopernorte.net



Loja de APPs

Baixe o APP Coopernorte na sua loja de Aplicativos

SMS para 28595

Envie com a mensagem PlantãoLuz e o número da unidade consumidora sem o dígito.



O Grupo Coopernorte oferece diversos canais para facilitar o atendimento de seus cooperados, trazendo agilidade, conforto e satisfação. Um dos canais que mais tem conquistado o cooperado é o aplicativo Grupo Coopernorte. Nele, o

associado pode solicitar serviços como 2ª via de conta, falta de energia e débito automático. Outro importante canal é o WhatsApp 0800 940 7473, nele estão disponíveis diversos serviços, como: parcelamento, fatura por e-mail e muito mais. O

cooperado pode ainda solicitar atendimento por meio da Agência Virtual no site e, ainda, via SMS 28595. Estamos trabalhando continuamente para a melhoria de nossos canais de atendimento e para levar a melhor energia para você.

Óleo de Avestruz

Óleo de Avestruz é um produto natural composto pelos Ômega 3, 6, 7 e 9, além de conter as vitaminas A, D e E. Este produto tem efeito anti-inflamatório, cicatrizante, combate o colesterol e triglicérides elevados, varizes, imunidade baixa e hematomas.

Benefícios dos componentes:

Ômega 3 - Potente anti-inflamatório, eficiente nos transtornos de humor, auxilia no combate de doenças crônicas (artrite,

doenças cardíacas e câncer); **Ômega 6** - Melhora o funcionamento do cérebro, estimula o crescimento do cabelo, mantém a saúde óssea e regula o metabolismo; **Ômega 7** - Colabora na regeneração celular do cérebro e da pele, principalmente, nas situações de

queimaduras, feridas mal curadas, dermatites e psoríase; **Ômega 9** - Ajuda a reduzir os níveis de colesterol ruim e triglicérides; **Vitamina A** - Nutriente fundamental para a visão e crescimento adequado;

Vitamina D - Auxilia no crescimento de crianças e fortalecimento de ossos em idosos; **Vitamina E** - Poderoso antioxidante, protege o sistema cardiovascular e imunológico. Você encontra o Óleo de Avestruz em Viamão, nas lojas Via Natural, nos endereços:

- Av. Bento Gonçalves, 600 (esquina com a rua do Hospital). Fone: 51 3054.4444.

- Em frente à caixa d'água (Centro da cidade). Fone: 51 3444.2457 (WhatsApp).

agropet
Trate Bem
51 3054-8355

MEDICAMENTOS

CASA DE RAÇÃO

ATENDIMENTO VETERINÁRIO

BANHO E TOSA

Rod. RS 118 n 2168 - Tarumã (Matriz)
Rua Senador Salgado Filho 8715,
Pda 54 - Rótula Caminho do Meio (Filial)

agropet
Trate Bem
51 3054-8355
51 3045-2388

Av. Sen. Salgado Filho 8715 - Pda 54,
Rótula Caminho do Meio

Comercial Maraskin

Materiais de Construção

Rua Rincão da Querência, 204 – Santa Isabel
Tel. 3493.9393 – 3493.4155
E-mail: comercialmaraskin@hotmail.com

EXPEDIENTE

Jornal
OPINIÃO
de Viamão

Jornal Opinião de Viamão Ltda
Rua dos Açores, 1280.
CNPJ: 03.080.511/0001-59

Os artigos publicados e as opiniões emitidas não traduzem, necessariamente, a opinião do Jornal.
Fechamento da edição: segunda-feira, às 14 horas

e-mail: jopiniaodeviamao@gmail.com

Jornalista Responsável (MTB 10.254): Pedro Negeliskii
Fone: (51) 99969.7427

Impressão: Gráfica Jornal 2M
LTDA - ME

André Pacheco

ADVOGADO

OAB/RS 45.931

WhatsApp: (51) 99796.0055

Vereador Pox solicita moção de repúdio aos atos antidemocráticos

Na última semana, o vereador Rodrigo Pox protocolou, na Câmara de Vereadores, requerimento que solicita moção de repúdio aos atos antidemocráticos que ocorreram em Brasília (DF), no dia 08 de janeiro, com a invasão e depredação do Congresso Nacional, Palácio do Planalto e Supremo Tribunal Federal. “Houve repercussão internacional destes fatos lamentáveis, sendo necessário o empenho uníssono dos três poderes para combater qualquer tentativa de abalo e golpe



à nossa democracia. Precisamos dar publicidade à reprovação desta Casa em relação aos fatos ocorridos”, explicou o vereador Pox.

Parceria para melhor atender os optantes pelo Simples Nacional

No dia 10 de janeiro, o contabilista Silva Leandro e os contadores Michel e Vanderlei (Mider Contabilidade) firmaram parceria institucional para melhor atender os clientes optantes pelo Simples Nacional, Lucro Presumido e Lucro Real. A parceria também possibilitará uma maior oferta de serviços com valor agregado aos clientes. A parceria atenderá o MEI



(Microempreendedor Individual) através do contabilista Silva Leandro. O Escritório Mider Contabilidade fica na Av. Bento Gonçalves, 708 - Sala 703. Centro/Viamão. Contato: WhatsApp (51) 99161.2101.

RECANTO DAS FLORES

Apartamento dos seus sonhos

FINANCIE CAIXA

R\$ 165.000,00

Financie com Parcelas que cabem no seu bolso

BENEFÍCIOS

QUARTOS

Apartamentos com 2 dormitórios.

VAGAS

1 Vaga exclusiva para o seu veículo escriturada.

LAZER

Churrasqueira no pátio.

SAIBA MAIS...

Apartamentos localizados a 500m da Escola Municipal, 2,5Km do Hipermercado Big, UPA e Brigada Militar, 4Km de Porto Alegre.

Av. Antônio Batista, 1250, Cecília Viamão/RS - CEP: 94495-020

(51) 999 267 046

Liberal IMÓVEIS

A chave para seu imóvel

CRECI 49232

COMPRA OU ALUGUEL, TEMOS AS MELHORES OPÇÕES PARA A SUA ESCOLHA.

Somos especialistas, há duas décadas, na venda e locação de imóveis residenciais e comerciais, conte com o nosso atendimento qualificado e personalizado para realizar um bom negócio.

LANÇAMENTO

SOBRADOS NO RESIDENCIAL OSPA

Um Empreendimento Liberal ao lado do Cantegril.

74m²

BOX INDIVIDUAL

ÁREA DE SERVIÇO COM CHURRASQUEIRA

2 DORMITÓRIOS

2 BANHEIROS

APENAS 10% DE ENTRADA

SALDO FINANCIADO

PROGRAMA CASA VERDE E AMARELA

Bairro São Lucas, Rua Ospa, 364

Atendimento comercial de Segunda a Sexta 8:30h às 18:00h

Tel. 51 3485 8080 / Plantão: 98456.7070

e-mail: contato@liberalimoveisRS.com.br

VIAMÃO
Rua Bento Gonçalves, 648 Centro

PORTO ALEGRE
Rua São Luís, 625 Santana

www.liberalimoveisRS.com.br

CasaMora

Soluções Jurídicas e Imobiliárias

Aline Pohren Bueno
OAB/RS 55.758

Jorge Ismael Machado
OAB/RS 111.005

Um novo conceito de fazer negócios e garantir soluções.

Regularização de Imóveis | Leilão Judicial e Extrajudicial

RUA GENERAL CÂMARA, 208, AO LADO DO COLÉGIO ADVENTISTA, NO CENTRO DE VIAMÃO.

WHATSAPP/TELEFONE: 51 9.9287-1440

MOURA CAR

Av. Walter Jobim, 115 Santa Isabel - Viamão - RS

51 3434.2920
51 98558.8954

ELETRÔNICA VIDEOLAR

Conserto: TV - Som DVD Microondas

Telebusca: 3492.4269

Av. Senador Salgado Filho, 10.040 (retorno de acesso ao Centro de Viamão).

BONE EXTINTORES

Venda e Recarga de Extintores | Alvará de Bombeiros
Curso RT 14 e Treinamentos NR's 10, 18, 33 e 35
Licença Ambiental, Averbação de Imóveis e Usucapião

Fones: (51) 34858851 | 984029047 | 985036037
e-mail: bfmartinsprojetos@hotmail.com
Av. Senador Salgado Filho, 10080, Centro - Viamão | RS

Parafusos Rolamentos Correias

viapar Fones: 3485.6166 3045.6166

viapar.parafusos@gmail.com
www.viaparparafusos.com.br
Av. Sen. Salgado Filho, 10900. Sítio São José

Bororó 3045.6611

Despachante

Mais de 40 anos de experiência em *transferências, *2ª Via CRV, *recursos de multas, *baixa de sinistro, *ANTT *licenciamentos.

Rua Alcebiades Azeredo dos Santos, 131 Sala 2 - Centro de Viamão

Gilberto Fraga Direito Penal, Cível e Ambiental. Licenciamento Ambiental

Advogado OAB/RS 85.727

Rua Osvaldo Aranha, nº 43, sala 7 - Centro

(51) 99837-0594
gibafraga@hotmail.com

Fone 3498 1226

Móveis Risther Unilojas

UNIDOS POR VOCE

moveis_risther@hotmail.com
RS-040 - Km 29 Pd 89, N° 19649x Águas Claras

Viamão é a 5ª melhor cidade do RS em ambiente para negócios

Na última semana, o líder de governo na Câmara de Vereadores e integrante do Conselho Gestor de Desenvolvimento Econômico de Viamão, vereador Armando Azambuja, comemorou o fato de Viamão estar entre as melhores cidades do Brasil no Índice de Concorrência dos Municípios, realizado pelo Ministério da Economia. “Isso significa que somos uma cidade com um



ótimo ambiente para investimentos e geração de emprego e renda”, enfatizou Armando. Viamão ficou no 5º lugar, no Estado, e na 56ª posição nacional, com destaque no quesito “Concorrência em serviços públicos”, que avalia a qualidade do ambiente nos serviços públicos, como limpeza urbana, iluminação pública e educação. O Índice de Concorrência dos Municípios 2022 foi realizado pelo Ministério da Economia, com participação de 119 municípios, formados por capitais,

cidades com mais de 250 mil habitantes e as que se voluntariaram. A pesquisa em âmbito nacional considerou nove categorias, como o ambiente regulatório municipal, a infraestrutura da cidade, a aplicação dos princípios de liberdade econômica, a segurança jurídica e a tributação. Para o vereador Armando, o destaque de Viamão, no ambiente de negócios, é

resultado dos trabalhos de modernização das legislações com incentivos fiscais adotados na busca de geração de emprego e renda, em combinação a apresentações de soluções dos serviços e à desburocratização de documentos para instalação de empreendimentos do município, além das políticas de qualificação das ações nas áreas da educação, meio ambiente e de infraestrutura, com obras pela cidade, desenvolvidas pela gestão do Novo Tempo para Viamão.

Check-up médico deve ser promessa cumprida em 2023

O ano sempre começa com promessas de mudanças de hábitos. Cuidar da saúde é, tradicionalmente, uma das mais populares. Então, por que não começar 2023 colocando em dia o check-up médico anual da família? Segundo o clínico geral e diretor clínico do Hospital Evangélico de Belo Horizonte, Antônio Claret Moraes, a visita periódica ao médico não pode ficar fora da agenda. Na infância, bebês e crianças vão mais ao médico. Na adolescência, o exame anual pode ser feito a cada dois anos e para os adultos, a recomendação é que a consulta seja a cada 12 meses, mesmo para aqueles que já fazem algum tratamento de doença crônica e que já têm acompanhamento regular. “O check-up é para todos, a melhor oportunidade para fazer uma avaliação geral das condições de saúde e diagnosticar problemas silenciosos que podem comprometer a qualidade de vida no médio ou longo prazos”, ressalta. Além de colher dados sobre o estilo de vida, condições e hábitos do paciente, o médico também vai reunir informações, durante a consulta, sobre o histórico de saúde e o familiar, ou seja, as doenças que passam de pais/mães para filhos. “Não há um modelo único de check-up. A consulta e os encaminhamentos são individualizados, para atender às necessidades de cada pessoa. Da mesma forma, a relação dos exames diagnósticos também vai seguir essa orientação”, enfatiza Antônio Claret Moraes. Além dos problemas físicos, há outro aspecto que é avaliado durante o check-up médico: o nível de estresse do paciente e os possíveis casos de transtornos mentais que, apenas em 2022, afligiram quase 1 bilhão de pessoas em todo o mundo, segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS). “Geralmente, essas são queixas

comuns no consultório, o que pode resultar em orientações e encaminhamentos para especialistas”, comenta. Mas não adianta ir ao médico, pegar a relação dos exames, ter em mãos a receita para a compra de medicamentos e voltar ao consultório só quando acontecer algum problema. A conclusão do check-up é tão ou mais importante que a consulta inicial. Para Antônio Claret Moraes, o retorno do paciente, com o resultado dos exames solicitados, complementa o diagnóstico inicial e permite definir os próximos passos para que a pessoa mantenha o cuidado com a saúde sempre em dia. Assessoria de Imprensa - ETC Comunicação

Águas Claras **Star** **Morro Grande**

SORVETES Viamão

direto de fábrica

Venha conhecer!

51 98957 3770

@starsorvetes

bazar Pedralli

#tudo para seu lar

(51) 9 8971-4199 (51) 3446-7000

SUPERPEDRALLI BAZARPEDRALLI

Av. Senador salgado filho, 5879 Pda. 45 (2º andar Pedralli)

Escola Futebol Para crianças de 8 a 12 anos. Escolinha às quartas e sextas-feiras. Manhã: 8h30min - Tarde: 14h - Noite: 18h.

GENOMA

face: formadordeatletasgenomaviamao

996367314

Dra. Brigida Homem de Mello

Advogada OAB/RS – 57.080



**Direito Trabalhista
Direito Previdenciário**

WhatsApp – (51) 99802.5954.
E-mail: dra_brigida@yahoo.com.br

PL30

**A MELHOR SOLUÇÃO EM CRÉDITO
SERVIDORES PÚBLICOS,
APOSENTADOS E
PENSIONISTAS**

(51) 3178.7830 (51) 99545.0440
Rua Marechal Deodoro, 174 - Centro / Viamão



**Recarga de Extintores
Sistema Hidráulico
PPCI**

Fones: 3492-9582

Rua Antônio Vivaldi, nº86 - pda. 44 (Rua do
Posto de Saúde)



AGROPEÇAS
MÁQUINAS E EQUIPAMENTOS AGRÍCOLAS

Até 10x
nos cartões
VISA
MasterCard
Banco Real



Senador Salgado Filho, nº 10.511 -
Centro de Viamão - Fone: 3485-0105



Husqvarna

TRAPP

Branco

TRAMONTINA

IVEL

40 Anos
IVEL
Desde 1980

Portas e Janelas em madeira
de lei certificada - Sob medida



Av. Senador Salgado Filho, 9493 - Parada 56
Fone: 99316-3696 / 3485-4403 / 3485-4030
www.ivel.com.br / ivel@ivel.com.br

Idosos sem rotina podem ter quadros depressivos

Todo começo de ano carrega consigo uma expectativa de mudança. Ou seja, iniciar uma nova atividade física, aprender algo novo, mudar um hábito ruim, ou traçar uma nova rotina que seja mais produtiva e divertida. A maioria das pessoas está cada vez mais insatisfeita com a rotina que tem, enquanto outras têm repúdio a essa palavra, pois acreditam que é desestimulante ter que seguir à risca e fazer as mesmas atividades todos os dias. Entretanto, muitos especialistas afirmam que a rotina é um planejamento das atividades do cotidiano que são fundamentais para ter uma vida equilibrada, principalmente para as pessoas idosas. Márcia Sena, especialista em longevidade ativa e qualidade de vida, fundadora e CEO da Senior Concierge - empresa que pratica um modelo de atenção integrada para dar suporte a pessoas com mais de 60 anos - relata que a falta de uma rotina para uma pessoa da terceira idade é prejudicial. Ela explica que os idosos podem ter certo tempo

ocioso em decorrência da diminuição de carga de trabalho, por exemplo, e sem uma rotina estabelecida, isso pode se tornar ainda maior, causando estresse, quadros depressivos e estagnação das funções cognitivas. “Muitas pessoas pensam que ter uma rotina é viver uma vida engessada, ou fazer as mesmas atividades maçantes todos os dias. Contudo, manter uma prática de tarefas diárias contribui para o idoso buscar o novo e preencher o dia com atividades que geram bem-estar e aprendizado. Esse é um dos pilares para quem busca ter uma longevidade ativa”, comenta a especialista. A especialista elenca alguns pontos que podem ajudar o idoso a organizar a sua rotina em 2023: **Agendar horários:** Se a pessoa da terceira idade não tiver suas atividades agendadas, irá vagar sem rumo. Nem sempre é possível atender todas as tarefas como prioridades ou executá-las, portanto, criar um cronograma ajuda a realizar um planejamento funcional e eficaz. Recomenda-

se anotar, por exemplo, compromissos, consultas ao médico e o horário do medicamento. **Definir as prioridades:** Planejar com antecedência as atividades semanais é fundamental para ter uma vida ativa e equilibrada. Pode-se usar um caderno para organizar as tarefas e definir quais serão as prioridades, pois listar muitas atividades e não cumprir também é prejudicial e pode gerar frustração. **Incluir atividades que estimulem o idoso:** A maioria dessas tarefas são realizadas todos os dias, como tomar remédios, banhos e atividades físicas. No entanto, é muito importante inserir na rotina atividades de estímulo, pois contribuem para o bem-estar e ajudam nas funções cognitivas do cérebro. Exemplo dessas atividades são: ouvir música; ler livros; cozinhar um prato novo; dançar; fazer artesanatos; aprender um idioma e se divertir com joguinhos que exercitem a capacidade intelectual. E-mail Senior Concierge.

Projeto Verão Genoma 2023



No dia 5 de janeiro, a Escola de Futebol Genoma Viamão iniciou o seu projeto de verão. O Projeto Verão Genoma 2023 tem seus treinos às terças e quintas-feiras, no turno da manhã. As aulas começam às 9 horas. Inscrições abertas a partir do dia 5 de janeiro. Informações pelo fone: 99636.7314 – 98649.6844.
Venha fazer parte desta família!



Escritório de Advocacia

Dra. Varlete Caetano

OAB 23.960

Cível, Família e Trabalhista

Em frente
ao Fórum
Novo

Av. Bento Gonçalves, 81 - Sala 03. Fone: 3485-1620 / 99774. 1958

DM Douglas Martins
corretor de seguros

51-3045.3033 99941.7713

douglasmartins.corretordigital.site

Av. Bento Gonçalves 708 Sala 605 - Centro - Viamão -RS

COMÉRCIO DE TIJOLOS CAMBUIM

Direto da Olaria



Fone: 3492.3139/ 98234.8461.
tijoloscambuim@hotmail.com

AGIS CARAÍBA DOS SANTOS

- Direito Civil
- Trabalhista
- Previdência

OAB/RS 32.616

Rua Marechal Deodoro, 137
Centro - Viamão

Advocacia e Assessoria Jurídica

3178-7948 / 99825-8349

BACO* 34 anos servindo a comunidade

Vinhos & Linguiça Porco x Porca



(51) 3446.7267

Aberto de Domingo a Domingo

RS 040- Av. Sen. Salgado Filho, 5528
São Lucas Pda. 44 - Viamão/RS

*Deus do Vinho

Alexandre Goularte

Cirurgião Dentista
IMPLANTODONTISTA

CRO 11787

NOVO ENDEREÇO:
Avenida Bento Gonçalves, 708 - Sala 512
Centro - Viamão. Fone: 3485.2801

JM JAIRMESQUITA advogados

Jair Mesquita
Advogado OAB/RS 76.213

- (51) 3045-2588
- Av. Bento Gonçalves 156 - Viamão/RS
- www.jairmesquitaadvogados.com
- jairmesquitaadvogados



BERENICE DA ROSA SPADER
PSICÓLOGA
CRP: 07/27121

Atendimento Individual
Criança - Adolescente - Adulto

Avaliação Psicológica

Psicodiagnóstico

(51) 9959-39009

psicoberenicedarosa@gmail.com

Matagal em ruas e calçadas de Viamão

Entra ano, sai ano e sempre a mesma coisa. Com o verão fortíssimo que está nos judiando e com alguns chuviscos que tem ocorrido, as plantas tipo grama e inço crescem rapidamente. E assim as ruas e passeios públicos (as populares calçadas) recebem uma quantidade enorme de inço misturado com grama e acabam virando um grande matagal. A Prefeitura não tem nenhuma política para nos livrar desse mal? Às vezes, dá a impressão de preguiça e um descaso com os moradores da cidade. Todos nós sabemos (quem mora em Viamão) que quando chega o verão duas coisas acontecerão: vai faltar água (ou água com um gosto horrível) e o mato invadindo a cidade. Será que é tão difícil mobilizar operários para realizar a capina e recolher a sujeira? Por outro lado, moradores que tem mato na frente de suas residências também não são capazes de realizar a limpeza. É tão simples, mas esperam pela “dona” Prefeitura. É a famosa dobradinha: “um espera pelo outro e outro espera pelo um”. E assim não acontece nenhuma solução. Se você der uma volta nas cidades próximas verá que Viamão é a mais suja e isso não é de agora. Várias administrações da cidade cometeram esse mesmo descaso. Outro aspecto negativo é a falta de pavimentação nas calçadas. Também não existe uma boa vontade em disciplinar a construção de calçadas, deixando que cada morador construa (quando constrói) ao bel prazer. Usam todo tipo de pavimento, lajotas escorregadias, pisos inapropriados etc...

Quando da construção de uma calçada tem que se observar vários quesitos tipo o tamanho do



piso, a textura (não pode ser lisa) e, principalmente, orientar o construtor para dar o devido desnível da mesma e não construir degraus. As normas existem, porém, a Prefeitura não fiscaliza e assim sendo as calçadas encontram-se do jeito que estão. E assim vai... do jeito que dá e viva o descaso dos administradores municipais. Pobre Viamão! Pobre de nós. Foto e texto Aquiles Samber.



JO & ANE

MODA TAMANHO GRANDE
FELICIDADE DO 36 AO 70

Fones: 3045.3555 - 981.402.229 - 981.402.239
Av. Sen. Salgado Filho, 3752. Pda. 40 - Viamópolis

SERRARIA DALTOE
MADERAS EUCALIPTO e PINOS Fone 485 34 39

Indústria, Comércio e Transporte de Madeiras

Fone: 3485.3439 s.daltoa@brturbo.com.br - ERS 040, 12000. Km 12 - Viamão

Não perca! Apartamento equipado - Luxuoso Acabamento



Apartamento 404, Torre A. Villa Vêneto - Bairro Cecília (100m da ERS-40).

- 3 dormitórios, 1 suíte, 3 banheiros com box de vidro, 2 vagas de estacionamento cobertas, closet, sacada cercada com vidro e com churrasqueira.

Condomínio com piscina, academia e salão de festas.

Inclui os seguintes equipamentos:

Lavadora e secadora de roupa LG nova; móveis de cozinha; Forno elétrico; fogão com coifa; 2 aparelhos Splits.

Aceita financiamento - CAIXA.

Maiores informações pelo fone: 9978.4479.



Barbada

Vende-se casa - R\$ 40 mil

Vende-se uma casa com dois quartos, cozinha acoplada, sala e dois banheiros. Rua Quatorze, 41. Lote 2. Dois Irmãos. Tratar com o Sr. Gedeon Barcelos de Oliveira. Fone: 99766.7622.



FERRAGEM E PARAFUSOS

Fone: 3485.9053 -

WhatsApp: 98438.4306.

Av. Bento Gonçalves, 161/168. Centro



Abertura de empresas -
Contabilidade -
Declaração de IRPF -
Declaração de ITR -
Assessoria Contábil e
Gerencial - Assessoria Fiscal - Departamento Pessoal

Regis Benfica - TCCRC 068145

Fones: 98101.2220 - 3279.0638

Av. Bento Gonçalves, 708 - Sala 801
Centro de Viamão



MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO E FERRAGEM

(51) 99907-2327 (51) 99125-1911

RS 040 - PASSO DO VIGÁRIO, 13.283
PARADA: 66

3446-9222

Ótica Esteio: 41 anos servindo os viamonenses



A Ótica Esteio tem grande variedade em óculos de grau e de sol nacionais e importados. Tem também relógios masculinos e femininos de marcas e modelos diversos, pulseiras, alianças, anéis de formatura, semijoias, pilhas e relógios de parede. Enfim, tudo o que uma boa ótica precisa para satisfazer seus clientes. Parcelamos

em até 10x nos cartões de crédito e cobrimos qualquer oferta. Basta trazer seu orçamento. Convidamos você a conhecer nossa loja e produtos, além de conferir nossos preços. Endereço: Rua Coronel Marcos de Andrade, 198. Centro/Viamão. Fone: (51) 3485-1611 / (51) 99752-1234.



Porque seu carro é sua imagem!

@lavagem100panico

f lavagemsempanico

☎ 99580.5800

Av. Walter Jobim, 105

-Nossa Sra. Aparecida



Restaurante

Buffet ao meio-dia de 2ª a sábado - ala minuta, xis, cachorro- quente, fritas, Lanches em geral

Faça sua reserva com antecedência

Rua Osvaldo Aranha, 37. Centro de Viamão
(Largo da Caixa d'água) -

Fone: 3485.2304

CONTRATE SEMPRE UM ADMINISTRADOR LEGALMENTE HABILITADO

Silva Leandro

PERITO ADMINISTRADOR
CRA-RS 53174



Especialista em Governança Corporativa, Compliance e Conselho de Administração

(51) 99161.2101

Como amenizar a sensação de calor dos bebês sem impactar na saúde?

Com as altas temperaturas, características do verão, uma dúvida e até mesmo receio surge na vida de pais e responsáveis de bebês: como amenizar o calor sem impactar na saúde dos pequenos. Para solucionar essa dúvida e desmistificar algumas teorias, a pediatra do Hospital Edmundo Vasconcelos, Ana Paula Sakamoto, selecionou situações comuns que podem trazer questionamento entre os adultos. Para iniciar, a especialista lembra sobre a diferença da sensação térmica entre o recém-nascido e os adultos. De fato, eles sentem um pouco mais de frio, mas nada que exija exageros na hora de escolher a roupa, principalmente na época mais quente do ano. "Agasalhar demais o bebê pode fazer mal e sinais como bochechas vermelhas, cabelos molhados, irritação e choro podem indicar o desconforto e superaquecimento. **Como manter o equilíbrio e evitar que o bebê sintam frio ou muito calor?** Com medo de que o bebê apanhe um resfriado, podemos colocá-lo em risco de hipertermia e desidratação, ao agasalhar o bebê em excesso, especialmente nos primeiros meses de vida. Mas uma boa regra prática é a de que: basta apenas uma peça a mais de roupa do que estamos vestindo. **Ar-condicionado é permitido nos dias quentes?** Apesar do receio, o ar-condicionado está liberado no quarto do bebê - somente em casos específicos, em que há contraindicação formal do pediatra, que é preciso excluí-lo da rotina. Caso contrário, recomenda-se sempre que a temperatura varie entre 22 e 27 graus, lembrando de verificar se a criança não está com frio.

Outra dica importante é realizar as manutenções de rotina e limpeza do aparelho. Para complementar os cuidados, vale incluir: atenção ao aparelho ligado durante a noite para não retirar a umidade do ambiente e causar problemas respiratórios. Para evitar isso, vale optar por: Uso de umidificador no ambiente; Ligar o ar-condicionado antes de colocar o bebê e desligar o aparelho quando o ambiente estiver resfriado. E aí, então, levar a criança para dormir; Desligar o ar-condicionado pelo menos uma vez ao dia e abrir as portas e janelas para a renovação do ar. **O uso do ventilador merece cuidado?** Assim como o ar-condicionado, o uso do ventilador está liberado, com algumas precauções. A primeira é manter uma distância entre o aparelho e o bebê, optando sempre na direção do teto ou de uma parede. Quanto ao tempo, ponderar pois o vento pode causar ressecamento da pele e dos olhos e espalhar poeira - o que reforça a indicação de limpeza periódica, independentemente do modelo. **Banhos podem ser mais frequentes?** Nos dias muito quentes, a frequência dos banhos pode ser aumentada, desde que haja necessidade. Para compreender se ela existe, vale ficar atento a sinais como maior transpiração ou diurese e evacuações muito volumosas. Neste caso, o segundo banho do dia pode ser dado apenas com água, sem uso de sabonetes, para não ressecar muito a pele e prevenir o aparecimento de lesões de pele e brotoejas. Caso haja necessidade pode-se hidratar a pele após o banho para evitar o ressecamento excessivo. Informações para a imprensa: TREE Comunicação

Alerta sobre os baixos estoques com doações

Com as festas de fim de ano e as férias escolares, bancos de sangue registram a diminuição de doadores durante esta época. Abastecer os hemocentros ao longo do ano já é uma tarefa complicada, tendo em vista que, segundo o Ministério da Saúde, apenas 14 em cada mil habitantes são doadores de sangue, o que corresponde a 1,4% da população brasileira. O Hemocentro do Estado do Rio Grande do Sul (HEMORGS) alerta que a meta de captação mensal de sangue é de 1,6 mil bolsas por mês. Entretanto, a meta foi alcançada apenas uma vez em 2022, no mês de junho. O atual estoque dos bancos não é suficiente para suprir a demanda, principalmente em um período onde as doações são escassas. Em Viamão, diversas campanhas foram divulgadas no intuito de reforçar a necessidade da doação ao longo do ano para que os estoques sejam abastecidos com frequência. Em 2018, a Lei 4715/2018 incluiu, no calendário oficial do município, o Junho Vermelho, mês dedicado à realização de ações para conscientização de doação de sangue. Além do mês dedicado à doação, o município também conta com benefícios para quem doa. A Lei 4752/2018 garante isenção da taxa de inscrição em concursos públicos municipais aos doadores de medula óssea, sangue e órgãos. O Banco de Sangue do Hospital de Viamão aceita doações, com o horário de funcionamento das 8h às 17h, de segunda à sexta-

feira. Para doar, é necessário fazer agendamento com o hospital por telefone, pelo número (51) 3485-4718. O Hospital fica na Rua Isabel Bastos, 138, no Centro de Viamão.

Requisitos para a coleta são:

Ter entre 16 e 69 anos, desde que a primeira doação tenha sido feita até 60 anos (menores de 18 anos devem possuir consentimento formal do responsável legal); Pessoas com idade entre 60 e 69 anos só poderão doar sangue se já o tiverem feito antes dos 60 anos; Apresentar documento de identificação com foto emitido por órgão oficial; serão aceitos documentos digitais com foto; Pesar no mínimo 50 kg; Ter dormido pelo menos 6 horas nas últimas 24 horas; Estar alimentado; Evitar alimentos gordurosos nas 3 horas que antecedem a doação de sangue; Caso seja após o almoço, aguardar 2 horas. O Ministério da Saúde disponibiliza em seu site a lista de impedimentos temporários e definitivos, para pessoas que não estão aptas a fazer a doação. Impedimentos como período gestacional, sintomas gripais e tatuagens são considerados temporários. Usuários de drogas injetáveis, portadores de HIV, hepatite A ou B entram no quadro de impedimentos definitivos. Para conferir a lista completa, acesse o site do Ministério da Saúde: [https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/sangue Site CMV](https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/sangue/Site%20CMV).



Amigos leitores, me desculpem mais uma vez, pois novamente vou ter que fugir dos assuntos viamonenses. A política nacional está fervendo. Não posso deixar de comentar, lembrando sempre aos amigos e amigas que Viamão não é uma ilha. Tudo que acontece lá na tão longe Brasília nos afeta aqui, seja no Centro da cidade, seja lá no Capão da Porteira, Santa Isabel ou Itapuã. Enfim, nos quatro cantos da cidade. Tenho dito e repetido desde o resultado do segundo turno das eleições presidenciais que a intenção do Lula e sua turma é prender o ex-presidente Bolsonaro. Nossas instituições estão todas desorganizadas, uma se metendo na outra, muita coisa está errada e não vejo grandes melhoras no horizonte.

Fico pensando que futuro aguarda nossos filhos e netos, tudo que aprendi na infância e juventude que era certo agora é errado e vice-versa. A distorção de valores é gigantesca. Qual o objetivo da esquerda? Trabalhar pelo social, pelo mais pobre? Evidente que não, pois aquele que ganha menos já irá ter que começar a pagar imposto de renda esse ano, sendo que Lula prometeu na campanha que quem ganhasse até cinco mil reais seria isento. Eles mentem. É o que fazem de melhor. Pessoal que achou que ia comer picanha, terá que aprender a fazer declaração de imposto de renda. O que mais me preocupa é que muita gente boa votou em Lula pelo simples motivo de não concordar com o jeito de Bolsonaro, meio turrão, grosso, mas verdadeiro. Muitos já se arrependem, outros a vaidade ainda não deixou. Questão de tempo.

Um abraço e até semana que vem.

Envie sugestões para ernani.jaeger@terra.com.br

RC SPORTS
 (51) 3054.5589 / (51) 99394.5624
 f rcsportss
 Av. Liberdade, 2088 - Santa Isabel - Viamão - RS

LUCIANA GOULART
 ADVOGADA OAB/RS 68.525
MARCOS N. CARVALHO
 ADVOGADO OAB/RS 99.364
 Fones: 3046.5620 / 9953.0486
 Rua Jorge Calil Flores, 221 - Centro - Viamão - RS

Pilates Fisioterapia
EQUILIBRA
 Maria Cristina Barbosa
 Pilates - Fisioterapia
 Fones: 3178.6315 - 99620.7477
 Rua Isabel Bastos, 199 - Sala 201
 (Em frente ao Hospital)

Empresa com atuação na área de meio ambiente

*Estudos *Laudos *Licenciamentos
 *Monitoramento *Topografia
 *Planos *Projetos *Plantio de mudas
 *Recursos de multa *Regularizações

Fone/Whats: 51 98536-4262 Carlos,
 51 99542-4514 Juliana e 51 996357834 Fábio
 E-mail: maricaconsultoriaambiental@gmail.com / Instagram: @marica_ambiental

PONTO BELLO
 ACABAMENTOS
 pontobello.com.br
 Porcelanatos /Pisos/Azulejos
 Esquadrias em madeira, alumínio ou PVC
 Iluminação /Móveis sob medida
 Tudo em um só lugar!
 Av. Senador Salgado Filho, 5000 - Pda. 43 3435.0707


AGROSERVICE
 MAQUINAS E EQUIPAMENTOS LTDA.
 RS 040 N° 10110
 (em frente ao posto IPIRANGA)
 agroserviceviamao@gmail.com Fone: 3485-3000

ASSISTÊNCIA TÉCNICA:
STIHL
CRAFTSMAN
BOSCH
KÄRCHER
SCHULZ
 COMPRESSORES
Farmer

Imprimindo com Qualidade e Responsabilidade
 Tudo em Impressão Digital

Atelier das Letras
 COMUNICAÇÃO VISUAL
3485-8156

ORÇAMENTO GRATUITO 23 anos de experiência

site: www.atelierdasletrasrs.com.br / e-mail: atelierdasletras@ig.com.br
 Av. Américo vespúcio cabral nº 54 Centro Viamão/RS

IDEAL
 PLOTAGEM



99283.7942 | 99295.2319
 sinara@idealprojetos.net.br

SINARA KUHN Rua Ramiro Barcelos, nº180

Advogado
José Onofre Saikoski da Cunha
 OAB/RS - 36.634

Ações de separação e divórcio - Indenizatórias de dano moral e dano à imagem - Direito do Trabalho - Usucapião e inventários - Crime

Fone: 99601.1100 (whatsapp)
 e-mail:josesaikoskiadvogado@hotmail.com




OLIVEIRA FIREMAN
 Plano de Prevenção Contra Incêndio (PPCI)
 Cursos - Treinamentos - Palestras
 Cargas e Recargas de Extintores
 Alvará de Bombeiros

3054-0193
 99991-1068
 98640-0611

OPORTUNIDADE ÚNICA DE
REGULARIZAR
 SEU TERRENO.

Tenha sua escritura registrada!
SÓ É DONO QUEM REGISTRA!

Participe: Parcelamento em até **30** VEZES


MEU TERRENO LEGAL
 Programa REURB

Visite nossa sede:
 Av. Antônio Batista 1250, conj. 04
 Bairro Santa Cecília - Viamão RS
 (51) 98501 - 8779
 www.agenhurb.org

AGENHURB
 Agência Nacional de Habitação Social e Regularização Fundiária

Vereador suplente Kiko toma posse na Câmara

No dia 27 de dezembro, o vereador suplente José Francisco Venâncio Pinto (Kiko) tomou posse na Câmara de Vereadores. Kiko, que obteve 890 votos, é comerciante e atua principalmente no Bairro Augusta, tendo como bandeiras centrais de seu mandato a saúde e a educação. “Estou aqui para auxiliar a cidade, lutar pela ética e pelo respeito. Muitos vereadores combativos já passaram por aqui, colaborando na elaboração de projetos de lei relevantes para a comunidade e desenvolvendo sua função fiscalizadora. Não me considero da oposição e nem da situação. Estou aqui para representar os anseios de todos os viamonenses. O povo merece o melhor de nós”, explanou o vereador Kiko.



Sua obra ou reforma passa pela Ferragem MM



Vai começar uma reforma ou construir e quer materiais de qualidade e segurança? Na Ferragem MM, você encontra os produtos necessários. A ferragem é uma bela opção em materiais de construção e reforma. Você encontra desde materiais hidráulicos a



elétricos para sua obra ou reforma. Você encontra marcas de qualidade, produtos confiáveis com preços acessíveis. Não deixe de passar na Ferragem MM e faça um orçamento. A ferragem localiza-se na Av. Bento Gonçalves, 161/168. Fone: 3485.9053 - 98438.4306.

FF Maraskin CONTRATA:

- Secretária com amplo conhecimento em RH;
- Motorista de caminhão truck/basculante;
- Operador de retro.

Interessados devem comprovar experiência.
Contato pelo fone: (51) 8444.4747.

Espaço do *Linguarudo* Afiado



Rua



Os viamonenses não têm visto muito o prefeito Nilton caminhando pelas ruas. Apenas algumas visitas pontuais. Sugiro ao nosso prefeito que caminhe pelas ruas centrais e dos bairros da cidade. O prefeito Nilton poderia caminhar com algum vereador de oposição para que este mostre um pouco a outra cidade, que não a dos belos discursos governistas. Talvez, o prefeito veja uma outra cidade, que não consegue ver de seu gabinete. Numa caminhada poderá observar ruas esburacadas, lixo espalhado, calçadas em péssimo estado (inclusive no entorno da Prefeitura), mato tomando conta das praças e por aí vai. Quem sabe o prefeito Nilton também sinta o sentimento de abandono que a cidade passa em alguns pontos.

Exemplo

Numa curta caminhada, o prefeito observará a lixeira atrás do seu gabinete despedaçada. Na outra esquina verá o mato na calçada. Na esquina do Banrisul, o capim tem

um metro de altura.

Sensação

Na minha opinião, a atual administração poderia realizar uma ação para tentar tirar a sensação de abandono em que a cidade se encontra. Uma cidade suja com lixo jogado pelas ruas e praças. Sem contar o mato tomando conta da cidade e as calçadas em péssimo estado. Na calçada da Prefeitura e da Câmara faltam basaltos. Sem contar os basaltos soltos. A praça da Igreja Matriz carece de melhores cuidados. O calçadão Tapir Rocha está abandonado com basaltos soltos ou faltando. As pessoas caem e torcem seus tornozelos. A cidade necessita de mais cuidados. Isto também ajuda a trazer mais investimentos.

Viamão

Vejo alguns governistas felizes com o fato de Viamão estar entre as melhores cidades do país no Índice de Concorrência dos Municípios, realizado pelo Ministério da Economia. Isso significa que somos uma cidade com um ótimo ambiente para investimentos e geração de emprego e renda. Viamão ficou no quinto lugar no RS. Lembrando que é um "ambiente para negócios". Não é de hoje que a cidade é reconhecida com grande potencial de desenvolvimento. Agora, o que os viamonenses querem mesmo é a instalação

de grandes empresas e indústrias e a geração de emprego. De nada adianta o "ambiente", se na prática... A situação da saúde também entra nesse índice?

Crescimento

O que se pode destacar desta notícia é que a cidade vem crescendo ao longo dos tempos e das administrações municipais que passaram. Isso é fruto de várias gestões. Faz muitos anos que grandes empresas e empreendimentos vêm se instalando em Viamão, como a Mumu, Brahma, Latasa, Ferramentas Gerais, Havan, Atacadão e assim vai. Acho natural. Uma pergunta: por que a Mumu e a Ferramentas Gerais foram embora?

Veterano

As eleições municipais ocorrerão ano que vem. Para muitas pessoas, nas eleições não teremos novidades nos candidatos. Apesar que existe um movimento para trazer de volta o nome de um político antigo, que já esteve na prefeitura. Seria o fato novo para o ano que vem. Um político que uniria muitos partidos e políticos. Vamos aguardar.

Rapidez

Tenho escutado muita coisa sobre as manifestações que aconteceram em Brasília. Achei curiosa a rapidez que o ministro do STF, Alexandre de Moraes, afastou o governador

do Distrito Federal. Muita agilidade. Não pediu explicação ao governador. Já foi afastando. Cadê o devido processo legal e a ampla defesa?

Foto

Uma foto e os dados de Thiago Albuquerque, funcionário do Banco do Brasil, viralizaram nas redes sociais, associando o perfil dele ao vídeo em que um homem aparece simulando defecar no STF. Após apuração, o Banco do Brasil divulgou nota afirmando que a imagem "não é de funcionário do BB citado em fake news em redes sociais". Thiago disse que "nem em Brasília estava", mas seguiu recebendo ameaças pelas redes sociais. "A velocidade em que uma notícia falsa se espalha não é a mesma de uma notícia que vem para corrigir esse erro", falou.

Imparcialidade

Quantas coisas vão aparecer ao longo do tempo para explicar melhor essa manifestação e os responsáveis pelos estragos causados. Enquanto isso de imediato já estão mandando prender gente e inclusive afastando o governador. Não vi essas mesmas ações em 2013 e 2017. Mais uma vez, parece que estamos vendo "dois pesos e duas medidas". Difícil não acreditar que estamos

sendo questões políticas envolvidas. Todos somos contra vandalismo, mas que todos sejam punidos. Todos. Dos diversos lados.

Investigação

Tenho visto as notícias após as manifestações em Brasília onde pudemos observar manifestações pacíficas e a destruição do patrimônio público também. Acredito que as autoridades devem investigar todos os envolvidos. Todos. Digo isso pois tenho observado ações das autoridades focadas em determinadas pessoas. Não tenho visto nenhuma ação contra os "infiltrados". Seletividade nas ações? Afinal, a preocupação é com a democracia e o patrimônio público, ou a questão é política? É por essas e por outras que é difícil acreditar nessa democracia tão exaltada por um lado. Democracia só quando me convém fica difícil. Acuse-os do que você faz.

Sistema eleitoral

Alguém realmente achava que os próximos anos seriam de tranquilidade? Depois de uma eleição como foi a do ano passado não tinha como ser tranquilo. Um sistema eleitoral bem que está na vel. Decisões judiciais que favoreciam mais um lado do que o outro. Quebra de sigilo de empresários a partir de conversas de grupo de WhatsApp

(absurdo). Censura de emissora e redes sociais. Inserções desiguais de candidatos na campanha política. Tudo isso e mais outras situações aliadas a pequena diferença nos votos entre os candidatos fazem crer que teremos anos difíceis na política no Brasil. Nem vamos falar na questão econômica que, em poucos dias, já estamos vendo as dificuldades que teremos.

Desemprego

Em poucos dias, o desemprego já está aumentando. Não precisou de muito tempo. E a expectativa só piora. Até os bancos que "apoiaram" esse governo estão frustrados.

IR

Li que é quase impossível corrigir a faixa de isenção do Imposto de Renda para R\$ 5.000 agora. Mas se me lembro bem, o presidente Lula prometeu, em sua campanha, que isentaria o pagamento do imposto as rendas abaixo de R\$ 5.000. Representantes do governo já declararam que isso não será feito em 2023. Quem recebe 1 salário mínimo e meio já entrou na faixa de declaração do IR. Quem achava que iria comer picanha, agora terá que aprender a fazer a declaração de IR.

BAIXE NOSSO APP
GRENAL

OS MELHORES CORTES ANGUS

SUPERMERCADO GRENAL
51 3485.8525

AV. BENTO GONÇALVES 2083 - LOMBA TARUMÃ - VIAMÃO 51 99613-3438

Dicas para consumo consciente da água:

- Mantenha a torneira fechada ao escovar os dentes, fazer a barba e ao ensaboar a louça; - Tome banhos curtos. Cinco minutos são suficientes para fazer a limpeza do corpo e, enquanto você se ensaboia, o registro deve ser fechado;

- Evite duchas de alta pressão. Apesar de serem usadas para dar a sensação de massagem no corpo, as duchas de alta pressão são inimigas do consumo de água;

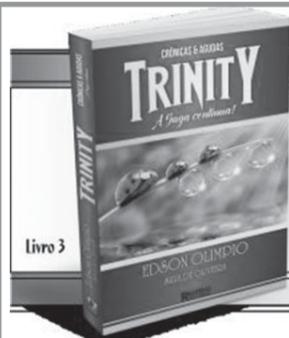
- Organize a louça antes de lavá-la. Use uma bacia para deixar os utensílios de molho, para amolecer a sujeira, lave toda a louça e enxágue tudo de uma única vez;

- Só ligue a lava-louças e a lava-roupas quando estiverem cheias, pois isso evita o desperdício;

- Se você tiver uma piscina, cubra-a com uma capa quando não estiver usando. As piscinas podem perder até 90% de sua água em um mês por conta da evaporação;

- No jardim, evite regar as plantas nos horários de sol forte;

- Use um balde e um pano para limpar o carro.



CRÔNICAS & AGUDAS

EDSON OLÍMPIO OLIVEIRA

MÉDICO • CIRURGIÃO • ESCRITOR

51 Anos de Medicina
30 Anos de Jornalismo

Jornal Opinião de Viamão

www.edsonolimpio.com.br

A fuga da rotina

– Especial de Verão: humor não tira férias

“Não vejo a hora de me aposentar e pendurar as chuteiras. Não aguento mais essa rotina do trabalho.” – dizia-me um amigo. As pessoas trabalham a vida inteira mirando chegar aquele momento mágico em que não terá horário para acordar, para refeições, para sair e chegar. Enfim, fazer o que bem entender, fazer o que *lhe der na telha*. Isso é real, mas é verdadeiro? Ou o nosso inconsciente planeja e deseja algo diferente do que expressamos? Estamos naquele período do ano em que o gaúcho precisa urgentemente de férias. Há um sentimento coletivo de que as férias no Rio Grande do Sul são de final de dezembro até meio de março. Fora isso, há gaúcho frustrado e querendo comer o fígado de alguém se o obrigarem a férias em qualquer outro período do ano. Parece bobagem? Infelizmente não é.

Cr & Ag

Depois dessa pausa do parágrafo e um novo gole no chimarrão ou na cerveja gelada, convido-o para se perguntar: quero manter a rotina ou fazer o que quiser e quando quiser? Nossas engrenagens interiores nos levam sempre para a rotina. Algum tipo de rotina. Qualquer rotina, mas sempre várias. Se você é casado ou tem companhia fixa está numa rotina que para alguns é bela e para muitos outros é cruel “*enquanto durar*”. Mas se a criatura sai de um relacionamento, até pode passar algum tempo à deriva ou no *tiroteio*, mas invariavelmente quer uma nova companhia e reestabelecer a rotina. Seria a necessidade de menores imprevistos? Conhece-se o bom e a bronca e assim é mais fácil de lidar? Que te parece?

Cr & Ag

Usamos o mesmo caminho para ir e voltar. Gostamos do ‘*meu ou nosso*’ restaurante. Idem do barzinho e nem se fala do Xis do Gordo. Toma-se a mesma marca de cerveja e “*como é que alguém toma isso aí*”. Temos um padrão para assar o churrasco. Ops, aí está a palavra-chave – padrão. Repito – padrão. Necessitamos estar num padrão e não no modo aleatório. Até ser aleatório, como trocar de

homem ou de mulher todo mês ou final de semana exerce o poder de um *padrão*. Está ericado/a? Vamos em frente. A criatura fica fora do país e quando retorna sente que “*quase morri com saudades do feijão com arroz*”. Tem criatura que indo residir fora do Rio Grande aprende a tomar chimarrão, usar pilcha, puxar no sotaque, gostar de ser reconhecido como gaúcho e até fazer um curso de danças de fandango. É a coisa mais linda do mundo ver a criatura picotando uma chula. Oigale tchê! E “*não se mixemo*”!

Cr & Ag

Veja como até os animais não humanos tem um padrão ou estabelecem rotinas em suas existências. Minha gata Neve acampa à beira da minha cama todas as manhãs exigindo que eu fique um tempo passando o pé em seu lombo. E carinhosamente esfrega-se com o corpo e a cabeça. É um ritual gostoso para nós dois. Tendemos a repetir aquilo que gostamos e até repetir os mesmos erros. É o caminho do aprendizado? – *Eu não sou uma máquina pra tá sempre repetindo...* – tsnava a voz aquela amiga. Somos máquinas sim. As máquinas melhores (ou até piores para certos conceitos) evoluídas da natureza e é justamente o desenvolvimento de rotinas ou de padrões persistindo a necessidade de mudança que nos fez evoluir e sair do marasmo físico e espiritual.

Especialistas em repetições, hábeis em evoluir padrões ao sentirem esgotar-se aquela atividade tendem a buscar, a mirar e a criar novas rotinas e novos padrões aperfeiçoados pela tentativa, mesclando acertos e erros.

Outro amigo, uma mistura de místico e humorista, alega ser compatível com sua fibra de São Jorge – “matar dragões e tentar escapar do Lula, já que não pode se ‘mocozá’ em Paris ou na Flórida, vai salgar o lombo no Farol da Solidão e desentocar ratão tuco-tuco à paulada e procurar ninho de rinhão nas noites sem luar”. Esse é viamonense raiz, criado guacho no Passo das Éguas e bailando vanerão de pé trocado no Salão do Valdeci.

ZM SOLAR
ENERGIA SOLAR
FOTOVOLTAICA CONECTADO A REDE
ENERGIA LIMPA E CONFIÁVEL
51 99687 0580
zmonteiro21@gmail.com

RF
ROCHA & FAGANELLO
Zila Maria Rocha Faganello
Rejane Osório da Rocha
Marcelo Rocha Faganello
Matheus Rocha Faganello
**Direito do Trabalho, Previdenciário,
Administrativo e Inventários**
Av. Bento Gonçalves, 564 - Centro - CEP 94410-400 - Viamão/RS
Email: contato@rochafaganello.com.br
Fones: (51) 34851316 – (51) 993693274

Sonhos & Flores
FLORICULTURA
☎ 3485.1764
Av. Américo Vespúcio Cabral, nº 38 - Centro de Viamão

livro 1
TRANSFORME PALAVRAS E SENTIMENTOS EM AÇÕES NOBRES!
Colabore: Médicos sem Fronteiras - www.msf.org.br
www.edsonolimpio.com.br
livro 2
CRÔNICAS | IMAGENS | CONTOS | LENDAS
Avenida Col. Marcos de Andrade, 171 Loja 10 - Galeria Zavarze - Centro - Viamão - RS Fone: 51.3485.1800 e 51.986.060.748



Mércio
LABORATÓRIO

**LABORATÓRIO
DE ANÁLISES
CLÍNICAS**

COLETA DOMICILIAR

51 3446 1533 ☎
985 945 928 ☎

NOSSOS POSTOS

Centro
Santa Isabel
Viamópolis
Águas Claras

MADEIREIRA E FERRAGEM

BARNABÉ

TUDO PARA SUA CONSTRUÇÃO
RS 118, 3400 - TARUMÃ



3054.5455

3054.5456



99892.0525

ESTÁ CHEGANDO O LIQUIDA
MAIS VIGIADO DO BRASIL



Liquida Viamão 2023



Faça sua festa na Fröhlich

Planejando uma festa e ainda não solicitou seu orçamento com a gente?

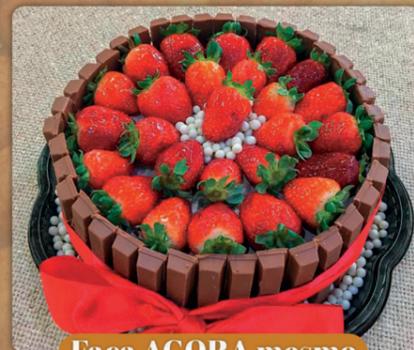
Faça agora mesmo!

Fone: (51) 98595-1528.

Temos todas as delícias para sua festa. Tortas, docinhos, salgados, pães, refrigerante e muito mais.

Entre em contato!

Programando a sua festa e ainda não fez o orçamento com a gente?



Faça AGORA mesmo

(51) 98595-1528

Orçamento válido por 30 dias

Quem bebe um pouco, freia um pouco mais devagar.

Se for dirigir, não beba. Nem um pouco.



EM DEFESA DA VIDA
DetranRS

gov.RS
NOVAS FAÇANHAS

FUNERÁRIA 45 anos SÃO MIGUEL

AV. SENADOR SALGADO FILHO, 9718
CENTRO - VIAMÃO

(51) 3222.1265 - 3485.1555

grupo arceno

ESTRUTURA MODERNA E PREÇO ACESSÍVEL
CONSULTE!

CERIMONIAL Utilize nossos serviços, prestando uma emocionante homenagem personalizada a quem você ama!	FUNERAL E CREMAÇÃO Possuímos melhor preço de cremação da região, além de credenciamento com todos crematórios e cemitérios.	CREMAÇÃO PET Nossos companheiros de patas e focinhos são representações vivas de lealdade e carinho. Esse amor merece muito respeito.	SEGUROS Somos credenciados a todas seguradoras, como Icatu, Itaú, Bradesco, etc...
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------