



# DFÁGUASCLARAS

NOSSA CIDADE PASSA POR AQUI

ANO 1 - EDIÇÃO 04 | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

 dfaguasclaras.com.br

   dfaguasclaras

 61 98348-2828

11 a 18 de março de 2017

## MULHERES COM MUITO ORGULHO E A PALAVRA-CHAVE É... RESPEITO POR FAVOR!



Páginas 5 e 6



### *Papo da Semana*

Que a força esteja com você!

Página 7



### DEGUSTANDO COMENTANDO

### GRANDES MULHERES BRASILEIRAS QUE MUDARAM A HISTÓRIA



#### **Maria da Penha**

Seu marido tentou matá-la duas vezes e, por isso, ela ficou paraplégica. Em 2006, foi sancionada a lei Maria da Penha.

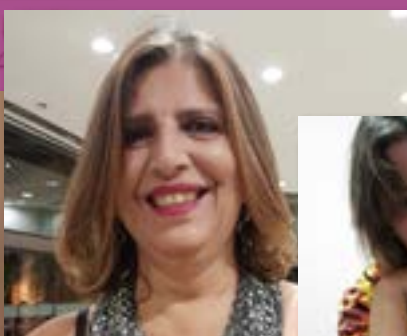
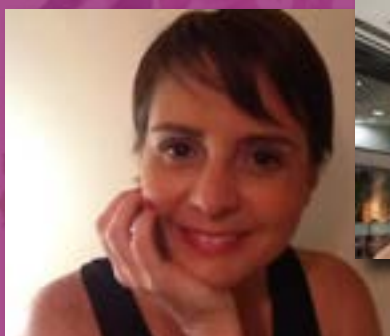
Páginas 6

#### **Simple Assim**

**Chega com o cardápio assinado pelo Chef Dudu Camargo**



Página 3



Essas mulheres fazem a diferença no DFÁguasClarAS

Stella, Patrícia e Bia



## Nível de água nos reservatórios

DESCOBERTO		SANTA MARIA	
Volume Útil	23,10%	Volume Útil	41,13%
Cota	1024,07m	Cota	1.066,51m
Horário da Leitura: 15h30min			
Fonte: Adasa em 05/12/2016			



## LIMPEZA URBANA

Endereço	Frequência	Horário
Vereda da Cruz, Mansão Imperial e Arniqueiras	Segunda e Sexta	Manhã
QS 05,07,09,11 QS 06,08,10	Segunda e Sexta	Manhã
Quadras 210 a 201 Sul, Avenida das Araucárias, Avenidas: Sibipurana, Jacarandá, Babaçu, Macaúba, Jerivá, Açaí e Arariba, PMDF e Caesb Ruas 01 a 37 Sul e Avenida Boulevard Sul	Segunda a Sábado	Tarde
QD 107 a 101 e 301 Norte, Avenida Castanheiras, Avenida Parque Águas Claras, Parque Ecológico de Águas Claras e Avenida Flamboyant; Ruas 01 a 37 Norte e Avenida Boulevard Norte.	Segunda a Sábado	Tarde
Veredão e Veredinha de Arniqueiras e ADE	Segunda, Quarta e Sexta	Tarde



## Dias de racionamento

Plano de racionamento feito pela CAESB Águas Claras durante Março

### SETOR VERTICAL

Março 2017						
S	T	Q	Q	S	S	D
		1				5
6	7				11	12
13				17	18	19
			23	24	25	
		29	30	31		

### ARNIQUEIRAS E AREAL

Março 2017						
S	T	Q	Q	S	S	D
		1	2			
6	7	8				12
13	14				18	19
20				24	25	26
			30	31		

## BAIXE O APLICATIVO EXCLUSIVO DE ÁGUAS CLARAS

Junte-se a nós por uma cidade melhor



Acesso direto com a polícia de AC



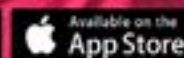
Contato direto com a administração de AC



Cinemas, eventos, teatro e cultura



Guia comercial completo de AC



www.dfaguasclaras.com.br



DFÁguasClaras Comunicação e Eventos Ltda.

CNPJ: 24.524.905/0001-29

Responsável: Cleber Barreto Editor: Marcelo Melo Rangel (DRT: 7994/DF)

Revisora: Patrícia Rebelo Redatora: Bia Souto Diagramação: João Vítor J. Fernandez

Endereço: Rua 03 Norte, Lote 03/501 Águas Claras - DF - CEP 71907-360





## DEGUSTANDO COMENTANDO

### É realmente Simples Assim ?

Hoje foi dia de “Degustando e Comentando” no Restaurante “Simples Assim” com cardápio assinado pelo Chef Dudu Camargo.

É sim, o restaurante passou no nosso teste de qualidade e agora a gente lhe diz porquê.

Reserva: simples assim, no dia anterior ligamos e não foi preciso reservar, já no primeiro contato tivemos uma ótima impressão e o pessoal que nos atendeu foi muito simpático.

Atendimento: essa é a parte que mais gosto de falar e fiquei feliz por poder escrever elogios sobre o item. Os garçons demonstravam agilidade e *expertise* sem perder o sorriso. Sabiam com domínio, apresentar o cardápio e nos guiar para o melhor pedido, além de estarem sempre atentos a um chamado e diga-se de passagem a casa estava cheia.

Comida: superou nossas expectativas. No quesito sabor, sabe quando você acaba e já pensa em

voltar! A apresentação dos pratos foi boa, a temperatura e textura estavam ótimas, a carne tinha o ponto ideal, a combinação entre os alimentos estavam saborosíssimas.

Particularmente vou destacar de forma bem particular, aqui entre

nós o nhoque ao molho de tomate com farofa de ovos é algo indescritível!!! Que delícia!!!

Minha sobremesa foi um mousse de chocolate maravilhoso!!!

Ficou com água na boca? leia mais em: [www.dfaguasclaras.com.br](http://www.dfaguasclaras.com.br)



## PRONTO, FALEI!

### SUSPEITO DE ESTUPRO É PRESO EM MINAS E JÁ ESTÁ EM BRASÍLIA

Suspeito de ter cometido vários estupros, sendo quatro em Taguatinga, um em Águas Claras (2014) e outros em Minas (2015), foi capturado em 08 de março e identificado por meio do recolhimento de material genético. Renato Bandeira, 30 anos, compositor e cantor gospel que fazia shows com músicas religiosas no ritmo de forró, com mais de 300 shows reunindo em um deles mais de 80 mil pessoas. O suspeito nega as acusações afirmando que não se lembra das datas em que esteve em Brasília fazendo shows e muito menos dos casos.

A captura foi feita graças ao Banco de Dados Nacional de DNA que são encaminhados e inseridos no banco pelo Instituto de Pesquisa de DNA Forense (IDNA). Vale informar que existem os bancos locais e no caso do DF, em 15 anos, 92 pessoas foram identificadas. Já no banco nacional já foram capturadas 242 pessoas.



fonte: <http://g1.globo.com/distrito-federal/>

O caso está na 21ª DP de Taguatinga para depoimentos. Nossa cidade agradece a polícia e a tecnologia cada vez mais presente nas nossas vidas é bem vinda para solucionar casos cada vez mais comuns de violência contra a mulher. Acompanharemos nas próximas edições o desfecho desse caso!

### MAIS UMA TENTATIVA DE ASSALTO EM ÁGUAS CLARAS

A tentativa de assalto ocorreu por volta das 10hs deste sábado (04); uma moça estava dirigindo e iria entrar na garagem quando foi abordada pelo ladrão, que tinha uma arma de papelão com fita isolante na ponta simulando um revólver, o porteiro ao ver a cena inicia a perseguição ao bandido que corre da rua 3 sul até a rua 3 norte. Moradores conseguiram pegar o ladrão.

A pergunta que não quer calar: Ele vai ficar preso?



Veja essas notícias e outras em: [www.dfaguasclaras.com.br](http://www.dfaguasclaras.com.br)

# MULHERES COM MUITO ORGULHO E A PALAVRA-CHAVE É... RESPEITO POR FAVOR!



**A Mulher:** guerreira, sincera, dinâmica e tudo de bom!

**A política:** guerreira, sem meio termo - se é para fazer, vamos fazer - e sincera, muito sincera. Procura muito ajudar (fazer o bem sem olhar a quem).

**A mulher em cargos públicos:** são poucas, principalmente aqui no Distrito Federal. A mulher na política e em cargos públicos de confiança, são minoria. "É contraditório, somos minoria nos cargos públicos e maioria como eleitoras". Faz muita falta nos cargos de confiança ou na política.

**Diferença salarial:** perguntamos se a diferença salarial pode ser comparada a sinal de "burrice", ou seja, será que somos todas burras? Telma acha que não é bem isso, existe o preconceito. Isso mudou? Muitos falam em democracia e igualdade, mas, não se lembram da

mulher inteligente, trabalhadora, mães que são o arrimo da casa, que trabalham, sustentam, que criam e que ganham muito pouco. Elas deveriam ganhar mais do que alguns homens, isso também não quer dizer que os homens são incompetentes, não é isso! Essa cultura deve ser mudada, principalmente no nosso país.

As mulheres são mais dedicadas e corajosas, Telma costuma dizer que as mulheres são mais determinadas, como mães e em todas as adversidades. Ela nos conta que foi procuradora da Mulher na CLDF no exercício de 2015 a 2016 e se via e ainda se vê, muitas mães de família sustentando uma casa. Quando falta o alimento dentro de casa, a mulher vai lavar uma roupa, limpar uma casa, vender um bolo, um batom ou um perfume. O homem

já não faz isso. "Por isso eu acho que a mulher deveria ganhar mais sim, ter prioridade nos cargos. A cultura mudou muito, mas para dizer que a mulher trabalha mais e que se tornou mais independente, quando se fala de faixa salarial, estamos bem abaixo".

**Violência contra a mulher:** Telma fica indignada, porque em suas reuniões ela diz que - já disseram que será processada pelo Direitos Humanos - "cada homem que dá um tapa numa mulher, deveria ser tirado um pedacinho dele" e a nossa guerreira não tem medo de ser processada por dizer isso pois "é uma covardia, o homem que faz isso nasce das entranhas de uma mulher, essa mulher foi a que lhe deu a vida e ele deveria respeitá-la muito. O Brasil tem que mudar muito, todos os conceitos de educação, segurança, saúde, moradia, principalmente em relação a violência contra as mulheres". Vale prestar atenção em algumas religiões que pregam que a mulher é inferior e hoje, pasmem, 40% da violência doméstica está ligada a alguns conceitos religiosos. Nossa deputada acha um absurdo um homem querer medir forças com uma mulher, por mais feminista que ela queira ser, não se pode comparar as forças. Está faltando uma legislação mais rigorosa! Ela lembra do estupro. O ser humano perdeu o respeito, a dignidade e o amor pelo próximo.

Telma finaliza com uma mensagem para as mulheres da nossa cidade "nunca desistam, se apeguem com Deus, pois tudo com Deus e com muita fé se torna possível, agora ele tem que

estar sempre à frente dos nossos sonhos e atitudes". Telma nos fala da dificuldade de sentar na cadeira como uma parlamentar, já ouviu muitas vezes o famoso lugar de mulher é na cozinha. Por isso repete e repetirá quantas vezes necessário for: se apeguem a Deus.

## Dona Zezé

Jesuína Pereira Lucena, ou seja, Dona Zezé, costureira na "faixa de gaza", mais precisamente na SHA conjunto 06 onde é conhecida não só na rua, mas tem clientes que vem da grande Arniquireiras. Uma mulher que costura, tem brechó e por aí vai lutando por seu sonho de ter uma casinha própria.

"A mulher Zezé sou eu" - diz ela com orgulho. Mãe, costureira, batalhadora, cumpridora de suas tarefas honrando com seus compromissos. Ela se considera uma mulher guerreira, está aqui no seu ateliê há 5 anos, que por sinal é alugado.

Também não é difícil encontrar nossa guerreira na rua ou com suas clientes pedindo ajuda a quem precisa, às vezes é uma panela, um cobertor, mas o mais importante é a ajuda da Zezé amiga, conselheira, quase uma psicóloga.

Quanto a violência contra a mulher, ela não se conforma "a mulher é uma pedra preciosa". Para ela as mulheres são um exemplo de vida, muitas são domésticas e batalhadoras. Elas trabalham fora, na maioria das vezes moram longe, pegam de 2 a 3 transportes, chegam em casa, cuidam dos filhos, da casa, do marido e quase não tem tempo para cui-



dar delas mesmas. Ainda falta muito para que os homens se conscientizem que a força física masculina é uma covardia. Creio que Deus um dia mostrará que a força deve estar em viver e lutar com a alma e com o coração. A violência contra a mulher ou qualquer outro tipo de violência não leva a nada, mas o respeito sim.

Dona Zezé se orgulha ao falar dos filhos, que criou com muita dificuldade, mas com sua luta, todos cresceram e trabalham, até sua filha adolescente a ajuda no ateliê. Conta que tem netos e cuida deles para que seus filhos possam trabalhar. Uma batalha pesada mas faz com alegria e se diz uma mulher feliz.

Dona Zezé é separada e aconselha que as mulheres fiquem sozinhas. Uma mulher hoje vive melhor sozinha, diz ela. O amor se vulgarizou, para eles está fácil não se envolver e ter uma noite e para elas ainda mais. Quem sabe uma inversão de valores. Agora, qual a mulher que não gosta de receber flores, de que abram a porta do carro? Como esse tipo de homem está em extinção, melhor estar só!

Para as mulheres da nossa ci-

dade, Dona Zezé pede amor ao próximo e respeito, muito respeito!

Luciana Ribeiro Guedes de Carvalho, moradora de Águas Claras, e trabalha numa área bem interessante, ela é Personal Gestante, educadora física desde 98 e foi trabalhando com crianças que descobriu esse maravilhoso mundo das gestantes e desde então nunca parou.

A Luciana mulher é apaixonada pela vida, pelo que faz, pela família e por Deus. Existe a Luciana que cuida do momento mais especial para uma mulher, a maternidade, e aí seus olhos brilham e demonstram uma paixão ainda maior. “Cada gestação é única, é um momento único e diferente. Nada mais gratificante e emocionante do que poder acompanhar a gestação de uma mulher. Meu trabalho não é estar apenas ao lado dessa mulher, mas também você acaba se envolvendo com ela e se tornando uma psicóloga. Ela se torna uma amiga, você participa de suas angústias, dúvidas e acaba fazendo parte da família. É um momento mágico e toda magia gera insegurança, mesmo que ela já tenha sido mãe antes”.

Nesse universo de fragilidade,

perguntamos o que está acontecendo com as mulheres hoje após a “queima dos sutiãs” que foi o marco do feminismo. Luciana diz que ser mulher hoje é se respeitar, se conhecer, viver e ser como uma mulher, não querer tomar o lugar do homem, mas viver cada um com suas características biológicas e psicológicas. “Hoje as mulheres estão se preocupando apenas com a carreira, ter um cargo importante e esquecem que existe mais vida além do profissional, existem muitos outros fatores que somando a busca do auge profissional fazem com que você seja uma mulher, forte, frágil, depressiva e de em com a vida”. O que ela vê é que há uma inversão de papéis, o homem está se tornando o sexo frágil e Luciana não acha que isso é bacana. “O legal é que o homem participe da criação dos filhos, que vá para a cozinha, mas cada um com o seu papel, ou melhor, com parceria e respeito podemos ser iguais sem perder nossa essência feminina”.

Luciana adora receber flores, que abram a porta do carro, que puxem a cadeira para ela sentar e um segredinho nosso, o marido da Lu é assim.

Luciana deixa uma mensagem para as mulheres gestantes da nossa cidade: gestação não é uma doença, façam atividade física (claro que consulte antes seu médico), se amem, se respeitem e façam com que te respeitem.

A conversa com a Luciana foi longe e vai longe, em maio ela voltará com uma bela matéria sobre essa profissão que era moda nos anos 60 e que voltou em 2007. Não vamos confundir o belo trabalho das doulas com uma personal gestante. Falaremos dessa profissão, conversaremos sobre algo chocante que é a “violência obstétrica” e muitas outras coisas. Por enquanto fiquem com um pouco dessa mulher que ajuda gestantes e que sonha em ser mãe. Estaremos torcendo!



# GRANDES MULHERES BRASILEIRAS

## QUE MUDARAM A HISTÓRIA



### Tarsila do Amaral

Pintora e desenhista foi uma das figuras centrais da primeira fase do movimento modernista no Brasil. Seu quadro Abaporu de 1928, inaugurou o movimento antropofágico nas artes plásticas.

### Princesa Isabel

Foi a última princesa imperial do Brasil e regente do Império por três ocasiões. Foi a terceira Chefe de Estado brasileira após sua avó Leopoldina e sua trisavó Dona Maria I. Foi cognominada a Redentora por ter, através da Lei Áurea, abolido a escravidão no Brasil



### Dandara

Esposa de Zumbi dos Palmares e lutou ao lado dele pela libertação dos negros no período colonial. Sua história é rodeada de mistérios, sabia manejar armas e caçava muito bem. Suicidou-se em 1694, junto com vários outros quilombolas, durante a tomada de Palmares.

### Irmã Dulce

Maria Rita de Sousa Brito Lopes Pontes, mais conhecida como Irmã Dulce, foi uma religiosa católica. Ficou muito conhecida por conta de suas obras de caridade e assistência aos pobres, e é considerada uma das mais importantes ativistas humanitárias do século XX. Foi indicada ao Prêmio Nobel da Paz em 1988 e beatificada em 2011.



Leila Diniz

A atriz é sempre lembrada como defensora do amor livre, do prazer sexual e símbolo da revolução feminina, que rompeu conceitos e tabus por meio de suas ideias e atitudes. Chocou a sociedade ao simplesmente ir à praia grávida de biquíni.



Zilda Arns

Médica pediatra e sanitarista brasileira, indicada várias vezes pelo governo brasileiro ao prêmio Nobel da Paz. Morreu aos 75 anos, no terremoto do Haiti em 2010. Fundadora e coordenadora internacional da Pastoral da Criança.



Maria Quitéria

Maria Quitéria perdeu a mãe ainda criança e, aos 10 anos, viu-se com a responsabilidade de cuidar da casa e dos irmãos. Mais velha, quis muito lutar pela independência do Brasil e vestiu-se de homem para conseguir entrar no Exército.



Chiquinha Gonzaga

Compositora e autora de mais de duas mil músicas de gêneros diferentes, foi a primeira mulher a reger uma orquestra no Brasil.



## Papo da Semana

# Que a força esteja com você!

Pensei, pensei e repensei. O que escrever de diferente nesse Dia Internacional da mulher? São tantos os temas que eu poderia desenvolver, que nem sei.

Poderia escrever sobre a desigualdade que ainda impera contra o sexo frágil. Coisas do tipo cantadas abusivas, menores salários, preconceitos disfarçados e ao mesmo tempo tão latentes na nossa sociedade. Como é difícil ser mulher e, ao mesmo, tempo como é prazeroso ser mulher.

Em primeiro lugar temos o privilégio de gerar nossos filhos, o que é um baita presente do universo.

Em segundo lugar nos percebemos fortes na medida em que temos que lutar mais para um lugar ao sol, o que não deixa de ser uma vantagem também quando descobrimos que a força está conosco (obrigada Princesa Léia).

E, para encerrar esse assunto de mulherzinha, somos lindas! Tão lindas que cada uma de nós, apesar de tão diferentes, conseguimos ser lindas mesmo quando nos achamos um horror, sem roupa nova no armário, com uns quilos a mais gritando no espelho e com a famigerada celulite que buscamos esconder com todas as nossas forças. Afinal, força é o que não nos falta (Princesa Léia de novo, obrigada).

A mulherada do tempo da minha mãe era, em sua maioria, dependente do marido. Para começar já levava o sobrenome dele nas costas para o resto da vida. Desquite era a vergonha da família, para as mulheres, lógico. O que

será que ela fez para o casamento acabar? Trabalhar então, nem pensar. Fora de cogitação. No máximo, e em casa, dar aula de piano para filha de alguma vizinha. Dureza viu?

Aí depois da revolução sexual a coisa começou a melhorar para ao nosso lado, bem aos poucos, a passos de tartaruga. Mas hoje em dia, a vida que levamos é reflexo disso. Fico uma fera quando ouço uma mulher classificar a luta feminista de forma irresponsável e sem base histórica. Tenho vontade de contar para ela que é fácil criticar se você já nasceu na geração que estuda e trabalha, é independente financeiramente e pode trocar de amor quando bem entender. Tenho que explicar que, graças a essas mulheres lutadoras, hoje somos livres como um homem do século passado deveria ser. E que a vida boa que ela leva é fruto direto disso.

Ainda há, e sabemos, muito a conquistar. Juro que serei feliz



o dia que puder sair na rua de shortinho sem levar uma cantada sem graça. Enfim, aí já é assunto para outra coluna.

Águas Claras é uma cidade nova que leva o nome do Reino Encantado do Príncipe Escamado, do livro "Reinações de Narizinho" de Monteiro Lobato. Ele e Narizinho quase se casaram se não fosse o Rabicó comer a coroa do tal príncipe peixe. Lucia foi salva de se casar com um peixe por um porquinho guloso. Narizinho se chama Lucia. Lucia mora aqui em Águas Claras.

E pode ser negra, oriental ou branca. Pode ser índia. Lucia pode ser gorda ou magra. Alta ou baixinha. Ter cabelos lisos, longos, curtos ou lindamente cacheados. Lucia pode ser de qualquer idade.

Aqui ela pode casar por amor,

trabalhar no que bem entender e levar seus filhos para brincar na pracinha. E namorar uma princesa, se assim quiser. Pode ser religiosa, agnóstica, atea. Pode ser trans. Pode estudar. Lucia pode ir ao parque, sair para beber com os amigos, frequentar o cinema, fazer compras, jantar em um bom restaurante ou comer um cachorro quente na rua em uma noite gostosa. Aqui em Águas Claras Lucia pode andar pelas ruas, conversar com os vizinhos, trocar ideias e dar sugestões em uma rede social. Ela se sente parte da sociedade feminina que está ajudando a construir a identidade desta comunidade.

Lucia representa as mulheres que moram nessa cidade com nome de Reino. E assim como Léia, tem a força dentro dela para ser quem quiser.

Feliz dia Internacional das Mulheres, Lucia. E a todas as mulheres que você representa nesta Águas Claras do mundo real. Que a força continue com você.



**Stella de Domênico**

**Crítica de cinema, sapateadora, blogueira da página cinemamulheresemais, moderadora do grupo Casa de Amigas de Águas Claras e todo DF, colaboradora do site dfaguasclaras.com.br e nas horas vagas, consultora corporativa para gestão e treinamento de pessoas.**

[stella.domenico@hotmail.com](mailto:stella.domenico@hotmail.com)

# MARATONA DE DIVERSÃO

M.A.R.Ç.O

TODOS OS  
**DOMINGOS**

.....  
16H30 ÀS 19H30



Felicittà  
shopping



/felicittashop

Final da Av. Castanheiras esquina com Rua 36 Norte - Águas Claras