

ANO IV - NÚMERO 21 - SETEMBRO | OUTUBRO 2018

# Atitude

COMPARTILHANDO EXPERIÊNCIAS

CRECI-J-1397 ABADI:15  
SECOVI-RJ:70



**MATÉRIA DE CAPA:**  
**CRIME DISFARÇADO**

**SÍNDICO DO MÊS:**  
**WALTER BARBUDA**

*Uma homenagem ao que  
nos move a todo momento:  
a sua felicidade*



15 de setembro  
**Dia do Cliente**



# Atitude

Compartilhando experiência

Ano IV- nº 21 setembro/outubro 2018

índice



2. Com a palavra
3. Fique atento
4. Capa: prevenção a incêndios
8. Adote essa ideia: a vez das bicicletas
9. Produtos que encantam
10. Síndica do mês
12. AJO Ambiental: ações para o futuro
14. Áreas Comuns: pisos para áreas externas
16. Parceria: Coluna MIND Engenharia
17. Saúde: doenças de inverno
19. Sustentabilidade: catadores conectados

## Editorial nesta edição

Caros leitores,

A segurança volta a ser o foco nessa edição, que volta a tocar na tecla da importância do controle no acesso aos edifícios, e como os bandidos estão cada vez mais criativos na tentativa de driblar esse cuidado.

Quando o assunto é gestão, resumimos os principais pontos do que faz um bom síndico, e quais devem ser as preocupações e atribuições do administrador ao assumir o comando de um condomínio.

Por fim, na editoria Saúde, falamos sobre a campanha Outubro Rosa, que dedica todo um mês à prevenção e à detecção precoce no combate ao câncer de mama.

Boa leitura!

**Raphaela Ferreira**  
**Diretora Executiva**  
**Palmares Administradora de Imóveis Ltda.**



centro • copacabana • tijuca  
[www.palmaresadm.com.br](http://www.palmaresadm.com.br)



CRECI: J-1397 ABADI: 15  
SECOVI-RJ: 70

Editora: Alice Vianna (editorasilaba.ukdesign@gmail.com)  
Conselho Editorial: Raphaela Ferreira (Palmares), Ana Carolina Wanderley (Editora Sílabas)  
Projeto Editorial e gráfico: Editora Sílabas  
Redação: Ana Carolina Wanderley  
Diagramação: UK Design  
Fotos/Capa: © Evolution1088 | Dreamstime.com

Impresso na Smart Print  
Tiragem: 5.000 exemplares  
Distribuição gratuita. Proibida a venda  
Nota: As opiniões das matérias publicadas são de responsabilidade de seus autores.

# A Caverna dos Aflitos

*“Ajuntaram-se a ele todos os homens que se achegavam em aperto, e todo homem endividado, e todos os amargurados de espírito, e ele se fez chefe deles; e eram com eles uns quatrocentos homens” I Samuel 22.2*

A história acima é sobre o Davi na caverna de Adulão. Ela foi um dos lugares em que ele, fugindo do ciúme e ira do Rei Saul, encontrou refúgio.

Até esse ponto não há nada de extraordinário na história, mas o que nos chama a atenção é o grupo que se une a Davi nesse momento de perseguição.

Olhando as características dessa gente, alguns diriam que eles não eram o tipo de pessoas que gostaríamos de ter ao nosso lado em tempos de dificuldades. Afinal, se nós já temos nossos problemas, porque nos unir a pessoas que também passam momentos ruins? Queremos ser cuidados e não cuidar de ninguém!

Deus faz uma outra proposta para seu povo. Ao invés de optar pelo lugar de gente cuidada ou gente que cuida, ele traz para nós a prática da parceria. No seu reino os endividados podem cuidar dos amargurados e os perseguidos dos que se encontram em aperto, porque afinal todos estamos aqui nesse mundo com alguma enfermidade na alma que precisa de cura.

E a igreja deve ser essa grande Caverna de Adulão, onde os necessitados acham graça, compreensão e transformação da parte do Pai. E isso acontece através de gente comum como nós, cujo único tesouro é Jesus no coração.

Textos como Romanos 12.10; 15-16; Efésios 4.2; 32 e muitos outros espalhados na Bíblia nos falam dessa bela tarefa de sermos ajudadores uns dos outros.

Porém, nessa nossa caverna, sempre existem aqueles coxos que acham que sabem andar e os endividados que ostentam uma aparente condição financeira invejável. Ou outros que são amargurados de espírito, e desdenham dos que não tem voz. Quando essa epidemia da falsa sensação de cura completa atinge as pessoas, a caverna deixa de ser um ninho acolhedor para os aflitos e começa a se transformar em um espaço de competição pelo prêmio de melhor espiritualidade.

A igreja de Jesus é o lugar onde os discípulos curam e são curados, entendem e são compreendidos, exortam e são exortados. Portanto devemos cultivar em nós esse espírito de “médicos feridos”. Gente que recebeu das mãos de Deus a missão de ser benção na vida do outro, sem nunca esquecer que precisa diariamente dessa benção também.

Não sei qual é a sua maior dificuldade. Talvez seja abandonar o orgulho, reconhecer suas limitações e pedir ajuda. Ou quem sabe, entender que os únicos desse grupo que tem a autoridade de ajudar são os que sabem que sangram também, mas que diariamente confiam em Jesus, o médico dos médicos. Seja em que lugar que você esteja, cresça para um lugar de santo equilíbrio.

Que o Deus resgate nossa humanidade original, transformando o coração da gente e nos dando o privilégio de amar uns a outros como Jesus nos amou.

IGREJA PRESBITERIANA  
**ORAIZES**

AOS DOMINGOS | 11H

VOCÊ É NOSSO CONVIDADO

WWW.IPRAIZES.ORG • FB.COM/IPRAIZES

PRAIA DO FLAMENGO 20 (AUDITÓRIO DO HOTEL NOVO MUNDO)

# fique atento

anote em sua agenda



## E-SOCIAL EM VIGOR

Desde o dia 18 de julho os condomínios já estão obrigados a aderir ao eSocial. A regra vale para todas as empresas com faturamento anual de até R\$ 78 milhões, excluindo apenas as pequenas e microempresas e os microempreendedores individuais (MEI), que apenas em novembro passam a integrar o novo sistema. Segundo apuração feita pelo Secovi Rio, o prazo recomendado pela Receita Federal para o cadastramento inicial de tabelas era até 31 de agosto, enquanto a entrada das admissões anteriores e eventos não periódicos pode ser feita no decorrer do mês de setembro. Informações adicionais têm até novembro para serem inseridas.

## SEGUNDA VIA DO BOLETO

Sabia que é possível emitir uma segunda via do boleto de cobrança através do site da Palmares? Caso a data do vencimento esteja se aproximando e o documento ainda não tenha chegado, entre em [www.palmaresadm.com.br](http://www.palmaresadm.com.br) e imprima a segunda via. Para tanto, é preciso apenas informar o CPF ou CNPJ, e se o boleto é referente à taxa condominial ou à locação.

## MANAD

Pelo terceiro ano, a Palmares conta com a colaboração dos síndicos de seus condomínios para compilar os dados referentes à confecção do MANAD – Manual Normativo de Arquivos Digitais. O processo visa digitalizar e armazenar todos os dados contábeis, trabalhistas e previdenciários referentes ao ano de 2017, assim como as atas de assembleias e balancetes que tenham sido elaborados pela administradora.

O procedimento, que arquiva num kit com dois CDs todos esses dados, permite que, no caso de uma fiscalização no condomínio pela Secretaria da Receita da União Federal, do Estado e do Município, basta apresentar os discos para que os dados possam ser prontamente conferidos. Os CDs com os dados do MANAD devem ser guardados pelo condomínio por um prazo mínimo de cinco anos.

## DEDETIZAÇÃO E DESRATIZAÇÃO OBRIGATÓRIA

Está em vigor desde dezembro de 2017 a lei estadual 7806, que fala sobre o controle de vetores e pragas urbanas. Ela determina que condomínios residenciais e comerciais são obrigados a providenciar a realização dos serviços de desinsetização e desratização, conforme proposta pelas normas vigentes da Agência Nacional de Vigilância Sanitária - ANVISA.

De acordo com o parágrafo II do Artigo 6º, o controle de vetores e pragas urbanas deve visar impedir que vetores e pragas urbanas se instalem ou reproduzam no ambiente, exigindo para tanto um conjunto de ações preventivas e corretivas de monitoramento ou aplicação, ou ambos, com periodicidade minimante mensal.

Quando for agendada a realização do serviço, a empresa especializada deverá afixar cartazes informando a realização da desinfestação, com a data da aplicação, o nome do produto, grupo químico, telefone do Centro de Informação Toxicológica e número da licença do INEA.

O descumprimento aos dispositivos desta Lei torna os estabelecimentos infratores passíveis de multas, de acordo com o Código de Defesa do Consumidor e demais legislações pertinentes e, em caso de reincidência, a multa será aplicada em dobro.

## ENTENDENDO OS INDICADORES: IGP-M

Medido pela Fundação Getulio Vargas (FGV), o IGP-M é a abreviação de Índice Geral de Preços do Mercado, e registra a inflação de preços. Calculado entre o dia 21 do mês anterior até o dia 20 do mês corrente, o indicador é formado por três outros índices: o Índice de Preços por Atacado - Mercado (IPA-M), que tem um peso de 60% no cálculo do IGP-M; o Índice de Preços ao Consumidor - Mercado (IPC-M), com peso de 30%; e o Índice Nacional do Custo da Construção - Mercado (INCC-M), com peso de 10%. E por que o IGP-M é tão importante? Ele mede a inflação para toda a população, e é usado, no caso específico do mercado imobiliário, em contratos de aluguel e no preço dos condomínios, por exemplo.

Índice	Período	No mês	12 meses
IPCA - %	jul/18	0,33	4,48
INPC - %	jul/18	0,25	3,61
IPC Fipe - %	jul/18	0,23	2,76
IGP-M - %	jul/18	0,51	8,24
IGP-DI - %	jul/18	0,44	8,59
ICV-Dieese - %	jul/18	0,14	4,24

Fontes: IBGE, Fipe, FGV e Dieese. Elaboração: Valor Data

**fique atento**  
anote em sua agenda



## Palmares comemora 55 anos

No dia 7 de julho, a Palmares reuniu seus funcionários e a diretoria - Raphaela Ferreira, Myriam Ferreira, Antonio Carlos Ferreira e Almerio Telles – no restaurante Pistache, em Botafogo, para comemorar os 55 anos da Administradora. A celebração contou ainda com a presença dos parceiros jurídicos e de suporte.



**Projetos Prediais, Gerenciamento e Execução de Obras**

Emissão de laudos técnicos de vistoria predial, Cálculo estrutural e Consultoria técnica em geral.

**Hike up**

CAU 24.979-3

Estrada Coronel Pedro Correia, nº 740 - sala 209 - Cep. 22775-090

Barra - Rio de Janeiro - tels. 55 21 3365-1556 / 55 21 99614-8275

contato@hikeupcomercial.com - www.hikeupcomercial.com

capa

perigo sob disfarce

# Crime disfarçado

BANDIDOS SE PASSAM POR PESSOAS DE CONFIANÇA PARA ENTRAR EM CONDOMÍNIOS, NUMA ESTRATÉGIA QUE EXIGE ATENÇÃO REDOBRADA NO CONTROLE DE ACESSO

ACONTECEU EM FEVEREIRO NUM DOS ENDEREÇOS MAIS NOBRES DO RIO DE JANEIRO. DISFARÇADOS POLICIAIS FEDERAIS E ANUNCIANDO NA PORTA QUE INTEGRAVAM A EQUIPE DA LAVA JATO, BANDIDOS ENTRARAM NUM EDIFÍCIO NA RUA CUPERTI DURÃO, NO LEBLON, E SAÍRAM DE LÁ COM CERCA DE R\$ 100 MIL, UM CELULAR E UM COMPUTADOR. O SALDO VEIO PORQUE O BANDO SIMULOU UMA BUSCA AUTORIZADA PELA JUSTIÇA, AFIRMANDO QUE PROCURAVAM PELO COMPUTADOR DA FAMÍLIA E BENS. AO SAÍREM, AMARRARAM O CASAL QUE É A VÍTIMA DO GOLPE. PODERIA TER SIDO PIOR, E É LONGE DE SER UM CASO ISOLADO.

Segundo dados do Instituto de Segurança Pública (ISP), nos primeiros meses de 2018 foi registrado um aumento de 70% na quantidade de casos de roubo a residências em estado em relação ao mesmo período do ano passado. Isso porque as estatísticas não levam em conta os furtos praticados quando a vítima não está presente durante o crime.



## capa

### perigo sob disfarce

---



limites: o bandido pode tocar no interfone dizendo ser funcionário de uma empresa de televisão a cabo, com direito a uniforme completo, crachá e até um carro com o adesivo da empresa, ou mesmo como uma grávida que começou a passar mal no meio da rua. Em tempos de números alarmantes na segurança pública, toda desconfiança é pouca – ainda que isso gere uma certa inconveniência.

Muitas dessas ocorrências, no entanto, poderiam ter sido evitadas com sistemas e rotinas mais estritas de segurança, o que inclui uma equipe de portaria bem treinada para barrar o acesso de pessoas não autorizadas ao edifício ou ao condomínio. Mas implementar isso não é tarefa das mais fáceis.

As medidas cuidadosas podem encontrar resistência até mesmo nos moradores, que tendem a ressentir a burocracia na autorização ao acesso de familiares, amigos e até mesmo na entrega de encomendas. É fundamental que as regras sejam acordadas entre todos, e que as mesmas sejam amplamente divulgadas entre todos os que circulam rotineiramente pelo condomínio para reduzir as brechas.

A maneira com que os bandidos entraram no edifício do Leblon lá no início do ano é a mais comum a ser registrada. A criatividade dos disfarces não tem

O Grupo Hagana, parceiro da Palmares e que oferece serviços que vão desde vigilante até serviço de portaria, elaborou uma lista com os principais disfarces atualmente usados por bandidos para entrar nos edifícios – e como evitar que eles o façam.

A compilação feita pelo grupo, especializado em segurança, recebe novas adições periodicamente, e exatamente por isso – pela engenhosidade dos assaltantes –, é imperativo que os funcionários do condomínio, especialmente aqueles responsáveis pelo controle de acesso, sejam treinados constantemente para ficarem de olho vivo em quem entra e sai do prédio.

# capa

## perigo sob disfarce

### FUNCIONÁRIO DE CONCESSIONÁRIAS DE SERVIÇOS PÚBLICOS E AGENTES DE FISCALIZAÇÃO DA DENGUE

**Como fazem:** Podem chegar em pequenos grupos e alegam ter de fazer reparos nas unidades, vistoria nos condomínios ou ter que entregar em mãos a correspondência. Podem estar uniformizados.

**Como agir:** Peça o crachá com foto e não permita a entrada caso o morador não tenha solicitado o serviço. Nesses casos, o porteiro deve ligar para a prefeitura para validar as informações.

### O CONHECIDO

**Como fazem:** Aproveitam enquanto o portão está aberto para a entrada de um morador e conversam para fingir intimidade e entrar junto.

**Como agir:** O porteiro deve abordar o acompanhante e perguntar para qual unidade ele se dirige, solicitando que este apresente documento de identificação. Não permita que dois visitantes entrem juntos.

### CORRETOR DE IMÓVEIS

**Como fazem:** Bem vestido e em pequenos grupos, apresenta-se como corretor alegando que visitará uma unidade.

**Como agir:** Confirme se o morador requisitou a visita do corretor. Caso não tenha autorizado, não permita o acesso e reforce a informação com seus colegas.

### ENTREGADOR DE ENCOMENDAS

**Como fazem:** Utilizam dois modos para entrar: diz que precisa entrar para fazer entrega na unidade ou chamam o condômino e rendem a pessoa que for à portaria.

**Como agir:** Não é permitido o acesso de entregadores nas unidades. Antes de abrir o portão, confirme se o morador aguarda a encomenda. O ideal é ter um “passador de volumes” para não ter que abrir o portão.

### OFICIAL DE JUSTIÇA OU ADVOGADO

**Como fazem:** Tentam forçar a entrada no condomínio sem se identificar ou apresentando documentos falsos.

**Como agir:** O funcionário da portaria não deve mudar os procedimentos de segurança mesmo que a pessoa pareça autoridade e só deve permitir a entrada se o morador autorizar.

### DE CARRO

**Como fazem:** Embicam o carro na garagem, buzina para que o portão seja aberto. Fingem que são passageiros de veículos de entrega que precisam entrar na garagem.

**Como agir:** Seja extremamente rigoroso na identificação do veículo e do motorista. Jamais abra o portão para veículos não identificados.

### O BEM VESTIDO

**Como fazem:** Bem vestidos e educados, tentam entrar junto com algum morador para render o porteiro e possibilitar a entrada de seus comparsas.

**Como agir:** Orientar o porteiro para que não mude os procedimentos de segurança de acordo com traje ou aparência das pessoas.

### AUTORIZADO POR TELEFONE

**Como fazem:** Alguém, se passando por morador, liga no telefone da portaria e autoriza a entrada.

**Como agir:** O porteiro deve ter uma relação com os telefones de todos os moradores. A entrada só poderá ser autorizada se o porteiro falar com o morador a partir do número registrado na portaria.

### FALSO POLICIAL

**Como fazem:** Homens utilizando roupas parecidas com uniforme policial ou até em carros adesivados que imitam o da polícia exigem entrar no condomínio.

**Como agir:** Não permita que ninguém entre no condomínio sem ser autorizado. Para entrar, policiais devem se identificar através de um documento e ter um mandado de busca e apreensão.

**CUIDADO! FIQUE ATENTO**

# capa

## perigo sob disfarce

### CARRO CLONADO DO MORADOR

**Como fazem:** Usam carro com as mesmas características do veículo do morador e embicam na garagem para confundir o porteiro, que acaba abrindo o portão.

**Como agir:** Só abra o portão se o morador sair do carro ou mostrar o rosto para se identificar. O ideal é que tenha câmeras ou sistemas que focam no rosto do motorista.

### FALSA GRÁVIDA

**Como fazem:** Se passando por grávida, a mulher finge estar passando mal e seu “companheiro” pede para usar o telefone para ligar para o médico.

**Como agir:** O próprio porteiro deve fazer a ligação para uma ambulância, caso perceba que o caso é grave. Mas não saia da portaria e não deixe ninguém entrar no condomínio.

### MULHER BONITA, VESTIDA DE MANEIRA PROVOCANTE

**Como fazem:** Mulher chega de noite para visitar um morador solteiro e pede para não ser anunciada, pois fará uma surpresa.

**Como agir:** O porteiro deve ser extremamente cauteloso e não deixar ninguém entrar sem autorização.

### DISFARCE DE RABINO

**Como fazem:** Caracterizados com roupas de acordo com os costumes judaicos, eles aproveitam para acessar o condomínio em dias que judeus não atendem o interfone – no sábado, por exemplo.

**Como agir:** Jamais libera o acesso de pessoas sem autorização. O morador deve deixar os dados de seus visitantes na portaria com pelo menos um dia de antecedência.

### MENINO ASSALTADO E ADOLESCENTES

**Como fazem:** Alegando ter sido assaltado, menino pede para usar o telefone para ligar para o pai. Adolescentes bem vestidos e com o celular na mão ou fones de ouvidos dizem que são filhos de moradores ou parentes e que esqueceram as chaves.

**Como agir:** O porteiro pode ligar ele mesmo para o pai da criança, mas não deve deixá-lo entrar no condomínio. Ninguém pode entrar sem passar pelo processo de identificação e sem autorização do morador.

**Segurança e Confiança**

**Garantia e Qualidade**

**Disk**<sup>®</sup>  
segurança eletrônica  
Representação e Manutenção

Televendas: (21) 981285896  
disk-interfones@hotmail.com

Intelbras, TheCar, Paceltra, EcoSolar

## produtos que encantam

novidades para facilitar a vida



### PAUSA PROGRAMADA NO WI-FI

A internet anda fora de controle com as crianças em casa? Administre o tempo dos seus filhos com o ryfi, que funciona como um botão de pause no seu wi-fi. O aparelho foi desenvolvido para ajudar os pais a encorajar a turminha a fazer seu dever e tarefas em casa em detrimento de passar tempo diante de tablets e smartphones. O roteador ryfi pode ser conectado ao seu modem ou roteador de internet para uma configuração rápida, e de lá um aplicativo dá aos adultos controle total. Usando o app ou SMS, você pode garantir ou negar acesso a usuários manualmente, ou mesmo criar planejamentos que se encaixem na rotina do dia, como um tempo destinado aos deveres da escola. No mais, é possível administrar as configurações de qualquer parte do mundo, e até mesmo mandar uma mensagem de texto para que o ryfi envie atualizações de status. Se isso não fosse suficiente, o aplicativo pode ser usado para administrar a criançada em casa: por ele, os pequenos podem inserir o tempo que passaram estudando ou realizando tarefas em casa, e nessa lógica pode-se criar uma lista de atividades que precisam ser completadas antes que o acesso ao wi-fi seja liberado.



### MÁQUINA DO TEMPO PORTÁTIL

Viajar no tempo parece coisa de ficção científica, mas é realidade com a Roader, uma câmera diferente de todas as outras. Ao apertar o botão para começar a gravar um vídeo, o aparelho na verdade salva 10 segundos antes da gravação ser ativada e 10 segundos depois de ela terminar. Ou seja: ela registra momentos antes mesmo de você dar o comando para filmar. Isso é possível porque a câmera funciona com buffer, meio como a nossa memória recente, e vai registrando, sem salvar, tudo o que acontece na frente de sua lente. Quando o vídeo é de fato gravado, ele é enviado automaticamente para o seu smartphone através de um aplicativo, facilitando o acesso ao conteúdo e o compartilhamento dele nas redes sociais. Eternizar lembranças acabou de ficar bem mais fácil, não é mesmo?



### VIDRO LÍQUIDO

Ele é invisível aos olhos, mas tem 1001 utilidades. Literalmente. As funcionalidades do vidro líquido são tantas que parece truque de magia: aplicado a uma superfície, ele oferece proteção e facilita a limpeza sem alterar a textura, a forma ou a aparência do objeto. Tirando partido da nanotecnologia, a substância é 500 vezes mais fina que um fio de cabelo. Não é incrível? Aí vai depender de onde o vidro será aplicado que se determina sua formulação. Ele pode impermeabilizar um sofá ou um tapete, proteger a tela de um celular, a lataria de um carro contra arranhões, uma mesa ou qualquer outro móvel em casa ou no escritório... tudo isso num produto totalmente sustentável.

divulgação

## síndica do mês

compartilhando experiência

# Transparência e honestidade na ordem do dia

Com gestão clara e organizada, Walter Barbuda transformou a realidade do Edifício Itapira, em Copacabana



DESDE QUE FOI ELEITO SÍNDICO DO EDIFÍCIO ITAPIRA PELA PRIMEIRA VEZ, EM 2008, WALTER BARBUDA, ANALISTA DE SISTEMAS APOSENTADO, NÃO SE DISTANCIOU MAIS MUITO DO CARGO. LÁ SE VÃO DEZ ANOS QUE ELE REVEZA COM SEU SUBSÍNDICO, MURILO TROTA, NO COMANDO DO CONDOMÍNIO EM COPACABANA, AMBOS DISPOSTOS A REVERTER O QUADRO COMPLICADO EM QUE A ADMINISTRAÇÃO SE ENCONTRAVA UMA DÉCADA ATRÁS.

Mas voltemos um pouco no tempo para contextualizar a realidade do Itapira, construído há 66 anos quase na fronteira entre Copacabana e Leme. Com 146 apartamentos distribuídos por 12 andares, uma cobertura com oito unidades e uma loja de câmbio no térreo, o edifício enfrentava diversos problemas antes de Walter assumir a sindicância, entre os quais um caixa no vermelho e uma herança de dívidas.

O grande problema, ele conta, era o abuso no uso de procurações pelos síndicos anteriores. O condomínio não tinha uma convenção, tampouco um regulamento interno, e não havia limite de tempo de mandato ou qualquer controle quanto ao uso dos documentos. Isso tudo já mudou. Atualmente, não se pode ser síndico por mais do que dois anos seguidos, e cada morador só pode apresentar uma procuração registrada em cartório. “Ficou mais democrático”, garante Walter.

Colocando ordem na casa, os resultados começaram a aparecer. Apostando em transparência, ele começou a equilibrar o caixa, negociando a dívida e abrindo uma poupança para que o condomínio pudesse ter um fundo de emergência. Fora isso, as melhorias pelas quais o edifício precisava ter passado há tempos foram aos poucos sendo implementadas. Uma delas foi a reforma no PC de luz, que vivia apresentando problemas. O prédio também passou por uma pintura nas partes internas e externas, e todos os andares ganharam câmeras de monitoramento.

Onde era a residência do zelador, no 13º andar do prédio, funciona atualmente uma sala do condomínio, onde fica a administração. Walter está lá todos os dias até as 13h, mas, segundo ele, isso é uma mera formalidade. “A parte administrativa funciona 24 horas. Estou sempre no prédio, fazendo uma coisa ou outra”, afirma.

Foi com essa atitude de botar a mão na massa que ele transformou a realidade do Itapira ao lado de seu subsíndico. A portaria foi toda reformada, bem como a área comum que há na cobertura, e todas as lixeiras ganharam portas de alumínio.

A próxima obra nos planos já tem um alvo definido: os elevadores. “Estamos solicitando orçamentos que vamos levar para a próxima assembleia. Os elevadores que temos são de porta pantográfica, e queremos mudar isso, porque são muito antigos”, diz.

Enquanto as melhorias são feitas, Walter fica feliz em revelar que a taxa condominial não é ajustada há quatro anos. Além disso, não há mais cota extra para o 13º salário dos seis funcionários do edifício – o valor é rateado ao longo do ano todo. Um dos grandes trunfos da boa administração é um caixa mais do que no azul. Não só a conta corrente está com dinheiro de sobra, mas o condomínio ainda tem os fundos da poupança caso precise.

## síndica do mês

compartilhando experiência

O segredo? “Honestidade acima de tudo, e estar empenhado e dedicado para resolver os problemas”, garante Walter, que está sempre disponível para os condôminos, não importa a hora do dia. Talvez por isso os moradores, satisfeitos com a gestão, não queiram que ele deixe o cargo tão cedo. “Não queria ser mais síndico para ter mais tempo para mim, mas vieram bater na minha porta pedindo para eu ficar. Quando fazemos uma boa administração os moradores ficam como nossa família”, revela.



## SOBRE O EDIFÍCIO ITAPIRA

Construído na década de 50, o edifício Itapira conta com 12 andares e 146 apartamentos, além das oito unidades na cobertura. Sem play ou garagem, o condomínio possui dois elevadores sociais, um de serviço, e uma área comum para os moradores na cobertura, onde fica também um espaço para os funcionários e a administração.

No dia a dia, seis funcionários se dividem nas tarefas do edifício: três porteiros, um folguista e dois serventes. A portaria funciona 24 horas por dia e a rédea é curta quando o assunto é segurança, especialmente porque 86 dos apartamentos do edifício são alugados por temporada.

Com o caixa no azul depois de uma administração que deixou o condomínio mergulhado em dívidas, Walter revela que o edifício já passou por diversas obras de melhoria e atualização desde que assumiu a sindicância pela primeira vez, em 2008. Da lista fazem parte as reformas das bombas, da portaria, da parte hidráulica e esgoto, bem como das lixeiras. O condomínio também ganhou uma convenção e um regulamento interno, que antes não possuía.

**palmares**  
administradora de imóveis

Palmares Administradora de Imóveis Ltda. recebeu certificado por contribuir para 5 nobres causas: **INSTITUTO AYRTON SENNA, O CÂNCER DE MAMA NO ALVO DA MODA, FUNDAÇÃO AMAZONAS SUSTENTÁVEL, SOS MATA ATLÂNTICA, e PROJETO TAMAR.** Tal certificação se deu por aquisição do Título de Capitalização Pé Quente Bradesco Empresa Socioambiental. Assim, a Palmares Administradora de Imóveis Ltda. colabora para a continuidade das ações em prol da saúde, educação e sustentabilidade ambiental.

**PE QUENTE**  
Bradesco  
SOS Mata Atlântica

INSTITUTO AYRTON SENNA  
FUNDAÇÃO AMAZONAS SUSTENTÁVEL  
SOS MATA ATLÂNTICA  
PROJETO TAMAR  
ICMBIO

## Uso consciente de água e energia

Há mais de 10 anos o Projeto AJO Ambiental fomenta a necessidade de combater o desperdício dos recursos naturais (água e energia). A água é um recurso essencial à vida; dependemos totalmente dela para a nossa sobrevivência e a produção de energia no nosso país ainda é dependente da água.

O que devemos fazer no nosso dia a dia para usar esses recursos com mais responsabilidade?

Podemos contribuir sendo mais conscientes quando os estivermos consumindo dentro da nossa casa, dentro do nosso condomínio, dentro da nossa empresa, etc.

- Uma torneira aberta gasta, em média, de 12 a 20 litros de água por minuto. Manter a torneira fechada quando não estiver usando evita desperdício.

- Um banho ecologicamente correto não deve ultrapassar cinco minutos com o chuveiro aberto. Durante a escovação dos dentes mantenha a torneira sempre fechada.

- O vaso sanitário é responsável por 70% do consumo de água (descargas antigas) em um condomínio. Só use a descarga para suas necessidades básicas.

- Antes de lavar a louça, aproveite os guardanapos descartáveis (usados) e retire os resíduos dos pratos, travessas e panelas. Assim, você economiza água e evita que esses resíduos comprometam suas tubulações (esgoto).

- Use a máquina de lavar roupas sempre com a capacidade máxima para evitar desperdício de água e energia.

- Procure molhar o jardim sempre nas primeiras horas do dia ou no fim do dia. No verão, molhe duas vezes; 15 minutos são suficientes. Não use a mangueira para lavar calçadas.

- Apague as luzes quando não as estiver usando e desligue os aparelhos elétricos (stand by). Abra as cortinas durante o dia para receber a luz natural (energia limpa e renovável).

- Não jogue comida no lixo; aproveite as sobras e reinvente novos pratos ou doe para quem tem fome. Até o alimento chegar à nossa mesa são gastos milhões de litros de água potável e quando a comida é descartada no lixo compromete a vida útil de aterros sanitários.

- Separe os resíduos recicláveis (papel, plástico, vidro, metal, etc.) e o óleo usado (fritura) em garrafas pet e faça doação para cooperativas e/ou projetos. Esses resíduos descartados de forma inadequada poluem rios e lagoas e mais produtos químicos serão usados para deixar a água potável (própria para o consumo humano).

Se cada um fizer a sua parte, sendo consciente na hora de comprar, de usar e de descartar, é possível minimizar os impactos ambientais e possibilitar o futuro das próximas gerações.

## parceria

coluna MIND Engenharia

# Elétrica em dia

MODERNIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES ELÉTRICAS PREDIAIS E RESIDENCIAIS É DE EXTREMA IMPORTÂNCIA PARA O CONDOMÍNIO

Já falamos no passado sobre a importância da manutenção periódica condominial e nessa coluna gostaríamos de enfatizar os benefícios que não só a manutenção das instalações prediais pode trazer ao usuário, mas também sua modernização.

Todo edifício, seja ele comercial ou residencial, se não se encontra em idade construtiva avançada, um dia estará, e chegará o momento que a manutenção dará lugar à necessidade de modernização.

Especialistas afirmam que as instalações elétricas de uma residência por exemplo, podem durar cerca de 30 anos; no entanto, 30 anos atrás a demanda de eletrodomésticos e eletroeletrônicos ligados na corrente elétrica não chegavam nem perto do que é ligado atualmente, não é mesmo?! Celulares, DVD, televisão, micro-ondas, notebooks,



geladeira, chuveiro e mais uma infinidade de aparelhos. Por isso é importante modernizar as instalações elétricas, evitando que acidentes, que vão desde pequenos choques até grandes incêndios, aconteçam.

Fique atento a alguns sinais que sua rede elétrica dá quando já não aguenta a demanda de equipamentos ligados a ela:

- Queda Constante de energia;
- Luz piscando e queda de disjuntor;
- Choques elétricos ao ligar e desligar aparelhos;
- Tomadas esquentam com facilidade;
- Cheiro de queimado e fumaça.

Caso identifique algum desses sinais, não hesite em contatar imediatamente um profissional qualificado para evitar danos maiores no futuro.

## LD TELECOM

Instalação e manutenção

- Elétrica Residencial e Comercial
- Antena Coletiva Digital
- Portões de Garagem
- Interfones
- Alarmes
- CFTV

**Luiz Dutra**

☎ 21 96485-2593

21 96912-4037

luizdutratelecom@gmail.com

**Rua Costa Lobo, 57 casa 11 - Benfica -RJ**



**adote essa ideia**  
adeus aos descartáveis

---

# Reaproveitamento em alta

## PROIBIÇÃO DE CANUDOS DE PLÁSTICO EM ESTABELECIMENTOS NO RIO JOGA LUZ SOBRE O IMPACTO NO MEIO AMBIENTE DOS DESCARTÁVEIS E AS ALTERNATIVAS QUE VÊM SURGINDO

Até bem pouco tempo, ninguém pensava duas vezes: a cada almoço num restaurante, um lanche rápido antes do trabalho, ou um refrigerante geladinho no meio da tarde era um canudo novo que se tirava da embalagem e que depois ia imediatamente para o lixo. Mas não mais. No dia 5 de julho último, o prefeito Marcello Crivella sancionou uma lei que proíbe o uso de canudos plásticos em bares, restaurantes e quiosques na cidade do Rio. Os estabelecimentos devem oferecer opções de papel biodegradável. O descumprimento de nova lei, já em vigor, pode acarretar numa multa de R\$ 3 mil, que pode dobrar caso haja reincidência.

O Rio segue uma tendência mundial na cruzada contra os descartáveis que não encontram nova vida na reciclagem e acabam por poluir rios e mares num crescente assustador. A capital fluminense é a primeira cidade do Brasil a colocar-se contra os canudos plásticos, e apenas a décima do mundo a fazê-lo. Mas provavelmente terá seu exemplo seguido por outras muito em breve.

A luta contra os descartáveis está apenas começando, como acredita Debora Pio, coordenadora de mobilização da ONG Meu Rio, que teve um papel ativo na luta contra os canudos plásticos por aqui. “Não temos dados específicos do Rio de Janeiro, mas o canudinho é responsável por 4% do lixo plástico mundial”, revela. Ela conta que as sacolas plásticas, também vilãs do meio ambiente, já foram proibidas, mas ainda há um tempo para adaptação. “O próximo passo seria acabar com os copos, pratos e talheres de plástico”, afirma.

Mais do que diminuir o impacto negativo que o plástico tem no ecossistema em geral, essas proibições exigem uma mudança de hábitos da população. Afinal, como substituir o canudo plástico, ou mesmo fazer compras sem as sacolas dadas pelo supermercado? Não é tão complicado como possa parecer: tudo é uma questão de adaptação.

Foi nessa onda que nasceu o movimento Menos 1 Lixo, idealizado pela ativista ambiental Fernanda Cortez, que se propôs o desafio de ficar um ano sem consumir copos descartáveis. Nesse período, ela economizou 1.618 copos e deixou de impactar negativamente o planeta nesse aspecto. A partir daí, documentando o processo e desafiando os amigos, o Menos 1 Lixo surgiu como um movimento capaz de empoderar as pessoas de que elas são capazes de mudar o mundo nos pequenos gestos.

Mas se uma andorinha só não faz verão, Fernanda abriu as asas e resolver encorajar outras pessoas a deixar o copo descartável no passado. Para tanto, lançou um copo de silicone retrátil, que pode ser carregado na bolsa para qualquer lugar e usado tanto com bebidas quentes quanto geladas. O objetivo é reduzir a produção de lixo. “Cada vez mais sentimos a vontade das pessoas em ter uma vida mais natural e alinhada à saúde do planeta”, revela Marina Marcucci, coordenadora de conteúdo do Menos 1 Lixo.

Segundo ela, todo produto descartável deve ser repensado. Ela usa o próprio copo descartável como exemplo: para a produção de apenas um copinho, são utilizados, além de energia e gás carbônico para o transporte até as lojas, entre 500 ml e três litros de água. Para um recipiente que será usado uma vez e jogado no lixo. “Se o objetivo é que ele seja descartado logo... bom, precisamos repensar esse hábito, certo?”, questiona Marina.

A mesma lógica vale para os canudos, vilões da vez entre os ambientalistas. O canudinho, aparentemente inocente, é um problemão para os animais marinhos. “É preciso entender que os nossos hábitos de consumo estão matando quem divide o planeta com a gente”, resume a coordenadora.



Os argumentos para educar sobre a relevância de se incorporar os canudos reutilizáveis na rotina são convincentes. Em seu site, a Mentah! enumera dados assustadores sobre o impacto do plástico nos oceanos - o material representa 90% do lixo encontrado nos mares, o que soma mais de oito milhões de toneladas por ano, de acordo com dados da ONU. Estima-se que até 2050 haverá mais plástico do que peixes nos oceanos - uma previsão no mínimo desanimadora.

Farmacêutica de formação, Helen Rodrigues, fundadora da empresa, deu os primeiros passos na criação do seu canudo depois de uma viagem a Bali. A princípio, investiu seu tempo e dinheiro na nova empreitada enquanto dividia-se com seu emprego num hospital, até que a iniciativa foi ganhando cada vez mais adeptos. “Foi um movimento bem orgânico. Estamos aos poucos nos descobrindo nesse mundo da sustentabilidade”, afirma.

Não é uma reflexão difícil de ser incorporada no dia a dia, especialmente quando se observa que 35% de todo plástico é descartado após 20 minutos de uso. Já parou para pensar na quantidade de lixo que é gerada nesse meio tempo? “Para mudar esse quadro, os reutilizáveis são muito importantes”, resume Marina.

Mais do que reduzir o impacto dos canudos de plástico nos oceanos, a onda na qual a Mentah! embarcou é apenas uma parte de um movimento muito maior. É o que Helen explica: “tudo o que é durável é mais do que uma tendência; é uma necessidade. Nossa sociedade vem se apoiando muito nos descartáveis nas últimas décadas, e essa cultura é insustentável para o mundo. Teremos que repensar todo o nosso consumo”.

Assim como os copos retráteis do Menos 1 Lixo, a Mentah! entrou no mercado com uma solução mais duradoura aos canudos de plástico, que não são recicláveis. A empresa apostou nos canudos de vidro, numa missão de “despertar as pessoas para a reconexão com a natureza e inspirar a busca pela sua parte no todo”.

O espectro aí vai dos canudinhos e sacolas plásticas até as roupas que compramos. A aposta nas soluções que impactam menos o meio ambiente é uma que veio para ficar – e entrar na moda nunca foi tão sustentável.



# ImperGold

## IMPERMEABILIZAÇÃO

### FINANCIAMOS PARA CONDOMÍNIOS

CAIXAS D'ÁGUA	CALHAS
CISTERNAS	PISCINAS
TERRAÇOS	LAJES
BARRILETES	LAUDO TÉCNICO
VISTORIA PREDIAL	PLAYGROUND
IMPERMEABILIZAÇÃO COM POLIURÉIA	



Garantia

5

ANOS

Experiência

25

ANOS

ORÇAMENTO GRÁTIS

# 3286-4656

www.impergold.com | E-mail: impergold@hotmail.com

# Câncer de mama na mira

## OUTUBRO ROSA JOGA LUZ SOBRE A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO E DO DIAGNÓSTICO PRECOCE DE UMA DAS DOENÇAS QUE MAIS ACOMETE AS MULHERES

O décimo primeiro mês do ano tem cor e tema para acompanhá-lo: ele é marcado pela campanha Outubro Rosa, que alerta não só as mulheres, mas a sociedade em geral, sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama.

O movimento, que leva no nome a cor do laço rosa que simboliza a luta contra a doença, nasceu timidamente em 1990 na primeira Corrida pela Cura, realizada em Nova York, e de lá para cá já se espalhou por todo o mundo, pintando pelas principais capitais seus monumentos mais conhecidos, como o Cristo Redentor, no Rio de Janeiro, a Ponte Octávio Frias de Oliveira, em São Paulo, e o Palácio de Cristal, em Curitiba.

Celebrada em diferentes partes do mundo, a campanha joga luz sobre aquele que é o tipo de tumor mais frequente entre as mulheres depois do câncer de pele. No Brasil, estima-se que sejam diagnosticados mais de 57 mil novos casos da doença a cada ano, segundo dados do Ministério da Saúde. As taxas de mortalidade continuam elevadas, principalmente porque a doença ainda é diagnosticada em estágios avançados. A palavra-chave nessa luta é prevenção.

### FATORES DE RISCO

Reposição hormonal ou uso de pílula anticoncepcional durante muitos anos, a primeira menstruação numa idade muito jovem (antes dos 12 anos), a menopausa tardia (depois dos 55 anos), a gestação após os 30 anos (ou não ter tido filhos) e o excesso de peso são alguns dos fatores de risco para o surgimento da doença.

#### O peso da genética

O câncer de mama genético/hereditário corresponde a somente de 5% a 10% do total de casos. E homens também podem ser acometidos pela doença, mas correspondem a apenas 1% dos casos. Os fatores genéticos e hereditários que são levados em conta são: a história familiar de câncer de ovário; casos de câncer de mama na família, principalmente antes dos 50 anos; a história familiar de câncer de mama em homens; além de alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2. De acordo com o INCA, a mulher que possuir um ou mais desses fatores é considerada com risco elevado para desenvolver câncer de mama, o que não significa que a mulher necessariamente terá a doença.

### MELHOR PREVENIR DO QUE REMEDIAR

Nada de malabarismos: adotar um estilo de vida saudável, com uma alimentação balanceada, fazendo atividade física e regularmente e mantendo o peso normal previne o desenvolvimento de muitos casos de câncer de mama. Amamentar também ajuda – e muito – na prevenção. Assim, novas mães não ajudam apenas seus bebês ao optarem pela amamentação no peito, mas suas saúdes também.



### SINTOMAS MAIS COMUNS

De acordo com o INCA, alguns sintomas são determinantes para que a mulher busque um serviço de saúde na procura por um diagnóstico mais preciso: caroço (nódulo) fixo, endurecido e geralmente indolor; pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja; alterações no bico do peito (mamilo); pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço e saída espontânea de líquido dos mamilos.

### DIAGNÓSTICO PRECOCE

O autoexame das mamas é fundamental, pois ajuda na identificação de nódulos, caroços ou pequenas lesões que podem ser sinais da doença. Ele pode ser feito a partir dos 20 anos, por volta de oito dias após o início da menstruação (para mulheres ainda em idade fértil). Mas o diagnóstico mais preciso deve ser realizado por meio de exames de imagem. O principal deles é a mamografia - recomendada anualmente para mulheres a partir dos 40 anos de idade ou menos, no caso daquelas que têm histórico de câncer na família. Dependendo do resultado, a mamografia poderá ser complementada por ultrassonografia ou ressonância magnética ou até mesmo punção biópsia. Todos esses cuidados permitem detectar o tumor em fase inicial, o que eleva para mais de 90% as chances de sucesso no tratamento, que é primordialmente cirúrgico, podendo ser complementado com quimioterapia, radioter



**AQUI VOCÊ GARANTE A  
LIMPEZA COM MUITO  
+ ECONOMIA**

**PREÇOS ESPECIAIS  
PARA CONDOMÍNIOS  
E EMPRESAS**



**3197-0024**  
 **98874-0054**

**Rua São Francisco Xavier, 278 - Lj D - Tijuca**



## Gestão de Resíduos em Empreendimentos residenciais e comerciais

TODAS AS ATIVIDADES HUMANAS GERAM RESÍDUOS, SENDO O GERENCIAMENTO DESTES RESÍDUOS UMA ATIVIDADE BASTANTE COMPLEXA, DADA A EVOLUÇÃO DE NOVOS MATERIAIS DOS QUAIS SÃO CONSTITUÍDOS OS PRODUTOS.

Inicialmente, as fontes dos resíduos eram basicamente de orgânicos (sobra de alimentos, tecidos naturais, sobras das madeiras, etc). A necessidade do comércio entre civilizações mais distantes impulsionou a indústria de embalagens, pois aos produtos precisa ser garantida a sua integridade até chegarem ao destino final.

Foi uma revolução, porém tornou os resíduos mais complexos, pois na sua maioria eles não são biodegradáveis. Além disso, as mudanças constantes no modelo de consumo da sociedade, onde o consumismo não é atrelado à necessidade propriamente dita, é outro fator ao processo de diversificação dos resíduos e aumento de sua produção.

A Gestão de Resíduos Sólidos pode ser definida como um conjunto de ações que visam identificar os tipos de resíduos

## sustentabilidade

### coluna Repense Soluções Ambientais

e aplicar métodos de separação para sua destinação final ambientalmente adequada.

Para que tais resíduos estejam em condições de reutilização ou comercialização, os mesmos devem ser gerenciados de modo a evitar contaminação. Dessa forma, é de suma importância que o gerenciamento dos resíduos oriundos destas localidades seja eficiente, garantindo a eficácia no processo e atendimento a legislações que regulam o setor. Esta eficiência é garantida pela coleta seletiva.

A gestão de resíduos em condomínios residenciais, shoppings, hotéis e centros corporativos é uma ferramenta que visa a harmonização destes empreendimentos com o meio ambiente, proporcionando também ganhos financeiros, tais como a economia com os serviços de

coleta e destinação (empreendimentos comerciais), ou mesmo ganhos sociais, ao permitir a inserção no mercado de trabalho de catadores cooperativados ou não. A questão ainda valoriza sentidos estéticos, atraindo novos moradores e usuários, principalmente aqueles que estão alinhados aos princípios da sustentabilidade.

Quando as dinâmicas de coleta seletiva e destinação correta dos resíduos são adotados, há um resultado não mensurável para os moradores e administradores envolvidos: a satisfação de terem contribuído para o bem-estar comum. O alinhamento das práticas corretas e sustentabilidade do projeto é fundamental para a continuidade do mesmo. Daí a necessidade do uso de consultorias para orientação para o melhor resultado socioambiental e com o menor custo possível.

Saiba mais: [www.repenseambiental.com.br](http://www.repenseambiental.com.br)



## TELECOMUNICAÇÕES & SISTEMAS

Condomínios, residências e empresas

-  AUTOMATIZAÇÃO DE PORTÕES
-  PABX - INTERFONES
-  PORTEIRO ELETRÔNICO
-  C F T V
-  CONTRATO DE MANUTENÇÃO MENSAL



**Ligue:**  
**2580-0054**  
**8124-9369**

**PODE CONFIAR:**  
MATERIAIS E  
MÃO DE OBRA  
DE  
1ª QUALIDADE

e-mail: [smtelcomfalecomigo@ig.com.br](mailto:smtelcomfalecomigo@ig.com.br)

## convivência

churrasqueira na varanda

# Churrasco com bom senso

USO DE CHURRASQUEIRAS PORTÁTEIS EM VARANDAS DEVE SER DISCUTIDO ENTRE CONDÔMINOS PARA EVITAR CONFLITOS

É o desenho de um dia perfeito: chamar os amigos, fazer um churrasquinho sem nem sair de casa, e relaxar. A churrasqueira portátil – seja ela elétrica, a gás ou funcionando com o bom e velho carvão – vem entrando pouco a pouco na vida do carioca que mora em apartamentos, e que tira proveito da varanda para fazer uma carne e aquele pão de alho irrecusáveis. Mas nem tudo são flores nesse cenário.

Quando há exaustão devida, o incômodo aos vizinhos é mínimo ou não existente, mas raramente esse é o caso. Às vezes pode virar uma dor de cabeça para o síndico, como aconteceu no Edifício Gêmeos, em Botafogo. Responsável pela gestão do condomínio, Gustavo Adolpho Machado conta que o desentendimento entre moradores por causa de churrascos na varanda acabou tendo que ser mediado por ele. “Não costumo me meter em problemas de condôminos quando é uma coisa muito específica, mas nesse caso recebi muitas reclamações”, explica.

A situação, que virou recorrente, não foi solucionada do dia para a noite. Aproveitando que a varanda dos apartamentos do Gêmeos é grande – o edifício conta com

10 apartamentos divididos por cinco andares –, um dos moradores, que alugava a unidade onde morava, decidiu aproveitar o espaço e fazer churrascos ali. Com uma churrasqueira portátil a carvão, passou a usá-la repetidamente, e a fumaça e o cheiro começaram a incomodar o vizinho de cima.

A princípio, o condômino incomodado tentou conversar com o morador, mas os churrascos continuaram. Esgotado o diálogo, o síndico precisou entrar em cena. “Só pedi um bom senso; ele fazia churrascos sexta, sábado e domingo”, lembra Gustavo. Mas nem isso foi suficiente. Somente quando a proprietária do apartamento ficou sabendo do problema e se mobilizou a solucioná-lo que os churrascos, enfim, pararam de ser feitos.

Se o tema não estiver previsto em convenção ou no regulamento interno, os churrascos na varanda não podem ser proibidos, mas podem, e devem, ser discutidos entre os condôminos caso o assunto não seja uma unanimidade. Apoiar-se na coletividade para sanar conflitos é sempre o melhor caminho.

No mais, o segredo é justamente o que Gustavo pediu ao morador problemático: bom senso. Churrascos em varandas sem exaustão adequada combinam melhor com churrasqueiras elétricas, e assim mesmo só devem ser realizados caso não haja incômodo aos vizinhos.

**RLVicente**  
Manutenção Predial

Reformas de Fachadas - Impermeabilização - Reforma de Telhado  
Instalação de dreno para ar condicionado -  
Pinturas internas e externas - reformas em Geral

**ORÇAMENTO GRÁTIS**

E-mail: [rlvicenteatendimento@gmail.com](mailto:rlvicenteatendimento@gmail.com)  
Tels.: 3770-5291 / 99353-9756 / 99388-3480

# Chega de Reparos!

## CONTRATO DE MANUTENÇÃO

Assinando um:

com mensais a partir de R\$ 300,00

adquira mensalmente **SEM ÔNUS**  
uma das peças abaixo:



1 interfone ou 1 controle de acesso

**SOLICITE UMA MINUTA POR E-MAIL : ARTEFONE@IG.COM.BR**

### SISTEMAS DE VIGILÂNCIA



### ALARME E FECHADURAS



### INTERFONES ANALÓGICOS E DIGITAL



### AUTOMATIZAÇÃO DE PORTÃO



# 3071 - 7704 | 2570 - 0441 | 2208 - 6203

artefone@ig.com.br • www.artefonerj.com.br  
Rua Barão de Mesquita, 891 lojas 33 e 56 - Tijuca

# LIDERANÇA

SERVIÇOS

GRUPO PANABRAS - INEA E - 01499/55.61.21

## GRANDE PROMOÇÃO! DEDETIZE SEU CONDOMÍNIO

POR APENAS

**R\$300,00**

GARANTIA DE 6 MESES  
COM DUAS APLICAÇÕES  
AGENDADAS



SENHOR SÍNDICO, APROVEITE  
NOSSAS GRANDES PROMOÇÕES E  
VENHA CONHECER TAMBÉM  
NOSSA EMPRESA!



- ▶ DESINSETIZAÇÕES DE BARATAS, TRAÇAS, FORMIGAS E ETC
- ▶ DESCUPINIAÇÃO
- ▶ DESRATIZAÇÃO
- ▶ LIMPEZAS DE CAIXAS D'ÁGUA E CISTERNAS



liderancaservicos8@yahoo.com.br  
contato@liderancarj.com.br



**3181-3628**