

Fala, João Cabral.

O jornal da sua escola. O SEU jornal.



Prefeitura Municipal de São Gonçalo – RJ

E.M. JOÃO CABRAL DE MELO NETO

Esse rio é meu



Imagem gerada por IA – ChatGPT em 23/05/2026

Somos cercados de rios por todos os lugares. Mas às vezes nem percebemos que nós os transformamos em depósitos de esgoto e lixo. Infelizmente, nossos rios se transformaram em **fontes de vida e de morte**... no entanto, nossa vida depende deles. Sabe o que isso significa? Precisamos nos educar e mudar nossas atitudes.

ÍNDICE:

Página 1 – Apresentação.

Página 2 – Rios: fonte de vida.

Página 3 – Rios: fonte de morte.

Páginas 4 – Aconteceu na escola.

Página 5 – Saúde da pessoa idosa.

Página 6 – Fale inglês na copa!



<https://cantinholiterariososriosdobrasil.wordpress.com/2012/04/24/poluicao-nos-rios-e-lagos-charge/>

Rios: fonte de vida

Os rios são as artérias do nosso planeta e fontes indispensáveis para a sobrevivência. Eles fornecem água doce, sustentam a biodiversidade, viabilizam a produção de alimentos e energia, e são o berço do desenvolvimento socioeconômico e cultural das civilizações ao longo da história.

A Importância Vital dos Rios

Os rios são essenciais para a manutenção da vida na Terra em diversas frentes:

- **Abastecimento:** São a principal fonte de captação de água doce para consumo humano, higiene e saneamento nas cidades.
- **Agricultura e Economia:** Sustentam a irrigação de lavouras e a pecuária, além de funcionarem como rodovias naturais (hidrovias) para o transporte de cargas e escoamento da produção nacional.
 - **Biodiversidade:** Formam ecossistemas complexos que abrigam milhares de espécies de plantas, peixes, aves e mamíferos aquáticos.
 - **Clima e Energia:** Ajudam a regular o clima global e fornecem a força motriz necessária para a geração de energia hidrelétrica.

Impactos e Desafios

Apesar de sua importância, os rios enfrentam grandes ameaças, principalmente ligadas à ação humana. O descarte de esgoto não tratado, a poluição industrial, o desmatamento de matas ciliares e o uso desordenado da água comprometem a qualidade dos recursos hídricos. A degradação de um rio afeta toda a cadeia e as populações que dependem dele a jusante

Preservação e Soluções

Garantir que os rios continuem sendo fontes de vida exige responsabilidade social e ações conjuntas. Os principais caminhos para a preservação incluem:

- **Saneamento Básico:** Coleta e tratamento adequado de esgoto para evitar que dejetos sejam lançados diretamente nos cursos d'água.
- **Proteção das Matas Ciliares:** Conservar a vegetação nas margens dos rios evita a erosão, o assoreamento e filtra poluentes.
- **Gestão de Recursos:** Uso consciente da água e redução do desperdício nas atividades industriais, domésticas e agrícolas

Acompanhar de perto a saúde dos rios próximos à sua comunidade é um passo fundamental. Você pode consultar o Portal Saneamento Básico para verificar informações sobre os serviços de água e esgoto no Brasil, ou buscar os relatórios de qualidade da água disponibilizados pelo Instituto Estadual do Ambiente - INEA para entender a situação dos rios no Estado do Rio de Janeiro.

https://www.google.com/search?q=rios%3A+fontes+de+vida&oeq=rios%3A+fontes+de+vida&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOTIGCAEQRRg60gEINDY2M2owajeoAgiwAgHxBR5g-bybjoLY&sourceid=chrome&ie=UTF-8

Este é o mapa de São Gonçalo. Cada linha azul no mapa representa um rio.

Há muitos anos atrás, esses rios eram cheios de peixes e alguns até navegáveis!

A ação humana (nós) transformou todos eles em valões de esgoto e lixeiras.

Qual é nossa atitude diante disso?

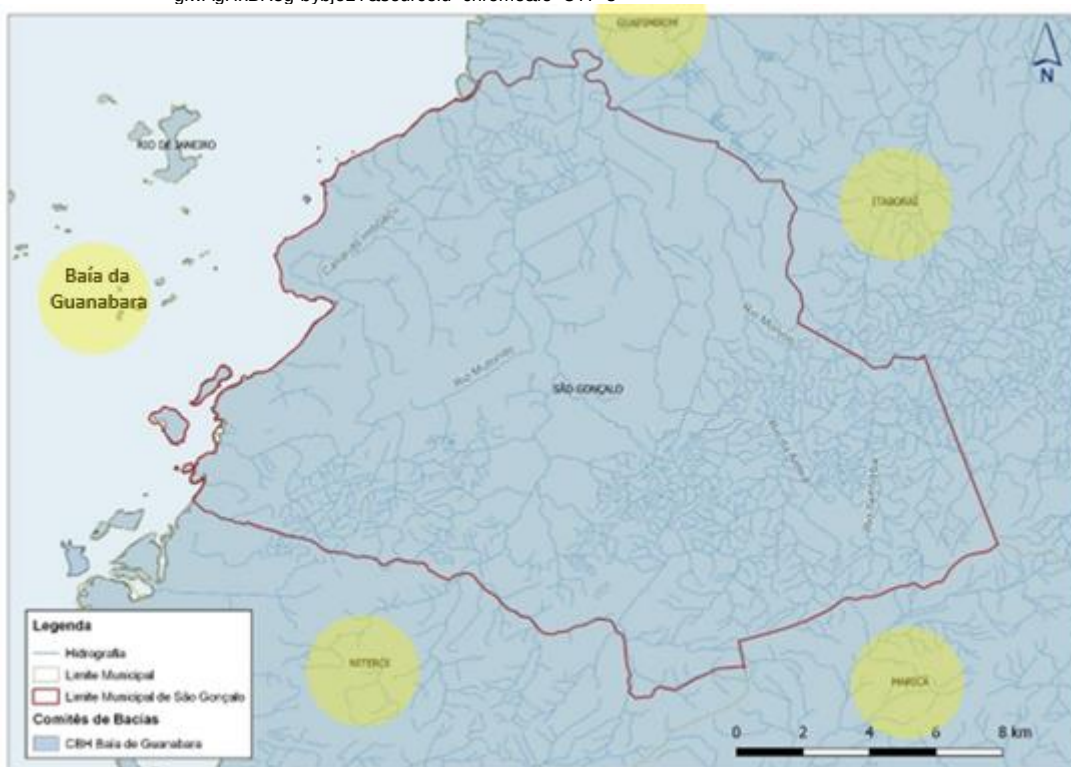


Figura 16: Localização das bacias hidrográficas no município de São Gonçalo

Fonte: Adaptado de ANA (2019)

Rios: fonte de morte



Rios tornam-se "fontes de morte" através da poluição extrema por esgoto e efluentes industriais, do assoreamento e da degradação de nascentes. Com a redução da oxigenação, ecossistemas aquáticos colapsam e a água torna-se inutilizável, impactando diretamente a segurança hídrica e a saúde das populações próximas.

O conceito abrange diferentes realidades ambientais e históricas:

- **Poluição Industrial e Doméstica:** No Brasil, rios como o **Rio Tietê** e o **Rio Iguaçu** sofrem com o despejo constante de esgoto urbano sem tratamento e produtos químicos. A contaminação afeta a vida aquática e coloca comunidades em risco.
- **Mineração e Garimpo:** Atividades extrativistas, especialmente na Amazônia, contaminam a água com mercúrio e destroem leitos de rios, como verificado no Pará, gerando a "morte biológica" do curso d'água.
 - **Impactos Locais:** Na região fluminense, episódios recentes em cursos d'água como o Canal de Medeiros, em **Casimiro de Abreu (RJ)**, têm registrado mortandade de peixes e crustáceos devido à suspeita de despejo de efluentes e óleo, alertando para a contaminação local.
 - **Contexto Histórico e Mitológico:** O termo "Rio das Mortes" (Minas Gerais) tem origem em conflitos sangrentos do século XVIII, enquanto na mitologia grega, o **Aqueronte** e o **Estige** são famosos como os "rios do mundo dos mortos".

Acompanhe as condições dos mananciais e denuncie crimes ambientais através dos canais do Instituto Estadual do Ambiente - INEA, órgão de fiscalização no Rio de Janeiro. Em caso de emergências ambientais ou desastres na água, o **Disque Denúncia** (Linha Verde) recebe

informações que ajudam a coibir danos à natureza.

https://www.google.com/search?q=rios%3A+fontes+de+morte&sca_esv=c4dc07dcd4f8ebc7&sxsrf=ANbL-n4wG--2A9ivmmb-

Aconteceu na escola



Inclusão.



Visita ao Parque Paleontológico de São José.



Homenagem às mães/mulheres



Fórum da EJA na UERJ – SG



A EJA vai ao cinema – Michael Jackson



Visita à estação de tratamento de água da CEDAE



Aniversário – confraternização



A EJA vai ao cinema – Michael Jackson

Saúde da pessoa idosa

Idosa é a pessoa que atingiu 60 anos ou mais de idade.

Atenção: Respeite e proteja as pessoas idosas. Diversas formas de abuso são praticadas contra essa população, incluindo negligência, abandono, violência física, sexual e psicológica. Se você ou alguém que conhece está enfrentando qualquer tipo de violência, não hesite em denunciar o que está acontecendo. Ligue para o Disque 100.

O Brasil está passando por um processo rápido e intenso de envelhecimento da sua população. Esse crescimento populacional representa uma importante conquista social, e resulta da melhoria das condições de vida, incluindo a ampliação do acesso a serviços médicos preventivos e curativos, avanços na tecnologia médica, aumento da cobertura de saneamento básico, maior nível de escolaridade e renda, entre outros fatores determinantes.

O perfil de saúde da população idosa é caracterizado por três tipos principais de problemas de saúde: **doenças crônicas, problemas de saúde agudos decorrentes de causas externas e agravamento de condições crônicas**. Isso significa que muitos idosos lidam com doenças duradouras e enfrentam riscos de morte e doenças súbitas causadas por acidentes ou problemas agudos.

PREVENÇÃO DE QUEDAS

As Quedas são um problema frequente entre as pessoas idosas, mas não podem ser banalizadas ou encaradas como “normal da idade”. Elas servem como um alerta para aprimorarmos os cuidados com a saúde e com o ambiente em que vivemos. Elas podem provocar fraturas, traumatismos cranianos, contusões musculares, além de gerar o medo de cair novamente, o que pode levar a incapacidades e dependência de cuidados.

Para evitar essas situações é importante tomar as seguintes precauções:

- Consulte seu médico ou sua equipe de saúde de referência e informe sobre a presença de desequilíbrios ou quedas nos últimos 12 meses.
- Certifique-se de que as escadas e os corredores tenham corrimão dos dois lados.
- Use sapatos fechados com solados firmes.
- Evite transitar em áreas com piso úmido.
- Evite encerar o chão da casa.
- Evite móveis e objetos espalhados pela casa, como brinquedos de crianças, por exemplo.
- Preste atenção e tenha cuidado com os animais de estimação soltos pela casa.
- Evite o uso de medicamentos sem indicação médica e mantenha em dia seu acompanhamento de saúde.
- Em cada consulta, leve a lista de medicamentos que esteja utilizando ou mesmo uma sacola contendo essas medicações (incluindo as compradas sem receita), para que seu médico possa avaliar os riscos e os benefícios de cada uma delas. Atenção! Alguns medicamentos podem aumentar o risco de quedas!
- Evite tapetes soltos.
- Mantenha uma luz acesa à noite, caso precise levantar da cama.
- Espere o ônibus parar completamente antes de subir ou descer.
- Mantenha o telefone em local acessível.
- Utilize sempre a faixa de pedestre ao atravessar a rua.
- Se necessário e recomendado por um profissional, utilize bengalas, andadores ou outros instrumentos de apoio, conforme orientações.

Adaptado de: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-da-pessoa-idosa>

QUER SABER MAIS?



QUER SABER MAIS AINDA?





Fale inglês na Copa do mundo!

Speak English at the World Cup.

Este ano a Copa do mundo será realizada em três países: México, Canadá e Estados Unidos. Em dois desses países se fala o inglês, que se tornou praticamente uma língua universal. Além de torcer para o Brasil, você pode aproveitar a aprender um pouco mais. Que tal um desafio?

Ligue as palavras em inglês à esquerda com as correspondentes em português à esquerda.

Inglês	Português
Ball	Impedimento
Goal	Cartão vermelho
Pitch	Prorrogação
Referee	Chute
Whistle	Trave
Offside	Meio-campo
Corner kick	Falta
Penalty	Bola
Yellow card	Intervalo
Red card	Apito
Foul	Lateral (arremesso)
Free kick	Gol (ou baliza)
Throw-in	Pênalti
Midfielder	Árbitro (juiz)
Forward	Escanteio
Defender	Gramado (campo)
Goalkeeper	Técnico (treinador)
Coach	Capitão
Team	Substituição
Captain	Atacante
Kick	Defensor (zagueiro)
Pass	Goleiro
Header	Time (equipe)
Shoot	Cartão amarelo
Half-time	Tiro livre (falta cobrada)
Extra time	Chutar a gol
Substitution	Passe
Cross	Cabeceio
Goalpost	Empate
Draw	Cruzamento

