

Informativo Digital

CASA DA AMIZADE

Distrito do Rio de Janeiro e São Paulo-Gestão 2023-24

Alerta Novembro Azul!

Edição n.05
DISTRIBUIÇÃO ON LINE
GRATUITA INTERNA



EXPEDIENTE

Comissão de Imagem Pública
Presidente: Cecília Lopes

Informativo Digital Casa da Amizade do
Rio de Janeiro e São Paulo

Projeto gráfico: canva.com
Diagramação: Cecília Lopes
Revisão: Jaqueline Dalbone
Estratégias Digitais: Flipbooks do
Publuu

Redes sociais

Facebook

Instagram

YouTube

Site

Acesse pelo link:

<https://lnk.bio/ASRd4571>

INDICE

03 Mensagem da Coordenadora Distrital

04 Novembro Azul

06 Dia da Consciência Negra

07 Ryla

09 Eliminação da violência contra as
Meninas e Mulheres

10 Marco da Casa da Amizade

11 Visitas Oficiais

12 Comenda Eda Collo de Moura

13 Conferência Distrital do Rotary



MENSAGEM DA COORDENADORA DISTRITAL

Chegamos ao mês de dezembro, concluímos 5 meses de mandato. Quanta riqueza encontramos no distrito Rio de Janeiro e São Paulo. Visitamos em torno de 15 casas da amizade, conhecemos e levamos para a vida pessoas valorosas, calorosas, comprometidas com suas Casas e seus trabalhos.

Tivemos a oportunidade de homenagear as queridas companheiras que dedicaram seu trabalho há mais de 50 anos aos objetivos comuns de ajuda humanitária aos mais necessitados. Seus trabalhos fizeram a diferença na vida de muitas pessoas.

Tivemos a oportunidade nestes 5 meses de participar das mudanças estruturais em nossa organização, mudanças estas que visam o crescimento e reconhecimento na sociedade do quanto somos importantes e necessárias para a busca do bem comum exercendo o nosso múnus nas comunidades em que estamos inseridas.

A exemplo, as campanhas do mês do novembro Azul e o dia da consciência negra, temas presentes em nossos trabalhos.

Enfatizamos também neste mês de novembro a violência contra as meninas, como forma de despertar em nossas casas a necessidade de desenvolvermos trabalhos para atender a esta população que é o futuro, jovens que ocuparão seu lugar na sociedade necessitam do nosso acompanhamento e orientação. Incluímos nesta edição o belíssimo trabalho realizado no Ryla- prêmio rotário de liderança juvenil, evento para jovens que com certeza despertou o interesse pelos trabalhos que o Rotary e a Casa da amizade realizam. E que poderá se tornar a continuidade de nossas organizações. Nossa campanha para o mês de dezembro é melhorar nossa imagem pública, maior divulgação de nossas casas. Para isto inauguraram Marcos da Amizade nos próximos meses nas cidades de Vassouras, Paraíba do Sul, Três Rios, Aparecida e Volta Redonda. Também lançaremos o nosso site, que perpetuará nossa existência como coordenadoria. Desejamos uma excelente leitura a todos!!!



Jaqueline Dalbone

Coordenadora do Distrito
Rio de Janeiro e São Paulo



Câncer de Próstata

A PREVENÇÃO É O CAMINHO

A campanha do Novembro Azul surgiu em 1999 na Austrália, com o objetivo de conscientizar os homens sobre a importância da prevenção do Câncer da Próstata. A ideia inicial foi de dois amigos, que perderam alguns amigos mortos pela doença, e, sendo assim, decidiram deixar seus bigodes crescerem no mês de novembro, já que o dia 17 de novembro é o dia mundial de combate ao câncer da próstata.

Em 2003, os dois amigos (Travis Garone e Luke Slatery) criaram uma Fundação denominada **MOUVEMBER FOUNDATION CHARITY** (Mouvember = Moustache + November), para promover a saúde masculina na sua comunidade. O grupo realizava várias ações para arrecadar dinheiro para instituições de caridade e faziam campanha para a conscientização masculina sobre o câncer da próstata.

Desta forma, a campanha tornou-se conhecida mundialmente e vários países começaram a adotá-la também.

A próstata é uma glândula localizada logo abaixo da bexiga, e produz um líquido, denominado espermático, que nutre os espermatozoides para que não morram ao serem ejaculados após a relação sexual. Em suas células prostáticas é produzida uma substância denominada Antígeno Prostático Específico (em inglês: Prostate Specific Antigen), que tem a função de evitar que o líquido espermático coagule após ser ejaculado, aprisionando os espermatozoides. O câncer da próstata é o câncer mais frequente no sexo masculino.

Somente nos Estados Unidos, mais de 220 mil casos novos são diagnosticados por ano, e mais de 30 mil homens morrem da doença.

No Brasil a incidência é menor (61 mil casos novos/ano).



www.sanarmed.com



Ao longo da vida, um homem tem cerca de 15,4% de chance de desenvolver a doença e 2,7% de chance de morrer desta doença.

A incidência de desenvolver esta doença aumentam muito após os 65 anos de idade. Os negros têm uma chance maior de desenvolver a doença do que os brancos e amarelos.

Esta é uma doença que tem um desenvolvimento lento e com poucos sintomas nas fases iniciais, mas com muitos sintomas nas fases mais avançadas.

As principais causas desta doença são:

- **Idade: ter mais de 50 anos.**
- **História familiar de câncer da próstata.**
- **Falta de exercícios físicos.**
- **Sobrepeso.**
- **Má alimentação (alimentos gordurosos).**
- **Hábito de fumar.**

Nas fases iniciais da doença não há sintomas. O homem pode começar com certa dificuldade para urinar, ardor ao urinar ou sangue na urina ou no esperma. Depois evolui para dores ósseas, perda de peso e da massa óssea. O diagnóstico é feito através da dosagem no sangue do PSA, toque retal e a ultrassonografia da próstata.

O PSA normal varia de 0 a 4 ng/ml. Acima de 4 ng/ml é suspeito de câncer da próstata.

Algumas doenças aumentam o PSA como: inflamação da próstata (prostatite), infarto prostático e hiperplasia prostática benigna. O toque retal é muito importante para que o médico urologista possa confirmar se os níveis de PSA aumentados podem ser um câncer ou não.

Eduardo Vasco
Membro Titular da Sociedade Brasileira de Urologia
Membro da Associação Européia de Urologia
Membro do Colégio Brasileiro de Cirurgiões
Departamento de Uro-Oncologia do Hospital Federal do Andaraí
Rotary Club do Rio de Janeiro - Maracanã

A ultrassonografia da próstata mostra se a glândula está aumentada de volume ou se tem nódulos tumorais.

Em casos suspeitos nos exames acima, uma ressonância prostática pode ser solicitada para a verificação de uma lesão suspeita na próstata.

A biópsia da próstata é realizada quando todos os exames acima indicam a presença de um câncer prostático.

Para o tratamento da doença pode ser realizada uma cirurgia prostática radical (retira a próstata e as vesículas seminais), a radioterapia da próstata, o tratamento com hormônios ou, em casos avançados, a quimioterapia.

Atualmente estão em desenvolvimento a terapia com vacinas anti-câncer da próstata e a terapia gênica para destruir as células cancerosas da próstata.

A prevenção é possível, desde que acompanhada por um médico urologista uma vez por ano.

A mulher tem papel importante no incentivo e conscientização do homem para que entenda a importância do autocuidado e de procurar um médico para realizar os exames para identificar o câncer de próstata, de preferência em fase inicial, prevenindo a forma mais agressiva da doença evitando que o mesmo se torne vítima mortal.



Dia Internacional para a Eliminação da Violência Contra as Meninas e as Mulheres



Lançada em 2008 a campanha para prevenir e eliminar a violência contra meninas/ mulheres em todo o mundo, por iniciativa da secretaria geral da Organização das Nações Unidas(ONU), busca convocar uma ação global para conscientizar e fortalecer a defesa e criar oportunidades para discussão sobre os desafios e soluções para este problema. Diante dos dados alarmantes, nós das Casas da Amizade do Brasil, não podemos permanecer inertes. Através dos nossos projetos temos como objetivo buscar a melhoria da condição de vida destas meninas / mulheres, e assim causando impactos positivos em suas comunidades. Hoje podemos influenciar ainda mais através do Programa MIM - Mulheres Inspiram Mulheres Adolescentes, onde e quando nossas casas podem mostrar e servir de exemplo ao Brasil, através da força dos trabalhos realizados por nossas companheiras, que atingem com certeza um número considerável de meninas/ mulheres melhorando suas condições de vida.

PROGRAMA NACIONAL MULHERES INSPIRAM MULHERES ADOLESCENTES

DIA NACIONAL DA CONSCIÊNCIA NEGRA

A nossa sociedade diferenciou mulheres e homens em uma prática social e, em seguida, atribuiu valor às características masculinas.

E quando você tem dentro de uma diferença uma atribuição de maior e menor valor, gera-se a desigualdade.

Ser menina e mulher numa sociedade que favorece o gênero masculino em posições superiores na sociedade, em todas as esferas: sociais, educacionais e financeiras, deixam as meninas e mulheres em constantes desafios, em busca de oportunidades e direitos.

Imagine os desafios enfrentados para uma menina negra? Não são poucos e são muitos variados. Na educação, as trajetórias escolares da população negra sofrem sucessivos reveses, como a conclusão da educação básica, que tem percentual baixo.

As mulheres negras enfrentam preconceitos que as relegam a trabalhos mal remunerados e de baixo prestígio, o que pode tornar ainda mais difícil para elas equilibrar suas responsabilidades de cuidado com suas aspirações profissionais.

No Brasil, o mês de novembro é conhecido como o Mês da Consciência Negra e o dia 20 de novembro é celebrado como o Dia da Consciência Negra em todo o país.

A data foi escolhida em homenagem a Zumbi dos Palmares, um líder negro que lutou contra a escravidão no nordeste do Brasil. O objetivo do Dia da Consciência Negra é promover a reflexão sobre a posição dos negros na sociedade e a luta contra o racismo.

O Dia Internacional da Menina, celebrado em 11 de outubro, é uma oportunidade para reconhecer as realizações das meninas e promover a igualdade de gênero. Conheça a história da Simone Biles.

Simone Biles é uma ginasta americana que é considerada uma das melhores atletas de todos os tempos da categoria e o maior nome do esporte olímpico mundial. Ela é a atleta que mais ganhou medalhas em mundiais de ginástica na história do esporte.

Celebrar, capacitar e desenvolver os objetos de direito das datas especiais geram oportunidades para mostrar a sociedade o valor e reconhecimento das meninas e mulheres negras.



Clara Silva, associada do Rotary Club de Rio de Janeiro-Imperial
Embaixadora Assistente do Empoderamento de Meninas 2023-24

RYLA DISTRITAL 2023-24

Gov. Pedro Luiz Dalbone da Cunha
Distrito 4571 do Rotary International



RYLA

Distrital

10 a 12 de novembro de 2023 • Arrozal • Pirai/RJ

A tecnologia ao seu alcance!

RYLA Distrital 2023-24 se destaca e marca uma nova era do programa no Distrito 4571 do Rotary International

Nos dias 10, 11 e 12 de novembro, cerca de 50 jovens participaram do seminário de Prêmios Rotários de Liderança Juvenil (RYLA), no Sítio Manancial, em Arrozal, Pirai/RJ. O evento foi uma realização do Distrito 4571 do Rotary International através da Subcomissão Distrital do RYLA. Na oportunidade, jovens de diversas faixas etárias, patrocinados por vários Rotary Clubs, puderam desenvolver seus talentos e lideranças. O seminário contou com palestras, atividades esportivas e culturais, desenvolvimento pessoal, motivação, comunicação, gincanas e estudos laboratoriais.

Os Rylianos foram divididos por equipes e, através de uma competição saudável e divertida, demonstraram o verdadeiro trabalho em equipe.

"Quero agradecer a cada Rotary Club que acreditou no evento e patrocinou jovens representantes para o nosso RYLA Distrital. Esse formato é o que mais preenche a proposta do RI no que se refere a realização do programa. O intercâmbio cultural que o jovens vivenciam e a experiência de liderança e motivação que é trabalhada, é inspiradora e mágica", destacou o presidente da Subcomissão do RYLA, Lyncoln Da Mata.

Seguindo este posicionamento nos podemos perceber a importância deste formato de programa para a continuidade e rejuvenescimento dos clubes de Rotary e das Casas da Amizade. Precisamos incentivar a participação dos jovens em programas desta natureza. Há uma frase que gostamos muito que diz assim: amamos o que conhecemos... para nós está é uma verdade. É preciso difundir os objetivos e trabalhos realizados e despertar nestes jovens o voluntarismo, o olhar para o próximo, onde e como eles podem auxiliar para o bem social.

Unir o destemor e energia dos jovens, aliados ao desejo de ganhar o mundo, introduzir os conhecimentos de liderança, voluntariado, aliado a experiência dos companheiros e companheiras de Rotary e Casa da Amizade trará fôlego novo aos programas, projetos e atividades voltadas a comunidade em que estamos inseridos e nosso entorno.

Por isso julgamos necessário mais programas como este.



MARCO DA CASA DA AMIZADE



No momento em que estamos trabalhando arduamente para o fortalecimento da identidade de nossa organização, vimos por bem acatar a sugestão de algumas Casas da Amizade, na elaboração e implantação de um Marco da Casa da Amizade, a ser instalado nas cidades onde temos uma unidade ACA - Associação Casa da Amizade.

Solicitamos ao responsável pelo Manual de Identidade Visual da Coordenadoria Nacional das Casas da Amizade que elaborasse um projeto que sirva de inspiração para as Casas da Amizade instituírem seus próprios marcos.

O modelo apresentado é este ao lado e com certeza poderá sofrer as adaptações e adequações a realidade municipal.

Contamos com a aprovação das Casas da Amizade neste projeto.

VISITAS OFICIAIS



Visita Oficial do Governador Distrito 4571 Pedro Dalbone e da Coordenadora Distrital Jaqueline Dalbone ao Rotary Clube e Casa da Amizade de Queimados.



Visita ao Rotary Clube de Jacarepaguá convidando a esposa do recém empossado do Rotary Jacarepaguá. a conhecer os trabalhos da Casa da Amizade da Cidade do Rio de Janeiro

Visita Oficial do Governador Distrito 4571 Pedro Dalbone e da Coordenadora Distrital Jaqueline Dalbone ao Rotary Clube Mesquita, Satélite Mesquita Comendador e Casa da Amizade de Mesquita.





Queridas (os) Companheiras(os)

O mês de dezembro chegou e há sempre o que comemorar e alguém para homenagear.

Por isso sugerimos que possam adquirir a Comenda de nossa querida Eda Collo de Moura.

Promocionalmente este mês pelo menor valor do dólar neste semestre.

Dezembro - Dólar Rotário R\$ 4,88

Com este gesto você está contribuindo com a premiação do Troféu "O João de Barro" que premia as Casas da Amizades vencedoras e seus projetos sociais.

COMENDA EDA COLLO DE MOURA - 2023

- Raquel dos Santos Fialho Ribeiro - ACA APARECIDA
- Edir Gomes Nogueira - ACA BARRA DO PIRAÍ
- Maria Clara Memede Cunha - ACA CARAGUATATUBA
- Marli Anderson Ribeiro Leite - ACA CRUZEIRO
- Regina Célia Sanches Lopes - ACA DUQUE DE CAXIAS
- Isabel Cristina Pacheco Grant - ACA GUARAREMA
- Lucileine Kazumiveti - ACA FORÇA JACAREÍ
- Iza Maria Muniz Barreto - ACA PARAÍBA DO SUL
- Neusa Maria dos Santos Foroni - ACA PINDAMONHANGABA
- Regina Célia Pomponio Baião - ACA SÃO JOSÉ DOS CAMPOS
- Leila Harumi Assato - ACA SÃO JOSÉ DOS CAMPOS
- Elisabete Lopes Riemma - ACA TAUBATÉ
- Marluce dos Anjos Motta Moraes - ACA TRÊS RIOS
- Walter Martins Dias - ACA VASSOURAS



RESERVE SEU HOTEL

AS CASAS DA AMIZADE NA CONFERÊNCIA DISTRITAL



CONFERÊNCIA DA Esperança

5ª CONFERÊNCIA DO DISTRITO 4571 DE ROTARY INTERNATIONAL
02 A 04 DE MAIO DE 2024 - SÃO LOURENÇO/MG

Lista de Hotéis

Rotary Distrito 4571 | CRIE ESPERANÇA NO MUNDO

(02/05/24 A 05/05/24)

HOTEL GUANABARA Mínimo de 3 dias
TARIFÁRIO HOSPEDAGEM PENSÃO COMPLETA Preço por diária

	SINGLE	DUPLO	TRIPLO	QUADR	CRIANÇA
STANDARD	R\$ 600,00	R\$ 700,00	R\$ 800,00	R\$ 1.200,00	R\$ 190,00
SUITE	R\$ 650,00	R\$ 800,00	R\$ 1.100,00	R\$ 1.300,00	R\$ 190,00
SUITE HIDRO	R\$ 720,00	R\$ 880,00	R\$ 1.200,00	R\$ 1.450,00	R\$ 190,00
SUITE MASTER	R\$ 900,00	R\$ 1.100,00	R\$ 1.400,00	R\$ 1.600,00	R\$ 190,00

Menores até 5 anos free, de 6 a 12 anos valor R\$ R\$190,00, acima de 12 anos é considerado Adulto

Forma de pagamento

Sinal de 30% para a Central de Reservas Uni Tur
Central de Reservas :35 9 9168 8602 (Sílvia); 35 9 9114 8602 (André); 35 9 9156 0136 (Gabriel)

No Hotel pagamento do restante das diárias
Acerto do restante das diárias será feito no check in EM ATÉ 5 VEZES, parcela mínima de R\$300,00
Check in às 12:00 h, check out às 10:00h



METRÓPOLE 6 a 10 anos
TARIFÁRIO HOSPEDAGEM PENSÃO COMPLETA - 2024 Preço por diária

	SINGLE	DUPLO	TRIPLO	QUADR	CRIANÇA
SUPERIOR	R\$ 697,00	R\$ 847,00	R\$ 1.197,00	R\$ 1.447,00	R\$ 150,00
SUPERIOR VARANDA	R\$ 747,00	R\$ 897,00	R\$ 1.247,00	R\$ 1.497,00	R\$ 150,00
SUPER VISTA PARQUE	R\$ 847,00	R\$ 997,00	R\$ 1.347,00	R\$ 1.597,00	R\$ 150,00

OBSERVAÇÕES: Sinal de reserva de 30% restante no check in

Menor de 0 a 5 anos free, de 6 a 10 anos R\$150,00 acima de 10 anos será cobrado como adulto

Forma de pagamento

Sinal de 30% para a Central de Reservas Uni Tur
Central de Reservas :35 9 9168 8602 (Sílvia); 35 9 9114 8602 (André); 35 9 9156 0136 (Gabriel)

Acerto do restante das diárias será feito no check in EM ATÉ 5 VEZES, parcela mínima de R\$300,00

Check in : a partir das 14:00h

Check out: até as 12:00h

Mínimo de 2 diárias



CARMEM PALACE HOTEL
TARIFÁRIO HOSPEDAGEM PENSÃO COMPLETA - 2024 Preço por diária
OBS: Café da manhã no Carmem Palace, refeições no Hotel Guanabara.

	SINGLE	DUPLO	TRIPLO	QUADR	CRIANÇA
STANDARD	R\$ 600,00	R\$ 700,00	R\$ 800,00	R\$ 1.200,00	R\$ 190,00
LUXO	R\$ 650,00	R\$ 800,00	R\$ 1.100,00	R\$ 1.300,00	R\$ 190,00

Menores até 5 anos free, de 6 a 12 anos valor R\$ R\$190,00, acima de 12 anos é considerado adulto
OBS: Transfer somente nos períodos das refeições.

Forma de pagamento

Sinal de 30% para a Central de Reservas Uni Tur
Central de Reservas :35 9 9168 8602 (Sílvia); 35 9 9114 8602 (André); 35 9 9156 0136 (Gabriel)

No Hotel pagamento do restante

Acerto do restante das diárias será feito no check in EM ATÉ 5 VEZES, parcela mínima de R\$300,00

Check in às 12:00 h, check out às 10:00h



(02/05/24 A 05/05/24)

SOLARIS
TARIFÁRIO HOSPEDAGEM CAFÉ DA MANHÃ - 2024 Preço por diária

	SINGLE	DUPLO	TRIPLO	2 A 7 ANOS	8 A 12 ANOS
LUXO	R\$ 155,00	R\$ 255,00	R\$ 355,00	R\$ 77,00	R\$ 88,00
SUITE	R\$ 180,00	R\$ 300,00	R\$ 420,00	R\$ 89,00	R\$ 104,00

OBSERVAÇÕES: Sinal de reserva de 30% restante no check in

Check in : a partir das 12:00h

Check out: até as 10:00h

Mínimo de 2 diárias

Forma de pagamento

Sinal de 30% para a Central de Reservas Uni Tur
Central de Reservas :35 9 9168 8602 (Sílvia); 35 9 9114 8602 (André); 35 9 9156 0136 (Gabriel)

Acerto do restante das diárias será feito no check in EM ATÉ 5 VEZES, parcela mínima de R\$300,00





Queridas(os) companheiras(os)
das Casas da Amizade do
Distrito Rio de Janeiro e São
Paulo

A Conferência da Esperança
está se aproximando, será
realizada na aprazível cidade de
São Lourenço MG; cidade esta
que nos trás memórias afetivas
pelas diversas conferências que
já participamos lá.

O Pedro e eu temos a grata
satisfação de convidá-las(os) e a
sua família para este
maravilhoso encontro, que
acontecerá dias 02, 03 e 04 de
maio de 2024.

Será uma enorme alegria
podermos desfrutar de suas
companhias, podermos trocar
ideias, homenagens,
aprendizado e companheirismo,
tão importantes para fortalecer
nossos laços.

Venham, participem,
aguardamos vocês!!!!!!!

Jaqueline Dalbone

Coordenadora do Distrito
Rio de Janeiro e São Paulo

