

Tome Nota

As informações para esta seção são publicadas gratuitamente. O material de divulgação deve ser enviado com informações completas do evento (inclusive data e preço), no mínimo cinco dias úteis antes de sua realização.

CURSOS

Oficina de rima

O coletivo Jovem de Expressão receberá o rapper, poeta e compositor Nenzin MC para uma oficina gratuita de rima improvisada. O evento tem como objetivo dialogar e compartilhar saberes com os jovens interessados no tema, abordando a riqueza cultural e educacional da batalha improvisada, com aulas teóricas e práticas, sempre versando sobre esse importante subgênero do RAP, o freestyle. A oficina ocorrerá presencialmente durante as semanas de março. As aulas serão em duas turmas, durante as segundas e quartas-feiras ou terças e quintas-feiras, a partir de 7 de março. Para saber mais e se inscrever, acesse: <https://www.sympla.com.br/evento/arte-de-rimar-oficina-de-rima/147773>.

Coquetéis

O EducaBar realizará um workshop de preparo de quatro coquetéis diferentes no dia 10 de março. Com o local ainda por definir, o workshop será presencial. Os quatro coquetéis que serão ensinados são: cosmopolitan, vesper martini, mojito e godfather. O workshop inclui uma apostila autoral com conteúdo exclusivo produzido pelo EducaBar, e um certificado será emitido ao final. Para se inscrever, no valor de R\$ 200, acesse: <https://www.sympla.com.br/evento/workshop-coqueteis-eternos-essenciais-do-classico-ao-contemporaneo/1482165>.

Capoterapia

O Instituto Brasileiro de Capoterapia está com vagas gratuitas para o programa Capoterapia em Casa. A atividade trata-se de uma terapia psicomotora direcionada a um público diversificado — com atenção maior a pessoas com mais de 55 anos — e usa de elementos rítmicos percussivos da capoeira. O trabalho das sessões ocorre de maneira adaptada, pela internet. Inscrições: 3475-2511. Informações: capoterapia.com.br/portal.

Risoto

O Up Cursos Online Gratuitos disponibiliza o curso Preparo de Risoto. Os inscritos poderão aprender como manipular os alimentos, a história e o preparo de alguns tipos de risoto. Serão disponibilizadas apostilas em PDF. A carga horária é de 35h, e, para concluir basta ser aprovado na avaliação final. Para emitir certificado é preciso pagar uma taxa de R\$ 59,90. Os cursos estão disponíveis por tempo

Desligamentos programados de energia

» Guará

Horário: Das 9h às 13h.
Local: QE 19: conjunto I e bloco A.

» Samambaia

Horário: Das 9h às 16h.
Local: Quadra 307: conjunto 1.

» Sobradinho

Horário: Das 8h30 às 14h30.
Local: Condomínios Nova Colina; Boa Vista Serrana, módulos 2 a 5, 7, 9 e 10; Novo Setor Mansões, conjunto D.

» Vicente Pires

Horário: Das 8h às 14h.
Local: Colônia Agrícola Vicente Pires: chácaras 1, 3 a 5, 11 e 81; módulos 1 a 3, 5 a 11, 14, 15, 17, 18, 20, 23, 27, 37, 43 e 45.

indeterminado. Mais informações: <https://upcursosgratis.com.br/cursos-online-gratis/preparo-de-risoto>.

Comunicação

A Fundação Bradesco oferece o curso Comunicação Escrita e Oral para aprimoramento de competências na comunicação oral e escrita. A carga horária é de 70h, o curso é gratuito e 100% on-line. Não há pré-requisitos para que a inscrição seja efetuada. Os alunos terão um prazo de 60 dias para concluir o curso, e o certificado será emitido ao final. Mais informações: <https://www.ev.org.br/trilhas-de-conhecimento/comunicacao-escrita-e-oral>.

Políticas públicas

A Universidade Católica de Brasília EAD oferece em sua plataforma o curso Fraternidade e políticas públicas, que tem o intuito de debater as políticas públicas como instrumento de inclusão social, desenvolvimento econômico e meio de potencializar a dignidade da pessoa. O curso gratuito é dividido em quatro unidades e tem duração máxima de 40h. Mais informações: <https://ead.catolica.edu.br/esperancar/fraternidade-e-politicas-publicas>.

YouTube

A escola de tecnologia codeBuddy disponibiliza o curso rápido YouTube, Câmera e Ação, para ajudar crianças e jovens a conhecer melhor a plataforma, bem como os recursos que ela oferece. As aulas ensinam sobre captação de imagem e som,

iluminação, truques de edição de vídeo, entre outras técnicas. Além da produção de conteúdo, os alunos aprendem sobre navegação virtual consciente e dicas de segurança na internet. Inscrições: codebuddy.com.br/cursos/cursos-rapidos.

OUTROS

Clube do livro

O clube de leitura da Biblioteca Central da UnB realizará um encontro virtual para o debate do Livro Gabriela, cravo e canela, do autor Jorge Amado. A reunião será na quinta-feira, a partir das 15h. Essa será a 45ª reunião do clube aberta para o público em geral. Para participar, basta se inscrever no link <https://forms.gle/pBINV9vkMF4SXBEo9>.

Saúde

A Universidade Católica de Brasília (UCB) abre vagas de atendimento gratuito nas áreas da saúde, por meio de suas clínicas-escola e centros de acolhimento à população. Os atendimentos são ambulatoriais, odontológicos e fisioterápicos, sempre acompanhados por professores da respectiva área. Os agendamentos podem ser feitos pelo site <https://ucb.catolica.edu.br/>, dentro do prazo de cada curso.

Arte Semear

Nos dias 26, 27 e 28 de fevereiro, ocorrerá o Arte Semear, um evento de imersão, presencial, de três dias para mulheres. Dentre as atividades propostas, estão o artesanato e a elaboração de artes manuais, conversas e debates, meditações e atividades de lazer, como cinema, piscina e um luau com fogueira e marshmallow. Para participar, um ingresso deve ser comprado na plataforma virtual do Sympla, no valor de R\$ 660. Para saber mais e comprar, acesse: <https://www.sympla.com.br/evento/arte-semear-fazer-arte-e-semear-novas-attitudes/1482961>.

Carreira turbinada

Interessados em aproveitar o começo do ano para aprender novas tendências do mercado de trabalho e dicas para se destacar no ambiente profissional podem participar da Jornada Carreira Turbinada, promovida pelo Centro Universitário Iesb, até o dia 25 de fevereiro. O evento, on-line e gratuito, é destinado para graduados no ensino superior e será transmitido pelo canal do YouTube da universidade. As inscrições devem ser feitas no link: <https://lps.iesb.br/carreira-turbinada/>.

Isto é Brasília

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press



Ermida Dom Bosco

A Ermida Dom Bosco é ideal para trilhas, caminhadas, andar de bicicleta, de skate ou contemplar o pôr do sol. O espaço foi criado em 8 de junho de 1999, com 131 hectares, e está localizado na QL 30, do Lago Sul.

Poste sua foto com a hashtag #istoebasiliacb e ela pode ser publicada nesta coluna aos domingos

#istoebasiliacb

» Destaques

Jantar da Disney

1º de março será o dia para viver a magia da Disney, com os seis personagens da Turma do Mickey em um super show musical, teatral e interativo. Com Meet and Greet (experiência que pode ser adquirida na hora) regado à muita comida gostosa. Será um jantar temático, com atividades e brincadeiras para as crianças. O valor varia de R\$ 39,90 e R\$ 99,90. Todos os alimentos e grande parte das atividades propostas já estão inclusas no valor. Os ingressos estão sendo vendidos na plataforma virtual da Eventbrite.

Pilates

A WOL Pilates realizará dois cursos em um: para quem não tem formação em pilates e para quem já atua como profissional na área e quer incrementar suas aulas e se destacar no mercado. O primeiro terá 120 horas de duração, sendo 40 horas de curso e 80 horas de estágio; e o segundo terá 24 horas, sendo 16 de curso e oito de estágio. O curso de formação completa está no valor de R\$ 1.100, já aquele para quem é atuante na área está por R\$ 165. Para mais informações, acesse: <https://www.sympla.com.br/evento/corso-de-formacao-wol-pilates/1461347>.

Acompanhe o Correio nas redes sociais

 (61) 99256.3846

 /correiobrasiliense

Quem quiser fazer sugestões ao Correio pode usar o canal de interação com a redação do jornal por meio do WhatsApp. Com o programa instalado em um smartphone, adicione o telefone à sua lista de contatos.

 @cbfotografia

 @correio

O tempo em Brasília

Nublado, com pancadas de chuva isolada.

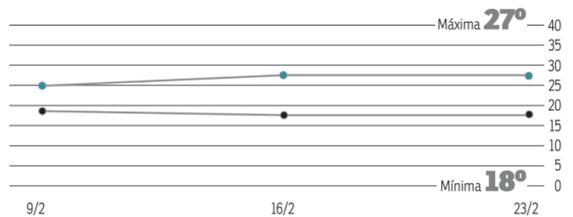


Umidade relativa

Máxima **95%**

Mínima **50%**

A temperatura



O sol

Nascente **6h10**
Poente **18h41**



A lua

Cheia **18/3**
Minguante **23/2**
Nova **2/3**
Crescente **10/3**



grita geral

grita.df@dabr.com.br (cartas: SIG, Quadra 2, Lote 340 / CEP 70.610-901)

SAMAMBAIA

ASFALTO COM PROBLEMA

O estudante Wemerson Alves dos Santos, 27 anos, morador de Samambaia, entrou em contato com a coluna *Grita Geral* para falar sobre os buracos na Quadra 206, conjunto 9. "Essas crateras já estão ali há mais de cinco meses", declara. Wemerson também reclama da acessibilidade nas vias da cidade, sugerindo um retorno na altura da Quadra 223, por não haver acessos próximos.

» *A Administração Regional de Samambaia informa que tem realizado as operações tapa-buracos de forma constante e que vai enviar equipes ao local para realizar as melhorias.*



CEILÂNDIA

BURACOS EM TODA A QUADRA

O desenvolvedor de mercado Rodrigo Ristow, 35 anos, morador de Ceilândia, entrou em contato com a coluna *Grita Geral* para relatar buracos na QNM 38. "Desde 2020, eu vou à Administração Regional e ligo no 162 (Ouvidoria) pedindo para taparem os buracos na nossa quadra. As crateras se multiplicam por aqui a cada chuva que cai", afirma.

» *O GDF informa que uma equipe técnica já esteve no local e que, nos próximos 15 dias, serão executadas ações de emergência como recapeamento asfáltico em toda a área.*