



# Ministro impõe prazo para o Ibama liberar estudos na Margem Equatorial



Governo pressiona órgão ambiental para acelerar análise sobre exploração na região; ambientalistas alertam para riscos ecológicos.

Lideranças educacionais do Amapá se reúnem para debater alfabetização, equidade e qualificação

## Amapá lidera geração de empregos no varejo de materiais de construção em 2024



Estado teve a maior variação proporcional do país, impulsionado por obras do governo e crescimento do setor da construção civil.



## Governo do Amapá entrega expansão de infovia com internet melhor para instituições de ensino e pesquisa em Santana

Rede Metroap passou de 34 para 92 quilômetros, possibilitando uma melhor telecomunicação e fortalecendo a economia.

## O crescimento do Kickboxing e das Artes Marciais na Amazônia

O professor de Rafael Costa comentou sobre a Copa Promessas K1 Amador, um evento que reúne talentos das artes marciais para apresentações e combates emocionantes. Os lutadores Alerrandro Dimmy e Gill Silva compartilharam detalhes sobre sua preparação e expectativas para as lutas, destacando a importância do torneio para o cenário do K1 amador.





RESIDENCIAL

# Nelson dos Anjos



MORADIA  
DIGNA PARA

282

FAMÍLIAS

DE MACAPÁ







**Bom Paladar**  
RESTAURANTE



**VENHA NOS**  
*visitar*

**SEG À DOM - 11H00 - 15H00**



**Rua Santos  
Dumont, 2124 -  
Buritizal**

**ENTRE EM CONTATO**

 **(96) 99175-3743**







**27/MAR**

# Escuta Social

## Tartarugalzinho



## Objetivo

Ouvir a comunidade em suas demandas sociais relacionadas às políticas públicas de **Educação, Saúde, Infância e Juventude e Cidadania.**



**Templo da Assembleia de Deus A Pioneira**

Rua São Lázaro, 722 - Centro



**Das 9h às 12h**

**CGCAO**

Coordenação-Geral dos  
Centros de Apoio Operacional



**Ministério Público**  
do Estado do Amapá



Pré-COP30: eleições de nova presidência e diretorias regionais marcam encerramento do 67º fórum das Fundações de Amparo à Pesquisa



Redação

22/03/2025

Caravana das Oficinas promove empoderamento para mulheres em Oiapoque e na Guiana Francesa



Redação

22/03/2025



TRE-AP

Presidente do TRE Amapá participa de debates sobre as eleições de 2026 no 87º Coptrel

Redação

22/03/2025



MDS e CBIC firmam parceria para qualificar e gerar empregos para pessoas do CadÚnico

22/03/2025



STF decide que jornal será culpado por entrevistas em caso de má-fé

20/03/2025



Legislativo

Proposta sobre organização do Judiciário é lida em sessão extraordinária na Alap

Redação

22/03/2025



Avança o projeto de Randolfe que garante mais de R\$ 500 milhões ao Amapá

20/03/2025





Crédito

# No Amapá, novos empréstimos com garantia de imóvel crescem 12,4%

Redação

19/03/2025



Bolsa Família

# Bolsa Família chega a mais de 20,5 milhões de lares a partir desta terça-feira (18.03)

Redação

18/03/2025



Governador Clécio Luís apresenta potencialidades do Amapá ao terceiro maior banco privado do Brasil

Redação

20/03/2025



# Rota da Ilha das Guianas: Um marco na Integração e Desenvolvimento Regional

17/03/2025



# Orçamento 2025 e nova faixa de isenção do Imposto de Renda devem ser analisados pelo Congresso, nesta semana

17/03/2025



# Fossa ecológica: projeto financiado pelo BASA é alternativa para tratamento de esgoto de forma sustentável

17/03/2025



Amapá tem 122,9 mil famílias beneficiadas pelo Bolsa Família em março

Redação

19/03/2025





 Redação  19/03/2025



 Redação  19/03/2025



 Redação  22/03/2025



17/03/2025



 15/03/2025



 15/03/2025



Redaçãoh 20/03/2025





**PRÓXIMA SEGUNDA-FEIRA**



**CANAL: JORNALOGUARANI**

**NOSSOS CONVIDADOS:**



**ALAN GOMES**



**BRENDA MELO**

**PODCAST**

**FALA TUCUJU**

**24/03 às 19h**



## NOSSA FORÇA

Nossa força reside na nossa dedicação em oferecer qualidade e imparcialidade em nossa cobertura jornalística. Trabalhamos incansavelmente para fornecer as últimas informações, sempre com precisão e relevância. Além disso, nossa conexão com os municípios do Amapá nos diferencia, permitindo-nos trazer notícias locais e um entendimento aprofundado das necessidades e interesses da comunidade. Estamos comprometidos em ser A fonte de informação confiável e atualizada para os leitores do Jornal O Guarani.





PELA PRIMEIRA VEZ

28 | SEX MAR

Ci do Bolero

SAUDADE GENUÍNA

UM SHOW BAILE DE BOLERO E SAUDADE

Banda KENNER DE BELÉM DO PARÁ

INGRESSO ANTECIPADO R\$:15,00 NO PIX  
(96)98112-0068 / (96)99112-5334  
NA HORA R\$:20,00

PARTICIPAÇÃO  
HERIVELTON DOS TECLADOS.  
DAVI E LÉO SAUDADE

COMPANHIA DO BOLERO NA RODOVIA JK

## NOSSA FORÇA

Nossa força reside na nossa dedicação em oferecer qualidade e imparcialidade em nossa cobertura jornalística. Trabalhamos incansavelmente para fornecer as últimas informações, sempre com precisão e relevância. Além disso, nossa conexão com os municípios do Amapá nos diferencia, permitindo-nos trazer notícias locais e um entendimento aprofundado das necessidades e interesses da comunidade. Estamos comprometidos em ser A fonte de informação confiável e atualizada para os leitores do Jornal O Guarani.







Prêmio / 18/03/2025

## Inscrições abertas para o Prêmio Maria Carolina Monard de Teses em Inteligência Artificial 2025



Educação superior / 15/03/2025

## Ueap celebra "Dia Internacional da Matemática" com palestras e atividades lúdicas nos campus de Macapá



Política para mulheres / 15/03/2025

## Palestra "Papo de Mulher" sobre respeito e liberdade é realizada pelo Governo do Amapá em escola de Laranjal do Jari



Educação / 15/03/2025

## Cepajob celebra 25 anos com homenagens e anúncio de novos cursos no Amapá



Educação / 19/03/2025

## Seminário aborda temas como sustentabilidade e conhecimento ecológico de populações tradicionais da Amazônia



Conscientização / 22/03/2025

## "Atitudes simples preservam a água", diz acadêmica em seminário do Dia Mundial da Água



Educação / 22/03/2025

## Governo do Estado reúne lideranças educacionais do município de Amapá para debater políticas de alfabetização, equidade e qualificação educacional



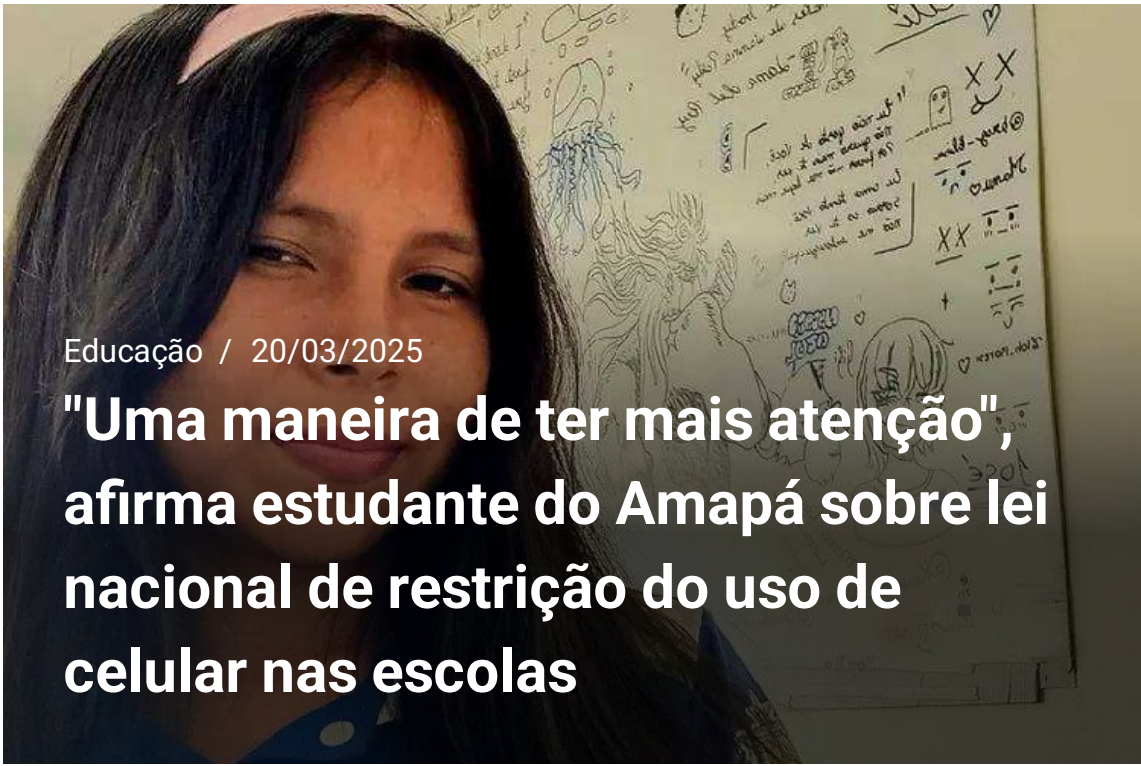
Segurança Pública / 19/03/2025

## Escola Segura: troca de experiências marca encontro interativo entre policiais militares e alunos da Escola Estadual Mário Quirino



Educação / 19/03/2025

## Governo do Amapá realiza Avaliação Diagnóstica de Fluência em Leitura para 12,4 mil alunos da rede pública



Educação / 20/03/2025

## "Uma maneira de ter mais atenção", afirma estudante do Amapá sobre lei nacional de restrição do uso de celular nas escolas



Evento / 15/03/2025

## Platô das Guianas é tema de evento do Centro de Estudos e Pesquisas Arqueológicas do Amapá





Procon Amapá recolhe produtos fora do prazo de validade durante primeira fase da operação ‘Semana Santa’

Redação

22/03/2025

"Colabora para a compreensão do bioma da COP30", diz participante de Goiás sobre 67º fórum das Fundações de Amparo à Pesquisa no Amapá

Redação

22/03/2025

Super Fácil



Pensando em mudar de país? Confira o checklist para não errar no planejamento

22/03/2025

Governo do Amapá realiza visita técnica a centrais de atendimento ao cidadão inovadoras em tecnologia e gestão, em São Paulo

Redação

22/03/2025



Macapá, Cutias e Itaubal recebem ações do Mutirão Pelo Cliente Hoje do Grupo Equatorial

22/03/2025

Assistência social



Procurador-chefe do MPF visita procurador-geral de Justiça e presidente do TJAP

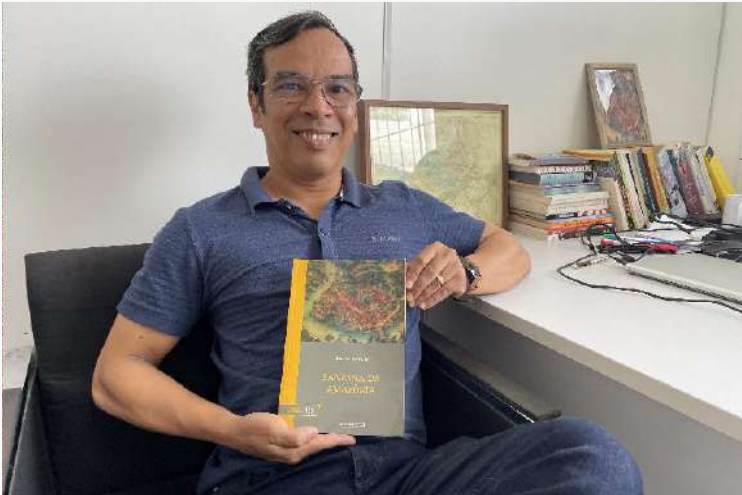
20/03/2025

Prefeitura de Santana entrega kits de ajuda humanitária para famílias afetadas pela estiagem

Redação

22/03/2025





Livro historiográfico sobre Santana será lançado nesta sexta-feira, 21

20/03/2025



Artesanato

Encontro Municipal do Artesão celebra criatividade e fortalece a economia local em Macapá

Redação 22/03/2025



Com oficinas, orientação empreendedora, busca ativa e feiras, Governo do Amapá realiza programação dedicada aos artesãos amapaenses

19/03/2025



Cultura

Espetáculo “Naurú \*\*\* Poeta das Guerras” estreia na próxima semana, em Porto Velho (RO)

Redação 22/03/2025



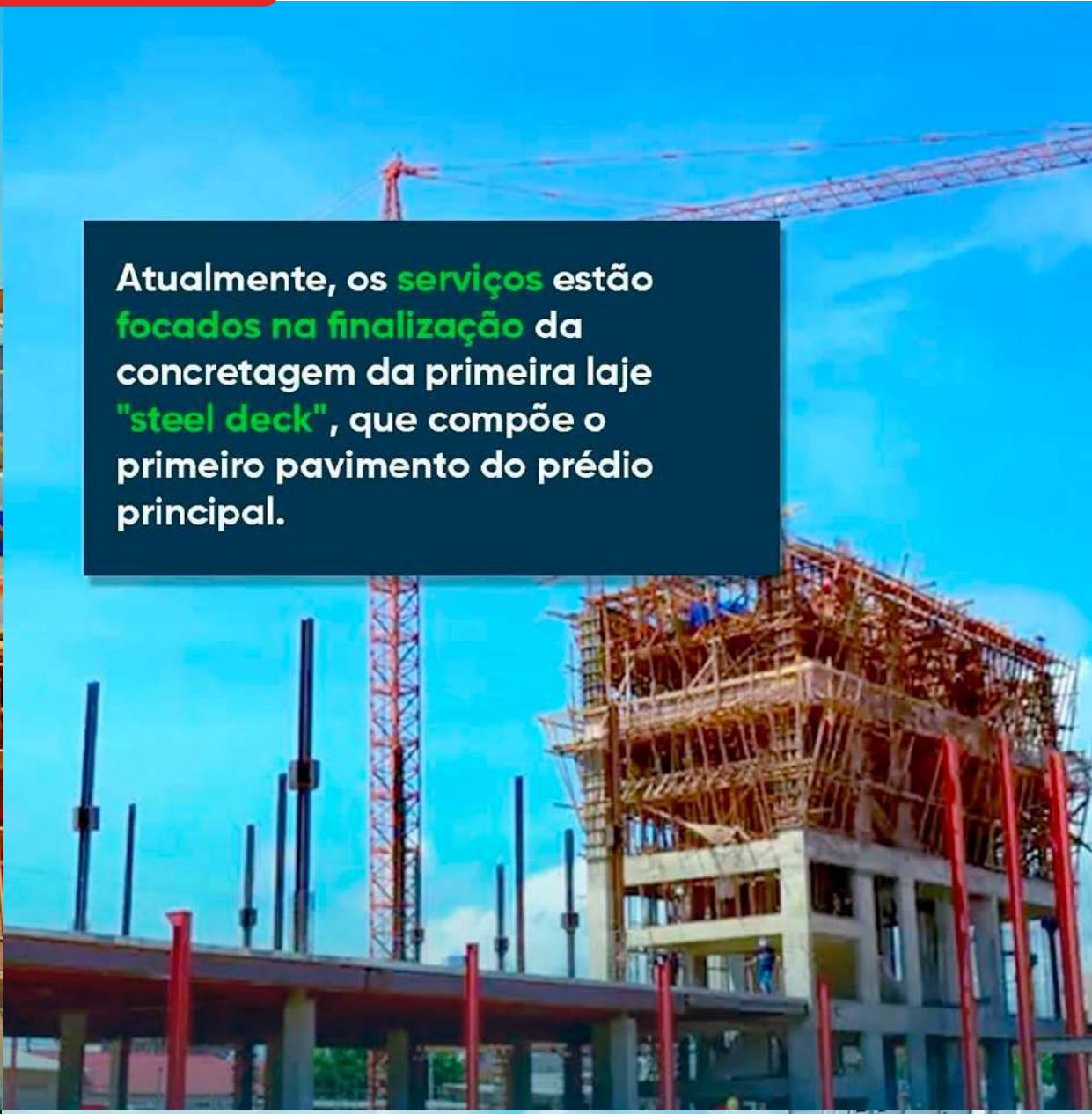
Mulheres falam sobre produção cultural e dramaturgia da Região Norte

19/03/2025





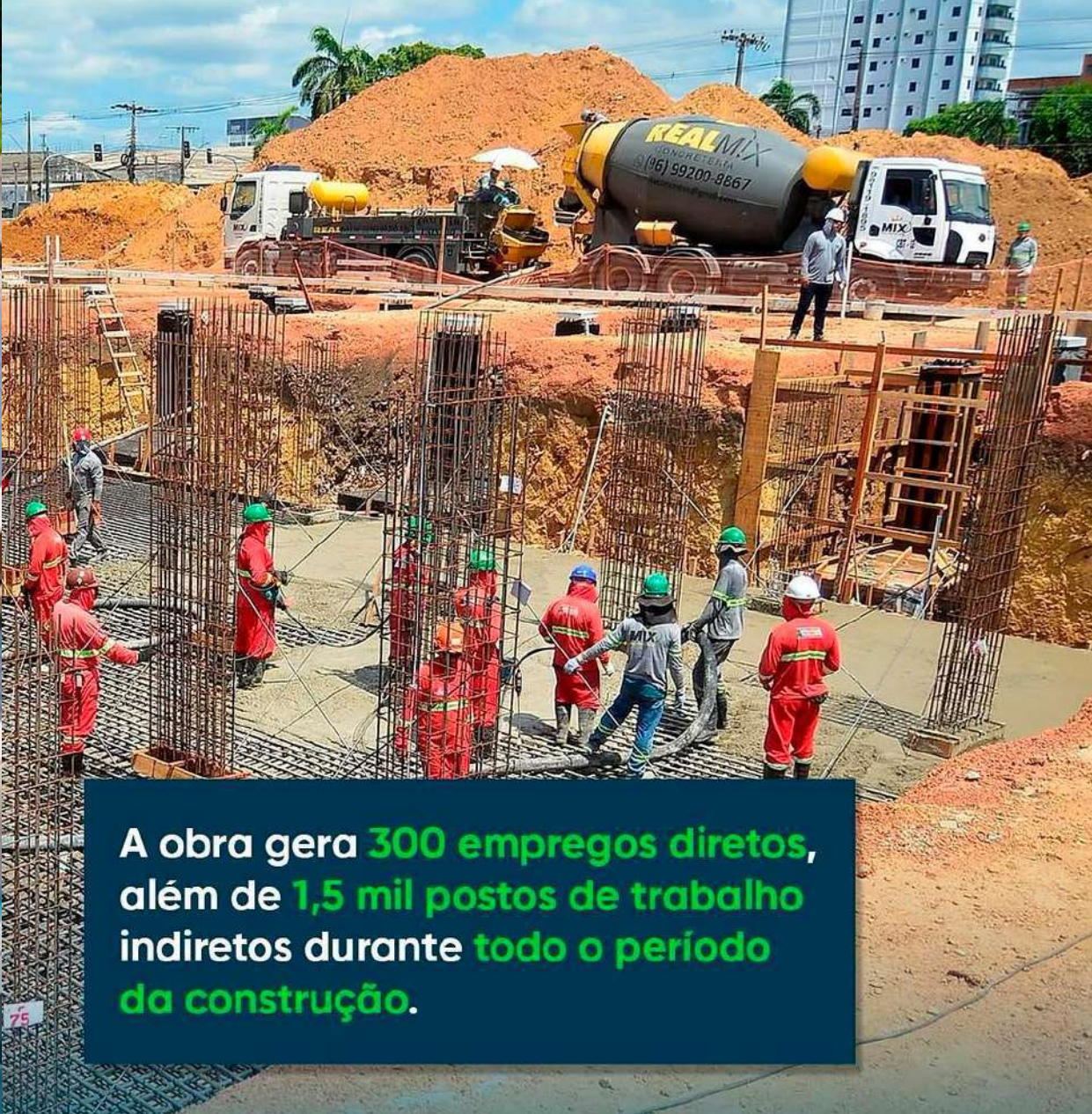
É A MAIOR OBRA DE SAÚDE PÚBLICA DO ESTADO



Atualmente, os serviços estão focados na finalização da concretagem da primeira laje "steel deck", que compõe o primeiro pavimento do prédio principal.



Terá Centro Cirúrgico, Central de Diagnóstico por Imagem, laboratório, Centro de Tratamento de Queimados, serviço de diálise, auditório, apoio técnico, área administrativa e heliponto.



A obra gera 300 empregos diretos, além de 1,5 mil postos de trabalho indiretos durante todo o período da construção.











## Dia da Água: Prefeitura de Santana destaca a importância da data

Redação22/03/2025



## Prefeitura de Santana através da Sanprev realizam Censo Previdenciário 2025

Redação20/03/2025



Bem-vindos ao mundo!

# Hospital Estadual de Santana registra mais de 300 partos nos primeiros três meses de 2025

Redação18/03/2025



## Governo do Amapá coopera para realização do 1º Bloco de Capacitação de trabalhadores do SUAS no município de Santana

15/03/2025



## Palco de históricos jogos, Augustão vai passar por ampla reforma

15/03/2025



## Prefeitura de Santana promove primeira capacitação de educação permanente do SUAS em parceria com o Governo do Amapá

15/03/2025



Em Santana

# Secretaria da Mulher e CRAM visitam a Defensoria Pública para fortalecer a Rede de Atendimento à Mulher

Redação18/03/2025



# COPA PROMESSAS K1 AMADOR

5ª EDIÇÃO



REALIZAÇÃO:  
SECRETARIA DO DESPORTO E LAZER GOVERNO DO ESTADO AMAPA TRABALHANDO PELO AMAPA INTEIRO

COPA  
PROMESSAS  
K1 AMADOR  
5ª EDIÇÃO



LUTA PRINCIPAL | PROFISSIONAL ATÉ 63 KG

**BRENO PITBULL VS  
GABRIEL MÃO DE PEDRA**

29 | MARÇO  
LOCAL: ESCOLA SEBASTIANA LENIR | 19H



REALIZAÇÃO:  
SECRETARIA DO DESPORTO E LAZER GOVERNO DO ESTADO AMAPA TRABALHANDO PELO AMAPA INTEIRO

COPA  
PROMESSAS  
K1 AMADOR  
5ª EDIÇÃO



SUPER FIGHT | K1 AMADOR ATÉ 57 KG

**ANNY VS  
RANNIELE CAÇADORA**

SUPER FIGHT | K1 AMADOR ATÉ 61 KG

**JÚLIO CALADO VS  
VITOR MOICANO**

29 | MARÇO LOCAL: ESCOLA SEBASTIANA LENIR | 19H



REALIZAÇÃO:  
SECRETARIA DO DESPORTO E LAZER GOVERNO DO ESTADO AMAPA TRABALHANDO PELO AMAPA INTEIRO

COPA  
PROMESSAS  
K1 AMADOR  
5ª EDIÇÃO

5ª EDIÇÃO

**29  
MARÇO**

LOCAL: ESCOLA SEBASTIANA LENIR | 19H



COPA  
PROMESSAS  
K1 AMADOR  
5ª edição

**29  
MARÇO**

Local: Escola Sebastiana Lenir

Pista: R\$20,00

VIP: R\$30,00

Reservas de mesas  
antecipadas: R\$150,00

Ingressos disponíveis a partir  
de 12/03 [quarta-feira].

Contato: [96] 9 91236998





## Futebol e outras modalidades



Governo do Amapá realiza alinhamento estratégico com profissionais dos centros didáticos, em Macapá

Redação 22/03/2025



"Grata pela oportunidade", diz medalhista de ouro apoiada pelo Governo do Amapá na Copa do Brasil de Tênis de Mesa

Redação 20/03/2025



Esporte / 18/03/2025

Jogar tênis pode aumentar sua expectativa de vida e contribuir na longevidade

Leia mais >



Esporte e lazer / 17/03/2025

Atletas amapaenses dominam o primeiro torneio nacional de wrestling realizado no Estado

Leia mais >



Esporte / 15/03/2025

Governador Clécio Luís e senador Randolfe Rodrigues anunciam reforma do Estádio Augusto Antunes, em Santana

Leia mais >



Futebol / 15/03/2025

Ademicon anuncia projetos de patrocínios para 2025

Leia mais >



Esporte / 15/03/2025

Que dia no Pan! Matheus Pessanha dá show novamente, Mateus Targino supera lesão e Laila Grimaldi brilha em estreia no sub-20

Leia mais >



Palco de históricos jogos, Augustão vai passar por ampla reforma

15/03/2025



Governo do Estado inicia aulas nos Centros Didáticos Esportivos de Macapá e Santana

13/03/2025



Governo do Amapá abre inscrições para aulas de taekwondo e judô no Centro Didático Chico Noé, em Macapá

13/03/2025





Oportunidade



"Meus filhos me incentivaram a estar aqui", diz aluna sobre curso de capacitação empreendedora em Macapá

12/03/2025

# Evento gratuito oferta vagas de trabalho a estudantes e egressos do Senac Amapá

Redação 18/03/2025



Qualificação profissional



Participe de curso gratuito da USP sobre aprendizado de máquina

12/03/2025

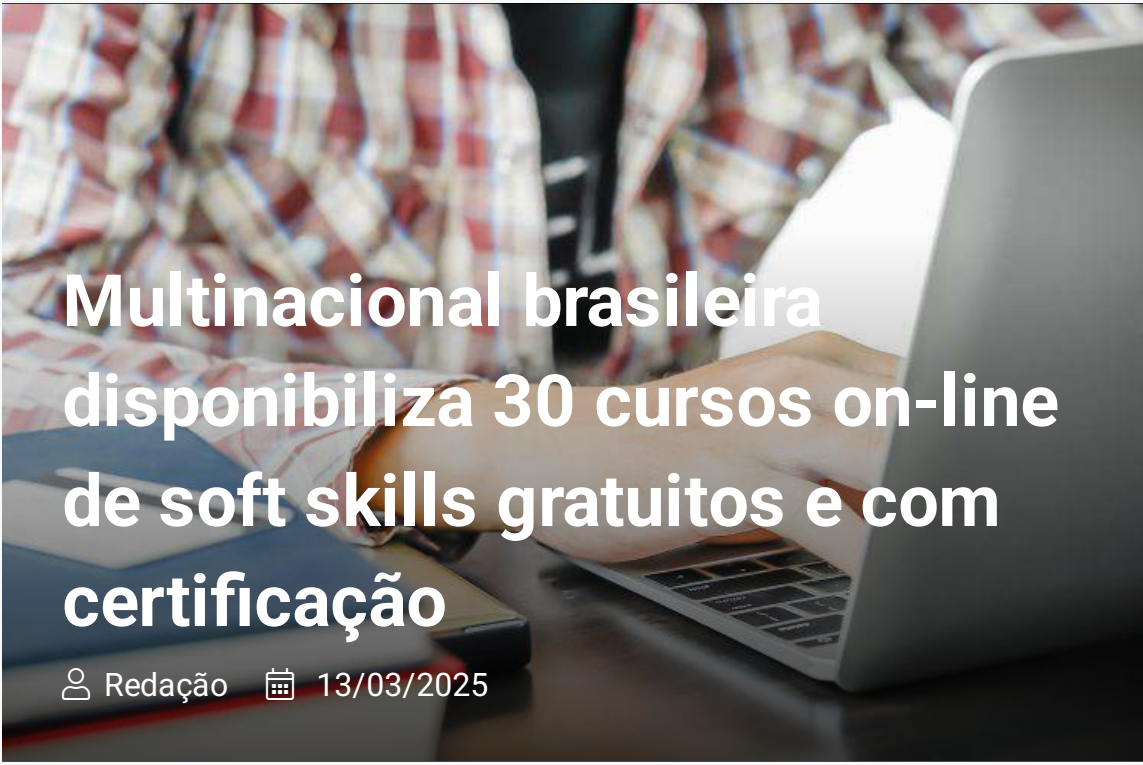
# Curso gratuito do Governo do Amapá forma 32 novos profissionais taxistas e mototaxistas em Santana

Redação 20/03/2025



Defensoria Pública do Amapá abre seleção para estágio em Direito com 20 vagas e bolsa de R\$ 900

10/03/2025



Multinacional brasileira disponibiliza 30 cursos on-line de soft skills gratuitos e com certificação

Redação 13/03/2025



Gratuidade: SENAI Amapá abre seleção para curso técnico em Administração

Redação 18/03/2025



COMERCIAL LOBRITO

PERPÉTUO SOCORRO



CASA DE CARNES LOBRITO  
JESUS DE NAZARÉ



MEGA  
PROMOÇÃO

CASA DE CARNES LOBRITO

JESUS DE NAZARÉ







cerimonial infantil

eventos sociais e corporativos

mini buffet infantil

Deixe a mágica acontecer enquanto cuidamos de cada detalhe. Entre em contato e faça sua reserva!

@fernandasampaioeventos  
(96) 99147-2862



Nossos serviços

- Bolos decorados
- Bolos caseiros
- Bolo vulcão
- Brigadeiros gourmet
- Cupcakes
- Cafés

Eventos

Aniversários - Casamentos  
15 anos - Bodas - Renovação de votos - Formaturas - Batizados

Contatos

- ☎ (96) 98405-7472
- 📧 @docurasdapompom
- 📍 Av. Dom Pedro I, 2135, Santana-Ap

CLIQUE AQUI PARA VER O NOSSO CATALOGO

- Decoração
- cenografia
- eventos corporativos
- aniversários
- formatura
- casamento



Avenida Vereador Orlando Pinto, 2440 -  
Santa Rita - Macapá

(96) 9 8406-7686

@laiseventoss

Lais Eventos



corporativos

topo de bolo

brindes de aniversário



Avenida Vereador Orlando Pinto,  
2440 - Santa Rita - Macapá

(96)9 8425-9837

@laismimosecores





Estreando em Paris, baiana de 19 anos estrela desfiles para Hermès, Balenciaga, Chloé e Louis Vuitton!

Redação

12/03/2025

Alagoana de 20 anos é destaque na semana de moda de Paris!

Redação

08/03/2025



Celebridades / 04/03/2025

**Camarote N°1 celebra o Carnaval com Sabrina Sato, Lore Improta e outras estrelas na segunda noite de desfiles**

[Leia mais >](#)



Moda / 03/03/2025

**Nova top brasileira, Eduarda Muehlmann é destaque da semana de moda de Milão!**

[Leia mais >](#)



Celebridades / 27/02/2025

**Carol Trentini é eleita nova estrela da Montblanc!**

[Leia mais >](#)



Moda

**Gabriel Neres estrela nova campanha mundial de Christian Louboutin!**

Redação 19/02/2025



**Dandara Queiroz compartilha costumes em aldeia indígena**

17/02/2025



**Brasileira faz estreia internacional como estrela de Carolina Herrera!**

11/02/2025



**Ivete Sangalo e Ana Castela se juntam à Avon em parceria inédita para relançar hit “Festa”**

29/01/2025





# Ministério das Comunicações e BNDES aumentam em 75% o orçamento para apoio a pequenos provedores de internet

Redação



Inovação / 13/03/2025

## Parque Tecnológico do Amapá terá startup âncora de biocosméticos e fármacos da Amazônia

[Leia mais >](#)



Tecnologia / 10/03/2025

## 26% de matrículas em IA são de mulheres brasileiras, segundo Coursera

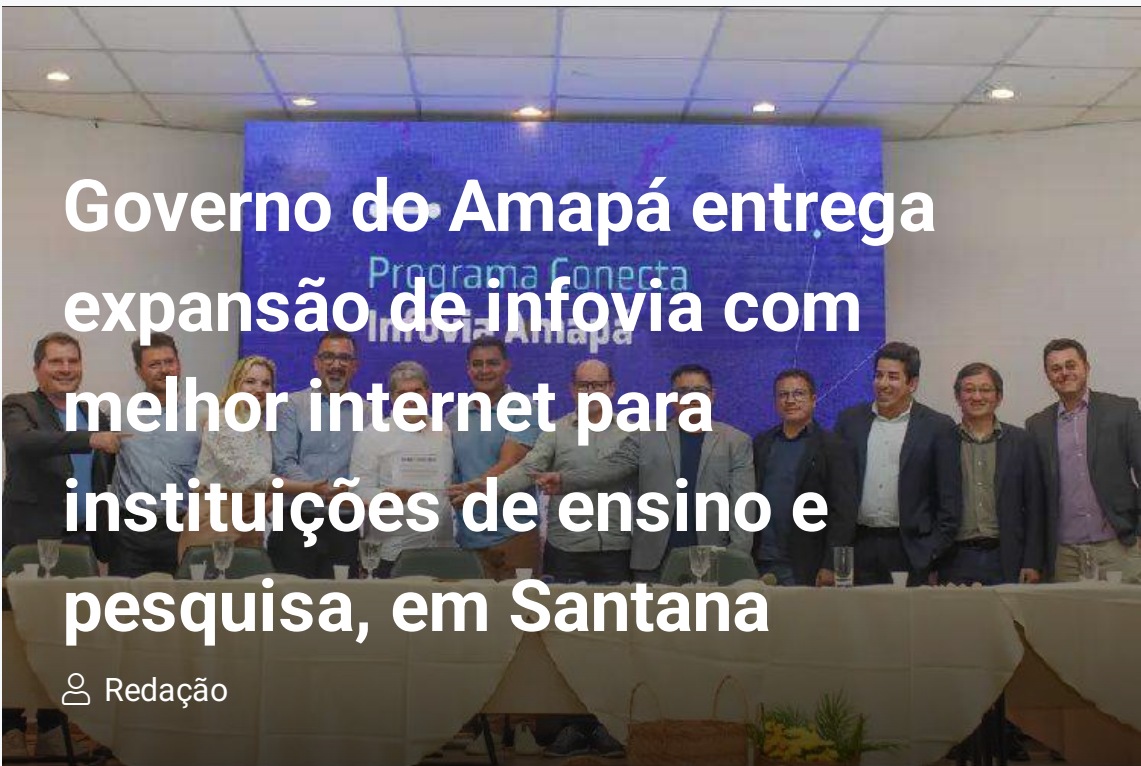
[Leia mais >](#)



Tecnologia / 10/03/2025

## Crescimento do mercado de tecnologia no Brasil impulsiona empresas na formação de profissionais

[Leia mais >](#)



## Governo do Amapá entrega expansão de infovia com melhor internet para instituições de ensino e pesquisa, em Santana

Redação



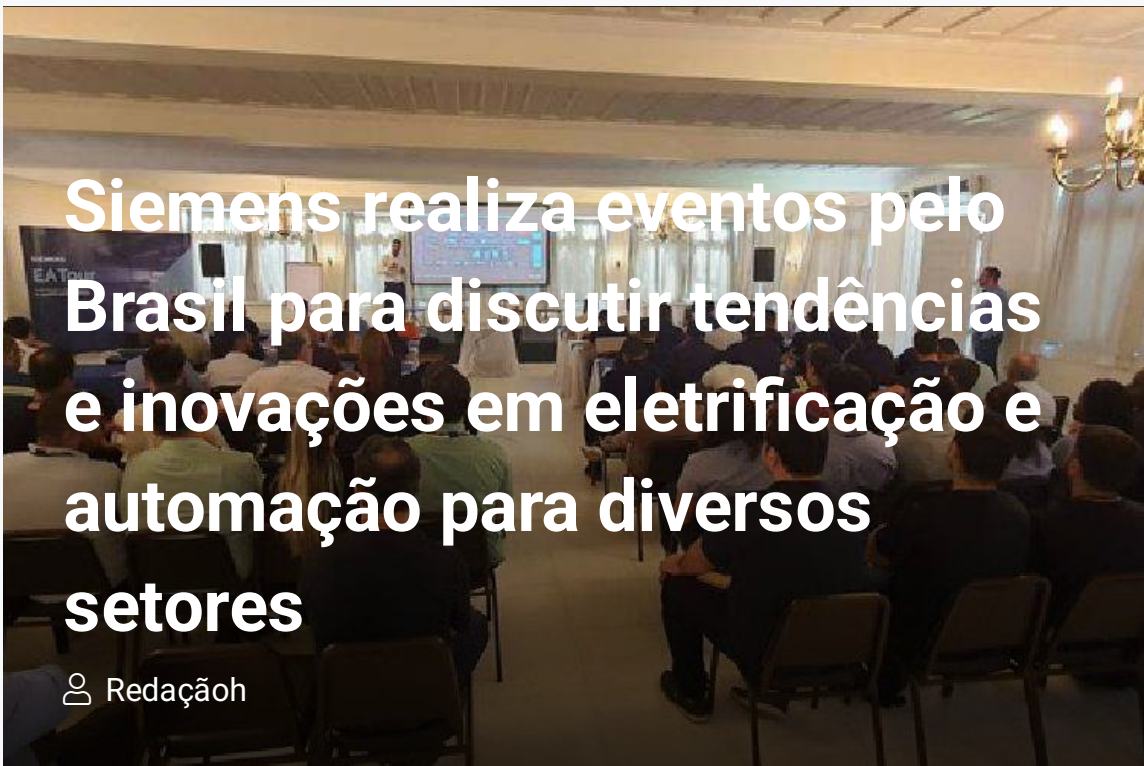
Sem investimento em sustentabilidade, o futuro da inteligência artificial e do planeta pode estar em risco



Governo do Amapá inicia testes do projeto “Wi-Fi Gov” que garante internet gratuita em locais públicos, em Macapá



Engenharia e ciência de dados na gestão da pesquisa: evento online da USP revela os bastidores e as aplicações práticas



## Siemens realiza eventos pelo Brasil para discutir tendências e inovações em eletrificação e automação para diversos setores

Redação





# CHOPERIA

ESPECIALIZADA EM CHOPP ARTESANAL

**BARRIS DE ATÉ 50 LITROS**

A MELHOR OPÇÃO PARA O  
SEU EVENTO

ANIVERSÁRIOS  
EVENTOS CORPORATIVOS  
CASAMENTOS  
15 ANOS  
HAPPY HOUR...

ENTRE EM CONTATO:

**96 99158-1480**



**RUA DAS ARARAS, LOTEAMENTO BELLA VILLE, MARABAIHO 2**



## NOSSA FORÇA

Nossa força reside na nossa dedicação em oferecer qualidade e imparcialidade em nossa cobertura jornalística, visando fornecer as últimas informações, sempre com precisão e relevância. Além disso, nossa conexão com a comunidade nos diferencia, permitindo-nos trazer notícias locais e um entendimento aprofundado das necessidades da população. Estamos comprometidos em ser a fonte de informação confiável e atualizada para os leitores do Jornal O Guarani.





Saúde

# Governo do Amapá reforça cuidados preventivos para doenças sazonais do inverno amazônico

Redação 20/03/2025



Vigilância em saúde

# Governador Clécio Luís entrega novos veículos ao Lacen e reforça o combate e monitoramento de doenças tropicais em todo o Amapá

Redação 20/03/2025



Geriatras e especialistas em gerontologia do Pará participam do CBGG

Redação 22/03/2025



# Governo do Amapá oferece yoga, meditação, naturopatia e reiki entre os tratamentos de saúde alternativos

20/03/2025



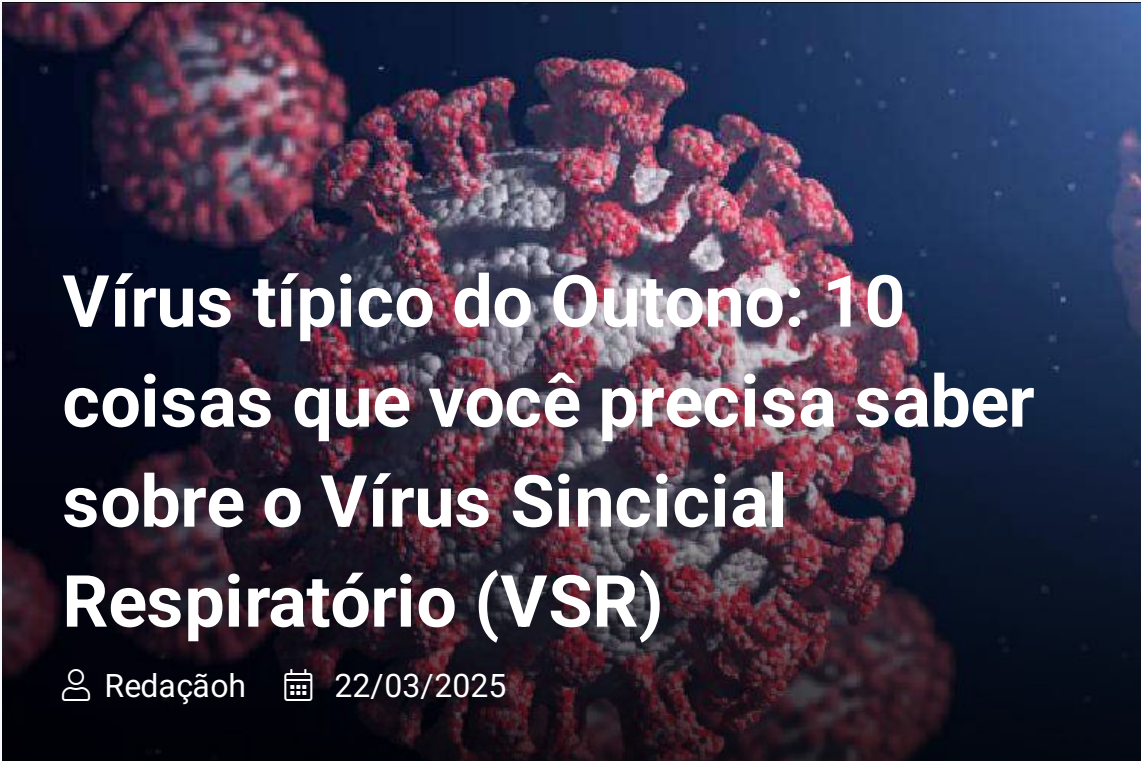
# Governo do Amapá reorganiza fluxo do Pronto Atendimento Infantil para enfrentar alta demanda de pacientes

19/03/2025



# Covid-19: casos sobem 5,09% no início de março em comparação à semana anterior

18/03/2025



Vírus típico do Outono: 10 coisas que você precisa saber sobre o Vírus Sincicial Respiratório (VSR)

Redação 22/03/2025





Polícia Civil / 20/03/2025

## Polícia Civil de Macapá prende homem por agressão à companheira



Polícia Civil / 22/03/2025

## Em Ferreira Gomes, polícia civil prende dois homens em flagrante por extração ilegal de madeira



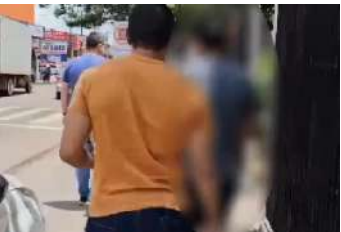
Polícia Civil / 22/03/2025

## Em Macapá, Polícia Civil prende homem acusado de tráfico de drogas



Polícia Civil / 22/03/2025

## Em Santana, Polícia Civil prende acusado de homicídio



Polícia Civil / 18/03/2025

## PC de Macapá prende dois homens em operação Cupiditas por golpes de venda falsa de materiais de construção



Polícia Civil / 20/03/2025

## Polícia Civil de Macapá prende condenado por estupro de vulnerável



Polícia Civil / 20/03/2025

## Em Macapá, Polícia Civil prende homem por tentativa de feminicídio



Polícia Civil / 20/03/2025

## Polícia Civil realiza palestra para a população idosa em Macapá



Polícia Civil / 20/03/2025

## PC de Porto Grande prende homem condenado por falsidade ideológica e outro em flagrante por receptação dolosa



Polícia Civil / 22/03/2025

## Em Macapá, polícia civil prende homem acusado de ser o mentor do “golpe do Miracema”



PRF / 20/03/2025

## Ônibus tomba após deslizar na lama na BR-156, no Amapá



# DISQUE DENÚNCIA

SIGILO  
**ABSOLUTO!**  
BOPE



(96) **99192 - 2498**

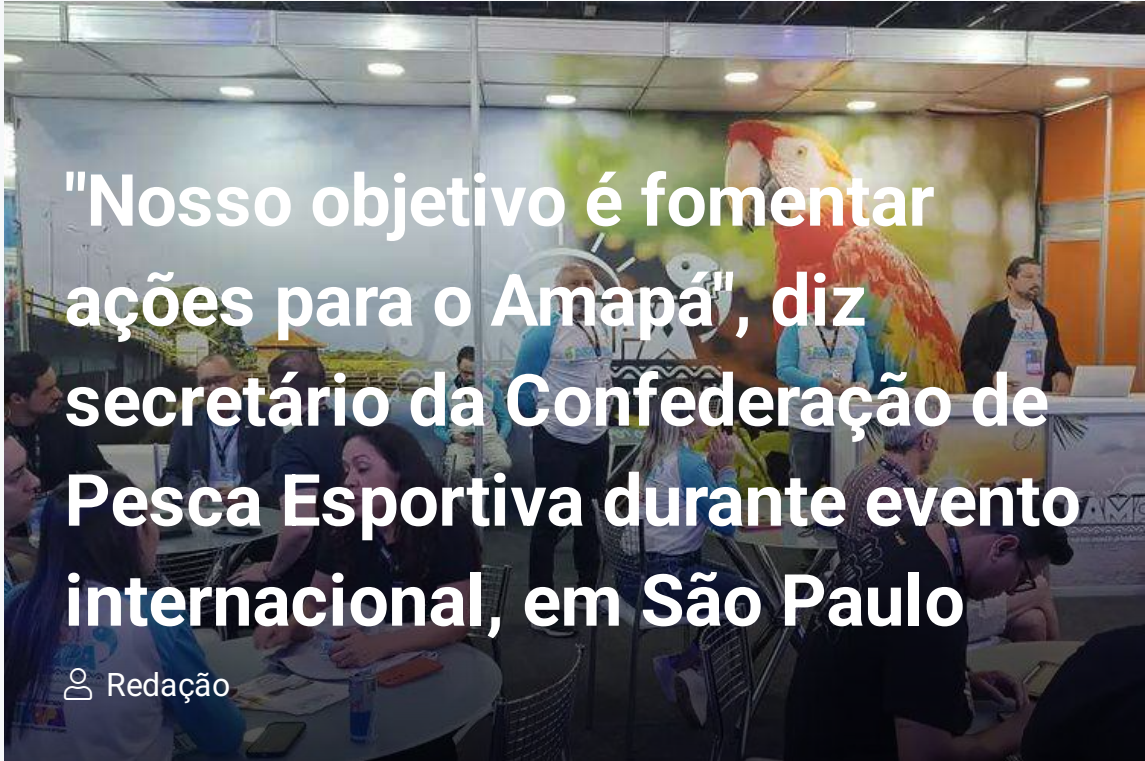
LIGUE OU ENVIE FOTOS E VÍDEOS DE PONTOS  
DE DROGAS OU DE PESSOAS SUSPEITAS.  
ADICIONE NOSSO NÚMERO E AJUDE A  
COMBATER O CRIME.

## FAÇA SUA PARTE !



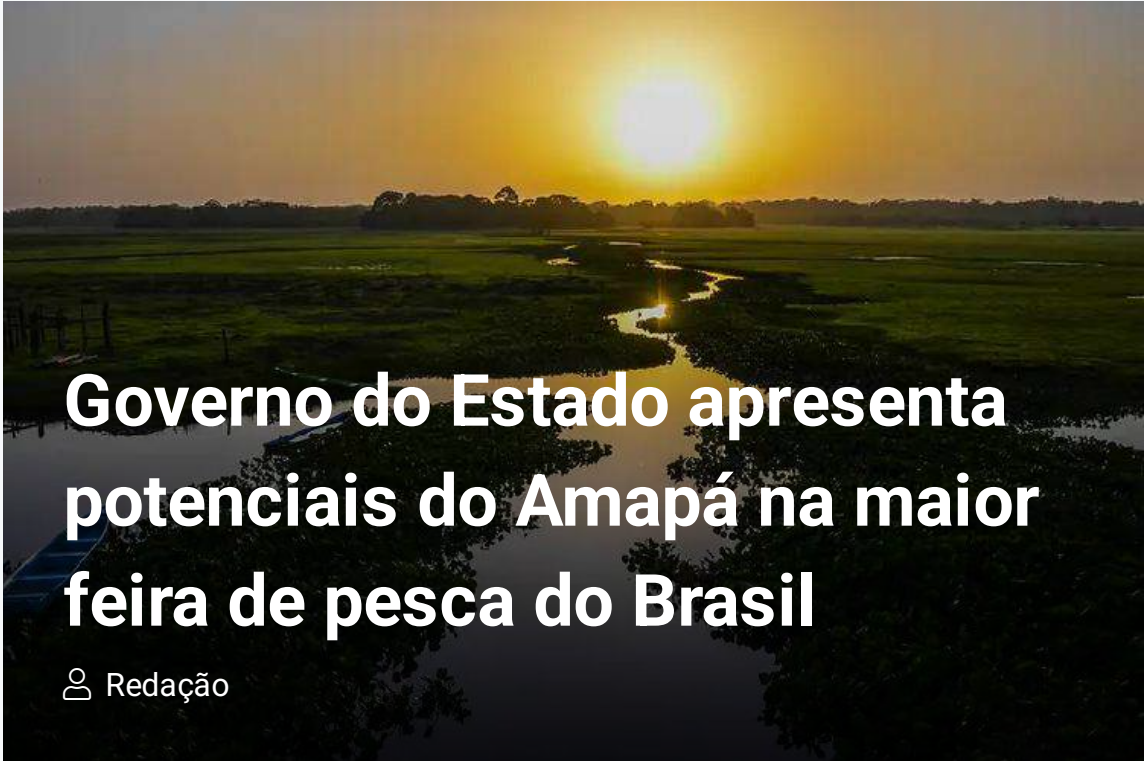
POLÍCIA MILITAR DO AMAPÁ - PARA SERVIR E PROTEGER !





"Nosso objetivo é fomentar ações para o Amapá", diz secretário da Confederação de Pesca Esportiva durante evento internacional, em São Paulo

Redação



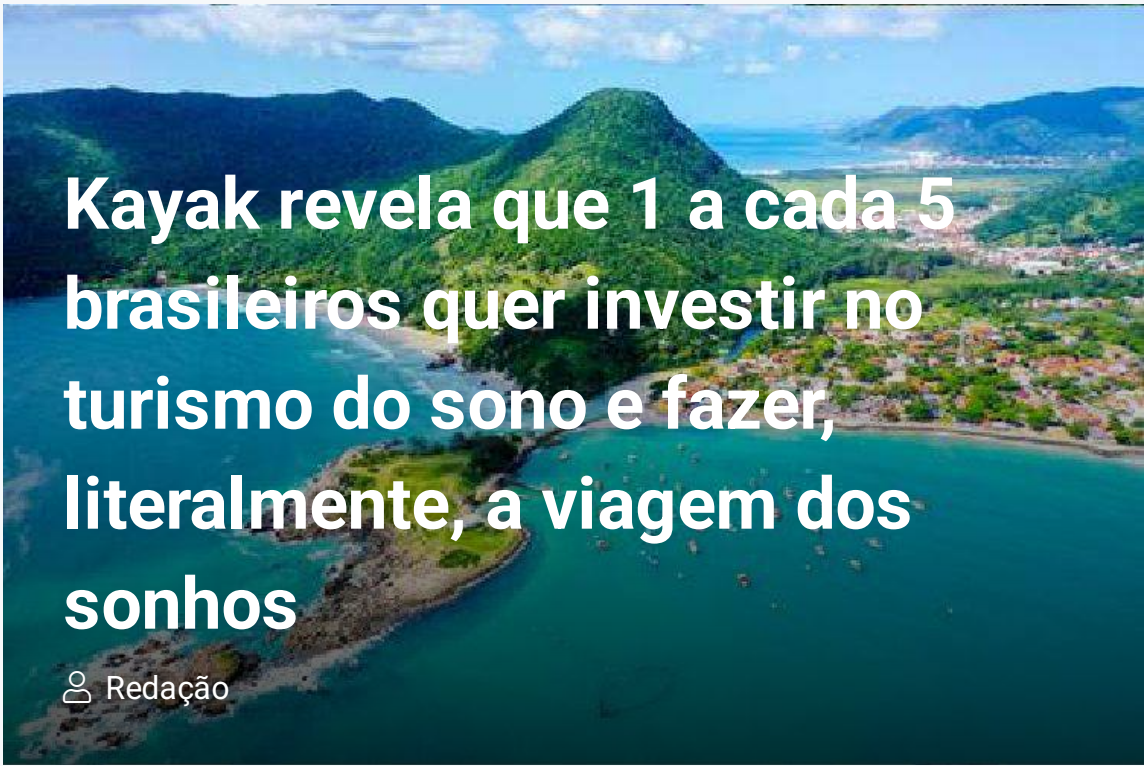
Governo do Estado apresenta potenciais do Amapá na maior feira de pesca do Brasil

Redação



Obra do Complexo do Aturiá avança e novo espaço turístico está com calçamento e grama natural

Redação



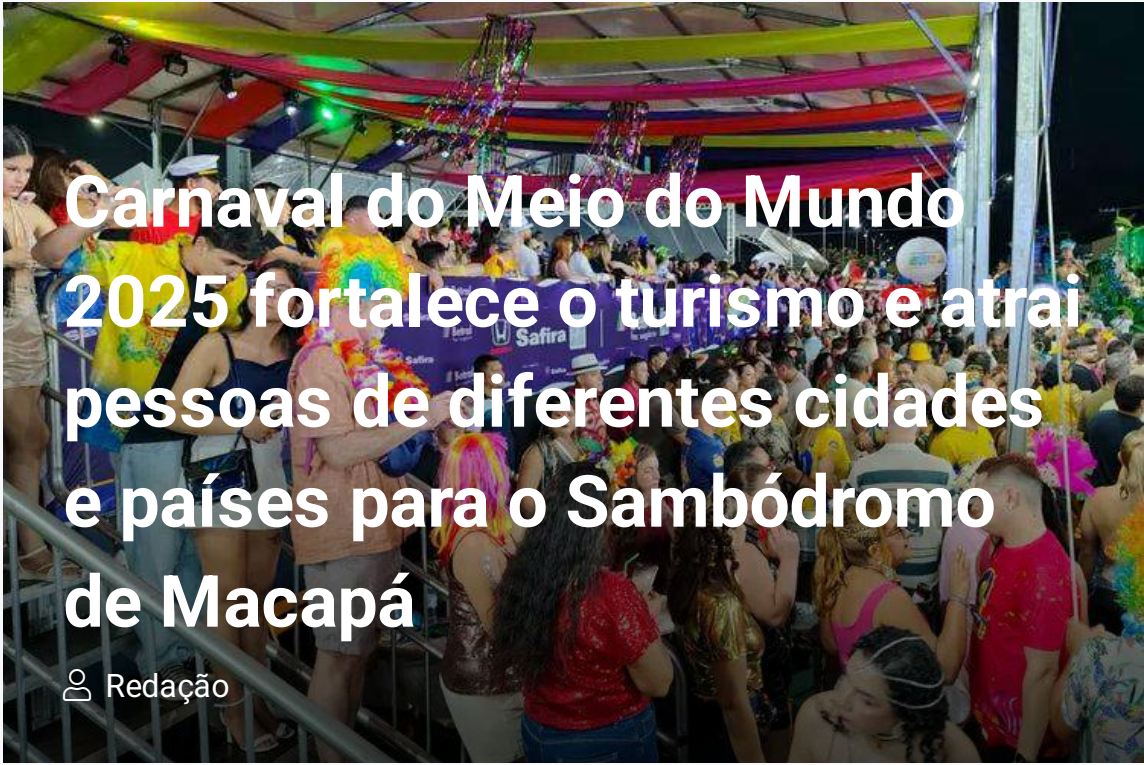
Kayak revela que 1 a cada 5 brasileiros quer investir no turismo do sono e fazer, literalmente, a viagem dos sonhos

Redação



Amapá tem setor turístico regional fortalecido com inclusão de Santana no Mapa do Turismo Brasileiro

Redação



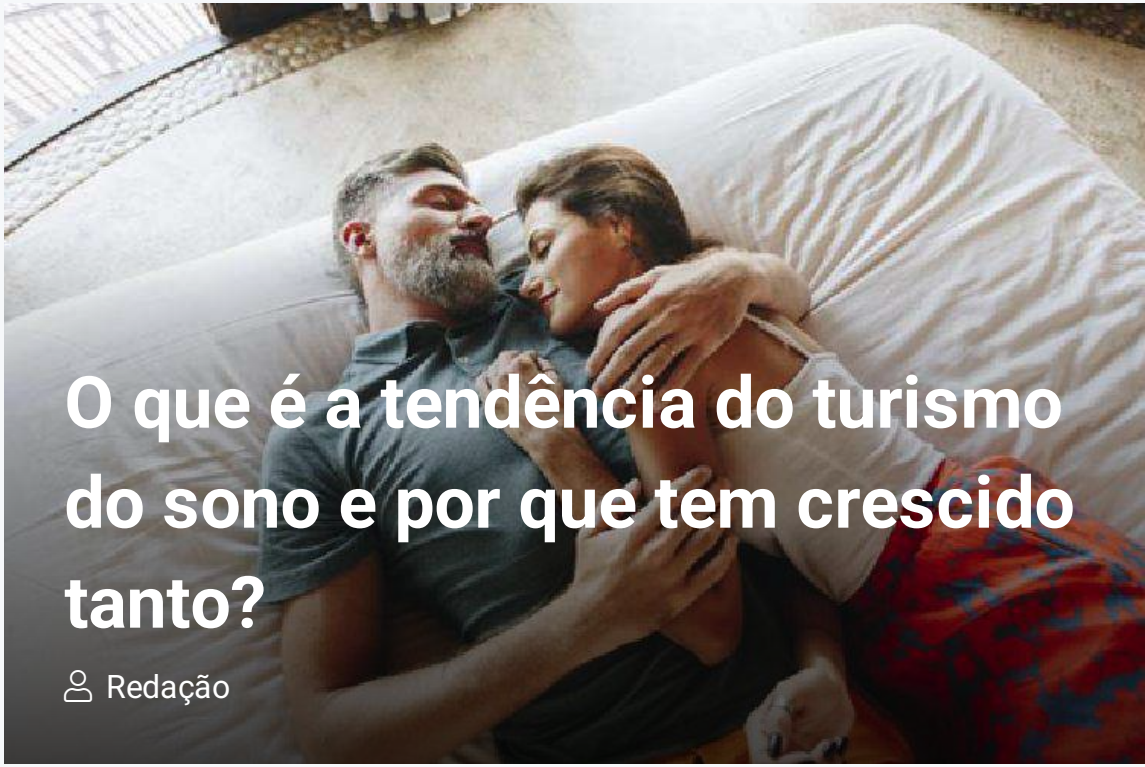
Carnaval do Meio do Mundo 2025 fortalece o turismo e atrai pessoas de diferentes cidades e países para o Sambódromo de Macapá

Redação



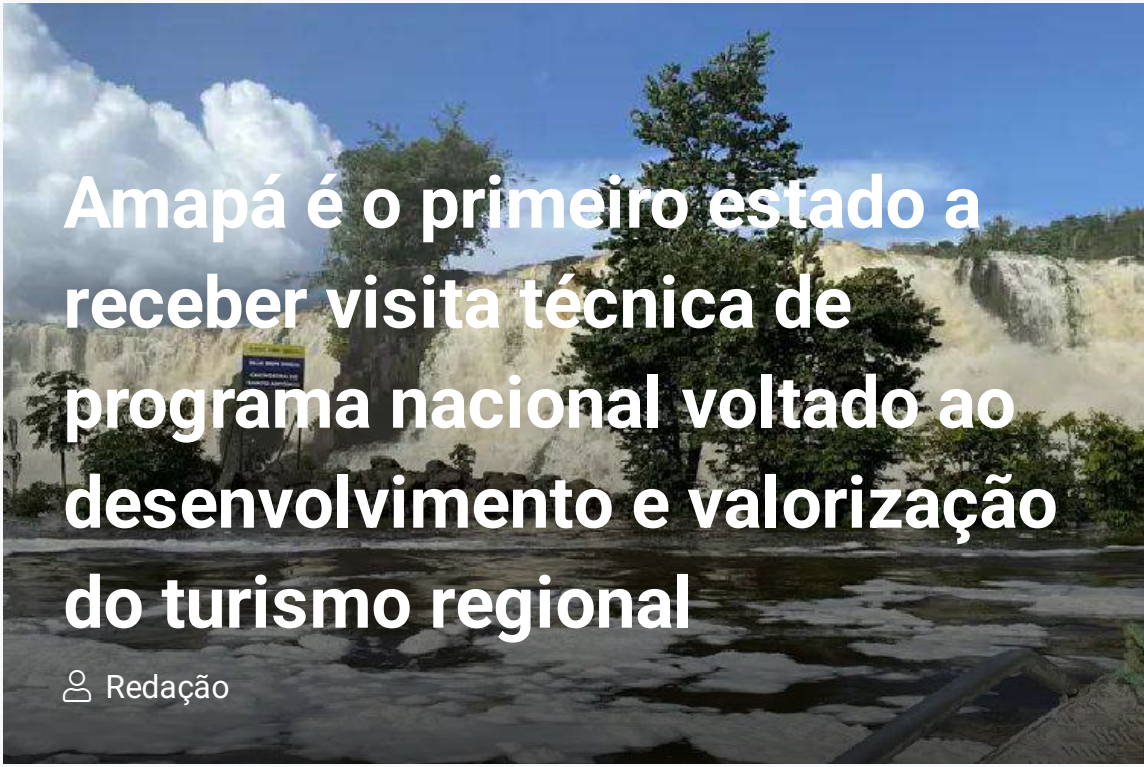
Sebrae e parceiros lançam Guia Turístico e de Pacotes Turísticos digital de Macapá e Santana

Redação



O que é a tendência do turismo do sono e por que tem crescido tanto?

Redação



Amapá é o primeiro estado a receber visita técnica de programa nacional voltado ao desenvolvimento e valorização do turismo regional

Redação



# Dolce Amore

Confeitaria Gourmet

## Nossos serviços:

- Naked cake
- Brigadeiros
- Doces finos
- Brownies
- Pudins
- Tortas e sobremesas

## Público alvo:

- Casamentos
- aniversários
- 15 anos
- formaturas
- eventos corporativos



**FAÇA SUA ENCOMENDA**

**(96) 98410-8772**

**@dolceamore.mcp**

Encomendas devem ser feitas com 48h de antecedência,  
em dias úteis.



# O Tempo Nunca é Suficiente !



Jornal  
**Guarani**  
@sharon\_araujo\_j

*Sharon Araújo*



Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 23 e 24 de março de 2025



A gente corre ... Tenta encaixar tudo. Amamos menos do que deveríamos, abraçamos menos do que gostaríamos, ouvimos menos do que poderíamos. E então, quando nos damos conta, o tempo já passou. Porque ele sempre passa. O tempo nunca é suficiente

para curar todas as dores, para resgatar todas as oportunidades perdidas, para dizer tudo o que ficou preso na garganta. Mas ... é tudo o que temos. E enquanto temos, podemos fazer escolhas.

Podemos amar melhor, perdoar mais rápi-

do, nos importar de verdade. Porque um dia o tempo acaba. Mas a esperança ... a esperança não. A esperança nos lembra que há algo além, que a eternidade nos espera. E que, se o tempo que temos foi vivido com sentidos, ele não será insuficiente... será eterno.





# Violência Doméstica e a Dificuldade de Sair de uma Relação Abusiva

A violência doméstica é um dos maiores males sociais da contemporaneidade. Ela ultrapassa as fronteiras do físico e se infiltra nos aspectos emocionais, psicológicos e financeiros das vítimas, tornando o processo de saída de uma relação abusiva extremamente complexo e desafiador. Muitas mulheres, e também homens, vivem em constante medo, não apenas do agressor, mas do sistema que, muitas vezes, não oferece uma rede de apoio suficiente para a superação desse ciclo vicioso.

O primeiro grande obstáculo enfrentado por quem está preso em uma relação abusiva é o medo. O agressor, frequentemente, manipula a vítima de maneira a gerar insegurança, criando um ambiente onde a pessoa se sente incapaz de escapar. As ameaças podem ser físicas, mas também emocionais e financeiras. A ideia de que “não há para onde ir” ou que “ninguém vai acreditar” nas palavras da víti-

ma são estratégias que mantêm o ciclo da violência em andamento.

Além disso, muitos indivíduos que enfrentam abuso, em particular mulheres, têm um sentimento de dependência emocional e financeira em relação ao parceiro. Esse vínculo torna-se cada vez mais forte com o tempo, criando uma sensação de que a separação não é uma opção viável. No caso das mulheres, há ainda o receio de como a sociedade e a família reagirão a essa decisão. O estigma de “fracasso” nas relações ou a vergonha de ter sido vítima de violência podem ser fatores que fazem a pessoa se calar, deixando o abusador continuar com o controle.

Outro fator que dificulta a fuga é o ciclo de violência que as vítimas experimentam. Inicialmente, a relação pode ser caracterizada por momentos de aparente normalidade ou até de carinho, mas, aos poucos, o agressor vai

mostrando seu comportamento controlante e, eventualmente, violento. Entre cada episódio de abuso, o agressor pede desculpas e promete mudar, o que confunde a vítima, que passa a acreditar que a situação vai melhorar. Esse ciclo cria uma incerteza constante, tornando o desejo de partir mais difícil de concretizar.

Em muitos casos, as vítimas de violência doméstica não têm acesso a recursos ou apoio, como abrigo temporário ou apoio psicológico, para se reerguer. Mesmo com políticas públicas voltadas para o combate à violência, como a Lei Maria da Penha, a falta de uma estrutura de apoio eficaz, tanto em termos de segurança quanto de assistência psicossocial, limita a eficácia dessas leis.

A decisão de deixar uma relação abusiva é, muitas vezes, o último passo em um processo doloroso de conscientização e resiliência. Para isso, é funda-

mental que a sociedade, os familiares, amigos e profissionais de saúde, assistentes sociais, entre outros, estejam atentos aos sinais de abuso e ofereçam uma rede de apoio real para quem precisa. Isso inclui a promoção de campanhas educativas, o fortalecimento das leis de proteção e a criação de mecanismos de acolhimento e suporte contínuo para as vítimas.

É importante que as vítimas de violência doméstica compreendam que não estão sozinhas. Há caminhos para a libertação, e a sociedade precisa ser solidária nesse processo, criando espaços seguros e acolhedores para que elas possam recomeçar suas vidas. A violência doméstica não é apenas um problema individual, mas uma questão que afeta toda a sociedade. Portanto, é responsabilidade de todos combater essa chaga, oferecendo compreensão, apoio e as condições necessárias para que as vítimas possam, finalmente, se libertar do ciclo de abuso.





# Poesias

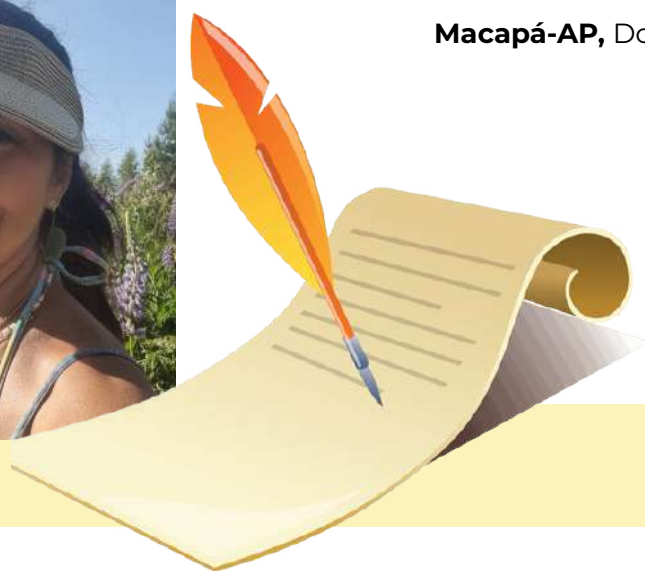
Laura Rodrigues

Poeta



Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 23 e 24 de março de 2025

Jornal  
**Guarani**



## As Teias da Afeição

(by Laura Rodrigues)

Era um amor desprendido, frutivo, generoso—sem pontos, sem parágrafos... deveras belo. Um amor zelador, comunicativo, inteiro—edificante—onde houve mais sorrisos, onde houve mais abraços... um amor imortal.

E hoje, ela caminha pela cidade, sem seu parceiro dos dias (amargos ou felizes), sem seu conselheiro das noites... hoje, ela passa pelas ruas, meramente, recordando o passado ao ver um pássaro em voo. Quais as correias invisíveis de seu transato que ainda perduram intactas?

Era um amor benévolo, paciente, inalterado—fê-la contente e fascinante. Como pôde alguém amar assim?

E agora ele se foi... e ela quis pôr fim a tudo; então, saiu para o mundo e recriou-se.



Image by jcomp on Freepik



# Poesias

**Tina Mota**

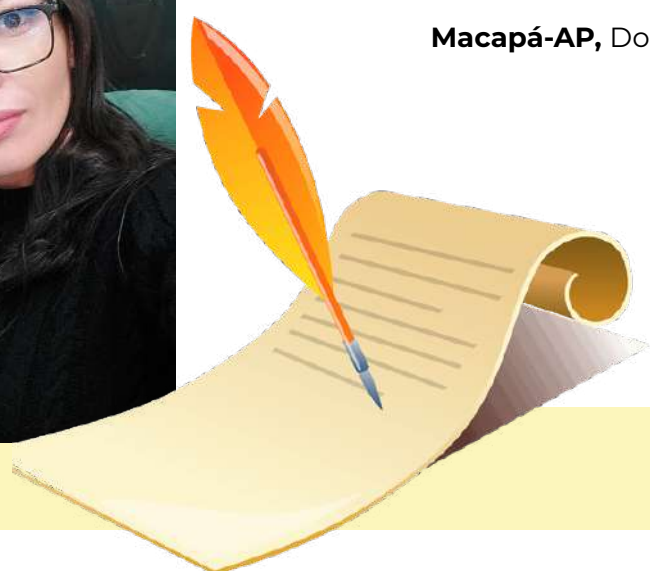
Colunista

FACEBOOK  
tina.mota.luz



Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 23 e 24 de março de 2025

Jornal  
**Guarani**



## Mulher Menina

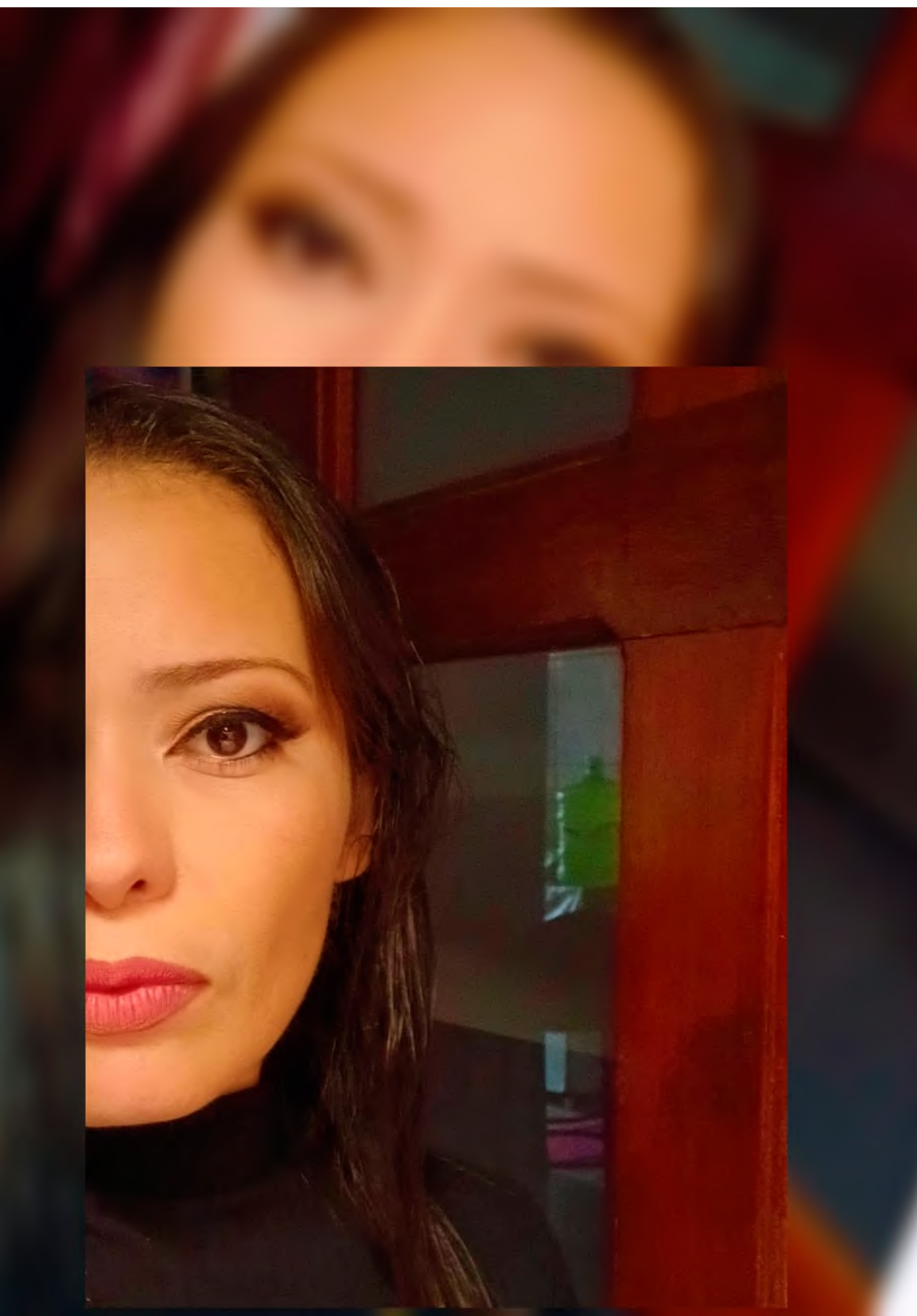
“ Não carrego traumas de uma mulher de 40,  
Carrego o coração de uma menina que nunca se esqueceu de sonhar.  
Em meus olhos ainda brilha a fé em coisas que não vejo,  
E, mesmo com os anos, a esperança continua a me guiar, sem receio.

A maturidade me ensinou a ser forte,  
A aprender com os erros, não me prender ao passado, nem contar com a sorte.  
Eu não sou o reflexo de uma dor antiga,  
Sou o sorriso que ressurgue, mesmo em meio a fadiga.

Eu sou o equilíbrio entre a mulher que amadurece e a menina que se recusa a desaparecer,  
Entre a razão que vive na realidade e o coração que ainda ousa acreditar.  
Porque, aos 40, sou mais do que o tempo que passei,  
Sou o que conquistei, mas também o que ainda tenho a lutar.

A vida não me roubou os sonhos, e nem os amores,  
Mesmo que a maturidade me traga outras dores,  
Eu ainda sinto, eu ainda acredito,  
E cada passo, é mais um motivo.

Eu carrego a força de quem já se perdeu, mas não se entregou,  
A sensibilidade de quem ama sem limites, de quem sempre acreditou.  
Não sou definida pelo que já vivi,  
Mas pelo que ainda posso ser, pelo que ainda posso sentir.



Eu sei que o tempo não é inimigo,  
Ele é um aliado, que nos ensina a ser inteiros,

Apesar de carregar muitas dores,

não as deixo definir a minha sina,  
Porque, tenho sonhos e esperanças na vida, por dentro, ainda sou uma menina.



*Dra. Arianne Távora*  
Biomedicina Estética  
CRBM 4204

*Dra. Arianne Távora*  
Biomedicina Estética  
CRBM 4204

**Harmonização Facial e Corporal**

Av. Desidério Antônio Coelho, 203 - Trem  
(96) 9 8422-4461  
@draarriannetavora  
arianne973@hotmail.com

**PROCEDIMENTOS COM SEGURANÇA E NATURALIDADE**

Escaneie o QR Code e saiba mais sobre mim!







## JOÃO BATISTA NETO

Professor, palestrante, Advogado,  
Administrador e Psicólogo.

Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 23 e 24 de março de 2025

Jornal  
**Guarani**

# Combatendo a Procrastinação na Praça Floriano Peixoto

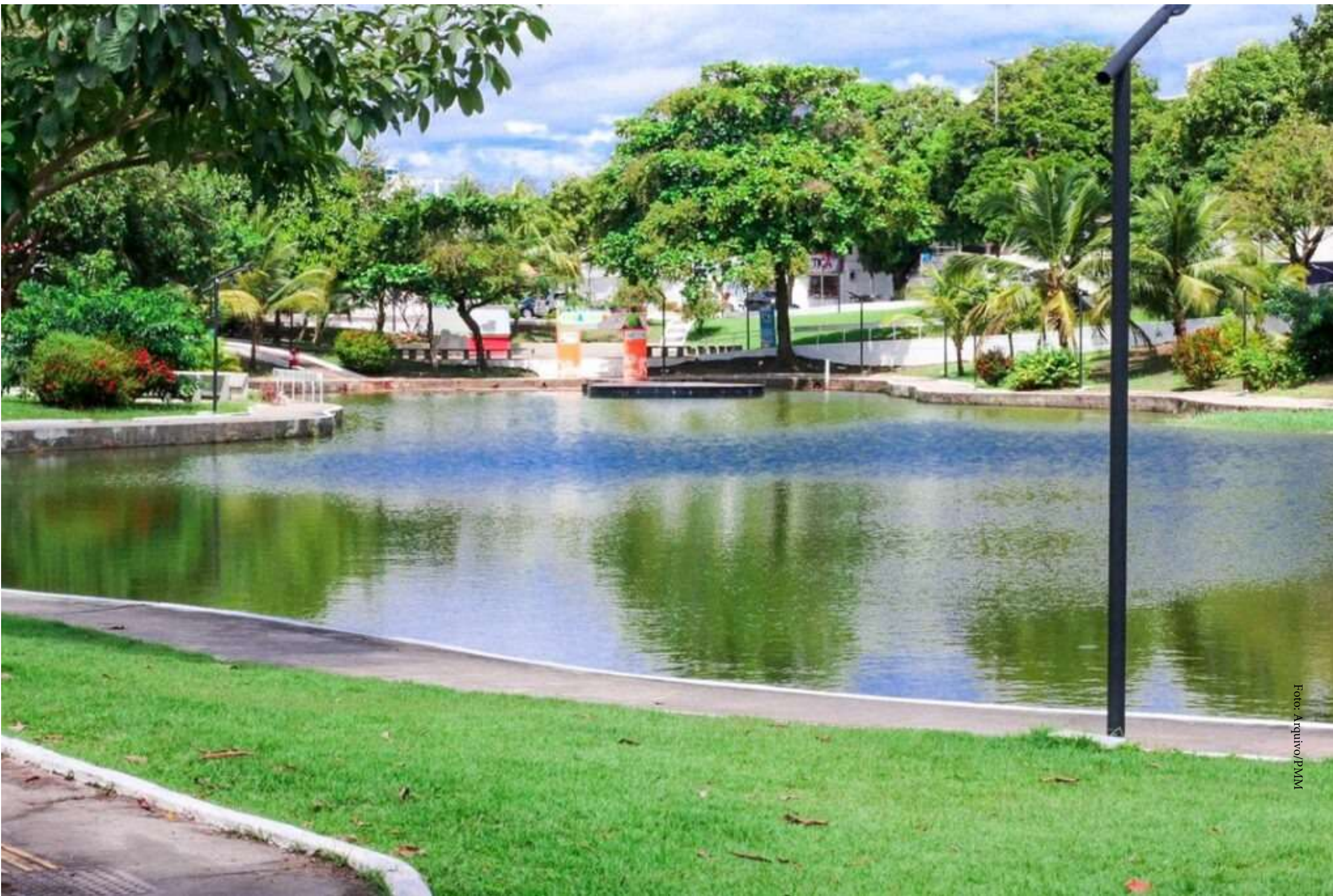


Foto: Arquivo/PMM

Ah, a Praça Floriano Peixoto, um recanto de Macapá onde a alma da cidade se encontra com a brisa suave do Rio Amazonas! Outrora um lugar esquecido, um “Largo do Sapo” onde a natureza selvagem reinava, hoje ela se ergue como um poema à beleza e ao lazer.

Imagine, caros leitores, as famílias macapaenses que aqui se reúnem, corações pulsantes em busca de momentos felizes. Crianças correndo livres, como borboletas em um jardim florido, enquanto os pais, com sorrisos serenos, compartilham histórias e sonhos sob a sombra das frondosas árvores.

E que dizer dos casais apaixonados, que passeiam de mãos dadas, sussurrando juras de amor enquanto os pets, seus fiéis companheiros, os acompanham em cada passo. A praça se torna palco de romances, um cenário onde o amor floresce em cada local.

A lagoa, outrora um espelho d’água adormecido, agora se veste de vida, com plantas aquáticas que dançam ao sabor

do vento e canoas que deslizam suavemente, levando consigo os sonhos de crianças e adolescentes. E os pedalinhos, como cisnes brancos, deslizam na lagoa maior, convidando a um passeio romântico sob o céu azul de Macapá.

Lembrem, que no dia 1º de maio, a praça se veste de festa, celebrando o “Feirão do Povo”. O lago se enche de peixes coloridos, como um presente da natureza, e a música e a cultura se unem em uma celebração da vida e da união, acontecendo pescarias, passeios, dança de marabai-xo, apresentações artísticas etc.

Ah, Praça Floriano Peixoto, um lugar onde a beleza e o romance se encontram, num refúgio para os corações apaixonados e um palco para os sonhos mais doces!

E é aqui nesse local deslumbrante que sentam-se no grama-do, entre as grandes árvores, em um gostoso pic-nic, os amigos Arturo, Ycrad, Anicaroh, Airam, Seni e Nnaor para conversarem um pouquinho sobre o porquê da procrastinação.

Nesse momento Arturo – levanta-se com seu estilo de professor falando compassadamente – vocês sabiam que um dos problemas mais corriqueiros atualmente é a procrastinação, que ocorre quando você adia ou evita atividades importantes até o último minuto, causando estresse, ansiedade e baixa qualidade de vida. Só para ter uma ideia, o fato de você procrastinar envolve, desde não começar uma tarefa, bem como, não terminar uma tarefa quando você tinha conseguido iniciá-la. Vamos explicitar melhor, você pode procrastinar a leitura de um livro ou você pode começar a ler um livro, mas não termina de ler. Isto é, você inicia um comportamento, mas não o finaliza. Muitos procrastinadores crônicos não conseguem nem iniciar um comportamento, ou dar continuidade ao comportamento iniciado.

Realmente o assunto chama bastante nossa atenção – comenta Ycrad – pois para você ter uma ideia, nossa vida seria bem mais prática se conseguíssemos vencer a procrastinação, afinal ela

vive dentro de nós. Eu diria que ela é como uma locatária ao contrário, isto é, ela cobra o aluguel em vez de pagar pelo mesmo. Logo, a procrastinação nos cobra muito alto e sabemos o quanto é prejudicial para nós. É aqui que quero confirmar, como bem falou acima o Arturo, ocorrem dois tipos de procrastinação, ou você não consegue começar uma coisa que você sabe que precisa fazer, ou você já começou, mas não consegue manter constância nesse novo hábito na sua vida. Nesses dois casos, o problema não é que você não sabe o que fazer, muito pelo contrário, o problema é que você sabe bem o que precisa ser feito, mas você não consegue fazer ou não consegue dar continuidade.

Muito bem colocado – se manifesta Anicaroh – eu aqui vou fazer uma colocação muito importante a ser explanada, pois a procrastinação surge em níveis extremos capazes de prejudicar nossa vida, nossos relacionamentos, nosso trabalho, nossos estudos, bem como até nossa autoestima e a nossa percepção



de auto eficácia. Lembrando que um procrastinador extremo, com todas essas deficiências na vida, face seu comportamento de procrastinar, passa a se achar uma pessoa péssima. Assim sendo, para compreender melhor a procrastinação e trabalhar algumas ferramentas internas, para saber como usá-las na prática, é necessário compreender duas coisas, que são: a Neurobiologia e a Produção de um comportamento via pensamentos.

Completamente de acordo com você – se posiciona Airam – Eu particularmente acho interessante esse seu posicionamento, pois a Neurobiologia, nos mostra o que acontece no cérebro de um procrastinador, e porque ele procrastina. Nesse ponto você compreende porque uma pessoa não consegue começar um comportamento, mesmo sabendo os problemas de não começar, bem como, o fato de ela começar um comportamento e não conseguir terminar, também tendo ciência dos prejuízos de não terminar tal comportamento. Também, é importante nos atermos a produção de um comportamento via pensamentos, que inicia após surgir algum tipo de pensamento, o qual é explicado pela psicologia cognitiva (que procura entender o funcionamento da mente humana, incluindo o estudo de processos como percepção, atenção, linguagem, memória e pensamento). O

importante é que a partir desses dois entendimentos, passamos a ter uma maior compreensão para começar a entender e atenuar o comportamento da procrastinação.

Airam, vejo que você está bem inteirada – se posiciona Seni – Mas o assunto que você mencionou merece uma pequena complementação, para que todos tenham um melhor entendimento. Por exemplo, quando você fala da neurobiologia da procrastinação, é importante saber que o neurotransmissor, chamado de dopamina, o qual é relativamente escasso no nosso sistema nervoso central, face as vias dopaminérgicas serem bem reduzidas, comparadas a outras vias de neurotransmissores, por exemplo, a noradrenalina (que deixa o corpo em estado de alerta e preparado para reagir, especialmente em situações de medo ou estresse, o que também é conhecido como “resposta de luta ou fuga”) e acetilcolina (que estimula a contração muscular, reduz os batimentos cardíacos, estimula o funcionamento das glândulas do sistema digestório, promove a liberação da urina, favorece os movimentos intestinais e as funções cerebrais, como memória e aprendizado). O problema é que as vias dopaminérgicas geram comportamento, elas geram tanta motivação para fazer um comportamento, quanto o próprio comportamento. Basta ver a via

nigroestriatal, que inclusive sofre neurodegeneração na doença de Parkinson, é por isso que os pacientes têm os sintomas motores afetados, mas o importante dentro do aspecto da dopamina é a capacidade que ela tem de fazer duas grandes coisas, uma, gerar motivação frente a um determinado comportamento, e outra, manter a execução de um comportamento quando esse inicia.

Muito interessante sua colocação – menciona Nnaor – aqui vale lembrar que a motivação não é aquela que as pessoas comentam, dizendo que uma pessoa motivada, é alegre, eufórica, feliz. Não é isso, pois de acordo com a neurociência, a motivação é um comportamento direcionado a um objetivo, porém para esse comportamento acontecer, o neurotransmissor tem que entrar em ação, que é a dopamina. Aqui é interessante lembrar que quem governa a motivação, o desejo de fazer as coisas, é um sistema no seu cérebro chamado de “sistema de recompensa”. E um dos circuitos cerebrais mais importantes desse sistema é chamado de “vias córtico mesolímbicas dopaminérgicas”, eu sei que o nome é estranho e complexo, mas no nosso cérebro tem um monte de neurônios dopaminérgicos que acabam se comunicando de duas grandes formas. Eles podem fazer potenciais de ação, que nada mais são do que uma série de liberação elé-

trica, que faz a liberação química acontecer, sendo que as comunicações desses neurônios ocorrem de forma fásica ou de forma tônica. A dopamina fásica, gera lapsos absurdos de motivação e que nos faz ter comportamentos até muitas vezes impulsivos, como por exemplo, não seguir uma dieta, consumir álcool ou outros produtos químicos, o que não deveria acontecer, bem como, até falar algo que não deveria. Já a dopamina tônica tem uma importância muito maior, pois ela age como aquelas mangueiras dosadoras, colocadas em jardins, que no nosso caso, fica despejando um pouquinho de dopamina em nosso cérebro o tempo todo. É justamente essa dopamina, que nos ajuda a ter comportamentos direcionados a um objetivo, tipo, pegar um livro para ler e fazer você ficar mantendo a sua atenção e a sua mínima motivação para realizar aquele comportamento direcionado a um objetivo, sem que outras coisas atrapalhem você.

Gostei da forma como você esclareceu essa parte – assentiu Arturo – pois dentro dessa explicação, fica muito mais fácil se entender que o motivo de uma pessoa procrastinar, ou seja, iniciar uma tarefa e não concluir, é porque a dopamina tônica não está funcionando legal, bem como, pode ocorrer vários outros estímulos que roubam a dopamina tônica. Vemos essa comprovação





de comportamento de procrastinar, muito visível, nas pessoas portadoras de TDAH, sendo nesse caso, quase um sintoma. Aqui quero ressaltar que existem diversos estudos mostrando uma redução da atividade tônica da dopamina, principalmente no córtex pré-frontal que é a região envolvida com atenção, com a capacidade de foco no paciente com TDAH, pois ele muitas vezes vira um procrastinador, vez que começa a fazer uma coisa, volta, reinicia novamente, ou nem consegue começar, ou na maioria das vezes, ele vai até o limite do tempo para entregar uma determinada tarefa, e aí ele se desdobra na atividade, vira a noite, e consegue entregar.

Foi bem colocado seu posicionamento sobre a procrastinação – reitera Ycrad – mas é válido explicitar que a dopamina dá motivação e que você consegue obter prazer mesmo sem o envolvimento no comportamento do sistema dopaminérgico, porém você não vai ter comportamento motivacional sem dopamina. Logo, é necessário entender que você tem poucas vias dopaminérgicas no seu cérebro que guiam o seu comportamento, entretanto essas vias necessitam gerar uma motivação para que você execute alguma tarefa que lhe traga uma determinada recompensa. Bem, no mundo atual temos inúmeras tarefas muito mais interessantes, daquelas que precisamos execu-

tar, basta entrar na internet, logo, um dever de casa, um relatório do trabalho, ou uma pesquisa para um artigo, são coisas que não irão gerar muito interesse em nós, e para quem é um procrastinador, ele terá facilidade para mudar o caminho e executar algo que não está envolvido com seu objetivo, mas é muito difícil seguir com o determinado. Nesse caso a primeira coisa a ser feita é tentar evitar isso, agindo de forma diferente.

Devo assentir que você está totalmente correta – se posiciona Anicaroh – Aqui você precisa mudar suas ações para não procrastinar, “Identificando o Valor” naquele comportamento que você precisa executar, afim de não deixar para depois. Outro ponto importante é “Compreender que você está procrastinando”, ou seja, se desviando daquele comportamento, entendendo que você não iniciou porque talvez não estivesse motivado e existiam coisas mais interessantes a serem feitas, mas que o importante é você iniciar o comportamento necessário. Também faça a “Exclusão total de todos os estímulos ao seu redor”, que possam vir a desviar seu comportamento para a execução do que precisa ser feito, pois não adianta você não procrastinar o início da tarefa, e não conseguir a conclusão da tarefa. Logo, retire tudo aquilo que o distrai de perto de você. Assim, você não

procrastinará com facilidade.

Eu particularmente estou encantada com tanto aprendizado – esclarece Airam –Agora eu entendo que a procrastinação não é apenas um hábito ruim, mas sim um sintoma de uma questão mais profunda. É um reflexo da nossa falta de controle sobre nossos pensamentos, emoções e ações. É um sinal de que estamos deixando que o medo, a ansiedade ou a preguiça nos dominem. Logo, no momento em que temos o entendimento adequado da situação, podemos começar a tomar controle de nossa vida. Aprender a gerenciar nossos pensamentos e emoções, e a criar hábitos saudáveis que nos ajudem a alcançar nossos objetivos. Sendo importante entender a raiz da procrastinação, de forma a começar a trabalhar em nossa auto-disciplina e auto-motivação, aprendendo a priorizar nossas tarefas, a criar um cronograma realista, de forma a evitar as distrações que nos impedem de alcançar nossos objetivos.

Pura verdade – comenta Seni com um sorriso – saibam que ao fazermos isso, podemos começar a aproveitar melhor os momentos de nossa vida, vivendo de acordo com nossos valores e objetivos, sentindo uma sensação de realização e satisfação. Logo, vamos parar de deixar para depois e começar a agir no aqui agora. Realmente é hora de tomar contro-

le de nossa vida e de começar a construir o futuro que desejamos usufruir. Agora eu estou entendendo bem melhor o porquê de todos nós sermos procrastinadores, mas o importante de tudo isso é que, ao termos esse entendimento, passamos a ter o domínio daquilo que é importante para o nosso crescimento pessoal e assim passamos a evoluir no sentido de evitar “o deixa para depois” e conseguir estar em dia com nossas obrigações e assim passar a aproveitar melhor os importantes momentos de nossa vida. Convidando-os a lerem outros livros como: Como vencer o medo, deixar de procrastinar e se tornar uma pessoa de ação – Steve Allen; O Fim da Procrastinação – Petr Ludwig.

A Praça Floriano Peixoto, com sua beleza e tranquilidade, se torna um palco perfeito para um diálogo profundo sobre a natureza humana. Assim como a praça se transformou de um “Largo do Sapo” em um oásis de lazer, nós também podemos transformar nossos hábitos e superar a procrastinação. Ao compreendermos os mecanismos da nossa mente e ao criarmos estratégias para lidar com os desafios, podemos encontrar a serenidade e a produtividade que tanto buscamos. Que a brisa do Rio Amazonas e a sabedoria compartilhada sob as árvores frondosas da praça nos inspirem a construir um futuro mais pleno e realizado.



Foto: Arquivo/PMM





Semanalmente falaremos sobre as interconexões entre as dinâmicas sociais, as expressões culturais e as diversas manifestações artísticas, promovendo reflexões e diálogos sobre o impacto dessas áreas em nossas vidas.

# CONTEXTO HISTÓRICO-CULTURAL DO AMAPÁ

O Amapá, estado localizado na região Norte do Brasil, possui uma rica diversidade cultural que é resultado de um entrelaçamento de influências indígenas, africanas e europeias. Desde sua colonização, o Amapá se destacou por sua diversidade étnica e cultural, que se manifesta em múltiplas expressões artísticas e movimentos culturais.

## Marabaixo: A Raiz da Identidade Amapaense

Um dos mais significativos movimentos culturais do Amapá é o Marabaixo, uma manifestação rica em ritmos, danças e tradições que remonta às raízes africanas dos escravizados. Originário das festividades religiosas e sociais, o Marabaixo é um exemplo de resistência cultural, onde a música, o canto e a dança se entrelaçam para contar a história e os anseios da população afrodescendente. As festas são marcadas pela presença de tambores e pela participação da comunidade, reforçando laços de identidade e pertencimento.

## Artes Visuais: Um Olhar Diversificado

As artes visuais no Amapá são uma importante forma de expressão cultural. Artistas locais têm explorado temas que dialogam com a natureza exuberante do estado, a cultura popular e as tradições indígenas e africanas. A produção de obras em diferentes linguagens, como pintura, escultura e grafite, tem ganhado destaque, refletindo a vivência e a pluralidade da sociedade amapaense.

## Teatro: Vozes e Histórias do Amapá

O teatro amapaense é uma plataforma de discussão e reflexão sobre questões sociais e culturais. Grupos teatrais têm se dedicado a apresentar peças que abordam a realidade local, promovendo diálogos sobre a identidade e os desafios enfrentados pela população. O Teatro Municipal de Macapá e outros espaços culturais têm sido palco para a difusão de obras que valorizam a cena teatral local, incluindo performances que incorporam elementos das tradições africanas e indígenas.

## Literatura: A Palavra como Resistência

A literatura no Amapá, embora ainda em desenvolvimento, tem encontrado sua voz através de escritores que buscam retratar a realidade amazônica, suas lutas e suas belezas. Autores locais têm se destacado na produção de poesia, contos e romances que discutem a cultura, a natureza e as questões sociais do estado. A literatura também se torna uma forma de resistência e afirmação da identidade, especialmente entre os escritores afrodescendentes.

## Cultura Gospel: Uma Nova Expressão

A cultura gospel tem ganhado força no Amapá, com um número crescente de igrejas e grupos musicais que promovem a música cristã. Essa vertente cultural não só oferece uma nova forma

de expressão artística, mas também tem gerado um espaço de socialização e apoio comunitário, onde os valores e as tradições são lembrados e celebrados.

## Dança e Audiovisual: Movimentos e Imagens

A dança no Amapá é uma manifestação vibrante e diversificada, onde estilos tradicionais e contemporâneos se misturam. Grupos de dança têm explorado tanto as danças folclóricas, como o Carimbó, quanto estilos modernos, criando um rico intercâmbio cultural. O audiovisual, por sua vez, tem se tornado uma ferramenta importante para documentar e divulgar essas manifestações, com produções que valorizam a cultura local e promovem a identidade amapaense.

## Circo e Capoeira: Tradições que encantam

O circo, embora não tão amplamente reconhecido, tem suas raízes na cultura popular do Amapá, oferecendo entretenimento e uma forma de expressão artística que encanta públicos de todas as idades. A capoeira, uma arte marcial de origem africana, também está presente e se destaca como uma prática cultural que une dança, luta e música, promovendo a saúde física e mental, além de fortalecer os laços comunitários.

## Matrizes Africanas: A Influência Perene

A influência das matrizes africanas é palpável em diversas manifestações culturais do Amapá.

Desde o Marabaixo até as danças e a música, a herança africana se reflete na identidade do estado, evidenciando a resistência e a riqueza cultural dos afrodescendentes. As tradições africanas são celebradas em festivais e eventos, reafirmando a importância de preservar e valorizar essas expressões.

## Música e Artesanato: Sons e Mãos que criam

A música é um dos pilares da cultura amapaense, com gêneros que vão do tradicional ao contemporâneo, incluindo ritmos como o marabaixo, o melody, e o brega. A produção musical local é vibrante e diversificada, com artistas que buscam inovar e dialogar com a cultura global. O artesanato também se destaca, com a produção de peças que refletem a natureza e as tradições locais, utilizando materiais como a palha, o barro e a madeira.

O Amapá é um estado que pulsa cultura em suas diversas formas. A junção de tradições indígenas, africanas e europeias cria uma identidade rica e misturada, onde cada manifestação artística é um reflexo da história e da vivência de seu povo. Os movimentos culturais, como o Marabaixo, o teatro, a música e as artes visuais, não apenas celebram a diversidade, mas também promovem a resistência e a valorização das raízes que compõem a essência amapaense. A cultura do Amapá é, sem dúvida, uma herança viva que continua a se transformar e a encantar gerações.

FOTO: JERIEL LUZ





# SOCIEDADE, CULTURA e Arte



**JERIEL LUZ**  
Artista Plástico - Ilustrador - Muralista  
Professor de Artes Visuais - Design

Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 23 e 24 de março de 2025



Semanalmente falaremos sobre as interconexões entre as dinâmicas sociais, as expressões culturais e as diversas manifestações artísticas, promovendo reflexões e diálogos sobre o impacto dessas áreas em nossas vidas.

FOTO: JERIEL LUZ



ARQUIVO ADRIANE CORRÊA



FOTO: JERIEL LUZ



FOTO: LUÍSA MOTA



FOTO: JERIEL LUZ



FOTO: JERIEL LUZ



FOTO: JERIEL LUZ





# Entre Tambores e Memórias: A História de Dinho Paciência

Ele descobriu sua vocação e seu compromisso em preservar e divulgar a cultura afro-descendente. Dinho Paciência é um contador de histórias e um guardião das tradições que moldaram sua identidade e a de muitos. Em sua jornada, ele se tornou uma voz ativa na luta pela valorização da herança cultural do Amapá, utilizando as danças, músicas e a pesquisa histórica como ferramentas de resistência e conscientização. Hoje, temos a honra de conver-

sar com Dinho Paciência, que nos levará em uma viagem por suas memórias, suas inspirações e sua visão sobre o futuro da cultura afro-brasileira. Prepare-se para conhecer um universo onde cada nota, cada passo e cada relato ressoam com a força da ancestralidade e a esperança de um amanhã vibrante. Acompanhe.

■ Luzia: Dinho, você pode nos contar um pouco sobre sua infância e como suas experiências iniciais moldaram sua identidade como sambista e marabaxeiro?

■ Dinho: Eu sou filho do Laguinho. Minha infância foi marcada por momentos jogando bola na rua e tendo contato com o marabaixo e a escola de samba Boêmios, Estilizados e Solidariedade. Desde jovem, me envolvi nesse universo, principalmente na bateria, sempre incentivado por minha tia Raimunda. Ela me levava para as festas e me ensinava sobre a cultura, m a s

eu não compreendia totalmente a importância disso na época. Conversando com a tia Zefa, comecei a entender mais sobre a história da minha família, especialmente sobre meu avô, Mané Paciência, que era um grande compositor e conhecido por suas habilidades com as músicas de marabaixo. A música e a dança sempre foram importantes na minha família, mesmo com a maioria se tornando evangélica. O desejo de entender minha origem e a conexão com o marabaixo me levou a explorar mais sobre o passado da minha família, que tem uma rica história musical, especialmente ligada aos Paciência. No entanto, enfrentei desafios, como o racismo e a invisibilidade cultural, que dificultaram nosso acesso as nossas ancestralidades e ao reconhecimento. Apesar disso, a identidade negra e a música sempre estiveram presentes na minha vida. O tambor, em particular, é uma voz que ecoa em mim e me conecta a essa herança cultural. Através do samba e do marabaixo, encontrei meu lugar e minha expressão.

■ Luzia: Qual foi a sua trajetória com a música e como você se envolveu na cultura do marabaixo?

■ Dinho: Sempre gostei de música e, por isso, comecei a tocar violão. Quando me mudei para Belém para estudar, continuei a tocar, mas acabei me afastando um pouco do violão. Havia um bar perto da universidade onde eu costumava cantar algumas músicas, e as pessoas gostavam de me ouvir. O China me convidava para tocar, e isso me fez largar o violão. A virada na minha trajetória aconteceu em 2016, quando conheci Carlos Pirú na Secretaria da Educação. Eu fa-



zia parte de um grupo chamado Núcleo Educação Eduracial, e ele tinha uma proposta de levar o marabaixo para uma exposição no Marco Zero, em comemoração ao dia 16 de junho, que é o Dia do Marabaixo. Durante uma conversa, questionei a importância desse dia e ele explicou que era sobre celebrar o ciclo e a cultura do marabaixo. Percebi que, ao falarmos do marabaixo, normalmente se foca na festa, mas esquecemos das pessoas que tornaram essa tradição um patrimônio imaterial do Brasil. Perguntei a Carlos Pirú quem eram essas pessoas e, assim, surgiu a ideia de uma exposição chamada “Marabaixo por Outras Versões”. O objetivo era destacar as personalidades negras que resistiram e lutaram para que o marabaixo fosse reconhecido, como as mulheres que participam das rodadas e os homens que tocam as caixas, além dos intelectuais africanos que preservam a memória e a musicalidade dessa cultura. A exposição, que inicialmente seria por uma semana, acabou ficando no Marco Zero por cerca de três meses. Foi nesse momento que Carlos Pirú teve a ideia de criar um festival de





# DESBLOQUEANDO O Emocional



**LUZIA MOTA**  
Artista Digital  
Fotógrafa Profissional

Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 16 e 17 de março de 2025



marabaixo, o que também deu origem ao movimento Nação Marabaixeira. Essa experiência me conduziu para o mundo da arte, onde passei a trabalhar com ações pedagógicas nas escolas, envolvendo a cultura e a história do marabaixo.

■ Luzia: Quais foram os principais desafios que você enfrentou ao longo da sua carreira artística?

■ Dinho: Quando falamos sobre desafios, no contexto da família Paciência, é importante destacar a figura do Tio Biluca, irmão da minha mãe, que foi fundamental para a preservação da nossa tradição musical. Ele é pai de Nego Nena e do falecido Macunaíma e, antes de se tornarem evangélicos, ele e outros tios meus foram os fundadores da Boêmio do Laguinho. No entanto, essa parte da história da família foi mantida em segredo por muito tempo. O principal desafio enfrentado por nós sempre foi o racismo. Meu avô saiu do Cria-ú na década de 1940 com o sonho de aprender a ler, escrever e tocar viola, e até compôs uma canção sobre isso. Porém, nem ele nem seus filhos tiveram acesso à educação. O processo de inserção na escola foi complicado, e essa invisibilidade da riqueza cultural de Mané Paciência dificultou ainda mais nossa inclusão no mundo musical. Apesar disso, a identidade negra e a tradição do tambor sempre estiveram presentes em nossas vidas. Eu participei ativamente do ciclo do marabaixo e das escolas de samba. Essa relação com a música e o tambor, que representa a voz da nossa ancestralidade, me acompanhou desde a infância e me conduziu ao universo do samba, que é uma parte essencial da nossa história e cultura. O tambor ecoa em



nós, vibrando com a força da nossa identidade.

■ Luzia: Você tem alguma história marcante que represente a luta e a resistência da comunidade negra no Amapá?

■ Dinho: Quando penso em momentos marcantes da minha história, muitos são pessoais, mas um que se destaca é a visita de Sarney ao Amapá, onde a finada Venina, uma intelectual africana, apresentou uma canção de marabaixo da tia Zefa.

Esse momento foi significativo, pois Venina usou o marabaixo como uma forma de expressão e contestação, ressaltando a importância da história africana e o que se espera do governo. Para mim, isso foi marcante, pois ela utilizou uma tradição oral que caracteriza os contadores de histórias africanos para reivindicar atenção do Sarney, tornando-se protagonista do evento, que ganhou repercussão nacional. Outro momento importante foi em 1988, quando se garantiu o direito à terra quilombola e o Cria-ú foi reconhecido nacionalmente como um dos mais antigos quilombos do Brasil. Isso é um motivo de orgulho, já que minha família, os avós maternos, são do Cria-ú, o Mané Paciência. Esse reconhecimento representa um grande movimento de resistência e destaca a importância da intelectualidade na preservação da memória, traduzindo-a em versos e dirigindo-se ao presidente para que olhe para a população. Para mim, isso é dignificante e magnífico.

■ Luzia: Qual a importância da musicalidade e das relações afrocentradas na sua prática pedagógica como professor universitário, e como suas experiências pessoais impactaram a formação e a valorização da





# DESBLOQUEANDO O Emocional



Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 16 e 17 de março de 2025

**LUZIA MOTA**  
Artista Digital  
Fotógrafa Profissional



identidade dos alunos?

■ Dinho: É interessante como essas experiências moldam minha prática pedagógica. Na minha atuação como professor universitário, introduzo a musicalidade como tema nas aulas de história, trazendo à tona as relações afrocentradas. Nos anos 90, essa abordagem foi especialmente impactante. Ao discutir no IETA, enfatizo a importância de uma formação docente que reconheça e combata o racismo, essencial para atender às crianças negras que muitas vezes são desvalorizadas. Uma experiência marcante foi quando uma aluna da Uva, em sua defesa de TCC, compartilhou que, inicialmente, me odiava por eu falar positivamente sobre minha identidade como homem negro, enquanto ela, como mulher negra, sempre se sentiu negativa em relação a si mesma. Ao saber que eu considerava voltar ao ensino fundamental, ela se sentiu traída, pois havia começado a se amar e a se valorizar através do meu exemplo. Expliquei a ela que, mesmo ao deixar a universidade, sua missão era continuar difundindo essa valorização do povo preto.



■ Luzia: Qual é a importância de ressignificar o conceito de cultura em relação ao mundo negro e como isso se manifesta nas expressões culturais africanas?

■ Dinho: A proposta de ressignificar o conceito de cultura é fundamental, especialmen-



te em relação ao mundo negro. Muitas vezes, a cultura é reduzida a danças, festas e comidas, sem reconhecer a riqueza dos saberes que a constituem. Apesar das opressões enfrentadas ao longo dos séculos, a África preservou elementos de identidade e resistência, que se manifestam em tecnologias, ciências e práticas educacionais que ainda estão presentes na sociedade. A autora Azoilda Trindade defende a importância dos “valores civilizatórios” que permeiam a cultura africana. Enquanto muitos veem a celebração como uma forma de distração para os negros, essas festas são, na verdade, momentos de transmissão de saberes e resistência. O ritmo do marabaixo e do samba, por exemplo, preserva a conexão espiritual e ancestral. Portanto, é essencial que o ambiente escolar e o cotidiano abordem esses valores, reconhecendo que esses elementos culturais não são naturais, mas sim construídos e pensados, refletindo a história e a vivência dos povos africanos.

do “Marabaixo” no seu trabalho e como você utiliza a música como ferramenta pedagógica para promover a cultura africana?

■ Dinho: Muitas vezes, utilizei e utilizo a música como uma ferramenta pedagógica, inclusive em celebrações de aniversários. Essa conexão com a cultura africana, que nos ensina



■ Luzia: Qual é a importância





# DESBLOQUEANDO O Emocional



**LUZIA MOTA**  
Artista Digital  
Fotógrafa Profissional

Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 16 e 17 de março de 2025



a transformar a vida em arte, é fundamental. Por exemplo, ao levar alunos universitários a entenderem o processo de transformar um texto em uma paródia, percebo que eles muitas vezes se perguntam: “Por que você faz isso?” Quando eu leio um texto e analiso um fato social, posso criar versos e transformá-los em música. Esse processo é semelhante a alguém que lê um livro, faz fichamentos, resumos e extrai suas principais ideias para uma análise. E é exatamente isso que busco fazer com o “Marabaixo”. Como trabalho isso? A resposta está no projeto que desenvolvo na comunidade, não apenas valorizando, mas reivindicando o “Marabaixo” como um instrumento poderoso de resistência e de afirmação da voz negra que tentam silenciar. Mesmo diante das tentativas de desumanização, é através do samba, do marabaixo, do batuque e do samba de coco que nossa voz e alma se manifestam. Essas expressões culturais são fundamentais para afirmar nossa humanidade. Ao levar esse entendimento para a escola, no contexto do Nação Marabaixeira, explicou a relação entre o “ladrão de marabaixo” e a escrita histórica que representa nossa existência. O toque da caixa não é apenas um som, mas uma voz que ecoa a filosofia africana, que nos atravessa e se manifesta em nossos corpos, gestos, breques e gingados. Esses elementos são marcos e símbolos da nossa identidade.

Acredito que essa propagação do conhecimento e da cultura é essencial. O samba pode não ser a minha principal expressão, mas o “Marabaixo” está profundamente presente em mim, e vejo como essa conexão se desenvolve em meu trabalho. Obrigado!

■ Luzia: Dinho obrigada pela aula que nos deu. A trajetória de Dinho Paciência é um exemplo de vocação, amor e força por suas raízes, afro-brasileira, especialmente no



Amapá. Enfrentando desafios históricos e sociais, ele não apenas luta contra o racismo, mas também valoriza a identidade negra através da música e das tradições culturais, como o “Marabaixo”. Em seu papel como educador, Dinho inspira seus alunos a reconhecerem suas raízes e transformarem a dor da opressão em arte e resistência, destacando a importância da valorização da cultura

negra. Dinho enfatiza que a musicalidade e as expressões culturais são ferramentas essenciais para ressignificar a cultura e promover o respeito à dignidade da população negra. Ao integrar o “Marabaixo” em suas aulas e projetos comunitários, ele reafirma que a cultura é um legado vivo, repleto de saberes e histórias que refletem a luta de um povo. Sua história nos convida a valorizar a diversidade cultural brasileira e a reconhecer a importância de preservar a ancestralidade, utilizando a música e a educação como meios de empoderamento e transformação social.







**Autoestima e Saúde Feminina: Dra. Natália Távora explica tudo sobre estética íntima**



**Ano Novo com Carlos Pirú e Egídio Gonçalves: Ritmo, Cultura e Celebração**



**Iury Soledade: Do Kizomba à Cultura Afro no Amapá**



**Zé Miguel: 20 anos de música e a voz da Amazônia no Especial de Natal**



**Major Alves Neto: Do sonho de soldado à missão de proteger a Amazônia**



**Finéias Nelluty revela os bastidores do sucesso da "Bicha do Brega" e o motivo do adeus ao personagem**



## CONHEÇA AS PERSONALIDADES DO AMAPÁ

Informações exclusivas e valiosas sobre a Amazônia, destacando pessoas únicas que contribuem para a sociedade em diferentes áreas econômicas e sociais.



Podcast

### Diálogos Amazônicos







Jornal

## Guarani

INSCREVA-SE NO CANAL



MARCIO BEZERRA



SHARON ARAÚJO



TINA MOTA



LUZIA MOTA





Variedades



Entretenimento, Leitura e Lazer

Programação nos Cinemas

Cinema / 22/03/2025

Filmes em Cartaz no Movie Macapá (23/03)

Leia a Notícia >

 More News image

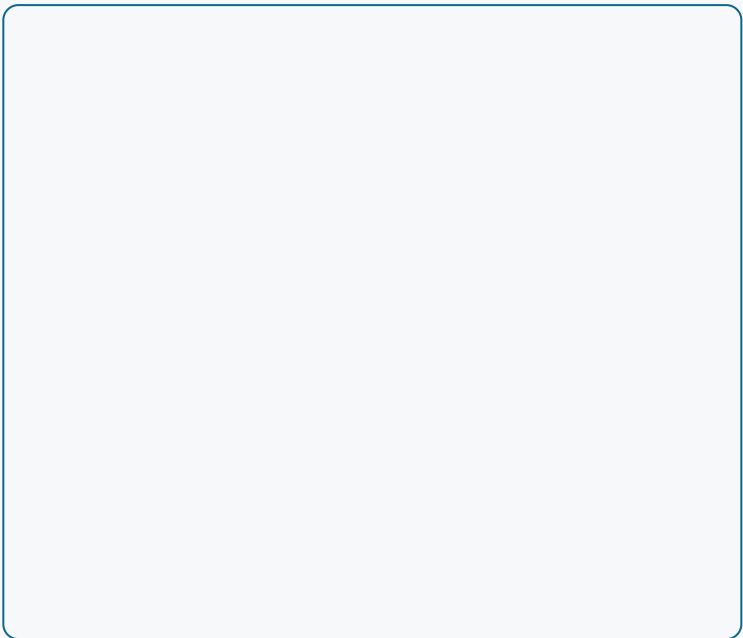


Cinema / 22/03/2025

Filmes em Cartaz no Cinépolis Macapá (23/03)

Leia a Notícia >

Previsão do Tempo



HORÓSCOPO Diário ♈♉♊♋♌♍♎♏♐♑♒♓♈♉♊♋♌♍♎♏♐♑♒♓



Horóscopo / 22/03/2025

HORÓSCOPO – 24.03.25

Leia a Notícia >



Horóscopo / 22/03/2025

HORÓSCOPO – 23.03.25

Leia a Notícia >

















Horóscopo / 22/03/2025

HORÓSCOPO – 22.03.25

Leia a Notícia >

DIAS ANTERIORES

Cotações

Investing.com				
Cotações de Moedas em Tempo Real				
EUR/USD	1,0814			
 21/03   Moeda	-0,0037	(-0,34%)		
USD/JPY	149,31			
 21/03   Moeda	+0,53	(+0,36%)		
GBP/USD	1,2918			
 21/03   Moeda	-0,0045	(-0,35%)		
USD/CHF	0,8831			
 21/03   Moeda	+0,0012	(+0,14%)		
USD/CAD	1,4349			
 21/03   Moeda	+0,0026	(+0,18%)		
AUD/USD	0,6269			
 21/03   Moeda	-0,0031	(-0,49%)		
NZD/USD	0,5731			
 21/03   Moeda	-0,0025	(-0,43%)		
EUR/GBP	0,8371			
 21/03   Moeda	+0,0005	(+0,06%)		
EUR/JPY	161,46			
 21/03   Moeda	+0,02	(+0,01%)		
EUR/CHF	0,9550			
 21/03   Moeda	-0,0014	(-0,15%)		
AUD/JPY	93,60			
 21/03   Moeda	-0,13	(-0,14%)		
GBP/JPY	192,83			
 21/03   Moeda	-0,03	(-0,02%)		

Desenvolvido por Investing.com

Programação TV Aberta / Tempo real (Clique)







CLIQUE PARA VER O VÍDEO

**HÁ 1 ANO**  
**TRANSFORMANDO**  
**O AMAPÁ NA TV**  
**QUE É TUDO ISSO!**

tv Lupa 

CANAL 5.1







# Fique sempre **bem** informado

Jornal  
**Guarani**

As principais notícias do Amapá e do mundo, em um só lugar! Acesse o nosso site para ficar por dentro de tudo que acontece na sua região e no Brasil.

Eventos locais, política, cultura, esportes, educação e muito mais - temos cobertura completa dos assuntos que mais importam para você!

**Redação**

**96 99108-0175**

**Comercial**

**96 98110-9443**

**Acesse  
agora mesmo:  
[www.jornaloguarani.com](http://www.jornaloguarani.com)**



**Acessar Agora!**