



CLEV - UFF

Manual do Intercambista



*Diretório Acadêmico
Barros Terra*

Bem - Vindo!

A CLEV UFF preparou essa cartilha para que a sua viagem seja mais segura e inesquecível! Aqui você vai encontrar:



Niterói



Desembarque



Anfitrião



Padrinho e Madrinha



Universidade Federal Fluminense



Restaurante Universitário



Passeios



Segurança

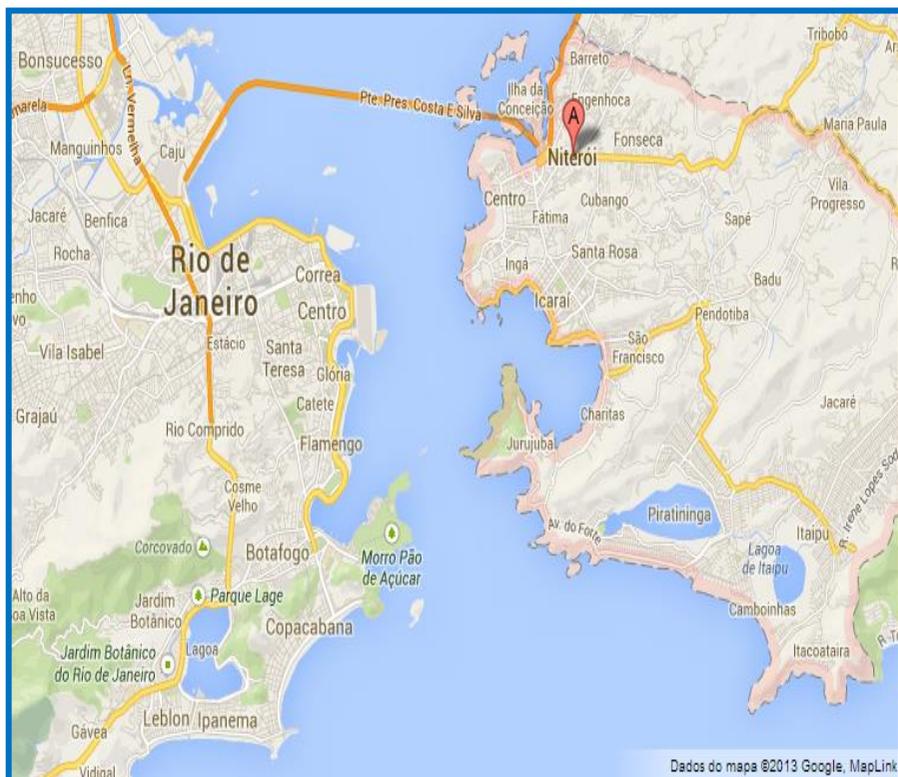
Gestão atual: Flavia Machado, Nicolle Balieiro, Suzanna Lamartin e Vitória Guimarães, todas dispostas em ajudá-los durante toda sua estadia.

*Esta cartilha foi idealizada pela atual gestão da CLEV através de pesquisas online. As informações contidas estão sujeitas a alterações.

⇒ Niterói

Niterói é um município do estado do Rio de Janeiro, na região Sudeste do Brasil, com população estimada em 497.893 habitantes segundo os dados do IBGE. Nossa cidade é bem próxima da Cidade Maravilhosa, Rio de Janeiro, com o principal acesso pela **Ponte Presidente Costa e Silva**, popularmente conhecida como **Ponte Rio–Niterói**, que atravessa a Baía de Guanabara, conforme mostra o mapa acima.

Niterói possui muitas praias, mas cuidado! A praia de Icaraí e São Francisco é banhada pela Baía de Guanabara, sendo imprópria para banho devido a poluição das águas. Porém, na região oceânica da cidade temos praias paradisíacas, como Camboinhas e Itacoatiara, todas próprias para banho.



O mapa também destaca os principais bairros da cidade, sendo Centro, Icaraí e Ingá os locais onde vocês mais irão frequentar.

⇒ Desembarque

Niterói não possui aeroportos e, por isso, sugerimos que você compre passagens aéreas para os dois aeroportos do Rio de Janeiro:

- Aeroporto Santos Dumont
- Aeroporto Antônio Carlos Jobim – Galeão

BAGAGEM:

- Identifique sua bagagem e não a perca de vista.
- Não transporte bagagem que não seja de sua propriedade ou cujo conteúdo você desconheça.
- Em caso de extravio de bagagem, procure a Companhia Aérea de preferência ainda na sala de desembarque. Se localizada, a bagagem é entregue no local indicado pelo passageiro. Caso contrário, a empresa deve conceder indenização após 20 dias. Se houver furto, comunique a Polícia do aeroporto.



ACESSIBILIDADE:

Antes de sair do aeroporto, verifique suas rotas. Tenha em mãos um mapa da cidade ou GPS. Nós não recomendamos alugueis de carro. Há bastante opção de transporte público e, além disso, no Brasil vigora a “Lei Seca”, que proíbe a condução de veículos após ingestão de álcool.

**TENHA SEMPRE SEU
PASSAPORTE EM MÃOS
DURANTE TODA A VIAGEM**

TRANSPORTE

*Sujeito a Alterações

- Ao desembarcar no Aeroporto Santos Dumont:

Pegue um táxi até a Praça XV, compre um ticket de ida para Niterói na CCR BARCAS com destino a Praça Arariboia (confira os horários de funcionamento e valores:

<http://www.grupoccr.com.br/barcas/linhas-horarios-tarifas>)

Dica: esse percurso é ideal para ser feito durante o dia. A noite, a região fica muito deserta e perigosa.

Ainda no aeroporto, siga em direção ao Shopping Bossa Nova Mall, onde se encontra o Lounge da Uber e solicite uma viagem, caso você não tenha o App em seu

celular. É possível simular o preço antes de aceitar a viagem.



O que é Uber?

No Brasil, podemos pagar por um transporte privado através das empresas de Taxis ou de Uber. As tarifas de cada uma dessas opções variam conforme a demanda, tempo e período da viagem. Caso você tenha SmartPhone, sugerimos que vocês façam download dos Apps que solicitam esse serviço, como EasyTaxi e Uber. Essas empresas aceitam cartão ou dinheiro.

Dica: confira sempre se o motorista e o carro solicitado é o mesmo que aparece em seu aplicativo. Durante a viagem, fiquem atentos as rotas. Ao final, atente-se se o troco está correto.

Observação: Os taxistas podem cobrar uma taxa extra para levar sua bagagem. Sempre pergunte o valor antes do início da viagem.

- **Ao desembarcar no Aeroporto Galeão:**

Informe-se logo na saída onde encontra-se o Ponto de Ônibus para Niterói e entre em qualquer ônibus que esteja escrito Charitas ou Praia de Icaraí como destino.

Sugerimos este site para pesquisas de tarifas e horários: <http://www.rjbr.org/r/rio-de-janeiro/transportes/onibus/auto-viacao-1001/web/pt/negocios/linhasurbanas/charitasxgaleao.html>

A Uber ainda não é totalmente regulamentada em algumas regiões do Rio de Janeiro. Se quiser ir até Niterói de Uber, solicite um carro com a localização atual em “estrada do Galeão” e em seguida, ligue para o motorista (o App permite a ligação via internet) e combine um local de encontro.

Dica: geralmente as viagens de Uber são mais baratas comparadas aos Taxis.

EM NITERÓI:

A cidade também possui uma extensa linha de ônibus, sendo desnecessário o aluguel de carros ou viagens de Uber ou Taxi, salvo em períodos noturnos ou com um número maior de pessoas dividindo o preço do transporte.



⇒ Anfitrião

Em Niterói, você ficará na casa de um dos estudantes de Medicina da Universidade Federal Fluminense – UFF, previamente selecionado pela CLEV e apresentado para você via Facebook ou Whatsapp.

Funções do Anfitrião:

- Garantir a estadia integral do Intercambista,
- Alimentação (mínimo uma por dia) ou pocket money,
- Local de estudos,
- Acesso à internet.
- Esclarecer as principais regras do domicílio no primeiro dia.
- Instruções acerca da dinâmica de segurança ao redor da faculdade, do local de realização do estágio, da cidade e dos demais pontos aos quais será conduzido o intercambista.
- Interessar-se pelo bem-estar e boa estada do intercambista,

- Prover condições básicas de acomodação aceitável.

-Comunicação com o padrinho.

-Manter os coordenadores da CLEV informados acerca da convivência e de qualquer tipo de transtorno que o estudante eventualmente cause.

- Manter comunicação com o intercambista antes da sua chegada, já tentando estabelecer um vínculo com o mesmo.

Quando houver qualquer insatisfação com a sua estadia, procure a CLEV UFF para que possamos dar todo suporte necessário.

⇒ Padrinho

Funções Padrinho/Madrinha:

-Interessar-se pelo bem-estar e boa estada do intercambista, sendo cordial, participativo e sempre disposto a resolver eventuais problemas que o mesmo possa ter durante sua estada.

-Realizar a recepção e traslado do intercambista no momento de sua chegada e partida da cidade onde o estágio é realizado.

-Encaminhar o estudante ao local onde será realizado o estágio, apresentando-o aos professores



responsáveis, bem como às instalações do local.

-Orientar sobre a cidade, com informações sobre ônibus, mapas, telefones úteis e emergências.

-Acompanhá-lo em, **no mínimo**, uma atividade cultural na cidade **por semana**, além de assessorá-lo na programação geral de toda a semana. (“Social Program”)

-NÃO é responsabilidade do padrinho atender a TODAS as necessidades de deslocamento do intercambista. Para as demais necessidade de deslocamento cabe ao padrinho orientá-lo sobre como se deslocar por conta própria.

-Fiscalizar o “Student Handbook” do afilhado, verificando se a porcentagem de 75% de presença no estágio está sendo alcançada, devendo manter a CLEV sempre informada de eventuais faltas em excesso.

-Manter comunicação com o intercambista antes da sua chegada, já tentando estabelecer um vínculo com o mesmo.

- Se necessário, levar o afilhado para Casa de Câmbio para trocar dinheiro.



Quando houver qualquer insatisfação com a sua estadia, procure a CLEV UFF para que possamos dar todo suporte necessário.



PREZAMOS PELO BOM CONVÍVIO ENTRE AMBAS AS PARTES. EM SITUAÇÕES DE DESCUMPRIMENTO DAS REGRAS, O INTERCAMBISTA ESTARÁ SUJEITO A EXPULSÃO DO PROGRAMA E O ANFITRIÃO, PADRINHO OU MADRINHA NÃO RECEBERÃO AS PONTUAÇÕES, ALÉM DE SEREM EXCLUÍDOS DOS PRÓXIMOS EDITAIS.

**Universidade
Federal
Fluminense**



A reitoria da UFF coordenada os diversos cursos oferecidos, como Medicina Veterinária, Direito, entre outros. Localize-se na Rua Miguel de Frias, número 9, em Icaraí – Niterói.



O Hospital Universitário Antônio Pedro, ou HUAP, é o local onde ocorre o SCOPE. Ele está localizado na Avenida Marquês do Paraná, número 303.



Para mais informações sobre nosso hospital, serviços e departamentos, acesse: <http://rede.huap.uff.br/huap/>

Já o SCORE pode ser realizado tanto no nosso hospital quanto em outros campus da faculdade, como o Valonguinho, localizado na Rua Mario Santos Braga, sem número, Ingá – Niterói ou no Campus do Gragoatá, na região de São Domingos.

Todos os campus supracitados possuem uma extensa rede de ônibus facilmente acessada de qualquer lugar em que você esteja. Mantenha-se sempre informado através do seu anfitrião, padrinho/madrinho, eles certamente irão ajudá-lo.

➔ **Restaurante Universitário**

No Brasil, as universidades federais possuem um restaurante conhecido como Bandeião, que serve almoço e jantar com preços acessíveis. Baixe o App da Universidade Federal Fluminense e confira diariamente o cardápio oferecido.



Horários das Refeições:

Gragoatá

Almoço: 11h30 às 14h30

Jantar: 17h00 às 19h00

Reitoria

Almoço: 12h00 às 14:00h

HUAP

Almoço: 11h30 às 13h30

Preço:



Para entrar no restaurante, é imprescindível que você tenha em mãos sua carteira de estudante temporário da UFF, além do ticket, que deve ser comprado no ponto de venda do Gragoatá.

⇒ *Passeios*

NITERÓI

Praia de Itacoatiara e Praia de Camboinhas

Localizada na região oceânica, essas duas praias são os principais atrativos da nossa cidade.

Para chegar até lá, pegue a linha 38 do ônibus na Rua Gavião Peixoto ou na Rua da Conceição e solicite ao motorista que pare no ponto mais próximo da praia desejada.

Essas praias não tem banheiros de fácil acesso, além disso, há poucos serviços de aluguel de cadeiras e restaurantes.

Dica: ao chegar em Itacoatiara, você avistará o Costão de Itacoa-

tiara, um morro próximo ao mar com uma vista incrível. A trilha é considerada médio-difícil e deve ser realizada sob a luz do sol, tem duração de aproximadamente 20 minutos. No trajeto, vá de calçado fechado e vista roupas leves. Não se esqueça do protetor solar, água e lanches.



Praia de Itacoatiara



Praia de Camboinhas

Além disso, não deixe de experimentar o chá matte; o sanduiche de Itacoatiara; o sacolé, uma espécie de sorvete de fruta dentro de um saquinho plástico e o açaí, uma fruta brasileira batida com gelo, xarope de guaraná e

outros acompanhamentos da sua preferência (granola, leite em pó, banana, morango, etc). Todos são vendidos na própria praia por vendedores ambulantes.



Açaí



Sacolé



Sanduche e chá matte



Biscoito Globo

Parque da Cidade

Se você está atrás da melhor vista dos principais pontos do Rio de Janeiro, o Parque da Cidade de Niterói é o lugar ideal. O parque tem um mirante com.

visão panorâmica das praias Oceânicas de Niterói, toda a Baía de Guanabara e o mar aberto, assim como do Pão de Açúcar, Cristo Redentor, Pedra da Gávea, entre outros pontos famosos do Rio de Janeiro.

Inaugurado em 1976, o parque é uma área de preservação ambiental (APA), localizado no alto do morro da Viração, numa altitude de 270 m, ocupando uma área com cerca de 150 mil m². Se você tiver coragem, lá você pode saltar de parapente em uma das vistas mais lindas do Brasil, o preço é cerca de R\$ 350,00.

Dica: O local também oferece um pôr do sol maravilhoso, programe-se para chegar nesse horário.



Parque da Cidade

O acesso ao parque pode ser feitos de carro, bike ou a pé. A subida é estreita e muito íngreme. Para chegar até o início da subida, pegue a linha de ônibus 38.

MAC – Museu de Arte Contemporânea

Niterói possui diversas projeções arquitetônicas de Oscar Niemeyer, entre elas, o Museu de Arte Contemporânea, um dos mais conhecidos e visitados na cidade. As exposições são alteradas periodicamente e podem ser consultadas através do site:

<http://culturaniteroi.com.br/macniteroi/>

Endereço: Mirante da Boa Viagem, s/ número, Boa Viagem – Niterói



MAC

Fortaleza de Santa Cruz da Barra

Antigo presídio com câmara de

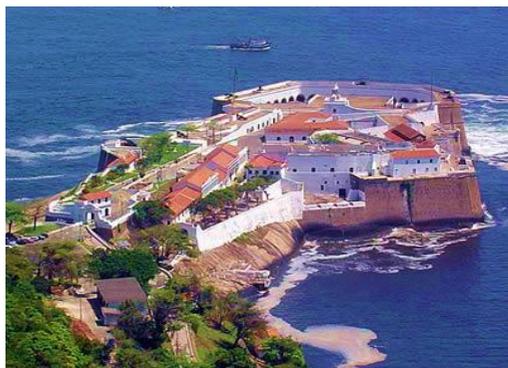
tortura e praça de enforcamento. Hoje o local é aberto para visitação.

Local: Estrada Eurico Gaspar Dutra, s/nº- Jurujuba
Tel.: 711-0462

Visitação: Diariamente das 09:00 às 16:00 h.

Ingresso: R\$ 3,00 Adultos

Como chegar: pegue na Praia de Icaraí qualquer ônibus que tenha Jurujuba como destino e informe-se o local mais próximo para descer.

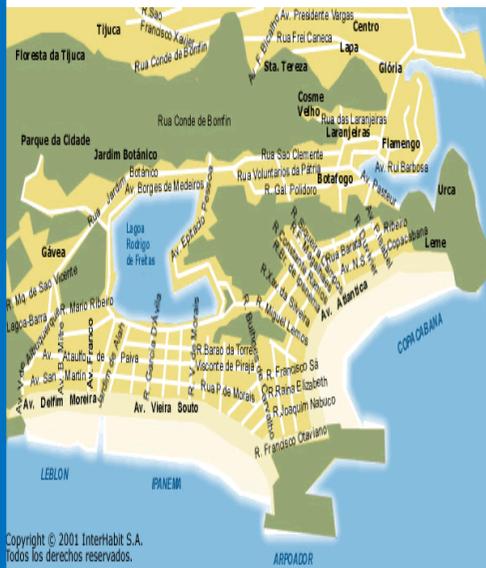


Fortaleza de Santa Cruz da Barra

RIO DE JANEIRO

Conhecida como Cidade Maravilhosa, nosso manual do Intercambista irá garantir o porquê o Rio de Janeiro faz jus ao seu tão conhecido apelido.

No mapa a seguir, destaca-se em preto os nomes dos principais bairros e ruas do Rio de Janeiro.



Passeio de Bicicleta pelo Rio de Janeiro

A Cidade Maravilhosa possui uma rede de alugueis de bicicletas patrocinada por um dos nossos Bancos, o Itaú. Nesse site <http://www.mobilicidade.com.br/bikerio.asp> você consegue visualizar as estações com bicicletas disponíveis, além das tarifas e outras informações. Assim, você escolhe os bairros da sua preferência e, através do App Bike Rio, você retira a bicicleta, passeia e devolve em qualquer estação que preferir.

Os escritos em azul destacam os principais bairros da zona Sul: Leblon, Ipanema e Copacabana. Porém, o Rio também tem muita magia em bairros como Barra da Tijuca, Jardim Botânico, Santa Theresa, Lapa, Urca, etc, cada um com sua história e tradição.

O transporte público no Rio, embora possua uma extensa opção que varia entre ônibus, metrô e BRT, enfrenta grande dificuldade no seu mapeamento. A melhor opção que encontramos para que vocês utilizem tal transporte, além de sempre pedir informações para os alunos, anfitrião e padrinho, é utilizar o App moovit, também disponível online pelo site:

<https://www.moovitapp.com>



Passeio de bicicleta

Sugestão: aluguel de Bike na orla do Leblon para um passeio pela ciclovia Niemeyer até o bairro de São Conrado. A pista tem 3,9 Km e também pode ser usufruída a pé.

Cristo Redentor:

Um passeio bem característico dos turistas que visitam o Rio pela primeira vez, o Cristo Re-

dentor é uma estátua localizada no topo do morro do Corcovado, a 709 metros acima do nível do mar, no Parque Nacional da Tijuca, com vista para a maior parte da cidade. Através deste site é possível pesquisar valores de ingressos e os acessos até o Corcovado:

<http://ticket.corcovado.com.br>



Cristo Redentor

Atenção: Cuidado com vans que fornecem ingressos e transporte. Só feche pacotes de turismo com agências que sabidamente estão autorizadas a fazerem tal passeio.

Trilhas:

Uma ótima forma de conhecer o Rio de outro ângulo. Neste manual, vamos sugerir diversas trilhas e, embora a maioria possuem placas informativas ao longo do percurso, o caminho deve ser percorrido ao lado de pessoas que já o conhecem ou em

agências especializadas em realizar trilhas em grupo.

Dica: como nossa cidade é quente o ano inteiro, com destaque ao verão que atinge máximas de 45°C, sugerimos o uso de muito protetor solar, roupas leves e muita água.

1) Pedra Bonita

Um caminho pouco íngreme e sem grandes obstáculos leva ao topo da Pedra Bonita, que fica localizada dentro do Parque Nacional da Tijuca. A trilha é considerada leve e relativamente fácil, por meio de um trajeto que dura até 40 minutos. O percurso tem seu início na Estrada da Pedra Bonita, na bifurcação da Estrada das Canoas. Próximo ao ponto de partida da trilha fica localizada a rampa de voo livre, de onde partem voos de asa delta e de parapente. Caso tenham interesse em realizar tal esporte, conheça os valores normalmente cobrados.



Pedra Bonita

2) Morro da Urca

Com cerca de 1,5 quilômetro de extensão, a trilha que leva até o topo do Morro da Urca alterna subidas íngremes e trechos mais planos. São cerca de 40 minutos de caminhada que, como recompensa, oferece fantástica vista da Baía de Guanabara. A trilha tem início na pista de caminhada Claudio Coutinho, no canto esquerda da Praia Vermelha. Por meio desse trajeto, atinge-se o terminal do bondinho no Morro da Urca, onde é possível comprar ingressos para subir até o Pão de Açúcar ou descer para a Praia Vermelha.



Morro da Urca e Pão de açúcar

3) Pedra da Gávea

Considerada uma das mais difíceis trilhas da cidade, é preciso atenção e condicionamento físico para subir a Pedra da Gávea. Apesar do trajeto longo e pesado, a vista do Rio que seu cume

oferece é arrebatadora. Para minimizar os riscos da subida, é altamente recomendável o apoio de um guia experiente. No fim da trilha, há a escalada da carrasqueira, uma parede com aproximadamente 30 metros de altura, considerada o ponto mais crítico do trajeto. A pedra fica localizada dentro do Parque Nacional da Tijuca.



Pedra da Gávea

4) Morro dois Irmãos

Um dos mais bonitos cartões-postais do Rio, o morro Dois Irmãos, na Zona Sul, não deve ser admirado apenas de longe. É possível subir até o topo do “irmão maior”, percorrendo uma trilha com cerca de 1,5 quilômetro de extensão. Ao término do trajeto, o mirante permite visão arrebatadora de toda a Zona Sul carioca. A comunidade do Vidigal é o local de partida da trilha. Para chegar até o início do trajeto, é

preciso seguir até o campo de futebol na Vila Olímpica da comunidade. Meios de transporte alternativo, como kombis e moto-táxis, disponíveis na entrada do Vidigal, podem levar até lá.



Morro Dois Irmãos

5) Corcovado

O acesso é pelo Parque Lage por um percurso que oferece contato com pássaros, borboletas e até micos. São cerca de duas horas de subida e é recomendada a contratação de um guia para auxiliar no trajeto, considerado difícil. Ainda na parte baixa da trilha, há algumas cascatas, que convidam para um rápido descanso. Ao fim do trajeto, é possível observar a paisagem do mirante que fica ao lado dos trilhos do Trem do Corcovado. A área fica dentro do Parque Nacional da Tijuca.



Morro do Corcovado

6) Vista Chinesa

Por meio de uma trilha de fácil acesso e totalmente pavimentada, é possível chegar ao mirante da Vista Chinesa. Quem atinge seu topo desfruta de uma ampla vista da Zona Sul da cidade. Para os amantes de esportes, também vale a ida de bike, embora seja preciso preparo físico, já que a subida é constante. Localizado dentro do Parque Nacional da Tijuca, o mirante tem uma construção em forma de pavilhão oriental



Vista Chinesa

7) Pico da Tijuca

É a montanha mais alta da Floresta da Tijuca, com altitude de 1.022 metros.

Para chegar ao seu cume, é preciso enfrentar escadaria com 117 degraus talhados em pedra, o que pode causar desconforto àqueles que possuem medo de altura. Estádio do Maracanã, Pedra da Gávea e Baía de Guanabara são facilmente apreciados do pico, localizado dentro do Parque Nacional da Tijuca. A trilha é bem sinalizada e o trajeto parte do Largo do Bom Retiro. A caminhada não é, contudo, considerada uma das mais fáceis do Rio, já que é preciso enfrentar algumas subidas íngremes durante o percurso.



Pico da Tijuca

Parque Lage

É um parque público, muito bem preservado e de fácil acesso, na Rua do Jardim Botânico. O local é contemplado por uma natureza exuberante, além de Cavalariças, Aquário, Lavanderia dos Escravos, Lago dos Patos, parquinho e

trilhas. Apesar do local possuir uma lanchonete e máquinas com refrigerantes e salgadinhos, sugerimos um piquenique embaixo das árvores imperiais.



Parque Lage

Jardim Botânico

Área verde com cerca de 9 mil espécies de vegetais localizado no bairro do Jardim Botânico. Pela sua proximidade ao parque Lage, sugerimos que ambos os passeios sejam feitos no mesmo dia.

Site oficial com venda de ingressos: <http://www.ibri.gov.br>



Jardim Botânico

Santa Teresa:

1) Escadaria Selarón

A escadaria fica entre a rua Joaquim Silva, na Lapa, e a rua Pinto Martins, no bairro de Santa Teresa.

Obra do artista plástico chileno Jorge Selarón, a escadaria reúne diversos azulejos de várias partes do Brasil e do mundo. Toda colorida, já foi cenário de cliques de U2 e Snoop Dogg, além de ser um local escolhido por cariocas e milhares de visitantes da cidade para fotografias.



Escadaria Selarón

2) Parque das Ruínas

Localizada nas ladeiras de Santa Teresa, possui Centro Cultural do parque com programação gratuita e intensa como exposições, teatros, apresentações de circos e música, além de uma vista incrível para Baía de Guanabara.



Parque das Ruínas

3) Museu da Chácara do Céu:

Localizado há aproximadamente 250m do Parque das Ruínas, o local exhibe coleções de arte de diversos períodos, e de diferentes origens, livros raros, mobiliário e artes decorativas, distribuídas em uma casa com três pavimentos.

4) Largo dos Guimarães:

Localizado na rua Almirante Alexandrin, o local é point gastronômico no bairro. O legal dessa região é que também dá para passear pelos ateliês locais e comprar lembrancinhas, roupas, acessórios, quadros, artigos de decoração. Com sorte, você ainda poderá dar de cara com algum artista produzindo seu quadro ali ao vivo. É cena comum no bairro.

5) Bondinho de Santa Teresa

Os famosos bondes de Santa Teresa, que ligam o centro do

Rio ao bairro de Santa Teresa, não são apenas um meio de transporte real para moradores do bairro ou mesmo turistas que querem visitar o local. São uma atração da cidade, fazem parte do cenário local e tornaram-se, inclusive, cartão-postal.

Fora de circulação durante quatro anos, desde o meado do ano de 2015 os bondinhos circulam, em operação assistida, nos trechos Largo da Carioca-Largo dos Guimarães e Largo da Carioca-Francisco Muratori. As saídas ocorrem a cada 20 minutos no ramal Guimarães, e a cada hora no ramal Muratori. O custo do passeio é de R\$20, ida e volta.



Bondinho de Santa Tereza

Lapa:

1) Arcos da Lapa

O antigo Aqueduto da Carioca, conhecido como Arcos da Lapa, é um dos cartões postais da cidade, além de ser o símbolo mais representativo do Rio Antigo preservado na região boêmia da Lapa.



Arcos da Lapa

2) Feira do Rio Antigo

Todo primeiro sábado do mês, a rua do Lavradio recebe o evento, que apesar de gratuito, funciona como uma ode à compras. Centenas de barracas oferecem produtos diversos, de móveis a roupas, e acessórios a objetos de decoração.

3) Boemia

A lapa é famosa pelo seus bares e atrações noturnas. Não deixem de experimentar a famosa caipirinha!



Caipirinha

Museu do Amanhã

Construído no município do Rio de Janeiro. O prédio, projeto do arquiteto espanhol Santiago Calatrava, foi erguido ao lado

da Praça Mauá, na zona portuária. A proposta da instituição é ser um museu de artes e ciências, além de contar com mostras que alertam sobre os perigos das mudanças climáticas, da degradação ambiental e do colapso social. O edifício conta com espinhas solares que se movem ao longo da claraboia, projetada para adaptar-se às mudanças das condições ambientais. A exposição principal é majoritariamente digital e foca em ideias ao invés de objetos.

Horário: Terça a Domingo, das 10h às 18h (com a última entrada às 17h).

Preço:

R\$ 20 (inteira) e R\$ 10 (meia).

Como chegar? Pode usar a barca, que para na Praça XV. De lá até o Museu do Amanhã há a opção de caminhada (cerca de 20 minutos) ou ônibus (cerca de 20 linhas ligam a Praça XV à Praça Mauá).



Museu do Amanhã

⇒ Segurança

Praias:

- Não leve objetos de valor
- Evite deixar objetos pessoais com estranhos e permaneça sempre com seus pertences
- Observe as placas de orientações fixadas na areia, tais como “perigo de correnteza” ou “local inapropriado para banho”
- Os guarda-vidas estão uniformizados com camisetas vermelhas e sunga preta, posicionados nos postos no calçadão
- Procure identificar um ponto fixo com referência da sua posição na praia

Via Pública:

- Evite andar sozinho em locais isolados, desertos ou desconhecidos, com pouca iluminação, principalmente a noite.
- Permaneça sempre com seus pertences, evitando deixar exposto celular e carteira.

Incidentes:

Ir até a Delegacia Especial de Apoio ao Turismo (tel: (21) 2332-2924) ou até a Delegacia de Polícia mais próxima