Arlete Neves:
Nova forma de renda na pandemia

Dia do Índio:
O verdadeiro povo brasileiro é a maior cultura viva

Corrimento:
Fique atenta aos sintomas!

Parabéns, querida. A revista está ótima!
Parabéns por sua persistência e coragem!

Luiz Carlos Magaldi
(Fazendo alusão à edição de março)

Topíssimoooo, Ber!!! Show! Super Gratidão, miga.

Claudia Rauscher
(Fazendo alusão à edição de março)

Muito obrigado, estava com saudades da revista, ótimo dia para todos!

Alcino
(Fazendo alusão à edição de março)

Parabéns!!! A Hadar está cada dia mais interessante!!! É um privilégio recebê-la no conforto da nossa casa! Assuntos pertinentes ao nosso dia a dia! Obrigada, equipe Hadar por brindar-nos com essa estrela! Sucesso sempre!

Débora Caldana – Araçoiaba da Serra
(Fazendo alusão à edição de março)

Hola, Bernardete, espero te encuentres bien, muchas gracias por acordarte de mi y enviar la revista! Mucho éxito. Abrazo!

David Lozano – México
(Fazendo alusão à edição de março)

Muito chique sua revista! Gostei mesmo.
Cheguei quase a trabalhar na revista "Vento Sul do Litoral". Na mesma linha que a sua.
Parabéns, Bernadete!

Francisco – Sorocaba
(Fazendo alusão à edição de março)

Bernadete, tudo bem com vocês? A revista está linda e interessante, como sempre. Amei o artigo sobre vinho.
Parabéns!! Saudade, querida!
Abração

Claudia Pettinelli
(Fazendo alusão à edição de março)

Tá linda, já compartilhei nos meus grupos!

Juliana Souza Rodrigues
(Fazendo alusão à edição de março)

Ameeeei!!!

Lucas - salão Thiago Martins!
(Fazendo alusão à edição de março)

Oba! Chegou minha leitura preferida. Deus abençoe, menina linda.
Eu, que sou grato por ser presenteado com tão importante preciosidade da comunicação, editorias objetivas e que acrescentam conhecimento à nossa vida. DEUS a abençoe sempre!

João Levi
(Fazendo alusão à edição de março)

Boa noite, querida... Vim aqui parabeniza-la pela matéria... Acabei receber telefonema Sr. Marcos elogiando muito a qualidade da revista e da matéria Instituto Canopus.

Cláudia Rauscher!
(Fazendo alusão à edição de março)

Top obrigado querida.

Leonardo
(Fazendo alusão à edição de março)

DATAS COMEMORATIVAS 2021 Abril

01 - Dia da Mentira / Dia da Abolição da Escravidão dos Índios
02 - Sexta-feira Santa/ Dia do Propagandista/ Dia Mundial da Conscientização do Autismo/ Dia Internacional do Livro Infantil
03 - Sábado de Aleluia/ Aniversário da cidade de Cerquilho
04 - Páscoa
06 - Dia Internacional do Esporte para o Desenvolvimento e pela Paz/ Dia Nacional de Mobilização pela Promoção da Saúde e Qualidade de Vida
07 - Dia do Corretor/ Dia do Jornalista/ Dia Mundial da Saúde/ Dia do Médico Legista/ Dia Internacional para Reflexão do Genocídio de 1994 contra os Tutsi em Ruanda/ Dia Nacional de Combate ao Bullying e à Violência na Escola/ Aniversário da cidade de Araçoiaba da Serra
08 - Dia da Natação/ Dia Mundial do Combate ao Câncer/ Dia Mundial da Astronomia/ Dia Nacional do Sistema Braille/ Dia do Desbravador
09 - Dia Nacional do Aço/ Dia Nacional da Biblioteca
10 - Dia da Engenharia/ Dia do Engenheiro Metalúrgico
11 - Dia do Infectologista/ Dia da Escola de Samba/ Dia Mundial de Conscientização da Doença de Parkinson
12 - Dia do Obstetra/ Dia Internacional do Voo Espacial Tripulado/ Dia Nacional do Humorista
13 - Dia do Office-Boy/ Dia do Beijo/ Dia do Hino Nacional Brasileiro/ Dia do Jovem/ Dia da Carta Régia
14 - Dia Mundial do Café/ Dia Pan-americano/ Dia do Técnico em Serviço de Saúde/ Dia Nacional do Neurocirurgião
15 - Dia Mundial do Desenhista/ Dia Nacional da Conservação do Solo/ Dia do Desarmamento Infantil/ Dia Mundial da Arte
16 - Dia Mundial da Voz/ Dia do Sacerdócio
17 - Dia Mundial do Hemofílico/ Dia Mundial da Hemofilia/ Dia Nacional de Luta pela Reforma Agrária/ Dia Nacional da Botânica
18 - Dia de Monteiro Lobato/ Dia Nacional do Livro Infantil/ Dia Mundial do Radioamador
19 - Dia do Índio/ Dia do Exército Brasileiro/ Dia de Santo Expedito
20 - Dia do Diplomata/ Dia do Disco
21 - Tiradentes/ Dia do Metalúrgico/ Dia da Latinidade/ Dia da Polícia Civil/ Dia do Têxtil/ Dia Mundial da Criatividade e Inovação/ Dia do Funcionário Policial Civil
22 - Descobrimento do Brasil/ Dia da Terra/ Dia do Agente de Viagem/ Dia da Comunidade Luso-Brasileira/ Dia da Aviação de Caça/ Data Festiva da Força Aérea Brasileira/ Dia Nacional da Tontura
23 - Dia de São Jorge/ Dia Mundial do Escoteiro/ Dia do Serralheiro/ Dia Nacional da Educação de Surdos/ Dia Nacional do Choro
24 - Dia do Penitenciário/ Dia do Boi/ Dia do Chimarrão/ Dia Internacional do Jovem Trabalhador/ Dia Internacional do Milho/ Dia do Samurai/ Dia Mundial de Combate à Meningite/ Dia Nacional da Família na Escola/ Dia Nacional da Língua Brasileira de Sinais/ Dia Mundial da Medicina Veterinária
25 - Dia da Contabilidade/ Dia Mundial da Luta contra a Malária/ Dia do Despachante Aduaneiro/ Dia do DNA
26 - Dia do Goleiro/ Dia de Prevenção e Combate à Hipertensão/ Dia Internacional de Lembrança do Desastre de Chernobyl/ Dia do Juiz Trabalhista/ Dia Mundial da Propriedade Intelectual
27 - Dia da Empregada Doméstica/ Dia Mundial do Design Gráfico/ Dia do Engraxate
28 - Dia da Educação/ Dia da Sogra/ Dia Nacional da Caatinga/ Dia Nacional em Memória das Vítimas de Acidentes e Doenças do Trabalho/ Dia Mundial da Segurança e da Saúde no Trabalho
29 - Dia Internacional da Dança/ Dia de Santa Catarina de Sena/ Dia em Memória de todas as Vítimas de Armas Químicas
30 - Dia Nacional da Mulher/ Dia do Ferroviário/ Dia Internacional do Jazz

Mas não se esqueça: todo dia é dia de ser feliz!

Carta ao leitor

Prezado leitor:

Chegamos ao mês de Abril e a sensação é de que pouca coisa, ou quase nada mudou. Ainda estamos convivendo com a covid-19 e, pelo jeito, a nossa convivência com este vírus continuará, por um bom tempo. Há quem diga que a covid tornar-se-á endêmica, assim como a dengue ou febre amarela. Melhor dizendo, ela poderá ficar entre nós por algum ou muito tempo... pois não se tem ideia exata dessa permanência.

Por isso, é importante que haja vacinas – o maior número possível – para imunizar a população brasileira. Nos últimos dias, tivemos boas notícias: o desenvolvimento de pelo menos duas vacinas nacionais.

O Brasil tem tudo para fazer bonito neste campo, a começar pela experiência em grandes campanhas de vacinação, como a do combate à poliomielite (paralisia infantil) e ao sarampo. Pena é que interesses político-ideológicos venham atrapalhando o trabalho que poderia salvar milhares de vida!

Agora, com vacinas fabricadas aqui, torçamos para que a imunização consiga atingir a maior parte da população. Precisamos acreditar mais no potencial desta nação.

Acreditar mais em nós mesmos e superar o chamado complexo de "vira-lata". É esse o tema de nossa reportagem de capa. O foco é mostrar que o Brasil, através dos brasileiros, é capaz de grandes feitos. Não somos melhores e nem piores do que o resto do mundo! Somos únicos!

É isso aí, caro leitor. Em cada página, temos procurado trazer novidades e assuntos que fazem parte do cotidiano. Nosso objetivo é proporcionar a você uma leitura prazerosa, dinâmica, com conteúdo que agregue informações à sua vida. Acreditamos que, através da informação, tornamo-nos mais cidadãos!

Interaja conosco através do nosso site: www.revistahadar.com.br, Facebook, E-mail, Instagram, WhatsApp. Esperamos que leia cada página que, como sempre, é preparada com muito amor, profissionalismo, dedicação e respeito por você, que nos acompanha há 14 anos e nos motiva a continuar!

Boa leitura! Até o mês que vem. E vacinem-se!!!

MODA
Inverno 2021:
Estilos e *looks* que vão esquentar, nesta estação.
10

QUALIDADE DE VIDA
***Home Office*:**
A pandemia veio instaurar nova rotina de trabalho.
25

CULTURA
Música:
Daft Punk, a banda havia conquistado o mundo, sai dos palcos/gravações.
36

AUTOS & CIA
Câmera de Ré:
Ela pode ajudar você a estacionar melhor.
42

UNIVERSO TEEN
Comportamento:
Medidas que os pais precisam tomar, diante da "rebeldia" dos filhos.
39

Visão: Como Revista regional, objetiva valorizar o interior paulista, com uma publicação de qualidade e que, realmente, atinja nosso público, satisfatoriamente.

Missão: A Revista Hadar tem o propósito de entreter e informar seus leitores, com qualidade. Todo dia é um desafio para que, quando você abrir seu exemplar, consiga identificar-se com as matérias, com o equilíbrio de beleza nas imagens e com a qualidade de informação, inovação e ética.

Valores: Comprometimento com anunciantes e leitores; qualidade em tudo o que fizermos; valorização da revista como um todo; cumprimento de datas/prazos.

EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte
Bernadete Camargo Elmec
editora@revistahadar.com.br

Jornalista/Redação
Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705 e
Maria Eliza Rosa MTB 0083950/SP
jornalismo@revistahadar.com.br

Atendimento
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Maria Eugênia Voss Campos Bacha

Criação/Diagramação
Elmec Comunicações
Leonardo Manis Casarini
arte@revistahadar.com.br
diagramacao@revistahadar.com.br

Site
Elmec Comunicações
www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade
Elmec Comunicações
Rua Sete de Setembro, 270, Sala 02, Dr. Laurindo, Tatuí, SP,
CEP: 18271-590
(15) 3259-7014/ (15) 99789-5266/99789-5267
comercial@revistahadar.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br

Empresa Responsável
Editora Camargo & Cia Ltda.
Rua Sete de Setembro, 270, Sala 03, Dr. Laurindo, Tatuí, SP,
CEP: 18271-590
(15) 3259-4543/ (15) 99789-5266/99789-5267
editora@revistahadar.com.br

Colaboradores
Luiz Carlos Magaldi Filho, Maria do Carmo Marques Ramos, Pacco, Felipe Roarelli Ribeiro e Veridiana Pettinelli.

Agradecimentos
Carla Barreto, Arlete Santos Neves, Maria Eugênia Voss Campos Bacha, Oswaldo Benedito Morelli, Elaine Cristina Rodrigues, Angeline Giamboni, Anadília Lopes, Aline Barbosa Marcelo e Camila Manis de Almeida.

Distribuição
Boituva, Capela do Alto, Cerquilho, Cesário Lange, Iperó, Araçoiaba da Serra, Pereiras, Quadra, Tatuí, Tietê e Porangaba.

Tiragem
8.000 exemplares.

A Revista Hadar não se responsabiliza por conceitos e opiniões emitidos por entrevistados e colaboradores da revista; não necessariamente refletem a opinião da redação e editores, assim como não se responsabiliza pelo conteúdo de informes e anúncios publicitários.

Esperada Páscoa

É tempo de renovação, de refazer-se

A Páscoa é sinônimo de renascimento, de renovação. A data lembra os últimos atos da vida de Jesus Cristo, como a prisão, crucificação, morte e ressurreição Dele, sendo considerada a **celebração de maior importância** no Cristianismo.

Também é importante ressaltar que, para os cristãos, a Páscoa surge com o propósito de Deus em salvar os seres humanos e redimir os pecados deles, através do sacrifício realizado por seu Filho.

Porém, antes do Domingo de Páscoa, acontece tradicionalmente a Quaresma, um período de 40 dias de penitência; após o Domingo de Ramos e a Semana Santa, que significa o tempo em que Jesus retornou à cidade de Jerusalém, onde foi recebido pela população como rei. Nesse dia, os ramos significam a "vitória da vida sobre a morte e o pecado".

Já na Quinta-Feira Santa, houve a Última Ceia de Jesus com seus discípulos e a anunciação da traição que Ele sofreria. Na Sexta-Feira Santa, Jesus foi crucificado e, por isso, morto. No Sábado de Aleluia, é lembrado o momento em que o corpo de Cristo foi colocado no Santo Sepulcro, e no Domingo, Ele ressuscita.

Tais atos são lembrados de maneira respeitosa pela Igreja; muitos não comem carne na Sexta-Feira Santa e guardam o dia em respeito à morte de Jesus Cristo.

Já no domingo de Páscoa, as pessoas celebram com alegria e distribuem, de maneira simbólica, ovos de chocolate.

Atualmente, com tantas notícias difíceis que são recebidas diariamente, a Páscoa surge como uma luz, um brilho de esperança, como um momento de reflexão, para pensarmos em nossos familiares e também no próximo. É hora de avaliar nossas atitudes e ver que estamos todos na mesma realidade. No entanto, devemos nos unir em pensamento para que boas novas aconteçam.

É tempo de refletir, de renovar. De união e de solidariedade para com o próximo. Porque somos todos irmãos!

Lançamento!

RESIDENCIAL
TROPICÁLIA
GARDEN

Elmec

SEGURANÇA
Loteamento fechado

PRÓXIMO AO CENTRO
Dentro da cidade

PRONTO PARA CONSTRUIR

OPORTUNIDADE IMPERDÍVEL!
120 meses para pagar

Número de registro 6.572 - Oficial de Registro de Imóveis de Boituva
Endereço do loteamento: Alameda Tropical - Jardim Tropicalia - Boituva/SP
Certidão de Aprovação do GRAPROHAB nº 258/2014 - Alvará de Licença nº 8437/2014 de 20 de julho de 2015 -CRECI: 66936-F

sartorelli
empreendimentos imobiliários
CRECI: 023554-J

***STAND* DE VENDAS:**
Rua Coronel Eugênio Motta, 777 | Boituva/SP

(15) 99745-5853
ALAMEDA TROPICAL

Novo sistema Android previsão: chegada neste ano ainda

Nova versão do Sistema Operacional sendo finalizado (virá no segundo semestre!)

O Android, sistema operacional desenvolvido pela Google, em aliança com outras empresas, presente em muitos celulares e outros dispositivos, deve ter nova versão lançada no segundo semestre do ano, segundo o site Canaltech, especializado em Tecnologia.

Caso você não saiba, Android é o nome do Sistema Operacional baseado em Linux, que opera em celulares (smartphones), *netbooks* e *tablets*. É desenvolvido pela Open Handset Alliance, um *pool* de diversas empresas, como já foi citado.

No entanto, o tempo não para e até as empresas de tecnologia precisam adaptar-se ao novo ritmo das coisas. Segundo o Canaltech, "muitas empresas ainda trabalham em cima do Android 11 para desenvolver uma interface estável e recente para seus usuários". Apesar disto, a 12ª versão do Sistema Operacional tem previsão de lançamento para o segundo semestre deste ano. Nem bem a versão 11 torne-se estável, corre o risco de ficar desatualizada.

De acordo com o site, uma versão prévia foi disponibilizada para desenvolvedores, já no mês de fevereiro. Este procedimento ajuda a divulgar algumas das principais funcionalidades do sistema.

Por enquanto, a aliança de empresas responsável pelo Sistema ainda mantém segredo sobre muito coisa, incluindo como será a atualização do sistema. Porém, de acordo com a tradição, a Google lança a versão estável do seu Sistema Operacional no segundo semestre de cada. Enquanto isso, a versão prévia (chamada de Prévia de Desenvolvedor) é entregue a desenvolvedores, que testam o sistema. Até o lançamento da versão final, as novidades vão sendo conhecidas pelos profissionais e pelo público em geral.

Celulares compatíveis

A linha Pixel deve ser a primeira a receber a atualização para o Android 12. De acordo com o cronograma de atualizações de sistema e segurança do Google para os smartphones caseiros do Google, todos os modelos acima do Google Pixel 3 e Pixel 3 XL serão atualizados para o Android 12.

Segundo o Canaltech, "muitas empresas ainda não se manifestaram sobre o update de seus smartphones para o Android 12, mas, considerando o atual cronograma de atualização de algumas delas, é possível saber quais os aparelhos que provavelmente serão atualizados.

Novidades e funções

Hibernar aplicativos: como o próprio nome já indica, o Android 12 deve ser capaz de "hibernar" aplicativos em desuso, com o objetivo de economizar espaço. O recurso será ativado por um serviço que determina se o programa está em uso ou não. Segundo o site 9to5Google.com, que encontrou as novidades, os temas à princípio não estarão disponíveis para personalização do usuário, mas poderão ser utilizados pelos desenvolvedores para criarem temas únicos para seus aplicativos.

Bloqueio

Bloquear aplicativos de usarem internet: internamente chamada de "modo de rede restrito", a novidade bastante aguardada tem o objetivo de restringir acesso à internet para aplicativos. A função deve ajudar a economizar dados e aumentar a segurança do celular.

Telas flexíveis

Outra novidade presente no Android 12 envolve o recurso de multitarefa do sistema. De acordo com informações obtidas pelo site 9to5Google.com, o modo deve melhorar a usabilidade especialmente em aparelhos com tela dobrável e outros formatos, como o LG Wing e o Surface Duo. Batizada de "app pairs" (pares de apps, em tradução direta), a novidade simplifica a troca de aplicativos abertos nos aparelhos com tela dupla, mas tem o potencial de ajudar especialmente modelos com telas grandes, caso dos celulares dobráveis.

Atualização

Atualização do sistema facilitada: um desenvolvedor do site XDA-Developers encontrou evidências de que o Google pretende converter o Android Runtime (também conhecido como ART) em um módulo do Projeto Mainline, permitindo enviar atualizações rapidamente para os principais componentes do sistema através da Play Store. Na prática, isso significaria maior controle do Google sobre o envio de atualizações de segurança aos dispositivos, sem depender do cronograma que as empresas atualmente fornecem aos seus aparelhos.

Gestos

Novos gestos para aparelhos Pixel: já disponível nos iPhones, o toque duplo na parte traseira deve ser disponibilizado para os modelos Pixel com o Android 12. Com o recurso, o usuário poderá acionar o Google Assistente ou configurar tal movimento para outras ações, como tirar um print da tela, somente dando dois toques na parte de trás do celular. Ainda não há informações se outras fabricantes adaptarão o recurso para seus smartphones. Sistema mais "amigável" às lojas de apps de terceiros: com o Android 12. Em comunicado feito setembro passado, a empresa informou que vai facilitar o uso de outros marketplaces, para os desenvolvedores ainda terem a chance de distribuir na plataforma Android mesmo que não concordem com os termos de negócios do sistema.

Fonte: Canaltech

Odontologia Koza

Não perca o seu sorriso!
Há gerações, cuidando da saúde bucal.

TRATAMENTOS
Facetas Laminadas
Lentes de Contato
Clínica Geral
Carga Imediata
Implantes
Próteses

imagem meramente ilustrativa.

Dr. Naomi Koza
CRO 108096
Odontopediatria
Clínica Geral

Dr. Akira Koza
CROSP 92361
Cirurgião Dentista e
Técnico em Próteses Dentárias

www.odontologiakoza.com.br

Tatuí
Rua Brigadeiro Jordão, 140 - Centro
(15) 3259-6343
São Paulo
Rua Tirso Martins, 100 - 2° andar CJ.202 (próximo ao metrô Santa Cruz)
(11) 2532-5177

(15) 99187-1627
(11) 99217-3076
Odontologia Koza
Odontologia Koza

Criatividade - atitude para enfrentar o desemprego (durante a pandemia)

Novas tecnologias dão maior impulso

Este é um país com 14,1 milhões de desempregados – segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), referentes ao terceiro trimestre de 2020 – onde não é nada fácil arrumar emprego. Durante a pandemia, a situação só tende a se agravar. O isolamento e o distanciamento social, o fechamento de empresas (principalmente pequenas e médias), fazem com que a pessoa empregada viva sob constante tensão com temor de perder o serviço. Por outro lado, quem já está desempregado, precisa ocupar-se de qualquer forma para a fim de sustentar a família.

É nessa hora que a criatividade e a perseverança, qualidades aliadas ao uso de ferramentas tecnológicas, fazem a diferença, na hora de empreender e gerar a própria renda.

Professoras que descobriram qualidades culinárias e usam plataformas, como o Youtube, para divulgar seu trabalho e monetizar o canal. Pessoas que descobriram um talento nato para comercializar roupas e outros objetos, pelas redes sociais; tudo isso são exemplos de pessoas que vêm driblarando a crise econômica e, mais que isso, mostraram ser possível ganhar dinheiro sem violar os protocolos contra a Covid-19. Veja agora um desses exemplos.

Artesã se reinventa

Aos 61 anos, e trabalhando desde os 14, a artesã e professora de crochê, Arlete Santos Neves, de Santana de Parnaíba (SP), viu-se presa em sua casa de uma hora para outra, por causa da pandemia da Covid-19. Sem se deixar abater, criou uma loja virtual, na Internet, para vender seus produtos, focando em bichinhos e personagens chamados de Amigurumi, palavra japonesa que significa **"criatura recheada"**: pode ser um bichinho, boneco, brinquedo ou objeto feitos de crochê, só que em 3D e com enchimento como um bichinho de pelúcia ou bichinho de feltro; a diferença é que é feito com linha e agulha.

A experiência está dando certo (ela chega a produzir cinco peças por semana) e o resultado a encoraja a manter a loja virtual, mesmo após o fim da pandemia. "A tecnologia chegou para ficar e precisamos nos adaptar a ela", afirma a artesã, que ainda possui a máquina de costura comprada quando tinha 14 anos, e mantém um perfil no Instagram (Arlete789), onde compartilha e ensina seu trabalho. Arlete é um exemplo de quem consegue mesclar tradição com a tecnologia do futuro. Veja os principais trechos da entrevista da artesã, que também é nadadora master premiada.

Pandemia

"Quando a pandemia chegou, eu tinha conseguido um espaço na Casa de Artes da minha cidade, onde eu teria uma oportunidade de ser contratada pela Prefeitura para dar aulas de Artes ou de crochê, e ainda expor a maioria dos meus trabalhos, em uma oficina na minha cidade", conta Arlete Neves.

Segundo ela, "a loja virtual já estava nos meus planos. Minha única preocupação era conseguir atender à demanda, já que todo o trabalho é feito à mão. Então, decidi trabalhar apenas com um produto, o Amigurumi. Trabalhar através de encomenda e com prazo de entrega", explica a artesã, acrescentando que, "para mim, vai ser uma experiência nova! Se vou continuar depois, vai depender do resultado; vou entregar pelo correio, para todo Brasil. Os pagamentos serão efetuados através de cartão de crédito ou débito, através das plataformas existente no mercado, como PagSeguro, entre outras".

Jogar para ganhar

Usando uma frase conhecida no futebol, Arlete diz que "Em time que está ganhando, não se mexe; se a loja virtual me proporcionar um resultado positivo, com certeza, pretendo continuar com ela. Afinal de contas, a internet faz parte do presente e de um futuro ainda mais promissor para quem a acompanhar. A tecnologia veio para ficar, e quem se adaptar a ela, com certeza, tem futuro garantido e sucesso. A pandemia me prendeu em casa, mas não mudou meu ritmo de trabalho, porque amo o que faço e tenho tido muito tempo pra criar meus trabalhos, já que tenho uma meta: criar uma peça nova por dia", afirma a artesã, bem humorada. "Além da paixão, sou viciada (no trabalho e nas ideias de coisas novas dentro da arte), então, faço-as com satisfação". declara Arlete.

História

Arlete Santos Neves nasceu para trabalhar com arte, uma atividade que exerce há quase meio século. "Quando criança, adorava a matéria de Artes, já desenhava muito bem, até ajudava outros alunos nas capas dos trabalhos que encantava as professoras. Com 14 anos, comprei minha primeira máquina de costura, já que trabalhava com carteira assinada. Essa máquina me acompanha, até hoje. Faço uma variedade muito ampla de artesanato, desde reciclagem, crochê em geral, costuras, bolsas de garrafas pet, trabalhos com feltro, pinturas em tecido, tela, madeira, decoração em garrafas", conta Arlete, que inclui também "peças de inverno com a máquina de tricô Lanofix".

Amigurumi

Arlete explica que "os japoneses inventaram esse nome: Amigurumi. Na verdade, no passado, eu já tinha feito bonecos e bichinhos de crochê, porque é isso que significa a palavra Amigurumi. O crochê nunca saiu de moda; o que muda são os novos fios que aparecem no mercado e as misturas de cores e pontos que estão cada vez mais presentes, nos trabalhos das crocheteiras", finalizou a artesã.

caderno de MODA

Cores e estampas, na estação outonal

Sim, ele deu as caras novamente, no mundo da moda: o xadrez continua sendo um coringa na hora de montar um *look*, não poderia ser diferente neste outono/inverno 2021.

Essa estampa vai aparecer em camisas, vestidos, saias e jaquetas, além de em lenços, tiaras e prendedores de cabelos.

Por ser muito versátil, o xadrez pode ser combinado com peças neutras, como calças na cor preta ou jeans. O certo é aproveitar todo o charme que o xadrez proporciona.

O que ainda vai permanecer é a estampa animal *print*, com padronagens da selva toda, como onça, tigre, zebra e cobra. O diferencial, para essas estações, é que as composições surgem totalmente estampadas, ou seja, vestidos, conjuntos, tudo no mesmo padrão. Lembrando que as franjas e mangas bufantes também seguem em alta.

Aposte no xadrez e animal print (sem erro!)

Outro ponto que vai merecer atenção: os ombros. Eles surgem marcados, com as tendenciosas ombreiras em camisas, blazers e casacos.

Roupas transparentes também seguem fortes, em blusas de tule, mangas e decotes. O ideal é optar por uma saia ou calças altas, além de casacos longos ou jaquetas.

O *Neon* está de volta, com tudo! Aposte nele!

Sobre os tons, o verde e marrom vão ditar moda, assim como o infalível pretinho básico. O Nebuloso *blue* é um azul vibrante, que pode ser combinado com outros tons de azuis ou outras cores.

O *Russet Orange* é um tom laranja quente, que vai embalar uma estação fria, assim como o Red Pear, um vermelho quase vinho, cheio de intensidade.

Escolha sua estampa e o seu tom; aposte no conforto e viva as estações mais sofisticadas do ano, no entanto, da maneira escolhida por você!

JOSUÉ MOTA
FOTOGRAFIA

15 997387483

www.josuemota.com.br

@josuemota_fotografo

Rua Santa Cruz, 86 . Tatuí/SP . (15) 3205-2758/WhatsApp (15) 99665-8565
atendimento@modagigo.com.br . www.modagigo.com.br . facebook.com/marilsagigo

Valdemar Iódice

Nas suas veias, há moda!

Foto: Vinicius Cavalcanti

Sua carreira, no mundo da moda, começou muito antes do que ele imaginava. É que a história da família Iódice iniciou-se há mais de 30 anos, quando Valdemar decidiu seguir os passos de sua mãe, que era costureira.

Valdemar Iódice, paulista de 76 anos, é um renomado estilista brasileiro, formado em Ciências Contábeis.

Em entrevista, Valdemar conta que teve uma vivência muito forte com as raízes italianas, já que sua avó paterna ficou viúva e veio da Itália com seus outros filhos para morar na casa dele. "Todo esse universo, levou-me a priorizar trabalhos manuais e a ter um gosto mais apurado pelas coisas e pela própria tradição familiar. Isso cooperou intensamente na minha carreira profissional e em meu olhar para a moda", conta.

Aos 25 anos, o estilista foi trabalhar na fábrica de camisas da família, que acabou sendo o pontapé inicial para despertar nele a vontade de começar algo seu. Após alguns anos, criou a Iódice. "Comecei com malharia, fazendo camisetas para meus amigos e o negócio foi expandindo. Depois, começamos a distribuir para magazines. Em 1987, fui com a família passar o réveillon em Manaus e levei a lista de clientes que trabalhavam com a marca; eu fiquei decepcionado, porque eu não sabia onde minhas peças estavam sendo vendidas. Foi então que reformulei o conceito da Iódice. Passamos para o Jeans e Prêt-a-Porter Premium sofisticado", relembra.

Resultou que a marca e o estilista ganharam espaço na moda e foi aberto um escritório em Nova York, e outro, em Los Angeles.

O primeiro desfile da marca foi em 1995, no estúdio Adrenalina, marcando o real início para a visibilidade da Iódice, no cenário nacional da moda.

Em 1998, foi inaugurada, no Shopping Iguatemi a primeira loja da Iódice. Em 2001, a grife ganhou sua Flagship, na Rua Oscar Freire, em São Paulo. Também inaugurou sua primeira loja em Pernambuco.

Iódice já foi considerada uma das grifes mais importantes do país, que começou em um processo lento, com a compra de tecidos, costura, entrega e venda pelas mãos de Valdemar, que vendia para lojas multimarcas.

A Iódice sempre trabalhou com clientes multimarcas, no atacado; no entanto, investia também em varejo, além de ser conhecida no mercado pelo cuidado com o desenvolvimento das coleções, design das peças e pela sofisticação do trabalho manual. A marca está presente em cerca de 650 das principais lojas multimarcas do país, possui mais de 15 lojas próprias e 10 franquias.

Porém, em 2019, o Grupo Morena Rosa adquiriu a marca Iódice e a compra foi considerada uma oportunidade de agregar um perfil complementar para o grupo, que tem presença em mais de 1600 cidades brasileiras, porém não tinha a força que a Iódice tem, nas grandes capitais.

Com isso, Valdemar deixou de fazer parte da marca, mas não abandonou o mundo da moda.

Toda penúltima quarta-feira do mês, no Buffet e Gastronomia Claudia Rauscher, em Tatuí, acontece a reunião do GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí), às 19h.

GAATA DESDE 2002

Avenida Coronel Firmo Vieira de Camargo, 171 | Centro | Tatuí/SP | (15) 3251-8520
www.gaata.net.br | gaata.tatui@gmail.com | @GaataDeTatui

Elmec

Elmec

tma

Taty Moda e Acessórios

Coleção Outono/Inverno Bivik

Venha conferir!

Atendemos em domicílio

(15)99759-5349

tati.covre@bol.com.br

Taty moda e Acessorios

Foto: Alberto Medeiros/CASACOR

Autismo

Adaptações para o bem-estar dos pequenos

Para quem não o conhece, o autismo é um transtorno neurológico de cunho hereditário, caracterizado pelo comprometimento da interação social, comunicação verbal e não verbal, assim como também de comportamentos restritos e repetitivos.

Dia 2 de Abril é o dia da Conscientização do Autismo; por isso, decidiu-se abordar sobre os espaços a serem adaptados ou construídos, que se podem transformar em ponto-chave para o conforto e segurança dos pequenos.

O susto é grande quando uma família descobre ter um filho ou filha com espectro autista. São horas e horas de conversas com terapeutas, na busca incessante por bons resultados, buscando sanar as lacunas que vão sendo descobertas, pouco a pouco. A vida se transforma numa verdadeira maratona, após a descoberta!

Por isso, é de suma importância abraçar a causa de maneira global, buscando todo tipo de terapia existente, como musicoterapia, terapia ocupacional entre outras. Todas as terapias são imprescindíveis, mas também, pensar num espaço de acordo com a necessidade é crucial para proporcionar à criança aconchego e tranquilidade, dentro do lar. Aí entra o trabalho de projeto de interiores que sejam adequados a esses pequenos.

Para traçar o perfil ideal, há a demanda das parcerias entre pais, terapeutas, fisioterapeutas e arquitetos, para levantar todas as necessidades da criança, porque para tais casos, as variáveis são gigantescas.

Os fatores a serem avaliados são: a sensibilidade à claridade, ao barulho, às texturas, cores e cheiros.

Algumas dicas:

Os dimmers controlam a intensidade luminosa de qualquer tipo de lâmpada.

As janelas podem receber cortinas do tipo *blackout* e persianas para facilitar o controle da luz natural.

Todo e qualquer tipo de equipamento elétrico de uso permanente, como máquina de lavar, tanquinhos, ventiladores, entre outros equipamentos, causadores de ruídos fortes, devem ser instalados em locais afastados dos locais de maior permanência da criança.

Sempre procure por equipamentos de baixo ruído.

Pode-se fazer o isolamento acústico das paredes e portas, eliminando os ruídos da rua.

As texturas dos móveis, tapetes, tecidos de almofadas, estofados e acolchoados serão especificados de acordo com o perfil de cada criança.

Frisando que todos os itens terapêuticos devem ser prescritos por Profissionais da Saúde Habilitados. Os Profissionais da área de Arquitetura irão sempre trabalhar a partir destas especificações.

Veridiana Pettinelli
Arquiteta e Paisagista

Elmec
Consultoria de Beleza para Noivas
Thiago Martins
SALÃO CASA
Praça Manoel Guedes (Praça do Museu), 94 | Centro | Tatuí, SP
(15) 3251-9372 | (15) 99697-2448 | @ThiagoMartinsHair

O brasileiro e seu eterno complexo de "vira-lata"

País mantém cultura de autodepreciação

"Por que nós, brasileiros, somos assim?". Esta é uma pergunta que muitos devem fazer-se, não é mesmo? Por que o povo brasileiro, de forma aparentemente proposital e sistemática, coloca-se como se fosse um cidadão inferior ao de outros países? Este fenômeno cultural e de comportamento parece inerente à vida do brasileiro. Seria um resquício dos tempos coloniais?

Há registros de que a ideia de o povo brasileiro ser inferior, ou até mesmo "degenerado", remonta à primeira metade do século XIX, quando o conde francês Arthur de Gobineau desembarcou, em 1845, no Rio de Janeiro, e chamou os cariocas de "verdadeiros macacos". Nas décadas de 1920 e 1930, várias correntes de pensamento digladiavam-se quanto à origem desta suposta inferioridade. Alguns, como Nina Rodrigues, Oliveira Viana e Monteiro Lobato proclamavam que a miscigenação era a raiz de todos os males e que a raça branca era superior às demais.

No entanto, não há tese científica que comprove tal superioridade. Nas Olimpíadas de 1936, na Alemanha dominada pelo Nazismo, pregava-se a superioridade da raça ariana. O atleta negro norte-americano Jesse Owens ganhou quatro medalhas de ouro no atletismo, um feito notável e que jogou por terra as teses do ditador Adolf Hitler que, enfurecido, deixou o estádio. As conquistas de Owens entraram para a história.

O Brasil também possui personalidades que entraram para a História com seus feitos. São conquistas nos esportes, na medicina, na música, na engenharia e até em invenções que mudaram o mundo, como por exemplo, o avião, inventado por um brasileiro: Alberto Santos Dumont.

Embora haja certa controvérsia sobre quem realmente voou, pela primeira vez, com um veículo mais pesado que o ar (os irmãos Wright, americanos, são considerados pelos EUA os primeiros a voar, ainda que tenham planado por alguns metros após "decolar" utilizando uma rampa). Santos Dumont foi o primeiro a levantar voo com um aparelho mais pesado do que o ar, utilizando a força do motor, voando por 220 metros, a uma altura que chegou a três metros. Com o famoso 14-Bis (também chamado de Oiseau de Proie III, (ave de rapina, em francês) no dia 12 de novembro de 1906, no campo de Bagatelle, em Paris, na presença de jornalistas e de uma grande multidão. Começa assim a era do avião.

O Brasil também possui expoentes em áreas como o esporte, medicina, arquitetura e música. Na Fórmula-1, categoria de elite do automobilismo mundial, o Brasil é o terceiro país com maior número de títulos, sendo três de Ayrton Senna, três de Nelson Piquet e dois de Emerson Fittipaldi, ficando atrás apenas da Alemanha (12 títulos mundiais) e do Reino Unido (20 títulos). Vale destacar que Senna é, para muitos, o maior piloto de todos os tempos; uma verdadeira lenda do esporte e ídolo de Michael Schumacher e Lewis Hamilton.

Mas o Brasil possui, ainda, outras lendas no esporte, como Oscar Schmidt, Hortência, Garrincha e, claro, Pelé, o maior jogador de futebol de todos os tempos.

Basquete

Quem viu Oscar Schmidt jogar, jamais esquece a sua força de vontade, determinação e vibração, nas quadras. Essa combinação de características, aliada a um talento nato, fez de Oscar um dos melhores jogadores de basquete de toda a história, respeitado e admirado dentro e fora do Brasil.

Verdadeira lenda das quadras, reconhecido até mesmo pela poderosa NBA (a liga de basquete profissional americana), com 2,05 m de altura, Oscar é considerado o maior pontuador da história do basquete, com 49.737 pontos, superando a marca de Kareem Abdul Jabbar, este último, um dos maiores jogadores da NBA. Jogador profissional com a carreira mais longa (26 anos), Oscar foi nomeado **um dos 50 Maiores Jogadores de Basquete** pela FIBA (Federação Internacional de Basquete) em 1991. Em agosto de 2010, ele foi incluído

Foto: Doug Pensinger

no Hall da Fama da FIBA, em reconhecimento ao talento com que jogou, em competições internacionais. Em 8 de Setembro de 2013, Oscar Schmidt entrou para o Basketball Hall of Fame, dos EUA. Em 18 de dezembro de 2016, ele também foi incluído no Hall da Fama do Basquete Itália.

As mulheres também fizeram bonito (e ainda fazem), no basquete brasileiro. Chamada de rainha das quadras, Hortência de Fátima Marcari é considerada uma das maiores atletas femininas nesse esporte e como a melhor jogadora de copas do mundo da FIBA de todos os tempos. Entrou para o Hall da Fama do Basquetebol Feminino, dos Estados Unidos em 2002, e o Basketball Hall of Fame, em 2005.

Maria Esther Bueno é outra brasileira que fez história no esporte, desta vez nas quadras de tênis, em todo o mundo. Pioneira nesse esporte no final dos anos 50 e começo da década de 60 do século passado, manteve-se ativa também durante a década de 70. Ela venceu sete vezes o torneio de Wimbledon, um dos mais importantes do mundo, e conquistou 570 títulos ao longo da carreira, sendo considerada a maior tenista das Américas no século 20. Ela faleceu em 2018.

O Brasil também se destaca nas Artes Marciais, inclusive com a criação e aprimoramento de uma arte marcial conhecida como Jiu-Jitsu Brasileiro. E o nome de uma família é praticamente sinônimo de lutas marciais.

Originária de Belém do Pará, a **família Gracie** é praticamente uma grife, quando o assunto é Arte Marcial. Os patriarcas Carlos e Hélio aprenderam o jiu-jitsu e criaram um estilo próprio de luta, em que um homem mais fraco pode vencer um oponente maior e mais forte, usando técnicas como alavancas e torções. A família também criou uma dieta própria, que combina certos alimentos, para obter melhor nutrição.

Os Gracie possuem academias no país, principalmente no eixo Rio-São Paulo, e também nos Estados Unidos, ajudando na divulgação do jiu-jitsu brasileiro.

Ainda no esporte, vale destacar o atleta João Carlos de Oliveira, o nosso João do Pulo, recordista mundial de salto triplo, medalhista olímpico e tetracampeão Pan-americano de salto triplo e salto em distância. Entre os atletas que foram superados por este brasileiro está Carl Lewis, americano, um dos principais nomes do esporte.

Infelizmente, após um acidente de carro que o obrigou a ter amputada, uma perna, João do Pulo deixou o esporte. Ele morreu em maio de 1999, após enfrentar diversas dificuldades, inclusive financeiras e também sofrer de depressão.

Outras áreas

Se você ainda não se convenceu de que o brasileiro também é capaz de grandes feitos, aqui vão mais alguns exemplos: Adib Jatene – médico e cirurgião respeitado no Brasil e no exterior, criador de uma técnica de cirurgia do coração que leva o seu nome. Nascido em Xapuri, no Acre, filho de imigrantes árabes, veio para São Paulo estudar medicina na USP, onde também lecionou.

Quem também se destacou na saúde, especificamente no campo de cirurgia plástica, é o cirurgião Ivo Pitanguy. Nascido em Belo Horizonte (MG), em 5 de julho de 1926, Pitanguy faleceu no Rio de Janeiro, em 2016. Ele foi cirurgião plástico, professor e escritor brasileiro, membro da Academia Nacional de Medicina e da Academia Brasileira de Letras. Em 2008, New York Magazine referiu-se a ele como "o Rei da Cirurgia Plástica". A revista alemã Der Spiegel, certa vez o chamou de "Michelangelo do bisturi". Inúmeros famosos submeteram-se aos seus cuidados.

E o que dizer, então, de Oscar Niemayer, arquiteto brasileiro reverenciado em todo mundo e responsável por projetar Brasília, junto com Lúcio Costa? Além de Brasília, Niemayer participou do projeto da sede da ONU (Organização das Nações Unidas). O nome do arquiteto tornou-se excelência em seu ramo de atividade, mas também um sinônimo de longevidade; ele morreu em 2012, aos 104 anos de idade. Ele é considerado uma figura-chave no desenvolvimento da Arquitetura Moderna.

Na música, entre tantos talentos, o maestro Heitor Villa-Lobos (1887-1959) é considerado um expoente da música erudita, no Brasil. Suas peças são executadas no circuito dos mais

Foto: Arian Zwegers

prestigiados teatros europeus e americanos. Vale ressaltar que, como outros brasileiros de destaque, Villa-Lobos demorou a ser compreendido e reconhecido, em seu próprio país. Ele chegou a ser vaiado em sua apresentação, durante a Semana de Arte Moderna de 1922. Fora daqui, ele era reconhecido e obteve o título de Doutor Honoris Causa, na Universidade de Nova Iorque.

Complexo de "vira-lata"

Nelson Rodrigues, escritor e dramaturgo, cuja obra buscou refletir com fidelidade a realidade brasileira, forjou a expressão Complexo de "vira-lata", cunhada logo após a derrota do Brasil para o Uruguai, em pleno Maracanã lotado, na final da Copa do Mundo de 1950. A perda do título em casa provocou um grande trauma no povo brasileiro, pois a nação inteira acreditava na conquista do mundial. Essa grande decepção nacional só seria superada com a conquista da Copa de 1958, na Suécia, onde, por sinal, estreou um certo jovem jogador de apenas 17 anos, que viria a se tornar o Rei do Futebol.

Nelson Rodrigues acreditava, porém, que este Complexo de "vira-lata" não se limitava ao fato de o Brasil ter perdido uma Copa em casa. Ele chegou a dizer que via esta situação como "a inferioridade em que o brasileiro se coloca, voluntariamente, em face ao resto do mundo. O brasileiro é um narciso às avessas, que cospe na própria imagem. Eis a verdade: Não encontramos pretextos pessoais ou históricos para fazer brilhar nossa autoestima".

Seria o brasileiro, então, um ser que, deliberadamente, deprecia-se em relação ao resto do mundo? Este tipo de comportamento certamente prejudica o país. E não é de hoje! Candidato ao prêmio Nobel de medicina em 1921 (há exatos 100 anos), o médico e cientista Carlos Chagas foi vítima de tamanha campanha de descrédito movida por seus pares brasileiros que, naquele ano, o Nobel de Fisiologia ou Medicina não foi entregue a ninguém.

Outro notável cientista brasileiro injustiçado foi César Lattes que, embora tenha participado da descoberta do Méson pi em 1947, não foi laureado com o prêmio Nobel de Física, mas sim Cecil Powell, que era seu chefe e não havia participado diretamente das pesquisas. Somente em 15 de novembro de 2007, um brasileiro, o neurocientista Miguel Nicolelis, deu uma palestra nos Seminários organizados pela Fundação Nobel comentando o real acontecimento.

Sem reconhecimento

Apesar dos brasileiros terem contribuído com invenções, como o avião e os biocombustíveis, a produção científica brasileira, até o momento, não teve o reconhecimento para ganhar um prêmio Nobel. Falta de investimentos na Educação e na Ciência contribuem para que a pesquisa científica brasileira caminhe lentamente. Um prêmio internacional do nível do Nobel, certamente contribuiria, de forma significativa, para elevar a autoestima do país como um todo.

Para muitos estudiosos, a solução do problema está em investir em uma Educação de qualidade, que prestigie a pesquisa e a ciência, e leve o brasileiro a pensar mais, a ler mais e a estudar mais.

Livros que abordam o tema

Nascido na Armênia, mas brasileiro de coração, o filósofo e sociólogo Jacob Bazarian escreveu um livro sobre o jeito de ser do brasileiro, intitulado "Por que nós, brasileiros, somos assim?"

Partindo de uma análise objetiva e profunda, o Autor revela, com grande maestria, a quintessência do homem tropical brasileiro, sua característica principal da qual decorrem logicamente os demais traços psicológicos característicos dos brasileiros. Revela, também, suas causas profundas e suas consequências.

O escritor João Ubaldo Ribeiro também aborda o tema em um livro homônimo, em que constrói um delicioso romance que se inicia na época da independência e termina na década de 70. O livro é recheado de personagens que são o retrato da formação do brasileiro, bem como da sua complexidade moral e de suas ações antagônicas. Divertidíssimo, com uma excelente dose de ironia, este livro "explica" de um jeito muito bom a formação do povo brasileiro.

Com a chegada das redes sociais, muitas piadas surgiram sobre o jeito de ser do povo brasileiro, algumas dizendo que o brasileiro precisa ser estudado pela NASA (Agência Espacial Americana). A verdade é que o brasileiro precisa acreditar mais em si mesmo, em seu potencial. Afinal de contas, como diz o ditado: o brasileiro não desiste nunca!

Estudos sobre o assunto

Segundo a Cientista Social Carla Barreto, PHD em Educação, Política e Participação, o termo Complexo de "vira-lata" "foi estudado e ainda é estudado dentro das Ciências Sociais desde o início do século 19. Uma das causas atribuídas à ideia de inferioridade vincula-se à ideia de miscigenação, o clima e sua relação direta com a preguiça, a falta de cultura, a não

perspectiva de buscar desenvolvimento e ações diretas vinculadas ao prazer. Vale ressaltar que esse olhar faz-se presente a cada pontuação de que neste país nada dá certo, de que este país é pior; é o olhar da comparação que se esquece de se debruçar criticamente sobre a ação desempenhada por cada um de nós, brasileiros".

Como Nelson Rodrigues já havia afirmado no passado, Carla Barreto observa que "nós, brasileiros, colocamo-nos voluntariamente inferiorizados ao resto do mundo, como se fôssemos um Narciso às avessas. Ao invés de valorizarmos nossa imagem, nós a deterioramos; assim, se Narciso acha feio o que não é espelho, nós achamos feio o espelho, o quintal do outro é sempre mais interessante e belo".

Origem

Carla afirma que "o Complexo de "vira-latas" é o preconceito contra nós mesmos. Para alguns estudiosos, a hipótese que melhor responde à origem do fenômeno assenta-se na formação do povo brasileiro. Como povo miscigenado, não somos um brasileiro puro (todas as ressalvas possíveis aqui); nossa matriz étnico-racial é a miscigenação, é interracial, é a marca de um povo mestiço. Dessa matriz o aprendizado seria aprender com as diferenças, somá-las e entender que essa qualidade é diferencial, em termos culturais, inclusive".

A cientista ressalta que "para entender e melhor pontuar a discussão, podemos nos debruçar na questão racial. A categoria **raça** é uma construção social, resultante de um processo que tem como segunda definição a noção de raças com subespécies distintas, estáveis e hierarquicamente ordenadas de indivíduos, determinantes do comportamento social humano. Nessa definição clássica social darwinista de **raça**, algumas mais desenvolvidas ou evoluídas que outras, assevera-se que tal ideologia fundamentou largamente, em nosso país, as primeiras análises feitas pelas Ciências Sociais brasileiras sobre o tipo nacional".

Carla Barreto cita o episódio do conde francês Gobineau como o primeiro registro da suposta inferioridade do povo brasileiro. Ela também lembra autores como Oliveira Vianna (importante para o entendimento de nossas instituições políticas), que chamava Machado de Assis de "mulato de alma branca", Nina Rodrigues e Monteiro Lobato, que afirmavam que a miscigenação era a causa dos nossos males, nas palavras de Lobato, "o brasileiro era um tipo imprestável que não conseguiria crescer sem o apoio de uma raça pura".

Carla faz as devidas ressalvas a estas afirmações e outras, como a ideia de que os trópicos eram tristes, pois o determinismo geográfico apontava que apenas civilizações "dignas" poderiam sobreviver em clima temperado. "Todas ressalvas possíveis, pois estes autores representam seu tempo, seu contexto e conjuntura", observa Carla.

O estrangeiro "divino"

"Se cá vivemos Complexo de "vira-latas", como assevera Jesse Souza, nós também construímos a divinização do estrangeiro, nos colocamo-nos como periferia do mundo e exaltamos a ação dos outros", afirma Carla. Ela cita como exemplo "o comportamento da nossa elite nacional, que é deveras diferente de outras elites".

"Nossa sociedade foi moldada por uma intelectualidade que naturalizou a inferioridade do povo brasileiro, uma elite conservadora que influencia o pensamento da nossa insignificância perante o mundo. Essa mesma elite que demoniza o estado e traz a naturalização do Complexo de "vira-latas", também forjou que nós, brasileiros, somos passionais, os latinos, passionais, e o povo norte americano é racional. Nós somos associados à cordialidade, ao samba, ao futebol como dons, eles, racionais, consolidam o desenvolvimento do país", afirma Carla.

Desigualdade

Para a cientista social, "é fato que temos uma crise enorme, que é a desigualdade socioeconômica e, até hoje, não conseguimos incluir a maior parte da população nas benesses do mundo moderno. E há sentimento de inferioridade em relação aos outros povos, pois em nossas origens somos associados ao tosco". (rústico, mal acabado, grosseiro).

Nada de errado

"O que há de errado em ser "vira-latas"?", pergunta Carla, acrescentando: "Como povo miscigenado, somos o sincretismo; o "vira-lata" teria horror à pureza, pois não seríamos segregacionistas. E este olhar (de vira-lata) seria positivo. Seríamos mais próximos àquilo que chamamos de democracia racial. Porém, é sabido que esse meu olhar que positiva o termo não é real, é ilusório, pois ainda hoje, no século XXI, a diferenciação racial é gritante e os diretos sociais fundamentais ao tipo médio brasileiro não são cumpridos. Entretanto, aparentemente somos o povo da democracia racial. Podemos afirmar que o termo permitiu a gestão da nossa identidade nacional".

Nas últimas décadas

Para Carla, é importante ressaltar "que esse termo ganhou ainda mais evidencia na década de 2010, a partir dos anos de 2013, pois passou a ser utilizado com frequência pela grande mídia, para explicar por que o Brasil era o país que não dava certo. Fomos criados para admirar o vem de fora; o que é feito aqui, pouco presta. Esse dado é constitutivo de nossa moral, as mídias apenas reforçaram esse olhar. Vivemos o auge desse exemplo de inferioridade quando pensamos na questão da tecnologia e a produção de vacinas para esse momento tão difícil que vivemos", finaliza Carla Barreto.

O monge e o crucifixo

O artigo abaixo não é de minha autoria; recebi, há algum tempo, através de uma mídia social, então muitos de vocês devem ter recebido também. Porém, em tempos de Páscoa, as palavras abaixo trazem uma reflexão interessante, principalmente a respeito de aceitação e fé.

Numa silenciosa e tranquila capela, um monge chamado Serafim pedia com insistência a Jesus para tomar o lugar dele no crucifixo do altar, pois queria imitá-lo em tudo. Jesus aceitou, mas colocou uma condição: "Permaneça calado!"

O monge, acostumado com o silêncio rigoroso e a vida disciplinada, prometeu imediatamente e, em seguida, lá estava Serafim sobre a Cruz. Alguns instantes depois, entrou um homem rico para rezar e, enquanto rezava, caiu do seu bolso um pacote de dinheiro. Serafim quis logo avisá-lo, mas se conteve e ficou calado.

Logo que ele saiu, entrou um mendigo e, assim que começou a rezar, viu o pacote de dinheiro no chão. Olhou de um lado e do outro, não havia ninguém; pegou o dinheiro e saiu. Serafim ficou agoniado, querendo dizer que não se poderia fazer aquilo, mas como tinha prometido ficar calado, calado ficou.

Depois, entrou um rapazinho e começou a pedir para Jesus ajuda e proteção, pois iria embarcar em uma longa e perigosa viagem no mar. Naquele momento, entrou o homem rico com a polícia, dizendo que havia esquecido o dinheiro na Capela e que ele havia desaparecido; a única pessoa que estava ali era aquele rapaz, então os guardas o prenderam.

Nesse momento, Serafim não aguentou mais ficar quieto e bradou do alto da Cruz: "Ele é inocente!" Todos ficaram confusos, sem saber de onde vinha aquela voz – mas agora, cheios de dúvidas, fizeram várias indagações e decidiram soltar o rapaz, que pôde então embarcar para a sua viagem. Prenderam o mendigo que, de fato, estava com o dinheiro, o qual foi devolvido ao verdadeiro dono: o homem rico.

No final da tarde, Jesus apareceu com o rosto triste e repreendeu severamente o monge Serafim: "O que é que nós havíamos combinado?" Serafim, com a cara mais ingênua que conseguiu fazer, perguntou: "Não entendi, Senhor" E Jesus completou: "Eu lhe disse para ficar calado". O monge falou timidamente, mas com certa firmeza: "Mas eu só fiz o que era o certo fazer. Fiz o que era justo."

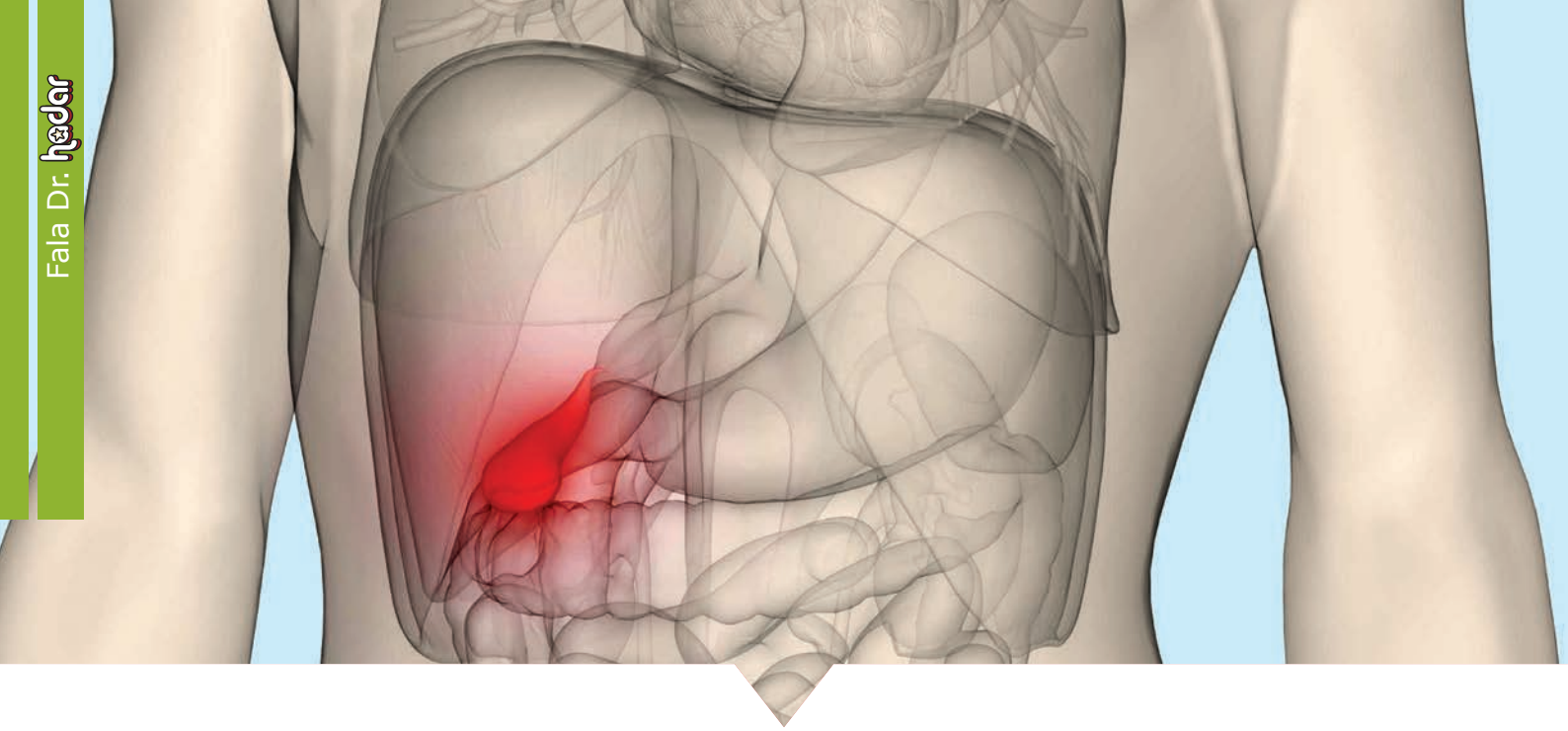
*Então, o Senhor lhe disse com doçura: "Não, Serafim, você errou em tudo. Você deveria ter ficado calado, como me prometeu. Pelo contrário; falando, você atrapalhou meus planos. Aquele rico estava indo contratar um matador com aquele dinheiro e eu fiz com que ele o perdesse na Capela; o pobre tinha necessidade urgente daquele dinheiro e eu fiz com que ele o encontrasse; o rapaz que embarcou está, nesse momento, afundando no mar, e ele tinha me pedido ajuda. Se ele tivesse ficado na cadeia, somente por algumas horas, teria perdido o navio e não estaria agora prestes a morrer. Serafim, aprenda a lição: *a minha Providência conduz todas as coisas melhor do que você, mesmo quando, aparentemente, parecem estar erradas."*

De fato, não é fácil entender os caminhos de Deus. Em nossa vida e no nosso mundo, acontecem inúmeras situações que nos desconcertam.

Queremos achar explicações racionais e não o conseguimos; alguns se rebelam orgulhosamente, perdem a fé e terminam no desânimo ou revoltados contra Deus e contra tudo. Outros inventam explicações baratas e forçadas para explicar o inexplicável, que terminam por não convencer ninguém ou afastar ainda mais de Deus aqueles que já estão longe Dele. Diante de alguns mistérios da existência, a única atitude possível é obedecer à ordem dada por Jesus ao monge Serafim: "Prometa que vai ficar calado!" E, no silêncio do coração, Deus nos fala coisas que jamais a nossa pobre razão humana irá conseguir compreender e explicar.

Luis Carlos Magaldi Filho

Qualidade de Vida



Colangite Esclerosante Primária

Atenção para essa doença inflamatória

A Colangite Esclerosante Primária (CEP) é uma hepatopatia colestática crônica de etiologia autoimune, caracterizada pela inflamação e fibrose de ductos biliares intra e extrahepáticos, apresentando curso clínico variável e progressão lenta para a cirrose hepática. Apresenta associação com antígenos HLA-DR3 e DR13 e associa-se frequentemente a outras doenças autoimunes, tais como doença inflamatória intestinal (DII), espondilite anquilosante e hepatite autoimune (síndrome de imbricamento).

De acordo com o clínico geral Oswaldo Benedito Morelli (CREMESP 34.726), a manifestação inicial da doença varia desde sintomas inespecíficos de fadiga, astenia e perda de peso até quadro mais característico de colestase com icterícia, colúria, acolia fecal e/ou prurido. Um terço dos pacientes pode apresentar, inicialmente, episódios recorrentes de colangite aguda.

Ainda há frequência das manifestações clínicas da colangite esclerosante primária: Icterícia 54%, Prurido 48%, Colúria 49%, Dor em hipocôndrio direito 51%, Fadiga 65%, Colangite aguda 19%, Perda de peso 29%, Hemorragia digestiva 03%, Ascite 07% e Elevação de enzimas hepáticas 16%. A causa é de etiologia autoimune.

"Na maioria dos pacientes, é feita suspeita diagnóstica por elevação de enzimas hepáticas detectadas em exames de rotina.´A colangiorressonância magnética (CPRM) pode demonstrar as mesmas alterações de árvore biliar e apresenta sensibilidade e especificidade de 80% e 87%, respectivamente, para o diagnóstico da doença. É recomendada, atualmente, como o método de escolha para investigação inicial de CEP. A ultrassonografia endoscópica, caso disponível, pode também ser empregada. Nos pacientes sob suspeita clínica e/ou histológica de CEP não confirmada por CPRM, a CPRE deve, no entanto, ser realizada para possibilitar o diagnóstico ou exclusão da doença", explica o profissional.

Não existe tratamento específico satisfatório para a CEP. O tratamento de suporte é voltado para o controle dos sintomas e das complicações da colestase, tais como: prurido, fadiga, osteoporose e deficiência das vitaminas hidrossolúveis. Pacientes com colangites agudas intercorrentes devem ser intensamente tratados com antibióticos e avaliados para elegibilidade de transplante de fígado. Na presença de estenoses dominantes, tratamento endoscópico, preferencialmente com dilatação sem colocação de prótese biliar, pode ser tentada, após exclusão de colangiocarcinoma. O ácido ursodesoxicólico (AUDC) revelou melhora bioquímica e histológica, além de impacto na sobrevida projetada empregando o modelo prognóstico da Mayo Clinic. No entanto, maior risco de desenvolvimento de varizes e de necessidade de transplante de fígado foram observados no grupo de pacientes tratados. Diante destes dados, consenso recente europeu não recomendou o uso da droga de forma generalizada para pacientes com CEP, sugerindo o uso para pacientes selecionados, com DII e alto risco de câncer colorretal, devido ao efeito protetor do AUDC contra o desenvolvimento de displasia nesse grupo de pacientes.

O risco do diagnóstico tardio é evoluir para insuficiência hepática e óbito, sendo que a solução definitiva, de acordo com o médico Oswaldo Morelli é o transplante hepático, que proporciona atualmente sobrevida em torno de 85%, em cinco anos. Cerca de um terço dos pacientes apresenta recorrência da doença, após o transplante de fígado.

"As indicações para transplante hepático, além das usuais para qualquer doença crônica do fígado, incluem a presença de prurido refratário, colangites agudas graves de repetição e icterícia progressiva", finaliza o profissional.

Envelhecimento Precoce

Passar pelas fases da vida: cuidados diários são necessários

Envelhecer é algo inevitável. Porém, é possível viver de maneira saudável, preservando a saúde física, mental e também da pele, cuidando dela.

E isso só é possível com hábitos alimentares corretos, prática de exercícios físicos, além de uso diário de produtos que protejam a pele.

No entanto, se nada for feito para cuidar do corpo e da pele, o envelhecimento precoce poderá surgir. E faz-se notar através do aparecimento de rugas, flacidez, manchas e outros sinais.

É importante ressaltar que tudo isso é o resultado do aumento da oxidação das células, que acaba diminuindo a produção de colágeno, das fibras elásticas e da renovação celular. O envelhecimento precoce é o responsável por deixar a aparência incompatível com a idade cronológica, fazendo com que a pessoa pareça ser mais velha do que realmente é.

As agressões externas, como radiação solar, poluição e também casos genéticos podem contribuir para que ele aconteça.

No entanto, é possível combater a ação dos radicais livres na pele, impedindo o envelhecimento precoce, fazendo o uso diário de protetor solar, limpeza regular da pele, consumo de alimentos antioxidantes, manutenção de hábitos saudáveis e tratamento da pele através de procedimentos e produtos adequados.

Também é importante destacar que outros fatores também aceleram o envelhecimento, como o estresse, a má alimentação, falta de exercícios, o consumo de bebidas alcoólicas e, o cigarro, exposição excessiva ao sol, poucas horas de sono, entre outros.

Se você notar os seguintes sinais na pele, como falta de firmeza e elasticidade, rugas, linhas de expressão, sulcos e manchas, procure um especialista, que irá orientá-la (o) sobre as melhores práticas e produtos que te ajudá-lo-ão na manutenção da pele.

Segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia, os procedimentos mais recomendáveis para evitar o envelhecimento da pele, são os **cremes** e **produtos anti-idade, Botox** (preenchimento com ácido hialurônico), **laser** e ***peeling***.

Os pés: merecem cuidados específicos

Indispensáveis os materiais de uso individual e produtos adequados

A imagem que mostramos é nossa principal forma de expressão. É como revelamos autoconfiança, personalidade e autoestima. Na formação dessa imagem, incluem-se cuidados pessoais, entre eles um essencial, que é o cuidado com os pés e unhas, que deve ser diário (se possível).

As unhas são formadas basicamente de proteínas e para que elas permaneçam saudáveis, é preciso utilizar produtos específicos, além de consumir vitaminas do complexo B e A, sais minerais, cálcio e outros. Algumas causas de escamação, amarelamento e ondulações das unhas são a má nutrição, baixo consumo de água, falta de hidratação e uso de produtos químicos sem proteção.

"Lembrando que as unhas devem ser aparadas com regularidade, pois quando estão compridas, podem sofrer descolamento devido ao atrito com os calçados. O corte correto deve ser reto, respeitando os limites que a própria unha impõe, sendo que um corte incorreto pode trazer sérios problemas, como encravamento. Importante também nunca lixar parte de cima das unhas, pois isso pode causar enfraquecimento delas e facilitar traumas que podem ocasionar lesões permanentes", explica a podóloga Elaine Cristina Rodrigues.

A frequência com que as unhas devem passar por uma manutenção depende do crescimento. Algumas podem crescer de 1mm a 1,5mm por mês. Sendo assim, o prazo ideal estimado deve ser de 25 a 30 dias de pausa entre as manutenções, e durante esse tempo, a hidratação das cutículas e da pele dos pés deve ser diária.

"Quanto às calosidades, elas têm origem em diversos fatores: entre eles, a marcha que pode ser avaliada tanto pelo profissional podólogo ou fisioterapeuta. Sendo identificada a causa da formação da calosidade, será feita a remoção e, em seguida, é confeccionada uma palmilha que mudará os pontos de pressão óssea, favorecendo com que não haja novas formações de calos" diz Elaine.

A retirada do excesso de cutícula deve ser feita de forma bem cautelosa, pois ela serve como barreira de proteção para entrada de microrganismos, inclusive fungos, que podem danificar as unhas, por vezes, necessitando da intervenção de dermatologista.

"Para quem faz uso frequente de esmaltes, o indicado é que seja retirado pelo menos dois dias antes da próxima aplicação. Durante esse tempo, as unhas devem ser hidratadas com óleo de uva, que contem tocoferol, para uma hidratação reparadora", orienta a podóloga.

Também é de muita importância que todos os utensílios utilizados, como lixas e palitos, sejam descartáveis, e os alicates, devidamente esterilizados em autoclave, evitando assim o contágio por vírus, como o da hepatite C, que permanece vivo em utensílios e sangue seco em temperatura ambiente por pelo menos (7 dias). "Quando não houver certeza da devida esterilização, o ideal seria levar o seu próprio material. Lembrando que qualquer mudança na coloração, formato e espessura das unhas deve ser sinal de alerta. Quanto antes for identificada a causa, mais rápida será a solução. Procure um podólogo sempre que perceber os primeiros sintomas de desconforto, pois só um profissional capacitado dispõe de técnicas para o alívio das dores causadas pelas patologias ungueais e saberá indicar o melhor tratamento", finaliza.

Home Office

Adoção de nova rotina por trabalhadores, durante a pandemia

"Faz um ano que estamos em *home office*, e eu, que no começo a odiava, hoje a amo! Aprendi a controlar meu tempo, meus horários, minha disciplina, meu foco... e arrisco-me a dizer que sou até mais produtiva trabalhando assim. Sinto muita saudade da rotina, de colocar meu saltão, maquiar-me... do "bom dia" diário para tantas pessoas... de ver os colegas, de conversar sobre alguma atividade do trabalho, de ficar papeando com o manobrista do prédio, sair para almoçar e dar um pulinho no shopping, ou passar pela padaria e comprar coxinha. Ver gente na rua, ver o movimento, encontrar conhecidos por aí. Dá saudade, sim, mas o *home office* nos dá mais flexibilidade, menos desgaste em todos os sentidos e, principalmente, economia", ressalta Angeline Giamboni.

Para a jornalista, é incrível perceber o quanto gastamos (em tempo e dinheiro) apenas para ir trabalhar. Seja em combustível, pedágio, almoço. Mas a otimização do nosso tempo diante de uma vida/rotina tão corrida, sem dúvida é o melhor presente que podemos ter. "Estar livre daquele trânsito das 18h do Campolim é realmente uma benção. Se fosse trabalhar de ônibus, então... Tenho muita sorte. Não sei quando – e nem se – iremos voltar, mas estarei pronta, quando necessário for. Por ora, sigo feliz e muito grata por ter meu emprego, dentro da minha casa", afirma.

A entrevistada é uma entre milhares de pessoas que passaram a adotar o *home office*, desde o início da quarentena causada pelo Coronavírus. Trabalhar em casa, administrando a rotina pessoal, tornou-se um hábito.

"Dediquei um cantinho de casa para ser meu novo escritório. Coloquei ali tudo de que eu preciso e estabeleci horário de trabalho; afinal, é necessário cumprir com nossas obrigações, mesmo estando no conforto do lar ou sem uniforme. Também dividi as tarefas entre os familiares; afinal, é preciso concentração na hora do trabalho. Um ajuda o outro e assim seguimos em *home office*", diz Analídia Lopes, professora que está ministrando aulas *on-line*.

É muito importante manter os hábitos que você tinha na empresa, mesmo estando em casa, como usar uniforme, nem que seja a camisa, manter sua mesa organizada, ter um espaço confortável, manter um cronograma de atividades, controlar as refeições, ter um tempo para descanso e lazer e, acima de tudo, manter contato via redes sociais ou telefone com os colegas de trabalho. Afinal, você faz parte de uma equipe!

Sobrancelhas

Técnicas e formatos delas – diferença significativa no olhar

Foto: Aline Marcelo

As sobrancelhas são a moldura do rosto, capazes de revelar a identidade e até mesmo expor as emoções. Atualmente, a procura por técnicas que destaquem o olhar aumentou, já que o uso das máscaras colocou as sobrancelhas em evidência.

Hoje, no mercado, existem diversas técnicas, que vão além do *design* com pinça. Entre elas, a Microblading e a Brow Lamination. "Para quem deseja um efeito mais prolongado, temos a técnica Microblading, em que utilizamos uma caneta (tebori) que simula os fios naturais, pigmentando a pele, preenchendo falhas e imperfeições. Usa-se um anestésico local, mas o ato é indolor e deixa as sobrancelhas bem naturais. Para quem deseja um efeito temporário, temos algo revolucionário no mercado, que é a técnica Brow Lamination (laminação das sobrancelhas): realizamos o alisamento dos pelos e a tonalização deles, sendo pratica totalmente indolor e não invasiva", explica a maquiadora e especialista em sobrancelhas, Aline Barbosa Marcelo.

A profissional explica que a técnica fio a fio japonesa (Microblading) dura de 10 a 18 meses, e a Brow Lamination varia entre 2 meses para o alisamento, e 6 semanas para a tonalização.

"A técnica fio a fio é recomendada fazê-las no mínimo a cada 12 meses. Isto porque nossa pele passa pelo processo de renovação celular, e com isso, o pigmento vai ficando cada vez mais suave até ser eliminado totalmente da pele, caso não seja retocado. A Brow Lamination precisa de renovar o design em, pelo menos, um mês após a realização", orienta a profissional.

Lembrando que, se a cliente tiver problemas de pele ou alergia, é feito um teste alérgico para evitar possíveis intercorrências, sendo que os procedimentos devem ser evitados por gestantes.

Também é possível realizar a remoção dos procedimentos com *laser* ou deixar que eles saiam gradativamente, caso não sejam retocados.

"As sobrancelhas devem ser cuidadas por um especialista na área, pelo menos a cada 30 dias. Assim como cuidamos do corpo, da alimentação e do nosso espírito, as sobrancelhas precisam estar sempre alinhadas. Isso é primordial para manter nossa autoestima sempre elevada e pronta para encarar o dia a dia, com mais praticidade", finaliza Aline.

DESIMAX
design gráfico e web
Sites - Lojas Virtuais - Blogs
FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:
19 99159.9124
WWW.DESIMAX.COM.BR

Carla Francine Bertanha
Advogada
OAB/SP 199.318
Rua Wilson Prado,217 | Jardim Planalto | Tatuí/SP
(15) 3259-2621/99723-2043 | cabertanha@ig.com.br

Viva a natação!

Esporte tem data especial; existem grandes atletas nas águas

A natação é um dos esportes mais completos para quem quer aliar saúde, fortalecimento e queima calórica. Além disso, estão reunidos quatro estilos, que são a base da natação como, ***crawl*, costas, peito e borboleta**.

E ao falarmos sobre natação, automaticamente nos lembramos de Gustavo Borges, considerado um dos principais nomes do esporte, com 4 medalhas olímpicas e 19 delas em jogos Pan-Americanos.

Natural de Ribeirão Preto, nascido em 2 de setembro de 1972, os 2m03 de altura fazem jus à sua fama de grande atleta.

Desde 1981, Borges tem marcado história na natação, quando ganhou sua primeira medalha, em uma gincana escolar. Foi então que ele fez disso uma paixão, conquistou seu espaço e cada vez mais premiações.

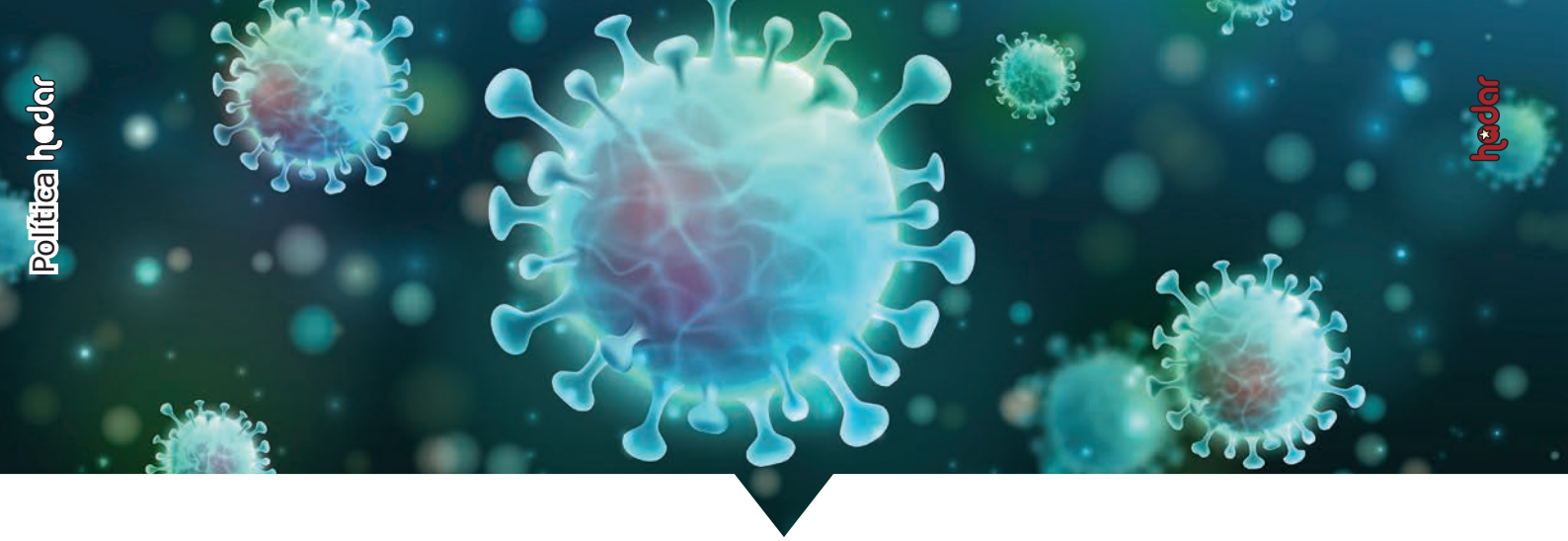
Entre seus principais projetos realizados está o troféu Gustavo Borges de Natação, com 11 edições, Projeto Social Nadando com Gustavo Borges, capacitação em mais de 400 estabelecimentos no Brasil, Chile e EUA com seu método. Por falar nisso, no ano de 2005, fora das piscinas (mas nem tanto), Gustavo Borges deu início à Metodologia que carrega seu nome.

Quem também fez história nas águas, foi o nadador norte-americano Michael Phelps, considerado a maior lenda dos Jogos Olímpicos. O nadador norte-americano de 35 anos conquistou 28 medalhas na história da competição, mais do que qualquer outro atleta.

Ao longo de sua carreira, conquistou também 65 ouros, 14 pratas e 3 bronzes em torneios internacionais, como Olimpíadas, Mundiais e Pan-Pacíficos. Ele se aposentou em 2016, após os Jogos do Rio de Janeiro.

A título de curiosidade, a natação foi introduzida oficialmente em 1897, no Brasil, e em 1898, foi realizado o primeiro Campeonato Brasileiro de Natação.

Por isso, lembramo-nos, neste 8 de abril, o Dia da Natação, criado para ajudar a promover um dos esportes mais queridos pelos atletas e não atletas e admiradores.



MOMENTO: UNIÃO DE TODOS CONTRA INIMIGO COMUM

Diferenças individuais devem ser deixadas de lado

O mundo enfrenta a mais grave crise de saúde pública em mais de 100 anos e, mais do que nunca, é necessária a união de todos para vencer este inimigo comum!

Em filmes de ficção cientifica, como Independence Day, a humanidade deixa suas diferenças de lado para lutar contra alienígenas que querem sugar os recursos da Terra e, com isso, obviamente, destruir a raça humana.

O coronavírus não é alienígena! Ele pode ser encontrado na natureza. O problema começa quando ele rompe as barreiras e passa a infectar humanos.

É importante frisar que o vírus não se importa com ideologias de qualquer espécie, classe social, cor da pele ou idade. Igualmente não se importa se algumas pessoas decidem, por conta própria, que a pandemia acabou. Ao contrário, se pudesse opinar, ele certamente diria para as pessoas saírem às ruas, não usarem máscaras, tomarem remédios ineficazes. Para ele, isso é ótimo! Quanto mais gente nas ruas, mais hospedeiros para o vírus, que agora ainda está gerando mutações que tem se alastrado mais rapidamente.

A população precisa conscientizar-se de que estamos em guerra. É uma guerra silenciosa, sem tiros; não há cheiro de pólvora no ar ou o barulho de bombas explodindo, mas não resta dúvida de que estamos em guerra!

O Brasil nunca sentiu realmente o que é uma guerra. Talvez falte essa compreensão a uma parcela da população e, também, a algumas lideranças. Sim, o momento é difícil e a economia precisa girar; mas, a que preço?

Mais de 330 mil mortos, em nosso país! E a contagem não para de subir! São números comparáveis aos de uma guerra, como o conflito na Síria. Há pessoas que parecem não ter percebido isso. Porque não é apenas uma questão individual, (de cada um cuidar de si). É questão de saúde coletiva! Você pode não pegar a doença, mas pode levá-la para casa, para seus filhos! Sim, muita gente precisa trabalhar, mas é necessário obedecer às regras sanitárias.

Quem sai à rua sem os devidos cuidados, afirmando que tem de sustentar a família, corre o risco de contrair o vírus e transmiti-lo para seus entes queridos, expondo-os a um grande perigo. Além disso, a pessoa pode ficar doente e vir a falecer, deixando a família completamente desamparada. E o que dizer das festas clandestinas realizadas neste momento tão delicado, em que todos os esforços são necessários para deter o avanço do vírus? São eventos mais que propícios para a propagação da doença. O vírus agradece!

Sim, muita gente precisa trabalhar, mas este é um momento único na história do Brasil e do mundo. Sociedade, governos e instituições em geral devem se unir em busca de soluções que priorizem a vida e minimizem o impacto econômico. Isto precisa e deve ser feito. A humanidade vai superar este momento, sem dúvida! Porém, o preço pode ser alto demais. Reflitamos sobre isso, enquanto pensamos nas vítimas deste mal que nos assola!

CULTURA

"CORAÇÃO CATIVO"

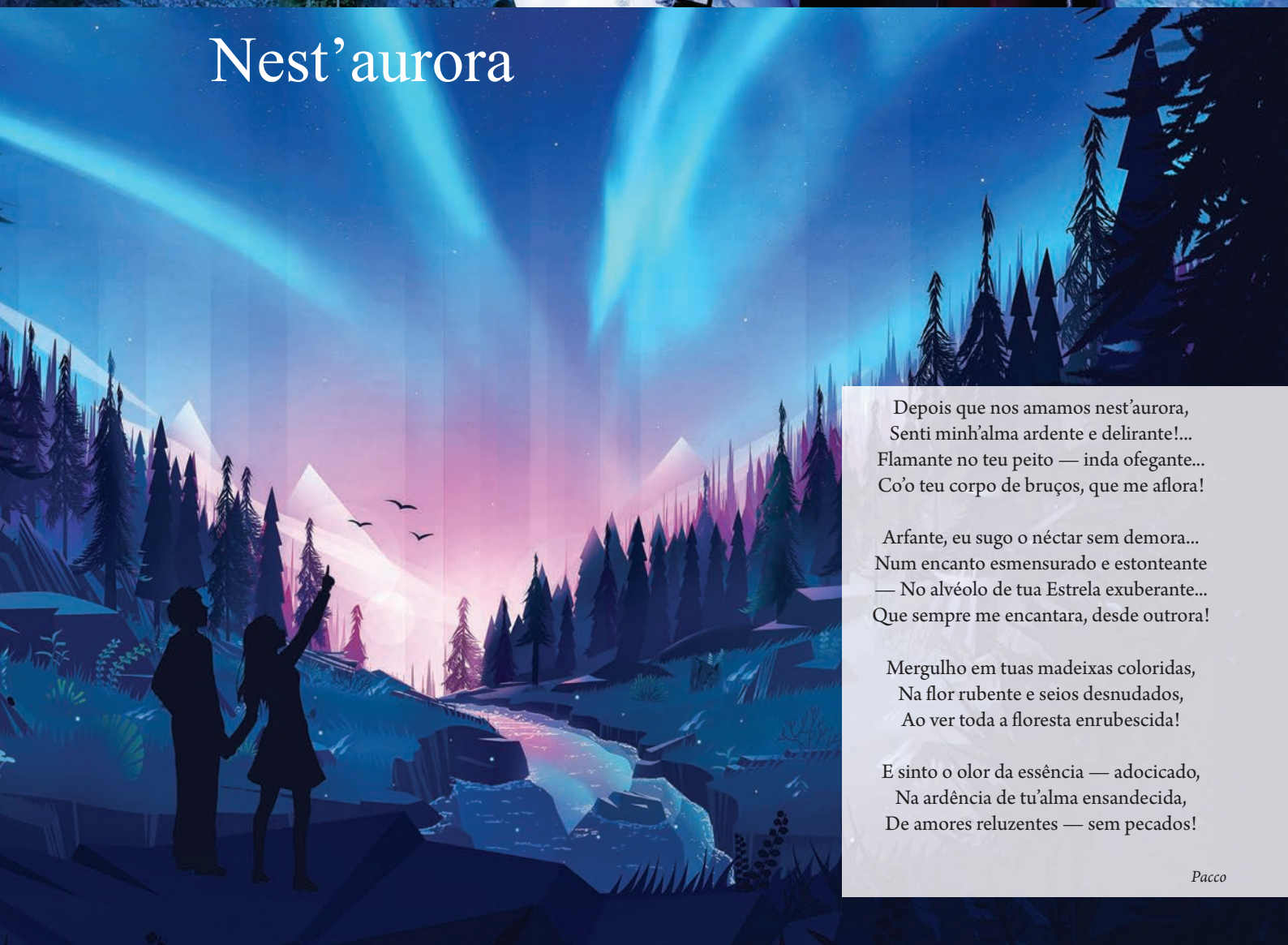
A noite no infinito desce fria,
Vem a treva, estremeço... A ventania
Sibila pela mata que farfalha
Como sinistro som de uma batalha.

Temerosa, em ti busco a harmonia
Na luz que teu olhar meigo alumia
Em teus braços, feliz, logo se espalha
O amor quente tal qual uma fornalha.

Que ardência sinto em teu divino olhar!
Protege-me com mágica ternura!
Durmo serena até o sol chegar.

Por ti meu coração já é cativo.
Teu rosto lindo, plácido fulgura
A beleza do amor límpido e vivo.

Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)



Nest'aurora

Depois que nos amamos nest'aurora,
Senti minh'alma ardente e delirante!...
Flamante no teu peito — inda ofegante...
Co'o teu corpo de bruços, que me aflora!

Arfante, eu sugo o néctar sem demora...
Num encanto esmensurado e estonteante
— No alvéolo de tua Estrela exuberante...
Que sempre me encantara, desde outrora!

Mergulho em tuas madeixas coloridas,
Na flor rubente e seios desnudados,
Ao ver toda a floresta enrubescida!

E sinto o olor da essência — adocicado,
Na ardência de tu'alma ensandecida,
De amores reluzentes — sem pecados!

Pacco

Foto: Ueslei Marcelino/Reuters

DIA DO ÍNDIO

Cultura viva em nosso país (embora não exposta entre outras raças)

Eles são parte primordial da História do Brasil. Historiadores afirmam que, antes da chegada dos europeus à América, havia aproximadamente 100 milhões de índios no continente, sendo 5 milhões de nativos somente no Brasil, divididos entre as seguintes tribos: tupi-guarani (região do litoral), macro-jê ou tapuia (região do Planalto Central), aruaque (Amazônia), charrua (extremo sul), pano (noroeste) e caraíba (Amazônia).

No ano de 1500, os indígenas que aqui viviam, sobreviviam da caça, da pesca e da agricultura de milho, amendoim, feijão, abóbora, bata-doce e, principalmente da mandioca.

Atualmente, tal cenário mudou completamente, a começar pelo número de índios que se concentram nas regiões do Amazonas, Nordeste, Centro-sul e no Estado do Mato Grosso do Sul. De acordo com dados do Censo 2010 (IBGE), o Brasil possuía, em 2010, 896.917 indígenas. Este número correspondia a 0,47% da população do Brasil.

Também, há mais de 10 anos, segundo a Fundação Nacional do Índio (Funai), as principais etnias indígenas brasileiras eram estimadas em: Ticuna (35.000), Guarani (30.000), Caiagangue (25.000), Macuxi (20.000), Terena (16.000), Guajajara (14.000), Xavante (12.000), Ianomâmi (12.000), Pataxó (9.700), Potiguara (7.700).

Em 2019, o IBGE estimou que haviam 7.103 localidades indígenas e 5.972 localidades quilombolas (índios + negros fugidos).

Assim como na Antiguidade, a diversidade sempre fez parte da cultura indígena; tanto é que existe enorme variação do idioma entre os grupos, valores, mitos, regras, tipos de moradias, entre outros aspectos. Por isso, são reconhecidos 215 grupos indígenas distintos e com uma variedade de mais de 180 línguas.

Infelizmente, o número de índios, no país, foi paulatinamente reduzido, devido à expropriação de suas terras para a ocupação rural e urbana; grande quantidade de índios foram mortos em lutas contra brancos e, principalmente, por doenças (transmitidas por brancos).

No entanto, a herança indígena pode ser encontrada em no nosso cotidiano, a começar pelo hábito de pessoas andarem com os pés descalços.

Descansar em redes também é um presente dos índios, que sempre tiveram o costume de adormecer em redes de palha, dentro de suas ocas.

A culinária brasileira herdou inúmeros hábitos e costumes da cultura indígena, como a utilização da mandioca e seus derivados (farinha de mandioca, beiju, polvilho), o costume de alimentar-se de peixes, carne socada no pilão de madeira (conhecida como paçoca) e pratos derivados da caça (como picadinho de jacaré e pato ao tucupi), além do costume de comer frutas (principalmente o cupuaçu, graviola, caju, açaí e o buriti).

Além disso, a língua portuguesa brasileira também teve vasta influência das línguas indígenas, como palavras ligadas à flora e à fauna (como abacaxi, caju, mandioca, tatu) e palavras que são utilizadas como nomes próprios (como o parque do Ibirapuera, em São Paulo, que significa, "lugar que já foi mato", em que "ibira" quer dizer árvore e "puera" tem o sentido de algo que já foi. O rio Tietê em São Paulo também é um nome indígena que significa "rio verdadeiro").

É por isso que o dia 19 de abril é destinado aos índios: é a maneira de relembrar o Primeiro Congresso Indigenista Interamericano, em 1940, que tinha como objetivo discutir várias pautas a respeito da situação dos povos indígenas, após séculos de colonização e da construção dos Estados Nacionais, nas Américas.

Os povos indígenas deixaram sua marca e até os tempos atuais, continuam contribuindo para o enriquecimento da nossa História do Brasil – haja vista terem sido os índios os primeiros habitantes do continente brasileiro.

Pequenos Notáveis

O Pequeno Notável deste mês é um lindo garoto, que este mês (06/04), está completando 11 anos! Hugo Henrique Cardoso Miranda, da cidade de Boituva. Ele está cursando o 5º ano, na EMEF - Professor Wanderley Rosa da Silva. É um garoto muito bom, esperto, talentoso, bem-humorado e elétrico. Assim ele mesmo se definiu (risos)! Ele nos revelou que não gosta muito de estudar, mas tira notas porque é inteligente! (risos). A matéria de que mais gosta é o inglês!

Ele gosta muito de praticar esporte – gosta de nadar, subir em árvores (imitar o Tarzan), jogar *free fire*, brincar de esconde-esconde, de pega-pega, e adora andar de bike! Mas realiza-se mesmo jogando futebol! Tanto que já ganhou até troféu em torneio da Escola em que estuda!

Além de tudo isso, Hugo gosta bastante de desenhar! Tem um grande talento. O garoto é autodidata, nunca fez aulas de desenho, inspira-se nas imagens e as desenha!

Hugo é um garoto amoroso! Ama muito a família. Tem vários amigos e primos com quem se relaciona muito bem! Mas confessou-nos que sua confidente é a prima Thayssa!

Hugo é uma criança muito alegre, gosta de fazer piadas e ama comer, principalmente macarronada. Quando questionado sobre o que gostaria de ser quando for adulto, ele nos disse que quer ser **jogador de Futebol!**

Esse garoto vai longe... Parabéns, Hugo! Nós, da Revista Hadar, desejamos-lhe muito sucesso na vida!

Seu filho também é um pequeno notável?
Então, mande seu trabalho para o e-mail: *jornalismo@revistahadar.com.br*
para que ele possa brilhar nas páginas da Revista Hadar.

MINUTO DE REFLEXÃO

"Você não pode impor a produtividade; você deve fornecer as ferramentas para permitir que as pessoas transformem-se no seu melhor."

Steve Jobs, empresário e fundador da Apple

MINUTO DE SABEDORIA

"A melhor maneira de iniciar é parar de falar e começar a fazer!"

Walt Disney, desenhista e empresário norteamericano

Engraxate

No Brasil, esta profissão é celebrada em dia 27 de abril

Em meio ao concreto do centro da cidade, o engraxate forja o brilho que falta ao mundo. Cabisbaixo, trabalha em silêncio, enquanto o cliente lê o jornal, indiferente à sua existência. Homens de terno e sapatos de couro, que raramente percebem a importância desse trabalhador incansável. Assim é a vida do Engraxate!

Tradicionalmente, o engraxate é uma pessoa do sexo masculino e, na maioria das vezes, pouco mais que uma criança. Em diversas áreas do mundo, é trabalho para ajudar a família, de pouca renda, principalmente, em países de baixo nível socioeconômico.

Figuras ilustres e bem sucedidas, na história, começaram a ganhar a vida trabalhando como engraxates, como o caso do fundador do grupo "Ser Educacional", Janguiê Diniz, por exemplo, que se tornou de engraxate e chegou a ser bilionário. O empresário Alcides Braga, dono da Truckvan, empresa de carretas, carrocerias e baús para caminhões e furgões. Hoje, a empresa dele fatura cerca de R$ 100 milhões ao ano, realidade bem diferente de quando ele ainda era engraxate. James Brown – "O Padrinho do Soul". "Eu costumava brilhar sapatos, cantar e dançar na Nona Avenida, em Augusta, na Geórgia". Em 1993, a estrada foi rebatizado de "James Brown Boulevard", em sua homenagem. O cantor inglês de Heavy Metal, Ozzy Osbourne. O compositor e criador do gênero musical chamado guarânia, José Asunción Flores. O primeiro cineasta afro-americano, Oscar Micheaux.

A tradição oral napolitana remete ao ano de 1806 o nascimento do ofício de engraxate, quando um operário poliu, em sinal de respeito, as botas de um general francês e foi recompensado por isso com uma moeda de ouro.

O engraxate itinerante tinha uma caixa ao ombro, contendo verniz, escovas e espanadores; na cobertura da caixa, tinha uma armação de madeira para apoio dos pés, alternadamente. Os engraxates, em local fixo, tinham poltronas enormes, quase tronos, com cromado dourado e tapeçarias de veludo vermelho.

Os engraxates trabalhavam das oito da manhã às oito da noite, com uma breve pausa, ao meio-dia, para o almoço. Eles ficavam, principalmente, nas esquinas dos cafés: nos lugares mais movimentados.

Durante a Segunda Guerra Mundial, no período da ocupação anglo-americana, apareceram os "sciusciàs", garotos que, para ganhar qualquer coisa, lustravam as botas dos militares, além de terem cópias de jornais, goma de mascar e doces. As condições de vida e a luta diária para a sobrevivência destes jovens são descritas magistralmente por Vittorio De Sica em "Sciuscià" (filme de 1946).

Ao término da Guerra, desapareceram o "Sciusciàs" e também os engraxates de Nápoles. No início dos anos cinquenta, eles eram apenas mil. Hoje em dia, caminhando pelas ruas napolitanas, ocasionalmente, pode-se encontrar algum.

Com a imigração italiana, começaram a aparecer, por volta de 1877, na cidade de São Paulo, os primeiros engraxates. Eram poucos, no início, com idade média de 10 a 14 anos, todos italianos e percorriam as ruas, das 6 h da manhã até à noite, com uma pequena caixa de madeira com suas latas, escovas e outros objetos. Trabalhavam também nas estações ferroviárias. Cobravam três vinténs pela engraxada.

As cadeiras de engraxate foram inventadas por Morris N. Kohn em 1890. O engraxate, hoje em dia, é uma profissão em via vias de extinção.

Fonte: www.almanack.paulistano.nom.br

Imagem: Gonza Rodriguez, arte ZH

Você sabia?

01 de abril: Dia da Mentira

Origens dessa data remontam à França (segunda metade do século XVI)

O dia 1º de abril é considerado, em vários países ocidentais, como o Dia da Mentira, uma data em que muitos aproveitam para "pregar uma peça" em amigos, ou mesmo, em desconhecidos. Fazem algumas piadas e pegadinhas que chegam a ser até de humor negro. Mas você sabe o porquê da data, caro leitor?!

Há muitas explicações para que o dia 1º de abril esteja relacionado ao Dia da Mentira, (uma delas remonta à França, na segunda metade do século XVI). Em 1564, o Rei francês Carlos IX tornou oficial nos domínios de seu reinado o novo calendário, definido durante o Concílio de Trento (1545 a 1563). Esse novo calendário ficou conhecido como Calendário Gregoriano, por ter sido proposto pelo Papa Gregório XIII. O Calendário Gregoriano substituiu o Calendário Juliano (proposto por Júlio César, no século I a.C.), provocando alterações fundamentais, como a mudança de datas comemorativas.

De acordo com essa teoria, o Ano Novo era comemorado, no Calendário Juliano, sempre em 25 de março, quando se iniciava a Primavera, no Hemisfério Norte. As comemorações duravam cerca de uma semana, finalizando-se no dia 1º de abril. O Calendário Gregoriano mudou a comemoração dessa data para o dia 1º de janeiro – vigente até hoje. Carlos IX, sendo o primeiro a adotar o calendário, provocou uma mudança nos hábitos de seus súditos. Grande parte dos franceses, após 1564, ainda comemorava o Ano Novo na passagem do mês de março para o mês de abril.

Aqueles que sabiam que o calendário antigo havia sido revogado, começaram a fazer brincadeiras e a ridicularizar aqueles que insistiam em continuar considerando o dia 1º de abril como Ano Novo. Eram considerados "bobos", "tolos", pois comemoravam algo que sabiam que não era verdadeiro.

O último dia da antiga comemoração, o dia 1º de abril, ficou marcado então como o "Dia da Mentira", isto é, da "comemoração mentirosa da passagem do ano". Em 1582, o Papa Gregório XIII publicou a Bula Inter Gravíssimas (emenda), que instituiu oficialmente o novo calendário, em todos os países católicos. Esse fato contribuiu para que o "Dia da mentira" se propagasse em outras regiões, além da França, tornando-se popular em todo o mundo ocidental.

Entre os ingleses, o Dia da Mentira é conhecido como April Fools' Day, que significa literalmente "Dia dos Bobos de Abril".

Também conhecido como o "Dia dos Bobos", "Dia de todos os Tolos", no Brasil, o Dia da Mentira começou a popularizar-se em Minas Gerais, através do periódico "A Mentira", que tratava de assuntos efêmeros e sensacionalistas, no começo do século XIX.

Este periódico teria lançado em 1º de abril de 1848 uma matéria que noticiava a morte do então imperador Dom Pedro II. Dois dias depois, o jornal teve que desmentir a publicação, visto que muita gente realmente acreditou na notícia.

https://brasilescola.uol.com.br/

CURIOSIDADES

Vinagre de Maçã

Os Benefícios no consumo desse alimento

O vinagre de maçã é um alimento fermentado que possuídos de propriedade antioxidante, anti-inflamatória e antimicrobiana e, por isso, pode ser usado para auxiliar no tratamento de acne, proteger contra doenças cardiovasculares e prevenir o envelhecimento precoce.

Além disso, é composto por pectina, que é uma fibra solúvel atuante, diminuindo a absorção de carboidrato no intestino e controlando os picos de glicemia, ajudando na perda de peso, controle da diabetes e melhora da digestão.

O vinagre de maçã possui ácidos e compostos polifenólicos em sua composição, que atuam, dificultando a absorção de carboidratos no intestino e, por isso, pode ajudar na perda de peso. Além disso, é constituído por pectina, que é uma fibra solúvel que preenche o estômago, promovendo a sensação de saciedade e diminuindo a fome.

Este alimento também possui propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes, o que ajuda a prevenir o acúmulo de gordura e favorece sua eliminação do organismo.

Apesar de ser rico em ácidos, o vinagre de maçã ajuda a equilibrar o pH do estômago, o que permite maior controle e regulação da acidez. Assim, é possível combater os sintomas do refluxo gastroesofágico, como azia, sensação de queimação e sensação de peso no estômago. Conheça outros sintomas de **refluxo**.

Alguns estudos indicam que o vinagre de maçã pode ajudar no controle do diabetes; isso porque é composto por fibras que podem atuar na diminuição da absorção de carboidratos e, consequentemente, ajudar no controle dos picos de glicemia após refeições.

Além disso, alguns estudos relatam que o vinagre de maçã pode ainda melhorar a ação da insulina e reduzir a produção de glicose pelo fígado, o que também ajuda no controle do diabetes. No entanto, para que o vinagre de maçã tenha esse efeito, é importante que faça parte de uma alimentação saudável e equilibrada, além de também ser importante que o tratamento seja indicado por um Profissional da Saúde (Médico ou Nutricionista).

O vinagre de maçã é rico em fibras e ácidos, como o ácido acético e o clorogênico, que ajudam na digestão dos alimentos e, por isso, podem ajudar a aliviar os sintomas de má-digestão, proteger o estômago, facilitar a digestão e diminuir a sensação de estômago pesado após as refeições.

Devido às propriedades antioxidante e anti-inflamatória, o vinagre de maçã é capaz de prevenir que ocorra o depósito de gordura nas paredes dos vasos e, por isso, ajuda a diminuir o risco de doenças cardiovasculares, como a aterosclerose, por exemplo.

Além disso, esse vinagre pode também ajudar na redução do colesterol ruim, o LDL, e dos triglicerídeos, além de atuar no controle da pressão arterial, reduzindo o risco de derrame e infarto.

O vinagre de maçã é rico em ácidos, como o gálico, lático, málico e cítrico, que podem atuar diretamente no fígado e melhorar sua atividade, além de também ajudar a diminuir o acúmulo de gordura no fígado e, consequentemente, prevenir o desenvolvimento da esteatose hepática.

Alguns estudos científicos mostram que o vinagre de maçã possui propriedades antimicrobianas capazes de diminuir a proliferação de alguns microrganismos presentes naturalmente no organismo, mas que podem causar infecção quando em grandes quantidades, como Candida albicans, Escherichia coli e Staphylococcus aureus, por exemplo, que estão relacionados com infecções urinárias, gastrointestinal e de pele.

Apesar disso, ainda são necessários mais estudos que comprovem o efeito antimicrobiano do vinagre de maçã, principalmente quando incluído em uma dieta saudável.

Os polifenóis presentes no vinagre de maçã possuem propriedades antioxidantes que ajudam a combater os radicais livres que são formados pelo envelhecimento, poluição e má alimentação e, por isso, o vinagre de maçã melhora a qualidade da pele e ajuda a retardar o envelhecimento.

O vinagre de maçã tem os ácidos acético, cítrico, lático e succínico em sua composição que têm ação antimicrobiana contra a bactéria Propionibacterium acnes, responsável por causar acne na pele.

No entanto, por conter muitos ácidos, o vinagre de maçã não deve ser aplicado puro na pele, pois pode causar queimaduras.

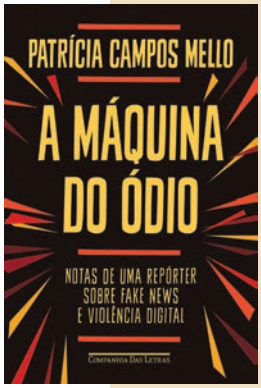
O alimento, quando consumido em grandes quantidades e por período prolongado, pode causar efeitos colaterais como náuseas e vômitos, queimadura na garganta, dificuldade de digestão, redução da quantidade de potássio no sangue, perda óssea e osteoporose, além de danificar o esmalte dos dentes.

É muito importante ressaltar que, para obter todos os benefícios, o vinagre de maçã deve fazer parte de uma alimentação balanceada e saudável e com acompanhamento médico!

Fonte: https://www.tuasaude.com/

A Débil Mental
Autor: Ariana Harwicz
Editora: Instante

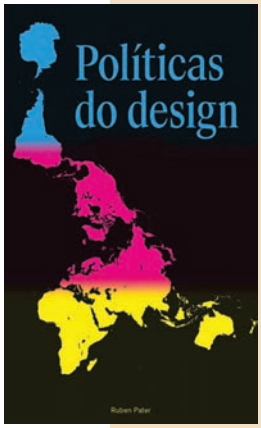
O segundo romance da argentina Ariana Harwicz, autora do bem-sucedido "Morra, amor" traz uma história protagonizada por mãe e filha que se espionam, odeiam-se, amam-se. Em um vilarejo distante de tudo, mãe e filha dependem uma da outra, em um círculo de destruição mútua, mas também de afeição. Porque esta é, sim, uma história de amor – na qual, porém, um abraço pode acabar em facada. A única saída possível para elas está no amante da filha, o redentor capaz de transformar para sempre a vida de ambas. Esqueça o que leu a respeito de relações entre mães e filhas: Ariana Harwicz explora a convivência enlouquecida entre duas mulheres que já estiveram ligadas pelo cordão umbilical, mas agora estão unidas por violência, sexo e todas as pulsões que a sociedade reprime em nós e que, aqui, explodem de maneira descontrolada. **"A débil mental"** é uma leitura profundamente perturbadora, ainda que repleta de imagens de grande beleza – uma experiência incomum e, por isso mesmo, viciante.



A Máquina do Ódio
Autor: Patrícia Campos Mello
Editora: Companhia das Letras

Dias antes do segundo turno da eleição de 2018, Patrícia Campos Mello publicou a primeira de uma série de reportagens sobre o financiamento de disparos em massa no WhatsApp e em redes de disseminação de notícias falsas, na maior parte das vezes, em benefício do então candidato Jair Bolsonaro. Desde então, a repórter tornou-se alvo de uma violenta campanha de difamação e intimidação estimulada pelo chamado Gabinete do Ódio e por suas milícias digitais.

Em **"A máquina do ódio"**, Campos Mello discute de que forma as redes sociais vêm sendo manipuladas por líderes populistas e como as campanhas de difamação funcionam qual uma censura, agora terceirizada para exércitos de trolls patrióticos, repercutidos por robôs no Twitter, Facebook, Instagram e WhatsApp – investidas que têm nas jornalistas mulheres suas vítimas preferenciais.



Politicas do Design
Autor: Ruben Pater
Editora: Ubu

Políticas do Design explora o contexto cultural e político de tipografia, cores, fotografia, símbolos e infográficos que usamos todos os dias. Designers, especialistas em comunicação e criadores de imagem têm o poder de moldar a comunicação visual, e uma grande responsabilidade acompanha esse poder. Será que nós, como profissionais criativos, estamos de fato cientes do significado político e do impacto do nosso trabalho na sociedade em rede atual? Este livro examina contextos culturais e estereótipos, com exemplos visuais do mundo todo, evidenciando a falta de neutralidade das ferramentas de comunicação para incentivar cada leitor a repensar sua visão da cultura global. Complementado com obras de artistas e designers contemporâneos, o livro mostra como consciência política não limita criatividade; ao contrário, abre novos caminhos para explorar uma cultura visual crítica.

CONECTE-SE

Relatos do Mundo

Em **"Relatos do Mundo"**, no ano de 1870, o Capitão Jefferson Kyle Kidd, um viúvo e veterano confederado, que já lutou em duas guerras, viaja de cidade em cidade através do Texas, oferecendo notícias do mundo para as pessoas, apesar dos jornais estarem se tornando cada vez mais acessíveis. Ele aceita uma proposta para levar uma menina de 10 anos, Johanna, até seus familiares mais próximos. Uma garotinha alemã que acabou sendo criada pela tribo Kiowa, mas que, infelizmente, foram massacrados pelo homem branco, ela não conhece sua família e tem um comportamento hostil com as pessoas ao seu redor, mas acaba criando um vínculo com Kidd. A jornada, claro, o leva de volta para sua própria casa, um lar a que ele refuta retornar desde o início da guerra, forçando os dois a lidarem com as difíceis escolhas sobre o futuro.

Clouds

À primeira vista, **"Clouds"** pode remeter ao espectador filmes como **"A Culpa é das Estrelas"** ou **"A Cinco Passos de Você"**. O drama teen contido nessas produções é bem similar, especialmente pelo fato de os filmes lidarem com doenças terminais e romances limitados a um curto (e intenso) período de tempo. Mas **"Clouds"** dá um passo além, dentro deste cenário que já adianta, desde o início, que um desfecho melancólico está por vir. É através da música que o filme do Disney ganha uma estrutura mais suave, ao mesmo tempo em que a história real de Zach Sobiech (Fin Argus) faz o espectador sempre manter os "pés no chão": o jovem sofreu de uma doença terminal e faleceu em 2013, depois de se tornar famoso com suas canções autorais. Por mais que o público saiba o que irá acontecer no final, a jornada de Zach ganha traços singelos e até mesmos coloridos, graças ao que a arte causou em sua vida. Seja no âmbito família...

Projeto Power

Em **"Power"**, a notícia de que uma nova pílula capaz de liberar superpotências para cada um que a experimentar começa a se espalhar nas ruas de Nova Orleans. Poderes como pele à prova de balas, super força e invisibilidade apareceram em usuários, porém, é impossível saber o vai realmente acontecer, até tomá-la. Trata-se do plano sigiloso de uma corporação que pretende testar o maior número de pessoas de forma sorrateira, pulando de cidade a cidade sem deixar vestígios. A história de Power funciona... mas tudo muda quando a pílula acaba aumentando o crime na cidade, fazendo com que o policial local (Joseph Gordon-Levitt) se una a um traficante adolescente (Dominique Fishback) e um ex-soldado com sede de vingança (Jamie Foxx) para combater o poder com poder, chegando à origem da pílula.

COM A GENTE!
Rua 7 de Setembro, 270 | Tatuí/SP
www.revistahadar.com.br
/hadar.tatui | /revistahadar
(15) 99789-5267/3259-7014/3259-4543

Daft Punk: 28 anos a serviço da música

Duo de DJs franceses deixa legado imenso

O Daft Punk, duo influente da música eletrônica, anunciou o fim de suas atividades, após 28 anos de carreira. Um vídeo da dupla, intitulado "Epilogue", foi postado no canal do YouTube e trouxe a notícia de uma forma poética, deixando os fãs surpresos com o fato.

Hits como "Get Lucky", "One More Time" e "Around The World" marcaram a carreira do duo, formado pelos franceses Guy-Manuel de Homem-Cristo e Thomas Bangalter, que se conheceram ainda na escola. Juntos de um outro amigo, Laurent Brancowits, formaram a banda Darlin', que tinha seu nome inspirado em uma canção homônima do grupo The Beach Boys. Após algumas apresentações, o trio foi alvo de uma crítica no jornal Melody Maker, que classificou sua música como "daft punky", algo como "punk bobo". Assim veio o nome Daft Punk, que se iria tornar um marco, na história da música.

Homem-Cristo e Bangalter trocam a guitarra e o baixo por sintetizadores e máquinas de ritmo e, em 1997, lançam seu álbum de estreia, "Homework". O maior hit do disco foi "Around The World", que contou com um videoclipe dirigido pelo cineasta Michel Gondry.

Quatro anos depois, eles retornam com o visual robótico (que acompanhou o duo até o seu fim) e o álbum "Discovery", que ajudou a dupla a conquistar uma legião de novos fãs. Trazendo referências da dance music setentista, hits como "One More Time" e "Harder, Better, Faster, Stronger" tornaram-se hinos, nas pistas de dança do mundo todo.

Em 2005, lançam o controverso e minimalista "Human After All" que, apesar das críticas, teve sucessos como "Robot Rock" e Technologic". No ano seguinte, o Daft Punk faz sua primeira e única visita ao Brasil, com shows no Rio de Janeiro e em São Paulo.

Oito anos se passaram e trouxeram consigo "Random Access Memories", o último álbum do duo e um marco na história da música pop. Produtores do passado foram trazidos de volta, como Nile Rodgers e Giorgio Moroder, além de nomes mais novos da indústria fonográfica da época, como Julian Casablancas e Pharrel Williams. Com grandes *hits*, como "Get Lucky" e "Lose Yourself to Dance", o disco trouxe 5 prêmios Grammy para a dupla, incluindo o de "Álbum do Ano".

O Daft Punk influenciou o surgimento de muitos novos artistas, como o Justice, mas também influenciou ícones já estabelecidos da indústria, como Madonna e Kanye West. Além de hitmakers, Guy-Manuel de Homem-Cristo e Thomas Bangalter serviram como curadores musicais para as novas gerações, apresentando os nomes daqueles que fizeram muitos dançarem, nas pistas do passado.

Felipe Roarelli Ribeiro

universo
Teen

Moda: conforto e olhar retrô são as tendências

Inspiração: retrospectiva de looks passados

Você pensa que está difícil levar uma vida normal, nestes tempos de pandemia? Está com saudades de muita coisa que fazia, antes da Covid-19 chegar?

Talvez a moda possa ajudar você a passar por este momento difícil, com tendências inspiradas em coleções e visuais que fizeram sucesso no passado. São *looks* que privilegiam o conforto, o visual descontraído e jovem, que podem ser usados por todas as idades.

No entanto, um item deve ser comum a todos os *looks*: a máscara, um acessório que deve estar presente em nossa vida, ainda por algum tempo. Mas a tendência inspirada no passado, uma situação que vem desde o começo do ano, deve permanecer conosco (por um tempo também!). Afinal, bom gosto e beleza não saem de moda!

O isolamento social tem nos ensinado sobre a importância do conforto na hora de escolher o *look* – e isso não ficará de fora, durante todo este ano. A moda segue priorizando peças aconchegantes e alguns números maiores que o corpo, daí o nome *oversized*. Aposte no visual para *t-shirts*, jaquetas, moletons e calças.

Com a chegada do outono e inverno logo atrás, a diminuição das temperaturas pode fazer você pensar duas vezes antes de usar aquela minissaia estampada ou com aqueles recortes laterais. Porém, você pode continuar usando e arrasando no visual, enquanto o inverno não chega, com ventos frios e sensação térmica que pede agasalhos!

Unissex

Se você, algum dia, pensou em usar um tipo de roupa, sem se preocupar se é de homem ou mulher, o momento chegou! Cada vez mais marca tornam-se adeptas à confecção de roupas *unissex*, que podem ser usadas por homens, mulheres e pessoas não-binárias. Com a desmistificação dos padrões de gênero, essa tendência de moda chega ainda mais forte em 2021. Além disso, alguns famosos como Harry Styles, Jaden Smith e Cara Delevingne, também ajudaram a popularizar o estilo. As composições incluem peças de alfaiataria, *oversized*, *mom jeans*, entre outras.

Rosa chiclete

Por fim, mas não menos importante, a tonalidade que promete tomar conta das tendências de moda é o **rosa chiclete**. Ao lado do cinza e amarelo, cores Pantone 2021, o tom poderá trazer a *vibe* enérgica, alegre e amorosa de que este ano precisa. Tanto para o verão quanto para o inverno, vale apostar em looks monocromáticos ou pequenos detalhes rosas no visual. Atire-se!

Fonte: Portal Terra

Identificação de graves problemas comportamentais nos jovens

Universidade americana aponta sinais de desvios muito graves

Todo adolescente é um rebelde sem causa? Quando a rebeldia natural da adolescência pode se transformar-se em um desvio de comportamento que pode revelar-se nocivo para o jovem, para os seus familiares e para outras pessoas, em geral?

Saber identificar sinais de graves desvios comportamentais pode ser o elemento-chave para descobrir e atenuar problemas.

Pesquisadores da Universidade Harvard (EUA) apontam, em artigo, algumas atitudes sinais que os pais podem detectar e, se for o caso, buscar ajuda profissional.

O texto começa lembrando que "a adolescência é o momento em que começa a desenvolver-se a independência. Normalmente, os adolescentes exercem sua independência questionando as regras dos pais, o que às vezes os leva a quebrar tais regras. Pais e Profissionais de Saúde devem distinguir erros de julgamento ocasionais de um grau de mau comportamento, que requer intervenção profissional", afirma o artigo, acrescentando que "a gravidade e frequência das infrações são guias (para se identificarem os casos mais graves). Por exemplo, o uso excessivo e recorrente de álcool e o envolvimento em absentismo recorrente (deixar de fazer tarefas e trabalhos) ou roubos são muito mais significativos do que episódios isolados das mesmas atividades. Sinais de alerta que sugerem comportamentos disruptivos (alterações de **comportamento** difíceis de diagnosticar e tratar. Especialistas afirmam que essa dificuldade se dá porque as crianças e os adolescentes apresentam variações comportamentais típicas da idade).

Ainda de acordo com o artigo, este tipo comportamento inclui piora no desempenho escolar e atitudes como, por exemplo, fugir de casa. Os pesquisadores alertam ainda que "adolescentes que causam lesões graves em si ou usam armas em outro em uma luta são particularmente preocupantes"

Fora do radar dos pais

"Como os adolescentes são muito mais independentes e têm mobilidade muito bem do que quando crianças, frequentemente estão fora do controle físico direto de adultos. Nessas circunstâncias, o comportamento dos adolescentes é determinado pelo seu próprio código moral e comportamental", afirma o estudo.

Os pesquisadores avaliam que é melhor os pais orientarem, "em vez de controlar diretamente as ações de seus filhos. É menos provável que adolescentes, que se sentem acolhidos e apoiados por seus pais, envolvam-se em comportamentos de risco, bem como aqueles cujos pais transmitem expectativas claras sobre o que esperam do comportamento deles e determinam limites consistentes e vigilância. O controle parental autoritativo é um estilo parental em que as crianças participam na definição das expectativas e regras familiares. Esse estilo parental, ao contrário da parentalidade severa ou permissiva, tem maior probabilidade de promover comportamentos maduros".

Tarefas

O artigo afirma ainda que "pais autoritários normalmente usam um sistema de privilégios graduados, em que os adolescentes inicialmente recebem pequenas responsabilidades e liberdades (cuidar de um animal de estimação, fazer as tarefas domésticas, comprar roupas, decorar o quarto, gerenciar a mesada, participar de eventos sociais com amigos, dirigir (nos EUA, o adolescente pode tirar licença para guiar). Se os adolescentes lidam bem com essas responsabilidades ao longo de um período de tempo, mais privilégios lhes são concedidos. Por outro lado, julgamento ruim ou falta de responsabilidade leva à perda de privilégios. Cada novo privilégio exige monitoramento atento por parte dos pais para garantir que os adolescentes cumpram com as regras acordadas (combinadas).

Alguns pais e adolescentes brigam sobre quase tudo. Nestas situações, a questão central é realmente o controle. Os adolescentes querem sentir-se no controle de sua vida, mas os pais não estão prontos para abrir mão do controle. Nestas situações, todos podem beneficiar-se quando os pais escolhem as batalhas deles e focam seus esforços nas ações do adolescente (frequentar a escola e cumprir com as responsabilidades domésticas), em vez em suas expressões (roupas, penteado e entretenimento preferido)".

O artigo afirma ainda que "adolescentes cujo comportamento é perigoso ou inaceitável, apesar dos melhores esforços de seus pais, podem precisar de intervenção profissional. O uso de substâncias é um gatilho comum dos problemas comportamentais, e transtornos pelo uso de substâncias requerem tratamento específico. Problemas comportamentais também podem ser um sintoma de transtornos de aprendizagem, depressão ou outros distúrbios de saúde mental. Estes transtornos tipicamente exigem tratamento com fármacos, bem como aconselhamento profissional".

Fonte: Portal Terra

Corrimento

Diferentes tipos de secreção vaginal

Para manter a vagina saudável, é de extrema importância conhecer o próprio corpo e o seu ciclo menstrual. Isto ajuda muito na detecção precoce de qualquer alteração.

Além disso, é indicado permitir que a vulva respire, evitando protetores diários, substituindo a calcinha durante o dia ou quando sentir que ela está muito úmida, evitar a higiene excessiva ou o uso de duchas dentro do canal da vagina. Manter-se ativa e saudável, além de manter boa alimentação, atividade física regular, imunidade alta, uso de preservativos para evitar doenças sexualmente transmissíveis.

Segundo a Fisioterapeuta especializada em Saúde da Mulher e Pós Graduanda em Obstetrícia, Camila Manis de Almeida, **corrimento vaginal é a secreção que sai pelo canal da vagina**. "Esse muco, geralmente, é esbranquiçado ou transparente, com cheiro característico e contém fluídos vaginais, micro-organismos que compõem a flora vaginal e células mortas", afirma.

A profissional explica que a vagina é naturalmente úmida, e essa secreção nem sempre é sinal de doença. "A depender da fase do ciclo menstrual, esse muco pode mudar de características e, ainda assim, ser completamente fisiológico. Por exemplo, na fase pré menstrual, pode ter coloração mais avermelhada ou parecendo borra de café. Próximo à ovulação, pode ser mais espesso e com textura de clara de ovo, entre outros. Desde que a secreção não cause coceira, seja de coloração diferente (verde ou cinza) da habitual para cada fase do ciclo e apresente odor fétido, ela é fisiológica e pode ser considerada absolutamente normal".

Porém, há doenças frequentes e que podem ser as principais causas de corrimentos anormais, como **candidíase, vaginose bacteriana e tricomoníase vaginal**. "Além disso, uma queda brusca na imunidade, doenças sexualmente transmissíveis, mau hábito de higiene íntima, podem alterar a flora vaginal e deixar o ambiente propício ao aparecimento dessas secreções patológicas", orienta Camila.

O tratamento é médico, porém, certas mudanças nos hábitos de vida e de higiene podem contribuir para evitar reincidências. "Algumas condições, como a candidíase, podem levar a alterações na sensibilidade vulvar, desencadeando tensão muscular perineal, dor na relação sexual, e necessidade de intervenção fisioterapêutica", diz a fisioterapeuta.

Entre os corrimentos vaginais, existem os saudáveis, que são os esbranquiçados ou transparentes e que alteram de quantidade ou textura de acordo com o ciclo menstrual. Os patológicos são os que apresentam coloração, odor ou coceira, mas também podem apresentar pus, grumos (como leite coalhado), aumento na quantidade ou diferença na consistência.

No entanto, há hábitos que prejudicam a saúde da vagina, como sedentarismo, sexo desprotegido, doenças como diabetes, alimentação precária, excesso de tempo com calcinha úmida ou absorvente, roupas justas e que não permitem a respiração da região íntima, higiene precária ou em excesso (!), alterações na flora vaginal, queda da imunidade, etc.

"Diante de qualquer alteração, evite a automedicação. Observe seu corpo, conheça-se e consulte regularmente seu médico ginecologista e sua fisioterapeuta pélvica", finaliza Camila.

AUTOS & CIA

Câmeras ajudam motorista em manobras

Equipamento proporciona visão completa do veículo

O desenvolvimento das câmeras digitais e, principalmente, das telas em que as imagens são reproduzidas, está auxiliando cada vez mais o motorista em manobras como baliza (estacionar o carro), verificar o tráfego que vem atrás, e até manter o carro na faixa correta de direção, ou mesmo, manter distância segura do veículo que está à frente, uma função realizada junto com sensores espalhados por todo o carro. Em veículos mais sofisticados, sistemas usam câmeras para ler as placas de trânsito, mantendo o automóvel dentro do limite de velocidade da via. Claro, nem todo mundo pode ter um modelo *top* de linha, mas as câmeras estão se popularizando e, cada vez mais, presentes em veículos mais acessíveis.

Muitos veículos já saem de fábrica com câmeras espalhadas por todo lugar, oferecendo a possibilidade de o motorista ter uma visão em 3D do carro. Além disso, com a evolução das telas (que estão cada vez maiores e com imagens em alta definição), o condutor pode, por exemplo, acompanhar a aproximação das rodas traseiras da guia, diminuindo a possibilidade de raspar a roda; ou ainda, saber a posição correta das rodas da frente, durante a manobra.

Graças a essa evolução tecnológica, as câmeras podem ser configuradas de várias maneiras, sempre com o objetivo de fornecer o maior número possível de informações ao motorista. O sistema também melhora a imagem captada, trabalhando com contrastes e o brilho da imagem.

As câmeras ainda possuem a possibilidade de varrer o entorno do carro, eliminando pontos cegos. Com isto, até o conceito de espelho retrovisor está mudando. Alguns caminhões já testam substituir a peça de metal e vidro por telas grandes (como um Tablet), que reproduz a imagem captada por câmeras, facilitando e muito a vida dos motoristas, pois o sistema elimina os pontos cegos.

Entre as novidades que aparecem constantemente, existem automóveis que possuem câmeras conjugadas com o retrovisor interno do carro. O motorista pode optar por ver a imagem na câmera ao dar uma ré, por exemplo, e existe a possibilidade de projetar a imagem na tela multimídia. Oferecendo maior segurança na manobra.

Os sistemas estão cada vez mais completos e precisos, oferecendo mais segurança e tranquilidade, ao dirigir. Em alguns veículos, o condutor pode ter uma visão em 360º do carro. Ou seja, só rala a roda ao estacionar quem quiser.

Cuidados na manutenção de veículos híbridos e elétricos

Chegada de novos modelos muda rotina de oficinas

Com o avanço da tecnologia nos carros, e a utilização cada vez maior de motores híbridos e elétricos, oficinas e profissionais de mecânica precisam atualizar-se e adaptar-se diante de um cenário cada vez mais comum. A manutenção de veículos elétricos ou híbridos.

Esses veículos possuem características próprias, e por esta razão, também possuem especificidades na hora da manutenção e/ou revisão. A diferença começa no número de peças: carros híbridos ou elétricos possuem menos componentes (não têm pistão, vela, ou correia, por exemplo). O tempo para trocar de peças é muito maior, chegando a 40 mil km, segundo especialistas. Veículos com motor a combustão apresentar maior desgaste de componentes, que geralmente precisam ser trocados a cada 10 mil km. Um tempo maior na troca significa economia no bolso do proprietário.

A economia também se faz presente no consumo de combustível. Um exemplo disso é a Volvo V90, a *station wagon* (ou perua, como se dizia antigamente) *top* de linha da marca sueca que, embora tenha motor 2.0 biturbo e mais de 400 cv de potência, consegue fazer até 25 km/litro em estrada, graças ao trabalho conjunto do motor a gasolina com o elétrico, localizado na traseira.

Mercado

Outra mudança que a chegada dos motores híbrido e elétricos está provocando o aumento na demanda por profissionais capacitados para fazer a revisão dos veículos.

Outra mudança é com a rotina e os protocolos de segurança no local de trabalho, com o uso de luvas isolantes (isolam cargas de até mil volts) e a retirada do disjuntor (sim, os veículos elétricos têm disjuntor!), isolando o sistema e evitando acidentes

As baterias que alimentam os motores possuem vida muito longa. Elas são feitas de lítio íon e sua manutenção é baixíssima, oferecendo inclusive a possibilidade de abrir-se a bateria e retirar os componentes em separado.

E se você está preocupado com o risco de incêndio, em uma colisão, os especialistas afirmam que tal risco é zero, pois o sistema desliga, em caso de acidente.

E aqui vai uma dica, nestes tempos de pandemia: o carro deve ficar parado no máximo um mês. Neste período de reclusão, é importante deixar o carro ligado por 20 minutos, a cada duas semanas.

Tecnologia nos pesos pesados

Caminhões e ônibus já começam a usar mais recursos tecnológicos

Não são só os automóveis, principalmente os de luxo, que desfrutam do avanço tecnológico de nossa época. De uns anos para cá, os caminhões e ônibus passaram a utilizar tecnologias que aumentam a segurança, o conforto e até contribuem para reduzir a emissão de gases poluentes. O meio ambiente agradece. E muito!

Mais automação e menos poluição é a tendencia do segmento. Caminhões autônomos e semiautônomos são uma realidade cada mais próxima, inclusive no Brasil, onde já estão sendo realizados testes. Se antes você achava que sistemas que mantêm a velocidade constante do veículo, garantindo uma distância segura do carro ou caminhão que vai à frente, até parando automaticamente se preciso for, saiba que agora existem caminhões com câmeras e radares que fazem esse trabalho.

Sensores espalhados por todo o caminhão ajudam o motorista na hora das manobras e na condução, identificando, por exemplo, pedestres que eventualmente se movimentem próximo ao caminhão, ou estejam atravessando a rua. Nesta situação, um protocolo de segurança é acionado, parando o grandalhão na hora. Em alguns modelos que estão sendo testados, um mapa antecipa o que o motorista vai encontrar pela frente; um sistema próprio do caminhão avalia se está em descida e aciona o freio-motor, analisando dados como, por exemplo, o peso da carga transportada, para manter o caminhão a uma distância segura do veículo à sua frente. Da mesma forma, nas subidas, o sistema toma as providências necessárias para o caminhão encarar o trecho sem problemas, inclusive trocando as marchas; o motorista nem precisa mexer nos pedais. Este sistema permite uma economia de 12% no consumo ou 50 mil litros de diesel a menos por ano. Bom para o bolso e para a natureza!

Retrovisores para quê?

Espelhos retrovisores são coisa do passado. No lugar deles, câmeras modernas mostram ao motorista o trânsito próximo. Entre as vantagens, está a eliminação do chamado ponto cego. Um sistema de aquecimento impede que as gotículas de chuva embacem as lentes. As câmeras são com enormes tablets que facilitam a vida do motorista, garantindo mais segurança ao mudar de faixa, por exemplo. É, definitivamente os brutos da estrada não estão mais tão brutos. E todos ganham com isso!

Ônibus

Não são só os caminhões que estão se tornando mais tecnológicos. Os ônibus também. A imagem das antigas jardineiras ficou no passado, de vez.

Agora, ônibus híbridos, com motores elétricos e bicombustíveis; torque presente instantaneamente e motor à combustão que é usado para recarregar o motor elétrico. Há casos em que é usado gás como combustível. Veículo elétrico de autonomia estendida é o nome técnico desses grandalhões.

E o futuro promete mais novidades: com a redução no preço das baterias, que deve ocorrer com o tempo, existe a possibilidade de se retirar o motor à combustão, deixando o coletivo 100% elétrico. É o que os engenheiros chamam de conceito escalável. Isto pode reduzir em até 40% o custo de diesel para frotas.

Baterias no teto

Como as baterias do ônibus híbrido ficam no teto, um sistema de monitoramento da calha para o eixo usa bolsões de ar para impedir que o coletivo incline muito, em manobras. O ônibus é muito silencioso e, por segurança, não anda com a porta aberta ou com a suspensão abaixada (recurso usado para facilitar o acesso dos passageiros), quando em movimento, a suspensão se eleva automaticamente.

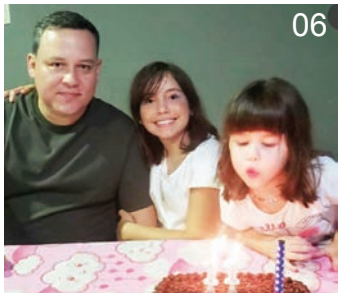
Fonte: Auto Esporte/G1

01 - Guilherme e Alexandra, Fábrica Rock, Tatuí; 02 - Camila, Gabriel e Caio, niver Gabriel, Tatuí; 03 - Casamento Gabriel e Mayara, Abricó Eventos, São Sebastião; 04 - William, Maria Eliza, Alice, Josefina, Eliana, Gustavo, Guilherme, Luís Antônio, Theo e Luis, niver Maria Eliza, Tatuí; 05 - Ivan, Antônio e Leandro, Fábrica Rock, Tatuí

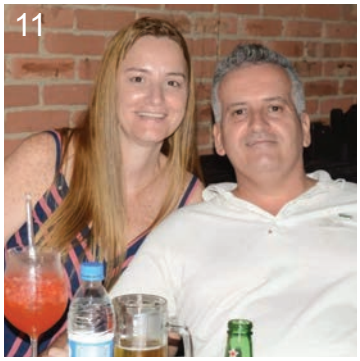
R. ONZE DE AGOSTO, 682
CENTRO, TATUÍ - SP

15 3259-5352
15 99650-1318

Fotos: Bernadete Camargo Elmec, Celso Gribel, Maria Eliza Rosa, Josué Mota, Natacha Vieira e Cíntia Rodrigues.



06 - Eduardo, Manuella e Alice, niver Manu, Tatuí; 07 - Luciano, Sítio Santa Sylvia, Bairro Água Branca, Boituva; 08 - João, Gabriel, Mayara e Luís, Casamento Mayara e Gabriel, Abricó Eventos, São Sebastião; 09 - Lucas, Camila, Sérgio e Joselma, niver Camila, Colina das Estrelas, Tatuí; 10 - Anita, Cátia, Josieli, Sônia, Cris e Ana Claudia, niver Matheus, Sítio Santa Sylvia, Bairro Água Branca, Boituva



11 - Andreia e Cesar, Fábrica Rock, Tatuí; 12 - Fátima, José e Célia, niver José, Boituva; 13 - Maria Clara, Matheus e Hugo, niver Matheus, Sítio Santa Sylvia, Bairro Água Branca, Boituva; 14 - Mônica, Gabriel, Mayara e Carla, Casamento Mayara e Gabriel, Abricó Eventos, São Sebastião; 15 - Alexandre, Júlio, Rodrigo, Cintia e Augusto, Fábrica Rock, Tatuí

16 - Edylene e Rildo, Fábrica Rock, Tatuí; 17 - Jaqueline, Bete, Laura, Ana Cristina e Andreia, Boteco do Tuka, Tatuí; 18 - Élio, Benedito e Fátima, Sítio Santa Sylvia, Bairro Água Branca, Boituva; 19 - Marcelo e Mi Soares, Fábrica Rock, Tatuí

Sodiê Doces
PEÇA PELO DELIVERY
BOLO DO MÊS
ABRIL 2021
Elmec
www.sodiedoces.com.br
/Sodiê Doces
Rua José Bonifácio, 703 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3259-1223

Bolo de Fubá Cremoso

Hummm! Só de pensar no sabor, já vem à lembrança a casa da avó! Bolo de fubá, o clássico dos clássicos, na versão cremosa. Depois de assado, fica com uma textura crocante! Além de ser prático de fazer, uma delícia para comer! Excelente opção para o café da tarde e serve como sobremesa também! O parmesão dá um toque salgadinho que equilibra os sabores. Se o servir gelado, aí então, fica inesquecível! Anote aí, caro leitor, esta deliciosa receita que a nossa amiga e leitora Clorinda Martins Soncin, da cidade de Boituva, enviou-nos! É de dar água na boca!

Ingredientes:

4 copos (requeijão) de leite
2 copos (requeijão) de açúcar
2 copos (requeijão) de fubá
3 ovos
2 colheres (sopa) de manteiga
1 colher (sopa) de fermento em pó
2 colheres (sopa) de farinha de trigo
1 pacotinho de 50 gramas de queijo ralado
1 pitadinha de sal

Modo de fazer:

Bata tudo no liquidificador. Por último, coloca-se o fermento em pó!

Untar bem uma assadeira, despejar a massa e assá-la em forno pré-aquecido 180º. Demora (em média) uns 40 minutos para assar!

Bom Apetite!

Quer ver sua receita aqui, nas páginas da Revista Hadar? Então, mande um e-mail para: ***jornalismo@revistahadar.com.br*** ou mensagem, através do ***(15) 99789-5267*** e seja o próximo a brilhar com a gente!

Fone: 3246-1238

Rede de Drogaria
SANTA CRUZ

Fone: 3242-3420

Estruturas Metálicas
MARTINELLI

Fone: 3246-8030

Blocos e Cerâmicas
CERÂMICA CITY

Fone: 99742-6380

Calçados e Acessórios
VATELLA

Fone: 3246-1805

Lavagem Simples, Completa e Lubrificação
LAVACAR

Fone: 3246-1651

Hotel
FIUSA

Fone: 3246-1143

Auto Escola
MANA

Fone: 3246-8500

Materiais para Construção
GRANTEL

Vena Focus pesquisa as empresas ano de 2020,

20 ANOS

Fone: 98214-1283

Sorveteria e Açaí
REI DO AÇAÍ

Fone: 3246-1686

Som & Acessórios
BICO SOM

Fone: 99794-6550

Escola de Música e Dedomusiterapia
MARTA AP. S. T. MENDES

Fone: 99814-3692

Academia de Musculação e Luta
CT. ADAILTON FRANÇA

Fone: 3272-7914

Rádio FM
VALE VERDE 96,7

Fone: 99829-7691

Comércio de Calhas e Instalação
CALHAS ANDRÉ

Acima, uma sequência de fotos com os momentos da entrega do prêmio **"Destaque Empresarial"**, da cidade de Cesário Lange. Agradecemos em

Fone: 3251-1345

Centro Empresarial
LUCEMI

Fone: 99635-2413

Boutique
CHARME & STYLO

Fone: 99604-0640

Pesqueiro
PEREZ

20 ANOS

Fone: 3246-1208

Auto Posto
ELISA

Fone: 3246-3111

Materiais Elétricos
ELÉTRICA GALVÃO

Fone: 99763-1919

Disk Pizza
ESTRELA

e *marketing* divulga preferidas do em Cesário Lange.

Fone: 3246-3700

Jornal
ALIANÇA

Fone: 3246-3700

Gráfica
GRAFICELL

Fone: 3246-1762

Funilaria e Pintura
EDCAR

Fone: 3246-1218

Agropecuária
DELLAMUTTA

Fone: 3246-1377

Laboratório de Análises Clínicas
AVANÇADO

Fone: 3246-1755

Funerária
GRUPO MORENO

Fone: 3259-7014

Revista
HADAR

Fone: 3246-1473

Piscinas
HIDRO CÉU

Fotos Claudio Venancio - Vena Focus

especial aos empresários e a todos que participaram e colaboraram com essa pesquisa. Confira mais detalhes através do **perfil** /**Vena Focus**

Elmec

CERVEJARIA
COMENDADOR
O CHOPP ARTESANAL
APROVADO PELA DUPLA
RICK E RENNER
Beba com moderação. Se beber, não dirija. São proibidas a venda e a entrega de bebidas alcoólicas a menores de 18 (dezoito) anos.
cerveja
ÁGUA, MALTE E LÚPULO
de verdade
AQUI VOCÊ ENCONTRA O SEU GROWLER
POSTO COMENDADOR DO MARAPÉ
Rua Vice Prefeito Nelson Fiúza, 21 . Tatuí-SP
(15) 3205-7888
POSTO COMENDADOR DO VALINHO
Rua XI de Agosto, 2440 . Tatuí-SP.
(15) 3255-7882
PEÇA JÁ: (15) 3205 7890
cervejariacomendador