



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$9,90

ANO 13 • EDIÇÃO ISI • JUNHO DE 2020

# Brasil: Desmatamento avança!



## **Caminhoneiro:**

Uma profissão de extrema importância para a economia do Brasil

## **Liberdade de Imprensa:**

Um dos pilares que sustenta a democracia

## **12 de junho:**

Uma data que deve ser celebrada com amor sincero, amizade e querer bem

Nossa Be... Que bem bolada a Capa!  
Amei. Parabéns!  
Bom dia e boa semana

**Veridiana Pettinelli**  
(Fazendo alusão à criação da capa da edição de maio).

Parabéns, Bernadete!  
Linda Revista! Você  
é muito dedicada,  
inteligente e capacitada!

**Dario Bicudo**  
(Fazendo alusão à edição de maio).

Saudades desse dia inesquecível, 24/05/2018.  
Serei sempre grata a você, Bernadete  
Camargo Elmec, à Revista Hadar e a todos os  
envolvidos no projeto. Foi uma alegria sem  
tamanho! Você foi muito atenciosa comigo...  
Fui tratada com muito carinho por você e por  
todos. Um beijão. Gratidão eterna!

**Sueli Camargo**  
(Realizado do mês de maio de 2018, fazendo alusão ao projeto social da Revista Hadar - Realize-se).

Bom dia!  
A edição está maravilhosa! Beijos

**Gilda Schmidt**  
(Fazendo alusão à edição de maio).

Feliz dia das mães!  
Parabéns pela nova  
edição. Obrigada por me  
enviar eletronicamente.

**Roberto**

Muito linda sua revista  
com matérias nota 10.

**Antônio Bicudo**  
(Fazendo alusão à edição de maio).

Parabéns pela iniciativa  
querida! Amei ver a revista  
por aqui...

**Rita de Cassia**  
(Fazendo alusão à edição de maio, on-Line).

Família é o maior patrimônio que  
construímos! O alicerce para a vida!  
Parabéns pela matéria Revista Hadar! Amei!

**Juliana Moschinno**  
(Fazendo alusão à seção - Reflexão, edição de maio)

Bom dia, Bernadete! Tudo  
bem? A Revista Hadar,  
com a sua dedicação e  
profissionalismo, tem a  
qualidade de sempre.  
Parabéns e grande abraço!

**Ivan Rezende**  
(Fazendo alusão à edição de maio).

Bernadete, mais uma vez tiro o chapéu  
para você e sua equipe. A Hadar  
está muito boa e com um conteúdo  
interessante. Você, como sempre, não  
deixa a peteca cair, é uma guerreira!  
Mesmo em tempos de pandemia, não  
deixou de nos proporcionar essa  
leitura maravilhosa! Parabéns, e muito  
sucesso!!!

**Júlio Carrascoza**  
(Fazendo alusão à edição de maio)

A farinha desta última receita, 1  
quilo, rendeu muito...! Ficou muito  
gostoso. Parabéns, Bernadete, pela  
revista. Assuntos variados. Sempre  
muito bom ler a Hadar.

**Rose Amaro**  
(Fazendo alusão à receita do Apetite - Pão caseiro, edição de maio)

DIAS COMEMORATIVOS

2020 | Junho

- 01 - Semana Mundial do Meio Ambiente/ Dia da Imprensa  
Dia de São Justino
- 03 - Dia Internacional do Administrador de Pessoal e da  
Comunidade Social/ Dia da Conscientização Contra a  
Obesidade Mórbida Infantil/ Dia Mundial da Bicicleta
- 04 - Dia de Santa Clotilde/ Dia Internacional das Crianças  
Inocentes Vítimas de Agressão
- 05 - 2º Eclipse Lunar Penumbral/ Dia da Ecologia/ Dia Mundial  
do Meio Ambiente/ Dia Nacional da Reciclagem/ Dia de  
São Bonifácio/Dia Internacional de Luta contra a Pesca  
Ilegal/ Não Declarada e Não Regulamentada
- 06 - Dia de São Norberto/Dia Nacional de Luta contra  
Queimaduras/ Dia Nacional do Teste do Pezinho
- 08 - Dia do Oceanógrafo/ Dia do Citricultor/ Dia Mundial dos  
Oceanos/ Dia de São Medardo
- 09 - Dia da Imunização/ Dia do Porteiro/ Dia do Tenista/  
Dia Nacional de Anchieta/Dia Internacional dos Arquivos
- 10 - Dia da Artilharia
- 11 - Corpus Christi/ Dia da Marinha Brasileira/ Dia do Educador  
Sanitário/ Dia de São Barnabé
- 12 - Dia dos Namorados/ Dia do Correio Aéreo Nacional/  
Dia Mundial de Combate ao Trabalho Infantil/ Dia de São  
Gaspar de Búfalo
- 13 - Dia de Santo Antônio/ Dia do Turista/ Dia Internacional de  
Conscientização sobre o Albinismo
- 14 - Dia do Solista/ Dia Mundial do Doador de Sangue/ Dia do  
Pastor Evangélico
- 15 - Dia Mundial da Conscientização da Violência contra  
a Pessoa Idosa
- 16 - Dia de São Francisco Régis
- 17 - Dia do Funcionário Público Aposentado/ Dia Mundial de  
Combate à Desertificação
- 18 - Dia do Químico/ Dia da Imigração Japonesa/ Dia da  
Gastronomia Sustentável
- 19 - Dia do Cinema Brasileiro/ Dia do Migrante/ Dia de São  
Romualdo/ Dia Internacional para Eliminação da Violência  
Sexual em Conflito/ Dia Mundial de Conscientização sobre  
a Doença Falciforme
- 20 - Dia do Revendedor/ Dia do Vigilante/ Dia do Refugiado
- 21 - Eclipse Solar Anular/ Dia de São Luís Gonzaga/ Dia do  
Mídia/ Dia do Profissional de Mídia/ Dia do Aperto de Mão/  
Dia Mundial do Skate/ Dia do Intelectual/ Dia Internacional  
do Yoga/ Dia Nacional de Controle da Asma
- 22 - Dia do Orquídeófilo/ Dia do Aeroviário
- 23 - Dia Mundial do Desporto Olímpico/ Dia do Atleta Olímpico/  
Dia do Lavrador/ Dia de São José Cafasso/ Dia das Nações  
Unidas para o Serviço Público
- 24 - Dia de São João/ Dia do Disco Voador/ Dia do Observador  
Aéreo/ Dia do Caboclo
- 25 - Dia do Cotonete/ Dia do Imigrante
- 26 - Dia Internacional contra o Abuso e Tráfico Ilícito de Drogas/  
Dia Internacional de Apoio às Vítimas de Tortura
- 27 - Dia Nacional do Vôlei/ Dia Nacional do Progresso/ Dia de  
Nossa Senhora do Perpétuo Socorro/ Dia Nacional do  
Técnico em Nutrição e Dietética
- 28 - Dia Internacional do Orgulho Gay/ Dia de Santo Irineu/  
29 - Dia de São Pedro e São Paulo/ Dia do Papa/ Dia do  
Pescador/ Dia do Dublador/ Dia do Telefonista
- 30 - Dia do Caminhoneiro/ Dia da Mídia Social/ Dia Nacional do  
Bumba Meu Boi

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

# Carta ao leitor

Prezado amigo e leitor:

Mais uma vez, chega às suas mãos a edição da Revista Hadar. Com o frio chegando, nada melhor do que ficar quietinho dentro de casa, enchendo-se de informação, não é mesmo? Até porque, com essa pandemia (COVID-19), há motivos de sobra para ficar em casa.

Este período de turbulência, por qual todos nós estamos passando mostra-nos o quão vulneráveis somos...!

Estamos vivendo momentos bem difíceis, não é mesmo? A nossa vida e a sociedade moderna foram quase viradas ao avesso, devido à pandemia. Sim! Ela ainda é o principal assunto nas rodas de bate papo!

Porém, a vida, como sempre, encontra um caminho e segue adiante. Precisamos acreditar nisso e procurar viver a nova realidade, adaptando-nos ao que muitos chamam de “novo normal”.

Este novo padrão de comportamento implica adotar mudanças em nossas atitudes e maneira de agir e de relacionar-nos com as pessoas, as cidades e, claro, o Meio Ambiente.

A Questão Ambiental é o tema de nossa reportagem de capa, que traz uma triste constatação: o desmatamento avançou, no país, durante o ano passado - principalmente, na Amazônia e no Cerrado. E, no meio disso tudo, o ministro Ricardo Salles (Meio Ambiente) ainda fala em afrouxar as regras ambientais, justamente quando a atenção da população está voltada para a crise da pandemia!

Mas a Revista Hadar não traz apenas notícias preocupantes. Aqui há um pouco de tudo. Moda, Comportamento, Autos, Saúde, Beleza... Amor..., isso mesmo, além de ser feita com todo amor e carinho, especialmente para você, esta edição traz uma matéria sobre o romantismo, o amor, a “chama que nunca se apaga”... Não deixe de ler! Esperamos que goste!

Boa leitura e até o próximo mês.

	<b>MODA</b>
	<b>Casaco:</b> Do clássico ao mais descolado, pode ser usado em qualquer ocasião e de diversas maneiras, independente do comprimento. <b>12</b>
<b>QUALIDADE DE VIDA</b>	
<b>Positivismo:</b> O estado emocional é essencial para a qualidade de vida e bem-estar, tanto físico quanto mental. <b>26</b>	
	<b>CULTURA</b>
	<b>Rodrigo e Ruan:</b> Quarentena causada pela pandemia faz dupla se reconstruir. <b>31</b>
<b>AUTOS &amp; CIA</b>	
<b>Indústria automobilística:</b> Um dos setores da economia que mais está sentindo os efeitos da crise causada pelo coronavírus. <b>44</b>	
	<b>UNIVERSO TEEN</b>
	<b>Paquera:</b> Como manter relacionamento à distância. <b>39</b>

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

**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, qualidade e ética.

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

## EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte

Bernadete 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

Danilo Cassemiro de Campos

www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade

Claudio Elmec

☎ (15) 99144-8747/997895266/99789-5267

R. Sete de Maio 150 - sala 03

(15) 3259-7014 - 3259-4543

comercial@revistahadar.com.br

contato@elmeccomunicacoes.com.br

Empresa Responsável

Editora Camargo & Cia Ltda.

R. Sete de Maio 150 - sala 03- Tatuí

(15) 3259-4543

editora@revistahadar.com.br

Colaboradores

Luiz Carlos Magaldi Filho, Maria do Carmo Marques Ramos, Pacco e Veridiana Pettinelli

Agradecimentos

Rodrigo Tiggre, Ruan Puertas, Celso Gribbel, Ana Marcela Lobo, Ana Cristina dos Santos, Dniffer Suélim, Fernando Sampaio, Deivid Renato de Oliveira, Rita Corradi de Azevedo, Thiago Eugênio Gouveia Herbst, Luciano Neves, Robert Moretti, José Geraldo Neves, Odorica Neves, Leticia Zanetti, Evandro Henrique Batista, Eric Proost, Rafael Maciel, Carla Flávia Pires Monteiro, Carlos Eduardo Arruda, Elis Lúcia Diniz de Souza, Matheus Soares, Taynara Almeida, José Mauricio Del Fiol Neto e site: www.x-pres.com.br.

Distribuição

Boituva, Capela do Alto, Cerquillo, 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, reflete a opinião da redação e editores, assim como não se responsabiliza pelo conteúdo de informes e anúncios publicitários.

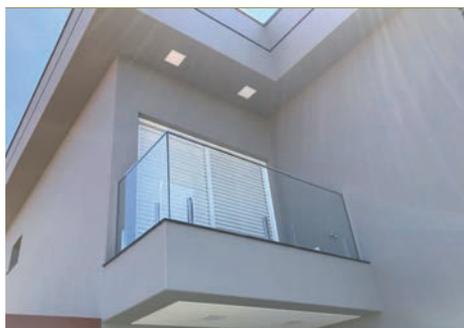
# ARTEBOX

Vidros - Esquadrias de Alumínio

## ArteBox amplia seus negócios

*Empresa inaugura loja e tenciona gerar oportunidades de trabalho*

**M**esmo em meio à pandemia causada pelo coronavírus, que fez com que o país entrasse em quarentena e baixaram-se portas de diversos setores, e foi instituído o distanciamento social, o empresário Evandro Henrique Batista resolveu empreender atitude diversa. “Realmente, o período não é favorável, levando-se em conta a situação atual (pandemia); porém a construção civil é um dos últimos



segmentos a sentir os males da economia. Outro fator importante é ter ampla rede de contatos e, também, saber enxergar as oportunidades e aproveitá-las quando aparecem”, conta o profissional.

A empresa, que já está há 12 anos no mercado, havia começado com um espaço de 70 m2, mudou-se para um de 300 m2. E neste mês de junho, abrirá seu mais novo empreendimento – a Arte-Box – Esquadrias de Alumínio e Vidros Temperados, que antes funcionava no bairro Marapé.

E foi pensando em proporcionar mais comodidade aos clientes, que agora, a ArteBox inaugura mais este amplo espaço, com 135 m2. A loja está localizada à Rua do Cruzeiro, 970, no coração de Tatuí. “Este espaço será dedicado a atender nossos clientes com mais conforto, pois disponibilizamos de uma ampla gama de produtos em esquadrias de alumínio, sendo elas fabricação própria”, explica Evandro.

Para ele, a ideia é reinventar-se e adaptar-se nos tempos de crise. “Em nosso ramo, procu-



ramos implantar alguns produtos periféricos ligados à construção, como forma de auxiliar no faturamento, com a possibilidade de gerar novos empregos”, ressalta.

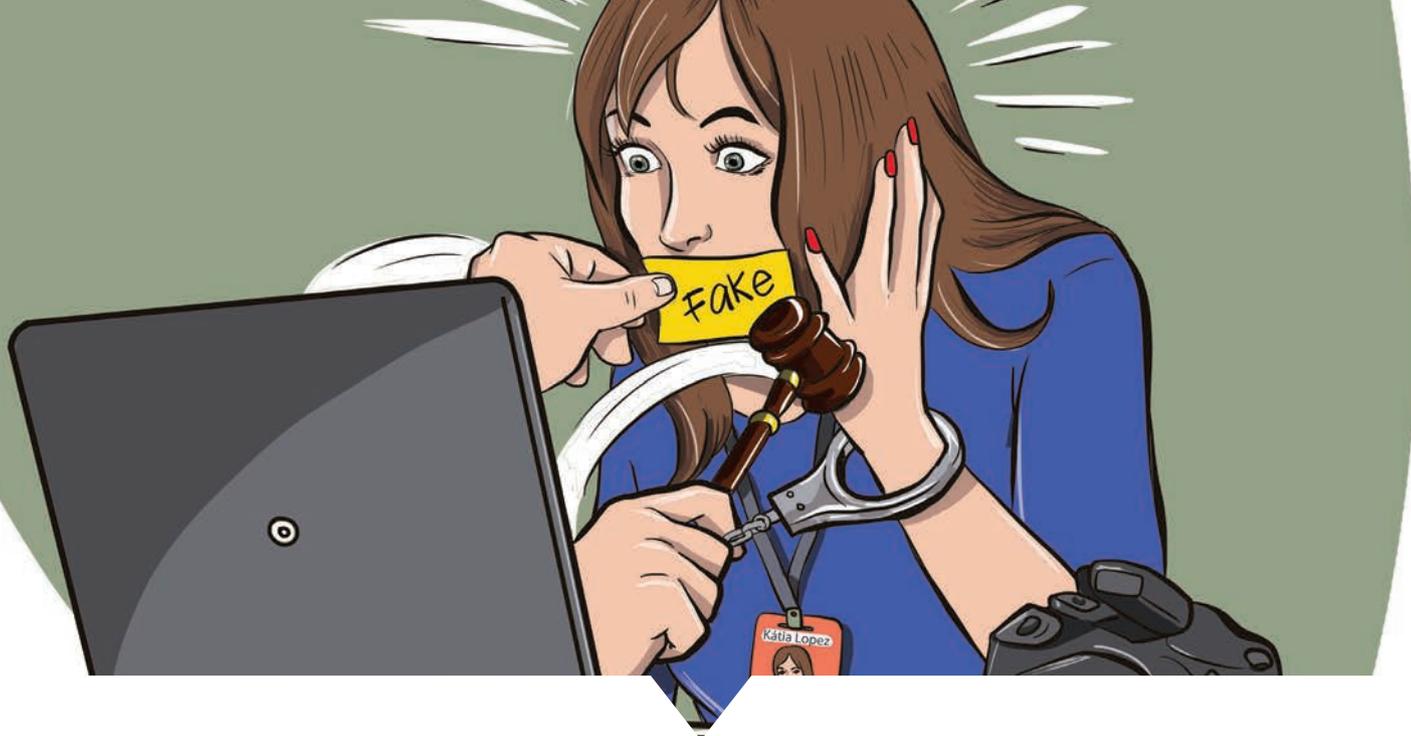
Para Evandro, **Gratidão**, neste momento, é a palavra-chave. “Primeiramente, a Deus, segundo, a todos os nossos clientes, à minha esposa, que é meu braço direito em tudo, a nossos amigos e colaboradores. E vamos em frente com nosso lema: Dia a dia implantando melhorias”.



Fábrica:  
Rua Bento Correa Antunes, 124  
Marapé | Tatuí/SP  
(15)3334-2638  
[www.arteboxtatui.com.br](http://www.arteboxtatui.com.br)

Showroom e Vendas:  
Rua do Cruzeiro, 970  
Centro | Tatuí/SP  
(15) 3251-2377  
 (15) 99772-1886/99702-1886

 ArteBox - Vidros e Esquadrias de Alumínio  
 @artebox01  
[arteboxvidros@gmail.com](mailto:arteboxvidros@gmail.com)  
 (15) 99792-1886 (Evandro)  
 (15) 99660-7474 (Pós-venda)



# Liberdade de Imprensa

## *Jornalistas e veículos de comunicação tornaram-se alvo de ataques*

**E**m um mundo em que a disseminação da informação acontece, em ritmo acelerado, produzir conteúdo com qualidade, credibilidade e imparcialidade é importantíssimo. Assim como boatos e *fake news* espalham-se em velocidade recorde, a informação repassada de acordo com a veracidade dos fatos é a maneira mais eficaz de combater tal conteúdo inapropriado, que acaba gerando ainda mais problemas.

No ano passado, segundo a Federação Nacional dos Jornalistas (FENAJ), foram registrados 208 ataques a veículos de comunicação e a jornalistas, entre ofensas, agressões diretas e indiretas, considerando um aumento de 54,07% em relação ao ocorrido no ano anterior, quando foram registradas 135 ocorrências.

Ainda de acordo com monitoramento realizado pela FENAJ, somente neste ano, o presidente Jair Bolsonaro proferiu 179 ataques à imprensa, sendo 28 ocorrências de agressões diretas a jornalistas, duas ocorrências direcionadas à FENAJ e 149 tentativas de descredibilização da imprensa.

No mês de abril, foram 38 ocorrências, sendo seis ataques a jornalistas e 32 casos de descredibilização da imprensa.

“Infelizmente, estamos observando uma onda de ataques à imprensa, jornalistas sendo impedidos de exercerem suas funções - seja no trabalho de rua, seja em ataques pela internet. Do que eu gosto sempre de lembrar é que, sem a imprensa, não existe democracia. O trabalho dos jornalistas é essencial para o regime demo-

crático que se vive, no país”, afirma Carla Flávia Pires Monteiro, editora e repórter.

A profissional acredita que as pessoas precisam entender que o trabalho do jornalista é mostrar a realidade dos fatos. “Nós trabalhamos em prol da comunidade em geral. Se existe algo errado, é nosso papel não só apontar o erro, mas cobrar dos responsáveis uma solução para ele. O problema é que algumas pessoas descredibilizam a imparcialidade do jornalista e julgam, por vezes, o trabalho da pessoa como um ataque pessoal, e é aí que os profissionais são atacados, ameaçados e agredidos. Infelizmente”.

Para Carla, neste momento de pandemia e incerteza políticas que se está vivendo, as notícias falsas só geram ainda mais caos. “Nós combatemos as *fake news* fazendo o nosso trabalho com ainda mais firmeza e clareza. Fazendo com que as informações reais cheguem ao público na mesma velocidade que as *fake news*, só que com qualidade. O bom jornalismo é a receita para combater esse mal”, afirma.

O foco atual do mundo é a pandemia causada pelo coronavírus e, para a repórter, inúmeras pessoas, principalmente na internet, dizem que a prefeitura e o jornal escondem o número real de casos de pacientes infectados. “Dizem que é impossível a cidade ter “só isso” de casos. Ou pessoas comentam que souberam de alguém que é primo de uma pessoa que trabalha em alguma unidade de saúde que tem, sim, mais casos. Independente disso, mantivemos sempre a clareza das informações, repassando todos os dados que recebemos dos órgãos competentes e principalmente oficiais. Não

trabalhamos com achismos”, esclarece.

Recentemente, Carla conta que recebeu um comentário em uma das publicações realizadas numa rede social de seu trabalho. “Um internauta escreveu: Cadê o número de casos recuperados? Vocês também estão torcendo pelo vírus? Considerei o comentário ofensivo, como se eu, sendo jornalista, ou o veículo de comunicação, estivéssemos ocultando alguma informação, e o que é pior, desejando o mal, num momento tão delicado como esse”, conta.

Ela afirma que a situação foi ignorada, até porque a pessoa não leu todo o conteúdo e a informação desejada estava lá. “No entanto, esse leitor preferiu nos atacar a acessar a informação completa”, lembra.

Para finalizar, Carla pede: “Eu gostaria de deixar meu repúdio para todos os ataques que os profissionais da área vêm sofrendo. É triste que uma peça tão importante para a democracia seja alvo de agressões físicas ou verbais. Não é o momento de colocar em cheque a credibilidade da imprensa. Os jornalistas estão nas ruas para levar informação de credibilidade às pessoas, mesmo tomando todos os cuidados necessários, também podem ser contaminadas. Também deixo o pedido para que as pessoas verifiquem a fonte das informações que elas recebem antes de compartilhar. As *fake news* podem gerar danos incorrigíveis! Além disso, a pessoa pode ser responsabilizada por compartilhar um conteúdo falso. Também peço que as pessoas sigam as recomendações da Organização Mundial da Saúde e, quem puder, fique em casa”.

**NÓS LEVAMOS  
ATÉ VOCÊ**

ElmeC



*Experimente nossas  
pizzas especiais!*

Pizzaria  
**Ebo & Lima**



O melhor da  
Gastronomia, aqui, na  
Pizzaria Ebo & Lima

Segunda a quinta, das 18h30 às 23h  
Sexta e sábado, das 18h30 às 24h

**Serviço Delivery:**  
(15) 3251-9688/ ☎ 99669-6390

Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, 977 | Tatuí/SP |  Pizzaria Ebo & Lima



## Dia dos Namorados

### *Casais que nunca deixam a chama do amor se apagar*

**H**á quem diga que quem tem um amor, possui muita sorte. E neste mês, mais propriamente no dia 12 de junho, os casais apaixonados comemoram o Dia dos Namorados.

Há gente que, mesmo estando casado há anos, mantém as surpresas e o carinho dos tempos de namorados ao parceiro/a.

Exemplo disso é o aposentado Celso Gribel, que conheceu sua esposa Ana Cristina dos Santos ainda na infância. “Nosso caso é complexo, pois nos conhecemos quando crianças, depois nos separamos e voltamos a nos encontrar em 1990. Desde então, permanecemos juntos. Procuro sempre presenteá-la. Lembro todas as datas especiais, mas acho que, na nossa idade, o romantismo é sempre estarmos juntos”, conta.

Quem também faz questão de manter a chama do amor sempre acesa, é a fonoaudióloga Ana Marcela Lobo. Ela conta que não só nas datas especiais, porém procura sempre fazer um mimo, nem que seja um bilhete, algo escrito no espelho do banheiro... “É sempre bom saber que alguém gosta da gente e, às vezes, a rotina nos faz perder isso”, afirma.

A entrevistada conta que, no dia em que convesou conosco, completou um ano de noivado e deixou um recado para sua noiva Dniffer

no espelho. “São coisas simples, mas que alimentam a cumplicidade entre o casal. Estávamos lembrando e ela me disse que tem em mente dois episódios marcantes, como quando lotei o carro de bexigas e pirulitos grudados no painel, no vidro e fui buscá-la na faculdade... Morreu de vergonha, no entanto gostou muito. Outra surpresa foi quando escrevi uma faixa e pendurei-a na sacada do apartamento em que morávamos. Não imaginava que o vento a rasgaria! Quando Dniffer chegou, metade estava no chão, e a outra metade, na sacada”, conta aos risos.

Outro entrevistado que ama surpresas é o empresário Fernando Sampaio. “Lembro que estava com uma pessoa e ela tinha comentado comigo que havia gostado de umas sandálias. Porém, fui mais rápido que ela; mandei mensagem pro vendedor separar para mim e dizer tais calçados não estavam mais disponíveis. Comprei o que ela queria e ainda fiz um agrado”, conta.

Fernando diz que a pessoa com quem se relaciona, atualmente, foi um caso mais difícil. “Eu sempre tive pessoas que me agradavam de todo jeito. Porém, ela tinha acabado de terminar um relacionamento; por isso, foi um pouco difícil de ela se entregar. Hoje, estamos bem, mas ainda há um bloqueio emocional às vezes. Contudo, procuro transmitir toda a segurança necessária”, afirma.

Mesmo sendo extremamente atencioso e carinhoso, Fernando diz que há mulheres que preferem o contrário. “Algumas estão acostumadas com outro tipo de tratamento, mais frio e tal. Eu procuro ser do mesmo jeito sempre e alguém vai gostar”, finaliza.

O vendedor Deivid Renato de Oliveira conta que sempre se esforça para ser o melhor companheiro para sua esposa. “Cumpro meu papel como homem e pai de família. Sou presente no relacionamento, tanto nas horas boas, como nas difíceis. Dou muito carinho, afeto, brinco e tento sempre deixar o clima agradável entre nós”, conta.

Para ele, um agrado é indispensável. “Sempre presenteio minha mulher, em datas importantes ou em dias comuns e costumo lembrar-me de todas. Acho isso importante para mantermos uma relação saudável, além de demonstrar meu carinho e amor pela minha parceira”.

Ele conta que são 13 anos juntos e que este ano, no Dia dos Namorados, várias surpresas estão previstas. “Gosto de pesquisar e me antecipar, o que acaba trazendo vantagens muitas, no resultado final”, diz Deivid.

E quem é que não gosta de ser bem cuidado? Quem dá amor, recebe o dobro. Feliz aquele que tem um amor, um (a) amante, um (a) companheiro (a), um (a) amigo (a), tudo numa única pessoa!



**Odontologia Koza**

Elméc

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

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

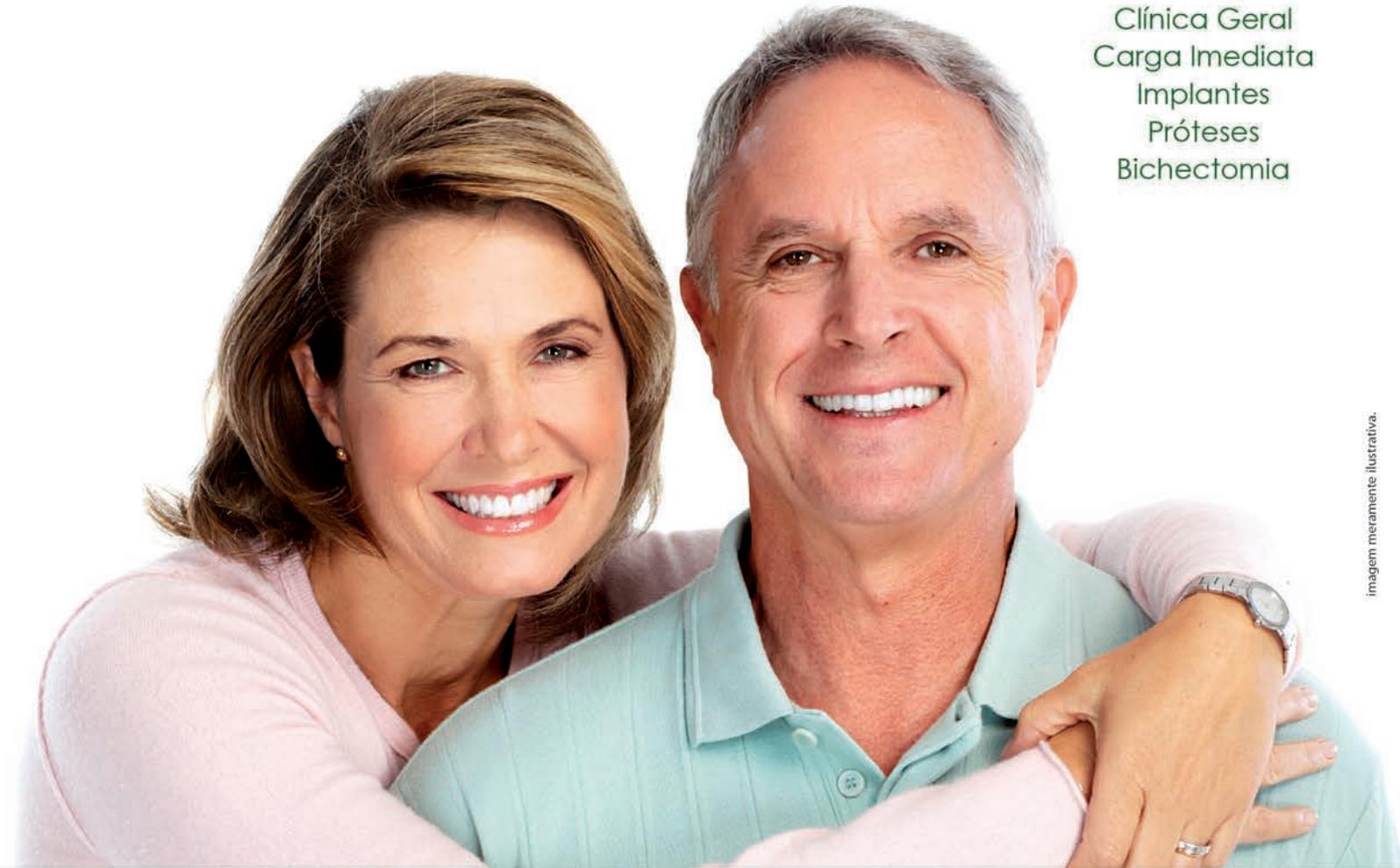


imagem meramente ilustrativa.

Dr. Naomi Koza  
CRO 108096

Odontopediatria  
Clínica Geral

Dr. Akira Koza  
CROSP 92361

Cirurgião Dentista e  
Técnico em Próteses Dentárias

[www.odontologiakoz.com.br](http://www.odontologiakoz.com.br)

**Tatuí**

Rua Brigadeiro Jordão, 140 - Centro  
(15) 3259-6343

**São Paulo**

Rua Tirso Martins, 100 - 2º andar CJ.202 (próximo ao metrô Santa Cruz)  
(11) 2532-5177

☎ (15) 99187-1627

☎ (11) 99217-3076

f Odontologia Koza

📷 Odontologia Koza



# Turismo x Pandemia

**D**esde o mês de março, o país foi obrigado a adotar medidas de isolamento, para evitar a propagação do coronavírus. Com isso, o comércio foi paralisado, em sua maioria, exceto serviços essenciais. O plano da quarentena foi revisto pelo menos três vezes, devido à expansão do número de casos confirmados e mortes decorrentes da covid-19.

Entre os setores prejudicados, estão as agências de turismo. “No primeiro momento, a preocupação era de ajudar as pessoas retornarem de outros países e de outros estados, em um cenário de cancelamento de voos, e logo em seguida, reagendar as viagens que estavam programadas de março até maio, quando já se previa este mínimo de período da pandemia, no Brasil e no mundo”, conta Eric Proost, agente de viagem e Presidente da Associação Comercial e Empresarial de Tatuí.

Segundo o entrevistado, após 50 dias de quarentena, vê-se aos poucos, uma retomada lenta das atividades turísticas das companhias aéreas e hotelaria no Brasil.

Devido ao cenário em que o país se encontra, as empresas de turismo foram asseguradas pelo governo nesta questão e foi feita uma enorme ação para que as pessoas não cancelem suas viagens, mas sim, reagendem nas para outro período. “No caso de reagendar as viagens, o cliente tem opção de datas, além de manter o valor pago sem prejuízo e tendo ainda a possibilidade de mudar o destino. Para tal, depende muito da empresa contratada e do seu leque de opções de viagens que a empresa vende”, explica Eric.

O agente afirma que toda a cadeia turística sofreu o impacto de imediato. “Para ter uma ideia, em Porto Seguro/BA, a empresa que atende a maior operadora de turismo das Américas, foi obrigada a demitir seus 600 funcionários de imediato, entre guias, receptivos do aeroporto, hotéis e passeios. Entretanto muita gente aguarda a reabertura do turismo. Assim, estes profissionais, poderão tentar uma

recolocação no mercado. Inúmeros hotéis, aproveitaram este tempo para fazer reformas e revitalizações. Porém, hotéis que estavam em situação de crise, acabaram fechando, definitivamente”, conta.

De acordo com Eric, o turismo em si, envolve muitas coisas. “Um hotel fechado e sem seu restaurante funcionando, implica a venda do açougue, da padaria, do supermercado, da loja de produtos de limpeza, da gráfica... enfim, uma coisa puxa a outra”, afirma.

Porém, há esperanças para o setor! As promoções já começaram desde que tudo começou, principalmente para as viagens futuras, dando ao cliente a possibilidade de compra de viagem com data em aberto e garantindo um valor menor, com o mercado aquecido. Ou seja, é o momento de oportunidade de negócio para quem deseja programar-se para uma viagem futura.

Para Eric, prejuízo é uma questão de cada empresa, mas é fato, não só no turismo, como em qualquer segmento que foi obrigado a paralisar, nesta pandemia. “Estamos prontos para esta retomada. Foi um ano perdido financeiramente, porém, com uma bagagem enorme de aprendizagem. Estamos vinculados à maior empresa do segmento de turismo, que neste tempo, além de todo o trabalho para reagendar as viagens, foi proporcionando vários treinamentos para os funcionários, sobre destinos e sistema. Estamos mais preparados e especializados para esta retomada”, diz.

Eric Proost pede que as pessoas pensem e contribuam com as empresas de sua cidade, dando-lhes, a preferência para comprar e fortalecer nosso mercado como um todo. “Estamos no mesmo barco, na mesma situação e precisamos nos unir para termos sucesso juntos e boa viagem”, finaliza.

Quem também espera que os clientes prossigam com a remarcação das viagens é o empresário Rafael Maciel, proprietário de uma agência de turismo. “Estamos em uma campanha forte para os clientes não cancelarem e, sim, remar-

## Agências de viagens preparam-se para retomada

carem. Ficarem com um crédito do valor total pago (sem a cobrança de multas ou diferenças de tarifas), para uma remarcação futura. Isto ajuda a tentar fazer sobreviver o turismo”, pede.

Segundo o entrevistado, o período é bastante complicado, sem uma previsão certa para as coisas voltarem à normalidade, trabalhando dia a dia, mas sem perspectivas de uma solução imediata. “Fizemos algumas enquetes com nossos clientes para entendermos as necessidades dos mesmos. Com isso verificamos que eles preferem viagens dentro do país e para 2021. Então, vamos focar nisso, nesta linha de pensamento”, conta Rafael.

Ele destaca que, apesar de alguns aspectos negativos decorrentes da queda no turismo, muitas operadoras, companhias aéreas e fornecedores estão com promoções bem atrativas, com valores para o final do ano e começo do ano que vem.

“Estamos bem apreensivos e preocupados, pois, com toda a certeza, é e será o setor mais afetado. Por outro lado, estamos muito esperançosos de que é uma fase; estamos conseguindo administrar nossos custos e nos mantermos de pé. Um extremamente difícil para todos, porem se não nos ajudarmos, será difícil continuar a caminhada. Juntos somos mais fortes”, acredita Rafael Maciel.

O empresário diz que ninguém saíra ileso desta situação; é tudo muito novo para todos. No entanto com certeza foi um tempo de muito aprendizado também. “Nunca mais seremos os mesmos, depois de termos passados por tudo isso. Na verdade, estamos tentando reduzir ao máximo os gastos, reduzir os custos, focar e direcionar a venda em pacotes promocionais e para o ano que vem, quando os preços se encontram mais atrativos, melhores. Estamos vivendo um momento único e inimaginável. Entretanto, muita calma, paciência e fé em Deus, superaremos mais este obstáculo. Devemos sonhar com dias melhores, ter projetos futuros, objetivos e direcionar o pensamento para eles”, diz.



caderno de  
**MODA**

# Casacos para o inverno

*Mulheres e homens no estilo para encarar os dias frios da estação*

**A**lém de quentinhos, eles surgiram cheios de charme e estilo, neste inverno. Os casacos são a peça-chave na composição de um *look* e para esta estação, muitas cores e tecidos vão fazer a cabeça da mulherada.

Em lã, caxemira, couro *fake*, algodão forrado ou pelúcia, os casacos chegam de diversas maneiras, desde os curtos aos compridos, com acessórios, cintos, ou simplesmente “sozinhos”.

Tudo bem que, no Brasil, o inverno não é tão rigoroso, mas os casacos térmicos bem longos são muito estilosos e quentinhos. A cor mais forte é o caramelo, para este modelo. Em seguida, aparecem os casacos com pelos artificiais, coloridos, mais curtos, tipo bomber, com capuz, brilhantes e com muitos detalhes.

E abram as portas do zoológico! Oncinha, tigre, cobra, são as estampas que seguem na estação e combinam com diversas cores, entre o preto, branco e vermelho.

Já os casacões aparecem bem longos, de preferência até o chão, com cores que variam do branco ao cinza, do rosa ao vermelho escuro, do azul claro ao marinho. Tem ainda as *cape coats*, ou as capas curtas ou longas, que garantem um charme extra o visual. E elas deixaram de ser básicas e carregam capuzes, golas, trespases e até mesmo xadrez.

Não podemos deixar de citar o bom e velho casaco preto, que pra deixar de ser básico, pode ser adaptado com golas, botões, cintos e outros acessórios.

Os maxitricôs também são muito bem vindos nesta estação, seja em forma de ponchos ou blusas de gola alta.

Já para os homens, o azul e o vermelho são os principais tons da moda. Para eles, os coletes são as principais escolhas para sobrepor camisetas de manga comprida



ou suéteres, moletons e jaquetas. Entre as cores, rosa bebê, azul ou vermelho, saindo dos clássicos preto, cinza ou azul marinho.

Depois vêm os suéteres com listras e até mesmo os casacos em moletom, que deixaram de ser um *look* de casa.

Pra finalizar e deixar os dias e noites mais quentes, os maxi casacos em couro *fake* dão um ar ousado e original, do tipo *trench coach*.

Neste inverno, as opções são diversas, tanto para as mulheres, quanto para os homens. Basta usar e abusar.



**CONECTE-SE  
COM A GENTE!**

Rua 7 de Maio, 150 | Centro | Tatuí/SP  
www.revistahadar.com.br

f/hadar.tatui | i/revistahadar

(15) 99789-5267/3259-7014/3259-4543



— ESPAÇO —  
MarilsaGigo

# Letícia Zanetti

*Maquiadora traz dicas e tendências para o inverno*



**C**abeleireira e maquiadora há cinco anos, Letícia Zanetti sempre foi apaixonada por esse mundo de mudanças e cores. “Nunca me imaginei fazendo outra coisa. Sempre via minha mãe se arrumando, sempre muito vaidosa, e isso sempre me inspirou! A melhor parte é saber que eu não mexo apenas com cabelo e maquiagem; eu cuido da autoestima de cada mulher que passa pela minha cadeira, e contribuo para o sorriso de cada uma delas, ao final de cada procedimento o que me satisfaz”, diz a entrevistada.

Em um salão localizado em Tatuí, Letícia literalmente transforma dezenas de mulheres diariamente. E pra este inverno, muitas no-

vidades estão fazendo a diferença para quem gosta de *make*. Nós, da Revista Hadar, batemos um papo com a profissional para saber mais detalhes para a estação do frio.

Pra começar, atenção para as *makes* marcantes. “Olhos esfumados com tons mais escuros, delineados destacados. Também vale optar pelo bom e velho truque do “bocão” – olhos mais *clean* com lábios mais fortes”, ressalta Letícia.

Segundo a entrevistada, as cores quentes são sempre uma boa pedida, como marrom, preto, roxo, berinjela; e uma cor que está em alta, agora, o bom e querido azul. “Vai bombar, sem dúvida”, alerta ela.

Por falar em tendência, os “Foxyeyes” passaram a ser os queridinhos das antenadas em maquiagem. “Essa é uma tendência que eu amo, e para o inverno, cai muito bem. Ela foi lançada por uma modelo internacional, inspirada nos olhos das raposas, que são mais fechados e mais alongados. Todas podem usar, já que a intenção do *Foxyeyes* é alongar os olhos, mesmo aqueles menores ou gordinhos”, conta.

E aí vai uma dica: “Faça uso você mesma, com uma sombra marrom, esfumando-a na vertical. Quem quiser, pode colocar uma fita na vertical dos olhos para facilitar o processo de esfumar. Depois, é só fazer um delineado gatinho fininho em cima, lembrando que, no canto inferior dos olhos, o delineado também tem que ter o delineado. Se joga e aproveite um olhar *sexy* e alongado”, orienta.

Também para os dias mais frios, além dos

olhos vibrantes, peles mais naturais e iluminadas, juntamente com o *gloss*, seguem fortes. “O que definitivamente já saiu de moda é o **lápiz de olho somente dentro da linha d’água!** Ele pode fechar ou derrubar um olhar”, conta Letícia.

Porém, antes de uma bela produção, a maquiadora afirma que a limpeza e a hidratação da pele, principalmente no inverno, são os primeiros passos que fazem a *make* durar por muito mais tempo. “Limpe bem a pele antes de começar, passe um bom hidratante e borri-fé água micelar e um bom *primer*. Depois, sua pele estará pronta pra começar”.

Depois de arrasar com a maquiagem de inverno, o demaquilante é essencial. “Temos opções em creme, líquido e lenços. Para os olhos é importante o demaquilante ser bifásico e próprio para essa área. Uma pele bem cuidada é indispensável para uma maquiagem bem produzida”.

Em relação às sobrancelhas, a proposta deste ano é: quanto mais natural, mais grossa, e mais clara, melhor. Já nas cores, chegou a hora de ousar. “Solte-se e seja o que você quiser ser. Cores como vermelho, vinho e os tons marrons mais escuros sem dúvida são os mais perdidos no inverno”, alerta Letícia Zanetti.

Para a profissional, na maquiagem não há regras; há tendências. “Se você gosta delas, use e abuse; se não gosta, use o que lhe faz bem. A maquiagem é a liberdade de brincar com as cores e se soltar”, finaliza.



Toda penúltima terça-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.





## *Coleção Inverno Bivik 2020*

Roupas  
Calçados  
Acessórios



*Venha conferir!*

Atendemos em domicílio  
✉ tati.covre@bol.com.br

📞 (15) 99759-5349  
📌 Taty moda e Acessorios

# O que fazer, durante a quarentena?

## Projete seu jardim



**N**o mês de Abril, escrevemos sobre os mini jardins e demos a receita de como montar um. Você já fez o seu? Se a resposta for sim, publique no Instagram e Facebook com a hachtag: #meuminijardimnahadar.

Este mês, pensa-se em uma imersão no contato com a natureza, propondo a de execução de um jardim um pouco maior. É desta maneira que nosso olhar vai se transformando, até chegar a jardins maiores.

As floriculturas estão atendendo no sistema *delivery*. Então, vamos aproveitar o momento para podermos fazer algo que possa unir a família e, ao mesmo tempo, colaborar com o meio ambiente e a beleza, ao redor.

Então, escolha um cantinho que está sem vida no seu quintal e tenha boa iluminação. Pode ser uma floreira, um canteiro, um poço de luz, ou mesmo, um vaso grande. Veja qual o melhor espaço e mãos à obra!

### Siga os passos:

- 1 - Pesquise na internet espécies/mudas que sejam resistentes e de pouca manutenção.
- 2 - Observe se o local escolhido é sombreado ou ensolarado. Existem plantas apropriadas para cada tipo de incidência solar.
- 3 - Coloque no papel as medidas da área a ser trabalhada.
- 4 - Eleja uma simbologia para cada espécie vegetal escolhida, lembrando que cada uma tem um tamanho-limite, na fase adulta. Por isso, cada espécie terá um diâmetro diferente do outro. Evite espécies de grande porte, para evitar transtornos futuros.

5 - Utilize as simbologias disponíveis para fazer seu primeiro projeto. Posicione as plantas mais altas sempre atrás das mais baixas.

6 - As forrações que são plantadas nos pés das plantas menores, dão acabamento, no paisagismo. Elas podem ser vegetais ou minerais (plantas rasteiras, pedriscos, casca de pinos, etc.).

7 - Sobre o plantio: - Se o solo estiver batido (duro), afofe-o com uma enxada ou sacho e espalhe boa quantidade de terra adubada/ substrato (vendido nas floriculturas), de maneira uniforme, nas áreas que irão receber as mudas.

8 - Retire as mudas dos saquinhos; tire o exces-

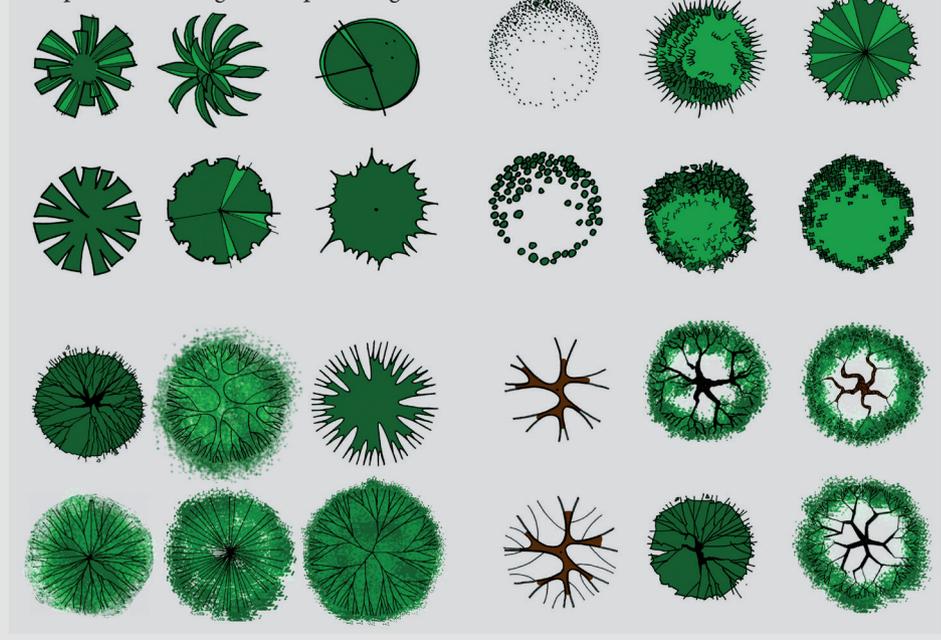
so de terra da raiz, abra a cova de acordo com o tamanho do torrão; coloque a muda cuidadosamente e volte a terra até cobrir as raízes.

### Observações importantes:

- Utilize EPI'S (equipamentos de proteção individual) como: óculos, botas e luvas para evitar acidentes.
- Após efetuar o plantio, inicie a primeira rega e repita-a diariamente, de preferência durante as manhãs, para não "cozinhar" as raízes nos períodos mais quentes do dia.

Veridiana Pettinelli  
Arquiteta e Paisagista

### Exemplos de simbologia das espécies vegetais:



**Pavanelli**  
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

Uma loja completa  
para você!





Etnec

“Saio sempre me sentindo linda e poderosa”

@biaforamiglio

**Thiago Martins**  
SALÃO CASA

Praça Manoel Guedes (Praça do Museu), 94 | Centro | Tatuí, SP  
(15) 3251-9372 | ☎ (15) 99697-2448 | @ThiagoMartinsHair

# Comportamento e meio ambiente: como será o novo normal após a pandemia?

*Mudanças profundas devem acontecer após a crise do novo coronavírus*



**E**nquanto boa parte da nossa vida parece ter parado no tempo por causa de um vírus, em algumas áreas, a vida continua, talvez em ritmo mais lento, mas prosseguindo. O problema é que em alguns casos a vida não apenas parou, mas andou para trás, retrocedeu.

É o caso do desmatamento das matas brasileiras, principalmente a Amazônia, que perdeu por dia, em média, 2.110 hectares de florestas em 2019, segundo documento divulgado no final de maio pelo projeto MapBiomas, que reúne especialistas em várias áreas, desde o uso da terra até o sensoriamento remoto, entre outras.

Segundo o projeto, a área desmatada na Amazônia é “equivalente a 1,9 mil campos de futebol com medidas da Fifa. O bioma foi o mais devastado do país, representando 63% dos 3.339 hectares derrubados por dia no país. Somando todos os biomas, apenas 0,5% da área de desmatamento detectada em 2019 está dentro da legalidade”, de acordo com Relatório Anual de Desmatamento, organizado pelo projeto MapBiomas

## **Destques**

Ainda de acordo com o relatório, em 2019, foram feitos desmatamentos em média 3.339 ha por dia, ou 139 ha por hora, no Brasil. Amazônia e Cerrado somam 96,7% da área desmatada, em 2019. Além disso, a Amazônia perdeu em média 2.110 hectares por dia ou 87,92 ha por hora; o Cerrado perdeu em média 1.119,6 hectares por dia ou 46,65 ha por hora; apenas 0,2% do total de alertas e 0,5% da área de desmatamento detectada em 2019 estão dentro da legalidade; 15,6% do desmatamento em 2019 ocorreu em terras indígenas e unidades de conservação; o Pantanal possui a maior média de área desmatada por alerta, com 77 ha, seguido do Cerrado com 55 ha. Na Amazônia, a média é de 16 hectares; 37% das terras indígenas brasileiras tiveram alerta de desmatamento em 2019.

A velocidade média máxima de desmatamento para um único evento de desmatamento foi alcançada em uma área de 1.148 hectares no município de Jaborandi (BA). Ela foi desmatada entre os dias 8 e 27 de maio de 2019,

alcançando uma média de 60 ha por dia. O relatório destaca que os dados de desmatamento do MapBiomas devem ser usados com cautela se comparados aos dados oficiais de desmatamento (como o do sistema Prodes, responsável pela detecção oficial de desmate no Brasil). O Sistema Prodes Amazônia, por exemplo, emite alerta para áreas devastadas acima de 6,25 hectares. O Prodes Cerrado emite alerta para áreas acima de 1 hectare. O Atlas Mata Atlântica, 3 hectares. Já o MapBiomas monitora área de 0,3 hectare.

#### Alertas batem recorde

Segundo o projeto, dados oficiais do governo indicam que, em 2020, os sinais de degradação do meio ambiente seguem em alta. “Os alertas de desmatamento na Amazônia bateram recorde, no primeiro trimestre de 2020”, afirma o documento, baseado em dados do Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais (Inpe).

Ainda de acordo com o projeto MapBiomas, nos meses de janeiro, fevereiro e março de 2020 foram emitidos alertas para 796,08 km<sup>2</sup> da Amazônia, aumento de 51,45% em relação ao mesmo período de 2019, quando houve alerta para 525,63 km<sup>2</sup>. Em 2018 foram 685,48 km<sup>2</sup>; em 2017 foram 233,64 km<sup>2</sup> e em 2016 foram 643,83 km<sup>2</sup>.

Os alertas de desmatamento servem para embasar ações de fiscalização do Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis (Ibama). Já os dados oficiais de desmatamento são do Programa de Monitoramento da Floresta Amazônica Brasileira por Satélite (Prodes), divulgados anualmente.

#### Multas paralisadas

As multas por desmatamento ilegal na Amazônia foram praticamente suspensas, desde outubro de 2019 devido a um decreto do governo Bolsonaro, de acordo com a Organização Não-Governamental Human Rights Watch. Informações oficiais obtidas pela ONG mostram que agentes do Instituto Brasileiro de Meio Ambiente e Recursos Naturais Renováveis (Ibama) aplicaram, desde outubro, milhares de multas por desmatamento ilegal e outras infrações ambientais na Amazônia e em outras partes do Brasil. No entanto, em apenas cinco casos, foi imposta aos infratores a obrigação de pagar multa. Em outubro do ano passado, o governo iniciou novos procedimentos estabelecendo que as multas ambientais devem ser revistas em audiências de conciliação. Nessas audiências, um núcleo de conciliação ambiental pode oferecer descontos ou declarar nulo o auto de infração. O Ministério do Meio Ambiente estabeleceu a suspensão dos prazos para pagar essas multas até que a audiência de conciliação seja realizada.

#### Fala do ministro

O ministro do Meio Ambiente, Ricardo Salles, afirmou na reunião ministerial do dia 22 de abril, que o governo deveria aproveitar o momento em que o foco da sociedade e da mídia está voltada para o novo coronavírus para mudar regras que podem ser questionadas na Justiça, conforme vídeo divulgado pelo Ministro do Supremo Tribunal Federal (STF) Celso de Mello.

Segundo Salles, seria hora de fazer uma “baciada” de mudanças nas regras ligadas à proteção ambiental e à área de agricultura e evitar críticas e processos na Justiça. “Tem uma lista enorme, em todos os ministérios que têm papel regulatório aqui, para simplificar. Não precisamos de Congresso”, disse o ministro do Meio Ambiente.

Depois da divulgação do vídeo, o Ministro se justificou em uma rede social. “Sempre defendi desburocratizar e simplificar normas, em todas as áreas, com bom senso e tudo dentro

da lei. O emaranhado de regras irracionais atrapalha investimentos, a geração de empregos e, portanto, o desenvolvimento sustentável no Brasil”, disse Salles.

#### Avanço no desmatamento e a emissão de gases

O Brasil parece andar na contramão do resto do planeta, também em outro tema relacionado ao Meio Ambiente: a emissão de gases que contribuem para aumentar a temperatura da Terra.

As emissões de gases de efeito estufa devem subir entre 10% e 20% no Brasil em 2020 em comparação com 2018, último ano de dados disponíveis. A análise feita pelo Observatório do Clima coloca o país na contramão de outras nações. A expectativa é de que a recessão causada pela pandemia de Covid-19 leve a uma queda de 6% na emissão destes gases no planeta neste ano.

A razão para que o Brasil contrarie a tendência mundial é o forte aumento no desmatamento da Amazônia, segundo nota técnica do





Sistema de Estimativas de Emissão de Gases de Efeito Estufa (SEEG) do Observatório do Clima, divulgada na segunda quinzena de maio.

De acordo com o documento, as emissões decorrentes do desmatamento serão 29% maiores em 2020, considerando-se a média dos últimos cinco anos, nos meses de maio a julho. Esse aumento deve compensar a queda de emissões nos setores de energia e na produção industrial.

A organização estima que se o desmatamento em maio, junho e julho for semelhante ao do ano passado, neste mesmo período, as emissões na Amazônia podem ser 51% maiores do que em 2018 – o desmatamento é calculado entre agosto de um ano e julho do ano seguinte.

O setor de transportes, afetado pela pandemia, principalmente nos transportes aéreo e no individual de passageiros, teve queda baixa de 1% nas emissões – o consumo de diesel no transporte de cargas teve aumento.

#### **Situação preocupante**

Para o engenheiro ambiental José Maurício Del Fiol Neto, o avanço do desmatamento, na Amazônia, é uma situação “muito preocupante, principalmente por se tratar de desmatamento irregular, ou seja, sem avaliação dos órgãos ambientais, autorização e posterior compensação ambiental. Dessa totalidade de área desmatada, grande parte está dentro de terras indígenas ou de áreas de proteção ambiental, o que é outro fator agravante.”

O engenheiro acredita que há relação entre este aumento expressivo e a política ambiental do atual governo. “Há relação, sim. Os principais órgãos e entidades ambientais confirmam essa relação, através da área desmatada”.

Del Fiol observa que a fala do ministro Ricardo Salles, na reunião de 22 de abril, “foi muito infeliz nesse comentário, sendo que apesar do foco maior da mídia ser o coronavírus, a imprensa exerce papel muito importante na parte ambiental. Com certeza, mudanças nas regras ambientais não vão passar despercebidas e serão repercutidas largamente pela imprensa e ONGS”.

#### **Mudanças**

Del Fiol avalia que a pandemia deve provocar mudanças no comportamento da sociedade, inclusive na relação com o Meio Ambiente. “Acredito que já está ocorrendo: neste momento, as pessoas estão com mais tempo para refletir e fazer autocríticas sobre em quais aspectos podem melhorar e isso acaba incluindo comportamentos ambientais mais sustentáveis”.

O engenheiro ressalta que, na Região, “são realizados trabalhos constantes de conscientização, também há pessoas engajadas na causa ambiental, porém há dificuldades como em qualquer outra cidade do país, como orçamento e aparelhamento. O principal fator negativo ainda é a falta de compromisso de muitas pessoas, sendo que todos têm informação sobre o que é certo e errado, benéfico e prejudicial ao meio ambiente, mas ainda insistem em seguir

o caminho mais danoso ao meio ambiente”

#### **Descarte de luvas**

Entre os assuntos que devem entrar na pauta das mudanças de comportamento, é como descartar as máscaras e luvas que as pessoas estão usando para desacelerar a disseminação do novo coronavírus.

Descartar de forma correta estes objetos também é uma forma de combater o avanço da doença. Vale lembrar que, muito provavelmente, os brasileiros deverão usar as máscaras ainda por um tempo, já que o número de casos no país continua a subir. Então, é importante saber usar, limpar e descartar a sua máscara.

Após o uso máscaras descartáveis, luvas de látex e papel toalha, estes produtos devem ser colocados, juntos, com o lixo comum (onde você coloca o papel higiênico, por exemplo). Reforçamos que somente as peças usadas pela comunidade, e que são descartáveis, devem ser eliminadas assim.

No caso dos profissionais de saúde, tanto as máscaras quanto os outros utensílios estão na categoria “lixo hospitalar”, sendo descartados de forma distinta. Todo cuidado é necessário! A máscara é item indispensável no dia a dia, para proteger você e quem está ao redor (e a forma correta de descarte também faz a diferença)!

## Doação de sangue

O surgimento da Covid-19, doença causada pelo novo Coronavírus, afetou várias áreas, principalmente a da Saúde. Devido à pandemia, milhares de pessoas morreram e outras seguem internadas em hospitais. Por isso, o sistema de saúde está cada vez mais lotado.

Em razão do isolamento imposto, às pessoas no mundo todo, para evitar a propagação do vírus, caiu o estoque de sangue em Hemonúcleos, o que afeta o atendimento a pacientes que necessitam de cuidados diários.

Segundo a administradora do Banco de Sangue Fortunato Minghini em Tatuí, Rita Corradi de Azevedo, o estoque da cidade está em dia, mas há a necessidade de doadores para contribuir com os Hemonúcleos da região. “Devido ao clima frio e em razão da pandemia, as doações estão baixas. Também esperamos novos doadores e que os antigos atualizem os cadastros”, explica a entrevistada.

Atualmente, os tipos sanguíneos mais utilizados são o “A” e “O” positivos. Lembrando que o Banco de Sangue é um local limpo, por

isso, doadores podem ficar tranquilos quanto à segurança e à higienização do ambiente. “O ato da doação também é seguro e de extrema importância, no momento em que estamos vivendo”, orienta Rita.

O Banco de Sangue de Tatuí é uma extensão da Universidade Estadual Paulista (Unesp) de Botucatu, ou seja, todo o material recebido nas doações é encaminhado para lá. “Porém, a situação é preocupante, pois as doações caíram bastante e as transfusões já retornaram praticamente aos níveis pré-pandemia”, diz Thiago Eugênio Gouveia Herbst, médico responsável pelo Hospital Universitário.

“No hemocentro de Botucatu, apesar de estar situado em uma área afastada dos pacientes infectados pelo coronavírus, são tomadas algumas medidas para proteger ainda mais nossos doadores, através do agendamento de doação, restrições ao número de doadores dentro da sala de doação, disponibilidade de álcool gel e uso geral de máscaras e luvas pelos funcionários. Estamos organizando coletas fora do hospital para públicos menores e contando com parceiros como Tatuí e Unimed

Botucatu, que ampliaram os horários de coleta”, explica o especialista.

É importante destacar que todas as bolsas coletadas têm validade de 35 dias e que pessoas entre 18 e 69 anos de idade podem doar sangue, desde que estejam com a saúde em dia.

No dia da coleta, não é preciso estar em jejum, e é necessário ter dormido, pelo menos, durante 6 horas antes da doação. Também é importante não ingestão de bebida alcoólica, 12 horas antes do procedimento. Um documento original com foto também é indispensável, ser trazido.

A doação sanguínea fica restrita a pessoas com anemia, hipertensão, hipotensão, aumento ou diminuição dos batimentos cardíacos, febre e doenças infecciosas, crônicas e/ou transmissíveis pelo sangue (hepatite B, hepatite C, Aids, HTLV, Doença de Chagas, diabetes tipo I, diabetes tipo II, hanseníase, câncer).

Em Tatuí, o Banco de Sangue funciona na terça e quinta-feira, das 7 às 9 horas, funciona ao lado da maternidade da cidade. Outras informações podem ser solicitadas pelo telefone (15) 3205-1333.

### *Sua ajuda faz diferença*

Canaleta (vala)  
Fossa Séptica  
Poços convencionais (feito à mão)

IRMÃOS  
**TATU**  
O negócio é cavocar

**Solicite um orçamento!**

Sítio Santa Sylvia | Bairro Água Branca | Boituva/SP  
Cláudio: (15) 99801-1913/Élio: (15) 99766-3067



## Fila Indiana

**P**ara mim, os homens caminham pela face da Terra em fila indiana, cada um carregando uma sacola na frente e outra atrás.

*Na sacola da frente, nós colocamos as nossas qualidades.*

*Na sacola de trás, guardamos os nossos defeitos.*

*Por isso, durante a jornada pela vida, mantemos os olhos fixos nas virtudes que possuímos presas em nosso peito; e, ao mesmo tempo, reparamos impiedosamente nas costas do companheiro que está adiante, contabilizando todos os defeitos que ele possui.*

*E nos julgamos melhores que ele, sem perceber que a pessoa andando atrás de nós está pensando a mesma coisa a nosso respeito.*

Já li a mensagem acima, que não é de minha autoria, em diversas ocasiões. E, em todas as vezes que a leio, paro alguns minutos para refletir sobre ela.

Como é fácil julgar os outros, como é fácil ser inclemente com os outros e condescendentes conosco mesmos! E, com toda a certeza, todos fazemos isso, em maior ou menor grau.

Todos carregamos fardos, em nossa caminhada pela Terra; fazem parte de nosso aprendizado, mas alguns fardos são muito difíceis de carregar – e, é claro, sempre achamos que nossas dificuldades são maiores que as dos outros. Como julgamos que as nossas dificuldades são maiores, condenamos de forma terrível os erros e atitudes dos nossos semelhantes, pois, se o outro carrega um fardo mais leve que o meu, ele não tem o direito de errar, de ter dias de mau humor, de estar ausente ao mundo, ao seu redor – entre tantos outros comportamentos que observamos e que nos incomodam – pois nosso egoísmo nos leva a pensar que ninguém tem nada melhor a fazer do que prestar atenção em nós.

Na verdade, conforme diz Irmão José, “ao passarmos por alguém na via pública, é possível que não façamos ideia dos dramas que ele esteja vivenciando...” – ninguém realmente sabe. Não conhecemos as preocupações que ele está carregando e que o impedem de nos cumprimentar com aquele sorriso que queremos – às vezes, o que interpretamos por orgulho ou indiferença é apenas sofrimento. Não sabemos se ele tem algum parente perdido nos

vícios ou doenças; se não está envolvido em conflitos afetivos terríveis, que lhe roubam a paz à mente e ao coração.

É necessário bom senso e caridade ao julgar os semelhantes. Nunca ser conivente com o erro, com a desonestidade, com a falta de moral ou com a falta de caráter – estes são desvios muito graves que devem, sim, ser prontamente combatidos. No entanto, outras atitudes devem ser avaliadas com amor. Como diz Emmanuel, “não existem corações duros, mas, sim, corações retalhados pela dor”.

Quando olharmos para as costas do nosso semelhante, lembrando que outros veem nossas costas, vamos pensar nas palavras abaixo de Irmão José:

“O amigo que cruza contigo os passos é tão humano e tão carente quanto te esforças para não ser aos olhos de teu semelhante. Compa-dece-te e endereça-lhe um pensamento de paz, rogando à Providência Divina que interceda na solução dos problemas que o afligem, assim como esperas que a Divina Providência interceda pelos teus.”

*Luis Carlos Magaldi Filho*

SERRALHERIA  
**CASARINI**

Portão Basculante | Portão de Correr | Vitrôs  
Corrimão | Instalação de motor para Portão  
e muito mais

Rua Joaquim Silvério de Almeida, 290 | Parque Santa Maria | Tatuí/SP

 (15) 99707-9907 | serralheriacasarini@hotmail.com





**Qualidade de Vida**



## Imunização

**A** vacina é o mecanismo mais eficaz de defesa do organismo contra agentes infecciosos, tanto virais quanto bacterianos. É ela quem estimula a produção de anticorpos, em nosso organismo. “Foi através da vacinação que conseguimos controlar algumas doenças, como por exemplo, a poliomielite, coqueluche, difteria e até erradicar outras, como a varíola. Em tempo de pandemia (Covid-19), a vacina contra a gripe H1N1 se faz mais necessária ainda, para que nosso organismo esteja resistente aos demais vírus”, explica a enfermeira Elis Lúcia Diniz de Souza.

Todas as vacinas que fazem parte do Calendário Nacional de Vacinação devem estar em dia e não podem ser deixadas de lado. Logo nos primeiros dias de vida, um bebê já passa a ser imunizado (BCG e Hepatite) e as vacinas são ministradas ao longo dos anos, entre elas, rotavírus, febre amarela, varicela, influenza, entre outras.

### *Vacinas são indispensáveis, em tempos de pandemia*

Quando o organismo é agredido por um vírus ou bactéria, o sistema de defesa da pessoa (sistema imunológico) dispara uma reação em cadeia com o objetivo de frear a ação desses agentes estranhos. Quando esse sistema falha, é que se adocece.

“As vacinas estimulam a produção de células de defesa de tal maneira que, se por ventura entrarmos em contato com o agente agressor em algum momento de nossa vida, não adoecemos, pois o organismo já possui uma memória contra determinados agentes”, afirma Elis.

No caso de quem não lembra se tomou determinada vacina, deve procurar uma Unidade de Saúde com sala de vacinação mais próxima de sua residência com ou sem a carteirinha, para ser orientado.

“Estamos vivendo um momento atípico, em que todo cuidado se faz necessário para que se tenha mais segurança. Portanto, é de suma importância para a população evitar as doenças e, com isso, salvar vidas”, finaliza a especialista.

Sistema de Radiestesia para encontrar água

Elio Sonda

Sítio Santa Sylvania - Bairro Água Branca - Boituva/SP | Élio: (15) 99766-3067



laboratório  
**CRUZEIRO**

# FAÇA O EXAME DE CORONAVÍRUS

Por biologia molecular RT PCR  
Temos também o teste rápido

**Fique em casa e se sair: use máscara**

AGENDE SUA COLETA PELO TELEFONE  
(15) 3251.6023

# Pensamento positivo faz bem ao coração

*Saiba como o organismo reage aos seus melhores sentimentos*



**P**az, calma, fé e alegria. Pensamentos positivos são essenciais para a nossa qualidade de vida e bem-estar, tanto físico quanto mental. Os bons sentimentos ajudam no trabalho dos principais órgãos, gerando mais força, ânimo e energia, para o dia a dia.

Você já parou pra pensar que os nossos sentimentos diários estão diretamente ligados à saúde? Comprovadamente, o estado emocional pode influenciar e afetar nossa alimentação, disposição e o bom funcionamento do corpo. Ou seja, somos reflexos daquilo que sentimos e, por isso, a causa natural das mais diversas curas está no otimismo!

Não é só nossa saúde mental que sofre quando o estado emocional está abalado. Essas consequências estendem-se ao nosso bem-estar físico, podendo afetar áreas específicas do corpo. Uma situação estressante ou um momento de felicidade podem dizer muito sobre o que passa internamente, no organismo. Diversas pesquisas e estudos científicos mostram que o positivismo, por exemplo, melhora nosso sistema imunológico e cardíaco.

É a célebre frase: “Mente sã, corpo são!”. Buscar o equilíbrio entre o corpo e a mente é uma escolha para viver com qualidade. O corpo sempre dá sinais quando alguma coisa não está legal e é a hora de pensar em novas atividades que deem prazer e façam bem, de dentro pra fora. O equilíbrio entre corpo e mente é fundamental pra atingir os objetivos e estar com a saúde em dia.

Já existem alguns métodos que podem ajudar a encontrar esse “ponto-chave” da nossa vida como a terapia, por exemplo. Alguns sentimentos também podem contribuir de forma considerável aos órgãos e encontrar em ponto de equilíbrio.

A serenidade, por exemplo, faz bem para o fi-

gado: Delete a raiva. Este sentimento sobrecarrega e desgasta não só o órgão, mas você também. Tenha serenidade para lidar com todas as questões do cotidiano, afinal, estar tranquilo diante dos problemas pode ser a real solução.

A alegria faz bem para os pulmões: Sorrir é uma das melhores formas de lidar com os problemas. Ainda que nem tudo na vida sejam flores, se a alegria prevalecer ficará mais fácil de lidar com tudo. Lembre-se: nenhuma tempestade é eterna e sempre. Após a turbulência, vem a abonação.

A paz faz bem para o estômago: A ansiedade é uma das causas das dores de estomacais, falta de apetite e, até mesmo, gastrite. Viver em paz, ter uma vida tranquila, saber lidar com as adversidades, podem proporcionar melhores momentos ao órgão em questão.

A calma faz bem para o coração: Quem nunca sentiu palpitações em um momento de estresse, que atire a primeira pedra. Manter a calma é essencial para a vida em geral; tudo tem o seu tempo e as coisas se ajustam.

A fé faz bem para os rins: Além da ingestão de líquido, o órgão pode ser beneficiado pela fé. A crença pode diminuir os riscos de diabetes, doenças cardiovasculares, respiratórias, infartos, insuficiência renal e acidente vascular cerebral, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS).

E o momento em que o mundo inteiro se encontra, em que o novo coronavírus trouxe uma realidade inédita para todos os povos, o isolamento social, o ficar em casa, sem encontrar amigos, ou visitar ente queridos... Certamente, este é o momento em que todos testam a sua fé. Mesmo sem plateia, “o show tem que continuar...”

Nestes dias, o importante é cumprir as regras, cuidar para que a mudança temporária do comportamento social não abra espaço para o crescimento de pensamentos negativos,

como a angústia. Para isso, é importante saber organizar a rotina durante os dias em casa, cultivando e transmitindo para os mais próximos apenas pensamentos responsáveis e otimistas.

Um bom começo é lembrar que esta epidemia não é o primeiro desafio enfrentado no planeta Terra; e não estamos sozinhos, mas fazendo parte de uma estratégia comunitária que pode salvar muitas vidas. Os humanos já vivenciaram várias epidemias em outros tempos. Faz parte da história humana.

Pensar que a epidemia é uma situação transitória que vai passar e que você está contribuindo positivamente para isso, ajuda a acalmar a mente.

Neste momento, o uso excessivo das redes sociais pode ser angustiante. É preciso ter cuidado e medir o tempo para não fazer uso das mídias de forma obsessiva, com o consumo exagerado de conteúdo informativo, mas também de fake news que propagam o pânico. Nesse período de reclusão, é importante observar também os relacionamentos. Conversas pessimistas que provocam sentimentos depressivos não são escolhas viáveis.

Uma boa estratégia para cuidar da saúde mental é planejar uma rotina, já que ter um hábito regular traz equilíbrio emocional. Mas se, ainda assim, você se sente angustiado, não hesite em buscar ajuda.

Cuide do corpo: Tente praticar exercícios físicos e manter a alimentação saudável. Evite os exageros.

Faça coisas de que gosta: Ouvir música, um curso on-line, ler um livro, assistir filmes.

Pratique a resiliência: Olhe a situação de forma realista, sem pânico. Tente perceber o que pode aprender, a partir do que está acontecendo!

Porém, se perceber que está sobrecarregado, ansioso ou depressivo, não se hesite, busque ajuda com o médico, psicólogo, familiar e também junto ao Centro de Valorização da Vida (CVV), ligando para o número 188.

# Sono reparador

*Passos importantes que garantem uma boa noite de descanso*



**N**em todo mundo consegue dormir logo que encosta em um travesseiro. Muita gente passa horas acordada, sem pregar os olhos... Mas o que seria adequado para ter uma boa noite de sono?

“De modo geral, de seis a oito horas são o tempo considerado adequado para uma ótima noite de sono. Porém, lembrando que esse tempo não significa que a pessoa descansou. Por vezes, o indivíduo dorme durante 10 ou 12 horas, mas acorda cansado. Então, o melhor para avaliar como está a noite de sono, é como se está acordando. Se o corpo e a mente estão descansados, ótimo”, explica o clínico geral e especialista em hipnose clínica, Rafael Bidim Lelis (CRM 130667).

O médico afirma que uma noite de sono é imprescindível para a manutenção da saúde,

tanto para o estudante, que conseguirá armazenar tudo o que aprendeu durante o dia, ou seja, no sono REM, que é a fase mais profunda do sono, onde terá fixado todo o conteúdo aprendido. Para atletas, uma boa noite de sono gera bons rendimentos. Enfim, para todos os públicos, um bom sono resulta num acordar mais disposto.

“O sono é programado; então, um banho morno é importante, desligar aparelhos eletrônicos e luzes, pois estes bloqueiam a ação da melatonina, que é um hormônio do sono”, orienta Bidim.

O que atrapalha um sono adequado é a correria diária, as preocupações de casa ou do trabalho em excesso. “Então, é necessário desconectar-se desses problemas. Há alguns chás e bebidas quentes que ajudam a chegada do sono. É importante evitar a cafeína, que ativa

o sistema nervoso central e prejudica o sono, bem como não usar calmantes sem a indicação de um especialista”, diz Rafael Bidim Lelis.

Para quem tem insônia crônica, que já tentou até mesmo hipnose para a reprogramação mental, ou uso de fármacos, há o exame de polissonografia, onde é avaliada a noite de sono da pessoa.

“A apnéia do sono também é bastante comum em pessoas com sobrepeso ou problemas na região nasal. Isso também atrapalha o descanso noturno”, destaca Rafael.

“Para ter uma boa noite de sono, é indispensável uma higiene mental, evitar pensar em problemas durante a noite, praticar atividades físicas, bem como diminuir ou evitar o consumo de açúcar e carboidratos. Isso favorecerá uma noite adequada de sono”, finaliza o especialista.



**PERSONAL PHARMA**  
farmácia de manipulação  
www.personalpharma.com.br

**PINETONINA®**  
Tecnologia Exclusiva: **SPRAY NASAL**

- Equilíbrio do estresse e da ansiedade;
- Relaxamento do corpo e da mente;
- Melhora a qualidade do sono, sem causar sonolência diurna ou sedação.



**Faça-nos uma visita e compreve!!**

Nunca use medicamentos sem orientação de um profissional.  
Fale com seu médico ou farmacêutico.

# Devido à pandemia: estresse tóxico em crianças aumenta

*Alteração de apetite, agressividade, distúrbios de sono – são alguns dos sintomas que podem ser apresentados por crianças*



**A** Covid-19 é especialmente grave para idosos e pessoas com determinadas comorbidades; porém, a pandemia transformou a vida de todos os seres humanos. Mesmo sendo o grupo com menor chance de complicações relacionadas à doença, as crianças também têm sofrido as consequências sociais do novo coronavírus, como o isolamento em casa, falta do convívio com colegas e escola, mudança repentina da rotina, afastamento de familiares e amigos, restrição de espaço para brincar, correr, tomar sol, além da tensão geral relativa às incertezas dos tempos.

Os pais devem priorizar a atenção aos filhos e estar atentos a sintomas de ansiedade e depressão. A agressividade, desobediência, isolamento, distúrbios de sono, alteração de apetite e falta de ar - são alguns dos sintomas que crianças com estresse tóxico podem apresentar, segundo a doutora em neuropediatria - Dra. Liubiana Arantes de Araújo (CRM: 36278), presidente do Departamento Científico de Desenvolvimento e Comportamento da Sociedade Brasileira de Pediatria.

Segundo a profissional, as crianças têm apresentado sintomas de estresse tóxico durante a quarentena. No momento, ela está conduzindo pesquisa para aprofundamento nesse aspecto da pandemia. “O isolamento social repentino e drástico pode ter consequências graves, caso os cuidadores não deem a devida atenção e ajudem as crianças a passarem pelo processo”, explica. “Se a família não tiver olhar cuidadoso para as crianças, haverá consequências irreversíveis nessa geração”.

## **Qual o impacto do isolamento social nas crianças?**

A pandemia causou mudança muito abrupta e acentuada em todas as famílias. Ninguém teve tempo de se organizar para lidar com situação tão adversa. Acumulamos ativida-

des dentro de casa, o cuidado em período integral, home office, (sem poder contar com rede de apoio), além da preocupação com questões financeiras, familiares. Isso gera elevação do estresse nos pais, e quando eles estão estressados, isto abala diretamente as crianças. Temos visto sintomas de estresse tóxico, que é quando se vive a um estresse contínuo ou muito elevado, que supera a capacidade de lidar com essa adversidade. A criança não tem estratégias para superar isso, pela própria imaturidade neurológica. Então, se a família não tiver olhar cuidadoso para elas crianças, as consequências serão irreversíveis! Isto porque o estresse tóxico faz perder conexões cerebrais, o que pode acarretar, no futuro, aumento de transtornos, depressão, mas também, aumento de casos de alcoolismo, drogas ilícitas, redução da capacidade cognitiva.

## **Quais são os sintomas do estresse tóxico?**

Podem ser tanto sintomas externalizados, como: agressividade, desobediência, grito, choro irritado, nervosismo; quanto sintomas internalizantes, como: isolamento, ficar sem conversar, chorar muito, diminuir a interação, além de distúrbio do sono, alteração do apetite, dores inespecíficas, falta de ar. Pacientes de diferentes idades estão tendo sintomas dessa espécie.

## **O que se pode fazer para diminuir esse impacto nos filhos?**

Temos que entender que todo mundo está mais preocupado do que o habitual, mesmo. Porém, temos que controlar o quanto isso vai impactar a vida, no dia a dia. A primeira dica é organizar a rotina dos adultos (horários de trabalho, se possível intercalando os expedientes dos adultos, reserva de ambientes para o home office, etc). Depois, organizar a agenda dos filhos: afinal, ninguém está de férias. Tenha horário das atividades escolares on-line, horário para acessar a telas, evitan-

do ao máximo o excesso desse uso. Reserve momentos divertidos e prazerosos de brincar junto, momentos de atividade física e tarefas de casa. Tente colocar a criança perto de um lugar onde bate sol e tenha espaço para que ela possa dialogar sobre angústias e sentimentos. Proporcione encontros virtuais com familiares e amigos. E, sobretudo, não a deixe ver matérias de TV sobre a pandemia - estas foram feitas para adultos.

## **Conversar com as crianças, desde pequenas, sobre o que está acontecendo é importante? Não as deixa mais ansiosas?**

Elas estão percebendo que há algo acontecendo, então o melhor é conversar. Desde pequenos, a gente pode falar, mas numa linguagem mais simples: “tem um bichinho que faz dodói e temos que ficar em casa”. É preciso explicar com linguagem clara, porém falar que vai passar. Que daqui a pouco, vamos poder brincar lá fora, encontrar os avós. Também, enfatizar que é por isso que temos que lavar sempre as mãos - e, no caso dos maiores de 2 anos, usar máscara. Tem de haver equilíbrio: explicar que em casa, pode tocar nas coisas, nas pessoas, etc. E que, lá fora, é preciso mais cuidado. Temos que passar uma forma de encarar mais leve a situação.

## **O que os pais devem fazer, caso identifiquem sintomas de que algo não vai bem, emocionalmente, com os filhos?**

Comportamentos diferentes dos habituais são sinais de que a criança está precisando de mais atenção, ser mais acolhida. Pode-se conversar, dizer que é ruim mesmo ficar sem ir à pracinha, sem encontrar com o vovô. Mostrar que o sentimento dele é real e ajuda-lo a nomear esses sentimentos. Não se deve deixar de fazer consultas pediátricas, que podem ser feitas de maneira remota e, se os sintomas forem de estresse tóxico, é importante procurar atendimento com psicólogo infantil, também de forma remota.



# Cultura



## A LUZ DO SEU OLHAR

Quando me olhas com teu olhar doce e  
brando,  
A transpassar meu corpo, minha alma,  
O sangue em ondas, em minhas faces vai  
entrando.  
És o olhar que me alegra e me acalma.

Quando chegas bem perto de mim,  
Todo meu corpo estremece.  
O teu olhar suave pousa assim,  
E enxergo nele o amor que resplandece.

Ouve-se lá fora a voz do vento.  
Aqui dentro, só vejo a luz de teu olhar,  
Tocando-me comovente e aflito.

Neste sublime momento,  
Sentindo perto teu coração a palpitar,  
Teus olhos fascinantes com amor eu fito.

*Maria do Carmo Marques Ramos  
(Carminha)*



## Brilhantes cantos

No dia em qu'eu te amei, ali frementemente,  
Senti noss'alma arfante a flutuar de encantos!...  
Beije todo o teu corpo — imensuravelmente —  
Ao exalar o perfume em teus brilhantes cantos!

Um aroma tão suave e inexplicavelmente...  
Cobriu todo o meu corpo, um deslumbrante helianto,  
Em teu banho de amor — inesgotavelmente...  
E eu mergulhei num éter azul — te amando tanto!...

Voei sobre a floresta esmensurada e cálida,  
Nu'à bruma estonteante, à luz dessa alvorada...  
Flamante e adocicada, em etéreas viagens ávidas.

Tu me embalavas nu, nu'à alfombra alcantilada,  
Nos píncaros d'amor — onde as estrelas áldidas  
Brilhavam no teu colo... Oh! Iluminada amada!



Foto: Felipe Celino

## Rodrigo e Ruan

*Dupla se reinventa durante a quarentena*

**H**á quase dez anos na estrada, é a primeira vez que a dupla Rodrigo e Ruan enfrenta uma pandemia, que acabou mudando a rotina deles. Devido à quarentena estabelecida, em razão do coronavírus, muitos shows tiveram de ser cancelados, porém, a dupla resolveu se adaptar.

“Na realidade, o intuito é ficar em evidência, mesmo na quarentena, para que quando tudo se normalizar, possamos continuar trabalhando. Não vai ser fácil, mas não podemos cair no esquecimento”, conta Rodrigo Tiggre.

Para dar sequência aos trabalhos, a dupla resolveu se render às *lives*, que são os shows com número restrito de pessoas presentes e transmitidos via internet.

“De início, íamos fazer uma *live* simples pelo Instagram, só para interagir com os nossos amigos. No fim, muita gente abraçou a ideia e foi uma iniciativa muito bacana, com *feedback* muito positivo. No final de maio fizemos mais

uma transmissão, e no dia 28 deste mês, faremos mais uma *live*”, conta o entrevistado.

Enquanto o contato com os fãs não volta ao normal, a dupla relembra com saudade dos momentos marcantes da carreira. “Sempre abrimos os shows para grandes artistas e a responsabilidade é maior. Hoje, o que me vem à mente, é a abertura do show do Wesley Safadão, em Sorocaba. Fizemos junto com a Máfia Sertaneja e foi sensacional, com mais de 15 mil pessoas em meio à chuva, uma energia contagiante”, conta a dupla.

Com um repertório bastante animado, eles procuram tocar os *hits* do momento, sem deixar de incluir as músicas autorais para que o público possa conhecer. “Gravadas temos oito músicas e escritas, preciso consultar as gavetas”, diz Rodrigo, aos risos.

E por aqui, os fãs seguem ansiosos pelo retorno aos palcos, com a expectativa de shows sempre animados e com muito sertanejo, seja raiz ou universitário.



Areia fina e média  
Areia grossa usinada  
Pedra e pedrisco



Estrada Iperó a Tatuí, KM 04 | Distrito Industrial | Iperó/SP  
(15) 3266-1014/3266-2436/ 99119-7848  
[www.aleixomineracao.com](http://www.aleixomineracao.com) | [vendas.aleixomineracao@gmail.com](mailto:vendas.aleixomineracao@gmail.com)



## Pequenos Notáveis

A pequena notável do mês de junho é a “princesinha”, Maria Clara Camargo, de sete anos, da cidade de Boituva. Ela está cursando o segundo ano do Ensino Fundamental, no Colégio Portinari (Boituva). Ela mesma nos contou que vai à escola desde quando era uma bebezinha. “Gosto muito do colégio, dos meus professores e tenho muitos amigos lá”. Revelou-nos também que “acordo muito cedo todos os dias – isso já faz parte da minha rotina. Tomo meu café, vou pra escola e depois das aulas, vou pra casa da minha tia (que cuida de mim desde bebezinha também). Porém, nestes dias, tenho estado em casa, com a minha mãe, que está trabalhando em *home office* e eu, por causa da quarentena”.

Ela nos contou, também, que “estudo inglês. Sou muito estudiosa, nunca perco uma aula! Só faltei um dia para ver o meu pediatra. Precisava fazer uns exames de rotina. De todo tempo em que estudo inglês, perdi somente duas aulas. Atualmente, por exemplo, estou fazendo aulas on-line. Ouço músicas em inglês. Amo o grupo “Now United”, finaliza a pequena. Além de estudar, Maria Clara gosta muito de dançar, cantar, divertir com o aplicativo Tik Tok. Ela nos fez uma confissão: “sou meio blogueira, meio cantora, sabe?!” risos.

Quando questionada sobre sua vida social, ela nos revelou: “sempre me relacionei muito bem com todos os meus amigos. Mas tenho duas grandes amigas – Lorena e Ana Gabriela, e também, Letícia e Matheus que, além de serem meus melhores amigos, são meus primos. Eu montei uma barrquinha para brincar de bonecas e outras coisas mais com eles. Quando eu crescer, ainda estou em dúvida se quero ser médica ou dentista”.

Maria Clara é uma garota muito inteligente, esperta, de personalidade forte; quando quer algo, luta até atingir seus objetivos. Certamente, o céu será o seu limite!

Foi um grande prazer falar com você, Maria Clara! Nós, da Revista Hadar, desejamos-lhe todo sucesso do mundo!



Seu filho também é um pequeno notável?

Então, mande seu trabalho para o e-mail: [jornalismo@revistahadar.com.br](mailto:jornalismo@revistahadar.com.br) para que ele possa brilhar nas páginas da Revista Hadar.



## Você sabia?

### 18 de junho

Dia da Imigração Japonesa no Brasil

Você sabia, caro leitor? No dia 18 de junho, comemora-se, no Brasil, o Dia da Imigração Japonesa. Essa data foi oficialmente criada, no ano de 2005, a partir da lei nº 11.142, assinada pelo então presidente Luiz Inácio Lula da Silva. O texto oficial elegu essa data em homenagem à chegada do Kasato

Maru, primeiro navio a transportar imigrantes japoneses ao Brasil.

O chamado “Navio da Esperança” atracou no porto de Santos, no ano de 1908, trazendo a bordo 165 famílias, totalizando 781 imigrantes japoneses. Logo após sua chegada, foram direcionados às fazendas de café da região de Marília e Presidente Prudente. Com o passar dos anos, outros navios chegaram ao Brasil, totalizando cerca de 260 mil imigrantes a desembarcar no país.

Os imigrantes deixaram o Japão, após uma profunda reforma administrativa realizada no país, pelo imperador Meiji, a partir de 1886. Um dos pontos centrais desse período foi romper com o isolamento de séculos entre Japão e Ocidente. Outros pontos foram a Reforma Agrária e a alteração da Lei referente ao imposto sobre terras rurais. Outras medidas somaram-se a essas e provocaram uma situação crítica para a economia japonesa. A emigração, antes proibida, passou a ser aceita como possível solução para os problemas internos do Japão.

Ao mesmo tempo, o Brasil vivia as consequências da Lei Áurea, de 1888, que libertou os escravos. Essa

mudança provocou uma crise entre os fazendeiros, que precisavam de mão-de-obra braçal. A resposta veio em 1892, com a lei nº 97 assinada pelo então presidente Floriano Peixoto. No texto oficial, o presidente autoriza a entrada no Brasil de imigrantes japoneses e chineses e a celebração do Tratado de Comércio, Paz e Amizade com o Japão. Esse foi o ponto de partida que permitiu a vinda dos asiáticos ao país.

O segundo grupo de imigrantes japoneses chegou ao Brasil em junho de 1910. Pouco mais de 900 pessoas vieram a bordo do *Royojun Maru* e seguiram para as fazendas da região de Mogi das Cruzes.

Os imigrantes japoneses decidiram deixar o Japão, na esperança de um dia retornar ao país. Isso porque a publicidade feita sobre o Brasil fazia referência a uma terra fértil, “um baú de tesouros”. Também foi prometida a eles a possibilidade de enriquecimento, nas terras tropicais. Porém, a realidade encontrada foi muito diferente. Sendo levados às fazendas de café, foram obrigados a trabalhar nas tarefas antes atribuídas aos escravos, em condições semelhantes. Conta-se que os fazendeiros não cumpriam com o devido pagamento; as condições de vida eram precárias, sem contar a barreira cultural e de idioma. Pouco tempo após sua chegada, muitos deles deixaram as fazendas e foram tentar se reunir, em outros lugares. Graças a seus esforços, muitos conseguiram, não sem dificuldades, a superar os obstáculos e a viver com dignidade, na maior comunidade japonesa fora do Japão.

A geração nascida no Japão foi a que teve mais dificuldade de adaptação ao Brasil em razão do idioma, hábitos alimentares, vestuário, modo de vida e diferenças climáticas encontradas.

Como pretendiam voltar ao Japão, os imigrantes não se preocupavam em se integrar à vida, no Brasil. Por isso, uma parcela considerável nunca aprendeu a falar o português.

Em seguida, graças a um sistema de parceria com fazendeiros, muitos japoneses conseguiram comprar seus primeiros pedaços de terra. Após algum tempo de plantação, o imigrante tinha o direito de receber uma parcela da terra. Isso resultou na permanência definitiva de muitos imigrantes no Brasil.

A primeira geração nascida aqui não era muito diferente dos pais. Ainda dominados pelo desejo de regresso ao Japão, os imigrantes educavam seus filhos dentro da cultura japonesa. As crianças frequentavam escolas japonesas fundadas pela comunidade e a predominância no meio rural facilitou esse isolamento. Cerca de 90% dos filhos de japoneses falavam japonês em casa.

Já a segunda geração de japoneses no Brasil viu, definitivamente, sepultada a esperança de retornar ao Japão. Com a II Guerra Mundial, que abalava a terra natal, era mais seguro permanecer no Brasil. Mais imigrantes começam a chegar, neste período, atraídos por parentes que já tinham emigrado. Na década de 1930, o Brasil já abrigava a maior população de japoneses fora do Japão.

A partir da terceira geração no Brasil, os descendentes de japoneses passaram a se abrir definitivamente à sociedade brasileira. Os avós imigrantes trabalharam duro no campo para que seus filhos e netos tivessem futuro, no Brasil. Na década de 1960, os japoneses saíram do campo e rumaram para as cidades, para concluir os estudos. O principal destino foi São Paulo, que se tornou a cidade com maior número de japoneses fora do Japão. O Brasil tem cerca de 1,5 milhão de japoneses, das quais, aproximadamente 1 milhão vivem no Estado de São Paulo.

A partir da década de 70, o isolamento étnico começou a se deteriorar e a miscigenação passou a fazer parte da realidade da colônia japonesa no Bra-

sil. Atualmente, cerca de 61% dos bisnetos de japoneses têm alguma origem não-japonesa. Os traços mestiços predominam entre esta nova geração, já integrada ao Brasil.

O fenômeno que se observa nos dias de hoje é a ida de brasileiros de origem japonesa e seus cônjuges para trabalhar no Japão, a maioria como operários, na indústria. São os *dekasseguis*.

## MINUTO DE REFLEXÃO

“Até as torres mais altas começaram do chão!”

*Provérbio Chinês*



## CURIOSIDADES

### Festas Juninas

*Tradição divertida e comemorada em todo o país*

Junho chegou! Por causa da pandemia, do novo coronavírus, as festas juninas, nas ruas, estão suspensas; porém você pode fazer a festa em sua casa, apenas com sua família para não deixar a tradição “passar em branco”... Além de ótimas oportunidades para tomar quentão, comer paçoca, canjica, batata assada... As festas juninas são carregadas de simbolismo, misturando elementos de culturas ancestrais, influências europeias e características nacionais e regionais.

Estudiosos afirmam que as Festas Juninas chegaram ao Brasil por volta do século XVII, sendo de origem europeia. Ao longo do tempo, foram recebendo influências da religião católica, algumas delas associadas a certos santos. Posteriormente, foram inseridos outros elementos da cultura brasileira: comidas, bebidas, danças, ritmos.

Entre os itens juninos, há dois vistos como principais: a dança, conhecida pelo nome de quadrilha, e vestimentas típicas. Antigamente, por serem festas promovidas pelas Cortes, as mulheres costumavam usar vestidos sensuais e rodados. Daí a origem dos vestidos de quadrilhas que, no Brasil, acabaram sendo confeccionados com tecidos mais coloridos e chamativos, principalmente, com chita (algodão barato).

As quadrilhas são bastante valorizadas na região Nordeste do país. Sobre a dança, é possível notar que, alguns dos nomes dos famosos passos, possuem origem francesa, como “anariê”, “ampassá” e “tour”. Estes são utilizados em virtude da origem da dança, já que ela e foi herdada das festas da aristocracia francesa.

As tradicionais fogueiras das Festas Juninas são herdadas das culturas greco-romanas e dos celtas. Tais povos cultuavam as fogueiras como forma de agradecimento aos deuses pelas boas colheitas. Tal

prática também foi aderida, no Brasil, tornando-se esse item mais um símbolo forte da festividade. Em nosso país, acredita-se que a fogueira seja uma forma de purificação e proteção contra maus fluidos, além de símbolo da reunião de familiares e amigos, durante a festa.

Conhecidas como o principal enfeite decorativo das festas juninas, as bandeirolas surgiram como forma de homenagem aos três santos conhecidos como “padroeiros” das Festas Juninas: Santo Antônio, São Pedro e São João. As imagens dos santos eram pregadas nas bandeiras coloridas e imersas em água, rito conhecido como “lavagem dos santos”. De acordo com a crença popular, “a água purifica todos aqueles que se molham com ela”.

Santo Antônio ficou conhecido como o santo casamenteiro. Essa “fama”, segundo alguns religiosos, veio de pedidos feitos por moças ao santo para conseguir noivo e marido. Segundo a crença, uma das maneiras de se obter o desejo realizado é mergulhá-lo de cabeça para baixo, em uma bacia com água. “Por sentir-se mal, o santo realizam o pedido a ele feito”.

Ainda sobre tradições de cunho matrimonial, o famoso “casamento caipira” surgiu como forma de chacota aos casamentos clássicos, já que foge aos “padrões tradicionais”. A noiva aparece grávida e o pai obriga o noivo a se casar, tendo uma espingarda apontada para a cabeça dele, mais o apoio do delegado da cidade, amigo da família da noiva.

Os noivos, já casados, puxam o início da quadrilha.



## Gérmen de trigo

*Saiba um pouco dos benefícios dessa “joia” nutricional*

Uma das culturas agrícolas mais antigas do mundo, o trigo é cultivado há 9 mil anos. Na Antiguidade, o grão simbolizava prosperidade, fertilidade, abundância e vida. Inclusive, todos os deuses da fertilidade, nas mitologias grega, egípcia e romana traziam o trigo como um de seus símbolos. Os povos nativos americanos também cultivavam o grão. Eles o usavam para produzir pães, tortilhas, bolos e até para bebidas fermentadas.

Já na medicina tradicional indiana aiurvédica, o trigo é usado para tratar o estresse e os problemas mentais. Além disso, é indicado para fortalecer os músculos.

O gérmen de trigo é a parte nutritiva do grão de trigo. Durante o processamento da farinha de trigo branca, esse gérmen acaba sendo descartado. Por isso é que a farinha de trigo refinada apresenta valor nutricional tão baixo.

Apesar de constituir a menor parte do grão, ele é rico em nutrientes, como vitaminas A, E e K, tiamina, folato, magnésio e zinco. É um dos raros vegetais da natureza que contém todas as vitaminas do complexo B. Possui excelente poder antioxidante previne o envelhecimento das células e contribui para o aumento da imunidade, além de ajudar a regular o sistema digestivo, estimular

o apetite e tonificar a pele, mantendo-a saudável. Ele também é responsável pela boa coagulação sanguínea e contribui para o fortalecimento dos ossos.

A vitamina E do gérmen de trigo contém um poderoso antioxidante associado à saúde do coração e ao fortalecimento do sistema imunológico. O tipo de gordura predominante no gérmen de trigo (1,5 g em duas colheres de sopa) é a poli-insaturada; que ajuda a reduzir os níveis de LDL (o colesterol ruim) quando ela substitui a gordura saturada da alimentação. O gérmen de trigo contém também esteróis vegetais, que ajudam a baixar as taxas de colesterol. Por ser um carboidrato complexo e de digestão mais lenta, o gérmen de trigo apresenta um baixo índice glicêmico, podendo contribuir para reduzir o risco de diabetes do tipo 2. Isso, de acordo com um estudo recente realizado na Faculdade de Medicina de Harvard, que mostra que aumentar o consumo de alimentos integrais como o gérmen de trigo reduz o risco de diabetes do tipo 2, principalmente em mulheres.

Para as mulheres, o gérmen de trigo é um aliado poderoso, por diversas razões. Além de ajudar a reduzir o diabetes, o consumo regular desse alimento ajuda a regularizar o ciclo menstrual: seus nutrientes agem nas glândulas sexuais, o que afeta diretamente (e da forma mais positiva possível) a produção de hormônios.

Outro motivo é que ele é especial para as mulheres grávidas. A inserção do gérmen na dieta é recomendada graças a uma substância: o ácido fólico, que reduz as chances do feto ter defeitos do tubo neural, como falha no desenvolvimento do cérebro e da medula espinhal.

O gérmen de trigo pode ser consumido em molhos, iogurtes, frutas e outros alimentos como complemento alimentar. Seu sabor semelhante ao de nozes incrementa receitas como as de bolo de banana, pão de abobrinha, arroz-doce, bolo caseiro, torta de maçã, massa de pizza entre outros.

Mas atenção: o gérmen de trigo possui a **proteína glúten** em sua composição. Por esta razão, ele não deve ser consumido por pessoas portadoras da doença celíaca.

## DICAS DOMÉSTICAS

O **bicarbonato de sódio** é conhecido como ingrediente que deixa o bolo mais fofo. Mas ele também pode ser um forte aliado à faxina. Aqui vão algumas dicas:

- Borrife **bicarbonato de sódio** em uma esponja umedecida e lave frutas e vegetais; serve para remover a sujeira, resíduos de pesticida... Após, enxágue o alimento com água corrente.

- Serve também para evitar entupimentos: despeje periodicamente 1/2 xícara de **bicarbonato de sódio** no ralo de sua pia, seguido de água quente. Se quiser, poderá misturar o bicarbonato com 1 xícara de vinagre. Juntos, formarão uma espuma que limpará o dreno e ajudará a evitar entupimentos. Quando a espuma diminuir, enxágue o dreno com água quente.

- Além disso, poderá usá-lo para lavar roupas brancas: adicione uma colher de sopa de bicarbonato de sódio com o sabão em pó na hora de lavar as roupas. O produto ajuda a tirar as manchas.

Por enquanto é só, na próxima edição tem mais. Até lá!

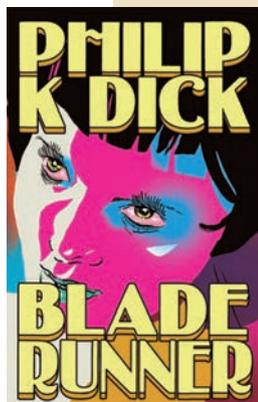


### UM AMOR INCÔMODO

**AUTOR:** Elena Ferrante

**EDITORA:** Itrinseca

Aos quarenta e cinco anos, Delia retorna a sua cidade natal, Nápoles, na Itália, para enterrar a mãe, Amália, encontrada morta numa praia em circunstâncias suspeitas: a humilde costureira, que se acostumou a esconder a beleza usando peças simples e sem graça, usava nada além de um sutiã caro, no momento da morte. Revelações perturbadoras a respeito dos últimos dias de Amália impelem Delia a descobrir a verdade, por trás do trágico acontecimento. Avançando pelas ruas caóticas e sufocantes de sua infância, a filha vai confrontar os três homens que figuraram de forma proeminente no passado de sua mãe: o irmão irascível de Amália, conhecido por lançar insultos indistintamente a conhecidos e estranhos; o ex-marido, pai de Delia, um pintor medíocre que não se importava em desrespeitar a esposa em público; e Caserta, uma figura sombria e lasciva, cujo casamento nunca o impediu de cortejar outras mulheres.



### BLADE RUNNER

**AUTOR:** Philip K. Dick

**EDITORA:** Aleph

Inspiração para um dos maiores clássicos do cinema, dirigido por Ridley Scott, este romance é de autoria do prolífico e revolucionário Philip K. Dick, um dos maiores expoentes da contracultura na ficção científica durante as décadas de 60 e 70. Rick Deckard é um caçador de recompensas, vivendo em uma San Francisco decadente, coberta pela poeira radioativa que dizimou inúmeras espécies de animais e plantas. Um novo trabalho pode ser o ponto de virada para melhorar seu padrão de vida e realizar seu sonho de consumo: uma ovelha de verdade, para substituir a réplica elétrica que ele cria em casa. Para isso, Deckard precisa perseguir e aposentar seis androides que estão foragidos, passando-se por humanos. Mas as convicções do detetive podem mudar quando percebe que a linha que separa o real do fabricado não é mais tão nítida quanto ele acreditava.



### O DILEMA DO PORCO-ESPINHO: COMO ENCARAR A SOLIDÃO

**AUTOR:** Leandro Karnal

**EDITORA:** Planeta

O livro do historiador Leandro Karnal gira em torno de uma das maiores questões contemporâneas: a solidão. A obra não enfoca apenas a solidão literal - o estar sozinho propriamente dito - mas também a sensação de solidão que persiste mesmo quando estamos acompanhados. Em O dilema do porco espinho, vemos um apanhado de ensinamentos recolhidos de diversos filósofos e pensadores - retirados inclusive da própria Bíblia - e nos perguntamos: por que nos sentimos sozinhos? A solidão é necessariamente má? Como podemos processá-la de modo saudável? A explicação do título do livro pode ser encontrada já nas primeiras páginas e é um mote que guiará toda a narrativa. Indicamos a leitura da obra de Karnal para começarmos o ano cientes das nossas questões interiores, e interessados em explorar mais sobre a condição de seres humanos solitários.

*Carla Francine  
Bertanha*

Advogada  
OAB/SP 199.318



Rua Cel. Lúcio Seabra, 403A | Tatui/SP  
(15) 3259-2621/99723-2043 | cabertanha@ig.com.br



**DESIMAX**  
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO  
COM NOSSO REPRESENTANTE:

**19 99159.9124**

**WWW.DESIMAX.COM.BR**



## Resgate

Em Resgate, Tyler Rake (Chris Hemsworth), um agente especial que já perdeu tudo e recebe a difícil missão de libertar um garoto indiano, Ovi Mahajan (Rudhraksh Jaiswal), filho de um chefe do crime (que é mantido refém por um rival seu, na cidade de Dhaka). Apesar de estar preparado fisicamente, ele precisa lidar com crises de identidade e com seu emocional fragilizado por problemas do passado, para que consiga desempenhar a tarefa da melhor maneira possível. Além de infiltrar-se no grupo, para ter a localização exata do menino, ele precisa retornar para um ponto de resgate, onde a equipe poderá buscá-los. Mas, no submundo obscuro dos traficantes de armas e traficantes de drogas, uma missão já mortal aproxima-se do impossível, alterando para sempre a vida de um Rake e a do garoto. Com direção de Sam Hargrave, Resgate é um filme de ação, produzido por Joe e Anthony Russo, os visionários diretores de Vingadores: Ultimato. Uma história que vai deixar o público preso à cadeira.



## X-men: Fênix Negra

1992. Os X-Men são considerados heróis nacionais e o professor Charles Xavier (James McAvoy), agora dispõe de contato direto com o Presidente dos Estados Unidos. Quando uma missão espacial enfrenta problemas, o governo convoca a equipe mutante para ajudá-lo. Liderado por Mística (Jennifer Lawrence), os X-Men partem rumo ao espaço, em uma equipe composta por Fera (Nicholas Hoult), Jean Grey (Sophie Turner), Ciclope (Tye Sheridan), Tempestade (Alexandra Shipp), Mercúrio (Evan Peters) e Noturno (Kodi Smit-McPhee). Ao tentar resgatar o comandante da missão, Jean Grey fica presa no ônibus espacial e é atingida por uma poderosa força cósmica, que acaba absorvida em seu corpo. Após ser resgatada e retornar à Terra, aos poucos, ela percebe que há algo bem estranho dentro de si, o que desperta lembranças de um passado sombrio e, também, o interesse por seres extraterrestres.



## Sonic

Diretamente da franquia de games mundialmente conhecida, o ouriço azul mais rápido do mundo. Enquanto se adapta ao seu novo lar, na pequena e pacata cidade de Green Hill, Sonic (voz de Manolo Rey) faz amizade com Tom (James Marsden), o xerife local da cidade. Eles terão que se unir para defender o planeta do gênio maligno Dr. Robotnik (Jim Carrey), um cientista louco que planeja dominar o mundo, e responsável por transformar animais inocentes em robôs. Nessa trajetória, passamos a ver os poderes do ouriço, misturados ao assombro do amigo, em uma luta contra um gênio do mal que os persegue a todo vapor, sem dor ou sem piedade. Sem contar que os famosos “anéis de ouro” são os grandes causadores do clímax da animação. Sonic: O Filme é o tipo de produção que traz um pouquinho para todo mundo. Quem ama o ouriço azul, com certeza assistirá ao longa com os olhinhos brilhando porque é cheio de referências aos jogos e de fora dele.

**S.O.S.  
ELETRICISTA**

Sem tempo e com  
problemas elétricos?

ADINALDO CAMARGO  
ELETRICISTA

Atendimento Residencial  
Somente nos finais de semana



 (15) 99832-2931/99844-8729/99663-6738 |  adinaldo.camargo



# Dia do Orgulho Gay

*Quebrando preconceitos e celebrando a felicidade*

**E**m um sábado de manhã, em 23 de maio de 2020, Luciano Neves e Robert Moretti uniram-se numa cerimônia um tanto quanto inusitada. Devido à pandemia causada pelo surgimento do coronavírus, o sonho de se casar em meio aos amigos e familiares distanciou-se um pouco.

Porém, mesmo com máscaras e número de convidados restritos, eles selaram a união numa sala de apartamento, nos Estados Unidos, acompanhados de dezenas de conhecidos, pais, padrinhos, avós, primos e amigos. Tudo via internet, um tanto quanto distante, mas repleto de amor e emoção.

O ponto alto da cerimônia, que foi transmitida através de um aplicativo para o mundo todo (já que grande parte da família estava em Tatuí), foi o momento em que os avós de Luciano, José Geraldo e Odorica Neves, aos 89 e 79 anos, respectivamente, conectaram-se via celular para assistir à realização de um sonho do casal.

“Se ele está feliz, nós estamos ainda mais. Ele é um filho para nós e nada mais importa”, dizem os avós.

“Já me surpreendi com situações positivas, no caso dos meus avós. Quando eles souberam da minha opção sexual, foram os primeiros a me defender. Como eles têm uma idade avançada, achei que teriam algum preconceito ou que ficariam abalados com isso, no entanto foi

totalmente ao contrário”, conta Luciano.

Para Robert e Luciano, foi a realização de um sonho e um grande passo na sociedade, visto mostrarem que o preconceito não tem vez. “Ao longo dos anos, não sofri preconceito, mas sempre há pessoas ao meu redor que expõe comentários infelizes, como “que desperdício”, “não tenho nada contra” ou algo do tipo. O preconceito está na pessoa, mas às vezes, está mascarado numa frase ou atitude, diz o entrevistado.

Para ele, a melhor maneira de lidar com essa situação é impondo respeito. “A partir do momento que isso é estabelecido, a pessoa precisa respeitá-lo e, se ainda assim não houver respeito, vai de você querer estar naquele meio ou não. Opiniões não mudam, já estão formadas. Eu, simplesmente, me afasto”, afirma Luciano.

Ele se lembra de uma colega de trabalho que disse aceitar os gays, mas não achava que casamento fosse um ato livre, pois pra ela, era uma união feita para homem e mulher. “Na minha concepção, ela é uma pessoa preconceituosa, que não aceita a felicidade do outro”, comenta.

Luciano conta que entendeu ser homossexual aos 19 anos. “Escondi minha homossexualidade até meus 24 anos, e hoje tenho 36. Quando nos descobrimos gays, também entendemos que isso é algo normal. Eu me senti mais leve e compreendido e, hoje em dia, poder ajudar outras pessoas é a minha maior alegria. Essa fase de entendimento é bastante

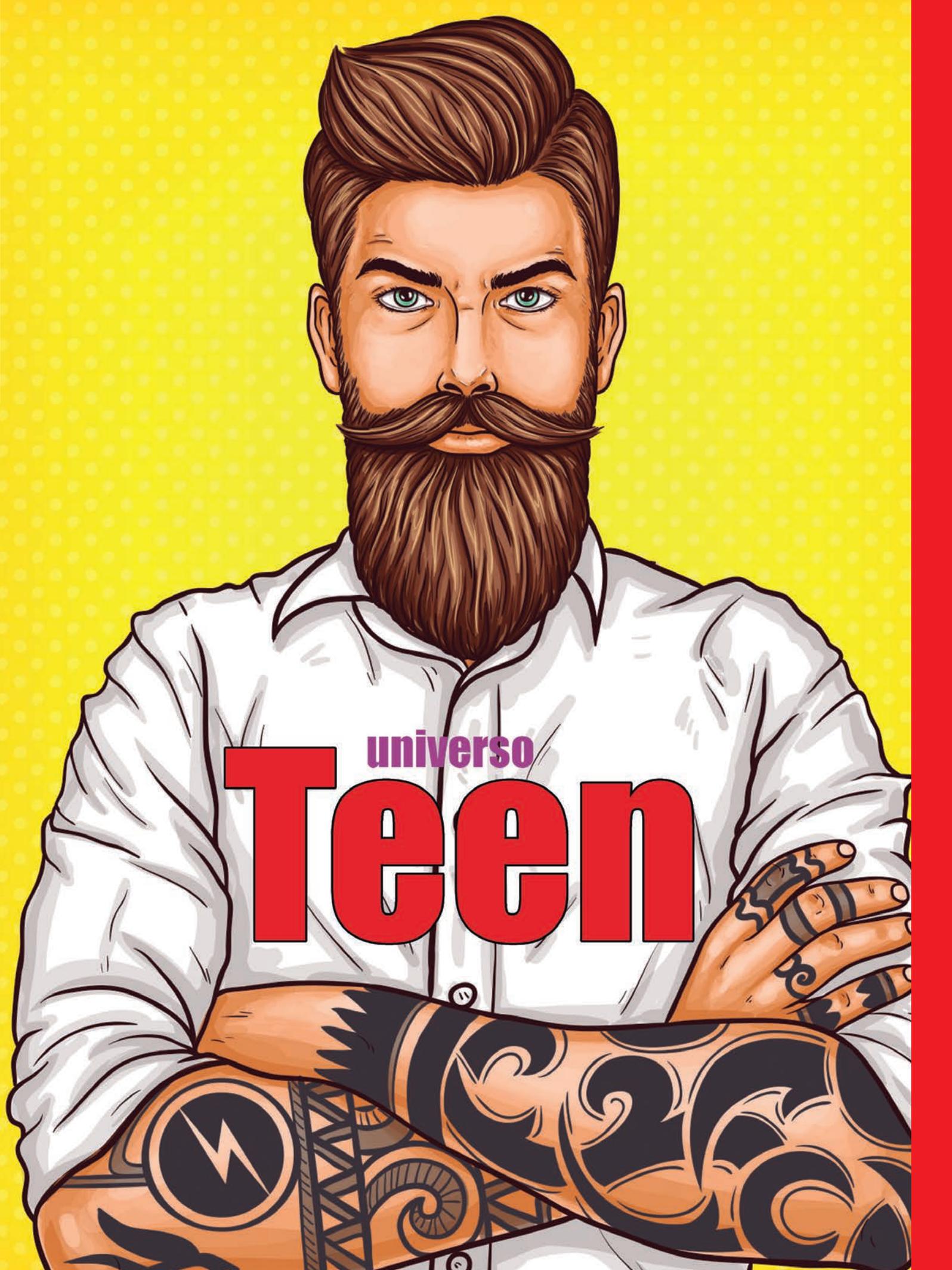
difícil. É como quando descobrimos estar em depressão e percebemos que é comum, que outras pessoas também têm”.

Para ele, a partir do momento em que a pessoa é um cidadão, é necessário saber o seu limite e respeitar o espaço do outro. “Não somos melhores ou piores que os outros. Cada um tem sua vida. O seu espaço termina quando começa o espaço do outro”, finaliza.

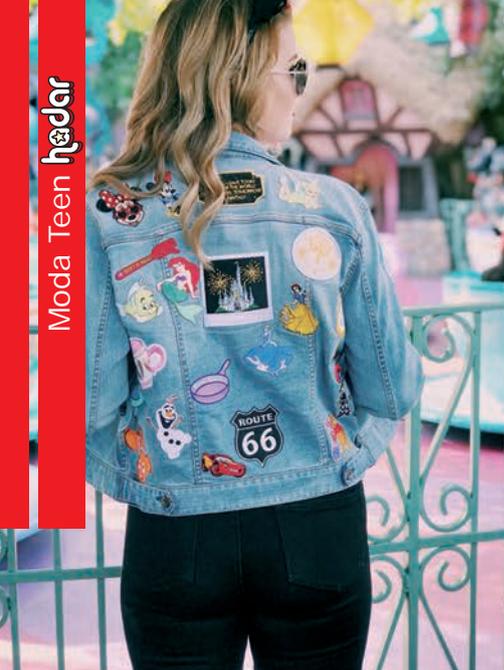
Assim como o Luciano, seus familiares e amigos que respeitam e são respeitados, o Dia Internacional do Orgulho Gay é comemorado anualmente, em 28 de junho, em todo o mundo. Conhecido também como Dia Internacional do Orgulho LGBTI (Gays, Lésbicas, Bissexuais, Transexuais e Pessoas Intersexo), ou simplesmente Dia do Orgulho Gay, a data tem como principal objetivo conscientizar a população sobre a importância do combate à homofobia para poder ser construída uma sociedade livre de preconceitos e igualitária, independente da opção sexual.

O Dia do Orgulho Gay também é um reforço para lembrar a todos os gays, lésbicas, bissexuais e pessoas de outras identidades de gênero, que todos devem orgulhar-se de sua sexualidade e não sentir vergonha da sua orientação sexual.

“Seja a pessoa que faz a diferença e oriente seus filhos a acolher e respeitar o próximo”. (Luciano Neves Moretti).



universo  
**Teen**



## Jaquetas jeans com *patches* são a tendência do inverno

*Peça voltou, após ser sucesso nos anos 90*

O jeans nunca sai de moda! Seja novo, velho, desbotado! O velho e bom jeans sempre volta e aparece como tendência, a cada temporada. Pode ser na forma de calça rasgada ou jaqueta, ou outra peça de roupa. Jeans é liberdade e está sempre em alta!

É o caso, por exemplo, das jaquetas jeans com *patches* (remendos, em inglês), que foram grande sucesso nos anos 90, e agora, são uma das grandes apostas para o inverno deste ano. Se você gosta de peças personalizadas, com certeza, vai se apaixonar por – elas que já viraram febre novamente. Que tal dar uma cara nova e mais personalizada às suas jaquetas? O mais legal dessa tendência, sem dúvida, é a gente mesmo poder colocar a mão “na massa”, ou melhor dizendo, jaqueta!

Basta investir em *patches* de todos os tipos, até estampados e super coloridos e, pronto: vai customizar suas jaquetas e deixar os dias frios muito mais coloridos e alegres.

### Décadas de história

Diretamente dos anos 90, as jaquetas jeans personalizadas com aplicações diverti-

das vieram, pouco a pouco, conquistando e tonando-se as queridinhas das fashionistas do mundo inteiro, voltando com tudo como peça *statement* da temporada. Das passarelas às ruas, prepare-se, só vai dar jaqueta de *patches*, neste inverno!

E quem disse que só adolescentes e estudantes podem apostar em tal tendência? Acredite, é possível criar *looks* incríveis com a jaqueta de *patches*, até mesmo para trabalhar. Novamente no cenário, as jaquetas customizadas com *patches*, mais que um modismo, são vistas como uma espécie de modo de expressão individual.

Para quem não sabe, elas têm origem militar. Surgiram na década de 30 para identificar patentes de exércitos. No entanto, nas décadas de 50 e 60, acabaram caindo no gosto dos adolescentes rebeldes de Londres, conhecidos como *mods*, que transformaram essas jaquetas em peça da vez. Retornaram ao cenário no fim dos 1970 e início dos 1980, porém, como a peça favorita dos *punks* e fãs de *heavy metal*, que abusavam do modelito com símbolos de suas bandas preferidas. Nos anos 90, elas acabaram sendo adotadas pelos fãs do *hip-hop*.

E se você já está tentada a usar (ou voltar a usar) sua jaqueta jeans personalizada com pa-

*tches*, saiba que ela voltou mais democrática, não se prendendo a estilo algum. Sendo assim, seja qual for o seu estilo, ela pode – e quer – ocupar um espaço, em seu guarda-roupa. Lá fora, a jaqueta já tomou conta das ruas, sendo adotada por diversas fashionistas, e nas passarelas, foram vistas em coleções passadas das grifes 3.1 Phillip Lim, Dior e DNKY.

Como nem poderia ser diferente, para usar essa jaqueta, não precisa seguir regra alguma, pois ela combina tanto em produções mais descoladas, com vestidos coloridos, quanto em produções mais formais, dando um toque ousado ou inusitado à produção: sem dúvida, um charme a mais. Certamente, certas grifes já perceberam a febre e correram para colocar nas araras e vitrines seus modelos. O grande charme da peça é a personalização, garantindo um toque exclusivo. A dica é escolher aquelas aplicações que mais “falam” por você e têm a ver com seu estilo e espalhar sobre a jaqueta, sem dúvida, bem mais em conta (para o bolso) e com um resultado mais interessante (já que ninguém terá igual a sua), com os símbolos e/ou dizeres que sejam, exatamente, a sua cara, até mesmo, exibindo suas iniciais!

Fonte: site Beleza e Moda



## Paquera X Pandemia

*Jovens contam como estão os relacionamentos afetivos à distância*

“**A**ntes, já era complicado; agora, com a pandemia, voltei pra estaca zero. Vamos ver como vai ser depois da quarentena”, diz Matheus Soares, estudante de 16 anos, sobre a paquera nesses tempos de distanciamento social.

Depois que o Coronavírus surgiu, inúmeras coisas mudaram, no mundo. Inclusive a paquera. Devido à quarentena, ninguém mais sai de casa, vai ao cinema ou até a uma praça, num programa a dois. E ninguém sabe até quando as coisas continuarão de tal maneira.

O Matheus, que bateu um papo conosco, leva na brincadeira a situação e conta que sente saudades da sua “ficante”, mas diz que prefere a distância, no momento. “Não dá pra brincar com algo sério como esse vírus mortal. Por enquanto, deixo os rolês de lado e foco nas conversas virtuais”, diz.

Quem também sente falta do seu “crush” é Taynara Almeida, de 15 anos que, no mês de janeiro, começou a ficar com Gustavo Gomes.

“Nós nos conhecemos no início do ano; mas pouco tempo depois, tivemos que nos distanciar. Agora, é só bate papo pelo telefone mesmo”, conta.

Para ela, a saudade apertada, porém ainda não há outra alternativa a tomar. “O jeito é esperar, né? Se for pra ser, vai acontecer. E o relacionamento que superar essa pandemia, vai durar muito”, acredita.

Quem também está apreensivo, entretanto, ao mesmo tempo confiante em razão da situação causada pelo Coronavírus, são os proprietários de aplicativos de paquera.

O executivo-chefe de um aplicativo de namoro, Elie Seidman, informou em entrevista que a procura dos usuários aumentou. Em um único dia, foram 3 bilhões de *matches* no mundo todo, ou seja, bilhões de casais que encontraram semelhanças entre si.

Pois é, pelo visto, serão inúmeros os encontros amorosos pós-pandemia. E você, já encontrou o seu par?!

**Seu anúncio onde todos possam ver!**

**Telão**  
**Backbus**  
**Sídebus**

**Elmec**  
comunicações

Rua 7 de Maio, 150 | Centro | Tatui/SP  
www.elmeccomunicacoes.com.br  
contato@elmeccomunicacoes.com.br  
/camargoelmecc  
(15) 99789-5267/3259-7014/32594543



## Barba: é ela que faz o homem?

*Deixar a barba crescer  
voltou a ser moda*

# E

m muitas sociedades antigas, a barba era sinônimo de respeito e maturidade, o primeiro sinal de que o menino estava se tornando homem.

Depois de um período em baixa, a barba voltou a estar na moda, nos últimos anos e, com isso, antigas dúvidas voltaram a estar no centro das discussões dos adolescentes. Quando a barba aparece? Fazer a barba precocemente ajuda-a a crescer mais rapidamente? Como estas e outras questões povoam as mentes dos jovens mancebos, a Hadar resolveu abordar o tema, sem deixar as barbas de molho.

Voltado para o público masculino, o site [manualdohomemmoderno.com.br](http://manualdohomemmoderno.com.br) traz dicas de moda e saúde para homens, inclusive respondendo dúvidas a respeito, por exemplo da barba, quando ela surge e como se desenvolve, tipos de barba e o que fazer para ela crescer rápido (e também o que não se deve fazer).

Para começar, é importante dizer que a barba começa a se desenvolver entre o fim da adolescência e o início da fase adulta.

A questão é que nem todo mundo tem barba fechada (cerrada). O crescimento de pelos está intimamente ligado à genética, tanto do lado do seu pai, quanto do lado de sua mãe. Ou seja, pode ser que você seja uma dessas pessoas que tem a barba falhada. Triste, mas acontece. Se

you fuçar a internet, vai ver milhares de técnicas milagrosas prometendo fazer com que nasçam pelos, no seu rosto.

Mas cabe aqui um alerta: essas técnicas quase nunca funcionam efetivamente. Então, o mais sensato, se você é um jovem rapaz adolescente, é esperar mais alguns anos para ver se os pelos crescem e aceitar seu corpo do jeito que é. Com ou sem barba fechada, existem algumas outras qualidades que importam mais como, por exemplo, a integridade, a honestidade e o bom senso. Essas, sim, vão provar que você é um homem.

É importante ressaltar, mais uma vez, que tudo depende da genética. É como a altura de uma pessoa. Seus pais podem ser baixos e você sair alto, o que significa que puxou um avô ou outro parente mais alto. Portanto, se você está perto dos 20 e nada surgiu até agora, vale conversar com seu pai e avô para saber como foi que aconteceu com eles, para procurar possíveis soluções, como a utilização de produtos naturais e a busca de um profissional.

### **Não é só raspar para nascer!**

Alguém já deve ter dito que, se você raspar a barba, ela vai crescer rapidinho — como se fosse um truque especial que realmente funcionasse. Mas não é bem assim. Essa fase é um marco na vida de um homem, e fazer o rito de passagem, requer algumas técnicas que podem

ajudar. Chega de se perguntar com quantos anos a barba cresce e focar em como resolver isso. Ainda bem que tudo, na vida, tem solução e com a barba não seria diferente.

### **Dê adeus ao sedentarismo**

Está na hora de começar a se exercitar, movimentar o corpo e ficar mais saudável. Não se está dizendo para você virar o mister fitness da turma, que só fala em dieta e exercícios. Você vai poder continuar comendo suas delícias e vivendo sem sofrimentos. A diferença é que, agora, vai inserir atividades no seu cotidiano, que vão elevar o nível de testosterona no seu corpo e, por consequência, ajudar na produção e crescimento de pelos, potencializando o nascimento da querida e tão sonhada barba.

Inserir na sua alimentação alguns itens que contenham as vitaminas E, B3 e B7, vai ajudar na produção e fortalecimento dos folículos pilosos, responsáveis pelas pelugens. Por isso, uma boa alimentação com exercícios físicos para não demorar tanto assim a ter aquele visual de um barbudo de respeito que você tanto quer.

Utilize alguns produtos naturais para limpar, esfoliar e tratar sua pele para que ela esteja pronta para receber os pelos sem irritação e outros problemas. Agora, é só dar tchau para essa carinha de bebê e esperar os pelos surgirem!

# AUTOS & CIA



# Gasolina sem petróleo é alternativa ao combustível fóssil

*Água e dióxido de carbono são utilizados na fabricação*

**J**ohn Rockefeller, primeiro bilionário da história, fez sua fortuna com a exploração do petróleo. Se fosse vivo, ele estaria muito preocupado com as pesquisas que visam substituir o assim chamado “ouro negro” por combustíveis sintéticos, que empregam água e dióxido de carbono em sua fabricação e têm a vantagem de neutralizarem os efeitos negativos de sua queima.

Empresas do setor energético e automotivo estão investindo em pesquisas (que bem estão avançadas) para desenvolver um produto que dê vida mais longa ao motor à combustão.

Alguns países europeus anunciaram, recentemente, planos para banir os motores movidos a combustíveis fósseis, em futuro não muito distante. Não há dúvida de que o movimento rumo ao transporte mais limpo, com limites cada vez mais rígidos quanto às emissões de poluentes, passa pela eletrificação. Porém, esta não é a única alternativa, no horizonte.

Montadoras e outras empresas relacionadas à mobilidade acreditam que o motor à combustão interna, literalmente, tem ainda muito combustível para queimar. Porém, esse combustível precisa ser sustentável, produzido a partir de fontes renováveis. No Brasil, tem-se o etanol. A cana-de-açúcar, com a qual ele é fabricado, compensa as emissões de CO<sub>2</sub> por meio da fotossíntese - que converte o gás causador do efeito estufa em oxigênio.

Os combustíveis sintéticos, cujo desenvolvimento tem avançado, sobretudo na Alemanha, são outra alternativa: são produzidos sem petróleo, utilizando como matéria-prima água e o próprio dióxido de carbono disponível na atmosfera.

O assunto pode parecer longínquo e ficção

científica; no entanto, empresas como a McLaren, umas das grandes equipes da Fórmula-1 e fabricante de superesportivos exclusivíssimos, tem se debruçado sobre o tema. As alemãs Audi e Bosch têm investido nessa tecnologia, que também está nos planos da McLaren para seus carros esportivos, segundo a publicação britânica “Autocar”.

## **Zero carbono**

Técnicos apontam que os combustíveis sintéticos têm a vantagem, como o etanol, de “neutralizarem” o carbono resultante de sua queima, além de aproveitarem a infraestrutura de abastecimento.

Também conhecidos como e-fuel, podem ser extraídos na forma de gasolina ou diesel e, assim, não exigem alterações nos motores atuais, que utilizam a versão fóssil desses combustíveis.

Segundo especialistas, o combustível sintético já era usado pela Alemanha, na época da Segunda Guerra Mundial. Desde então, as pesquisas têm evoluído. Porém, sua extração ainda é muito cara, em comparação com o petróleo, que ainda é muito mais fácil e barato de ser obtido e refinado.

Passados mais de 70 anos do final da guerra, a pressão pela busca de matrizes energéticas limpas parece dar um novo impulso aos combustíveis sintéticos.

É o caso da Audi, que nomeou seu produto como e-benzina. A montadora diz que o líquido emite menos poluentes e permite taxas maiores de compressão, para maior performance. E performance, como se sabe, é uma das características marcantes dos carros da montadora.

## **Hidrogênio**

A fabricação do e-fuel começa em um processo físico-químico chamado de hidrólise, que retira o hidrogênio da água para posterior combinação com o CO<sub>2</sub>. O gás resultante depois é utilizado para produzir cadeias de hidrocarbonetos, que vão se tornar combustível líquido.

Um dos principais desafios para a produção do combustível, segundo técnicos, é a grande quantidade de energia elétrica necessária para separar o hidrogênio presente na água. Essa energia deve preferencialmente ser de origem limpa como: solar, eólica ou de hidrelétricas. O hidrogênio, que também pode ser extraído do gás natural, é a grande aposta de países como a Alemanha para renovar sua matriz energética - apesar dos desafios para obtê-lo.

Além de servir para sintetizar combustível líquido, o hidrogênio também é visto como alternativa às caras e pesadas baterias de veículos à propulsão elétrica. Por meio das chamadas células de combustível, incorporadas a automóveis, o gás é utilizado para gerar a eletricidade necessária para a propulsão das rodas. Modelos como o Toyota Mirai, comercializado no Japão, já trazem essa tecnologia e são abastecidos com hidrogênio.

Parece que o futuro está bem mais próximo do que se imagina! Se estivesse vivo, talvez Rockefeller não estivesse tão preocupado com o fim dos combustíveis fósseis; ele, provavelmente, estaria envolvido nas pesquisas sobre as novas formas de combustíveis! Afinal, ele era um visionário e, na sua época, percebeu logo a importância que o petróleo teria no futuro e fundou a Standard Oil, a primeira gigante do setor energético.

# Carregamento de celular por indução facilita a vida do motorista

*Acessório deverá chegar em breve aos veículos populares*

**E**quipamento já presente em muitos carros, no exterior, o carregador de celular por indução é um acessório que, em um curto espaço de tempo, deverá tornar-se item de fábrica também em veículos populares.

Presente em modelos premium, os carregadores por indução são uma alternativa para recarregar as baterias de smartphones sem o uso de cabos. Embora seja novidade no mercado brasileiro, o equipamento já está disponível no exterior há cerca de cinco anos e pode ser encontrado em veículos de GM, Volvo, Hyundai e JAC Motors.

O carregador por indução recarrega a bateria de smartphones via wireless, ou seja, sem fios, usando uma base formada por bobinas de arame. São estas bobinas que criam um campo eletromagnético quando a corrente elétrica passa por elas. O usuário só precisa posicionar

o aparelho sobre a superfície do carregador, mantendo ambos em contato direto – evite capas ou outros objetos que obstruam a conexão. O carregamento por indução é mais lento, porém, não exige cabos e permite carregar qualquer tipo, tamanho e marca de aparelho, independentemente do tipo de plugue. Contudo, é necessário que o smartphone também possua compatibilidade com essa tecnologia.

“A demanda por carregadores por indução deve crescer significativamente nos próximos dois ou três anos, quando chegarão ao mercado novos modelos e gerações atualizadas de veículos, tornando viável sua produção em larga escala, a curto prazo. Até mesmo modelos populares, que terão uma central multimídia mais avançada, deverão adotar o sistema de recarga sem fio, em breve”, afirma Thiago Pellegrini, Gerente de Negócios/Programas da Aptiv.

Fonte: portal Terra



☎ 15 99144-8747

☎ 15 99152-1248

[www.ghsenhariaast.com.br](http://www.ghsenhariaast.com.br)

CLC | AVCB | PPRa | PPP | PCMSO | Avaliações Ambientais  
Treinamentos da NR 10, 33, 35 entre outros | Perícias | Laudo de Caldeiras



# Indústria automobilística sente o impacto da pandemia

*Produção de veículos caiu quase a zero e concessionárias podem ser fechadas*

**E**m meio ao intenso debate sobre a abertura (ou não) da economia e a necessidade de distanciamento social para reduzir a velocidade de propagação do novo coronavírus, um dos setores da economia que mais sentiu os efeitos nocivos da pandemia foi o automobilístico, incluindo fábricas, concessionárias e até lojas de veículos usados e seminovos.

Segundo o portal G1, a produção nacional de veículos caiu praticamente a zero (redução de 99,3%). Os dados, divulgados no começo de maio último, são da Anfavea (Associação Nacional dos Fabricantes de Veículos Automotores) e referem-se ao mês de abril deste ano, comparado ao mesmo período do ano passado (2019).

Segundo a entidade, essa redução “é a pior da história e expõe o impacto da pandemia do coronavírus na indústria, que recomeçou as atividades de forma gradual”. Esse retorno, segundo a Anfavea, iniciou-se ainda em maio, momento em que as montadoras aguardavam “uma resposta do governo para obterem empréstimos juntos aos bancos para todo o setor, incluindo fornecedores de peças e concessionários, para pagarem funcionários e cumprirem outras obrigações, enquanto a retomada não acontece”.

## Negociação

De acordo com o G1, existem negociações do setor em andamento junto ao Ministério da Economia e o Banco Nacional de Desenvolvimento Econômico e Social (BNDES), além de bancos privados.

A ideia é que as fabricantes ofereçam R\$ 25 bilhões em créditos tributários, que devem receber do governo como garantia para o BNDES que, por sua vez, atuará como uma espécie de fiador junto aos bancos. “Não se trata de subsídios”, ressaltou Luiz Carlos Moraes, presidente da Anfavea. Outra providência do setor foi fechar acordos de redução de jornada ou de suspensão temporária de contratos, com diminuição de salários.

Segundo o presidente da entidade, as medidas tomadas pelo governo, através da Medida

Provisória (MP) 936, permitiram flexibilizar os contratos de trabalho durante a pandemia. A Anfavea fez sugestões para a MP.

Ele também agradeceu aos Sindicatos pelas negociações com as fabricantes. Segundo levantamento do G1, 79,2 mil funcionários (74% dos empregados da indústria) foram envolvidos em algum tipo de medida anunciada por 13 fabricantes de carros, caminhões e ônibus até 27 de abril.

Em relação a abril de 2019, o número de trabalhadores empregados na indústria caiu 3,7% em 2020. Em comparação a março, a queda foi de 0,3%, mantendo-se praticamente estável. Atualmente, são 125.348 pessoas empregadas no setor.

## Tombo histórico

No mês de abril, foram produzidos 1.847 automóveis, comerciais leves (picapes e furgões), caminhões e ônibus, contra 267.561 no mesmo período no ano passado. A queda também foi de 99% em comparação com março: o fechamento das fábricas, como medida preventiva contra a pandemia, começou no fim daquele mês. No acumulado do ano, o recuo foi menor, de 39,1%.

## Vendas

O coronavírus também causou uma queda de 76% nos licenciamentos de veículos, que foram de 231.936 unidades em abril de 2019 para 55.735 em 2020. Em comparação a março, com 163.625, a redução foi de 65,9%.

De acordo com a entidade, o Brasil é o 6º país com maior queda no número de licenciamentos no mundo comparando os meses de abril - desconsiderando a China, que não divulgou números.

Em primeiro lugar, está a Índia, com 100% de queda, seguida da Itália, com 98%, e Espanha, com 96%. Em quarto lugar, está a França, com redução de 89% e, em quinto, a Argentina, com 88%.

## Exportações

A exportação de veículos em abril teve seu pior resultado em 23 anos, segundo o presidente da Anfavea. A queda foi de 79,3% em relação ao mesmo mês de 2019 - com 7.212 unidades, contra 34.905.

Quando comparadas com o mês anterior, março, as exportações caíram 76,7%. Já no acumulado, a redução foi de 31%.

Para a entidade, os números já eram esperados, não apenas pelo impacto da Covid-19 no Brasil, mas também, nos principais mercados importadores de veículos brasileiros. A Argentina, além da crise econômica enfrentada há algum tempo, tem as maiores medidas restritivas da região no combate ao coronavírus.

## Concessionárias

A crise também atingiu com força as concessionárias de veículos. O segmento pode perder cerca de um terço das empresas até o começo deste mês de junho, segundo avaliação da Fenabrave (Federação Nacional da Distribuição de Veículos).

Segundo Alarico Assumpção, presidente da federação, 30% das concessionárias podem “quebrar” se não puderem voltar a funcionar. O setor emprega 315 mil pessoas em 7.300 lojas.

## Usados

As vendas de veículos usados e seminovos caíram 83,2% em abril, no mercado brasileiro, segundo a Federação das Revendedoras Multimarcas, a Fenauto. A queda mostra grande impacto das medidas tomadas para conter o avanço da pandemia no país.

De acordo com a entidade, foram comercializados 153.737 automóveis, comerciais leves e veículos pesados (ônibus e caminhões) no mês de abril, contra 915.931 do mesmo mês em 2019. A média de unidades vendidas por dia útil também caiu 82,2% - de 56.070 para 9.995.

No acumulado de 2020, foram 2.585.994 unidades, contra 3.492.979 no mesmo período em 2019. A queda neste ano foi de 26%.

As motos usadas viram suas vendas caírem 82,7% em abril, com 42.512 unidades vendidas. No acumulado, a queda foi de 24,4%.

## Produção retomada

Alguns fabricantes já retomaram as atividades, mesmo que ainda de forma gradual. Segundo a Anfavea, desde 13 de abril, 8 fábricas e 30 mil funcionários já voltaram ao trabalho. Atualmente, 55 fábricas e 95 mil funcionários permanecem parados.



# O MUNDO PÓS CORONAVÍRUS: A SAGA

45

*O assunto já se parece com aquelas eternas franquias do cinema*

**Q**uem é fã de cinema, sabe que algumas histórias e personagens rendem filmes e continuações que parecem não ter fim. E mesmo que uma parcela do público esteja saturada da história, muita gente vai assisti-la rendendo mais alguns milhões de dólares aos estúdios.

A série Rambo (com Sylvester Stallone) é um bom exemplo disso. Sempre há uma nova história para contar. Não se espantem se tivermos um filme com o título: “O Filho de Rambo”, ou “Rambo: a Nova Geração”!

Querem mais exemplos de sagas intermináveis? Jason (Sexta-feira 13), Freddy Kruger (A Hora do Pesadelo), Rocky (outra do Stallone), o Predador, o Exterminador do Futuro, a Saga Crepúsculo, Guerra nas Estrelas, Jornada nas Estrelas (a série que virou filme) e uma infinidade de personagens e histórias.

Assim, está sendo a história do novo coronavírus com o mundo. Como uma boa trama hollywoodiana, a história começa com certa ameaça que surge em terra distante. Tão distante e isolada, que parece não oferecer grande perigo à humanidade. Então, de repente, o vírus letal surge do nada (seria mesmo assim?) no

chamado mundo civilizado (existe tal lugar?).

E a trama começa a deslanchar, com todos os ingredientes necessários para fazer sucesso. Parece que o mundo tornou-se uma grande sala de cinema e nós, o público, com os olhos fixos na tela da vida.

Esta história tem de tudo: mocinhos (no caso, profissionais da Saúde) que arriscam tudo para salvar as pessoas. Primeiro, arriscam a reputação, ao alertar sobre os perigos do novo vírus e os procedimentos necessários para contê-lo, como o distanciamento social. Então, aparecem os céticos, personalistas e negacionistas, que desdenham do potencial da nova doença, questionam se há mesmo uma pandemia, negam os dados científicos e consideram o vírus “Uma gripezinha”. Nessa altura do filme, aparecem os adeptos de várias teorias de conspirações, afirmando com todas as letras que o vírus foi desenvolvido em um laboratório (sendo que o vírus existe na natureza) e que a covid-19 nada mais é do que uma arma fabricada por determinado país, o qual fez isso para ampliar sua hegemonia no mundo, fornecendo ele mesmo os produtos necessários para enfrentar a crise. Muita gente tem certeza disso, porém cabe lembrar que são apenas teorias, muitas delas sem qualquer

base real. “Tudo altamente teórico”, como diria do cientista Walter Bishop, da série Fringe, ótima para quem gosta de ficção científica e teorias conspiratórias.

Ah, sim! Como toda boa história, existe um vilão (ou vilões) que, neste caso em particular, são as notícias falsas (Fake News) elaboradas e divulgadas pelos gabinetes de ódio existentes nos porões do poder. Seu único objetivo é gerar desinformação e pânico, entre os pobres mortais. O problema é que inúmeros acreditam nessas notícias. Parecem optar por informações vindas sabe-se lá de onde e com que objetivo, a ouvir fontes oficiais e profissionais.

E há também uma trama ao fundo, que se desenrola paralelamente à história principal: a guerra de egos e pelo poder, que pode fazer com que o combate à pior crise de saúde pública do século seja perdido, simplesmente porque alguns líderes e governantes consideram a pandemia algo desimportante que o vírus, claro, é comunista (na opinião deles) e por isso, vai ser derrotado se todo mundo for trabalhar. Bem, a história julgará o papel de cada um nesta tragédia mundial. Pena é que este julgamento será feito às custas da vida de muitos inocentes. E isto jamais deverá ser esquecido!



# Dia do Caminhoneiro

*Dirigindo por amor e respeito ao próximo*

“**T**odo dia, quando eu pego a estrada, quase sempre é madrugada e o meu amor aumenta mais... Porque eu penso nela no caminho, imagino seu carinho e todo o bem que ela me faz!”. E quem é que não conhece a canção do Rei Roberto Carlos, cuja letra remete à rotina dos caminhoneiros?

Pois é, esses profissionais de extrema importância têm seu dia comemorado este mês, em 30 de junho. Eles que literalmente movimentam o país e que trabalham noite e dia para manter supermercados, comércios, postos, enfim, tudo sempre abastecido com gêneros de todas espécies.

E para ilustrar nossa matéria em homenagem a esses profissionais, conversamos com o Carlos Eduardo Arruda que, desde 2014, é caminhoneiro.

“Trabalhava em uma pequena transportadora com um amigo, fazendo entregas em uma pick-up. Por coincidência meu pai entrou no ramo de transporte na mesma época. Então, mudei a categoria da habilitação e migrei para a direção de veículos pesados”, conta.

Ele trabalha com transporte de produtos vendidos pela internet e a maior distância que ele já percorreu foi sair de Vinhedo, em São Paulo, para chegar em Fortaleza, no Ceará. Foram mais ou menos 3000 quilômetros e ele fez a viagem em 3 dias, rodando cerca de 1000 km por dia.

Ele acredita que sua profissão é valorizada, graças ao episódio em que os caminhoneiros fizeram uma paralisação geral, em 2018. “Depois da greve, a população se conscientizou de que tudo que é produzido no país é transportado por caminhões. A greve foi necessária pois, na época, o diesel estava com um preço abusivo, impossibilitando a viabilidade dos fretes. Hoje, o cenário é completamente diferente, temos consciência de que não podemos parar pois, com nossa paralisação, instalar-se-ia o desabastecimento e o caos”, afirma o entrevistado.

Além das dificuldades que os caminhoneiros enfrentam diariamente, o cenário atual também modificou o dia a dia deles. “No início da pandemia decorrente do coronavírus, encontramos dificuldade para nos alimentar, pois os decretos municipais fecharam todos restaurantes. No entanto, várias pessoas, igrejas,

motoclubes e empresas mobilizaram-se e nos ajudaram, doando alimentação, água, álcool gel. Mesmo em casa, eles não se esqueceram de nós. Por isso, deixo meu singelo Muito Obrigado”, agradece Carlos.

O caminhoneiro trabalha de terça a sábado, viaja 3 vezes por semana de Itapevi, em São Paulo, até Curitiba, no Paraná. “Descanso domingo e segunda. Difícil é dividir o tempo de folga e conseguir fazer tudo o que quero e do que gosto”, conta.

Mesmo executando seu trabalho com extremo profissionalismo e amor, Carlos Eduardo afirma que ainda falta suporte aos profissionais da categoria. “Estradas com muitos quilômetros sem áreas de descanso ou banheiros limpos e com chuveiros, empresas afastadas das cidades, motoristas que ficam 2, 3 dias sem ter onde comprar alimentos. Na verdade, falta a legislação que nos garanta o mínimo de dignidade”, finaliza.

Nós, da Revista Hadar, esperamos que os caminhoneiros sejam cada vez mais respeitados e reconhecidos pelo trabalho que desempenham, com tanto amor e carinho, em prol de todo o Brasil e dos brasileiros.



O balão vai subindo Vem caindo a garoa O céu é tão lindo A noite é tão boa São João! São João Acende a fogueira Do meu coração



47

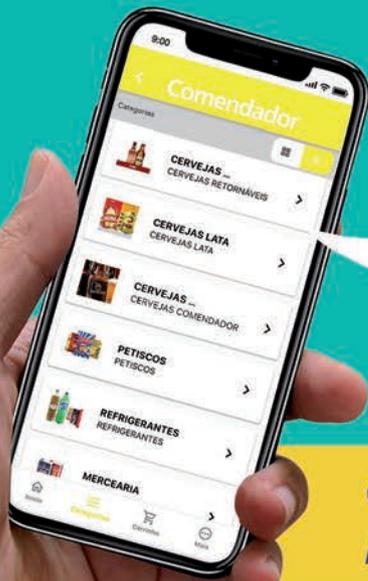
Baixe o  AppShopping e peça já o seu

Cervejas retornáveis 300ML, geladíssimas, somente no PIT STOP da Rede Comendador

 **COMENDADOR**  
*Sempre o melhor para você!*



**R\$ 1,89\***



Confira no app todos os demais produtos em nosso **Delivery!**

AppShopping disponíveis:



Beba com moderação. Se beber, não dirija. São proibidas a venda e a entrega de bebidas alcoólicas a menores de 18 (dezoito) anos (Art. 81, II do Estatuto da Criança e do Adolescente). Valores podem ser alterados, consulte o regulamento interno.

Elmec



O balão vai subindo Vem caindo a garoa O céu é tão lindo A noite é tão boa São João! São João Acende a fogueira Do meu coração



Você encontra também  
no AppShopping

cerveja  
ÁGUA,  
MALTE E  
LÚPULO  
de verdade



**COMENDADOR**

Agora, temos Delivery de  
**GROWLER e CHOPP**

Ligue e peça já o seu!

 (15) 3205-7890

 (15) 99109-5936

Pilsen | Vienna Lager  
APA | IPA | Session IPA



O balão vai subindo Vem caindo a garoa O céu é tão lindo A noite é tão boa São João! São João Acende a fogueira Do meu coração.



(15)99793-1109

# YAKISOBA

E muito mais...



Emg

Praça de Alimentação | Centro | Tatuí | Box3



O balão vai subindo Vem caindo a garoa O céu é tão lindo E a noite é tão boa São João! São João Acende a fogueira Do meu coração



**+100**  
SABORES  
**+300**  
LOJAS

PEÇA PELO  
DELIVERY



**BOLO**  
DO MÊS JUN  
2020



**S** Sodiê Doces

[www.sodiedoces.com.br](http://www.sodiedoces.com.br)  
f /Sodiê Doces

Rua José Bonifácio, 703 - Centro - Tatuí/SP  
(15) 3259-1223

# Falafel de Lentilha

A

receita deste mês está mais que especial. Nossa leitora e amiga, Ana Regina Elmec, da cidade de São Paulo, enviou-nos uma receita de falafel. Comida originária do Oriente médio, normalmente é feita com grão de bico, mas com o seu toque criativo e diferenciado, ela a fez com lentilhas. Ficou simplesmente divino! Anote aí essa delícia, caro leitor! Nós da Revista Hadar, provamos e aprovamos!

## Ingredientes:

2 xícaras de lentilha.  
1 colher de sopa de canela em pó  
3 colheres de sopa de gergelim  
2 colheres de sopa de sementes de coentro  
Pimenta síria a gosto  
1 cebola picadinha  
2 dentes de alho picados  
2 colheres de sopa de sal  
1 colher de sopa de bicarbonato de sódio  
2 colheres de sopa de farinha de trigo, para dar liga  
Salsinha fresca.

## Modo de fazer:

Deixe as lentilhas de molho em água por 24h. Esfregar com as mãos para tirar as casquinhas. Escorra-as e misture com os demais ingredientes. Passe a mistura por um moedor de carne ou um processador. Quando a massa estiver homogênea, faça bolinhas, achate-as e frite em óleo bem quente até dourar.

Bom apetite!



51

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



*Estamos de volta com o Delivery*

*Para fazer o seu pedido, é só baixar o app e escolher seu pastel preferido!*



Tatuí Delivery App



**TAMBELLI**   
PASTELARIA E LANCHONETE

R. Maneco Pereira, 166 | B. 400 | Tatuí/SP | (15) 3251-2210  
Mercado Municipal | Box 16 | Tatuí/SP | (15) 3251-4016



Elmec  
Comunicações

*onde ideias...*

*tomam forma...*

*cores... e vida...*



**Elmec**<sup>®</sup>  
comunicações

Rua 7 de Maio, 150 | Centro | Tatuí/SP  
[www.elmeccomunicacoes.com.br](http://www.elmeccomunicacoes.com.br)  
[contato@elmeccomunicacoes.com.br](mailto:contato@elmeccomunicacoes.com.br)

 /camargoelmec

 (15) 99789-5267/3259-7014/3259-4543