

maio2020 ano18 número205

MENSAL - DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA GRATUITA

REGIONAL

17 ANOS

ITU • SALTO • INDAIATUBA • SOROCABA

OUTONO 2020



ACCESSE A
REVISTA DIGITAL

Mães especiais

História resgata a
pandemia de 1918
em Itu e Salto

O lado mãe de
Ísis Valverde

Brasileiros da região
enfrentam a crise na
Europa e nos EUA



Novo Kia

BR



Seja no Leme, no Pontal ou no Brasil todo,
chegou um carro que é como você:
livre, divertido e digital.



> Central Multimídia com tela touch de 7", com conectividade Apple CarPlay e Android Auto. Bluetooth com reconhecimento de voz.



> Bancos, volante e alavanca de transmissão revestidos em couro.



> Motor 1.6L Flex com 130 cv no etanol e 123 cv na gasolina. Câmbio automático de 6 velocidades com trocas sequenciais.



Declaração de Consumo de Combustível em conformidade com a Portaria Inmetro nº 010/2012.

No trânsito, dê sentido à vida.



kia.com.br
0800 77 11011

GARANTIA KIA
5
ANOS

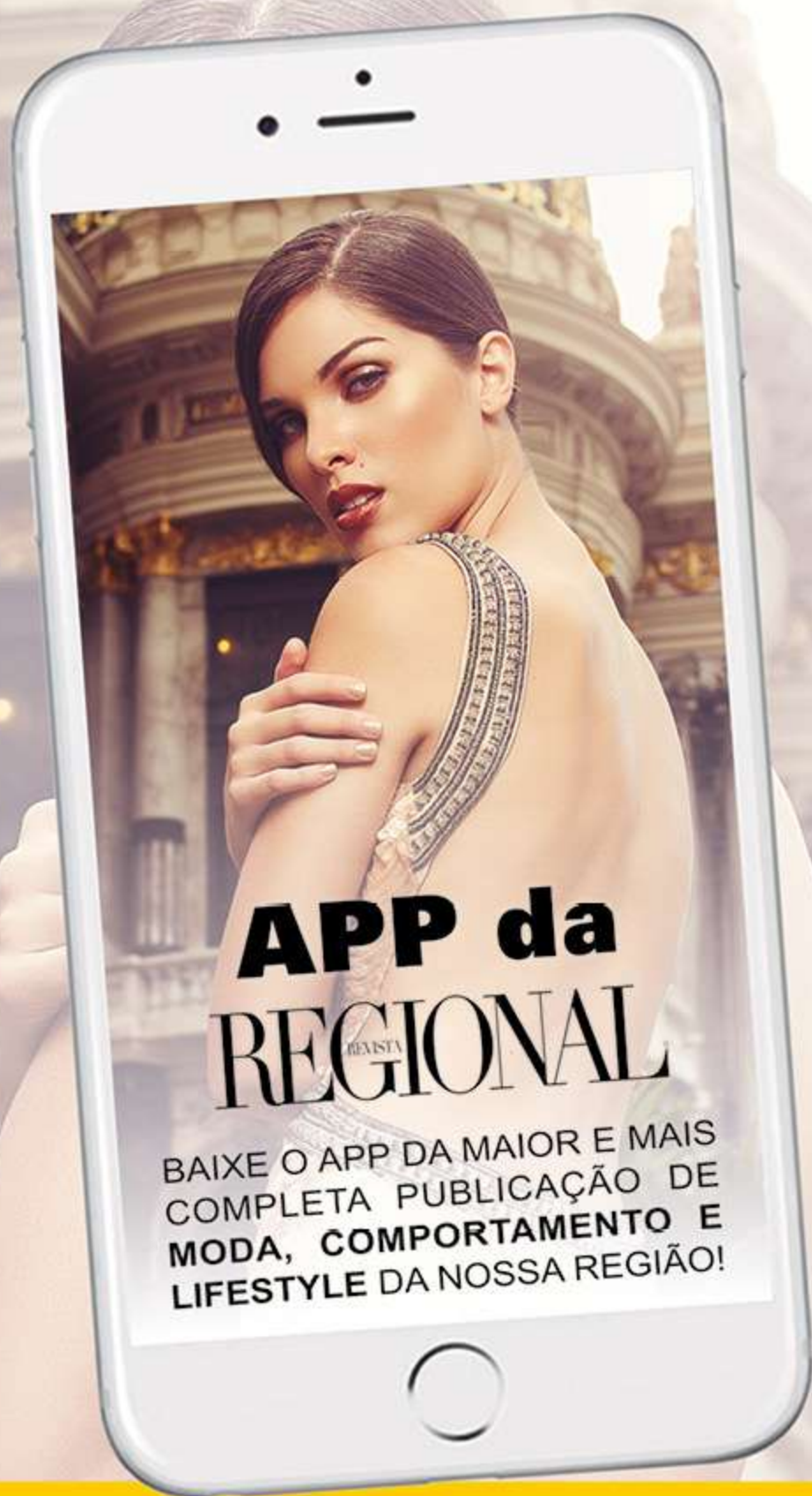
NÃO
HÁ
NADA
IGUAL



COMPRE SEU KIA RIO NA GANDINI KIA ITU.
AV. FRANCISCO ERNESTO FÁVERO, 662. TEL: (11) 4024-8001.



The Power to Surprise



Uma revista na palma de sua mão. Atualizações diárias com notícias da região e a mesma **credibilidade de 17 anos** da **Revista Regional**. Notificações dos assuntos mais importantes das cidades de Itu, Salto e Indaiatuba

DISPONÍVEL
PARA:



ANDROID

iOS

APONTE A CÂMERA DO SEU CELULAR PARA
O QR CODE E BAIXE O APP GRATUITAMENTE





**É HORA DE
UNIR
SEM
REUNIR**



1 metro



TODOS CONTRA O CORONAVÍRUS

Prefeitura de Itu e iniciativa privada juntas contra o coronavírus.

- 8 novos leitos de UTI do Hospital Municipal



- Hospital Municipal de Campanha



Em caso de dúvidas, entre em contato pelo WhatsApp da Prefeitura: (11) 94136-6222

Salba mais em: itu.sp.gov.br
@prefeituraiu

#FICAEMCASAITU
ficaemcasa.itu.sp.gov.br

itu *sem igual*
POR VOCÊ O TRABALHO NÃO PARA





Avenida 9 de Julho, 1.760, Vila Roma, Salto • (11) 4029-6613

 [colegiosapo](#)

 [colegiosapocururu](#)

www.colegiosapocururu.com.br

BERÇÁRIO AO 5º ANO

TURMAS REDUZIDAS
MÁXIMO DE 20 ALUNOS



colégio
Sapo Cururu

Cadastre seu imóvel conosco e garanta ótimas
oportunidades de negócios:

reinaldorangel.com.br

 **11 99948-7110**
rangel@creci.org.br



Reinaldo Rangel Imóveis

O seu exclusivo corretor de imóveis

CRECI 33066-J

Encontre seu imóvel na palma da mão
BAIXE NOSSO APLICATIVO



REVISTA REGIONAL

Ano 18 - número 205
MAIO-2020

DIRETORES
Renato Lima e Zeca Almeida

EDITOR RESPONSÁVEL
Renato Lima - MTB: 27.188 - revista.regional@uol.com.br

DIRETOR EXECUTIVO
Zeca Almeida - editoraocliping@uol.com.br

PROJETO GRÁFICO
Fernando Leite - fernl@terra.com.br

COLABORADORES DESTA EDIÇÃO

Reportagens: Aline Queiroz, Ester Jacopetti e Gisele Scaravelli
Artigos e colunas: Alexandre Ribeiro, Andrea Ladislau, Leila Schuster e Marília Cardoso



NOSSA CAPA
Iais Valverde em foto de Sergio Zalis

ABRANGÊNCIA

Cidades: Itu, Salto, Indaiatuba e Sorocaba

Circulação: a Revista Regional é distribuída gratuitamente de forma dirigida aos condomínios residenciais e comerciais selecionados de Itu, Salto, Sorocaba e Indaiatuba; Plaza Shopping Itu; bancas e pontos comerciais credenciados

REVISTA REGIONAL DIGITAL
www.revistaregional.com.br

Editor do site: Renato Lima

Atualização: Felipe Rubinatto

Criação e manutenção: Orion Internet e Multimídia

COMERCIAL

Aline Souza, Sergio Nogueira e Zeca Almeida



Revista Regional é uma publicação mensal da Editora Clipping Comunicação Ltda.

REDAÇÃO E PUBLICIDADE

Endereço: Rua Albuquerque Lins, 415, Centro, Salto/SP, Cep: 13.320-340

Telefones: Salto e Itu: (11) 4028-3128

Indaiatuba: (19) 98202-1988

A Revista Regional não se responsabiliza pelos conceitos emitidos nos artigos assinados, bem como pelas informações, imagens e promoções divulgadas nas publicidades, que são de responsabilidade dos próprios anunciantes. É proibida a reprodução total ou parcial de textos, fotos, peças publicitárias criadas pela Revista Regional ou ilustrações por qualquer meio, sem prévia autorização por escrito dos editores (Lei de Direitos Autorais nº 9610/98).

A revista está registrada sob nº 15.367 no cartório de Registro de Imóveis, Títulos e Documentos e Civil de Pessoa Jurídica.

"O Senhor é meu refúgio. Fizeste do Altíssimo a tua morada. Nenhum mal te sucederá, nenhuma praga chegará à tua tenda. Porque aos seus anjos dará ordens a teu respeito, para que te guardem em todos os teus caminhos". (Salmos, 91). Santa Rita rogai por nós.

selo de papel
sustentável

f @ decorattoindaiatuba

decoratto

prosa



Viver bem começa em casa

R. Humaitá, 873
Centro | Indaiatuba | SP
T 19 3894 6688 | @ 19 99371 7173

INSPIRAÇÕES
PARA VIVER BEM



FABRÍCIO RONCCA
DESIGNER

Rua Humaltá, 875 | Centro | Indaiatuba | SP

T 19 3894 6688 | @ 19 99371 7173

decoratto



Plural

20 Nada será como antes
22 Contra a pandemia de fake news

22 Boas notícias
26 Regionais

História

25 A pandemia de 1918 na região

Repórter Regional

30 Brasileiros da região enfrentam a pandemia no exterior

Viva Bem

36 Coronavírus: como evitar a contaminação dos alimentos
38 Volta ao trabalho após quarentena, cuide-se!
39 Máscaras de tecido: prevenção, estilo e sustentabilidade
40 12 passos para lidar com a ansiedade

Cultura

44 Laurentino Gomes: "é preciso corrigir o legado da escravidão"
45 Prateleira
50 Em Indaiatuba, alunos da Orquestra Sinfônica aprendem por videoconferência
52 Notas de cultura

Moda

54 A beleza do essencial
57 Wishlist
58 Vitrine

Dia das Mães

60 Mães especiais

Conversa

62 Ísis Valverde

65 Dicas da Leila

por Leila Schuster

Casa

66 A transformação de um apê dos anos 50

73 Especial Delivery

Lições

74 O resgate do afeto pós-pandemia

Baixe nosso aplicativo no celular ou tablet. É gratuito!



Siga a Revista Regional:

@revistaregional
@regionalrevista
@revista_regional

Dia das Mães 2020 | Comemore diferente

A distância não
diminui o amor

Estamos vivendo um momento diferente.

E no **DIA DAS MÃES** não terão abraços, beijos ou aquele almoço no domingo.

Mas, podemos demonstrar nosso amor de outras formas.

Ligando, mandando mensagem, fazendo uma vídeochamada ou mandando flores, nem que sejam virtuais.

O importante é que ela seja lembrada e que saiba que o nosso amor é maior que a distância.

Homenagem da
Neo Onco Especialidades
para todas as mães.

neonco
especialidades

Tratamento do câncer | quimioterapia e imunoterapia

Amparo | SP
Tel.: 19 3807 7209

Itu | SP
Tel.: 11 4023 0272

Salto | SP
Tel.: 11 4456 3582

Valinhos | SP
Tel.: 19 3869 8155



Diretor técnico responsável Dr. Leonardo da Silveira Bossi | CRM 102.654

www.neoonco.com.br

Informação e entretenimento no impresso e no digital

Esta edição de Regional que você pega em mãos ou confere na íntegra – e de graça – através de todas as nossas plataformas digitais, site e aplicativo no celular, foi adaptada totalmente a este momento de pandemia que estamos enfrentando. Foi um desafio para nossas equipes de jornalismo e de publicidade fazer uma edição num período marcado pelo distanciamento social e também pela crise gerada pela quarentena imposta pelos governos a fim de diminuir a propagação do vírus e o colapso do sistema de saúde público e privado. As entrevistas foram todas feitas por telefone, whatsapp, videoconferências e até mesmo pelas redes sociais. Algumas fotos, diferentemente do que o leitor está habituado a ver na Regional, têm qualidade inferior, por terem sido produzidas pelos nossos próprios entrevistados, em casa, por celular ou equipamentos amadores. Mas nada nos impediu de seguir o viés de informar e entreter, com um conteúdo de altíssima qualidade e com a mesma credibilidade de 17 anos de circulação e mais de 200 edições. Sem algumas colunas, como Diário de Viagem, Passarelas, ensaios de moda locais, coberturas de festas, entre outros, nós resgatamos seções que já fizeram parte da Revista Regional em outros momentos, como Plural, com artigos de opinião escritos por profissionais de diferentes áreas; Lições, sempre com mensagens positivas acerca de determinado tema; e ainda Prateleira, com dicas de livros. Neste último caso, convocamos um time de personalidades da região, de diversos setores, porém todos apaixonados pela leitura. Perguntamos a eles: “Qual livro você indicaria a alguém nessa quarentena?”. O resultado foi uma seleção de obras digna das melhores bibliotecas. Sem dúvida, há opção para todos os públicos. E falando em literatura, a edição traz entrevista exclusiva com o escritor Laurentino Gomes, autor de “Escravidão”. Sem dúvida, uma aula para entender o Brasil de ontem e de hoje. Em meio a tantas informações negativas, esta edição mensal, a exemplo do que a Revista Regional já vem fazendo em seu aplicativo para celular, criou a seção Boas Notícias, destacando ações de solidariedade e empatia praticadas em nossa região durante esse período de pandemia. Aliás, as primeiras notícias que você verá à frente são desta nova coluna. As matérias de saúde e beleza, na seção Viva Bem, também estão logo no começo da revista, por conta das importantes informações a respeito da covid-19. Ao concluirmos esta edição, havia a expectativa de uma flexibilização da quarentena em algumas cidades do Estado de São Paulo, a partir de 11 de maio, caso os números da doença se estabilizem até a data. Por isso, a revista traz uma matéria falando sobre os cuidados que as pessoas devem ter ao voltar à rotina de trabalho, restaurantes e encontro dos colegas. Obvio que nada será normal como antes, pelo menos nesse princípio, afinal o vírus continua entre nós e ainda não há uma vacina capaz de imunizar toda a população. O caos gerado pela pandemia em vários países está sendo enfrentado por vários brasileiros da nossa região que estão nesse momento vivendo no exterior. Revista Regional conversou com alguns deles, que estão em Nova York e em cidades europeias. Eles contam o drama que têm enfrentando e a preocupação unânime que todos têm com a situação do Brasil, país visto como mais frágil diante da crise. Conseguimos localizar,



inclusive, um fotógrafo brasileiro que vive há dez anos em Nova York e que agora usa o tempo livre para registrar uma das maiores metrópoles do planeta em cenas surreais, ruas desertas e num clima apocalíptico. Maio também é o mês das mães e Regional celebra a data com uma reportagem especial com mães especiais da nossa região. Elas falam dos dramas e dos desafios para cuidar dos filhos especiais, principalmente durante essa quarentena. Em Conversa, uma entrevista com a atriz Isis Valverde, que fala justamente sobre a maternidade. Ela estampa a capa e o recheio desta edição. Como já percebeu, a revista está com um super conteúdo, mantendo sua missão de informar e entreter com qualidade. Lembrando que, por ter uma edição mensal, esta Revista Regional não consegue acompanhar os acontecimentos diários da pandemia de covid-19, porém, desde o início da crise, por dever e por um serviço de utilidade pública, a revista vem publicando diariamente, em seu aplicativo exclusivo, notícias das cidades da região referentes à doença, alterações de serviços, medidas adotadas pelos governos locais e estadual, dicas e orientações de profissionais de saúde, além da atualização diária dos boletins epidemiológicos das Prefeituras de Itu, Indaiatuba e Salto. O usuário do aplicativo recebe no celular notificações sobre as notícias mais importantes sobre a covid-19 na região. O momento pede calma, clareza, grandeza e, acima de tudo, transparência, por isso Regional leva até o leitor e usuário do app a informação correta, com a mesma credibilidade de 17 anos da revista, combatendo, assim, o excesso de fake news que tomaram conta das redes sociais e whatsapp nos últimos meses. E lembre-se, como avisam as crianças europeias, “vai ficar tudo bem”!

Que Deus nos abençoe

Renato Lima

Editor responsável

Feliz Dia das Mães!

"...Palavra tão pequenina,
Bem sabem os lábios meus
Que és do tamanho do céu
E apenas menor que Deus!"

Mario Quintana



***Pérola Negra
vestindo as mães de
todas as gerações!***

*Neste Dia das Mães,
não se preocupe,
ela não vai ficar
sem presente!*

*Estamos entregando
pelo sistema delivery!*

*Basta acessar nossas
redes sociais ou
whatsapp, escolher o
presente e fazer a
encomenda!*

Pérola Negra

Nada será como antes

Se você é do tipo que está ansioso pelo fim da quarentena para retomar sua vida exatamente do ponto que ela parou, sinto em lhe informar: você está iludido. Mesmo que esse período acabe o mais rápido possível, não haverá volta ao normal. Nada será como antes. Teremos que construir um novo normal, uma nova sociedade. Nesse exato momento, estamos vivendo uma mistura do que não é mais com o que não existe ainda. Uma fase marcada por transição e incertezas.

Em 1999, quando o sociólogo polonês Zygmunt Bauman, falecido em 2017, lançou o livro *Modernidade Líquida*, não se podia imaginar um vírus capaz de paralisar nações. Ainda assim, naquela época, ele já havia notado que o século XXI não seria mais como o século XX. Segundo ele, antes, os valores se transformavam em ritmo lento e previsível. Tínhamos algumas certezas e a sensação de controle sobre o mundo – sobre a natureza, a tecnologia, a economia. Mas, acontecimentos da segunda metade do século XX, como a instabilidade econômica mundial, o surgimento de novas tecnologias e a globalização, criaram um mundo líquido, no qual as coisas são tão rápidas e efêmeras que não há tempo suficiente para se solidificar.

Nessa passagem do mundo sólido para o líquido, Bauman chama atenção para a liquefação das formas sociais: o trabalho, a família, o engajamento político, o amor, a amizade e, por fim, a própria identidade. Essa situação produz angústia, ansiedade constante e o medo líquido: temor do desemprego, da violência, de ficar para trás, e principalmente de não se encaixar mais nesse novo mundo que muda num ritmo cada vez mais veloz. A pandemia do novo coronavírus só intensificou e deve continuar intensificando esse processo de liquidez.

O isolamento social imposto pelo governo aos cidadãos - até então livres - desperta uma série de reflexões. Se antes, boa parte do nosso tempo era gasto indo e voltando do trabalho, hoje estamos dentro de casa, com um tempo extra que simplesmente muitos desconheciam. Se a semana era dividida entre cinco dias de trabalho e dois de lazer, hoje há e-mails importantes chegando aos domingos à noite. Ou seja, os padrões industriais que nos foram ensinados começam a perder sentido. Estamos sendo obrigados a conviver mais com a família do que com os colegas de trabalho ou faculdade. Somos obrigados a cozinhar em casa, em vez de irmos a restaurantes. Somos estimulados a buscar alternativas de entretenimento e atividade física sem sair das nossas salas.

Por mais que, nesse momento, a maioria sinta que assim que o isolamento for suspenso voltaremos para as ruas a fim de tirar o atraso, pode ser que não seja bem assim. Pelo menos, não para todo mundo. E, pode até ser que isso aconteça, mas por um curto período de tempo. A maioria irá analisar sobre a real necessidade de atravessar cidades diariamente sendo que é possível entregar a mesma – ou até mais – qualidade e produtividade no trabalho estando dentro de sua própria casa.

Embora pareça uma reflexão nova, em 1980, Alvin Toffler,

um dos maiores futuristas que o mundo já viu, falecido em 2016, apresentou o conceito de “cabanas eletrônicas” em seu livro *A Terceira Onda*. Nele, Toffler defende que colaboradores de “colarinho branco”, que não precisam colocar “a mão na massa” nas indústrias, não precisam se locomover diariamente para os grandes centros. Ele calcula - com as tecnologias disponíveis naquela época - a vantagem do investimento em telecomunicação em detrimento do gasto com transporte. Ressalta ainda os benefícios na redução do trânsito, acidentes, infraestrutura e principalmente no meio ambiente.

No fundo, não há nenhuma novidade nisso. Na era agrícola, chamada por Toffler de primeira onda, as famílias moravam e trabalhavam todas juntas, cultivando alimentos para consumo próprio nas suas pequenas propriedades. Com o advento da revolução industrial, que ele chama de segunda onda, as famílias que antes eram compostas por avós, tios e outros agregados passam a ser compostas apenas por pais e filhos, que dividem pequenos espaços em grandes centros, onde eram localizadas as fábricas. Na era digital, ou terceira onda, a tecnologia permite que nossas casas sejam muito mais bem equipadas que as próprias fábricas do início do século XX, que muitas vezes não tinham nem energia elétrica.

O que a pandemia de coronavírus está fazendo, a meu ver, é acelerar esse processo de transformação digital e de curva de adoção de tecnologias exponenciais para o bem comum. No caso do Blockchain, por exemplo, estamos falando da possibilidade de uma sociedade autogerenciável, sem a necessidade de governos ou órgãos reguladores. Uma sociedade totalmente desmassificada e distribuída, em vez de aglomerada em centros urbanos. Honestamente, não sei se estamos socialmente preparados para tamanha mudança, mas a situação favorece reflexões desse tipo.

No caso das impressoras 3D, a realidade parece muito mais próxima. Se as pessoas querem produzir elas mesmas, a impressão 3D e 4D faz com que qualquer um se torne uma mini fábrica. O impacto na estratégia e logística de mercado como conhecemos hoje é total. Indústrias deixarão de fazer produtos manufaturados para nos entregar pequenas quantidades de matéria-prima para que nós mesmos, dentro de nossas cabanas eletrônicas hiperconectadas, possamos criar objetos únicos, exclusivos e que atendam perfeitamente às nossas expectativas e não às necessidades das massas.

Em suma, ainda é cedo para saber os reais impactos da pandemia no curto, médio e longo prazo. Mas, o fato é que muitas coisas irão mudar daqui para frente. Muitos modelos de negócios devem deixar de existir para dar lugar a novos. Muitos pais vão rever seus papéis na educação dos filhos. Muitas escolas irão procurar alternativas para preparar os profissionais para o futuro - e não mais para o passado, como a maioria vinha fazendo. De fato, uma nova sociedade irá nascer a partir de 2020. Torço para que seja muito melhor.

Marília Cardoso é sócia-fundadora da Palas, consultoria pioneira na implementação da ISO 56.002, de gestão da inovação.

“O fato é que muitas coisas irão mudar daqui para frente. Muitos modelos de negócios devem deixar de existir para dar lugar a novos”



Divulgação

Vacinação

em domicílio?



A vacivitta tem!

Com o objetivo de atender aos nossos clientes, mesmo em tempo de isolamento social, a Vacivitta vai até você.

Entre em contato conosco e agende sua visita!



UNIDADE INDAIATUBA
Av. dos Trabalhadores, 116 - V. Castelo Branco
(11) 3318-0311 (11) 99252-1016

UNIDADE ITU
Av. Prudente de Moraes, 210 - Unicenter
(11) 2429-2154 (11) 94339-4444

UNIDADE SALTO
Rua Benjamin Constant, 185 - Centro
(11) 4456-7060 (11) 94179-7060

A IMPORTÂNCIA DE VACINAR DURANTE UMA PANDEMIA

Em tempos de COVID-19, a Vacivitta alerta para a importância de manter em dia a vacinação de rotina. A estratégia da Vacivitta é conciliar a manutenção das coberturas vacinais e o necessário e fundamental isolamento/distanciamento social.

Nós vamos até você!



vacivitta.com.br

Contra a pandemia de fake news

Na era da informação, não existe realidade social que não seja mediada. Ou seja, tudo o que nos chega sobre os acontecimentos de relevância pública passa por algum meio de comunicação. Quer seja institucionalizado, quer seja compartilhado por redes de contato. Além disso, se tem algo que a história contemporânea tem nos revelado, é que a informação é um dos principais bens de um povo em momento de crise. Assim, neste momento de pandemia, é importante fortalecer a legitimidade da imprensa como cão de guarda da sociedade e incentivar a cultura da responsabilidade no consumo da informação.

Naquilo que diz respeito aos meios institucionalizados como a imprensa e, nela, o jornalismo, cabe a responsabilidade de se pautar pelo interesse público e, na figura de uma instituição social, fazer a mediação entre o indivíduo e a sociedade, e entre todos e a informação. Aqui, neste ponto, o que mais temos visto no cenário midiático é uma cobertura séria, pautada pela rigidez da apuração e do trato com os dados.

De forma exaustiva, mas sem recair em um sensacionalismo ou em uma cobertura desgastante, a imprensa, de uma forma geral, tem sido exemplar neste quesito. Não somente na cobertura, mas no acesso. Praticamente todos os principais portais de notícias e jornais do país abriram suas portas e bloqueios de assinatura para os cidadãos — um conteúdo livre e de qualidade para todos.

A imprensa, que neste último ano foi alvo de uma brutal campanha de descrédito operada, sobretudo pelo discurso governamental, tem provado de forma geral que seu compromisso é com a sociedade. De forma uníssona, os jornais combatem a desinformação, promovem serviços públicos, incentivam o apoio mútuo, fortalecem os laços sociais, consultam especialistas das mais variadas áreas, confrontam gestores públicos e cobram iniciativas dos governantes. Enquanto alguns líderes promovem a discórdia, o discurso da imprensa tem pregado a solidariedade.

Em um momento sensível como este, em que a saúde pública e a economia estão em evidência, é fundamental que a sociedade mantenha fortalecida a imprensa — uma das únicas barreiras que impedem a desinformação e o agravamento do quadro de crise. Podemos destacar ao menos três formas de fazer isso. A primeira, as que podem, é apoiar novas assinaturas ou ainda garantir a manutenção financeira dos veículos comerciais e alternativos. A informação de qualidade é cara,

sobretudo quando precisamos que ela seja produzida de forma rápida e com conteúdo crítico.

A segunda forma de dar suporte à imprensa é multiplicar a informação. Ou seja, é replicar o conteúdo de qualidade, compartilhar nas redes sociais, debater e fazer com que circulem matérias de veículos consolidados e de respeito. Isso tem uma função dupla: de promover o nome do veículo e sua consolidação frente à sociedade e, em segundo aspecto, fazer com que os dados apurados atinjam um público maior. Quanto mais pessoas souberem sobre os malefícios de automedicação, quanto mais pessoas souberem os números de telefones das autoridades ou ainda sobre as formas de buscar auxílio financeiro de entes públicos, é melhor para todos.

A terceira forma é não dar mais trabalho para a imprensa, que já está sobrecarregada em apurar as mortes, o número de infectados e tornar públicos os atos governamentais. Nada do que façamos neste momento diz respeito a nós apenas. Sobretudo quando nossas decisões e manifestações são feitas em um dos principais espaços de diálogo e de formação de sentido na atualidade: as redes sociais digitais. Se não tem certeza da origem dos dados ou da informação recebida no celular ou nas suas redes, não passe adiante. Duvide de títulos que prometem informações que não existem em nenhum outro jornal, ou de “matérias” que prometam revelar “o que a imprensa não tem mostrado”. É muito capaz que a própria mensagem recebida seja o verdadeiro embuste.

O exercício de cidadania não está apenas em não compartilhar fake news, mas é também não tolerar desinformação sendo replicada por aí. Se encontrar mensagem falsa na internet, denuncie nos canais das redes sociais, procure nos jornais e agências de fact-checking a informação correta e veicule nos comentários ou nos grupos em que a desinformação foi compartilhada.

Se uma imprensa cínica e demagógica, como alertou um dos principais nomes do jornalismo estadunidense, Joseph Pulitzer, tende a formar um público tão vil quanto ela, por outro lado uma imprensa que tem atuado sob valores democráticos e pautada pelo interesse público deve ser reconhecida pelo exercício da cidadania que ela ajuda a promover. Não se trata de deixar de lado um olhar crítico sobre os jornais e as implicações de suas posturas frente à sociedade. Mas o de reconhecer sua legitimidade como instituição social na defesa dos interesses da população contra o autoritarismo, os abusos de poder e, sobretudo, contra a ignorância.

Alexsandro Ribeiro é professor nos cursos de Jornalismo e Publicidade e Propaganda do Centro Universitário Internacional Uninter.

“Se encontrar mensagem falsa na internet, denuncie nos canais das redes sociais, procure nos jornais e agências de fact-checking a informação correta e veicule nos comentários”



Divulgação

Projetos
Luminotécnicos



LEDMANIA[®]
D E C O R

Iluminação



**ESTILO MODERNO, CLÁSSICO OU
MINIMALISTA?**

**NÓS TEMOS A ILUMINAÇÃO
QUE VOCÊ PRECISA!**

TEMOS

New Line, Bella
Iluminação, Brilia,
Usina Design, Stella,
Chanelie, Itamonte,
Quality e muito mais!

NOSSO ENDEREÇO

Avenida dos Migrantes, 816
Jd das Nações
Salto/SP

CONTATOS

(11) 4028-6139
(11) 96844-5623
contato@ledmaniadecor.com.br
Instagram @ledmaniadecor



PACIENTE RECUPERADO DA COVID-19 É APLAUDIDO NA ALTA HOSPITALAR

O mês de abril não teve apenas más notícias. Muitos pacientes da região venceram a covid-19 e entraram para a estatística de milhares de recuperados. Foi o caso de um paciente de 57 anos, morador de Salto, que teve alta do hospital da Unimed. O momento da alta foi registrado em vídeo pela equipe de enfermagem do hospital, que fez questão de prestar uma homenagem ao paciente, em uma grande fila de aplausos. "A nossa felicidade maior é pela sua recuperação, para que o senhor aproveite mais ainda da sua vida", destacou, no vídeo, o coordenador de enfermagem do hospital, William Queiroz. O vídeo do momento da homenagem, postado no Facebook e no Instagram da Unimed Salto/Itu, fez sucesso entre o público, e pode ser visto também no Canal da Revista Regional no YouTube (acesse o QR Code). Indaiatuba, até 24 de abril, também contabilizava vários recuperados, já eram mais de 30 no total.

O vídeo gravado pela equipe de enfermagem do hospital saltense pode ser visto no Canal Regional no Youtube, basta escanear o código ao lado e acessar o site.

Mosteiro de Itaici oferece 'repouso' para equipes de UTIs

O Mosteiro de Itaici, em Indaiatuba, ofereceu para o município 117 quartos para abrigar profissionais de saúde que estão na linha de frente ao combate da covid-19. As instalações contam com pequeno apartamento, sala de TV com WiFi e restaurante. A Prefeitura de Indaiatuba irá colaborar com a alimentação e limpeza do local. Os quartos estão divididos em ala vermelha, a qual abrigará os profissionais de saúde infectados pelo novo coronavírus e precisam cumprir a quarentena longe dos familiares e em ala verde, que são para aqueles que desejam descansar sem correr o risco de levar uma possível infecção para a família. Em nota o Mosteiro de Itaici comunica: "Nessa atmosfera de coronavírus surgiu a ideia de colaborar fraternalmente com o município de Indaiatuba, daí oferecer um 'lugar de repouso para médicos e agentes de saúde' que trabalham nas UTIs da cidade. Estes técnicos da Saúde que lidam diretamente com pessoas infectadas são conscientes que podem levar facilmente o coronavírus para suas casas e famílias, daí o Projeto Curar, pois podem escolher o Mosteiro como alternativa às suas moradias. Queremos cuidar daqueles que nos curam".



Shoppings recebem doações durante a pandemia

O Plaza Shopping Itu e o Polo Shopping Indaiatuba iniciaram campanhas solidárias para arrecadar alimentos e itens essenciais que serão doados a famílias em situação de vulnerabilidade afetadas pela crise causada pela pandemia de covid-19. Em Indaiatuba, o shopping tem parceria do Tenda Atacado, com o objetivo de arrecadar alimentos não-perecíveis, leite longa vida e fraldas geriátricas, que serão encaminhados para entidades assistenciais e famílias cadastradas pela Prefeitura da cidade. As caixas de coleta dos donativos estão no Tenda Atacado, que funciona de segunda a sábado das 7h às 22h e aos domingos das 8h às 18h, sem cobrança de estacionamento para clientes e visitantes. Já em Itu, o posto de coleta (foto) do Plaza Shopping está arrecadando itens que faltam na composição das cestas básicas do Fundo Social de Itu, como café, óleo, macarrão, leite em pó e farinha. O posto está localizado na entrada 1, próximo a Lotérica e Farma Plaza, com atendimento das 10h às 18h, todos os dias. As cestas básicas serão entregues a famílias da cidade. A iniciativa integra o programa "Anjos do Plaza", que envolve a comunidade com ações sociais.

Castelinho Pet Shop cria 'Ração Solidária'



Cada dia mais empresas da região vêm demonstrando empatia nesses tempos de pandemia. A Castelinho Pet Shop, em Salto, criou a "Ração Solidária", ação que pretende doar rações para que pessoas sem condições financeiras, por conta da crise gerada pela epidemia de Covid-19, possam alimentar os seus pets. A ação solidária foi feita com apoio da fábrica da Special Dog. Para cada pacote de 15kg ou 20kg das marcas Special Dog, Special Cat, Dog Prime ou Cat Prime vendido em uma das lojas da Castelinho Pet Shop, em Salto, será colocado 1kg de ração na "Prateleira Solidária", para que as pessoas que estão sem condições possam retirar na loja (unidade da rua Rui Barbosa) sem custo e alimentar, assim, os seus pets. O proprietário da Castelinho, Hamilton Santos, observa que a ideia pode ser copiada pelas demais lojas da região.

MAIS: Os contatos da Castelinho são:
Disk entrega: (11) 4021-3127 / Whatsapp: (11) 9 6900 9916
Loja 1: rua Rui Barbosa, 1042, Salto / Loja 2: rua Rio Branco, 1282, Salto.



Venha celebrar o melhor estilo e bom gosto!

 **Marcia Paccor**
Decoração de Eventos





- Casamentos
- Festas de Debutantes (15 anos)
- Formaturas • Aniversários
- Batizados • Comunhões
- Confraternizações Particulares e Corporativas
- Criamos e fazemos arranjos para festa e belíssimos bouquets para Noivas

NOVO ENDEREÇO:
Avenida Manuel Ruz Peres, 2810
Jardim Colonial - Indaiatuba/SP

Cel.: (19) 9 8129-1125

e-mail: marciapaccor@marciapaccordecoracoes.com.br
www.marciapaccor.com.br

 Marcia Paccor Decorações
 @marciapaccordecoracoes



PREFEITURA E EXÉRCITO ENTREGAM ALIMENTOS EM ITU

O Exército Brasileiro está atuando como parceiro na distribuição de cestas básicas arrecadadas pela Prefeitura, através de campanha "Juntos Por Itu", que figura entre as ações do governo municipal para o enfrentamento do novo coronavírus. As cestas foram angariadas pelo Fundo Social e pela Secretaria Municipal de Promoção e Desenvolvimento Social. Nos primeiros lotes de entregas, ocorridos ao longo de abril, foram atendidas cerca de 1 mil famílias. "Durante essa pandemia, as parcerias da Prefeitura com outros setores da sociedade estão sendo fundamentais para sairmos o quanto antes dessa situação. Nossa união com o Exército Brasileiro se deu graças à prontidão do tenente-coronel Clayton Ricardo Pontes, comandante do Quartel de Itu, em nos apoiar nessa missão", declara o prefeito Guilherme Gazzola. Em Itu, o Exército Brasileiro também colaborou com o empréstimo de duas camas beliches para serem utilizadas na sala de conforto médico do Hospital de Campanha, instalado nas antigas dependências da maternidade Borges. O Hospital de Campanha, viabilizado com auxílio de empresários locais, dispõe de 40 leitos dedicados ao atendimento de pacientes da covid-19.



Força-tarefa arrecada alimentos em Salto

Diante do cenário da pandemia do coronavírus e na dificuldade encontrada por diversas famílias para o sustento com itens básicos, a Prefeitura de Salto tem realizado desde abril uma campanha de arrecadação de alimento e produtos de higiene pessoal. Os itens mais necessários são alimentos e produtos de higiene e de limpeza. Todos os insumos, recolhidos em pontos de coletas espalhados pelos maiores supermercados da cidade, são, posteriormente, separados e destinados de acordo com as demandas. Na primeira iniciativa, foram arrecadadas 17 toneladas de alimentos que já foram distribuídos às famílias em situação de vulnerabilidade.

Rotary Club de Itu doa alimentos a asilos

A pandemia vetou os encontros físicos e tradicionais do Rotary Club de Itu. Mas não impediu que os rotarianos que o compõem continuem se encontrando toda quarta-feira, no horário de sempre, às 20h, porém, virtualmente. Cada um na sua casa, em frente ao computador ou smartphone, discutindo com o grupo de companheiros formas de contribuir para que, de alguma forma, consiga colaborar para suprir necessidades importantes. Consciente do momento crítico por que passa o país e o mundo e, preocupado com parcelas mais necessitadas da população, o Rotary Club de Itu elegeu, neste momento, como alvos a receberem suas colaborações os Asilos Nossa Senhora da Candelária e da Vila Vicentina e os profissionais da área da saúde. E, dessa forma, adquiriu 850 litros de leite que estão sendo entregues gradualmente, além de 100 kg de arroz, 10 kg de café e mais dez cestas básicas aos asilos. Na área da saúde, sua preocupação foi com a proteção dos profissionais que se desdobram no difícil tratamento dos infectados. Desta vez, a doação constituiu-se de 270 protetores faciais - EPI profissional de uso prolongado. Os protetores foram destinados à Secretaria de Saúde de Itu para suprirem as UPAs, à Unimed de Itu, ao Hospital São Camilo, além do Hospital Nossa Senhora do Monte Serrat, de Salto.

DOE: Você também pode doar, isoladamente ajudando uma pessoa, uma família em dificuldade financeira, com problema de saúde ou simplesmente necessitando de



Waldomiro De Marchi, presidente do Rotary Club de Itu, apresentando protetores faciais doados



Enfermeira Michele, da Unimed de Itu, recebe protetores faciais de Waldomiro De Marchi (presidente) e Henrique Trindade do Rotary Club de Itu.

um ombro amigo. Se trabalhar em grupo for a sua vontade ou opção, junte-se ao Rotary Club de Itu como voluntário. Entre em contato com o secretário do clube enviando uma mensagem para rotaryclubdeitu@gmail.com



VULÇÃO DE CHOCOLATE
MEIO AMARGO E AO LEITE



VULÇÃO DE LEITE
NINHO COM NUTELLA



VULÇÃO DE CHOCOLATE
COM LEITE NINHO

Neste dia das mães, **surpreenda sua mãe com um bolo da Q Bolo!**

A Q BOLO ENTREGARÁ O SEU PRESENTE!



CAMAFEU



PRESTÍGIO



ABACAXI
COM COCO



NUTELLA








Mais de 50 sabores
para presentear quem você ama!

**CONTE COM O NOSSO DELIVERY PARA AS
CIDADES DE SALTO, ITU E INDAIATUBA!**

Estamos no **ifood**

Aceitamos cartões:

crédito e débito    

vale refeição e alimentação  

☎ 11 2840-0872 📞 11 93032-0642

📍 /QBOLOSALTO 📷 /q_bolo

📍 Av. José Maria Marques, 392 - Vila Norma - Salto/SP



Itu instala Hospital de Campanha para reforçar combate à covid-19

A Prefeitura de Itu, com participação efetiva da iniciativa privada, concluiu a instalação de seu Hospital de Campanha para o enfrentamento da covid-19. A unidade de reforço no atendimento dos pacientes acometidos pelo novo coronavírus está pronta para funcionar no prédio da Maternidade Borges, na antiga Santa Casa. São 40 leitos, cada quarto está equipado com as camas, suporte de soro, escada, ar condicionado, painel de gases (diferencial dos outros hospitais de campanha), roupa de cama e banho. A estrutura conta com alguns respiradores para suporte de emergência, que serão usados conforme demanda. "Promovemos uma reestruturação completa desse espaço que estava sem uso e conseguimos um hospital de campanha com inúmeras vantagens se comparado com outros que surgiram neste momento importante de alerta na saúde pública. Temos condições sanitárias mais adequadas, tubulação de gases e mais conforto", explica o prefeito Guilherme Gazzola. O atendimento no hospital de campanha, desde meados de abril, será conforme a demanda. Começando a aparecer os casos positivos com necessidade de internação clínica, eles serão direcionados primeiro para a ala separada para o coronavírus do Hospital Municipal e, conforme as vagas forem preenchidas, os pacientes serão direcionados para o Hospital de Campanha. Entre médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem, fisioterapeuta e equipe administrativa, serão cerca de 50 profissionais da rede municipal que foram realocados e já estão de prontidão para atuar. Foram investidos aproximadamente R\$ 900 mil no local, sendo que 10% desse valor são dos cofres públicos municipais e o restante de doações de empresários locais, em especial do setor da construção civil.



TERMINAL DE CARGA DE VIRACOPOS É ELEITO O 3º MELHOR DO MUNDO

O Aeroporto Internacional de Viracopos, entre Indaiatuba e Campinas, foi eleito o 3º Melhor Aeroporto de Carga do Mundo (na categoria de até 400 toneladas/ano) na Air Cargo Excellence Awards 2020, premiação realizada pela Air Cargo World, que é a principal publicação do setor de carga mundial. A premiação é baseada na Pesquisa de Excelência em Carga Aérea, criada em 2005 pela Air Cargo World. Os prêmios são entregues anualmente às companhias aéreas e aeroportos de carga que alcançam as pontuações mais altas na pesquisa com base em vários fatores de desempenho. Este é o único prêmio da indústria com base em uma pesquisa imparcial. Os resultados da pesquisa são analisados e auditados pela Cargo Facts Consulting. Além de Viracopos, os aeroportos de Guayaquil, no Equador, e de Indianapolis, nos EUA, completam as primeiras posições, em primeiro lugar e em segundo lugar, respectivamente. O TECA (Terminal de Carga de Viracopos) tem figurado nos últimos anos no pódio da premiação. Em 2014, o Air Cargo Excellence Awards já havia premiado Viracopos como o segundo melhor da América Latina, além de ter reconhecido o terminal como o Melhor Aeroporto da América Latina no quesito Operação de Carga. Em 2015, Viracopos ficou com o título de Melhor Aeroporto de Carga da América Latina e, em 2016, ganhou como segundo Melhor Aeroporto de Carga do Mundo. Já em 2018, o TECA obteve a premiação máxima, sendo eleito o Melhor Aeroporto de Carga do Mundo na categoria até 400 toneladas/ano.



Câmara de Itu homenageia a Revista Regional pelos 17 anos de atuação

A Câmara de Vereadores de Itu aprovou em 10 de março de 2020 uma Moção de Congratulação à Revista Regional pela comemoração dos 17 anos de atividades, ocorrida em 07 de março passado. De autoria do vereador Rodrigo Oliveira Macruz, o requerimento destaca o trabalho da revista ao longo desse período em toda a região de Itu, Salto e Indaiatuba.



MÓVEIS DE QUALIDADE FEITOS PARA DURAR

*Móveis de qualidade
feitos para durar*

LOJA DE
FÁBRICA



DURABILIDADE, ELEGÂNCIA E ESTILO PARA SEUS MÓVEIS



PAGAMENTO FACILITADO COM
FINANCIAMENTO PRÓPRIO

- 100% MDF
- CORREDIÇAS
TELESCÓPICAS
- DOBRADIÇAS COM
AMORTECEDORES

Rua Quintino Bocaiúva, 298 - Centro - Salto/SP

fantinfantiniplanejados@yahoo.com

11 **94717-3303**

[/planejadosfantini](https://www.facebook.com/planejadosfantini) [@planejadosfantini](https://www.instagram.com/planejadosfantini)



Enfermeiras usando máscaras, como hoje, carregam macas para atender os infectados pela gripe espanhola, na Europa

A pandemia de 1918 na região

Historiadores e especialistas retratam o que e como foi a pandemia de gripe espanhola que atingiu o mundo em 1918 e como a região de Itu e Salto enfrentou a doença

No início do século XX o mundo foi surpreendido pela gripe espanhola, que agia rapidamente de forma avassaladora. Foram dois momentos da doença, sendo o primeiro em fevereiro de 1918, embora bastante contagiosa, era algo brando, não causando mais do que três dias de febre e mal-estar. Já na segunda onda, em agosto do mesmo ano, tornou-se mortal. No Brasil, a epidemia começou em cidades portuárias como Rio de Janeiro, Salvador e Recife, chegando a São Paulo em 1918.

A origem da epidemia se deu no estado norte-americano do Kansas e como a imprensa espanhola destacava muito o assunto, acabou rendendo o nome de “gripe espanhola”. A propagação do vírus teve início durante a Primeira Guerra Mundial, quando soldados originalmente do Kansas levaram a doença para a Europa.

No mundo ocorreram cerca de 50 milhões de mortes causadas pela gripe espanhola – mais do que a Primeira Guerra Mundial, que ocorria desde 1914 e contabilizou entre 20 a 40 milhões de vítimas. Apenas no Brasil, estima-se que foram 35 mil mortes.

Jornais locais da época mostram registros da doença na região de Itu e Salto a partir de outubro de 1918, mas os casos

começaram a partir de agosto do mesmo ano, fazendo com que os representantes políticos criassem hospitais de isolamento para atenderem os infectados.

De acordo com o historiador Elton Zanoni, em um post publicado no blog Histórias de Salto, na cidade, o total de pessoas internadas no hospital de isolamento improvisado no Grupo Escolar – atual Escola Estadual Tancredo do Amaral – foi de 61, com um número máximo de 26 simultâneos em três desses dias. Houve dois falecimentos: Fernando Tardelli, de 44 anos; e Aurélio Biaggi, de 49 – ambos italianos.

Ainda de acordo com o Histórias de Salto, o primeiro paciente a ser internado no hospital improvisado, em 19 de novembro, foi Eduardo Carlos, de 14 anos, morador no Morro Vermelho e empregado do Sr. Manoel da Silva Ladeira, residente na Vila Nova. A última internada, em 6 de dezembro, foi Julia Ribeiro, jovem de 17 anos, natural de Santa Bárbara e moradora à Rua Paysandu nº 119, atual Rua Ruy Barbosa. Em 8 de abril de 1951 foi assinada a escritura de doação do antigo hospital de isolamento para a construção do asilo.

Registros do jornal A Federação, de Itu, mostram notícias da gripe espanhola a partir de dezembro de 1918 e toda a movimentação da Santa Casa local nos meses de outubro e

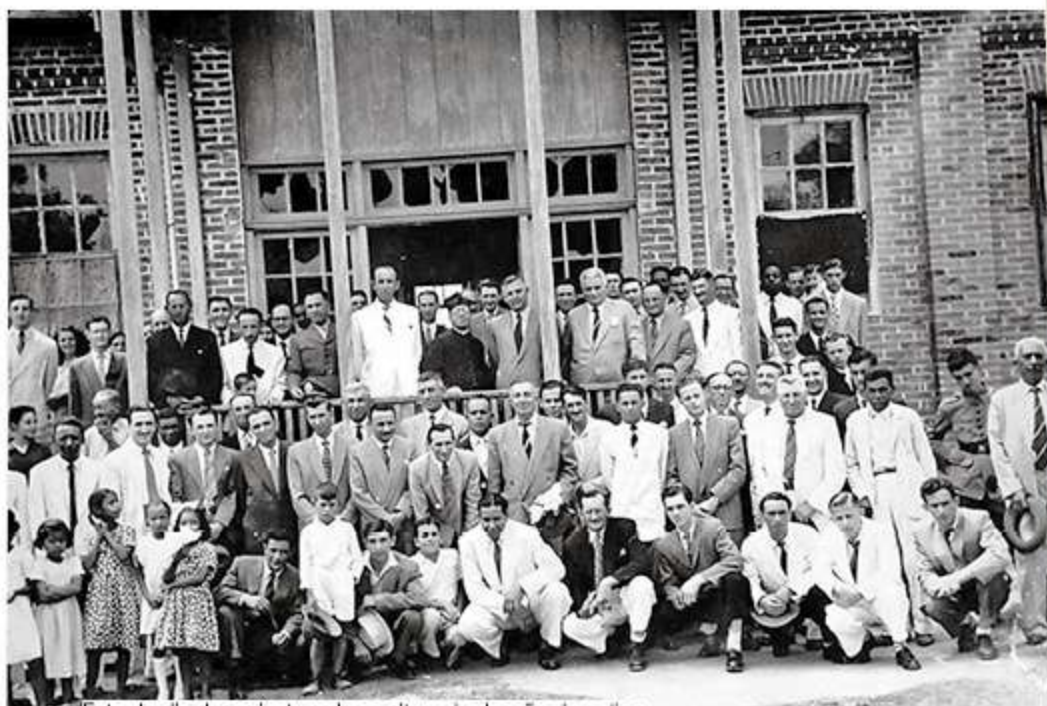


Foto do dia da assinatura da escritura de doação do antigo isolamento de Salto para a construção do Asilo, 08-04-1951 / Acervo do Museu da Cidade de Salto



Contracapa do registro de internados no hospital de Isolamento no Grupo Escolar de Salto / Acervo do Museu da Cidade de Salto

novembro. Segundo as matérias jornalísticas, em Itu foram registrados dez casos da doença em outubro e 1150 casos em novembro de 1918. Desse número, 92 faleceram de gripe espanhola na cidade.

Já em Salto, segundo levantamento do coordenador do Museu da Cidade de Salto, Lucas Gonzaga, apenas em agosto de 1918 a epidemia atingiu 500 moradores, dos quais 40 foram vítimas fatais, um deles o doutor Francisco Fernando de Barros Júnior, líder comunitário, empresário e político da época, que não resistiu à contaminação da doença e faleceu em 2 de novembro do mesmo ano.

Como vemos nos dias atuais, com a covid-19, doença causada pelo novo coronavírus, a população não tinha anticorpos para a enfermidade e não havia tratamentos seguros. A medicina buscava tratamentos na ciência, mas por outro lado, a medicina popular sugeria remédios caseiros. Também utilizaram medicamento indicado para a malária, que na época tratava-se do sal de quinino. Atualmente, a aposta brasileira para o combate do novo coronavírus é a cloroquina e a hidroxicloroquina, que têm a mesma substância.

A gripe espanhola, assim como a covid-19, foi muito subestimada na época e as coincidências entre as pandemias não param por aí e é como se a história estivesse se repetindo. Os jornais brasileiros, antes de o vírus chegar por aqui, ignoravam ou davam pouco espaço aos relatos. Depois, passaram a cobrar as autoridades por medidas consistentes na área da saúde pública, principalmente sobre os tratamentos realizados sem comprovação de eficácia.

“Aparentemente a pandemia determinou o mesmo comportamento político e social do que está acontecendo agora. Começa com a referência ao fato da gripe espanhola apresentar características benignas em algumas pessoas e agressivas e mortais em outras. Os jornais da época mostravam que a doença gerou um grande alarde sobre a população e cobravam providências inteiras do governo brasileiro”, afirma o médico

Ricardo Madeira, responsável por um estudo sobre notícias da gripe espanhola em Itu.

Doutor Ricardo resalta que um dos questionamentos da população era exatamente sobre a medicação para combater a doença, principalmente sobre o uso do quinino, que era comercializado de forma vantajosa pelas farmácias. *“Em 1918 eles já tinham conhecimento dos efeitos colaterais do que hoje seria a cloroquina. As matérias jornalísticas da época afirmavam que o quinino devia ser utilizado durante as refeições para evitar os efeitos colaterais como zumbido nos ouvidos e tremores”, comenta o médico.*

Consta no livro *“Conselhos ao Povo: Educação contra a Influenza de 1918”*, como era a orientação para o consumo do sal de quinino, que mesmo sem comprovação científica, era distribuído à população, com o alerta de que o uso em excesso poderia causar perda de consciência. *“...como preventivo, internamente, pode-se usar qualquer sal de quinino nas doses de 0,25 a 0,50 centigramas por dia, devendo usá-los de preferência no momento das refeições para impedir os zumbidos nos ouvidos, os tremores etc...”.*

TRATAMENTO E QUARENTENA

Durante a pandemia de 1918, Carlos Chagas assumiu a direção do Instituto Oswaldo Cruz e coordenou as ações sanitárias. Sem respostas seguras para tratamento, coube dotar as cidades de maior número de leitos, fixar regimes de quarentena e isolamento para os navios que aportavam no país e notificações compulsórias de casos da doença.

O Brasil se concentrou em estudos para a criação de uma vacina, que acabaram sendo encerrados sem a descoberta da imunização. O vírus da influenza, que causa a gripe, só foi isolado em 1933. Em 1944 pesquisadores da Universidade de Michigan, nos EUA, desenvolveram a primeira vacina contra gripe.



Empire State Building se destaca em meio às ruas desertas de Nova York

Brasileiros da região enfrentam a pandemia no exterior

Revista Regional conversou com vários brasileiros que estão nesse momento de crise global vivendo em países da Europa e nos EUA; eles contam como enfrentam a pandemia longe da terra natal e as preocupações com o futuro e o Brasil

Talvez nossa geração nunca tenha imaginado fazer parte de um dos capítulos mais marcantes da história recente do planeta. Estamos vivendo e escrevendo a história mundial. Ainda não sabemos para onde essa crise sanitária irá nos levar, mas é certo que no futuro nossos filhos e netos olharão o passado através dos livros e e-books de história e aprenderão muito com o que estamos vivenciando nesse momento.

A pandemia do novo coronavírus fechou fronteiras e congelou as atividades econômicas e sociais de praticamente todo o planeta. Alguns países com mais ou menos restrições. Mas nenhum ser humano deixou de ser afetado pelas consequências dessa crise. A Revista Regional contactou diversos brasileiros da região que estão nesse momento vivendo fora do Brasil, em países da Europa e nos EUA. Eles contaram como estão encarando a pandemia e enfrentando a quarentena longe da terra natal.

O fotógrafo Renato Athayde é um deles. Há quase dois anos morando no bairro do Brooklyn, em Nova York, o brasileiro viu de perto os efeitos da pandemia na maior cidade

americana, uma das mais atingidas pelo vírus em todo o mundo. “As informações por aqui não são de fácil acesso como no Brasil, não costumamos assistir à televisão, então muitas vezes ficamos sabendo em sites locais, vizinhos ou amigos. Lembro-me de que quando ficamos sabendo sobre a covid-19 na China, não achávamos que se tornaria uma pandemia e isso veio a se agravar muito rapidamente por aqui. Um dos primeiros boroughs (espécie de distrito de NY) afetados e isolados foi Rochester. Foi quando começamos a nos preocupar com o vírus, porém, a essa altura, ele já tinha se espalhado rapidamente”, conta Renato.

Os restaurantes foram os primeiros comércios afetados na cidade, mudando a rotina de muita gente, inclusive a do próprio Renato, já que, além de fotógrafo, ele também trabalha como bartender em um estabelecimento local. A exemplo do Estado de São Paulo, apenas mercados, farmácias, comércios considerados essenciais não foram fechados em Nova York (até o momento da entrevista concedida à Revista Regional, em meados de abril).



Elaine Kaizer e o marido Renan Buzzi são de Salto, mas vivem atualmente na Europa



O fotógrafo Renato Athayde está há quase dois anos em Nova York

A crise econômica, gerada pela pandemia, afetou em cheio a vida de muitos imigrantes, como conta o brasileiro: “Nova York tem muitos imigrantes, muitos estão sem emprego e sem reserva financeira, e isso está causando alvoroço, pois muitas pessoas querem voltar aos seus países e não estão podendo. Um verdadeiro caos!”, desabafa o fotógrafo. Segundo ele, a comunidade brasileira é uma das mais afetadas, com muitos conterrâneos vivendo lá sem documentação e, conseqüentemente, sem auxílio do governo.

Além da crise econômica, eles enfrentam o medo de serem infectados e de dependerem do sistema de saúde norte-americano, que é bem diferente do brasileiro. “Não tive contato e nem conheço nenhum brasileiro que foi infectado até o momento. Eu evito sair ao máximo nesse caos, pois a medicina nos EUA é algo bem complicado, os valores a serem pagos são muito altos, então, para quem não possui convênio médico, é quase impossível (ter tratamento)”, ressalta.

Do outro lado do Atlântico, a Europa é outro continente mais atingido pela pandemia. E lá estão milhares de brasileiros, inclusive da nossa região. O saltense Thiago Kaizer está há oito meses vivendo em Malmö, no sul da Suécia, a 20 minutos de Copenhague, capital da Dinamarca. Ele conta que o país teve o primeiro caso de covid-19 registrado no final de janeiro, no entanto, a rotina da população seguiu normalmente até o dia 13 de março, data em que a Dinamarca aderiu à quarentena. Já a Suécia não está em quarentena como os demais países europeus, apenas adotou alguns pacotes de auxílio de renda e suspensão de determinados impostos. “Mas a população sueca, temendo a pandemia vista nos demais países da Europa, aderiu à quarentena. Então, muitos restaurantes e bares estão abertos, porém sem clientes. As pessoas estão evitando contato, elas ainda saem para as ruas, mas mantêm distância”, explica Thiago.

Não muito longe da Suécia, em Londres, está a irmã de Thiago, Elaine Kaizer. A capital britânica foi outra localidade bastante afetada pela pandemia. Vendo de perto a situação crítica enfrentada pelos londrinos, Elaine se preocupa com os brasileiros que deixou na terra natal, e tenta de todas as

formas conscientizar o maior número de pessoas em seu país para os riscos da doença. “Temos (ela e o marido Renan Buzzi) falado com nossos amigos e divulgado alguns números no meu Facebook para conscientizar os colegas brasileiros sobre o risco do vírus e a necessidade de manter o distanciamento e, se possível, o isolamento social. Infelizmente, muitos ainda permanecem desacreditados. Acredito que, quanto mais falarmos sobre o tema, maiores são nossas chances de conscientizar a população”, observa.

A exemplo do governo brasileiro, no início da pandemia, o premiê britânico Boris Johnson também duvidava da gravidade do vírus (nesse caso, ele foi infectado e chegou a ser internado numa UTI, recuperando-se dias depois). Elaine conta que até o mês de fevereiro, o foco na Inglaterra, inclusive da mídia local, estava direcionado para a Itália e a Espanha, países que eram naquele momento epicentros da pandemia. “Parecia que a Inglaterra estava protegida contra o coronavírus. Inclusive, a empresa onde eu trabalho tem operações nesses dois países e o CEO da companhia convidou alguns funcionários de lá (da Itália e Espanha) para ficarem em Londres durante o pico da contaminação. Porém, em março, as coisas começaram a mudar por aqui”, lembra.

Com as fronteiras fechadas, os vôos para o Brasil também foram cancelados e Elaine e o marido Renan não puderam vir a Salto, onde passariam a Páscoa em família. Enquanto isso, na empresa, o número de funcionários com sintomas da doença começava a preocupar o casal. Foi então que Elaine decidiu, em 13 de março, adotar o trabalho remoto, visando blindar a saúde dos profissionais que não poderiam trabalhar de casa, como o departamento de call center. A brasileira se lembra de um momento marcante e emocionante naquele dia. “Naquela última sexta-feira de trabalho, o clima na empresa



Claus-Peter e o marido Hélio deixaram Itu e hoje vivem em Berlim



Fabiana, Luiz e o filho Miguel, de Itu para Stuttgart, na Alemanha



Thiago Kaizer vive na divisa da Suécia com a Dinamarca

estava péssimo. Nossos colegas espanhóis e italianos foram enviados de volta aos seus países para ficar juntos de suas famílias. E o contato físico, que não é algo comum entre os britânicos, foi necessário naquele dia. Abraçamos uns aos outros em despedida e desejamos nada mais do que saúde!”, recorda. Uma semana depois da despedida na empresa, o governo britânico anunciava o isolamento social obrigatório no país. “Desde então, estamos em casa, com exceção de mercado, não saímos para mais nada”, afirma a saltense.

A onda de solidariedade que uniu toda a Europa durante a pandemia também acontece na Inglaterra. “No começo, a falta de informação e o baixo número de exames gerou pânico na população. Mas rapidamente a ordem se instaurou, com a comunicação alinhada por parte do governo, divulgando medidas de proteções econômicas e humanitárias. Agora, vemos uma onda de solidariedade, por exemplo, em casa recebemos vários comunicados de pessoas e ONGs oferecendo ajuda e várias empresas fazendo campanhas para arrecadação de fundos e alimentos. Além disso, toda quinta-feira à noite temos a chance de encontrar nossos vizinhos para os aplausos de agradecimento aos profissionais da linha de frente. Como não podemos nos aglomerar, cada um fica no portão da sua casa aplaudindo. É um momento emocionante!”, conta.

Elaine comenta que continua preocupada com familiares e amigos que deixou no Brasil, por causa da maneira como o governo local tem enfrentado a pandemia. “Estamos com muito medo da contaminação sair do controle no Brasil. Tememos por nossa família e amigos. Temos feito diversas postagens nas redes sociais na tentativa de conscientizar o povo brasileiro sobre os riscos e prevenção da covid-19, pois o vírus é, infelizmente, mais do que uma gripe. Mas, infelizmente, ainda tem muita gente que não acredita. Por exemplo, eu recebi ligações de amigos questionando o número de mortos da Inglaterra, pois eles não acreditam mais nos jornais brasileiros. Além disso, é decepcionante ver nosso país sendo destaque negativo nos principais jornais do Reino Unido. Temos medo disso afetar a abertura da fronteira entre Inglaterra e Brasil e, assim, atrasar ainda mais nossa viagem”, finaliza.

Ainda na Europa, a modelo ituana Leticia Georgiou está há três meses na Turquia. Todo ano ela passa uma temporada em Istambul, onde participa de campanhas e desfiles. A exemplo dos outros países, a cidade decretou quarentena logo após registrar o primeiro caso de covid-19, em 11 de março. “Desde então, eu me vejo numa montanha russa de emoções. Estou morando com meu namorado (o também brasileiro Lucas Mascariini), ainda bem!, e agradeço por sua paciência comigo, pois sou workaholic, preciso trabalhar para não enlouquecer. Tive que começar a fazer yoga. E o que tem me ajudado muito

mentalmente e fisicamente. Além disso, testamos receitas na cozinha, lemos e vemos Netflix”, comenta a ituana.

Leticia lembra que logo no início da pandemia, ela já saía de casa para ir ao mercado usando máscara, o que causava estranheza nos turcos. “No começo, eles (os turcos) achavam estranho nos ver usando a máscara, até chegaram a rir da nossa cara. Mas, as coisas, infelizmente, começaram a piorar no país e, desde a semana passada (por volta de 10 de abril), é regra, e sem máscara você não entra em lugar nenhum”, explica. Porém, quase todas as lojas da capital encontram-se fechadas. “A Taksim Square, que é o ponto turístico mais visitado em Istambul, está deserta. E todo final de semana temos a quarentena forçada, ninguém pode sair de casa, quem sair levará uma bela multa e ainda uma bronca. Todos estamos nos sentindo enjaulados. Meus pais gostariam que estivesse em casa e eu também, mas não imaginei que tudo isso tomaria esse rumo. Estou presa aqui, todos os voos cancelados”, desabafa a modelo.

Tendo vivenciado a piora da pandemia na Europa, Leticia aconselha os brasileiros da sua região: “Na minha opinião este não é o momento para ficar argumentando o que poderia ser feito no passado, quem deveria estar na presidência neste momento e toda essa briga que não vai levar a nada. O povo tem que ficar em casa! Tem que usar máscara! Parem de espalhar fake news! Se cada um fizer a sua parte, podemos conter isso juntos. A situação é real e caótica, muitos estão morrendo, até mesmo sozinhos em casa. O que me preocupa muito é o fato de o Brasil já ter mais mortes (em abril) do que a Turquia, sendo que aqui já foram realizados mais de 450 mil testes e aí um pouco mais de 60 mil. Usem máscara, lavem as mãos e fiquem em casa!”.

NA ALEMANHA

A Alemanha vivia até abril uma situação mais confortável do restante da Europa, com a possibilidade de reabrir a economia em maio. Um dos motivos seria a eficiência com a qual o governo alemão encarou a pandemia logo que notificou o primeiro caso, fez o rastreamento do paciente zero e sequenciou o código genético do coronavírus que estava sendo disseminado no país.

Por lá, a Revista Regional localizou o psicólogo Claus-Peter Willi, que morava em Itu com o marido Hélio e os filhos, até três anos atrás. Embora eles estivessem acompanhando a evolução da epidemia da covid-19 desde o início, em janeiro, na China, Claus conta que passaram a ter uma atenção maior quando a questão tornou-se dramática na Itália e, a partir do sul da Alemanha, a situação ficou epidêmica por todo o país. “Sentimos a situação mais complicada a partir do fechamento das escolas em 16 de março, aqui em Berlim. Notamos também que os supermercados passaram a estar mais cheios e alguns itens como papel higiênico e de higiene pessoal sumiram das



prateleiras. O contato com os vizinhos, que já não era tão grande dada o distanciamento que o berlinense já mantém, se tornou maior e quase não os vemos pelas áreas comuns do prédio em que moramos”, conta o psicólogo.

Ao contrário do Brasil, na Alemanha a maioria dos cidadãos é a favor do distanciamento social e passou a apoiar de forma maciça o atual governo. “Vimos pelos noticiários aqui e ali algumas críticas quanto à recomendação de distanciamento social, mas 70% da população alemã aprovam as medidas do governo central. Interessante que houve um aumento da taxa de aprovação da coalizão que dirige o país a níveis de 2017, ou seja, se hoje houvesse eleição a coalizão obteria 55% dos votos. O Partido Liberal, representante do empresariado, obteria apenas 5%. Há que se acrescentar que, por força da própria Constituição de 1949 (pós-Segundo Guerra Mundial), o grande mote é o apoio social à população, ou seja, o Estado existe em função do povo! Isto faz toda a diferença neste momento de crise, pois recursos imensos, da ordem de 1 trilhão de euros foram disponibilizados para que todo o sistema econômico e social não desmorone. Dinheiro de impostos arrecadados e que sempre retornam ao povo. Aqui a questão de corrupção nos diversos setores do sistema é praticamente inexistente”, pontua.

Apesar das restrições, Claus-Peter, Hélio e os filhos garantem que vivem praticamente de forma normal, porém atentos à evolução da crise. “Agradecemos a cada dia por estarmos em um país que, sem cessar, nos impressiona quanto à sua função de respeito ao cidadão”, conclui.

A ituana Fabiana Pierre Curi Magnusson também está morando na Alemanha, porém em Stuttgart, há um ano e quatro meses. Desde o dia 17 de março, ela e a família estão se adaptando à quarentena. O marido (Luiz Magnusson) está em home office e o filho (Miguel) sem ir à escola. No início, Fabiana conta que percebeu que algumas pessoas sentiram mais do que as outras, sofrendo por ter que ficar em casa, e também com muitas mensagens desanimadoras nas redes sociais. “Agora está tudo mais calmo, parece que as pessoas estão mais conformadas e menos assustadas com a situação. Nos supermercados e nas ruas muitas pessoas usam máscara e a maioria cumpre a recomendação de dois metros de distância. O alemão já não é adepto de muito contato físico, agora mais ainda!”, comenta.

Fabiana conta que a família de um coleguinha de classe do seu filho foi infectada. “Pai, mãe e os dois filhos. Eles moram em um prédio em frente ao meu. O pai chegou a ficar alguns dias internado, com falta de ar, mas já está bem. Foi assim que



A modelo ituana Leticia Georgiou em Istambul, na Turquia

confirmaram a doença, quando fizeram o teste dele no hospital. Tudo começou com o menino de sete anos”, explica, acrescentando que ela e o filho também podem ter sido contaminados. “Ainda não sei se eu e meu filho tivemos (a covid-19), pois quando esse coleguinha ficou doente, alguns dias depois meu filho ficou também. Depois de uma semana foi a minha vez. Mas tanto para mim quanto para meu filho a manifestação foi muito leve, então nos mantivemos em casa e não fizemos o teste. Meu marido não apresentou nenhum sintoma”.

A exemplo de outros brasileiros que estão fora do país nesse momento, Fabiana também se preocupa com familiares e amigos que estão longe. “Todos que estamos vendo de longe a situação no Brasil e temos família aí, sentimos bastante preocupação. É triste que estejam usando a pandemia para jogos políticos, o momento deveria ser de união. Parece-me que o governo já esperava a pandemia, isso era muito claro que uma hora iria acontecer, mas acho que não esperava tamanha guerra ideológica. Na minha humilde opinião, o início da quarentena no Brasil foi muito precipitado. Deveriam ter feito um plano de ação, de controle dos infectados, de fechamento das coisas de uma forma mais branda. Foi muito brusco e aí acho que não vão conseguir segurar pelo tempo necessário, pois o desenvolvimento da pandemia no Brasil ainda está no início, pode durar muito tempo. Isso é preocupante”, alerta a ituana, lembrando que na Alemanha, depois do primeiro caso confirmado, demoraram dois meses para ser decretado o isolamento. “Foram isolando os casos e controlando até o momento em que a quarentena foi necessária porque o vírus se espalhou bastante. Por enquanto, a quarentena aqui se mantém até o dia 3 de maio (a entrevista foi feita em meados de abril). O Brasil é um país muito maior, com várias cidades que não foram afetadas, e com uma economia muito mais fragilizada. Aqui a própria Angela Merkel (chanceler alemã) já disse que será um verdadeiro milagre o que o governo conseguirá fazer economicamente para amparar a população. Não há como comparar a situação dos dois países, e acho que a recessão fará o brasileiro sofrer tanto quanto a pandemia. Isso é muito triste!”, finaliza Fabiana.



Cenas surreais de uma Nova York deserta foram registradas por Leandro Justen e fazem parte do perfil @212covid no Instagram

Fotógrafo brasileiro registra uma Nova York irreconhecível

Para Leandro Justen, fotografar a metrópole durante essa pandemia tem sido uma experiência surreal

O fotógrafo brasileiro Leandro Justen criou uma conta no Instagram @212covid para expor os registros que tem feito de uma Nova York totalmente irreconhecível por conta da pandemia e da quarentena. A cidade que nunca para deu lugar a poucos trabalhadores dos serviços essenciais, ruas desertas e um cenário digno de um filme de ficção científica. Algumas fotos de Leandro ilustram essa reportagem da Revista Regional, mas o trabalho do brasileiro pode ser conferido diariamente com suas atualizações no Instagram. “Com esse projeto quero registrar a Nova York durante e pós-pandemia”, revela o profissional, em entrevista à Regional.

Há dez anos vivendo nos EUA, atualmente Leandro mora sozinho no bairro de Hell’s Kitchen, na região central de Manhattan, e conta que sua rotina mudou drasticamente com a chegada do vírus à cidade. Como é fotógrafo freelancer de moda e entretenimento, duas áreas bastante afetadas pela quarentena e distanciamento social, o brasileiro teve todos os



Fotos: Leandro Justen/@212covid

O fotógrafo brasileiro Leandro Justen vive há dez anos nos EUA



Foto: Leandro Justen/12covid

Parte das imagens poderá fazer parte de um livro ou exposição futura, garante o brasileiro



Apenas entregadores, profissionais da segurança ou pessoas que saem de casa para ir ao mercado ou farmácia são vistos nas ruas da metrópole

trabalhos de março, abril e maio cancelados sem previsão de nova data. “O governador declarou que apenas serviços essenciais devem seguir funcionando até pelo menos dia 15 de maio, escolas fecharam até o fim do ano. Minha rotina agora está entre fotografar a cidade durante a pandemia e ficar em casa. Tenho usado o tempo livre para organizar arquivos de fotos, assistir a tutoriais e me conectar com amigos e familiares por FaceTime”, revela.

Sobre a experiência de registrar uma das maiores metrópoles do planeta durante a quarentena, Leandro conta que tem sido surreal. “Nova York está quase completamente parada. Fotografar a cidade durante essa pandemia tem sido surreal. Eu moro perto de Times Square e dos teatros da Broadway e

ver as ruas desertas sem um sábado à noite é realmente muito estranho. Parece um filme! Ruas que eram completamente cheias de pessoas do mundo inteiro se tornaram um deserto urbano. Nunca imaginei ver a cidade tão vulnerável. Agora você só vê entregadores de comida trabalhando, pessoas com máscara indo ou voltando de mercado, moradores de rua. Essa crise expôs mais ainda as desigualdades sociais da cidade. A maioria das pessoas trabalhando em aplicativos de entrega de comida é de imigrantes. E os bairros mais afetados são áreas mais pobres de NYC, como Bronx e Queens”, ressalta o brasileiro.

O perfil pessoal de Leandro no Instagram é [@leandrojusten](#). Já o que foi criado para registrar a quarentena em NY é o [@212covid](#)

CORONAVÍRUS: como evitar a contaminação dos alimentos

Especialistas destacam alguns tópicos importantes a serem seguidos para evitar a contaminação dos alimentos pelo vírus causador da covid-19



A equipe do Centro de Pesquisa em Alimentos (FoRC) da Universidade de São Paulo (USP) divulgou um comunicado com o objetivo de esclarecer eventuais dúvidas da população sobre o papel dos alimentos na transmissão do novo coronavírus, causador da doença covid-19. O texto é assinado pelos professores Bernadette Dora Combosy de Melo Franco, Mariza Landgraf e Uelinton Pinto, todos especialistas em microbiologia de alimentos.

O FoRC é um Centro de Pesquisa, Inovação e Difusão (CEPID) apoiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp). *“Importante ressaltar que o vírus não é um ser vivo e, portanto, não é capaz de se multiplicar nos alimentos, como fazem as bactérias. Vírus precisam infectar células para se replicar. O alimento ou sua embalagem são apenas veículos, ou seja, podem ter a superfície contaminada caso tenham sido manipulados por alguém com a doença, assim como uma maçaneta de porta ou qualquer outro objeto. Basta higienizar que não há problema”*, explica Bernadette Franco.

Como explicam os pesquisadores, a transmissão do novo coronavírus ocorre principalmente por meio de gotículas e secreções que saem do trato respiratório superior (boca e nariz) de uma pessoa infectada (com ou sem sintomas) e atingem as mucosas (olhos, nariz e boca) de outros indivíduos. Pode ocorrer também pelo contato das mãos com superfícies contaminadas com o vírus, que pode ser transferido para os olhos, nariz e boca.

Nos surtos anteriores causados por coronavírus (SARS-CoV e MERS-CoV), não houve transmissão pelos alimentos e, segundo os cientistas do FoRC, não há razão para pensar que isso venha a acontecer no caso da covid-19.

“A ciência ainda não conseguiu determinar a origem do novo coronavírus [SARS-CoV-2], mas há cenários sugerindo que o vírus tenha se espalhado a partir de hospedeiros animais, como

o morcego e o pangolim, talvez devido ao contato com esses animais ou mesmo sua ingestão. Mas não há qualquer evidência científica de que os animais de corte para consumo humano, como bovinos, aves ou suínos, sejam portadores ou tenham a doença causada pelo novo coronavírus. Mesmo assim, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que o consumo de carnes cruas seja evitado”, alertam os especialistas.

MEDIDAS DE PROTEÇÃO

A equipe do FoRC elencou medidas simples que podem ajudar a manter o SARS-CoV-2 longe da cozinha e da comida. Higienizar as mãos antes de comer ou manusear qualquer alimento é fundamental.

“Em tempos de covid-19, as recomendações de higiene e limpeza são as mesmas de sempre e devem ser seguidas criteriosamente. Bancadas, pias, louças e demais utensílios devem estar sempre limpos e secos, sem resíduos de alimentos. Geladeiras, freezers, fornos, fogão e demais eletrodomésticos devem ser limpos e higienizados com regularidade, com água, sabão e sanitizantes ou água sanitária. O mesmo vale para as paredes, chão e teto. Esses procedimentos evitam a presença dos microrganismos indesejáveis na cozinha, inclusive o novo coronavírus, e evitam a contaminação cruzada, ou seja, transferência de microrganismos de alimentos ou superfícies contaminados para alimentos não contaminados”, diz o texto.

PERMANÊNCIA DO VÍRUS NA SUPERFÍCIE

As informações sobre o tempo de persistência do novo coronavírus em diversas superfícies são ainda controversas. Alguns estudos científicos indicam a permanência em metal, plástico e vidro por até nove dias, enquanto outros estudos indicam tempos menores: 24 horas em papelão e três dias em metal ou plástico. No entanto, esses vírus são inativados em cerca de

um minuto pelo contato com álcool etílico 62-71%, água oxigenada 0,5% ou hipoclorito de sódio 0,1%.

ORIENTAÇÕES

Para alimentos que serão consumidos crus, como os vegetais folhosos, a recomendação do FoRC é remover as folhas externas ou danificadas, separar as folhas uma a uma, lavá-las com água tratada abundante e deixá-las em imersão, por 15 minutos, em uma solução de água sanitária (uma colher de sopa diluída em um litro de água), lavando-as depois com água tratada corrente novamente. No caso de vegetais não folhosos e frutas, mesmo as que serão consumidas sem a casca, o procedimento deve ser o mesmo.

Os produtos comerciais à base de cloro para desinfecção de vegetais são eficientes para eliminar a contaminação microbiana e prevenir a contaminação cruzada. Esses procedimentos são eficientes contra bactérias e vírus. Não usar água sanitária que contenha outras substâncias na sua composição, pois podem ser tóxicas para o organismo humano. *“O vinagre para fins culinários não tem efeito sanitizante”*, esclarece o grupo.

O tratamento dos alimentos pelo calor, como cozimento e fritura, quando feito corretamente, elimina os vírus caso estejam contaminando o produto cru. No entanto, é preciso evitar uma nova contaminação após o aquecimento, principalmente se o alimento não for aquecido novamente antes de ser consumido. É importante também não deixar alimentos cozidos em contato com alimentos crus, para evitar a contaminação cruzada.

Refeições prontas por delivery

O consumo de refeições prontas entregues em domicílio, retiradas em balcões de atendimento ou por DRIVE-THRU requer cuidados extras. Recomenda-se optar por empresas de confiança e fazer a encomenda diretamente, por telefone ou aplicativos, evitando a interferência de intermediários desconhecidos. Sempre que possível, optar por embalagens de papelão, pois acredita-se que o vírus resiste por menos tempo em papel do que em plástico ou alumínio. Deve ser feita a desinfecção das embalagens antes de abri-las, com água e sabão ou álcool em gel. Não consumir produtos com embalagem violada.

Os pesquisadores recomendam ainda evitar o contato pessoal com o entregador das refeições. As empresas de entregas em domicílio estão recomendando que os entregadores higienizem suas mãos com álcool em gel, um cuidado que diminui o risco, mas não o reduz a zero.

O pagamento deve ser preferencialmente feito remotamente, por aplicativo. Deve-se evitar manusear dinheiro e ter cautela com uso de máquinas de cartão de crédito, que podem estar contaminadas, e higienizar as mãos ao finalizar.

Ao comprar produtos alimentícios – seja nos pontos de venda ou on-line –, o consumidor deve higienizar todas as embalagens e superfícies antes de guardá-los na geladeira ou na despensa e lavar muito bem as mãos ao terminar.

DEEP CLEAN

Limpeza e Higienização a Vapor



VANTAGENS DA HIGIENIZAÇÃO A VAPOR:

- Limpeza profunda contra ácaros e bactérias
- Remoção de manchas e odores
- Restaura a cor e o brilho do material

HIGIENIZAÇÃO E IMPERMEABILIZAÇÃO Automotiva | Residencial | Corporativa

IDEAL PARA:

- Estofados
- Colchões
- Consultórios e salas de espera
- Automóveis
- Acessórios de bebê

ATENDIMENTO DELIVERY
São Paulo, Itu e região

☎ 11 94191-0502

Volta ao trabalho após a quarentena: cuide-se!

Uma medida para prevenir o contágio do novo coronavírus é evitar aglomerações e locais públicos; uso de máscaras e álcool gel é essencial

Há uma grande possibilidade de a maioria das pessoas voltar ao trabalho a partir deste mês de maio, com a flexibilização da quarentena, anunciada pelo governador João Doria, e que poderá ocorrer a partir de 11 de maio. A medida será validada conforme a evolução da pandemia nas cidades paulistas.

A notícia é maravilhosa para empresários e trabalhadores, mas e a covid-19? Quais os cuidados devemos tomar? E na hora do almoço? É seguro ir aos restaurantes? E no trajeto de casa ao trabalho, no ônibus, no táxi, como devemos proceder já que agora com certeza as ruas estarão novamente lotadas?

Segundo a nutricionista Adriana Stavro, são muitos os cuidados na retomada após o confinamento. A volta ao trabalho ou à escola não significa que vencemos o inimigo invisível, pelo contrário, ele continua entre nós. Medidas como lavagem das mãos, uso de álcool gel, manter distanciamento de no mínimo um metro e meio, evitar aglomerações, aperto de mão, beijinhos, abraços e compartilhamento de copos e outros objetos pessoais continuam no topo dos cuidados quando o assunto é prevenção. "Isso não se trata apenas de preservar a sua própria vida, é o respeito e consideração pelas pessoas que estão em nossa volta e que também precisam trabalhar e estudar", destaca a especialista.

Mas e na hora do almoço? É seguro almoçar em restaurantes? Adriana lembra que nesse momento ainda não, principalmente em estabelecimentos com buffet self-service. Então vou passar fome? Para a nutricionista, uma ótima opção para quem precisa almoçar no trabalho, é montar sua própria marmitta. "Monte como se estivesse fazendo seu prato de comida em casa, assim fica mais fácil pensar na quantidade. Pense na sua fome. É só um almoço", indica.

Segundo ela, a regra básica é a mesma: 50% da quantidade de comida deve ser de verduras e legumes e a outra metade dividida em uma porção de carboidratos, uma de leguminosas e uma de proteínas. "A salada deve sempre estar separada dos demais alimentos, uma boa opção é montar no pote. As proteínas (carne, frango ou peixe) devem sempre ser grelhadas ou assadas. Pode ser ovo cozido também. O carboidrato pode ser uma porção de arroz (de preferência integral), batata doce cozida, abóbora cabotiá ou macarrão. As leguminosas podem ser feijão

preto ou carioca, podendo ser substituída por ervilha, lentilha ou grão de bico", destaca.

São muitos os tipos de marmittas disponíveis para compra. Vidro, elétrica, plástico, vácuo, aço, com ou sem divisórias, coloridas etc.. Tem para todos os gostos e bolsos. "Eu recomendo sempre a de vidro. Muito prática, fácil de lavar, preserva as características do alimento como sabor e cor, não fica com cheiro e preserva o meio ambiente. Mas ela tem alguns inconvenientes. Para quem depende de ônibus ou metrô ela é pesada e quebra com facilidade. A segunda opção são as de plástico. Mais leves e não quebram. Porém, é necessário prestar atenção na hora da compra, o ideal é plástico livre de bisfenol (BPA) e próprio para aquecer. Eu não recomendo aquecer o alimento na marmitta de plástico. O ideal é que o alimento seja colocado em um recipiente de vidro antes de ser levado ao microondas, assim, evita que a marmitta fique manchada e com cheiro", observa.

Para transportar, segundo Adriana, o ideal é uma sacola térmica. Chegando no local de trabalho guarde na geladeira. Para quem não tem geladeira no trabalho, uma opção é usar cubos de gel congelados para conservar a comida até a hora do almoço. Parece óbvio, mas não guarde sua marmitta na sacola térmica sem lavar, além da contaminação o cheiro fica insuportável.

Agora, se você optar por comer em restaurantes, Adriana faz as seguintes recomendações: lave as mãos na entrada do restaurante e use álcool gel (o restaurante deve fornecer), respeite o distanciamento entre as pessoas (mínimo 1,5m), sente-se à mesa respeitando o distanciamento (1,5m para a direita, esquerda e a sua frente), entre um cliente e outro, verifique se o restaurante limpou e passou álcool na mesa e nas cadeiras, evite falar durante as refeições, não compartilhe talheres e copos, não prove a sobremesa do amigo com seu talher usado (use uma limpa), cubra boca e nariz com cotovelo ou lenço ao tossir ou espirrar (lave as mãos imediatamente), se for usar o banheiro, após a higiene das mãos abra a porta com o auxílio de um papel. Caso os restaurantes no sistema self-service tenham permissão do governo para funcionar, os cuidados devem ser maiores, como: não falar em frente à comida e usar um guardanapo para pegar os utensílios compartilhados (os utilizados para colocar comida no prato) e temperos (azeite, vinagre, pimenta, sal).



Máscaras de tecido: prevenção, estilo e sustentabilidade

Usadas para proteção contra a contaminação pelo novo coronavírus, o acessório ganha personalidade e contribuiu para diversos projetos sociais

Com o avanço da pandemia de covid-19 no Brasil, um acessório está virando peça obrigatória para a população. Nas últimas semanas, a Organização Mundial da Saúde (OMS) vem recomendando seu uso, independentemente do fato dos indivíduos pertencerem ou não a grupos de risco. Como as máscaras cirúrgicas e profissionais devem ser destinadas, prioritariamente, aos trabalhadores da área da saúde, o uso de modelos feitos de tecido vem sendo disseminado. E isso está produzindo uma nova tendência: as máscaras de proteção como item de estilo.

Um número cada vez maior de estilistas, artesãos e costureiras vêm produzindo milhões de máscaras de tecido, vendidas ou distribuídas a comunidades vulneráveis.

Marcas podem se beneficiar desse movimento, mas a professora de moda sustentável da ESPM, Madeleine Muller, alerta: qualquer tipo de oportunismo, neste momento, é nocivo. *“As máscaras podem ter assumido, para algumas pessoas, um caráter de moda. Mas o seu uso tem um valor maior, que é o bem-estar da coletividade e não apenas do indivíduo”*, diz.

A produção de máscaras de pano é, normalmente, um processo sustentável, pois utiliza sobras de tecidos e pode se transformar em uma fonte de renda para profissionais desempregados ou que perderam a renda devido às restrições impostas pela pandemia.

A sustentabilidade, a propósito, tem marcado a atuação da nova geração de estilistas. É o caso da francesa Marine Serre, de 28 anos. Na última Semana de Moda de Paris, em fevereiro deste ano, antes da quarentena, Marine Serre apresentou modelos produzidos de materiais reciclados e - ainda antes da covid-19 se tornar pandemia - suas modelos desfilaram usando máscaras de tecido, em uma espécie de protesto contra a destruição do planeta.

Talvez num insight, a estilista Marine Serre utilizou máscaras nas faces de suas modelos durante o desfile da Semana de Moda de Paris, em fevereiro deste ano, antes da quarentena; naquele momento, o objetivo era alertar sobre a destruição do planeta

CUIDADOS ESSENCIAIS

Para que o uso das máscaras de tecido seja feito corretamente, são necessários alguns cuidados:

- COMO USAR E GUARDAR SUA MÁSCARA CASEIRA

Antes de colocar a máscara, é preciso lavar as mãos com água e sabão por cerca de 20 segundos ou higienizá-las com o álcool em gel. Na hora de tirá-la, o cuidado precisa ser repetido.

Também é importante trocar a máscara a cada duas horas de uso e evitar tocá-la enquanto está no rosto. Na hora de tirar, assim como na de colocar, segure-a apenas pelas alças. Se for guardar na bolsa, por exemplo, use um saco plástico para evitar a contaminação.

- COMO FAZER SUA HIGIENIZAÇÃO

O Ministério da Saúde informa que a máscara precisa ser individual e higienizada corretamente. Depois da utilização, ela precisa ser lavada com água e sabão, ou água sanitária, e ficar de molho por 30 minutos. O recomendado é deixar secando no varal e depois passar com ferro.

- COMO FAZER SUA MÁSCARA

“A máscara serve de barreira física ao vírus. Por isso, é preciso que ela tenha pelo menos duas camadas de pano (seja dupla face)”, explica um texto publicado no site oficial do Ministério da Saúde. O ideal é que cada pessoa tenha pelo menos duas máscaras e saia sempre com uma extra, principalmente se for se demorar na rua ou não estiver podendo praticar o isolamento social. A máscara pode ser produzida com algodão, TNT, tricoline e outros tecidos e precisa cobrir a boca e o nariz, e ficar ajustada corretamente ao rosto. Se for de TNT, deve ser descartada após o uso. Se for de outro tecido, pode ser lavada e reaproveitada. Se preferir, pode comprar sua máscara de pano. É só prestar atenção a todas as exigências feitas pela OMS. Opte por comprá-las de pequenos e médios produtores, para incentivar a economia.



O hábito da leitura reduz o estresse, melhora o sono, mantém a mente jovem e ativa, evitando doenças e combatendo a depressão

12 passos para lidar com a ansiedade

CONHECIMENTO DO NOSSO CORPO É UMA DAS PRINCIPAIS FERRAMENTAS PARA ENTENDERMOS O QUE NOS FAZ BEM

Nessas últimas semanas, estamos sendo bombardeados com diversas informações sobre como a pandemia tem impactado o mundo e isso coloca uma carga muito grande de estresse no nosso corpo que pode trazer consequências ao funcionamento do nosso organismo e enfraquecê-lo.

Segundo Rosely Cordon, professora pesquisadora do projeto Mapas de Evidências Clínica das Práticas Integrativas em Saúde BIREME/OPAS/OMS, realizar ações direcionadas a si mesmo pode regular o funcionamento integrado e o bem-estar. *“É importante respeitar o momento de cada um e as limitações, aceitando cada escolha, sem pressão para inserir as dicas de autocuidado na rotina diária. Minha sugestão é a de aceitar as emoções sem julgar: se tiver que chorar, chore e se tiver que rir, ria. Afinal, as escolhas dizem respeito a uma única pessoa e a mais ninguém: a você”*, afirma.

A especialista sugere algumas atitudes que podem ser mantidas diariamente com o objetivo de garantir mais qualidade de vida e bem-estar na rotina, não só durante o distanciamento social, mas por toda a vida, para que se torne um hábito. *“É importante ter em mente que você deve ser sua prioridade sempre. É como o respirador de um avião: primeiro você coloca no seu rosto para depois ajudar o outro”*, explica.

1- Celular e TV devem ser evitados próximo a hora de dormir: a luz de equipamentos eletrônicos prejudica a reprodução do hormônio responsável pelo sono, a melatonina, provocando a diminuição do estado de alerta no dia seguinte. *“Dormir bem é um dos aspectos mais importantes para a manutenção da saúde. É um hábito associado não só à prevenção de doenças, mas também a melhoras no humor e no bem-estar mental”*, afirma Rosely Cordon.

2- Exercícios físicos diários: praticar todos os dias traz bem-estar mental e ajuda a tratar a ansiedade, já que atividades físicas ajudam a produzir serotonina, o hormônio do bem-estar. *“A prática também diminui o risco de doenças no coração, pressão alta, osteoporose, diabetes e obesidade”*, explica a especialista.

3- Bons hábitos de higiene pessoal: a higiene pessoal é todo cuidado corporal. Ela não se refere só a tomar banho e escovar os dentes e trocar de escova regularmente principalmente depois daquela gripezinha para evitar o mau hálito e outras doenças bucais, cuidar do corpo e de sua limpeza, mas também de zelar pela saúde integral, que inicia pelo corpo, passando pela mente, emoções e a espiritualidade dentro do ambiente que se está no momento.

4- Organização da casa: uma casa arrumada, limpa e organizada traz uma série de benefícios para toda a família. *“Além do bem-estar físico e mental, também relaxa e ajuda a saúde, melhora o visual do ambiente, dá disposição, favorece a criatividade, otimiza o tempo, oferece praticidade ao dia a dia, renova o estado de espírito, economiza dinheiro, melhora a saúde integral, reduz a ansiedade, baixa os níveis de estresse, promove integração e mantém o equilíbrio”*, explica a professora.

5- Cozinhar uma refeição nutritiva: a atividade contribui para boa saúde e integração da família. Cozinhar a própria refeição pode certamente ajudar a evitar várias doenças crônicas, já que permite maior controle dos ingre-

dientes que estão sendo usados e, assim, uma alimentação mais equilibrada em termos dos ingredientes nutricionais.

6- Aguçar e viajar pelos cinco sentidos: aproveite para identificar cada um deles, estimular as sensações, desenvolver o autoconhecimento, reconhecer e identificar os diferentes sons, cheiros, sabores, texturas e imagens. *“O objetivo é o de compreender as sensações que são despertadas e reconhecer os diferentes sentimentos que podemos ter”*, ensina a pesquisadora.

7- Faça um escalda-pés: é um método perfeito para relaxar, principalmente com uma música que goste, servirá a você como uma musicoterapia. Pode ser feito com uma mistura de água morna, sal grosso e óleo aromático de camomila ou alecrim.

8- Meditar, rezar ou relaxar: pratique o que faz bem para você. A ideia é a de promover um relaxamento, um momento de desconexão com os problemas, preocupações e até das mídias. *“Para isso, basta deitar, ou sentar, e fazer alguns exercícios de respiração, uma oração ou escutar uma música e se desligar da tomada”*, sugere Rosely Cordon.

9- Conversar e rir com os amigos: use e abuse dos aplicativos de encontros, já que temos que manter apenas o distanciamento físico. Diversos estudos têm demonstrado que contar com bons amigos melhora a nossa saúde, tanto física quanto mental. *“A amizade ajuda a reduzir o estresse, contribui para*

melhorar a saúde, o coração se fortalece e traz para a nossa vida uma dose extra de ternura, que é o melhor antídoto contra a amargura”, explica a especialista.

10- Contemplar a natureza e ter contato com o sol: beneficia a saúde física e mental, mesmo que for a plantinha da sua varanda ou no parapeito da janela do apartamento. Já a vitamina D é importante para a saúde mental, e ela só pode ser produzida pelo organismo quando há contato com o sol.

11- Ler um livro: há muitos benefícios em perder-se em um bom livro. O hábito reduz o estresse, melhora o sono, a conectividade do cérebro, amplia o conhecimento geral, expande o vocabulário, melhora do foco e concentração, mantém a mente jovem e ativa evitando doenças e combate a depressão.

12- E sabe aquele projeto de escrever um blog (antigo diário), um livro, montar um site, terminar seu TCC ou a revisão de artigos para sua tese de mestrado ou doutorado, ou ainda qualquer outra ideia que vem te seguindo faz tempo? Agora é a hora! Vá em frente!



Acesse o canal da Revista Regional Saúde no YouTube e confira a série “Você não está só!”, com dicas de psicólogos da região para você enfrentar, de forma equilibrada, o estresse gerado pela pandemia e distanciamento social

**Atendimento em todas as fases da vida:
Avaliação, reabilitação, promoção e manutenção da saúde para todas as idades.**



• FONOAUDIOLOGIA • NUTRIÇÃO • PSICOLOGIA
• PSICOPEDAGOGIA • TERAPIA OCUPACIONAL


Clínica Ayres

Rua Expedicionários Saltenses, 300
Centro - Salto
Tels.: (11) 4456-6602 / (11) 96576-4974

Unimed Salto/Itu conquista certificação ISO 9001

No mês de abril a Unimed Salto/Itu conquistou o selo ISO 9001, uma importante certificação que demonstra o compromisso da cooperativa com a qualidade na prestação de serviços e com a melhoria contínua de seus processos e atendimento aos clientes.

A certificação foi emitida pela DNV GL após processo de auditoria, realizado em fevereiro. *“A certificação da ISO é a concretização do nosso compromisso de oferecer o melhor atendimento ao cliente, além, é claro, de proporcionar a melhor estrutura para nossos médicos cooperados, colaboradores e parceiros”*, comenta o diretor-presidente da Unimed Salto/Itu, Dr Arnaldo Passafini Neto.

Boas práticas

As normas de certificação da ISO (*International Organization for Standardization*) estabelecem para as empresas requisitos internacionais que devem ser seguidos nos seus sistemas de gestão da qualidade. Com isso, o objetivo é padronizar processos e garantir maior eficiência e solidez à empresa. Além



da certificação da ISO 9001:2015, a Unimed Salto/Itu tem, desde 2018, o Selo Prata de Governança e Sustentabilidade, conferido pelo Sistema Unimed, e que também reconhece as boas práticas de gestão da cooperativa.

Com o compromisso de ser uma referência em saúde na região, a Unimed Salto/Itu busca não apenas atender a normas e requisitos técnicos, mas promover o melhor acolhimento ao paciente em todas as suas unidades de atendimento, com treinamentos constantes a médicos e colaboradores e projetos de expansão do seu atendimento próprio, com aquisições de modernos aparelhos e ampliação dos seus centros de diagnóstico, e principalmente com a construção de seu novo hospital, que será iniciada em breve.

madri 
aromas & ingredientes

 (11) 4028-3289

 (11) 9 4159-0373

Rua Palermo, 57 - Jd Europa - Salto

 contato@maxdk.com.br

Quem Somos

Fundada em 2010, a MADRI AROMAS E INGREDIENTES nasceu orientada para o mercado de INGREDIENTES ALIMENTÍCIOS.

AROMAS

Normalmente, chamam-se aromas as substâncias com um cheiro agradável e que, por isso, são utilizadas na culinária.

A Madri Aromas e Ingredientes fornece à indústria alimentícia as mais diversas soluções em aromas doces e salgados para diversos segmentos

- Balas • Bebidas • Biscoito
- Carnes Industrializadas • Extratos Naturais
- Extrusados • Laticínios • Sobremesas • Sorvetes
- Tabacos • Temperos, entre outros





Clinica Ortolife, em Indaiatuba, possui equipe médica e de fisioterapia apta a atender da melhor forma o paciente; o local conta com studio completo de Pilates e outros métodos de tratamento da dor

CLÍNICA ORTOLIFE: atendimento de excelência em Fisioterapia

Dra. Tainara Druzian Peinado fala sobre os benefícios da fisioterapia e os recursos disponíveis na Ortolife, que reúne ortopedista e fisioterapeuta na mesma clínica

O núcleo de Fisioterapia da clínica Ortolife preza por um atendimento de excelência na área de ortopedia, traumatologia e desportiva, com um espaço aconchegante, recursos diferenciados e profissionais capacitados.

A fisioterapia visa identificar os desequilíbrios mecânicos para tratamento de dores e inflamações. “Com isso, contamos com uma avaliação específica em que o profissional relaciona as queixas com seus sinais e sintomas clínicos, utilizamos recursos tecnológicos (dinamômetro para testar o equilíbrio de força entre os músculos do corpo, baropodometria: teste de pisada, análise biomecânica da marcha e corrida) para nos auxiliar a prescrever um tratamento individualizado e especializado direcionado para a causa das lesões e também direcionado para potencializar as funções e equilibrar as estruturas do corpo, sendo assim melhora ao executar as atividades do dia-a-dia e melhora da performance no esporte”, explica a fisioterapeuta Tainara Druzian Peinado, responsável pelo núcleo de Fisioterapia da Ortolife.

A clínica Ortolife possui os seguintes serviços em benefício aos pacientes:

- Fisioterapia ortopédica, traumatológica e desportiva (com terapias manuais, exercícios terapêuticos e aparelhos de eletroterapia que auxiliam na dor e inflamação)
- Terapias Manuais (liberação miofascial, agulhamento a seco e osteopatia)
- Pilates (estúdio)
- RPG
- Palmilhas Posturais Computadorizadas

A Clínica Ortolife apresenta um diferencial que é o contato direto do fisioterapeuta com o médico. Esta união permite discussões de melhores escolhas para o tratamento do paciente. “Promover qualidade de vida, melhorar a performance, prevenir e tratar doenças e dores são os nossos principais objetivos”, acrescenta dra. Tainara, ressaltando ainda que o método de tratamento personalizado realizado na clínica agiliza a recuperação e devolve a autonomia precocemente ao paciente, com retorno mais rápido às atividades do dia a dia, profissionais e esportivas.

DRA. TAINARA DRUZIAN PEINADO

Crefito 196710

Fisioterapeuta

Ortopedia e Traumatologia

- Formação acadêmica: Graduação em Fisioterapia - FAI (2012);

- Especialização em Ortopedia e Traumatologia (2014);

- Cursando Osteopatia Estrutural;

- Formação complementar em Podoposturologia/Confecção de Palmilhas, Lesões do Esporte, RPG, Terapias Manuais, Biomecânica da Marcha e Corrida, Bandagem Funcional, Dry Needling, Eletrotermofototerapia e Atualizações sobre Reabilitação de Tornozelo e Pé e Ombro;

- Docente do curso de Fisioterapia, curso de Especialização em Ortopedia e Traumatologia e cursos de extensão área de fisioterapia ortopédica e desportiva.



MAIS: Clínica Ortolife - Av. Presidente Vargas, 2921 salas 613 e 614 (Ortopedia) e 313 (Fisioterapia), Indaiatuba. Telefone: (19) 3801-2658 www.ortolifeindaiatuba.com.br

LAURENTINO GOMES:

“é preciso corrigir o legado da escravidão”

Em entrevista exclusiva à Revista Regional, o escritor Laurentino Gomes fala sobre o livro mais atual, “Escravidão”, e os desafios que o país ainda enfrenta em sua formação social

O escritor Laurentino Gomes voltou à luz da nossa história para apresentar sua última e pertinente pesquisa sobre a escravidão. O autor da trilogia 1808, 1822 e 1889, lançou o primeiro volume de uma nova trilogia intitulada “Escravidão”, onde aborda a história de milhões de africanos que foram trazidos à força para as colônias americanas e tornaram-se escravos, além, é claro, dos negros que nasceram já no Brasil na condição da escravidão. O primeiro volume foi lançado em 2019 e o segundo tem previsão para ser lançado ainda este ano. Laurentino, que mora em Itu, concedeu uma entrevista exclusiva à Revista Regional e novamente nos traz reflexões em torno de nossa formação social e desse Brasil que ainda estamos buscando conhecer.

Depois de mergulhar no Brasil Imperial, como se deu a escolha da pesquisa sobre escravidão? O senhor acredita que foi um tema inevitável?

Escrever sobre a escravidão foi uma decorrência natural da minha primeira trilogia de livros. Nos meus livros anteriores, eu tinha me dedicado a estudar três datas importantes para a construção do Brasil de hoje: 1808, 1822 e 1889, ou seja, os três momentos fundamentais para a construção do nosso país como nação independente no século 19. Essas datas ajudam a explicar a maneira como nos constituímos do ponto de vista legal, institucional e burocrático. Porém, para entender os aspectos mais profundos da nossa identidade nacional, é preciso ir além da superfície, observar o que fizemos os nossos índios e negros, quem teve acesso às oportunidades e privilégios ao longo da nossa história e como a sociedade e a cultura brasileiras foram se moldando desde a chegada de Pedro Álvares Cabral na Bahia até os dias de hoje. Ao fazer isso, eu me dei conta de que o assunto mais importante da nossa história não são os ciclos econômicos, as revoluções, o império ou a monarquia. É a escravidão. O trabalho cativo deu o alicerce para a colonização portuguesa na América e a ocupação do imenso território. Também moldou a maneira como nos relacionamos uns com os outros ainda hoje. Neste início de século 21, temos uma sociedade rica do ponto de vista cultural, diversificada e multifacetada, mas também marcada por grande desigualdade social e manifestação quase diárias de preconceito racial. Isso, no meu entender, é ainda herança da escravidão.

Quanto tempo de pesquisa?

Ao todo, foram seis anos de pesquisas, nos quais li quase 200 livros sobre o tema. Nessas leituras, eu cheguei à óbvia conclusão de que escravidão é um assunto com o qual todos nós, brasileiros, deveríamos nos preocupar. O Brasil foi construído com trabalho cativo, primeiro indígena depois africano. O

legado da escravidão persiste entre nós ainda hoje, na forma de preconceito, exclusão social, ou, pior, de autonegação, como se o tema não existisse ou não merecesse ser estudado. Todos nós que estamos vivos hoje somos descendentes de escravos ou senhores de escravos.

Quais lugares o senhor visitou para sua pesquisa?

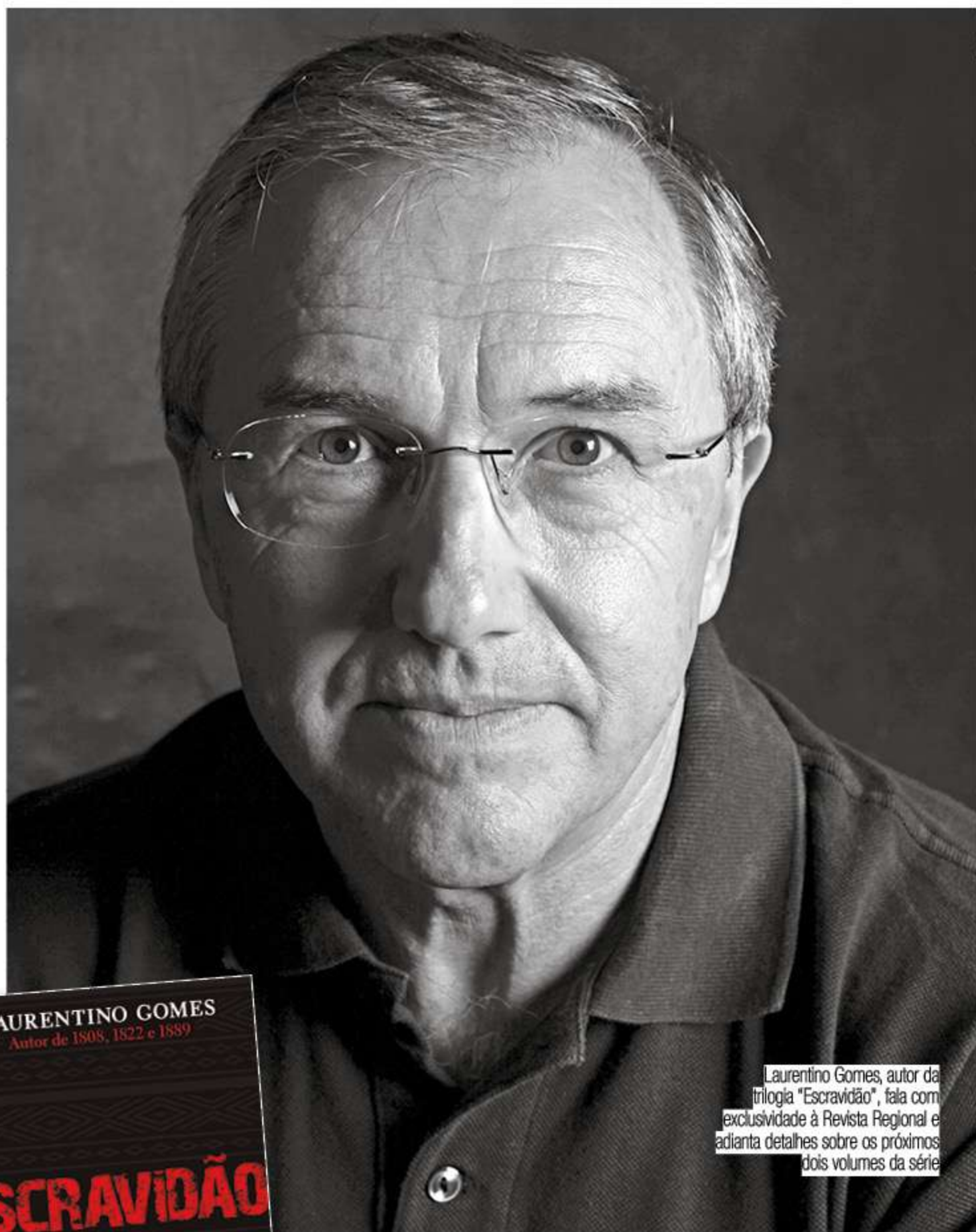
Nesses seis anos, viajei por 12 países em três continentes. Estive em Cartagena, na Colômbia, que foi o principal porto negreiro do antigo império colonial espanhol. Depois percorri o sul dos EUA, cenário da Guerra da Secessão, em que mais de 750 mil pessoas morreram para que a escravidão fosse abolida pelo presidente Lincoln. Em seguida, morei em Portugal durante seis meses. A partir dali fiz cinco viagens a oito diferentes países africanos: Cabo Verde, Senegal, Marrocos, Angola, Gana, Benim, Moçambique e África do Sul. Também estive em Londres e Liverpool, na Inglaterra, que foram grandes centros de construção e financiamento de navios negreiros até o final do século 18. Além disso, percorri o Brasil, visitando, entre outros lugares, quilombos no Estado da Paraíba, usinas e engenhos de cana-de-açúcar em Pernambuco e na Bahia, a Serra da Barriga, em Alagoas, onde morreu Zumbi dos Palmares, o Vale do Paraíba, em São Paulo, as antigas minas de ouro e diamantes em Minas Gerais e o Cais do Valongo, que foi o maior porto negreiro das Américas no século 19. Em resumo, fiz uma gigantesca reportagem jornalística, com esse primeiro volume em 2019 e outros dois a serem publicados sucessivamente em 2020 e 2021.

Qual a importância de tratar um tema como a escravidão no Brasil de hoje?

A escravidão não é um assunto acabado, bem resolvido e congelado no passado. Ainda está vivo entre nós, como se pode ver nos discursos de campanhas eleitorais e nas discussões diárias que aparecem nas redes sociais. O preconceito é uma das marcas das nossas relações sociais no Brasil, embora sempre procuremos disfarçá-lo construindo mitos a respeito de nós mesmos. Tudo o que fomos no passado, o que somos hoje e o que seremos no futuro tem a ver com as nossas raízes africanas e a forma como nos relacionamos com elas. Espero dar uma contribuição pessoal para o desafio brasileiro de encarar a sua própria história escravagista e dela tirar lições que nos ajudem a construir o futuro.

Estudando a escravidão, como o senhor vê os resquícios de uma sociedade escravagista nos nossos dias de hoje? Poderia apontar alguns?

Há dois principais resquícios da escravidão no Brasil de hoje. O primeiro é o racismo. No passado, tentando disfarçar esse trecho profundamente incômodo na nossa cultura, nós, brasilei-



Laurentino Gomes, autor da trilogia "Escravidão", fala com exclusividade à Revista Regional e adianta detalhes sobre os próximos dois volumes da série

"O preconceito é uma das marcas das nossas relações sociais no Brasil, embora sempre procuremos disfarçá-lo construindo mitos a respeito de nós mesmos. Tudo o que fomos no passado, o que somos hoje e o que seremos no futuro tem a ver com as nossas raízes africanas e a forma como nos relacionamos com elas"

“A desigualdade social, resultado do abandono dos nossos ex-escravos à própria sorte, é hoje o principal desafio brasileiro. Sem reduzir as desigualdades, dificilmente alcançaremos os patamares de desenvolvimento humano e econômico com os quais sonhamos”

ros, desenvolvemos alguns mitos a respeito de nós mesmos. Um deles é o de que seríamos uma grande e exemplar democracia racial. Isso, infelizmente, não é verdade. Somos um país profundamente preconceituoso e excludente. O segundo resquício aparece nos indicadores sociais. O Brasil é um dos países mais desiguais do mundo. A parcela mais pobre da população, sem acesso aos recursos e serviços do Estado, é descendente de escravos africanos.

Em sua fala na Acadil (Academia Ituana de Letras), no final de 2019, o senhor disse que ainda precisamos fazer a segunda abolição. Pode nos explicar o que o senhor define como essa segunda abolição?

Alguns dos grandes abolicionistas do século 19, como o pernambucano Joaquim Nabuco e o baiano André Rebouças, diziam que não bastava acabar com a escravidão. Era preciso também enfrentar o seu legado, dando terra, trabalho, educação e oportunidades aos ex-cativos e seus descendentes. Isso o Brasil jamais fez. Nossa população afrodescendente foi abandonada à própria sorte. Nabuco também dizia que, enquanto não enfrentasse a sua herança escravista, o Brasil nunca seria um país decente. A história tem confirmado essa profecia. A desigualdade social, resultado do abandono dos nossos ex-escravos à própria sorte, é hoje o principal desafio brasileiro. Sem reduzir as desigualdades, dificilmente alcançaremos os patamares de desenvolvimento humano e econômico com os quais sonhamos. Portanto, a construção do Brasil dos nossos sonhos – um país menos desigual e mais justo para todos – depende de completar a obra da abolição iniciada pela Lei Aurea de 13 de maio de 1888. É esta segunda abolição que nos desafia atualmente.

O que mais te surpreendeu com essa nova pesquisa?

Uma surpresa para mim foi constatar que escravidão nem sempre foi sinônimo de racismo e negritude, como é hoje entre nós. Quase ninguém sabe, mas até o final do século 17 a maioria dos escravos no mundo era branca. A própria palavra “escravo” (“slave”, em inglês, ou “slavus”, em latim) deriva de “eslavo”, povo branco, de olhos azuis, escravizado no leste da Europa e vendido na bacia do Mediterrâneo, aos milhões, desde a época dos romanos. A escravidão é um tema doloroso, repleto de sofrimento e crueldade. Ao mesmo tempo, existem aspectos curiosos e instigantes nessa história, que poucas pessoas conhecem. No meu livro existem personagens e acontecimentos que certamente vão surpreender os leitores, caso do rei do Mali, um dos grandes impérios africanos, que dois séculos antes de Vasco da Gama e Pedro Álvares Cabral tentou chegar ao Brasil atravessando o Atlântico numa flotilha improvisada de canoas. Ou da rainha africana Jinga, que comandou milhares de guerreiros homens e infernizou a vida dos portugueses em Angola no século 17, e hoje é uma heroína do movimento comunista que fez a libertação do país, na década de 70.

Numa entrevista, o senhor comentou que: “Infelizmente, a história da escravidão é contada por pessoas brancas”. Pode nos explicar um pouco como contornar isso e se há como? O senhor buscou fontes negras, descendentes de escravizados?

O Brasil tem e já teve excelentes historiadores que se debruçaram sobre o assunto, independente de suas origens étnicas. Alguns eram brancos, caso de Pierre Verger, Luiz Felipe de Alencastro, Robert Slenes, Sílvia Hunold Lara, Sidney Charlob e Emília Viotti da Costa. Entre os negros se destacam Manolo Garcia Florentino, Roquinaldo Ferreira e Clóvis Moura. Todos deram

importantes contribuições ao tema e nunca tiveram sua credencial questionada pela cor da pele, mas sim pela seriedade e profundidade da pesquisa que fizeram. Apesar disso, eu diria que a visão predominante na historiografia brasileira é branca. Um exemplo disso está no livro *Casa Grande & Senzala*, de Gilberto Freyre, que procura vender a ideia de que o Brasil teria tido uma escravidão mais benévola, patriarcal e boazinha, o que também teria dado origem a uma grande democracia racial brasileira. Tudo isso é mito, mas se reflete com grande frequência nos livros didáticos. Nos livros estão diferentes visões a respeito da história da escravidão, seus acontecimentos e personagens e também o seu legado para as atuais e futuras gerações. É uma guerra que ainda está longe de acabar e só vai se resolver pelo estudo da história da escravidão e pela maneira como vamos encarar esses personagens e acontecimentos no futuro. Por isso, logo na abertura desse novo livro, eu explico que existem três possíveis olhares sobre o assunto: o olhar branco, o olhar negro e o olhar atento, no qual eu procuro me enquadrar. Acredito que a riqueza da disciplina de História está na possibilidade de múltiplas narrativas, leituras e interpretações. O meu é um entre muitos outros possíveis olhares sobre o tema.

Qual a previsão de lançamento dos próximos volumes? O senhor poderia adiantar pelo menos os anos abordados ou o recorte histórico a seguir?

Os dois próximos volumes serão lançados em setembro de 2020 e setembro de 2021. O primeiro volume teve seu foco principal na África — pela óbvia razão de que, ao escrever sobre a escravidão no Brasil, é preciso começar pela África. Cobre um período de aproximadamente 250 anos, entre o início das incursões e capturas de escravos pelos portugueses na costa da África, em meados do século 15, até o final do século 17. Traz também alguns capítulos sobre a escravidão em outros períodos da história da humanidade, como na Grécia Antiga, no Egito dos faraós, no Império Romano e nos domínios do islã e na própria África antes da chegada dos portugueses. O segundo livro concentra-se no século 18, auge do tráfico negreiro no Atlântico, motivado pela descoberta das minas de ouro e diamantes no Brasil e pela disseminação do cultivo de cana-de-açúcar, arroz, tabaco, algodão e lavouras e do uso intensivo de mão de obra cativa em outras regiões do continente. Num período de apenas cem anos, mais de 6 milhões de seres humanos foram traficados da África para as Américas, dos quais 2 milhões (um terço do total) só para o Brasil. O terceiro e último volume, a ser lançado em 2021, se dedica ao movimento abolicionista, ao tráfico ilegal de cativos, ao fim (pelo menos do ponto de vista formal e legal) da escravidão no século 19 e ao seu legado nos dias atuais. São também abordados nos dois volumes finais da trilogia temas como a família escrava, as alforrias, a escravidão urbana, as festas, irmandades e práticas religiosas, a assimilação, as fugas, rebeliões e os movimentos de resistência.

O Brasil deveria se desculpar por ter escravizado tantas pessoas? De que forma?

Acredito que um pedido formal de desculpas seja primeiro passo, simbólico, mas muito importante. É uma forma correta e visível de acertar as contas com o nosso passado injusto, violento e desumano. Mas sozinho esse gesto não resolve todos os desafios relacionados ao tema. Para isso, é preciso adotar providências e políticas públicas que ajudem a corrigir o legado da escravidão. Em resumo, isso significa nos empenharmos para reduzir as desigualdades sociais e, principalmente, acabar com as manifestações cotidianas de preconceito que tanto nos incomodam.

Unimed Salto/Itu CERTIFICADA

ISO 9001



grupo estacom

Qualidade que existe
por você



Conquistar essa certificação
é a prova da constante melhoria
da qualidade dos serviços e do
atendimento da Unimed Salto/Itu.

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

somos
COOP



Responsável Técnico: Dr. Arnaldo Passalunghi Neto | CNTR 15581

ANS - nº 346276

Quarentena de leituras

A pandemia do novo coronavírus mudou a rotina do mundo inteiro e está nos obrigando a praticar o isolamento social para ajudar a conter a disseminação da covid-19. Com tanta informação, separar um momento para se desconectar completamente da internet e pôr a leitura em dia é algo que muitas pessoas têm optado por fazer. Em países europeus, o consumo de livros aumentou consideravelmente desde o início do distanciamento social. Mais perto de nós, no Uruguai, a população tem recebido do governo livros dentro das cestas básicas de alimentos, dada a importância cultural no país vizinho. A quarentena também incentivou empresas como Amazon e Google a disponibilizarem diversos livros gratuitamente em suas plataformas. Como incentivo à leitura, perguntamos a personalidades da região, das mais variadas áreas: "Qual livro você indicaria a alguém nessa quarentena?". Fizemos uma seleção com todas essas dicas. Confira.



PROF. ME. EDSON CORTEZ - CIENTISTA SOCIAL E PRO-REITOR DE ADM. DA UCB

A ARTE DA GUERRA [Sun Tzu]

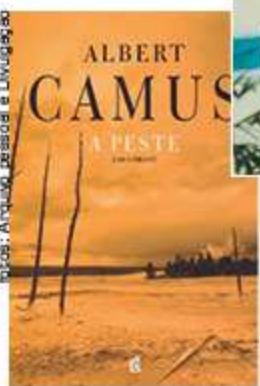
"Minha recomendação de leitura é: 'A Arte da Guerra', de Sun Tzu. Nossa geração nunca havia enfrentado uma guerra, nem mesmo a geração de nossos pais. A verdade é que nossa mente não está habituada ao conflito extremo. Então, não seria relevante dedicar umas poucas horas para abrir nossos horizontes para pensar em como agir? Isso é o que esse pequeno livro nos oferece: estratégia para tempos difíceis. Garanto que se você aceitar essa dica de leitura, poderá ver além do senso comum e compreenderá que nossa vida mudará por anos. Prepare-se!"



ALLIE MARIE QUEIROZ - MEMBRO DA ACADEMIA ITUANA DE LETRAS

CEM ANOS DE SOLIDÃO [Gabriel Garcia Marquez]

"A quarentena é uma prova bem difícil para todos nós, mas também uma oportunidade de nos olharmos mais de perto, por todos os ângulos, os mais 'fotogênicos' e os mais sombrios, e buscar na solidão, no silêncio interior, mais compaixão, mais amor, mais luz. 'Cem Anos de Solidão', de Gabriel Garcia Marquez, o primeiro livro 'adulto' que li, é uma deliciosa fábula a família Buendia e a cidade de Macondo, em algum momento perdido no tempo e espaço, mas que ainda hoje retrata a realidade tão conhecida de nós todos. Com personagens marcantes, como a matriarca Úrsula, o coronel Aureliano Buendia, Melquiades, o mago cigano entre tantos outros, Gabo recria em Macondo um pequeno universo que desnuda de forma magistral os jogos de poder e dominação que permeiam a história e a cultura dos países da América Latina. Uma leitura envolvente que instiga a imaginação, nos faz quase personagem também e, sobretudo, nos desafia a refletir sobre as relações sociais e de poder que tem se perpetuado em Macondos mundo afora".



ROSE FERRARI - JORNALISTA E MEMBRO DA ACADEMIA SALTENSE DE LETRAS

A PESTE [Albert Camus]

"Recomendo a leitura de 'A peste', de Albert Camus, disponível no formato e-book na internet. No livro, o escritor se utiliza da história fictícia da cidade argelina de Orã, na Argélia, assolada pela peste bubônica. Apesar de, na realidade, a peste ter causado mais de uma pandemia na história da humanidade, na ficção o autor dela se utiliza para tratar de sobrevivência, solidariedade e resiliência, num tempo em que essas atitudes se fizeram fundamentais. Além de uma narrativa brilhante, a obra é uma parábola atemporal para evidenciar os efeitos catastróficos da tirania, razão pela qual considero sua leitura muito interessante nesses tempos que vivemos."



JONAS SOARES SOUZA - HISTORIADOR

OS REIS TAUMATURGOS [Marc Bloch]

"Nestes tempos de isolamento como estratégia segura de contenção da covid-19 a leitura se impõe como atividade necessária. Um excelente e oportuno livro é 'Os reis taumaturgos', do historiador francês Marc Bloch, que teve sua primeira edição em português em 2018. A obra analisa a crença difundida na Europa, entre os séculos 12 ao 18, de que os reis tinham o poder miraculoso de curar através do toque. Como diz o subtítulo, trata-se de 'estudo sobre o caráter sobrenatural atribuído ao poder régio particularmente na França e na Inglaterra'. Acreditou-se por mais de meio milênio que os reis curavam o mal da escrófula com um simples toque. Por écouelles, em francês (scrofula, em latim), os médicos do início do século 20 (o livro foi lançado em 1924) designavam a adenite tuberculosa, ou seja, as inflamações dos linfonodos causadas pelos bacilos da tuberculose. É evidente que, diz Bloch, antes do nascimento da bacteriologia, a especialização desses nomes, que remontam à medicina antiga, não era possível. O mal raramente era fatal, mas podia desfigurar a pessoa e suas supurações tinham odor repugnante. Na França a escrófula era comumente chamada de mal le roi, e na Inglaterra, conhecida como King's Evil. Pelo simples toque de suas mãos, realizado de acordo com ritos tradicionais, os reis poderiam curar o escrofuloso: 'o rei toca os doentes e faz o sinal da cruz sobre eles'. Com 'Os reis taumaturgos', Marc Bloch inaugurou um novo modo de pensar a história política, ao privilegiar a análise das crenças no processo de compreensão do poder da realeza, nos 'tempos em que ela frequentava o sagrado'."



LAÍS FERNANDES DE SA - JORNALISTA E ASSESSORA DE COMUNICAÇÃO

AS SETE IRMÃS [Lucinda Riley]

"Ler é sempre uma boa alternativa para os tempos livres e neste tempo em que precisamos manter o distanciamento social é uma boa oportunidade para inserir a leitura na rotina. Pegue um bom livro, se for possível, dê preferência ao livro físico, assim você descansa os olhos das telas iluminadas. Tenta se desconectar um pouco da enxurrada de informações e comece a embarcar na história. Eu, particularmente, gosto dos livros de romance, com histórias bem escritas com personagens fortes e envolventes. Ao mesmo tempo procuro livros que tragam informações que adicionem cultura e ampliem o nosso conhecimento de forma prazerosa. Essa mistura eu encontrei na série 'As Sete Irmãs' da escritora irlandesa Lucinda Riley. Uma grande amiga, Adriana Panzini, me apresentou essa escritora e eu me apaixonei. Já li diversos livros dela, mas essa série é uma ótima indicação para quem quer começar a ler as ficções históricas de Lucinda e tem tempo de sobra. A série de livros é baseada na mitologia grega das Plêiades, que são sete irmãs: Maia, Alcione, Astérope, Celeno, Taigeta, Electra e Mérope. Elas eram filhas de Atlas, um titã condenado por Zeus a sustentar o céu, e de Pleione, filha do titã Oceano e protetora dos marinheiros. A partir desse contexto Lucinda brilhantemente está construindo uma história para cada irmã. Tudo começa com a personagem Maia D'Aplíese e suas cinco irmãs que recebem a notícia de que o pai, o misterioso bilionário Pa Salt, está morto e foi sepultado no mar. Todas foram adotadas por ele quando eram bebês e até então não tinham conhecimento de suas origens. Pa Salt deixa uma pista para cada uma das filhas irem em busca de suas origens. Nessa busca, cada personagem tem contato com uma personalidade de seu passado distante. Dessa forma, todos os livros trazem um contexto histórico real. Então uma hora você está lendo o personagem no presente e em outro momento volta cerca de cem anos no tempo em algum contexto histórico real, o qual fica emaranhado entre personagens de ficção. Essa é a grande sacada da escritora que te envolve de forma emocionante e traz elementos históricos importantes".



GUILHERME GAZZOLA - PREFEITO DE ITU

A MARCHA DA INSENSATEZ: DE TROIA AO VIETNÃ [Barbara W. Tuchman]

"Recomendo 'A Marcha da Insensatez...' porque reflete, desde 2018, uma visão da realidade comparativa ao momento que estamos vivendo. No livro, a historiadora Barbara W. Tuchman, duas vezes laureada com o Prêmio Pulitzer, aborda um dos maiores paradoxos humanos: a insistência dos governos em adotarem políticas contrárias aos próprios interesses. Ela destaca quatro conflitos históricos em que ações equivocadas tiveram consequências desastrosas para milhares de pessoas: a Guerra de Troia, a reforma protestante, a independência dos EUA e a Guerra do Vietnã."



MATHEUS DAMATO JR. - JORNALISTA E ESTILISTA

O FIO DA TRAMA [Alessandra e Consuelo Blocker]

"Recomendo 'O Fio da Trama', que resgata a trajetória das mulheres da família Blocker-Pascolato, referência na moda brasileira. A partir dos diários da matriarca Gabriela Pascolato, o livro passa pelas histórias de sua filha Costanza Pascolato, entrelaçados pelos comovidos depoimentos das netas Alessandra e Consuelo Blocker, que são as autoras do livro. Para quem gosta de história e moda, é uma leitura obrigatória."



FÁTIMA LÚCIA CRUZ - EMPRESÁRIA, ESTILISTA E PROFESSORA DE MODA

POESIA COMPLETA [Manoel de Barros]

"Recomendo para esse momento de isolamento social qualquer leitura da poesia do Manoel de Barros, que de forma leve como borboletas, crianças e passarinhos, nos faz olhar para dentro do nosso silêncio, nos tira do lugar comum, sacode nossas certezas e nos transforma. Segue uma pequena pilula:

'Retrato do artista quando coisa'
A maior riqueza do homem é sua incompletude. Nesse ponto sou abastado. Palavras que me aceitam como sou — eu não aceito. Não aguento ser apenas um sujeito que abre portas, que puxa válvulas, que olha o relógio, que compra pão às 6 da tarde, que vai lá fora, que aponta lápis, que vê a uva etc. etc. Perdoai. Mas eu preciso ser Outros. Eu penso renovar o homem usando borboletas.'



MARILENA MATIUZZI - ADVOGADA

ENSAIO SOBRE A CEGUEIRA [José Saramago]

"Este é um livro de interpretação singular, porque não é possível descrever os personagens somente como 'bons' ou 'maus', todos são as duas coisas ao mesmo tempo. O escritor José Saramago usa e abusa de metáforas nas quais a história se desenrola e ultrapassa os limites impostos pelas regras de linguagem, abolindo a pontuação, bem como parágrafos, capítulos e sinais. Após o primeiro personagem ficar cego, o autor passa a escrever assim, como se estivesse escrevendo sobre uma folha em branco, como se também estivesse cego. A proposta do autor é que vejamos não somente aquilo que os olhos podem ver, mas aprender o que é 'olhar' de verdade, e como colocar esse olhar sobre a vida, as pessoas, as pequenas coisas, o cosmos, ou seja, como colocar o olhar sobre o que, de verdade, deve ser visto. Saramago escreve esse livro com uma ironia ácida e uma genialidade ímpar e reconstrói um mundo distópico e realista. Ele, de certa forma, nos cega para, depois, mostrar que não adianta enxergar se não conseguimos 'olhar' para o que realmente importa. Nestes dias em que estamos vivendo essa pandemia, é importante pensar aquilo que o livro nos sugere: que podemos todos ser, mais do que apenas causadores, ou portadores de doenças, como simples animais, mas pessoas que adicionam narrativa à urbe, seja como políticos, literários, comerciantes, empresários, estudantes, ou qualquer coisa que queiramos ser."



Jovens estão tendo aula de música à distância, podendo se apresentar em casa, para a família, deixando o ambiente mais leve durante a quarentena

Em Indaiatuba, alunos da Orquestra Sinfônica aprendem por videoconferência

MUITOS ALUNOS TÊM INTERAGIDO COM SUAS FAMÍLIAS, REALIZANDO APRESENTAÇÕES MUSICAIS DENTRO DE CASA, DIMINUINDO, ASSIM, O ESTRESSE PROVOCADO PELO ISOLAMENTO SOCIAL

No dia 7 de março, o concerto de abertura da temporada 2020 da Orquestra Sinfônica de Indaiatuba lotava a Sala Acrísio de Camargo. No programa, uma homenagem aos 250 anos do compositor alemão Ludwig van Beethoven. Dias depois, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarava a pandemia do novo coronavírus e os governantes tomavam medidas de isolamento para conter a circulação do vírus, fazendo com que a orquestra suspendesse os concertos programados para os próximos meses.

Neste cenário, a Escola de Música da Sinfônica se movimentou para continuar atendendo seus mais de 200 alunos, só que de um jeito diferente: o Ensino à Distância (EAD). “Assim que percebemos que as atividades seriam atingidas pelas medidas de restrição social, começamos a pensar como evitar que os alunos ficassem sem as aulas e o acompanhamento dos professores”, destaca Marcel Murari, coordenador pedagógico da instituição.

A maneira encontrada foi adequar todas as atividades educativas. Em poucos dias, a instituição desenvolveu e colocou em prática um sistema de Ensino à Distância (EAD), que desde o dia 30 de março atende todos os alunos. “Nossa preocupação não era só educativa, mas principalmente humana. Acreditamos no poder da música e sabíamos o quanto a manutenção das aulas seria importante e ajudaria os nossos alunos e suas famílias a atravessarem esse momento tão difícil em que precisam ficar em casa”, afirma o diretor artístico e regente da Orquestra Sinfônica, Paulo de Paula.

A preocupação do maestro merece destaque. Inúmeros estudos têm apontado os impactos sociais que o isolamento criado pela quarentena pode causar. O aumento dos níveis de irritabilidade, angústia e ansiedade, reflexos do isolamento, estão diretamente relacionados ao aumento do estresse, depressão e até mesmo da violência doméstica.

De acordo com o coordenador pedagógico da Sinfônica, o trabalho já traz resultados positivos. “Temos percebido que muitos desses alunos têm interagido com suas famílias, realizando apresentações dentro de casa, além de executar diversas atividades dentro do ambiente familiar, principalmente aquelas direcionadas aos alunos de musicalização e iniciação musical”, afirma Marcel.

E o que destaca Shirlei Durães Rodrigues, mãe do Chrystopher, de 9 anos, que estuda violino, e da Sarah, de 7 anos, que faz musicalização. “Ambos participam das aulas da Orquestra Sinfônica de Indaiatuba e esse tempo que passamos fazendo as atividades está sendo gratificante, pois interagimos e aprendemos juntos. Além, é claro, de ser muito divertido”, ressalta.

Gabriela Mizuguchi, de 14 anos, aluna de violino, conta que tem aproveitado a quarentena para estudar e se desafiar. “Continuo ensaiando as partes e fazendo as aulas em grupo da Orquestra Jovem por videoconferência”, relata. “Além disso, aproveito o tempo livre e me desafio a tocar um repertório de música popular, que gosto muito. Não vejo muita diferença no Ensino à Distância, continuo tendo aulas normalmente”.



Artista espanhol lança campanha global para artes nas janelas

Como forma de aliviar o estresse durante o lockdown na Europa, o pintor espanhol Pejac lançou uma campanha global pela #STAYARTHOMEPejac. O projeto convida as pessoas a produzirem arte urbana de casa, criando desenhos minimalistas nas janelas. Dias após o lançamento da iniciativa, centenas de fotos de mais de 50 países já estão disponíveis online. "Sempre acreditei que todo mundo tem um artista escondido dentro de si e se você der a chance, pode ser capaz de coisas maravilhosas", escreveu Pejac na sua página do Instagram. "Nesses dias estranhos de quarentena, acredito que a criatividade seja uma das melhores terapias para enfrentar ansiedade e o tédio". Pessoas de qualquer parte do planeta podem participar, postando as fotos nas redes sociais com a hashtag do projeto.

Visite os museus sem sair de casa

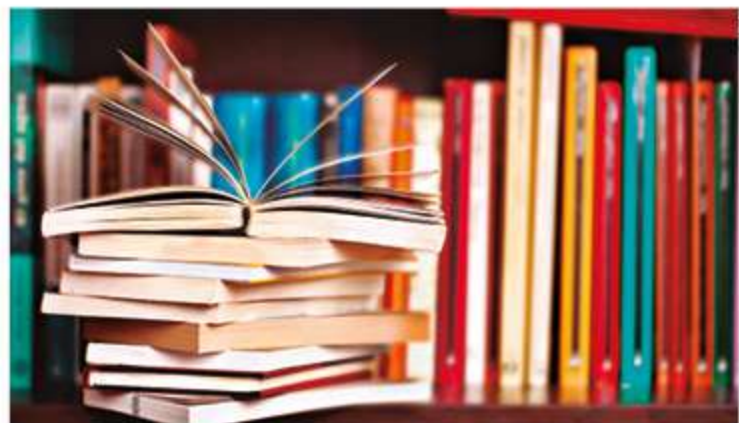
Com o fechamento de espaços culturais para diminuir o contágio pelo novo coronavírus, as visitas e tours virtuais são alternativas para conhecer os acervos de museus e galerias ao redor do mundo. Além de ser uma atividade educativa para ocupar o tempo dos filhos em casa, é possível reunir toda a família para conhecer obras de artistas renomados. Veja no site da Revista Regional alguns locais onde é possível fazer um tour virtual. Use o QR Code ao lado e acesse a matéria completa.



Itu promove "Arte na Janela"



A Prefeitura de Itu está promovendo o projeto "Arte na Janela", uma mostra virtual que incentiva o isolamento social durante o período de quarentena. Os interessados têm até o dia 10 de maio para enviarem uma foto digital ou um vídeo de até um minuto de duração, com intervenções artísticas, tendo como cenário janelas e sacadas. Os trabalhos devem ser enviados para o e-mail cultura@itu.sp.gov.br com nome completo, idade e bairro onde reside. Poesias na janela, instalações, danças, performances, artes visuais, paisagens, receitas e saberes são formas de crianças, jovens, adultos e idosos manifestarem seus olhares em uma época onde ficar em casa tem sido um grande desafio. Promovido pela Secretaria de Cultura e do Patrimônio Histórico, o "Arte na Janela" tem como foco o fomento da arte e da cultura virtual, além da integração e acessibilidade, já que o convite é voltado não só para artistas, mas para o público em geral.



ESCRITORES SALTENSES ESTIMULAM A LEITURA NA QUARENTENA

A Academia Saltense de Letras (ASLe) estreou em abril, em seu site (www.asle.net.br), o projeto Leituras Inspiradoras, por meio do qual, todos os dias a ASLe disponibiliza um poema, conto ou trecho literário inspirador, sugerido por um de seus acadêmicos. No site é possível ler, comentar e compartilhar as postagens. O objetivo da Academia, nesses tempos de distanciamento social devido à pandemia de covid-19, é multiplicar a oferta de leituras interessantes nas redes sociais, valorizar autores brasileiros e estrangeiros e estimular uma ação literária coletiva dos membros da ASLe, já as reuniões mensais da instituição estão suspensas em atendimento às medidas sanitárias. A presidente da ASLe, Anna Osta, avalia que o "Leituras Inspiradoras" tem promovido uma prazerosa interação entre os escritores. "É possível até conhecer melhor os acadêmicos por meio dos textos que escolhem compartilhar".

'Quarentena Cultural' em Salto

Como forma de fortalecer e difundir a produção cultural durante este período de distanciamento social e da pandemia da covid-19, a Prefeitura de Salto, por intermédio da Secretaria da Cultura, promove o Concurso Quarentena Cultural, destinado à seleção de artistas residentes em Salto, acima de 18 anos, nos mais diversos segmentos artísticos. Ao todo serão investidos R\$ 210 mil em até 70 projetos, contemplando R\$ 3 mil a cada selecionado para realização de apresentações virtuais (vídeos de 15 a 30 minutos) no período da pandemia. As inscrições podem ser feitas de maneira rápida, até 4 de maio, no site da Prefeitura de Salto. A Secretaria da Cultura esclarece que a medida, de caráter emergencial, não tem como finalidade provocar a reunião de indivíduos, mas, antes de tudo, gerar recursos e contribuir para o trabalho de artistas, em especial diante da necessidade da suspensão e isolamento social, momento em que os mesmos estão impossibilitados de se apresentar. O grande impacto do cancelamento de eventos e ações culturais em todo o país afeta em especial este setor. "Como os eventos foram suspensos e todos os equipamentos culturais da cidade estão fechados, surgiu uma grande preocupação com os artistas saltenses e criamos de forma emergencial esse Concurso Cultural, onde os trabalhos serão transmitidos em plataforma digital através dos vídeos selecionados. É uma maneira de dar um suporte a classe artística que perdeu a oportunidade de trabalhar nesse momento e também de manter a arte viva entrando no isolamento dos lares saltenses, além de ser uma vitrine para que todos conheçam os talentos locais", explica o secretário de Cultura Sandro Bergamo.



Kia Telluride

Kia conquista 2 prêmios no World Car Awards 2020

“Esta é uma das premiações mais disputadas da indústria automotiva global, comprovando que o Telluride e o Soul EV são veículos realmente excelentes”



Kia Soul EV

A Kia Motors Corporation conquistou duas importantes premiações no ‘World Car Awards’ de 2020, com o Telluride na categoria ‘World Car of the Year’ e o Soul EV na categoria ‘World Urban Car’.

O Kia Telluride foi reconhecido pela banca de jurados por seu design único e pelos recursos de funcionalidade. O título de ‘World Car of the Year’, inédito para uma marca coreana, representa mais uma importante conquista de um veículo que já recebeu mais de 70 prêmios desde a sua introdução no mercado dos EUA, em 2019. O SUV já foi coroado ‘Veículo Utilitário Norte-Americano do Ano’ e ‘MotorTrend SUV do Ano’, entre outros.

O Soul EV, totalmente elétrico, foi nomeado pelo júri como o carro ideal para uso urbano, combinando desempenho de emissão zero com um conjunto compacto, design arrojado e diversos *features* de conforto e conveniência.

“Todos na Kia estão muito honrados por receber não apenas um, mas dois prêmios dos jurados do ‘World Car Awards’”, destaca Thomas Schemera, vice-presidente executivo e chefe da divisão de produtos da Kia Motors Corporation.

“Esta é uma das premiações mais disputadas da indústria automotiva global, comprovando que o Telluride e o Soul EV

são veículos realmente excelentes. Esses elogios são provas dos talentos e esforços de uma equipe mundial, que se dedica para criar carros dos sonhos, de alta qualidade e práticos, como os motoristas gostam”.

Os vencedores do ‘World Car Awards’ são definidos por um júri internacional independente, composto por 86 jornalistas automotivos altamente experientes e respeitados, naturais de 24 países ao redor do mundo.

Disponível na América do Norte e em outros mercados globais da Kia, o Kia Telluride combina um design arrojado com uma cabine espaçosa, confortável e de alta qualidade, que pode acomodar até oito passageiros. Equipado com uma variedade de tecnologias avançadas, tração nas quatro rodas e sistemas de assistência ao motorista, o SUV é ideal para aventuras em família.

Já o Kia Soul EV possui um poderoso *powertrain* elétrico com opções de baterias de 64 ou 39,2 kWh. Capaz de percorrer até 452 quilômetros com uma única carga (modelos de 64 kWh, ciclo ‘combinado’ WLTP), o Soul EV oferece aos motoristas maior alcance totalmente elétrico em relação a muitos concorrentes mais caros no mercado americano, o que o torna o companheiro ideal, tanto na área urbana quanto nas rodovias.

ISOLAMENTO: veterinário dá dicas para os pets

O veterinário Aldo Macellaro orienta como melhorar a rotina do seu pet em tempos de isolamento social; as opções incluem brinquedos feitos em casa, petiscos congelados e até mesmo deixar o seu cãozinho sob os cuidados de especialistas em um hotel fazenda

Todo dia, ela faz tudo sempre igual... Calça um tênis, pega a guia e o seu cão, saltitante, já sabe: é hora do passeio! Com a recomendação de isolamento social para toda a população, a rotina de muitos tutores mudou, mas como explicar isso ao seu melhor amigo?

“Assim como nós, os cães precisam de atividade física para manter corpo e mente ativos. Quando um animal fica confinado e sem o estímulo necessário, ele pode apresentar distúrbios de comportamento, irritação e até mesmo episódios de agressividade”, aponta o médico veterinário e fundador do Clube de Cãoampo, em Itu, Aldo Macellaro Júnior.

Para que essa mudança tenha o menor impacto possível, é preciso investir no enriquecimento ambiental e cuidar para que o seu animal de estimação tenha variados estímulos. *“O enriquecimento ambiental é uma forma de oferecer desafios positivos ao seu cão. As atividades estimulam a inteligência e o ajudam a trabalhar os seus instintos mais primitivos. Quando os animais não eram domesticados, eles precisavam caçar a sua própria comida e isso os mantinha em atividade”,* comenta o especialista.

Além de substituir os comportamentos associados às brincadeiras de caça, a interação ajuda a construir um bom relacionamento entre o cão e o tutor. *“O ideal é acostumá-lo desde filhote, mas nunca é tarde para começar”,* ensina o médico veterinário.

Mas, como fazer isso em casa? Com um pouco de criatividade e imaginação, você pode criar brincadeiras e desafios para o seu animal de estimação se manter ocupado e saudável.

GARRAFA PET COM RAÇÃO: *“No mercado existem algumas soluções, como brinquedos que soltam comida, mas você pode improvisar. Coloque um pouco de ração em uma garrafa pet, faça alguns furos e deixe o animal se divertir”,* ensina Aldo. A comida aguça o faro do cachorro, que vai fazer de tudo para que os grãos de comida caiam no chão para devorá-lo.

ALIMENTOS CONGELADOS: Outra maneira de usar a comida como instrumento de interação é congelando alimentos que eles possam se interessar. Pedações de frutas e legumes podem ser colocados em potes com água ou caldo de carne, para ficar ainda mais apetitoso. A ideia é que eles passem um tempo lambendo e brincando, até que sejam premiados com o recheio.

OSSOS NATURAIS: Roer é uma das atividades preferidas de algumas raças e, para que ele não queira comer o pé da sua cadeira, vale oferecer ossos naturais. Porém, é importante lembrar que os melhores são os ossos longos, como fêmur ou tibia. Evite ossos com pontas soltas ou pequenos, como os de frango, que podem perfurar o intestino do cão. Já os ossos de



Cães têm espaço para brincadeiras e descanso no Clube de Cãoampo

couro cru, que são vendidos em pet shops, podem desintegrar e provocar vômitos.

HOTÉIS PARA CACHORROS: Para quem precisa conciliar o home office com os cuidados com o melhor amigo, uma saída são os hotéis fazenda especializados no público canino. Um exemplo é o Clube de Cãoampo, que oferece conforto e lazer para os hóspedes de quatro patas enquanto os tutores realizam seus afazeres diários. Localizado em Itu, o local possui 60 mil m² de área verde e conta com programação com diversas atividades, que vão desde passeios até aulas de natação e agility. O ambiente é monitorado 24 horas, incluindo monitoramento à distância, para que as pessoas possam matar a saudade dos bichinhos a qualquer momento.

Cães pegam coronavírus?

Segundo os estudos mais recentes, não há comprovações de que os cães e gatos possam ser infectados com o vírus e muito menos de que são transmissores. *“Logo, a convivência com outros cães é saudável e pode ser estimulada, desde que não coloque em risco a saúde dos tutores e familiares”,* aponta o fundador do Clube de Cãoampo.

HIGIENIZAÇÃO: A rotina de passear com os cães ainda faz parte da vida de muitos tutores, mas para evitar que o vírus entre em casa após esse momento de lazer, são essenciais medidas de prevenção. É recomendado realizar a higienização das patas do pet sempre que saírem de casa, além da limpeza de todos os materiais que estiveram no passeio, como coleira, brinquedos e até mesmo as roupas do tutor, que devem ser retiradas assim que entrarem na residência. Essas ações são trabalhosas, mas ajudam na prevenção da contaminação dos familiares. Lembrando que as patas dos animais devem ser limpas com produtos próprios ou com água e sabonete.

PACOTE ESPECIAL: Para ajudar os tutores neste momento de isolamento, o Clube de Cãoampo preparou um pacote especial com 30% de desconto para a hospedagem do seu melhor amigo. *“É a nossa maneira de colaborar para você conseguir trabalhar e lidar com os afazeres de casa mais tranquilo”,* destaca o médico veterinário. O Clube conta com serviço de transporte que busca os animais em casa. Todas as medidas sanitárias foram tomadas para garantir a segurança do deslocamento, como o uso de máscara e luvas pelo motorista, assim como a higienização do carro.

MAIS: Clube de Cãoampo - Rodovia SP 300 (Dom Gabriel Paulino Bueno Couto), km 95 - Itu. Tel.: (11) 99968-4729
Site: www.clubedecaampo.com.br

A BELEZA DO ESSENCIAL



FOTOS: Josefina Bietti
DIREÇÃO CRIATIVA: Cris Barros
DIREÇÃO DE ARTE: Renata Corrêa
e Roberta Cardoso
STYLING: Renata Corrêa
BEAUTY: Guilherme Casagrande
SET DESIGN: João Arpi
MARKETING: Lisa Debatty
e Leticia Engel
MODELO: Lu Curtis

Diz a lenda que em um jardim deslumbrante se encontrava uma flor de crisântemo branca conhecida como a dama branca, abandonada por ser menos encantadora que sua irmã, a dama amarela, objeto de fascinação do jardineiro. A dama branca não parava de chorar, até que um dia, o capitão do rei a descobriu pela perfeição da sua simplicidade. Ela correspondia exatamente aos critérios de elegância sem ostentação do reino, que decidiu torná-la emblema do elmo, immortalizando sua beleza pela eternidade. Numa viagem ao oriente ancestral, a estilista Cris Barros apresenta neste ensaio de moda sua nova coleção, contando a "beleza do não convencional", através da lenda das flores de crisântemo irmãs. Em referência a arte milenar de composição de flores, Ikebana, o alto-inverno da marca estuda o floral em diferentes formas, como nas estampas exclusivas, florais bordados e tecidos nobres trabalhados com transparência, sempre valorizados por shapes que inspiram movimento. A influência oriental também aparece nos vestidos de babados com as simbólicas cerejas de ponto-cruz, nos botões alamares aplicados em várias peças, bem como nos vestidos de floral com bordados que resgatam a silhueta do tradicional kimono japonês. O veludo, em cores off e preto, permeia a coleção, tanto nos vestidos, quanto nos conjuntos de calça e duo de casaqueto com mangas bufantes.







4



15



14

22



1



19



5

QUARENTENERS

Com o home office ainda em vigência por algumas empresas, as peças confortáveis se tornaram, de uma vez por todas, os must-have da temporada. Para ajudar quem está no isolamento social, Revista Regional preparou uma seleção de itens para que os dias sejam mais leves.



11



16



17



18



6



9



20



13



3



8



12

fotos: Divulgação



2



10



21



7

- 1 - saia plissada geométrica da TVZ [@tvzoficial](http://www.tvz.com.br) 2 - blusa transpasse xadrez da TVZ [@tvzoficial](http://www.tvz.com.br) 3 - moletom Colcci da COLCCI [@colccioficial](http://colccioficial.com.br) www.colcci.com.br 4 - vestido Osklen da OSKLEN [@osklen](http://www.osklen.com.br) 5 - chinelo slide da VANS www.vans.com.br 6 - kimono da CRIS BARROS [@crisbarrosocial](http://www.crisbarros.com.br) 7 - mocassim da AREZZO www.arezzo.com.br 8 - vestido da Osklen da OSKLEN [@osklen](http://www.osklen.com.br) 9 - tênis prata da SHOESTOCK www.shoestock.com.br 10 - shorts Cholet da CHOLET www.cholet.com.br 11 - camisa polo feminina Lacoste da LACOSTE [@lacoste](http://www.lacoste.com.br/) 12 - vestido da CRIS BARROS [@crisbarrosocial](http://www.crisbarros.com.br) 13 - calça plissada da LACOSTE [@lacoste](http://www.lacoste.com.br/) 14 - vestido Kazue da CRIS BARROS [@crisbarrosocial](http://www.crisbarros.com.br) 15 - vestido listrado da OSKLEN [@osklen](http://www.osklen.com.br) 16 - copo de papel em prata da Tiffany Co. da TIFFANY CO. [@tiffanyandco](http://www.tiffany.com.br/) 17 - porta-chaves da Tiffany Co. da TIFFANY CO. [@tiffanyandco](http://www.tiffany.com.br/) 18 - baralho da TIFFANY CO. [@tiffanyandco](http://www.tiffany.com.br/) 19 - mule mocassim da AREZZO www.arezzo.com.br 20 - poltrona Amilcar da MULA PRETA www.mulapreta.com 21 - espreguiçadeira Pisa da CASA DA FAZENDA www.casadafazendahomedesign.com.br Tel.: (19) 99701-7916 [@cfhomedesign](http://cfhomedesign) 22 - balanço Jurerê da CASA DA FAZENDA www.casadafazendahomedesign.com.br Tel.: (19) 99701-7916 [@cfhomedesign](http://cfhomedesign)



Conjunto de
sutiã e calcinha
R\$ 49,90



Conjunto de
sutiã e calcinha
R\$ 75,80



Sutiã R\$ 42,90 (cada)

MODA ÍNTIMA E FITNESS NA EXCELLENCE

Para este Dia das Mães, as lojas Excellence possuem diversas opções em moda íntima e fitness para presentear todos os estilos de mães. Veja os canais online e o sistema delivery. A Excellence separa os pedidos via whatsapp, Instagram e Facebook para retirada na loja ou pode levar até você nas compras acima de R\$ 100.



Calcinha R\$ 19,90 (cada)



ArtOneStock



Blusa
R\$ 52,90



Top
R\$ 39,90



Short
R\$ 69,90



Legging
R\$ 109,90



ITU (11) 4023-5510 - Rua Capitão
Silvio Fleming, 35 - Centro
Aberto das 9h às 16h, de segunda a
sexta-feira, sábado, das 9h às 12h
WhatsApp: (11) 9 5086-7804

SALTO (11) 4029-6895 - Rua
Fagundes Varela, 281 - Jardim 3 Marias
Aberto das 9h às 17h de segunda a
sexta-feira, sábado das 9h às 12h.
WhatsApp (11) 96333-0230

INDAÍATUBA (19) 3328-3849
Rua 11 de Junho, 1252 - Centro
Aberto das 9h às 16h, de segunda a
sexta-feira, sábado, das 9h às 13h
WhatsApp - (19) 9 8920-4751

www.lingerieexcellence.com.br



Chapéu R\$ 29,90



Tomara-que-caia R\$ 51,90



Biquini R\$ 34,90



Maiô R\$ 99,90



Bolsa R\$ 79,90



Pijama corsário R\$ 99,90



O PRESENTE IDEAL PARA A MAMÃE

A Excellence possui o presente ideal para todos os estilos de mamães. Você encontra moda íntima, fitness, praia, casual, pijamas, camisolas e muitos outros itens para homenageá-las neste dia. A Excellence separa os pedidos via whatsapp, Instagram e Facebook para retirada na loja ou pode levar até você nas compras acima de R\$ 100.



ITU (11) 4023-5510 - Rua Capitão Silvio Fleming, 35 - Centro
Aberto das 9h às 16h, de segunda a sexta-feira, sábado, das 9h às 12h
WhatsApp: (11) 9 5086-7804

SALTO (11) 4029-6895 - Rua Fagundes Varela, 281 - Jardim 3 Marias
Aberto das 9h às 17h de segunda a sexta-feira, sábado das 9h às 12h.
WhatsApp (11) 96333-0230

INDAIATUBA (19) 3328-3849
Rua 11 de Junho, 1252 - Centro
Aberto das 9h às 16h, de segunda a sexta-feira, sábado, das 9h às 13h
WhatsApp - (19) 9 8920-4751

www.lingeriesexcellence.com.br



Camisola R\$ 69,90



Pijama R\$ 129,90



Chinelo R\$ 39,90



Mães especiais

O papel das mães especiais na formação de um filho sempre será marcado por lutas para conquistar seus direitos, por ajudar a disseminar a informação correta sobre o diagnóstico dele e por vencer um preconceito que machuca



A maternidade vai além de uma mulher dar à luz um ou mais filhos ou receber em seus braços o tão aguardado filho do coração. É ensinar a amar e ser amada no dia a dia, no cuidado, carinho, troca de olhares e choros, da criança e da própria mãe. É cuidar de todos, proteger e estar sempre à frente de tudo. Ser mãe é tanta coisa ao mesmo tempo que somente com várias definições podemos chegar perto do real significado desse papel. Mas na prática, tudo muda e cada uma exerce a maternidade da sua forma, com suas individualidades, suas dores e amores.

E quando a maternidade chega com um filho com deficiência? Quando se ouve um diagnóstico que, em um primeiro momento, abre o chão da família e os toma de medos e angústias? Criar uma criança é uma tarefa difícil, mas com algum tipo de deficiência pode ser um pouco mais complicado devido à rotina de cuidados, atividades, tratamento e algumas consequências do problema.

A trajetória das mães especiais é sim diferente da maioria das outras mães e não há como negar. Há ainda mais entrega, dedicação e renúncias. Há também uma sensação de vitória a cada conquista e superação. Elas sabem exatamente o significado de um andar, falar, comer sozinho e cada passo dado rumo à independência. O papel delas na formação dos pequenos sempre será marcado por lutas para conquistar seus direitos, por ajudar a disseminar a informação correta sobre o diagnóstico do seu filho e por vencer um preconceito que machuca.

Ser mãe especial é ser coragem. Há um provérbio africano muito bonito que diz *“é preciso uma aldeia inteira para educar uma criança”*, mas na prática de crianças especiais há um limite e a aldeia se desfaz. Foi o que afirmou Lau Patrón, publicitária, escritora e mãe do João Vicente, portador de uma síndrome raríssima autoimune chamada SHUa. Uma das crises da doença provocou um AVC muito grave e João perdeu o controle do próprio corpo, mas não a alegria. Há alguns anos, Lau criou a página *“Avante Leãozinho”*, onde sempre dividiu com muitas pessoas suas reflexões sobre inclusão e seu processo de aceitação em textos esclarecedores, além de acolher outras famílias que vivem histórias parecidas. Em 2018 lançou o livro *71 leões*, que narra os dias de hospital.

“A realidade é que olhando profundamente, muitas vezes, a mãe é a aldeia inteira. E vai tentar ser, com toda a sua força, e vai se cobrar para que dê conta de tantos papéis, e vai falhar, invariavelmente”, afirma. Mas vai dar conta, pois por mais que as mães achem que não, elas sempre conseguem, se desdo-

bram e seguem em frente, apesar da solidão, tema da sua palestra no TEDx Talk, que viralizou na internet.

A diretora de interatividade, Bia Sioli, é uma das mães aldeias que a Revista Regional selecionou para homenagear tantas outras no Dia das Mães. Bia é mãe do João Pedro – o JP, como é carinhosamente chamado desde a gestação – de seis anos, que nasceu com Síndrome de Down e com Tetralogia de Fallot, uma cardiopatia congênita grave, que fez com que ele fosse operado por duas vezes.

A rotina de tratamentos do João sempre incluiu fonoaudióloga, terapia ocupacional, fisioterapia, equoterapia por um período, além de atividades normais como de qualquer outra criança, como escola e a prática de esportes. As manhãs de Bia sempre foram dedicadas a todas as atividades do filho e a parte da tarde voltada ao trabalho. Adepta do home office, Bia muitas vezes estende a jornada de trabalho pela madrugada, pois é um horário em que a casa está tranquila e quieta e sua produção rende muito bem.

Com a questão do isolamento social por conta da pandemia do novo coronavírus, a família Sioli Silveira viu a sua rotina virar de ponta cabeça, assim como tantas outras mundos afora. *“Todas as atividades externas do João foram suspensas e a única rotina que conseguimos manter foi a de horários de alimentação e sono. Ele é uma criança que dorme cedo, mas acorda muito cedo também e às 5h30 já está ativo pela casa”*, comenta.

Devido à trissomia, João sempre foi uma criança muito estimulada e a falta repentina das suas atividades diárias complicou o começo da quarentena. No começo do isolamento, Bia conta que se precaveu e buscou o material de homeschooling no colégio do João para dar andamento ao processo educativo em casa, procurou diversas atividades na internet, mas o garoto simplesmente não quis fazer e ela não forçou.

João se deu férias desde o início do isolamento e para Bia restou fazer adaptações caseiras de algumas atividades, como algumas que ele fazia com a terapeuta ocupacional, e introduziu outras como recortar revistas, escrever para o coelho da Páscoa, motivá-lo a contar histórias e dançar. Foi a maneira que ela encontrou de continuar o estímulo, mesmo dentro de casa o tempo inteiro. *“Estou tentando fazer com o que o mundo, pelo menos aqui dentro da nossa casa, gire normalmente”*, afirma.

Entre uma atividade e outra, Bia dá sequência ao trabalho. Para ela, a parte mais complicada da nova rotina do isolamento é fazer o João entender que apesar de estarem todos em casa, ao mesmo tempo não estão. *“Estamos na sala, o tempo inteiro ao lado dele, mas não fazemos exatamente o que ele*

gostaria que fizéssemos. Mas quando conseguimos fazer, é muito gostoso. O lado bom é ter os poucos, mas ótimos momentos em família. Quando consigo sair do computador, quando coincide do meu marido também não estar trabalhando, que o João está de bom humor e conseguimos fazer algo juntos como ver um seriado, dançar, ler um livro, é algo realmente gratificante”, comenta.

Poder amenizar um pouco a rotina de atividades também foi positivo para a família, principalmente para a criança. *“Tiramos da frente todo aquele pacote de atividades que ele faz há seis anos e, por um lado foi bom, porque ele descansou um pouco. Estamos em casa, todos seguros, sem a correria do dia a dia, sem aquela coisa de não precisar correr contra o relógio. Isso tem sido muito bacana e é muito salutar para o João”, enfatiza.*

Outra mãe incrível e que tem boa parte do seu dia voltado às atividades da filha é Tânia Cristina Cristofolletti Benini, mãe da pequena Laura, de cinco anos. A jornada especial de Tânia começou na trigésima semana de gestação, que até então caminhava muito bem. Após ser surpreendida por um líquido escorrendo pelas pernas, foi para o hospital e teve a notícia de que precisaria de uma cesariana, pois ela e a filha corriam riscos.

Laura nasceu com menos de 2 kg e foi encaminhada para a UTI neonatal. Após aproximadamente 12 horas do seu nascimento, teve uma parada cardíaca, mas aparentemente a situação foi normalizada. Dois dias após o nascimento veio a segunda parada cardíaca e a bebê demorou 15 minutos para voltar. Por conta disso, Laura teve uma hemorragia no cérebro grau 2 e foi diagnosticada com paralisia cerebral.

Tânia voltou para casa e sua filha seguiu internada em estado grave e sem muitas expectativas por parte dos médicos. Tânia queria apenas uma coisa: que sua filha sobrevivesse e que ela pudesse se dedicar e cuidar dela com todo o amor que precisava. Laura chegou a ser batizada ainda na primeira semana de vida, no próprio hospital e após muito medo, quase 30 dias de intubação e ao mesmo tempo, a maior fé do mundo, a bebê começou a reagir. A função renal aos poucos foi voltando, ela foi melhorando e após 60 dias teve alta e foi para casa, mas com os piores diagnósticos possíveis. *“Os médicos me disseram que ela seria uma criança extremamente limitada e que conseguiria mexer apenas os olhinhos, mas minha filha estava viva e indo para casa comigo, então nada mais me importava. Pedi muito a Deus que me permitisse criá-la independentemente das circunstâncias”, conta.*

O sonho de Tânia era ser mãe e ela sempre disse que daria um tempo na vida profissional para se dedicar aos filhos. E assim ela o fez. Antes de Laura nascer, Tânia trabalhava como auxiliar administrativo e, mesmo após alguns anos, a rotina de atividades e tratamento a impediam de ter um trabalho em período integral. Atualmente ela é cuidadora da avó.

Sua dedicação inicial com a bebê foi com a amamentação, pois sabia da importância do leite materno para qualquer bebê, ainda mais para a dela, prematura e tão frágil. Tirava o leite em casa para doar ao hospital, com isso foi estimulando a sua produção. Laura mamou até os dois anos e oito meses, idade em que ela andou.

Assim que saiu do hospital começou a saga de tratamentos como neurologista, pneumologista, cardiologista e tantos outros profissionais. Laura também precisou passar por uma cirurgia oftalmológica pouco antes de completar dois anos.

Atualmente a rotina de tratamento da garotinha inclui atividades com terapeuta ocupacional, fonoaudióloga, fisio-



Bia com o filho JP



Tânia e a pequena Laura

rapeuta e equitação terapêutica. No dia a dia, a rotina da mãe se encaixa na agenda da filha. *“Pela manhã estamos juntas em suas atividades e à tarde como ela vai para a escola, é o tempo que preciso para fazer as minhas coisas. Quando ela está comigo a atenção tem que ser só dela e se vou fazer algo ela quer participar e as coisas acabam não evoluindo da maneira que preciso”, explica.*

Assim como na vida do João Pedro, o estímulo também faz toda diferença para a Laura por conta do desenvolvimento motor e psíquico. Pouco após os dois anos e meio, os médicos orientaram a família a procurarem uma escola, pois a menina precisava de contato com outras crianças. Com menos de um mês frequentando o colégio, Laura andou e nunca mais parou.

Hoje, com cinco anos, ela é ativa, comunicativa, alegre, inteligente, esperta e extremamente desenvolvida. Adora a escola e os amigos e, infelizmente, está sentindo muito a falta da sua rotina diária. Tânia conta que já perceberam uma diferença física no andar dela, pois o cérebro manda informação errada para os nervos e o caminhar tem sido nas pontas dos pés. *“As sessões de fisioterapia foram suspensas e como ela não faz a descarga na perna, o nervo atrofia. Além disso, ela precisa do contato com os amigos para o desenvolvimento psíquico e isso tem feito muito falta em tempos de quarentena”, afirma.*

Os demais tratamentos com fonoaudióloga e terapeuta ocupacional até poderiam ser mantidos por sessões online, mas a família optou por não fazer desta forma, pois seria inviável e pouco proveitoso para ela e ainda causaria um possível estresse devido à distância. *“O isolamento social já é difícil por si só e seria um pouco mais complicado para ela, então evitamos”, conta.*

O colégio da Laura, antes de adiantar o período de férias, enviou uma série de trabalhos para as crianças desenvolverem em casa, o que foi complicado para Tânia dar conta com uma série de imprevistos que chegaram junto com o isolamento. Devido a um problema de saúde do pai da Tânia, a rotina da família foi ainda mais alterada. *“Ela é uma criança muito ativa e sempre nos preocupamos com a motivação dela. Tem sido muito complicado, pois a Laura nos pede para ir à casa dos avós, passear e brincar fora de casa e não podemos”, explica.*

A saída encontrada por Tânia foi o brincar cada vez mais ativo em sua casa e ela se transforma ao longo do dia na mãe mulher maravilha, princesa, na Luna – uma personagem de desenho infantil – além de procurar atividades que exploram a imaginação da criança como fazer cabana embaixo da mesa de jantar.

“Mãe especial é um adjetivo que tem um peso muito grande. Dizem que os filhos nos escolhem e apesar de todo o medo e dificuldade que passamos, nunca imaginei que pudesse ser escolhida por uma filha tão linda, amorosa e guerreira como a Laura. Ela me ensina todos os dias”, finaliza.

conversa

por ESTER JACOPETTI

O LADO MÃE DE ÍSIS VALVERDE

EM ENTREVISTA
EMOCIONANTE, A ATRIZ
CONTA EM DETALHES
SUAS PRIORIDADES
E OS SENTIMENTOS
QUE NASCERAM COM A
CHEGADA DO FILHO RUEL

“... (minha mãe) sempre falava isso, quando eu tivesse um filho saberia toda a preocupação que ela tem comigo, todo amor que ela tem por mim. Hoje eu sei!”

Em meio à pandemia, é difícil pensar em outros assuntos, mas nós, da Revista Regional, preparamos uma matéria especial para falar sobre maternidade com a atriz Ísis Valverde, que, neste momento de quarentena, está aproveitando cada minuto, cada segundo, ao lado de seu primogênito Rael. Sempre muito espontânea e com um sorriso no rosto, a mineirinha de Aiuruoca tem um brilho a mais no olhar, aliás, ser mãe ainda jovem sempre esteve nos planos da atriz, que construiu uma família linda ao lado do empresário e modelo André Resende. “Eu falei pra minha mãe que ele era o pai do meu filho. Muito louco isso, né? Eu encontrei o pai do meu filho”, disse entusiasmada. Quis então o destino que Ísis e André fossem os pais de Rael, um menininho lindo, de sorriso fácil como a mãe e que vive com liberdade, brincando no gramado de casa, com os cachorros, na piscina, com a alegria que toda criança deve ter. “O meu filho é criado de uma forma muito parecida com a minha, livre e espontâneo”, disse Ísis, que segue os passos de sua mãe na maternidade. Dona de seus próprios desejos, ela leva a maternidade com muita leveza e sabe da importância de manter a cabeça focada no trabalho: “Eu tenho que acreditar em mim porque do contrário vou virar refém da maternidade, eu não quero isso, preciso trabalhar”, pontua ela, que está em “Amor de Mãe”, novela temporariamente fora do ar devido à pandemia.

REVISTA REGIONAL: A maternidade sempre esteve nos seus planos?

ISIS VALVERDE: Eu sempre quis ser mãe jovem, lógico que se eu encontrasse o cara certo, que neste caso hoje é o meu marido. Eu falei para minha mãe que o André (Resende) era o pai do meu filho. Muito louco isso, né? Eu encontrei o pai do meu filho! Claro que o relacionamento foi evoluindo, chegou um momento que eu falei “é isso”, nós dois estávamos muito a fim. O André tem 40 anos, não somos mais crianças, não temos mais 25 anos, mas também não são 50, em que a mulher está muito mais velha para ter filhos. Eu queria tê-lo com uma idade que eu poderia curtir, ter energia, correr atrás e que eu me recuperasse rápido. Eu só tenho a agradecer.

Aliás, o Rael completou um aninho de vida não faz muito tempo. Diante dessa convivência, como você se descreve como mãe?

Ser mãe ultrapassa todos os limites, não é do coração porque a gente tem mania de colocar o coração como significado do amor, mas eu acho que tem um significado da alma, atravessa o corpo físico e vai para o espírito, é incrível. Existe uma Ísis antes e depois da maternidade, porque ela me trouxe prioridades, foi algo muito importante, foi um crescimento, uma evolução, muda o sentimento. Às vezes, você não quer ir trabalhar porque quer ficar com o seu filho, o Rael chora e fica mexido porque vou embora, eu tento explicar “a mamãe vai trabalhar, mas volta”, e quando eu volto ele está dormindo. Essa hora eu fico acabada, mas tenho que acreditar em mim porque do contrário vou virar refém da maternidade, eu não quero isso, preciso trabalhar, amamenteei até os seis meses de vida, dediquei-me exclusivamente ao meu filho e parei de trabalhar mesmo, mas chega um momento que não dá mais... Eu tento conciliar, mesmo que doa um pouquinho no início. Eu não tenho família no Rio de Janeiro, só tenho o meu marido que é o meu companheiro. O amor que eu sinto pelo meu filho é muito intenso, quase idiota, eu fico olhando pra ele assim... Com uma cara de pamonha... (risos).

Mãe de primeira viagem sempre sofre com os primeiros meses da criança, logo após o nascimento do Rael o que você preci-

sou encarar e como lida com ele nos dias de hoje, já que está maiorzinho?

Não é uma história muito engraçada, é trágica e cômica. Eu tenho uma prima mais velha que teve filho e eu sempre a sacaneava porque a primeira vez que ela foi trocar o filho dela, e a minha tia estava filmando, ela começou a chorar e quase desmaiou... Depois disso eu fui dar o primeiro banho no meu filho, eu fiz igualzinho a minha prima. É uma criança muito pequena, toda mole, tem o umbigo, eu não sabia o que fazer, eu chorei muito, fiquei muito nervosa, paguei com a língua, mas isso sempre acontece nas melhores famílias. Mas hoje eu sou muito prática, não tenho frescura, até porque o Rael tem que viver a minha realidade, ou ele se adapta ou não dá, ele vai dormir no meio do restaurante. Juro! Estou criando assim. A minha mãe foi muito esperta porque tem muita criança chata, não a criança chata, mas a mãe... Estou mentindo? Vira um inferno! Você para de viver porque a criança não pode isso, não pode aquilo, você se priva, e aí? Em casa, ele brinca, entra na piscina, engole água, dá risada, eu fui criada assim, vou criar o meu filho com os pés no chão. Eu deixo engatinhar no chão, botar a mão no cachorro, na grama, eu amo! É muito bom para ele, sensorialmente falando. Ele é livre, não é um bebê chato. Eu sou uma mãe moderna, gosto de ser assim, o meu filho é criado de uma forma muito parecida com a minha, livre e espontâneo. A única rotina que eu criei para ele é a hora de comer e beber, porque isso ajuda e resolve a vida... Eu não sou rígida. Se estamos num restaurante, faço um amassadinho de banana para ele e vamos que vamos. Já fui a uma clínica de estética e pedi uma maca para trocá-lo. É isso. Eu não quero virar refém da maternidade. Eu tento adaptá-lo ao meu estilo de vida. Sabe quem é a culpada disso tudo? Minha mãe, ela é uma onça! Mas cada dia é uma novidade, eu amei ver a carinha dele comendo banana, ele com certeza foi o maior presente que eu ganhei na minha vida. Eu nunca achei que eu fosse levantar 6h da manhã sorrindo todos os dias e aconteceu.

Aproveitando que você comentou sobre a sua mãe, essa afirmação quer dizer que a relação entre vocês só melhorou...

Eu não estaria aqui se não fosse a minha mãe, ela sempre me apoiou em tudo na minha vida, sempre esteve presente nos momentos mais difíceis, largou a própria vida para ficar comigo, deixava o ano novo dela para ficar comigo porque eu estava chateada. Ela sempre incentivou os meus sonhos. Quando todo mundo falava que ela era louca, porque sou de uma cidade pequena, falavam: “Cara, ela nunca vai conseguir ser atriz, ganhar a vida assim, imagina”, “Pare de querer forçar sua filha a ser atriz”, e a minha mãe dizia: “Vai sim, se ela acreditar, vai sim”. Olha que povo louco. Ela respondia: “Não estou forçando”. Minha mãe passou por poucas e boas, ela chorava escondido de mim. Ela nunca deixou o meu sonho morrer! Não sei se foi só comigo que aconteceu, mas quando me tornei mãe, olhei para a minha mãe de uma forma totalmente diferente. Era como se o amor tivesse triplicado, muito mais intenso do que eu imaginava, e ela sempre falava isso, quando eu tivesse um filho saberia toda a preocupação que ela tem comigo, todo amor que ela tem por mim. Hoje eu sei!

Nos dias de hoje em que a mulher tem um posicionamento diferente diante da sociedade, além da lei Maria da Penha e outras conquistas, como você enxerga essas mudanças?

Elas são importantes para os homens e para as mulheres porque elas também podem praticar o machismo, pode agredir um homem achando que tem esse direito por ser mulher. É muito difícil falar que só os homens têm que... O mundo é dos homens, foi o que a minha mãe disse quando eu nasci. Eu me



Isis em ensaio em sua casa, no Rio de Janeiro

perguntava o motivo disso, fui me descobrindo, me tornando cada vez mais feminista, buscando igualdade, batalhando cada vez mais, sofrendo com o machismo e vendo as minhas amigas sofrendo, fui ficando muito revoltada, na hora que eu retrucava as pessoas me atacavam, eram muitas mulheres, os caras eram em baixa. Cabe a você mostrar a igualdade de direito e respeito ao próximo, independentemente do sexo, do gênero, você tem que respeitar o ser humano.

Como é para você educar um filho homem nesse universo que continua agressivo, machista e afirmando que homem não chora, não demonstra seus sentimentos por acreditarem que esse tipo de emoção está ligado à fraqueza?

Lógico que chora! Mas sobre essa questão do machismo, existem muitas mulheres que são machistas também, às vezes, muito mais do que os homens, tanto a mulher como o homem têm que ser educado da mesma forma, porque existem homens muito legais, e mulheres machistas com uma linguagem retrógrada, bizarra. Espero que o meu filho entenda que as pessoas são diferentes e, ao mesmo tempo, têm direitos iguais, isso é muito difícil, não vou dizer que é fácil você criar um ser humano, você evoluir, amadurecer, mas eu vou dar o meu melhor, pode ter certeza.

Você é uma pessoa que está sempre de bom humor...

Eu tento dar o melhor de mim, mas tem dias que estou de mau humor também, mas nunca fui antipática com ninguém, sempre estive de bem com a vida, eu aprendi com a minha mãe que é uma mulher que eu admiro muito, a vida é muito curta e o sorriso marca e muda a vida de outras pessoas, mas uma cara feia destrói o dia. Se estiver de mau humor, fique em casa, não saia para maltratar os outros. Ninguém tem culpa da sua infelicidade ou tristeza. Está mal humorada? Fica dentro de casa quietinha. Minha mãe é assim, escorpiana.



fotógrafo: Gerard Giaumé
stylist: Patrícia Zuffa
beauty: Ton Reis

Há alguns anos você sofreu um acidente de carro, acredita que essa experiência possa ter mudado a sua forma de olhar a vida?

A minha vida mudou muito depois disso, eu tive uma experiência de vida muito forte, e muitas coisas somaram outros destinos e vontades, de sentimentos, de caminhos e decisões, a vida ensina e a gente precisa aprender com esses ensinamentos.

O sucesso "Avenida Brasil" estava sendo reprisado até o mês passado (abril). Como é se ver na tela com uma personagem divertida como a Suelen?

A Suelen foi um presente do João (Emanuel Carneiro), que é um gênio, um cara que sabe escrever para as pessoas, fala a língua do público. Rever a Suelen é um prazer porque eu me diverti muito nessa novela, eu ria muito, em algumas cenas eu tinha acesso de risos, passei mal de tanto rir...

Como você administra suas redes sociais em relação ao seu filho?

Eu não exponho muito o meu filho, eu coloco uma fotinho ou outra, porque, às vezes, eu não aguento porque a foto está muito fofa, outro dia eu fiz uma foto dele na banheira, igualzinho o ofurô, ele não se mexeu, ficou paradinho, ele ficou meia hora... Com tempo de sobra como você tem cuidado do corpo? Eu sempre pratiquei muito esporte, sempre fiz muito exercício físico, eu amo. Sempre fui muito ativa, me faz bem, mas eu amo fazer yoga.



dicas da leila schuster

por LEILA SCHUSTER

Desafios do lockdown >

Escrever sobre viagens, restaurantes e estilo de vida se tornou um desafio nos últimos dois meses, afinal, qual o sentido de dicas de lugares a visitar se a normalidade do ir e vir ainda não é realidade? A web parece ser o espaço mais seguro e democrático do planeta, é nela que acontecem os encontros, as lives, as festas, cada um no seu quadrado e todos unidos através da rede. E quando o bloqueio for liberado a vida como a conhecemos não será mais a mesma, aliás, ela pode ser tudo, menos normal. As perguntas não querem calar e pipocam em nossas mentes... como será a vida pós-pandemia global? Será realmente seguro viajar? Devemos manter nossas reservas no banco ao invés de nos entregarmos ao consumo? Ninguém tem respostas exatas e a parcimônia é a melhor alternativa. O mundo enfrentará um retrocesso e um recomeço, nossa união, solidariedade e criatividade serão indispensáveis durante esta ressaca. Enquanto isso aproveite o momento para curtir seus parceiros de isolamento social, filhos, cônjuge, ou talvez você more sozinho, e invista em seu aprimoramento e crescimento pessoal. Muitas plataformas disponibilizaram gratuitamente livros, cursos, tours virtuais por museus, além de bons filmes. Aproveite para desenvolver novas habilidades, retomar passatempos esquecidos, quem sabe escrever um diário da pandemia para deixar para posteridade ou até escrever um livro. Além de aprender você também pode ensinar, colaborar com aulas gratuitas online e com a doação de alimentos e itens de higiene pessoal aos mais necessitados. Aproveite este momento e viva a sua melhor versão como ser humano.



^ Mães no coração

Em tempos de isolamento social devido à pandemia do novo coronavírus, com todos os eventos cancelados ou adiados, o que mais queremos é celebrar muito assim que este surto der uma trégua. As comemorações serão diferentes, mas poder encontrar familiares distanciados pelo isolamento e dar aquele abraço apertado com certeza será emocionante. Normalmente estaríamos celebrando o Dia das Mães com a família toda reunida, saídas a restaurantes, animadas reuniões em torno da rainha do lar. Para aqueles que podem estar com suas mães, curtam muito este momento único, um pequeno almoço feito com amor é o melhor presente. O abraço apertado que gostaria de dar em minha mãe fica para depois, por hora apenas o carinho virtual. Parabéns às mães de todo o planeta, muito amor, força e esperança.



^ A gratidão acalma

Preservar o equilíbrio emocional é vital neste período de incertezas, não podemos nos deixar levar pelo medo e pela enxurrada de notícias tristes que inundam o dia. Manter uma prática diária de higiene mental é excelente alternativa para acalmar a mente e renovar a energia. As dicas a seguir são do Dr. Deepak Chopra, médico indiano, fundador do Chopra Center e autor de dezenas de livros de aprimoramento pessoal e espiritualidade:

- Acalme a mente, feche os olhos e imagine-se em um lugar de pura paz e tranquilidade, faça dez respirações profundas.
 - Por alguns momentos, considere as coisas que você tem em sua vida pelas quais você poderia ser grato: todos os relacionamentos estimulantes, os confortos materiais, seu corpo e a mente que permitem que você entenda a si mesmo e tudo ao seu redor. Respire e seja grato pelo ar que está enchendo seus pulmões e tomando sua vida possível.
 - Sinta seu corpo e sua vitalidade e reconheça que milagre é apenas estar vivo agora. Permita que sua consciência aprecie o que está vendo, ouvindo, cheirando e tocando.
 - Sinta o amor, a compaixão e a compreensão que a gratidão traz ao seu coração. Observe como a gratidão atrai sua atenção para o tempo presente, que é o único momento em que você pode experimentar paz e alegria.
- Seja feliz por isso.



^ Desapego lifestyle

Já pensou dar uma atualizada no closet e tirar de vez aquelas peças que estão olhando para você há séculos esperando uma oportunidade? Pois esta é a hora, você vai ver que não dói nada, pode ajudar o próximo com doações e você sentirá o maior orgulho na conclusão do trabalho. Antes de começar, visualize o objetivo, pegue papel e caneta para definir o que deve sair, separando as colunas por doação para familiares, doação para caridade, vendas para brechó e peças que serão reformadas. Não tenha dó, doe roupas, calçados, maquiagens e livros. Se uma peça está lá e você ficou uma estação inteira sem usar no ano anterior, pode ter certeza de que ela deve seguir caminho e fazer outra pessoa feliz. Mantenha o que você realmente usa ou aquilo que tem valor sentimental e histórico de verdade. No meu caso, tenho roupas e acessórios com mais de 30 anos que não saem do closet, algumas delas participaram comigo no concurso Miss Universo, este acervo museológico ficará para a posteridade, mas fora isso, coloco para circular. Determine um tempo para esta arrumação, defina o horário que pretende terminar, isto ajuda bastante na produtividade. Lembre-se: objeto acumulado é energia estagnada, coloque a roda para girar e depois me conta! Vou adorar saber!

> Gostou?

Inscreva-se no meu canal do Youtube para saber de todas as minhas descobertas ao redor do mundo. www.youtube.com/leilaschuster e também no Instagram [@leilaschuster](https://www.instagram.com/leilaschuster)



FOTOS:
 Produção: @interni_21
 Paisagismo: @aledecarvalho paisagismo
 Fotos: @leila.viegas

A transformação de um apê dos anos 50

Projeto transforma planta de apartamento antigo em uma proposta moderna

Os apartamentos dos anos 50 eram entregues com quarto e banheiro de empregada, sem lavabo e com os espaços da área social setorizados. Os dormitórios dividiam um único banheiro, mas tinham área generosa - o que já não se vê nos apartamentos recém-construídos. Neste projeto do arquiteto Fábio Frutoso, após uma reforma em duas etapas, o que se vê é uma área social integrada, numa proposta contemporânea que deu novo uso aos espaços que hoje já não fazem sentido, como a área de serviço, e com nova funcionalidade.

Segundo Fábio, o cliente já vivia no apartamento há algum tempo e convivia com uma cozinha apertada e sem janela. O quarto e banheiro de empregada serviam de depósito. A ausência de um lavabo e a cozinha segregada eram as suas maiores queixas. *“Por outro lado, ele adora cozinhar e receber os amigos. Por isso, o desenho da cozinha foi o ponto inicial do projeto”*, conta o arquiteto.

A pia da cozinha foi voltada para a parede, ao lado da geladeira e do fogão. Foi possível, então, criar uma ilha para ampliar a bancada de trabalho e a área de armários. A mesa de jantar, feita sob medida, é solta e encosta-se à ilha, criando um bloco central que integrou o antigo corredor de acesso aos quartos como área útil para as cadeiras da sala de jantar.

As prumadas de água e esgoto que atendiam a pia original, onde fica a atual ilha, ficaram aparentes e receberam pintura para dialogar com o resto do ambiente. Sob o tampo da ilha as

tomadas foram escondidas e estão em uma posição muito útil para ligar desde uma batedeira a um notebook.

A lavanderia foi eliminada como ambiente e integrada à cozinha, sob uma bancada de granito que acomoda o filtro e a cafeteira. Ao lado, um gaveteiro estreito acomoda sabão líquido e amaciante. *“Do outro lado, junto à janela, criamos uma cuba auxiliar, que pode atender tanto a lavanderia como a cozinha. Sob essa bancada, temos duas portas vai-e-vem, que abrigam a caixa de areia dos gatos”*, detalha Fábio.

A cozinha da casa em que o cliente cresceu era laranja com azulejos estampados em azul e ele gostaria de fazer uma referência a essa memória deste ambiente em que aprendeu a gostar de cozinhar em seu apartamento. *“Utilizamos o azulejo no painel da bancada dos eletrodomésticos e criamos uma composição de laranja e azul nos armários”*, explica.

Nichos acomodam os eletrodomésticos e as painéis que são utilizadas pontualmente. A coifa fica integrada ao projeto do armário, passando quase despercebida. A parte superior do armário alto não toca a laje justamente para que os gatos possam acessar essa área elevada.

O quarto de empregada foi reduzido para se tornar uma despensa. O banheiro de serviço foi reformado e virou um lavabo. Uma nova porta instalada no corredor oferece privacidade aos dois dormitórios remanescentes e banheiro, utilizados como uma grande suíte, estimulando o uso do lavabo pelos amigos e visitantes.



Os móveis já existentes receberam tecidos azuis e laranjas, para dialogar com a cozinha, integrando essa área social como ambiente único que é

A lavanderia foi eliminada como ambiente e integrada à cozinha, sob uma bancada de granito que acomoda o filtro e a cafeteira





A estante antiga abriga as taças enquanto outras duas projetadas especialmente para esse apartamento acomodam todos os livros do casal.



O lavabo recebeu um papel de parede com um desenho art deco, que dialoga com a arquitetura do próprio edifício dos anos 50. A cuba esculpida em granito preto ganha interesse pela textura natural em seu exterior. O vaso e o cabideiro de cerâmica preta reforçam a referência retrô.

Os móveis já existentes receberam tecidos azuis e laranjas, para dialogar com a cozinha, integrando essa área social como ambiente único que é. Tapetes e portas cinza grafite criam um contraponto às cores vibrantes e a madeira equilibra o conjunto dando um tom de aconchego. Peças de mobiliário novo convivem com peças garimpadas ou peças herdadas da família. A vegetação, que aparece também em vasos e jardineiras antigas, completa a sensação de acolhimento e de casa afetiva desse apartamento.

Os quadros são fotos, gravuras, pôsteres e postais coletados pelo cliente ao longo dos anos e que foram distribuídos pelas paredes em composições que interagissem com o restante da composição do espaço. A sala de estar recebeu uma meia parede, que se tornou um fundo para acomodar o sofá laranja e que esconde uma grande escrivaninha atrás e pode acomodar uma situação de home office.

A estante antiga abriga as taças enquanto outras duas projetadas especialmente para esse apartamento acomodam todos os livros do casal.

O imóvel dos seus sonhos pode estar aqui!



Rua José Revel, 567 - Centro - Salto

Telefone: (11) 4456-6228

☎ (11) 97370-1616

✉ leandro@belazimoveis.com.br



Belaz Imóveis

CRECI 149.152

www.belazimoveis.com.br

LAFERAÇO

DESDE 1977 NO MERCADO

Ferro | Aço | Tábuas | Madeirit | Pregos
Ferragem armada sob medida | Vigas
Caibros pranchas | Ripas | Telhas



Fone (11) 4029-3374
Fax (11) 4029-5844

Rua 9 de Julho, 1793 - Salto/SP
laferacovendas@uol.com.br

Fone (11) 4029-6277
laferaco2@hotmail.com

FRAN'S SHAKE

UM JEITO DIFERENTE
DE TOMAR MILK SHAKE

Imagens Ilustrativas.



Fran's Shake Pistache
com Espresso e Calda
de Brigadeiro

Fran's Shake Chocolate
Belga e Calda de Brigadeiro

Fran's Shake Fiori di Latte
e Calda de Doce de Leite

Av. Presidente Vargas, 1115 - Indaiatuba - Tel.: (19) 3834-1033

/franscafeindaiatuba

FRAN'S CAFÉ
ESTILO & ARTE DE SERVIR CAFÉ

ORION
internet e multimídia

- SITES ADMINISTRÁVEIS
- REDES SOCIAIS
- E-MAIL MARKETING
- LINKS PATROCINADOS
- HOSPEDAGEM DE SITES
- LOJAS VIRTUAIS



CONTATO

Rua Itapiru, 264 - Sala 01
Espaço Alfa Vita
Centro - Salto/SP
CEP: 13.320-270
Fones: (11) 4028-7795 / 4021-3089
Web Site: www.orionsites.com
E-mail: comercial@orionsites.com



Modelo: Marcos Alexandri - Agência Fritche Model - Direção: Zanão Bergamo



Studio Coh Merlin | Fotografia
www.cohmerlinfotografia.com

Mini-Wedding

Book Família Fashion

e-commerce

Casais

Rua: José Revel, 512 - Sala 1 - Centro - Salto/SP

(11) 2840-0634 (14) 98121-7709 (11) 94155-7210 vivo

10 de maio, Dia das Mães!
Onde tem amor, tem flor.



- Cesta de café da manhã
 - Arranjos
- Buquês de flores
- Decorações



Compre sem sair de casa!

Entregamos seu pedido para o DIA DAS MÃES
Peça pelo Whatsapp (11) 97716-2422 ou 98714-8072

Flox Floricultura

Rua 9 de Julho, 606 - Centro - Salto
Fones (11) 4029-3165 / 4028-4636 / 98714-8072 ☎

e-mail: floxfloricultura@ig.com.br
www.floxfloricultura.com.br

**IMÓVEIS
À VENDA**



COSTA ROCHA

Consultoria de Imóveis

CRECI 30192-J



**Condomínio Portal dos
Bandeirantes:** Casa com 3 suítes
(1 com closet), sala de estar e
jantar, cozinha americana com
armários, área gourmet integrada
com armários, lavabo, lavanderia
com armários, garagem para 2
carros e quintal, fino acabamento
em porcelanato, janelas em
alumínio preto eletrônica, wcs com
box e chuveiros, armários quartos e
corredores com piso vinílico,
iluminação em led, paisagismo
completo. Área construída: 241 m²
Terreno: 464 m²
Venda: R\$ 1.100.000,00



Condomínio Portal de Itu:
Casa com parte superior:
6 dorms. (2 suítes com
closet), 2 wcs, no térreo,
lavabo, cozinha, sala de
visita, sala tv com bar,
lavanderia, área de varal,
área externa com gourmet,
salão grande com wc,
quarto de visitas c/ wc,
piscina com ducha e
garagem para 03 carros.
Área construída: 632,75 m²
Terreno: 992 m²
Venda: R\$ 1.400.000,00



**Condomínio
Zuleika Jabour**
Casa com 3 dorms sendo
1 suite, sala, cozinha,
área de churrasco,
garagem, campo de
futebol, jacuzzi externa,
sauna, irrigação,
aquecimento solar,
paisagismo, ar
condicionado. Casa estilo
rústico, bem acabada.
Área construída: 150 m²
Terreno: 1.200 m²
Venda: R\$ 850.000,00



**Condomínio
Village Moutonnê:**
Casa com sala 2 ambientes
com pé direito alto, cozinha
integrada, 3 quartos sendo
suite master com closet,
área gourmet com
churrasqueira, wc social,
área de serviço coberta,
jardim de inverno, 2 vagas
de garagem, quintal 100%
piso porcelanato.
Área construída: 105 m²
Terreno: 175 m²
Venda: R\$ 455.000,00

Rua Dr. Barros Jr, 545 - Centro - Salto - SP

Fone (11) **4028-1983** Cel.: (11) **9 9752-1030** 📞



VENDA DE ACESSÓRIOS

COMPRA E VENDA DE IPHONE

ASSISTÊNCIA ESPECIALIZADA

REPARO DE PLACA

ESTACIONAMENTO EXCLUSIVO

MAIS UMA COMODIDADE PARA CLIENTES IDOCTOR
RUA 24 DE OUTUBRO, 431 - CENTRO - SALTO (ABAIXO DA FARMÁCIA)

PRIME PARK
e estética

AV. DOM PEDRO II, 920 - CENTRO - SALTO
☎ (11) 2840-3953 📞 (11) 94739-1777
📱 idoctorcell

IDOCTOR CELL

Profissional Print
PLOTAGEM DE PROJETOS ARQUITETÔNICOS



Contate-nos e faça um orçamento!



PLOTAGEM, ESCANEAMENTO E CÓPIAS DE PROJETOS E IMAGENS

A Profissional Print, empresa especializada em trabalhos para a área de arquitetura, traz também para seus clientes os serviços de comunicação visual

BANNERS, PLACAS E ADESIVOS COM ALTA QUALIDADE DE IMPRESSÃO

Rua José Weisssohn, 208 - Centro - Salto/SP - Fone: (11) 4029-1710
www.profissionalprint.com
profissionalprint@yahoo.com.br

LIMA GESSO
Experiência e Qualidade




- ✓ MOLDURAS
- ✓ SANCAS
- ✓ DIVISÓRIAS
- ✓ FORROS
- ✓ GESSO LISO
- ✓ REVESTIMENTOS 3D


✓ Experiência e Qualidade

📧 limagessosalto@hotmail.com
📱 /limagessosalto

👤 Pagamento Facilitado

RUA QUINTINO BOCAIUVA, 467
CENTRO - SALTO

11 4098-1201
11 96861.7005 📞



girassol
Studio dance

Ballet, Jazz, Contemporâneo, Sapateado

Rua Rui Barbosa, 522
Centro - Salto
girassolballet@gmail.com

Fone (11) 4028-0549

RECEBA OS MELHORES PRODUTOS DIRETAMENTE EM SUA CASA. CONFIRA O ESPECIAL DELIVERY DESTA EDIÇÃO.



Rolê

**Não perca mais tempo,
peça e saboreie
o melhor Burguer
artesanal de Salto e região
que entregaremos
no conforto da sua casa.**

(11) 96128-2034

Rua Dr. Barros Júnior, 375
Centro - Salto

@role_burguer Rolê Burguer



Quer saborear a melhor pizza?

mazzetto

pizzeria

Oferecemos as melhores massas e várias opções de sabores: tradicionais, mussarela, calabresa, portuguesa, doces e salgadas.

Para sua maior comodidade possuímos disk-entrega com rapidez e bom atendimento ou se preferir pode retirar no balcão.

(11) 4028-0257 / 9 9896-9595

Horário e dias de funcionamento: de quinta a domingo, a partir das 18h

Rua Dr. Barros Júnior, 254
Centro, Salto

DELIVERY ROX

TODOS OS DIAS DAS 18H ÀS 23H.



LIGUE E PEÇA O SEU!

19 2516 5053 19 98131 6974
19 98376 1929 19 98376 2466

www.roxburguer.com.br/cardapio

Peça sem sair de casa
Estamos no ifood



fruity

FAÇA SEU **PEDID**
NO NOSSO DISK ENTREGA

DISK ENTREGA
11 4021.3127
11 96900.9916

O melhor centro, para o seu animal exótico, da região

ENTREGAMOS EM SALTO E ITUI PEDIU, CHEGOU!



Loja 1 - Rua Rui Barbosa, 1042 - Fones: 11 4602.4657
Loja 2 - Rua Rio Branco, 1283 - Fone: 11 4029.0044

castelinho-pet-shop castelinhopetshop



Q Bolo

A simplicidade combina tão bem com a felicidade!

Aquele bolo com receita e sabor caseiro de verdade! Quem entende de bolo, compra na Q Bolo!

DELIVERY OU RETIRADA:
11 2840-0872 / 93032-0642

Av. José Maria Marquês de Oliveira, 392 - Vila Norma - Salto

O resgate do afeto pós-pandemia

Muitas evidências sinalizam que o mundo e o homem não serão os mesmos após a covid-19. O vírus virou o epicentro e nos igualou. Dentro do caos, constatamos o que sempre soubemos, mas não valorizávamos até sermos apresentados a ele: somos seres finitos e pequenos. Limitados na auto suficiência.

A pandemia potencializou nossas fragilidades e reforçou a dependência do outro. Hoje, vivendo em isolamento, estamos saudosos dos abraços, dos beijos do carinho e da aproximação calorosa que sempre foi nossa marca, enquanto seres sociáveis. Somos afetuosos e criados para a conexão. Estamos reaprendendo, forçadamente, a nos conectar com o mundo pelas redes. Buscando a proximidade virtual com os que amamos através das telas. Sim, é um teste à nossa intimidade, trazendo profunda alteração das relações humanas. Gestos tão familiares, como um aperto de mão ou um beijo no rosto, tornaram-se obsoletos e hoje são condenados por serem potenciais condutores do tão temido vírus.

O corona criou novos modelos de cumprimento: toques de cotovelo e acenos de longe. Fabricou personagens paramentados para uma guerra, com máscaras, luvas e armados de potes de álcool em gel. Aliás, este item tornou-se protagonista da prevenção e do cuidado, assim como a lavagem das mãos que deve durar o tempo de dois “parabéns a você” inteiros. Marcas profundas deixadas nas pessoas em todo o mundo. No Irã, por exemplo, o lema atual é: “Não aperto sua mão porque te amo”.

E quando tudo isso passar, teremos uma vida sem toque? Se entendermos que o homem é um ser que, por sua racionalidade, sabe explorar a necessidade das adaptações, podemos nos deparar com um amanhã onde a distância seja normal e aceitável. Historicamente, as próximas gerações poderão estar tão habituadas às novas modalidades de afeto que, podem levantar dúvidas de que um dia, ao nos encontrarmos, os cumprimentos eram recheados por beijo no rosto, abraços ou apertos de mão, que simbolizavam nossa satisfação ao ver um amigo no shopping.

A sensação de perda do mundo, de uma forma inédita e forçada, nos obriga a repensar valores primários, diálogos, união e intimidade. Nosso modo de estar no mundo não é mais o mesmo. O medo de tudo e do externo, do que vem de fora, cria a couraça da proteção e demarca fronteiras nos laços sociais.

Olhando o cenário, temos um narcisismo abalado, onde deixamos de ser o centro do mundo. Somos incentivados a colocar em prática a humildade para reconhecer que podemos falhar. Aceitar que não somos fortes o tempo todo e nem super heróis invencíveis. E tudo bem por isso.

Não tenho ideia como o mundo será após a pandemia. Ninguém tem. Mas fortes indícios levam a crer que o toque não será o mesmo. A relação interpessoal não será a mesma. O diálogo com a natureza também será modificado. A valorização em geral, certamente, sofrerá mudanças profundas, pois os pequenos detalhes passarão a ser mais perceptíveis. Poderemos valorizar mais o que antes não tinha importância.

Enfim, apesar de amarmos a proximidade e o contato humano, a pandemia veio para mostrar que alguns resgates estão sendo feitos e, de forma necessária, tirando o homem de sua zona de conforto. Resta saber se quando tudo isso passar, sairemos mais humanos do que quando tudo começou. Ao experimentarmos a sensação, mesmo que inconsciente, da finitude e da perda do mundo, somos levados a rever nosso papel no universo. E é essa reflexão que irá nortear nossos próximos passos e fortalecer hábitos e mudanças que poderão ser corriqueiras e normais às gerações futuras. Gerações que encontrarão nos livros de história a covid-19 como epicentro do marco das transformações de toda uma humanidade.

“Ao experimentarmos a sensação, mesmo que inconsciente, da finitude e da perda do mundo, somos levados a rever nosso papel no universo”



Dra. Andrea Ladislau é psicanalista.

A ACII na palma da sua mão!

Chegou o novo **APP DA ACII** cheio de vantagens para você:

- ✓ Divulgue Horário de Funcionamento do seu Negócio
- ✓ Contatos
- ✓ Informações Úteis
- ✓ Promoções
- ✓ Campanhas
- ✓ E Muito Mais

Para cadastro no aplicativo é necessário o envio das informações do estabelecimento para a Associação Comercial e Industrial de Itu através do e-mail: **aciitu@aciitu.com.br** ou WhatsApp: **(11) 98934.9536**.



DUETTO.09

BAIXE GRATUITAMENTE O APP ACIITU!



GET IT ON

Google Play



Download on the

App Store

@aciitu



/assoccominditu

www.aciitu.com.br



UMA CASA.

MUITAS
POSSIBILIDADES.

Projeto: Arquiteto Anderson Leite

www.cfhomedesign.com.br

Avenida Visconde de Indaiatuba, 1189 - Indaiatuba - SP

☎ 19 3329-0030 📞 19 99701-7916 📧 @cfhomedesign 🌐 /CasaDaFazendaHomeDesign