

Aldeia

Magazine

Destaque

Casa do Papai Noel será inaugurada nesta terça-feira (13) em São Pedro da Aldeia

Saúde

Dengue: mitos e verdades sobre o *Aedes aegypti*

100%
Digital



Aldeia Editora

DEZEMBRO

EDIÇÃO 037 - São Pedro da Aldeia - DEZEMBRO 2022 - nº1
Foto Capa: Divulgação ASCOM/PMSPA

COLUNISTAS



36

Renato Fulgoni
A Copa das Zebras



82

Marcello Lyca
Lalinha, Cantor e Compositor, é o entrevistado de Marcello Lyca



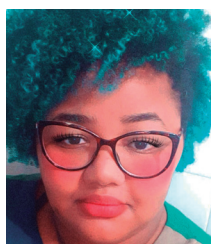
38

Flavio Machado
Memórias das copas do mundo



94

Alex Terra
O MINDSET DO FUTURO: SOCIEDADE



40

Laura Gonçalves
Bacalhoda de forno



96

Nathália do Amaral
A Garota mais sortuda e o silêncio das mulheres
Contém spoiler



60

Silvilene Gomes
A difícil arte da isonomia na era da globalização



102

Edu Moreira
O Que É Um “Feliz Natal”?



64

Aline Santos
Escritora Aline Santos realiza Palestra sobre Inclusão em Escola Municipal de São Pedro da Aldeia



108

Wagner Muniz
Tribunal da Internet: A Cultura do Cancelamento

COLUNISTAS



114

Luciana G. Rugani
PARCERIA



138

Eloise Gomes
A verdadeira escuridão



122

Bianca Ramos
Como ser um bom
Chefe?



140

Paulo Jorge
CORES COMPLE-
MENTARES E PALETA
OTIMIZADA



124

Raquel Carvalho
Os desafios da lideran-
ça na busca da satisfa-
ção pessoal dos lidera-
dos

Edição Anterior



130

Monica Marinho
É paz ou medo?



132

Luciana Mendonça
O Mundo e Suas
Certezas



134

Monique Bittencourt
CULPA OU RESPONSABIL-
IDADE: 4 ASPECTOS QUE
AS MÃES DEVEM OBSER-
VAR PARA SAÍREM DO
CICLO DA CULPA



Sumário

Saúde

12

Prefeitura promove I Encontro da Atenção Primária à Saúde

A Prefeitura de São Pedro da Aldeia vai promover o I Encontro da Atenção Primária à Saúde, na próxima quinta-feira (08/12), com o objetivo de fortalecer a rede de atendimento e torná-la mais acessível ao cidadão.



18

Economia

Prefeitura e Firjan certificam alunos de cursos gratuitos de qualificação

O município de São Pedro da Aldeia já pode contar com um grupo de alunos qualificados nas áreas de assistente administrativo e operador de computador. Com quatro turmas ao todo, os dois cursos qualificaram cerca de 60 pessoas com idades variadas.

Entrevista

66

Rosemary Gomes, escritora, é a entrevistada de Renato Fulgoni

O Dinossauro Ben é eleito melhor desenho animado pela Literarte Kids



Capa

74

Casa do Papai Noel será inaugurada nesta terça-feira (13) em São Pedro da Aldeia

A noite da próxima terça-feira (13) será de muito encantamento, alegria e emoção em São Pedro da Aldeia com a abertura oficial da temporada natalina.



98

Saúde

Dengue: mitos e verdades sobre o Aedes aegypti

Com a proximidade do período de chuvas, o Brasil está em estado de alerta para evitar um novo aumento nos casos de dengue e outras doenças transmitidas pelo Aedes aegypti.

113

Destaque

SPA PURA VIDA NATUREZA

A vida no campo é mais livre, mais calma, tem cheirinho de terra e o ar puro da natureza.



144

Destaque

O PRESENTE DE PAPAÍ NOEL

“Botei meu sapatinho na janela do quintal, Papai Noel deixou meu presente de Natal”

Veja Também

Inauguração 22

Dom Atacadista anuncia a inauguração da primeira loja em São Pedro da Aldeia



Política 24

Vereadora Mislene de André homenageia Presidente do projeto Amigas da Mama

Decoração 42

Dicas e tendências para o Natal 2022

Serviços 44

Prefeitura Aldeense intensifica serviços nos bairros atingidos pelas fortes chuvas



Saquarema **56**

Saquarema Surf Festival traz bons resultados para o município



Coluna **80**

Meu Peixe Favorito -
Peixe Mexericá

Economia **88**

Prefeitura de São Pedro da Aldeia apresenta o orçamento anual do município em audiência na Câmara

Meu Jardim **90**

Caládio
Caladium
bicolor Rosa

Desenvolvimento **92**

Lançamento da Rede de Desenvolvimento da Região dos Lagos conta com São Pedro da Aldeia





Cuidados com a escovação dos pelos do Gato Persa

Antes de dar essa dica bem importante de como realizar a escovação dos pelos do seu gato Persa, iremos falar um pouco sobre a personalidade desse pet.

Calmo e bastante inteligente, a personalidade do Gato Persa agrada a grande maioria das famílias humanas. Ele tende a estar confortável em seu novo lar e costuma ser bem dócil e gentil com os que estão por perto. Mesmo que adorem crianças, Persas não costumam brincar ou interagir a todo instante.

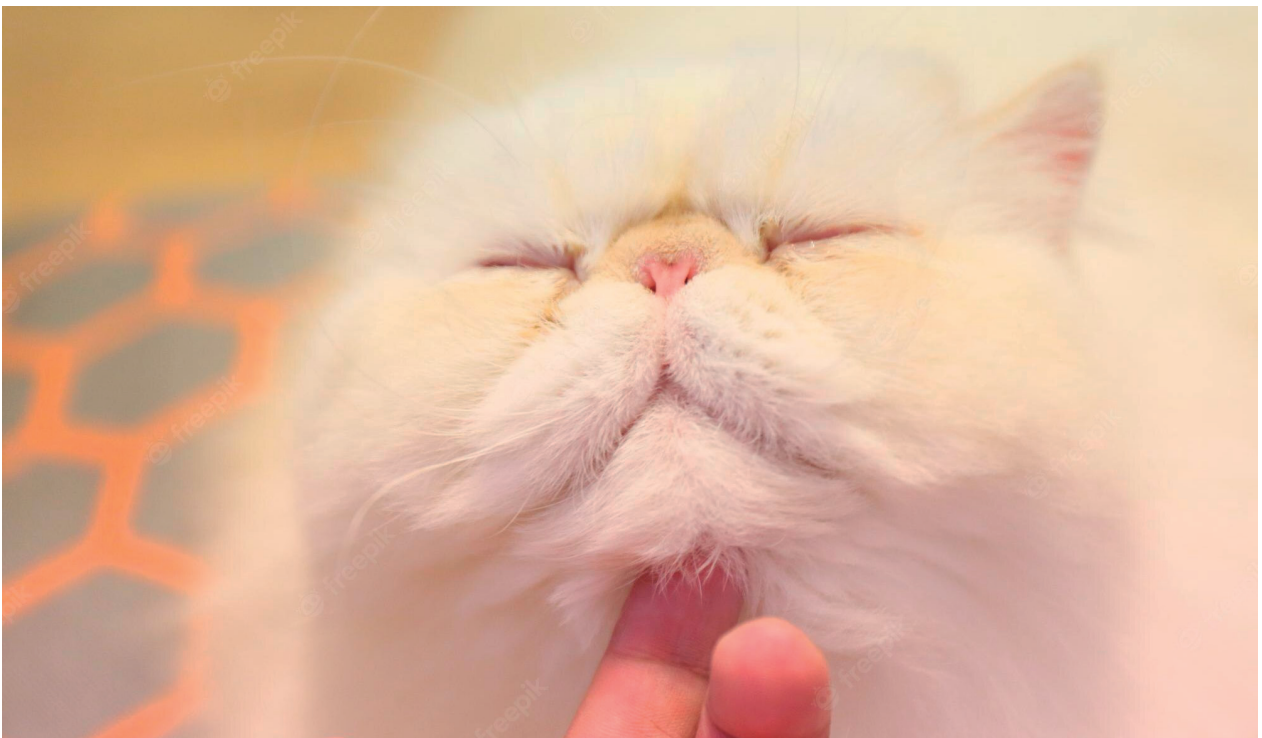
Ao contrário de outros bichanos, o comportamento do gato Persa carrega traços daqueles que preferem estar em segurança, no chão. Por isso, será raro vê-los saltando entre os móveis mais altos da casa. Para completar, os bichanos dessa raça não costumam exigir atenção o tempo

todo, apesar de serem bem afetuosos.

Escovação dos pelos

Como já citado, o gato Persa possui uma pelagem longa que chega a causar inveja no mundo dos felinos. Portanto, é extremamente importante que os tutores ofereçam o máximo cuidado para mantê-la sempre bem higienizada, brilhante e hidratada.

A indicação é que os tutores desse peludo façam a escovação dos pelos diariamente. O recomendado é utilizar escovas de cerdas macias ou luvas para remoção e desembaraço de pelos.





Novidade: Churrasco a quilo na Hilda

Opção ideal para seu almoço



Hilda

@hildaspa_

O fim da espera acabou! A inauguração do nosso tão esperado churrasco foi no dia 28/10/2022

Estamos aguardando por todos vocês!
Delivery Whatsapp 22 3308-3487
Av. São Pedro, 85, Centro, São Pedro da Aldeia.

Hilda

RESTAURANTE • BUFFET LIVRE • CHURRASCARIA

Churrasco Misto R\$ **49,90**

Picanha, Alcatra, Picanha Suína, Linguiça, Frango, Coração e Medalhão

Alcatra R\$ **24,99**

Acompanha arroz, vinagrete, farofa e batata frita

Picanha R\$ **29,99**

Acompanha arroz, vinagrete, farofa e batata frita

Linguíça de PernilR\$ **19,99**

Acompanha arroz, vinagrete, farofa e batata frita

Cupim..... R\$ **24,99**

Acompanha arroz, vinagrete, farofa e batata frita

Picanha SuínaR\$ **21,99**

Acompanha arroz, vinagrete, farofa e batata frita

Coração de Frango...R\$ **21,99**

(20 unidades)

Acompanha arroz, vinagrete, farofa e batata frita

Pão de Alho..... R\$ **11,99**

(2 unidades)

Pão de alho grelhado na brasa, com molho de alho artesanal

Medalhão de Frango... R\$ **24,99**

Acompanha arroz, vinagrete, farofa e batata frita

Queijo Coalho R\$ **19,99**

(3 unidades)

Costelinha Suína com

Molho Barbecue R\$ **59,99**

(inteira)

Frango Assado R\$ **34,99**

Acompanha farofa e batata calabresa assada

Meio Frango Assado....R\$ **21,99**

Acompanha farofa e batata calabresa assada

Costelinha Suína R\$ **24,99**

Acompanha arroz, vinagrete, farofa e batata frita

PREFEITURA PROMOVE I ENCONTRO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

A Prefeitura de São Pedro da Aldeia vai promover o I Encontro da Atenção Primária à Saúde, na próxima quinta-feira (08/12), com o objetivo de fortalecer a rede de atendimento e torná-la mais acessível ao cidadão. O público-alvo é formado pelos servidores municipais que atuam nos serviços de prevenção e cuidados básicos de saúde no município aldeense. O evento será na sede do São Pedro Esporte Clube (SPEC), das 8h às 17h.

“Um encontro grandioso, preparado para toda a equipe da Atenção Primária, com foco no fortalecimento das boas práticas nos serviços oferecidos aos usuários do SUS. O evento tem como objetivo acolher a equipe de trabalho e trazer novas informações que auxiliarão nas ações de melhorias no desempenho dos nossos setores.” Comentou a Secretária Adjunta da Atenção Primária, Izilda Amaro.

A Atenção Primária à Saúde (APS) é a principal porta de entrada do SUS, o centro de comunicação com toda rede de atenção. Suas ações são orientadas pelos princípios da universalidade, da acessibilidade, da continuidade do cuidado, da integralidade da atenção, da responsabilização, da humanização e da equidade. O setor é desenvolvido com alto grau de descentralização e capilaridade, ocorrendo no local mais próximo do cidadão.

Confira a programação do I Encontro da Atenção Primária à Saúde:

8h - Café da manhã de boas-vindas

9h - Mesa de abertura

10h - Palestra “APS acessível ao cidadão” - Dr. Thiago Vieites, Dra. Mariana Rodrigues e Dr. Sergio da Silva Castro

11h - Palestra “Inovação na saúde: fortalecimento da APS com uso tecnológico” - Bruno Ribeiro e Dra. Ana Morato

12h às 13h45 - Intervalo

14h - Palestra “Segurança do paciente na APS” - Dra. Andreza Gonçalves Vieira Amaro

15h - Palestra “Atenção Primária em Saúde: a importância de uma equipe resolutiva” - Gilson Luiz de Andrade

16h - Sorteio de brindes

17h - Encerramento do evento

Com informações da ASCOM/PMSPA

SAÚDE



1º ENCONTRO DA



PREFEITO ALDEENSE RECEBE CARTA DE ALUNOS DE ESCOLA DO PORTO DO CARRO

O prefeito Fábio do Pastel recebeu, nesta quinta-feira (01/12), a visita de representantes da Escola Municipalizada Lucinda Franciscone Medeiros, localizada no bairro Porto do Carro. O encontro marcou o encerramento do “Projeto Cidadania”, promovido na unidade escolar. Na oportunidade, a inspetora escolar, Elisângela Gomes, a professora de Ciências, Ana Martha Amaral, e os alunos Letícia Ribeiro, do 7º ano, Eric Velasco e Ana Clara da Silva, ambos do 8º ano, entregaram uma carta ao prefeito de São Pedro da Aldeia.

Durante o encontro, Fábio do Pastel esclareceu dúvidas dos alunos e falou sobre ações planejadas para a área da Educação. “Acredito que muita coisa

pode ser trabalhada em sala de aula e a cidadania é um tema muito importante, fico feliz em ver nossos jovens envolvidos nesse projeto. A Educação tem o poder de mudar a realidade e por isso é uma das maiores prioridades do nosso governo”, afirmou o prefeito.

A carta entregue ao chefe do executivo aldeense foi construída em sala de aula pela professora Ana Martha Amaral com as turmas de 6º e 8º ano. A mensagem destaca as demandas da escola e do bairro, além de sonhos dos alunos.

Inspetora escolar, Rosângela Gomes falou sobre a iniciativa. “O ‘Projeto Cidadania’ surgiu a partir de um estágio que eu fiz em Brasília representando





São Pedro da Aldeia, oferecido para os educadores do Brasil. Voltei com esse engajamento de trabalhar cidadania na escola e escolhi a Lucinda para o projeto piloto e os professores de Geografia, História e Ciências abraçaram a ideia no 3º trimestre”, explicou.

Os alunos da unidade escolar participaram de debates em sala de aula, da atividade “Vereador por um dia”, con-

fecção de urnas e votação, visitação à Câmara Municipal de Vereadores e da atividade “Carta ao Prefeito”, além de trabalharem a cartilha “Constituição em Miúdos”, patenteada pelo Senado Federal, entre outros.

Com informações ASCOM/PMSPA -
Por Gabrielly Costa





SPA RURAL DE EMAGRECIMENTO SAUDÁVEL, EM SÃO PEDRO DA ALDEIA/RJ. REEDUCAÇÃO ALIMENTAR, BEM ESTAR E LAZER EM UM SÓ LUGAR. #SPAPURAVIDANATUREZA

HIDROGINÁSTICA



Melhora a postura, a coordenação motora e o retorno venoso; diminui o impacto sobre as articulações; auxilia no tratamento da hipertensão e de outras doenças, auxilia a perda de peso, ajudando no controle da flacidez e da celulite.

PREFEITURA E FIRJAN CERTIFICAM ALUNOS DE CURSOS GRATUITOS DE QUALIFICAÇÃO

O município de São Pedro da Aldeia já pode contar com um grupo de alunos qualificados nas áreas de assistente administrativo e operador de computador. Com quatro turmas ao todo, os dois cursos qualificaram cerca de 60 pessoas com idades variadas. A Prefeitura aldeense e a Firjan SENAI entregaram, na quinta-feira (01/12), os certificados de conclusão dos alunos que finalizaram os cursos gratuitos de qualificação promovidos na cidade.

Representando o secretário de Agricultura, Abastecimento e Trabalho, Thiago Ribeiro, o assessor Gil Valle deu início à solenidade. “Parablenizo a todos pela conclusão do curso e a dedicação de cada um, desejo boa sorte nesta nova caminhada e que este seja apenas o primeiro passo. Aos professores e a toda a equipe da Prefeitura e da Firjan, agradeço o empenho desses

últimos meses”, comentou. A solenidade foi conduzida pela assessora da Secretaria de Agricultura, Abastecimento e Trabalho (SAGAT), Vanusa Arruda. A mesa da solenidade foi composta pelo assessor da SAGAT, Gil Valle, a representante da Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Ivonete dos Santos, os professores do curso de operador de computador, Alexandre Soares, e de assistente administrativo, Flávio de Souza, além das representantes da Firjan, Tereza Brum e Tatiana Soares. Aluna do curso de assistente administrativo, Beatriz Orofino falou sobre a experiência. “Participar da qualificação foi uma experiência muito boa para mim. Eu tive a chance de me especializar para o mercado de trabalho, aprender mais sobre a profissão e buscar uma oportunidade na área. O professor foi ótimo, muito atencioso e paciente para explicar”, disse.





Realizada em parceria com a Firjan SENAI após assinatura de um termo de cooperação, a iniciativa busca preparar a população de São Pedro da Aldeia, encaminhando pessoas qualificadas para o mercado de trabalho.

O curso de operador de computador já conta com alunos que saíram da qualificação com oportunidade de emprego. A coordenadora de Educação Profissional do SENAI Niterói, Tereza Brum, falou sobre a parceria com o município. “A gente acredita que a pessoa pode se qualificar e entrar no mercado de trabalho a qualquer momento, seja jovem, como temos aqui, sejam pessoas mais velhas, como também temos aqui. Nós temos uma parceria muito sólida com a Prefeitura de São Pedro da Aldeia, não temos nenhuma dificuldade de começar parcerias na cidade. A gente trouxe esse acordo com o município para ofertar oito turmas, essas quatro finalizadas e também estamos com outras

quatro em andamento”, destacou.

Moradora do bairro Praia Linda, Alessandra concluiu o curso de operador de computador. “A qualificação tem um curso excelente para o mercado de trabalho, a gente sai sabendo, realmente, tudo que é necessário para poder trabalhar. O espaço da unidade móvel é muito bom, não tem nada diferente da sala de aula, e o professor sempre teve muita boa vontade para ensinar. Sem capacitação você acaba perdendo a vaga no mercado de trabalho, então é importante que a Prefeitura busque essas parcerias para o morador”, ressaltou.

Com informações da ASCOM/PMSPA
Por Gabrielly Costa
Foto: Renato Fulgoni





DOM ATACADISTA ANUNCIA A INAUGURAÇÃO DA PRIMEIRA LOJA EM SÃO PEDRO DA ALDEIA

A INAUGURAÇÃO FAZ PARTE DO PLANO DE EXPANSÃO DA MARCA, QUE ABRIRÁ OUTRAS DUAS LOJAS TAMBÉM EM DEZEMBRO

São Pedro da Aldeia, na Região dos Lagos do Rio de Janeiro, receberá na primeira quinzena de dezembro, a loja do Dom Atacadista, uma das mais importantes redes do segmento no Rio de Janeiro. A inauguração faz parte do plano de expansão da marca, que abrirá outras duas lojas também em dezembro, fechando o ano de 2022 com 13 unidades em operação e com a previsão de inaugurar 7 novas unidades em 2023. A primeira loja Dom em São Pedro da Aldeia, localizada na Rodovia RJ140, 5971, terá uma área de venda de 6 mil metros quadrados e um estacionamento que comporta 350 veículos e 24 unidades de check-outs. Esta nova operação deverá gerar mais de 600 empregos, entre colaboradores diretos e indiretos, para oferecer conforto, segurança e bom atendimento aos clientes.

Os clientes desta nova loja

poderão ter acesso ao MEU DOM, um Clube de Vantagens que oferece aos consumidores cadastrados ofertas exclusivas e personalizadas dentro do aplicativo do Dom, além de acesso ao wi-fi gratuito nas lojas.

O Dom Atacadista nasceu no Rio de Janeiro em setembro de 2019, com a missão de comercializar produtos com preços competitivos e proporcionar uma experiência de compra positiva aos empreendedores locais e consumidores finais. Com uma robusta operação de Autoserviço (cash and carry), as lojas do Dom Atacadista oferecem mais de 10 mil itens de grandes marcas de mercearia, perecíveis, embalagens, bazar, higiene, bebidas e limpeza. As 10 lojas atualmente em operação do Dom Atacadista se localizam em: Realengo, Taquara, Angra dos Reis, São João de Meriti, Inhaúma, Niterói, Teresópolis, Duque de Caxias, Macaé e Araruama.

INAUGURAÇÃO



DOM ATACADISTA



VEREADORA MISLENE DE ANDRÉ HOMENAGEIA PRESIDENTE DO PROJETO AMIGAS DA MAMA

A vereadora Mislene de André (SDD), parabenizou através de duas moções de aplausos as Senhoras: Claudia Fernanda Dias Barbosa e a Rosilda Terto Antas, ambas ocupando o cargo de Presidente e Vice-presidente do projeto Amigas da Mama, que vem

ajudando e unindo muitas mulheres guerreira, no Município de São Pedro da Aldeia.

Com informações de cmspa.rj.gov.br - Por ANGÉLICA MARINS





Julho/2023

Bariloche

8 dias de aéreo

**Pacote
Completo**

8 dias

Aéreo
Saída 9/7/2023 do Rio de Janeiro
INCLUI MALA DESPACHADA

A partir de **R\$ 4.875**

ou 15 X **R\$ 325**

**CONTATO: FABIANA FREITAS
(21) 98330-8688 - (22) 99785-2508**

PROCON DE CABO FRIO REALIZA MUTIRÃO LIMPA NOME PARA RENEGOCIAÇÃO DE DÍVIDAS



Sede do Procon de Cabo Frio
Rua Florisbela Rosa da Penha, 292 - Braga

Após a grande procura registrada na primeira edição, realizada em agosto, o Feirão Limpa Nome, do Procon de Cabo Frio, está de volta, em formato ampliado. Os consumidores cabo-frienses terão a oportunidade de renegociar os seus débitos, em condições especiais de pagamento, a tempo de recuperar o crédito para as compras de fim de ano. O Feirão Limpa Nome será realizado na próxima quarta (7) e quinta-feira (8), das 9h às 16h30, na sede do Procon de Cabo Frio, na Rua Florisbela Rosa da Penha, 292, no Braga.

Desta vez, além dos bancos físicos que já estão confirmados como Itaú, Caixa Econômica Federal e Bradesco, vão participar do mutirão bancos digitais; administradoras de cartão de crédito; as operadoras de telefonia Oi, Vivo e Claro; e as concessionárias de serviço público Enel e Prolagos, entre outras empresas. No local, os consumidores poderão realizar consultas no serviço de proteção ao crédito (SCPC), graças

a uma parceria com a Associação Comercial e Industrial de Cabo Frio (Acia). Para participar do Feirão, não é necessário realizar pré-cadastro, mas apenas comparecer à sede do Procon Municipal com os documentos de identificação e os comprovantes dos débitos. Para a secretária adjunta de Defesa do Consumidor, Cláudia Tavares, o Feirão Limpa Nome é uma excelente oportunidade de começar o ano novo sem dívidas.

“A expectativa do Procon de Cabo Frio é que o consumidor inadimplente consiga finalizar o ano negociando seus débitos, entrando em 2023 com o pé direito. Estamos tentando trazer o maior número de fornecedores, com valores promocionais, descontos em dívida, para que o consumidor consiga resolver o seu problema. Estamos fazendo no começo de dezembro para que ele possa usar o seu décimo terceiro salário”, explica Cláudia Tavares.

ATLETA BUZIANO GANHA MEDALHA DE BRONZE NO 2º CAMPEONATO PAN-AMERICANO DE VA'A NO CHILE



O atleta Buziano Albert Lopes participou entre os dias 23 e 27 de novembro do 2º Campeonato Pan-Americano de Va'a, na cidade de Coquimbo, no Chile, conquistando o terceiro lugar na competição, com direito a medalha de bronze na competição. O atleta teve total apoio da Prefeitura de Búzios, por meio da Secretaria de Pesca, Agricultura e Esportes Náuticos. A equipe do qual o Buziano fez parte foi formada com vários atletas do Brasil para representar a Seleção Brasileira de Va'a no campeonato. O circuito percorrido foi de 24km.

Segundo o atleta Buziano Albert Lopes, na competição participaram os melhores atletas da América do Sul. A equipe da Ilha de Páscoa, que pratica este esporte há muitos anos, ficou com o ouro. "Para nós brasileiros o terceiro lugar foi uma conquista muito grande, pois a modalidade é nova no Brasil. Foi uma prova muito dura. Quero

agradecer a Prefeitura de Búzios, em especial ao prefeito Alexandre Martins, pelo empenho em ter me ajudado nas despesas de passagem e hospedagem, sem a qual não teria a chance de trazer uma medalha de bronze para casa".

Esporte Va'a

Canoa Havaiana ou Canoa Polinésia, são nomes nacionalizados para denominar o esporte, que surgiu na região do triângulo polinésio e originalmente é conhecido como Va'a, Wa'a ou Waka.

A modalidade Va'a emancipou-se no Brasil da entidade máxima da Canoagem Brasileira, criando sua própria entidade chamada de Confederação Brasileira de Va'a (CBVAA). A partir de 2017 os atletas de Va'a se confederaram à nova entidade, dando sequência no plano de crescimento do esporte no Brasil.

IGUABA GRANDE

Moeda Social Caboclinho é entregue oficialmente

MOEDA SOCIAL
CABOCLINHO 
IGUABA GRANDE

Entrega do Cartão da Moeda Social Caboclinho

Na quarta-feira (30), foi realizada a entrega do cartão da Moeda Social Caboclinho, de 8 às 16h, na Praça da Estação. O benefício será destinado às pessoas cujo nome esteja na última listagem, lançada no site oficial da prefeitura e para retirar o cartão será necessário documento de identidade, CPF ou CNH. Vale lembrar que aproximadamente 1724 pessoas foram aprovadas na primeira etapa e em 6 meses haverá novas convocações para receber o programa de transferência de renda, Moeda Social Caboclinho, no valor de 120 caboclinhos, equivalentes a R\$120 reais.

“A concretização do programa de

transferência de renda Moeda Social Caboclinho é uma conquista para nossa cidade! Poder auxiliar os moradores de Iguaba Grande em situação de vulnerabilidade e fomentar o comércio local é um sonho que finalmente está se tornando realidade.” Declarou o Prefeito, Vantuil Martins.

Aproximadamente 70 empresas locais já estão cadastradas para receberem através da Moeda Social, a lista de empresas já está disponível no site: <https://caboclinho.com.br/>

Com informações da Assessoria de Comunicação de Iguaba Grande

ARARUAMA

Prefeitura conquista o tão esperado CRP “Certificado de Regularidade Previdenciária”

CRP CERTIFICADO DE
REGULARIDADE
PREVIDENCIÁRIA

**MUNICÍPIO
DE ARARUAMA
CONQUISTA O CRP
CERTIFICADO DE
REGULARIDADE
PREVIDENCIÁRIA!**

**APÓS 17 ANOS, HOJE O MUNICÍPIO TEM A
SITUAÇÃO REGULAR EM RELAÇÃO A LEI Nº
9.717 DE 27 DE NOVEMBRO DE 1998.**



A Prefeitura de Araruama, após mais de 17 anos, conquistou o “Certificado de Regularidade Previdenciária”; na prática significa que o município está em situação regular com todos os requisitos previstos na lei 9.717/1998.

E qual a importância desse Certificado?

É que com ele o município pode receber transferências voluntárias de recursos da União, ter a concessão de empréstimos, financiamentos avais e subvenções gerais de órgão ou entidades da Administração direta e indireta da União.

Além disso poderá ter liberado o pagamento dos valores referentes à compensação previdenciária devidos pelo Regime Geral de Previdência Social (RGPS), entre outros.

Essa conquista só foi possível graças às boas práticas da atual gestão municipal, juntamente com a administração do Ibasma, que foram essenciais na condução de atividades que visassem conseguir o Certificado por meio das vias administrativas.

EVENTO

PREFEITURA ALDEENSE MARCA PRESENÇA NO EVENTO DE UM ANO DO CEASP

O secretário de Agricultura, Abastecimento e Trabalho de São Pedro da Aldeia, Thiago Ribeiro, participou de uma programação especial em celebração ao aniversário de um ano do Centro de Abastecimento de Alimentos (CEASP) nesta sexta-feira (25/11). O evento contou com a presença do presidente da Emater-RIO, Marcelo Monteiro da Costa, dos sócios-empresários do CEASP e de outros secretários municipais de Agricultura da região.

A visita das autoridades ao Centro de Abastecimento de São Pedro da Aldeia teve como objetivo debater os rumos da comercialização da produção agrícola de forma a valorizar a agricultura familiar e fortalecer a economia regional.

O secretário municipal de Agricultura, Thiago Ribeiro, falou sobre o momento. “É muito importante para São Pedro da Aldeia e para os nossos produtores ter um empreendimento como o CEASP na cidade, por isso, buscamos manter essa boa parceria com o empreendimento,

que temos construído desde o início da gestão do prefeito Fábio do Pastel. Parabenizo os empresários e todos que fazem parte do centro de distribuição, que os próximos anos também sejam de muito sucesso”, destacou.

O CEASP é o maior centro de distribuição de alimentos e logística do interior do Estado. O empreendimento está localizado no bairro São Mateus, em São Pedro da Aldeia e às margens da Rodovia Amaral Peixoto, ponto central para mais de 13 municípios do entorno. O espaço funciona de segunda a sábado, das 4h às 17h, com comercialização de hortifrutis, pescados, bebidas e flores, entre outros.

O centro de abastecimento segue com a programação de aniversário, recebendo o Festival do Torresmo, com música ao vivo e área kids, entre outros.

Com informações da ASCOM/
PMSPA



QUER QUE SUA EMPRESA APAREÇA NA ALDEIA MAGAZINE?



ANUNCIE COM A GENTE

(22)99983-6366

VEREADORES ISAIAS DO ESCOLAR E FERNANDO MISTURA HOMENAGEAM COM UMA MOÇÃO DE APLAUSOS O CORONEL DO COMANDO DE BOMBEIROS RAPHAEL GONÇALVES DA SILVA



O vereador Isaias do Escolar (PROS) e o vereador Fernando Mistura (REPUBLICANOS), homenagearam com uma Moção de Aplausos o Coronel do Comando de Bombeiros da Área 5a Baixada Litorânea, o Senhor Raphael Gonçalves da

Silva, por seus relevantes serviços prestados ao Município de São Pedro da Aldeia.

Com informações de cmspa.rj.gov.br -
Por ANGÉLICA MARINS



Depil Conceito
SUA CASA DE DEPILAÇÃO

DEPILAÇÃO MASCULINA E FEMININA

FAIXA PEQUENA | FAIXA GRANDE

ABDOMEN - MEIA PERNA

PERNA INTEIRA - NADEGAS

COSTAS - VIRILHA SIMPLES

VIRILHA CAVADA - VIRILHA TOTAL

NARIZ - ANUS

BUÇO - ORELHA

QUEIXO - PESCOÇO

AXILAS - BRAÇOS

SEIOS - DEP BUÇO COM LINHA

DEPILAÇÃO ROSTO COMPLETO

SOBRANCELHA

DESIGN DE SOBRANCELHA

DESIGN COM HENNA

EXTENSÃO DE CÍLIOS

MICROPIGMENTAÇÃO

EXTENSÃO DE CÍLIOS

ESTÉTICA

LIMPEZA DE PELE COM

PEELING DIAMANTADO

TRATAMENTOS FACIAIS

TRATAMENTO PARA REDUÇÃO

DE GORDURA E FLACIDEZ

PUMUP - REDUÇÃO DE CELULITE E

FORTALECIMENTO DO BUMBUM



**DEPILAÇÃO SEM
HORA MARCADA**

Seja Depil
Seja Conceito

- ✓ PROFISSIONAIS QUALIFICADOS
- ✓ CERA 100% A BASE DE MEL
- ✓ KITS DESCARTÁVEIS



(22) 98155-0368



@Depilconceito

RUA MARQUEZ DA CRUZ Nº 142 - DESCENDO A PREFEITURA (EM FRENTE A CRUZ VERMELHA)

Aldeia
Magazine

Réveillon 2023

LAGUNA

REVÉLLON NO LAGUNA

QUER PASSAR SEU RÉVEILLON NO
LUGAR MAIS GOSTOSO
DE SÃO PEDRO DA ALDEIA.

DÚVIDAS

(21) 99364-5607

Réveillon no Laguna!!!

Já pensou em passar seu final de ano no cantinho mais charmoso de São Pedro da Aldeia?!

Em uma noite do branco e dourado com mesa reservada, atendimento, brindes, espumante e uma mesa de frios liberada!!!

A COPA DAS ZEBRAS

COM A PALAVRA, O EDITOR



Por Renato Fulgoni

Zebra é uma gíria comum em esportes para designar um resultado inesperado, como, por exemplo, a vitória de uma equipe fraca sobre outra considerada forte. Quando uma equipe favorita perde o jogo, diz-se que foi “zebra” ou que “deu zebra”. A expressão foi criada pelo então técnico da Portuguesa-RJ, Gentil Cardoso, antes do jogo válido pelo Campeonato Carioca de Futebol de 1964 contra o Vasco da Gama. Gentil, em entrevista a um repórter de campo disse que o resultado do jogo seria “zebra”. A origem do nome vem do jogo do bicho, que não tinha a zebra entre os vinte e cinco animais a serem sorteados. Ou seja, era impossível sortear a zebra. No fim, a Portuguesa venceu o Vasco por 2-1.

Agora que já sabemos da origem da Zebra no futebol, iremos falar das derrotas e eliminações das seleções favoritas na Copa do Qatar. Arábia Saudita 2 X 1 Argentina, fase de grupo, Japão 2 X 1 Alemanha, fase de grupos e Costa Rica 1 X 0 Japão, fase de grupos. Argentina vindo de 34 jogos sem perder e com a ilustre presença de Messi e companhia ser derrotada, de virada, pela Arábia Saudita.

Já foi o tempo que camisa ganhava jogo. Alemanha e Uruguai eliminadas na primeira fase por equipes Asiáticas. Será a evolução do futebol?

Antigamente eu assistia as equipes Europeias, ganhando jogos com bolas cruzadas na área e gols de cabeça, devido sua diferença de estatura. Os jogadores Asiáticos eram pequenos e com pouca força física. Com a globalização do futebol e fortalecimento das ligas, o futebol ficou mais democrático. Jogadores Coreanos, Japoneses e Chineses sendo destaque em clubes Europeus. Esse reflexo já podemos ver aqui na América do Sul, com as equipes do Chile, Equador e a própria Venezuela (durante anos um “saco de pancadas”) e hoje, podem até perder, mas vendem caro os três pontos da partida.

O futebol evoluiu e as Zebras não são mais presas fáceis e assim como na natureza, nem sempre o Leão leva a melhor.





Flavio Machado

Nasceu no Rio de Janeiro, em 1959. Participou dos movimentos do fim dos anos 70 e início dos anos 80. Colaborou com vários órgãos da imprensa alternativa e participou de diversas Antologias Literárias, sendo premiado em importantes concursos literários. Publicou os livros Sala de Espera (2003), pela Editora Blocos, Livro azul de Haicai (2013), pela Editora CBJE, Provisórios (2014), Este lado para cima e à margem – volume 1 (2015) e À margem – volume 2 (2016), todos pela Editora LiteraCidade, e Livro Branco (2017), pela Editora Pará.Grafo, Livro Amarelo (2018), pela Editora Ixtlan, e Poemas para a luz do lampião (2019), Editora Costelas Felinas. Hoje radicado em Cabo Frio, RJ. Membro da Academia de Letras e Artes de Cabo Frio (ALACAF). É engenheiro agrônomo e de segurança do trabalho, casado, com quatro filhos e dois netos.

Memórias das copas do mundo

Nota: Inspirado pelo romance: Memórias Sentimentais de João Miramar - Oswald de Andrade.

1966

A primeira Copa do Mundo ninguém esquece. No banco de trás do lotação o avô com o radinho de pilha colado ao ouvido: xingando os portugueses.

1970

Noventa milhões em ação. O Saldanha foi demitido pelo General de plantão. A ditadura no auge: - Brasil ame ou deixe-o. As Passeatas e as guerrilhas. As bandeiras enfeitam as ruas. O jogo do século. A alegria da garotada nas ruas. A vingança de Rivelino na patada atômica. O capitão empurra para as redes o último gol da Copa. Podem encomendar outra taça.

1974

A Copa da Alemanha. A primeira copa em cores reais. A professora torcendo contra. Um frango africano nos salvou e avançamos. Derrotamos os hermanos e a Alemanha dividida. Ficamos no carrossel e voltamos em quarto.

1978

Ditadura X Ditadura. A primeira greve ninguém esquece. O movimento estudantil. O exército invadiu a seleção. O Almirante barrou Zico. Os militares no poder: na comissão técnica e na presidência. Nos porões mor-

riam os presos políticos. Venceu a Ditadura platina. Voltamos invictos. Inventaram o campeão moral.

1982

Comprei uma camisa amarela no camelô para Denise que gostava do Zico. Parecia um pouco com 1970, o time com arte e gols bonitos, apesar da teimosia siderúrgica de Telê. A triste derrota para os italianos. A campanha pela democratização do país. Abaixo a Ditadura. O povo unido jamais será vencido!

1986

Como diria Neném Prancha: - Pênalti é tão importante que deveria ser cobrado pelo Presidente. Agora eram duas camisas no camelô: Patrícia e Denise. O governo civil. O Plano cruzado e a inflação na alça de mira. Os franceses engasgados na garganta.

1990

A Cerveja preta e a televisão na casa da avó. A primeira Copa com Ana. A Primeira Copa sem meu avô. O time: - Sem comentários. Os hermanos nos venceram.

1994

A Copa em Minas. Virgílio e Carolina de camisas amarelas. O Independence Day. Os americanos não entendem nada de futebol. Fomos à forra com muita malandragem. Os suecos não foram páreo. A casa cheia de mulheres a beira de um ataque de nervos. Depois dos pênaltis enchemos a Kombi e fomos à Savassi comemorar. O bebê cochilando no banco do motorista.

1998

De volta ao Rio. Festa churrasco e derrota para Noruega. A camisa nove para Virgílio. Brigas em

casa. Brigas na rua. O mal súbito de Ronaldo. A final da Copa sozinho em casa. A Televisão desligada no segundo tempo. Os franceses engasgados na garganta.

2002

A Copa da virada. A viagem para o passado em Poços de Caldas. Na madrugada o grito de gol, não deu para os franceses, não deu para os hermanos. Derrubamos o muro alemão. Todo mundo tenta, mas só o Brasil é penta.

2006

Muita festa e favoritismo. E a copa fugindo pelas ladeiras. E os franceses novamente engasgados.

2010

A primeira vez de Igor. A copa na África. O futebol pragmático de resultado. As esperanças renovadas. Não houve chance. Os holandeses nos mandaram para casa.

2014

O nascimento de Matheus. A copa brasileira. Muita festa. Muito dinheiro. Muita obra fraudada. As mortes nos acidentes. E a derrota dolorosa: Alemanha sete vezes.

2018

A copa na Rússia. A esperança de apagar a derrota de 2014. O país com futebol sem alma. Assistir o final da partida na rodoviária. E retornamos sem taça.

2022

Uma copa longe. Duas vitórias e a derrota para Camarões. E no resto é esperar para crer.

LUNA GOSTOSURAS



Laura Gonçalves

Olá queridos leitores, a melhor época do ano chegou e eu posso provar. Nesse período a magia do Natal nos invade e nos proporciona emoções diferenciadas a todo instante. É a alegria de ver uma criança brincando, a emoção de encontrar um amigo, a expectativa de abrir um presente, a gratidão de ter familiares e amigos que estiveram ao nosso lado em momentos conturbado, a satisfação da fartura a mesa, o sentimento de realização em ver todo mundo reunido, a esperança de um início de ano fabuloso.

Sim, ao longo de dezembro sentimos muito e tudo, e eu espero que vocês sintam tudo o que há de melhor no mundo, e que esse sentimento se espalhe não só enquanto é dezembro, mas sim o ano inteiro. Merecemos esses pequenos aconchegos em nossos corações. Já deixo aqui minha gratidão a vocês e desejo um Natal espetacular e uma virada de ano fabulosa. Em agradecimento esse mês ensinarei 2 receitas perfeitas para a noite de Natal, sim-

plesmente deliciosas e fáceis de fazer. Venha conferir... Espero que se deliciem!

Bacalhoda de forno

Ingredientes

- 1 quilo de lombo de bacalhau dessalgado
- 1 quilo de batata em rodela
- 3 cebolas em rodela
- 1 pimentão verde em rodela
- 1 pimentão vermelho em rodela
- 1 pimentão amarelo em rodela
- 4 ovos cozidos em rodela
- 1 xícara de azeitona preta
- Azeite a gosto
- Salsa picada a gosto

Modo de preparo

Em uma panela, coloque 1 quilo de lombo de bacalhau dessalgado e água suficiente para cobrir o bacalhau pela metade. Cozinhe por 20 minutos.

Espete o garfo para conferir se o bacalhau está firme cozido. Reserve.

Em uma panela, coloque 1 quilo de batata em rodela e água suficiente para cozinhar. Cozinhe até ficar al dente.

Quando estiverem cozidas e macias, escorra as batatas e reserve.

Em uma panela, coloque 1 fio de azeite e adicione 3 cebolas em rodela, 1 pimentão verde em rodela, 1 pimentão amarelo em rodela, 1 pimentão vermelho em rodela e pimenta-do-reino a gosto. Refogue.

Forre o fundo de uma assadeira com as batatas cozidas.





Em seguida, adicione metade do refogado de pimentões e acomode as postas de bacalhau cozidas.

Acrescente o restante do refogado de pimentões, 4 ovos cozidos em rodelas, 1 xícara de azeitona preta e regue com bastante azeite.

Leve ao forno preaquecido por aproximadamente 40 minutos.

Finalize com salsa picada a gosto e sirva em seguida.

Mousse de Leite Condensado com Purê de Morango

Ingredientes

Mousse

3 claras

1/2 xícara (chá) de açúcar

1 envelope de gelatina em pó sem sabor (12 g)

5 colheres (sopa) de água fria

1 Leite condensado (lata ou caixinha) 395 g

1 medida (da lata ou caixinha) de Leite Líquido Integral

Purê de Morango

1 e 1/2 xícara (chá) de morangos picados

3 colheres (sopa) de açúcar

3 colheres (sopa) de água gelada

Modo de Preparo Mousse

1. Em uma panela, misture as claras e o açúcar e leve ao fogo baixo, mexendo vigorosamente sem parar, por cerca de 3 minutos, tirando a panela do fogo por alguns instantes a cada minuto, continuando a mexer, para não cozinhar.

2. Transfira para uma batedeira e bata por 5 minutos ou até dobrar de volume.

3. Em um recipiente, junte a água fria com a gelatina e leve ao fogo, em banho-maria, até dissolver.

4. Em um liquidificador, bata o Leite condensado, o leite e a gelatina dissolvida e reserve.

5. Incorpore as claras em neve ao creme reservado.

6. Misture delicadamente e porcione em taças individuais.

7. Leve à geladeira por cerca de 4 horas.

Purê de Morango

8. Em um recipiente, junte os morangos, o açúcar e a água gelada.

9. Deixe tomar gosto por alguns minutos.

10. Bata-os no liquidificador até obter um purê.

11. No momento de servir, cubra cada taça com um pouco do purê de morangos e decore a gosto.



Decoração

Dicas e tendências para o Natal 2022

Duas cores que já são tradicionalmente usadas nesta época do ano continuam como tendência para o Natal de 2022. A moda também é explorar o dourado e prateado nos enfeites de tema natalino, enquanto a novidade que também está na moda fica por conta da cor branca.

E olha que não é muito difícil explicar o retorno dessas tonalidades: o mundo Décor num geral tem trazido os elementos da natureza para dentro de casa. Inclusive, o dourado foi uma das grandes tendências deste ano.

Falando em elementos naturais, o interessante é utilizar frutos, folhas secas, coníferas e materiais renováveis como um todo em sua decoração natalina para acompanhar esse estilo que está em alta. O dourado representa a qualidade e a abundância e também o sucesso e prosperidade. Além disso, ele é elegante, traz requin-

tes de luxo ao ambiente e é bem refinado. A dica é usar essa tendência em luminárias, vasos, porta-retratos e quadros.

No caso específico do Natal, a cor dourada representa os raios de sol, enquanto o prateado e o branco dão a ideia de neve, que é um dos símbolos desta época do ano, mesmo que o Brasil não tenha incidência deste fenômeno natural. Apesar de termos essas duas cores como tendência, aquelas clássicas, como o vermelho e verde nunca sairão de moda. Então, você ainda pode abusar dessas tonalidades em sua decoração, principalmente do verde, já que ele traz essa pegada mais “natural” que é uma tendência.



Prefeitura Aldeense intensifica serviços nos bairros atingidos pelas fortes chuvas

A Prefeitura continua intensificando os serviços nos bairros para amenizar o impacto das fortes chuvas que ocorreram nos últimos dias. As equipes municipais estão presentes em diversos bairros aldeenses e chegarão aos demais conforme o nível de emergência apresentado.

Nesta quarta (01/12), a Secretaria de Serviços Públicos atuou nos bairros Balneário das Conchas, Rua do Fogo, Colina, Porto da Aldeia, Baleia, Centro, Parque dos Meninos, Campo Redondo, São João, Baleia, Estação, Jardim Arco Íris, Poço Fundo, Jardim Morada da Aldeia, Jardim das Acácias, Porto do Carro e Alecrim.

Os serviços prestados foram de patrol, limpeza com retroescavadeira, limpeza em geral, poda de árvores, reparo de saneamento, retirada de galhos e inservíveis, iluminação desassoreamento de valas e mais. A secretaria, também, segue realizando o bombeamento para drenagem dos pontos alagados.

Com informações da ASCOM/PMSPA -
Por Gabrielly Costa





Escritor Renato Fulgoni lança seu primeiro livro infantil

O escritor Renato Fulgoni lançou no dia 14 de outubro seu primeiro livro infantil com o título “TOM e suas aventuras”. O livro foi publicado pela Aldeia Editora e conta a história de um gatinho que foi adotado por uma família, que criava dois cachorros. Tom foi criado com todo carinho do mundo, só que ele pensa ser um cachorro e seu maior sonho é latir.

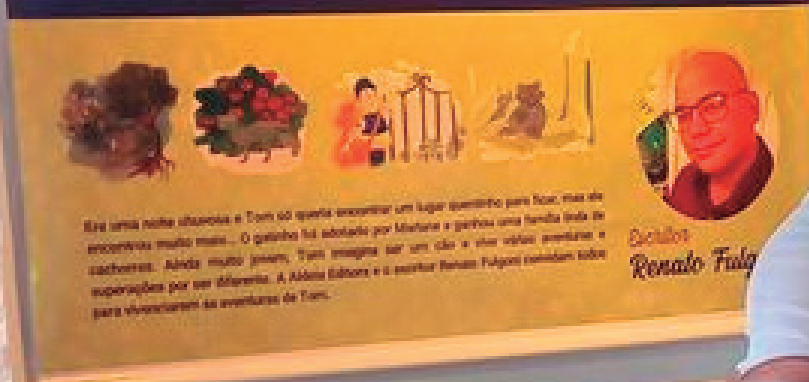
O evento de lançamento fez parte da abertura da 2ª Feira Literária de São Pedro da Aldeia (FLISPA) e contou com a participação de amigos, leitores, familiares e autoridades munici-

pais.

“Mais uma obra Literária lançada (...) feita com muito carinho pela Aldeia Editora, no qual sou editor e tive o maior orgulho de assinar esse projeto, “TOM e suas aventuras” é uma história cheia de emoção e de muita superação. Uma história para todas as crianças e família”, destacou Renato.

Ele está disponível para compra pelo WhatsApp 22 99983-6366 e no site da Livraria da Aldeia





6 motivos para você dar um livro de presente de Natal

A melhor época do ano está chegando. Comemorar o Natal trocando presentes com amigos e familiares é sensacional. Muitas pessoas ainda ficam na dúvida do que presentear os entes queridos, mas existe uma alternativa muito simples e é certeza de acerto: livros.

A Livraria da Aldeia reuniu 6 motivos para mostrar porque livros são os melhores presentes de Natal e convencer alguém a te dar aqueles livros de presente.

Valorize autores regionais

Não só de livros estrangeiros vivem as editoras e livrarias! A literatura brasileira tem autores incríveis que só estão esperando para serem reconhecidos e para ganharem um espacinho na sua estante. Além de dar um presente mega especial nesse Natal, você também valoriza nossa cultura e nossos autores!

Incentivar o hábito da leitura

Ao presentear alguém com um livro você pode estar mudando a vida dessa pessoa. Para criar um hábito de leitura é preciso, mais do que força de vontade, encontrar aquele livro especial para dar aquele empurrão.

Escolher um livro com carinho, pensando no tipo de história e temática que agradaria a pessoa pode fazer

com que ela encontre companheiros para a vida toda. Livros duram muito tempo e podem abrir portas e oferecer possibilidades infinitas para cada pessoa.

Livros são presentes para a vida toda

Um livro, ao contrário de muitos presentes comuns nessa época de Natal, dura muitos e muitos anos. Além de poder ser aproveitado por várias pessoas, ele pode ser lido no tempo de cada um, quando e onde quiser.

Livros passam uma mensagem

A época de Natal é um ótimo momento para dar um presente significativo que demonstre o seu sentimento pelas pessoas que ama. Além da história contida neles, livros passam mensagens incríveis e, se não forem o presente principal, são ótimos complementos.

Livros podem mudar a vida de alguém

A literatura tem o poder de nos transportar para outros lugares, viver histórias fantásticas e sentir emoções inexplicáveis. Além de ser uma válvula de escape, um livro pode abrir portas e mudar vidas. Livros podem ajudar a escolher profissões, decidir rumos e mudar comportamentos.

Presentei
seus amigos
neste **Natal**
com livros



(22)99983-6366



@livrariadaaldeia



Existe um livro perfeito para cada pessoa. Acredite quando alguém diz que existe um livro perfeito para cada pessoa também! Existem diversos gêneros literários que oferecem histórias para todos os gostos.

Histórias de amor, clássicos da literatura, thrillers psicológicos, livros

infantis, ensaios de não ficção, títulos jurídicos, poesias, crônicas e contos, livros-reportagem e muito mais! Existe um livro perfeito para cada pessoa e você pode aproveitar o Natal para ajudar alguém a encontrar o seu.

Davi Bandeira lança “INTENSO”, segundo álbum de estúdio

Um álbum para ouvir a todo momento – seja deitado, no conforto de casa; no ônibus da janela ou do metrô em direção à faculdade ou no trabalho; ou numa viagem com os amigos, tendo as músicas como uma trilha sonora... Esse é “INTENSO”, o segundo álbum de Davi Bandeira, que chega às plataformas digitais em 16 de novembro. Do pop dançante ao melancólico, passando por referências nordestinas e indo até o reggae, a mistura de sons marca uma nova fase na carreira do artista. Junto a ele, estão parceiros musicais que trabalharam com outros grandes nomes da música contemporânea brasileira.

“INTENSO é muito sobre mim, mas ao mesmo tempo não é um álbum biográfico. É um álbum que foi feito em sua maioria no interior do Ceará, de onde as pessoas talvez não imaginassem ser possível sair um álbum de música pop”, conta Davi, ao citar que o álbum traz como uma visão de mundo que construiu nesses 30 anos de vida. “É engraçado, porque eu estava ouvindo ele completo e é muito nítido que é um álbum de alguém que cresceu ouvindo de Michael Jackson a Aviões do Forró. Eu sempre fui encantado pela música pop e o forró corre nas minhas veias por ser cearense, mas o desafio foi entender como é ser esse artista que possui referências tão distintas. Fiquei com medo de soar confuso, de não estar coeso, mas eu fui seguindo meu coração e estou muito orgulhoso desse projeto”, destaca.

A concepção do novo projeto teve iní-

cio ainda no ano de 2019, logo após Davi Bandeira lançar uma releitura de “Assim Caminha a Humanidade”, do Lulu Santos. O combustível foi o desejo de fazer um álbum brasileiro de música pop, que contemplasse suas origens e referências nordestinas, misturando com o synth-pop mais nostálgico que ele ouvia tocando no rádio quando era criança. Ele estava morando em São Paulo e trabalhava em uma loja de cuecas para juntar dinheiro e investir em sua carreira. Com a pandemia de covid-19, houve o retorno para casa – e o que poderia parecer o fim do projeto que acabara de ser idealizado era, na verdade, um recomeço.

“Foi interessante porque eu fui embora para tentar minha carreira e voltei para o lugar de onde eu comecei a sonhar para produzir e trabalhar no projeto”, completa, ao dizer que sonha com isso desde muito criança e que, às vezes, sente como se o Davi de hoje encontrasse o Davi criança do início dos anos 2000.

A produção do álbum é assinada por Enzo Dicarlo, que trabalhou com nomes como Pablio Vittar e Clara Valverde e coprodução do próprio Davi Bandeira. “Naquele meio de incertezas, se o mundo ia acabar ou não, eu comecei a trabalhar em uma perspectiva: se eu pudesse fazer o último disco da minha vida, como ele seria?”, comenta Davi. Diante dessa nova realidade, ele se juntou novamente a Dan Morais, também parceiro artístico, e juntos escreveram todas as músicas do álbum. O processo, como afirma o cantor, era como



“uma terapia no meio do caos”.

A primeira música escrita foi “Louco de Amor” que, já no primeiro momento foi imaginada em um feat com Romero Ferro. “Eu pensei imediatamente nele e em como seria incrível nos juntarmos em um feat: ambos nordestinos – ele, de Pernambuco; eu, do Ceará... Isso poderia ser uma representação cultural muito massa e acabou que deu certo! A gente nem se conhecia na época, mas acabou rolando. Foi a última música que gravamos e ficou bem incrível”, relembra Davi. Além dele, nomes como Banda Nazirê, que trabalha a resistência do reggae; Leandro Buenno, que participou do The Voice Brasil; e o próprio Dan Moraes, marcam presença em “INTENSO”, levando toda versatilidade que o projeto apresenta.

“Eu sinto que é um álbum forte, mas também vulnerável. Nele, eu abro meu coração e me apresento como artista para que as pessoas possam me conhecer além da imagem, que elas possam ver minhas dores e minhas feridas. É um trabalho muito real em que eu trabalhei incansavelmente e desde o início para conseguir colocar no mundo”, enfatiza Davi Bandeira.

Antes mesmo de chegar ao mundo, “INTENSO”, já soma mais de 1,5 milhões de reproduções devido aos singles já lançados. Com o lançamento, as expectativas são as melhores. Inclusive para os clipes, que foram praticamente todos filmados no interior do Ceará: “Isso foi muito importante pra mim, pois eu queria trazer para esse trabalho as pessoas que sempre me apoiaram na minha carreira. Temos excelentes profissionais e eu queria mostrar isso para o Brasil, mostrar os lugares lindos de onde venho e as diferentes formas de fazer arte que possuímos”.

DAVI BANDEIRA:

Davi Bandeira é natural de Fortaleza e iniciou sua carreira profissional como cantor e compositor no Cariri cearense em 2016, com o single “Fica do Meu Lado”, criado com o produtor cearense Anfrísio Rocha. Em 2018, lançou “Ariano”, seu primeiro disco, que já soma mais de 2 milhões de reproduções nas plataformas digitais e inclui o sucesso “Coração”, releitura do clássico do cantor, compositor e poeta Dorgival Dantas. Em dezembro de 2019, lança seu EP homônimo. O material descrito como mais ‘pop’ apresenta um Davi mais maduro e seguro artisticamente. Davi também foi um dos indicados na categoria New Artist do Prêmio POP Mais 2019, sendo um dos destaques em número de votos

A virada de década para Davi começou como artista revelação no Rio POPLine Festival, performando para milhares de pessoas no Rio de Janeiro, e sua música fazendo parte da trilha sonora do The Voice Kids, da Rede Globo. Em abril de 2020, alcança o primeiro lugar do iTunes BR com o single “Dói, Mas Passa (mesmo)”, lista de músicas mais vendidas do país. Em 2021, Davi celebra suas origens com releituras dos clássicos do forró “Antes que Amanheça” e “Planeta de Cores”. Em 2022 lançou os singles “Vai Passar”, “Me Diz”, “Eu Vou Chorar Dançando” e “Praga”, que antecederam o lançamento do seu segundo álbum de inéditas “INTENSO”, lançado em novembro.



● RJ-SPA



2022 ●

BIOMAS

BRASIL - AMÉRICA DO SUL

Renato Fulgoni

Gavião-belo

As florestas brasileiras naturais são distribuídas em 6 biomas:

- 1 - Amazônia
- 2 - Caatinga
- 3 - Cerrado
- 4 - Mata Atlântica
- 5 - Pampas
- 6 - Pantanal

Cada um destes biomas possui características particulares que veremos todo mês em destaque na coluna **BIOMAS BRASIL - AMÉRICA DO SUL.**

O gavião-belo (*Busarellus nigricollis*) é um gavião da família dos acipitrídeos, encontrado do México à Argentina e por quase todo o Brasil, em pântanos, banhados, campos inundados e manguezais. A espécie mede cerca de 51 cm de comprimento, com plumagem ferrugínea, cabeça branca, papo manchado, primárias e retrizes negras. Também é conhecida pelos nomes de gavião-lavadeira, gavião-padre e gavião-velho. Mede cerca de 51 cm de comprimento. Alimenta-se de insetos, caramujos e principalmente peixes, os quais consegue capturar em águas

rasas próximas à borda, segurando-os com os pés, graças aos dedos serrihados e às unhas compridas e curvas. Faz ninho de gravetos em formato de plataforma, localizado entre 12 e 15 m, em manguezais ou árvores na borda de pântanos. Põe 1 ovo branco-acinzentado com manchas marrons. É localmente comum em beiras de lagos, pântanos, campos inundados e manguezais. É encontrado em quase todo o Brasil e também do México à Argentina.





SAQUAREMA

Saquarema Surf Festival traz bons resultados para o município

A segunda edição do Saquarema Surf Festival rendeu excelentes números para o município! Apresentado pela Prefeitura de Saquarema, por meio da Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Turismo, em parceria com a 213 Sports, o evento que tem a chancela da World Surf League (WSL) movimentou a Praia de Itaúna, aquecendo o comércio da cidade, fomentando o turismo e reafirmando a cidade como Capital Nacional do Surf.

De 17 a 21 de outubro, a Praia de Itaúna recebeu a segunda edição do maior festival de surf da América Latina. Tributado ao surfista Léo Neves, a competição reuniu centenas de surfistas que disputaram o QS, o JQS e o LQS, valendo 5000, 1000 e 1000 pontos, respectivamente, nas categorias feminina e masculina.

“Saquarema confirmou a sua vocação para o surf mais uma vez. Na segunda edição consecutiva, o Saquarema Surf Festival fez valer o título de maior festival de surf da América Latina, levando milhares de pessoas para as areias de Itaúna e outras dezenas de milhares nas plataformas digitais”, comemorou Pedro Dau de Mesquita, Diretor Comercial da 213 Sports.

Saquarema na vitrine do mundo

Durante os dias de festival, 314 mil visualizações foram obtidas nas transmissões dos canais WSL Brasil e WSL Global. Mais de 142 mil horas de programação assistida. Nas redes sociais, mais de 3 milhões de impressões no Instagram, Twitter e TikTok. Em geral, o retorno de mídia pode ser avaliado em mais de 2,3 milhões de reais.

Já nas areias, mais de 30 mil pessoas prestigiaram os surfistas que disputavam as melhores ondas de Itaúna, em busca do título do torneio. Boa parte destes torcedores se hospedou na rede hoteleira da cidade, que registrou aumento na ocupação, mesmo em baixa temporada. 60% dos leitos foram utilizados durante o evento.

Legado social e ambiental

Outros números também merecem destaque no relatório. Durante o Festival de Surf, 350 alunos de escolas municipais, estaduais e particulares estiveram envolvidas no evento, com ações de educação e conscientização ambiental. O circuito realizou gincanas de



conscientização ambiental durante os dias do evento, com recolhimento de plástico nas areias e aulas de educação ambiental na praia.

Nível de satisfação em alta

O Saquarema Surf Festival 2022 teve NPS 85.7 na pesquisa de satisfação enviada aos patrocinadores, com destaque para “atendimento da equipe”, “entregas de conteúdo”, “hospedagem” e “hospitalidade da população”. Isso mostra a qualidade do evento, da entrega e a satisfação dos patrocinadores com as experiências promovidas durante o evento.

Já entre os atletas, a nota alcançada foi de 75, com destaque para “transmissão

do evento”, “mobilidade”, “avaliação geral da cidade” e “hospitalidade da população”.

“Saquarema é a única cidade do mundo a receber três eventos diferentes da WSL e nosso município está intimamente ligado ao esporte e ao turismo. Eventos como estes geram emprego, renda, fomentam a rede hoteleira e divulgam Saquarema em todo o planeta. O retorno é um turismo qualificado, que injeta mais recursos na economia local. Ver os resultados das pesquisas de satisfação colocando a estrutura da cidade e a hospitalidade da população em alta é muito gratificante”, comemorou a Prefeita Manoela Peres.

AGRONEGÓCIO

VACINAÇÃO CONTRA A FEBRE AFTOSA É PRORROGADA ATÉ 17 DE DEZEMBRO

O Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Mapa) prorrogou a segunda etapa da campanha de vacinação contra a febre aftosa em todas as unidades da Federação. O novo prazo será até 17 de dezembro de 2022, podendo a declaração da vacinação pelo produtor ser realizada até dia 24 de dezembro. Esses prazos aplicam-se a todas as UFs, exceto aquelas que encaminharam solicitações individuais ao Mapa com pedidos de prazos diferentes. Ao todo, espera-se vacinar cerca de 161 milhões de animais.

A medida foi definida após solicitação de alguns estados, motivadas, em parte, pela aprovação e liberação de lotes de partidas de vacina ao final da etapa. “A ampliação do prazo foi definida para evitar transtornos ao produtor e evitar prejuízos à cobertura vacinal”, explica o diretor do Departamento de Saúde Animal, Geraldo Moraes.

A vacinação ocorre em animais de até 24 meses em dez estados (AL, AM, CE, MA, PA, PB, PE, PI, RR e RN), conforme o calendário nacional de vacinação.

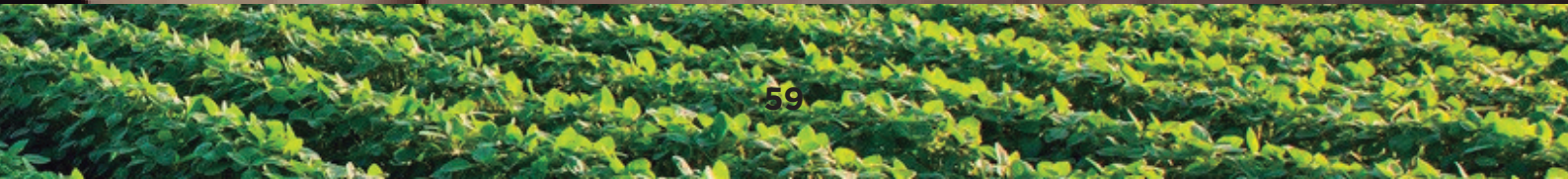
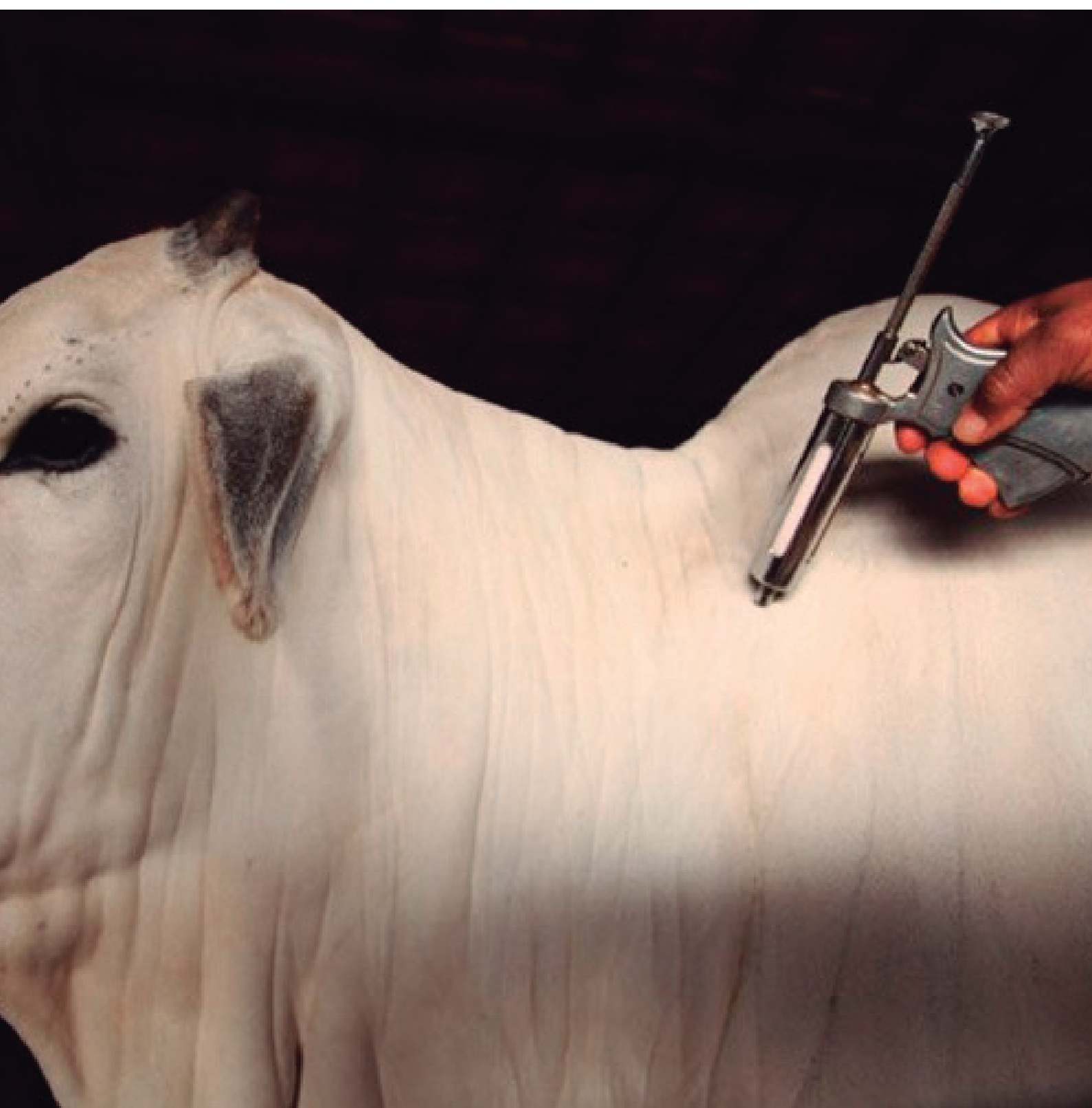
Já nas 11 unidades da Federação (BA, ES, GO, MG, MS, MT, RJ, SE, SP, TO e DF), que compõem o Bloco IV do Pla-

no Estratégico do Programa Nacional de Vigilância da Febre Aftosa (PE-P-NEFA), a vacinação é para bovinos e bubalinos de todas as idades.

As vacinas devem ser adquiridas nas revendas autorizadas e mantidas entre 2°C e 8°C, desde a aquisição até o momento da utilização – incluindo o transporte e a aplicação, já na fazenda. Devem ser usadas agulhas novas para aplicação da dose de 2 ml na tábua do pescoço de cada animal, preferindo as horas mais frescas do dia, para fazer a contenção adequada dos animais e a aplicação da vacina.

Além da vacinação, os produtores devem fazer a comprovação junto ao órgão executor de defesa sanitária animal de seu estado. A declaração da vacina pode ser entregue de forma online ou, quando não for possível, presencialmente nos postos designados pelo serviço veterinário estadual nos prazos estipulados.

Em caso de dúvidas, a orientação é para que procurem o órgão executor de defesa sanitária animal de seu estado.





SILVILENE GOMES

NASCEU NO DIA 18 DE MAIO DE 1972, É CARIOCA. FORMOU-SE EM LETRAS (USU-RJ) E COMUNICAÇÃO SOCIAL COM HABILITAÇÃO EM JORNALISMO (FACHA-RJ), ATUALMENTE MORA EM SÃO PEDRO DA ALDEIA - RJ E ACREDITA QUE O MUNDO TEM JEITO COM MUITA POESIA. É TAURINA, APRECIADORA DE ARTES, MÃE DE ELOISE GOMES E DEIXA CLARO QUE SUA PREFERÊNCIA É ESCREVER COM LÁPIS OU CANETA E LER LIVROS EM PAPEL.

A difícil arte da isonomia na era da globalização

Contexto Amazônia Azul

É de suma importância nesta nova era de sustentabilidade ambiental, assumirmos nosso papel com compromisso e seriedade em busca de medidas que combatam a poluição e degradação. É imprescindível que haja maior equidade nas mais diversas relações, para que a biodiversidade possa ser genuinamente reverenciada e conseqüentemente protegida de maneira eficaz.

Partindo da premissa que a razão da vida é possibilitar mais vida para que de forma cíclica o universo seja cada vez mais vivo, fazendo parte do crescente florescimento da vida, temos o ponto crucial: a tomada de consciência das ações humanas que gerarão grandes impactos no futuro.

Sabe-se que a prioridade deste olhar traz a permissão de expansão da mente para a Amazônia Azul, para, inclusive, repensar que há um propósito muito maior para existência humana. Ou seja, viver uma vida imbuída de responsabilidades sociais e ecológicas em busca do máximo proveito coletivo. Quiçá seja este o momento de girar o botão e ativar uma consciência mais humana, mais inclusiva.

Em tempos tão globalizados, não deveriam restar apenas aos homens de farda o zelo pela integridade e cuidado das riquezas das águas brasileiras, mas sim um dever de todos os nativos. Assim como deveria ser uma condição "sine qua non" o direito à acessibilidade para pessoas com deficiência, em sentido amplo com toda autonomia e sem discriminação em quaisquer espaços brasileiros, respeitando as suas especificidades e as suas diferentes necessidades.

Em outras palavras, a ótica precisa ser abrangente para incluir todos os seres e suas inter-relações. A exemplo, do que já existe na própria Força que protege as águas brasileiras com seu conjunto de regras que acolhem pessoas deficientes. Por conseguinte, percebe-se que não é simples esta prática de inclusão, todavia, com interesse da sociedade é possível.

Diante do exposto, o exercício de amar, respeitar o próximo e a sua natureza com todas as igualdades e desigualdades, permitindo o uso sustentável, assumindo sempre o protagonismo de dignificar a vida humana para infinitas possibilidades, integrando-o na sociedade, na Amazônia Azul garantindo seus direitos com o intuito de protegê-los. Para que enfim todos possam estar integrados: humanidade; natureza e; toda a sua completude.

CLIMA FRIO



CLIMATIZAÇÃO E REFRIGERAÇÃO

GELADEIRA
AR CONDICIONADO
MÁQUINA DE LAVAR
CÂMARA FRIGORÍFICA
BEBEDOURO



TRABALHAMOS COM CONTRATOS PARA EMPRESAS

FAÇA SEU ORÇAMENTO



(22) 99852-8728
(22) 99972-2576

ROD. DEP. MÁRCIO CORRÊA, RODOVIA RJ-140, Nº 51, LOJAS 06 E 07,
BAIRRO ESTAÇÃO, SÃO PEDRO DA ALDEIA - RJ

faça MANUTENÇÃO PREVENTIVA



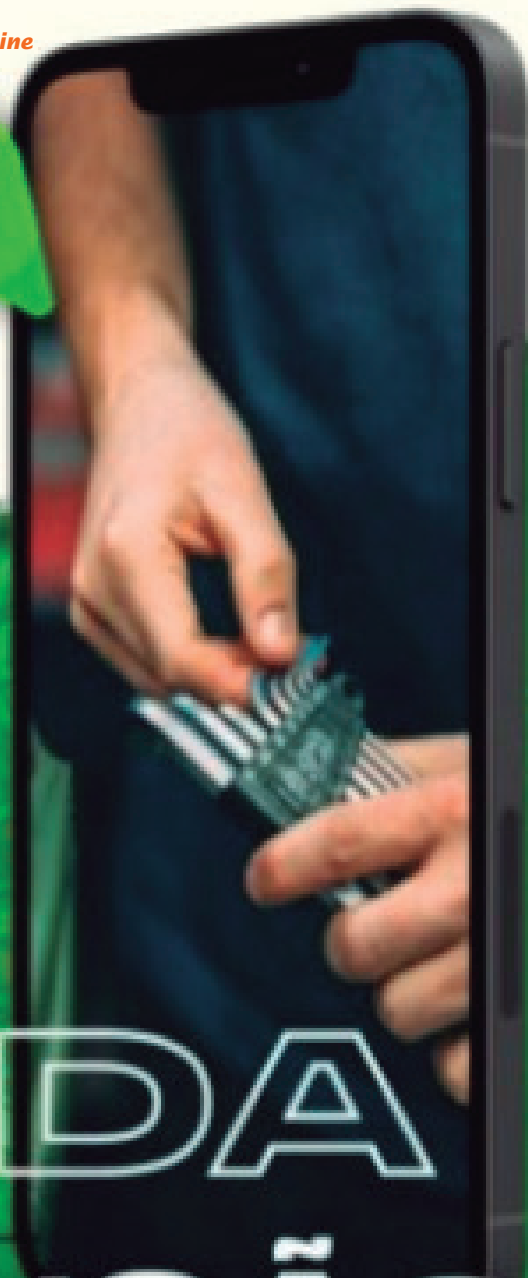
f @ consertabike.com

Se você ainda não fez aquela manutenção preventiva na sua bike para o pedal de final de semana, corre que ainda dá tempo!

A importância de uma manutenção preventiva é manter o equipamento em dia, além de evitar quebras durante o percurso, diminuir os desgastes das

peças que passam a funcionar melhor e por muito mais tempo. Uma das coisas mais comuns que arruinam uma pedalada são problemas mecânicos durante o trajeto.

Então corre pra cá e agende sua manutenção segui @consertabike_spa



AGENDA

COM VAGAS PARA

MANUTENÇÃO



consertabike.com

Agende aquela manutenção preventiva para a sua bike. Entre em contato conosco através do Whatsapp (22) 997383755 e agende a sua manutenção Sua Bike agradece!

Venda de bicicletas, peças e acessórios
Manutenções técnicas e Revisões especializadas

(22)99738-3755

Escritora Aline Santos realiza Palestra sobre Inclusão em Escola Municipal de São Pedro da Aldeia



Aline Santos

Escritora, Pedagoga, Palestrante cultural e membro da Academia de letras e artes de Cabo frio, Autora de livros como O transtorno do déficit de atenção com hiperatividade, O leão e sua família. Voluntária Unicef, Atriz, Modelo. Participações em várias antologias Regionais, locais, Internacional, Nacionais, além de Premiações. Tem 34 anos Natural de Salvador Bahia. Colunista na Revista online aldeia Magazine.

A professora e escritora, Aline Santos, realizou uma Palestra sobre Inclusão para os pais de alunos da Escola Municipal Carlota Rocha, São Pedro da Aldeia. No encontro, um bate-papo com o tema “Incluindo o TDAH e sua experiência para com a escrita dos livros”.

A professora e escritora, Aline Santos, abordou assuntos relacionados ao Transtorno do déficit de atenção com hiperatividade, o TDAH.

Com a obra de própria autoria, “A criança hiperativa- TDAH, o transtorninho”, a autora debateu de forma saudável a inclusão do TDAH e sua experiência para com a escrita dos livros.

Aline é autora de 3 livros que fala sobre Inclusão.

“Eu sempre me sinto honrada e grata! Pelos convites que surgem para falar sobre meu trabalho literário”, destacou a escritora.



PALESTRA SOBRE INCLUSÃO

3 DE DEZEMBRO
ESCOLA CARLOTA ROCHA

Aline Santos
ESCRITORA



ENTREVISTA



**Rosemary Gomes,
escritora, é a
entrevistada de
Renato Fulgoni**

O DINOSSAURO BEN É ELEITO MELHOR DESENHO ANIMADO PELA LITERARTE KIDS

A escritora Rosemary Gomes está comemorando a grande vitória no concurso de melhor desenho animado realizado pela Literarte Kids. O Dinossauro Ben foi eleito como melhor desenho animado do ano de 2022 pela Literarte Kids.

“Estou muito feliz que meu Desenho animado O Dinossauro Ben ficou em primeiro lugar, como melhor do ano de 2022 pela Literarte Kids. Muito obrigada, Izabelle Valladares e amigos que prestigiaram o meu dinossaurinho”, disse Rosemary

Rosemary Gomes atua como Professora de Educação Infantil nos Municípios de Itaguaí e Rio de Janeiro. Lançou em 2016 “A Lagarta Gongolinho”, em 2017 “A Porquinha Lilith”, em 2018 “A Girafa Melissa, A Tartaruga Cristal e O Dinossauro Ben”. Em 2019 “Thuty o amigo ja-

caré e agora A Formiga Estrela”. A escritora conta ainda com três desenhos animados no you tube pela empresa Literarte “O Dinossauro Ben, Thuty o amigo Jacaré e esse ano A Formiga Estrela”.

Rosemary Gomes é acadêmica da ALACAF (Academia de Letras e Artes de Cabo Frio), NALAP (Núcleo de Letras e Artes de Portugal), Academia de Goiás e Luminescence Academia Française Dra Arts Lettres et Culture - Academia Francesa. Sempre apreciou os Contos de Perrault e Irmãos Grimm. Na infância, lia Cecília Meireles, Vinicius de Moraes e Maurício de Souza. Participou da 18ª Bienal, com livro Mulheres Reais e Antologias e atualmente foi coautora da Antologia Palavras sem fronteiras.



Acompanhe a entrevista de Rosemary Gomes com Renato Fulgoni:



Qual foi a emoção de receber a notícia que o Dinossauro Ben foi eleito melhor desenho animado pela Literarte Kids?

Foi uma alegria imensa. Havia passado o desenho para muitas escolas da zona oeste e zona sul. Conteí essa história do Dinossauro desde 2018. Na época o livro do Dinossauro fez muito sucesso. E sobre o desenho a empresa Literarte trabalha com exatidão. Conversamos sobre o desenho e pedi para que o dinossauro se movimentasse e assim foi feito. Todas as crianças que assistiram gostaram muito do desenho e da mensagem que traz para cada família. Já foi passado em vários países onde há consulados Brasileiros e todos aplaudiram. O reconhecimento da obra literária e do desenho É sempre bem vindo.



Você já tem novos projetos para futuros desenhos?



Sim, tenho um projeto da Gata Pink. É um livro que narra sobre a pandemia. Fez muito sucesso em 2020 e 2021 Narra sobre uma aldeia de gatos na pandemia.



Onde você busca inspirações para criar suas histórias?



Busco inspirações nos fatos do cotidiano O Dinossauro Ben faço uma alusão ao Museu Nacional que pegou fogo e graças a Deus hj está sendo restaurado. Sempre acompanho as notícias sobre o Museu que faz parte do meu imaginário quando criança tive o privilégio de visitar muitas vezes como também brincar muito na Quinta da Boa Vista.





Você é professora e convive diretamente com as crianças. Como essa convivência influenciou sua carreira literária?

As crianças oralizam sempre nas rodinhas de conversa novas histórias, com grandes debates, aprendo todos os dias com as crianças. Crio as histórias a partir da fala das crianças. Elas pedem histórias com girafas, dinossauros, gatos, cachorros e muitos animais todos os dias.



Quais escritores e artistas te inspiram?



Os primeiros foram Mauricio de Souza e Ziraldo. Continuo lendo Mauricio e Ziraldo como também alguns escritores estrangeiros Charles Perrault seria um exemplo e muitos artistas de Cabo Frio. Gosto muito dos escritos da escritora Rosana Andrea e Jacqueline Brum. Gostaria de aproveitar o momento e agradecer todos que votaram no meu desenho e a entrevista do sr. jornalista Renato Fulgoni sempre acreditando no meu trabalho. Muito obrigada A palavra de hoje é gratidão.



Gostaria de agradecer também o poeta Roberto Amorim, meu amor. Ajudou muito na campanha da votação do desenho animado O Dinossauro Ben.

Também fico agradecida a minha mãe Neuza, minhas irmãs Regina Claudia e Renata Cristina, meus sobrinhos, meus amigos de infância, minha amiga Gilmara, a professora Thalita, meus tios, meus primos, meus alunos e responsáveis, a Creche Renato Ladislau em Itaguaí e as Creches Alegria de Nova Cidade e Criando o Futuro em Campo Grande no Rio de Janeiro.

E aos amigos da Alacaf e da Presidente da Literarte Izabelle Valladares.



Shopping Park Lagos, em Cabo Frio, promove ação de Natal para crianças e pessoas com Transtorno do Espectro Autista



Na próxima quarta-feira (07/12), o Shopping Park Lagos abrirá as portas duas horas mais cedo, às 8h. O motivo é mais que especial: receber crianças e pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) para curtir e aproveitar a Decoração de Natal, além de tirar fotos com Papai Noel. A ação tem como objetivo proporcionar a esse público uma experiência encantada em um ambiente calmo, silencioso e confortável. As vagas são limitadas e as inscrições devem ser feitas através do Linktree disponível no Instagram do Park Lagos (@parklagos). O espaço será exclusivo para os inscritos entre 8h e 10h.

Viagem de Noel à Praia
Montada na Praça de Eventos e inspirado no tema “A Viagem de Noel à Praia”, a decoração de Na-

tal reúne tradicionais objetos natalinos que ganham ares praianos. Espaços instagramáveis prometem ser a sensação e dividir as atenções com Papai Noel, que marcará presença no espaço diariamente, nos seguintes horários: de segunda a sábado, das 14h às 22h; e aos domingos, das 14h às 21h, até o dia 08 de janeiro.

Compre & Ganhe

A cada R\$ 400 reais em compras, entre os dias 05 e 24 de dezembro, é possível trocar as notas fiscais por um Panetone Wickbold (limitado a dois panetones por CPF). O balcão de trocas funcionará no lounge em frente à loja Zinzane.



Casa do Papai Noel será inaugurada nesta terça-feira (13) em São Pedro da Aldeia



Com informações da ASCOM - Por Raíra Morena

A noite da próxima terça-feira (13) será de muito encantamento, alegria e emoção em São Pedro da Aldeia com a abertura oficial da temporada natalina. Totalmente revitalizada, a Casa do Papai Noel será inaugurada com uma ampla programação cultural para toda a família. O evento, promovido pela Secretaria Municipal de Cultura, terá início às 18h30 com o tradicional desfile do Bom Velinho pelas ruas do centro, concerto com a Orquestra Sons da Aldeia e apresentações de dança e teatro com a participação dos alunos da Escola de Artes, da Companhia de Teatro Municipal e do Ballet Municipal, que prometem encantar o público.

A exposição natalina vai funcionar até o dia 13 de janeiro na Casa da Cultura Gabriel Joaquim dos Santos, com visitação gratuita das 14h às 22h, de segunda a segunda. Excepcionalmente nos dias 24, 25 e 31 de dezembro e nos dias 1º e 9 de janeiro não haver a funcionamento. De terç a a domingo, os visitantes também poderão tirar

fotos com o Papai Noel. O personagem ficar a no espaç o das 19h às 22h.

O secretário municipal de Cultura, Thiago Marques, destacou algumas das novidades implementadas pela gestão este ano e reforç o o apoio do prefeito Fábio do Pastel na execução do projeto de Natal. "Este ano, nós revitalizamos e ampliamos a Casa do Papai Noel. Pela primeira vez, teremos uma vila cenográfica externa com tren , estação de trem e ornamentação, que vai funcionar com uma extensão da Casa. Tudo isso produzido de forma artesanal com muito carinho, criatividade e empenho dos nossos colaboradores da Cultura. Outro destaque deste ano   a ampla participação dos nossos artistas e agentes culturais na programação, apresentando seus trabalhos de música instrumental, dança, teatro e canto coral. Executar esse grande projeto   uma tarefa desafiadora, mas graças ao apoio do prefeito e das secretarias parceiras, entregaremos um Natal maravilhoso, como a cidade merece. Esperamos que as famílias se encantem e se divirtam com as atrações", disse.

Batizada de 'Aldeia do Noel', a instalação da vila cenográfica vai reforçar a atmosfera lúdica da

Decoração natalina

Casa do Papai Noel, ocupando parte da fachada da Casa da Cultura com diversos espaços “instagramáveis”. Na parte interna, a novidade este ano será o carrossel, um clássico dos parques de diversões, que promete garantir a diversão da criançada. O brinquedo tem capacidade para quatro usuários por vez, com um limite máximo total de 160 kg.

Programação cultural

Um dos destaques desta temporada natalina é a extensa programação cultural. Ao todo, serão nove dias de atrações, distribuídas nos dias 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22 e 23 de dezembro. Mais de 50 artistas estarão envolvidos nas apresentações, que acontecerão na Casa da Cultura, na Praça Agenor Santos (Praça da Igreja Matriz) e na Praça Hermógenes Freire da Costa, no Centro da cidade.

Outro ponto alto deste ano serão as apresentações dos corais da Igreja Batista de São, do bairro Balneário, da 1ª Igreja Batista do Centro e das igrejas Presbiteriana e 2ª Igreja Batista, ambas do bairro São João, que prometem abrilhantar os festejos natalinos reforçando a tradição cristã, em celebração ao nascimento do menino Jesus. Os coros se apresentarão nos dias 20 e 22 de dezembro, na Praça Agenor Santos.

Para garantir o espírito natalino na cidade, as principais ruas do Centro também ganharam iluminação e ornamentação temática. Mais de 30 funcionários de diversas secretarias municipais estiveram envolvidos na montagem das decorações.

Os superpostes de luz da Avenida São Pedro, na entrada da cidade, no trecho até a Praça Dr. Plínio de Assis Tavares (Praça do Canhão), ganharam peças decorativas iluminadas. O deck da Praça Hermógenes Freire da Costa, na Praia do Centro, também recebeu ornamentação especial com a instalação de arcos de luz. Na Praça do Canhão, foram instaladas ainda cerca de 400 lâmpadas LED. Enfeites também foram afixados ao longo da Rua Feliciano Sodré e na Avenida Francisco Coelho Pereira, no Centro, no Centro.

Localizados na Praça Agenor Santos, a Igreja Matriz e o convento dos jesuítas, que fazem parte do conjunto arquitetônico histórico do Centro, receberam iluminação especial, além do coreto, que ganhou uma cortina de luzes. Na praça, também foram instaladas estruturas metálicas iluminadas, em formato de adornos natalinos, como estrela, anjo, carruagem e renas, que simbolizam a tradição do Natal.

Confira a programação completa da temporada natalina em São Pedro da Aldeia:

13/12 (terça-feira) –
Abertura do Natal

18h30 – Cortejo do Papai Noel pela cidade (com Orquestra) – Saída da Praça Hermógenes Freire da Costa até a Casa da Cultura.

Apresentação da Orquestra Sons da Aldeia – Casa da Cultura

Auto de Natal com a Companhia de Teatro Municipal – Casa da Cultura

Abertura oficial da Casa do Papai Noel – Casa da Cultura

Concerto da Orquestra Sons da Aldeia – Casa da Cultura

Apresentação de balé “Valsa Natalina” com a Escola de Artes Municipal – Casa da Cultura

Apresentação de balé clássico “Flocos de Neve”/remontagem de trecho do Ballet O Quebra-Nozes com a Companhia de Ballet Municipal – Casa da Cultura

Apresentação de sapateado “Papai Noel & Mamãe Noel” com a Companhia de Ballet Municipal – Casa da Cultura

Apresentação de danças urbanas

“Natal Urbano” com a Companhia de Ballet Municipal – Casa da Cultura

22h – Fechamento da Casa do Papai Noel

14/12 (quarta-feira)

18h – Solo instrumental natalino – Casa da Cultura

19h30 – Auto de Natal com a Companhia de Teatro Municipal – Praça Agenor Santos (Praça da Igreja Matriz)

20h – Solo instrumental natalino – Casa da Cultura

Casa do Papai Noel: Das 14h às 22h.

Avenida Francisco Coelho Pereira, nº 255 – Centro.

15/12 (quinta-feira)

A partir das 18h – Solo instrumental natalino – Casa da Cultura

Casa do Papai Noel: Das 14h às 22h.

Avenida Francisco Coelho Pereira, nº 255 – Centro.

16/12 (sexta-feira)

18h – Solo instrumental natalino – Praça Hermógenes Freire da Costa

19h30 – Apresentação de balé clássico com Ballet Rafaella Grili – Praça Agenor Santos (Praça da Igreja Matriz)

20h – Auto de Natal com a

255 – Centro.

Companhia de Teatro Municipal –
Praça Agenor Santos (Praça da
Igreja Matriz)

20h – Solo instrumental natalino –
Casa da Cultura

Casa do Papai Noel: Das 14h às
22h.

Avenida Francisco Coelho Perei-
ra, nº 255 – Centro.

17/12 (sábado)

18h – Solo instrumental natalino –
Praça Hermógenes Freire da Cos-
ta

20h – Solo instrumental natalino –
Praça Hermógenes Freire da Cos-
ta

Casa do Papai Noel: Das 14h às
22h.

Avenida Francisco Coelho Perei-
ra, nº 255 – Centro.

20/12 (terça-feira)

19h – Coral Igreja Presbiteriana/
Bairro São João – Praça Agenor
Santos (Praça da Igreja Matriz)

20h – Coral 2ª Igreja Batista/Bair-
ro São João – Praça Agenor San-
tos (Praça da Igreja
Matriz)

Casa do Papai Noel:
Das 14h às 22h.

Avenida Francisco
Coelho Pereira, nº

21/12 (quarta-feira)

18h – Solo instrumental natalino –
Praça Hermógenes Freire da Cos-
ta

20h – Solo instrumental natalino –
Casa da Cultura

Casa do Papai Noel: Das 14h às
22h.

Avenida Francisco Coelho Perei-
ra, nº 255 – Centro.

22/12 (quinta-feira)

18h – Solo instrumental natalino –
Praça Hermógenes Freire da Cos-
ta

18h30 – Coral Igreja Batista de
São/Bairro Balneário – Praça
Agenor Santos (Praça da Igreja
Matriz)

19h30 – Coral 1ª Igreja Batista de
São Pedro da Aldeia/Centro –
Praça Agenor Santos (Praça da
Igreja Matriz)

20h – Solo instrumental natalino –
Casa da Cultura

Casa do Papai Noel: Das 14h às
22h.

Avenida Francisco Coelho Perei-
ra, nº 255 – Centro.

23/12 (sexta-feira)

19h – Concerto de Natal da Or-
questra – Praça Agenor Santos
(Praça da Igreja Matriz)

Casa do Papai Noel:
Das 14h às 22h.

Avenida Francisco
Coelho Pereira, nº 255
- Centro.

ASCOM/PMSPA

Texto: Raíra Morena

Fotos: Raíra Morena/Divulgação
PMSPA





Peixe Mexerica

Por Renato Fulgoni

Espécie bastante pacífica que pode ser mantida em aquário comunitário, mesmo com peixes de pequeno porte. Embora formem casais, aprecia a presença de outros indivíduos da mesma espécie desde que o aquário seja grande o suficiente para mantê-los.

Apresenta comportamento bastante curioso e desinibido quando bem adaptado no aquário, passando a maior parte do tempo “pastando” no substrato a procura de alimentos. Evite criá-los com peixes de porte muito maior ou de comportamento agressivo.

Alimentação

Onívoro, em seu ambiente natural alimenta-se de larvas e ovos de peixes, pequenos invertebrados aquáticos, plantas e secundariamente algas. Em cativeiro aceitará alimentos secos e vi-

vos sem dificuldades, devendo ser fornecido alimentos vivos e matéria vegetal regularmente se possível.

Reprodução e dimorfismo sexual

Ovíparo. Maturidade sexual ocorre próximo de seis meses. A reprodução é similar a outros ciclídeos, o casal irá construir um ninho no substrato onde a fêmea irá fazer a postura dos ovos sendo fertilizado prontamente pelo macho. Eclodem em até 2 dias e estarão nadando livremente em até 3 dias sob a supervisão dos pais. Pais cuidam da progênie por até um mês.

Dimorfismo sexual

Não existem diferenças notórias em seu dimorfismo externo. Eventualmente existem descrições que atribuem aos machos uma cor mais forte assim como um tamanho ligeiramente superior.



ENTREVISTA



Lalinha, Cantor e Compositor, é o entrevistado de Marcello Lyca no Palco do Groove

O CAPIXABA TALENTOSO QUE DESDE MENINO, ATRAVESSA FRONTEIRAS BRILHANDO COM SUAS CANÇÕES E DESEMBARCA NO RIO!

“passei por muitas cidades e histórias, e essa experiência me trouxe mais força e maturidade!” (Lalinha em entrevista ao Marcello Lyca na Coluna Palco do Groove)



Conta pra gente há quanto tempo existe o Lalinha no rock autoral brasileiro? Quais suas influências? Como você chegou a ser esse destaque na cena nacional do rock independente?



Então, eu estou na estrada a algum tempo, comecei aos 14 anos em banda de escola com os parceiros, quando a banda acabou meio que sem começar (risos), fiquei um tempo me dedicando a composição. Fui convidado pra banda PORÃO 18 ainda na minha cidade natal Pinheiros - ES, que foi mais um aprendizado, depois parti pro mundo, fiz shows em bandas de axé, de baile, trio eléctrico, o que me trouxe mais experiência e segurança no palco, foi uma grande escola. Então chegou a hora de deixar essa história pra trás e seguir pro Rio de Janeiro em 2001 pra trabalhar meu som autoral. Montei a banda CASA DE BICHO que fez um movimento bem bacana no underground carioca de 2001 a 2009, a banda acabou e segui em carreira solo, e desde então minha base é na cidade de Maricá e minhas influências vão da música regional ao metal, é uma mistureba! E trabalhando com muito afinco, persistência, pesquisando, estudando as novas tendências e mudanças no mundo fonográfico, investindo no audiovisual, encontrando pessoas que curtem meu trampo e divulgam por aí, a coisa foi andando e caminhando e hoje estou aqui.



**Siga no Instagram,
Facebook, Youtube e
Spotify: @palcodogroove**



Cara, desse período que você já tá na estrada, qual situação você passou que te fez pensar e agir com mais maturidade em manter sua carreira?



Foi o tempo em que eu planejei a minha vinda pro Rio de Janeiro, foi uma epopeia até chegar, passei por muitas cidades e histórias, e essa experiência me trouxe mais força e maturidade.



Lalinha, como foi pra você como artista independente, vivendo de arte, encarar a pandemia e, artisticamente falando, qual tipo de lição ou aprendizagem esse período longe dos palcos te trouxe?



Foi muito difícil no começo, shows cancelados, foi brabo, mas aí eu pensei que tinha que fazer algo e que isso era uma outra mudança, então comecei a fazer Lives em casa, fechei parceria com alguns parceiros comerciantes que cediam produtos pra sorteios, rifas, rifei um show também, e nessas lives vendia o meu Álbum em pen drives, que ficaram prontos na véspera de começar a quarentena. Aí apareceram lives corporativas pra empresas maiores. E o mais importante foram os editais da Lei Aldir Blanc no qual fui contemplado por 5 vezes, com tudo isso apesar do momento triste, eu consegui reconhecimento através da internet porque todos estavam lá, aprendi que temos que encarar as mudanças e seguir em frente.



Lalinha... Qual tipo de som que te inspira e que nunca tá de fora do seu Spotify? Qual a importância desse artista na sua vida?



O meu som está sempre na minha play e recomendo (risos). O artista que mais me inspira é Raul Seixas, pela atitude, pelas letras e melodias, e principalmente pela forma de ver o verdadeiro mundo.





Conta pra gente sobre projetos futuros, novidades, lançamentos, o que o Lalinha tem planejado?

Já estamos no fim de 2022 mas ainda tenho planos, quero ainda esse ano lançar mais um vídeo clipe do Liquidificado que está em pré produção e será uma animação.



Tem Spoiler?



Para 2023 tenho um novo projeto que já esta sendo produzido em estúdio e claro com o Abominável homem da guitarra: Gustavo Di Pádua. Posso chamar de Rock Cósmico (está aí o spoiler)



Lalinha aproveite o espaço pra vender seu peixe! Passe suas redes sociais, plataformas de streaming, manda seu alô, abraço pra família, enfim, deixe seu recado!

Caros amigos (as), quero convidar todos vocês pra conferir meu som em todos os streamings das galáxias com respaldo da NASA!

No Spotify Digita lá LALINHA LIQUIDIFICADOIDO.

No insta @lalinha.oficial youtube Lalinha Oficial

Facebook/Lalinha Walas

Me sigam lá deixe seu alô que eu deixo meu alô pra vocês. Tmj!

Grande abraço pra você Marcellão obrigado pelo convite, abraço para os amigos, minha família, apoiadores e toda rapaziada que curte meu trabalho.



Sigam também as redes sociais:

Instagram @radiofestabeach
Facebook/ Rádio Festa Beach
Youtube/ @radiofestabeach
TikTok @radiofestabeach
Spotify Rádio Festa Beach



Prefeitura de São Pedro da Aldeia apresenta o orçamento anual do município em audiência na Câmara



A população de São Pedro da Aldeia está convocada para a audiência de apresentação do orçamento municipal de 2023. Os dados serão apresentados pela Secretaria de Planejamento e Gestão na próxima quinta-feira (01/12), às 10h, na Câmara Municipal. Em destaque ao governo participativo da gestão Fábio do Pastel, as propostas foram elaboradas com a colaboração dos moradores por meio da campanha Orçamento Público Digital 2023. O projeto para formulação da Lei Orçamentária Anual (LOA-2023) foi desenvolvido com base nas principais necessidades da cidade. A prefeitura abriu, ainda, a oportunidade para os moradores compartilharem quais áreas do município precisam de mais atenção. A iniciativa garante o avanço do desenvolvimento aldeense, proporcionando mais qualidade de vida para todos.

Orçamento participativo

As demandas apresentadas pela população por meio do orçamento popular digital foram levadas em conta

durante a elaboração do planejamento orçamentário. Com isso, os projetos incluem ações pontuais de saneamento básico e pavimentação das vias dos bairros. As áreas fundamentais do município como a saúde, educação, proteção social, previdência, além da retomada econômica foram os destaques demandados pela população aldeense. A consulta popular foi realizada por meio da campanha Orçamento Público 2023 que disponibilizou um formulário online que ficou no ar no mês de setembro deste ano e teve cerca de 200 participações.

A iniciativa caminha junto ao direcionamento do prefeito Fábio do Pastel para cumprir os dispositivos da Lei de Responsabilidade Fiscal, alinhados aos 17 Objetivos do Desenvolvimento Sustentável da Organização das Nações Unidas (ONU).

Com informações da ASCOM/PMSPA

CLIMA FRIO



CLIMATIZAÇÃO E REFRIGERAÇÃO

GELADEIRA
AR CONDICIONADO
MÁQUINA DE LAVAR
CÂMARA FRIGORÍFICA
BEBEDOURO



TRABALHAMOS COM CONTRATOS PARA EMPRESAS

FAÇA SEU ORÇAMENTO



(22) 99852-8728

(22) 99972-2576

ROD. DEP. MÁRCIO CORRÊA, RODOVIA RJ-140, Nº 51, LOJAS 06 E 07,
BAIRRO ESTAÇÃO, SÃO PEDRO DA ALDEIA - RJ



MEU JARDIM



Caládio Caladium bicolor Rosa

Esse mês vamos falar da Caládio - Caladium bicolor Rosa, uma planta linda que tenho no **meu jardim**.

Os caládios são plantas bulbosas muito apreciadas devido à sua folhagem ornamental. Elas apresentam folhas grandes, rajadas ou pintalgadas, com duas ou mais cores e tonalidades de branco, verde, rosa ou vermelho. As inflorescências têm importância ornamental secundária e são muito parecidas com as do lírio-da-paz (*Spathiphyllum wallisi*), sendo brancas ou esverdeadas e podem ser pintalgadas como as folhas. A floração ocorre no verão.

Há mais de 1000 variedades de caládio atualmente, algumas são mais indicadas para o jardim e outras devem ser cultivadas em ambientes internos. Prestam-se para a formação de maciços e bordaduras, além de vasos e jardineiras. Durante o inverno o caládio entra em repouso e aparenta estar morto, mas emite novas brotações na primavera. Neste período as adubações devem ser suspensas e podemos remover os bulbos e guardá-los em local seco, sombreado e fresco.

Devem ser cultivados sob luminosidade difusa, pleno sol ou meia-sombra, de acordo com a variedade. Em solo fértil, leve e enriquecido com matéria orgânica, com regas regulares. O caládio aprecia a umidade, mas não tolera o encharcamento. Multiplica-se por separação dos bulbos quando a planta entra em repouso.



LANÇAMENTO DA REDE DE DESENVOLVIMENTO DA REGIÃO DOS LAGOS CONTA COM SÃO PEDRO DA ALDEIA

Com o objetivo de trabalhar pelo desenvolvimento integrado e colaborativo dos municípios, foi lançada a Rede de Agentes de Desenvolvimento da Região dos Lagos. A cerimônia foi realizada na quarta-feira (30/11), no município de Saquarema. O evento contou com a presença dos Agentes de Desenvolvimento (ADs) de São Pedro da Aldeia e representantes das secretarias municipais.

Para o secretário de Desenvolvimento Econômico, Cláudio Viviani, que também exerce a função de diretor presidente da Rede, a consolidação da Rede auxilia o progresso de toda a Região dos Lagos. “A Rede Litorânea da Região dos Lagos foi criada em abril. Foram oito meses de reuniões, onde nós buscamos a importância dos municípios de se interagirem com a finalidade de termos uma região fortalecida. Com isso, fizemos um levantamento dos pontos positivos e os pontos a serem melhorados em cada cidade.

Cada município tem a sua característica podendo, com isso, agregar alguns pontos de outra cidade para a melhoria da mesma. É muito importante que cada prefeito desses municípios compre esse conceito. Com isso, vai trazer melhorias para mobilidade, saneamento, educação, saúde, turismo, empreendedorismo...

Gostaria de agradecer toda equipe do Sebrae pela parceria e pelo empenho para alcançarmos esse objetivo. Isso

tudo faz parte desse grande projeto, para daqui a 2, 3 anos, termos um lugar muito melhor que temos hoje”, afirmou.

Ao todo, nove cidades fazem parte da Rede: Araruama, Armação dos Búzios, Arraial do Cabo, Cabo Frio, Casimiro de Abreu, Iguaba Grande, Rio das Ostras, São Pedro da Aldeia, Saquarema e Silva Jardim. Representantes dos municípios também estiveram presentes no encontro.

A coordenadora regional do Sebrae RJ, Ana Cláudia Melo, falou da importância do Sebrae na realização da Rede. “Nosso papel foi articular, viabilizar, apoiar essa criação e o fortalecimento da Rede de Agentes de Desenvolvimento da Região dos Lagos. A gente começou este trabalho em abril com capacitação de planejamento de integração e agora em novembro estamos fazendo o evento público de lançamento dessa Rede de Desenvolvimento formados pelas prefeituras. São secretários, servidores, que cumprem este papel de mobilizar os secretários, agentes públicos e privados, com a missão de integrar o potencial dos municípios da nossa região. Diversificando a identidade regional, fomentando o desenvolvimento social e econômico”, disse.

O encontro contou também com apresentações do consultor que conduziu todo o trabalho, Marcos Macedo, que ministrou sobre a Gestão Pública 4.0; apresentação do planejamento da Rede ADS e uma palestra de gestão



pública das boas práticas do prefeito Vinicius Claussen, de Teresópolis.

Além dos ADs, estiveram presentes o vice-prefeito, Julio Queiroz; os secretários Andrea Tinoco, de Turismo; Thiago Marques, de Cultura; Paulo César de Souza, de Planejamento e Gestão; Sheila Atalla, de Educação; secretário adjunto de Fazenda, Gustavo Amoêdo e servidores municipais aldeenses.

Conheça a Rede de Agentes de Desenvolvimento da Região dos Lagos

A Rede de Agentes de Desenvolvimento é um trabalho feito pelo Sebrae-RJ em parceria com a sede da Região dos Lagos. O objetivo é a integração a nível regional dos agentes da iniciativa pública de diferentes secretarias que estejam envolvidas com a pauta do desenvolvimento econômico.

Dentro da metodologia de formação e concentração de redes em todo o estado do Rio de Janeiro, existe um processo que começa com o mapeamento e um convite inicial, seguido por capacitações e um diagnóstico de realidades sócio-econômicas da região.

O planejamento feito durante a formação da rede de ADs é baseado nos 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da Organização das Nações Unidas (ONU), que são os esforços que os países, estados e municípios se comprometem a fazer para melhorar a qualidade de vida da população. O governo do prefeito Fábio do Pastel segue estes objetivos, inclusive, realizou um consulta pública aberta à participação popular para determinar como será distribuído o orçamento do próximo ano. Divulgação PMSPA - Foto: Cleydson Alan

O MINDSET DO FUTURO: SOCIEDADE



POR ALEX TERRA

Técnico em Administração,
Parlamentar Juvenil por São
Pedro da Aldeia,
Empreendedor Digital,
Criador de Conteúdo
Sociopolítico, Membro da
Comissão OAB Vai à Escola e
ECA, Ativista Social pela
Educação e Direitos das
Crianças, Jovens e
Adolescentes.

Toda civilização existente no presente século é uma composição histórica da necessidade. Sabe aquela famosa frase que escutamos na escola do químico Antoine Lavoisier: “Na natureza nada se cria, nada se perde, tudo transforma”? É a explicação que quando as substâncias químicas reagem, não são perdidas. Ou seja, se transformam em outras, de forma que esses elementos ainda permaneçam em diferentes formatos.

Num exemplo prático social e atual, cada plataforma de streaming de vídeo ou música atende uma necessidade, por mais semelhante que sejam ela atende o interesse de um percentual de pessoas que procuram por esse serviço de maneiras diferentes, contudo, semelhante.

Seguindo do mesmo princípio, as plataformas de streamings hoje são a cúpula do antigo formato de assistir filmes em DVD´s ou ouvir músicas em discos, como o celular hoje é calculadora, câmera, rádio e até mesmo uma lanterna. Portanto, o que sempre acreditamos ser evolução, simplesmente é transformação.

Com a forte influência da globalização e do acesso à informação mundial, esse projeto de mentalização tem se fortalecido cada vez mais e tornando-se facilidade nos serviços utilizados pelas pessoas no dia a dia. Observamos isso no formato de como pedimos comida ou um carro particular para se deslocar de um local para o outro.

Nesse compilados de ideias da demanda de oferta e procura da globalização, se destaca aquele que conse-



que revolucionar. Por mais que o que for trazido seja semelhante a algo já existente, o importante é o melhor, até porque quando o básico existe e é bem feito e usual, não há porque mudar.

Apesar do permanecer e mudar serem ideias opostas, no mundo pós-pandemia cada vez mais se fala do formato híbrido - encontro de ideias diferentes -, dessa forma denominamos a nova forma de trabalho ou tipologia de carro que tem feito com que o mundo meio-termo esteja encontrando com a ideia de seguridade mental e o futuro sustentável humano.

É cada vez mais notável que a preocupação com a sustentabilidade e sanidade mental tem sido o principal assunto

sobre as novas mentalidades. Em véspera de início de um novo ciclo, começam as indagações sobre o que serão as nossas próximas necessidades. Parece que essa constância de invenções vinda desde “homens das cavernas” tem se intensificado cada vez mais fazendo com que a principal ferramenta de ideias e o lugar de prática dela adoecessem.

Em síntese com o assunto abordado, assim como as novas invenções, nesse novo ciclo, dê mais prioridade ao que está em volta de si. Observe sempre que o novo ponto de encontro é sempre o inicial, portanto, sempre que necessário, retorne.

A Garota mais sortuda e o silêncio das mulheres

Contém spoiler



POR NATHÁLIA DO AMARAL

Redes sociais:

Instagram:

<https://www.instagram.com/nathleitora/>

<https://www.instagram.com/escritoranathaliadoamaral/>

YouTube:

<https://youtu.be/O8aTZ8Ci6F8>

Facebook:

<https://m.facebook.com/Nathleitora/?ref=bookmarks>

Skoob:

<https://www.skoob.com.br/usuario/5707711>

O filme mais recente estrelado pela Mila Kunis fala sobre Ani, uma jornalista de variedades que veste uma personagem para tentar superar um profundo trauma de abuso sexual. Mas eu creio que o abuso que ela sofreu não foi apenas os abusos sexuais dos “colegas” de classe.

Ela sofreu abuso ao ser silenciada pela mãe, que ao invés de ajudá-la, incentivando que ela denunciasse, disse que sentia nojo dela! Que a educou para ser uma mulher superficial, uma alpinista social.

Também sofreu do companheiro que queria que ela menosprezava sua carreira e também queria que ela se calasse quanto aos abusos sofridos na adolescência.

Quantas vezes silenciam as mulheres? Principalmente as abusadas? Não olham para a vítima, olham para a sociedade, o que os outros vão pensar, no dinheiro, mas a vítima fica por último. Creio que se não fosse pelo professor, a amiga e a chefe, Ani jamais teria denunciado o que sofreu, ficaria em silêncio para sempre e os culpados impunes.

Que sejamos pessoas que apoiem, não silenciem vítimas, pois assim estaremos levando cura não só para uma pessoa, mas para várias. A partir do momento que Ani denunciou, contou a sua história, várias mulheres se abriram sobre abusos que sofreram, algumas que nem tinham contado a ninguém.

Já assistiu esse filme?



Dengue: mitos e verdades sobre o **Aedes aegypti**

Com a proximidade do período de chuvas, o Brasil está em estado de alerta para evitar um novo aumento nos casos de dengue e outras doenças transmitidas pelo *Aedes aegypti*. Entre janeiro e outubro desde ano, de acordo com levantamento divulgado pelo Ministério da Saúde, o número de casos da doença no Brasil subiu quase 185% na comparação com o mesmo intervalo de tempo do ano passado, alcançando a marca de 1,3 milhão de notificações. Neste período, foram registradas 909 mortes.

Segundo Natalia Verza Ferreira, cientista, doutora em Genética e Biologia Molecular e diretora da Oxitec do Brasil, esse cenário decorre do fato de que o *Aedes aegypti* tem se adaptado e descoberto novas formas de se reproduzir, inclusive em água suja, o que não ocorria há alguns anos. A especialista elenca alguns mitos e verdades sobre o mosquito:

MITO

O mosquito não circula no inverno: as baixas temperaturas não impedem o nascimento e circulação do *Aedes aegypti* no meio ambiente. Os ovos podem, inclusive, resistir por cerca de um ano até eclodirem.

VERDADE

Somente as fêmeas do *Aedes aegypti* picam o ser humano: os machos não se alimentam de sangue, somente as fêmeas, que sugam o sangue para produzir e botar ovos.

MITO

Uso de inseticidas é suficiente para evitar a circulação do mosquito: além dos inseticidas, é necessário evitar água parada em depósitos que podem se tornar criadouros. Além disso, existem soluções como o Aedes do Bem, que promovem controle da população de mosquitos no meio ambiente por meio de mosquitos machos geneticamente modificados (com característica autolimitante), que cruzam com as fêmeas e, da prole, só sobrevivem machos.



VERDADE

O combate ao mosquito *Aedes aegypti* é a melhor forma de prevenção da dengue: embora já exista uma vacina contra a doença, a melhor forma de prevenção é a eliminação dos criadouros, controle ambiental da população de mosquitos, uso de repelentes e telas em caixas d'água e janelas.

fonte:

Natalia Verza Ferreira, cientista, doutora em Genética e Biologia Molecular e diretora da Oxitec do Brasil

Tumores no nariz: conheça sintomas de alerta

Presidente da Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial esclarece sobre o diagnóstico e tratamento do problema

A existência de tumores na cavidade nasal costuma gerar um ou mais dos seguintes sintomas: entupimento nasal de um dos lados em especial, sangramento no nariz, mau cheiro e secreção nasal persistente, perda do olfato e dor na face. Esses sintomas demonstram a necessidade de uma avaliação minuciosa do otorrinolaringologista, que pode realizar um exame no consultório chamado vídeo endoscopia nasal diagnóstica, onde toda a cavidade nasal será detalhadamente avaliada.

Segundo a Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (ABORL-CCF), o diagnóstico de tumores na cavidade nasal não é frequente na rotina dos especialistas, mas, também, não é incomum. As chamadas tumorações intranasais podem surgir diante do crescimento anormal de algum tecido próprio da cavidade nasal ou do rinofaringe (porção poste-

rior entre o nariz e a garganta).

De acordo com o presidente da ABORL-CCF, Renato Roithmann, esses tumores podem ser classificados de duas formas: malignos, que nesse caso indicam câncer; e benignos (não cancerígeno), como os pólipos, que são formações tipo tumorais da mucosa de revestimento nasal e podem ter origem inflamatória, infecciosa ou alérgica.

“Os tumores podem aparecer em um e, eventualmente, até dos dois lados do nariz. É muito importante que toda pessoa, que tenha obstrução ou dificuldade para respirar pelo nariz cronicamente, consulte um otorrinolaringologista que exigirá exames específicos”, esclarece Roithmann.

Os sintomas que podem alertar a existência de tumorações não são específicos ou exclusivos dessa condição, ou seja, podem ser indícios de outros diagnósticos, como alterações da estrutura interna do nariz ou infecções crônicas, por exemplo. Isso reforça a necessidade de uma correta avaliação do especialista.

O diagnóstico de um tumor intranasal é feito utilizando a endoscopia nasal, que introduz uma fibra ótica conectada a uma câmera para analisar a estrutura da cavidade interna, o exame de



biópsia para saber o tipo de tumor e, em alguns casos, ressonância magnética ou tomografia computadorizada como recursos complementares para que seja possível avaliar a extensão da tumoração. Eventualmente é realizada uma biópsia no consultório sob anestesia local, ajudando a definir o tratamento em alguns casos.

Tratamento

A cirurgia é o procedimento de tratamento mais utilizado. Tem por objetivo retirar o tumor completamente mantendo as funções de fala, respiração, mastigação e deglutição do paciente.

Segundo Roithmann, a cirurgia escolhida vai depender do tipo de tumor e de sua extensão. “Existem técnicas simples e outras mais extensas, que vão exigir um período de recuperação maior e, inclusive, tratamentos complementares.

Portanto, é o médico otorrinolaringologista que vai definir a conduta caso a caso”, explica.

Sobre a ABORL-CCF

Com mais de 70 anos de atuação entre Federação, Sociedade e Associação, a Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (ABORL-CCF), Departamento de Otorrinolaringologia da Associação Médica Brasileira (AMB), promove o desenvolvimento da especialidade através de seus cursos, congressos, projetos de educação médica e intercâmbio científicos, entre outras entidades nacionais e internacionais. Busca também a defesa da especialidade e luta por melhores formas para uma remuneração justa em prol dos mais de 8.500 otorrinolaringologistas em todo o país.

COLUNA DO EDU

O Que É Um “Feliz Natal”?



Por Edu Moreira

“O anjo, porém, lhes disse: Não temais, porquanto vos trago novas de grande alegria que o será para todo o povo: É que vos nasceu hoje, na cidade de Davi, o Salvador, que é Cristo, o Senhor” (Lucas 2:10, 11).

Um entrevistador de televisão estava caminhando nas ruas de Tóquio na semana do Natal. Como em quase todo o mundo, as compras de Natal são um grande sucesso comercial no Japão. O entrevistador parou uma jovem senhora na calçada e perguntou: “O que quer dizer o Natal?” Rindo, ela respondeu: “eu não sei. Seria o dia em que Jesus morreu?” existia alguma verdade em sua resposta.

Nos dias atuais, mesmo nos países

cristãos, o Natal parece uma festa de muitos presentes. O único que não está presente é o Senhor Jesus, razão da comemoração do Natal. As casas estão enfeitadas de bolas coloridas, as mesas estão repletas de pratos saborosos, por toda parte são encontradas garrafas de bebidas, todos se abraçam, cantam e dançam, tudo é alegria. Mas onde está o dono da festa? Onde está o Salvador? Onde está o Senhor que nasceu para nos dar vida e vida com abundância?

Parece que Cristo continua relegado à manjedoura de Belém, longe de nossos olhos, de nossa casa, de nossas vidas. Mas não deveria ser assim. Ele é a única coisa importante do Natal, o motivo real de nossa alegria.

O Natal deve ser comemorado com Jesus na manjedoura de nossos corações, nas cores de nossa felicidade, na fartura de nossa adoração e obediência. A festa é Jesus, a alegria é Jesus, os louvores são para Jesus, os abraços são dados por causa de Jesus.

O que significa ter um “Feliz Natal”?

Ganhar muitos presentes? Comprar roupas novas? Reformar a casa? Tudo isso é apenas consequência de um “Feliz Natal”.

Um “Feliz Natal” existe quando Jesus é o Senhor e Salvador de nossas vidas, o iluminador de nossos lares, o guia de todas as nossas decisões. Isso é ter um “Feliz Natal”!

PB



FALA COM A GENTE

(22) 99983-6366



Aldeia
Magazine

ACESSE NOSSA LOJA VIRTUAL

LIVRARIADAALDEIA.MELOJA.COM.BR

Despertar: O Diário De Renesmee

A Livraria da Aldeia separou o destaque na Literatura Nacional no mês de março. O livro “Despertar: O Diário De Renesmee” da escritora Monica Marinho é um dos cinco destaque que a Livraria da Aldeia selecionou. Despertar – O Diário de Renesmee é uma fanfic baseada na saga de Stephanie Meyer, que conta a história de amor entre Renesmee Cullen e Jacob Black, em um enredo repleto de descobertas, revelações, paixão, amor, suspense, drama e aventura. Ela inicia em um vilarejo, no Canadá, e termina em um outro vilarejo, na Itália. A autora conseguiu a proeza de unir os Cullen, os Volturi e os Quileutes em uma missão inesperada, com final surpreendente. É um romance de tirar o fôlego do início ao fim.

Páginas 288

Escritora - Monica Marinho

Editora Autografia



Leia Também:



ESCRITOR

RENATO FULGONI

Olá, leitores! Sabe aquele sentimento, quando queremos ver aquela pessoa toda hora? Aposto que muitos românticos pensaram no amor e outros pensaram na paixão. A amizade quando é verdadeira é assim. "O ROUBO 938" é uma aventura que conta a história de sete amigos que resolvem jogar tudo para o alto e roubar um carro-forte. 100 milhões de Reais em diamantes e uma fuga muito bem planejada.

Você acredita que um crime pode ser perfeito?

Tadeu é a mente que elaborou todo o plano e sem dar um tiro, ele e seus amigos embarcam numa fuga sensacional pelas estradas brasileiras. O escritor Renato Fulgoni convida a todos para conhecer essa aventura. Acesse



o Link na AMAZON - <https://www.amazon.com.br/dp/B08MCM96QN>

Disponível em E-book na amazon.

O ROUBO 938

Disponível em E-book na

amazon

Uma aventura que conta a história de sete amigos que resolvem jogar tudo para o alto e roubar um carro-forte. 100 milhões de Reais em diamantes e uma fuga muito bem planejada.

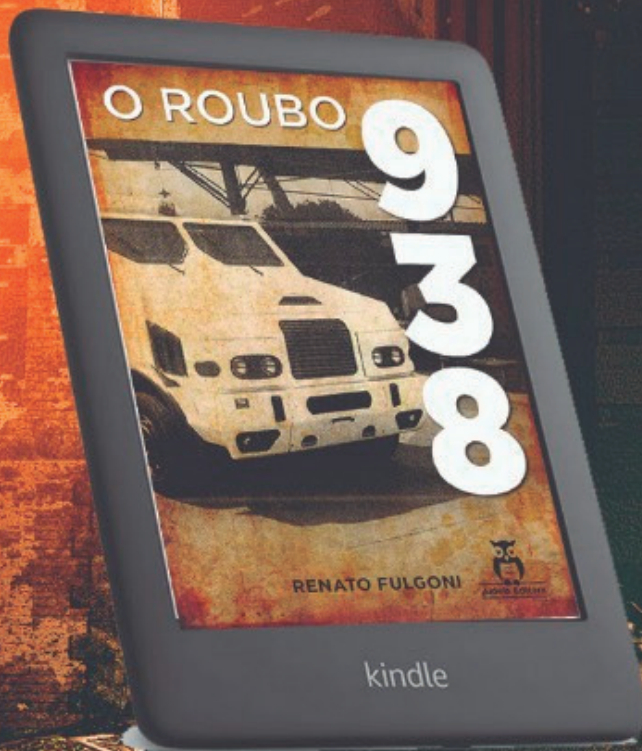
Você acredita que um crime pode ser perfeito?

Aldeia Editora

O ROUBO

938

RENATO FULGONI



amazon
kindle

UMA AVENTURA QUE CONTA A HISTÓRIA DE SETE AMIGOS QUE RESOLVEM JOGAR TUDO PARA O ALTO E ROUBAR UM CARRO-FORTE, 100 MILHÕES DE REAIS EM DIAMANTES E UMA FUGA MUITO BEM PLANEJADA

BAIXE O APP DA AMAZON KINDLE NO CELULAR
E APROVEITE PARA LER ONDE DESEJAR



DIANA'S FESTAS

DECORAÇÕES DE CASAMENTO
FESTAS INFANTIS
BATIZADOS
BODAS
15 ANOS
CHÁ DE BEBÊ
E MUITO MAIS.

CRIANDO SEMPRE MEMÓRIAS AFETIVAS
E LEMBRANÇAS ESPECIAIS .

(22) 997513791

SIGA O PERFIL @DIANASFESTAS







Por determinação do
Tribunal da Internet
Você foi #cancelado



COLUNISTA

Juventude Aldeense
com Wagner Muniz

TRIBUNAL DA INTERNET: A CULTURA DO CANCELAMENTO

O cancelamento não é novidade na sociedade. Julgar e condenar alguém por uma atitude considerada errada tem sido a “norma” desde os tempos antigos. Independentemente da posição social. Como tal, adquiriu-se diferentes nomes ao longo dos séculos, mas nunca perdeu sua essência de massacrar e culpar os outros pelos erros.

Agora, com o advento da internet, ficou mais fácil e óbvio considerando a possibilidade de os internautas permanecerem anônimos ao postar qualquer tipo de comportamento ofensivo. Existem várias razões pelas quais alguém pode se tornar um ‘trending topic’ (assunto mais comentado) na internet e ser cancelado. Vale destacar que, temas principalmente como racismo, preconceito de classe social, xenofobia, machismo e LGBTfobia tem sido majoritariamente os assuntos que geram cancelamento em massa. Também pode acontecer por motivos banais, como falar mal de uma pessoa famosa, expor uma simples opinião ou fazer algo que as pessoas desaprovam.

No mundo moderno, com a presença cada vez maior da tecnologia e o crescimento exponencial das redes sociais, o “cancelamento” de uma pessoa está diretamente relacionado ao seu comportamento, às vezes por uma ação ou falta dela. O ato de cancelar uma pessoa se tornou uma prática em muitas redes sociais nos últimos anos, sendo que a ‘cultura do cancelamento’ foi eleita o termo do ano de 2019 pelo Dicionário Macquarie, que anualmente selecionam as palavras e expressões que me-

lhor caracterizam o ato comportamental de uma pessoa e buscam determinadas definições.

Nas redes sociais como o Twitter, vemos várias celebridades ou influenciadores sendo “cancelados”, ou seja, alguém ou um grupo de pessoas são excluídos da sociedade, não existem mais em suas vidas, não existem mais, por conta de determinada atitude, o cancelamento funciona, em tese, como uma punição devida. Às vezes isso é temporário e às vezes a pessoa cancelada precisa mudar, pelo menos externamente ou comercialmente,



Wagner Muniz

Graduando em Direito (Universidade Estácio de Sá – RJ), Voluntário do UNICEF BRASIL, Estagiário da Justiça Federal (TRF-2, SJRJ), Palestrante, Ativista Social pela Educação, Informação e Participação Sociopolítica Juvenil, Influenciador Digital e Empreendedor. Wagner é morador de São Pedro da Aldeia - RJ e atua em prol da Defesa dos Direitos Humanos de Crianças, Adolescentes e Jovens.

para que seja aceita novamente.

Há pessoas que postam deliberadamente comentários desnecessários na internet, seja para chamar a atenção ou para expressar seus pensamentos, e também há pessoas que se opõem à ideia de desconstrução social, e seus ideais interiores parecem nunca entrar na modernidade. Em ambos os casos, a internet serviu a um grande tipo de justiça e surgiu uma nova forma de justiça social: a cultura do cancelamento.

A cultura do cancelamento é um fenômeno moderno em que uma pessoa ou grupo é expulso de uma posição influente ou de prestígio. A título de exemplo, uma pessoa pode ser fotografada ou gravada fazendo algo que disse em público e soa mal, por alguma atitude impopular, ou até mesmo ser cancelada por algo que pode ter postado nas redes sociais anos atrás. A referida cultura tem por objetivo destruir uma pessoa, simplesmente por conta de uma determinada prática considerada reprovável.

Pode-se destacar que, algumas pessoas vivenciam isso de maneira diferente e não conseguem ver seus erros até serem rejeitados online, então essa punição é uma forma de educação. Cancelamentos desse tipo provocam debates sobre racismo, preconceito contra certas classes sociais, xenofobia, homofobia e outras formas de intolerância. Há casos, a maioria dos quais são devido a conflitos de opiniões e ideias, onde discute-se haver um “certo ou errado”, ou não: longe disso.

É comum observar esse debate

nas redes sociais, principalmente porque a internet se tornou um espaço propício para o debate de causas importantes e um espaço para manifestações. Em um ambiente online, no entanto, as manifestações contra irregularidades percebidas muitas vezes se transformam em linchamentos virtuais dos responsáveis pela conduta, tanto como forma de punição quanto como forma de alcançar a justiça social. Como todos são falíveis, inúmeras pessoas foram “canceladas” no ambiente digital. Deve-se notar que o racismo está se tornando cada vez menos tolerado, as piadas sobre velhos hábitos das mulheres não são mais engraçadas e várias redes sociais estão reprimindo o bullying online.

Todavia, mais recentemente, o tema sobre a cultura do cancelamento voltou à tona na 21ª edição do reality show mais famoso do Brasil, o Big Brother Brasil, em que convidados de destaque chegaram na Casa Mais Vigiaada do Brasil com medo de serem cancelados. No entanto, esse medo pareceu diminuir rapidamente, pois alguns participantes praticaram o ato de cancelar uns aos outros, gerando discussões nas redes sociais. Devido à indignação do público, o pessoal da produção teve que intervir de forma velada, por brincadeira, tiveram que dizer quem na casa tinha o perfil “cancelador”. Fato é que, é mais fácil cancelar do que ser cancelado. Apontar o dedo é mais cômodo e agradável, onde ao expor os erros alheios oculta-se seus próprios erros.





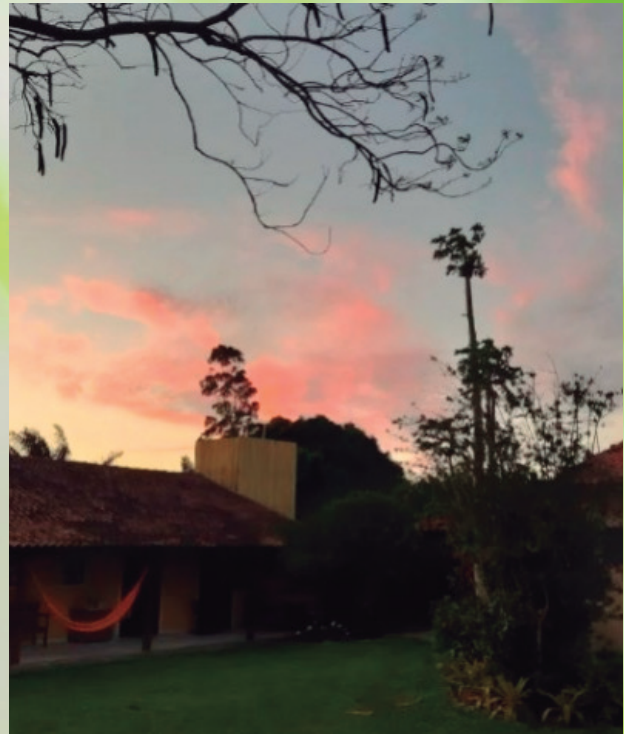
SPA PURA VIDA NATUREZA

A vida no campo é mais livre, mais calma, tem cheirinho de terra e o ar puro da natureza.

O SPA PURA VIDA NATUREZA fica numa fazenda em São Pedro da Aldeia...Oferecemos aos nossos amigos/clientes alimentação saudável, atividades com educadores físicos (caminhada, musculação, pilates, hidroginástica, circuito funcional e outras), atividades externas nas praias e ilhas da região (caminhada externa, hidromar e canoa havaiana como passeio opcional). Também temos terapias corporais.

Vem relaxar em meio a natureza, perto da praia.

Acesse - www.puravidanatureza.com.br/



“Cantinho das Ideias”



Luciana G. Rugani

Luciana Gonçalves Rugani é poetisa, mineira, porém cabo-friense por reconhecimento oficial da Câmara Municipal da cidade, que lhe concedeu o título de cidadania cabo-friense. É membra fundadora da Academia de Letras e Artes de Cabo Frio - ALACAF e membra da Academia de Letras de São Pedro da Aldeia - ALSPA. Autora do livro “Mar de Palavras” e autora do blog “Cantinho das Ideias” - www.cantinhodasideias.com.br.

PARCERIA

A vida se faz em constantes parcerias. Se temos o pão para comer pela manhã, é porque alguém o providenciou e forneceu. Se temos uma roupa para vestir, é porque alguém a confeccionou. E assim funciona com tudo na vida, pois não há um só ser capaz de viver em completo isolamento. Até mesmo aquele que produz seu próprio alimento tem como parceira a natureza, pois, somente adubando a terra e tratando-a adequadamente, é que a natureza será capaz de recompensá-lo com seu fruto. Pensando nesse assunto, resolvi abordá-lo na 6ª edição do projeto “Sarau 15 Minutos”, evento que costumo realizar nas minhas redes sociais. Essa 6ª edição aconteceu semana passada, e teve como convidado o músico cabo-friense Vinícius Santa Rosa.

Como ocorre em todas as edições, os temas são abordados tendo a arte como pano de fundo. Nessa última edição, conversei com Vinícius sobre a importância da “Arte em parceria”. Penso que arte se faz totalmente em parceria, a começar pelo público. Quem nos assiste, ou quem nos lê, ou quem nos ouve, são todos nossos parceiros. O público é nosso maior parceiro, seja esse público amplo ou restrito. E o artista cresce com parcerias, os talentos se somam e o trabalho torna-se ainda mais rico em qualidade. A parceria abre portas para a arte se expressar! E a parceria se faz, não somente na produção do trabalho, mas também no incentivo que se dá, nas mãos que se entrelaçam em nome da arte, nas atitudes de prestigiar os colegas artistas.

Como sempre faço nas edições que realizo do “Sarau 15 Minutos”, escrevi, especialmente para essa última edição, o poema “Parceria”, por meio do qual busco traduzir o constante viver em parceria que predomina em nosso universo. Compartilho com vocês:

PARCERIA

Só há o amanhecer
Quando há o anoitecer.
Só há o jardim a encantar
Quando há a abelha a polinizar.
Só há o ar pra respirar
Quando há o vento a ventilar.
Só há o pescador a pescar
Quando há o mar limpo a doar.

A vida é constante partilhar
E é por, de si, um pouco doar,
Que a estrela é capaz de brilhar.
Rica fauna armazenar
Aos pescadores, alimentar.

Em seu suave ondear,
A laguna, aflita, a gritar:
Poeta, esquece teu penar
E a mim vem salvar!

Luciana G. Rugani



**MATRÍCULAS
ABERTAS**



**INSS
TÉCNICO**

MATERIAL INCLUSO - TEORIA COM EXERCÍCIOS

Ética- Patrícia Lima (06H)
Dir.Constitucional- Athur Damasceno (14H)
Direito Administrativo- Alexandre Prado (14H)
Língua Portuguesa e Redação: Gelcimar Santos (35H)
Informática: Renato da Costa e Franklim Mattos (14H)
Raciocínio Lógico: Marcelo Jardim (14H)
Direito Previdenciário: Anderson Castelúcio (21H)

(AOS SÁBADOS E DOMINGOS)



9h00 min a 17h00min.



CARGA-HORÁRIA: 118 horas



Valor à vista R\$ 850,00 **cartão : 5x R\$ 200,00 (R\$ 1000,00)**

Av. Getúlio Vargas, N°25, Centro-São Pedro da Aldeia / Tel:26216055 - 997742645

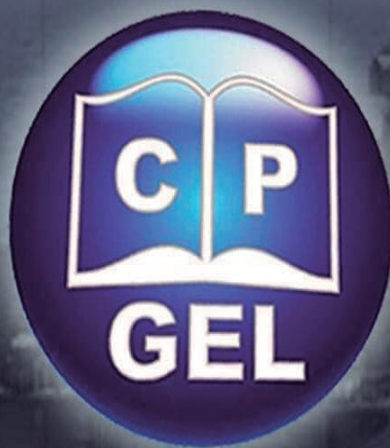


RMM2

SERVIÇO MILITAR TEMPORÁRIO



JESSICA GONZAGA
(A SOBERANA)



JOSÉ SIQUEIRA



GELCIMAR SANTOS

Os melhores do
Rio de Janeiro em
São Pedro da Aldeia

Matricule-se já!

📍 Av. Getúlio Vargas, Nº 25, Centro / São Pedro da Aldeia

☎️ (22) 2621-6055 📞 (22) 99774-2645

Réveillon 2023

Laguna

REVÉLLON NO LAGUNA

QUER PASSAR SEU RÉVEILLON NO
LUGAR MAIS GOSTOSO
DE SÃO PEDRO DA ALDEIA

DÚVIDAS

(21) 99364-5607

Réveillon no Laguna

Já pensou em passar seu final de ano no cantinho mais charmoso de São Pedro da Aldeia?

Em uma noite do branco e dourado com mesa reservada, atendimento, brindes, espumante e uma mesa de frios liberada!



Posto Rede Novo Tempo

**Promoção na linha Diesel. Posto de combustível
Confira nossos dois endereços- Rodovia Amaral Peixoto
S/n- km102, Praia Linda, São Pedro da Aldeia
Rodovia Amaral Peixoto,n 2641- km 95,5 - Centro- Iguaba Grande**

Show
Beleza

DELIVERY
PEDIDOS DE 09H ÀS 16H
COMPRAS A PARTIR DE R\$30
ENTREGAS EM SÃO PEDRO DA ALDEIA - RJ



(22)99281-1048



Top Beauty Esmaltes- Um Rosa Choque lindo
"Prevenir é um ato de amor com você, com seu corpo e com todos que te amam."



Maria Pomposa - Cores lindas & com o melhor preço, só aqui na Show Beleza!
@mariapomposa



Depimiel - Creme depilatório com camomila acompanha esponja e espátula, age durante o banho! Os produtos ideais para sua depilação e com o melhor preço, você encontra só aqui na Show Beleza!



Tracta lançamento!! - Hidratante para mãos & Hidratante Corporal .Repost @tractafarmaervas Atendimento on-line e funcionamento da loja:
-SEG à SEX 09h às 19h
-SÁB 09h às 18h



Glendex - Pó descolorante Profissional, O produto que você precisava! Fragrância suave. Enriquecido com proteína da seda. - produtos disponíveis nas lojas de São Pedro & Cabo Frio



Glendex - Linha In Volve- O produto que você precisava! Indicado para cabelos ressecados ou coloridos linha com proteção da sua cor! produtos disponíveis nas lojas de São Pedro & Cabo Frio .



A linha Fusion é ideal para reconstrução instantânea. Além de deixar os fios macios e prevenir danos futuros! Para até 95% mais resistência à quebra, Fusion reconstrói instantaneamente a fibra capilar.



Wella Invigo Nutri-Enrich É ideal para cabelos secos, ressecados ou quimicamente tratados. Possui goji berry na composição, tem o poder de hidratar e nutrir os fios.



Com fórmulas ricas em óleos de camélia, macadâmia e abacate, vitamina E e extrato de chá branco, -Oil Reflections devolve aos cabelos toda a luminosidade e a maciez que tanto amamos! Cabelos hidratados já



Não poderia faltar para nossas cacheadas né
Essa linha é incrível!
Possui extrato de açaí, manteiga de oliva e óleo de coco



Quem aí está no projeto rapunzel?
Corre pra cá e garanta essa linha incrível, ela auxilia no crescimento saudável dos cabelos, reduzindo quebra e aumentando a massa capilar



Quem aí conhece essa linha incrível? Quem já usou, nos conte sua experiência produtos disponíveis nas lojas de São Pedro & Cabo Frio.

PEÇA AGORA!

(22)99281-1048

Atendimento on-line e funcionamento da loja - Segunda à sexta de 09hs às 19hs
Aos sábados de 09hs às 18hs

Delivery

Segunda à sexta pedidos até as 16hs - Aos sábados até as 15hs

Whatsapp:(22)9 9281-1048 São Pedro da Aldeia

(22)9 9219-6369 Cabo Frio

Carreira em Ação

Como ser um bom Chefe?



Essa é uma pergunta comum feita por executivos a quem presto serviço de coaching, por empreendedores em palestras e mentorias, dentro de organizações enquanto realizo consultorias na área de gestão de pessoas ou dentro de sala de aula.

Pessoalmente eu não gosto da palavra “chefe” me reporta a algo não positivo, prefiro líder, já me reporta a alguém que dá a direção.

Mas vamos lá, de que maneira?

Orientando através de um bom feedback, mas para isso é preciso perder o medo e a barreira que existe para dar um feedback

franco e verdadeiro.

Criar uma equipe coesa, significa encontrar as pessoas certas para os lugares certos, acompanhar a equipe e dar oportunidades para que possam se desenvolver.

Saber quem contratar, quem demitir e quem promover. Tarefa desafiadora? É uma construção, quando você desenvolve pessoas, você também estará trabalhando pelo seu desenvolvimento.

E para se chegar aos resultados é necessário delegar, comunicar e desenvolver a equipe, que deseja ter acesso a informações, participar do processo decisório e ter certo grau de autonomia para realizar tarefas.

Deixando que os liderados realizem, enquanto monitora, orienta, fornece feedback e soluciona problemas.

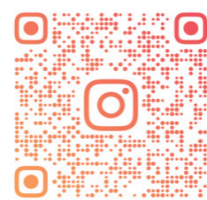
Orientar, desenvolver a equipe e chegar aos resultados, essas são as responsabilidades do líder, de qualquer um que gerencie pessoas e deseja executar bem a tarefa.

Mas o seu progresso depende de seus relacionamentos, não do seu poder.

Faz sentido para você?



**Sou Bianca Ramos,
especialista em
desenvolvimento humano,
gestão de pessoas e
comportamentos.**



BIANCARAMOSCOACH

Os desafios da liderança na busca da satisfação pessoal dos liderados

A minha geração conhecida como millenials foi ensinada que, ao completar os dezoito anos precisava escolher uma área de atuação, estudar, definir que profissão seguir e continuar nela até aposentar assim como fez a geração passada. A expectativa de vida vem aumentando e a possibilidade de uma aposentadoria vem decrescendo de igual modo, em contrapartida o ritmo de mudanças no mercado tem sido bem diferente. Hoje a carreira não precisa mais ser linear, ela é em espiral, você atua dez anos em uma profissão, oito em outra ou se torna um profissional slash, e vai atuar em áreas distintas ao mesmo tempo. Claro que estou falando do profissional diferenciado, estudioso, que vive em constante atualização e busca oportunidade. Este está sempre motivado, é excelente fornecedor de novas ideias, o cobiçado no mercado porque frequentemente recebe convite da concorrência e é minoria.

Paralelo a esse profissional temos o funcionário considerado “comum”, o que não teve tanta oportunidade ou é acomodado mesmo, só faz o que se pede e acredita ser suficiente porque nunca está satisfeito com a função, com a empresa, e se sente vítima o tempo todo. Insatisfeito, não solicita desligamento e nem produz o suficiente. Há uns meses a Isma Brasil (International Stress Management Association) divulgou uma pesquisa que mostrou que 72% das pessoas estão insatisfeitas com o trabalho.


Já identificou quantos dos seus colaboradores estão insatisfeitos e o real motivo?

A solução mais fácil em alguns casos é promover o indivíduo ao mercado de trabalho, mas não é tão simples. A empresa não pode ser refém de um funcionário, o setor não pode parar até encontrar um substituto. O desafio está em identificar a dificuldade e lembrá-lo do começo, o motivo da sua escolha em trabalhar na sua equipe. Até onde essa desmotivação é culpa só do colaborador, o que mais pode estar desalinhado dentro da organização?

- 1 - A cultura da empresa é clara?
- 2 - As funções são definidas?
- 3 - Os objetivos da empresa são compartilhados?
- 4 - As metas são expostas?
- 5 - Há um acompanhamento do desenvolvimento do colaborador?
- 6 - Esse colaborador é adequado a função que exerce?
- 7 - Eles são informados sobre o desempenho pessoal?
- 8 - São estimulados a buscar melhoria?

Além desses, existem outros pontos a questionar. Como líder, é um desafio trabalhar com membros de uma equipe com baixo rendimento. O problema pode não ser só do liderado, mas da liderança. Avalie!

Fonte de pesquisa: <https://www.abrhce.com.br/72-das-pessoas-estao-insatisfeitas-com-o-trabalho-aponta-pesquisa>

A close-up portrait of Raquel Carvalho, a woman with dark, wavy hair, smiling warmly. She is wearing a dark blue patterned blazer over a white shirt with a dark polka-dot collar. The background is a neutral, light grey.

RAQUEL CARVALHO
ADMINISTRADORA
CONSULTORA EMPRESARIAL
TUTORA ACADÊMICA



Dias de Viagem

Com Renato Fulgoni

CAÇA AF - 1 SKYHAWK

Recentemente, a Marinha do Brasil em parceria com Prefeitura de São Pedro da Aldeia instalou o Caça AF - 1 Skyhawk na Orla Atlântica em São Pedro da Aldeia. Um local de muito belo e excelente para a prática de esportes ao ar livre, como caminhadas, corrida e bike.

Caça AF - 1 Skyhawk

Instalado em comemoração aos 104 anos da Aviação Naval celebra também os 60 anos de história e parceria da Marinha com Município. A aeronave exposta às margens da Lagoa Araruama, era operada pelo 1º Esquadrão de Aviões de Interceptação e Ataque (Esquadrão VF-1) e atuou em áreas oceânicas com a responsabilidade de interceptar e atacar alvos aéreos, além de defender área marítima restrita e localizar, acompanhar e atacar alvos de superfície, entre outras funções.

Gastronomia

O Caça AF - 1 Skyhawk fica instalado próximo a Rodoviária de São Pedro da Aldeia e do centro comercial do município. Durante o dia, o visitante pode ter acesso a lanchonetes, restaurantes e cafés. À noite, temos os trailers da Praça Hermógenes Freire da Costa, que fica a uns 500 metros caminhando, restaurantes, pizzarias, entre outros, que ficam a menos de 3 minutos de carro.

Pôr-do-Sol

Toda Orla Atlântica é, sem dúvida, instagramável quando o assunto é pôr-do-sol. Já fiz alguns registros e é fantástico enquadrar o Caça AF - 1 Skyhawk e o pôr-do-sol.

São Pedro da Aldeia



Lagoa de Araruama

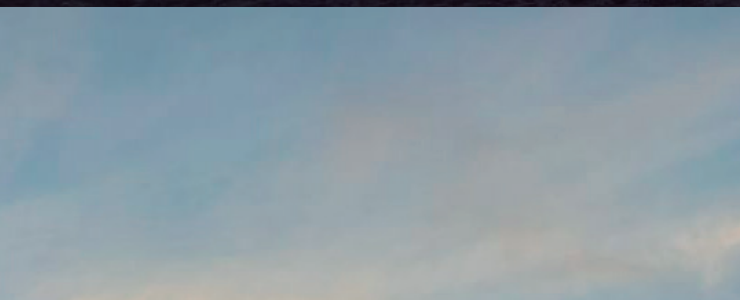
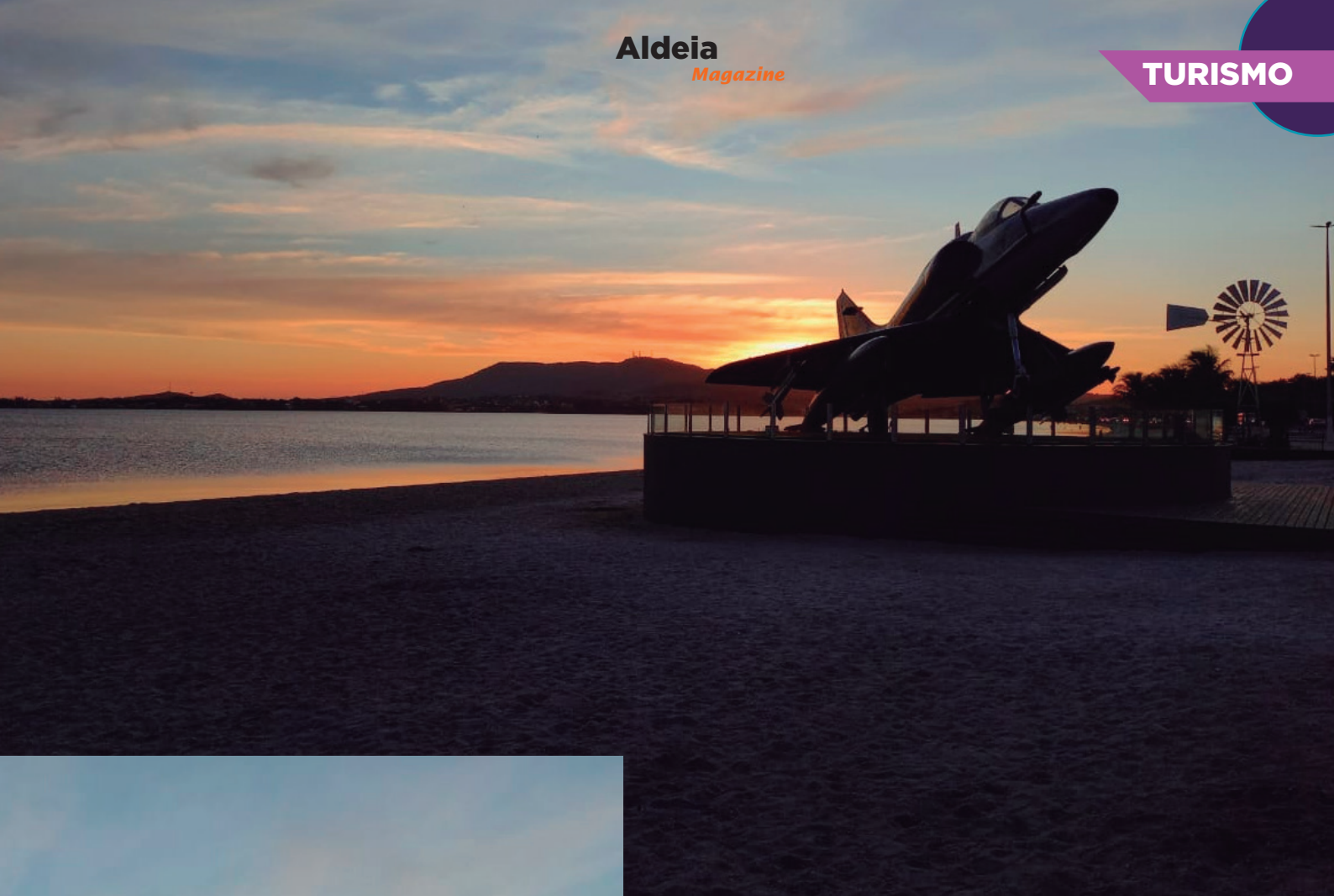
Referência em toda Região dos Lagos, a Lagoa de Araruama é fantástica para passar um dia em família ou a prática de esportes náuticos. Com águas cristalinas e areia clara e cheia de conchinhas é um local ideal para relaxar e curtir a vida.

Acesse nosso blog e conheça os locais que visitamos.

Fotos e texto Renato Fulgoni

Com informações do Site wikipedia





É PAZ OU MEDO?



Monica Marinho

é jornalista, escritora, empresária e proprietária da página “Borbolete_se”, no Facebook: www.facebook.com/SerieBorboletas

Diz assim o dicionário sobre a palavra paz: “é a relação entre pessoas que não estão em conflito; acordo, concórdia. Relação tranquila entre cidadãos; ausência de problemas, de violência.”

O pacificador, portanto, seria aquele que, em nome da paz, evita conflitos, concorda com situações e cenários impostos, e desdobra-se para evitar problemas.

Se assim for, posso afirmar que conheci muitos pacificadores ao longo da vida.

Ou não era paz o que ela dizia querer, quando silenciou o pedido de socorro em mais uma sessão de espancamento em sua casa, diante dos filhos?

Não era paz o que o “tio” dizia buscar, quando insistia que a menina guardasse em segredo, os abusos por ele praticados?.

Também não era paz o que o professor garantia manter, quando pediu que o aluno questionador se retirasse de sala, por estar tumultuando sua aula?

E não era a bendita paz que a autoridade dizia estar preservando, quando proibiu que cidadãos insatisfeitos



protestassem contra abusos praticados por ele?

Foi em nome da paz que pessoas sacrificaram sua liberdade e silenciaram gritos contidos em suas mentes.

E, assim, em nome da paz, foram levadas ao matadouro. Pacificamente, sem causar problemas ou discórdias. Porque é desta forma que muitos acreditam que a paz se faz presente.

Sinto discordar e perturbar a paz de vossa leitura, mas tudo isso está longe de ser paz. E não estou aqui trazendo nenhuma novidade. A banda de reggae rock brasileira, O Rappa, já afirma, desde 1999 que “paz sem voz, não é paz, é medo”..

O caminho até a paz, muitas vezes, é justamente o contrário da definição colocada no início desse texto. É construída por meio do conflito, da discordância, do questionamento, da exposição de problemas mascarados, escondidos, camuflados, seja na sociedade, seja dentro do próprio lar.

Portanto, se precisar questionar, questione! Se precisar gritar, grite! Se precisar guerrear, guerreie. Mas não abra mão da sua liberdade, porque é ela que irá te conduzir à verdadeira paz que você tanto almeja.

Visite minha página no Facebook: Borbolete-se

Visite a minha página no Facebook, o: Borbolete-se | Facebook



VIVER, PENSAR, POETIZAR.



Luciana Mendonça

(LU PENSADORA). ESCRITORA, POETISA E COLUNISTA. FORMAÇÃO ACADÊMICA EM ODONTOLOGIA. PÓS GRADUANDO EM FILOSOFIA E SOCIOLOGIA. MEMBRO DA ACADEMIA DE LETRAS DE CABO FRIO (ALACAF).

AUTORA DOS LIVROS CAFÉ POESIA E FLORES CER PENSAMENTOS. POSSUI PARTICIPAÇÃO EM DIVERSAS ANTOLOGIAS, INCLUINDO ANTOLOGIA POÉTICA LUSO-BRASILEIRA 2020-2021.

O Mundo e Suas Certezas

Certezas não fazem parte do início da vida. E nem do final. Afinal de contas, todos sabemos como vivemos, mas não sabemos para onde iremos quando partirmos deste mundo. Se existe vida depois da partida, se existem outros mundos, reencarnação; Assim como quando nascemos, não sabemos de onde viemos, se nossa existência se deve apenas por uma combinação genética, ou se já havia uma existência antes de virmos ao mundo.

Não temos certeza de nada. O antes e o depois são um grande mistério ainda hoje para a humanidade. Admitimos crenças, mas nas crenças não há certezas. As crenças são alimentadas pela fé e não há certeza na fé. A fé é o sentimento de acreditar em algo sem a necessidade de comprovação. Então a fé e a certeza andam próximas, mas uma independe da

outra. Embora que para ter fé não precisamos ter certeza, para ter certeza, antes precisamos acreditar. Não dá para ter certeza de algo que não acreditamos. Se assim fosse, não seria uma certeza e sim uma dúvida.

Mas retomando ao início de tudo, somos seres dotados de grande curiosidade. Quando crianças queremos interrogar tudo, conhecer todos os “porquês”. Na adolescência somos questionadores, seres repletos de dúvidas. Em qual momento de nossas vidas passamos de pessoas motivadas a entender o mundo para pessoas com tantas certezas? Será que deixamos de enxergar que tantas certezas podem enganar os nossos olhos, impedindo-nos de ver a verdade como ela é?

O paradoxo da sabedoria nos mostra que quanto mais achamos que sabemos, mais perdemos a capacidade em aprender e portanto, menos sabemos.

A filosofia se iniciou pela vontade de explicar os fenômenos da natureza, com os filósofos pré-socráticos. A curiosidade os levou a buscar explicações mais coerentes além das explicações míticas, como se acreditava na época. Isso nos mostra o quanto a impressão que temos sobre os eventos pode ser mutável. Certezas podem ser limitantes e excludentes, pois muitas vezes preferimos estar com a razão para nos auto afir-

marmos diante de uma situação, a querer entender o que o outro diz. Esse tipo de atitude enaltece nosso ego e diminui o outro no momento em que se contradiz de nossas afirmações. Enquanto que, na realidade, nenhum dos dois conhece a verdade absoluta. “A certeza nem deveria ser considerada se não pudesse ser comprovada”.

Portanto termino este texto com apenas uma certeza: que o melhor é que nossa vontade de aprender e a capacidade de ouvir nunca sejam cessadas por certezas infundadas. E que até nossas certezas não podem representar o fim da linha de nossa sabedoria. E finalizo deixando a seguinte reflexão: “ Não importa quantos cisnes brancos você veja ao longo da vida; isso nunca lhe dará certeza de que cisnes negros não existem”. Karl Popper.

CULPA OU RESPONSABILIDADE: 4 ASPECTOS QUE AS MÃES DEVEM OBSERVAR PARA SAÍREM DO CICLO DA CULPA



MONIQUE BITTENCOURT

SOU MONIQUE OU MELHOR NIQUE, TENHO 40 ANOS, SOU MÃE AO CUBO DE IGOR, CECÍLIA E LETÍCIA, CASADA, CARIOCA DE DUQUE DE CAXIAS, MORANDO NA CIDADE DE SÃO PEDRO DA ALDEIA, NA REGIÃO DOS LAGOS, CAPRICORNIANA. ADORA CONVERSAR, MAS PORÉM É BEM SELETIVA COM RELAÇÃO A AMIGOS. ADORO DAR RISADAS, FALAR BESTEIRAS, VICIADA EM SERIADOS. QUER SABER MAIS, ME SEGUIE NAS REDES SOCIAIS (@MAAOCUBO). SOU REAL O TEMPO TODO.

Em pleno 2022, onde a informação percorre em uma velocidade imensa, ainda temos muitas mães sentindo-se presas a culpas e mais culpas em relação a educação que oferecem aos seus filhos. E os motivos são diversos: porque trabalham, porque não conseguem equilibrar todas as funções da forma como gostariam, porque possuem pouca paciência, porque o filho ainda não alcançou x habilidade, etc.

A culpa é um sentimento com uma ação bastante interessante dentro de nós. Por um lado, ela nos “castiga”, nos leva à tristeza e, por outro, ela nos consola, pois sempre tem uma desculpa, um motivo, um não fiz porque...

Sair da culpa é um caminho muito mais leve e prazeroso de trilhar com os nossos filhos, pois assumo a responsabilidade das minhas escolhas e tenho conhecimento que ampara as minhas ações e permite que eu trace um novo caminho. Mas como fazer a transformação? Em primeiro lugar, preciso do processo de consciência que consiste em enxergar onde eu sinto a culpa, onde ela me corrói, baseada em que e porquê sinto tudo isso?

Muitas mães querem alterar a ordem deste caminho, pois querem saber o que fazer? Essa é a pergunta que eu mais recebo no consultório, nas palestras e na minha comunidade de mães: “O que eu faço?”, “Como eu faço

isso?”.

Sem tomar consciência da nossa história, das nossas limitações e crenças será impossível alterar a ação. Quando a mãe quer trazer a ação antes da consciência, ela busca a fórmula, a receita perfeita e tenta seguir aqueles parâmetros, usar determinados instrumentos, mas sem, de verdade, compreender todo o contexto. Ai a conclusão é: nada muda e essa mãe novamente se sente frustrada, entristecida e culpada.

Desta forma, comece por você! A educação respeitosa e consciente fala mais sobre nós do que sobre as crianças.

Sugiro 4 aspectos essenciais para a liberação da culpa e a construção de uma autorresponsabilidade potente e transformadora:

Autoconhecimento: a capacidade de se conhecer, de reconhecer suas explosões, seus gatilhos, seus maiores desafios.

Estudar sobre desenvolvimento infantil: ler, estudar e partilhar conhecimento sobre o desenvolvimento infantil e a neurociência da educação é essencial. A mãe que domina esses aspectos, consegue ter a tranquilidade de agir de forma coerente com seus valores e ideais. O estudo permitirá que você desapegue de mitos no mundo da educação como o mito de que trabalhar e criar um filho saudável é impossível. Mito de que temos que estimular a autonomia, sendo que ela é um processo natural pois nós devemos permitir apenas que os nossos filhos cresçam. Mito de que criança não sabe nada e então não confiamos no que elas nos dizem...

Estar presente: brincar, se envolver no que seu filho tem desejo, no que ele gosta é essencial para que você construa uma conexão real, verdadeira, genuína e, com isso, terá a certeza de



que conhece a essência do seu filho.

Conhecer e aprender sobre Soft Skills: essas habilidades humanas e comportamentais trarão ao seu filho um desenvolvimento integral e capaz de transformá-lo, pois será um adulto com empatia, compaixão, escuta ativa, respeito, habilidade de trabalhar em equipe, de se comunicar, ter inteligência emocional, saber se organizar e ser flexível, entre outras vantagens.

Mães emocionalmente saudáveis criam filhos saudáveis, que serão adultos emocionalmente e mentalmente saudáveis. Mães desgastadas, sentindo-se culpadas e cansadas não conseguem compreender os filhos e acabam levando a eles esses desgastes.

A infância é a única etapa do desenvolvimento de um ser que tem começo e fim determinado, e que influencia diretamente todas as outras como a adolescência, a fase adulta e a velhice. Cuidar da infância é a nossa principal responsabilidade.

Confira o post completo com mais detalhes lá no blog: www.maeaoocubo.com

Monique Bittencourt (Criadora do Blog Mãe ao Cubo)

Estamos participando!




Natal PREMIADO
ACIABRA | CDCI

REALIZE COMPRAS ACIMA DE R\$30,00 NAS LOJAS PARTICIPANTES E GANHE UM CÓDIGO QR CODE!
OBS.: MÁXIMO DE 3 RASPADINHAS POR COMPRA



Concorra a vários prêmios especiais além de vale compras no valor de R\$250,00.

Acesse: natalaciaspacdl.polgo.com.br | appnatalaciaspacdl.polgo.com.br
Conheça os prêmios, regras, lojas participantes e a forma de concorrer!

PATROCINADOR:


Aqui na **PODO ZENN** estamos no mês aonde estamos muito preocupados com os pés DIABÉTICOS...

VOCÊ sabia que a função do podólogo é testar a sensibilidade, exames vasculares e avaliações clínicas realizados precocemente podem identificar riscos?

Assim como a prevenção de calos, fissuras plantares, tinhas interdigitais e onicecriptoses evitam as infecções que terminam em amputação.

Então vamos prevenir

Fazemos avaliações gratuitas e orientamos você a cuidar venha nos visitar agende pelo

whatsApp **22 974041422**.

O que é Spa dos pés?

O **spa dos pés** é uma junção de procedimentos que visam promover o bem-estar e o alívio de tensões. Consiste em imergir os pés em água morna, esfoliar e hidratar, acompanhando massagens relaxantes. É uma prática bastante conhecida, que vale a pena descobrir. E, acima de tudo, é uma forma de autocuidado.

Benefícios:

- Proporciona relaxamento;
- Atua na circulação sanguínea;
- Alivia as dores;
- Promove muita maciez;
- Alivia as calosidades;



(22)97404-1422



@podozenn

A verdadeira escuridão



Eloise Gomes

(Laranjeiras, RJ, 06/03/2007) é estudante da Rede PENSI - Unidade Cabo Frio - RJ. Também cursa Artes Plásticas no Ateliê Anderson Carvalho. É escritora mirim tendo em sua jornada participado de Antologias Poéticas no Brasil e em Portugal. É membro da ALACAF - Academia de Letras e Artes de Cabo Frio; da Academia de Letras de São Pedro da Aldeia; da Academia Luminescence da Devoção as Artes e Letras - sucursal Brasil, da AIML - Academia Internacional Mulheres das Letras e é sócia honorária do Rotaract Distrito 4751 Cabo Frio - parceiro do Rotary Internacional. Tem uma coluna na Revista Aldeia Magazine de São Pedro da Aldeia, Coluna da Elo, onde aborda assuntos da atualidade e muita poesia. Também recebeu alguns títulos: Miss Iguaba Grande 2018, Miss Rio de Janeiro 2019, Soberana da Beleza Continental 2020, Embaixadora do Meio Ambiente de Iguaba Grande 2020 e Embaixadora da Literatura 2020/2021. Tem como objetivo em sua carreira levar a cultura, em forma de arte, assim como ampliar o ativismo dos jovens comprometidos em criar um futuro melhor. Eloise gosta de ler, escrever e experimentar novos desafios e deseja ser uma grande escritora e influenciadora de sucesso.

Uma fascinante história começa quando Cecilia, mineira, de 11 anos, deficiente visual, ganha num concurso de poesia, um passeio para Caravelas, na Bahia. A premiação contemplava conhecer algumas praias do litoral e por coincidência ou sorte, estava no roteiro a Praia de Grauçá, onde seus avós maternos residiam. Uma oportunidade única: conhecê-los pessoalmente.

Quando finalmente chegou na pequena vila, a doce menina escuta e reconhece a voz de Carlota, sua avó, que a esperava ansiosamente e só a conhecia por telefone. Em seguida é surpreendida com um abraço daqueles de urso do vovô Lino. A satisfação e alegria são tão grandes que é impossível não sentir tamanha energia.

Cecilia não queria esperar até o dia seguinte e pede a seus avós que a levem para conhecer o mar. No trajeto o Sr. Lino começa a contar uma lenda muito antiga existente naquela aldeia. Ele narra a história de que a água é mágica e que depois de tocá-la as pessoas de coração puro podem ver e ouvir o que jamais fora imaginado antes.

Eis que de repente, ao sentir a areia em seus pés, Ceci, solta das mãos de seus avós e corre em direção ao som do mar. Ao som das ondas quebrando na beira da praia. Naquele momento a água toca em seus pés e todos os seus sentidos

ficam aguçados. Todo o seu corpo é capaz de sentir através do cheiro da maresia que insistia em beijar aquele rosto pueril. E, inesperadamente, ao abrir os olhos da imaginação, percebeu a exuberância de toda aquela imensidão e algo surpreendente aconteceu.

- “Cecilia, deixe-me tentar presentear-te com as belezas naturais deste mundo. O mar é um lugar de mistérios, mas também de descobertas” – disse o Sr. Mar ao se apresentar.

- “Mas Sr. Mar, sou apenas uma menina que insiste em enxergar o mundo com os olhos da alma e do coração, como posso aceitar tal presente? - respondeu Cecilia surpreendida ao ouvir o mar conversar com ela.

- “Muito simples, eu sou o maior proprietário do planeta, intitulado de Amazônia Azul, sou o deus de todos os seres vivos marítimos e disponho de um enorme tesouro. E ainda assim invadem a minha casa, exploram, extraem, e quando não matam os seres aquáticos, os deixam doentes e com fome. Inclusive, sofremos os efeitos da sobrepesca. Nossas variedades de espécies não estão conseguindo se reproduzir e continuar povoando as águas na velocidade das atividades dos seres humanos.” – disse o Sr. Mar.

Ceci pensa sobre tudo isso e percebe que mesmo sabendo da importância do mar e das riquezas que nele habitam, ainda existe

muita falta de empatia e respeito ao território marítimo brasileiro. Entretanto, há tempo de renovar as energias vivas observando toda a sintonia da natureza e o que ela oferta diária e gratuitamente.

- “ É necessário buscar o uso sustentável dos recursos que oferecemos em nossas profundezas e conhecer a infinidade de segredos que nossas águas abrigam. Portanto, o desafio é desfrutar sem explorar e sem causar a extinção de nossas riquezas, a fim de proteger esse mundo submerso na mesma proporcionalidade.” Acrescento ainda, corremos muitos perigos e um deles também é o Turismo insensato. Dizem que nos usam em forma de recursos não extrativos, pois não impactam o meio ambiente na sua devida utilização, mas na verdade, estamos vulneráveis à poluição de plásticos, resíduos químicos e tóxicos, insumos despejados por grandes empresas e deixados deliberadamente em mim. Nossa extensão de água é muito grande o que dificulta, e muito, a fiscalização e a nossa manutenção.” afirmou o Sr. Mar.

Apesar de ser deficiente visual, Ceci consegue finalmente despertar ao perceber que, se continuarmos assim até 2050, essa sim seria a pior das escuridões que um ser humano poderia vivenciar.

PINTANDO O SETE

CORES COMPLEMENTARES E PALETA OTIMIZADA



PAULO JORGE

ARTISTA PLÁSTICO MEMBRO DA ALEART - ACADEMIA DE LETRAS E ARTES DA REGIÃO DOS LAGOS. NASCIDO EM SÃO PEDRO DA ALDEIA - RJ. DESENHA E PINTA DESDE CRIANÇA COM INCENTIVO E AJUDA DE PROFESSORES. ADULTO, FOI ESTUDAR NA CAPITAL. RESIDE EM CABO FRIO - RJ

PARA CONHECER AS OBRAS DO ARTISTA PLÁSTICO ACESSE

WWW.PAULOJORGE.ART.BR

A teoria das cores vimos em artigos anteriores – listados em “Referências”, no final dessa coluna. Além dos aspectos históricos e rudimentos da física e da química, aprendemos como gerar cores secundárias e terciárias a partir das cores primárias – ciano, amarelo e magenta. Chegou a hora de pintar. Com quais cores devemos montar nossa paleta?

A teoria e a prática

Podemos pintar somente com as cores primárias ciano, amarelo e magenta, já que todas as outras cores podem ser produzidas a partir da mistura dessas três. Devemos levar também o “Branco de Titânio” para clarear onde for necessário. Um bom exemplo disso é a mistura do ciano com o amarelo, onde produz um verde brilhante e vivaz. Agora observe a natureza ao seu redor e tente encontrar um verde assim na vegetação. Tarefa muito





difícil! Notamos que as cores da natureza são mais apagadas, ou “quebradas” como se diz no meio artístico. Podemos “quebrar” uma cor misturando sua complementar, em doses moderadas, até encontrar o tom adequado. Poderíamos evitar esse excesso de trabalho levando a paleta otimizada, já com as cores atenuadas.

Cores complementares

Cor complementar é aquela que se encontra na posição oposta na “roda das cores”. Podemos escurecer qualquer cor misturando



sua complementar. Para fixar esse conceito, o artista espanhol Hangel Montero em um dos seus tutoriais no Youtube compara as cores complementares com convidados para um jantar, onde alguns deles são inimigos. O anfitrião, ao selecionar os lugares numa mesa circular, nunca colocaria dois inimigos lado a lado. A arrumação mais adequada seria colocá-los frente a frente, um em cada extremidade da mesa. Analogia perfeita! As cores complementares se comportam como se fossem inimigas, onde uma tende a anular a outra, desde o escurecimento discreto até a produção do preto, que nesse caso chamamos de “preto cromático”. Aproveitando essa característica, podemos obter misturas incríveis com a combinação dessas cores. Eu mesmo não utilizo tinta comercial da cor “preta” – prefiro produzi-la a partir da mistura de cores complementares. Assim posso ter o preto ligeiramente mais quente ou frio, dependendo das cores misturadas. Abordaremos esse assunto oportunamente.

Paleta de cores otimizada

– Artista de verdade pinta até com cuspe colorido – já ouvi essa afirmativa, o que



certamente é uma hipérbole muito longe da verdade. Sabemos que o material adequado facilita bastante a realização de qualquer trabalho - na pintura não é diferente.

No artigo “Pintura acrílica - o começo” listamos os materiais necessários para iniciar pintura em tela com tinta acrílica. Abordamos as tintas adequadas, desde as mais básicas e acessíveis até as desejáveis e mais raras. No artigo “CORES PRIMÁRIAS E SUAS MISTURAS”, que antecede este, mostramos como produzir as cores secundárias e terciárias usando somente as cores primárias ciano, amarelo e magenta. Mas como já afirmamos, as cores produzidas são muito vividas, distante do que encontramos na natureza, que exhibe “cores quebradas”, ou seja, menos intensas. Certamente podemos utilizar as cores complementares para diminuir a intensidade das cores produzidas a partir das primárias, mas alguns artistas montam “paletas personalizadas” e com isso economizam bastante tempo no trabalho.

Aprendi a utilizar o “carmim” em vez do

“magenta” como cor primária com o mestre Roger Vianna, a quem muito agradeço. Mais tarde conheci a obra de Hangel Montero e passei a adotar a “roda de cores” por ele sugerida em seu livro “La Obtencion del Color: Un secreto al descubierto”. As famílias das cores são mantidas, porém utiliza “cores quebradas”, o que facilita o trabalho. A roda de cores é ferramenta que o artista deve ter sempre por perto na hora de realizar misturas. Todos a utilizam, embora muitos consultem a memória em vez de mídias físicas.

Cores complementares e alto contraste

CATTLEYA - Acrílica sobre tela - 50x60
(Paulo Jorge)

CATTLEYA - Acrílica sobre tela - 50x60
(Paulo Jorge)

Pintura realizada com as tintas “primárias” da paleta adaptada (azul cobalto, amarelo e carmim) e branco, mostra outro papel das cores complementares: produzir alto contraste. Nessa obra as orquídeas tendem ao “violeta” e “carmim”, contrastando

perfeitamente com o “verde” da folhagem. O “preto”, presente no fundo, foi produzido com mistura de cores complementares. Conheça mais sobre essa obra em <https://www.paulojorge.art.br/project/cattleya>.

Referências

<https://www.paulojorge.art.br/01-a-o-mundo-magico-das-cores/>

<https://www.paulojorge.art.br/cores-como-percebemos/>

<https://www.paulojorge.art.br/cores-primarias-e-suas-misturas/>

<https://www.paulojorge.art.br/pintura-acrilica-o-comeco/>

<https://rogervianna.com.br/>

<https://www.rapidtables.org/pt/convert/color/cmyk-to-rgb.html>

<http://www.tacolor.com>

<https://color.adobe.com/pt/create/color-wheel>

Pintura além do pincel – João Barcelos

<https://www.hangel.es/>



O PRESENTE DE PAPAI NOEL



“Botei meu sapatinho na janela do quintal, Papai Noel deixou meu presente de Natal”

Assim dizia a canção no radinho de pilhas que o moço da poltrona da frente segurava bem colado ao ouvido, lixando suas orelhas com o chocalhar descompassado do velho ônibus lotado. Foi mesmo um golpe de sorte a família Santos conseguir assento para todos, ainda mais porque o Natal se aproximava.

O Natal da minha infância sempre foi alegre. Os familiares se reuniam para participar do banquete no dia vinte e cinco. Matava-se um leitão para o almoço. Tudo se aproveitava, mesmo sem geladeira. A carne era cozida, armazenada em latas e coberta com a própria gordura do animal. Também eram feitas linguiças de parte da carne e das tripas. Passavam dias a

defumar. Nunca comemorávamos a passagem do dia vinte e quatro para o dia vinte e cinco.

O povo da roça ia em peso para a cidade mais próxima em busca de cortes de tecido para roupas que a data pedia. A viagem da família Santos tinha outro propósito: visitar nossa avó materna e passar a noite de Natal com ela e demais parentes, retornando no dia seguinte para comemorar com os avós paternos. Eu, com cerca de cinco ou seis anos, estava muito ansioso para chegar e ver os primos da cidade e seus brinquedos diferentes. Afinal, enjoei de brincar com carrinho improvisado com duas laranjas enfiadas numa vareta de guaxima, guiadas por uma haste de bambu com gancho na extremidade inferior. Quando muito entediado desse brinquedo, revezava empurrando um velho pneu aposentado da charrete. Apesar disso, a brinquedoteca era imensa, pois tinha toda a natureza disposta a interagir comigo – o que dei conta mais tarde.

A paisagem desfilava pela estreita janela do coletivo, toda respingada de lama. Meu pensamento, alvoroçado com o que ouvia no rádio do vizinho, sonhava com presentes que só existiam na minha imaginação de criança. O rádio insistia: “Botei meu sapatinho na janela do quintal”. Então virei para meu pai e perguntei:

– Pai, se eu colocar o sapatinho na janela do quintal, Papai Noel deixará um brinquedo para mim?

– Deixa de ser bobo! – Respondeu meu pai irritado – Isso é besteira! Papai Noel não existe!

Meu pai era uma pessoa corretíssima. Trabalhador da lavoura desde a infância, procurava transferir aos filhos os ensinamentos morais que herdara dos seus pais. Se somente nos dava roupas e calçados, era porque não sobrava dinheiro para comprar presentes como nossos parentes da cidade. Mas por que aquela resposta tão seca? Talvez porque no seu tempo essa modernidade de “Papai Noel” não existisse; ou talvez estivesse receoso de reencontrar minha avó materna – ela tinha fama de mal humorada. Sim, deveria ser isso: preocupação com a viagem. A resposta não me agradou. Queria ouvir algo que não matasse meu sonho de vez. Virei para o banco de trás onde minha mãe estava com meu irmão no colo. Ao seu lado, duas irmãs mais novas ocupavam um único assento. Ela, dedicada ao lar e submissa aos comandos do meu pai, o conhecia como ninguém. Antes que eu pudesse abrir a boca e lhe dirigir a mesma pergunta, levou seu dedo indicador aos lábios me pedindo silêncio. Obedeci.

Depois de horas de solavancos, lá estávamos desembarcando no ponto próximo à casa da minha avó. Minha mãe, com meu irmão ao colo, segurava a mão da minha irmã. Meu pai agarrou o meu braço com sua canhota e com a destra a mão da minha irmã do meio. Caminhões carregados de sal atravessavam à nossa frente, rugindo e cuspidos grossos rolos de fumaça negra. Esperávamos o momento de trégua do trânsito para atravessar a via que nos separava da rua da minha avó. Eu não tinha pressa. Toda novidade era linda para mim! No interior não havia nada daquilo.

– Vamos agora! Comandou meu pai ao primeiro intervalo sem o transitar de carros.

Arrancou a passos largos, seguido da minha mãe. Arrastados pelos braços,

nós os acompanhamos a galope, como os potrinhos da roça seguiam suas mães.

Chegamos! Lá estavam minha avó, minhas tias e primos, alegres com nossa chegada! Beijos, abraços e muito falatório. Eu já estava ansioso para escapar dos braços das tias e brincar com os primos e seus brinquedos diferentes. Um estava com um carrinho na mão; outro tinha um trator, as meninas com suas bonecas incrementadas – uma verdadeira festa para meus olhos! Pena que ao tentar dividir o brinquedo, ninguém queria me emprestar nada – nem um pouquinho.

Minha cabeça não parava de imaginar como seria bom se eu também tivesse brinquedos assim. Sabia que alguns tios eram empregados e passavam certas dificuldades, segundo comentários que ouvira dos meus pais. Como conseguiram dinheiro para comprar essas maravilhas? Perguntei para um primo quem lhe deu o carrinho e ele respondeu:

– Papai Noel, ora! Todo ano me dá um.

Pensei logo no sapatinho na janela. Como coube aquele carrinho? Será que veio desmontado? Assim, caberia nos sapatos – encheria os dois.

Aproximou-se uma prima desfilando com sua bicicleta linda, toda verdinha como eu sempre imaginei a minha. Cheio de curiosidade perguntei quem lhe tinha dado, e logo veio a resposta:

– Papai Noel me deu. A outra já estava muito velha.

Então minha cabeça endoidou: o carrinho desmontado podia caber no sapato, mas a bicicleta como caberia? Não entraria nem a roda – pensei. Olhei para os pés dela, pareciam normais. Achei muito estranho.

Chegou a hora dos comes e bebes.

Abraços, felicitações e mais falatório. Nós brincávamos com os primos e não queríamos que o tempo passasse, mas passou. Chegou a hora de dormir. Os móveis da sala foram deslocados para uma parede, liberando espaço para as camas improvisadas. Meus pais logo dormiram, pois o cansaço da viagem era grande. Eu não conseguia pegar no sono. Só pensava no presente que tanto queria – parecia cada vez mais distante. Aquela música sobre o sapatinho na janela não saía da minha cabeça. Então, tomei uma decisão: colocar meu sapato na janela. O que poderia acontecer? No máximo Papai Noel esquecer que eu existo e deixar o sapatinho vazio – imaginei. Muitas vezes meus sapatos já dormiram no quintal quando minha mãe os lavava. Eles já estavam acostumados.

Levantei e caminhei pé ante pé, com muito cuidado para não acordar meu pai. Não estava familiarizado com a casa, mas consegui chegar à janela, auxiliado por uma luz fraquinha que vazava da porta da cozinha. Abri com cuidado. Surpresa: não tinha quintal. A janela dava diretamente para a rua, que estava deserta. A vontade de ganhar um presente era tão grande que mesmo hesitante pus os sapatos no peitoril e a fechei com muito cuidado. Fiquei atento aos barulhos de fora – queria ouvir a chegada do Papai Noel. Mas o sono me venceu, afinal, também estava cansado.

Na manhã seguinte meu pai acordou-nos bem cedo. Corri para a janela com a esperança de pegar meu presente! Abri o mais rapidamente que pude e tive minha maior surpresa: não tinha presentes... nem sapatos. Papai Noel sem vergonha, esse da cidade! Não deixou meu presente e ainda levou meus sapatos! E agora? Como contar para os meus pais? Conte entre lágrimas. Acho desnecessário relatar as sanções decorrentes do fato, mas não posso deixar de informar que esse

Natal foi bem pior do que os anteriores. Na roça os presentes eram roupas e no máximo brincávamos de bola com a bexiga do porco insuflada com ar. Dessa vez, no lugar da brincadeira inocente havia tristeza. Voltei para casa cambeteando com calçados de par improvisado de marcas diferentes. Esses, os primos emprestaram.

Os anos se passaram. Casei, tive filhos. Não alimentei neles a fantasia de Papai Noel. Ademais, achava muito estranho o tal velhinho ser contratado por lojas com a única finalidade de estimular as crianças para as compras, deixando os pais em apuros. A figura do bom velhinho não mais existia.

Certa vez, questionado por familiares sobre minha forma radical de encarar o assunto, resolvi levar meu filho a um shopping próximo de casa, onde as crianças dos vizinhos foram ter com o tal Papai Noel para serem fotografadas. Ao chegar, fiquei surpreso com o cenário montado: muito bem decorado, com presépio e acessórios referentes ao nascimento de Jesus, conforme prega a religião católica dos meus pais. Embora eu e minha esposa não adotemos tais simbologias, já que nossa filosofia religiosa é outra, achamos que estávamos excluindo nosso filho de um comportamento social comum. O garoto não quis de jeito nenhum! Insisti só um pouquinho, mas achei ótimo!

Em visita a parentes, citei esse episódio. Relataram que o filho deles também foi visitar o tal Papai Noel quando tinha a idade aproximada do meu filho. O menino era, como se diz popularmente, “encapetado”! Sentado ao colo do velhinho começou a cutucá-lo com o dedo em riste. Parece que o bom homem não resistiu à provocação. Não demorou muito e veio o menino correndo em direção aos pais. Com o dedo elevado sobre a cabeça, gritava:

- Papai Noel me mordeu! Papai Noel me mordeu!

Mais uma vez me senti recompensado por meu filho ter refutado essa figura lendária. Que Papai Noel que nada! Embora haja divergência nas datas, comemora-se o nascimento de Jesus. A graça dos festejos está no

congraçamento, na troca de abraços, no perdão e na conciliação. Estes, sim, são os verdadeiros presentes!

Paulo Jorge dos Santos



“Pintei esse quadro para ilustrar minha experiência negativa com o tal “Papai Noel”, relatada na crônica que segue”, disse Paulo Jorge dos Santos

São Pedro da Aldeia

Com informações do Wikipédia / Foto Renato Fulgon





Possui uma área de 358,66 km² e sua população, conforme estimativas do IBGE de 2020, é de aproximadamente 106.049 habitantes. É um dos principais centros históricos e culturais, cuja história se entrelaça com o enredo nacional e também do Estado do Rio de Janeiro. Abriga monumentos de grande importância como a Casa da Flor, a qual recebeu o Prêmio Culturas Populares pela Secretaria da Identidade e da Diversidade Cultural/ Ministério da Cultura em 2007, e igrejas construídas pelos padres na fundação da aldeia, como a Igreja Matriz de São Pedro. Neste município, encontra-se a Base Aérea Naval de São Pedro da Aldeia, única de seu tipo no país, sede da Força Aeronaval da Marinha do Brasil, exercendo uma importantíssimo papel na defesa nacional. A Base de São Pedro abriga o Museu da Aviação Naval, único do seu gênero em todo o Brasil.

Aldeia
Magazine

Aldeia

Magazine

Fundado em 22 de maio de 2012
NOTÍCIAS DE SÃO PEDRO DA ALDEIA GRÁFICA E EDITORA - ME
CNPJ - 18.104.525/0001-32 - Inscrição Municipal - 713058
End: Av. Elísio Henrique de Paiva - Lote 22 Quadra 02, Bairro Praia Linda

CEP 28.940-000 - São Pedro da Aldeia
E-mail - noticiasdesaopedrodaaldeia@gmail.com
Jornalista Responsável - Renato Cosme Fulgoni - MTB 0039162/RJ
Revista Digital
Fundador e Editor Chefe - Renato Cosme Fulgoni
Diretor de Marketing - Renato Cosme Fulgoni
Colunistas (sem vinculos trabalhistas) - Edu Moreira, Wagner Muniz, Eloise Gomes, Monique Bittencourt, Ilton Santos, Luciana Mendonça, Nathália do Amaral, Raquel Carvalho, Luciana Rugani, Marcello Lyca, Flávio Machado, Luana Gonçalves, Aline Santos, Paulo Jorge, Alex Terra, Monica Marinho, Silvilene Gomes e Sammy.

Diagramação Aldeia Editora
CNPJ - 37.843.819/0001-20
Renato Cosme Fulgoni

A Revista Digital Aldeia Magazine não se responsabiliza por conceitos ou opiniões emitidas em matérias assinadas.

Distribuição sem fins lucrativos
noticiasdesaopedrodaaldeia.com.br

Anúncio - WhatsApp - (22)99983-6366



Aldeia Editora