

HELLO, DARLINGS | QUEM É A
INGLESINHA QUE FAZ SUCESSO NO
INSTAGRAM FALANDO "MINEIRÊS"

SAÚDE E BELEZA | ESPECIALISTAS
INDICAM TRATAMENTOS PARA
MÃES DE TODAS AS IDADES

Ano XXII | Nº 270 | www.revistaencontro.com.br

encontro^{BH}

Fuad Noman: "As pessoas podem até não conhecer o prefeito, mas conhecem as obras. Nossa missão nessa pré-campanha, e depois na campanha, é mostrar quem está executando as melhorias da cidade"

ELE ENTROU NO JOGO

Em busca da reeleição, o prefeito Fuad Noman investe em aparições descontraídas nas redes sociais e num ambicioso pacote de obras para se tornar mais conhecido dos eleitores e subir nas pesquisas de intenção de voto

ISSN 1679-0146



9 77167 9101400

R\$ 19,00



0 0 270

Pietro

RESIDENCE

4 Quartos

2 suítes e 2 semissuítes

LOCALIZAÇÃO PRIVILEGIADA . 500M DO PÁTIO SAVASSI

RUA RAUL POMPEIA, 352 . SÃO PEDRO

Orgulho das
suas conquistas
e da sua história

CAPARAÓ

(31) 4009-7007 | www.caparao.com.br



Varanda gourmet
+14m²

Pietro
RESIDENCE

Infraestrutura Completa

de lazer, descanso, autocuidado,
convivência e trabalho

📍 RUA RAUL POMPEIA, 352 . SÃO PEDRO . 500M DO PÁTIO SAVASSI



Áreas comuns
luxuosamente
mobiadas e
decoradas

(31) 4009-7007 | www.caparao.com.br

CAPARÃO



Em BH, você tem
dois lugares incríveis
para celebrar nosso
aniversário de 20 anos.

Um fica no BH Shopping
e o outro no DiamondMall.

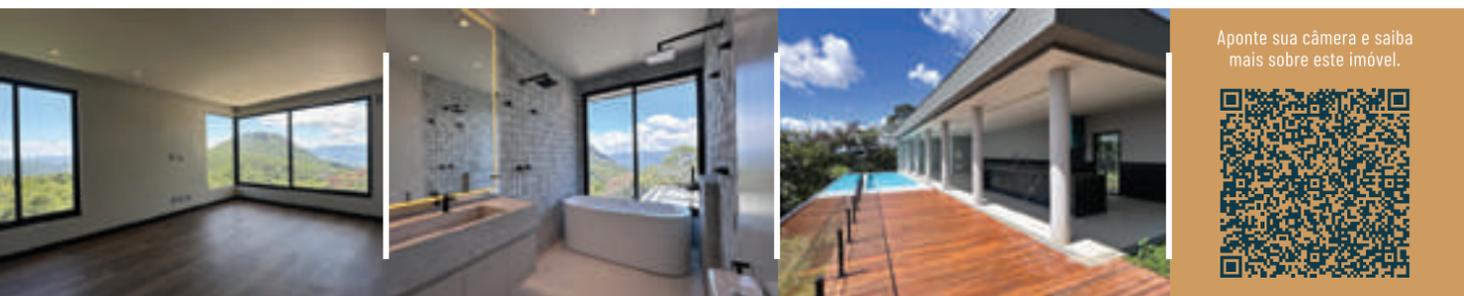


20 anos

DiamondMall • BH Shopping

A IMOBILIÁRIA SÓ MANSÕES VENDE

EXCELENTE CASA NO CONDOMÍNIO MIRANTE DA MATA



CASA COM LINDA VISTA | ESPAÇO PARA POMAR | ÓTIMO ACABAMENTO
4 SUÍTES | ESPAÇO GOURMET | PISCINA AQUECIDA

@somansoes /SóMansõesImobiliária
www.somansoes.com.br

Av. Luiz Paulo Franco, 603
9º Andar | Belvedere

A IMOBILIÁRIA SÓ MANSÕES VENDE

LINDA COBERTURA TOP HOUSE NO BAIRRO VILA DA SERRA



EXCELENTE LOCALIZAÇÃO | ESPAÇO GOURMET COM CHURRASQUEIRA E PISCINA | LINDA VISTA PANORÂMICA
4 SUÍTES SENDO A MÁSTER COM CLOSET E BANHEIRA DE IMERSÃO | 4 VAGAS

FONE: (31) 99402.9009
(31) 3646.9009

IMOBILIÁRIA
SÓ MANSÕES

22 ENTREVISTA
Francisco Paiva Jr. fala sobre a dificuldade das empresas ao lidarem com a neurodiversidade no mercado de trabalho

32 BELEZA
Confira dicas de especialistas para cuidar da aparência para se sentir bem em qualquer idade

38 DEZ PERGUNTAS PARA...
... Gustavo Chalfun, presidente da Caixa de Assistência dos Advogados de Minas Gerais (CAAMG)

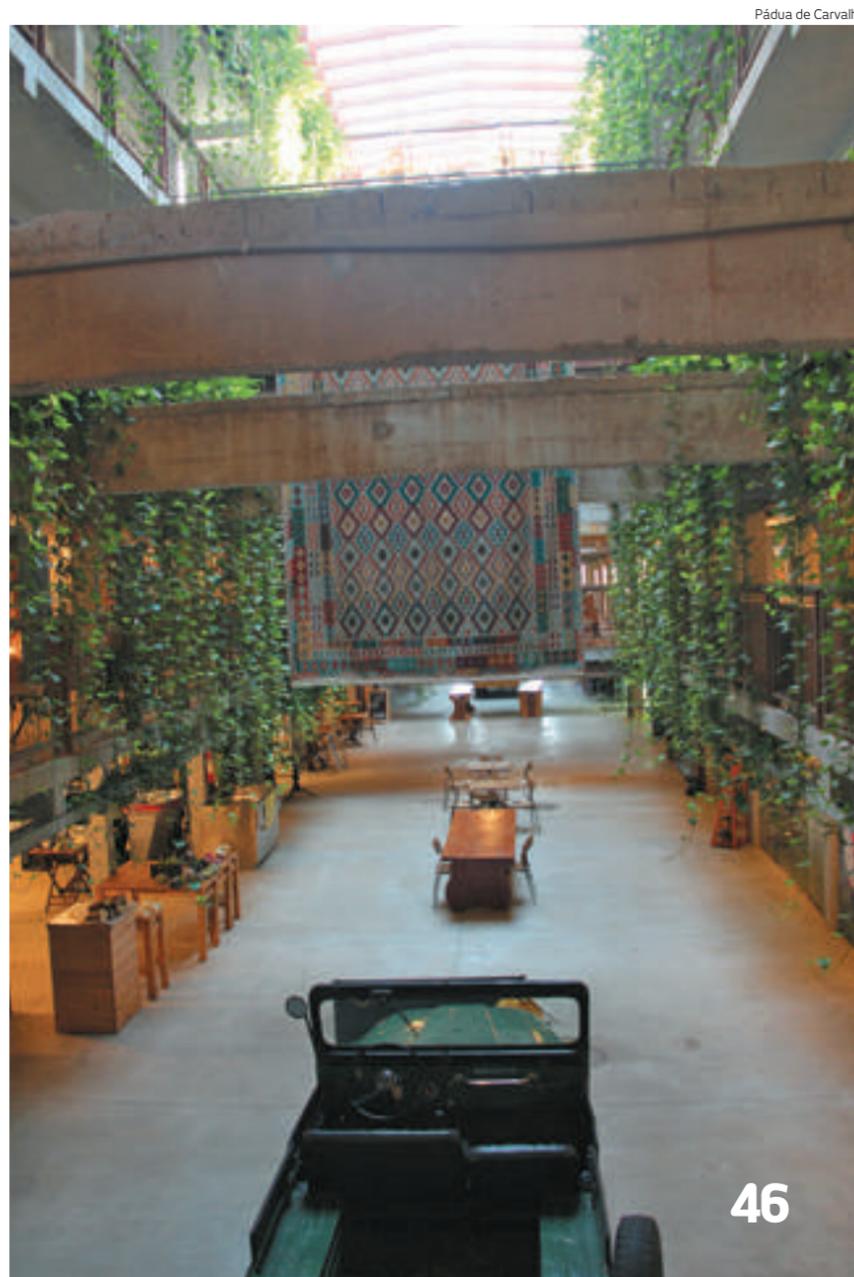
42 PERFIL
Quem é Vita Bailey, garotinha inglesa que viralizou na web ensinando a falar "mineirês"

46 CIDADE
Circuito Mercados de Origem inaugura sua primeira unidade em BH, no Olhos D'Água

58 PET
Espaços especializados garantem a diversão dos pets na capital mineira

62 VEÍCULOS
O sedã clássico mais conhecido e vendido da MercedesBenz, o classe C, chega à versão esportiva híbrida

66 CAPA
O prefeito Fuad Noman aposta na divulgação das obras e nas redes sociais para se tornar mais conhecido dos eleitores



Pádua de Carvalho

80 GASTRÔ
Um roteiro pelas cafeterias de BH, para todos os gostos e públicos

96 SOCIEDADE
Novo espaço de eventos

AURA

INSPIRE-SE
TODOS OS DIAS

O LANÇAMENTO
MAIS GRANDIOSO
DO VILA DA SERRA
ESTÁ CHEGANDO

4 SUÍTES
OU 2 SUÍTES +
2 SEMISSUÍTES

de **138 m²**
a **202 m²**

**LAZER
DESLUMBRANTE**
COM MAIS DE 20 ITENS



PROJETO ARQUITETÔNICO

TORRES MIRANDA
ARQUITETURA

DESIGN DE INTERIORES

DEBORA AGUIAR
ARQUITETOS

PAISAGISMO

YAPÓ ORSINI



DESCUBRA
UM DECORADO
ENCANTADOR.



Visite nosso lounge de vendas

Rua Jornalista Djalma de Andrade, 1140
Belvedere - Belo Horizonte/MG



Acesse o **tour virtual**

aura.tour.somattos.com.br

Saiba mais
e antecipe-se!



Rua Cel. Gabriel Felipe Faria | Nova Lima/MG
auraviladaserra.com.br

PATRIMAR
Mude para melhor

somattos
ONDE A GENTE QUER ESTAR



80

Divulgação

COLUNAS

- 54 **ENCONTRO COM A MINERAÇÃO**
Investimentos na Atlas Lithium
- 56 **CUIDADOS PET**
Tartarectomia em pets
- 74 **NUTRIÇÃO**
Como cuidar da microbiota intestinal
- 76 **NA MESA**
Novidades em Lourdes

ARTIGOS

- 18 **MARCO ANTÔNIO FREITAS**
STF e a negativa de vínculo empregatício: uma análise crítica
- 30 **PATRICIA DE CASTRO VÉRAS**
Os prints de Whatsapp e os processos judiciais
- 44 **RICARDO KERTZMAN**
Diplomacia contraproducente
- 52 **LOUIS BURLAMAQUI**
Humor, o elixir da vida
- 78 **RODRIGO A. FONSECA**
Rosés - sucesso mundial; Provence - a estrela
- 98 **PAULA PIMENTA**
Aprendendo a esperar

FOTO CAPA: Paulo Márcio



Anuário de Excelência Clínica Mater Dei

A Rede Mater Dei de Saúde aliou a missão de atender os pacientes de maneira humanizada, diferenciada e personalizada à prática fundamentada na melhor evidência técnica e científica, respeitando os melhores princípios da segurança e qualidade.

O Anuário de Excelência Clínica demonstra com transparência a excelência do atendimento assistencial dos 9 hospitais da Rede Mater Dei de Saúde, comparando os nossos desfechos clínicos com indicadores de instituições médicas, nacionais e internacionais, de referência.

Qualidade e segurança assistencial para você e sua família ficarem bem.



Escaneie o QR CODE e veja o material.

MaterDei Rede de Saúde

materdei.com.br

DIRETOR-GERAL/EDITOR
André Lamounier

EDITORES COLABORADORES
Alessandro Duarte
Fábio Doyle
Neide Magalhães

JORNALISTAS COLABORADORES
Carolina Daher
Daniela Costa
Laryssa Campos
Marcelo Fraga
Rafaela Matias

EDITOR DE ARTE
Roger Simões

EQUIPE DE ARTE
Antônio de Pádua Carvalho

GERENTE ADMINISTRATIVA
Solange Rabelo

GERENTE COMERCIAL
Laila Soares

DEPARTAMENTO COMERCIAL
(COLABORADORES)
Agata Utsch
Andreza Braga
Myrta Lobato
Rigleia Carvalho

ASSISTENTE COMERCIAL
Roberta Magalhães

DISTRIBUIÇÃO
André Lima / Encontro Log

PROJETO GRÁFICO
Editora Encontro

IMPRESSÃO
EGL Editores

DISTRIBUIÇÃO
Encontro Log

PARA ASSINAR
assinatura@revistaencontro.com.br

PARA ANUNCIAR
comercial@revistaencontro.com.br

ATENDIMENTO AO LEITOR
redacao@revistaencontro.com.br

TIRAGEM
72.000
EXEMPLARES

TIRAGEM E CIRCULAÇÃO AUDITADA PELA



CONFORME RELATÓRIO EM NOSSO PODER.

ENCONTRO É UMA PUBLICAÇÃO MENSAL DA ENCONTRO IMPORTANTE LTDA, BELO HORIZONTE, RUA BUENOS AIRES, 10, 3º/4º ANDAR - CARMO, 30315-570, BELO HORIZONTE - MG. FONE: (31) 2126-8000. EMPRESA FILIADA À



CARTA DO EDITOR



ALESSANDRO DUARTE / EDITOR
aduarte@revistaencontro.com.br

Um mineiro daqui e uma “mineira” do outro lado do Atlântico

Esta edição de **Encontro** traz dois perfis de personagens que, à princípio, não têm nada em comum. Um mora em Belo Horizonte, tem 76 anos de idade e quer se tornar mais conhecido dos belo-horizontinos. Outra mora na cidade de North Yorkshire, na Inglaterra (a mais de 9 mil quilômetros daqui), tem 10 anos e virou “celebridade” nas redes sociais ao falar sobre as peculiaridades de sua família mineira-britânica.

Com uma longa carreira nos bastidores da administração pública, o economista Fuad Noman assumiu a prefeitura de BH quando o então alcaide, Alexandre Kalil, renunciou ao cargo para se candidatar – sem sucesso – ao governo de Minas, há dois anos. De lá para cá, vem investindo em intervenções pela cidade – e tem 3 bilhões para aplicar. “As pessoas podem até não conhecer o prefeito, mas conhecem as obras. Nossa missão nessa pré-campanha, e depois na campanha, é mostrar quem está executando as melhorias da cidade”, diz ele. Durante sua entrevista, Fuad não se furtou a responder a nenhum questionamentos, das crises com a Câmara Municipal à expectativa de receber apoios como o do presidente Lula e do próprio Kalil; da emoção ao encontrar moradores da cidade impactados pelas iniciativas da administração às críticas pelo corte de árvores na região da Pampulha para a realização da corrida de stock car, em agosto. Divertiu-se ao explicar porque usa suspensórios, apesar de não revelar quantos têm em seu guarda-roupa. Seria um “acessório fashion”? “Estaria mais para um acessório de conforto”, respondeu.

Já Vita Bailey, a inglesinha que diverte internautas ao ensinar “mineirês”, declarou seu amor ao estado natal de sua mãe, que nasceu em Uberlândia, e em especial à nossa culinária. “Que sorte a minha ter os dois países para chamar de ‘meus’. Eu amo ser britânico-mineira”, disse ela, à jornalista Rafaela Matias. “O mineiro é incomparável. Eu amo os mineiros! E a comida de Minas Gerais também tem meu coração.” As postagens da Vita são feitas no perfil da mãe, Marielle Bailey, que tinha, no final de abril, 500 mil seguidores no Instagram. Só para ter uma ideia, a página da prefeitura de BH tem 398 mil. A do prefeito Fuad Noman, 13,4 mil.

Ainda que de maneiras distintas, são dois personagens que representam a riqueza e a diversidade do nosso estado. Boa leitura. ■



O prefeito Fuad Noman e a inglesa Vita Bailey; aos 76 anos, ele administra capital do estado; aos 10, ela faz sucesso nas redes falando “mineirês”



Instagram/reprodução



SKYLINE
SEM LIMITES



1 ou 2 SUÍTES

LAZER ESPETACULAR, DO PILOTIS AO ROOFTOP

VISTA EXCEPCIONAL PARA A CIDADE E PARA AS MONTANHAS



PATRIMAR ON DEMAND

SERVIÇOS EXCLUSIVOS PARA FACILITAR O SEU DIA A DIA

- | Arrumação geral das unidades
- | Manutenção e pequenos reparos
- | Dog walker
- | Cyber Laundry com delivery na sua unidade



VENHA SE APAIXONAR PELO DECORADO.
R. Jorn. Djalma Andrade, 1154
Vila da Serra, Nova Lima - MG

patrimar.com.br/skyline
(31) 97133-9797

INCORPORAÇÃO, CONSTRUÇÃO E INFORMAÇÕES



FALE COM A ENCONTRO

Algumas das mensagens enviadas para a redação no mês passado e postadas em nosso site e nas redes sociais

CO-AUTOR DO LIVRO BIOGRAFIA DO ABISMO, O MINEIRO FELIPE NUNES, É DESTAQUE DA ENCONTRO

A capa da Encontro nº269 é o dono da empresa de pesquisa e consultoria Quaest e co-autor do livro 'Biografia do Abismo', Felipe Nunes. Em uma entrevista, o pesquisador comenta a polarização entre Lula e Bolsonaro, e os impactos dessa divisão nas relações sociais.

Instagram Não é possível conviver com o fascismo.

Roberto Teixeira (@roberto.teixeiramiranda)

Instagram Polarização só faz bem para a sociedade. Sinal de que a democracia está viva e há oposição de verdade. Queria o quê este menino? As pessoas todas pensando igual? Como nos tempos de Mao. Ah, agora entendi.

Leo Lodi (@leolodi69)

Instagram Jamais irei votar em qualquer candidato ou partido ou ideias de esquerda na minha vida. Já votei, mas tomei nojo.

Ricardo Erbs (@rick_erbs)

JARDIM JAPONÊS PROMOVE DEGUSTAÇÃO DE CHÁS EM BELO HORIZONTE

A atividade de passeio guiado pelo Jardim Japonês, localizado em Belo Horizonte, é retomada. O trabalho tinha sido paralisado por causa da pandemia. Além da visita, os participantes também podem aproveitar a degustação de chás tradicionais.

Instagram Amei.

Elida Maria (@elida.maaria)

Instagram Quero ir.

Elizabete Braga (@egbraga)

PADRE FÁBIO DE MELO FAZ SHOW EM HOMENAGEM AO DIA DAS MÃES

O Padre Fábio de Melo volta a Belo Horizonte com a turnê 'Esse sou eu'. O show é em homenagem ao dia das mães, celebrado em maio. No repertório ele traz grandes sucessos: 'Nas Asas do senhor', 'Onde Deus Possa me ouvir', 'Trem Bala', 'Deus cuida de mim', 'Tudo é do pai' e muito mais.

Instagram Vai ser muito lindo! Ele sabe falar e cantar bem, um agrado ao nosso coração!!
Marlene Martineli (@marlenemartineli)

Instagram Um show lindo demais e muito abençoado!
Roseanne Abreu (@roseanneabreu)

AMIDOG REALIZA FEIRA DE ADOÇÃO

Uma Feira de Adoção de pets foi realizada no BH Shopping para que mais pessoas possam ter um melhor amigo em casa. Estavam disponíveis 23 cães e gatos, entre adultos e filhotes. Os organizadores sugeriram a doação de alguns valores para custear o cuidado com os animais.

Instagram Justo receberem um valor, afinal gastaram com vacina e exames.
Nanci Amaral (@amaral.nanci)

Instagram Eu irei. Quero adotar uma gatinha fêmea filhote.
Carla Prata (@carlapratstyle)

Instagram Que as pessoas parem de comprar cães.
Luciana Surerus (@luciana_surerus)

BORDADO É TEMA CENTRAL DE EXPOSIÇÃO EM BH

A tradição do bordado é o grande tema de uma exposição no CCBB BH. O Memorial do Bordado selecionou peças, em um acervo com mais de 10 mil itens, que mostram como essa cultura encerra silêncios e acompanha o papel das mulheres ao longo das décadas.

Instagram Adorei!
Meré Rabelo (@meretmr)

Instagram A exposição está um show!
Taise Melo (@taisemelo)

Instagram História, cultura e muita dedicação!
Jaqueline Naufel (@jaquelinenaufel)

Instagram Que mimo! Amei.
Ângela Leandro (@leandro_angela)

Instagram Aplausos de pé.
Luciana Cabral (@cabralmendeslu)

CHEF KIKI FERRARA MORRE AOS 41 ANOS

Kiki era especialista em carnes braseadas e churrasco. Atualmente, estava no comando do Forja Taverna

Instagram Gente! Que triste!
Elisenia Ribeiro (@eliseniariibeiro)

Instagram Triste.
Jéssica Vieira (@jessica.vieira.da.silva)



Entre os dias 18 de junho a 14 de julho, o prédio histórico do Instituto de Educação de Minas Gerais (IEMG). Arquitetos e designers de interiores vão decorar 35 ambientes com as últimas tendências.

Instagram Sucesso!
Nívia Eutrópio (@eutropio_nivia)

Instagram Que sejam ações bem positivas!
Maria Antônia Moreira (@mariaantonia.cm)

Instagram Que bom, assim podem dá uma restaurada no prédio que é maravilhoso e está abandonado.
Marcelle Baltazar (@marcelle.baltazar)

Instagram Até que enfim reconheceram a magnitude da beleza imponente e o valor histórico para nosso estado desse valioso e nosso Instituto de Educação.
Alice Birchal (@alicebirchal)

NOVA EXPERIÊNCIA MOCCA COFFEE: AGORA NA SAVASSI E NO BH SHOPPING



SAVASSI: Edifício Amadeus - Av. Contorno, 6594 - Funcionários

BH SHOPPING: BR-356, 3049 | 2º Andar - Belvedere

(antigo ponto do Starbucks)

MOCCA
COFFEE & MEALS

Facebook /revistaencontro

Instagram revista_encontro

Fale com a Encontro BH: Comentários sobre o conteúdo editorial da Encontro, sugestões e críticas a matérias: R. Buenos Aires, 10, 3º e 4º andar - Carmo - CEP: 30315-570, Belo Horizonte, MG | E-mail: cartas@revistaencontro.com.br. Cartas e mensagens devem trazer o nome completo e o endereço do autor. Por motivos de espaço ou clareza, elas poderão ser publicadas resumidamente. PARA ANUNCIAR: R. Buenos Aires, 10, 3º e 4º andar, Carmo, CEP: 30.315-570 - Belo Horizonte, MG | Tel: (31) 2126-8000 | Fax: (31) 2126-8008. RELEASES: redacao@revistaencontro.com.br | Fax: (31) 2126-8781 | ASSINATURAS: Tel: (31) 2126-8770



STF e a negativa de vínculo empregatício: uma análise crítica

Nos últimos anos têm-se observado uma tendência preocupante nas decisões do Supremo Tribunal Federal (STF) em relação às reclamações trabalhistas, especialmente as que discutem o reconhecimento de vínculo empregatício, marcadas pela negativa de existência de vínculo laboral sem que haja a devida apreciação do processo legal. A reclamação constitucional pode até ser um instrumento válido para cassar decisões da Justiça do Trabalho que contrariem decisões ou súmulas vinculantes do STF, mas sua admissibilidade depende do cumprimento de requisitos processuais e materiais. A Suprema Corte tem evitado sua utilização como sucedâneo de recursos ou como atalho processual, especialmente quando ainda há pendência de análise de recursos nas instâncias inferiores.

É evidente que cabe ao STF, em caráter excepcional, aceitar a reclamação para preservar a autoridade dos julgamentos realizados com repercussão geral, bem como compete processar e julgar originariamente reclamação para a preservação de sua competência. Todavia, a negativa de vínculo empregatício em sede de liminar e de forma monocrática sem a devida análise processual contradiz os princípios do direito de proteção do trabalhador, parte mais frágil da relação laboral.

A determinação da existência de vínculo empregatício deve analisar as condições em que o trabalho é realizado, com a necessária produção de provas e a oitiva das partes. A análise dessa matéria, sem sombra de dúvidas, é da Justiça do Trabalho. Por isso, as decisões da Supremo vão na contramão do disposto no artigo 114, inciso I da Constituição Federal.

A jurisprudência do TST tem sido firme no sentido de reconhecer o vínculo empregatício baseado na realidade fática da prestação de serviço, prevalecendo a primazia da realidade sobre a forma. Essa orientação busca evitar que relações de trabalho com características empregatícias sejam mascaradas por outros arranjos contratuais em detrimento dos direitos trabalhistas.

A atuação do STF, ao negar vínculos empregatícios sem a devida análise processual, não é o instrumento adequado para promover o revolvimento de matéria fático-probatória. Sua finalidade é preservar a autoridade das decisões do Tribunal e garantir a competência da instância máxima. Em nenhum momento o legislador prevê a utilização da reclamação para reavaliação de questões fáticas.

Há de observar o princípio da “tripartição das instâncias”, no qual cabe às instâncias ordinárias a análise do contexto fático-probatório, aos Tribunais Regionais e Superiores a aplicação do direito ao fato e ao STF a interpretação da Constituição. Qualquer tentativa de modificar essa dinâmica através da reclamação seria uma usurpação das funções das instâncias inferiores e uma violação do devido processo legal.

É imperativo que o STF reconsidere sua abordagem nas reclamações

“A atuação do STF, ao negar vínculos empregatícios sem a devida análise processual, não é o instrumento adequado para promover o revolvimento de matéria fático-probatória”

trabalhistas, assegurando o devido processo legal, incluindo a garantia de que todas as partes tenham a oportunidade de serem ouvidas, produzir provas e ter suas alegações consideradas. É importante uma reflexão profunda e crítica sobre estas questões, visando a produção de uma jurisprudência que reflita os princípios e valores do direito do trabalho e da Constituição. A partir daí, será possível garantir a justiça e a equidade nas relações de trabalho, essenciais para o desenvolvimento social e econômico sustentável do país. ■

Marco Antônio Freitas é diretor tesoureiro adjunto da OAB-MG, triênio 2022-2024. Presidente da Associação Mineira dos Advogados Trabalhistas, triênio 2017-2019

TRANSFORME M² EM
METROS DO SEU JEITO.

APARTAMENTOS PERSONALIZÁVEIS
COM NEGOCIAÇÃO FLEXÍVEL.



GARANTA SEU
APARTAMENTO COM ATÉ
R\$30 MIL DE DESCONTO.

VOCÊ ENTRA COM UM VALOR DE
SINAL E A SENSIA GARANTE MAIS 50%
DESSE VALOR COMO COMPLEMENTO.*

*IMAGEM ILUSTRATIVA | SENSIA PARIS



NA REGIÃO DA
PAMPULHA, ESTORIL,
SERRA E VILA PARIS

OPÇÕES DE
2 E 3 QUARTOS
COM SUÍTE

VARANDA
GOURMET

LAZER PREMIUM
EQUIPADO E DECORADO

NEGOCIE DIRETO
COM O GERENTE



VISITE-NOS E SURPREENDA-SE:

CENTRO DE EXPERIÊNCIAS: AV. DO CONTORNO, 8.955 - GUTIERREZ

(31) 97577-8000

MEUSENSIA.COM.BR

As imagens são meramente ilustrativas, buscando representar artisticamente o empreendimento. Móveis, objetos, revestimentos decorativos, equipamentos e demais acabamentos são apenas referências e não fazem parte do contrato de compra e venda da unidade. Consulte o memorial descritivo para obter detalhes sobre as características e os materiais a serem entregues no empreendimento. RI: R-3-166.286 (Sensia Paris). RI: AV.12-85595 (Sensia Serra). RI: R6-163.876 (Sensia Way). RI: R-117-70251 (Sensia Pampulha).



Fotos: José Cruz/divulgação

Paulo Andrade, consultor pedagógico do CriAtiv; Márcio Horta, CEO da Rede Lius; Taís Tomaz, coordenadora pedagógica do CriAtiv; e Paulo Negreiros, diretor pedagógico da Rede Lius: eles estão à frente da revolução educacional do CriAtiv

INOVAÇÃO EM SALA DE AULA

Rede Lius Agostinianos lança programa que instiga crianças e adolescentes a resolverem problemas reais. Destinadas a estudantes do 4º ao 9º ano do Ensino Fundamental de escolas de Belo Horizonte e Região Metropolitana, atividades acontecem em espaço colaborativo

A Rede Lius Agostinianos, mantida pelos Freis Agostinianos da Província Nossa Senhora da Consolação do Brasil, iniciou, neste ano, um programa educacional que busca caminhos inovadores para os processos de ensino e aprendizagem: o CriAtiv. O programa tem o propósito de promover uma educação que prepara as atuais e futuras gerações para a sociedade do século XXI e busca o desenvolvimento do pensamento crítico, da criatividade, da resolução de problemas relevantes de média e alta complexidades, de valores éticos e de competências como a colaboração, a comunicação

e o autoconhecimento – ampliando o importante ensino regular ofertado nas escolas.

O CriAtiv tem a chancela da Rede Lius Agostinianos, que, desde 1934, atua na educação por meio do Colégio Santo Agostinho e escolas sociais. O programa está organizado em três dimensões: autonomia, experiência e expansão. “Essa é uma iniciativa inovadora, que visa preparar os estudantes para a resolução de demandas complexas da vida cotidiana, do pleno exercício da cidadania e do mundo do trabalho. Um projeto que está atrelado ao propósito da nossa Rede, que é

transformar a vida das pessoas que vão transformar o mundo”, destaca Márcio Horta, CEO da Rede Lius Agostinianos.

METODOLOGIA INOVADORA

O programa é um curso livre destinado a estudantes do 4º ao 9º ano de qualquer escola de Belo Horizonte e Região Metropolitana. Com carga horária de 8 horas semanais, é oferecido no contraturno da escola regular e organizado em módulos semestrais. As aulas são realizadas na Casa Rede Lius, situada na rua Bernardo Mascarenhas, 77, no bairro Cidade Jardim.

“O programa convida os alunos a ver o mundo com um olhar problematizador e, a partir daí, desenvolverem projetos que buscam solucionar problemas reais que afetam o dia a dia da comunidade em que estão inseridos”, explica Paulo Andrade, consultor Pedagógico e responsável técnico do CriAtiv. O programa trabalha com a Educação STEM, sigla em inglês usada para denominar as disciplinas de Ciências, Tecnologia, Engenharia e Matemática. “Um caminho inovador para promover a aprendizagem dos jovens no mundo atual, adotado em vários países”, conta Andrade.

A condução de todos os trabalhos tem como referência a utilização das Metodologias Ativas: aprendizagem baseada em problemas e por projetos, aprendizagem colaborativa, “design thinking” e “cultura maker”.

criação do programa

O CriAtiv contou com um projeto piloto, realizado com a participação de 40 estudantes. Antonella Naves, de 10 anos, participou do projeto piloto e continua no CriAtiv. Ela conta que o programa ajudou bastante em seu desenvolvimento pessoal, principalmente nas tomadas de decisões. “Eu sou uma pessoa muito indecisa e o programa tem me ajudado a mudar isso. Tive muitas vivências legais, com ótimos colegas e educadores. Aqui, trabalhamos com a vida real, com experiências reais e isso faz toda a diferença. Eu aprendi a resolver meus problemas com mais facilidade, a dar opinião e a ouvir os outros”, disse.

Cau Bartels, de 14 anos, que também esteve no piloto e continua no CriAtiv, destaca que o que mais gosta no programa é a liberdade de pensar e conseguir, junto com os colegas, resolver problemas. “Você consegue pensar muito fora da caixa, você pode colocar suas ideias em jogo e discutir com os outros. Nas aulas os problemas são enfrentados e a gente tem total liberdade para resolver do nosso jeito, contando sempre com o apoio dos mediadores de aprendizagem”, explica. Ele também ressalta os desafios de aprender a trabalhar em equipe. “A gente aprende a ter a consciência de fazer a nossa ideia encaixar na dos outros. A gente coloca as ideias na mesa e discute o



O CriAtiv trabalha com a Educação STEM, sigla em inglês usada para denominar as disciplinas de Ciências, Tecnologia, Engenharia e Matemática: aulas são realizadas na Casa Rede Lius, situada na rua Bernardo Mascarenhas, 77, no bairro Cidade Jardim

O CriAtiv proporciona experiências de aprendizado práticas, colaborativas, conectadas à vida real, priorizando o protagonismo e a autonomia do estudante

ênfata Taís Tomaz, coordenadora Pedagógica do CriAtiv. Desse ponto de partida, escolhido pelos estudantes, os instrutores do curso, que são chamados de “mediadores de aprendizagem”, estruturam o plano de aula a ser vivenciado. As aulas são realizadas nas segundas-feiras e quartas-feiras ou terças-feiras e quintas-feiras, das 7h30 às 11h20 ou das 14h às 17h50. Todas as sextas-feiras os mediadores de aprendizagem passam por uma formação, mantendo uma qualificação e atualização continuadas.

O CriAtiv está referenciado nos melhores cases de ensino dos países que apresentam os mais altos índices de educação. “Ao inscrever os filhos, os pais proporcionam a eles uma experiência diferenciada. Eles terão essa vivência numa faixa etária muito importante para o desenvolvimento cognitivo, emocional e pessoal. Isso vai ajudá-los a chegar ao Ensino Médio com mais autonomia, competência e conhecimento. Também haverá reflexos importantíssimos nas suas escolhas futuras, como o curso a seguir na universidade, a profissão que vão seguir e seus projetos de vida”, afirma a coordenadora pedagógica Taís Tomaz.

que é viável, o que é certo ou não, e, depois, organiza tudo o que foi dito e chega na ideia final”, diz.

O programa na prática

O programa oferece processos educativos contextualizados na interação permanente entre o que se aprende e o que se pratica. “Os alunos são os protagonistas do projeto. Eles definem, com a nossa mediação, qual problema será solucionado e qual a resolução ideal para minimizá-lo ou resolvê-lo”,

Acesse este QRCode e garanta duas aulas cortesia para seu (ua) filho (a) vivenciar o CriAtiv!



SAIBA MAIS SOBRE O CRIATIV

redelius.com.br/criativ

(31) 97131-6900 ou e-mail criativ@redelius.com.br

“Conscientizar é a grande saída”

CEO de startup voltada a melhorar a saúde e o bem-estar de autistas e suas famílias fala sobre pesquisa que revela a falta de entendimento a respeito da neurodiversidade no mercado de trabalho

ISABELA DE OLIVEIRA

Em meio ao discurso de inclusão e diversidade, uma questão emergente ganha espaço no ambiente corporativo: a escassez de entendimento sobre neurodiversidade no mercado de trabalho. Uma pesquisa recente, resultado da colaboração entre a Consultoria Maya, a Universidade Corporativa Korú, a startup Tismoo.me e o Órbi Conecta, revela que 86,4% dos profissionais nunca receberam treinamento sobre o tema, enquanto 48% possuem apenas um conhecimento superficial. Os resultados, obtidos a partir de uma amostra de 12 mil estudantes e profissionais vinculados à Korú, apontam que 75% estão familiarizados com o termo “neurodiversidade”, o que inclui Transtorno do Espectro Autista (TEA) e outras condições, sendo que 48,6% têm conhecimento limitado. Outros 25% nunca haviam tido contato com a expressão.

Em entrevista à Encontro, Francisco Paiva Jr., CEO da Tismoo.me, observa que a falta de informação pode alimentar a discriminação e o preconceito contra neurodivergentes nas empresas. Jornalista de formação, Paiva conta sua motivação pessoal para criar a startup: o diagnóstico de autismo de seu filho Giovanni. A Tismoo.me é uma health tech que utiliza inteligência artificial e análise de dados para melhorar a saúde

QUEM É

FRANCISCO PAIVA JR.,
47 ANOS

ORIGEM
Bom Jesus dos Perdões (SP)

CARREIRA
É jornalista formado pela PUC-Campinas, pós-graduado em jornalismo e segmentação editorial também pela PUC-Campinas. Curso em Harvard. É autor do livro “Autismo – Não espere, aja logo!” (editora M.Books, 2012). Cofundador e CEO da Tismoo.me, startup de saúde e tecnologia que visa melhorar a saúde e qualidade de vida da pessoa autista em todos os pilares da sua existência.

e o bem-estar de pessoas autistas e suas famílias.

Ao longo da conversa, Paiva critica a exigência de laudo médico nas contratações, sugerindo abordagens mais inclusivas, como autodeclaração. Além disso, discute estratégias para integrar

colegas neurodivergentes no ambiente de trabalho, enfatizando a importância da sensibilização e de adaptações razoáveis. Paiva destaca a necessidade de dados oficiais sobre autismo no Brasil para embasar políticas públicas. “Acredito na informação como a principal ferramenta para combater qualquer invisibilidade, qualquer falta de diagnóstico, qualquer falta de autoconhecimento. Conscientizar é a grande saída”.

ENCONTRO - Como sua jornada pessoal influenciou seu envolvimento com a neurodiversidade e o estabelecimento da Tismoo.me?

FRANCISCO PAIVA JR. - A minha jornada pessoal influenciou 100% do meu envolvimento com neurodiversidade, e o próprio estabelecimento da Tismoo.me. Foi por causa da suspeita e, posteriormente, do diagnóstico de autismo do meu filho, Giovanni. Ele nasceu em 2007. Em 2009 tivemos essa suspeita, que depois se tornou um diagnóstico, e foi quando eu me envolvi mesmo e mergulhei de cabeça na causa. Isso me motivou a criar a startup Tismoo.me, para fazer a diferença na vida dos autistas e de todo o ecossistema da causa.

Em muitas empresas, neurodivergentes são solicitados a apresentar um laudo médico durante o processo de contratação? Como essa prática ▶



influencia a inclusão no mercado de trabalho e quais alternativas mais inclusivas poderiam ser consideradas?

É muito comum pedir um laudo no processo seletivo, principalmente quando se trata de contratação de pessoa com deficiência. Na minha opinião, o problema disso são algumas questões. A primeira é: todo mundo tem acesso à saúde para ter um laudo? Quando você pede um laudo está excluindo pessoas que não tem condição de ter um acesso a um laudo. Quando a gente fala sobre neurodivergências, coloco o autismo aí como uma das principais. Mas um laudo não é tão simples assim. Essa investigação diagnóstica é complexa e, muitas vezes, é cara. O SUS não consegue contemplar 100%. Outra questão é que as pessoas estão, às vezes, num processo longo de diagnóstico, e ainda não possuem o laudo. Então, talvez, uma solução fosse você aceitar a autodeclaração da pessoa. E depois, na contratação, talvez, a empresa pudesse oferecer esse acesso a um plano de saúde para conseguir algum tipo de diagnóstico e auxiliar o funcionário. No fim das contas, a ideia é essa.



Como podemos identificar e integrar efetivamente colegas de trabalho neurodivergentes que podem não estar formalmente diagnosticados ou cuja condição é "invisível"?

Na pesquisa que desenvolvemos com a Maya, verificamos que quase a metade dos entrevistados nunca trabalhou diretamente com pessoas neurodivergentes, 21,4% tiveram experiências desafiadoras e apenas 30% considerou ter experiências positivas. Vale destacar ainda que 40% dos entrevistados acreditam que a criação de programas de sensibilização e treinamentos para colaboradores seria a melhor estratégia para promover a inclusão de pessoas neurodivergentes no local de trabalho. Outras soluções seriam: oferecer ajustes razoáveis como ambientes de trabalho flexíveis e tecnologias assistivas (29,3%), estabelecer programas de mentoria ou apoio para colaboradores neurodivergentes (16,4%) e a criação de um comitê de neurodiversidade (7,1%). Acredito na informação como a principal ferramenta para combater qualquer invisibilidade, qualquer falta de diagnóstico, qualquer falta de auto-

“Se você não sabe qual o tamanho da sua população, você não terá políticas públicas adequadas. E, talvez, nenhum governo queira saber o tamanho da sua população neurodivergente, ou quase nenhum governo queira saber o tamanho dessa população, porque isso também chamará mais responsabilidade”

conhecimento. Conscientizar é a grande saída para as empresas conseguirem identificar pessoas neurodivergentes no trabalho e com outras condições que são, às vezes, invisíveis até mesmo para a própria pessoa.

Quais são as ferramentas mais eficazes que empresas e colaboradores podem adotar para facilitar a inclusão e o entendimento de pessoas com neurodivergências?

Creio que as principais ferramentas que podem ser utilizadas são: o treinamento e acompanhamento, assim como ter um suporte – um serviço de um psicólogo seria o ideal para muitas dessas condições, por exemplo. Uma das ferramentas mais eficazes é o treinamento de equipes de todos os departamentos. Ouço relatos de empresas que treinam um departamento para receber um funcionário autista que relataram melhora no ambiente de trabalho e também na forma como as tarefas e demandas são dadas. Algumas das orientações, para uma pessoa autista, é não usar figura de linguagem, ser direto, explicar exatamente o que você quer, e isso acaba melhorando para todo mundo. Então, é um recurso de acessibilidade que acaba fazendo com que o ambiente fique melhor para todos, e não só para uma pessoa autista ou com outra neurodivergência.

Como você avalia o impacto da falta de treinamento sobre neurodiversidade no ambiente de trabalho, conforme indicado pela pesquisa?

Infelizmente, o resultado da falta de treinamento é o preconceito. O capacitismo é uma limitação muitas vezes na carreira, ou seja, as consequências são ruins para todo mundo, mas a corda estoura do lado mais fraco, né? Na maioria das vezes, é a pessoa neurodivergente quem sofre, podendo até ter dificuldade em se manter no ambiente de trabalho e, eventualmente, pedir demissão. Eu conheço muitos casos dessa forma.

Com base nos resultados da pesquisa, como você enxerga a resistência ainda presente em algumas empresas?

Creio que a resistência vem do medo do desconhecido, quando os líderes não ▶

Vote na Vianney

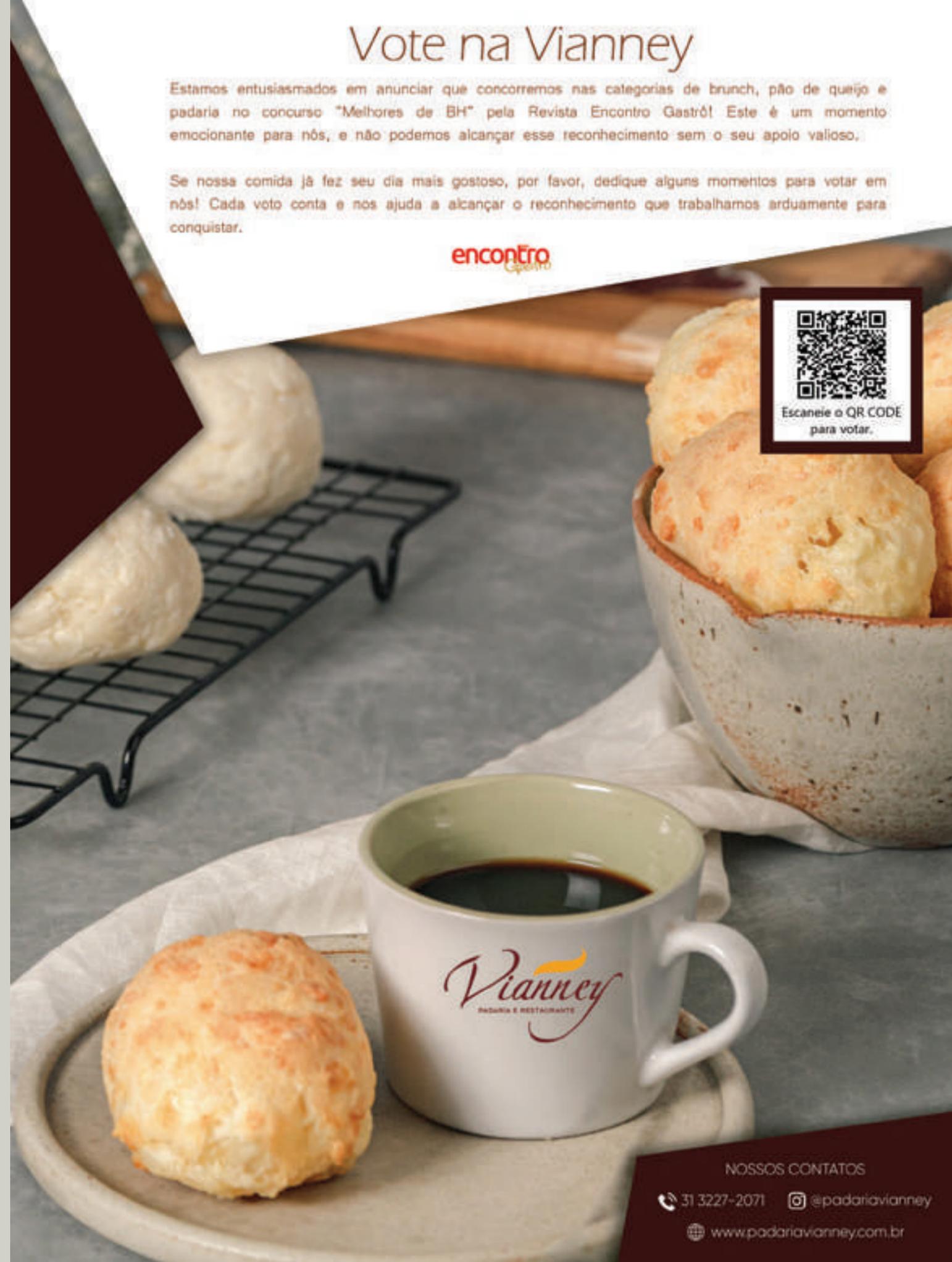
Estamos entusiasmados em anunciar que concorreremos nas categorias de brunch, pão de queijo e padaria no concurso "Melhores de BH" pela Revista Encontro Gastrô! Este é um momento emocionante para nós, e não podemos alcançar esse reconhecimento sem o seu apoio valioso.

Se nossa comida já fez seu dia mais gostoso, por favor, dedique alguns momentos para votar em nós! Cada voto conta e nos ajuda a alcançar o reconhecimento que trabalhamos arduamente para conquistar.

encontro
Gastrô



Escaneie o QR CODE para votar.



NOSSOS CONTATOS

☎ 31 3227-2071 @padariavianney

🌐 www.padariavianney.com.br

sabem a respeito, não estão informados e, muitas vezes, não tem nenhum histórico, nenhuma convivência com uma pessoa com deficiência ou com uma pessoa com alguma neurodivergência. Isso traz uma insegurança e faz com que as empresas deixem de olhar para esse público dessa maneira mais cuidadosa. Assim, acabam perdendo talentos e recursos, desperdiçando pessoas que podem mudar o jogo na empresa.

Considerando a falta de dados oficiais sobre autismo no Brasil, como podemos avançar na compreensão e apoio às pessoas neurodivergentes no mercado de trabalho?

A falta de dados a respeito de autistas no Brasil é um problema sério e histórico. Nós só temos um estudo-piloto feito na cidade de Atibaia, no estado de São Paulo, em 2011 e publicado em 2012, que não foi para frente, não continuou, ficou só no piloto. Hoje, o máximo que a gente tem é a pergunta que foi feita no Censo do ano passado, cujo resultado deve vir no fim deste ano, início do próximo, que trará quantos diagnósticos temos e não quantos autistas nós temos. Entendo que deve ser cobrado dos governos que invistam em uma pesquisa de prevalência. Se você não sabe qual o tamanho da sua população, você não terá políticas públicas adequadas. E, talvez, nenhum governo queira saber o tamanho da sua população neurodivergente, ou quase nenhum governo queira saber o tamanho dessa população, porque isso também chamará mais responsabilidade.

Como o mercado de trabalho pode melhor acolher e apoiar funcionários que descobrem sua neurodivergência na idade adulta, considerando os desafios únicos que enfrentam em relação ao diagnóstico tardio e à integração profissional/equipe?

Acredito que dar treinamento e suporte seria realmente a maneira ideal de lidar com um diagnóstico tardio de uma neurodivergência em uma empresa. Dar suporte no sentido de oferecer tratamento que seja necessário, um auxílio psicológico e um treinamento para a equipe. Esse acompanhamento constante, além de campanhas de conscientização, pode trazer inclusive um



“As pessoas neurotípicas costumam achar muito ruim um trabalho rotineiro, né? Igual todo dia. Muitos autistas, não generalizando, vão preferir um trabalho assim, então isso também diminuiria a rotatividade numa posição que exigisse esse tipo de trabalho, por exemplo”

conforto maior para a pessoa falar e pensar “olha, esse assunto não é um tabu, nós estamos falando a respeito disso”. Talvez essa mensagem precise ser passada na empresa.

Você poderia compartilhar algumas iniciativas bem-sucedidas de inclusão de neurodivergentes no ambiente de trabalho que você tenha conhecimento?

Conheci um garoto que fez uma capacitação em uma empresa que faz treinamento para pessoas autistas. Após o fim do treinamento, ele fez uma seletiva para uma empresa que estava contratando um autista, para obedecer à lei de cotas – quando você contrata um autista a imagem institucional da empresa ganha, além de alguns outros benefícios. Dois ou três meses depois dessa contratação, esse rapaz foi o funcionário do mês, ganhou folga por causa da performance dele, muito acima da média, e essa empresa voltou à recrutadora para contratar mais sete autistas. Já não era mais uma contratação para cumprir a lei de cotas ou porque era bonitinho, né? Foi uma contratação pensando em performance mesmo, porque essa empresa viu que se você contrata um autista com um hiperfoco, que tem relação com aquela demanda de trabalho, você tem, praticamente, um super funcionário. As pessoas neurotípicas costumam achar muito ruim um trabalho rotineiro, né? Igual todo dia. Muitos autistas, não generalizando, vão preferir um trabalho assim, então isso também diminuiria a rotatividade numa posição que exigisse esse tipo de trabalho, por exemplo.

Como a Tismoo.me mede o impacto de suas iniciativas na qualidade de vida dos neurodivergentes no ambiente de trabalho?

A Tismoo.me faz um trabalho de monitoramento da saúde dessas pessoas. Estamos falando de saúde 360º, que envolve saúde física, mental, social e o trabalho está incluído nisso. Para as pessoas que a gente oferece esse serviço, fazemos avaliações constantes, as quais são desde dados clínicos, quanto de questões sociais, de convivência, de hábitos. Conseguimos medir, muitas vezes, o que tem acontecido nesse ambiente de trabalho, que pode trazer ou tirar qualidade de vida dessas pessoas. Então é um controle que a gente faz pensando sempre no benefício da pessoa autista ou com outra neurodivergência. ■

maislaser
BY ANA HICKMANN
Unidade Sion

Cansada de sentir desconforto na hora da depilação?

Nós temos a mais nova tecnologia em depilação a laser!

Venha se surpreender!

@maislaser.sion

(31)99079 5500

Avenida Uruguai, 1012, Bairro Sion - Belo Horizonte

BELEZA

NA MAGRASS ANCHIETA, VOCÊ EMAGRECE COM SAÚDE

Aqui, a perda de peso é sinônimo de saúde e autoestima, associada à boa nutrição, uso de dermocosméticos e tratamentos estéticos de alta tecnologia

Emagrecer com saúde é o sonho de muita gente, mas para que isso aconteça é preciso contar com a expertise de profissionais responsáveis e que sabem o que fazem. Desenvolvido a partir de estudos científicos de diversas áreas como a nutrição e a fisiologia, o Programa Nutricional Magrass tem ajudado muitas pessoas a chegar ao peso ideal, sem fazer uso de dietas restritivas e sem colocar sua saúde em risco, transformando a sua relação com a comida.

O acompanhamento realizado por equipe multiprofissional, composta por nutricionistas, biomédicas, esteticistas e fisioterapeutas dermatofuncional, potencializa ainda mais os resultados, sendo assim, é possível emagrecer com saúde desde a primeira semana.

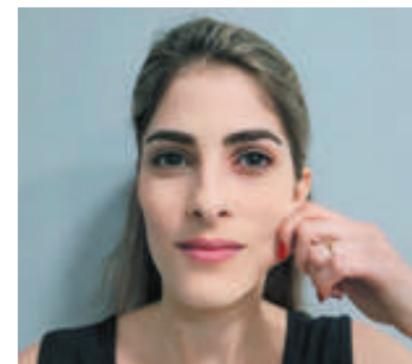
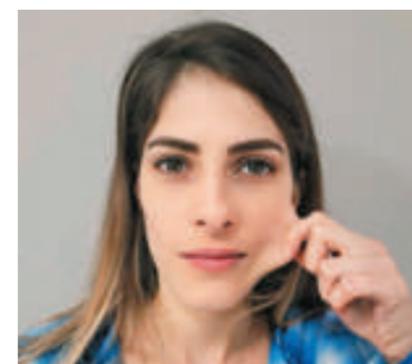
De uma a duas vezes por semana, você tem um encontro marcado com a nossa equipe técnica, para cuidar da sua pele e do seu corpo durante o processo de emagrecimento, chegando ao peso ideal muito mais rápido.



Fotos: Divulgação

Gilmara Braga conseguiu eliminar 10 quilos com o Programa de Emagrecimento da Magrass. Para ela, poder emagrecer de forma saudável, apenas transformando a sua relação com a comida, foi libertador.

"Perdi peso sem abrir mão do que eu gosto de comer e do meu bem-estar"



A beleza facial é outro assunto levado a sério na clínica, que disponibiliza vários procedimentos que retardam o processo natural de envelhecimento e devolvem a vitalidade da pele. Entre eles o Bioestimulador de Colágeno Radiesse, a Toxina Botulínica, o Microagulhamento, o Peeling químico e o Skinbooster.

A cliente Luciana Monteiro estava incomodada com os sinais de envelhecimento em sua face, e em apenas um mês ela observou os resultados de uma pele com mais viço e pouca flacidez.

Na Magrass Anchieta, é associado o acompanhamento nutricional e o uso de dermocosméticos a procedimentos estéticos de alta tecnologia, entre eles a Radiofrequência Criogênica, Anidro x Medicinal, TermoLipo e a Corrente Russa. E até mesmo a inconveniente celulite e seus furinhos indesejados podem

ter os seus dias contados.

Os clientes ainda contam com a praticidade de poder dar sequência ao tratamento em casa por meio da linha de cosméticos Home Care Magrass, com princípios ativos clinicamente comprovados para cuidar da pele a longo prazo.

Já a linha de alimentos saudá-



Equipe da Magrass: clientes podem contar com expertise de profissionais responsáveis e que sabem o que fazem

veis da marca ajuda a emagrecer sem passar fome e sem perder os nutrientes necessários para o bom funcionamento do organismo. "Pensamos no corpo como um todo, disponibilizando soluções para cada necessidade apresentada por nossos clientes", diz Paula Maia, coordenadora da unidade Anchieta.

MAGRASS ANCHIETA

Av. dos Bandeirantes, 1358 - Mangabeiras - (31) 98556-5790

www.anchieta.vemsermagrass.com.br

@magrassanchieta

Aponte a câmera do celular para o QRCode e saiba mais!





Os prints de Whatsapp e os processos judiciais

Já há algum tempo tem se discutido a possibilidade de utilização de prints de conversas de WhatsApp como prova em processos judiciais. De fato, como o WhatsApp se transformou em um dos canais de comunicação mais utilizados atualmente, o tema tomou grande relevância.

De acordo com o Código de Processo Civil (CPC), “as partes têm o direito de empregar todos os meios legais, bem como os moralmente legítimos, ainda que não especificados neste Código, para provar a verdade dos fatos em que se funda o pedido ou a defesa e influir eficazmente na convicção do juiz” (art. 369). Assim, a legislação processual admite que os prints de conversas do WhatsApp sejam admitidos como prova em processos judiciais, devendo, no entanto, ser observados determinados requisitos. A jurisprudência dos tribunais tem confirmado esta interpretação.

Em primeiro lugar, deve ser comprovada a autenticidade e a integridade da prova, ou, em outras palavras, que a prova tem origem legítima e que não foi adulterada. Para tanto, recomenda-se sempre a produção de ata notarial, instrumento público lavrado em cartório por tabelião que atestará a existência e o modo de existir de determinado fato, inclusive os representados por imagem ou som gravados em arquivos eletrônicos (art. 384 do CPC). Na prática, o tabelião descreverá em documento com fé pública o teor de determinado site, a troca de mensagens, o conteúdo de vídeo ou áudio, inclusive “colando” os respectivos prints na ata. Com isso, além de confirmar a sua integridade, previne-se o perecimento da prova, caso os conteúdos sejam posteriormente apagados ou alterados, por exemplo.

Em casos específicos, a ata notarial pode ser dispensada se a autenticidade e integridade puderem ser confirmadas de outra forma, como mediante confissão das partes. Em qualquer caso, há ainda a possibilidade de realização de perícia judicial para verificação da validade da prova. Além disso, outra questão a ser considerada para utilização de conversas de WhatsApp em processos judiciais diz respeito aos direitos fundamentais – assegurados na Constituição Federal – à privacidade e intimidade, uma vez que as conversas realizadas por meio de aplicativos ou redes sociais também estão resguardadas pelo sigilo das comunicações.

Em decisão proferida pelo Superior Tribunal de Justiça (STJ) no Recurso Especial n. 1.903.273/PR, firmou-se o entendimento de que a divulgação de conversas no aplicativo WhatsApp pode configurar violação aos mencionados direitos fundamentais e, por consequência, resultar em indenização em casos de dano comprovado. O entendimento fundamenta-se na expectativa legítima dos usuários de que suas mensagens somente serão lidas pelo(s) destinatário(s), estando ainda sujeitas à criptografia.

A jurisprudência do STJ tem sido pacífica no sentido de que, com base

“A jurisprudência do STJ tem sido pacífica no sentido de que, com base na ponderação judicial entre o direito à privacidade e o direito à liberdade de expressão, o primeiro tende a prevalecer”

na ponderação judicial entre o direito à privacidade e o direito à liberdade de expressão, o primeiro tende a prevalecer: “A toda evidência, o direito à liberdade de informação e de expressão não é absoluto, devendo sempre ser alicerçado na boa-fé, sob pena de se caracterizar abusivo. Em outras palavras, a liberdade de informação não pode representar uma violação à privacidade e à intimidade do indivíduo”.

As exceções que autorizariam a divulgação, segundo o STJ, seriam o consentimento dos participantes da conversa, autorização judicial ou a utilização com a finalidade de resguardar o direito próprio do receptor das mensagens. ■

AS VANTAGENS DA RINOMODELAÇÃO

Josef House/divulgação

Técnica inovadora aprimora a estética do nariz de forma definitiva e menos invasiva

A rinomodelação é um procedimento estético que remodela o nariz do paciente com uma mínima intervenção cirúrgica, o que a difere de cirurgias de grande porte no nariz. Além de inovadora, a técnica possui menos riscos e melhor recuperação, o que a torna muito popular entre os pacientes que buscam aprimorar a estética do nariz com uma técnica minimamente invasiva. Mestre em odontologia e doutoranda pela UFMG, a dra. Juliana Fernandes é uma das pioneiras da harmonização facial, com mais de 10 anos de atuação na área. Nos últimos dois anos, ela atua exclusivamente com a técnica de rinomodelação.

O procedimento possui fins exclusivamente estéticos, ou seja, não trata nenhum tipo de função. “Com a rinomodelação, conseguimos resolver a maior parte das queixas de nariz relacionadas à estética. A técnica pode ser realizada em ambiente clínico, não precisa de internação, de bloco cirúrgico ou anestesia geral para que seja realizada”, afirma dra. Juliana.

Para a segurança do procedimento, ele deve ser realizado por profissionais qualificados. Dra. Juliana Fernandes conta que é indispensável realizar um estudo da face de cada paciente, para definir com assertividade como aplicar a técnica no nariz de seus pacientes e alcançar o resultado mais harmônico e satisfatório possível. “O nariz é um órgão que está no meio da face da pessoa. Então, você tem que ter um compromisso e uma ética profissional muito grande com relação a isso”, diz.

Com sua experiência, dra. Juliana Fernandes chegou a um método autoral e com resultados definitivos, sem a utilização de ácido hialurônico. Por meio desse procedimento exclusivo, é possível chegar ao resultado de um nariz mais delicado e mais harmônico, de acordo com a face da pessoa, o que eleva a autoestima dos pacientes. “A minha maior motivação e compromisso enquanto profissional é entregar um resultado natural. Busco realizar a técnica no nariz de forma única porque, para mim, cada nariz é realmente único. A rinomodelação traz para essa pessoa uma autoestima muito grande. Ela se enxerga de forma diferente, se descobre, sabe?”

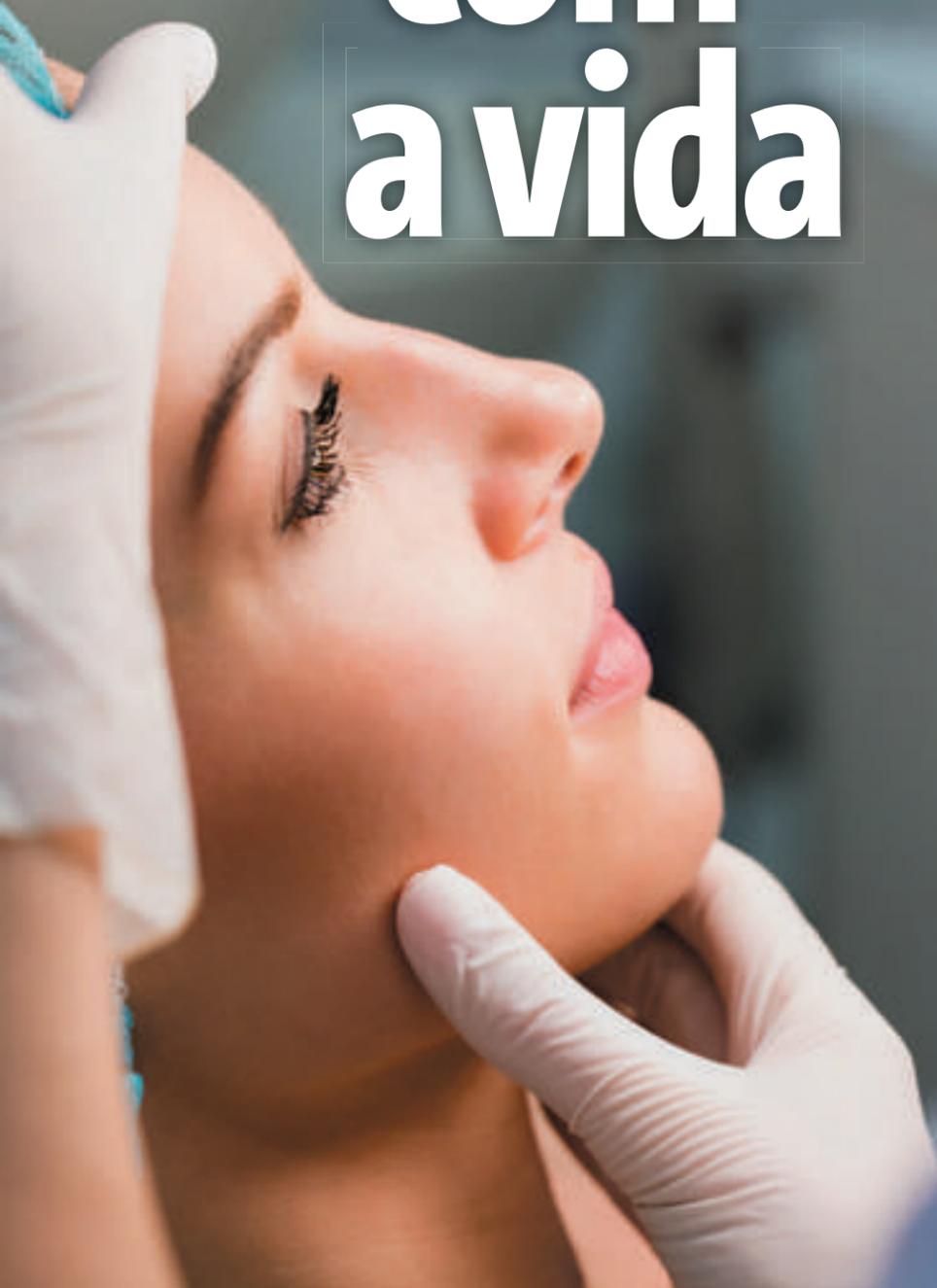


Dra. Juliana Fernandes: “A minha maior motivação e compromisso enquanto profissional é entregar um resultado natural. Busco realizar a técnica no nariz de forma única porque, para mim, cada nariz é realmente único”

afirma. “Eu tenho pacientes, por exemplo, que não se relacionavam direito no trabalho, faculdade e nos seus próprios relacionamentos pessoais por causa do nariz. Com a rinomodelação elas se sentem mais seguras de si, mais bonitas e assumindo suas próprias vidas. É incrível o poder de uma transformação!”

A técnica da rinomodelação é indicada para correção de pequenas imperfeições estéticas, a exemplo de: ponta nasal caída, remoção da giba nasal, entre outros. Em comparação à outras técnicas estéticas, possui um valor mais acessível e uma recuperação mais confortável.

De bem com a vida



Rejuvenescer é o desejo de muitas mulheres e com os avanços tecnológicos os resultados são cada vez mais promissores. Confira dicas de especialistas para cuidar da aparência para se sentir bem em qualquer idade

■ DANIELA COSTA

Envelhecer é um fenômeno inevitável, embora para a maioria das mulheres seja sinônimo de apreensão. Estudos apontam que a partir dos 40 anos de idade, os desgastes fisiológicos se tornam mais perceptíveis. Há os que afirmam, contudo, que “velhice” não é sinônimo de doença e que o melhor remédio é investir na prevenção. A afirmativa se aplica na saúde física, mental e emocional. Envelhecer bem requer a prática de hábitos saudáveis e considerando que o bem-estar está diretamente relacionado à forma como nos enxergamos, também inclui os cuidados com a aparência. Por isso, dar atenção especial à pele, cabelos, unhas – além de se manter ativo e em boa forma – faz parte do pacote de felicidade em qualquer idade. Para o médico dermatologista Francisco Duarte, é possível sofrer menos com as consequências do tempo. “Quando os primeiros sinais aparecem, por volta dos 30 anos, já vale buscar tratamentos preventivos para evitar que os danos se acumulem e sejam de difícil reversão”, diz.

Além de ter uma alimentação saudável, se hidratar adequadamente e praticar atividade física, buscar tratamentos de beleza aumenta a auto-estima e eleva o astral. E isso inclui desde cuidados simples como ir ao salão de beleza para fazer as unhas, a melhorar a estética facial e dental ou se dedicar à conquista do peso ideal. Olhar para o espelho e sentir que

UMA NOVA FORMA DE SE VER

Olhar para o espelho e sentir que o nariz não harmoniza com o resto da face gera sofrimento e, até mesmo, constrangimentos. Muitas pessoas acabam tendo vergonha de encarar seus interlocutores, o que prejudica a socialização e pode resultar na perda de oportunidades, entre elas, participar de uma entrevista de emprego. Essa insegurança tem razão de ser, já que o nariz é o órgão mais protuberante e central da face. A boa notícia é que existem tratamentos eficientes e seguros para sanar o problema, conferindo harmonia à estética do rosto. A rinomodelação definitiva é um método que molda e condiciona as cartilagens do nariz, orientando sua cicatrização. Com a técnica refinada, é possível afinar a base alar, remover giba nasal, fazer lifting e afinar a ponta do nariz. Tudo isso, sem prejudicar a função do órgão. “Para isso, é preciso fazer uma avaliação criteriosa das proporções faciais e um planejamento pormenorizado, onde serão consideradas as individualidades e características de cada paciente”, diz a cirurgiã-dentista Juliana Fernandes, autora de artigos científicos no Brasil e no exterior. Para ela, um procedimento de sucesso resulta em um nariz harmônico com o máximo de naturalidade. “Não é só mudar a forma de um nariz... é mudar a forma de se ver e de enxergar o mundo.”



Segundo a cirurgiã-dentista Juliana Fernandes, a rinomodelação definitiva molda e condiciona as cartilagens do nariz: “É possível afinar a base alar, remover giba nasal, fazer lifting e afinar a ponta”

o nariz não harmoniza, por exemplo, pode gerar constrangimentos. “Com a rinomodelação definitiva, é possível afinar a base alar, remover giba nasal, fazer lifting e afinar a ponta do nariz. Tudo isso, sem prejudicar a função do órgão”, diz a cirurgiã-dentista Juliana Fernandes. O dentista e especialista em periodontia André Luiz Pataro, do Studio Oni, acredita que não é possível pensar em beleza e

bem-estar sem pensar na saúde bucal. “Conseguimos fazer um planejamento completo em torno da prevenção, personalização e reabilitação do paciente.” Sentir-se bem com o número do maquiagem faz parte do empoderamento feminino, mas é importante emagrecer com saúde. “É preciso associar o emagrecimento a tratamentos estéticos e nutricionais”, diz a coordenadora da clínica Magrass

Anchieta, Paula Soares. Queridinha das mulheres, a depilação a laser promete eliminar os pelos de forma duradoura e em todos os tons de pele. “Investimos no mais moderno equipamento para garantir o bem estar de nossas clientes”, diz Sabrina Salomé, proprietária da Mais Laser, unidade Sion. Para os especialistas, ao mudar a forma como nos vemos no mundo, o mundo inteiro muda. ▶

Cristiano Xavier/divulgação



O dentista e especialista em periodontia André Luiz Pataro, fundador do Studio Oni: "É preciso compreender a importância da prevenção e de um acompanhamento especializado para garantir a saúde bucal"

BELEZA E SAÚDE BUCAL

"Os melhores sorrisos são aqueles que vêm carregados de significado." Apostando nessa máxima, o dentista e especialista em periodontia André Luiz Pataro, fundador do Studio Oni, acredita que não é possível pensar em beleza sem pensar na saúde bucal. Idealizador da Onidontia, método odontológico pioneiro que enxerga o paciente como um todo e avalia suas necessidades de acordo com cada fase da vida, o dentista vai além. Para ele, não basta ir ao especialista quando o problema aparece. É preciso compreender a importância da prevenção e de um acompanhamento especializado. "A partir da Onidontia, fazemos um planejamento completo em torno da prevenção, personalização e reabilitação, sempre visando a saúde por inteiro." Entre as soluções apresentadas estão as lentes de contato que revestem os dentes corrigindo irregularidades, fechando espaços e, até mesmo, melhorando a mordida. Na ortodontia, o invisalign corrige a posição dos dentes de forma discreta, rápida e previsível. Os implantes dentários recuperam a função dos dentes e a estética do sorriso. Já o clareamento dental recupera a cor original dos dentes, podendo deixá-los suavemente mais brancos, conforme o resultado ideal para cada paciente.

REJUVENESCIMENTO NA MEDIDA CERTA

Rejuvenescer é o desejo de muita gente. Afinal, embora inevitável, o envelhecimento nem sempre é bem-vindo. Do ponto de vista da pele, o desgaste natural do tempo resulta na diminuição da espessura da derme e da epiderme, seguidas da perda da camada de gordura. Para o médico dermatologista Francisco Duarte, é preciso apostar na prevenção para sofrer menos com as consequências da idade. "Quando os primeiros sinais aparecem, por volta dos 30 anos, já vale buscar tratamentos preventivos para evitar que os danos se acumulem e sejam de difícil reversão", explica. O tratamento contínuo, diz o especialista, possibilita um acompanhamento personalizado e mais efetivo, promovendo um rejuvenescimento sem exageros. Na estética facial, o uso de bioestimuladores injetáveis devolve o aspecto mais jovem ao estimular a pele a produzir o colágeno perdido. A toxina botulínica segue sendo indicada para a prevenção e tratamento das rugas dinâmicas, causadas pela mímica facial. Os peelings químicos realizam a renovação celular, melhorando a textura da pele e reduzindo rugas, manchas e cicatrizes. Outro tratamento de ponta é o Bodytite, que atua remodelando e definindo o contorno de áreas pequenas da face e pescoço.

Divulgação



Na estética facial, o uso de bioestimuladores injetáveis devolve o aspecto mais jovem ao estimular a pele a produzir o colágeno perdido: "O tratamento contínuo possibilita um acompanhamento personalizado e mais efetivo, promovendo um rejuvenescimento sem cometer exageros", diz o médico dermatologista Francisco Duarte

Seu carro zero está a uma assinatura de distância.



APONTE A CÂMERA DO SEU CELULAR PARA O QR CODE

VEJA O QUE JÁ ESTÁ INCLUSO NO SEU CARRO POR ASSINATURA MM:



Proteção contra colisão, incêndio, roubo e cobertura para terceiros.*
*com coparticipação (franquia) de responsabilidade do locatário.



Assistência 24 horas e carro reserva por período ilimitado.



Manutenções preventivas e corretivas. Troca de pneus (30 a 40 mil km).



Documentação anual (IPVA, DPVAT, Licenciamento) e gestão de multas.



Fiat Argo 1.0 6v flex

A PARTIR DE

R\$1.998/mês*



VW Virtus Comfort 200 Tsi 1.0 Flex

A PARTIR DE

R\$2.999/mês*



Jeep Renegade Sport T270 1.3 4x2 Flex

A PARTIR DE

R\$3.196/mês*

MAIS DE 45 MODELOS PARA VOCÊ ESCOLHER O QUE MAIS COMBINA COM VOCÊ!

FALE CONOSCO

(37) 9 9819 9872

(37) 3249 3700

Rua Boa Esperança, 467, Bairro Fazenda da Chácara, Itaúna - MG

Avenida Tereza Cristina, 1685, Calafate, Belo Horizonte - MG

WWW.MMALUGUELDECARROS.COM.BR

MM
Aluguel de carros

LIVRE DE PELOS INDESEJADOS

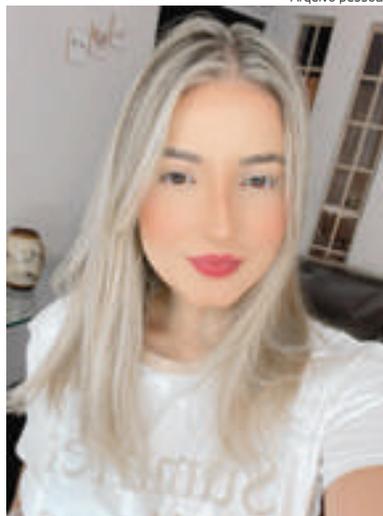
Toda mulher tem que lidar com os famigerados pelos que insistem em crescer em locais inapropriados. Ao longo dos anos, o uso de lâminas de barbear e cera para fazer a remoção foram se tornando métodos ultrapassados e menos eficientes, gerando desconforto, além de alergias e irritações na pele. A partir de 1997, no entanto, surgiram nos Estados Unidos os lasers de depilação que seguem revolucionando o mercado de beleza e estética. A técnica que promete eliminar os pelos de forma duradoura virou a queridinha entre as mulheres que procuram mais praticidade e liberdade em seu dia a dia. Na depilação a laser, a eliminação dos pêlos acontece através de feixes de luz de grande intensidade, guiados através da melanina até a raiz dos pelos. Dessa forma, ocorre a cauterização do pelo, que com o passar do tempo e a repetição do procedimento, promove um dano permanente no folículo impedindo o crescimento de novos pelos. O surgimento de modernos equipamentos permite, inclusive, que a técnica seja utilizada em todos os tons de pele, sem provocar danos ou manchas. "Utilizamos a tecnologia Mais Tech, que possui três tipos de laser proporcionando excelentes resultados", diz Sabrina Salomé, proprietária da Mais Laser, unidade Sion.



Divulgação

Sabrina Salomé, proprietária da Mais Laser, unidade Sion, diz que a depilação a laser promete eliminar os pelos de forma duradoura: "Utilizamos a tecnologia Mais Tech, que possui três tipos de laser proporcionando excelentes resultados"

Arquivo pessoal



Paula Soares, da clínica Magrass Anchieta: "O processo de emagrecimento deve ser acompanhado por equipe multidisciplinar"

EMAGRECIMENTO COM SAÚDE

Sentir-se bem com o número do manequim faz parte do empoderamento feminino. Mas para emagrecer com saúde e não cair no conto de regimes milagrosos, é preciso buscar o auxílio de profissionais competentes. Seja na estética corporal ou facial, o avanço tecnológico permite a realização de modernos tratamentos estéticos que auxiliam no cuidado com a pele durante o processo de emagrecimento. Assim, os efeitos que podem incomodar no início são minimizados, entre eles a temida flacidez revertida por meio da recuperação da elasticidade nas regiões afetadas, resultando em maior hidratação e sustentação da pele. Para ter segurança e potencializar os resultados, o processo de emagrecimento deve ser acompanhado por equipe multidisciplinar, composta por nutricionistas, biomédicos, esteticistas e fisioterapeutas dermato-funcional. "A associação do tratamento de emagrecimento e anti flacidez ao acompanhamento nutricional, uso de dermocosméticos e procedimentos estéticos de alta tecnologia otimiza os resultados", diz a coordenadora da clínica Magrass Anchieta, Paula Soares. Entre os tratamentos mais utilizados estão a radiofrequência, radiofrequência criogênica, anidro x medicinal e a corrente russa. ■

ATENDIMENTO INTEGRAL

Fotos: Pádua de Carvalho

Referência em análises clínicas há mais de 80 anos, o São Marcos também oferece portfólio completo de exames por imagem.

O paciente que chega ao São Marcos para fazer um check-up tem um benefício ímpar: realizar a jornada completa, de exames de sangue a eletrocardiogramas e tomografias, em um só lugar. Referência em análises clínicas em Belo Horizonte há mais de 80 anos, o laboratório faz parte da Dasa, rede de saúde integrada, e ampliou o seu portfólio de exames por imagem.

“Hoje, temos o portfólio completo de radiodiagnóstico, com equipamentos de última geração, e podemos preparar jornadas de exames de forma integral e personalizada para as necessidades de cada paciente”, explica Juliana Guedes, gerente médica de radiodiagnóstico do São Marcos. A unidade conceito, no bairro Cidade Jardim, região Sul da capital mineira, possui estrutura pronta para receber quem precisa de um atendimento de qualidade e não quer perder tempo. Com uma localização privilegiada e fácil acesso às principais vias da cidade, o espaço conta com um ambiente seguro e acolhedor, com infraestrutura preparada para que o paciente realize toda a sua jornada de exames.

“Temos as jornadas cardiológica, de saúde da mulher, jornada para atletas, além da rede completa de exames para pacientes oncológicos. Contemplamos a saúde de modo integral”, explica a médica. “Se o cardiologista pediu um exame de sangue, por exemplo,



Juliana Barroso Guedes, Gerente Médica de Radiodiagnóstico da Dasa Minas, e Fernando Carvalho, Superintendente de Operações e Negócios do São Marcos: unidade conceito, no bairro Cidade Jardim, possui estrutura pronta para receber quem precisa de um atendimento de qualidade e não quer perder tempo



o paciente realiza a coleta quando chega, faz o desjejum com um lanche personalizado e pode descansar em uma estrutura preparada para isso. Em seguida, ele pode subir e fazer a bateria de exames de imagem, que inclui ecocardiograma, teste ergométrico e ressonância cardíaca. Assim, é feito o check-up cardiológico todo no mesmo momento.”

Já a jornada da mulher inclui mamografia, ultrassom e densitometria óssea (exame para medir a massa óssea e detectar problemas como osteoporose). A jornada do paciente atleta contempla exame de sangue,

teste ergométrico na esteira, densitometria de composição corporal, além de tomografias e ressonâncias articulares. O atendimento é personalizado e um concierge fica à disposição para acompanhar o paciente durante o processo. Há ainda um espaço kids com o tema Scooby-Doo, que oferece estrutura de atendimento diferenciado para crianças, especialmente para vacinas. “Oferecemos toda a carteira de vacinação com as melhores opções disponíveis no mercado e todo um atendimento preparado, com espaço lúdico dedicado a elas”, finaliza Juliana.

São Marcos Cidade Jardim

Av. do Contorno, 7777, Cidade Jardim. ☎ (31) 98744 9283

www.saomarcoslaboratorio.com.br

📱 @saomarcoslaboratorio

“O ADVOGADO DEVE SER PROTAGONISTA NA SOLUÇÃO DE CONFLITOS”

O presidente da Caixa de Assistência dos Advogados de Minas Gerais (CAAMG) fala sobre a importância da valorização da classe e de ações implantadas durante sua gestão, como a telemedicina gratuita do Hospital Israelita Albert Einstein e as reformas das sedes do interior

▶ ALESSANDRO DUARTE

O advogado Gustavo Chalfun gosta de lembrar da bandeira da atual gestão da OAB-MG: inovação, inclusão e avanço. Presidente da Caixa de Assistência dos Advogados de Minas Gerais desde o início de 2022, ele diz que feitos como a entrega do primeiro certificado digital a recém ingressos na Ordem ou mesmo a implantação do aplicativo de telemedicina em parceria com o Hospital Israelita Albert Einstein, estão em consonância com esse tripé e ajudam a “trazer dignidade para a advocacia”. Dignidade, aliás, é uma palavra que lhe é cara. E é por isso que já reformou ou construiu mais de 70 sedes do interior. “Eu fui presidente do interior, fui conselheiro do interior, sou o presidente da Caixa vindo do interior – e tenho muito orgulho de ser o primeiro ocupante desta cadeira vindo do interior – e lhe digo que é muito importante para nossa dignidade que nós tenhamos prédios sólidos, que demonstrem a importância da advocacia.” Nesta entrevista, ele fala sobre essas e outras ações implementadas nos últimos dois anos.

1 | Na 24ª Conferência Nacional da Advocacia, realizada no final do ano passado, o senhor falou, em sua



Fotos: Pádua de Carvalho

palestra sobre advocacia contemporânea, que “nós, advogados, não temos o hábito de protagonizar a própria advocacia, pois sempre trabalhamos sob demanda. Mas o sistema judiciário está sufocado. Por isso, quero convocar a advocacia a protagonizar a paz social por meio de soluções propostas por nós mesmos”. O que pode ser feito para alcançar essa paz social?

Nós vivemos um momento de profunda transformação da advocacia, em relação à que era exercida há 30, 40 ou 50 anos. Acredito que a Constituição, que completará 40 anos em 2028, destacou um protagonismo do advogado, no artigo 133. Nós somos a única profissão liberal prevista no texto constitucional. Mas a advocacia não compreendeu ainda este protagonismo. Eu creio que a advocacia, no pós-constituição federal de 1988, formatou-se num modelo de ser um intermediário entre o jurisdicionado e o Poder Judiciário. Mas ela pode e deve ser muito mais. Eu acredito que o advogado deve protagonizar, efetivamente, a solução do conflito e não entregar esse protagonismo ao Poder Judiciário. Evidentemente que não se trata de criar uma disputa entre o Poder Judiciário, a advocacia, os poderes constituídos e o Ministério Público. Não é querer ser melhor que ninguém. Apenas acredito que o jurisdicionado procura o advogado, deposita nele um voto de confiança, para que resolva seu problema. E nós, advogados, tínhamos um hábito de entregar esse problema ao Poder Judiciário e ficar passivamente aguardando. Muitas vezes, os advogados não dialogam entre si. Não dialogando, não conseguem chegar a um consenso e entregam isso ao Poder Judiciário, onde as ações se arrastam às vezes por anos ou mesmo por décadas.

2 | A CAAMG idealizou dois programas para advogados que estão entrando na profissão, o Meu 1º Site e o Meu 1º Certificado. Qual a importância para quem está começando?

Desde o início da nossa gestão, nós lançamos o tripé: inovação, inclusão e

avanço, que são as três principais bandeiras da gestão do presidente Sérgio Leonardo. Um dos nossos primeiros atos foi entregar à advocacia um certificado digital na nuvem, com 1 ano de vigência. Antigamente, quando eu me formei, no início dos anos 2000, era necessária a caneta, a máquina de escrever e o computador para que o advogado pudesse exercer a profissão. Hoje é necessário certificado digital. Nisso, fomos pioneiros no Brasil. Mas fomos além e entregamos um ano de site gratuito para que o advogado, de modo virtual, possa se colocar à disposição da sociedade. É inconcebível

“O advogado usa uma única arma, que é a palavra, escrita e falada. À medida que você fale bem, que escreva bem, será bem compreendido”

que hoje um advogado ou uma advogada não tenha um site, não esteja na rede mundial de computadores e não estando na rede mundial de computadores, não seja lembrado. Além disso, com a inscrição da OAB, o advogado recebe também o aplicativo de telemedicina do Hospital Israelita Albert Einstein, que é o App Einstein Conecta. Essa é a menina dos olhos da gestão, porque traz dignidade para a advocacia. O advogado mineiro é o único que tem, 24 horas por dia, 7 dias por semana, o atendimento de um dos maiores, senão o maior hospital privado do país inteiramente gratuito na palma das mãos.

3 | Um dos programas da Caixa de Assistência dos Advogados, o CAAlmente, de atendimentos psicológicos online, tem quase 4 mil advogados cadastrados. A profissão do advogado está cada vez mais estressante?

Nós vivemos hoje um momento de muita angústia na sociedade mundial. As pessoas têm uma necessidade de respostas imediatas. Eu acredito, sem qualquer embasamento científico, que as redes sociais e a agilidade da informação trazida pela rede mundial de computadores nos deixam angustiados. Consequentemente, quando nós falamos de uma profissão que lida com o sentimento, com o patrimônio e com a liberdade alheia, essa angústia é ainda maior. Por isso a importância de um aplicativo como o CAAlmente, que possibilita que milhares de advogados sejam atendidos.

4 | Um outro programa que vai na mesma linha é de personal trainer, porque não basta você cuidar só da mente. Esse ele também é muito procurado?

Extremamente procurado. Já tem mais de 3 mil advogados inscritos. Eu costumo dizer que para fazer política institucional, como a gente faz, basta ter boa vontade. Ninguém pediu para a gente sentar nessas cadeiras, como a de presidente da Caixa de Assistência ou da OAB. Por isso, temos a responsabilidade de nos doarmos para as pessoas. Esse é um projeto extremamente simples mas, ao mesmo tempo, extremamente importante para valorizar a saúde do advogado. Hoje, a advocacia mineira, a um clique, fala com um personal, estabelece um treino, segue e pode melhorar a sua saúde, a sua composição corporal, seu peso.

5 | A Caixa reformou mais de 70 sedes. Qual é a importância da sede estar reformada, do advogado ter uma sede em ordem?

Quando a gente fala que está entregando uma casa de advocacia, buscamos aquela dignidade que eu já falei. Imagina você chegar em uma cidade e ver lá a sede do Poder Judiciário, do Ministério Público do Estado de Minas Gerais... e não ver uma sede da advocacia. Eu fui presidente do interior, fui conselheiro do interior, sou o presidente da Caixa vindo do interior – e tenho muito orgulho de ser o primeiro ocupante desta cadeira vindo do interior – e lhe digo que é muito importante para nossa dignidade ▶

dade que nós tenhamos prédios sólidos, que demonstrem a importância da advocacia. O advogado precisa ter uma casa, uma casa que ele possa frequentar, na qual ele possa se reciclar, trabalhar, confraternizar. Eu quero ver a advocacia muito forte, eu quero ver advocacia estruturada. Se nós tivermos boas estruturas físicas, damos um importante passo para igualar a magistratura, o Ministério Público e a advocacia.

6 | Falando de estruturas físicas, a caixa também ampliou o número de escritórios compartilhados, que são os coworkings usados pelos advogados. Depois da pandemia, aumentou o número de advogados que trabalham em casa e que podem usar esse serviço?

Sem dúvida. Por isso, todas essas mais de 70 obras já são dotadas de escritórios compartilhados. Ao longo dos últimos três anos, nós adquirimos centenas de computadores e notebooks, além de telefones celulares e televisões para serem entregues às 250 subseções. São mais de mil equipamentos eletrônicos concedidos.

7 | Um curso que chamou a atenção, entre os que a Caixa promoveu, foi o com a professora Cíntia Chagas, "Falar e Escrever Direito". O advogado já não deveria sair da faculdade com essa qualidade?

No Brasil temos 1,3 mil faculdades de Direito. Os demais países do mundo somados não têm o número de faculdades de Direito que temos por aqui. Então, é evidente que existe um desnível muito grande na entrega de algumas faculdades. Por essa razão, nós entendemos que discutir oratória, discutir conteúdo, discutir comunicação jurídica, seria muito importante. Nós tivemos, neste curso em específico, mais de 7,6 mil inscritos. O advogado usa uma única arma, que é a palavra, escrita e falada. À medida que você fale bem, que escreva bem, será bem compreendido. Eu costumo dizer, no meu escritório de advocacia, que o que a gente faz quando a gente peticiona à Justiça é conversar com o juiz, conversar com o desembargador, conversar



“ Não podemos tapar o sol com a peneira e tem muita advogada que, infelizmente, apanha do marido, às vezes até quando está gestante ”

com o ministro. Se esse diálogo, essa conversa, não for precedida de conhecimentos para que você saiba se portar, saiba falar, é claro que esse diálogo não se concretizará bem.

8 | Podemos dizer que não adianta só você ter o conteúdo, saber a lei, mas também é necessário saber como embalar isso?

Como eu disse, nós advogados lidamos com o sentimento, com o patrimônio e com a liberdade alheia. E nesses três institutos não basta ser meramente um conhecedor da norma. Se fosse assim, bastaria digitar no Google “contrato de compra e venda de um imóvel” ou “dissolução de compra e venda de um imóvel” ou mesmo um “distrato de compra e venda de um imóvel” e a inteligência artificial me responderia. Mas é essencial o toque humano.

Quantas demandas às vezes se iniciam de determinado modo e terminam de outro e precisam ser submetidas ao toque pessoal, personalizado, artesanal da advocacia? Essa é a distinção de um advogado para o outro, esse é o elemento que eu acredito que torna alguém capaz de defender os interesses de outrem. Por isso, eu acho que nós precisamos treinar o advogado e não ofertamos tão somente o curso de oratória e comunicação, mas uma série de outros.

9 | A CAAMG anunciou há pouco o lançamento de uma plataforma de cursos, a OAB Classroom, em parceria com a OAB-MG e a Escola Superior de Advocacia. Estar sempre se atualizando é um imperativo da profissão?

A OAB classroom é como se fosse uma Netflix da advocacia. Ali o advogado pode assistir a vídeos de até 20 minutos para se reciclar. Ele tem a condição de, onde estiver, ouvir como se fosse um podcast, ou em vez de assistir a um filme, assistir a uma palestra de um colega advogado, podendo trocar conhecimento, acompanhar os eventos da Caixa, da ESA ou da Ordem em tempo real.

10 | A CAAMG criou o Auxílio Violência Doméstica para advogadas vítimas desse tipo de violência. Mas o sentimento da sociedade é que advogadas não passam por esse problema. É mais comum do que pensamos?

Não podemos tapar o sol com a peneira e tem muita advogada que, infelizmente, apanha do marido, às vezes até quando está gestante. Precisamos dotar a mulher advogada de condições de ser essa protagonista. Ontem, por exemplo, nós tivemos a felicidade de ter a vice-presidente da subseção onde eu estou inscrito até hoje, Varginha, assumindo a presidência. Uma mulher de 37 anos, preta. Eu acho que a gente precisa de representatividade, a gente precisa de diversidade, e quando a gente tem situações concretas acontecendo, a gente deixa o discurso e passa para a ação. Há, infelizmente, situações de violência doméstica que envolvem advogadas e hoje elas têm o auxílio da Caixa de Assistência, o auxílio psicológico e o auxílio material. ■

SEM SORRISO DE PRATELEIRA

Cristiano Xavier/divulgação

Criador da onidontia, Dr. André Pataro conta como a união da tecnologia e personalização do atendimento é capaz de mudar a vida dos pacientes

O cuidado com o sorriso pode ir muito além dos dentes. Isso graças à onidontia, um método pioneiro de odontologia completa criado pelo Dr. André Luiz Pataro. Com um viés tecnológico, personalizado e humanizado, a onidontia tem uma perspectiva integral, acompanhando todas as fases da vida do paciente com soluções únicas para as suas necessidades e desejos.

Com 21 anos de experiência, André Luiz Pataro – graduado, mestre e doutor em odontologia pela UMFG – é fundador e diretor clínico do Studio Oni, em Belo Horizonte. Segundo ele, lá são adotados métodos avançados aliados a um cuidado individual, que proporcionam uma experiência única, humanizada e segura para os pacientes. “Quando renovamos um sorriso de uma pessoa, ela passa a ver mais brilho em tudo, fica mais fácil achar motivos para sorrir e, acima de tudo, procura se relacionar mais e melhor com os outros”, diz Pataro. “As oportunidades nos negócios aumentam. Passa a querer sair mais, namorar mais, frequentar bons restaurantes, enfim, quer viver mais e melhor!”

A partir da união da ciência com a tecnologia, é realizado um trabalho extremamente personalizado. Segundo Dr. André Pataro, para alcançar o sucesso no atendimento de cada paciente, é necessário levar em consideração o estilo de vida de cada pessoa e suas demandas individuais. Assim, é possível chegar a um conjunto da obra que seja coerente, e, principalmente, que possibilite à pessoa usufruir dos melhores momentos da sua vida com um belo sorriso estampado no rosto. “A pessoa às vezes tem uma boa condição social, um bom cargo, anda em um carro de luxo, toma bons vinhos, tem um relógio caro, mas o sorriso não é coerente com seu estilo”, diz. “Então, a gente individualiza e traz para cada pessoa um sorriso único, não um sorriso de prateleira... e esse é o nosso grande diferencial.”

Os tratamentos disponíveis na Studio Oni incluem Lentes de Contato Dental, Invisalign e Implantes Dentários, dentre outros. Para chegar até a solução adequada, o primeiro passo é conhecer bem o paciente. Por isso, o atendimento realizado pelos profissionais da clínica se inicia com três perguntas centrais: “O que seu sorriso representa para você?”; “Ele está alinhado com o seu estilo de vida, com as suas conquistas?”;



André Pataro: “Quando renovamos um sorriso de uma pessoa, ela passa a ver mais brilho em tudo, fica mais fácil achar motivos para sorrir e, acima de tudo, procura se relacionar mais e melhor com outras pessoas”.

“Representa a sua autoestima, o seu autocuidado?” As soluções, além de humanizadas, são extremamente personalizadas. Por isso, é realizado um diagnóstico pormenorizado por meio de uma análise individual, fotografias profissionais, escaneamento e projeções em 3D, provas e ajustes até que se chegue à aprovação do cliente, que já consegue vislumbrar o resultado final antes mesmo de iniciar o processo.

Fotos: Instagram/Reprodução



A britânico-mineira Vita, de 10 anos: "O mineiro é incomparável. Eu amo os mineiros! E a comida de Minas Gerais também tem meu coração"

Darling, uai!

Vita Bailey, garotinha inglesa que viralizou na web ensinando a falar "mineirês", é filha de mãe mineira e pai londrino; ela fala sobre o amor por nosso estado e a vida entre os dois mundos

▀ RAFAELA MATIAS

De cabelos ruivos e olhos azuis, a garotinha Valentina Bailey, mais conhecida como Vita, traz nas características físicas a metade do seu DNA britânico. Mas foi a sua outra metade, vinda diretamente de Uberlândia, em Minas Gerais, que fez com que ela viralizasse nas redes sociais e encantasse os seguidores brasileiros. Filha da uberlandense Marielle Bailey e do londrino Andrew Bailey, a menina Vita, de 10 anos, aprendeu a falar português com o sotaque da mãe e compartilha pelo perfil da matriarca no Instagram (@ellemarie_bailey) um pouco sobre a cultura mineira e as expressões que são famosas por aqui.

Essa história começou quando a mineira Marielle foi para Londres fazer o último ano do seu curso de inglês. "Acabei conhecendo meu marido nas minhas primeiras semanas na capital britânica", conta. Ela, que também é mãe do garotinho Arlo, de 6 anos, começou a compartilhar com os brasileiros, pelas redes sociais, a sua vida no interior da Inglaterra quando ainda estava grávida de Vita. "Ela cresceu habituada com essa exposição e sempre aparecia vez ou outra pra dar um 'Oi!", brinca. "Foi tudo muito natural. Ela foi crescendo e gostando cada vez mais de contar histórias e mostrar seu bom humor."

Uma vez por ano, a família vem para a terra do pão de queijo passear e visitar a família e os amigos. Para Vita, esse é um momento esperado e que sela o seu amor pelos dois mundos. "Que sorte a minha ter os dois países para chamar de 'meus'. Eu amo ser britânico-mineira", diz ela. Moradora da cidade de North Yorkshire, na Inglaterra, ela – que sempre começa seus



Vita com a mãe, Marielle, o pai, Andrew, e o irmão, Arlo: em diversas situações compartilhadas nas redes sociais:

vídeos com a expressão "Hello, darlings" – garante que tem um pouco de Minas Gerais nas paisagens de lá. "Minas se parece um pouquinho com a região onde eu moro. As paisagens são lindas e o estilo de vida é bem mais calmo e tranquilo", conta. Para ela, a maior diferença está nas pessoas e – claro – na gastronomia. "O mineiro é incomparável. Eu amo os mineiros! E a comida de Minas Gerais também tem meu coração."

No imenso leque de palavras deliciosas, Vita tem as suas preferidas no vocabulário mineirês. "Uai, Trem, Sô e Bão já fazem parte do meu vocabulário", diz ela. Como porta-voz do sotaque mineiro na Europa, Vita diz que é feliz por poder ensinar aos estrangeiros a cultura de Minas e mostrar que o Brasil vai muito além dos clichês. "Eu sigo fazendo propaganda (risos). Queria que todo mundo pudesse conhecer e viver um pouquinho do Brasil e de Minas Gerais." ▀





Diplomacia contraproducente

Ah, Maria Bethânia... “Eu sei que eu tenho um jeito meio estúpido de ser e de dizer coisas que podem magoar e ofender, mas cada um tem seu jeito próprio de amar e se defender. Eu tento achar um jeito de explicar, e você bem que podia me aceitar. Eu sei que eu tenho um jeito meio estúpido de ser, mas é assim que eu sei te amar”.

Quando recebi o honroso convite para escrever na Encontro, prometi que iria me comportar. Explico: quem me conhece de longa data (Estado de Minas, Portal UAI, revista e site Istoé, Itatiaia, Rede 98 e agora meu próprio veículo, O Fator) se acostumou com meu “jeito meio estúpido de ser”, porque sabe que é meu jeito de, digamos, amar.

Não é autoelogio ou propaganda de mim mesmo, mas, pessoalmente, sou das pessoas mais dóceis deste mundo. O diabo é que, lado outro, tenho dos pavios mais curtos também. Daí, sensível e justo ao extremo, diante de iniquidades e afins, parto “de zero a 100” em menos de dois segundos.

Esta revista trata de temas e mensagens positivas, abordando o lado bom de Minas e do Brasil. Em uma era tão afeita à intolerância e discursos de ódio, é uma iniciativa, mais do que exemplar, necessária. Ninguém suporta guerrear todos os dias: “se o bem e o mal existem, você pode escolher: é preciso saber viver” (Bebeto e Erasmo).

Por isso, evitei, até esta edição, tratar de assuntos contrários ao espírito leve da Encontro. Mas fazer o que se minha natureza, quase sempre, leva vantagem? Eu não sei quanto a vocês, leitores queridos, leitoras queridas, mas não tolero a linha contraproducente da diplomacia brasileira.

É histórico o apoio do chamado lulopetismo a ditadores e ditaduras mundo afora. Cuba, dos irmãos Castro; Venezuela, de Chávez e Maduro; Nicarágua, de Ortega. Irã, de Ahmadinejad. Líbia, de Gaddafi. Por isso, não surpreende o alinhamento – outra vez! – contra Israel e, no limite, contra o próprio povo judeu.

Ao mentir reiteradamente sobre números e fatos da guerra entre israelenses e terroristas do Hamas, inclusive comparando o contra-ataque (lamentável, superdimensionado, trágico, triste, que precisa ter fim) de Israel ao holocausto, Lula deixa inequívoca sua veia antisemita e, colateralmente, oposta a tudo que se refere aos Estados Unidos.

Nesse sentido, não há como não lamentar, também, que o México acabe de assumir o posto de maior parceiro comercial dos EUA, superando a até então insuperável China. Agora, é Leoni, e não mais Bethânia ou Beбето, que me representa: “Por que não eu? Ah, ah. Por que não eu?”

A ideologia lulopetista pode e deve ser exercida, legitimamente, entre todos que dela comungam. Mas quando transborda para as relações internacionais do Brasil e causa danos irreversíveis, aí, não, violão! Estamos falando de mais de 200 milhões de pessoas atingidas pelas más escolhas de poucas.

O antiamericanismo e antisemitismo de Lula e do PT nos envergonha e nos isola perante o ocidente democrático desenvolvido, e quem paga a conta é a sociedade brasileira. É possível criticar e se indignar com Israel e os Estados Unidos por dezenas de motivos, mas debater de forma justa e equilibrada, principalmente questões relacionadas ao Brasil.

“A ideologia lulopetista pode e deve ser exercida, legitimamente, entre todos que dela comungam. Mas quando transborda para as relações internacionais do Brasil e causa danos irreversíveis, aí, não, violão!”

Fazê-lo de forma vil, mentindo e atacando democracias, ao mesmo tempo em que empenha apoio a terroristas e regimes sanguinários, não apenas é imoral como inaceitável, já que nem mesmo é um tema que nos afeta diretamente. Ou seja, pura ideologia, e não defesa do interesse nacional.

Essa revista é lida por gente influente e importante. Espero, sinceramente, que este artigo as faça refletir. E me desculpo se me excedi no tom ou na escolha do assunto. Mas o saco encheu. ■

COMBATE AO GLAUCOMA

Dia 26 de maio marca o combate à principal causa de cegueira permanente do mundo

O dia 26 de maio marca o dia nacional de combate ao glaucoma, a principal causa de cegueira permanente no mundo. O glaucoma é uma doença degenerativa silenciosa, que afeta o nervo óptico e pode levar à cegueira irreversível se não diagnosticado precocemente. Os números globais da doença são alarmantes. Segundo a OMS, o número de pessoas afetadas é de 65 milhões, sendo que 4,5 milhões de casos resultam na perda total de visão.

No Brasil, entre 2% e 3% da população acima de 40 anos é afetada. Além disso, nos próximos cinco anos, espera-se um crescimento de 50% no número de casos, em decorrência do envelhecimento populacional. Ainda assim, os avanços tecnológicos na área oferecem esperança para a prevenção e o tratamento da doença.

Existem diferentes tipos de glaucoma, incluindo o primário de ângulo aberto, geralmente assintomático, e o de ângulo fechado, que pode causar dor ocular intensa e rápida perda visual. O aumento da pressão intraocular é um fator de risco crucial, mas outras causas incluem idade avançada, histórico familiar e alta miopia. Além disso, a doença também pode ocorrer como consequência de traumas oculares, complicações do diabetes e pelo uso de certos medicamentos como os corticóides.

O Hospital de Olhos Rui Marinho aproveita esta data para reforçar a importância da consulta oftalmológica regular no diagnóstico precoce do glaucoma. Com um



Fotos: Divulgação

O dr. Rui Marinho, fundador do hospital que leva seu nome: importância da consulta oftalmológica regular para o diagnóstico precoce do glaucoma

corpo clínico renomado e um centro de diagnóstico completo e moderno, o hospital-dia é referência no diagnóstico da doença, atendendo uma ampla cobertura de planos de saúde.

Portanto, se você possui mais de 40 anos, alta miopia, diabetes, hipertensão, histórico familiar de glaucoma, lesões oculares ou faz uso prolongado de corticóides, não hesite em entrar em contato com um oftalmologista.



www.hospitalruimarinho.com.br

R. Gonçalves Dias, 75 - Funcionários, Belo Horizonte - MG, 30140-090

Tel.: (31) 3273-3737

 @hospitalruimarinho  /hospitalruimarinho/

Sob a gestão da Fundação Doimo e Grupo UAI, o Mercado de Origem não só disponibiliza um leque de serviços e produtos, como também dispõe de espaço multifuncional com rooftop gastronômico e palco para festas, manifestações culturais e eventos musicais: prédio de cinco andares e 20 mil metros quadrados tem 250 lojas e contou com investimentos de 60 milhões de reais

SABORES DE MINAS CONECTADOS

Circuito Mercados de Origem inaugura sua primeira unidade em BH, no Olhos D'Água, com a proposta de inovar no empreendedorismo rural e urbano do estado, dando ênfase à importância da mulher na economia

▶ DANIELA COSTA

Conectando a cultura, o lazer e os sabores das Minas Gerais, o Circuito Mercados de Origem inaugurou a unidade do bairro Olhos D'Água, localizado na região Oeste de Belo Horizonte, próximo ao BH Shopping, com festa irlandesa, shows gratuitos e várias experiências gastronômicas. Em funcionamento desde o final de 2023, o evento realizado no último mês de março oficializou a chegada do empreendimento que pretende ser um marco na gastronomia, no entretenimento e no empreendedorismo urbano e rural de Minas Gerais. Com investimentos de 60 milhões de reais, o espaço de cinco andares e 20 mil metros quadrados tem 250 lojas, 90% delas já alugadas, dos mais variados segmentos, entre cervejarias, móveis rústicos, utilidades domésticas, pimenta, queijos, vinhos, salões de beleza, artesanato, pet shop, espaço para festa infantil, bares e lanchonetes (veja alguns dos ocupantes ao longo desta reportagem). A expectativa é que a iniciativa gere 3 mil empregos diretos e indiretos.

O projeto ousado tem o propósito de se tornar um pólo intermediário entre o empreendedor rural e os consumidores, fomentando a agricultura familiar. Os resultados dos censos agropecuários em Minas Gerais confirmam a importância do setor no cenário da produção vegetal e animal, além de destacar o seu potencial de geração de renda. Presentes na maioria dos municípios mineiros, os pequenos produtores desempenham um papel relevante na economia, responsáveis por 72,7% dos estabelecimentos rurais do estado. “Mesmo sendo responsáveis pela produção da maioria dos alimentos que vai para a mesa dos brasileiros, muitas vezes carecem de apoio institucional. Com esse projeto, assumimos um papel crucial”, diz o diretor do Mercado de Origem Olhos D'Água, Elias Tergilene. Além de viabilizar um espaço para a comercialização dos produtos, a ideia é promover programas de incentivo e capacitação voltados para a agricultura familiar.

Sob a gestão da Fundação Doimo e Grupo UAI, o Mercado de Origem não só disponibiliza um leque de serviços e produtos, como também dispõe de espaço multifuncional com rooftop gastronômico e palco para festas, manifestações culturais e eventos musicais. O projeto também destaca a importância da mulher na economia rural. Segundo dados apresentados pela Companhia Nacional de Abastecimento (Conab), elas representam 80% dos beneficiados do Programa de Aquisição de Alimentos (PAA). Esse percentual demonstra o papel fundamental das mulheres por meio de cooperativas e associações. “Atuamos como facilitadores da inclusão e empoderamento feminino, prestando apoio técnico àquelas que desejam empreender na agricultura”, diz Elias. A iniciativa conta com o apoio e parceria de diversas instituições, entre elas o IMA, a Emater, a Minas Invest, o Sesc, Governo do Estado de Minas Gerais e a Prefeitura de Belo Horizonte. “Esperamos que o Mercado seja um local de encontros, trocas e celebrações, onde todos se sintam bem-vindos”, destaca o diretor. Ele revela que o circuito de mercados também prestigiará outros bairros da capital, a exemplo do Padre Eustáquio e Santa Tereza. Vem mais novidade por aí.



O diretor do Mercado, Elias Tergilene: “Esperamos que seja um local de encontros, trocas e celebrações, onde todos se sintam bem-vindos”

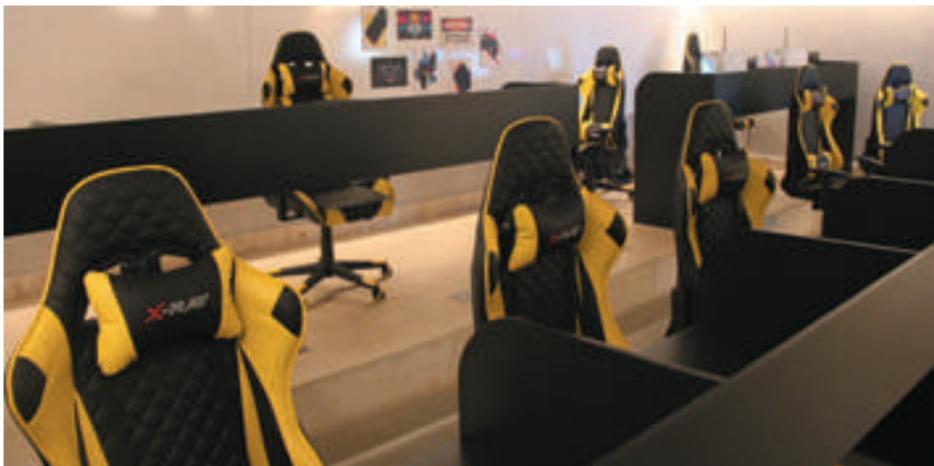


Fotos: Pádua de Carvalho



CASA DO SOL STUDIOS

Mesclando criatividade, arte e arquitetura, a Casa do Sol Studios é uma das badaladas lojas inauguradas no mercado. O primeiro espaço exclusivo para festas infantis em BH, fundado em 1997 pela empresária Solange Guerra, já conta com quatro unidades na capital mineira: a Casa do Sol Cidade Nova, Casa do Sol Jardim, Luminis Urban Play e a Casa do Sol Studios. Cada qual com um conceito arquitetônico diferenciado. No Mercado de Origem, a Casa do Sol traz uma proposta contemporânea com concreto aparente, arquitetura em estilo europeu e arcos romanos. "O paisagismo interno foi pensado de forma a preservar a história do prédio", diz o CEO **Pedro Guerra**. O espaço, com elevador privativo, ocupa atualmente dois andares e irá ocupar mais dois, acima da área do rooftop, no quinto andar. Entre as atrações da nova unidade está um brinquedo que promete surpreender a garotada. Fazendo referência ao conto infantil João e o Pé de Feijão, lembra uma árvore com surpreendentes seis andares de altura. Segundo Pedro Guerra, o espaço amplo e com infraestrutura completa traz o que há de mais moderno no segmento. O salão de festas infantis é reconhecido pela bela decoração e por cativar a criançada com brinquedos divertidos e interativos. Entre eles estão o brinquedo gigante de folha, as casinhas geográficas, o parque de trampolim, a piscina de bolinha gigante, o circuito arborismo e o boliche. "Buscamos sempre surpreender os nossos clientes inovando em cada espaço".



Fotos: Pádua de Carvalho

PIMENTA SEVERINO'S

Para quem gosta de ver o circo pegar fogo, a dica é dar aquela passadinha na Pimenta Severino's. O desafio do proprietário, Denison Pereira, é vender pimentas que estejam entre as mais ardidas do mundo. Entre elas a Carolina Reaper (2.200.000 SHU), Trinidad Moruga Scorpion (2.009.231 SHU) e a Bhut Jolokia (1.041.427 SHU). "Minha preferência

são as pimentas nucleares, com SHU acima de 1800 mil na Escala de Scoville que mede o grau de ardência ou picância", diz o microempresário. Já o cliente tem a opção de escolher entre os níveis de ardência suave, intenso ou forte. Produtor de pimenta, ele conta que sua plantação fica na cidade de Itatiaiuçu, de onde sai a matéria prima para a geleia de abacaxi com pimenta e molhos diferenciados, além de mudas vendidas para todo o Brasil.

Café Perfeito

Descubra as melhores opções aqui!

De manhã, à tarde ou em qualquer momento do dia: encontre o café perfeito para cada ocasião com as máquinas da Casa Nicolau. Escolha entre uma variedade de tipos de café e transforme seu cotidiano em uma experiência deliciosa. Máquinas disponíveis para venda, aluguel e comodato, leve para casa ou para o escritório o sabor dos momentos especiais.

Casa nicolau
Máquinas Para Espresso e Café



www.casanicolau.com.br

Rua Catete, 669 – Alto Barroca | BH-MG (31)2555-7969

Fotos: Pádua de Carvalho



QUEIJARIA SENZALA

O tradicional queijo mineiro não poderia faltar. É na Fazenda Caxambu, no município de Sacramento, na região de Araxá, que desde 1954 Joel Urias Leite e sua família produzem o Queijo Sensala, primeiro do país a ser premiado no Mundial de Queijos da França, em 2017. Com mais de 25 opções de sabores, o com mofo branco é o carro chefe da casa, que também produz queijo meia cura, defumados, parmesão e napolitanos. Além da venda direta ao consumidor, na loja do mercado ocorre a maturação do produto. “Com preços mais acessíveis, a nossa expectativa é expandir ainda mais e aumentar a produção”, diz a colaboradora Viviane Nunes.



CAVA ZÉ RIBEIRO

Na Cava Zé Ribeiro, o cliente pode degustar, pedir a dose ou comprar a garrafa das melhores cachaças de alambique produzidas em Minas. Entre os rótulos vendidos estão as cachaças Mestre Ribeiro, Monteiro, Sabedoria, Meritíssima e Ribas. O envelhecimento da cachaça de marca própria está a todo vapor, feito em 33 tonéis de carvalho europeu. “Além da qualidade de todas as marcas, a seleção de madeiras é um dos nossos grandes diferenciais”, diz o gerente, Rafael de Oliveira Reis. Outro atrativo são os blends feitos com a mistura de cachaças. O local, que funciona como restaurante e alambique, também está aberto para a realização de cursos de harmonização e eventos.



Fotos: Pádua de Carvalho



CHOPP DO MERCADO

Para quem não dispensa o chope estupidamente gelado, o Rooftop Gastronômico do mercado traz algumas boas opções. Logo na entrada está o Chopp do Mercado, representante da Jairo's Cervejaria, produzida em Betim. A empresa cresceu vendendo chopes e insumos para cervejeiros caseiros. Os sabores das artesanais Betim Lager, Wien, Dunkel 1589, Good Vibes, Midnight Walk e OG caíram no gosto popular, tornando a marca premiada em 2020 com as medalhas Bronze na República Tcheca, com sua IPA, a OG, e prata no Concurso Brasileiro de Cervejas de Blumenau com a Vienna Lager, a Wien. “Pretendemos trabalhar com outros parceiros com o mesmo padrão de excelência”, diz o empresário Caio Pádua. ■

POR LOUIS BURLAMAQUI



Humor, o elixir da vida

Era uma quarta feira chuvosa e eu estava em uma sala de dentista aguardando o atendimento juntamente com mais quatro pessoas. Estávamos sérios, lendo revistas ou entretidos com nossos celulares. Eis que entra uma mãe com uma filha que devia ter uns 3 anos. Ela se sentou e a menina de forma comportada sentou também, mas não parava de dar um sorriso largo. De repente a mulher ao meu lado percebeu o sorriso da criança e acenou para ela. A criança começou a rir. Era um riso tão contagiante que todos paramos o que fazíamos e começamos a comentar. A criança disparou a rir e todos nós começamos a rir também. A energia da sala mudou, as pessoas começaram a conversar e foi uma cena simplesmente mágica. Tudo com um simples sorriso de uma criança.

Por que será algumas pessoas ainda não perceberam a força do humor em relação à vida?

Todos nós já sentimos a barriga doer de tanto rir ou as lágrimas escorrerem pelo rosto durante uma boa gargalhada. Mas você já parou para pensar por que algo é engraçado? Por que certas situações, frases ou até mesmo palavras nos fazem rir?

A psicologia por trás do riso começa no cérebro, nosso próprio roteirista de stand-up interno. Quando percebemos algo inesperado, nosso cérebro faz uma rápida revisão do script e, se tudo está seguro, nos recompensa com uma risada. Isso pode ter começado como um mecanismo evolutivo para sinalizar que um susto era apenas um alarme falso. Hoje, essa mecânica nos leva a apreciar o inesperado e o absurdo, um dos fundamentos do humor.

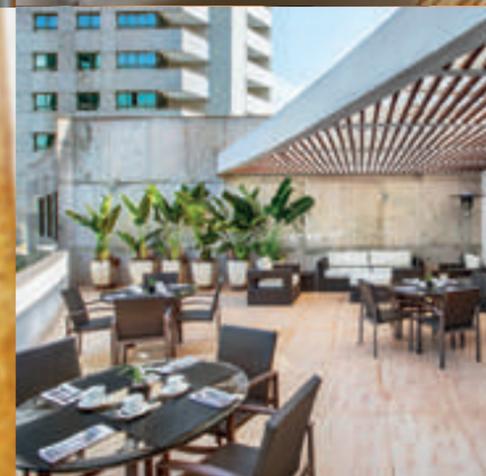
Charles Darwin poderia ter escrito um livro intitulado "A Origem das Piadas". Ele teria teorizado que o senso de humor evoluiu como uma maneira de forjar conexões sociais e aliviar tensões. Estudos mostram que rir não apenas melhora o humor, mas também pode reduzir o estresse e até a dor. É como se nosso corpo tivesse desenvolvido sua própria versão interna de morfina, ativada por um bom meme.

O riso é uma língua universal, mas o humor é um dialeto decididamente local. O que é hilário em um lugar, pode ser um verdadeiro enigma em outro. A comédia britânica, por exemplo, é conhecida por seu humor seco e sarcástico, enquanto os brasileiros podem preferir uma boa "zoeira" que envolve muito mais improvisação e expressão corporal. Existem certos tipos de humor que são quase universais. O humor físico, por exemplo, é compreendido em todo o mundo. Quem poderia resistir a uma boa e velha torta na cara?

Piadas sobre sogras podem ser universais, mas o humor político, sarcástico, sexual e trocadilhos podem variar dramaticamente de uma cultura para outra. O que permanece constante, no entanto, é que o riso é uma maneira poderosa de expressar alegria e construir comunidade.

Enquanto o sorriso é a menor distância entre duas pessoas, rir é o elixir da vida social. ■

"Estudos mostram que rir não apenas melhora o humor, mas também pode reduzir o estresse e até a dor. É como se nosso corpo tivesse desenvolvido sua própria versão interna de morfina, ativada por um bom meme"



MELIÃ
BRASIL 21

LEVEL

THE LEVEL
AT MELIÃ BRASIL 21

The Level: O Serviço Exclusivo do Meliá Brasil 21

Permita-nos levar sua experiência de hospedagem a um nível superior.

Reservando a categoria de quarto The Level, você terá:
Check-in e Check-out Privativos: Agilize o check-in para começar sua estadia rapidamente.

Lounge Exclusivo: Lounge para relaxar, trabalhar ou socializar. Com café da manhã e snacks durante o dia todo.

Happy Hour: De Open Bar a Open Food, das 18:30 às 21:30 todos os dias.

Apartamentos Superiores: Amenidades exclusivas e serviço de café e chá.

Reserve já a sua estadia e embarque nesta experiência inesquecível no The Level, Meliá Brasil 21.

Para reservas e mais informações, visite nosso site melia.com ou entre em contato conosco pelo telefone (61) 3218-4700

melia.com

MELIÃREWARDS

GABRIEL GUIMARÃES



INVESTIMENTOS NA ATLAS LITHIUM

Listada na Nasdaq, a Atlas Lithium Corporation anunciou, no final de março, acordo com a Mitsui & Co. Ltd. de investimentos e compra em valor de 30 milhões de dólares de ações ordinárias da Atlas Lithium. Ao mesmo tempo, foi firmado um contrato de offtake para compra futura de 15 mil toneladas de concentrado de lítio da Fase 1, além de 60 mil toneladas por ano da Fase 2, do Projeto Neves da Atlas Lithium, em Minas Gerais, que em breve estará produzindo concentrado de lítio em Araçuaí. As negociações entre as empresas iniciaram em setembro de 2022, resultando num Memorando de Entendimentos (MOU) assinado em dezembro de 2022, iniciando um rigoroso processo de due diligence, com visitas e averiguações por técnicos da Mitsui in loco no projeto e no escritório operacional em Araçuaí, além de no escritório corporativo em Belo Horizonte. O CEO & Chairman, acionista controlador Marc Fogassa, comemorou o anúncio e valorizou a atua-



ção do Estado como indutor do Desenvolvimento Econômico: "Se de um lado os investimentos da Mitsui refletem a confiança em nossa equipe, ativos e modelo de negócios, não posso deixar de reconhecer o papel do Governo de Minas Gerais, que tem atuado para estimular o desenvolvimento econômico, o que transmite a confiança dos investidores nas ações do Estado."

Fotos: Divulgação



USIMINAS AVANÇA EM PLANO DE DESCARBONIZAÇÃO

No final de março, a Usiminas divulgou o Plano de Descarbonização da empresa, que faz parte de sua agenda ESG. Dentre outras medidas, o plano mira na redução de gás carbônico nos empreendimentos da companhia. Com base na geração de 2019, as ações da Usiminas estão direcionadas para reduzir em até 15% as intensidades de emissões por tonelada de aço bruto até 2030. Os planos estão estruturados em 4 frentes prioritárias, que são: a eficiência energética; a otimização do mix de matérias

primas do processo produtivo, com a utilização de sucata metálica na fabricação do aço; a aplicação da biomassa em substituição parcial ao carvão e coque siderúrgico; e, a maior utilização de energia renovável. O presidente da Usiminas, Marcelo Chara, enalteceu a iniciativa: "A descarbonização não é apenas uma prioridade ambiental, mas também uma oportunidade para impulsionar a inovação, a competitividade e o crescimento sustentável de longo prazo".

ACORDO ENTRE VALE E MITSUI

Em 1º de abril, a Vale anunciou que, por meio da Vale Japan Limited (VJL), celebrou com a Mitsui acordo para fornecimento de 16 mil toneladas de briquetes tonimet, em transação de aproximadamente 323 milhões de dólares. O tempo previsto para conclusão do fornecimento do volume é até 31 de março do ano que vem. A transação foi noticiada pela Vale como negócio estabelecido entre partes relacionadas, em razão de ser a Mitsui acionista com participação relevante na Vale S.A. O briquete tonimet é fabricado na Refinaria Matsusaka, no Japão, e consiste em um material de alimentação de níquel de alta qualidade, desenvolvido para aço inoxidável, aço de baixa liga e liga de níquel. O produto foi desenvolvido para fornecer alto teor de níquel, com baixo teor residual, impurezas, excelentes características de manuseio, baixa tendência a formar pó, alto rendimento e baixos custos de fabricação, além de outras qualidades que contribuem para sua eficiência.



Ryuji Ikuta/divulgação

VALE CONSUME 100% DE ENERGIA DE FONTES RENOVÁVEIS

A Vale S.A. informou em 15 de abril que antecipou em dois anos o cumprimento de sua meta de consumir 100% da energia elétrica em suas operações no Brasil com origem em fontes de geração renováveis. Em 2023, toda a energia elétrica de suas operações no país vieram de energia limpa (hidrelétrica, eólica e solar). A meta da empresa é que, nas operações do mundo, esse mesmo índice seja atingido até 2030. Hoje, 88,5% do consumo global é proveniente dessa fonte. A iniciativa faz parte das etapas estabelecidas pela empresa com foco em zerar as emissões líquidas de carbono e se tornar net zero até 2050, levadas pela Vale na Conferência do Clima da ONU - COP 27, ocorrida no Egito em 2022. Para alcançar



seus objetivos, investimentos robustos têm sido direcionados à geração de energia renovável, com destaque para o Sol do Cerrado em Jaíba (MG), que recebeu mais de 3 bilhões de reais para

geração de energia solar. O Sol do Cerrado é composto por 17 usinas, com 766 MWp de potência e conta com aproximadamente 1,4 milhões de módulos fotovoltaicos.



GERDAU SOBE POSIÇÃO EM RANKING DE REPUTAÇÃO CORPORATIVA

A Gerdau subiu dez posições na 10ª edição do Ranking de Reputação Empresarial 2023, anunciado em março pela Merco, que lidera a referência na avaliação de reputação corporativa. O ranking apresenta 100 organizações nacionais avaliadas e a companhia subiu para a 24ª posição, sendo a única produtora de aço ranqueada. A notícia foi comemorada pelo diretor de Comunicação e Relações Institucionais da Gerdau, Pedro Torres, que reafirmou os compromissos da Empresa e enalteceu o significado da classificação obtida: "Esse reconhecimento reflete o nosso compromisso com um diálogo contínuo e transparente com todos os nossos públicos e o fortalecimento da conexão da marca Gerdau com a sociedade em geral".



TARTARECTOMIA EM PETS

Compreendendo o procedimento e dicas para evitar o tártaro

Cuidar da higiene bucal dos peludinhos, desde filhotes, é assunto sério, mas que muitas vezes, mesmo quando falamos dos tutores mais zelosos, acaba sendo esquecido, ignorando os problemas que esse descuido pode causar.

A tartarectomia, também conhecida como limpeza de tártaro, desempenha um papel fundamental na manutenção da saúde bucal e no bem-estar geral dos nossos amigos de quatro patas. É importante entender os detalhes desse procedimento, assim como aprender algumas dicas valiosas para manter os dentes dos pets livres do tão temido tártaro.

O QUE É O TÁRTARO?

O tártaro é o resultado do acúmulo de placa bacteriana mineralizada nos dentes dos animais. Essa placa, formada pela combinação de resíduos de comida e bactérias na boca, com o tempo, se não removida adequadamente, pode endurecer e se transformar em tártaro.

Muitos tutores ainda acreditam que cuidar dos dentes dos seus bichinhos é apenas uma questão de estética. Isso está longe de ser verdade, pois as bactérias causadoras do tártaro também podem ser a origem de inúmeras doenças graves.

COMO SABER SE SEU PELUDINHO ESTÁ COM TÁRTARO?

O mau hálito persistente é muitas vezes um dos primeiros sinais percebido pelos tutores. Dificuldade para mastigar, apatia, gengivas inflamadas e dentes sujos ou amarelados também são indícios da presença de tártaro.

Ao observar algum desses sinais ou qualquer outra anormalidade em seu animalzinho, é essencial procurar um médico veterinário. Consultas regulares são imprescindíveis para avaliação da saúde bucal e da necessidade de limpeza.

O QUE É A TARTARECTOMIA?

A limpeza de tártaro em pets é um procedimento que tem como objetivo a remoção do tártaro. Esse processo não só melhora a saúde bucal do animal, mas também previne uma série de problemas, como gengivite, mau hálito, perda dentária e desconforto. Além disso, a limpeza ajuda a evitar complicações sistêmicas relacionadas à saúde oral precária, como doenças cardíacas e renais.

Para realizar a limpeza de tártaro corretamente, é importante levar o seu bichinho a um veterinário qualificado, pois o processo requer cuidados profissionais. Assim como qualquer procedimento cirúrgico, a remoção de tártaro pode apresentar riscos, sendo um dos principais relacionados à anestesia geral, que é necessária para o processo. Também existe risco de complicações pós-operatórias, como infecção, sangramento excessivo, inchaço, dor ou dificuldades para comer.



No entanto, embora existam riscos, a tartarectomia é considerada segura, especialmente quando realizada em ambiente adequado e por um veterinário experiente, que, antes do procedimento, realizará uma avaliação completa do animal para determinar se está apto para a tartarectomia.

COMO EVITAR A FORMAÇÃO DE TÁRTARO?

Existem medidas que podem ser tomadas para evitar ou reduzir a formação de tártaro e placa nos dentes dos peludinhos, como escová-los regularmente e fornecer brinquedos mastigáveis adequados para promover a saúde dental. Uma dieta específica, suplementos dentários e exames regulares também são fundamentais.

COMO ESCOVAR OS DENTES DO SEU PET?

Surpreendentemente, não é tão complicado escovar os dentes do seu bichinho quanto parece. O segredo é tornar esse momento divertido e tranquilo. Existem escovas e pastas de dente específicas para pets, com sabores que eles adoram. E, o melhor de tudo é que essa pode se tornar uma ótima oportunidade para fortalecer o vínculo com seu amigo de quatro patas.

Escolha um momento tranquilo para a escovação, quando ele estiver relaxado. Antes de iniciar, deixe-o cheirar e se acostumar com a pasta e a escova. Faça movimentos suaves, especialmente na linha da gengiva e nos dentes de trás. Quando terminar, elogie e dê recompensas para tornar a experiência positiva.

Se o seu animalzinho não curtir de primeira, não desista! Existem várias maneiras de acostumá-lo e tornar a higiene dental divertida.

Cuidar dos dentes do seu peludinho é um ato de amor que ajuda a prevenir problemas futuros e garante uma vida mais saudável e feliz para ele.

OFERECIMENTO:



PRECISANDO DE
ESPAÇO
PARA GUARDAR?

**Temos espaço
na medida para você!**



Fotos: Divulgação

A golden retriever Chanel gosta mesmo é de se jogar na piscina do Espaço Petisar: "Sem dúvida, um lugar maravilhoso, tanto para os tutores quanto para seus cães. Principalmente os que forem apaixonados por água como ela", diz a tutora Nayana Lowhaine

Fazendo a alegria da bicharada

Espaços especializados garantem a diversão dos pets na capital mineira, com direito a day care com piscina, caminhadas ao ar livre, circuito de obstáculos e até festa de aniversário

▼ DANIELA COSTA

Não é segredo para ninguém que boa parte dos cães adora se divertir e socializar, o que nem sempre é possível para pets que moram em apartamentos ou casas com pouco espaço. Cheios de energia, para eles correr, pular e brincar é mais do que lazer. Isso porque a prática de exercícios físicos ajuda a manter a saúde física e mental dos animais, auxiliando no controle do peso, no fortalecimento do sistema imunológico e na redução de riscos de doenças como o estresse e a ansiedade, além de também auxiliar na prevenção de alterações comportamentais como a hiperatividade, agressividade e medo. Por isso, mesmo os pets que vivem em quintais amplos, precisam de companhia e estímulo para se exercitarem. A dica é levá-los para fazer boas caminhadas e, até mesmo, aulas de agility e natação, atividades que se revertem em benefícios para várias partes do organismo como ossos, sistema cardio respiratório e digestivo e acabam se transformando em uma forma prazerosa de fortalecer o vínculo entre os tutores e seus pets.

Como nem sempre é possível manter uma rotina ideal e saudável para os animais de estimação em casa, alguns espaços se dedicam a serviços especializados para os dogs na capital mineira e região metropolitana. Um deles é o Espaço Petisar, inaugurado em agosto de 2023 no Vale do Sol, em Nova Lima. Em uma área de 3 mil metros quadrados, os cães se divertem nos gramados, piscina e brinquedos, com o diferencial de poder ter seus humanos ao lado, interagindo nas brincadeiras. No lava pet os tutores podem optar por dar banho em



Quem sempre abana o rabo na Arena CrossDog é Keisha, dachshund de 6 anos, acompanhada da tutora Isabella Marques: "Ela ama brincar por todo o espaço que é muito interativo e perfeito para os cães gastarem energia"

Fotos: Divulgação





Anna Vargas/divulgação

O aniversário de 7 anos da golden retriever Nina foi comemorado no Espaço Petisar com festa groovy, muitas guloseimas e até bingo cheio de prêmios: "Foi um sucesso total. O espaço é perfeito para os pets", diz a tutora, Carolina Almeida, que estava acompanhada da filha Beatriz



Arquivo pessoal

Solange, vira-lata de 6 anos, se esbaldou no Mariza Paiva Dogs House. "Eles adoraram a piscina quentinha", diz Marcos, ao lado da proprietária do espaço

seus peludos ou escolher atendimento profissional. A piscina tem acesso livre para bicho e gente, com rampa de acesso e direito a prainha. Além do hotelzinho, o Petisar também disponibiliza o Day Care, uma espécie de creche para pets. Por lá, a realização de eventos é comum, a exemplo dos aniversários que são sucesso entre os tutores. "Investimos em uma infra-estrutura completa para garantir a segurança e bem-estar dos animais", diz a gerente Samara Fernandes. "Sem dúvida, um lugar maravilhoso, tanto para os tutores quanto para seus cães. Principalmente os que são apaixonados por água, como a Chanel", diz Nayana Lowhaine, tutora da Golden Retriever de 2 anos que se tornou pet influencer e já acumula 47,5 mil seguidores no Instagram. Outra Golden influencer que não quer sair de lá é a Nina (33 mil seguidores), tanto que o seu aniversário de 7 anos foi comemorado no espaço com festa groovy, muitas guloseimas e até bingo cheio de prêmios. "Foi um sucesso total. O espaço é perfeito para os pets", diz a

tutora, Carolina Almeida.

Na capital mineira desde de 2016, o hotel fazenda e creche Mariza Paiva Dogs House faz a alegria da bicharada. A fundadora conta que o amor pelos animais a acompanha desde a infância. "Meu primeiro 'pônei', aos 2 anos de idade, foi um cão fila", brinca ela. Pedagoga, decidiu mudar sua área de atuação para se dedicar ao negócio de hospedagem de pets. No sítio de 13 mil metros quadrados, localizado no bairro Taquaril, a recreação é garantida com monitores acompanhando os animais em todas as atividades realizadas, como festas de aniversário, brincadeiras na piscina e caminhadas ao ar livre. A arteira da Solange, vira-lata de 4 anos, que junto com o tutor Marcos Lacerda contabiliza 407 mil seguidores no Insta, se esbaldou por lá junto com seus três irmãos peludos: os pinchers Tônico e Nazaré e o pastor alemão Thor. "Além do espaço ser muito bacana, gostei demais da segurança para que os pets não fujam. Os meus adoraram a piscina quentinha", diz Marcos.

Outro espaço em BH que tem feito a

bicharada "suar o focinho" é a Arena CrossDog, que traz um playground projetado especialmente para os cães e um lounge aconchegante para os humanos. A compra do ingresso para o day use dá direito a descanso em confortáveis redes e acesso ao auto serviço com bebidas e sanduíche natural. Localizado no bairro Silveira, o espaço também disponibiliza o serviço de Arena Móvel, que pode ser levada para qualquer lugar com atividades recreativas como piscina de bolinha, pista de obstáculos, túnel térmico e pneus para caça de petiscos. "Nossos monitores são especializados em comportamento animal, o que garante a harmonia do ambiente para que todos os pets possam se divertir em segurança", diz a empresária, Isabella Pires. Quem sempre abana o rabo por lá é a pet influencer Keisha, dachshund de 6 anos, acompanhada da tutora Isabella Marques. Juntas já alcançaram 63,5 mil seguidores no Instagram. "Ela ama brincar por todo o espaço que é muito interativo e perfeito para os cães gastarem energia", diz Isabella. ■

CHEGA

DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

Em Minas, a cada dois dias, uma mulher é assassinada. Foram 183 feminicídios e 154.742 registros de violência doméstica contra a mulher em 2023 - e muitos casos não foram ao menos registrados.

Se você for vítima ou testemunha de um ato violento, não hesite.

LIGUE 190 E PROCURE A DELEGACIA MAIS PRÓXIMA.

Fonte: Relatório "Violência contra a Mulher", do Observatório de Segurança Pública de Minas Gerais - Março 2024



ACESSE O QR CODE E SAIBA COMO SE PROTEGER.



almg.gov.br/ semprevivas

AS DEPUTADAS E OS DEPUTADOS ESTADUAIS ESTÃO NA LUTA PELA VIDA DAS MULHERES.



Poder e voz do cidadão



Um Classe C híbrido e feroz

O sedã clássico mais conhecido e vendido da Mercedes-Benz, na versão esportiva híbrida gera potência de 680 cv e pode acelerar de 0 a 100 km/h em 3,3 segundos

O Mercedes-AMG C 63 S E Performance 2024 chega aos EUA neste mês de maio com preço básico de US\$ 85.050: algo em torno de R\$ 450 mil

▀ FÁBIO DOYLE

Dizem que o interesse em carros elétricos e eletrificados vem se reduzindo e que as marcas estão repensando seus planos e metas nesse campo. As vendas de elétricos passaram por um arrefecimento, principalmente na Europa, no primeiro trimestre deste ano, mas quem acompanha o setor continua vendo que a cada semana surge um novo lançamento de carro movido a eletricidade. Um desses exemplos é a recente decisão da Mercedes-Benz de expandir sua linha Classe C no mercado dos Estados Unidos, com a novíssima versão híbrida plug-in. O Mercedes-AMG C 63 S E Performance 2024 chega aos EUA neste mês de maio com preço básico de US\$ 85.050 (algo em torno de R\$ 450 mil).

O sedã Classe C, um clássico, é o líder de vendas da Mercedes-Benz na maioria dos mercados onde a marca está presente. Nos Estados Unidos, as vendas do Classe C em 2023 foram de 32.698 unidades no ano passado, representando um incremento de 25% em relação ao ano anterior. No Brasil, no mesmo período, o resultado foi inverso. As vendas do Classe C caíram 26%, de 1.095 unidades em 2022 para 866 em 2023.

Sob o capô da variante híbrida está um motor AMG de 2 litros e quatro cilindros combinado com um motor elétrico de duas velocidades no eixo traseiro. O motor AMG M139, “feito à mão”, como enfatiza a marca, incorpora um sistema turbocharger com exaustor elétrico – tecnologia que vem diretamente da Fórmula 1 – alimentado por um sistema elétrico de 400 ▶





O AMG C 63 S E Performance recebeu uma carroceria modificada: tem 5 centímetros a mais de comprimento, e a distância entre eixos é maior em 1 centímetro em relação ao Classe C sedã tradicional

volts que garante resposta imediata no torque em rpm, informou o fabricante alemão. A potência combinada do motor a combustão com o elétrico gera a força de 680 cv e permite aceleração de 0 a 100 km/h em 3,3 segundos. A bateria de 6,1 kilowatt/hora gera pico de potência máxima de 203 cv por 10 segundos e traz um sistema de refrigeração direto, que assegura que a bateria de alta performance esteja sempre na temperatura ótima de operação, o que permite também a otimização de sua recuperação.

O AMG C 63 S E Performance recebeu uma carroceria modificada. O PHVE (ou híbrido plug-in) tem 5 centímetros a mais de comprimento, e a distância entre eixos é maior em 1 centímetro em relação ao Classe C sedã tradicional. Outro diferencial no capô são os vincos paralelos que enfatizam a esportividade e auxiliam na aerodinâmica. O sistema de suspensão AMG Ride Control é adaptativo combinando dirigibilidade esportiva dinâmica com um alto nível de conforto. O eixo traseiro é ativo, acompanhando a direção, o que contribui para o handling, ou dirigibilidade. O sistema de freios é também o de alto desempenho da AMG (que é a divisão esportiva da Mercedes-Benz) e o modelo oferece oito modos de dirigibilidade, inclusive o "Race", ou



Interior: assentos esportivos AMG com revestimento em couro de napa e o sistema MBUX de infoentretenimento com monitores de 12,3 polegadas para o motorista e outro central de 11,9 polegadas

corrida. No interior, o AMG C 63 tem assentos esportivos AMG com revestimento em couro de napa e o sistema MBUX de infoentretenimento com monitores de 12,3 polegadas para o motorista e outro central de 11,9 polegadas.

No Brasil, a rede de concessionárias espera a chegada da nova versão híbrida do C 63 para este mês de maio. A reven-

da autorizada Bamaq de Belo Horizonte, consultada por nossa redação informou que aguarda a chegada de duas unidades do C 63 AMG híbrido, uma básica e outra equipada com o kit formula 1. O preço no mercado brasileiro desta versão com o kit F1 deverá ser próximo de R\$ 1,3 milhão, informou o consultor de vendas da Bamaq. ■

ROCK EM ALTO ASTRAL NA ENCONTRO DELAS

Divulgação

Com pouco menos de um ano de vida, mas com planos ambiciosos que contemplam, entre outras metas, a busca por longevidade, a banda mineira Maybees encara com entusiasmo sua estreia na corrida Encontro Delas CAIXA, no primeiro final de semana de maio, na Lagoa Seca, no Belvedere. "Estamos animados para ter uma experiência nova com um público diferente e com certeza muito alto astral. Esperamos encontrar uma energia lá no alto", comenta a vocalista Julia Nery, de 23 anos.

Formada por seis jovens músicos mineiros que carregam experiências em carreira solo e em outros grupos, a Maybees se define como banda de soft rock, sem deixar de lado a influência de estilos como country, hard rock e blues. As inspirações são muitas e poderosas. Não por acaso, lideram a lista a Fleetwood Mac e a Eagles, duas bandas que se alinham à identidade musical da Maybees. Tem mais influência. Os Beatles aparecem como fonte de inspiração tanto dos integrantes, individualmente falando, como no aspecto coletivo. "Os Beatles nos influenciam no jeito que a gente enxerga a nossa banda, no jeito que a gente almeja entregar a performance para cada público", diz Julia Nery.

A montagem do repertório para cada show leva em conta o contexto de cada evento e as pessoas que estarão lá, mas sempre coerente com a proposta do grupo. No momento, a Maybees trabalha com releituras, enquanto se prepara para lançar material autoral. "Nosso repertório é predominantemente em inglês, por causa das nossas influências e é com o que a gente se identifica mais, mas temos música em português e o plano é colocar mais", revela a vocalista.



A Maybees: no momento, a banda trabalha com releituras e repertório predominantemente em inglês, mas já se prepara para lançar material autoral

Sonho antigo de Julia Nery, a banda começou a tomar forma em abril de 2023, quando ela decidiu tirar o projeto do papel e procurar músicos que encarassem a empreitada. Mas o primeiro aniversário será comemorado em 1 de junho, quando a formação se completou com a entrada do baterista Leo Castro. Os demais integrantes são Pedro Rocha (guitarra principal), Gian Hansen (guitarra base e teclado), Eduardo Fischer (guitarra base) e Lucas Araújo (baixo).

O show de estreia foi em meados de junho do ano passado, na Major Lock, casa afetiva para os integrantes, que já tinham tocado ali com outras bandas ou em carreira solo. E essa primeira apresentação traz uma lembrança especial: o batismo da banda. Não havia ainda um nome escolhido

quando surgiu o convite para o show inicial. Encontrar um não foi tarefa fácil. "Nome de banda é muito mais difícil do que parece", diz Julia Nery. Primeira opção, Devaneio, agradou a todos os integrantes. "Tinha tudo a ver comigo, com meu sonho, com meu devaneio de ter uma banda", lembra a vocalista. A alegria, no entanto, durou pouco, ao descobrirem que já estava registrado.

A nova inspiração, por sua vez, foi na cantora Janis Joplin, autora da famosa música Maybe. Depois de brincar com o nome da canção da estrela do rock, chegou-se a Maybees. "Gostamos e decidimos ficar com o nome. Isso a três dias do nosso primeiro show", recorda Júlia, que espera muitas novas oportunidades para apresentar os dotes musicais.

Contato para shows: (31) 98442-0361

 @maybees.mp3

COM VOCÊS, O PREFEITO

Com décadas de trabalho nos bastidores da administração pública, Fuad Noman reconhece que ainda não é muito conhecido pelos eleitores. Mas garante que chegou a hora de virar esse jogo com investimento nas redes sociais e em obras nos quatro cantos da cidade

▾ ALESSANDRO DUARTE

Com seu jeitão tranquilo, de quem raramente altera o tom de voz, o prefeito de Belo Horizonte, Fuad Noman, de 76 anos, gosta de contar episódios em que se encontra com moradores da cidade e troca ideias sobre como ações da administração municipal mudam a vida de quem vive na capital mineira. Em uma recente visita ao Centro de Reabilitação (Creab) do Barreiro, inaugurado em meados do ano passado, ele se emocionou ao se deparar com uma criança de cerca de 2 anos, com Síndrome de Down, que acabara de ser atendida. “Eu olhei os olhos da terapeuta, o sorriso da criança, a mãe emocionada e quase chorei”, diz. Outro dia, ao entregar uma obra de proteção de encosta, ouviu de uma mãe a respeito da dificuldade de levar o filho cadeirante ao médico, sempre que chovia. Agora, com a intervenção, ela consegue que um carro pare na porta de sua casa, independentemente das condições climáticas. “O senhor sabe quantos anos demorou para eu

conseguir isso?”, perguntou ela. Fuad se comoveu mais uma vez. “Viver momentos assim é o melhor de ser prefeito”, afirma. “É cada dia uma emoção.”

Passar por experiências como essas é uma novidade na vida desse servidor público que ingressou como funcionário do Banco Central ainda jovem, na década de 1970. Depois, trabalhou no Tesouro Nacional, foi secretário-executivo da Casa Civil da Presidência da República, diretor do Banco do Brasil e presidente da BrasilPrev, além de consultor do Fundo Monetário Internacional para o governo de Cabo Verde. No governo de Minas, foi secretário da Fazenda, de Transporte e de Obras Públicas, além de presidente da Gasmig, entre outras funções. Foi chamado para ser candidato a vice-prefeito na campanha de reeleição de Alexandre Kalil e assumiu a administração de BH em março de 2022, quando o ex-presidente do Atlético renunciou para se aventurar na campanha para o governo do Estado daquele ano (ele foi derrotado no primeiro turno por Romeu Zema). Agora, Fuad enfrenta ▶

Fuad Noman, 76 anos:
“Quando eu nasci,
meu pai era garçom.
Eu também fui garçom.
Servir está no meu sangue”

sua primeira campanha. E a tarefa para se reeleger não é nada fácil. Sem nunca ter participado de eleições para cargos majoritários no topo da chapa, ele ainda é pouco conhecido, mesmo entre os belo-horizontinos. “Belo Horizonte é a cidade mais difícil de se fazer qualquer prognóstico para as próximas eleições. Se existe uma cidade brasileira com muita competição, é BH”, disse, em entrevista ao Encontro, o analista político Felipe Nunes, dono da empresa de pesquisa e consultoria Quaest.

Fuad aposta na exposição dos próximos meses para virar esse jogo. “Nesses dois anos, fiz mais obras que meus antecessores, que tiveram muito mais tempo. Mas muita coisa ainda precisa ser feita e quero ter a possibilidade de continuar esse trabalho”, diz. Segundo ele, os políticos brasileiros têm o mau hábito de paralisar as obras começadas pelo antecessor, para lançar outras com



FUAD EM AÇÃO PELA CIDADE: NAS REDES SOCIAIS, SEMPRE DESCONTRAÍDO

Adão de Souza/PBH/divulgação

Fotos: Rodrigo Clemente/PBH/divulgação

Adão de Souza/PBH/divulgação



Divulgação



Fotos: Rodrigo Clemente/PBH/divulgação



Amira Hissa/divulgação



sua marca. Entre as muitas coisas que o prefeito acredita que ainda precisam ser feitas estão alguns projetos que prometem mudar a cara da região Centro-Sul. O mais ambicioso é a parceria com a prefeitura de Nova Lima para realização de melhorias viárias no limite entre os dois municípios, na altura do bairro Belvedere. Em março, os prefeitos

e João Marcelo Dieguez anunciaram o investimento de 200 milhões de reais para quatro intervenções principais: construção de um viaduto em formato de ferradura para ligar a MG-30 à BR-356, no sentido Rio de Janeiro; alargamento da alça que liga a BR-356 à MG-30, no sentido do centro da cidade; alargamento do viaduto sobre a BR-356, criando uma

terceira faixa no sentido Belvedere-Santa Lúcia; e construção de um viaduto de acesso direto da BR-356 (sentido Rio de Janeiro) para a MG-30 (sentido Nova Lima), sem que os motoristas precisem passar pelo trevo da Avenida Raja Gabaglia. Todos os dias, cerca de 15 mil veículos passam por ali e os engarrafamentos nos horários de pico são rotineiros. Com ▶

as intervenções, estima-se que o fluxo diminua em até 20%.

Batizada de “Centro de Todo Mundo”, uma série de intervenções prometem revitalizar a região central de BH, com obras como a inauguração do Espaço Multiuso do Parque Municipal, parado há 10 anos; requalificação das praças da Estação, Rio Branco, do Papa e da Independência; revitalização da Avenida Bernardo Monteiro; e requalificação da rua Sapucaí, entre as avenidas Assis Chateaubriand e Contorno. Só essas ações irão custar aproximadamente 100 milhões de reais. “Quando eu era criança, minha mãe me trazia para passear na cidade. Eu saía de bonde do Padre Eustáquio e vinha para o que chamamos de Belo Horizonte. Hoje, as pessoas se afastam do centro, porque ficou perigoso, não tem atrativos... Quero mudar isso”, diz Fuad. “Vamos, por exemplo, demolir aquele monstrego anexo ao Conjunto Sulacap-Sulamérica, que não estava no projeto original, e devolver a vista para o viaduto Santa Tereza; trazer moradores para prédios vazios; beneficiar quem fez o retrofit de edifícios abandonados. As pessoas poderão voltar a morar aqui.” Para aumentar a segurança e a sensação de segurança, foram instaladas 4 mil câmeras, com monitoramento 24 horas pela Guarda Municipal. Ainda dentro do projeto Centro de Todo Mundo, a prefeitura irá revitalizar a Avenida Afonso Pena, com implantação de faixa exclusiva para ônibus, ciclovia e mudança na sinalização, além de fresagem e recapeamento do asfalto.

O plano de obras lançado este ano prevê investimentos de 3 bilhões de reais em 120 empreendimentos. A maior parte do dinheiro é para obras de habitação e urbanização (843 milhões), seguida de mobilidade (554 milhões) e macrodrenagem (525 milhões). “Estamos trabalhando muito. As pessoas podem até não conhecer o prefeito, mas conhecem as obras. Nossa missão nessa pré-campanha, e depois na campanha, é mostrar quem está executando as melhorias da cidade”, diz Fuad. Nos últimos meses, ele vem se expondo mais nas redes sociais e mostrando até uma certa desenvoltura frente às câmeras, como quando atacou de DJ em uma recente



Rodrigo Clemente/PBH/divulgação

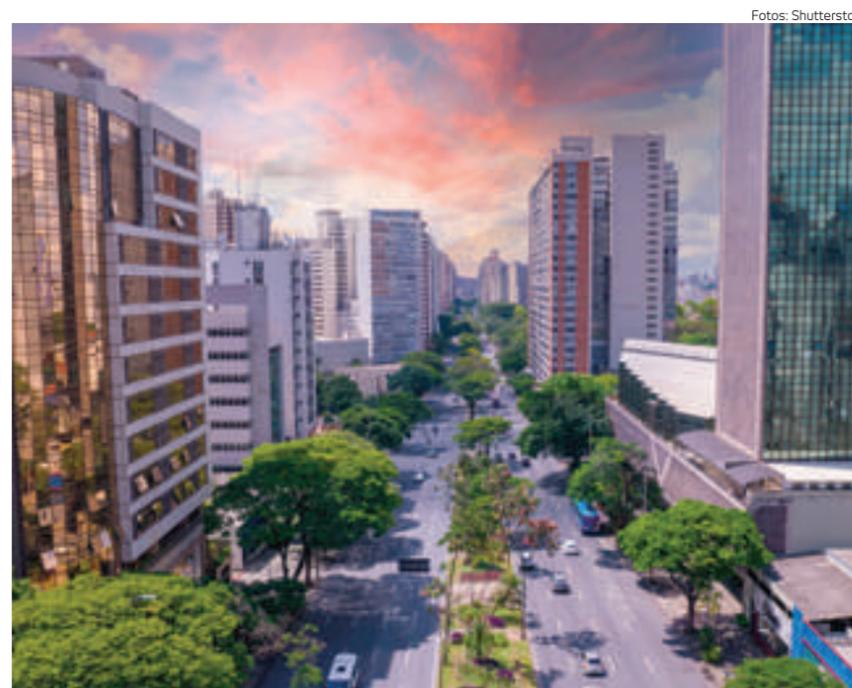
Com o prefeito de nova lima, João Marcelo Dieguez, e o procurador-geral de Justiça de Minas Gerais, Jarbas Soares Júnior, no lançamento do pacote de obras na região do Belvedere (abaixo): todos os dias, cerca de 15 mil veículos passam por ali e os engarrafamentos nos horários de pico são rotineiros; com as intervenções, estima-se que o fluxo diminua em até 20%



Pádua de Carvalho

visita a praças recém-reformadas em Venda Nova. Seu estilo, com o indefectível suspensório, chama a atenção. “Eu sempre fui gordinho e gordo ou usa a calça embaixo da barriga, o que eu acho horrível, ou em cima da barriga, mas aí

o cinto aperta. Por isso, eu digo que o suspensório é um acessório que garante conforto.” Ele não sabe dizer quantos têm em seu guarda-roupa, mas está sempre comprando quando vê. “Também ganho muitos de presente.”



Fotos: Shutterstock

Avenida Afonso Pena passa por revitalização: implantação de faixa exclusiva para ônibus, ciclovia e mudança na sinalização, além de fresagem e recapeamento do asfalto



Prefeitura vai investir mais de 100 milhões de reais no programa O Centro de Todo Mundo: “As pessoas vão voltar a morar aqui”, promete Fuad

Uma polêmica de seu governo foi o corte de árvores no entorno do Mineirão, para que a cidade possa receber pela primeira vez uma etapa do campeonato de stock car, entre os dias 15 e 18 de agosto. “Foi uma polêmica pura-

mente eleitoral”, defende-se Fuad, sem alterar o tom de voz. “Nós cortamos 63 árvores e plantamos a mesma quantidade, das mesmas espécies, do mesmo tamanho, no mesmo microclima, na mesma semana.” Segundo o prefeito,

a terceira cidade mais arborizada do Brasil.” Estima-se que, com a vinda da stock car, serão injetados 200 milhões de reais por ano na cidade, até 2028. São esperados mais de 30 mil turistas e a prova principal será exibida para 153 países. Por ser uma cidade cuja vocação econômica é de serviços e comércio, a atração de eventos é comemorada. Este ano, o carnaval bateu recorde de recursos movimentados, com quase 1 bilhão de reais injetados na economia durante os dias de folia, segundo dados da Empresa Municipal de Turismo de Belo Horizonte (Belotur). Em 2022, BH foi escolhida a melhor capital do sudeste para empreender, de acordo com o Índice de Concorrência dos Municípios (ICM), do Ministério da Economia.

Fuad também não teve vida fácil quando precisou da Câmara Municipal de Belo Horizonte. Os vereadores chegaram a ensaiar a aprovação de pedidos de impeachment do prefeito, o que não prosperou. “Houve momentos em que a Câmara teve um comportamento agressivo e a prefeitura precisou reagir”, diz Fuad. “Desde agosto do ano passado há um projeto para o empréstimo de 1 bilhão de reais para a cidade, que não ganha nem número.” O dinheiro seria empregado na construção de moradias, intervenções de mobilidade, saneamento e no desassoreamento da Pampulha. “Uma ação como essa não é benéfica para BH e o próprio presidente da Câmara, que se diz pré-candidato à prefeitura, precisará desse dinheiro caso ganhe as eleições, o que esperamos que não aconteça.” No final do ano passado, Gabriel declarou que a Câmara “não é um banco, para que o prefeito fique enviando apenas pedidos de empréstimos bilionários que podem prejudicar ainda mais a cidade, que vai entrar no vermelho”.

Apesar de ter apoiado a eleição de Lula à presidência em 2022, Fuad garante que não há nenhum compromisso para que o atual ocupante do Palácio do Planalto trabalhe por sua reeleição. “Meu apoio foi condicionado a trazer benefícios para BH. E isso tem acontecido.” Segundo ele, Bolsonaro não ligava para a capital mineira e no mapa do Brasil da sala da presidência “tinha um buraco negro no lugar de Belo Horizonte”. Agora, ele comemora que ao passar por Brasília ▶

Fotos: Rodrigo Clemente/PBH/divulgação

1



Fuad, em momentos de “encontros políticos”: 1) com o governador Romeu Zema e o presidente Lula, em evento no Minascentro; 2) com o presidente do Senado, Rodrigo Pacheco; 3) entre a secretária municipal de Cultura, Eliane Parreiras, e a ministra da Cultura, Margareth Menezes; 4) com o ministro de Minas e Energia, Alexandre Silveira

2



3



4



é bem recebido pelos ministros. “Nós estamos sendo atendidos com cuidado e isso faz diferença, mas em momento algum nos comprometemos eleitoralmente. Estando no segundo turno – e eu tenho confiança de que estarei – quero todo mundo que tem o desejo de ajudar nossa capital do meu lado.” O ex-prefeito Alexandre Kalil é outro político que tem seu apoio cobiçado, não apenas por Fuad, mas por outros pré-candidatos. Até o fechamento desta edição, no entanto, ele não havia declarado em que palanque estará.

Formado em ciências econômicas pelo Centro de Ensino Unificado de Brasília (Ceub) e pós-graduado em programação econômica e execução orçamentária, Fuad é doutor honoris causa pela Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes). Mas não são apenas os números que o atraem. Ele é autor de três romances: O Amargo e o Doce (2017), Cobiça (2020) e Marcas do Passado (2022). Casado há 51 anos com Mônica Drummond, é pai de Paulo Henrique e Gustavo. Tem quatro netos. Em seu “Canto do Cisne”, como costuma dizer, o prefeito recorre a uma lembrança de seu passado para reforçar o desejo de continuar a frequentar o prédio em estilo art déco projetado pelo arquiteto Luiz Signorelli, na Avenida Afonso Pena, em frente ao Parque Municipal. “Quando eu nasci, meu pai era garçom. Eu também fui garçom. Servir está no meu sangue.” Resta saber se os eleitores mineiros vão pedir: “Mais uma rodada, Fuad”. ■

Casa Donoso - onde a tradição encontra a excelência.

Situada no coração do Vale do Maule, uma das mais veneradas regiões vinícolas do Chile, **Casa Donoso** é uma vinícola que se destaca pela sua herança e qualidade inigualáveis. Cada garrafa é cuidadosamente elaborada para proporcionar uma experiência sensorial excepcional que agrade até os paladares mais refinados.



Del Maipo
Wines and Grapes

Os melhores rótulos para os amantes de vinhos exclusivos.

Brinde à vida e eternize momentos com Del Maipo.

A Del Maipo construiu um novo paladar para o brasileiro que prefere saborear a melhor bebida.



*Nutricionista e personal chef
@nutrichef_pamsarkis

COMO CUIDAR DA MICROBIOTA INTESTINAL

Alimente as bactérias benéficas do seu intestino e tenha resultados em todo o corpo

Atualmente, o termo modulação intestinal está em alta. Temos dois tipos de bactérias, as que vivem normalmente em nosso intestino e as que ingerimos por meio dos alimentos e suplementos. Dentre essas classes de bactérias, temos aquelas que são benéficas e as que fazem mal. Dentre as que fazem mal, tem aquelas que são pontuais e que causam problemas específicos como infecções, com sintomas de diarreia, dor de barriga, febre e outros; e aquelas que simplesmente produzem substâncias que nosso corpo reconhece como agressoras, e com isso se inicia uma inflamação silenciosa e com ativação do sistema imunológico, com danos a curto ou longo prazo. Além disso, essa classe que faz mal, se estiver em grande quantidade no nosso intestino, ainda destrói as outras que fazem bem, predominando em maior quantidade e aumentando os malefícios. Hoje em dia, a disbiose intestinal está correlacionada a diversas doenças, nas quais a modulação intestinal consegue melhorar muitas causas, aliviar sintomas, dependendo do caso, até promover a cura.



O intestino está cada vez mais em evidência, sendo alvo de milhares de pesquisas. Não é à toa que foi considerado o segundo cérebro do nosso corpo. As reações químicas e metabólicas que acontecem entre seres vivos e nutrientes a favor do bem ou do mal repercutem em todos os nossos órgãos e tecidos, com consequências boas ou não.

Como aumentar as bactérias boas no intestino?

Vou te dar aqui algumas dicas para beneficiar esse órgão tão importante por meio de alimentos, em situações iniciais de normalidade, ou seja, pessoas

que não tem sintomas importantes de estufamento, intolerâncias e tal. Muitas vezes, antes de inserir bactérias mesmo por meio de alimentos saudáveis, temos que reestabelecer e cuidar de algum problema existente. Nesses casos, é melhor primeiro eliminar o problema maior para cuidar de outro. Em outros casos, para inserir as bactérias específicas para cada problema, é preciso estudar cada caso e suplementar certo por meio de profissionais capacitados. Essas bactérias que ingerimos pela alimentação ou suplementação são chamadas probióticos.

As bactérias benéficas que vivem no nosso intestino são microorganismos

vivos com vida curta. Para manter sua sobrevivência, é necessário além de ingerir com frequência as cepas, ingerir também os alimentos que elas gostam, nesse caso são chamados prebióticos, mais conhecidos como fibras, frutoligossacarídeos (FOS) e alguns fitoquímicos.

Principais alimentos probióticos:

- Kefir
- Alimentos fermentados
- Kombucha
- Iogurtes
- Coalhada
- Leites fermentados como Yakult e similares

Freepik



Divulgação

MUFFIN SALGADO COM CHUCHU E ERVAS

Os alimentos naturais, ricos em fibras, são amigos do intestino, porque alimentam as bactérias boas, e sendo assim, predominam sobre as ruins. As bactérias boas, por sua vez, fazem seu trabalho em nosso benefício, promovendo saúde e bem estar em todo nosso corpo.

Segue abaixo um ingrediente pouco valorizado, mas muito nutritivo, rico em fibras para a saúde intestinal. Nesta receita te ensino de maneira simples e saborosa como utilizar o chuchu. Uma homenagem ao grande mestre e professor Murilo Pereira.

INGREDIENTES:

- ▶ Grão de bico cozido: 160g
- ▶ Farinha de grão de bico: 1 colher de sopa
- ▶ Ovo de galinha: 3 unidades
- ▶ Azeite: 2 colheres de sopa
- ▶ Sal: 1 pitada
- ▶ Chuchu ralado: 1/2 unidade
- ▶ Queijo ralado: 50g
- ▶ Tomate picado sem semente: 1/2 unidade

- ▶ Frango desfiado: 2 colheres de sopa
- ▶ Requeijão: 1 colher de sopa
- ▶ Orégano: 1 colher de chá
- ▶ Fermento em pó: 1 colher de chá
- ▶ Água: 2 colheres de sopa
- ▶ Gergelim: para decorar
- ▶ Manjeriço: a gosto

PREPARO:

- ▶ Bata no liquidificador o grão de bico cozido com os ovos, azeite, água e sal e reserve.
- ▶ Misture em uma tigela média o queijo ralado com chuchu, tomate e orégano. Misture o grão de bico batido aos poucos e no final coloque a farinha de grão de bico e o fermento.
- ▶ Em outra tigela, misture o frango com requeijão e reserve.
- ▶ Coloque a mistura em forminhas para assar até a metade. Coloque então uma colher de chá de frango com requeijão e cubra a mistura até completar a outra metade. Leve para assar e sirva quente ou frio.



cdaher@editoraencontro.com.br

NOVIDADES EM LOURDES

Fotos: Pádua de Carvalho



MERCADO GRANO

O Mercado Grano, que fez história do Jardim Canadá, agora está de portas abertas na rua Rio de Janeiro, onde um dia funcionou a Cervejaria Albanos. “Começamos funcionando somente à noite para fazer tudo com muito cuidado”, explica o chef **Leo Mendes**, que também comanda o Grano 33, no Sion. Além de contar com uma padaria, a casa agora também oferece almoço aos finais de semana, além de delicioso café da manhã aos domingos, das 9h às 11h30. Entre os pratos principais, alguns clássicos continuam entre os mais pedidos como é o caso do confit de pato com legumes da horta e creme de moranga (R\$ 96) e do bacalhau com purê de ervilhas ao creme de alho-poró (R\$ 148). As pizzas são imperdíveis e vale experimentar a de guanciale e zucchini com muçarela de búfala (R\$ 59). Em breve, os clientes também poderão contar com um almoço executivo de terça a sexta.

Um dos mais badalados bairros da cidade acaba de ganhar dois reforços de peso quando o assunto é comida boa



RULLUS BISTRÔ

Premiado bufê de festa de Belo Horizonte, o Rullus já tinha dado o primeiro passo para atender a clientela fora dos eventos ao abrir o Rullus Bistrô, no Vila da Serra, em 2020. “Os clientes que moram no Lourdes pediam muito para que a gente tivesse uma unidade aqui”, explica o proprietário, **Túlio Pires**. Os apelos foram atendidos. O novo Rullus Bistrô funciona na Rua São Paulo e segue o mesmo perfil da casa original. “É pequena, aconchegante e elegante”, resume. O projeto arquitetônico é assinado por Henrique Hoffman e a capacidade é para 66 pessoas. Os menus também são bem semelhantes, com algumas pequenas variações nas entradas e na carta de vinhos. O prato mais vendido em ambos os endereços é o cacio e pepe com fraldinha braseada na cerveja preta com farofa de amêndoas (R\$ 98).

ELAS POR ELAS

Com dez anos de mercado, o buffet Chef Chad acaba de mudar de nome para A Chef – Art of Catering & Home. Comandada pelas sócias **Gabriela Gontijo** e **Bruna Costa**, o bufê também está de casa nova, no Prado. O espaço será palco para eventos, workshops, confrarias e cursos, além de abrigar uma pop up store com uma linha de decoração. “Não fazia sentido a marca carregar o nome de um dos seus antigos fundadores. Somos uma empresa feminina e A Chef vem daí”, explica Gabriela. A empresa continua oferecendo uma variedade de produtos como catering para eventos e festas, brunchs e kits para datas comemorativas ou para presentear.



Bruna Brandão/divulgação

Bernardo Silva/divulgação

ALBAYT BAYTUK

Essas palavras – incompreensíveis para muita gente – significam sintam-se em casa em árabe. E essa frase descreve bem o novo negócio do grupo Viela. O Juramento 202, no bairro Pompéia, acaba de ganhar um anexo batizado de Casinha do Jura. O cardápio faz uma homenagem aos imigrantes árabes, sírios e palestinos que trouxeram suas culturas para a capital. “A partir dessa influência, misturamos um pouco com a cozinha mineira, que é a síntese da comida belo-horizontina”, explica o chef **Henrique Gilberto** (à dir. na foto, com os líderes de cozinha **Bruno Gelape** e **Nathalia Bonanato**). A ideia surgiu quando se descobriu que o antigo morador, sr. Abdo, também conhecido como Turco, tinha origem sírio-libanesa. Para compartilhar, ele destaca do cardápio a canela de cordeiro braseada com coalhada, tabule, molho defumado da casa e vinagrete, acompanhado de pães árabes caseiros (R\$ 162).



Pádua de Carvalho

CHUVA DE ARROZ

O PekoPeKo, casa de ramen queridinha pelos moderninhos, localizada no Barroca, acaba de ganhar uma irmã: a Mori Mori Don, que tem o arroz como ingrediente estrela do cardápio. “Queríamos seguir a mesma linha de fazer uma comida japonesa de dia a dia”, diz **Arthur Ferolla** (sentado, à dir.), que divide a sociedade com **Ariel Safar** (sentado, à esq.), **Thiago Sette** e **Larissa Alves e Silva**. O cardápio conta com sete pratos e seis entradas, todos – claro! – com arroz. Na primeira categoria, o Gyūdon é preparado com arroz gohan coberto com carne de boi e cebola cozinha em um molho levemente adocicado de dashi, shoyu, mirin e kat-sobush (R\$ 49). Por enquanto, o atendimento é só por delivery.





rfonseca@revistaencontro.com.br

POR RODRIGO A. FONSECA

Rosés – sucesso mundial; Provence – a estrela

O vinho rosado, ou rosé, é a única categoria de vinhos bem-sucedida neste século. O consumo mundial cresceu 18%, enquanto o de tintos caiu e o de brancos cresceu apenas ligeiramente, impulsionado pelo aumento do consumo de espumantes. Representa hoje 10% do total de vinhos consumidos. O maior produtor, maior consumidor, maior exportador (em valor) e maior importador (em volume) é a França, onde técnicas de produção inovadoras criaram até um estilo próprio.

Os processos de produção de rosés são variados, assim como os estilos (cor, acidez, textura, dulçor). Etapa crucial é a extração da matéria corante, presente na casca da uva juntamente com substâncias aromáticas e taninos, todos liberados na maceração do mosto (suco+sólidos). Pode ocorrer em tanques refrigerados, que recebem a fruta levemente esmagada, ou diretamente no tanque da prensa, que pode receber cachos inteiros, bagos inteiros ou bagos levemente esmagados, e onde sempre haverá algum mosto, pois parte da fruta se rompe durante o transporte até a prensa. A prensagem é dita direta quando não se faz a maceração prévia em tanques. Nos dois casos a fermentação somente se inicia após a prensagem, que separará o líquido dos sólidos. Outro processo de obtenção de rosés é por sangria, quando se drena uma parte do líquido na fase inicial da fermentação de um tinto, com pequena quantidade de pigmentos extraída. Outras variáveis, como temperatura de fermentação, possibilidade de mesclar o mosto ou o vinho rosado com pequena quantidade de mosto ou vinho de brancas, e de fermentar e/ou maturar parte do vinho em barricas, definirão o produto final.

O crescimento de produção e consumo de rosés entre 2000 e 2021 deveu-se principalmente à França, onde a produção saltou de 24% para 32% do total mundial, e no país passou de 8% para 17,4%. Ali se consome mais rosés (32,6%) que brancos (28,3%), e pouco menos que tintos (39,1%). O consumo mundial crescente deve-se, em parte, a um estilo que se tornou um benchmark mundial: o rosé da Provence. A região tem o maior destaque entre todas as demais produtoras, concentra 15% da produção francesa e 5% da mundial, incluindo alguns de altíssima qualidade.

O estilo típico da Provence tem algumas características. O clima é mediterrâneo e temperado por brisas que ventilam os vinhedos; prevalecem as tintas, cultivadas em altitude, que ganham em delicadeza longe do calor das planícies. Daí em diante as condições técnicas prevalecem. O rendimento no vinhedo estabelece o ritmo (mais lento) de maturação, e colhe-se a fruta um pouco antes da plena maturação. Faz-se seleção de fruta, o manejo é protegido de contato com oxigênio, a maceração é curta e a frio (quando é feita), a prensagem é lenta, a frio em gás inerte, com leve extração, e a fermentação ocorre em tanques a temperaturas baixas. O processo de sangria não é permitido. Os rosés podem ter até 20% de brancos, que são muito bons também, conferindo acidez, cremosidade e notas amendoadas. A fermentação malolática é usualmente bloqueada

“O crescimento de produção e consumo de rosés entre 2000 e 2021 deveu-se principalmente à França, onde a produção saltou de 24% para 32% do total mundial, e no país passou de 8% para 17,4%”

para preservar acidez. Nasce assim o vinho que geralmente é rosa pálido, com eventual leve nuance alaranjada, com aroma intenso com notas florais, seco, com frutado puro e atraente, bom frescor, charme e algumas sutilezas. O processo de produção é, portanto, mais dependente de técnica que de terroirs específicos.

São três as denominações de origem regionais: Côtes de Provence (20.100 ha), Coteaux d'Aix-en-Provence (4.127 ha), e Coteaux Varois en Provence (2.633 ha); 91% dos vinhos são rosés. As variedades mais plantadas são Grenache Noir, Syrah, Carignan, Cabernet Sauvignon e Cinsault (tintas), e Grenache Blanc, Rolle e Ugni Blanc (brancas). A produção de grandes volumes proporciona preços razoáveis. As primeiras vinhas da região foram plantadas pelos gregos há 2.600 anos, e desde 1999 a região conta com o Centre de Recherche et d'Expérimentation sur le Vin Rosé, cuja missão é fazer pesquisas científicas e experimentais em rosés, entender terroirs e variedades, e disseminar boas técnicas de vinificação. ■

Empresário, escaneie esse QRcode e mude sua vida para sempre.



Rodrigo A. Fonseca é engenheiro, chef e sócio do restaurante francês Taste-Vin

UM CAFÉ, POR FAVOR!

Na terra dos cafés especiais, a capital de Minas Gerais abriga cafeterias para todos os gostos e públicos. Tem espaço para quem quer provar diferentes grãos e para quem deseja fazer uma refeição completa

▀ CAROLINA DAHER

O Brasil é o maior produtor e exportador de café do mundo. Na safra 23/24, a expectativa é colher 66,3 milhões de sacas. Minas Gerais, por sua vez, é dona de 54% da área plantada, ou seja, se o estado fosse um país, seria responsável pela maior produção cafeeira do mundo – o segundo maior produtor mundial é o Vietnã, que deve colher uma safra de 27,5 milhões de sacas. Assim sendo, podemos afirmar que ninguém entende mais de café do que a gente. E os grãos não podem ser reduzidos apenas às xícaras. O PIB de Minas Gerais, que representa a soma de todos os bens e serviços produzidos no estado, teve um expressivo crescimento de 4,4% no segundo trimestre de 2023, atingindo a marca de 258,1 bilhões de reais. De acordo com a Fundação João Pinheiro, instituição de pesquisa vinculada a Secretaria de Planejamento, esse desempenho foi impulsionado pelo agronegócio, especialmente pela safra de café, que cresceu 23% em comparação com a temporada passada.

Na história, o café sempre teve um grande papel social. A primeira cafeteria que se tem registro surgiu em Constantinopla (atual Istambul), na Turquia, em 1475. Já na Europa, a primeira cafeteria foi a Botteghe del Caffè, no século XVII, que trouxe o hábito de moer e torrar o próprio café.

No Brasil, muitos movimentos políticos e intelectuais nasceram dentro de cafeterias como a Confeitaria Colombo, no Rio de Janeiro. Inaugurada em 1894, funciona até hoje e foi frequentada por nomes de peso como Olavo Bilac, Rui Barbosa e Chiquinha Gonzaga.

Em Belo Horizonte, capital da terra do café, o movimento começou mais lentamente. Dizem que nunca falta um cafezinho fresco na mesa do mineiro e isso é a mais pura verdade. No entanto, o hábito de sair em busca de um bom café, principalmente os especiais, é algo relativamente novo para os belo-horizontinos. Não tem nem mesmo duas décadas essa história de cafeterias que tem como principal mote apresentar cafés especiais e métodos distintos de extrair a bebida. “É impressionante como o mercado mudou de quando começamos até hoje”, diz Adriene Cobra, cofundadora e sócia do OOP Café, aberto em 2016. Naquela época, lembra, existia o Café Kahlúa (fechado em 2020) e a Academia do Café, que abriu as portas em 2013. Era o início de um enredo que iria mudar a cara da cidade.

O consumidor precisou aprender que café ia além do tradicional, que aparecia como um item qualquer nas gôndolas dos supermercados. Era preciso explicar a origem, a diferença dos grãos, a qualidade das espécies. Um universo novo. Ana Elisa Saldanha, dona do Elisa Café, inaugurado em 2021, sentiu vontade de investir na área quando morou em Paris para estudar gastronomia na escola Ferrandi. Ao fazer estágio na Brasserie Thomieux, sua atenção voltou-se para fornecedor de café que atendia a casa. “O café era selecionado assim como qualquer outro ingrediente para o preparo de uma bela refeição”, lembra Ana Elisa, que também é formada em Engenharia de Alimentos. Um dia, enquanto participava de um brunch com uma amiga, foi surpreendida ao tomar um café coado. “Senti a doçura, acidez, um gosto de que remetia à fruta”, diz. Mais surpresa ainda ficou quando descobriu que o grão não só era brasileiro, como vinha de Minas Gerais. “Aquilo me incomodou muito. Fui pesquisar e me dei conta de que o negócio poderia ser ainda muito explorado no Brasil.”

Embora ainda incipiente, o mercado de cafés especiais tem crescido de forma acelerada no país. Segundo pesquisa feita pela consultoria Euromonitor, o consumo anual de café premium representa pouco menos de 10% do consumo total no setor. Esse consumo cresce 15% ao ano, enquanto o café tradicional aumenta 3,5%. “Definitivamente, o mercado de cafeteria em Belo Horizonte está em expansão. A crescente apreciação pelo café de qualidade, junto com a diversificação dos gostos e preferências dos consumidores impulsionou o surgimento de novos empreendimentos e inovação no setor”, diz Karla Rocha, presidente da Abrasel-MG. Apesar de não existir uma CNAE (Classificação Nacional de Atividades Econômicas) específica para cafeterias, em BH se somamos lanchonetes, casas e chá, de sucos e similares o total é de 6.450 estabelecimentos.

As cafeterias se dividem em especializadas, não especializadas, premium, franquias, cafeteria brewery, cafeteria veganas e sustentáveis. Existem estabelecimentos que apostam no brunch, que virou um fenômeno na cidade há pouco mais de 2 anos. Outros, oferecem salas individuais ou coletivas para quem quer trabalhar, no melhor estilo coworking.

Esta matéria é sobre isso. Fizemos uma lista de estabelecimentos que ofertam diferentes tipos de serviço – desde os que apostam em grãos especiais e fazem uma pesquisa profunda sobre a origem e seus produtores, até aquelas que vendem um bom café, mas estão focadas em trazer outros elementos para a mesa. Café expresso, coado, gelado, com leite, servido com pão de queijo ou croissant... Não existe certo ou errado, o importante é você se sentir em casa. Vai um cafezinho aí?

Mocca Caffee & Meals

É inauguração atrás de inauguração. Depois de abrir uma unidade no edifício Amadeus Business Tower, na Savassi, o Mocca agora também faz sua estreia em um shopping. A cafeteria acaba de ocupar um espaço de 150 metros quadrados no BH Shopping, onde um dia foi a Starbucks. "Estamos em processo de expansão, com lojas em lugares e estratégias distintas. É um momento de avaliarmos as melhores oportunidades de negócio e, quem sabe, levar a marca para outras cidades e estados", diz Daniel Libânio, sócio ao lado de Karini Reis. A matriz, no Vila da Serra, continua sempre cheia. O Mocca atende bem quem quer trabalhar tomando um café ou ainda quem quer almoçar um executivo no capricho. Satisfaz também o público que quer fazer um lanche no meio da tarde ou fechar a noite com um jantar ou um sanduíche. O cardápio é

extenso. Na parte de brunch e lanches, o Benny do Mocca vem com pão brioche levemente tostado com ovos pochê e molho hollandaise (R\$ 44), por mais 11 reais, ainda é possível completar com salmão curado e limão siciliano. Entre os sanduíches, o Hermanos é um burger de carne, queijo cheddar, bacon, cebola caramelizada, maionese chimichurri e vem acompanhado de batatas fritas (R\$ 45). Daniel conta que o waffle de Nutella (R\$ 37) e a panqueca de doce de leite (R\$ 37) são os mais pedidos.

Entre os principais, na categoria Pasta & Riso, tem o vegetariano fettuccine alla burrata (R\$ 68). A pescada thai, pescada amarela ao molho cítrico de coco, abobrinha no missô e legumes ao gergelim (R\$ 71), é uma boa opção para quem quer sair do óbvio. Para os carnívoros, medalhão na crosta de cogumelos e baroa ao creme de cachaça (R\$ 99). O cardápio é assinado pela chef Giovanna Giannetti.

Já quando o assunto é café, ele pode ser preparado por cinco métodos diferentes. O que mais faz sucesso e o nitro cold, café gelado no qual é adicionado nitrogênio e a essência que o cliente escolher entre laranja, tangerina e limão siciliano (R\$ 19).

Fotos: Pádua de Carvalho



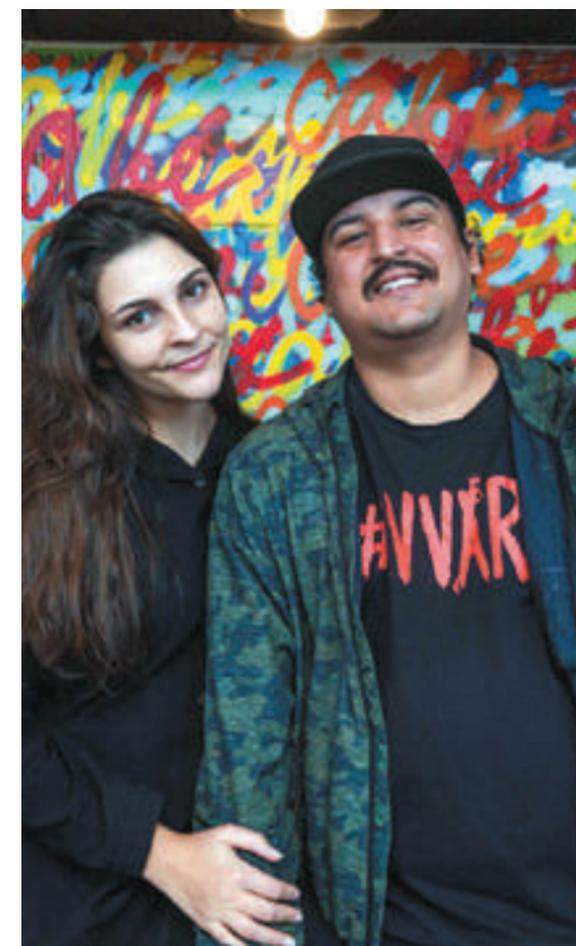
Fotos: Cadu Passos/divulgação



Café Magrí

Desde o início, o casal **Marília Balzani** e **Rafael Brito** desejava ter um espaço que valorizasse o café a comida em pé de igualdade, com rastreabilidade e proximidade com os produtores. Inaugurada em 2018, a cafeteria começou de uma forma discreta em Lourdes, num espaço que conseguia receber apenas 14 clientes por vez. Hoje, a casa tem duas unidades, uma no Mercado Novo, no Centro, e outra no Parque do Palácio, no Mangabeiras. Juntas, as duas têm capacidade para atender simultaneamente 300 pessoas. "E ainda pensamos em expandir. Queremos uma casa ou uma loja de porta com a rua", diz a sócia. Enquanto Rafael cuida da cozinha, Marília é a especialista na bebida. A seleção de cafés não segue um padrão. Normalmente, são duas ou três opções por semana. Os grãos vêm de diferentes regiões do país. "Hoje em dia ter um bom café é básico, queremos ter um café incrível, que surpreenda", explica Marília, que procura fazer preparos que valorizem a bebida e agradem pelo paladar sem precisar ficar contando muita história. Ela dá como exemplo o cold brew de robusta amazônica, que tem ganhado destaque na carta: "É complexo, potente e fala por si só."

As duas unidades têm perfis distintos. Enquanto o Mercado Novo é o lugar escolhido pelos mais descolados, com perfil mais jovem e noturno, o Palácio atrai quem não tem pressa e quer aproveitar a paisagem linda com a família e amigos. O cardápio se divide entre Almoço; Brunch; Cafés, chás & chocolates; Pra comer; e Pra beber. Com o uso de produtos sustentáveis e sem conservantes, o menu é sazonal. O prato mais pedido está na categoria brunch: combo Dalí, com ovos mexidos, servidos com fatias de pão de fermentação natural e fonduta de queijo artesanal d'Alagoa, tiras de bacon e uma bebida, que poder ser café coado ou suco de uva verde (R\$ 45).



Natália Cavalcanti/divulgação



Fotos: GaMaciel/divulgação



Elisa Café

Ana Elisa Saldanha, que é formada em gastronomia na França pela Escola Ferrandi, escolheu o café como tema principal de seu trabalho por ser um ingrediente que a proporciona atuar desde o campo até a mesa. “Ele faz com que eu tenha contato com o agronegócio, com a origem e o consumidor. Ou seja, com toda a cadeia produtora”, diz. São três unidades: a loja de torra e a cafeteria, ambas na Rua Sergipe, e

a to go, que fica no edifício Statement, também na Savassi, inaugurada em março. Cada uma tem um perfil. A loja torra é onde são realizadas as provas de qualidade e possui, inclusive, um espaço para armazenagem de grãos verdes. Todos os cafés que chegam das fazendas são reclassificados e colocados em embalagem especial para que os grãos não troquem umidade com o ambiente. Depois são guardados resfriados. “Criamos um ambiente de estabilidade de temperatura para que o grão tenha uma vida sensorial maior”, explica. Já a cafeteria é considerada o grande laboratório, onde há o contato direto com o consumidor. Ali, há uma carta de coados do dia em que o cliente pode escolher qual grão degustar, seja por terroir, produtor ou secagem do grão

(R\$ 8). Preparados nos métodos gina ou aeropress, são oito opções, entre elas o da Fazenda Venturim, que é intenso e traz um sabor de chocolate e coco (R\$ 18). Para acompanhar, há menu com quitandas e refeições. “O objetivo com nossa cozinha é trazer referências que nos dão prazer como bolos e biscoitos”, diz. Muitas receitas são de família. O biscoito de queijo (R\$ 10), inclusive, é produzido pela mãe de Elisa na fazenda onde mora, em Pitangui. “É um processo artesanal. Ela compra o queijo e passa de 20 a 30 dias maturando. Os ovos vêm direto do galinheiro e são enrolados manualmente”, explica Elisa. A loja to go segue o propósito do nome, é um

serviço mais ágil, com comidas saudáveis para atender o meio empresarial.

A casa trabalha com onze produtores de café e a maioria está com Elisa desde a inauguração. Eles estão nas regiões Chapada de Minas (Vale do Jequitinhonha), Cerrado de Minas, Sul de Minas e Matas de Minas, além de Chapada Diamantina, na Bahia, e Serra do Caparaó e Córrego do Sabiá, ambas no Espírito Santo. Durante o ano, a cafeteria ainda traz de cinco a oito cafés diferentes no menu.



Belô Cafeteria

Tem brunch de domingo a domingo a qualquer hora do dia. “Meu desejo era exatamente ter um lugar em que a pessoa pudesse comer o que sente vontade a qualquer momento”, diz a proprietária **Juliana Castro** (à esq.), que inaugurou a casa logo no início da pandemia. Como já nasceu com esse intuito de ser uma casa de brunch, Juliana conta que o foco principal da casa é na comida, mas “um bom café é o complemento essencial para os nossos pratos.” Com duas unidades em Belo Horizonte e uma de que deve

ser inaugurada ainda esse semestre em São Paulo, a Belô tem como chef **Andreza Luisa**, campeã do reality show The Taste Brasil e eleita chef revelação por Encontro Gastrô – O Melhor de BH 2021. “Sentimos que faltava um lugar bem mineiro por lá. A nossa ideia é criar, nesse primeiro negócio fora, uma casa modelo e levar o negócio para todo o Brasil”, diz Juliana.

O cardápio tem desde refeições completas até sobremesa. Uma das opções para quem quer apenas comer algo mais leve é a salada de atum oriental, com atum selado, mix de folhas, molho oriental, castanhas e frutas secas

(R\$ 59). Numa pegada mais mineira, o arroz de galinha é um arroz melado de frango com quiabo e sobrecoxa grelhada (R\$ 47). Na seção brunch, o combo Uai Sô é o mais pedido e é composto por pães de queijo, carne de panela desfiada, cebola caramelizada, requeijão com raspas, barbecue de goiabada, doce de leite e broa (R\$ 59). Entre os cafés, que vêm de dois produtores do sul de Minas, são mais de 15 opções de preparo. Fazem sucesso também os Milk and Coffee, como o milkshake Belô preparado com sorvete de creme, doce de leite Viçosa e crocante de biscoito de paçoca (R\$ 26).

Victor Schwaner/divulgação



Yury Oliveira/divulgação



Divulgação

Fotos: Tezza/divulgação



OOP Café

Em um dialeto africano, OOP quer dizer aberto. Daí veio nome, uma inspiração na África, território originário do ingrediente. Honrando seu significado, a cafeteria teve um importante papel na abertura do negócio de cafés especiais em Belo Horizonte. Inaugurada em 2016, em uma loja de 60 metros quadrados, desde o início a casa teve como principal missão apresentar cafés especiais para o público. Em 2017, a marca criou o seu próprio galpão de torrefação, no bairro Floresta. A responsabilidade pela torra fica a cargo do norueguês Eystein Veflingstad, especialista na área. “Essa é uma parte muito importante, porque a torra é uma assinatura, onde escolhemos como vamos trabalhar com aquele café”, explica a fundadora e sócia **Adriene Cobra**.

Hoje, são três unidades: a original, na Savassi; a que fica dentro do Inhotim, em Brumadinho, e a mais recente, inaugurada em fevereiro, localizada no 25º andar do edifício Dona Júlia Nunes Guerra, no Centro. O terraço tem vista para o horizonte e a Serra do Curral. “Além de acreditarmos na revitalização, estar no centro da capital do estado que mais produz café no mundo é um posicionamento de marca interessante”, explica Adriene. “E torna o ingrediente ainda mais acessível e democrático. Um bom café pode estar em qualquer lugar”, completa.

Se lá no comecinho a ideia era apresentar diferentes grãos e métodos de extração, isso mudou. Para Adriene, o método é apenas uma ferramenta, o que determina realmente a validação do produto é o grão em si. Na carta, são duas opções de coados do dia (R\$ 8). Há ainda V60 (R\$ 16), expresso (R\$ 7), além de outros clássicos como capuccino (R\$ 15) e macchiato (R\$ 12). Entre os gelados, que são dez opções, o fototônica é preparado com água tônica, xarope de gengibre e expresso (R\$ 15).

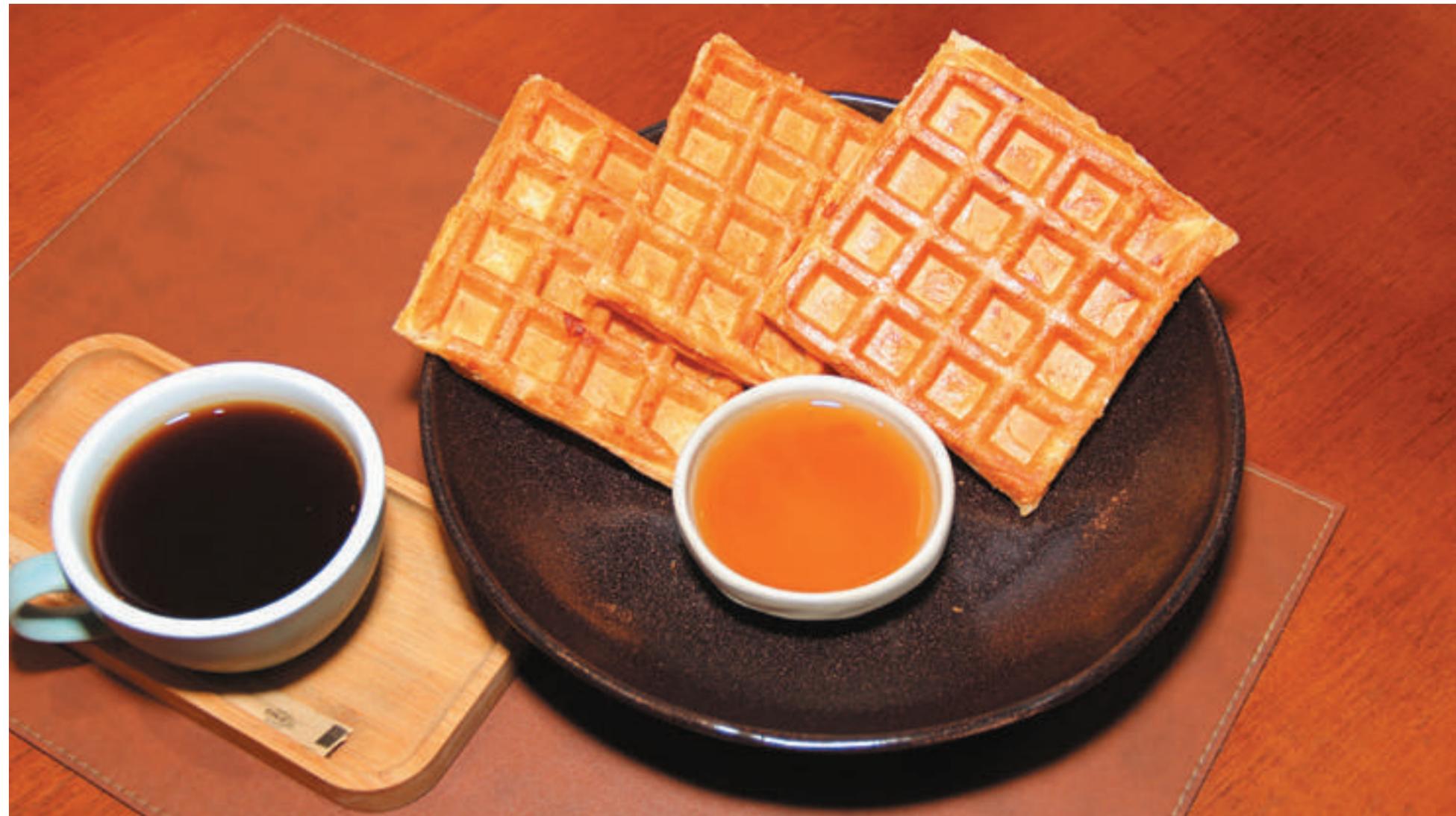
Com os anos de experiência, a equipe sabe muito bem como lidar com o público. Explicações longas sobre história e características só para quem pede. “A gente precisa entender que tipo de hospitalidade quer oferecer. Às vezes o cliente não quer ser nem acessado. Quer apenas um bom café”, diz Adriene. A carta de cafés é dividida em três linhas: Produtores, que trabalha com cafés mais elaborados e sazonais; Lugares, que busca valorizar a origem do café; e Slow Down, que oferece cafés para todos os paladares, que podem ser 100% arábica ou um mix de canéfora e arábica.



Thiago/divulgação



Fotos: Pádua de Carvalho



Borora

A marca já nasceu para ser uma franquia. Com a primeira unidade aberta em novembro de 2023, até o final do ano a ideia é ter oito espalhadas por BH e uma em São Paulo. Em um espaço moderno, a casa nem se define como uma cafeteria, já que também serve refeições e tem cinco salas individuais e duas coletivas para quem quiser trabalhar ou marcar reuniões no local. Para isso, a sala individual custa 80 reais por 4 horas que são revertidos em consumo. O café vem da Serra da Mantiqueira. "A gente compra os grãos verdes e faz a torra semanalmente para manter o gosto e o cheiro", diz **Eduarda Paixão**, que tem

como sócios **Hassan Lauar**, **Leonardo Sá**, **Vitoriano Dornas** e **Tiago Palhares** (na foto, da esq. para a dir.). O café é servido coado (R\$ 8) e expresso (R\$ 8), além gelado nas versões Expresso tônica (R\$ 24); Laranja mecânica, café expresso gelado com uma dose de suco de laranja (R\$ 20); e Trio mineiro, com leite, geleia de goiabada, café e gelo (R\$ 20). Há ainda a opção de smoothie Rio Purus, preparado com expresso, leite de castanhas, pasta de amendoim, whey de chocolate, banana e gelo (R\$ 21).

A identidade de marca é toda em cima da cultura brasileira, incluindo aí a culinária. "Acreditamos em uma comida limpa, o mais natural possível e que seja gostosa, mas nutritiva e focada em saúde", diz Eduarda. Como exemplo, a omelete Mata Atlântica é preparada com

espinafre, pimentão e queijo da Canastra (R\$ 29). Até as gostosuras seguem a mesma linha, o bolo de cenoura vem coberto com calda de chocolate ganache 70% (R\$ 21). A parte de açáis também faz sucesso para quem não abre mão de uma alimentação mais balanceada. Vindo diretamente do Pará, o preparo não leva nenhum tipo de conservante, além de ser adoçado com melado de cana. Vem como acompanhamento banana, morango e fitas de coco (R\$ 36). Ao todo são cinco pratos executivos, incluindo o Ancho Marabá, bife angus, mandioca assada, brócolis, cenouras, milho e cebola crispy caramelizada (R\$ 49). Já o Salmão Noronha é preparado com salmão grelhado, arroz 7 grãos, tomate cereja confitado, vagem, brócolis e berinjela (R\$ 62).



Fotos: Divulgação



Pão do Furtini

Rodrigo Furtini trabalhava como designer na prefeitura de Belo Horizonte há mais de uma década quando, em 2018, resolveu fazer um curso de panificação. Foi amor à primeira massa fermentada, naturalmente. Montou uma mini padaria em casa e passou a vender seus produtos para amigos e vizinhos. Logo depois, começou a dar aulas. Recebia pequenos grupos em casa até que não deu mais. Foi quando abriu um espaço para cursos no icônico edifício Maletta, no Centro, em 2020, que acabou virando uma cafeteria há cerca de 1 ano. "Ali funciona mais como padaria, as pessoas podem tomar um café e comprar os itens prontos", explica Rodrigo. Alguns dos produtos que fazem mais sucesso são o pão semi-integral (R\$ 28, 700 gramas), pão com queijo Canastra (R\$ 40, 700 gramas) e a baguete tradicional (R\$ 12, 350 gramas). Também tem focaccias, brioche, croissant... Enquanto ainda estava estruturando a casa, Rodrigo se viu diante da oportunidade de abrir um novo espaço no Cidade Jardim. "Foi uma loucura! Tomamos muito tapa na cara até aprender", brinca. A nova unidade funciona como uma cafeteria completa e atrai o público com seu brunch. A casa é parceira da Nespresso e oferece alguns blends especiais como o expresso seleção Guatemala (R\$ 7) e expresso Alta Gastronomia, com grãos vindos do Nepal, Galápagos e Índia (R\$ 9). Para comer, os toasts são os mais pedidos. Os de salmão aparecem nas versões com cream cheese (R\$ 34) e com guacamole (R\$ 35). Já na categoria brunch, o combo que leva o nome da casa vem com ovos cremosos, pães, iogurte, suco de laranja, expresso e uma sobremesa (R\$ 65). Tem ainda o clássico Croque-monsieur (R\$ 28) e omelete com shimeji, azeite trufado e pão do dia (R\$ 30). Na parte de doces, o brownie com calda de caramelo ou Nutella (R\$ 16) é hors-concours. E tem novidade vindo aí. "Esses espaços já ficaram pequenos. Dentro de uns três meses vamos mudar para uma casa linda, histórica, de 420 metros quadrados, no Santo Antônio", diz Rodrigo, que tem como sócio Bernardo Mosci. O novo endereço fica na rua Carangola, esquina com Primavera. ■





Ayumi Takizawa e Aline Prado



Pedro Lobo, Leonardo Rocha, Aline Prado, Leonardo Ximenes e Elam Moura



Rafaela Lôbo e Gustavo Marquezini



Carla Azevedo e Bruno Paula



Ricardo Laudares e Elam Moura



Nega Kelly



Elam e Família (Tainá Moura, Elam Moura e Maria Carolina Marcelino)



Solange Barbosa e Helder Rezende



Marjorie Lessa, Claudio Calixto e Bruno Saldanha



Marcone Cassimiro e Claudia Cavalcante

NOVO ESPAÇO DE EVENTOS

O grupo Marchê abriu, no centro, o Complexo CentoeQuatro, espaço de eventos com 3,4 mil metros quadrados capaz de receber até 1.150 pessoas. Inaugurado em 1908, o prédio, localizado na Praça Rui Barbosa, integra o Conjunto Paisagístico e Arquitetônico da Praça da Estação. Tombado desde os anos 1990, o CentoeQuatro abrigou uma das primeiras fábricas de BH e preserva algumas de suas características originais. Fotos: Mateus Moreno/Divulgação.

Muito Além



do mascote que você conhece.

A Emive agora faz parte de um ecossistema de soluções digitais em segurança.

São diversos produtos e serviços que vão do alarme monitorado a sistemas de inteligência artificial para análise de vídeo. Hoje, somos muitos, propagando os valores que você já conhece.

É você protegido, onde nem imagina.

emivesegurancaeletronica
emive.com.br
0800 004 2828



Uma empresa
EMIVE



Aprendendo a esperar

Até algum tempo atrás, não tínhamos escolha. Éramos obrigados a esperar o tempo todo. Esperávamos na fila do banco, do supermercado, da padaria. Esperávamos o telefone tocar, o filme estar disponível na locadora, os retratos serem revelados... Nascíamos sabendo que era assim que funcionava e (acho que) ninguém nunca teve um ataque de ansiedade por causa de toda essa espera. Era natural, a gente crescia assim.

Agora tudo ficou mais fácil. A gente paga conta com o celular, faz supermercado pelo aplicativo, as fotos já estão ali no momento em que são captadas... Isso tudo é muito bom, mas o que parecia ser um antídoto para a ansiedade, na verdade a ampliou. Hoje, qualquer espera é demais, queremos tudo imediatamente.

Quando mandamos uma mensagem pelo WhatsApp, por exemplo. Mal terminamos de enviar e já ficamos ali, esperando uma resposta, que se demora cinco minutos já é tempo demais, uma falta de educação, um descaso.... Imagina se fosse como antigamente. As pessoas se comunicavam por cartas, era preciso escrever, enviar, esperar chegar ao destinatário, esperar que ele respondesse, esperar que o correio entregasse... E mesmo quando vieram os e-mails, precisávamos esperar a pessoa ler e responder, o que não sabíamos quando seria.

Se nós, que vivemos essa transição já nos sentimos incomodados com essa espera, imagina quem já nasceu com tudo instantâneo?

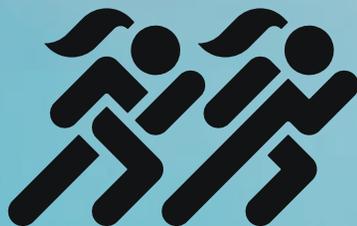
Esse é o caso da minha filha. Ela não sabe esperar. Não aprendeu. Nunca teve um motivo para isso. Quer uma comida que não tem em casa? É só pedir pelo app do supermercado, em poucos minutos chega. Quer ver uma amiga? Não precisa esperar até encontrá-la, basta fazer uma chamada de vídeo. Sabe que o que quiser assistir está disponível na televisão, a qualquer momento.

Por isso, quando, por alguma razão, precisa esperar, seja por uma imposição do horário de ver TV, o período de uma viagem, ou um prato ser preparado no restaurante, ela fica muito impaciente. Fala que está demorando, que não tem nada pra fazer (mesmo tendo brinquedos, lápis de cor, livros, tudo previamente preparado para entretê-la durante aquele período), que não gosta de esperar.

Então resolvi voltar no tempo um pouco, para que a Mabel aprendesse. Apresentei "Detetives do Prédio Azul", um seriado nacional que eu sabia que ela ia amar e que eu achava que só existia na TV aberta. Ela amou, viciou, quer ver todos os episódios já filmados, e é o que está fazendo há meses, a cada vez que chega o horário de ver TV. E, apesar de depois eu ter descoberto que tem todas as temporadas também em streaming, continuo fingindo que não sei essa informação, para que ela tenha que esperar pelo menos aquele tempinho dos comerciais, como precisávamos fazer antigamente... Aquela pausa interrompia a diversão, geralmente na melhor parte, mas pelo menos nos fez aprender que a espera pode ser chata, mas vale a pena.

"A gente paga conta com o celular, faz supermercado pelo aplicativo, as fotos já estão ali no momento em que são captadas... Isso tudo é muito bom, mas o que parecia ser um antídoto para a ansiedade, na verdade a ampliou"

Se isso vai fazer com que ela seja um pouco mais paciente, não sei. Vou ter que esperar para ver o que o vai acontecer no futuro com essa geração tão imediatista. Só não sei se vou aguentar esperar até lá, já estou ansiosa pra saber! É, acho que eu também estou precisando assistir a uns programas na TV aberta... ■



25ª EDIÇÃO

encontro Delas CAIXA



CONQUISTAR O MUNDO COM
E É COISA
DELAS

PATROCÍNIO



APOIO



REALIZAÇÃO



PROMOÇÃO



CENTRO MÉDICO BIOCOR REDE D'OR

Reconhecido pela sua excelência, o Biocor Instituto amplia o cuidado com você por meio do seu Centro Médico. Além de possuir um corpo clínico altamente qualificado e instalações modernas, a unidade atende aos principais convênios.

Especialidades Clínicas e Cirúrgicas

- Angiologia
- Arritmia e Eletrofisiologia
- Cardiologia
- Cardiopediatria
- Cir. Cabeça e Pescoço
- Cirurgia Geral
- Cir. Torácica
- Cir. Plástica
- Cirurgia Vascular
- Clínica Médica
- Coloproctologia
- Dermatologia
- Endocrinologia
- Endocrinologia Pediátrica
- Gastroenterologia
- Geriatria
- Ginecologia
- Hematologia
- Mastologia
- Nefrologia
- Neurologia
- Neurocirurgia
- Oftalmologia
- Ortopedia
- Reumatologia
- Otorrinolaringologia
- Urologia



biocor.com.br
 (31) **3289-5040**
3003-3230

Horário de Funcionamento do Centro Médico:
 7h às 19h, segunda a sexta-feira.

**Alameda Oscar Niemeyer, 217 -
 Bairro Vila da Serra Nova Lima - MG**