

Mais

ANO IV - Nº 50 - Março 2017

www.revistamais.com

CONVERSA REFINADA

Conheça a major Daniela Lopes Rocha, a primeira mulher a comandar o Batalhão de Operações Aéreas (BOA)

BOM EXEMPLO

Moradores de rua da capital mineira recebem banho quente em projeto social

Caminho do ouro

Mais um importante ponto da extração do ouro no século XVIII é descoberto em Ouro Preto, na região Central do Estado. Conhecido como Minas do Palácio Velho, espaço foi aberto para visitação em julho de 2016 e já recebe 900 turistas por mês.



A sua nova
opção em
**Concessionária
de Motos**
ainda mais
completo!

Motos Novas | Seminovas
(Diversas Marcas)

Oficina e Peças Multimarcas

Acessórios

Box Rápido

Alinhamento de Chassi

COMPRA | VENDA | TROCA | CONSIGNAÇÃO



BANDEIRANTES
MOTORS
Concessionária e Oficina Multimarcas | Peças e Acessórios

(31) 2571 2895 | 2571 5690 | 2571 2937
(31) 3544 9725 | 3544 9726

Av. Edméia Matos Lazzarotti, 2.770, Ingá Alto - Betim | MG



YAMAHA

Respeite o sinalização de trânsito.





“Pele lisinha e
sempre bonita
também!”

Shopping Del Rey
BH/MG

(31) 3415-7725

(31) 3473-3782

(31) 9 7173-6603

Shopping Estação
BH/ MG

(31) 3118-9761

(31) 3118-9763

(31) 9 8431-2535

Shopping Partage
Betim/MG

(31) 3117-1425

(31) 3117-1426

(31) 9 9883-2613

Geraldo Eugênio de Assis



Minas de muitos mistérios

Cidade berço da arte barroca no Brasil e do Ciclo do Ouro em Minas, Ouro Preto ainda guarda muitos mistérios em suas terras. Mistérios que revelam parte da história e da cultura do povo brasileiro. Um deles foi recentemente desvendado para turistas do Brasil e do mundo com a abertura de uma nova mina no município. A reportagem da revista **Mais** foi conferir in loco e desvendou as Minas do Palácio Velho, um dos principais pontos de extração de ouro no país durante o século XVIII e que foi aberto para visitação em julho do ano passado. Percorrendo os 300 metros de extensão do espaço, cuja estrutura feita para a atividade extrativista permanece intacta, é de se admirar o manejo que os escravos tinham em relação ao ouro. Eles o retiravam dos blocos de quartzo e sabiam identificar o quanto as pedras poderiam oferecer do mineral. E, se em uma pedra de 25 gramas de quartzo era possível extrair a mesma quantidade de pó de ouro, conforme explicou à reportagem o guia do local, Gustavo Pereira Barbosa, pode-se ter uma noção de quanta riqueza existiu naquele subsolo séculos atrás.

As minas surpreendem por suas belezas, mas também nos provocam uma reflexão profunda de como eram tratados os negros. Algo que nos regride a um passado cruel e degradante. Visitando locais como esse e conhecendo de perto as atrocidades que eram cometidas contra eles, acredito que várias pessoas passam a reavaliar seu posicionamento na sociedade. Para se uma ideia do sofrimento a que eram submetidos, os mais altos dos negros eram castrados a fim de que não gerassem filhos altos. Portanto, os escolhidos para trabalharem na região mineradora normalmente eram os mais baixos, pois isso facilitava a locomoção no interior dos túneis. Um escravo baixo na época chegava a custar 1,8 kg de ouro, o dobro de um comum. Vale a pena ler toda a reportagem para se inteirar da história e da cultura impetradas nas paredes e no solo ouro-pretanos.

E, nesta edição, trazemos uma novidade: nosso espaço de notas, dedicado a pincelar novidades e fatos que acontecem em Betim e região e que podem mudar para melhor a rotina dos moradores da população, como é o caso do Top Táxi Betim, app de táxi lançado em março na cidade e que promete oferecer descontos mais baixos que a concorrência. Enfim, é um espaço que também oferecemos aos leitores, para que divulguem projetos e ações relevantes na sociedade, capazes de fazer a diferença na vida de alguém.

E, por falar em fazer a diferença, nada mais propício do que ressaltar aqui o projeto social Banho de Amor, iniciativa que leva um pouco de dignidade em forma de banho quente a moradores de rua de Belo Horizonte. Desde janeiro, a ação social acontece toda terça-feira na praça da Estação, onde centenas de pessoas em busca de uma oportunidade se reúnem para usufruir do carinho e da atenção que 15 voluntários se dedicam a ofertar. Parabéns aos idealizadores da iniciativa, que também ocorre em capitais como São Paulo e Recife.

São ações como essa que nos motivam a seguir reportando acontecimentos e histórias de luta a fim de difundirmos boas-novas, amor e paz pelo mundo! Que assim seja! Boa leitura! ■

“As minas surpreendem por suas belezas, mas também nos provocam uma reflexão profunda de como eram tratados os negros. Algo que nos regride a um passado cruel e degradante. Visitando locais como esse e conhecendo de perto as atrocidades que eram cometidas contra eles, acredito que várias pessoas passam a reavaliar seu posicionamento na sociedade.”

Edição 49





Diretor-geral | Geraldo Eugênio de Assis
geraldoassis@assispublicacoes.com.br
Editora | Efigênia Dusk
efigeniadusk@gmail.com
Redação | Efigênia Dusk, Iêva Tatiana, Lorena Scafutto,
Patrícia Giudice e Sara Lira
redacao@assispublicacoes.com.br
Projeto Gráfico e Diagramação | Roger Simões
rogersimoes@assispublicacoes.com.br
Equipe de fotografia | Diogo Antunes, Elvis de Paula e Samuel Gê
Comercial | Sabrina Bittencourt
Financeiro | Gisleny Lopes
Revisão | Efigênia Dusk
Impressão | Gráfica Del Rey
Distribuição | Sabrina Bittencourt
Tiragem | 10 mil exemplares

Uma publicação da Autogestão, Publicidade e Consultoria Ltda.
CNPJ: 02.841.570/0001-30
Telefone.: (31) 3593-0042

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

A reprodução total ou parcial de textos, fotos e artes é proibida sem autorização prévia.

A **MAIS** não se responsabiliza por textos opinativos assinados.

"As opiniões expressas nos artigos assinados são de responsabilidade de seus autores.
Informes publicitários são de responsabilidade das empresas que os veiculam, assim como
os anúncios são de responsabilidade das empresas anunciantes."

Os valores citados nesta edição estão sujeitos a alteração sem aviso prévio.

www.revistamais.com

 facebook.com/RevistaMaisBetim

 [@revista_mais](https://instagram.com/@revista_mais)

 [@Mais_Betim](https://twitter.com/@Mais_Betim)

Se você quer enviar alguma dúvida, sugestão de matéria ou opinião a respeito de algum assunto para esta seção, entre em contato pelo endereço contato@assispublicacoes.com.br



CROSS HITT
(treinamento funcional)
PILATES
TÊNIS (quadra de saibro)

Com tanta novidade, todos da casa vão querer malhar.

Natação
Hidroginástica
Hidroterapia
Musculação

Novas turmas e pacotes promocionais.
Agende uma avaliação e garanta já a sua vaga. No Boleágua tem opção pra família inteira ficar em forma!

NOVIDADE:
T.E.B (treinamento esportivo básico)
7 a 12 anos.

3531.3783 Bairro Filadélfia . Betim

BoleÁgua
FITNESS



8 CONVERSA REFINADA

Corpo de Bombeiros de Minas tem primeira mulher no comando do Batalhão de Operações Aéreas (BOA)

14 COMPORTAMENTO

Carência em excesso pode significar dependência emocional e precisa ser tratada, diz psicóloga

16 CULTURA

Fórum Hip Hop e Casa do Hip Hop Taquaril são duas grandes conquistas obtidas pelo movimento

18 ESPORTES

Dupla destaque no mineiro em 2016, Hercília Najara e Adney Rocha se preparam para subir no pódio

32 TALENTO

Retratando personagens do Brasil e do mundo, Atacir Costa reafirma sua paixão pela arte

34 BOM EXEMPLO

Projeto social Banho de Amor resgata a dignidade de moradores de rua da capital mineira

38 HOMENAGEM

Professor Giezi Reginaldo ultrapassa as portas da sala de aula para oferecer conhecimento aos alunos

40 MÃOS QUE BRILHAM

Luciana Vogel apresenta sua arte, com a qual quer transformar vidas



22 CAPA

Conheça as Minas do Palácio Velho, mais uma fonte importante de extração de ouro descoberta na histórica Ouro Preto



VAMOS CLAREAR A PELE?

DURANTE O VERÃO, as atividades ao ar livre são inevitáveis e muito prazerosas. A pele sente os efeitos do excesso da exposição solar com o surgimento ou a piora de manchas escuras na face e nas áreas mais expostas ao sol, como colo, braços, pernas e mãos, as quais muito incomodam.

O melasma é a forma mais comum dessas manchas, sendo agravado pela exposição solar. É bastante comum, acometendo homens e mulheres na fase adulta. Sem tratamento adequado, essas manchas tendem a aumentar bastante em extensão e também em número, podendo ser bastante escuras.

Tratar as manchas adquiridas ou exacerbadas durante o verão é uma prática comum nos consultórios dermatológicos nos meses mais frios. Existem diversas opções para todos os tipos de pele.

Os peelings químicos, associados aos físicos, têm eficácia comprovada no clareamento da pele, ativando a renovação celular, melhorando a textura e suavizando rugas finas.

A Luz Intensa Pulsada (IPL), através da emissão luminosa, também é utilizada no tratamento das manchas solares, com inúmeros benefícios para a pele, sendo um método já consagrado na dermatologia.



O Laser Spectra é o que há de mais novo e menos agressivo, conferindo uma maior comodidade ao paciente, pois não causa descamação ou vermelhidão, é praticamente indolor e muito rápido, motivos pelos quais vem ganhando cada vez mais adeptos. Trata-se de um laser desenvolvido para clarear diversos tipos de manchas na face e no corpo, até mesmo tatuagens.

O Peeling a Laser e o Photopeeling são métodos em que se associa mais de um tipo de procedimento no mesmo dia a fim de otimizar o resultado de cada sessão.

Em todos os tratamentos, é imprescindível ter uma proteção solar adequada e seguir as orientações rigorosamente, assegurando, assim, bons resultados.

Converse com seu dermatologista! Do verão, devemos guardar apenas as boas lembranças. É hora de desmanchar! ■

Dra. Adriana Lemos CRM 32011 | Membro da Academia Brasileira de Dermatologia e da Sociedade Brasileira de Laser em Medicina e Cirurgia | Diretora Clínica e Administrativa da Clínica Yaga - Saúde, Beleza e Bem-Estar | adrianalemos.com | [@dra.adrianalemos](https://twitter.com/dra.adrianalemos) | adriana@yaga.com.br | yaga.com.br | [@clinicayaga](https://www.instagram.com/clinicayaga)

**R P**
SISTEMAS DE
REFRIGERAÇÃO **LG**  **Carrier**  **Springer**  **Midea** **HITACHI** 

Manutenções corretivas e preventivas Instalações e venda de ar condicionado.

Trabalhamos com profissionais altamente qualificados e preparados para atender a todas as necessidades de nossos clientes.

AGENDE JÁ UMA VISITA

☎ 31 3032 - 3205
9 7566-0233 

f RPSISTEMASDEREFRIGERACAO

@ RPREFRIGERACAO@EMBETIM.COM

🌐 RPREFRIGERACAO.EMBETIM.COM

📍 RUA RIO DE JANEIRO, N° 1.015 - JD. BRÁSILIA - BETIM



No comando do BOA

Efigênia Dusk

Há 23 anos no Corpo de Bombeiros de Minas Gerais, a major Daniela Lopes Rocha, de 41 anos, é a primeira mulher a assumir o comando do Batalhão de Operações Aéreas (BOA). Ela, que é graduada em direito e em ciências militares, além de possuir várias especializações no currículo, iniciou na nova função no começo de fevereiro último. E essa não é a primeira vez que Daniela se destaca pelo pioneirismo. Ela é integrante da primeira turma de mulheres do Corpo de Bombeiros de Minas Gerais, tendo sido também a primeira mulher a se

tornar piloto de helicóptero da corporação, ainda em 1995, quando conquistou o primeiro lugar na seletiva para novos pilotos. Ela revela que considerou a nomeação uma grande conquista e que se sente duplamente gratificada: primeiramente por fazer parte da primeira turma de mulheres, a qual foi responsável por derrubar barreiras na corporação e provar que poderiam exercer qualquer atividade no Corpo de Bombeiros; o segundo motivo é ter a oportunidade de comandar um batalhão de cuja criação participou. Segundo a major, muitas ações já estão sendo desenvolvidas sob seu comando, mas “ainda é cedo para divulgar”.

Que tipo de trabalho mais realizou no Corpo de Bombeiros?

Durante 23 anos de serviço, passei por diversas unidades e desenvolvi diferentes trabalhos. Fui soldado no 1º Batalhão de Bombeiros, na época denominado 1º Grupamento de Incêndios. Como tenente, fui comandante de pelotão no 3º Batalhão de Bombeiros, trabalhei na Diretoria de Contabilidade e Finanças, na Ajudância Geral, no Estado Maior, e, agora, assumi o comando do BOA, além de ter realizado vários cursos, como os de formação de soldados, emergências médicas, formação de oficiais, bombeiros para oficiais, piloto privado e piloto comercial de helicópteros, comandante de operações aéreas, bem como especializações em políticas públicas; normalização de medidas contra incêndio; pânico e explosões; gestão estratégica e políticas públicas; e ciências jurídicas.

Sempre trabalhou em BH?

Sim. Eventualmente, prestei serviços em outras localidades.

Você deve colecionar muitas histórias bonitas e emocionantes de salvamentos. Pode nos contar alguma?

São muitas histórias emocionantes, e cada uma nos marca de uma maneira diferente. Mas a maior emoção é sentir a gratidão de quem ajudamos e ter a satisfação imediata de saber que fizemos a diferença na vida de alguém.

PERFIL

Nome: Daniela Lopes Rocha

Profissão: Comandante do Batalhão de Operações Aéreas (BOA) do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais

Idade: 41 anos

Naturalidade: Belo Horizonte

Formação: curso de formação de oficiais e graduação em ciências militares e em direito

Família: casada com major Rômulo (também do Corpo de Bombeiros) e mãe de Ana Paula, de 16 anos, e de Rafael, de 8

Antes de se tornar bombeiro, você exerceu outra profissão? Se sim, qual?

Estagiei durante um ano como técnica em eletrônica, requisito para formatura no Cefet-MG.

5) Se não fosse bombeiro, o que gostaria de ser?

Gostaria de ser militar da Força Aérea. Enquanto criança, ser bombeiro não era uma realidade possível para mulheres, era uma profissão exclusivamente masculina. Então, apesar de ter tido e de ter brincado com carrinho de bombeiros, nunca imaginei que um dia eu faria parte dessa corporação. No entanto, na minha adolescência, vislumbrei a possibilidade de servir à Força Aérea. Para isso, eram exigidas algumas qualificações para as mulheres. Pensando nisso, fiz o curso técnico em eletrônica, tendo frequentado o último ano em 1993, quando abriu o concurso feminino para soldados no Corpo de Bombeiros de Minas Gerais. Fiz as provas aos 17 anos. Completaria 18 dois meses antes do início do curso de formação de soldados, que durou nove meses, durante o qual encontrei minha vocação e descobri a atividade que eu gostaria de fazer e que até hoje me satisfaz profissional e pessoalmente. Acabei não prestando o concurso para a Força Aérea.

Você é a primeira mulher a assumir o comando do BOA. Como recebeu essa notícia?

Recebi essa notícia com imensa satisfação. Para quem ingressou como soldado, exercer a função de comando de um batalhão é uma grande conquista. Mas dois aspectos me deixam especialmente gratificada. O primeiro é fazer parte da primeira turma de mulheres, a qual foi responsável por derrubar diversas barreiras na corporação e provar que poderíamos realizar qualquer atividade no Corpo de Bombeiros. O segundo é ter a oportunidade de comandar um batalhão de cuja criação eu participei. Fiz o primeiro curso destinado a formar os bombeiros que seriam os pilotos da Esquadrilha Arcanjo, antes mesmo da aquisição das aeronaves, e também atuei na estruturação inicial do batalhão.

Você já sofreu ou sofre algum tipo de preconceito por ser mulher e exercer uma profissão que é menos procurada sexo feminino?

Ao contrário: as pessoas ficam admiradas quando digo que sou bombeiro há 23 anos. Em relação à corporação, a entrada das mulheres em 1993 não foi encarada com tanta naturalida- >>



de pelos colegas. Ainda havia incerteza quanto à nossa capacidade para o desenvolvimento de diversas atividades, e esse primeiro curso funcionou como uma experiência para a definição de como seríamos empregadas (serviço administrativo ou operacional) e do que de fato poderíamos fazer. Os quartéis não estavam estruturados para receber mulheres, e as instalações precisaram ser adaptadas. Precisamos vencer vários desafios até provarmos nosso valor e estabelecer nosso papel na corporação. Mas entendo que, institucionalmente, não há preconceito em relação às mulheres. Hoje, não existem restrições quanto ao nosso emprego, e as mulheres já estão presentes em todas as áreas de atuação do Corpo de Bombeiros do Estado.

Fale-nos sobre o BOA. Qual é o papel dele, que tipo de ação executa, quantos profissionais são e qual a estrutura existente atualmente?

O Batalhão de Operações Aéreas, o BOA, completa em 2017 dez anos de operação. Nossa esquadrilha é formada por dois helicópteros – o AS350B2 (Esquilo) e o EC-145 (aeronave biturbina pertencente à Secretaria de Estado de Saúde

(SES) e operada pelo Corpo de Bombeiros, que atua com UTI móvel, podendo transportar até dois pacientes simultaneamente. Além disso, contaremos, no segundo semestre, com mais duas aeronaves AS350 B3, que serão adquiridas pela Secretaria de Saúde para a operação por parte do Corpo de Bombeiros. A equipe é composta por 43 militares, entre pilotos, tripulantes operacionais, equipes de apoio de solo e mecânicos, atuando em Belo Horizonte e em Varginha, bem como uma equipe médica diária do Samu, formada por um médico e um enfermeiro em cada base. Esses profissionais, juntos, desenvolvem operações de busca e salvamento, atendimento pré-hospitalar, combate a incêndios e ações humanitárias, entre outras atividades. Estão em processo de formação mais 13 pilotos.

Você assumiu em fevereiro o cargo. Já tem um balanço de suas atividades ou ainda é cedo para divulgar?

De fato, assumi o cargo no dia 6 de fevereiro. Ainda é cedo para divulgar, mas muitas ações estão em andamento, e espero ter novidades até o fim do ano. »

Doce Mistura

Produtos Artesanais



Faça suas
encomendas de
Páscoa
com a gente.

Irresistíveis ovos de colher
e outras delícias

☎ (31) 98557-3146

📷 @docemistura

📱 docemistura.official



YAGA
SAÚDE | BELEZA | BEM ESTAR

Estamos maior e melhor para promover mais
saúde, beleza e bem estar, do jeito que você merece!

■ **DERMATOLOGIA**
ESTÉTICA | CLÍNICA | CIRÚRGICA | PEDIÁTRICA

■ **TERAPIA CAPILAR**
QUEIDAS | RESTAURAÇÃO CAPILAR

■ **NUTROLOGIA**
ESPORTIVA | MODULAÇÃO HORMONAL | EMAGRECIMENTO

■ **ESTÉTICA INTEGRADA**
FACIAL | CORPORAL

■ **REJUVENESCIMENTO ÍNTIMO**
CLAREAMENTO | VOLUME | FLACIDEZ | DEPILAÇÃO

■ **NUTRIÇÃO**
ESPORTIVA | FUNCIONAL | CLÍNICA | COACHING DE EMAGRECIMENTO

f /clinicayaga
@ yaga@yaga.com.br



yaga.com.br

31 2571-2575
31 98524-2086
Av. JK 474, Centro-Betim/MG



E para o futuro? Tem algum projeto de mudança para a melhoria dos trabalhos?

A corporação tem planos de crescimento com objetivo de estar presente nos municípios mineiros com mais de 30 mil habitantes. Esse plano contempla a abertura de novas bases do BOA no interior do Estado, o que permitirá reduzir o tempo-resposta de atendimento ao cidadão mineiro, aumentando as chances de sobrevivência dos pacientes.

Antes do BOA, você já havia assumido o comando de algum posto?

Como tenente, tive a oportunidade de ser a primeira bombeiro em Minas Gerais a assumir o comando de um Pelotão Operacional e trabalhei no Estado Maior, que é a assessoria do comando da corporação, onde fui chefe da Sexta Seção, responsável pela administração dos recursos orçamentários e pela celebração de convênios do Corpo de Bombeiros de Minas Gerais.

Há boatos de que o BOA seria extinto. O que tem a dizer sobre isso?

Uma das grandes missões do Corpo de Bom-

beiros é prestar assistência ao cidadão que se encontra em situações de urgência ou emergência, cuja vida muitas vezes está em risco, e quase sempre é necessária uma intervenção especializada, com a utilização de equipamentos e de técnicas específicas, nos mais variados tipos de ocorrência, como combate a incêndios urbanos e florestais, salvamentos em enchentes, atendimento a diversas espécies de acidentes, especialmente em locais de difícil acesso e rodovias, possuindo em sua tripulação, além de bombeiros, equipe médica capaz de prestar na aeronave o atendimento que o paciente normalmente só receberia no hospital. O Batalhão de Operações Aéreas, por meio de suas aeronaves, possibilita a prestação de serviços nos municípios que ainda não dispõem de unidades de bombeiros, com curto período de deslocamento, e permite que pacientes acidentados em locais que não dispõem de assistência hospitalar adequada sejam conduzidos até outras cidades que possuam os recursos demandados. Então, acredito que o caminho natural é expandir o atendimento prestado pelo BOA, e não extinguir esses serviços. ■



Revestimentos: novidades e tendências para 2017

Na hora de construir ou reformar é preciso tomar várias decisões importantes.

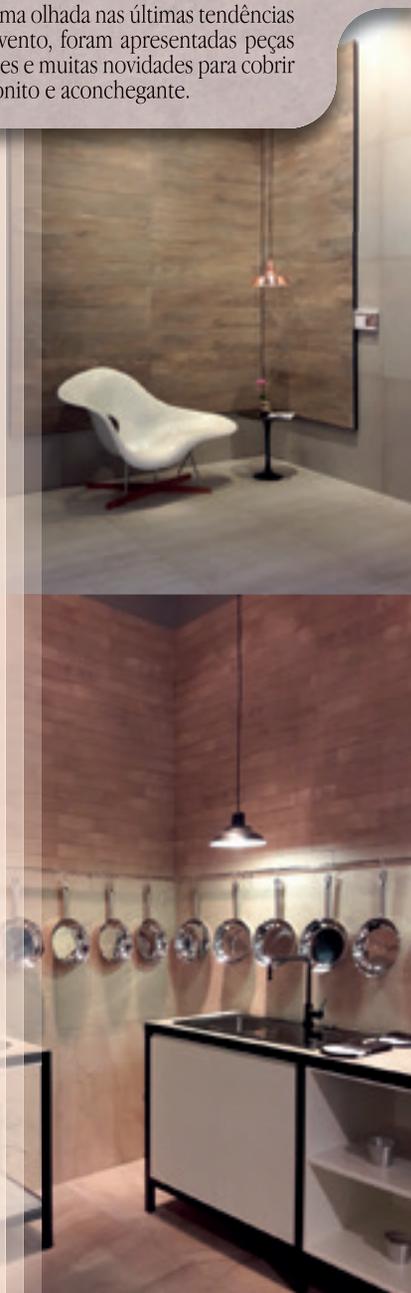
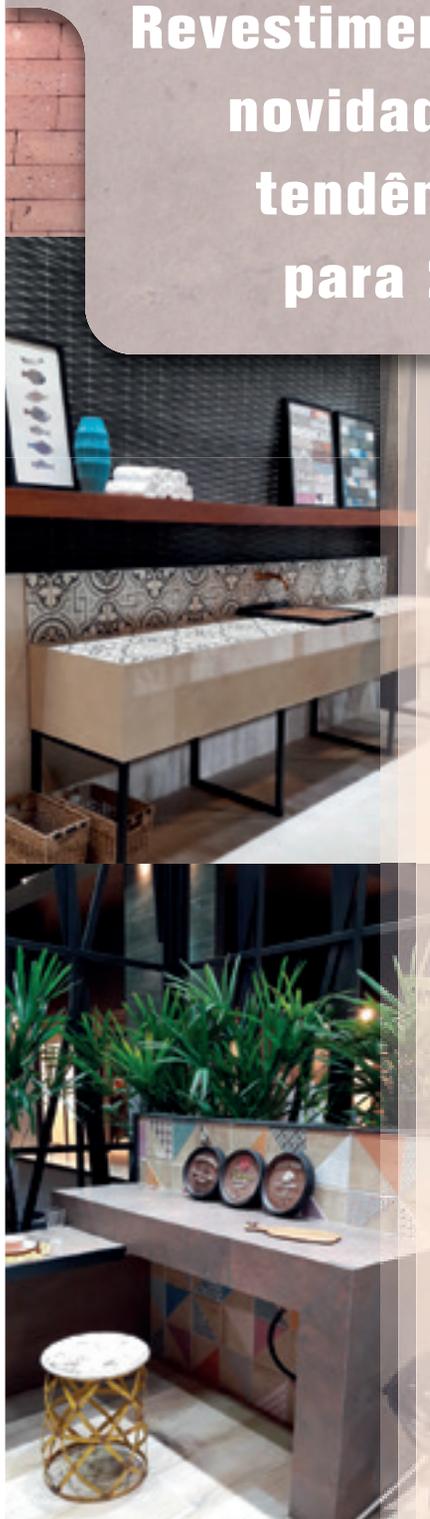
A escolha dos revestimentos é uma delas. Definir quais materiais, texturas e padronagens são mais funcionais para cada ambiente e harmônicas com o estilo de decoração nem sempre é uma tarefa fácil.

É preciso analisar as características de cada material, onde será instalado e seu efeito estético no conjunto da obra, já que esses revestimentos terão lugar cativo naquele espaço por um longo tempo.

Pra quem não sabe por onde começar, que tal dar uma olhada nas últimas tendências de revestimentos da EXPO REVESTIR 2017? No evento, foram apresentadas peças grandes, cores vibrantes, texturas e brilhos diferentes e muitas novidades para cobrir seus ambientes de personalidade e ter um lugar bonito e aconchegante.

- ◆ Revestimentos com aspecto de tijolos de demolição com veios ressaltados e toque metalizado.
- ◆ Reprodução de madeiras de lei perfeitas em porcelanatos com detalhes mínimos, como nós, ranhuras e pequenos defeitos ou em alto brilho.
- ◆ Porcelanato que reproduz tecidos/linho, causando o efeito aconchegante do papel de parede.
- ◆ Cimentício que representa a cor e o efeito do mármore.
- ◆ Porcelanatos em grandes formatos com evolução tecnológica, que permitem revestir, além do piso e da parede, mobiliários, mesas, bancadas e nichos.
- ◆ Pisos laminados com régua mais largas, de até 45 cm de largura.
- ◆ Laminados para revestimento de paredes – lisos ou estampados –, que podem ser aplicados em áreas molhadas e possuem tecnologia antimicrobiana, resistência mecânica a riscos, atritos superficiais e desgaste, bem como a manchas, umidade e altas temperaturas.
- ◆ Revestimentos inspirados nos tradicionais azulejos portugueses.
- ◆ Cerâmicas para fachadas com impressão em HD, que reproduzem imagens de pedras e outras estampas.
- ◆ Laminado e porcelanato, que representam o taco assentado em formato de escama de peixe, resgatando uma decoração vintage.

*Arquiteta e Urbanista | CAU 17227-8
sandra@sandraoliveira.com.br





Mayra Assis, de 22 anos, assume que já foi mais 'carente' e fez terapia e acupuntura para lhe ajudar no relacionamento com as pessoas, mas ainda assim o tio, Geraldo Assis, de 48, considera a sobrinha 'grudenta'

Grudento, eu?

Sentir-se carente em estados situacionais é comum. Quem nunca ficou mais exigente de atenção quando sofreu uma separação traumática? É preciso, entretanto, ficar atento quando esses sentimentos são permanentes.

Lorena Scafutto

VOCÊ AMA SEU COMPANHEIRO e seus amigos, faz tudo por eles e não se importa em colocá-los à frente de seus planos? Você até fica sozinho em casa, mas só acha graça em um programa quando eles estão com você? Quando estão longe, é impossível ficar sem contato por redes sociais e telefonemas? Você pode não ter se dado conta, mas há a possibilidade de você ser chamado de “gru-

mento” por aí. E se essa carência é acompanhada de ciúmes e de insegurança, é melhor ficar atento, pois você pode estar vivendo uma relação de dependência emocional.

Segundo especialistas, é comum todos nós passarmos por momentos de carência em um ou outro momento de nossas vidas, uma vez que esse sentimento é natural e até saudável. “Podemos dizer que há estados de carência, porém, é preciso atentar quanto à constância desse sentimento, pois, se ele

se apresenta como uma característica constante, pode comprometer a autonomia da pessoa”, explica a psicóloga Rosane Ruela, de 39 anos. “A carência afetiva afeta tanto homens quanto mulheres. Se o indivíduo apresenta baixa autoestima, considera-se inadequado e sem atrativos, faz coisas que não deveria apenas para manter a outra pessoa no relacionamento, exigindo dela uma atenção exagerada, e experimenta um grau de ansiedade intensa à medida que fantasia

a possível perda do outro, esse já é um indicativo de um processo de dependência emocional”, enfatiza.

Em grande parte das vezes, a pessoa não percebe esse desequilíbrio emocional, pois a carência pode ter tido origem no passado. “Na infância, principalmente, tanto a superproteção e o excesso de cuidados quanto as experiências emocionais não atendidas pelos pais podem ser responsáveis por esses desdobramentos. A dependência que se estabelece com os pais limita a capacidade do indivíduo, e, como consequência, seu bem-estar fica condicionado a outras pessoas”, afirma a psicóloga. Em outros casos, a pessoa se assume “grudenta” e compreende a possível origem dessa característica. Esse é o caso do engenheiro Lucas Medeiros, de 26 anos, que se assume “grudento” desde a infância. “Pensei que isso fosse mudar quando eu crescesse, mas não. Eu continuo ‘grudento’. As pessoas sempre apontam essa característica em mim, mas, para ser sincero, eu não me importo. Acredito que a necessidade de carinho e de atenção está intimamente relacionada à relação com minha mãe. Sempre fui muito apegado a ela. Agora, que namoro, transferei esse sentimento ao meu relacionamento. Sem falar em amigas íntimas ao longo da vida, com as quais mantive relação forte: também era ‘grudento’”, afirma Lucas. O engenheiro, entretanto, tem uma visão positiva sobre essas características. “O fato de ser ‘grudento’ pode representar preocupação e necessidade de dar proteção. Sei que isso pode

FIQUE ATENTO!

- Caso você ou seu parceiro apresentem as características abaixo, talvez seja a hora de procurar um especialista:
- Dificuldade de tomar decisões simples ou complexas em todas as áreas de sua vida;
- Comprometimento da capacidade de perceber o outro como um ser individual, que tem direito a escolhas e limites.
- Falsa crença de que não consegue ser suficiente a si mesmo;
- Dependência e necessidade do outro para ser feliz;
- Incapacidade de manter relacionamentos longos.

Fonte: psicóloga Rosane Ruela

incomodar, e muito, algumas pessoas mas, até então, não me prejudicou a ponto de eu sentir necessidade de ajuda psicológica. Mas, se um dia eu perceber que preciso, não hesitarei em procurar”, conta.

Há ainda quem não se assume ‘grudento’, mas pode ser considerado assim por aí. “Eu já fui mais, digamos, ‘carente’, mas não considero minhas atitudes reféns de uma dependência emocional. Posso associar isso à imaturidade, talvez, por ser muito nova na época. Eu tive um período de instabilidade emocional, por volta dos 17 anos. Com o passar do tempo, entretanto, fui abrindo mão de algumas pessoas e coi-

sas. Acredito que as expectativas frustradas vão modificando o modo como encaramos tudo e todos. Duas iniciativas me ajudaram muito a melhorar esse lado: fiz tratamento com terapeuta e psicólogo durante quatro anos e passei por sessões de acupuntura,” afirma Mayra de Assis, de 22 anos. “Meu tio, contudo, me chama de ‘grudenta’. Isso porque eu vivo demonstrando carinho, abraçando-o e beijando-o, para ver se ele amolece”, brinca a jovem. O tio, Geraldo Eugênio de Assis, de 48 anos, confessa que se preocupa com as outras pessoas, mas não curte esse ‘grude’. “Nunca fui de ficar abraçando e beijando demasiadamente. Gosto de minha companhia. E, para falar a verdade, curto a solidão às vezes. Fico dias em uma viagem sem a necessidade de uma pessoa a meu lado”, conta.

EFEITO INVERSO

Existe um ou outro casal que exige mutuamente atenção exagerada e dá certo, mas essa carência, quando é cobrada só de um parceiro, pode comprometer uma relação e provocar o contrário do que se propõe: o desequilíbrio do relacionamento. É o que ocorreu com a publicitária Clarice Nogueira Mota, de 25 anos, que, se percebe que o rapaz é “grudento”, afasta-se rapidamente. “Acho que não exigir atenção em demasia do outro vem com a maturidade e significa gostar de sua companhia e saber e curtir fazer coisas sem a companhia do outro. Eu, por exemplo, era bem ‘grudenta’ com minhas amigas e com ‘namoradinhos’ quando mais nova. Hoje, se a pessoa for ‘grudenta’ e quiser minha atenção integral, já sei que não vai dar certo. Ah, ser ciumento também não dá, pois acho que deve haver confiança em um relacionamento. Por isso, não vejo problema em sair, por exemplo, sem o namorado às vezes. Prezo muito meu espaço e minha liberdade”, arremata Clarice. “É estranho porque geralmente quem é ‘grudento’ não percebe que é. Então, às vezes, fica difícil tocar nesse assunto. Nesses casos, eu prefiro sair devagar da vida das pessoas”, revela.

Para Rosane Ruela, o comportamento imaturo do carente afetivo pode permitir que não haja um desenvolvimento da relação. “A exigência do excesso de cuidado e de dedicação exclusiva provoca um distanciamento da outra parte”, explica. ■

Arquivo pessoal



O engenheiro Lucas Medeiros, de 26 anos, assume-se ‘grudento’ desde a infância. Ele é amigo da publicitária Clarice Nogueira Mota, de 25 anos, que diz ter dificuldade de lidar com esse tipo de característica

PROGRAMAÇÃO

Segunda-feira
19h30 | oficina de breaking

Terça-feira
17h30 | Oficina de rap

Quarta-feira
19h30 | Oficina de breaking
e ensaio de rap Base Leste

Quinta-feira
17h30 | Oficina de rap
20h | Oficina de capoeira

Sexta-feira
20h | Rap na praça
Che Guevara

Sábado
16h | Oficina de capoeira

ESPAÇO ABERTO PARA A DIVERSIDADE

Casa do Hip Hop Taquaril, inaugurada no fim de 2016, é um espaço multicultural, onde são ofertadas oficinas do gênero para a comunidade

Fórum Hip Hop de Belo Horizonte e Região Metropolitana, instituído no fim do ano passado, busca legitimar e firmar espaço do movimento no cenário cultural da capital mineira e dos municípios vizinhos

Iêva Tatiana

DESDE DEZEMBRO DO ANO PASSADO, a capital mineira e municípios vizinhos – incluindo Betim – participam mensalmente de reuniões promovidas pelo Fórum Hip Hop de Belo Horizonte e Região Metropolitana, no Centro de Referência da Juventude, na praça da Estação, na região Central de BH. Os encontros entre representantes da classe artística ligada ao movimento acontecem sempre na primeira segunda-feira de cada mês e têm o propósito de contribuir para a elaboração

de políticas públicas culturais reservadas para o hip hop na Grande BH.

Na prática, a missão do fórum – instituído por meio de uma portaria da Fundação Municipal de Cultura de Belo Horizonte, há pouco mais de três meses – é defender o pagamento de cachês a grupos locais (muitas vezes preteridos diante de artistas de fora), estabelecer a montagem de um palco específico para o movimento em eventos promovidos pelo Executivo e valorizar a produção regional, conforme explica um dos coordenadores da iniciativa, Júnio Marques, também conhecido

como Rapper Blitz. “O fórum veio para garantir editais exclusivos, para não termos que bater de frente com a MPB, a arte cênica, a TV e outros movimentos. Ele busca um desenvolvimento consciente, de raiz e puro da cultura hip hop”, diz.

De acordo com a Prefeitura de Belo Horizonte, o fórum está previsto no regimento do Conselho Municipal de Política Cultural, que integra o Sistema Municipal de Cultura. Trata-se de “um colegiado consultivo que busca identificar as demandas e os interesses dos atores e coletivos de cultura urbana e levá-los ao poder público, garantindo,



Rapper Blitz é o fundador da Casa do Hip Hop Taquaril e, com o apoio da prefeitura, conseguiu a criação do Fórum Hip Hop de Belo Horizonte e Região Metropolitana



Fotos: Diogo Antunes

assim, o direito de serem ouvidos por um governo que os represente”.

TRAJETÓRIA

A conquista desse reconhecimento teve início com um projeto idealizado pelo Rapper Blitz na comunidade do Taquaril, na região Leste de BH, onde ele vive. Há aproximadamente uma década, ele coordenava uma oficina de hip hop dentro do programa Fica Vivo!, da Secretaria de Estado de Defesa Social. Na época, os jovens de 14 a 24 anos eram atendidos em uma escola local, mas o espaço acabou ficando pequeno para as atividades. A solução veio em agosto último, quando a equipe de uma série de TV – “Canal Televisão: Um Morro do Barulho” – procurou Blitz para que ele fosse o produtor local e auxiliasse na locação de imóveis e no acesso a algumas casas para as gravações da série.

“Precisávamos de um ‘QG’ para a produção. Então, entrei em contato com a associação comunitária do bairro, que tinha um prédio desocupado, utilizado esporadicamente para assembleias, e conseguimos alugar o espaço, que foi usado ao longo de um mês, durante as gravações. Nesse período, comecei a ter uma visão do que poderia ser feito ali depois que acabasse a série. Voltei a conversar com a diretoria da associação, que achou inte-

PERFIL

Júnio Marques, de 37 anos, ganhou o apelido de Blitz porque era essa a palavra que ele pichava pela cidade na adolescência. Segundo ele, foi a criminalidade que acabou o aproximando do hip hop, como de praxe acontecia entre os jovens daquela época.

“Um dia, indo para minha boca de fumo, tinha dois meninos sentados na praça com camisas grafitadas, e eu escutei o som deles. Cheguei para conversar, achei a batida doida. No meio da conversa, me bateu uma inspiração, pedi um pedaço de papel e lápis e escrevi uma música. Eles falaram que eu cantava demais, e entrei para o grupo deles”, recorda-se.

HIP HOP

O hip hop é um gênero musical que surgiu na década de 1970, em comunidades jamaicanas, latinas e afro-americanas da cidade de Nova Iorque, nos Estados Unidos. O movimento, criado por Afrika Bambaataa, ganhou popularidade nos anos 1980, no país norte-americano, e nos anos 1990, nas outras partes do mundo. Quatro eixos formavam a base da cultura hip hop: rap, DJing, breakdance e grafite.

ressante a ideia de trabalhar com jovens no prédio”, lembra Marques.

A princípio, a proposta era fundar um projeto de cinema, chamado “Cineclub Sabotage” – em homenagem ao rapper brasileiro de mesmo nome morto em 2003 –, mas o local acabou se tornando multicultural dentro da comunidade e foi batizado de Casa do Hip Hop Taquaril. A inauguração, em outubro de 2016, contou com grafiteiros convidados para dar uma nova cara à fachada do prédio, grupos de teatro, a juventude hip hop local, representantes do governo municipal, associações culturais e comunitárias.

A partir desse encontro, a ideia de criar um grupo que fortalecesse o movimento e conferisse mais legitimidade a ele na cidade e no entorno dela ganhou mais força, segundo Blitz. “Fizemos uma roda e elaboramos uma lista com os contatos de todo mundo para tentarmos conversar em outra oportunidade sobre a montagem dessa rede. E deu certo. De fato, conseguimos articular uma nova reunião”, explica.

Depois de uma visita do presidente da Fundação Municipal de Cultura, Leônidas Oliveira, à Casa do Hip Hop Taquaril, o recém-criado grupo apresentou a ele as demandas do movimento e conseguiu, além da criação do fórum, a realização da primeira Semana do Hip Hop de Belo Horizonte, em homenagem ao dia mundial do gênero musical (12 de novembro), que nunca havia sido comemorado na capital.

O auxiliar de almoxarifado Sandro Alves, de 21 anos, participa das oficinas de rap da Casa do Hip Hop Taquaril desde a inauguração do espaço e não consegue se imaginar longe do movimento. “O rap é o norteador de minha vida”, afirma.

A relação com o hip hop surgiu há quatro anos, durante um retiro espiritual. Na época, Alves já dançava break e acabou se aventurando também nas rimas. Um ano mais tarde, começou a fazer funk, até que conheceu o trabalho de Blitz na comunidade, e a “veia para o rap apareceu”, lembra. Hoje, ele respira o ritmo. “Vivo praticamente 24 horas por dia pensando em rap”, revela. ■

SERVIÇO

Casa do Hip Hop Taquaril

Rua Joaquim Teixeira dos Anjos, 140
Conjunto Taquaril



Desafio Brou Bruto,
em Rio Acima

Hercília Najara e Adney Rocha foram destaques no mountain bike em 2016 e se preparam para subir no pódio em suas categorias neste ano

Dupla que arrasa

Patrícia Giudice

SOBRE DUAS RODAS, entre as montanhas, sujos de lama. Uma dupla mineira está se destacando no mountain bike brasileiro. Hercília Najara Ferreira de Souza, de 28 anos, e Adney Rocha Dabien, de 39, se conheceram em competições e perceberam que tinham um estilo bem parecido de pedalar. Acertaram na decisão de competirem juntos e estão faturando vários troféus por aí. Só em 2016, foram campeões na categoria dupla mista na Ultramarato-

na Sertão Diamante, em Diamantina; no Desafio Brou Bruto de Mountain Bike, em Rio Acima, e no Iron Biker, em Mariana. Além desses, cada um conquistou seus pódios, desafiando seus próprios limites.

O mountain bike é uma modalidade de ciclismo praticada em estradas de terra, trilhas de fazendas ou de montanhas e dentro de parques. Tem o objetivo de

transpor percursos com irregularidades e obstáculos.

Hercília e Adney se encontraram em 2014, em um dos pedais ela organizava e guiava dentro da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) chamado Quinta NaTora. A divulgação desses pedais era feita pela **Mais Aventuras**, equipe da qual Hercília e Adney faziam parte. Participando do mesmo grupo, ficou fácil eles

TÍTULOS DA DUPLA

- Campeões invictos da Copa Grande Sertão de MTB (três etapas: Curvelo/Inimutaba/Curvelo) - Dupla Mista Pró
- Campeões da Ultramaratona Sertão Diamante, em Diamantina (MG) – Dupla Mista
- Campeões do Desafio Brou Bruto de MTB, em Rio Acima (MG) – Dupla Mista
- Campeões Iron Biker 2016, em Mariana (MG) – Dupla Mista
- Campeões do Desafio 5 horas de MTB, em Campestre e Itabirito (MG) – Dupla Mista

HERCÍLIA NAJARA

- Campeã do Intercity, em Onça do Pitangui (MG) – Categoria feminina sub-30
- Campeã da 1ª etapa da Copa Internacional de Mountain Bike, em Araxá (MG) – Categoria feminina sub-35
- Campeã da 2ª Etapa da Copa Internacional de Mountain Bike, em São João Del Rey (MG) – Categoria feminina sub-35
- Quinta colocada na 3ª Etapa da Copa Internacional de Mountain Bike, em São João Del Rey (MG) – Categoria feminina sub-35
- Campeã geral da Copa Internacional de Mountain Bike – Categoria feminina sub-35
- Campeã X-Terra Tiradentes – Categoria feminina sub-30

ADNEY ROCHA

- Campeão do Pedal de Ferro MTB, em Esmeraldas (MG) – Dupla Pró
- Vice-campeão Cipó Bike XCP 2016, na Serra do Cipó (MG) – Sub-40
- 3º lugar Intercity MTB, em Pedro Leopoldo (MG) – Dupla Pró
- 4º lugar no Bike Enduro Mariana (MG) – Dupla Pró
- 4º lugar no Desafio For Ride, em Caeté (MG) – Open masculino
- 3º lugar no Campeonato Mineiro de Maratona MTB, em Santana dos Montes (MG) – Dupla Pró
- 3º lugar do Desafio 24h de Ciclismo, em Belo Horizonte (MG) – Solo 12
- 5º lugar no XTerra Estrada Real 2016, em Tiradentes (MG) – Sub-40
- Vice-campeão do Desafio For Ride (2ª Etapa), em Caeté (MG) – Sub-40
- Campeão geral do Desafio Extremo Estrada Real, em Rio Acima e Ouro Preto (MG) – Solo 88 km
- 4º lugar na Copa Internacional de MTB, realizada em Congonhas (MG) – Sub-40: amador



Desafio Brou Bruto, em Rio Acima

se conhecerem para, depois, unirem-se numa categoria que ainda é pouco competitiva, a mista (homem e mulher).

Hercília é enfermeira e professora universitária. Influenciada pelo irmão, começou a pedalar em 2012. Praticava o esporte na lagoa da Pampulha; nos fins de semana, conhecia trilhas de cidades próximas a Belo Horizonte, até que a bicicleta passou a ser o meio de transporte de casa ao trabalho e vice-versa. No início, ela nem pensava em competir. Mas a prática acabou atraindo novos amigos e lugares, e as competições surgiram naturalmente. “Comecei a competir em maio de 2015, após ter sido convidada por dois amigos a formar dupla em duas grandes competições em Minas Gerais”, conta Hercília sobre seu início.

Adney, que é representante comercial, sempre usou a bicicleta como meio de transporte. Ainda adolescente, viu um primo em casa cheio de machucados e hematomas por causa das trilhas, mas feliz. Convidado a praticar o esporte, Adney aceitou, também se machucou com os tombos constantes, mas nunca mais

parou. Tinha apenas 16 anos na época. Em 2015, conheceu uma pessoa que fazia parte da equipe **Mais Aventuras**, que o apresentou trilhas novas e possibilidades de participar das competições. “Minha primeira competição foi a Grande Sertão, e cheguei em 14º lugar. Fiquei surpreso, mas, para competir, eu precisava treinar mais. Na prova seguinte, cheguei em sétimo, depois em quarto e fui só melhorando”, lembra Adney.

Numa dessas corridas, amigos e amigas da equipe sugeriram que ele e Hercília formassem uma dupla. Ela tem um modo de pedalar destemido e prefere circuitos ou trilhas mais técnicas, trechos que exigem mais habilidades do ciclista. “Esses trechos técnicos ou obstáculos se transformam em metas a serem batidas. A maior parte das mulheres se sente mais à vontade em trilhas compostas em sua maioria de estrada de terras, o que chamamos de ‘estradaão’. Acredito que essa é minha grande vantagem”, diz. Além disso, Hercília é uma ciclista dedicada, que gosta de testar e ultrapassar os próprios limites. >>>



**Copa Grande Sertão,
em Curvelo**



Desafio Brou Bruto, em Rio Acima

As características dela e de Adney no pedal se somaram, e, mesmo eles não treinando sempre juntos, fizeram com que os dois tivessem uma sincronia nas trilhas. Eles conversam pouco durante os trechos, respeitam suas particularidades e se ajudam o tempo todo. “Nosso jeito de pedalar é muito parecido”, comenta Adney. “Realmente não conversamos durante as competições, e isso surgiu de modo natural”, completa Hercília.

PLANOS

Depois de um 2016 com muitos pôdios juntos, eles se preparam para buscar vitórias em 2017, cada um em sua cate-



goria. Eles foram convidados a integrar a equipe Mountain Bike BH Tripp Team, na qual estão traçando seus objetivos. A corrida em dupla dá uma visibilidade importante ao ciclista, mas, segundo Adney, não soma pontos no ranking por não ser uma categoria oficial de competição. “No ano passado, corremos e vencemos muitas provas de destaque nacional; em 2015,

chegamos em terceiro na copa internacional. Tudo isso foi muito importante, mas, agora, precisamos correr cada um em sua categoria”, afirma o atleta.

Hercília pretende continuar garantindo a diversão durante as provas e, ao mesmo tempo, ela tem como objetivo ser campeã mineira por equipe – pela Mountain Bike Tripp Team BH – e também em sua categoria, a feminina sub-35.

Para quem quer começar a pedalar, os dois dão dicas e frisam que dedicação e cuidados são necessários. Ambos são acompanhados por um nutricionista especializado em nutrição clínica e esportiva e por educadores físicos, que cuidam principalmente do fortalecimento muscular deles. “Descobrir o mundo em cima de duas rodas é algo maravilhoso. Foi fácil apaixonar por um esporte que alia natureza, bem-estar físico e mental, convivência com amigos e descoberta de lugares incríveis. Para as pessoas que pretendem competir, sugiro iniciar as preparações com acompanhamento especializado. A evolução é notória quando temos ao lado profissionais capacitados”, indica Hercília. ■



Copa Internacional de Mountain Bike, em Araxá

PATROCINADORES E APOIADORES DA DUPLA:

Hercília (equipe: Mountain Bike Tripp Team)

Patrocinadores:

Tripp Aventura
Atex

Apoiadores:

Revista Mais

Seja Biker

Academia Top Fit BH

Damatta Nutri - Nutrição Esportiva

Hidrotabs Glicofast

Adney (equipe: Mountain Bike Tripp Team)

Patrocinadores:

Tripp Aventura

Atex

Apoiadores:

Revista Mais

Academia MP FIT

Damatta Nutri - Nutrição Esportiva

Treinar Fitnees



POR VICTORIA BLACHER* *Blogueira de moda*

ESCOLA DE MODA DENISE AGUIAR

A indústria da moda hoje, segundo a Associação Brasileira da Indústria Têxtil, é a segunda maior geradora de empregos no Brasil, ficando atrás somente das de alimentos e bebidas. Há, atualmente, 1,5 milhão de trabalhadores diretos e indiretos no setor. A moda brasileira está entre as cinco maiores do mundo. Diante desses dados, vive-se um momento de oportunidades nesse segmento.

Vendo o grande crescimento da área, os jovens estão mais encorajados a optar pelo design de moda em vez de por cursos mais convencionais. E uma grande pioneira no curso livre de moda é a Escola de Moda Denise Aguiar. Comandada pela estilista e professora Denise Aguiar, uma renomada profissional que está no mercado há 37 anos, a instituição é reconhecida pelo país por preparar estilistas e profissionais da área para que eles possam criar e interagir com o mundo fashion. Nos diversos cursos oferecidos, o objetivo da Denise Aguiar é formar profissionais que aliam a criatividade ao conhecimento técnico.

Um dos principais diferenciais da Escola de Moda Denise Aguiar é entender que nem todo aluno quer ser estilista. Sendo assim, além de prepará-los para atuarem nessa área, a instituição permite que os estudantes desenvolvam trabalhos e participem de aulas e palestras nas áreas de gestão, estamparia, *moulage*, bordado, estamparia digital, consultoria de imagem, customização, ilustração e corte e costura, entendendo a moda como uma expressão rica e particular do design.

Durante o curso, os alunos participam também de visitas guiadas a grandes confecções, indústrias têxteis e eventos locais, como o Minas Trend, a fim de terem uma experiência real garantindo a escolha mais adequada para a área de atuação.

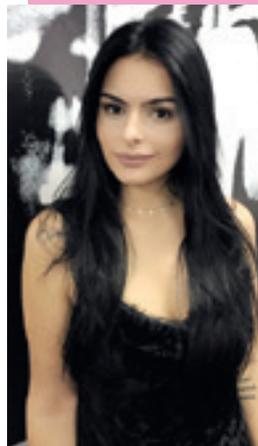
“Acreditamos que os estudantes devem estar em contato constante com profissionais do mercado para que entendam os desafios e as oportunidades atuais, tendo apoio dentro e fora do período de aula. Tanto os professores quanto os próprios alunos estarão inseridos no mercado da moda e envolvidos com esse universo o tempo todo”, comenta a professora Denise Aguiar.

Diferente de uma graduação tradicional, o curso de moda da Denise Aguiar oferece turmas com no máximo 14 alunos para que tenham um melhor aproveitamento do conteúdo. As aulas acontecem de uma até duas vezes na semana. No fim do curso, todos recebem certificado, além de serem indicados para estágios e trabalhos na área.

Fotos: divulgação



A estilista e professora Denise Aguiar



Fernanda Aguiar, 23 anos, sócio-fundadora da Escola de Moda Denise Aguiar

“No último ano, 70% dos alunos matriculados aqui, na escola, vieram de outra área. Não existem pré-requisitos para estudar moda. Com a atual crise do país, muitas pessoas perderam o emprego e procuraram o design de moda pra abrir suas marcas e se estabilizar no mercado.”

É preciso saber desenhar para estudar design de moda?

Para fazer o curso, não é preciso saber desenhar. Tudo é desenvolvido passo a passo dentro da escola. O desenho nem sempre é o mais importante, mas, sim, a criatividade, o profissionalismo e a dedicação.

Por onde devo começar?

O primeiro curso indicado é o de design de moda. Afinal, para costurar uma peça ou dar uma consultoria, você precisa ter o conhecimento de tecidos e das engrenagens da moda.



Garimpando

Minas do Palácio Velho, em Ouro Preto, ponto turístico recentemente aberto na cidade histórica, é um dos locais importantes da região que remontam ao Ciclo do Ouro no Estado

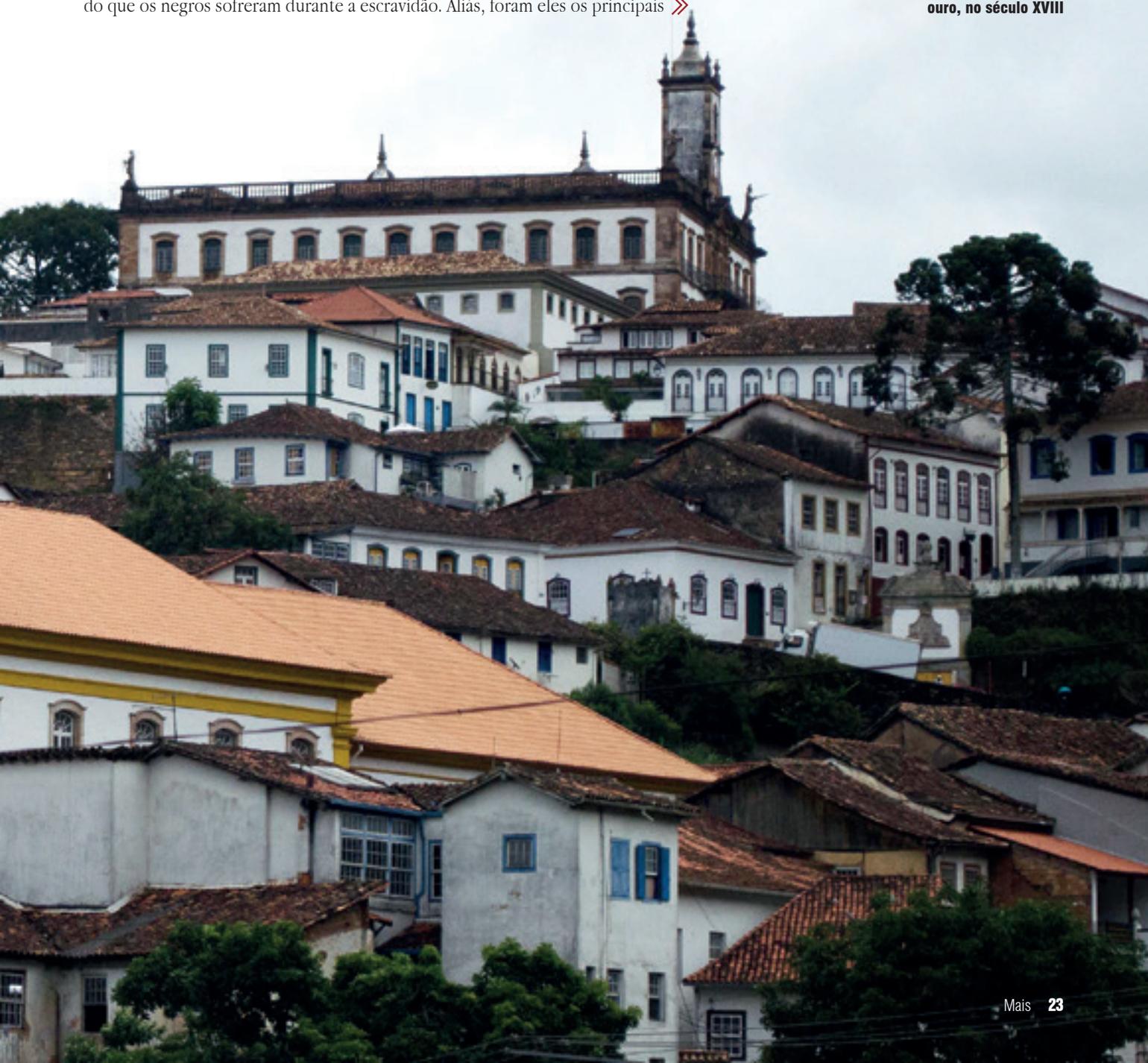


o passado

Sara Lira

OURO PRETO É UMA CIDADE QUE RESPIRA HISTÓRIA E ARTE. Passear pelo município é fazer uma viagem no tempo e reviver momentos marcantes de nossa história, como a Inconfidência Mineira e o período colonial, tendo uma pequena noção do que os negros sofreram durante a escravidão. Aliás, foram eles os principais >>

Em Ouro Preto, município histórico da região Central do Estado, há cerca de 350 minas subterrâneas, que foram utilizadas no período de extração do ouro, no século XVIII



Entrada das Minas do Palácio Velho, um dos principais pontos do princípio da extração de ouro descoberto recentemente; local foi aberto para visitação em julho do ano passado



personagens de um local turístico aberto há alguns meses no município, chamado de Minas do Palácio Velho.

O lugar foi um dos principais pontos do princípio da extração de ouro no século XVIII no Estado. Lá, a estrutura feita para a atividade permanece intacta, incluindo orifícios produzidos nas paredes da mina, estacas de braúna – utilizadas na construção e na manutenção do espaço – e os caminhos utilizados para a extração. No total, são cerca de 300 metros que expõem o caminho do ouro dentro da escavação.

A mina foi aberta para visitação em julho

MINA DESCOBERTA 'POR ACASO'

O estudo sobre as Minas do Palácio Velho é um desdobramento de uma série de ações guiadas por outros pesquisadores de Ouro Preto. De acordo com o historiador e mestrando no programa de história da Ufop André Castanheira Maia, que está desenvolvendo sua dissertação sobre as Minas do Palácio Velho, o espaço chamou a atenção dele após a leitura do livro “Passeio por Ouro Preto”, de Lúcia Almeida Machado. Na obra, escrita na

década de 1960, a autora orientava a visita à mina de Chico Rei, mas, pelas coordenadas, os leitores eram direcionados às minas do Palácio Velho.

“Na época, onde hoje existe a Mina do Chico Rei, ela ainda não funcionava como atualmente. Nos anos 60, essa região não era ocupada como é hoje. Havia poucas casas, e elas eram isoladas. Mas, pelas coordenadas, percebi, que ela direcionava, na verdade, para outra mina. Há cerca de cinco



Durante as escavações internas das Minas do Palácio Velho, estudiosos localizaram ferramentas utilizadas na atividade minerária

anos, procurei o Gustavo, que era morador do bairro, e ele me levou ao terreno do Marcelo”, relata.

Ao chegar ao local, Maia se deparou com a mina e a cachoeira que dela escorria. Daí ele decidiu focar os estudos apenas naquele espaço. “Tínhamos essa mina pouco conhecida e pouco valorizada no sentido histórico, a qual descobrimos meio que por acaso. Foi aí que comecei minha parte da pesquisa”, afirma o historiador.

do ano passado e recebe aproximadamente 900 pessoas por mês, turistas brasileiros de vários Estados e de diversos países, como França, Bélgica e Colômbia. Tudo consta no livro de registro de visitantes.

NO PESO DOS ESCRAVOS

As técnicas utilizadas para a extração do ouro foram trazidas pelos africanos, que já as manejavam em seus países de origem. De acordo com o guia da mina, Gustavo Pereira Barbosa, que acompanhou a reportagem da revista **Mais** no local, os escravos destinados à mineração eram trazidos de nações como Gana, Togo

e Benim, regiões onde já estavam habituados com a atividade minerária.

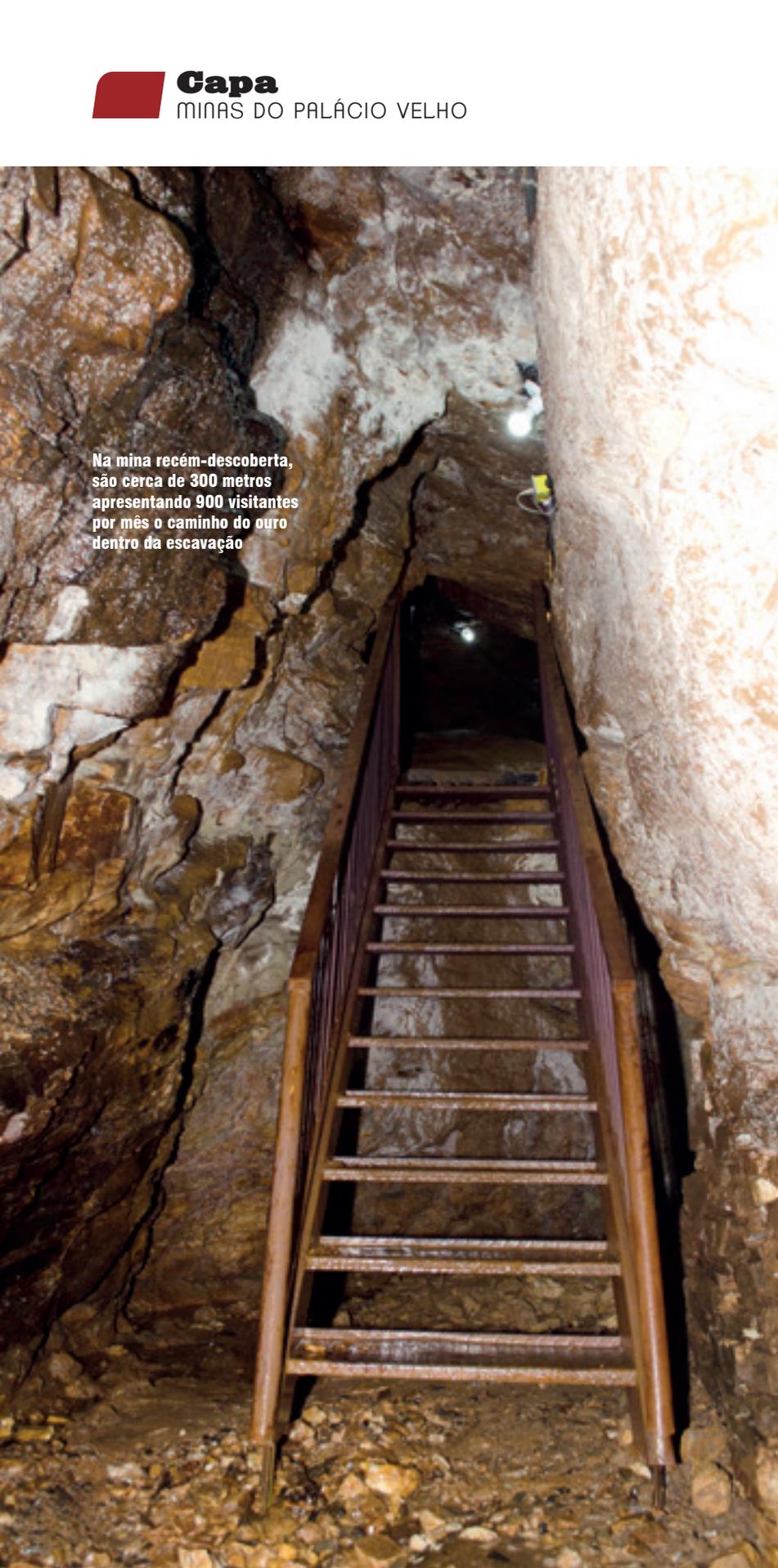
Durante a visita à mina, é de se elogiar a expertise aplicada por eles durante o processo. Os escravos retiravam o ouro, que ficava grudado nos blocos de quartzo, e sabiam identificar até onde a pedra poderia oferecer a quantidade necessária do mineral. A época era de riqueza, pois em uma pedra de 25 gramas de quartzo era possível extrair a mesma quantidade de pó de ouro, segundo Barbosa. Em alguns dos pontos, podem ser vistos os buracos na parede que demonstram locais onde eram emplacadas estruturas para a >>

UMA CIDADE MINERÁRIA

Em Ouro Preto, há cerca de 350 minas subterrâneas, utilizadas no período de extração do ouro no século 18. De acordo com o historiador André Maia, nem todas as galerias foram usadas para extração, mas todas fazem parte do mesmo sistema, seja para acesso, seja para o desvio de água ou de materiais. Seis dessas galerias estão abertas para visitação, segundo a Secretaria Municipal de Turismo: Mina de Santa Rita, Chico Rei, Jeje, Du Veloso, Felipe dos Santos e Palácio Velho. “Cada uma possui características quanto a escavação, extensão, localização e riquezas arqueológicas singulares, o que instiga o visitante a conhecer não apenas uma mina, mas todas”, destaca o secretário de Turismo, Felipe Vecchia.

O professor do Departamento de Engenharia de Minas da Ufop Hernani Mota de Lima se dedica a estudar as minas de Ouro Preto há mais de 20 anos, desde 1994. Segundo ele, há um grupo de trabalho na universidade que faz o levantamento histórico desses espaços, das atividades de mineração e de como se procederam no século 18, estudando a importância dessas minas do ponto de vista turístico e seu impacto geotécnico, entre outros aspectos. Ele ressalta que algumas delas também constituem reservatórios de água que servem à população por meio de captação realizada pela prefeitura.

De acordo com o professor, a Serra do Veloso, localizada na cidade, é repleta de minas subterrâneas, em uma extensão de 5 km, indo do início do município, no bairro do Veloso, até o Taquaral, na divisa com Mariana. Segundo ele, essas estruturas abaixo do solo não oferecem perigo à cidade, como desabamentos. “São riscos localizados, em tubulações de água ou de esgoto, ou algumas construções. A cidade não vai afundar”, explica. Hernani destaca que os estudos sobre essas minas são permanentes, bem como o mapeamento e as pesquisas históricas desses espaços. O professor trabalha em conjunto com Frederico Sobreira, também professor da Ufop, no grupo que pesquisa as minas.



Na mina recém-descoberta, são cerca de 300 metros apresentando 900 visitantes por mês o caminho do ouro dentro da escavação



Mina fica nos fundos da casa de dona Maria André dos Santos, de 81 anos, no terreno que foi herança do pai dela. Ela se emociona ao falar do local: “É uma bênção de Deus”.

retenção de água ou para a lavagem do mineral. “Com o resgate dessas minas, entendemos as técnicas africanas de extração de ouro. Foi através do conhecimento do negro que se moveu a economia na Europa, já que o ouro daqui ia para lá”, afirma o guia.

TÉCNICAS

Na região, já existia a retirada de ouro por meio do desmonte hidráulico, através de captação de água, conforme comenta o historiador e mestrando no programa de História da Universidade Federal de Ouro Preto (Ufop) André Castanheira Maia.

Outra técnica era a de perfuração subterrânea, como a realizada na mina em questão. “Essa era mais trabalhosa, porém mais eficaz. Primeiro, eles faziam o sarilho, um grande furo da superfície até o espaço interno, para pesquisar a área. Eram buracos em torno de 10 m a 20 m de profundidade que, depois, serviam para a retirada de materiais. Na parte de cima e interna, havia a estrutura para a coleta do ouro”, detalha Maia.

De acordo com o pesquisador, a hipótese é que a região tenha sido o local onde essas técnicas foram primeiramente aplicadas em Minas Gerais e no Brasil.

Além disso, ele acredita na existência de outras minas, formando um complexo. Daí o nome no plural “Minas do Palácio Velho”. “A novidade é a constatação disso por meio dos estudos atuais”, salienta.

O professor do Departamento de Engenharia de Minas da Ufop Hernani Mota de Lima completa que essa mina também começou a ser mecanizada, mas, por conta de problemas legais, a técnica não durou muito. “O Barão Wilhelm Ludwig von Eschwege introduziu um moinho. No entanto, por questões legais da época, ele teve que se retirar e foi para a mina da Passagem, em Mariana”, informa. >>>

Nas minas de Ouro Preto, foram extraídas em torno de 35 toneladas de ouro no século XVIII. Juntas, as minas do Estado, espalhadas por cidades como Mariana, Sabará e Nova Lima, geraram cerca de 650 toneladas de ouro em um período de cem anos.

RIQUEZA NO QUINTAL

As Minas do Palácio Velho, que levam esse nome devido ao fato de estarem próximas da casa onde residia o governador da época – Pedro de Almeida Portugal, conhecido como Conde de Assumar, que foi sucedido por André de Melo e Castro, o Conde das Galveias –, ficam nos fundos da casa de dona Maria André dos Santos, de 81 anos, no terreno que foi herança do pai dela. Ela e a família sempre souberam da existência da mina, mas nunca tiveram condições de abri-la para o turismo. Quem juntou esforços foi um dos filhos, Marcelo André dos Santos, responsável pelo espaço atualmente. Ao lado do guia Gustavo Pereira Barbosa e do historiador André Castanheira Maia, eles realizaram estudos e averiguaram o espaço para a abertura da mina.

O lugar era puro mato e entulho, já que acima do nível do terreno há outras casas, e os moradores tinham o costume de jogar lixo lá. Os três se reuniram e retiraram toda a sujeira, capinaram o local e encontraram duas “bocas” (entradas da mina). Nesse processo, foram recolhidos cinco caminhões e três caçambas de entulho, recorda-se Gustavo.

Durante as escavações internas, eles também localizaram ferramentas utilizadas na atividade minerária e uma imagem em braúna de um Preto Velho, entidade reverenciada na religião umbanda, que os seguidores acreditam ser o espírito de um escravo ou que se identifica com um escravo. “Pelas características do objeto, imaginamos que essa imagem seja antiga, da época da escravidão”, estima o guia. A partir disso, foram realizados os estudos geológicos, para garantir a segurança das visitas, e também todos os trâmites legais, como a obtenção de alvarás.

O resultado é mais do que satisfa-



O guia do local, Gustavo Barbosa, conta que os escravos escolhidos para trabalharem na região eram os mais baixos, pois isso facilitava a locomoção no interior dos túneis



MINAS PARA VISITAÇÃO TURÍSTICA EM OURO PRETO

- Chico Rei
- Du Veloso
- Felipe dos Santos
- Jeje
- Palácio Velho
- Santa Rita

SAIBA MAIS...

Antiga Vila Rica, Ouro Preto foi uma das mais importantes cidades no Ciclo do Ouro em Minas Gerais. O município é considerado Patrimônio Cultural da Humanidade, inscrito na lista do Patrimônio Mundial da Unesco desde 1980. A cidade também teve participação significativa no cenário político, sendo inclusive palco da Inconfidência Mineira. Ouro Preto conta com um rico acervo da arquitetura barroca, presente nas igrejas construídas durante o período colonial e também nos diversos museus espalhados pelas ruas íngremes de pedra, que ainda expõem outros aspectos da época, como as mazelas sofridas pelos escravos.



O historiador André Castanheira explica que ele, juntamente com o responsável pelo espaço atualmente, Marcelo André dos Santos, e o guia Gustavo Pereira Barbosa realizaram estudos para a abertura da mina

SERVIÇO

Minas do Palácio Velho

- **Endereço:** rua Dom Silvério, 159, bairro Antônio Dias, Ouro Preto (perto da Igreja Nossa Senhora da Conceição)
- **Funcionamento:** todos os dias, das 9h às 17h
- **Entrada:** R\$ 25 (estudantes e menores de 18 anos pagam R\$ 15)

tório. “Desde meus 7 anos, eu era doido para abrir essa mina, mas não tinha condições financeiras. E saber que no meu quintal há uma parte importante da nossa história preservada é muito relevante para mim e para minha família”, salienta Marcelo. A mãe dele, Maria dos Santos, fica emocionada ao falar do local. “Eu tinha vontade de chorar quando via o povo entrando. Fico feliz demais. Acho que não mereço isso. É uma bênção de Deus”, diz

com a mesma simpatia e o sorriso com que atende os visitantes na recepção. “Essa mina é ímpar porque, pela história, foi uma das mais ricas daquela época, de um conjunto de mais de cem minas do Palácio Velho”, diz o guia Gustavo Pereira.

VISITA SURPREENDENTE

Quem termina a visita tem mais do que conhecimento devido a tamanha surpresa com o Ciclo do Ouro. É essa a opinião da >>>

Dona Maria André dos Santos conta que ela e a família sempre souberam da existência da mina em seu terreno, mas nunca tiveram condições de abri-la para o turismo. Quem juntou esforços foi um dos filhos, Marcelo André dos Santos.



designer Márcia Costa, de 54 anos, turista paulistana que passou por Ouro Preto pela primeira vez durante a visita da reportagem à cidade. “Eu nunca tinha visto uma mina de ouro. Apesar de gostar de história, fico triste, pois vejo que exploraram os negros e levaram toda a nossa riqueza para fora”, comenta.

Para o estudante de filosofia de Maceió (AL) Marco Antônio da Silva Filho, de 23 anos, também pela primeira vez na cidade, cada minuto do passeio pela mina valeu a pena. “Vi de perto toda a história que, normalmente, só ouvimos falar. É um conhecimento muito rico”, diz ele.

Já na opinião do técnico em mecânica Rafael Antônio de Assis, de 27, a história por trás dessa e das demais minas do mu-

nícipio é tão importante que esses espaços merecem maior destaque no turismo da cidade. “Deveria haver mais recurso público e incentivo para atrair um número maior de visitantes a essas minas”, acredita Rafael, que é de Betim, na região metropolitana da capital mineira.

TURISMO

Para o professor Hernani Mota, além do resgate histórico, a abertura dessas minas para visitação turística oferece outra vantagem: a geração de renda para os donos dos terrenos onde as entradas subterrâneas são descobertas. “As minas são de grande importância para a cidade de Ouro Preto, pois fazem parte da herança social, cultural e econômica de um perí-

AÇOITADOS

Os negros deram uma importante contribuição para a mineração na época, mas, ao mesmo tempo, foram os que mais sofreram na atividade. O guia das Minas do Palácio Velho, Gustavo Barbosa, conta que as condições de trabalho dentro das minas eram degradantes e desumanas. Os escravos ficavam dentro do espaço fechado e mal ventilado por horas, sem se alimentarem, vestidos apenas com uma bermuda e descalços. “A lamparina vinha queimando o oxigênio e exalava uma fumaça escura e fedorenta, o que tornava o ambiente ainda mais difícil”, completa.

Não eram somente os adultos os alvos dessas atrocidades. Segundo Gustavo, a partir dos 8 anos, as crianças eram separadas de suas famílias e encaminhadas para o trabalho na mineração. Elas faziam pequenas atividades fora da mina e, a partir dos 11, já iam para os túneis, onde podiam sofrer acidentes como soterramentos e ficar feridas ou até mesmo ter sequelas como cegueira ou surdez. Para saber quais crianças selecionar, os capatazes separavam as “mulatas parideiras”, que chegavam a custar 2,1 kg de ouro. “Eles já observavam a genética dessas mulheres para que elas procriassem os mais baixos, que eram direcionados para a mina assim que atingissem a idade”, diz.

De acordo com Barbosa, os mais baixos eram escolhidos, pois isso facilitava a locomoção no interior dos túneis. Segundo ele, os mais altos eram castrados para não gerarem filhos da mesma estatura. Um escravo baixo chegava a custar 1,8 kg de ouro, o dobro de um comum. “No Museu da Casa dos Contos, também em Ouro Preto, há um castrador que era usado para esse fim. Na época, utilizava-se o termo ‘escravo acoitado’. É daí que surgiu a palavra ‘coitado’, explica ele.



As Minas do Palácio Velho levam esse nome por estarem próximas da casa onde residiam os governadores da época: Pedro de Almeida Portugal, o Conde de Assumar, e André de Melo e Castro, o Conde das Galveias

odo extremamente relevante. Hoje, além de serem um símbolo vivo desse período, são um grande atrativo turístico e fonte de renda para vários ouro-pretanos. Além disso, seu contexto histórico é uma ferra-

menta de ensino e pesquisa para muitos estudiosos”, diz Vecchia.

A região de Mariana também conta com minas do século XVIII que hoje são pontos turísticos de destaque. Um dos exemplos

é a Mina da Passagem, cuja visitação é feita por meio de uma espécie de trem, que desce até as galerias subterrâneas com profundidade de 120 m, onde é possível ver um lago natural. ■



Danielle Sá
Fonoaudiologia Especializada
10 anos

3532-1410 | 99902-1410

AUDIOMETRIA TONAL
AUDIOMETRIA VOCAL
IMPEDANCIOMETRIA
EMISSÕES OTOACÚSTICAS
TESTE DA ORELHINHA
TESTE DA LINGUINHA
SELEÇÃO E ADAPTAÇÃO DE APARELHO AUDITIVO
AVALIAÇÃO E TRATAMENTO DE VOZ
AVALIAÇÃO E TRATAMENTO DE MOTRICIDADE OROFACIAL
AVALIAÇÃO E TRATAMENTO DOS DISTÚRBIOS DE APRENDIZAGEM
REABILITAÇÃO VESTIBULAR
AVALIAÇÃO E TRATAMENTO DA FALA
AVALIAÇÃO E TRATAMENTO DE LINGUAGEM ORAL



Uma das obras mais famosas de Atacir Costa é a que reproduz a defesa do goleiro Victor, do Clube Atlético Mineiro, na Taça Libertadores de 2013, em um jogo decisivo contra o Tijuana

PINÇELADAS DE PAIXÃO PELA ARTE

Artista plástico Atacir Costa se destaca retratando importantes personagens do Brasil e do mundo, bem como diversos nomes do futebol

Sara Lira

DOM, AMOR E ALGUNS PINCÉIS com tinta são os compostos que fizeram o artista plástico e pintor Atacir Costa se tornar reconhecido entre diversos nomes do futebol e outras personalidades. Aos 43 anos, ele comemora mais de duas décadas do trabalho e da paixão que o acompanham desde a infância.

Seus quadros exploram o impressionismo, movimento artístico que se espalhou por toda a Europa no século XIX. Nas obras

de Costa, feitas em tinta a óleo sobre tela, importantes personagens são retratados como em uma bela fotografia. Um dos mais famosos é o da defesa do goleiro Victor, do Clube Atlético Mineiro, na Taça Libertadores de 2013, em um jogo decisivo contra o Tijuana. “Foi a partir daí que muita coisa começou”, resume ele, que também é formado em gestão ambiental, embora nunca tenha atuado nessa área.

PRIMEIRO CONTATO

A destreza com os pincéis começou

quando Atacir era criança. Ele reutilizava os materiais usados pela mãe para pintar pequenos bonecos que ela vendia. O desejo de fazer aulas de pintura sempre existiu, mas, pelas condições financeiras da família, ele só conseguiu ingressar em um curso por volta dos 18 anos, quando foi admitido no primeiro emprego.

“Foi na galeria da artista Márcia Nascimento, em Belo Horizonte, um dos locais mais acessíveis para pagar na época”, lembra. Ele não precisou concluir o curso, já que sua habilidade com o pincel era nata,

o que foi confirmado em uma das aulas, como ele conta: “Cheguei para meu professor e perguntei se eu poderia fazer alguma pintura em casa para treinar, e ele disse que era melhor esperar. Pensei comigo: a tela, a tinta e o pincel são meus. Nada me impede de fazer. Se der errado ou ficar feio, eu simplesmente jogo fora. Então, fiz uma casinha e levei dias depois para o professor ver. Ele ficou admirado com o fato de um aluno ainda com pouco conhecimento ter feito uma obra tão rica em detalhes”, diz.

A presença humana sempre é uma das tônicas de seu trabalho. Costa pinta cenários, mas, no fim, ele gosta de dar um toque de “vida”.

ESPECIALIZAÇÃO

No decorrer de sua carreira, Atacir sempre buscou referências e conselhos de outros artistas e, entre os muitos que participaram de sua caminhada, ele destaca os brasileiros Mauro Rocha, J.B. Campos, falecido em 2012, Rui de Paula e o russo Vladimir Volegov. “Esses são apenas alguns, mas há muitos que também admiro e que me influenciaram de alguma forma”, afirma.

Com os anos, Costa, buscando se destacar em algo, teve a ideia de retratar cenas do futebol. A primeira foi a defesa histórica do goleiro Victor na Taça Libertadores de 2013, quadro que o tornou reconhecido e o colocou em linha direta com os jogadores e a direção do Atlético Mineiro. “Por meio desse quadro, conheci um conselheiro do clube, que comprou a obra e encomendou outras. Ganhei espaço no Atlético e lá conheci outra pessoa que tinha acesso ao Cruzeiro e que me apresentou aos jogadores celestes. Dessa época em diante, tenho feito pinturas de jogadores. Inclusive cheguei a fazer trabalhos para integrantes do Corinthians, do Ponte Preta e do América”, conta. O artista também fez amizade com o presidente do Conselho Deliberativo do Atlético, Rodolfo Gropen, que já adquiriu cinco obras dele. Gropen conta que a primeira vez que viu o trabalho de Atacir foi na sede do Atlético. “Fiquei muito bem impressionado. Ele alia com maestria a fidelidade na pintura à emoção particular de cada expressão que retrata”, afirma.

Devido às obras voltadas para o mundo

EXPOSIÇÕES FIXAS

O ateliê de Atacir fica na casa dele, em Contagem, na região metropolitana de Belo Horizonte, mas um dos locais onde suas obras estão em exposição é o Museu Jeca Tatu, em Itabirito, na região Central do Estado. O espaço é peculiar e exala arte, cultura e história em cada cantinho. O convite veio do proprietário, Leonardo Ruggio, em 2014.

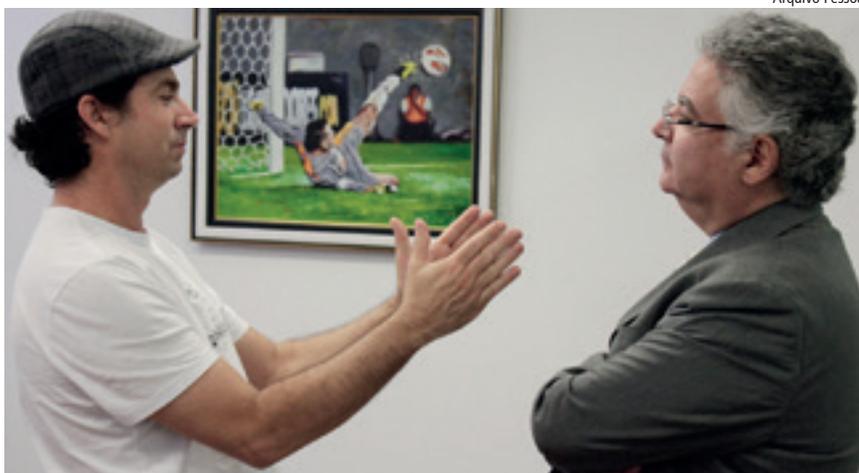
“É sensacional estar ali, pois é onde as pessoas podem conhecer meu trabalho de perto e ver como é a pincelada de cada obra. O Jeca Tatu é um local sensacional, e estar com o Leo é uma honra, pois é uma pessoa por quem tenho grande admiração. Exponho meu trabalho lá sem pagar um centavo pela utilização do espaço”, ressalta. Para Ruggio, as obras de Costa complementam o museu de forma

positiva. Segundo ele, é satisfatório ver que um artista talentoso vem se destacando no meio artístico cada vez mais. O trabalho dele é excepcional”, elogia.

Também há obras de Atacir expostas na galeria Ouro Artes, em Ouro Preto, na mesma região, e em galerias de Brasília (DF), Espírito Santo e São Paulo.

Para ele, a pintura é muito mais do que uma profissão, é literalmente um prazer. “Lembro uma vez que minha mãe falou comigo para eu parar de gastar dinheiro com pintura, pois eu não estava vendendo nada. Ela temia que eu me frustrasse com a atividade. Então, respondi a ela que, mesmo que se eu tivesse a certeza absoluta de que jamais venderia uma única obra, ainda assim eu não pararia de pintar, pois isso é algo que amo”, resume.

Arquivo Pessoal



O presidente do Conselho Deliberativo do Atlético, Rodolfo Gropen, é admirador do trabalho de Atacir e já adquiriu cinco obras do artista

do esporte, várias personalidades conheceram as pinturas de Costa. Algumas reproduzidas por ele são o ex-deseembargador Alvimar de Ávila, falecido em 2015, os cantores Vander Lee, o vocalista da banda Jota Quest, Rogério Flausino, e o tecladista do grupo, Márcio Buzelin. No momento, ele está pintando um quadro com todos os integrantes da banda.

Outro destaque são obras encomendadas pelo ex-jogador Gilberto Silva para decorar um hotel inaugurado em março em Lagoa da Prata, no Centro-Oeste mineiro.

PROJETOS PARALELOS

Costa não apenas desenvolve seu dom a todo vapor, como também repassa o conhecimento que tem de forma voluntária. Desde 2015, ele ministra aula de pintura na Associação Casa Renascer, da Igreja Batista Anel de Selar, no bairro Pindorama, em Belo Horizonte. O curso é totalmente gratuito. “É a região onde eu nasci e cresci e quero atingir essa comunidade. Desejo fazer por eles o que eu não tive condições de fazer quando criança ou adolescente, que é estudar em um curso e aprender as técnicas da pintura. Faço tudo com muito amor e dedicação, relata, orgulhoso. ■



O projeto Banho de Amor ocorre deste janeiro deste ano, toda terça-feira, na praça da Estação; a meta é ampliá-lo para outro dia da semana, em outro local da capital

Banho + amor = auto

Grupo de voluntários leva chuveiro com água quente a moradores de rua do centro de Belo Horizonte. Para idealizador, ação gera dignidade e promove inserção na sociedade.

Patrícia Giudice

A UMA PRAÇA PÚBLICA, bem no centro de Belo Horizonte, um grupo chega antes do anoitecer. São 15 pessoas, de coletes azuis, que estão ali para fazer o bem. Quem passa fica sem entender o que irá acontecer. De repente, chega uma estrutura metálica, e se forma uma fila para adentrá-la. É um banheiro com chuveiro e água quentinha. O projeto Banho de Amor, idealizado por um grupo de amigos da capital, oferece a moradores de rua da região Central de BH a oportunidade de, toda terça-feira, cortarem os cabelos, fazerem a barba, passarem um creme no corpo e, principalmente, tomarem um

bom banho quente, com direito a sabonete, xampu e toalha limpa. Mais do que esses benefícios, o grupo leva dignidade para quem comumente não tem esse momento no dia a dia.

Marcos Calmon de Passos é o principal idealizador do projeto em Minas. Empresário de 44 anos, ele conta que recebeu um vídeo, num domingo à noite do mês de novembro do ano passado, que mostrava uma ação semelhante em Recife, Pernambuco. Ele então pensou o quanto um projeto desse melhoraria a autoestima e elevaria a dignidade de quem mora nas ruas de Belo Horizonte. Imediatamente, ele espalhou o vídeo entre os amigos pelo WhatsApp com a mensagem de que estava



Além de participar do projeto como voluntária, a coach Cristina Caçado convidou o marido, o engenheiro Jorge Luiz Caçado, para ajudar construindo o banheiro do Banho de Amor

estima + esperança

disposto a construir a mesma ação. “Vários amigos responderam positivamente. Então, criei um grupo, chamamos outras pessoas e, em uma semana, já tínhamos 70 voluntários. Discutimos o modelo do projeto, definindo questões referentes à alimentação, à saúde, à arrecadação, à administração financeira e jurídica, bem como à liderança de voluntariado, que cuidaria da logística do projeto. Tínhamos, por exemplo, mais de dez médicos e dentistas”, relata.

O primeiro banho foi ofertado em janeiro deste ano, em 19 pessoas, na praça da Estação. Agora, a média é de 40 banhos a cada terça-feira. Projetos semelhantes existem em outras capitais, como Recife

e São Paulo, e também na Pedreira Prado Lopes, em BH.

Uma das amigas mobilizadas foi Cristina Guimarães Caçado, empresária de 55 anos. Ao ver o vídeo, ela logo pensou que o marido, Jorge Luiz Pereira Caçado, de 60, engenheiro civil bastante curioso, poderia se responsabilizar pela construção do banheiro. A missão era tirar do exemplo que tem em casa e levar para uma carretinha, ou seja, chuveiro com água quente, pia, torneira, boxe não transparente, uma estrutura que não fosse tão pesada e que coubesse em um espaço para ser transportada para qualquer lugar. “Jorge montou a estrutura. Eu sabia que, se surgisse algum problema, ele saberia resol-

ver. Projetar foi um desafio, mas é muito bom ver que deu certo”, afirma Cristina.

Além de doação de trabalho voluntário, a mobilização também resultou em bastante material. O grupo recebeu a carretinha para levar o banho, estrutura para as cabines, alimentos, roupas, produtos de higiene e limpeza, e a água para os banhos foi fornecida pela Copasa. Eles também precisam de toalhas, cobertores, agasalhos, luvas, sacos de lixo, água em garrafa, entre outros materiais. “Nossa intenção é que o projeto se torne autossustentável nas coisas mais essenciais. O mais interessante é que o banho não é para fazer com que os moradores de rua fiquem limpos somente, mas que tenham



O empresário Marcos Calmon, de 44 anos, idealizou o projeto Banho de Amor para BH depois de ter recebido um vídeo mostrando uma ação semelhante em Recife, Pernambuco



LOCAIS DE DOAÇÃO (TODOS EM BH):

Foco Coworking

Segunda a domingo (portaria 24 horas)
Rua Francisco Deslandes, 971, sala 311,
bairro Anchieta

Espaço Cuidar

Segunda a sexta, das 7h às 20h
Rua da Bahia, 1.148, salas 1401 e 1415,
centro (tratar com Carol Campos)

Cris Home

Segunda a sexta, 10h às 19h,
e sábado, das 10h às 14h
Avenida Afonso Pena, 4.346, bairro Cruzeiro
(tratar com Gabriela Araújo)

Master Turismo

Segunda a sexta, 9h às 19h,
e sábado, das 9h às 13h
Avenida dos Bandeirantes, 1.299, loja 3,
bairro Mangabeiras (Bandeirante Center)

Gerar Celeste Pub & Store

Segunda a domingo, das 21h às 2h
Rua Sergipe, 1.339, bairro Savassi

Zenithe Travel Club

Segunda a sexta-feira, das 8h às 19h
Rua Sergipe, 1.167, 13º andar, bairro Savassi

Cosh

Segunda a sexta-feira, das 10h às 19h,
e sábado, das 10h às 14h
Rua Irmão Gonçalves Xavier, 5, São Pedro

Maison Ayla

Segunda a sexta-feira, das 9h às 19h
Rua Professor Estêvão Pinto, 723, Serra

Sucesu

Segunda a sexta-feira, das 9h às 18h
Rua Tomé de Souza, 67, bairro Funcionários

dignidade e autoestima, que sejam inseridos na sociedade, que consigam sair da rua e conquistem uma moradia digna, emprego e família”, ressalta Marcos Calmon.

De acordo com ele, antes do projeto, muitos dos beneficiários estavam sem um banho havia meses. Eles buscavam nas fontes das praças uma forma de se lavarem. José Luiz, de 55 anos, estava lá na noite do dia 7 de março. Tímido e falando pouco de sua história, ele enfrentava a fila para usufruir do banho e com ele tentar esquecer um pouco de seu sofrimento. “Estou em um momento difícil”, disse ele. “O projeto é uma bênção para nós, está fazendo diferença em nossa vida”, completou.

Sandro Nascimento, que não revelou sua idade, veio de Manaus para procurar emprego na capital mineira. Pela falta de condições financeiras, pegou uma bicicleta e passou três meses viajando até chegar às terras mineiras. “A situação lá está muito difícil. A gente tem que sair em busca de um lugar melhor. O projeto é uma ajuda grande. Quem está na rua não tem como tomar banho, e, para procurarmos emprego, é

melhor irmos limpos, de cabelo cortado e barba feita”, disse.

Clara Mascarenhas Trindade, de 19 anos, é estudante de relações internacionais e voluntária no projeto. Desde fevereiro, ela se une aos outros participantes e segue para a praça da Estação a fim de promover o bem. A mãe dela, July Mascarenhas, de 48, também participa. “Faço trabalho voluntário desde os 12 anos. A gente toma banho todos os dias, mas nunca tinha pensado no tamanho desse privilégio”, pontua. A estudante conta que se emociona sempre. “Não consigo passar um dia sem tomar banho. Chego aqui e vejo que tem muita gente que não toma há semanas. É um choque de realidade. A gente precisa pensar no que o outro não tem”, enfatiza Clara.

“Além do banho, doamos carinho, amor, cuidado e zelo. Aliás, isso é o que a gente mais entrega para eles. O banho não é no corpo, mas na alma. O morador de rua é visto pela população em geral como um mal, é considerado feio, completamente excluído. Num certo dia,



José Luiz, de 55 anos, estava na praça da Estação na noite do dia 7 de março. "O projeto é uma bênção para nós, está fazendo diferença em nossa vida", declarou.

■ O QUE PODE SER DOADO:

- Roupas e agasalho
- Cobertor
- Sapato e chinelo
- Pente
- Saco plástico
- Bucha de banho
- Escova de dente
- Toalha
- Sabonete
- Xampu e condicionador
- Água mineral em garrafa ou copo
- Molho para macarronada
- Arroz, feijão e carne
- Marmiteix (tamanho 8 com fechamento a máquina)
- Óleo
- Suco e refrigerante
- Garfo e colher descartável
- Copo descartável
- Luva de borracha

*Outras necessidades do grupo são divulgadas sempre na página no Facebook: /projetobanhodeamor

li o depoimento de um morador de rua em que ele dizia que a pior coisa de viver desamparado é receber um olhar de desprezo de determinadas pessoas. Queremos mudar essa situação", salienta o empresário.

Juntamente com o banho, os moradores de rua fazem uma refeição e têm disponíveis no local atendimentos médico e odontológico, serviços de corte de cabelo e de barba, além de auxílios jurídico e de recolocação no mercado de trabalho. As mulheres ainda podem fazer maquiagem.

O grupo tem locais fixos para receber doações. A página no Facebook (/projetobanhodeamor) é a principal forma de divulgação desses pontos e dos materiais necessários. Todos os locais são em Belo Horizonte, mas quem quiser disponibilizar um novo ponto de arrecadação pode entrar em contato pela rede social.

Para abril, a ideia é que o grupo finalize a ampliação das cabines e ofereça os banhos em mais um dia da semana. O local ainda será definido. ■

Ajudar a AAMA é massa!

No cardápio, **AMOR** não vai faltar. Participe!



Convite: R\$ 25,00

Incluso massa e salada. Bebidas a parte.

Atrações: música ao vivo e bingo beneficente

Dia 7 de maio - domingo - A partir das 10h

Local: Rua Maria Amélia Macedo, 166, bairro Chácara, Betim - MG.



Mais informações: 31 3053-3506



'Caldeirão do Huck' realizou o maior sonho que professor Giezi tinha: conhecer a escola de física Cern, na Suíça, onde também fica a casa onde morou o físico Albert Einstein

Uma vez professor, para

Eles são referência e inspiração para muitos. São protagonistas em trajetórias estudantis, mantendo nossas janelas do conhecimento sempre abertas. Alguns ficam por muito tempo na memória de seus alunos. Esse é certamente o caso de Giezi Reginaldo, que, de tão querido, foi homenageado em rede de TV nacional.

Lorena Scafutto

PARA VOCÊ, o que é ser bem-sucedido? Para um professor de física de Prudente de Morais, uma cidade no interior de Minas Gerais, na região metropolitana de BH, uma pessoa vence quando dá o melhor de si em tudo o que se propõe a fazer. Quem convive com Giezi Américo Reginaldo, entretanto, ousa dizer mais: o docente vai além e faz com que a tão temida disciplina de física se torne prazerosa até para quem tem dificuldades.

Nascido no Rio de Janeiro, Reginaldo, como é conhecido pela comunidade, concluiu sua formação do ensino médio em escola pública. Posteriormente, fez um curso técnico em mecânica e se graduou em engenharia. "Nunca pensei em ser professor. Na verdade, relutei muito para me tornar um. Mesmo quando iniciei no meio docente, dizia que não era professor, mas que estava sendo um por algum tempo", revela Reginaldo.

O professor mudou-se para Minas

Gerais em busca de melhor qualidade de vida e ali, na pequena Prudente de Morais, com cerca de 10 mil habitantes, acabou descobrindo sua verdadeira vocação. "Hoje, apaixonado por lecionar, acredito que estou na eterna condição de professor. Cheguei a dar aulas em cinco escolas de uma só vez. Acredito que não basta entrar em sala de aula. É preciso aguçar o instinto investigativo. E o que mais me encanta na física é isto: mostrar a meus alunos que ela não existe somente dentro de sala de aula. É preciso haver intercâmbio com o mundo ao redor". Para isso, Reginaldo tirou os alunos de frente do quadro e os levou para aulas práticas. O primeiro projeto a que os estudantes se dedicaram foi Física no Toboágua, que trata do princípio da conservação de energia. Depois, outras ideias fizeram com que a diversão se unisse à física. Uma delas resultou no Faraday Dínamo, projeto da bicicleta inteligente, já contado em uma das edições da revista **Mais**.



Giezi foi surpreendido por Luciano Luck em uma brincadeira que a produção do programa global preparou na Escola Estadual João Rodrigues



Projeto Faraday Dínamo é um entre tantos que o professor Giezi incentivou alunos a criarem por meio de suas aulas de física

sempre professor

NOSSA AMIGA

Foi por causa do projeto Faraday Dínamo, já revelado em outra edição da revista **Mais**, que o programa de Luciano Huck chegou até Prudente de Morais. Reginaldo buscava o custeio de uma viagem a Costa Rica pra apresentar o projeto que começou quando o professor, depois de perceber que grande parte dos estudantes da escola utilizava a bicicleta como meio de transporte, sugeriu aos alunos do ensino médio da Escola Estadual João Rodrigues que fizessem uma pesquisa com usuários de bike. “Elaboramos um questionário, que foi aplicado em todas as turmas da manhã, abrangendo quase 300 pessoas. E um dado obtido com os resultados dessa pesquisa nos chamou a atenção: o número alto de jovens que já haviam sofrido acidente com bicicleta”, relata Giezi.

Conforme ele diz, a principal queixa desses ciclistas é a falta de investimento no trânsito das grandes e pequenas ci-

dades, onde se arriscam enfrentando diversas situações, como colisão em cruzamentos, invasão de veículos nas cicloviárias e desrespeito dos automóveis maiores nas estradas. Feita a pesquisa, os estudantes Pedro Henrique Romualdo Goulart, Laressa da Silva Oliveira e Gabriela Santana de Abreu partiram para o desenvolvimento de um equipamento seguro e viável financeiramente, cujo principal intuito é melhorar o atual quadro da mobilidade urbana para os ciclistas. Após terem apresentado a bicicleta que criaram na Feira Jovem da Universidade Federal de Minas Gerais, os autores do projeto foram credenciados a mostrar a Nossa Amiga, nome pelo qual a bike ficou conhecida, em duas feiras internacionais. E, neste mês, o projeto foi escolhido para ir à Inglaterra, para ser exibido na London International Youth Science Forum, que será realizada entre julho e agosto de 2017.

Há algum tempo, o professor escreveu ao programa “Caldeirão do Huck” para pedir ajuda para o custeio de uma viagem que gostaria de fazer a Costa Rica juntamente com os alunos que criaram a bicicleta inteligente. O pedido não foi atendido pela produção, mas, para a surpresa de toda a cidade de Prudente de Morais, o programa homenageou Giezi na volta do quadro “Ao Mestre com Carinho”.

Além da homenagem, o docente ganhou uma viagem à Suíça, local em que viveu Albert Einstein, um dos maiores físicos de toda a história. “A emoção de ver o reconhecimento nos olhos de meus alunos, além da presença de Luciano Huck, foi maior do que eu poderia imaginar. Ainda tive o privilégio de viajar e conhecer um pouco mais sobre o que leciono. O que trago de toda essa viagem foi o aprendizado sobre a simplicidade e a persistência de Einstein, sobre a educação do povo suíço, além, é claro, de toda a memória fotográfica dos momentos que vivi”, conta Reginaldo. ■

A arte como terapia

Fotos: Arquivo Pessoal

Conheça o trabalho da artista plástica de Betim Luciana Vogel, que desenvolve pintura e mandalas. Seu maior objetivo? Fazer da arte um recurso de transformação.

Sara Lira

AMOR PELA ARTE E desejo de fazer dela um instrumento de mudança na vida das pessoas. Assim se pode caracterizar a carreira da artista plástica Luciana Vogel, de 55 anos. Natural de Petrópolis, no Rio de Janeiro, mas moradora de Betim há 32 anos, ela já expôs suas pinturas até fora do país e, atualmente, trabalha na produção de mandalas mexicanas, feitas com linha ou lã.

O amor pela arte sempre existiu, mas os primeiros passos na carreira ocorreram há cerca de 20 anos, quando Luciana se formou em artes plásticas pela Escola Guignard, na Universidade Estadual de Minas Gerais (UEMG). Lá, ela desenvolveu a pintura acrílica sobre tela, com a qual já lidava, e, pouco tempo depois, passou a expor suas obras. A primeira exposição que realizou foi em Betim, na Casa da Cultura Josephina Bento. “Foi uma boa experiência. O artista tem que mostrar seu trabalho e não deixar guardado”, comenta.

Anos mais tarde, os quadros produzidos por ela foram expostos em Petrópolis, no Rio de Janeiro, e em Belo Horizonte. O ponto alto foi quando Vogel teve a oportu-



Luciana Vogel alia a psicologia às artes plásticas para promover transformação nas pessoas. Ela já expôs seus trabalhos em galerias de Nova York e Florença.



nidade de expor em galerias de Nova York, nos Estados Unidos, e de Florença, na Itália. “Enviei algumas fotos de meu trabalho para esses locais. Eles gostaram e me convidaram para expor”, conta. A que mais a marcou Vogel foi na cidade italiana. “A Itália é o berço da arte, e poder mostrar lá o que eu faço foi uma grande realização”, diz.

Vogel carrega como inspirações uma lista de artistas, como os do período renascentista, que marcaram e ainda marcam gerações. Na atualidade, ela cita a artista plástica carioca Beatriz Milhazes. “Ela tem um trabalho muito lindo”, resume.

ARTETERAPIA

Luciana também é psicóloga por formação e, por meio da psicologia, vê a arte sob a perspectiva da transformação. Ela já desenvolveu trabalhos voluntários de pintura e de oficinas de mandalas em Centros de Atendimento Psicossocial Álcool e Outras Drogas (Caps-AD) para dependentes químicos, além de atividades artísticas para idosos e crianças. “Foi um trabalho que me marcou muito. Lembro que os idosos, por exemplo, me cobravam quando eu faltava ou me atrasava”, recorda-se.

Para ela, a arte pode funcionar com uma terapia e gerar efeitos positivos. Um dos exemplos que a artista cita é o



Atualmente, Vogel trabalha desenvolvendo mandalas mexicanas, feitas com linha ou lã

SAIBA MAIS

O ateliê de **Luciana Vogel** fica em Betim. Ela desenvolve trabalhos por encomenda. Mais informações podem ser obtidas no número 9 9634-0491.

da psiquiatra Nise da Silveira, que usou a pintura para tratar problemas graves de saúde mental e expôs os quadros de seus pacientes. “A arte é uma forma de a pessoa externar o que se sente. Por meio da arte, ela libera o que está preso, mesmo sem querer. Talvez por palavras, por exemplo, essa pessoa não conseguiria se expressar”, salienta.

Atualmente, Vogel faz o curso de constelação familiar, terapia desenvolvida pelo alemão Bert Hellinger que objetiva trabalhar as dificuldades existentes nos sistemas familiares. No futuro, Luciana pretende atuar em alguma Organização Não Governamental (ONG), ministrando oficinas artísticas e repassando o conhecimento adquirido ao longo das últimas duas décadas. Para isso, a artista afirma serem necessários um maior investimento por parte do poder público e o entendimento dos governantes de que a arte pode trazer impactos positivos para a sociedade em longo prazo. “É meu maior sonho contribuir com a vida das pessoas e mostrar para elas uma alternativa de terapia, que não seja somente a dos consultórios. Expor meus quadros e meu trabalho é ótimo, mas, com o tempo, isso fica vazio. Quero deixar um legado e ajudar a transformar vidas”, destaca. ■



Elizabete Ribeiro e Leôncio Farias



Fabiana Vilas Boas, Elizabete Ribeiro, Bernardo Sabino, Alencar Mayrink e Marcos Mota

Biblioteca reinaugurada

No dia 10 de março, a Biblioteca Professor Osvaldo Franco, da Escola Municipal Aristides José da Silva, no bairro Jardim Teresópolis, em Betim, foi reinaugurada. O espaço agora é maior e oferece mais livros de literatura aos estudantes. No local, também foi feita uma Gibiteca, com revistas em quadrinhos e mangás, além da área de contação de histórias e de uma parede em tinta de quadro para os pequenos soltarem a imaginação! Participaram da reinauguração o filho do autor Fernando Sabino, Bernardo Sabino, o conselheiro estadual de Cultura, diretor na Câmara Mineira do Livro e diretor da Editora Lê, Alencar Mayrink, e o escritor mineiro de literatura juvenil, autor da série de livros de fantasia “Objetos de Poder”, Marcos Mota, além da equipe da escola: Marilene Brito, bibliotecária, Maísa Souza, vice-diretora, Leôncio Farias, diretor, Rosileia Santos, vice-diretora, João Paulo Carvalho, bibliotecário, Érica Moreira, bibliotecária, e Suzan Afonso Fenner, designer de interiores responsável pelo projeto da biblioteca.



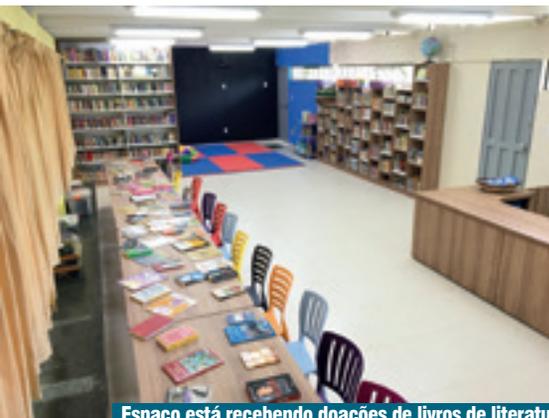
Bernardo Sabino e Leôncio Farias



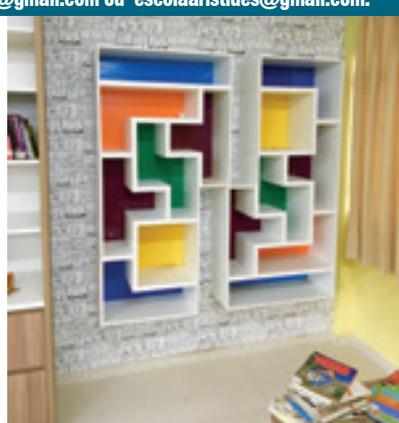
Equipe da escola Aristides: Marilene Brito, Maísa Souza, Leôncio Farias, Rosileia Santos, João Paulo Carvalho, Érica Moreira e Suzan Fenner



Alunos da Escola Municipal Aristides José da Silva, no bairro Jardim Teresópolis, curtem a nova Biblioteca Professor Osvaldo Franco



Espaço está recebendo doações de livros de literatura. O contato pode ser feito pelo celular/WhatsApp (31) 98335-1129 ou pelos e-mails leonciodefarias@gmail.com ou escolaaristides@gmail.com.



A melhor opção
para quem aprecia
um excelente
churrasco!



**TREVO
CONTAGEM**

3396-1640

Av. Columbia, 960
Contagem-MG

www.carretaotrevo.com.br
Churrascaria Carretão Trevo
@carretaotrevo





Apresentação do coral do Gigante



Álvaro Amaral e Jurciléia Oscar



Jurciléia Oscar, Daniel Costa, Gilson da Autoescola, Claudinho e Leo Contador

45 anos do Gigante

Uma grande festa marcou a comemoração dos 45 anos da Escola Municipal Antônio D'Assis Martins, conhecida em Betim como "Gigante". Realizado no dia 18 de março, o evento foi marcado pela emoção e contou com a presença de atuais e ex-alunos, funcionários, ex-diretores e pessoas que participaram de alguma forma da história da instituição. Para registrar o momento, alunos fizeram uma cápsula do tempo com cartas, mensagens e expectativas para o futuro. O material foi enterrado na escola e será reaberto daqui a dez anos. O evento contou com a participação do deputado estadual Geraldo Pimenta, do vice-prefeito de Betim, Vinícius Rezende, do presidente da Câmara Municipal, Leo Contador, dos vereadores Claudinho, Daniel Costa e Gilson da Autoescola, da secretária municipal de Educação, Ellen Ísis, e da equipe da escola: a diretora Jurciléia Oscar, os vices Waldirene Lúcia e Stanislaw Mansur, além de professores, funcionários e alunos da instituição.



Descerramento de placa comemorativa feito por Vinícius Rezende, Ellen Ísis, Geraldo Pimenta, Jurciléia Oscar, Waldirene Lúcia, Stanislaw Mansur e Roberta Medeiros



Fechamento da cápsula do tempo feito pela bibliotecária Maura Freitas, pelos vices Stanislaw Mansur e Waldirene Lúcia e alunos da escola



O aluno da EJA Antônio dos Santos segura o bolo comemorativo ao lado de Stanislaw Mansur, Jurciléia Oscar e Roberta Medeiros



Homenagem aos diretores Jurciléia Oscar, Eunice Aparecida, Edward Flaviano, Jaine Moreira, Andrea Kolasco, Rubens Purisko, Marta Sandra, Eutair Santos, Joana D'Arc e Heloísa da Mata

Seja um assinante

da revista mais completa da cidade.

Receba mensalmente o nosso conteúdo com comodidade.

Ligue agora:

3593.0042

Ou acesse:

revistamais.com



revista **Mais**

DIFÍCIL NÃO QUERER IMPOSSÍVEL RESISTIR

Estamos abertos todos os dias... Venha sentar ao ar livre e tomar aquele chopp gelado em um dos restaurantes mais tradicionais da cidade!

Praça Milton Campos,
nº 123 - Betim MG

 31 3511-9382

 Ticket
Restaurant®

 sodexo
REFEITO
Pela

 VR
Restaurante

 café
3 anos

 Cartão de Crédito

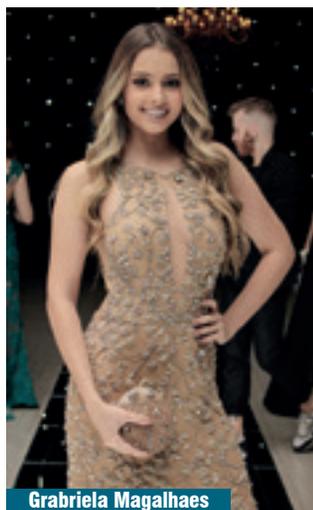


6 anos

PEIXE & CIA.



Pedro Andrade, Miran Costa, Karina Kunha, Sílvia Pinho e Rodrigo Assif



Gabriela Magalhaes



Helena e Anna Clara Carvalho

Luxo e solidariedade em um só evento

O coquetel de lançamento da linha de cílios postiços Carnaval em Veneza, da GB Cosmetics, contou com muito glamour e gente bonita no dia 17 de fevereiro, no bufê Ilustre, em Betim. O produto é patrocinado pela Swarovski, cujas pedras estão presentes nos cílios. O anfitrião e proprietário da marca, Guilherme Baptista, recebeu nomes de peso, como o maquiador Rafael Guapiano e o stylist João Paulo Durão. Mesmo com presenças ilustres, o destaque foi para o propósito da festa: cada convidado teve que levar 2 kg de alimento não perecível, e os donativos foram doados para a Casa Aura, que apoia crianças e adolescentes com câncer.



Danielly Gleice, Guilherme Baptista e Adriana Barbosa



Agata Dias, Adriana Garcia, Guilherme Baptista, Mirian Costa e Caroline Diniz



Julia Martins



Thiago Iessa e Vittoria Lapertosa



Gabriela Machado, Guilherme Baptista e Eduarda Fernandes



Luiza Gontijo, Guilherme Baptista e Ariane Norbel

RZR S 900EPS

Novo motor Prostar 900 EFI com 76 cv, amortecedores FOX Performance Series 2.0 Podium X, curso de suspensão traseira com 33,5 cm



Corra. Seja o primeiro sempre em suas corridas



AV. Raja Gabaglia 4.671 - Santa Lucia - BH/MG (31)3245-0007 / vendas@bhpolaris.com.br

Certificado **Digital**



Conluck
Contabilidade
Sempre Pensando em Você!

A Certificação Digital promove maior segurança e confiabilidade nas transações pela internet, além de um sistema ágil e confiável.

☎ 31 3591.3247 / 99167.7474[®]

Falar com Edmar ou Glayson
CRC MG 105123

www.conluckcontabilidade.com.br
✉ conluckcont@terra.com.br

Rua Emerciana Pedro da Silva, 210
Jd. Teresópolis - Betim / MG

APOIO:



TOP TÁXI BETIM

O Top Táxi Betim, app de táxi que promete ser mais atrativo que o concorrente Uber, foi lançado em 21 de março, no auditório Ady Rosa de Freitas, no Centro Administrativo João Paulo II. A ferramenta foi desenvolvida após pesquisa feita com usuários da Uber. "Com o aplicativo, nosso serviço é, hoje, muito mais atrativo para a sociedade, porque já superávamos a Uber no aspecto 'segurança', segundo a pesquisa, e, agora, nós nos equiparamos nas outras questões", diz o diretor da associação de taxistas do município, Glalton Lucas. Desde o lançamento, o app, que permite que o passageiro pague um valor 35% mais baixo que o mercado no taxímetro, já ultrapassa 1.500 usuários em Betim. O Top Táxi Betim já tem 90 profissionais cadastrados e pode ser baixado gratuitamente através da App Store (iOS) ou da Play Store (Android). Na foto abaixo, os taxistas no lançamento do aplicativo junto com o prefeito de Betim, Vittorio Medioli.

Vladmir Araújo



COZINHA ALTERNATIVA

Desde janeiro, Betim conta com uma opção de bar com cardápio vegetariano, o "Dangola Café", no bairro Angola. Os hambúrgueres e a coxinha de jaca verde estão entre os mais pedidos pelos clientes. Instalado em uma antiga casa, o estabelecimento tem dois ambientes: o café, voltado para eventos, e o chamado "Dangola Veg Bar", na garagem, que funciona de quinta-feira a sábado, das 18h à meia-noite. De acordo com um dos proprietários, Sânzio Magno, além de oferecer comida alternativa, o local comercializa exclusivamente cervejas puro malte. "Pensamos em algo diferente para a cidade, porque não tínhamos visto nada do tipo", diz. Segundo ele, que é sócio de Marcel Magno, a avaliação dos clientes tem sido positiva, inclusive, daqueles que não são vegetarianos.

Igor Monteiro



DE CARA NOVA

Aproximadamente dois anos após sua remoção, o obelisco que marcou a inauguração do trecho da rodovia Fernão Dias em Minas Gerais na década de 1950 – no cruzamento da BR-381 com a avenida Bandeirantes, em Betim – está sendo recolocado no lugar. A previsão é que as quatro peças do monumento sejam reerguidas e revitalizadas até a segunda quinzena de abril, de acordo com a diretora de Patrimônio Cultural do município, Elizier Borges Marcelino. O obelisco, que é tombado pelo Patrimônio Histórico de Betim, foi removido para as obras da alça viária que liga o bairro Jardim Petrópolis ao centro, iniciadas em agosto de 2014. Tanto as intervenções quanto a retirada e a reinstalação do monumento foram custeadas pela Autopista Fernão Dias, concessionária que administra o trecho da BR-381 de Minas a São Paulo.

Fotos: Anselmo UBL



SÉTIMA ARTE PARA TODOS

O projeto “Quinta no Cinema” entra em cartaz em Betim em abril. A iniciativa é lançada pela companhia de teatro e cinema Lumeeiro Filmes – que completa dez anos – e pela produtora Pé de Artista, ambas betinenses, e terá exposições de filmes gratuitas nas segundas quintas-feiras de cada mês, a partir das 19h30, na Casa de Cultura Josephina Bento (rua Padre Osório Braga, 18, centro). As sessões serão comentadas e terão a proposta de promover a reflexão social do público. O longa “Sem Controle”, do diretor Sylvio Gonçalves, marcará a estreia do projeto. “Queremos que a cidade seja consumidora de arte”, declara o coordenador da Casa de Cultura, Gilbert Diniz.



EM DIA COM AS URNAS



Eleitores de Betim têm até 9 de fevereiro do ano que vem para fazer o cadastramento biométrico obrigatório. Quem perder o prazo terá o título cancelado e ficará impedido de votar nas próximas eleições, em 2018. De acordo com o Tribunal Regional Eleitoral de Minas Gerais (TRE-MG), no município, os atendimentos nos cartórios serão feitos somente com agendamento prévio pelo Disque-Eleitor (telefone 148) ou pelo site www.tre-mg.jus.br/eleitor/agendamento. Depois, é preciso comparecer à Central de Atendimento no dia e no horário marcados. Além de Betim, Contagem, na região metropolitana, e Uberaba e Uberlândia, no Triângulo Mineiro, terão que fazer a revisão biométrica, obrigatória desde 1º de fevereiro deste ano. Conforme foi informado pelo TRE-MG, 80 municípios mineiros já possuem todo o eleitorado cadastrado biometricamente.

SPAB/Divulgação



AMIGOS DE QUATRO PATAS

Cães e gatos resgatados das ruas de Betim e encaminhados para o Centro de Controle de Zoonoses e Endemias (CCZE) do município agora contam também com os cuidados da Sociedade Protetora dos Animais de Betim (SPAB). Desde o início deste ano, voluntários da organização não governamental dão banho e preparam os peludinhos para adoção. De acordo com a presidente da SPAB, Zilda Cabral, a abertura do CCZE para a entidade foi positiva porque tornou o atendimento aos animais mais humanizado. “Não adianta resgatá-los, chipá-los, castrá-los e soltá-los novamente para adoecerem”, avalia Zilda. Atualmente, segundo a prefeitura, o Centro de Zoonoses prioriza a castração de cães e gatos de rua. O agendamento pode ser feito pelo telefone 3594-5424.



VOCÊ TEM TIREOIDE?

SIM, TODOS NÓS TEMOS UMA GLÂNDULA chama tireoide, que fica localizada na base do pescoço, abaixo do pomo de Adão, com o formato de uma borboleta. A função da tireoide é produzir, armazenar e liberar hormônios tireoidianos na corrente sanguínea, os quais são fundamentais para o funcionamento normal de todos os órgãos, incluindo o coração, o pulmão e o cérebro, além de desempenhar uma função altamente relevante na regulação do metabolismo do organismo por atuar na termogênese e no gasto calórico, uma vez que ela modula nossa taxa metabólica, acelerando o gasto energético e controlando a produção endógena de calor.

As disfunções na produção glandular (hormônios T3 e T4) levam a transtornos importantes para o indivíduo. A redução dos níveis hormonais, chamada de hipotireoidismo, promove desde variações do peso corpóreo até sintomas como perda de memória, obstipação intestinal (intestino preso), desânimo, cansaço, retenção de líquido, dificuldade de engravidar, queda de cabelo, dores musculares e elevação dos níveis do colesterol, levando ao indivíduo uma maior tendência ao ganho ponderal (gordura) à diminuição da termogênese e do gasto energético em até 50%, o famoso metabolismo lento.

Em contrapartida, os indivíduos com hipertireoidismo (elevação dos hormônios T3 e T4) têm exatamente o inverso, pois nesse caso ocorrem perda de peso, apesar do apetite aumentado, diarreia ou aumento do trânsito intestinal, taquicardia, insônia, irritabilidade, ansiedade e alterações menstruais.

Infelizmente, muitos desses sintomas são comuns hoje, na vida moderna, pois estão relacionados ao excesso de trabalho e ao estresse do dia a dia, e só a minoria dos casos em que esses sintomas estão presentes significa um mau funcionamento da tireoide.

É relevante ressaltar que o uso indiscriminado e sem indicação do hormônio pode causar danos muito graves, sendo os mais comuns: arritmias, osteoporose, alteração da pressão arterial e do humor.

É de fundamental importância procurar um médico para que ele faça uma avaliação completa. ■

Texto: Dr. Lucas Penchel e Stefani Rocha
(curso de nutrição da PUC Minas)

Referência: <http://veja.abril.com.br/blog/letra-de-medico/por-que-essa-tal-glandula-tireoide-e-tao-importante/>



**Shopping do
FAZENDEIRO**

BR 381 KM 434 (em frente ao Metropolitan Shopping) BETIM - MG

(31) 3531-3025 / 3531-2424

Fazemos Entregas

- Produtos Agropecuários
- Linha PET
- Butique Country
- Produtos de Piscina
- Inseticidas
- Defensivos Agrícolas



A CI DESEMBARCOU EM BETIM

CONHEÇA AS MELHORES OPÇÕES PARA QUE SEU
INTERCÂMBIO OU SUA VIAGEM SEJA INESQUECÍVEL.
CI. O QUE CONTA É A EXPERIÊNCIA, A SUA E A NOSSA



PARA SABER MAIS,
VISITE NOSSA LOJA.

CI BETIM

Av. Edméia Mattos Lazzarotti 2606,
Loja2 - Betim - MG
betim@ci.com.br
31 3787.1002 |  31 99185.0162

CI.COM.BR

INTERCÂMBIO E VIAGEM



SEU ESPAÇO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



INTEGRAIS ORGÂNICOS GRANEL
CONGELADOS DIET SEM GLÚTEN SEM LACTOSE
LIGHT SUPLEMENTOS PADARIA LANCHONETE

(31) 3532-7547   /mercadoverdenaturais
(31) 9-7360-5585   mercadoverde_naturais

www.mercadoverdenaturais.com.br

Av. Edmeia Mattos Lazzarotti, 2.610, Ingá Alto
Betim - MG