



edição 278
ABRIL 24
distribuição
gratuita

www.
revistaviverbrasil.
com.br

FOTO MÓNICA MACHADO



—
Renata Araújo:
"O corpo
precisa estar em
movimento"

VITAMINA DE ALEGRIA

*Mulheres maduras
descobrem na dança
muito mais do que um
simples exercício físico*

ViverBrasil

ENTREVISTA **ALEXANDRE ATHENIENSE, ADVOGADO: "TEMOS LIBERDADE DE EXPRESSÃO, MAS TAMBÉM TEMOS LIMITES"**

ARTIGO PCO **"MUITOS USAM A DEFESA DE PRECEITOS DEMOCRÁTICOS PARA TRAMAR CONTRA A DEMOCRACIA"**

EDITORIAL

LIBERDADE DE EXPRESSÃO

GUSTAVO CESAR OLIVEIRA
gco@vbcomunicacao.com.br

Nenhum tema dominou o noticiário e as redes e inflamou tanto as discussões nos últimos dias como as declarações de Elon Musk sobre o Supremo Tribunal Federal. Os palpites do empresário, dono do X, sobre as decisões da Justiça do nosso país suscitaram discussões sobre os limites _ ou não _ da liberdade de expressão, dividindo, mais uma vez, a sociedade do país e acirrando os ânimos entre esquerda e direita. Nosso entrevistado, o advogado Alexandre Atheniense, especialista e pioneiro em direito digital, ajuda a colocar luz no que determina a legislação brasileira no caso das big techs. Ele fala sobre o Marco Civil da Internet, como o direito de se expressar não inclui ofensas e as diferenças da nossa para a sociedade norte-americana. Vale a leitura. Em nossa reportagem de capa, uma tendência que vem ganhando força em Belo Horizonte: é crescente o número de mulheres após os 50 que quer e busca se expressar por meio da dança. Seja ela clássica, contemporânea ou popular, o que importa é unir o movimento do corpo à alegria de dançar e formar novos laços. Confira e até a próxima!

DIRETOR-GERAL

Paulo Cesar de Oliveira

DIRETOR

Gustavo Cesar Oliveira

Edição, coordenação e produção

Feito por ME

Repórteres colaboradores

Eliane Hardy
Flávio Penna
Sueli Cotta

Projeto gráfico

Greco Design

Editoração

Oriana Panicali

Articulistas

Eduardo Fernandez
Gilda Vaz
José Martins de Godoy
Mauro Ladeira
Paulo Paiva
Wagner Gomes

Colunistas

Cibele Ruas
Lucien Newton
Mafé Lages
Samuel Guimarães
Téo Scalon

Analista comercial

Sumaya Mayrink



Departamento comercial MG (31) 98473-0154

comercial@revistaviverbrasil.com.br
redacao@revistaviverbrasil.com.br

Viver Brasil é uma publicação da VB Editora e Comunicação Ltda.

Avenida Raja Gabaglia, 2000, sala 926, Torre 1
Ed. Parque Avenida Estoril / Belo Horizonte
MG - CEP: 30.494-170
(31) 2526-7698 e 98418-5330

SUMÁRIO

COLUNAS

- 4 Coluna do PCO
- 6 Entre Aspas
- 26 Franquear
- 28 Tempo de Inovação
- 46 Perspectiva Psi
- 55 Viver Viagem
- 59 Viver Felicidade
- 60 Viver Gourmet
- 64 Zoom

ARTICULISTAS

- 12 Paulo Cesar de Oliveira
- 16 Paulo Paiva
- 18 Wagner Gomes
- 24 Eduardo Fernandez
- 40 José Martins de Godoy
- 54 Gilda Vaz
- 71 Mauro Ladeira

SEÇÕES

- 8 Entrevista
- 14 Comportamento
- 20 Serviços
- 30 Veículos
- 34 Especial Capa
- 42 Perfil
- 50 Tendência
- 56 Gastronomia
- 66 Evento



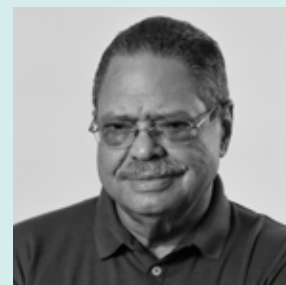
 MANOEL
BERNARDES

BH SHOPPING 1º piso — 31 3286 2492
BH SHOPPING 4º piso — 31 35055170
DIAMOND — 31 3292 9055
PÁTIO SAVASSI — 31 3284 2552
DEL REY — 31 3415 6009

© f

www.manoelbernardes.com.br

COLUNA DO PCO



PAULO CESAR DE OLIVEIRA

OS 50 ANOS DA KLUS

Neste mês de abril, mais precisamente no dia 22, a Klus Moda Masculina, hoje liderada pelo empresário Salvador Ohana e seu filho Rafael, está completando 49 anos como a principal loja de moda masculina de Minas Gerais, com unidades nos principais shoppings de Belo Horizonte e uma bela “maison” na rua Aimorés. Em 2025, a Klus chega ao seu cinquentenário e comemorações serão feitas com toda razão. Salvador abriu a Klus quando tinha 19 anos.



CENTRO DA PRODUÇÃO MINERAL

O presidente do Sindiextra, Luís Márcio Vianna, disse que “Minas Gerais é o centro da produção mineral do Brasil. São mais de 50 minérios explorados, entre minerais metálicos e não metálicos, além de participar com 41,4% do Valor da Produção Mineral do Brasil e sediar as principais empresas extratoras”.

MAIS TEMPO EM MINAS GERAIS

Por determinação do presidente Lula, o ministro Renan Filho vai passar mais tempo em Minas Gerais. Dentre as ações no estado, ele avisou que pretende assegurar a realização do leilão de concessão da BR-381, “o quanto antes e acelerar o processo de contratação das obras dos lotes 8A e 8B”.

ETANOL EM ALTA

Mário Campos Filho, presidente da Siamig, comemora o desempenho do setor sucroenergético. As vendas de combustíveis em Minas encerraram o primeiro bimestre de 2024 com alta de 8,5%, somando 2,61 milhões de metros cúbicos. A alta foi puxada, principalmente, pela maior demanda pelo etanol hidratado.



CLIMA DE TERROR

O temperamento explosivo e arrogante do presidente do BNDES, Aloizio Mercadante, causou um clima de terror na Petrobras ao ter seu nome ventilado para assumir a estatal. Esse também o motivo de o ministro Alexandre Silveira ter recuado nas suas críticas ao presidente da empresa Jean-Paul Prates.

TEORIA DA CONSPIRAÇÃO

Claro que o STF não pode deixar de agir quando está sendo desafiado de modo acintoso. Mas daí a esquerda disseminar a ilação de que o movimento do X está conectado com forças políticas no país vai uma distância muito grande. Eles acham que a direita brasileira anda atrás de um herói, e que Elon Musk se candidatou para a vaga.

LÍDER DA DIREITA MUNDIAL?

Renata Mielli, coordenadora de órgão gestor da internet, avalia que o empresário Elon Musk está esgarçando a corda para gerar uma decisão que leve à suspensão da atividade do X no Brasil. E, em sua avaliação, se isso vier a acontecer, pode ampliar a extrema direita no Brasil. Ela acha que Elon Musk tem, claramente, um desejo de se posicionar como uma liderança política da extrema direita no mundo.

A CORRIDA DO OURO

O ouro, mantendo sua trajetória ascendente, parece desafiar a lógica convencional que liga seus preços à movimentação dos rendimentos dos títulos do Tesouro dos EUA e às expectativas de ajustes na política monetária do Federal Reserve

CONVERGÊNCIA POSITIVA

FecomércioMG (Nadim Donato), Fiemg (Flávio Roscoe) e Faemg (Antônio de Salvo) mostram que é possível o setor produtivo ter uma convergência positiva em favor da sociedade. Os presidentes das três entidades estão desenvolvendo ações em conjunto, como proposições e defesa de pautas junto ao poder público, inclusive em relação à reforma tributária.



CLAMOR DO MOMENTO

Os donos do poder, usualmente, aproveitam toda e qualquer oportunidade que possa servir de ensejo para o estabelecimento de amarras ao livre discurso de ideias, bem como de instrumentos legais para a perseguição de inimigos políticos. É no clamor desses momentos que surgem leis e regras que concederão ao governo o grau discricionário necessário para a viabilização da censura.

FOGO AMIGO

É provável que em nenhum outro país do mundo aconteça algo tão irracional quanto o movimento petista que tenta atingir o presidente da Petrobras. Nessa novela que se estende, Jean-Paul Prates está sendo “queimado” por suas qualidades, não por seus defeitos. Está mais para algazarra do que para política, pilotada pela nau dos insensatos.

ENTRE ASPAS



SUELI COTTA

MULTIPLICAÇÃO DOS PARTIDOS POLÍTICOS

Na ditadura militar, a política brasileira estava restrita a dois partidos: Arena e o Movimento Democrático Brasileiro (MDB). Com a redemocratização, o pluripartidarismo voltou e com ele a criação de cinco legendas. Nas eleições seguintes, as legendas se multiplicaram e, no último pleito, mais de 30 partidos estavam aptos a participar da disputa. Com algumas fusões, hoje são 29 legendas com registro no Tribunal Superior Eleitoral.

DIREITA E ESQUERDA

Com a redemocratização do país e o retorno do pluripartidarismo, correntes ideológicas

“Nossas vidas começam a terminar no dia em que nos silenciamos sobre as coisas que importam.”

MARTIN LUTHER KING



“Não roubar, não deixar roubar, pôr na cadeia quem rouba. Eis o primeiro mandamento da moral pública”.

ULYSSES GUIMARÃES



se formaram como os herdeiros do trabalho getulista, como o PTB e o PDT, agora brizolista, além do PT e o PSDB, partidos que dominaram a cena política brasileira, junto os remanescentes da ditadura, PFL e PMDB.

POLARIZAÇÃO

A polarização entre o lulopetismo e o bolsonarismo anulou a participação de outras legendas na corrida presidencial nas últimas eleições e pode dominar as eleições municipais deste ano. Lula e Jair Bolsonaro querem manter o foco nos dois pensando em 2026. Romper o extremismo é uma tarefa difícil.



NOVA FIAT

TITANO



Leo Burnett TM



CHEGOU A SUA VEZ, DE FAZER HISTÓRIA



PAZ NO TRÂNSITO COMEÇA POR VOCÊ.

CÂMERA 360° OFF-ROAD



TRAÇÃO 4X4



MAIOR CAÇAMBA DA CATEGORIA



ALEXANDRE ATHENIENSE

'TEMOS LIBERDADE DE EXPRESSÃO, MAS TAMBÉM TEMOS LIMITES'



Advogado especialista em direito digital fala sobre ética e diz que big techs com escritórios no Brasil têm que se submeter às leis do país

A internet é terra de ninguém? O assunto ganhou destaque nos últimos dias após o empresário Elon Musk decidir atacar a Justiça brasileira e chamar o ministro do Supremo Tribunal Federal, Alexandre de Moraes, de ditador brutal. A polêmica em torno das mídias digitais e das chamadas big techs, como Google e X(ex-Twitter), não é de hoje.

O advogado Alexandre Atheniense, especialista no assunto e que há 37 anos atua nessa área, foi um dos primeiros a trabalhar com o direito digital, com curso de especialização em Harvard para entender esse grande dilema mundial: os limites éticos da liberdade de expressão.

EXISTEM LIMITES PARA A INTERNET?

Eu fiz um curso de especialização em 2011, em Harvard e, desde então, os professores falavam que o grande cenário de debate mundial que temos, e que vem desde aquela época, é de um lado as big techs e de outro lado os países, os governos, os Estados. É porque as big techs querem passar um recado dizendo o seguinte: “olha, o país pode ser Brasil, pode ser qualquer outro e eu vou fazer de tudo para poder não cumprir ordem judicial, cumprir a legislação. Se eu quiser, depois de muito tempo, depois de procrastinar, eu vou ver se eu cumpro”. Hoje, a linha de pensamento deles é essa. Ou seja, é uma linha essencialmente norte-americana na forma de pensar. Eu estudei lá, então eu sei como é que é isso. O conceito de liberdade de expressão nos Estados Unidos é muito mais amplo, muito mais dilatado do que no Brasil. O norte-americano diz assim “ aqui no nosso país, a gente responde palavras com palavras”. Quer dizer, isso não funciona dentro do nosso contexto



FOTO/ DIVULGAÇÃO

legal brasileiro. Aqui, se uma pessoa resolve fazer fake news, resolve ofender a outra, isso não é considerado liberdade de expressão. E o que estamos vendo agora, com esse episódio, é justamente esse desafio. Ou seja, de um lado o Supremo dizendo: “no nosso país temos uma legislação, a qual estamos interpretando, e que há uma violação por parte do X, que é o antigo Twitter, de querer não cumprir ordens judiciais.

MAS HOVE UM ATAQUE DIRETO AO MINISTRO ALEXANDRE DE MORAES.

Exato, ficou muito pessoal a discussão do assunto. Você tem de um lado o Elon Musk dizendo; “olha, é, eu comprei o Twitter, só que minha linha de pensamento e a de transformar o Twitter, em uma ágora, uma praça que existia na Grécia antiga, que qualquer pessoa podia chegar lá e falar o que quisesse”. Do outro lado você tem o governo brasileiro, representado pelo Judiciário, dizendo que não é assim, aqui no Brasil, para manter o serviço ativo, eles têm que respeitar a nossa soberania, a nossa jurisdição. Eles têm que se sujeitar as leis brasileiras. E aí nesse confronto sobe a temperatura e o Elon Musk tem dado declarações usando uma adjetivação pesada, como quando ele chama Alexandre de Moraes de ditador brutal. Chegou ao ponto, inclusive, em que ele estava ensinando os brasileiros, em um tutorial, que mostra como ter acesso a conteúdos de outros países com acessos vedados para o Brasil e usar o recurso para poder driblar essa barreira. Ele está sugerindo, que se houver o bloqueio do X no Brasil, se for usado esses recursos, é possível acessar as contas dessas pessoas que foram censuradas e que hoje estão com a conta nos Estados Unidos, por exemplo, e lá a legislação brasileira, a priori, não alcança. Mas isso aí não é uma verdade absoluta, porque desde junho de 2014 nós aprovamos o

Marco Civil da internet e ele é muito claro ao interpretar a situação da seguinte maneira: mesmo que uma empresa tenha sede no exterior, se ela tem um escritório de representação do Brasil, que é o caso do X, o escritório do Brasil é obrigado a respeitar a legislação brasileira. Então, não importa falar que a sede dele está em San Francisco, na Califórnia. Se ele tem um escritório de representação no Brasil, o escritório daqui é obrigado a cumprir as normas e o de lá, de São Francisco, não pode agir em contrário.

O GRUPO BOLSONARISTA, POR EXEMPLO, ENDOSSOU O DISCURSO DE MUSK. O BRASIL VIVE UMA DITADURA IMPOSTA PELO SUPREMO?

Eu acho que tem situações que não são bem esclarecidas porque, direito à liberdade de expressão é um direito garantido na nossa Constituição. Agora, direito a usar pretensamente do pretexto de liberdade de expressão e dali começar a fabricar fake News, desinformação é outra coisa. O Brasil não é igual aos Estados Unidos em termos de liberdade de expressão, não é. Elon Musk pensa na cabeça norte-americana. Na Constituição norte-americana, no artigo primeiro, que aborda sobre liberdade de expressão, o conceito é absolutamente amplo. Então o que para eles, Estados Unidos, é considerado liberdade de expressão aqui no Brasil, não é. E aí o que acontece? Os bolsonaristas que defendem o ELO Musk defendem em que sentido? Está tendo censura da internet, isso não pode acontecer. A internet tem que falar o que quiser e isso não é assegurado na legislação brasileira. Você pode falar o que você quiser, mas não pode ofender, você não pode praticar desinformação. O que Donald Trump fez nos Estados Unidos e que o Bolsonaro copiou e deu certo na primeira eleição, foi plantar desinformação. Ele

sempre defendeu a liberdade de expressão como sendo uma forma ampla, geral e irrestrita e que, conseqüentemente, não haveria, em hipótese alguma, um de poder para cerceá-la nos casos de excessos de liberdade de expressão. Temos liberdade de expressão? Temos, mas também temos limites.

E OS LIMITES SÃO ULTRAPASSADOS DE QUE FORMA?

De duas formas. Uma quando o discurso é ofensivo. Segunda, quando o discurso é falso, planta desinformação. Todas as vezes que alguém chega na internet e propositadamente ofende ou planta desinformação, não há que se falar em liberdade de expressão. Isso é excesso. E os bolsonaristas defendem essa forma porque deu muito certo a estratégia deles nesse sentido em 2018, quando o TSE ainda não estava maduro o suficiente para entender o que estava acontecendo, em termos de estratégia que eles utilizaram. O WhatsApp foi o palco dessas divulgações e a linguagem que foi utilizada. Foi uma enxurrada de desinformações. Ele fez uma rede enorme de repassadores. Não posso dizer que foi por isso que ele ganhou a eleição, mas que ajudou muito. Ajudou porque do outro lado, do PT, não tinha. Não tinha nada de articulação em relação a esse tipo de estratégia. E agora nós estamos em 2024. Em 2024, no mundo digital, o que que acontece de diferente? A inteligência artificial. Então nesta situação o risco o dano da desinformação é potencializado.

A JUSTIÇA ELEITORAL ESTÁ PREPARADA PARA ISSO?

O ministro Alexandre de Moraes conseguiu publicar uma legislação no Brasil na área eleitoral inédita no mundo. O Brasil teve a primeira legislação no mundo que regulamentou o uso da inteligência artificial nas campanhas eleitorais.

O que significa isso na prática? É que se um candidato utilizar, durante a campanha eleitoral, recursos de inteligência artificial não declarada, ao mesmo tempo, para plantar desinformação, ele vai ter o mandato cassado, é punição. Não tem nenhum outro país do mundo que fez isso. O nosso primeiro. Mas só vale para o aspecto eleitoral.

HÁ UM TEMOR DE QUE A INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL SEJA USADA DURANTE O PROCESSO ELEITORAL COM USO IRREGULAR DAS IMAGENS. ISSO PODE LEVAR AS PESSOAS A TEREM QUE PROVAR QUE NÃO SÃO ELAS QUE ESTÃO APARECENDO EM FAKE NEWS?

Sim, com certeza. Lidamos diariamente com isso e sabemos o seguinte: que primeiro, é importante monitorar tudo, porque quanto mais rápido for a resposta, quando houver um ataque dessa natureza, e quanto mais assertiva for essa resposta no mesmo canal onde houve o ataque, você consegue desconstruir mais rápido essa versão falsa. O que não pode é uma versão dessa ser plantada e a vítima ficar quieta, ficar parada. Pelo contrário, acho que ela tem que agir rápido e de forma assertiva para poder, em menos de 24 horas, desconstruir essa versão. Porque se o assunto viralizar, aí fica pior. A Justiça Eleitoral, difere das outras Justiças que temos no Brasil, por ser extremamente célere. Ela é uma Justiça que quando fixa uma penalidade qualquer, ela fixa para um provedor como o Meta, Google e outros, para cumprir em horas. Então lembro que na eleição passada, o ministro Alexandre Moraes, vendo que estava acontecendo muita desinformação, muito fake News no YouTube na véspera da eleição, e o YouTube era um dos sites mais difícil de você remover conteúdos, ele chegou a fixar multa de R\$100 mil por hora, se não fosse cumprido imediatamente. A decisão tem que ser cumprida em horas. ®



SESI

**Indústria
prevenida
pode contar
com SESI vida.**



O SESI VIDA é referência em cuidado, com 5 milhões de pessoas impactadas pelos serviços de SST e qualidade de vida em mais de 700 empresas atendidas. Para os trabalhadores, garantimos a saúde e o bem-estar no dia a dia. Para o seu negócio, somos inovação e tecnologia para crescer com produtividade e segurança.

Nossas soluções trazem benefícios como:

- Redução do absenteísmo;
- Ambientes de trabalho cada vez mais seguros e saudáveis;
- Atendimento à legislação;
- Melhora do clima organizacional.



**Acesse sesivida.fiemg.com.br
e conheça nossas soluções.**

SESI vida
Cuidar é nosso foco.



PAULO CESAR DE OLIVEIRA

Jornalista

REDES SOCIAIS SOB POLÊMICA

Um dia teremos que enfrentar com seriedade o problema. O mundo inteiro debate formas de regulamentação das redes sociais. Aqui o debate é distorcido, colocado como questão política entre direita e esquerda. Alguns querem silenciar as redes com legislação dúbia. Outros, claro em função do momento político que vivem, defendem a proibição da regulamentação, com um discurso baseado na liberdade de expressão, liberdade que nem sempre defenderam e até combateram com violência.

O tema agora está sobre a mesa de discussões - alguns políticos oportunistas buscam colocá-lo sob a mesa - e não se vê no horizonte qualquer possibilidade de consenso. Os interesses são muitos e, reconhecamos, a ignorância sobre o tema também. Somos todos leigos. Ainda vivemos a revolução na comunicação provocada pelas redes sociais. Mas qual será, a médio prazo, a capacidade de influir das redes? Ainda estamos vivendo a fase do encantamento, de aceitação, por desconhecimento, de tudo aquilo que nos

OS INTERESSES
SÃO MUITOS E,
RECONHEÇAMOS, A
IGNORÂNCIA SOBRE
O TEMA TAMBÉM.
SOMOS TODOS
LEIGOS

impingem. Este é o risco. Disso estão se aproveitando espertalhões de todas as espécies para obter vantagens em todas as áreas.

Muitos usam a defesa de preceitos democráticos, como a liberdade de expressão, para, nas redes sociais, tramar contra a democracia. Corromper. Diante da enorme capacidade das redes sociais de influir, de dominar mesmo as pessoas, o melhor mesmo é regulamentá-las, assim como se deve regulamentar o uso da inteligência artificial. Como regulamentar é a questão ainda sem solução. Confesso que não tenho a fórmula. ^{VB}



CARTÃO
nosso
pay

O CARTÃO QUE
FACILITA SUAS
COMPRAS.



FAÇA JÁ O SEU CARTÃO

Válido para **lojas físicas**
ou **compras on-line.**

Parcelamento em até **3x sem juros***

Bazar e adegas em **até 10x sem juros***

Frete grátis para compras
no supernosso.com**

Descontos exclusivos em marcas
parceiras

E você ainda
acumula pontos



* Parcela mínima de R\$50. ** Valor mínimo de R\$49,90.

CONSULTE AS LOJAS QUE RECEBEM O
CARTÃO NOSSO PAY EM **NOSSOPAY.COM.BR**

PENDURA AÍ, POR FAVOR!



Em época de pagamentos por cartão ou Pix, estabelecimentos comerciais e clientes ainda mantêm relações de confiança com o famoso fiado



Merceria Diniz: "segunda casa" dos clientes

Localizado há quase 40 anos no mesmo endereço, no bairro Cidade Jardim, a Merceria e Padaria Diniz já deixou de ser apenas um comércio e alcançou o status de “segunda casa” dos clientes. Lá é comum que algum morador deixe uma encomenda para outra pessoa pegar, pare alguns minutos para bater um papo ou leve alguma lembrancinha de viagem para o proprietário Odilon Cardoso de Sousa, que comanda o local desde 1985.

“Gosto de chamar cada um pelo nome ou criar

um apelido carinhoso. Sinto que isso aproxima e estreita a relação. Além disso, eles também confiam na curadoria que faço na loja. Só coloco produtos que já experimentei e confio. Tudo isso vai criando uma proximidade e fortalecendo os laços”, afirma.

Natural, portanto, que as formas de pagamento seguissem as mesmas regras de confiança. Por lá, ainda é comum a compra no fiado por meio das antigas cadernetas. “Para mim é vantajoso pois não há o custo que eu teria com as taxas de

cartões de débito ou crédito. A relação de confiança também diminui as chances de calote”, garante. Já para o cliente, Odilon aponta que o fiado traz comodidade e rapidez. “Também atendo muitos condomínios que fazem compras de lanche para funcionários. É muito mais prático ir comprando e pagar tudo de uma vez só depois”, reflete.

O que parece um modelo datado ou fora de moda, na verdade, segue firme e forte em nosso país. Um levantamento feito pela Web Automação, empresa de soluções de vendas e tecnologia para negócios, identificou que mais de 400 locais no Brasil aceitaram o fiado como meio de pagamento em 2023, movimentando R\$ 4,3 milhões. A pesquisa também indica que Minas Gerais está entre os estados que mais aceita este modelo de pagamento, junto com Rio de Janeiro e São Paulo.

Famoso por seus petiscos “raiz” na Barragem Santa Lúcia, o comerciante Mário Libertato, mais conhecido pelos apelidos “Mauro” e “Perereca”, também é adepto do caderninho para atender a freguesia mais antiga. No local há mais de 30 anos servindo delícias como carne de panela, torresmo e moela, ele garante que esse modelo segue firme nos tempos atuais. “Muitas vezes o cliente não tem o dinheiro na hora, pois o pagamento ainda não caiu, e aí ele anota para pagar depois. Mas, tenho uma condição para não sair perdendo. Sempre faço um acréscimo no valor final para compensar essa espera para receber”, diz.

Quem também aposta na relação de confiança, e nos pagamentos a prazo, é a empresária Naiara Ferreira, CEO da Tia Lia Lanches. A empresa tem como foco fornecer lanche para trabalhadores em canteiros de obras e também para eventos e coffee breaks. Segundo ela, as construtoras têm prazo de 15 dias para efetuar o pagamento e ter o serviço renovado. “Trabalhamos e só depois recebemos. A nossa confiança é tão grande que temos clientes



Odilon Sousa e Naiara Ferreira: clientes fiéis

que estão conosco há mais de 10, 20 anos e até hoje não têm contrato. Apenas emitimos a nota e o boleto no prazo estipulado e dá tudo certo”, conta.

“Atendemos durante os 15 dias e, se o cliente não paga, interrompemos o fornecimento até regularizar. Desde que passei a administrar o negócio, em 2021, só tivemos dois casos em que não recebemos o acordado”, afirma.

Para ela, o saldo final é mais que positivo. “A relação de confiança é primordial, não dá para trabalhar tendo os dois pés atrás com o outro. Se o cliente está me procurando é porque ele precisa resolver um problema e eu posso ajudá-lo. Acredito na boa intenção”, reflete. ¹⁰

**PAULO PAIVA**

Professor associado da Fundação Dom Cabral e ex-ministro do Trabalho e do Planejamento e Orçamento no governo FHC

O REAL MUDOU O BRASIL

No final do século 19, às vésperas da Proclamação da República, Machado de Assis, em *O câmbio e as pombas*, reclamara: “que quer o senhor que eu faça com este câmbio a 9?” Naquela época, a taxa de câmbio era expressa na quantidade da moeda inglesa equivalente a um mil-réis. E, se já estava difícil conviver com o câmbio a 9 pence, o que dizer quando a conversação do mil-réis caiu para 8? “Dois círculos, um por cima do outro... Um par de olhos tortos e irônicos” observara o escritor, já disiludido.

Há três décadas, no final de fevereiro de 1994, a inflação mensal estava a 42,3% e a anual passava de 3.000%. Conforme registrado nos arquivos do Senado Federal, às vésperas de o governo encaminhar ao Congresso a primeira MP do Plano Real, criando a Unidade Real de Valor (URV), o senador Nabor Júnior (PMDB-AC) pôs a hiperinflação brasileira em termos concretos e práticos: “O pãozinho francês de 50 gramas, que é a alimentação básica da população brasileira, na semana passada custava CR\$ 38 [cruzeiros reais] e hoje está sendo comprado a CR\$ 58”. Em sete dias, mais de 50% de aumento. E acrescentou: “Não podemos admitir que isso ocorra num tempo democrático e fundado nos direitos sociais”.

Hoje, a inflação anual (4,2%) é apenas 10% da inflação mensal de trinta anos atrás! É discutido

A OUSADIA E A CORAGEM DE ITAMAR FRANCO E FHC PRESERVARAM A DEMOCRACIA

se, para que caia até 3% (centro da meta) no horizonte relevante, o Banco Central irá manter a taxa de juros em 11,25% ou reduzi-la, gradativamente, até chegar a 9%, no final do ano. O que diria Machado de Assis?

Ciente do que ocorria mundo afora, a equipe de FHC não teve dúvidas, ancorou a URV no dólar, para sossego do Bruxo do Cosme Velho.

A ousadia e a coragem de Itamar Franco e FHC, responsáveis por mudança tão profunda na economia brasileira, restabeleceram a normalidade monetária, abriram caminho para o crescimento e preservaram a democracia. O país tem ainda muitos problemas, mas na macroeconomia eles são menos complexos do que foram outrora, como indica, por exemplo, o conflito entre governo e Banco Central sobre taxa de juros, equilíbrio fiscal, inflação e crescimento. Preservar o poder aquisitivo da moeda é a mais importante das políticas sociais. Vida longa ao Real no seu aniversário de 30 anos. @



Mariana | Farmacêutica

A vacina da gripe 2024 já chegou na Araujo



A vacina da gripe tetravalente protege
contra 4 subtipos do vírus influenza.
E já está disponível na Araujo.

INDICADA PARA: idosos, adultos, gestantes,
jovens e crianças a partir de 6 meses de idade.

Descontos para Convênio Araujo Empresas
e conveniados Unimed-BH.

Atendimento a domicílio para sua maior comodidade.



Sua clínica farmacêutica



Para saber mais, acesse
www.araujo.com.br/gripe.html
ou vá a Araujo mais próxima.

**WAGNER GOMES**

Administrador de empresas

CALA A BOCA NÃO MORREU

O adágio popular “cala a boca já morreu” tornou-se uma referência contra tentativas de censura e, também, contra quem não aceita a liberdade de expressão. A ministra Carmen Lúcia, do Supremo Tribunal Federal (STF), o utilizou em um julgamento, em abril de 2018, quando o tribunal analisava o habeas corpus preventivo do então ex-presidente Luiz Inácio Lula da Silva. Naquela época, ela apregou que, no Brasil, a liberdade de expressão é uma garantia constitucional e que não se pode silenciar a imprensa ou restringir o direito ao livre pensamento e à livre comunicação de ideias.

Em outra ocasião, “deixa o povo falar”, disse a ministra, citando crônica do escritor e jornalista Fernando Sabino. Com suas repetidas manifestações, sua intenção era enfatizar a ideia de que o tempo em que era possível impor silêncio por meio de censura ou intimidação já passou, e reforçar um dos pilares democráticos fundamentais: a liberdade de expressão. O que mudou desde então? Em função do que ocorre hoje no Brasil, no

QUE LIBERDADE
É ESSA TRANSFORMADA
EM UM CONCEITO SEM
NEXO?

âmbito do judiciário, o povo imagina que querem calar a sua voz. Valores aparecem sendo corroídos, com acrimônia, por práticas impositivas de censura. Cassação de mandatos concedidos pelo eleitorado (vide Deltan Dallagnol) não seria uma forma de amordaçar a voz do povo? Ministro falastrão fora dos autos, faz prejuízo e destila ódio, segundo opinião de seu próprio colega, manifestada em bate-boca transmitido ao vivo, como se a imparcialidade não fosse uma temática a ser observada no devido processo legal.

A autocensura desenvolvida pelo surgimento de uma enviesada pedagogia do silêncio é um grito de alerta contra o retrocesso ao direito de opinar com liberdade. Mas, que liberdade é essa transformada em um conceito sem nexo, que não pode, sequer, ser praticada? A censura voltou à moda, principalmente no expurgo dos que discordam e no acolhimento daqueles que, antes julgados e condenados, agora ditam as novas regras. Um linguajar cheio de metáforas e duplo sentido intimida e acossa quem não se rende à imposição de uma contracultura, sem falar no processo de doutrinação forçado goela abaixo pelos que querem ditar o futuro de uma nova normalidade. Caminhos tortuosos são percorridos na era da pós-verdade. Adotam-se disfarces, mas, a população já percebeu que o “cala a boca ainda não morreu”. Ele vive no meio de nós. E ostenta ótima saúde. ☹



Anuário de Excelência Clínica Mater Dei

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

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

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



Escaneie o
QR CODE e
veja o material.

+ MaterDei Rede
de Saúde

     materdei.com.br

OS 10% VIRARAM 12%, 13%....



Com incorporação da gorjeta aos salários, restaurantes e bares aumentaram taxa e muitos cobram o valor em máquinas separadas



No Seu Bias, gorjeta busca valorizar profissional e compensar taxa do cartão

Quem frequenta os bares e restaurantes de Belo Horizonte para almoçar, ou à noite, durante a semana, aos sábados, domingos e feriados, já deve ter notado a conta um pouco mais salgada. É que alguns estabelecimentos estão cobrando gorjeta acima dos usuais 10%. A prática vem se tornando comum, mas, vale sempre lembrar, não é obrigatória. “Eu cobro 12% de gorjeta para repassar integralmente aos funcionários. A pandemia deixou muitos deles em situação

difícil até hoje”, justifica o chef Domenico Cardamuro, proprietário da Domenico Pizzeria & Trattoria, na Savassi.

No centenário casarão da avenida Bias Fortes com rua Alvarenga Peixoto, está o Seu Bias, que também adotou a taxa. “Os 12% incluídos correspondem não apenas à valorização dos profissionais envolvidos, mas também às taxas das máquinas de cartão, garantindo que o reconhecimento pelo serviço prestado não seja prejudicado”,

ressaltou o sócio da casa e mixologista Vitor Moretti.

A presidente da Associação Brasileira de Bares e Restaurantes, a Abrasel regional Minas Gerais, Karla Rocha, orienta que, apesar de ser opcional, o percentual cobrado deve constar no cardápio. “Quem determina a taxa é o estabelecimento. A gente sempre pede aos associados para aprimorar o atendimento. Não tem uma regra, vai da gestão do empreendimento. Acredito que o rateio seja também para beneficiar o pessoal da cozinha”, comenta.

E sobre esse tema, Vitor Moretti se mostra bem focado. “Em relação à nossa prática de cobrança de 12% de taxa de serviço no restaurante Seu Bias, ela reflete nossa dedicação à excelência no atendimento e na experiência gastronômica oferecida aos clientes”, faz questão de destacar.

A estratégia de incentivo é elogiada pelo presidente da Associação dos Garçons e Similares Intermitentes de Minas Gerais, Ramón de Araújo. “A Lei 13.419 de 13 de março de 2017, conhecida como Lei da Gorjeta, beneficiou o trabalhador porque os 10% passaram a ser incorporados no salário. O piso da categoria é de R\$ 1.550. Então veio agregar. Dependendo do restaurante, o garçom pode obter uns R\$ 3 mil a R\$ 4 mil de gorjeta. E se for um restaurante fino, 12% a 13% a mais na conta, não vai quebrar o cliente que frequenta estabelecimentos entre o Belvedere e Nova Lima”, observa.

Outra observação feita por Ramón Araújo é que a gorjeta incorporada ao salário é um fator que melhora a aposentadoria do garçom e demais funcionários. Se antes o INSS era recolhido apenas pelo salário sem contabilizar as gorjetas, o recolhimento passou a ser maior, garantindo uma condição melhor ao se aposentar.

O estabelecimento pode destinar as gorjetas a uma conta separada, como faz o Seu Bias Bar e Restaurante. “Todos os valores arrecadados são



FOTO / ALESSANDRO CARVALHO

Karla Rocha: “Quem determina a taxa é o estabelecimento”



FOTO / REPRODUÇÃO

Ramón de Araújo: “Veio a agregar”



FOTOS / DIVULGAÇÃO

—
O chef Domenico Cardamuro, do restaurante de mesmo nome, defende a cobrança para remunerar melhor trabalhadores

integralmente repassados aos funcionários, reforçando nosso compromisso com a valorização e motivação da equipe. A cobrança é feita à parte em um conta exclusiva para comissionamento. Nossa clientela compreende e valoriza a qualidade do serviço oferecido, o que tem sido refletido em uma boa receptividade em relação à taxa de serviço. Tudo isso veio em conformidade com a Lei 3.419 de 2017”, ressalta Vitor Moretti.

O chef Domenico Cardamuro conta que a gorjeta recolhida é rateada da seguinte forma: 70% para os garçons e 30% para o pessoal da cozinha, da faxina, e os que lavam pratos. “São 24 funcionários. Quando falta um, é como se faltassem muitos. Cobramos 12% de gorjeta para remunerar melhor esses trabalhadores. Não posso julgar pelo bolso dos outros. Poucos reclamam, mas posso falar por eles (colaboradores), porque é uma

categoria sofrida, trabalha até altas horas da madrugada, feriado e fim de semana”, descreve o chef e proprietário da pizzaria e trattoria.

A Lei da Gorjeta estabelece o pagamento dado de forma espontânea pelo cliente ao funcionário. E além disso, tudo aquilo que a empresa cobra como serviço ou adicional para ser destinado aos funcionários. Dito isso, vale reforçar que a gorjeta ainda continua sendo opcional para o cliente. Fica a critério do restaurante sugerir uma taxa de serviço que pode ser maior ou menor que os famosos 10%. Em São Paulo, em maio de 2017, foi regulamentada uma cobrança de 13% em gorjeta sobre o valor da conta de bares e restaurantes, o que dividiu opiniões entre os paulistanos. A polêmica, no entanto, freou a decisão de muitos estabelecimentos, e menos da metade, segundo declarado pela Abrasel-SP, à época, adotou a cobrança de 13%. ©

Invista em renda fixa com o Banco Bmg.

Faça seu
dinheiro render
no CDB Super
Poup!

► Possui **liquidez diária**
e com rentabilidade
maior que a poupança.

► A conta digital Bmg
tem **consultores de**
investimento prontos
para ajudar.

Ligue para:

0800 979 7201



* Valor de investimento mínimo de R\$50. Antes da contratação, consulte os regulamentos dos produtos e as condições específicas no app Bmg.



Baixe o app Bmg
e abra sua conta!





EDUARDO FERNANDEZ SILVA

Consultor, mestre em economia, ex-professor da UFMG/FGV/UCB, ex-diretor da Consultoria Legislativa da Câmara dos Deputados

DEMOCRACIA É DIÁLOGO, TROCA E INOVAÇÃO

A polarização política, no Brasil e no mundo, dificulta trocar ideias. Um lado não ouve o outro, e pensa que “eles” querem “nos” destruir. Assim, a democracia poderá perdurar? Mais ainda, poderá ser aprofundada, como necessário para solucionar os graves problemas que enfrentamos? Será isso possível sem grandes inovações?

No atual processo de radicalização, a conversação está entrando em colapso. Amo “meu” líder, que é detestado por meus antigos amigos, hoje afastados, que amam “seu” líder e não se aproximam de mim, que não compartilho tal admiração. Sem diálogo e aproximação, como poderemos selar acordos e apertar as mãos, definindo caminhos a trilhar?

Nesse quadro de diálogo quase impossível tende a prevalecer a força bruta, levando

a episódios desumanos como Rússia x Otan (Ucrânia); Hamas x Israel, entre muitos outros, mundo afora.

Além disso, cresce a disparidade em todo o planeta. Como pode um Elon Musk entender as agruras de quem ganha salário mínimo, e vice-versa? Os desafios que cada um deles enfrenta são de natureza profundamente diferente. Como construir políticas públicas que sejam eficazes sem diálogo, sem experimentação, sem que, em países tão diversos, haja diversidade para que as ações sejam adaptadas à micro realidade local? A China adotou sistema flexível que lhe permite ter regras distintas para realidades diversas. Será isso um dos fatores do seu sucesso na redução da pobreza?

Há riscos em ter regras diferentes para locais distintos, mas há também perigos em ter regras iguais para locais muito diversos. Caso tivessem regras mais adequadas a suas realidades, ao invés de idênticas às que regem São Paulo, as centenas de municípios brasileiros com menos de 10 mil habitantes ganhariam ou perderiam?

Dialogar, respeitar, colocar-se no papel do outro, inovar e experimentar são requisitos para superar os imensos desafios hoje colocados a nós, animais humanos! ©

COMO CONSTRUIR
POLÍTICAS PÚBLICAS
QUE SEJAM EFICAZES
SEM DIÁLOGO SEM
EXPERIMENTAÇÃO?

Teste, Compare & **Comprove**

que um **Volkswagen+ na Recreio**

Volkswagen **T-Cross**

Valorização no usado de até R\$ **18Mil***

+ Em até **36x** sem **Juros +** Entrada*



>>> Venha fazer um Best Drive! <<<

Recreio
Completa

Av. Barão Homem de Melo, 3.535
(31) 3319-9000  (31) 98611-1742
www.recreiovw.com.br



Paz no trânsito começa por você.



FRANQUEAR



LUCIEN NEWTON

IFA 2024 E O FUTURO DO FRANCHISING MUNDIAL

A International Franchise Association Convention (IFA) 2024, aconteceu em fevereiro último, na cidade de Phoenix, no Arizona, Estados Unidos. O evento reuniu líderes da indústria de franquias para discutir as últimas tendências, os desafios e as oportunidades do setor.

A convenção ofereceu uma variedade de eventos e atividades e muita ênfase no tema *franchise smarter* (franchising inteligente), ou seja, uma forma mais estratégica e consciente de ver o segmento.

Já estive quatro vezes no evento e sempre é uma experiência única. Uma pena que não vemos tantos brasileiros por lá. Eu por exemplo, fui o único sócio de consultoria especializada em franchising de grande porte no Brasil presente no evento. Nós, consultores, somos os responsáveis por multiplicar conhecimentos e o que acontece na IFA é uma mega atualização de conceitos.

Como sempre, este encontro marca a evolução do setor, ainda que, muitas vezes, com dores específicas do mercado americano, como o termo *joint employer*. Esta legislação redefine o conceito de “empregador” sob a ótica legal, ampliando a responsabilidade para além da empresa que diretamente contrata e remunera o trabalhador. As principais preocupações com a nova legislação incluem aumento da responsabilidade legal; aumento dos custos; dificuldade na gestão da rede de franquias; redução do interesse em franquias.

Para mitigar os riscos e desafios do *joint employer*, as franqueadoras estão tomando diversas medidas, tais como: implementação de treinamentos para franqueados; revisão de contratos de franquia; aumento de investimento em tecnologia e, ainda, trabalhando com o governo e com a indústria de franquia para buscar soluções que minimizem os impactos negativos da nova legislação. Apesar de ser algo específico do mercado americano, sabemos que essa redefinição da relação trabalhista por lá pode “inspirar” o nosso judiciário, portanto, é importante acompanharmos de perto o tema.

Na convenção, também chamou minha atenção como o mercado americano possui uma concentração maior de franqueados por marca, algo próximo a 250 cada, enquanto o mercado brasileiro ronda os 60. Para eles, uma franqueadora com menos de 100 franqueados é uma marca que ainda está no início da jornada. A próxima edição da IFA será entre os dias 10 e 13 de fevereiro de 2025, no Mandalay Bay, em Las Vegas. ©

PARA MITIGAR OS RISCOS DO *JOINT EMPLOYER*, AS FRANQUEADORAS ESTÃO TOMANDO DIVERSAS MEDIDAS

VEM AÍ!



CONEXÃO EMPRESARIAL ANUAL

ARAXÁ 24



Estamos dando a largada para a **13ª edição desse evento**, que se consolidou como o mais importante do segmento, reunindo empresários, profissionais liberais, entidades da sociedade civil e lideranças políticas, de Minas e do Brasil.

Palestras e debates sobre cenários político e econômico, pautas de saúde e empreendedorismo, ações de networking em momentos de esporte, lazer e gastronomia.

Serão 4 dias de programação cuidadosamente preparada para você e sua empresa.

GRANDE HOTEL TERMAS DE ARAXÁ . 13 a 16 de junho

Informações e vendas: (31) 3343-7313
vbcomunicacao@integralle.com.br

TEMPO DE INOVAÇÃO



TÉO SCALIONI

IMPACTO AMBIENTAL

—

A Zaya, greentech que ajuda empresas de todos os portes a calcular seus impactos ambientais, chega ao mercado com o objetivo de tornar a sustentabilidade um tema acessível. A startup oferece um software próprio que faz cálculos de impacto ambiental de maneira descomplicada e científica. O principal plano da startup é se tornar a maior parceira das empresas que querem atender às crescentes demandas de sustentabilidade, desde reportes e criação de produtos mais sustentáveis até exigências de regulamentações do Brasil e do mundo, como o Padrão ISSB (International Sustainability Standards Board) recentemente adotado pela CVM e o mecanismo CBAM (Carbon Border Adjustment Mechanism), já em vigor na Europa.

MAIS TEMPO ON-LINE

—

Será que alguém já parou para calcular quanto tempo o brasileiro gasta nas atividades on-line? Conforme o Relatório Digital Global de 2024 publicado em parceria entre We Are Social e Meltwater, o Brasil é o segundo país onde os usuários passam mais tempo on-line, com média de 9h13, atrás apenas da África do Sul com 9h24. Essa alta taxa de engajamento on-line pode ter diversas implicações, desde oportunidades para empresas alcançarem e engajarem o público brasileiro até reflexos sobre os padrões de consumo de mídia e comportamentos sociais na era digital.



NAS REDES SOCIAIS

—

Outro ponto abordado na pesquisa é que o Brasil está em terceiro lugar mundial no tempo gasto em redes sociais, com os usuários dedicando em média 3h37 diariamente. Os brasileiros ocupam a quinta posição no uso do Instagram, evidenciando a importância desta rede social como um canal de marketing digital crucial no país. Esses números refletem não apenas a presença massiva dos brasileiros nas redes sociais, mas também a oportunidade significativa que elas representam para as marcas e empresas alcançarem e engajarem seu público-alvo de maneira eficaz.



JK

#KLUSFAZ49ANOS

www.klus.com.br

ELEGANTE E CONFORTÁVEL



Líder em vendas no segmento dos SUVs grandes, o Jeep Commander é sofisticado e carregado de tecnologia



FOTOS \ DIVULGAÇÃO

Modelo é o maior da Jeep produzido no Brasil

Líder em vendas entre os SUVs grandes em 2023 e também em 2022, o Jeep Commander tem entre seus atributos design elegante e interior sofisticado, conta com motor eficiente, muita tecnologia e padrão eficiente de consumo. O carro é também o modelo de sete lugares mais vendido do país e recebeu prêmios importantes como Melhor Compra Quatro Rodas 2023 na categoria SUVs até R\$270.000.

Projetado e desenvolvido no Polo Automotivo Stellantis de Goiana, foi lançado em 2021 e é o maior Jeep produzido no Brasil, além de ser

exportado para outros países da América Latina. O Commander é sinônimo de sofisticação e conforto e oferece aos clientes opções de motor turbo flex com tração 4x2 ou propulsor turbo diesel com tração 4x4, além de um grande pacote tecnológico.

Internamente, tem acabamentos cromados e design refinado, com cluster digital personalizável de 10,25 polegadas, Media Center Full HD com tela sensível ao toque Uconnect 5 de 10,1 polegadas, navegação integrada, espelhamento para Apple CarPlay e Android Auto e carregamento



—
Visão lateral e traseira e interna do Commander

de smartphone sem fio. Possui acesso ao porta-malas com abertura e fechamento limitados, desembaçador de para-brisas, retrovisores com rebatimento automático e diversas tecnologias de segurança, como controle de cruzeiro adaptativo e alerta de colisão.

São três fileiras de assentos, sete lugares e um dos maiores porta-malas da categoria com 1.760 litros com todos os bancos rebaixados, 661 litros na configuração com cinco ocupantes e 233 litros com os sete assentos levantados, o maior volume com sete ocupantes no segmento. A segunda e terceira fileiras de assentos são reclináveis, garantindo uma posição mais confortável para os ocupantes.



VERSÕES

- ▶ Commander Longitude T270 4x2 - R\$ 241.590
- ▶ Commander Limited T270 4x2 - R\$ 261.790
- ▶ Commander Overland T270 4x2 - R\$ 289.990
- ▶ Commander Limited TD380 4x4 - R\$ 311.990
- ▶ Commander Overland TD380 4x4 - R\$ 338.990

Consumo 9,8 km/l (cidade) e 11,8 km/l (estrada). Com etanol: 6,9 km/l (urbano) e 8,3 km/l (rodoviário)

A linha 2024 teve atualizações na lista de equipamentos de algumas versões. Todas as versões T270 têm motor 1.3 turboflex de 185 cv a 5.750 rpm e 27,5 kgfm de torque a partir de 1.750 rpm. O câmbio é sempre automático de 6 marchas, com tração dianteira. Já as variantes T380 adotam motor 2.0 turbodiesel de 170 cv a 3.750 rpm e 38,7 kgfm a 1.750 rpm, sempre ligado ao câmbio automático de 9 marchas e tração 4x4.

A versão de entrada é a Longitude, lançada no ano passado, e a topo de linha é a Overland, oferecida nas cores Preto Carbon, Prata Billet, Azul Jazz, Cinza Granite, Slash Gold e Branco Polar e com tração 4x2 e 4x4, como acontece também na versão Limited. ®

NOVOS ESPAÇOS DE TRABALHO PARA A ADVOCACIA



Caixa de Assistência dos Advogados já investiu mais de R\$46 milhões em reformas, aquisições de imóveis e construções de sedes no interior

Propiciar condições dignas de trabalho para os profissionais inscritos na OAB-MG. Este é mais um trabalho desenvolvido pela gestão 2022-2024 da Caixa de Assistência dos Advogados de Minas Gerais (CAAMG). Até o momento, 50 subseções receberam investimentos da CAAMG para adquirir imóvel, construir sede própria e reformar as atuais estruturas.

Para o presidente da instituição, Gustavo Chalfun, “a iniciativa representa novo capítulo na história da advocacia mineira, de conquistas, de valorização e de interiorização das atividades e benefícios. A obtenção da sede própria e a requalificação dos espaços existentes é anseio das subseções e dos profissionais do interior”.

O dirigente anuncia ainda que a Caixa de Assistência dos Advogados, até o fim do mandato,

—
Presidente Gustavo Chalfun destinou mais de R\$46 milhões em recursos para as subseções



SUBSEÇÕES BENEFICIADAS

Alpinópolis, Araçuaí, Araxá, Areado, Barão dos Cocais, Betim, Bicas, Cambuquira, Campos Gerais, Carandaí, Carangola, Carmo do Cajuru, Carmo do Rio Claro, Carmópolis, Contagem, Cruzília, Elói Mendes, Espinosa, Extrema, Governador Valadares, Guaranésia, Guaxupé, Ibiraci, Ibirité, Itaguara, Itumirim, Jaboticatubas, Jaíba, Janaúba, Juiz de Fora, Lavras, Machado, Manhuaçu, Montes Claros, Muriaé, Nepomuceno, Nova Lima, Oliveira, Pará de Minas, Paraguaçu, Perdões, Pirapora, Piumhi, Presidente Olegário, Ribeirão das Neves, Rio Pardo de Minas, São Francisco, São Gonçalo do Sapucaí, São Gotardo, Teófilo Otoni, Três Pontas, Tupaciguara, Várzea da Palma e Viçosa

promoverá novos investimentos estratégicos em infraestrutura que contemplam todos os cantos de Minas. “Devemos chegar a 70 subseções construídas, adquiridas e requalificadas até o final deste ano de 2024”, aponta Chalfun.

COMO OS RECURSOS SÃO ALOCADOS

As diretorias das subseções são ativas na identificação e encaminhamento das necessidades. As sugestões de melhoria são endereçadas à Comissão de Obras da CAAMG. Para garantir que os projetos atendam às diretrizes estabelecidas, a instituição disponibiliza equipe interna que trabalha em conjunto com as subseções nas construções e reformas. Assim, as melhorias são implementadas dentro do orçamento e dos procedimentos preconizados nos normativos da instituição.



Sua hospedagem em Brasília, com gostinho de Minas Gerais.

No Kubitschek Plaza Hotel você será recebido com um caloroso sorriso, uma estada agradável e acolhido em um ambiente familiar.

Aproveite para conhecer o nosso restaurante Diamantina, com um menu inspirado em Minas, incluindo o pudim favorito de Juscelino, que trouxe o jeitinho mineiro para o coração do Brasil.



KUBITSCHEK
PLAZA
HOTEL

🌐 plazabrasilia.com.br/kubitschek
✉ reservaskubitschek@plazabrasilia.com.br

📱 @kubitschekplaza
☎ +55(61) 3329 3333

DANÇAR NÃO TEM IDADE



Mulheres acima de 50 anos rompem convenções e matriculam-se em aulas de balé clássico e danças contemporâneas, provando que nunca é tarde para o primeiro plié



FOTO / MILENE MARQUES

A atriz belo-horizontina Inês Peixoto não esconde a maturidade ao cantar e dançar na abertura do espetáculo “Cabaré Coragem”, montagem mais recente do Grupo Galpão, em cartaz em São Paulo. Sua personagem, Singapura, integra uma trupe cujo nome faz referência à “Mãe Coragem”, obra icônica do dramaturgo alemão Bertolt Brecht, de 1939. Entre outros pontos, a peça questiona, justamente, o “tempo de validade” de artistas “maduros”, em uma sociedade que, cada vez mais, valoriza a juventude. “Interpretamos um elenco explorado por uma mulher que diz que ninguém quer trabalhar com pessoas mais velhas”, contextualiza.

O roteiro converge na vida da própria Inês Peixoto. Aos 63 anos e desafiando convenções, ela encontra na dança um dos principais pilares para manter-se potente e ativa. Desde 2022, ela passou a fazer aulas de dança contemporânea, juntamente com outras mulheres acima de 50 anos. “Sempre gostei de dançar, tanto por conta do suporte corporal no meu trabalho com o teatro, como pelo desenvolvimento pessoal. Já fiz aulas de sapateado e dança do ventre e balé contemporâneo. Agora, tem um gosto diferente. É um tipo de autocuidado, uma forma muito agradável de trabalhar o cérebro e o corpo com novas coreografias a cada mês, além de favorecer a sororidade entre mulheres de idades semelhantes”, conta.

Inês conta que faz aulas pelo menos duas

—
Inês Peixoto: “É uma forma muito agradável de trabalhar o cérebro e o corpo”



FOTO / GABRIELA MONTEIRO

Carol Saletti: “Nosso objetivo é ser um espaço de transformação”

vezes por semana, sempre pela manhã. “Às vezes, apresentei com o Galpão na noite anterior e dormi tarde: acordo com vontade de ir e não falto. Saio de lá como se tivesse tomado vitamina de alegria e bem-estar.” A nova rotina a ajudou, inclusive, a compor a personagem de “Cabaré Coragem” – além, claro, da preparação corporal e coreógrafa feita pelos profissionais do Galpão. “Dançar passou a ser uma conciliação de prazer e necessidade. Faço porque gosto, mas também é uma ferramenta para que eu esteja bem com o meu trabalho. O corpo pede renovação e consciência. Temos que mudar a chave de que a dança não é algo para quem está envelhecendo. É nessa idade que precisamos nos movimentar ainda mais”, defende.

Inês Peixoto não está sozinha nesse pensamento. Nos últimos anos, muitas mulheres adultas têm procurado a experiência de, pela primeira vez, matricular-se em estúdios de dança. A maioria delas já passou dos 50 anos

e encara a atividade como um exercício físico. Porém, não é apenas isso: há um desejo de expressão artística, de realizar ou resgatar sonhos engolidos pela vida. Um dos exemplos dessa busca é Renata Araújo, cujo perfil você pode conferir na página 42 desta edição.

Com quase três décadas de experiência nos palcos, Carol Saletti é uma das caras desse fluxo. A psicóloga e professora de dança é proprietária do estúdio Casulo – Espaço e Tempo de Dança, voltado a mulheres 50+ que têm o sonho de aprender a danças. A primeira turma, em 2017, reuniu 16 pessoas. Hoje, a escola tem 320 alunas matriculadas, divididas em 38 turmas: pelo menos 80% delas têm mais de 50 anos, e a mais velha acaba de completar 85. “É um grupo muito heterogêneo, que descobriu a dança, sobretudo, depois da pandemia. Atendemos muitas mulheres em processo de aposentadoria, que estão em busca de si mesmas, não apenas no campo físico e artístico, mas também em todos os setores da



FOTOS / GABRIELA MONTEIRO

Casulo em Cena: leitura coletiva e rodas de conversas para formular o espetáculo

vida”, diz Carol, que, além de coreógrafa, é especialista em psicomotricidade e mestra em psicologia da saúde e do desenvolvimento.

Em metamorfose, o Casulo oferece vários tipos de aulas, desde balé até danças populares brasileiras e trilhas sonoras de filmes. A sede fica no bairro Santo Antônio. O grupo também tem uma sala no Centro Cultural Sesiminas, no Santa Efigênia, onde reúne 50 alunas; e planeja inaugurar, ainda este ano, uma segunda unidade, no Sion, com foco em projetos sociais. Além das aulas regulares duas vezes por semana, Carol promove encontros gratuitos mensais em locais públicos de Belo Horizonte, como as praças Carlos Chagas (Assembleia) e JK, e clubes de leitura e grupos terapêuticos.

O carro-chefe das aulas é o método WakeUp, uma abordagem autoral pensada para as transformações do corpo feminino ao longo dos anos. “Nosso objetivo não é apenas dançar, e sim ser um espaço de transformação pessoal e envelhecimento saudável. No WakeUp, levamos em consideração que o tempo provoca,

inevitavelmente, rigidez nos movimentos e flacidez na pele e nos músculos. Por isso, trabalhamos, primeiro, a atividade aeróbica, com aquecimento, alongamento e reforço das cadeias musculares. Depois, seguimos com as sequências de dança de forma consciente, em ritmos que vão desde a MPB até músicas estrangeiras”, detalha a professora.

A descrição pode lembrar uma dança fitness, como a das academias de ginástica e musculação, mas não é o caso. Uma vez por ano, Carol organiza o *Casulo em Cena*, com apresentações ao público. Ao longo de 2023, as alunas leram coletivamente o livro *Água fresca para as flores*, da escritora francesa Valérie Perrin, e livros da geriatra paliativista Ana Cláudia Quintana Arantes, como *Histórias lindas de morrer* e *Para a vida toda valer a pena*, que consideram a finitude da vida como um processo natural. Depois de rodas de discussões e conversas sobre a experiência com o envelhecimento, a comunidade Casulo, com a participação ativa de mais de 180 alunas, organizou e exibiu o espetáculo *É vida*,

no Teatro Sesiminas, tendo as obras literárias como referência para a escolha das músicas, dos figurinos e das coreografias. Os mais de 20 números coreografados, exibidos em duas sessões, incluíram canções de Gonzaguinha, Sidney Magal, Raul Seixas, as Frenéticas, dentre outros, e tiveram a participação da cantora Celinha Braga e do bloco carnavalesco Mimosas Borboletas.

Foi uma experiência inesquecível para a farmacêutica epidemiologista Simone de Castro, de 56 anos. Com flores no cabelo e vestida com trajes tehuanas, ela subiu ao palco juntamente com outras mulheres para uma interpretação folclórica inspirada no Día de los Muertos. “A Simone de 30 anos nunca imaginou que a Simone de 56 faria isso. A proposta era dançar a vida no Dia dos Mortos, cortando todas as



—
Simone Castro: “A Simone de 30 anos nunca imaginou que a Simone de 56 faria isso”

—
Alunas no palco: experiência inesquecível





—
Meiry Isméria: com foco no balé clássico, professora já tem cerca de 80 alunas

amarras, de idade, corpo e estereótipos, dentro de um processo construído coletivamente. Foi uma apresentação emocionante, em que cada um trouxe consigo sua própria história de vida”, conta. Ela também participou do grupo que dançou “Costura da Vida”, música de Sérgio Pererê que, simbolicamente, fala sobre “compreender a costura da vida”.

Simone diz ter encontrado na dança uma nova jornada de autoconhecimento e liberdade, após se aproximar da aposentadoria. Sua trajetória no Casulo começou há dois anos, quando viu um post no Instagram e se sentiu atraída pela mensagem inclusiva de que a dança é para todos. Desde então, ela frequenta as aulas de WakeUp duas vezes por semana. “A dança se transformou em uma forma de expressão e libertação, uma maneira de construir laços afetivos e compartilhar vivências, de explorar minha criatividade e superar limites. E isso é verdadeiro para muitas mulheres, que passam a entender que não existem amarras como idade e tipo de corpo: a dança

é para qualquer uma de nós”, expressa.

A bailarina e fisioterapeuta Meiry Isméria de Paula também acredita no potencial transformador da dança. Ela é fundadora do projeto Reabilitação e Ballet, inicialmente concebido como uma ação social para mulheres 60+. “Iniciei esse trabalho com apenas seis mulheres, no Colégio Arnaldo, em outubro de 2018. Mas, como era gratuito, tivemos grande demanda e expandimos rapidamente”, recorda. Atualmente, a professora reúne em torno de 80 alunas, divididas em sete turmas, na academia Ponto da Dança, no bairro Lourdes. Aproximadamente 85% delas têm mais de 60 anos; o restante passaria pela faixa dos 50, e a mais idosa completa 80 anos em 2024.

Com foco no balé clássico, Meiry explica que seu método de ensino prioriza o trabalho de marcha – sequência de movimentos de equilíbrio em que a bailarina apoia o pé no chão, dobra o joelho, sustenta o calcanhar e, depois, pisa –, fundamentais para o corpo maduro.



—
Valquíria Lacerda: “A camaradagem e o apoio mútuo são muito fortes”

Também inclui passos do balé contemporâneo, para tornar as aulas mais dinâmicas e desafiadoras. Assim como o Casulo, o projeto vai além das aulas regulares e promove apresentações em locais como o Teatro do Centro Cultural da Unimed e o Teatro do Colégio Arnaldo, com público médio de 600 pessoas. “É a oportunidade para as alunas mostrarem seu talento e dedicação. No último ano, apresentamos trechos da valsa *Danúbio Azul*, de Strauss, e do balé *O Lago dos Cisnes*, de Tchaikovsky. Este ano, estamos ensaiando a *Valsa das Flores*, de *O Quebra-Nozes*, de Tchaikovsky”, relata.

Valquíria Lacerda, 75 anos, restauradora e massoterapeuta, iniciou as aulas de balé há dois

anos – com algumas décadas de “atraso”. “Desde criança, tive vontade de dançar balé, mas acabei seguindo com outras atividades. Já adulta, trabalhei como modelo em São Paulo e comecei a fazer outras danças, mais contemporâneas, pois achava que não tinha mais corpo e jeito para ser bailarina”, conta. A percepção, porém, mostrou-se equivocada, com o início das aulas práticas, já na maturidade. Valquíria reconhece, sim, os desafios próprios à da idade, como manter o equilíbrio e memorizar os passos. Porém, ela encontra na dança o meio para fortalecer a concentração e a movimentação corporal. “A camaradagem e o apoio mútuo entre as colegas são muito fortes. Já passamos do tempo das rivalidades; queremos caminhar juntas”, diz .

Para Valquíria, o balé é uma fonte de alegria, vitalidade e conexão humana, além de ser uma forma de expressão artística. Um dos seus momentos preferidos com a dança são as apresentações coletivas, quando ele se sente mais confiante e, de fato, uma bailarina. “Confesso que, no início, tive um pouco de resistência a me apresentar, achei que não conseguiria realizar as coreografias. Mas, depois que decidi, fui uma das alunas mais empolgadas. Dançar envolve uma certa magia.”

Com essa perspectiva, Valquíria ampliou a dança para um trabalho voluntário pessoal: criou o grupo Xicatanga, formado por 17 mulheres, com apresentações semanais no Centro Educacional Professor Estevão Pinto, no bairro Serra. “É um show performático, de 45 minutos, com músicas e danças de diversos países, muita mímica e a participação de um mágico e um músico. Sempre que possível, levamos a montagem para hospitais e casas de repouso e acolhimento, especialmente para idosos e pessoas em tratamento de dependência química”, conta. (VB)



JOSÉ MARTINS DE GODOY

Engenheiro pela UFMG, doutor engenheiro pela Norges Tekniske Hogskole, ex-diretor da Escola de Engenharia da UFMG, cofundador do INDG, instituidor da FDG e presidente do seu Conselho Curador

EXEMPLO DE EXCELÊNCIA

Sempre fui muito cuidadoso com as questões de saúde, adotando práticas saudáveis, alimentação balanceada, fazendo exercícios, check ups, tomando as vacinas pertinentes. Não obstante, fui surpreendido com um problema renal, cuja causa não se mostrou aparente. O problema se agravou: como estou nas mãos de Deus e Ele decide se missão terminou e hora de voltar, fui salvo na hora certa. Consultando um amigo médico, clínico geral, foi detectado o problema, e ele mesmo providenciou a minha internação na Rede de Saúde Mater Dei/Contorno, e iniciado o tratamento.

Encontrei vários médicos amigos meus e de meus filhos. Competentes, dedicados, atenciosos, impressionantes. O suporte técnico, supervisoras, enfermeiras, de alto nível. Pessoas devotadas em fazer o bem, atenciosas. Acompanham, em nível, o suporte à hospedagem, próprias de um hotel.

Fiquei me lembrando do nosso esforço, Falconi e Godoy, de trazer para o Brasil os conceitos de gestão. Por meio de um movimento iniciando na Escola de Engenharia da UFMG, em 1985, pesquisamos internacionalmente o que havia de melhor nos principais países e optamos pelo modelo japonês, pelo seu teor humanístico e participativo, mais adaptável à realidade brasileira. Durante 13 anos, ainda na universidade, difundimos os conceitos e ajudamos a implementar em um vasto número de

organizações do país. Um movimento avassalador.

Depois, continuamos o trabalho por meio de instituições que criamos. Hoje, os conceitos de gestão hoje permeiam o país em praticamente todos os setores. Sentimo-nos orgulhosos em ter superado os inúmeros obstáculos que se apresentaram na caminhada. O Brasil tem muitos desafios: corrupção, custo Brasil, desprezo pela educação, segurança, entre muitos outros, mas sem os conceitos de gestão que contribuíram para o aumento da produtividade e melhoria das práticas empresariais, a situação estaria bem pior. O que vi no hospital? Os conceitos aplicados. Padrões, rotinas, prescrições documentadas e precisas, gestão à vista.

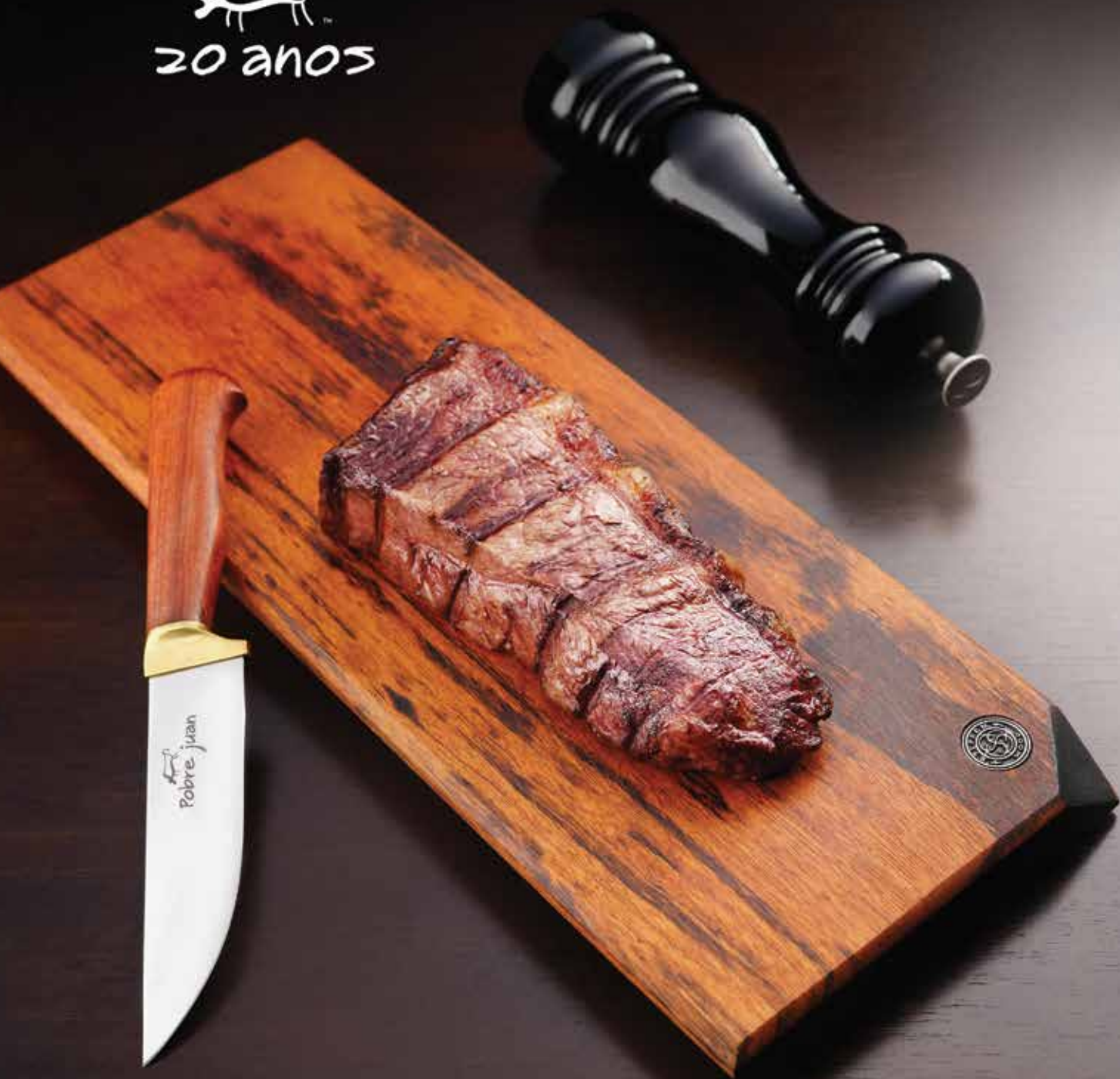
Finalmente, minhas homenagens aos empreendedores e gestores pela iniciativa de liberar essa rede de saúde, de suma importância para a nossa população, sobretudo com alta qualidade e nível de profissional invejável. Só quem vive a experiência de alguns dias internado pode avaliar a nobreza das atividades ali conduzidas. Gentilezas divinas de solidariedade e amor ao próximo. ©

VI NO HOSPITAL OS
CONCEITOS APLICADOS,
PADRÕES, ROTINAS,
GESTÃO À VISTA

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

Um fica no BH Shopping
e o outro no DiamondMall.


20 anos



MÚLTIPLAS FACETAS



Psicanalista, cantora, poeta e dançarina, Renata Araújo fala sobre vida, a decisão de seguir a carreira artística e sua relação com o Norte de Minas



—
Renata Araújo: "O corpo precisa estar em movimento"



Renata Araújo no show: canto, dança e poemas

Ela é plural e navega por diferentes tipos de arte: música, dança, literatura. Não se conforma com caixinhas ou amarras, prefere a liberdade de bancar as próprias escolhas. Ela é múltipla e complexa, adora se comunicar, fazer laços, circular entre as pessoas, sente prazer no contato com o outro. Assim é Renata Araújo, que é psicanalista, poeta, cantora e bailarina e tem usado todos esses talentos para construir sua caminhada artística e realizar performances repletas de afeto e reflexões.

“Há cerca de sete anos comecei a fazer aulas de canto com o professor Sérgio Moragas, que hoje é meu produtor musical, e faço um trabalho junto à fonoaudióloga Janaína Pimenta, para aprimorar ainda mais a voz. Já no início apareceram os primeiros shows. A arquiteta Carolina Jardim me convidou para uma apresentação no Modernos Eternos e depois surgiu a oportunidade no Fasano. Me acompanham nessa trajetória vários músicos da minha banda e minha fotógrafa, Monica Machado”, conta.

A artista também já se aventurou em palcos mais amplos, mesclando dança, literatura e música em performances conceituais. O estudo da

história da arte, com o professor Luiz Flávio, ajudou-a desenvolver esse lado artístico. Foram quinze anos de estudo e várias viagens para conhecer *in loco* as obras estudadas.

“Por volta de 2020 fiz meu primeiro show no Cine Theatro Brasil Vallourec, *Abissal de Mim*, no qual trabalhei as músicas junto a um tema específico e poemas de minha autoria. Lá também fiz o show *Vivências* no ano passado. O teatro é uma possibilidade muito rica, gosto de circular esses projetos em diversos espaços”, afirma.

Renata relembra que era uma criança inquieta, com “muito querer”, e sua família também sempre a estimulou artisticamente. O pai, Eduardo Velloso Araujo, falecido aos 60 anos, sempre a presenteou com livros e teve bastante influência em seu gosto musical.

“Gravava as músicas do vinil em fitas cassetes para escutar com ele em viagens e fui tomando gosto por artistas que hoje fazem parte do meu repertório, como Tom Jobim, Gonzaguinha, Elis Regina, Maria Betânia, Ney Mato Grosso, Frank Sinatra e Gal Costa. A minha avó paterna Nylse



FOTOS / MÔNICA MACHADO



FOTO / RENATA ARAÚJO

—
Renata usa show como extensão da psicanálise; ao lado, foto conceitual da pele da dona Joaquina

Velloso, tocava piano, e Célio Balona frequentava bastante lá em casa. A voz da minha mãe também sempre ressoa como fundo musical”, recorda.

Outra forte paixão é a dança. Aos quatro anos começou no balé e na adolescência entrou no jazz. “A dança sempre esteve presente na minha vida e

isso faz toda diferença para meu corpo. O corpo precisa estar em movimento, assim abrimos espaços dentro da gente. Tem um poema que escrevi chamado *Meu Rio*. Cultuo meu corpo, ele é minha carcaça que me carrega para atravessar o rio que molha minha alma”, aponta.

Atualmente, Renata mantém sua rotina fazendo aulas de dança de salão com o professor Welbert de Melo, do Café com Dança. “Sempre que posso retorno às aulas de balé e de jazz no Compasso. Sempre tive grandes mestres como Maurício Tobias, Marjorie Quast, do Núcleo Artístico, Ana Lúcia Carvalho, onde participei do corpo de baile, e Sueli Machado, do primeiro Ato”, elenca.

Poderia ser natural e até óbvio que ela seguisse pelo caminho artístico desde sempre. Entretanto, como o pai estava à frente da Araujo na época, a questão da empresa acabou pesando na decisão na hora do vestibular. “Fiz administração pela

Fumec e pós em marketing pela FGV. Na Araujo separei produtos no CD e acompanhei a implantação do sistema do Drogatel. Mas, eu não me encontrava ali, tinha que buscar outras coisas”, diz.

Renata se encontrou então na psicanálise, fazendo uma especialização na Fumec e se aperfeiçoando há cerca de 25 anos, além de seus 30 anos de análise. Essa área também tem total importância em suas performances. “Não é apenas um show, tem todo um conceito, um poema desenvolvido especialmente para aquele momento. Faço uma extensão da psicanálise para questionar sobre a vida e sobre o que queremos”, afirma.

Com muitos projetos ainda para realizar, ela tirou do papel no ano passado o podcast *Vivências*, no qual mescla reflexões pessoais com literatura, psicanálise e fala de suas vivências no Norte de Minas, seu Ser Tão.

“Durante a pandemia passei um tempo morando lá e tive a oportunidade de aprofundar minhas relações com as pessoas da região. Dessa forma, eu posso usar a imagem do sertão para falar de vida, morte, passagem do tempo e vários outros questionamentos. Quero transformar esse conteúdo em livro também”, revela.

Por lá ela também fundou o projeto *Letras pelo Sertão*, no qual transformou uma das casas em uma biblioteca para as crianças com livros arrecadados entre os seus amigos de BH. “Também fiz fotografias conceituais, principalmente com uma moradora chamada dona Joaquina. Fiz fotos de sua pele para refletir sobre a passagem do tempo e ela representa todos nós nessa caminhada. Essas imagens poderão ser usadas na cenografia de um futuro show. Percebe como toda a minha arte vai se conectando?”, indaga.

E é nesse lugar pulsante, que Renata vem potencializando sua sensibilidade e transformando sua curiosidade pela vida em arte. “Um grande



— Eduardo Araújo com a filha Renata



— Renata Araújo e dona Joaquina

diferencial é que criei o meu estilo, a minha forma de me colocar na música, na dança, de transmitir o que sinto por dentro”, arremata. ©

PERSPECTIVA

PSI



CIBELE RUAS

Psicanalista
cibele.ruas@gmail.com

QUANDO É PRECISO MUDAR

Seguir recomendações médicas, economizar, emagrecer, fazer exercícios físicos, parar de fumar ou de beber... a lista de coisas que desejamos ou precisamos fazer para melhorar nossa vida e/ou nossa saúde pode ser grande. Uma coisa é certa: mudar hábitos e comportamentos é difícil – mas não impossível.

Vencido o primeiro mês, em geral ocorre uma encruzilhada traiçoeira, quando haverá risco de abandono da empreitada. Não se deve sucumbir à vontade de desistir – mas é fácil falar e difícil sustentar a determinação. O certo é que mesmo em trajetórias bem sucedidas, podem ocorrer desânimo e recaídas. Deslizes não são sinônimo de fracasso, são obstáculos previsíveis na caminhada.

O sucesso só pode ser considerado depois de um longo prazo. Muita gente não é bem sucedida nas primeiras tentativas. Pode ser preciso um período de preparo. E também paciência: há estudos que estabelecem serem necessários pelo menos três meses para que se possa considerar a mudança como duradoura.

Tudo isso traz uma surpresa interessante: ao fim e ao cabo, não são os perfeccionistas os mais aptos a obter sucesso, porque após o primeiro embaraço podem evitar tentar outra vez só para não arriscar outra frustração, algo incompatível com seu desejo de perfeição e sucesso a todo custo.

DESLIZES NÃO SÃO SINÔNIMO DE FRACASSO, SÃO OBSTÁCULOS PREVISÍVEIS NA CAMINHADA

As pessoas que não desistem com facilidade, mesmo depois dos deslizes, são as que têm mais chance de superar as dificuldades encontradas no percurso. Em vez do rigor dos perfeccionistas, são mais maleáveis. Não subscrevem ao “tudo ou nada” que pode minar os esforços de mudança. Em vez de se sobrecarregarem com expectativas de sucesso a curto prazo, estabelecem pequenas metas e vão avaliando seu comportamento. Criam novos incentivos para não desistir e inventam uma variedade de estratégias para enfrentar as dificuldades. Encaram as recaídas como tropeços – que são –, não como derrotas. Não esperam muito em pouco tempo: têm o espírito dos maratonistas, não dos velocistas. Aprendem com suas falhas, vão mapeando seus pontos fracos e, como um prêmio inesperado, vão se conhecendo melhor.

O sucesso demanda aceitar as dificuldades como parte do processo e redobrar os esforços em vez de desistir de vez. ^{vb}

ANDREA ³⁰TH BOCELLI

ANNIVERSARY



ARTISTAS CONVIDADOS
SANDY E MATTEO BOCELLI

BELO HORIZONTE
ESTÁDIO MINEIRÃO

17/MAIO

BRASÍLIA
ARENA BRB MANÉ GARRINCHA

21/MAIO

SÃO PAULO
ALLIANZ PARQUE

25 e 26/MAIO

GARANTA JÁ SEU
INGRESSO

eventim⁺
eventim.com.br



Empresa oficial

Media Partner

Realização

DANCARMARKETING.COM.BR

Você já ouviu falar em PDRN? Esse termo está simplesmente sacudindo o mercado mundial de estética. Trata-se de uma revolução no que diz respeito aos tratamentos dermatológicos que atuam na bioremodelação de colágeno.

O PDRN (PoliDeoxyRiboNucleotide), um composto derivado do DNA de salmão), tem alcançado muito sucesso ao redor do mundo. Na Coreia, por exemplo, já é o segundo tratamento mais realizado, ficando atrás somente da aplicação de toxina botulínica.

No Brasil, a novidade também tem alcançado muito êxito e vem se destacando bastante nas clínicas pioneiras que aderiram ao tratamento com PDRN.

O tratamento com o composto do DNA de salmão tem conquistado as pacientes justamente pelo fato de ser um tratamento não invasivo que, ao mesmo tempo, gera excelentes resultados.

O PDRN, entre outros benefícios, possui efeitos anti-inflamatórios e regenerativos capazes de renovar a beleza, firmeza, jovialidade e saúde cutânea.

Só para ter ideia, estudos comprovam que, de fato, o DNA de salmão está associado à melhora da elasticidade e sustentação da pele, o que faz dele um ótimo tratamento rejuvenescedor.

NÃO PARA POR AÍ!

Através do bioestímulo epidérmico, o PDRN também contribui na redução de cicatrizes e redução do estresse oxidativo que

causa danos visíveis à pele.

Desse modo, ele combate os radicais livres, ameniza linhas de expressão, estimula a renovação celular, uniformiza o tom da pele, controla a oleosidade, diminui inflamações e impacta positivamente o viço e a textura.

COMO AGE O PDRN NA SUA PELE?

O PDRN promove a síntese do colágeno e elastina, inibe a degradação desses componentes, reduz a hiperpigmentação cutânea, tem ação anti-inflamatória e, ainda por cima, repara o DNA de tecidos danificados.

Cumprе salientar que esse composto, o DNA de salmão, tem alta compatibilidade com o funcionamento celular humano, o que torna o tratamento com PDRN bastante seguro.

Ele pode ser administrado por meio de drug delivery (microinjeções) ou aplicação tópica, lembrando que a quantidade de sessões geralmente dependerá do protocolo definido pelo dermatologista.

Pode ocorrer, também, a associação com outros tratamentos, a fim de potencializar os resultados e alcançar efeitos ainda melhores no processo de embelezamento e rejuvenescimento.

Se você deseja saber mais sobre o PDRN, não hesite em deixar a sua dúvida nas redes sociais da Clínica Tathya Tarranto. Todo o time está preparado para responder as questões relacionadas ao uso do DNA de salmão nos tratamentos dermatológicos.

A HORA E A VEZ DO PICKLEBALL



Democrático e fácil de aprender, esporte criado nos EUA ganha adeptos em BH e movimenta economia



FOTOS \ \ ACERVO PESSOAL

—
Quadra do Jaraguá: mais de 100 associados praticantes

A quadra é parecida com a de tênis ou de peteca, mas o tamanho é menor. A dinâmica de jogo até lembra um pouco o pingue-pongue, mas as regras são diferentes. A bola, com diversos furos, é algo inusitado para quem não conhece o esporte. Criado nos Estados Unidos na década de 1960, o pickleball já não é mais um estranho entre nós e, ao longo dos últimos anos, vem se popularizando em diversos espaços de Belo Horizonte e Minas Gerais.

“É democrático e fácil de aprender, a maioria das pessoas já consegue jogar de primeira. Também não existe limitação de idade, a família toda consegue praticar, e não há grande exigência de preparação física. A questão do espaço também ajuda, uma quadra de tênis pode ser transformada em quatro de pickleball”, explica Raphael Fonseca Sousa, presidente da Associação Mineira de Pickleball.



Parque das Mangabeiras tem quadras onde esportistas se reúnem aos sábados



Rafael Moura entre amigos: nova quadra no Olhos d'Água para os esportes de raquete

Ele conheceu o esporte no litoral paulista, por volta de 2016, e desde então tem se tornado um incentivador do pickleball na capital mineira. Começou com um pequeno grupo em 2018 e a coisa foi crescendo até virar uma associação formal em 2022. “No início fazíamos vaquinha para comprar materiais, mas a demanda foi crescendo muito. Hoje cada associado paga uma taxa anual”, diz.

Além do número crescente de adeptos, outra coisa que mudou nos últimos anos foi o acesso aos equipamentos. Se antes era quase impossível encontrar algo por aqui, agora o cenário é ligeiramente melhor. “Pedíamos para amigos e parentes trazerem do exterior ou fabricávamos as raquetes em marcenarias. Hoje, já há lojas físicas em BH e também é possível comprar online, em uma loja muito boa sediada em Governador Valadares”, explica.

Também tem aumentado o número de locais

para a prática do esporte na cidade. Além do Parque das Mangabeiras, onde Raphael e diversas pessoas se encontram todos os sábados pela manhã, vários clubes também estão aderindo à nova febre. O Jaraguá Country Club, o Minas Tênis Clube e o Olympico Club são alguns que já tem o esporte para os associados. Já no Clube Recreativo Mineiro é possível fazer aulas e alugar quadras sem ser sócio.

Fora dos clubes, também há outras opções. Inaugurado em janeiro no Santa Tereza, o One Pickleball conta com três quadras exclusivas que seguem padrões internacionais. “Temos dois professores e também alugamos as quadras. As coisas têm que andar juntas. Para o esporte crescer, é preciso ter locais para praticá-lo”, afirma a sócia Marcelle Prates. Ela e a esposa, Carolina Matoso, são campeãs sul-americanas e irão aos EUA em



Raphael Sousa: “É democrático e fácil de aprender”



Adeptos do esporte: família toda consegue praticar



Marcelle Prates e Carolina Matoso: investimento em quadra em Santa Tereza

abril para disputar um outro torneio.

Falando em competição, o One Pickleball e o Jaraguá Country Club sediaram, no final de março, o primeiro torneio brasileiro de pickleball. De acordo com Marco Antônio de Araújo, diretor de esportes especializados do Jaraguá, foram cerca de 250 participantes – incluindo associados e pessoas de outros estados.

“É uma forma de colocar o esporte em evidência. Hoje, o pickleball é o esporte que mais cresce no clube, perdendo apenas para o beach tennis. Temos mais de 100 associados praticantes e estamos pensando em investir em quadras exclusivas”, revela.

Ex-jogador de futebol e atual atleta de beach tennis, Rafael Moura vai inaugurar em abril a Arena RM, no bairro Olhos D’Água, uma arena de quadras de esportes de raquete. “Teremos três quadras de pickleball com aulas, day use e aluguel de quadras. Teremos atletas de alta performance, mas também pessoas que só queiram jogar socialmente. Estamos dispostos a investir, receber torneios e seremos referência”, afirma. [®]

Minas S/A

Helenice Laguardia

TEMPORADA INOVAÇÃO

A jornalista **Helenice Laguardia** conversa com empresários de diversos setores que têm colocado a inovação como aliada essencial ao crescimento da empresa. Como tem sido essa evolução nas empresas, quais são os desafios de acompanhar as novas tecnologias em setores tradicionais da economia e em setores que já nasceram com o DNA da Inovação.

AOS SÁBADOS | 16h às 17h

Acompanhe na 91.7 FM
e no portal O TEMPO



Episódios disponíveis nos
principais tocadores de podcast.

Recortes nas redes sociais de segunda a sexta



OFERECIMENTO:



Sistema Comércio

REALIZAÇÃO:

O TEMPO



GILDA VAZ

Psicanalista e escritora. Autora de livros e artigos publicados em revistas de psicanálise

RELAÇÕES TÓXICAS

Este termo adquire relevância devido ao mal que algumas relações produzem nos grupos, sejam eles familiares, sejam profissionais, sociais e, paradoxalmente, as relações ditas amorosas. Isso pode levar a enfermidades e até mesmo à morte.

O que aciona e sustenta esse tipo de relacionamento?

A psicanálise nos mostra que essas relações tóxicas são aquilo que Freud definiu como perversão. Apesar de ser um conceito teórico, o termo “perversão” se mostra um pouco desgastado pela conotação de maldade que carrega. Não se trata disso.

Quando dizemos perversão, não estamos falando na perspectiva moral, e sim de uma posição subjetiva nas relações. Trata-se de uma posição predominantemente imaginária, especular que projeta nos outros algo que está em si mesmo.

O próprio desejo é originalmente perverso, pois se liga aos seres e às coisas como objetos de domínio e propriedade. Tais objetos nada mais são que uma imagem ou extensão do próprio eu de cada um ou a projeção de um objeto primordial, que se quer só seu.

APESAR DE SER
UM CONCEITO
TEÓRICO, O TERMO
“PERVERSÃO” SE
MOSTRA UM POUCO
DESGASTADO

Como isso implica em fixações infantis, as relações são vividas de forma conflitiva e imatura, como amor e ódio, não podendo se realizar nem se largar, pois se teria de admitir a impossibilidade de uma relação completa e a ilusão de que ela é possível.

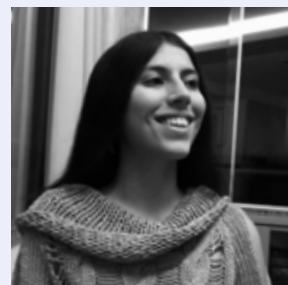
O desejo não se define pelo objeto que é o que há de mais variável, e sim pelo verbo intransitivo desejar, que impõe uma posição desejante na vida.

O poeta Fernando Pessoa diz com sabedoria o seguinte:

“O que é doença é desejar com igual intensidade o que é preciso e o que é desejável, e sofrer por não ser perfeito como se sofresse por não ter pão. O mal romântico é este: o querer a lua como se houvesse maneira de a obter”.^{VB}

VIVER VIAGEM

O RIO DE JANEIRO É SEMPRE LINDO



MAFÊ LAGES



Bares em Ipanema, idas à Copacabana, manhãs na lagoa, visitas ao centro cultural e por aí vai, atividades e passeios que faço e refaço toda vez que estou pelo Rio. Nesses 20 anos de frequentes viagens, a beleza natural da cidade maravilhosa nunca (obviamente!) passou despercebida. Pousando no Santos Dumont, descendo a serra de carro, vendo as árvores pela cidade ou as pedras e montanhas que dividem as praias, o rio verde é muito aparente e, pasmem, nunca fui atrás de

ver mais do que o óbvio. É tão fácil e gostoso repetir todo dia o ciclo praia - restaurante - piscina - bar que os passeios naturais da cidade sempre ficaram em segundo plano, até agora! No último mês estava no Rio e decidi, finalmente, fazer uma das muitas trilhas que existem por lá.

A escolhida foi a Pedra Bonita, uma das mais fáceis e seguras e que compensa o pouco esforço com um visual inacreditável. Acessível para quase todos, a subida dura de 30 minutos a 1 hora e tem uma bela vista de São Conrado, do Morro Dois Irmãos e da Pedra da Gávea (que depois dessa fiquei com vontade de subir também). Pós Pedra Bonita ainda visitei as três cachoeiras do Horto, que ficam no Parque Nacional da Tijuca. A primeira das três cachoeiras está bem ao lado da estrada, a segunda fica depois de um paredão com corda que você tem que atravessar e a terceira, que é a mais bonita, fica após uma mini (e divertida e assustadora) escalada! No início, achei que era só seguir um caminho de terra para chegar, mas aí foram aparecendo as cordas, as descidas, as subidas ... Mas juro que não é difícil, só parece!

O Rio tem muita beleza natural e vale se aventurar para conhecer, tem programas para todos os níveis. Mas, depois que você passar o dia num clima mais natureba, fica a dica: vai para o bar Torre do Barão em Ipanema, eles servem chope por apenas R\$ 5,00 no happy hour, o melhor preço da região!

TUDO EM UM SÓ LUGAR



Mercado da Boca une operações em mesmo espaço, oferecendo gastronomia diversificada, conveniente e operação confortável para o cliente em cinco unidades



FOTOS \ DIVULGAÇÃO

Unidade do Buritis: maior operação do grupo

Inspirado no espaço gastronômico do Mercado do Ribeira, também chamado Time out Market, em frente ao Cais do Sodré, em Lisboa, os cinco charmosos ambientes do Mercado da Boca são, também, uma centelha a partir da observação do sucesso de outros endereços europeus. Nos últimos anos, desde antes da pandemia, que paralisou parte das operações, esse padrão de empreendimento vem ganhando força e fazendo sucesso nos bairros belo-horizontinos onde opera: Savassi,

Buritis, Castelo, Cidade Nova e Pátio Savassi, o último inaugurado em agosto de 2023, no terceiro piso do centro de compras.

O sucesso se dá pela capacidade de reunir, em um só lugar, o mix de gastronomia diversificada, elegante conveniente a todos os momentos da vida, seja na pausa das compras no shopping, no almoço executivo, no *happy hour* e no momento família nos finais de semana. Um espaço que abriga tudo isso.



Lucas Vereza: modificação no sistema de operação agradou o público

Lucas Vereza, responsável por tornar realidade o Mercado da Boca em Belo Horizonte, conta como o negócio evoluiu. A primeira experiência foi no Jardim Canadá em 2018. O boêmio bairro de Santa Tereza também abrigou uma operação do *food hall*. A pandemia tratou de fazer a sua parte em todo o comércio, inclusive no universo gastronômico, forçando muitos negócios a recuarem.

“Quando passou a pandemia, voltamos a abrir novas operações do Mercado da Boca e mudamos o modelo de atendimento, que antes não era feito nas mesas. Agora, o garçom vai à mesa do cliente, leva um só cardápio especial, com todas as bares e restaurantes parceiros, anota os pedidos, seja do bar de vinhos, seja de veganos, de sorvetes e picolés artesanais, drinks, comida raiz, massas, parrilla, café, o que for, e no final apresenta uma conta só. Por exemplo, no Pátio Savassi, se ele pedir um vinho ou drink do Lolita, um chope artesanal do Bar da Boca, pratos do Bemm, do Pasta & Parrilla, ou do Pochehá, mais uma sobremesa gelato e café do Fiorella, vai receber uma só conta”, exemplifica Vereza, acrescentando que a aceitação é muito boa

na unidade de 500 metros quadrados no piso L3, que tem seu horário estendido para além do funcionamento do shopping, indo até 23h30.

O empreendedor conta que a curadoria dos parceiros é feita internamente. A maior operação do grupo é o do Buritis, inaugurado em fevereiro de 2021. “São quase mil metros quadrados de área, dos quais 250 metros quadrados são dedicados ao espaço kids, o que o torna a maior unidade dedicada à família. Nele abrigamos seis parceiros: o Popolare, pizza do chef italiano Rafaele, o Lolita, o Pochehá, o Bemm, o Pasta Parrilla e o fiorella”, enumera.

A unidade de rua do Mercado da Boca na Savassi também reúne seis parceiros: Projeto Sabor, Esquina Parrileira, Zazá, Doce Carol (sobremesas e cafés), Lolita e Bar da Boca. “Realizamos treinamentos semanais em todas as operações e eliminamos as mesas comunitárias, como era no Jardim Canadá”, explica Vereza. “Somos pioneiros no modelo *food hall*”, completa ele.

Certo de ter adotado o modelo acertado, Lucas Vereza atribui o sucesso ainda à diversidade



—
Unidade do Pátio Savassi é a mais recente e tem horário estendido

gastronômica e estilo arquitetônico das operações Mercado da Boca em Belo Horizonte e não descarta levar o modelo para outras praças. “Estamos fazendo uma prospecção do mercado, para entender o formato para outras capitais. A primeira no radar é São Paulo”, revela.

Lucas Vereza acredita que seu público diversificado de domingo a domingo soma cerca de 50 mil pessoas/mês somando as cinco unidades.

Novidades estão por vir ainda neste ano. O Mercado da Boca do bairro Castelo, inaugurado no final de 2021 conta, desde o início deste ano, com três marcas próprias criadas por Vereza e sua equipe, além do bar de drinks, vinhos, chopes e cervejas artesanais. E o crescimento das marcas próprias está nos planos do empreendedor.

“Nossas marcas próprias inauguradas no Castelo têm tudo a ver com a Boca. São elas: Belisco,

que dá ênfase a arte de petiscar; Trela, que traz uma cozinha boa de conversa, e Riso, que é para comer sorrindo através de clássicos e releituras próprias”, destaca o empresário.

Vereza quer focar o ano de 2024 na operação das três novas marcas, cuidando paralelamente, claro, de seguir prospectando novos mercados para o crescimento do Da Boca e trabalhando para a melhoria contínua das operações já existentes.

Sobre as novas marcas, vale dizer que o Trela conta com uma diversidade de cortes nobres de carnes e acompanhamentos, ideal para um almoço de negócios, bem como uma confraternização com amigos. Já, o Riso, propõe, segundo Vereza, “a felicidade servida à mesa. Onde os clássicos, as releituras e as criações promovem uma sinfonia de sabores. A combinação de aromas e texturas proporciona sorrisos a cada garfada”, resume o empresário.

Belisco, a terceira marca própria do Mercado da Boca do Castelo, é criada para abrir o apetite ou para acompanhar bons drinks. “Trata-se de uma seleção de entradas e petiscos finger-foods que conquistam pelo sabor e pela praticidade”, finaliza Lucas Vereza. 🍷



SERVIÇO

- **Mercado da Boca Shopping Pátio Savassi**
Avenida do Contorno, 6061, 3º piso – Savassi
- **Mercado da Boca Savassi**
Rua Levindo Lopes, 124 – Savassi
- **Mercado da Boca Castelo**
Avenida Miguel Perrela, 640 – Bairro Castelo
- **Mercado da Boca Buritis**
Avenida Mário Werneck, 1973 – Bairro Buritis
- **Mercado da Boca Cidade Nova**
Rua Alberto Cintra, 32 – Bairro União

VIVER FELICIDADE



SAMUEL GUIMARÃES

MUSEU DAS REDUÇÕES

—
“Recordo-me de meu pai terminando a igreja das Dores, em Juiz de Fora, quando as tias se empolgaram, motivando-o a partir para o projeto do museu”. Assim, Carlos Vilhena começa sua entrevista sobre o “novo” Museu das Reduções, iniciado em Amarantina há 30 anos - hoje, instalado no Mercado de Origem, em Belo Horizonte. A história é que quatro irmãos se uniram, após se aposentarem, para viajar o Brasil fotografando e medindo os 29 prédios a serem reproduzidos em escala real. “Iniciaram a construção das reduções ao mesmo tempo em que tentavam conseguir patrocínios, invariavelmente

negados. Viajei com eles para a Fundação Roberto Marinho, no Rio. Depois, Fundação Mindlin, em São Paulo... até que resolveram iniciar com seus próprios recursos”, relembra.

ARTE GIGANTE

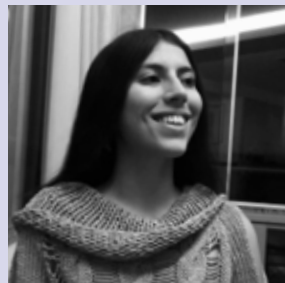
—
A sucessão de Carlos como herdeiro do patrimônio das miniaturas se deu naturalmente. Desde o início, ele esteve envolvido com os passos do projeto que resultaria em um conjunto de obras de arte sem outro igual. Carlos redigia correspondências, acompanhava o pai e tios nas viagens, administrava a conta bancária. “Assumir o museu foi questão de honra e de extrema necessidade para que a obra deles não morresse”. A obra não morreu; pelo contrário, se multiplicou em projetos educativos. “Transformá-lo em fonte de conhecimento para milhares de crianças foi a cartada certa que possibilitou sua sobrevivência por esses 30 anos”.

FELICIDADE AUMENTADA

—
Para o Carlos, pessoa sensível e de extrema cultura, a felicidade está em poder realizar aquilo que sonhamos, “sendo útil a uma causa nobre como é o Museu das Reduções”. Visite o museu, de terça a domingo, das 10h às 17h. Inteira (R\$ 20) e meia (R\$ 10).



VIVER GOURMET



MAFÊ LAGES
@mafe_lages

ALL MAR



O All Mar - Food and Drinks é um restaurante voltado para frutos do mar que abriu tem apenas um ano, perto da orla da Pampulha, ao lado do Chopp da Fábrica. A casa tem um espaço super amplo e conta com múltiplos ambientes, ótimo para ocasiões especiais! Na minha visita pude provar várias das delícias da casa, comecei com o Pastel de bobó de camarão que é bem interessante, já que vem as massinhas de pastel (super crocantes) separadas do bobó de camarão, que é ainda finalizado com catupiry. Outra entrada que curti demais foram os camarões e lulas grelhados acompanhados de batata frita. O tempero dos frutos do

mar estava excelente, um dos melhores da noite! Provei ainda os mini-hambúrgueres de peixe empanado e de prato principal pedi o Polvo à lagareiro. O polvo estava delicioso, super macio e a porção era generosa! O prato ainda vem acompanhado de um arroz feito com (mais!) polvo e linguiça, que também estava excepcional. Para beber a casa conta com várias opções de drinks clássicos e autorais, além de chopp heineken/amstel e vinhos. Durante a semana o All Mar tem opção de almoço executivo, saindo a partir de R\$ 46,90, e as noites de quinta e sexta, assim como no sábado e domingo, são recheadas de atrações e shows musicais.

PERFIL DO CHEF

SARAH DO VALE



Nascida em Santos, a chef Sarah do Vale se mudou para Belo Horizonte há alguns anos. Começou passando pelo OssO, unidade de Savassi, até que foi para a Brooklin

Burgers, do mesmo dono do restaurante All Mar. Em 2023, Sarah foi convidada para comandar o All Mar, permanecendo também no Brooklin Burgers e na Forneria Italiana Brooklin.

BOBÓ DE CAMARÃO

INGREDIENTES

- 500g de camarão cinza
- 200g de abóbora cabotiá
- 50g de pimentão amarelo
- 50g de pimentão vermelho
- 50g de cebola roxa
- 20g de alho
- 20g de coentro fresco
- 150ml de leite de coco
- 10g de sal
- 2g de pimenta do reino
- 10ml de azeite de dendê
- 60g de catupiry
- Massa de pastel - 10 discos pequenos, cortados em meia lua.
- Óleo de soja - para fritar a massa de pastel

MODO DE PREPARO:

Em uma panela funda, entre com o azeite de dendê e deixe-o aquecer.



FOTOS / DIVULGAÇÃO

Adicione então o alho, a cebola e os pimentões já previamente picados em brunoise e refogue. Adicione então os camarões e envolva até eles começarem a refogar.

Quando o camarão começar a cozinhar, adicione a abóbora já assada e sem sementes, envolva até que vire um creme grosso e então vá adicionando o leite de coco até que atinja a cremosidade desejada.

Ajuste sal, pimenta e por fim adicione o coentro fresco.

PARA SERVIR:

Disponha em uma panela, cubra com catupiry e toste usando um maçarico. Finalize com ceboulette.

Sirva com um cestinho de massa de pastel frita.

—

Siga as redes sociais!

@vivergourmet

@mafe_lages

A CONFERIR



VINHO NA VILA

O Vinho na Vila chega em BH no final de semana dos dias 20 e 21 de abril, no Parque do Palácio. O evento reúne vários produtores e é focado em vinhos brasileiros, serão cerca de 200 rótulos disponíveis para degustação. Os ingressos para o Vinho na Vila podem ser adquiridos no Sympla, a partir de R\$ 120,00. A entrada dá direito a três horas de degustação, acesso a área do evento, ecobag e uma taça oficial, para ser utilizada no dia.



RESTAURANT WEEK

O festival Restaurant Week retorna à Belo Horizonte entre os dias 12/04 a 12/05, com mais de 40 restaurantes participantes em BH e Nova Lima. O evento busca trazer grandes experiências gastronômicas por um preço menor que o usual através de menus executivos, que saem a partir de R\$ 54,90 no almoço e de R\$ 89,90 no jantar. Todos os estabelecimentos participantes estão disponíveis no site do festival.



DOIS ANOS DO BERILO

O Berilo Cozinha e Drinks, localizado na rua Fernandes Tourinho, comemora neste mês de abril dois anos de vida! No dia 06/04 rolou um show super animado com a dupla Divas para comemorar e no dia 20/04 a festa continua, com um show da cantora Jess. Os ingressos e as reservas podem ser adquiridos diretamente com o Berilo, através do link da bio do perfil @berilo.cozinhaedrinks.





O maior concurso de butecos do Brasil começou.

Acompanhe a cobertura de **O TEMPO**

CADERNO ESPECIAL

Bares participantes, novidades, dicas de roteiro, ganhadores, história de participantes - veteranos e novatos.

TERÇO E SEXTOU

Convite dos bares participantes para vivenciar o principal concurso de butecos e petiscos do Brasil.

REELS COM LORENA MARTINS

A jornalista e curadora gastronômica Lorena Martins e a chef Natália Ferrara em uma experiência de dar água na boca.

COBERTURA DIÁRIA

Tudo o que acontece na edição de 2024 em tempo real. Conteúdos diários no impresso e nas plataformas digitais.

Acompanhe através do QR code ou acesso site
www.otempo.com.br/gastronomia/comida-di-buteco/2024



+

O TEMPO

OFERECIMENTO:

SantaCruz
Acabamentos

ZOOM

OLHAR ATENTO

Enxergar pontos conhecidos de Belo Horizonte por um novo ângulo, sob uma nova perspectiva. É com essa essência que o fotógrafo **Daniel Mansur** estreia neste mês sua exposição *BH - Um Olhar Fotográfico*, em cartaz até julho no Parque do Palácio. “Através das minhas lentes, busco revelar as nuances escondidas e as histórias não contadas que residem em cada esquina, proporcionando uma nova compreensão dos espaços urbanos e reavivando o vínculo emocional e cultural que as pessoas têm com a cidade”, diz. O artista também destaca a importância do local da exposição. “É um espaço emblemático que me permite homenagear Belo Horizonte, uma cidade que é, em si, um mosaico de histórias, paisagens e emoções”, reflete.

COLABORAÇÃO:
RODRIGO OLIVEIRA



NOVA PROPOSTA

Um dos edifícios mais icônicos do hipercentro de BH, o CentoeQuatro se reinventou e acaba de se tornar o Complexo CentoeQuatro pelas mãos do Grupo Marchê, de **Elam Moura, Pedro Lobo** e **Aline Prado**. A proposta é ser um novo espaço de eventos com capacidade de receber até 1150 pessoas. “A planta do prédio permite uma grande pluralidade de ocupações. Podemos combinar salões, criando ambientes perfeitos para pequenos e grandes eventos”, afirma Pedro. Inaugurado em 1908 para abrigar uma fábrica, o espaço tem se firmado cada vez mais na cultura da cidade. “Viemos honrar a história do prédio e convidar as pessoas a ocuparem, de fato, esse patrimônio, com a melhor estrutura, e no coração de BH”, destaca Aline



FOTO / JÉSSICA FÁRIA

MINÉRIO E ARTE

—

Após crises alérgicas causadas por tintas, a artista **Ana Elisa Murta** encontrou na natureza uma alternativa para produzir sua arte. Passou a extrair o que precisava de pedras minerais do Serro - como quartzo e hematita - e o resultado disso é sua nova exposição, *Jardim mineral: o avesso da terra*, que fica em cartaz até maio no Museu Mineiro. “É uma volta às origens e Minas Gerais tem uma riqueza enorme”, diz. Ela também conta com o trabalho da comunidade local para extrair os pigmentos. “Quem vai à exposição conhece o trabalho dessas pessoas e esses moradores acabam acessando espaços artísticos. A exposição seguirá para Roma e Dubai e estamos orgulhosos de levar Minas para o exterior”, afirma.

MEMÓRIA E FUTURO

—

A jornalista, escritora, gestora e produtora cultural **Eleonora Santa Rosa** lançou recentemente o documentário *Cristina 1300 – Affonso Ávila – Homem ao termo*, sua estreia na direção e uma homenagem ao ilustre poeta mineiro Affonso Ávila. Projeto gestado desde 2010, ele mescla a admiração pessoal e profissional dela em relação ao artista. “Fui nora do Affonso e trabalhei com ele diversas vezes. Uma das minhas motivações é fazer a poesia dele circular nos mais diversos espaços”, conta. Para ela, trata-se de um ato fundamental em tempos de pouca preservação da memória. “Também é um aceno para o futuro. A poesia dele continua atual e tem a potência necessária para atingir as novas gerações”, acredita.



FOTO / EUGÊNIO SAVIO

NOVA COLEÇÃO

BELVEDERE

Manoel Bernardes lançou na quinta-feira, 4 de abril, sua nova coleção Pólen, inspirada pelo movimento de regeneração da vida. A coleção transforma os elementos fundamentais da polinização como Flores, Vento, Abelhas, Colmeias e Mel em joias encantadoras. O evento aconteceu na Verde que te quero Verde, com buffet de Mariana Laender. Foi um encontro que reuniu a diretoria da Manoel Bernardes com algumas de suas clientes mais próximas e que traduziu o espírito de harmonia e beleza proposto pelo tema da nova coleção, que já está nas lojas e no site.

FOTOS:BERNARDO NASCIMENTO



Andrea Bernardes, Heloisa Freitas e Manoel Bernardes



Lucianne Missiaggia, Claudia La Forge e Alexia Lage



Dea Malard, Themis Starling, Leda Ribeiro e Simone Furtado



Eliana Motta e Adalgisa Marquez



Kenya Diniz e Jacqueline Borges



Giovana Faria e Alessandra Leão



Glacy Menducci, Sara Ballesteros e Helena Bittencourt



Flavia Schettino, Gracie Pires e Andrea Bernardes



Leticia Maia e Tatiana Ferragini



Manoel Bernardes e Angela Alvarenga



Manoel Bernardes e Dalva Regina Barbosa Melo Fidalgo



Manoel Bernardes, Cristiane Bernardes e Candida Costa Ribeiro



Manoel Bernardes, Stael de Toledo e Andrea Bernardes



Monica Maia, Andressa Marques, Rosilene Marques e Andrea Bernardes



Raissa Mosselli Figueiras



Raquel Patrocínio e Cristiane Bernardes



Raquel Tostes



Selma e Fátima Fraiha



Simone Jardim, Denise Guedes, Dea Malard e Lilian Chalup



Virginia Bartolomeu, Dea Malard, Liliâne Carneiro, Isabel Gamboa e Nair Guimarães



Simone Lacerda e Manoel Bernardes



Solange Fonseca e Stephanie Baeta



Thais Coelho

ANIVERSÁRIO

LOURDES

O empresário Wilson Melo Lima celebrou seu aniversário recebendo, ao lado de sua mulher Silvana Vieira, amigos e familiares para um animado happy hour no bonito apartamento do casal em Lourdes. Foi um encontro alegre e descontraído com uma deliciosa comida de boteco preparada pelo Acy Beufft e Eventos, regado a bons vinhos e muita conversa animada que se prolongou pela noite adentro.

FOTOS: TIÃO MOURÃO



Wilson Melo Lima, Beth Silva e Marcos Andrade



Silvana Vieira, Wilson Melo Lima, Maria Inez Narciso Oliveira e PCO



Marina Gaiotti, Lica Melo e Gustavo Gaiotti



Marinilza Gomes e Wagner Gomes



Renata Dias, Gesi Dias Fernandes, Robson Fernandes, Silvana Vieira e Wilson Lima



Wilson Melo Lima, Rachel Lima e Guilherme e Silvana Vieira



Augusto Lopes, Hélio Junqueira, Aurélio Silby, Flamarion Melo Lima e Iran Melo Lima



Silvana Vieira, Marinilza Gomes e Maria Inez Narciso Oliveira



Wilson Lima, Ana Catarina Ballesteros e Rafael Lima



Bruno Graser, Rachel Lima, Eduardo e Henrique Lima Graser



Flamarion Melo Lima, Fátima Machado, Aurélio Silby e Nuno Melo Lima



Cristina Boerger, Socorro Almeida, Maria Inez Narciso Oliveira e Silvana Vieira



Aurélio Melo Lima, Lica Melo Lima, Ieda Pires e Téo Pires



Anselmo Canuto, Maira Fernandes, Daniela Carvalho e Felipe Isaac



Beth Silva, Marcos Andrade e PCO



Silvana Vieira, Wilson Melo Lima, Cristiana Nepomuceno Soares e Jarbas Soares

COMER BEM EM BH

BH SHOPPING

Os apreciadores de carne bovina têm um endereço certo onde comer uma carne macia e saborosa em Belo Horizonte: o Pobre Juan, conhecido por sua parrilla argentina e seus cortes selecionados. Sua unidade no BH Shopping, sob o olhar atento do gestor João Batista Matias Cardoso, destaca-se pelo ótimo atendimento e pelo cardápio com opções gastronômicas incríveis como o bife de chorizo, um clássico argentino, e o exclusivo Bife Pobre Juan. A casa, que também oferece opções de peixe e frutos do mar, uma ótima carta de vinho e um ofurô de cervejas, abre diariamente para almoço e jantar, mas devido à procura, aconselha-se fazer reservas.

FOTOS: DIVULGAÇÃO



**Gustavo Carneiro, Uliana Poggiali,
Rafael Poggiali e Stefano Bertolucci**



**Maurício Toledo e
Gilzélia Toledo**



**Pedro Olímpio e
Caroline Raquel**



**Ana Luiza Macedo, Gabriel Neiva e
Leonardo Pimenta**



Álvaro e Theuma



Lara e Leonardo Lara



Clara e André



Tatty Perno e Alexandre Fiorino



Camila Henriques e Thiago Henriques

QUEIJOS E VINHOS

OURO PRETO

O Espaço Cultural Marcos Andrade, que fica em um sítio em Amarantina, distrito de Ouro Preto, abriu suas portas para um evento de queijos e vinhos mineiros Maria Maria, produzidos na Fazenda Capetinga, no Sul de Minas. O evento contou com participação do jornalista e especialista em queijos Eduardo Girão e do sommelier José Inácio Garcia, exposição de esculturas da artista plástica Cacá Drummond e um delicioso almoço preparado pelo *chef* Lowander Przybysz.

FOTOS: DIVULGAÇÃO



Cacá Drummond, Marcos Andrade e Bete Silva



Carmem Bethonico e Helga Espadinger



Adriana Drummond, Marco Antonio Drummond, Mariana Drummond e Cacá Drummond



Valéria Viana, Raquel Viana e Mariana Soares



Alexandre Rezende e Eliane, Marcos Andrade e Beth Silva



Márcia e João Luciano



Jorge Menezes e Fernando Andrade



Denise Cabral e Marco Paulo Cabral



Roberto Bastianetto e Marco Antônio Fonseca



Cimar Eustáquio e Soteres Marques da Silva



Eduardo Girão e José Inácio



Maria Inez Narciso Oliveira e Paulo César de Oliveira



Marcos Andrade e Miguel Lopes



MAURO LADEIRA
Empresário

INDEPENDÊNCIA OU MORTE

Existem assuntos que não deveriam ser controversos. Ou pelo menos não deveriam despertar o ódio no debate. Por isto, as recentes declarações do bilionário Elon Musk deveriam merecer o repúdio de todos os brasileiros. Não se trata de negar a Musk o direito de discordar de uma decisão judicial. Isto todos podemos fazer e a própria lei nos mostra o caminho para tanto. Mas dizer que não vai cumprir, pretender dar aulas de direito constitucional brasileiro e ainda desafiar um ministro da suprema corte como se estivesse em uma briga de bar? Inaceitável.

Inacreditavelmente, uma parcela significativa da população tomou o partido de Musk, como se fora ele um herói da liberdade. Será? Ao contrário do Brasil, o X não opera na China, por não ter permissão do governo de lá. Alguma crítica de Musk? Zero. O herói da liberdade de expressão não se importa com a liberdade de expressão dos chineses, sabidamente e reconhecidamente vivendo sob uma ditadura. Afinal, Musk tem na China sua maior fábrica de automóveis elétricos. Por sinal, os chineses “aprenderam” com ele e hoje são seus maiores competidores, inclusive com a BYD anunciando investimentos de mais de 5 bilhões no Brasil. Não deve ser bom ver um concorrente se instalando logo ali no seu quintal.

INACREDITAVELMENTE, UMA PARCELA SIGNIFICATIVA DA POPULAÇÃO TOMOU O PARTIDO DE MUSK

Mas pode ficar pior, muito pior. O jornalista Jamal Khashoggi foi torturado e esquartejado ainda vivo dentro da embaixada de seu próprio país ao qual compareceu para obter uma licença de casamento. Khashoggi não era um radical que pegou em armas contra o governo da Arábia Saudita, mas tão somente um jornalista que se desiluiu com os rumos do governo de Mohammad bin Salman e escreveu críticas a respeito. As críticas de Musk ao governo e juizes da Arábia Saudita são um verdadeiro deserto. E mais, o X é ainda acusado de auxiliar na violação de direitos humanos naquele país. Grande e valente herói.

É bom dizer que não se trata aqui de um nacionalismo bravateiro, mas ao contrário de uma postura independente e digna contra um bravateiro internacional. Enfim cada um escolhe o herói que quiser. Mas Elon Musk me lembra cada vez mais de um ditado que escutei quando criança, era um sujeito tão pobre, mas tão pobre, que tudo que tinha era dinheiro. 🍷

Em 2024, o Pobre Juan comemora 7306 dias de brindes, sorrisos e momentos únicos de milhões de pessoas.

Inclusive os seus.



BH Shopping • DiamondMall





meumercantil.com.br



BANCO
MERCANTIL

@kind.branding



NÃO ABRIR MÃO DE NOSSAS
LOJAS FÍSICAS É ESTAR

JUNTINHOS

Ao mesmo tempo que criamos tecnologias que facilitam sua ida ao Mercantil pelo aplicativo e pelo WhatsApp, a gente sabe da importância que é estarmos juntinhos também no mundo real. Por isso, já temos mais de 300 lojas pelo país.