HR MAGAZINE

DIVERSIDADE

Apoio: FEBACLA | Centro Cultural Africano
Distribuição: Online e Gratuita

Publicação digital da Editora HR

OS TEMPLÁRIOS NA ATUALIDADE.

9
Número

Ano 2
5 de julho de 2024

ISSN 2965-7105

Apoio:
Africano Centro Cultural
FEBACLA
HR MAGAZINE

HOMENAGEM AOS ILUSTRES



Comendador Grão-Colar Dom Galdino Cocchiaro



Comendador Grão-Colar Dom Helio Reis



Em memória ao Prior Grão Mestre David Caparelli

Destaque

- 150 anos da Imigração Italiana no Brasil.

Leia Também

Amigos Pet's | Culinária | Artesanato | Literatura | Moda Feshion | Viagem e Turismo | Saúde e bem-estar

HR MAGAZINE

SEMPRE AO SEU LADO.

Site Oficial
www.editorahr.com

Nos siga no Instagram e Facebook
@editora.hr

Whatsapp
(19) 99822-4249

E-mail
contato.hreditora@gmail.com

A HR Magazine é uma publicação Digital e inovadora que se dedica a transmitir conhecimento, inspiração e cultura em cada edição. Com uma variedade de matérias exclusivas que abrangem desde literatura e artesanato até tecnologia e saúde, a revista é um verdadeiro compêndio de ideias e reflexões para todos os públicos. Convidamos você a explorar um mundo de criatividade e informação, onde cada página é uma janela para novas descobertas e emoções.

O CONTEÚDO NO TOTAL DESSA REVISTA É DE UDO EXCLUSIVO E DETENTOR DE DIREITOS AUTORAIS.



SUMÁRIO

HR

CLIQUE NA MATÉRIA PARA SER REDIRECIONADO A PÁGINA.

- Editorial 008
  Por Editor Chefe Comendador Dom Helio Reis
- Apresentação 010
  Por Equipe Editorial
- Expediente 012
  HR Magazine
- Os Templários na atualidade 016
  Artigo - Por Equipe Editorial
- Homenagem ao Prior Grão Mestre David Caparelli. 022
  Artigo - Por Equipe Editorial
- Trajetória do Comendador Prof. Dr. Dom Helio Reis 028
  Artigo - Por Equipe Editorial
- Homenagem a Dom Galdino Cocchiaro: Uma vida dedicada à Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística 034
  Artigo - Por Equipe Editorial
- Sesquicentenário de imigração Italiana no Brasil. 040
  Artigo - Por Equipe Editorial
- Eu sou Amazônia! 046
  Soneto - Por Berenice Souza Miranda Ribeiro
- Estoicismo uma filosofia atemporal. 048
  Artigo - Por Equipe Editorial

- **Seção Saúde e Bem-Estar:**

- Ideação Suicida: Vontade de morrer ou viver? 058
  Artigo - Por Dra. Aldrey Azevedo
- Asma. 064
  Artigo - Por Dra. Claudia Cavalcanti

MAGAZINE

DIVERSIDADE

- **Seção Culinária:**
  - Chocolate Quente com canela ~~~ 072
  - Nhoque de batata clássica ~~~ 074
  - Caldo verde ~~~ 076
  - Creme de Milho com calabresa ~~~ 078
  - Sabor da Itália: Pãezinhos de Mandioca ~~~ 080

- Sua Jornada, seu sucesso: Valorize suas conquistas. ~~~ 086
  Artigo - Por Leonardo Constancio Designer

- **Seção Amigos Pet's:**
  - Amigos Pet's, companheiros de vida. ~~~ 092
  Artigo - Por Equipe Editorial

  - Cuidados Essenciais para a saúde e bem-estar do seu Pet. ~~~ 096
  Artigo - Por Equipe Editorial

  - A Adoção Transforma. ~~~ 100
  Artigo - Por Equipe Editorial

  - Gatinhas Pandoras e Lua. ~~~ 108
  Fotos - Arquivo pessoal de Yuri e Helena

- Monólogo "Só vendo como dói ser mulher de Tolstoi." ~~~ 112
  Prestigiado por Luzimar Trottmann
  Fonte: Gente de Sucesso Vip - GSVIP

- Fórmula. ~~~ 114
  Poesia - Mary Azevedo

- 150 anos de imigração Italiana no Brasil: Uma saga de coragem, trabalho e transformação. ~~~ 116
  Artigo - Por Weslei Meoli

SUMÁRIO

CLIQUE NA MATÉRIA PARA SER REDIRECIONADO A PÁGINA.

HR

- **Seção Artesanato:**

  - O Renascimento dos vitrais no artesanato contemporâneo. 128
  Artigo - Por Equipe Editorial

  - Técnicas de Artesanato de diferentes culturas ao redor do mundo. 136
  Artigo - Por Equipe Editorial

- Eles nos chamam de “Velhos”. 143
  Artigo - Por Equipe Editorial

- Perdôo-me. 146
  Poesia - Por Pedro Garrido

- **Seção Viagem e Turismo:**

  - Teatro Amazonas. 152
  Artigo - Por Equipe Editorial

  - Explorando Minas Gerais. 156
  Artigo - Por Equipe Editorial

  - Pico do Gavião. 160
  Artigo - Por Equipe Editorial

- **Seção Moda Fashion:**

  - Tendências de Moda Outono-Inverno 2024. 166
  Artigo - Por Equipe Editorial

  - A Evolução da Moda Através das décadas. 172
  Artigo - Por Equipe Editorial

MAGAZINE

DIVERSIDADE

- África: Explorando a riqueza da Cultura Africana. 178
  Artigo - Por Equipe Editorial
- Centro Cultural Africano no Brasil. 182
  Artigo - Por Centro Cultural Africano
- Lançamento do Livro: Èsù: A Divindade Essencial da Cultura Tradicional Yorùbá” . 186
  Artigo - Por Adekunle Aderonmu
- Itália Minhas Origens. 190
  Artigo - Por Maristela Pozitano
- Linguagem e comunicação jurídica em revista. 196
  Artigo - Por Paulino Fernandes de Lima



EDITORIAL

Queridos leitores,

É com grande alegria e honra que lhes dou as boas-vindas à edição de julho da HR Magazine. Neste mês, celebramos a riqueza da vida, a diversidade de experiências e a profundidade dos sentimentos humanos. Vivemos em uma era de constante transformação, onde cada dia nos apresenta novos desafios e oportunidades. Nossa missão, enquanto veículo de comunicação, é servir como uma bússola nesse mar de incertezas, proporcionando a vocês, nossos leitores, não apenas informações, mas também inspiração e reflexão.

Vivemos tempos em que a rapidez das mudanças pode nos deixar atordoados, mas é justamente nesses momentos que precisamos encontrar um ponto de equilíbrio, um espaço para respirar e refletir. A HR Magazine quer ser esse espaço. Queremos que, ao abrir nossas páginas, você encontre não apenas notícias, mas um convite à introspecção, à contemplação e ao crescimento pessoal.

Nesta edição, buscamos tocar em temas que ressoem com o coração de cada um de vocês. Queremos provocar pensamentos, despertar emoções e, acima de tudo, incentivar a busca por uma vida mais plena e consciente. Acreditamos que a verdadeira transformação começa dentro de nós mesmos, e é com esse espírito que preparamos cada artigo, cada matéria e cada história.

Também é fundamental lembrar que, embora estejamos todos em jornadas individuais, somos parte de uma comunidade maior. Cada um de nós tem um papel único a desempenhar, e juntos, podemos construir um mundo melhor. Este editorial é um convite para que você, leitor, se junte a nós nessa missão de espalhar conhecimento, bondade e esperança.

Gostaria de expressar minha profunda gratidão a todos que fazem parte desta revista – nossos dedicados colaboradores, equipe editorial, e especialmente a vocês, leitores, que nos motivam a continuar essa jornada. É o apoio e o engajamento de cada um que tornam a HR Magazine uma realidade viva e pulsante.

Que esta edição de julho traga luz aos seus dias, inspire novas idéias e fortaleça o seu espírito. Que cada página seja um lembrete de que a vida, com todas as suas complexidades, é um presente precioso. E que, juntos, possamos continuar a explorar, aprender e crescer, sempre com a mente aberta e o coração cheio de esperança.

Com gratidão e afeto,
Comendador Dom Helio Reis
(Editor Chefe, redator & Jornalista (DRT: 0096124/SP)



APRESENTAÇÃO

Estamos em julho, um mês cheio de cores vibrantes e novas perspectivas! É com grande alegria e entusiasmo que apresentamos a vocês a nova edição da HR Magazine. Queremos começar essa conversa refletindo sobre a incrível jornada que todos nós trilhamos juntos até aqui. Cada edição, cada artigo e cada história que compartilhamos tem sido uma peça fundamental no grande mosaico que compõe nossa revista.

Nesta edição, convidamos você a embarcar em uma viagem através de temas que tocam a nossa vida de maneiras profundas e significativas. Sabemos que, em meio ao ritmo acelerado do dia a dia, é essencial encontrar momentos de pausa para refletir, aprender e crescer. É exatamente isso que queremos oferecer a você – um espaço de leitura que nutra a mente e o espírito.

Nesta edição de julho, não estamos apenas apresentando informações; estamos compartilhando histórias de vida, superação e sucesso. Estamos celebrando a diversidade de pensamentos e a beleza das diferenças que nos tornam únicos. Queremos que você sinta que está conversando com amigos, que encontra aqui um refúgio de sabedoria e acolhimento.

Entre os destaques desta edição, temos homenagens a personalidades que fazem a diferença nos nossos dias, os 150 Anos de Imigração Italiana no Brasil, Saúde, Cultura e Educação.

A Seção Amigos Pet's está repleta de amor e cuidado. Destinos para turismo, moda, culinária, artesanato.

Não podemos deixar de mencionar artigos filosóficos e históricos, como “Estoicismo: Uma Filosofia Atemporal” e “Os Templários na Atualidade”, além da homenagem ao Prior Grão Mestre David Caparelli, ao Comendador Dom Galdino Cocchiaro e a Tragerória do Comendador Dom Helio Reis, exploramos também a riqueza da cultura africana com “África: Explorando a Riqueza da Cultura Africana” e “Centro Cultural Africano no Brasil”.

A equipe editorial da HR Magazine acredita que cada leitor é parte essencial desta jornada. É seu interesse, seu feedback e sua paixão por conhecimento que nos motivam a continuar a buscar e oferecer o melhor conteúdo possível. Por isso, dedicamos esta edição a todos vocês – nossos queridos leitores, que nos acompanham e nos inspiram a cada dia.

Esperamos que a edição de julho da HR Magazine traga um sopro de frescor e novidade para sua rotina. Que você encontre nas nossas páginas motivação para sorrir, refletir e, principalmente, para acreditar que, juntos, podemos construir um mundo mais consciente, compassivo e cheio de possibilidades.

Com carinho e gratidão,

Equipe Editorial da HR Magazine

EXPEDIENTE

Editor Chefe, Redator e Jornalista (DRT: 0096124/SP)
Comendador Dom Helio Reis

Diretor de Arte, Diagramador e Designer Gráfico
Leonardo Constancio

Revisora
Joyce Reis

Matriz
Campinas-SP

Endereço Escritório
Rua Tamandaré, 716, Liberdade-SP

CNPJ
51.712.559/0001-85

Distribuição
Online e Gratuita

Dia, Mês e Ano
05 de Julho de 2024

Ano
2

Número
9

Tipo
Digital

ISSN
2965-7105

Todos os Direitos Autorais
reservados a Editora HR.

DESCUBRA A REALIDADE NUA & CRUA DA **CRACOLÂNDIA**

Adquira Já o **LIVRO DIGITAL** que Todos Estão Falando!

Publicação da Editora HR

Sobre:

Um local dominado pelo tráfico de drogas, prostituição e crimes correlatos. O nome Cracolândia surgiu devido à predominância do consumo de crack nessa área.

Neste livro, o renomado Escritor, Acadêmico Imortal e Comendador Prof. Dr. Helio Reis e a pesquisadora Elisabete Antolino apresentam uma análise profunda sobre a realidade da Cracolândia, abordando suas origens, suas transformações ao longo dos anos e as dificuldades enfrentadas pelas autoridades e pela sociedade para solucionar esse complexo problema. [...]

Acesse
www.editorahr.com

EDITORA HR LIMITADA



COMPRAR AGORA

Autor
Comendador Dom Helio Reis

Diagramador & Designer Gráfico
Leonardo Constancio

Revisora
Joyce Petrini



Diagramação e Capa: Leonardo Constancio
Revisão: Joyce Petrini

www.editorahr.com

OS TEMPLÁRIOS NA ATUALIDADE

Herdeiros de um Legado Milenar

16 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.

Por Equipe Editorial

Os Templários, oficialmente conhecidos como a Ordem dos Pobres Cavaleiros de Cristo e do Templo de Salomão, são uma das ordens mais icônicas da história medieval. Conhecidos por seu papel nas Cruzadas e sua imensa influência política e econômica, os Templários enfrentaram uma queda dramática no início do século XIV. No entanto, o legado dos Templários perdurou e, surpreendentemente, a ordem continua a existir de várias formas na atualidade. Este artigo explora como os Templários modernos mantêm vivos os princípios e ideais de seus antecessores.

A Ordem dos Templários foi fundada em 1119 por nove cavaleiros franceses liderados por Hugo de Payens. O objetivo inicial da ordem era proteger os peregrinos cristãos que viajavam para Jerusalém após a Primeira Cruzada. Os cavaleiros fizeram seus votos de pobreza, castidade e obediência, seguindo a regra da Ordem de Cister, inspirada nos ensinamentos de São Bernardo de Claraval.

A principal função dos Templários era militar. Eles participaram de inúmeras batalhas durante as Cruzadas, ganhando uma reputação de ferocidade e bravura. Suas fortalezas estrategicamente localizadas, como a famosa Crac des Chevaliers, foram fundamentais para a defesa dos estados cruzados no Oriente Médio.



Além de suas atividades militares, os Templários desenvolveram um sofisticado sistema financeiro. Eles operavam como banqueiros, oferecendo serviços como empréstimos, transferências de dinheiro e depósitos seguros. A ordem possuía vastas extensões de terras agrícolas, moinhos e outras fontes de renda, tornando-se extremamente rica e influente. Embora as ordens modernas não possuam o poder militar e político dos Templários medievais, elas mantêm uma estrutura hierárquica semelhante, com títulos como Grão-Mestre, Comendador e Cavaleiro. A adesão a essas ordens

geralmente envolve um processo de candidatura rigoroso, seguido por uma cerimônia de investidura.

Os Templários modernos enfrentam a tarefa de manter relevância em um mundo muito diferente do da Idade Média. No entanto, o apelo duradouro da ordem reside em seus princípios de coragem, disciplina e serviço altruísta, que continuam a ressoar com muitas pessoas hoje.



Nos últimos anos, várias iniciativas templárias modernas têm se destacado:

1. Projetos de Ajuda a Refugiados: Em resposta às crises de refugiados em várias partes do mundo, ordens templárias têm fornecido suporte financeiro e logístico para ajudar aqueles em necessidade.

2. Preservação de Patrimônios Culturais: As ordens têm colaborado com arqueólogos e historiadores para preservar locais históricos associados aos Templários, bem como para promover a educação sobre o impacto dos Templários na história.

3. Diálogo Inter-religioso: Algumas ordens têm promovido o diálogo inter-religioso, buscando construir pontes entre diferentes comunidades religiosas e promover a paz e a compreensão mútua.

Os Templários modernos, embora não sejam uma continuação direta da ordem medieval, carregam o legado de coragem, disciplina e serviço altruísta que caracterizava os Pobres Cavaleiros de Cristo e do Templo de Salomão. Através de suas atividades de caridade, preservação histórica e promoção dos valores cristãos, essas ordens continuam a influenciar e inspirar. Enfrentando desafios e críticas, os Templários modernos trabalham para manter a relevância e integridade em um mundo em constante mudança, honrando a memória e os ideais de seus antecessores históricos.



www.editorahr.com

HOMENAGEM AO PRIOR GRÃO MESTRE DAVID CAPARELLI

Por Equipe Editorial

David Caparelli cresceu em um ambiente onde a história e a espiritualidade sempre foram valorizadas. Desde jovem, ele mostrou um interesse aguçado por histórias de cavaleiros, castelos e batalhas medievais. Esse interesse foi nutrido por seus pais e professores, que o incentivaram a ler e a aprender sobre diferentes períodos históricos. À medida que amadurecia, seu fascínio pela Ordem dos Templários, em particular, se intensificava. Ele viu nos Templários não apenas guerreiros, mas também guardiões de uma rica herança espiritual e cultural.

Caparelli ingressou na Ordem dos Templários em uma idade relativamente jovem. Sua dedicação e paixão logo chamaram a atenção dos membros mais antigos da ordem. Ele rapidamente progrediu nas fileiras, demonstrando um profundo entendimento dos valores templários e uma habilidade natural para liderança. Seu carisma e habilidade de unir pessoas de diferentes origens e perspectivas foram fundamentais para sua ascensão. Como Prior, ele já havia mostrado sua capacidade de gerir com eficiência e sabedoria, preparando-o para assumir o cargo de Grão Mestre.

Desde que assumiu o cargo de Gran Mestre Prior, David Caparelli foi um agente de mudança dentro da ordem. Ele implementou várias reformas destinadas a modernizar a estrutura e o funcionamento da ordem, sem sacrificar os princípios e tradições que a definem. Entre essas reformas, destacam-se a criação de programas de treinamento para novos membros, a promoção de eventos educacionais e culturais, e a incorporação de tecnologias modernas para facilitar a comunicação e a gestão interna.



Amizade que permaneceu durante 40 anos entre David Caparelli e o Comendador Dom Helio Reis.

Sob a liderança de Caparelli, a Ordem dos Templários intensificou seu envolvimento em projetos comunitários e humanitários. Ele acreditou firmemente que a ordem tem

um papel crucial a desempenhar na sociedade contemporânea, ajudando aqueles que estão em necessidade e promovendo valores de compaixão e justiça. Entre os projetos notáveis, estão iniciativas para apoiar vítimas de desastres naturais, programas de alimentação para os desfavorecidos e esforços para preservar sítios históricos e culturais ao redor do mundo.

Caparelli foi um defensor incansável da educação e da divulgação da verdadeira história dos Templários. Ele frequentemente dava palestras em universidades e participava de conferências internacionais, onde discutia a importância dos Templários na história e seu legado contínuo. Além disso, ele escreveu vários artigos e livros sobre o tema, ajudando a educar o público e a combater equívocos comuns sobre a ordem.



David Caparelli, como Gran Mestre Prior dos Templários, não foi apenas um líder, mas também um visionário. Ele moldou a ordem de uma maneira que honra seu passado glorioso enquanto preparava para os desafios e oportunidades do futuro. Sua dedicação, paixão e habilidade para inspirar outros foram testemunhos de seu caráter e de sua capacidade como líder. Sob sua orientação,

a Ordem dos Templários está bem posicionada para continuar seu legado de serviço, justiça e fé no século XXI e além.

David Caparelli foi uma figura destacada na contemporânea Ordem dos Templários, uma organização que busca manter vivos os ideais e tradições dos Cavaleiros Templários originais, uma ordem militar e religiosa medieval. Como Gran Mestre Prior dos Templários, Davi Caparelli ocupou uma posição de liderança e responsabilidade, guiando a ordem através de sua visão e comprometimento com os princípios templários de fé, proteção e caridade.

David Caparelli possuia uma formação sólida tanto em estudos históricos quanto em disciplinas que envolvem a liderança e gestão de organizações complexas. Seu interesse pelos Templários começou cedo, influenciado por um profundo fascínio pela história medieval e pelas ordens de cavalaria. Ao longo dos anos, ele se envolveu ativamente em diversas organizações que preservam e promovem a herança templária, crescendo em conhecimento e experiência.



Arquivo pessoal de Comendador Dom Helio Reis, Casa de Portugal, 2023.

Como Gran Mestre Prior, Caparelli foi responsável por dirigir as atividades da ordem, que incluem não apenas a preservação da história e dos rituais templários, mas também diversas iniciativas de caridade e projetos comunitários. Sob sua liderança, a ordem se esforçou para adaptar os antigos ideais

templários aos desafios do mundo moderno, promovendo a justiça, a paz e a ajuda aos necessitados.

David Caparelli foi reconhecido por sua habilidade em unir tradição e modernidade. Ele promovia eventos, conferências e publicações que visavam educar o público sobre a verdadeira história dos Templários, desmistificando mitos e lendas que cercam a ordem. Além disso, foi um defensor ardente de causas sociais, utilizando a plataforma templária para angariar fundos e apoio para diversas iniciativas humanitárias.

A visão de Caparelli para o futuro da Ordem dos Templários foi ambiciosa e inspiradora. Ele enxergou a ordem como um farol de esperança e integridade, onde os valores templários de fé, coragem e serviço podem ser uma força positiva no mundo.

Ele se empenhou em expandir a ordem globalmente, criando uma rede internacional de cavaleiros modernos comprometidos com a construção de um mundo mais justo e compassivo.

David Caparelli, como Gran Mestre Prior dos Templários, encarnou a continuidade e a renovação de uma tradição que remonta a séculos. Sua liderança não só honrou o legado dos Cavaleiros Templários medievais, mas também moldou uma ordem relevante e ativa nos dias de hoje.

Com sua visão clara e dedicação incansável, Caparelli posicionou os Templários para desempenharem um papel significativo no século XXI, mantendo vivos os valores que são tão importantes para a ordem e para a humanidade.

TRAJETÓRIA DO COMENDADOR PROF. DR. DOM HELIO REIS

Por Equipe Editorial

 reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD



O Professor Dr. Helio iniciou sua jornada acadêmica desde muito cedo, com interesse pelas causas sócio humanitárias e culturais e com um senso apurado pela justiça. Fez vários cursos acadêmicos inclusive na Psicanálise. Durante seus anos de graduação, ele foi notável por sua curiosidade intelectual e por sua participação ativa em diversos seminários, palestras e workshops, e escrevendo livros e artigos consolidando sua base em estudos históricos e culturais principalmente ao que tange a violência doméstica e ao preconceito.

Após concluir sua graduação com honras, Helio prosseguiu seus estudos em nível de pós-graduação, obtendo tanto seu mestrado quanto seu doutorado em Ciências Humanas. Sua pesquisa foi pioneira na área social, contribuindo com novas perspectivas e entendimentos.

Helio não apenas se destacou como estudante, mas também como educador e pesquisador. Ele publicou diversos artigos em revistas acadêmicas de prestígio e participou como palestrante em conferências nacionais e internacionais, promovendo o conhecimento sobre suas intersecções com a história cultural.

O impacto de Helio Reis estende-se além da academia. Ele foi fundamental na criação de programas de estudos em várias instituições de ensino, incentivando uma nova geração de estudiosos a explorar este campo fascinante. Seu trabalho também ajudou a estabelecer parcerias entre universidades e sociedades, fomentando um diálogo mais amplo entre acadêmicos e praticantes.

A trajetória de Helio Reis foi reconhecida por várias organizações acadêmicas e culturais. A atribuição do título de Comendador e a outorga do Grão Colar pela Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística e a FEBACLA, são testemunhos de seu prestígio e de sua contribuição inestimável tanto para a academia quanto para a sociedade em geral.



A carreira de Helio Reis permanece um exemplo notável de como a dedicação e a paixão pelo conhecimento podem influenciar positivamente uma ampla gama de disciplinas e contribuir para o enriquecimento cultural e histórico de uma nação.

No dia 28 de junho de 2024, a Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística realizou uma cerimônia individua solene e repleta de significado, durante



a qual o Comendador Helio Reis foi distinguido com honras excepcionais. Em reconhecimento ao seu trabalho notável e ao seu compromisso contínuo com as causas humanísticas e heráldicas, Helio Reis recebeu o título de "Dom" e foi agraciado com o "Grão Colar", as maiores honrarias concedidas pela sociedade.

A cerimônia refletiu o respeito e a admiração que Helio Reis acumulou ao longo de sua carreira. A decisão de conceder-lhe esses títulos foi baseada em sua dedicação incansável à promoção da cultura, educação, social e da heráldica brasileira, bem como no seu envolvimento significativo em diversas iniciativas que buscam elevar o entendimento e a apreciação da história, dos direitos humanos e da heráldica no Brasil.

Nesse evento a Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística demonstrou seu apoio e reconhecimento às contribuições do Comendador. Discursos emotivos e elogios foram proferidos por colegas e associados, destacando não apenas suas realizações profissionais, mas também suas qualidades pessoais de liderança, integridade e generosidade.

Além dos títulos, Helio Reis também foi homenageado com o Grão Colar, desenhado especialmente para a ocasião, rica em simbolismos heráldicos, incorpora elementos que representam a herança cultural e histórica brasileira, simbolizando a fusão entre o passado e o presente na trajetória de vida do homenageado. Ele também expressou seu desejo de que essas tradições continuem a ser valorizadas pelas gerações futuras, mantendo vivas as histórias e os valores que definem a nação.

A cerimônia não apenas honrou suas realizações, mas também reafirmou os laços de amizade e colaboração entre os membros da Sociedade e a comunidade em geral, destacando a relevância contínua da heráldica e da humanística na sociedade contemporânea.

Este evento ficará marcado como um ponto alto na história da Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística, servindo de inspiração para todos os que valorizam a cultura, a história e as tradições brasileiras.



A trajetória acadêmica de Helio Reis é uma inspiração para muitos, refletindo um percurso repleto de dedicação, inovação e compromisso com a excelência. Desde o início, Helio se destacou por sua paixão pela aprendizagem e por seu desejo de contribuir significativamente para o campo da heráldica e das ciências humanas.

DOM ABREVIACAO DE DOMINUS EM LATIM

HOMENAGEM A DOM GALDINO COCCHIARO: UMA VIDA DEDICADA À SOCIEDADE BRASILEIRA DE HERÁLDICA E HUMANÍSTICA.

Por Equipe Editorial

34 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.

Dom Galdino Cucchiaro, cuja vida e obra têm sido um farol de dedicação e erudição, merece um reconhecimento especial por sua contribuição inestimável à Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística, da qual foi presidente por vários anos. Sob sua liderança, a sociedade não apenas prosperou mas também ampliou seu escopo e influência no estudo da heráldica e da humanística, disciplinas que exploram profundamente as raízes culturais e históricas das sociedades.

Ele foi profundamente influenciado por sua herança cultural desde cedo, trazendo consigo um profundo interesse pela história e pelas tradições heráldicas. Sua formação acadêmica em história e antropologia cultural só fez aprofundar seu amor e respeito pelas tradições e símbolos que definem diferentes culturas ao redor do mundo.

Dom Galdino assumiu a presidência da Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística em um momento crucial, quando a organização lutava para manter sua relevância em um mundo cada vez mais voltado para o futuro. Com um misto de respeito pela tradição e uma visão inovadora para o futuro, ele revitalizou a sociedade, introduzindo programas educacionais, seminários e publicações que atraíram uma nova geração de entusiastas e acadêmicos.

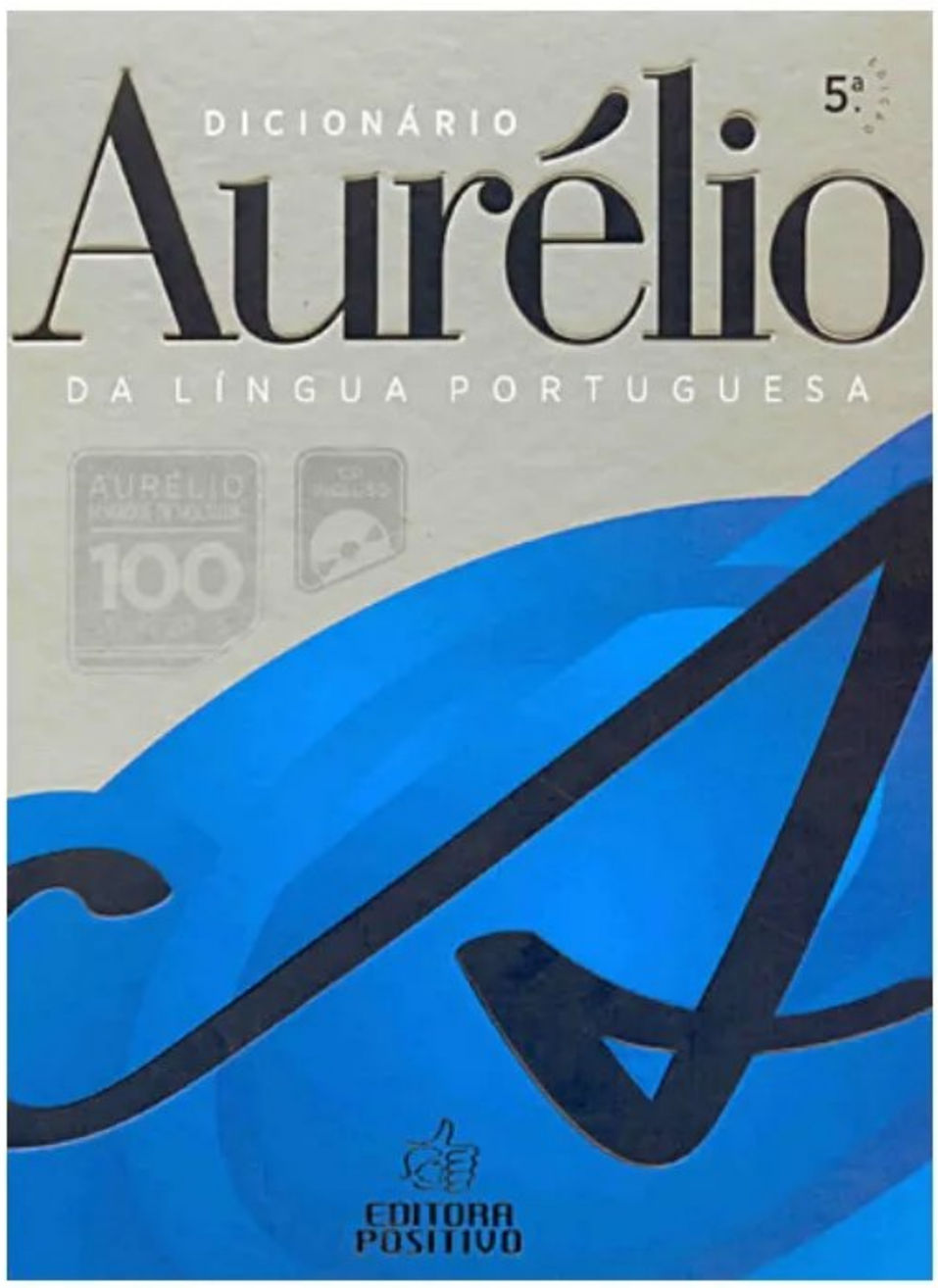
Sob sua liderança, a sociedade expandiu seu foco para incluir não apenas a heráldica europeia, mas também estudos heráldicos de outras culturas ao redor do mundo. Essa abordagem inclusiva ajudou a promover um diálogo mais amplo sobre como os símbolos e tradições são utilizados pelas sociedades para representar sua identidade cultural e história. Dom Galdino foi um pioneiro em promover a heráldica não apenas como uma área de estudo arcaica, mas como uma disciplina vibrante e relevante que oferece insights únicos sobre a identidade e a continuidade cultural.

Além de seu trabalho administrativo e acadêmico, Dom Galdino também era conhecido por sua habilidade excepcional como mentor. Ele orientou muitos jovens acadêmicos e entusiastas, compartilhando generosamente seu vasto conhecimento e paixão pela heráldica. Muitos de seus protegidos seguiram para ter carreiras distinguidas em história, antropologia e artes, perpetuando o legado de seu mentor.

A Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística, sob a gestão de Dom Galdino, também se envolveu em projetos de conservação, trabalhando para preservar documentos históricos, artefatos e tradições que corriam o risco de serem perdidos. Esses esforços de conservação foram essenciais para manter viva a história cultural, servindo como um testamento do compromisso da sociedade com a educação e a preservação histórica.

Ao refletirmos sobre o impacto de Dom Galdino Cucchiaro, é claro que sua visão e liderança foram fundamentais para transformar a Sociedade Brasileira de Heráldica e Humanística em uma instituição respeitada e influente. Sua vida foi uma homenagem à riqueza da história humana e ao poder dos símbolos que nos conectam com nosso passado. Como comunidade acadêmica e cultural, somos eternamente gratos por sua contribuição e continuamos inspirados por seu legado.

VÍDEO





Roberto Cortes de Lacerda – *Etimologia*
Roberto Wu – *Filosofia*
Ronaldo Rogério de Freitas Mourão – *Astronomia, Astrologia, Astronáutica e Cosmologia*
Rosa Maria de Lemos Fernandes – *Biologia*
Sábato Magaldi – *Teatro*
Saint-Clair Bahls – *Psiquiatria*
Sandro Denis de Sousa Nunes – *Maçonaria*
Sílvio Alves – *Charadismo e Cruzadismo*
Sólon Leontsinis – *Zoologia* †
Stella Rodrigo Octavio Moutinho – *Artes Plásticas*
Sueli Cardoso de Araújo – *Mineralogia*
Walter Benevides – *Medicina e Anatomia* †
Walter Ferreira Salles – *Religião*
Wilson Guerreiro Pinheiro – *Engenharia Eletrônica*
Yedo Alquini – *Botânica*
Zair Candido de Oliveira Netto – *Esportes*

OUTROS PESQUISADORES EM *ÁREAS ESPECIALIZADAS*

Alexandre Reis Graeml, Ana Maria Soek, Andreana Alba Nery de Mello Buest, Andréia Schmidt, Célia Maria Peres Lacerda, Celso do Ó da Silva, Christian Luiz, Melim Schwartz, Cláudio Luiz Baraúna Vieira, Edson Pedro Ferlin, Eduardo Baggio, Gaudino Cocchiaro, Giovanna dos Santos, Hemerson Bertassoni Alves, Jair Mendes Marques, Luimar Pedroso, Márcia Santos de Menezes, Maria da Graça Kfouri Lopes, Pedro Mituru Kitanishi, Rafael Ginane Bezerra, Salmo Raskim.

BIBLIOGRAFIA DO AUTOR

Dois Mundos (contos). (Prêmio Afonso Arinos, da Academia Brasileira de Letras.) Rio de Janeiro: Livraria José Olímpio Editora, 1942.

Mar de Histórias: Antologia do Conto Mundial. (Em colaboração com Paulo Rónai.) Rio de Janeiro, Livraria José Olímpio Editora, 1945: vol. I; 1951: vol. II; 1958: vol. III; 1963: vol. IV. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira, 1989: vol. V; 1989: vol. VI; 1990: vol. VII; 1989: vol. VIII; 1991: vol. IX; 1989: vol. X; 1999: do vol. I ao vol. X (4ª ed.). Vol. I ao X (5ª ed.). São Paulo: Cosac & Naify Edições.

"Linguagem e Estilo de Eça de Queirós". In: *Livro do Centenário de Eça de Queirós.* Portugal/Brasil: Edições Dois mundos, 1945.

Contos Gauchescos e Lendas do Sul, de Simões Lopes

Na gestão de Dom Galdino importantes fatos ocorreram como a revisão do Brasão de São Paulo e a inclusão do Verbete Heráldico no Dicionário Aurélio entre outros.

SESQUICENTENÁRIO DE IMIGRAÇÃO ITALIANA NO BRASIL

Por Equipe Editorial

Este ano, comemoramos um marco histórico e cultural de grande importância: os 150 anos da imigração italiana no Brasil. Desde a chegada dos primeiros imigrantes em 1874, a presença italiana transformou profundamente o tecido social, econômico e cultural do país, deixando um legado que se reflete em diversos aspectos de nossa vida cotidiana.







Uma Viagem de Esperança

A saga da imigração italiana começou com a busca por uma vida melhor. Milhares de italianos, principalmente do norte da Itália, embarcaram em navios rumo ao Brasil, fugindo da pobreza e das dificuldades econômicas em suas terras natais. A promessa de trabalho nas plantações de café do Sudeste brasileiro foi o que inicialmente atraiu esses imigrantes, que logo se espalharam por outras regiões do país.



Contribuições para a Agricultura e a Indústria

Os italianos foram fundamentais para o desenvolvimento da agricultura no Brasil, especialmente no cultivo do café. Sua dedicação e técnicas agrícolas ajudaram a consolidar o país como um dos maiores produtores de café do mundo. Além disso, os imigrantes italianos também se destacaram na indústria, fundando pequenas fábricas e oficinas que mais tarde se tornariam grandes empresas.

Herança Cultural

A cultura italiana rapidamente se enraizou no Brasil, influenciando a gastronomia, a arquitetura, a música e as artes. Quem nunca se deliciou com uma saborosa pizza, uma macarronada ou um autêntico risoto? Os sabores da Itália se tornaram parte integrante da culinária brasileira, com receitas transmitidas de geração em geração.



Arquitetonicamente, muitas das cidades brasileiras possuem bairros que preservam a estética italiana, com construções que lembram vilas europeias. Festas típicas, como a Festa de São Vito em São Paulo e a Festa da Uva em Caxias do Sul, celebram essa rica herança com música, dança, comidas e bebidas tradicionais.

Impacto Social

A integração dos italianos na sociedade brasileira não foi imediata, mas com o tempo, eles se tornaram parte essencial da diversidade étnica do Brasil. Muitos sobrenomes italianos se tornaram comuns, e suas tradições e valores foram incorporados ao cotidiano brasileiro. A forte ênfase na família, no trabalho árduo e na comunidade ajudou a moldar a ética social e profissional no Brasil.

Educação e Intelectualidade

A influência italiana também se estendeu ao campo da educação e das artes. Escolas, universidades e instituições culturais fundadas por italianos ou com forte influência italiana têm desempenhado um papel significativo na promoção do conhecimento e da cultura. A literatura, a música e o teatro também foram enriquecidos pela contribuição de artistas e intelectuais italianos e ítalo-brasileiros.



Celebração e Reconhecimento

Este sesquicentenário é uma oportunidade para reconhecer e celebrar a imensa contribuição dos imigrantes italianos ao desenvolvimento do Brasil. Diversos eventos, exposições e festivais estão sendo organizados em todo o país para comemorar essa história de sucesso, superação e integração.

A comemoração dos 150 anos da imigração italiana no Brasil não é apenas uma celebração do passado, mas também uma afirmação do presente e uma esperança para o futuro. Os laços entre Brasil e Itália continuam fortes, baseados em uma história compartilhada de amizade, colaboração e respeito mútuo.





Ao olharmos para trás, vemos um legado de perseverança, trabalho e cultura que ajudou a moldar o Brasil que conhecemos hoje. E ao olharmos para o futuro, celebramos a continuidade dessa influência positiva e inspiradora, que certamente continuará a enriquecer nossa sociedade por muitos anos.

Viva a Itália, viva o Brasil e viva a rica herança que une nossos povos!

EU SOU AMAZÔNIA!

Soneto - Por Berenice Sousa Miranda Ribeiro

Oh, Céus! Grande rio n'este lar Brasil,
Na Amazônia! O segundo
maior do mundo,
E essa pororoca! Oh estrondo fundo!
Fauna, flora, ar. És a amplidão anil!

Ora bolas! Cobra enorme e juvenil!
Tem o peixe-boi com rosto jucundo;
N'um olhar do indígena fecundo;
Mata felina, povo varonil!

Eu sou Amazônia, somos!
Ei, quem não?
Viva! Sublime Bio e Diversidade!
Ao mundo fonte de contribuição.

Criou-te Deus dando ar puro à cidade,
Oh Pai! Salvai-lhe da exploração;
Viva o meio ambiente em felicidade!

46 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.



Berenice Sousa Miranda Ribeiro

Mini Biografia

Natural do distrito Maristela de Minas, pertencente ao município de Curral de Dentro/ MG. Historiadora, escritora, cronista, poetisa, contista, sonetista, autora dos livros 'Do Casulo à Borboleta' e 'História de Maristela de Minas' e outros livros em execução. Organizadora de coletâneas. Acadêmica Internacional da FEBACLA – Federação Brasileira dos Acadêmicos das Ciências, Letras e Artes e, da mesa entidade, detentora, dentre outros, do título de Grande Honra Defensora Perpétua do Patrimônio Histórico e Cultural Brasileiro, Título Honorífico de Embaixadora da Paz e Dra.h.c. em História. Acadêmica da ALTO – Academia de Letras de Teófilo Otoni e da AILB – Academia Internacional de Literatura Brasileira. Colunista do Jornal Cultural Rol. Apaixonada por letras e números, graduou-se em História e Pedagogia, fez pós-graduação em Gestão Empresarial e Pessoas com Ênfase em Tecnologia da Informação e cursos técnicos em Secretariado Escolar e Agrimensura. Trabalha como Gerente de Custos em uma mineradora.

www.editorahr.com

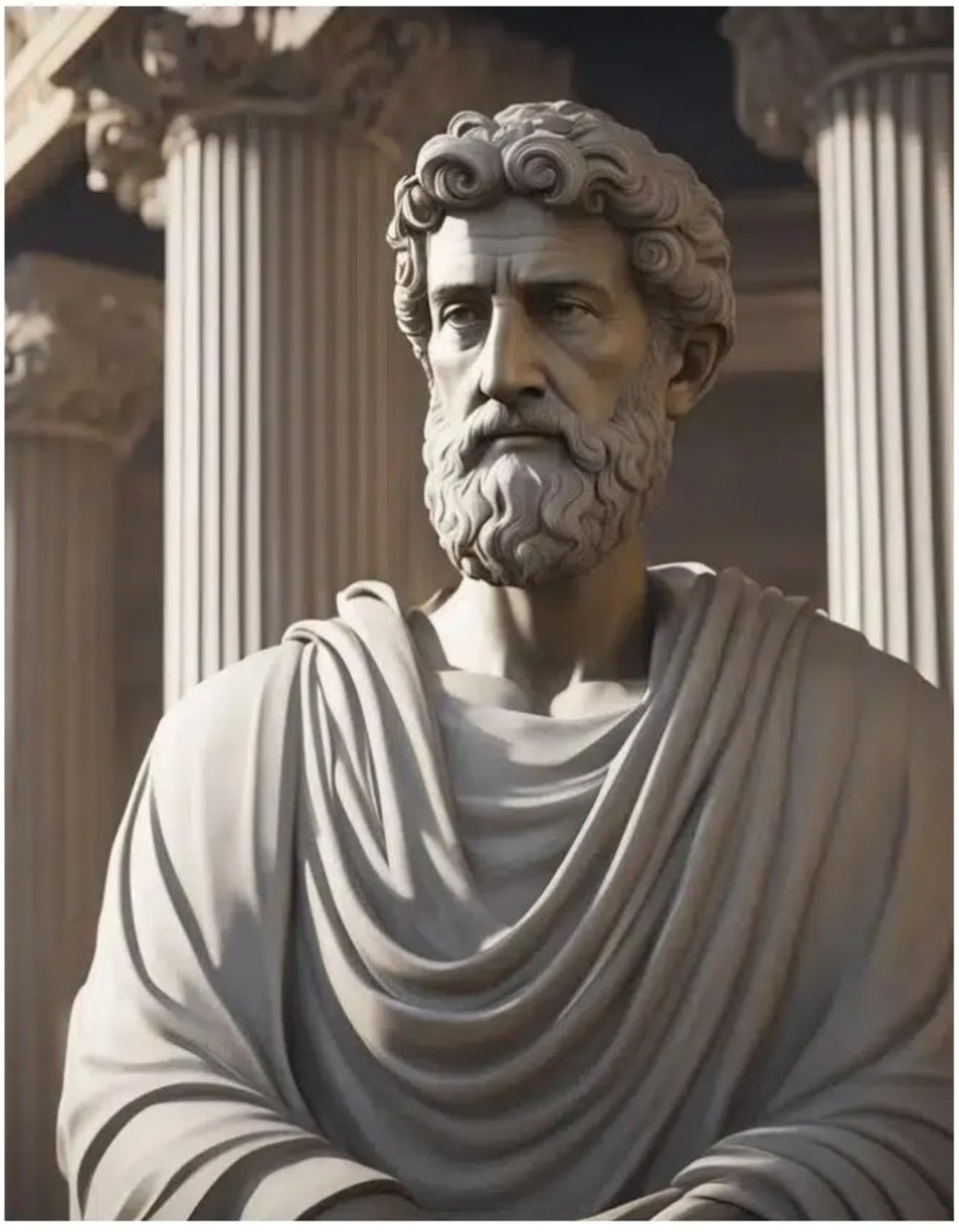
ESTOICISMO UMA FILOSOFIA ATEMPORAL

Artigo - Por Equipe Editorial

O estoicismo, uma escola de filosofia fundada na Grécia antiga, continua a inspirar e orientar pessoas em todo o mundo, mesmo após mais de dois mil anos de sua origem. Desenvolvido por Zenão de Cítio por volta de 300 a.C., o estoicismo é uma filosofia prática que se concentra na virtude, na racionalidade e na aceitação dos acontecimentos como forma de alcançar uma vida feliz e tranquila. Este artigo explora os princípios fundamentais do estoicismo, seus principais pensadores e sua relevância contemporânea.

O estoicismo nasceu em Atenas, numa época em que várias escolas de pensamento filosófico floresciam. Zenão de Cítio, originalmente um comerciante de Chipre, foi o fundador dessa escola filosófica. Após um naufrágio que o levou a Atenas, Zenão passou a estudar sob a tutela de diversos filósofos antes de criar seu próprio sistema de pensamento. Ele ensinava seus seguidores na Stoa Poikile, uma varanda pintada, de onde o estoicismo deriva seu nome.

 – Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida [illegible] leis da LGPD.



1. Estoicismo Antigo: Fundado por Zenão e expandido por seus seguidores imediatos, como Cleantes e Crisipo, este período estabeleceu os fundamentos da filosofia estoica.

2. Estoicismo Médio: Representado por pensadores como Panécio de Rodes e Posidônio, este período adaptou o estoicismo às influências romanas e outras escolas filosóficas.

3. Estoicismo Romano: Os estoicos romanos, como Sêneca, Epicteto e Marco Aurélio, deram uma nova vida à filosofia, aplicando seus princípios às questões práticas da vida cotidiana e à governança.

O estoicismo é construído sobre quatro virtudes cardeais: sabedoria, coragem, justiça e temperança. Estes princípios são a base para a prática estoica e a chave para alcançar a eudaimonia, ou felicidade verdadeira.

O estoicismo continuou a ser uma influência significativa na filosofia, política e cultura ocidental por muitos séculos após a morte de Zenão.

10 lições sobre o Estoicismo

1. Aceite o que você não pode controlar - muitas coisas na vida estão fora do nosso controle, e é importante aceitá-las em vez de lutar contra elas. Concentre-se em controlar seus próprios pensamentos e ações.

2. Viva no momento presente - aproveite o momento presente e não se preocupe com o passado ou o futuro. Concentre-se em agir sabiamente agora, sem se preocupar com as consequências.

3. Pratique a autodisciplina - desenvolva a virtude da autodisciplina e do autocontrole. Você pode fazer isso estabelecendo metas realistas, mantendo-se motivado e resistindo às tentações.

4. Cultive a empatia - tente entender os sentimentos e as perspectivas dos outros. Isso o ajudará a ser mais tolerante e compassivo, o que por sua vez pode melhorar seus relacionamentos.



5. Seja grato - concentre-se nas coisas boas da sua vida e pratique a gratidão. Isso pode ajudá-lo a manter uma atitude positiva e a apreciar mais as coisas boas que acontecem em sua vida.

6. Enfrente seus medos - muitas vezes, nossos medos são baseados em coisas que não são reais ou que não podemos controlar. Enfrente seus medos, analise-os de forma racional e trabalhe para superá-los.

www.editorahr.com

7. Aprenda a lidar com a dor e a adversidade - a vida pode ser difícil, mas é importante aprender a lidar com a dor e a adversidade. Aceite que a dor faz parte da vida e trabalhe para encontrar maneiras saudáveis de lidar com ela.

8. Desenvolva resiliência - a resiliência é a capacidade de lidar com a adversidade e superá-la. Desenvolva sua resiliência praticando a autodisciplina, lidando com a dor e a adversidade e aprendendo a se recuperar de falhas.

9. Viva de acordo com seus valores - descubra quais são seus valores e viva de acordo com eles. Isso pode ajudá-lo a tomar decisões mais informadas e a viver uma vida mais significativa.

10. Aprenda com seus erros - todos cometemos erros, mas é importante aprender com eles e não repeti-los. Analise suas falhas, descubra o que pode ser aprendido e trabalhe para melhorar no futuro.

O estoicismo, com suas raízes profundas na filosofia antiga e sua aplicação prática na vida moderna, continua a ser uma fonte de sabedoria e orientação. Seus princípios de sabedoria, coragem, justiça e temperança oferecem um caminho para uma vida virtuosa e significativa. Ao adotar práticas estoicas, podemos desenvolver resiliência, encontrar paz interior e viver com propósito, independentemente das circunstâncias externas.

Seja através da reflexão diária, da visualização negativa ou da meditação sobre a mortalidade, o estoicismo nos convida a focar no que podemos controlar e a aceitar com serenidade o que não podemos. Assim, podemos transformar nossa perspectiva sobre a vida e enfrentar os desafios com uma mente tranquila e um coração corajoso.

52 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob

LIVRO

RACISMO VELADO

Adquira Já o **LIVRO DIGITAL** que Todos Estão Falando!

Publicação da Editora HR

Sobre:

A luta pelo fim do preconceito da diferença da cor da pele é absurda, pois jamais podemos julgar algúem por sua religião, opção sexual, política, etc.

Esse livro tem como objetivo ser entre inúmeros, apenas mais um, demonstrar à sociedade que nenhum tipo de preconceito é algo que pode existir, apenas uma utopia daqueles que de alguma forma se julgam melhor que seu próximo (...)

Acesse
www.editorahr.com

EDITORA HR LIMITADA



Por Comendador Helio Reis

RACISMO VELADO

RACISMO VELADO

RACISMO VELADO

Autor
Comendador Dom Helio Reis

Diagramador & Designer Gráfico
Morello Serviços Editoriais

Revisora
Ana Carlota Rilho Machado

COMPRAR AGORA

Seção Saúde e Bem-Estar

VIVER BEM

“

Saúde não é apenas a ausência de doença, mas o equilíbrio entre corpo, mente e espírito. Cuide de si mesmo como um todo e descubra a verdadeira essência do bem-estar.



IDEAÇÃO SUICIDA: VONTADE DE MORRER OU VIVER?

Artigo - Por Dra. Aldrey Azevedo

Existe como prevenir o suicídio ou não?

Assim como eu, você também já deve ter ouvido falar que quem se suicida não vai para o céu, ou que a morte por suicídio não tem direito nem a missa, pois cometeu o pior dos pecados. Agora, vamos refletir por alguns instantes: a pessoa que se suicida queria ser criminosa? Queria acabar com a própria vida? Queria ser pecadora?

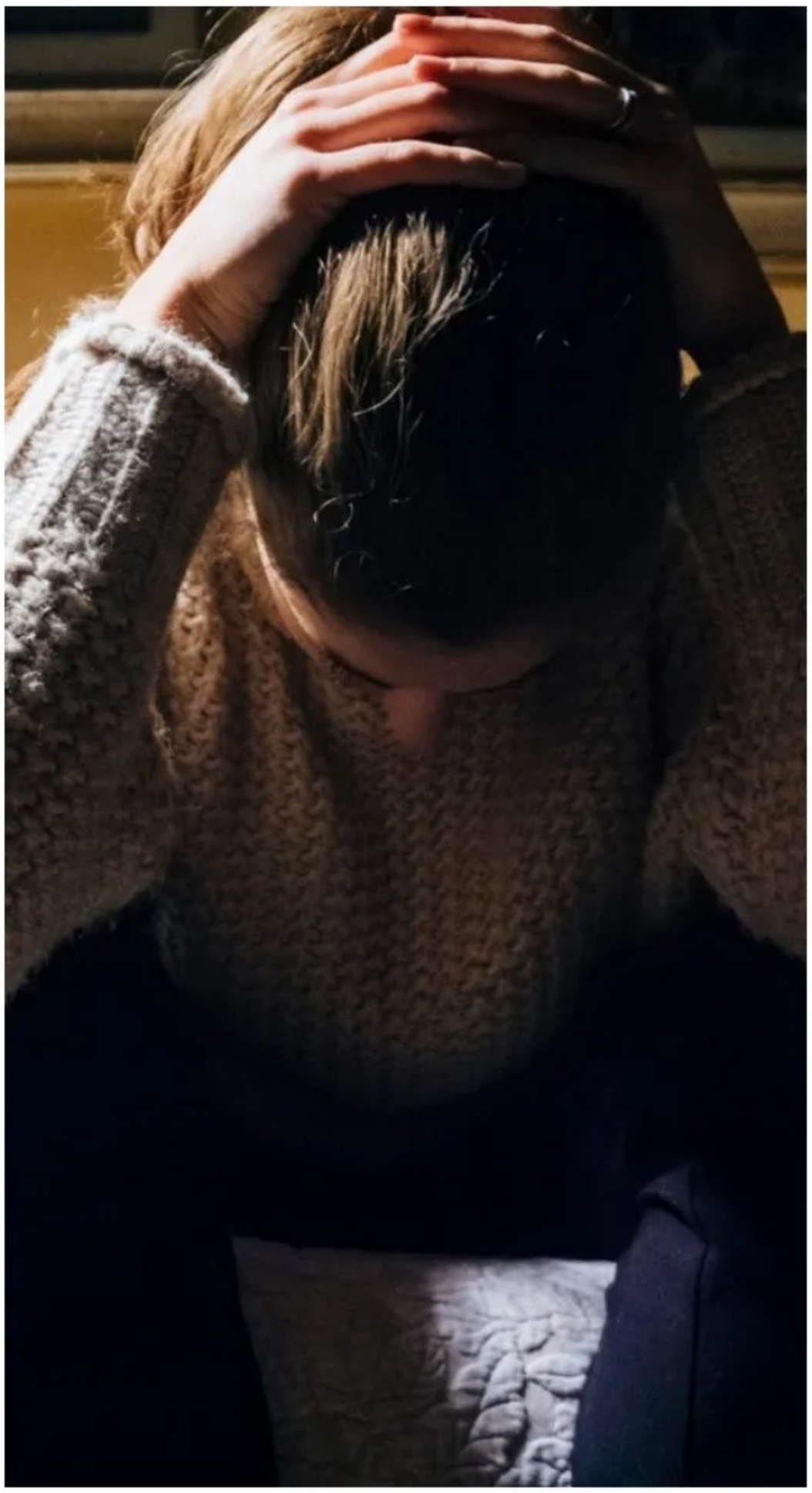
Para tentar responder a essas perguntas, é preciso compreender de uma vez por todas que ninguém, absolutamente ninguém, que atenta contra a própria vida gostaria de morrer. Ela quer apenas se livrar da dor na alma que sente e que, muitas vezes, não tem uma única pessoa ao seu redor realmente olhando e sentindo essa dor junto dela, o que a faz se sentir excluída daquele convívio.

Diante disso, vamos tentar falar sobre esse tema tão temido, velado, porém real em nosso mundo: o suicídio. Precisamos entender que prevenção não é previsão, ou seja, não temos como prever quando vamos nos destruir. Prevenção não significa evitação; nem sempre conseguiremos evitar. Portanto, prevenção é falar de fé e amor.

Ideação suicida, processo de autodestruição, processos autolesivos ou automutilação são um encadeamento de fatores negativos que têm como único objetivo acabar com a dor na alma, a dor da exclusão e da não existência. Geralmente, o que fazemos em nós quando nos autolesionamos e destruímos, na verdade, é o que gostaríamos de fazer com o que ou quem nos feriu.



Eu costumo dizer que o suicídio é multifatorial, ou seja, não existe um único fator que leva a pessoa ao suicídio, mas sim vários. Mas a primeira questão a se pensar é que, quando nos autodestruímos, é porque houve uma construção.



E qual seria essa construção? Nossa morada existencial é válida ou não? Só ressignificando essa morada existencial desde o início é que podemos ter a sensação de pertencimento e assim podermos voltar a confiar em algo ou alguém.

A grande sabedoria no processo autodestrutivo é reaprender o que podemos fazer com aquilo que fazem conosco. É importante chegarmos no fundo de nós mesmos e enxergarmos nossa vulnerabilidade, um lugar de medo, tristeza, frustração, raiva, abandono, e nos perguntar: por que negar esses sentimentos?

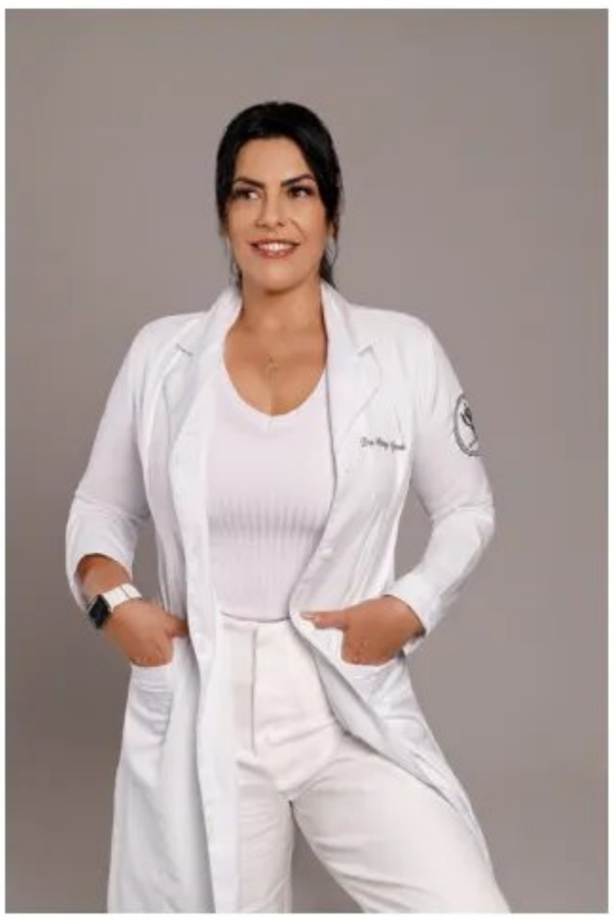
Permita-se sentir, acolha a sua dor, receba e dê lugar a esses sentimentos, entenda e aceite que eles fazem parte de você, eles pertencem a você. Queira eliminá-los, acabar com eles, matá-los sim, mas antes entenda que eles fizeram parte do seu processo evolutivo. Depois, use a mola que está no fundo do poço como alavanca, e volte para a superfície mais forte, entendendo que você é humano, não é obrigado a ser perfeito, a ser como a maioria, muito menos a ter tudo o que todos têm. Você só precisa ser você... lembre-se, tem um lugar no mundo que é só seu e ninguém, mais ninguém, pode ocupá-lo além de você.

Encontre alguém em quem você possa confiar para contar tudo, principalmente suas fraquezas e erros, pois se essa pessoa realmente for confiável, ela te falará quando você precisar mudar a direção por estar caminhando para o lado errado, mas fará isso com amor e sem julgamentos.

Acredite, independente do seu cunho religioso, todos fomos feitos para viver em abundância, e isso não significa fartura financeira, pois acredite ou não, essa é a mais fácil de se conquistar. Tem a ver com amigos, valores, caráter, sorrisos, legado; tem a ver com viver de maneira que a sua presença não seja notada, mas que sua ausência seja sentida. Tem a ver com deixarmos saudades, e cá entre nós, ninguém tem saudade do que foi ruim, só temos saudade daquilo que foi bom. Portanto, sejamos bons, primeiro conosco mesmos, para depois sermos com o mundo.

Existe um mundo esperando por você... corra até ele, abrace tudo que é só seu, eu seguro na sua mão, se você assim quiser.





Dra. Aldrey Azevedo

Mini Biografia

Espiritualista por nascença. Plantas, ervas, chás e benzimentos sempre a fascinaram. Apaixonada por animais e quando criança deixava de comer para dar sua refeição aos animais de rua. Amante da mente humana,especializou-se, fez inúmeras formações como Psicologia, pós graduação em Neuropsicologia, Psicossomatica, Psicopatologia, mediação sistêmica, terapia de reprocessamento generativo (formação internacional), mestrado em Suicidologia, doutorado em Dependência química .

Seu intuito foi sempre de seguir sua missão na terra: ajudar a levar esperança a quem já não vê mais sentido na vida. faz trabalhos voluntários

62 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.

em ONGS como Amigos do Bem, é vice presidente da ONG Te orienta mulher (focada em assessorar mulheres abusadas e violentadas). Atua também como apresentadora do Descomplicando a Saúde. Uma vida dedicada aos estudos, as filhas e a fazer o bem!



ASMA

Artigo - Por Dra. Claudia Cavalcanti

É uma das doenças crônicas mais comuns, ocorre em crianças e adultos. É um problema mundial de saúde e acomete cerca de 300 milhões de pessoas. Estima-se que no Brasil existem aproximadamente 20 milhões de asmáticos. É uma causa importante de faltas escolares e no trabalho.

A asma varia muito de pessoa para pessoa e num mesmo indivíduo. Tem épocas que pode ser muito leve e tem momentos em que pode piorar muito, necessitando atendimentos de emergência e até internação.

É causada por um conjunto de fatores: ambientais e genéticos (história familiar de alergias)



Os principais fatores desencadeantes das crises de asma são: ácaros, mofo, pelo de animais, poeira, pólen, fumaça de cigarro, poluição ambiental, corantes e conservantes alimentares, produtos químicos de uso doméstico, perfumes, infecções virais, esforço físico, exposição ao frio, mudança de tempo, aspectos emocionais.

O diagnóstico da asma não é feito por radiografia do tórax, é através da história clínica que o médico vai investigar, associado a exames de prova de função respiratória.

A asma não tem cura, mas existem tratamentos que melhoram muito os sintomas, proporcionando o controle da doença e permitindo uma vida normal, exatamente igual a de pessoas da mesma idade que são saudáveis e não têm asma.



Para o asmático ter uma vida saudável basta seguir algumas regras:

- **Evitar o contato com as substâncias que tem alergia,**
- **Usar diariamente a medicação controladora,**
- **Consultar periodicamente seu médico.**



O tratamento da asma baseia-se em medidas de higiene e deve ser individualizado. O tratamento que serve para um asmático pode não ser o melhor tratamento para outro ou ter a dose modificada conforme a necessidade. Por isso, o tratamento da asma deve ser orientado pelo seu médico.

A maioria dos pacientes é tratada com medicação de manutenção que serve para prevenir o aparecimento dos sintomas e a medicação de alívio ou de resgate que serve para aliviar os sintomas quando houver piora da asma.

As medicações controladoras ou de manutenção diminuem o risco de crises de asma e evitam a perda futura da capacidade respiratória. O **uso correto da medicação** controladora diminui muito ou até elimina a necessidade da medicação de alívio.



Os corticoides inalados são as medicações mais importantes para o tratamento da asma, são seguros para ser usados em crianças, adultos e gestantes. Os efeitos colaterais mais comuns são rouquidão, pigarro e monilíase oral (sapinho), que podem ser prevenidos enxaguando a boca com água após o uso

da medicação, gargarejando bem e não engolindo essa água (ou seja, cuspindo a água).

O que são bombinhas? Bombinha é a maneira que as pessoas chamam todas as medicações inalatórias usadas no tratamento da asma.

Atenção!

As bombinhas não viciam, essa é uma ideia errada, comum entre asmáticos. O que não pode é ficar usando medicamentos sem acompanhamento médico, apenas para aliviar a falta de ar.

As Bombinhas não fazem mal para o coração. Algumas pessoas têm a sensação de palpitação no coração, mas quando isso acontece é porque provavelmente está usando os remédios com a técnica errada ou com a dose errada. O que faz muito mal para o coração é falta de oxigênio.

O atendimento médico em serviços de emergência funciona para o atendimento da crise aguda, o **tratamento da asma exige o acompanhamento médico** ambulatorial.



Dra. Claudia Cavalcanti

Mini Biografia ▶

Fonte:

Associação brasileira de Alergia e Uminopatologia
Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia



Cláudia Cavalcanti de Araújo, 65 anos, mãe, avó, escritora, palestrante, terapeuta holística e médica homeopata. 40 anos dedicados a promoção da saúde. Atendeu mais de 500 mil pessoas em 35 anos de emergência de pediatria. Carioca, com seu berço oriundo na doce cidade de Timbaúba, Pernambuco, onde seus pais nasceram. Em 2015, entendeu que a saúde precisava sair das paredes dos hospitais e consultórios e se tornar acessível a todos. Estudou o modelo de saúde escolar de diversos países e criou seu próprio modelo de negócios - a CRESCER SAÚDE - com o PROPÓSITO de conscientização da responsabilidade individual e coletiva na promoção da saúde, através de tele assistência médica e educação continuada em PREVENÇÃO de doenças, acidentes e valorização da vida, acessível a todos os brasileiros. Autora de "Crie Saúde & Sabedoria", um guia prático para a Saúde e Plenitude. Coautora em "Conexões de Mentes, Corações e Negócios", "Gladiadores de vendas", "Estação Aedos" e com Joana D'Arc Lage, escreveu 11 livros, da Série PES- Poesia, Educação e Saúde, que estão em pré-lançamento. "A arte da medicina está em inspirar as pessoas ao hábito de PREVENÇÃO de doenças, acidentes e valorização da vida, com autorresponsabilidade e Gratidão".

Seção Culinária

RECEITAS DE INVERNO

O dia 21 de junho marca o início da estação mais fria do ano e abre portas para possibilidades de pratos saborosos para explorar. Afinal, as temperaturas baixas exigem receitas quentinhas, que trazem um conforto especial.



Chocolate quente com canela

Ingredientes:

- 1 litro de leite
- 1 lata de leite condensado
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 caixa de creme de leite
- 2 xícaras (chá) de chocolate em pó
- Canela em pó gosto

Modo de Preparo:

1. No liquidificador, bata o leite, o leite condensado, o açúcar, o creme de leite e o chocolate em pó até ficar homogêneo
2. Transfira para uma panela e leve ao fogo médio
3. Enquanto isso, vá mexendo sempre até levantar fervura
4. Deixe ferver por 3 minutos ou até engrossar levemente
5. Retire do fogo e acrescente a quantidade de canela que desejar
6. Nesse meio tempo, volte a panela ao fogo baixo e continue mexendo até que a mistura engrosse
7. Desligue o fogo, coloque o chocolate quente em uma caneca e sirva em seguida bem quente.



Nhoque de batata clássico

Ingredientes:

- 1kg de batata
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1 gema
- Farinha de trigo para enfarinhar
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo aproximadamente
- Queijo parmesão ralado a gosto para polvilhar

Molho:

- 1 cebola picada
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 1 dente de alho picado
- 300g de carne moída
- 1 cenoura pequena ralada
- 6 tomates maduros batidos no liquidificador e peneirados
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Folhas de manjericão fresco a gosto para polvilhar

Modo de Preparo:

1. Aqueça uma panela com o óleo, em fogo médio e refogue a carne por 5 minutos.
2. Adicione a cebola, o alho e a cenoura e frite por 5 minutos ou até dourar.
3. Despeje o tomate, sal, e pimenta e cozinhe por 10 minutos em fogo baixo até encorpar. Reserve.
4. Cozinhe as batatas inteiras com casca em água e sal por 20 minutos ou até amaciar.
5. Escorra e descasque ainda quente.
6. Passe pelo espremedor ainda quente e deixe esfriar.
7. Coloque em uma tigela, adicione a gema, sal, pimenta e a farinha, aos poucos, sovando até soltar das mãos. Se necessário acrescente mais até dar ponto de enrolar.
8. Faça rolinhos com a massa sobre uma superfície lisa e enfarinhada e com uma faca corte nhoques com 2cm.
9. Cozinhe em água fervente com sal até subir na superfície.
10. Retire com uma escumadeira e despeje em um refratário médio. Cubra com o molho quente, polvilhe o manjericão e o parmesão e sirva.

Caldo Verde

Ingredientes:

- 8 batatas em cubos
- 1,5 litros de água
- 2 gomos de linguiça calabresa em rodelas
- 200g de bacon picado
- 1 cebola picada
- 5 folhas de couve fatiada
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- Torradas a gosto para acompanhar

Modo de Preparo:

1. Cozinhe as batatas na água e sal até que estejam macias.
2. Triture com o mixer ou no liquidificador e reserve.
3. Enquanto isso, em outra panela, em fogo médio e frite a calabresa e o bacon na própria gordura até dourar.
4. Adicione a cebola e refogue por 3 minutos.
5. Acrescente a batata batida e cozinhe até ferver.
6. Junte a couve, tempere com sal e pimenta e cozinhe por mais 3 minutos.
7. Transfira para uma sopeira e sirva em seguida.

Creme de Milho com Calabresa

Ingredientes:

- 3 colheres (sopa) de azeite
- 1 gomo de linguiça calabresa em rodelas
- 3 cebolas
- 4 espigas de milho verde raladas
- 4 xícaras (chá) de leite
- 1 cubo de caldo de legumes
- 3 colheres (sopa) de manteiga
- 1 talo de alho-poró picado
- Sal, pimenta-do-reino e noz-moscada ralada a gosto
- Cebolinha picada e cubos de queijo prato para decorar

Modo de Preparo:

1. Aqueça uma frigideira com o azeite, em fogo médio, e frite a calabresa e 2 cebolas fatiadas em rodelas até dourar. Reserve.
2. No liquidificador, bata o milho, a batata, o leite, a maisena e o caldo de legumes até ficar cremoso. Reserve.
3. Aqueça uma panela com a manteiga, em fogo médio, e frite a cebola restante picada em cubos e o alho-poró por 3 minutos.
4. Despeje o creme de milho reservado, tempere com sal, pimenta, noz-moscada e cozinhe, mexendo até engrossar.
5. Transfira para uma sopeira, junte a calabresa acebolada e sirva polvilhado com cebolinha e cubos de queijo.
6. Junte a couve, tempere com sal e pimenta e cozinhe por mais 3 minutos.
7. Transfira para uma sopeira e sirva em seguida.

SABOR DA ITÁLIA

Por Maristela Pozitano

Os italianos trouxeram pratos que se tornaram populares, como macarrão, pizza, fogazzas, nhoque à base de mistura com batatas, farinha e ovos, o famoso risoto, espaguete, ravioli, filé à parmegiana, lasanha e molhos deliciosos com segredos só deles. A saborosa sopa minestrone, com muitos legumes, também conhecida como minestra, é a mistura bem elaborada de tudo o que sobra do dia anterior. Eles utilizam muito azeite e especiarias, além da sobremesa "tiramisù", feita com dois ingredientes deliciosos: café, cacau, sem falar do panetone, dos gelatos e da mistura de café com leite.


Consul
USOU
LAVOU
Arquivo pessoal de Maristela Pozitano

Receita da Mama Mercedes: Pãezinhos de Mandioca

Ingredientes:

- 300 gramas de mandioca cozida e passada no espremedor ainda quente
- 2 ovos
- 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
- 1 pitada de sal
- 50 gramas de fermento biológico seco
- Cerca de ½ xícara de leite morno
- Farinha de trigo sem fermento

Modo de Preparo:

1. Preparo do Fermento: Dissolva o fermento biológico seco em um pouco de leite morno, formando um mingau. Deixe descansar até que o fermento ative e cresça um pouco.
2. Preparo da Massa: Em uma tigela grande, coloque a mandioca amassada ainda quente. Adicione os ovos, a manteiga e uma pitada de sal. Acrescente o fermento dissolvido no leite.
3. Adição de Farinha: Aos poucos, vá adicionando a farinha de trigo até obter uma massa que desgrude das mãos e seja fácil de moldar. A quantidade de farinha pode variar dependendo da umidade da mandioca.
4. Moldagem e Crescimento: Modele pequenos pãezinhos do tamanho desejado e coloque-os em uma travessa untada com manteiga, deixando espaço entre eles para crescer. Cubra os pãezinhos com um pano de prato limpo e úmido. Deixe os pãezinhos descansarem em um local morno até dobrarem de volume.
5. Assamento: Preaqueça o forno a uma temperatura média-alta (aproximadamente 180°C). Leve os pãezinhos para assar em forno preaquecido por cerca de 20 minutos, ou até que estejam dourados e assados por dentro (teste com um palito, que deve sair limpo).
6. Finalização: Retire os pãezinhos do forno e deixe esfriar um pouco antes de servir. Opcionalmente, você pode adicionar linguiça sem pele já frita, alho frito, ou outras variações como mandioquinha ou abóbora (ajustando o sal ou açúcar conforme necessário para pães doces).

Observações: Esta receita permite algumas variações para diferentes sabores e texturas. Os pãezinhos de mandioca são ideais para servir como acompanhamento ou lanche, e podem ser apreciados quentes ou em temperatura ambiente.

ENTRELAÇADOS
SOCIEDADE EM TRANSFORMAÇÃO

Adquira Já o **LIVRO DIGITAL**

Publicação da Editora HR

Sobre:

Não cabe a nós sermos julgadores, darmos referências, mas sim, atentar para fatos hipócritas de nossa sociedade, de nossos indivíduos.

Porque merefiro a isso?

Bem, basta que observamos a nosso círculo social ou até mesmo, a aqueles que nos roedeim.

Indivíduos que se fazem notar poela aparência e não por quem realmente são, a vergonha, o preconceito, há medo em muitas das vezes, a satisfação social como se precisamos de aprovação (...)

Acesse
www.editorahr.com

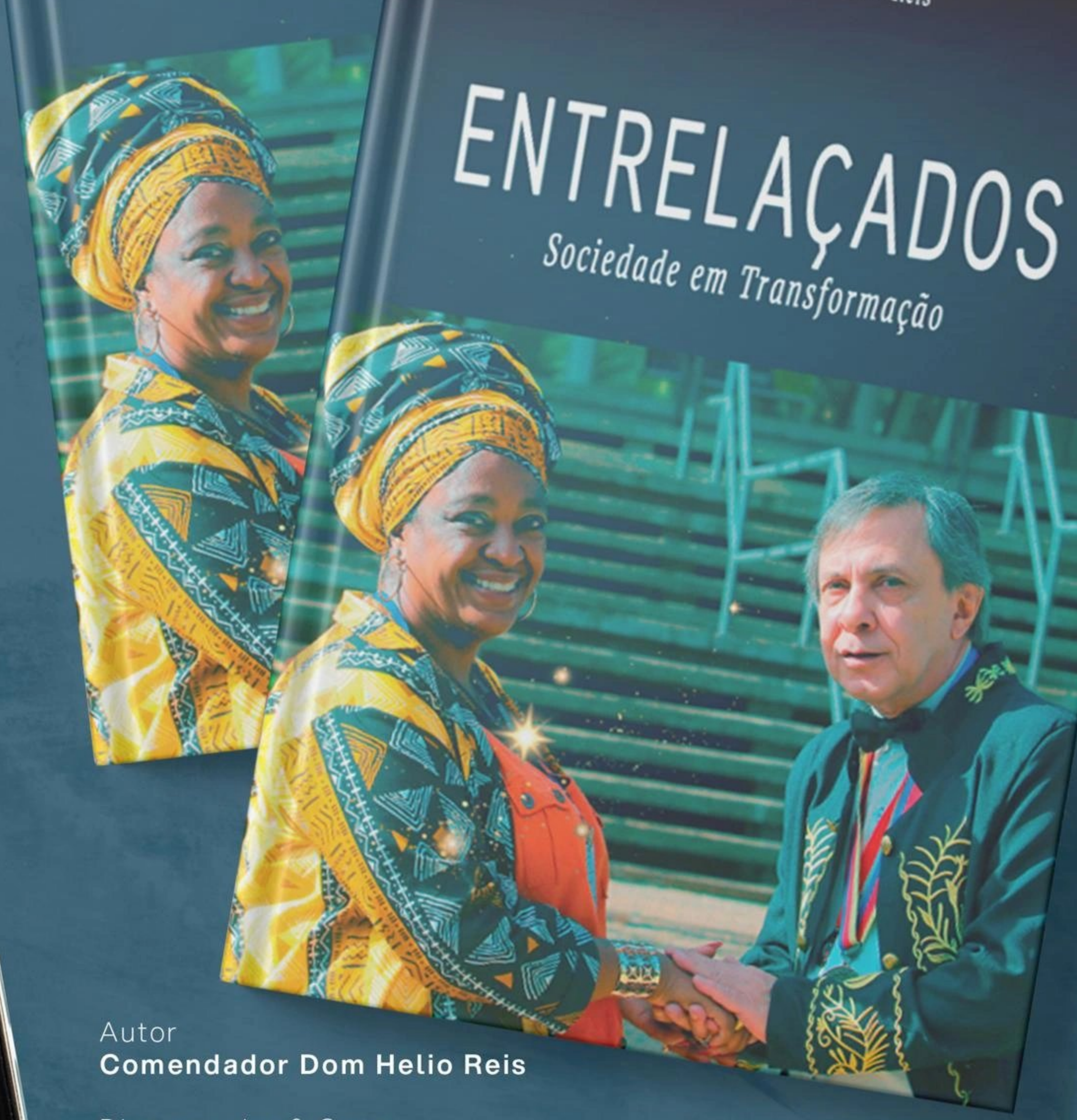
EDITORA HR LIMITADA



Por Comendador Helio Reis

ENTRELAÇADOS

Sociedade em Transformação



Autor
Comendador Dom Helio Reis

Diagramador & Capa
Morello Serviços Editoriais

Revisora
Katia Maria Jardim Rorato

COMPRAR AGORA

SUA JORNADA, SEU SUCESSO: VALORIZE SUAS CONQUISTAS

Artigo - Por Leonardo Constancio Designer

 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.

Na busca por nossos sonhos e aspirações, é fácil se perder na comparação com o sucesso alheio. Porém, essa comparação pode ser um veneno para a nossa criatividade e desenvolvimento pessoal. Neste artigo, explorei a importância de não se comparar com os outros e entender que cada profissional tem uma jornada única e repleta de desafios próprios.

A vida é uma jornada cheia de altos e baixos, e no campo do design gráfico, essa realidade não é diferente. Muitas vezes, desejamos estar no lugar de alguém que admiramos, mas esquecemos que essa pessoa passou por inúmeros obstáculos, quedas e renascimentos para chegar onde está, que geralmente, muitas das vezes essas pessoas não mostram a realidade por traz de cada conquista.

Quando nos comparamos com outros, esquecemos de valorizar nossas próprias conquistas e o caminho que já percorremos. Cada tropeço, cada projeto rejeitado e cada noite mal dormida são partes essenciais da nossa jornada. E é essa jornada que nos molda e nos prepara para os grandes momentos de sucesso.

As oportunidades, experiências e até os erros cometidos são exclusivos de cada um. Sua jornada é moldada por suas escolhas, preferências e até mesmo pelos tropeços que encontra pelo caminho.

Quando você alcança algo por mérito próprio, a satisfação é imensa. Lembre-se que suas conquistas, por menores que pareçam, são resultado do seu esforço e dedicação. Valorize cada pequeno sucesso e use-o como combustível para seguir adiante. O reconhecimento das suas próprias habilidades é essencial para continuar crescendo como profissional.



Acredite em si mesmo e em suas habilidades como designer gráfico ou independente da sua profissão. Cultive a autoconfiança, reconhecendo suas conquistas e valorizando sua jornada única. Lembre-se de que sua autenticidade é seu maior triunfo no mundo do design. Isso vale para a vida também!

Use o sucesso dos outros como inspiração, não como uma medida do seu próprio valor. Aprenda com os caminhos que outros profissionais trilharam, mas lembre-se de que sua jornada é única. Inspire-se em suas histórias de superação, mas mantenha o foco em seu próprio progresso e crescimento.





Leonardo Constancio

Mini Biografia ▼

Sou um designer gráfico apaixonado por transformar ideias em experiências visuais impactantes. Com anos de experiência e um portfólio diversificado, dedico-me a criar soluções de design que não apenas atendem às necessidades dos meus clientes, mas também excedem suas expectativas.

Escrevo Artigos para o meu Blog onde você encontrará uma combinação de artigos sobre design, dicas e insights para ajudar profissionais e estudantes a aprimorar suas habilidades.

Profissão: Formado em Direção de Arte especializado em Design Gráfico, Design de Interface (UX/UI Design) e Design Social.

Me Siga Nas Redes:
Instagram: @leo_designerbr
Facebook: @ LeoC.Designer

Leia mais artigos gratuitos como esse em meu blog, acesse:
https://leonardoconstanciodesigner.com

Seção Amigos Pet's

PATAS & ABRAÇOS

A fidelidade de um animal de estimação nos ensina o verdadeiro significado do amor incondicional.

90 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.



Amigos Pets, Companheiros de Vida

Artigo - Por Equipe Editorial



Os animais de estimação, carinhosamente chamados de “pets”, são mais do que simples companheiros; eles são membros da família, fontes de alegria e conforto nos momentos difíceis. Na edição de julho da HR Magazine, celebramos esses amigos de quatro patas que enriquecem nossas vidas de maneira única e especial.

Desde o momento em que um animal de estimação entra em nossas vidas, ele traz consigo uma lealdade incondicional. Cachorros abanam o rabo ao nos ver, gatos ronronam em nosso colo, e até os pássaros cantam com alegria quando estamos por perto. Esses pequenos gestos são demonstrações de um amor puro, que não depende de nada além da nossa presença e carinho.





Diversos estudos científicos mostram que conviver com animais de estimação traz benefícios significativos para a saúde mental e física. Eles nos ajudam a reduzir o estresse, diminuir a pressão arterial e até mesmo a combater a depressão. Além disso, passear com o cachorro ou brincar com o gato são ótimas formas de se manter ativo e melhorar a qualidade de vida.



Ter um pet também é uma oportunidade contínua de aprendizado. Eles nos ensinam sobre responsabilidade, paciência e empatia. Cuidar de um animal envolve rotina, atenção e, muitas vezes, sacrifícios, mas a recompensa de ver nossos amigos peludos felizes e saudáveis é incomparável.

O vínculo que desenvolvemos com nossos pets é profundo e duradouro. Eles estão ao nosso lado em momentos de alegria e tristeza, compartilhando silenciosamente nossas vidas.



A relação que construímos com eles é baseada em confiança e afeto, um laço que transcende palavras e que é sentido de maneira intensa.

Veja histórias inspiradoras de pessoas e seus animais de estimação. Queremos celebrar a importância dos pets em nossas vidas e compartilhar o impacto positivo que eles têm no nosso dia a dia.

Se você é um amante de animais de estimação, sabe o quanto eles são especiais. E se ainda não tem um pet, talvez este seja o momento de considerar adotar um amigo peludo. Afinal, o amor e a companhia de um animal de estimação são verdadeiros tesouros, que enriquecem nossa existência e tornam cada dia mais alegre e completo.

Seja você dono de um cachorro, gato, pássaro ou qualquer outro animal de estimação, compartilhe suas histórias e experiências conosco. Juntos, podemos celebrar a magia dos nossos amigos pets e inspirar mais pessoas a descobrir a alegria de ter um companheiro de quatro patas.




PURINA
Friskies
MEGAMIX
Selección
ESPECIAL
ADULTOS
3 kg

Cuidados Essenciais para a Saúde e Bem-estar do Seu Pet

Artigo - Por Equipe Editorial

O veterinário tem o compromisso de assegurar que cada animal de estimação sob meus cuidados viva uma vida longa, saudável e feliz. Ao longo dos anos, percebi que muitos tutores possuem dúvidas sobre como proporcionar o melhor para seus amigos de quatro patas. Neste artigo, irei compartilhar algumas dicas fundamentais sobre os cuidados essenciais que garantem o bem-estar dos seus pets.

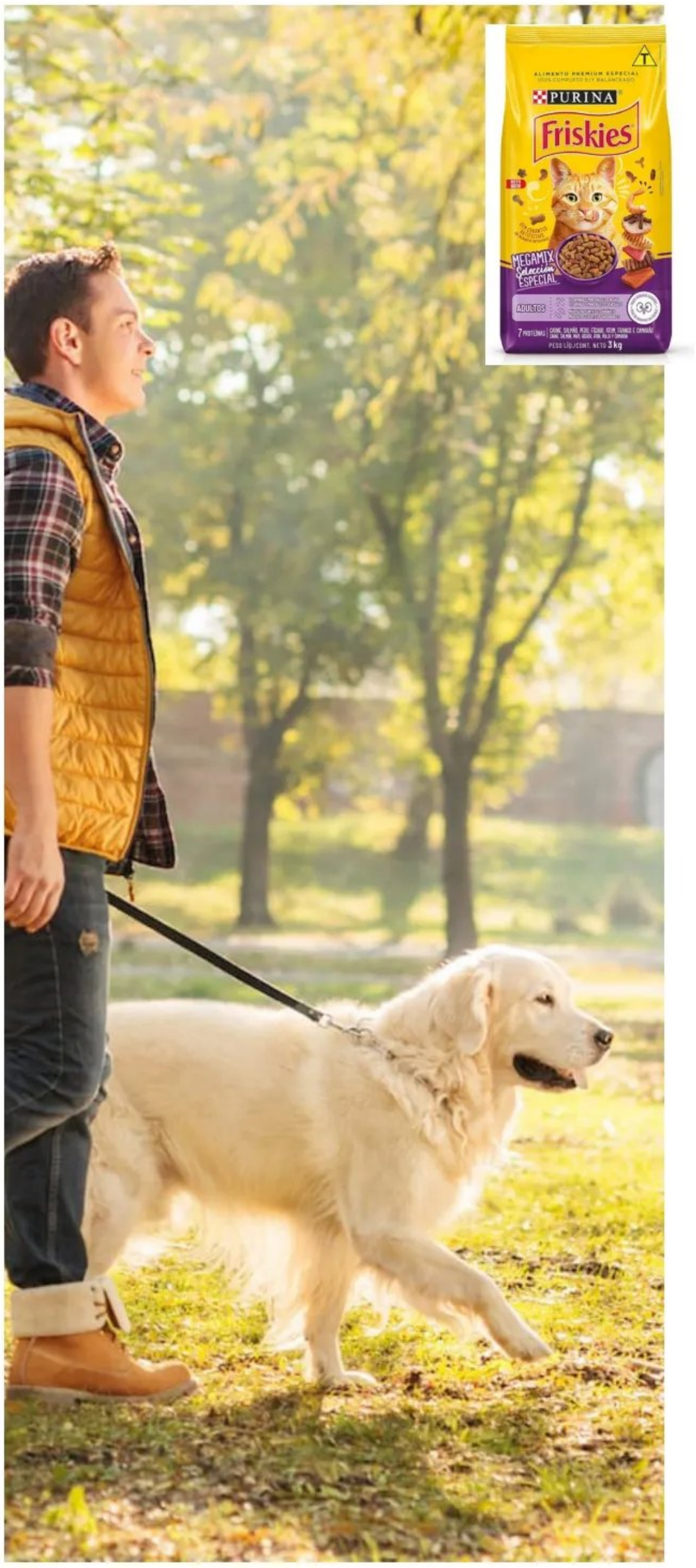
1. Nutrição Adequada

A base para uma boa saúde começa com a alimentação. É crucial escolher uma dieta balanceada que atenda às necessidades específicas do seu pet, levando em consideração fatores como idade, peso, raça e nível de atividade. Alimentos de alta

qualidade ajudam a prevenir problemas de saúde como obesidade, diabetes e doenças cardíacas. Recomendo consultar um veterinário para personalizar a dieta do seu animal de estimação e evitar alimentos humanos potencialmente perigosos.

2. Vacinação e Controle de Parasitas

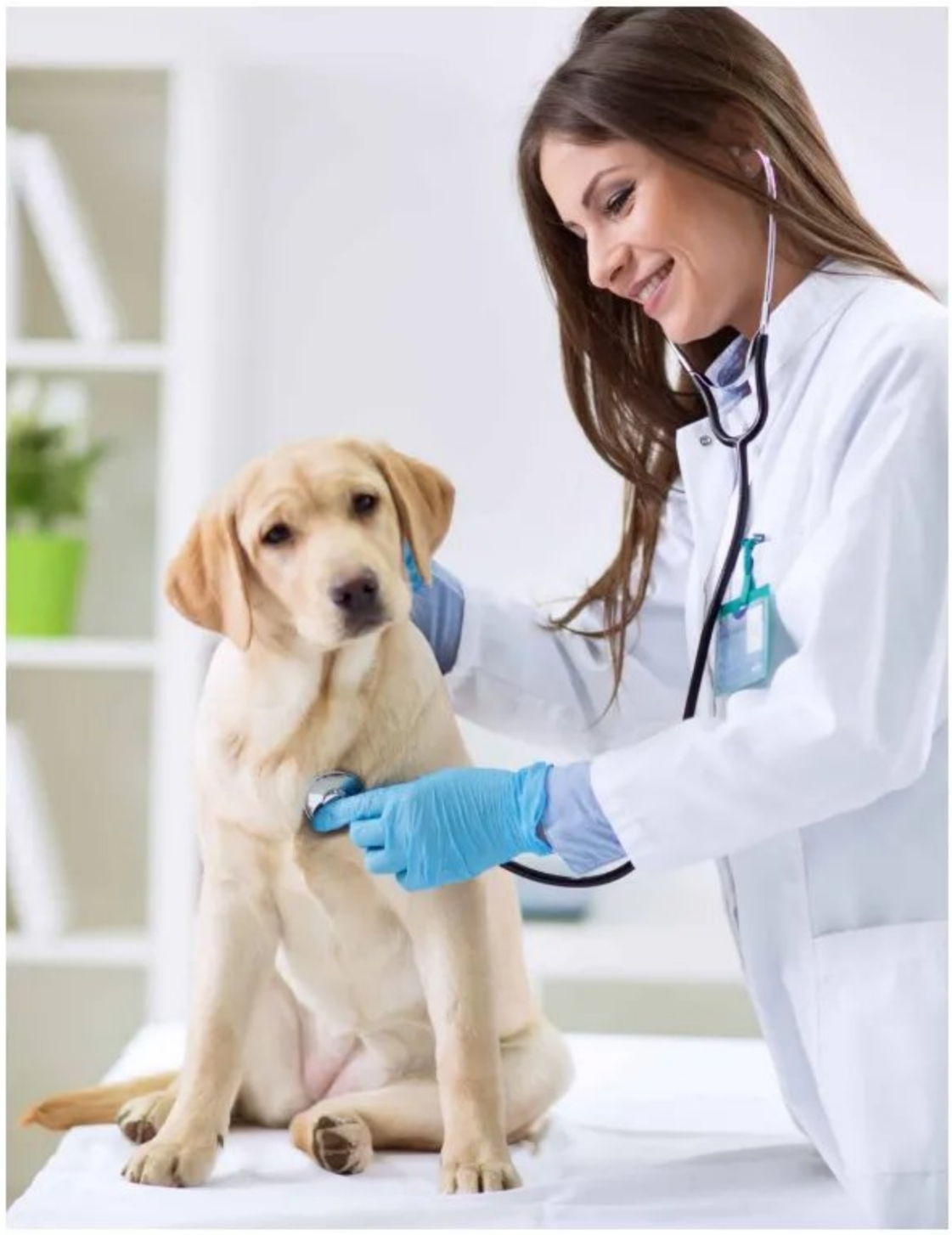
Vacinas são fundamentais para prevenir diversas doenças contagiosas. O calendário de vacinação deve ser iniciado desde filhote e mantido ao longo da vida do animal. Além disso, o controle regular de parasitas, incluindo pulgas, carrapatos e vermes, é essencial para evitar doenças que podem ser graves e até fatais. Utilize sempre produtos recomendados pelo seu veterinário para garantir eficácia e segurança.



3. Exercícios Regulares

A atividade física regular é vital para manter seu pet saudável, ativo e mentalmente estimulado. Cães, por exemplo, beneficiam-se de passeios diários que ajudam a controlar o peso e reduzir o estresse. Já os gatos precisam

de brinquedos e estruturas onde possam escalar e explorar. Adapte o tipo e a quantidade de exercício à idade e condição física do seu animal.



4. Visitas Regulares ao Veterinário

Check-ups regulares são imprescindíveis para monitorar a saúde do seu pet e identificar precocemente qualquer problema de saúde. Durante essas consultas, podemos realizar exames físicos completos, atualizar vacinas, avaliar a nutrição e discutir qualquer mudança de comportamento. Recomendo visitas anuais para pets jovens e semestrais para os mais velhos ou com condições crônicas.

5. Cuidados com a Saúde Dental

A saúde dental é frequentemente negligenciada, mas é tão importante quanto os outros aspectos da saúde do pet. Problemas dentários podem levar a doenças mais graves, incluindo aquelas que afetam órgãos vitais. Escovar os dentes do seu pet regularmente e proporcionar-lhes tratamentos dentários profissionais pode prevenir muitos desses problemas.

Ser tutor de um animal de estimação é um compromisso sério que exige dedicação e responsabilidade. Seguindo estas dicas e mantendo uma comunicação aberta com seu veterinário, você pode garantir que seu amigo de quatro patas tenha uma vida plena e saudável. Lembre-se de que cada pet é único, e adaptar os cuidados às suas necessidades específicas fará toda a diferença no seu bem-estar.


Special Dog


PURINA
Friskies
MEGAMIX
Selección
ESPECIAL
ADULTOS
7 PROTEÍNAS
PESO LÍQ./CONT. NETO 3kg

www.editorahr.com

A ADOÇÃO TRANSFORMA

Artigo - Por Equipe Editorial



A Importância de Dar um Lar aos Animais Abandonados

100 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.



Todos os anos, milhões de animais são abandonados ou entregues a abrigos em todo o mundo, esperando por uma segunda chance na vida. Adotar um animal de estimação não é apenas um ato de amor e compaixão, mas também um compromisso sério que pode mudar drasticamente a vida de ambos, animal e humano. Este artigo explora a importância da adoção de animais abandonados e como esse gesto pode trazer benefícios mútuos e duradouros.

Abrigos e organizações de resgate estão frequentemente sobrecarregados com o número de animais que carecem de cuidados. Muitos desses animais são vítimas de negligência, abuso ou simplesmente foram deixados para trás quando suas famílias se mudaram ou não podiam mais cuidar deles. Estes animais muitas vezes enfrentam a eutanásia se não forem adotados, uma realidade dura que destaca a urgência da adoção.

Para um animal, ser adotado pode significar a diferença entre a vida e a morte. Além de salvar uma vida, adotar um animal de um abrigo também ajuda a abrir espaço para que outros animais que precisam de ajuda possam ser acolhidos. Uma casa amorosa proporciona ao animal a chance de prosperar em um ambiente



seguro e carinhoso, longe do estresse do abrigo.

Os benefícios da adoção de um animal de estimação vão além do simples ato de salvar uma vida. Estudos mostram que ter um animal de estimação pode melhorar significativamente a saúde mental e física. Animais de estimação podem diminuir os níveis de estresse, aumentar a atividade física e até mesmo melhorar a saúde cardiovascular. Além disso, adotar um animal de estimação de um abrigo é frequentemente menos caro do que comprar um de um criador ou loja de animais.



Adotar um animal de um abrigo não é uma decisão que deve ser tomada de ânimo leve. É importante considerar vários fatores, incluindo o tipo de animal, o tamanho, a raça, o temperamento e como ele se encaixa no seu estilo de vida e ambiente de moradia. Muitos abrigos oferecem um processo de correspondência para ajudar a garantir que tanto o animal quanto a família adotiva sejam compatíveis. Este processo pode incluir questionários de adoção, visitas ao lar e sessões de interação com o animal.



Além de adotar, há muitas outras maneiras de ajudar animais sem lar. Voluntariar em abrigos, doar fundos ou suprimentos, e educar outras pessoas sobre a importância da adoção são formas valiosas de contribuir. Promover a conscientização pode incentivar outros a adotar e apoiar causas de resgate e abrigo.

Adotar um animal de estimação abandonado é uma decisão

poderosa que pode oferecer uma nova vida para um animal necessitado e enriquecer a vida do adotante de maneiras inimagináveis.

Ao escolher adotar, você não só está fazendo uma escolha ética, mas também está se comprometendo a mudar o mundo de um animal de maneira profunda e permanente. Com amor, paciência e cuidado adequado, a jornada da adoção pode ser uma das experiências mais gratificantes e transformadoras da sua vida.




PURINA
Friskies
MEGAMIX
Selección
ESPECIAL
ADULTOS
7 PROTEÍNAS


No semblante de um animal
que não fala,
há todo um
discurso que só um espírito
sábio é capaz de entender.
Denise
Provérbio indiano

Gatos são como livros de história vivos, cheios de mistérios e segredos para descobrir

Pandora (A Laranja): A calorosa que nós mais amamos na vida

Lua (A Rajada): A mais dorminhoca já vista na face da terra

Tutores: Yuri e Helena



AMPLIE SEUS HORIZONTES

BANDEIRAS DO PRECONCEITO

Adquira Já o **LIVRO DIGITAL** que Todos Estão Falando!

Publicação da Editora HR

Sobre:

O preconceito é um fardo que confunde o passado, ameaça o futuro e torna o presente inacessível. Preconceito e respeito são totalmente opostos, num momento em que a humanidade precisa de união, ainda há tantas pessoas se prendendo a discriminação de todos os tipos. Esse livro digital é uma crítica a hipocrisia social, é um alerta, pois é essencial semear a fraternidade, a humildade e a afeição a todos.



Acesse
www.editorahr.com

EDITORA HR LIMITADA

Autor
Comendador Dom Helio Reis

Diagramador & Designer Gráfico
Leonardo Constancio

Revisora
Joyce Petrini

COMPRAR AGORA

MONÓLOGO "SÓ VENDO COMO DÓI SER MULHER DE TOLSTOI"

Instagram: @gentedesucessovip
Site: www.gentedesucessovip.com.br

Prestigiado por Luzimar Trottmann

Atriz Luzimar Trottmann prestigia apresentação única do monólogo "Só Vendo Como Dói Ser Mulher de Tolstoi" interpretado pela atriz Rose Abdallah Peça foi apresentada no teatro Clara Nunes, no Rio de Janeiro. Ao fim da peça , foram jantar no restaurante NOVO em Copcabana.



Luzimar Trottmann (Divulgação)

Atriz Luzimar Trottmann esteve neste domingo (30/06) prestigiando a única apresentação do monólogo "Só Vendo Como Dói Ser Mulher de Tolstoi" no Teatro Clara Nunes, no Shopping da Gávea, na Zona Sul da capital carioca. O Texto do autor Ivan Jaf foi visceralmente entregue pela atriz Rose Abdallah, que interpretou Sofia Tolstoi, a mulher do escritor russo Leon Tolstoi.





"A peça é excelente. Rose Abdalah é espetacular, monólogo maravilhoso. Não quero dar Spoiler, porque sei que será apresentada mais vezes. Só digo que não é um conto de fadas quando se mostra a realidade de um mundo patriarcal branco e machista. Peça maravilhosa que nos faz refletir que o mundo é nosso, das mulheres!", diz a atriz só elogios à peça.

A atriz aproveitou para tirar fotos com o ator Leonardo Arena e com a jornalista Maria Fernando Gurgel.

Da Suíça para o Brasil, passando temporada no Rio de Janeiro, Luzimar Trottmann está produzindo uma comédia teatral, um projeto que ainda está no embrião, como diz. Luzimar Trottmann também é uma grande fomentadora da cultura brasileira na Suíça, por amor à cultura.

Instagram da atriz para mais novidades:
https://www.instagram.com/luzimartrottmann

FÓRMULA

Poesia - Mary Azevedo

A vida é uma mistura de
estações e sentimentos
Encantos e desencantos
Incontáveis desalentos

Passageiras são suas fases
Primavera florida
Inverno gelado
Incertezas nos trazes

Alternando tempo e realidade
A esperança bate na porta
Propicia dias risonhos

O amanhecer dos sonhos
A expressão do amor
A fórmula da felicidade.

114 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.



Maria Aparecida

Mini Biografia

Maria Aparecida,
Pseudônimo Mary Azevedo, natural de Capinópolis. M.G.
Residente em Ituiutaba M.G
Professora do Ensino fundamental.
Acadêmica ALBAP Academia luso brasileira de artes e poesia.
Acadêmica Confraria Acadêmica CLIP.
Participação em Antologias e vários grupos poéticos.
Apaixonada pela família, música, flores, romantismo e Poesias.

150 ANOS DE IMIGRAÇÃO ITALIANA NO BRASIL: UMA SAGA DE CORAGEM, TRABALHO E TRANSFORMAÇÃO

Artigo - Por Weslei Meoli

Há 150 anos, uma onda de esperança e determinação atravessou o Atlântico, trazendo consigo milhares de italianos que buscavam uma nova vida no Brasil. Este marco histórico celebra não apenas a chegada desses imigrantes, mas também a profunda transformação que eles promoveram em nossa sociedade. A saga da imigração italiana é uma história épica de coragem, trabalho e inovação, que deixou um legado indelével em todas as áreas da vida brasileira.



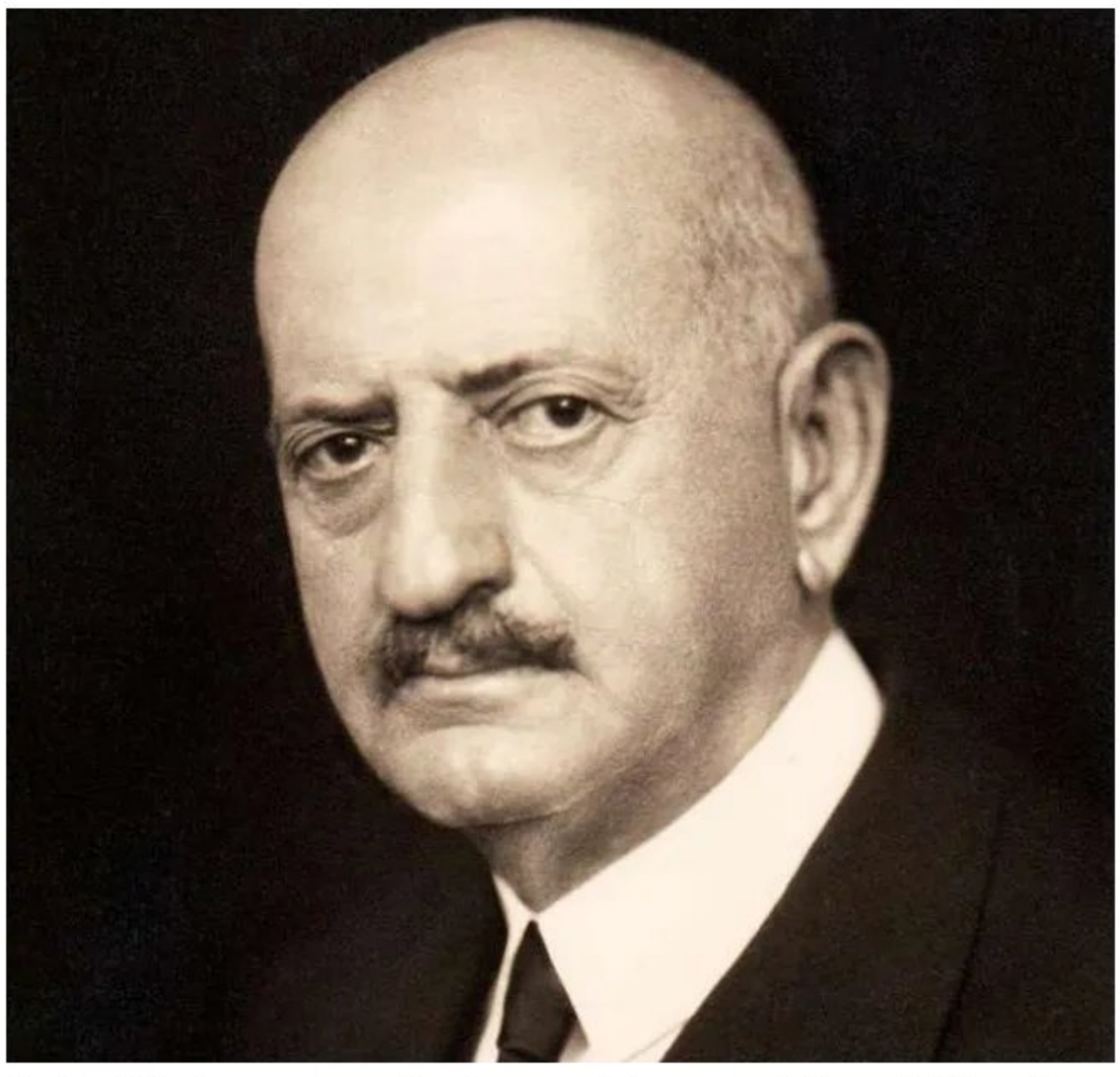
Uma Jornada de Esperança

A imigração italiana para o Brasil começou em 1874, motivada pela pobreza e pelas dificuldades econômicas que assolavam especialmente o sul da Itália.

Regiões como a Campânia, Calábria e Sicília enfrentavam crises agrícolas e falta de oportunidades, levando milhares de famílias a buscar uma nova vida nas terras promissoras do Brasil. A promessa de trabalho nas plantações de café do Sudeste brasileiro foi o que inicialmente atraiu esses imigrantes, que logo se espalharam por outras regiões do país.

Contribuições para a Agricultura e a Indústria

Os italianos foram fundamentais para o desenvolvimento da agricultura no Brasil, especialmente no cultivo do café. Sua dedicação e técnicas agrícolas ajudaram a consolidar o país como um dos maiores produtores de café do mundo. Além disso, os imigrantes italianos também se destacaram na indústria, fundando pequenas fábricas e oficinas que mais tarde se tornariam grandes empresas.



Francesco Matarazzo: Fundador do Grupo Matarazzo, um dos maiores conglomerados industriais do Brasil no século XX. Matarazzo começou com uma pequena fábrica de banha e, através de uma visão empreendedora e trabalho árduo, expandiu seus negócios para

incluir uma vasta gama de produtos industriais, desde alimentos até produtos químicos e têxteis. Sua contribuição foi crucial para a industrialização do Brasil, criando milhares de empregos e impulsionando a economia nacional.



Giuseppe Martinelli: Pioneiro na indústria de calçados em Franca, São Paulo. Martinelli trouxe técnicas avançadas de fabricação de calçados da Itália, ajudando a transformar Franca em um dos maiores polos calçadistas do Brasil. Sua influência não só modernizou a produção local, mas também elevou os padrões de qualidade, tornando os calçados brasileiros competitivos no mercado internacional.

Avanços na Arquitetura e Construção

A força dos italianos também se manifestou nas grandes construções que ajudaram a moldar o Brasil moderno. Arquitetos e engenheiros italianos deixaram sua marca em obras icônicas que ainda hoje são símbolos de progresso e inovação.



Ramos de Azevedo: Arquiteto ítalo-brasileiro responsável por projetos emblemáticos como o Teatro Municipal de São Paulo e o Mercado Municipal de São Paulo. Azevedo foi um dos principais nomes da arquitetura brasileira no início do século XX, trazendo influências europeias e inovando com técnicas construtivas que modernizaram a paisagem urbana de São Paulo. Suas obras são marcos históricos e culturais que continuam a ser admirados até hoje.

Itália em São Paulo: O Comitê dos Italianos no Exterior de São Paulo produziu um documentário com o objetivo de trazer expoentes da comunidade italiana e apresentar as memórias itálicas concretas que permanecem na cidade de São Paulo. Andar por essas ruas, passear pelos parques e aparelhos culturais, viver Sampa é, em grande medida, reviver o legado deixado pelos primeiros imigrantes, bem como ressignificar novos espaços e memórias construídas pelos recém chegados.

Herança Cultural e Espiritualidade

A cultura italiana rapidamente se enraizou no Brasil, influenciando a gastronomia, a arquitetura, a música e as artes. Quem nunca se deliciou com uma saborosa pizza, uma macarronada ou um autêntico risoto? Os sabores da Itália se tornaram parte integrante da culinária brasileira, com receitas transmitidas de geração em geração.

Arquitetonicamente, muitas cidades brasileiras possuem bairros que preservam a estética italiana, com construções que lembram vilas europeias. Festas típicas, como a Festa de São Vito em São Paulo e a Festa da Uva em Caxias do Sul, celebram essa rica herança com música, dança, comidas e bebidas tradicionais.



Festa de São Vito: Uma das mais tradicionais festas italianas em São Paulo, celebrando a cultura e a fé dos imigrantes italianos. A festa é um evento comunitário que reúne milhares de pessoas todos os anos, promovendo a integração social e a preservação das tradições italianas.

Festa da Uva: Celebração em Caxias do Sul que destaca a cultura italiana e a importância da viticultura na região. A festa é um símbolo da contribuição dos italianos para a agricultura e a economia local, promovendo o turismo e a valorização dos produtos regionais.

Impacto Social e Intelectualidade

A integração dos italianos na sociedade brasileira não foi imediata, mas com o tempo, eles se tornaram parte essencial da diversidade étnica do Brasil. Muitos sobrenomes italianos se tornaram comuns, e suas tradições e valores foram incorporados ao cotidiano brasileiro. A forte ênfase na família, no trabalho árduo e na comunidade ajudou a moldar a ética social e profissional no Brasil.

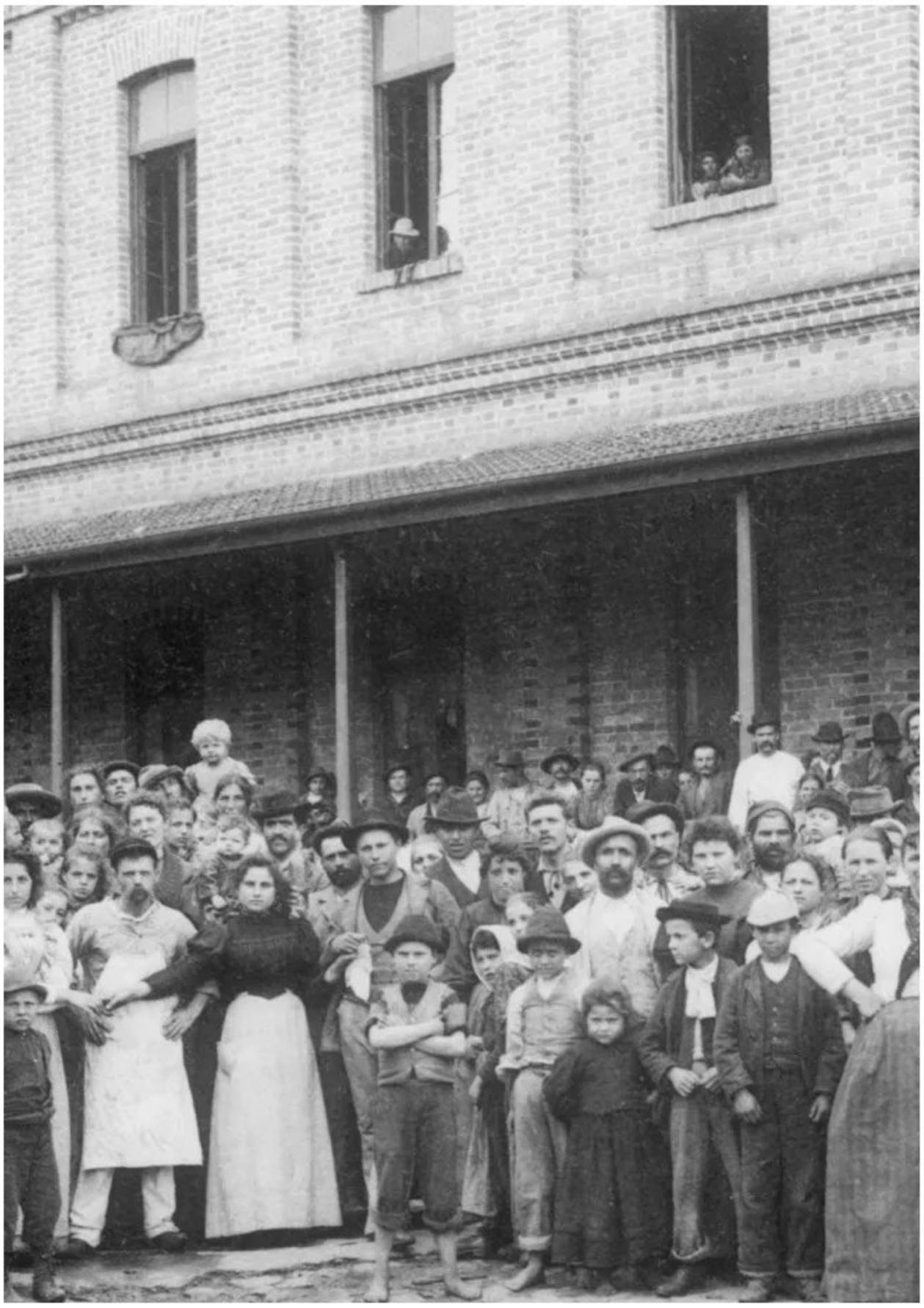
A influência italiana também se estendeu ao campo da educação e das artes. Escolas, universidades e instituições culturais fundadas por italianos ou com forte influência italiana têm desempenhado um papel significativo na promoção do conhecimento e da cultura. A literatura, a música e o teatro t também foram enriquecidos pela contribuição de artistas e intelectuais italianos e ítalo-brasileiros.



Gianfrancesco Guarnieri: Ator e dramaturgo ítalo-brasileiro, um dos grandes nomes do teatro brasileiro. Guarnieri trouxe uma nova perspectiva ao teatro nacional, abordando temas sociais e políticos com profundidade e sensibilidade. Sua obra influenciou gerações de artistas e contribuiu para o desenvolvimento cultural do Brasil.



Universidade de São Paulo (USP): Fundada com a ajuda de intelectuais italianos, a USP é uma das mais importantes instituições de ensino superior do Brasil. A presença de professores e pesquisadores italianos foi crucial para a criação de um ambiente acadêmico de excelência, promovendo avanços científicos e culturais que beneficiaram toda a sociedade brasileira.



Celebração e Reconhecimento

Este sesquicentenário é uma oportunidade para reconhecer e celebrar a imensa contribuição dos imigrantes italianos ao desenvolvimento do Brasil. Diversos eventos, exposições e festivais estão sendo organizados em todo o país para comemorar essa história de sucesso, superação e integração.

Conclusão

A comemoração dos 150 anos da imigração italiana no Brasil não é apenas uma celebração do passado, mas também uma afirmação do presente e uma esperança para o futuro. Os laços entre Brasil e Itália continuam fortes, baseados em uma história compartilhada de amizade, colaboração e respeito mútuo.

Ao olharmos para trás, vemos um legado de perseverança, trabalho e cultura que ajudou a moldar o Brasil que conhecemos hoje. E ao olharmos para o futuro, celebramos a continuidade dessa influência positiva e inspiradora, que certamente continuará a enriquecer nossa sociedade por muitos anos.

Viva a Itália, viva o Brasil e viva a rica herança que une nossos povos!



Weslei Meoli

Mini Biografia

Nome: Weslei Meoli
Profissão: Diretor Audiovisual
DRT/SP 14.808 - MTB/SP 40.607
Instagram: www.instagram.com/wesleimeoli
Lindedin: www.linkedin.com/in/wesleivianna
Whatsapp: wa.me/5511997879855



VÍDEO

www.editorabr.com

Seção Artesanato

MÃOS QUE CRIAM

Artesanato é a arte de transformar o simples em magnífico, tecendo a riqueza das tradições em cada fio da criação.

2026 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.

www.editoraiir.com

O RENASCIMENTO DOS VITRAIS NO ARTESANATO CONTEMPORÂNEO

Artigo - Por Equipe Editorial

© - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD



Uma das formas de arte mais emblemáticas da história, os vitrais, com sua origem nas catedrais góticas da Europa medieval, estão encontrando novas expressões nas mãos de artesãos do século XXI. A técnica, que combina vidro colorido e luz de forma espetacular, tem transcendido seu papel tradicional em contextos religiosos para adornar uma variedade de espaços modernos, de residências particulares a locais públicos e instalações artísticas.

A história dos vitrais é tão colorida quanto as suas lindas obras que define. Inicialmente foi utilizados em igrejas e mosteiros para contar as histórias das escrituras a uma população majoritariamente analfabeta, os vitrais evoluíram ao longo dos séculos. Suas técnicas, que envolvem cortar meticulosamente pedaços de vidro e uní-los com faixas de chumbo, foram aprimoradas, mas mantêm a essência de sua tradição artesanal.

No mundo contemporâneo, os vitrais têm sido reinterpretados por artistas que mesclam técnicas tradicionais com inovações tecnológicas. Esses artistas expandiram o uso dos vitrais para além das paredes das igrejas, introduzindo-os em contextos não religiosos e explorando temas modernos como política, sociedade e natureza. O resultado são peças que não apenas embelezam, mas também provocam reflexão e diálogo.



A modernização dos materiais e técnicas abriu novos caminhos para os vitrais. O uso de vidros especiais, como o vidro laminado e texturizado, e técnicas como a pintura com esmalte vitrificado, a fusão de vidro e o termoformado têm permitido aos artesãos explorar novas dimensões artísticas. Essas inovações facilitam a criação de obras mais duráveis e versáteis, capazes de integrar-se a diversos tipos de ambientes e condições climáticas.

O interesse renovado por vitrais tem estimulado a oferta

de cursos e workshops, onde veteranos e novatos podem aprender tanto as técnicas tradicionais quanto as contemporâneas. Essas oportunidades educacionais não apenas disseminam o conhecimento e a apreciação desta forma de arte, mas também apoiam uma comunidade crescente de artesãos que procuram expressar sua criatividade através do vidro

Os vitrais, uma das formas de arte mais antigas e reverenciadas, continuam a evoluir e a inspirar. No coração desta renaissance está uma combinação de respeito pela tradição e um impulso para inovação que empurra os limites do que pode ser alcançado com pedaços de vidro colorido e luz. À medida que os artesãos modernos redefinem e expandem as possibilidades dos vitrais,



eles garantem que esta forma de arte antiga permaneça relevante e vibrante em uma era focada no novo e no inovador. Essas janelas luminosas não são apenas aberturas no espaço, mas portais no tempo, conectando o passado ao presente e ao futuro.

Sustentabilidade e Impacto Ambiental

A sustentabilidade tornou-se um aspecto crucial na produção de vitrais contemporâneos. Artistas e artesãos, conscientes dos impactos ambientais de seus materiais e processos, estão inovando ao integrar práticas ecologicamente responsáveis em suas obras. A utilização de vidro reciclado é uma tendência crescente, que não só ajuda a reduzir o desperdício, mas também insere uma camada de responsabilidade ecológica nas peças criadas. Esse uso consciente de materiais reciclados vai além da preservação de recursos naturais, refletindo um compromisso com a promoção de um ciclo de vida sustentável para os produtos.



Além da escolha de materiais, muitos estúdios de vitrais adotaram técnicas mais verdes. Isso inclui a utilização de soldas sem chumbo, que são menos tóxicas e mais seguras tanto para os

criadores quanto para os usuários finais, e a implementação de sistemas de iluminação LED, que, além de serem mais eficientes energeticamente, realçam a beleza dos vitrais sem o alto consumo de energia.

Estas práticas não só respondem a uma demanda por trabalhos mais sustentáveis, mas também desempenham um papel educativo, destacando a importância da sustentabilidade na arte. Com cada pedaço de vidro que é reaproveitado e cada nova técnica que minimiza impactos ambientais, os vitrais contemporâneos não apenas embelezam espaços, mas também promovem uma reflexão profunda sobre como a arte pode contribuir para um futuro mais sustentável.



Os vitrais continuam a ser uma poderosa forma de expressão artística e cultural. Eles encantam, informam e inspiram. Incorporando preocupações modernas como a sustentabilidade e inovações técnicas, os vitrais contemporâneos não apenas embelezam, mas também promovem uma reflexão sobre como as artes podem contribuir para um mundo mais sustentável e consciente.



















TÉCNICAS DE ARTESANATO DE DIFERENTES CULTURAS AO REDOR DO MUNDO

Artigo - Por Equipe Editorial

136 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.

O artesanato é uma expressão cultural rica que varia significativamente de uma região para outra ao redor do mundo. Cada cultura tem suas técnicas únicas, que não apenas refletem sua história e tradições, mas também oferecem uma janela para os valores e a estética da comunidade. Este artigo explora algumas dessas técnicas de artesanato distintas de diferentes culturas, ilustrando como elas continuam a influenciar e inspirar no mundo contemporâneo.





Kintsugi

Local: Japão

Kintsugi, ou "emenda com ouro", é uma técnica japonesa que transforma objetos quebrados em arte, usando laca misturada com pó de ouro para reparar cerâmica quebrada. Mais do que uma técnica de reparo, o Kintsugi é uma filosofia que abraça as falhas e imperfeições, encontrando beleza na quebra e reparação dos objetos. Essa técnica celebra cada cicatriz como parte da história de um objeto, não algo a ser escondido.



Talha em Madeira

Local: Rússia

A Rússia é famosa por sua talha em madeira intrincada, especialmente em cidades como Kholmogory, que se tornou um centro para este artesanato. Utilizando principalmente o osso de baleia e madeira, os artesãos criam peças detalhadas que são frequentemente usada na decoração de casas, na fabricação de pequenos objetos decorativos ou até mesmo em móveis. As técnicas de talha russa são transmitidas de geração em geração, com cada artesão trazendo sua própria criatividade e estilo para a tradição.



Batik

Local: Indonésia

Batik é uma técnica de tingimento de tecido que usa cera para criar desenhos e padrões complexos. Originário da Indonésia, especialmente de Java, o batik é mais do que uma técnica artística; é uma forma profundamente enraizada de expressão cultural. Os padrões do Batik podem significar status social, casamento, ou até mesmo características específicas de regiões ou cidades. A UNESCO reconheceu Batik como Patrimônio Cultural da Humanidade, destacando sua importância cultural.



Tecelagem Navajo

Local: Estados Unidos

Os Navajos são conhecidos por suas habilidades excepcionais em tecelagem, uma arte que eles têm praticado desde o século XVIII. Usando um tear vertical, os tecelões Navajo criam tapetes e mantas com desenhos que variam desde representações geométricas abstratas até figuras simbólicas que contam histórias dos mitos Navajo. Cada peça é única, refletindo a individualidade do tecelão e sua conexão espiritual com a tradição.



Cerâmica de Talavera

Local: México

A Talavera é uma forma de cerâmica mexicana que originou-se em Talavera de la Reina, na Espanha, mas que encontrou uma nova identidade em Puebla, México. Caracterizada por suas cores vivas e padrões detalhados, cada peça de Talavera é feita com as mesmas técnicas usadas no século XVI, seguindo uma tradição que requer que cada item seja individualmente testado para garantir sua qualidade. A cerâmica de Talavera não é apenas decorativa; é um símbolo da cultura mexicana e da habilidade artesanal.



Cerâmica Marajoara

Local: Ilha do Marajó, Brasil

Uma das técnicas de artesanato mais antigas e distintas do Brasil é a cerâmica Marajoara, originária da Ilha de Marajó, na foz do Rio Amazonas. Esta cerâmica é notável por seus designs geométricos complexos e uso de cores vibrantes, que são atribuídos às antigas civilizações que habitaram a ilha antes da chegada dos europeus. Os artesãos modernos continuam a produzir essas obras usando métodos tradicionais, garantindo a preservação dessa técnica milenar.



Capim Dourado

Local: Jalapão, Tocantis, Brasil

Outra expressão única do artesanato brasileiro é o trabalho com capim dourado, exclusivo da região do Jalapão no estado de Tocantins. Este material, que literalmente se traduz como “grama dourada”, é usado para criar joias, acessórios e peças decorativas que possuem um brilho metálico natural, assemelhando-se ao ouro. A coleta e o manuseio do capim dourado são feitos de maneira sustentável para garantir que não haja sobre-exploração, refletindo o compromisso com a conservação ambiental da comunidade local.

Artesanato

As técnicas de artesanato ao redor do mundo são tesouros de habilidades, história e cultura. Elas não apenas oferecem insights sobre as civilizações de onde surgiram, mas também continuam a influenciar a arte e o design modernos. Ao preservar e celebrar estas técnicas, não apenas mantemos vivas as tradições antigas, mas também promovemos um intercâmbio cultural que enriquece nossa compreensão global da arte e da humanidade.

Artesanato

ELES NOS CHAMAM DE “VELHOS”

Artigo - Por Equipe Editorial

Nascemos nos anos 70 e 80. Crescemos nos anos 80 e 90. Estudamos nos anos 80 e 90. Namoramos nos anos 80 e 90. Casamos e descobrimos o mundo nas décadas de 80 e 90. Aventuremo-nos nos anos 80 e 90. Estabilizamos na década de 2000. Ficamos mais sábios em 2010. E estamos caminhando firmemente para além de 2020.

Parece que vivemos várias décadas diferentes... dois séculos diferentes... dois milênios separados. Passamos do telefone com operadora de longa distância para videochamadas em qualquer lugar do mundo. Passamos dos slides ao YouTube, dos discos de vinil à música online, das cartas manuscritas ao e-mail e ao WhatsApp. Do rádio de jogos ao vivo à televisão em preto e branco, à televisão em cores e depois à televisão 3D HD. Fomos à locadora de videocassetes e agora assistimos Netflix.

Conhecemos os primeiros computadores, cartões perfurados, disquetes e agora temos gigabytes e megabytes em nossos smartphones. Usamos shorts durante toda a nossa infância e depois calças, oxfords, foguetes, conchas e jeans. Evitamos a paralisia infantil, a meningite, a poliomielite, a tuberculose, a gripe suína e agora a COVID-19. Costumávamos andar de patins, triciclos, bicicletas, ciclomotores, carros a gasolina ou diesel e agora dirigimos carros híbridos ou elétricos.

Sim, já passamos por muita coisa, mas que vida tivemos! Poderiam nos descrever como "exemplos", pessoas nascidas naquele mundo dos anos setenta e oitenta, que tiveram uma infância analógica e uma idade adulta digital. Nós pensamos "Já vi tudo!" A nossa geração viveu e testemunhou literalmente mais do que qualquer outra em todas as dimensões da vida. É a nossa geração que se adaptou literalmente à "MUDANÇA".

Uma grande salva de palmas a todos os integrantes de uma geração muito especial, que será ÚNICA!





VÍDEO



PERDÔO-ME

Poesia - Por Pedro Garrido

Perdôo-me por todas as vezes que acreditei em verdades que não eram minhas e assumi como intransponíveis, me impedindo de caminhar.

Perdôo-me por todas as vezes que tive medo de voar, medo de represálias, medo do que achariam, medo do que falariam, medo de não conseguir, medo de não ser capaz, medo de não ser para mim, medo de dar errado.

Perdôo-me por escolher medidas rasas à me aprofundar em palavras, assuntos e decisões, talvez por ignorar o aprendizado de tudo que poderia existir se tivesse tentado.



Perdôo-me por me negar o direito de chorar quando era mais necessário derramar lágrimas, e me negar o riso quando era preciso e necessário ser mais leve.

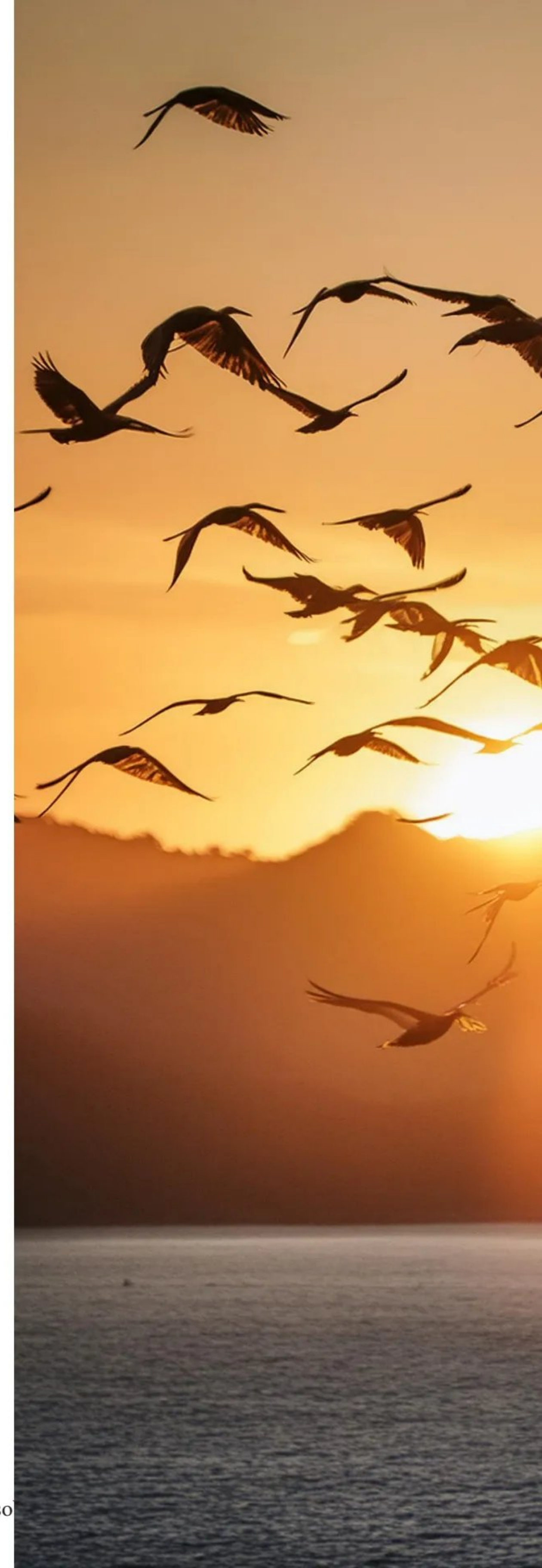
Perdôo-me por viver histórias que não eram minhas, me punindo e diminuindo pelos erros e falhas que eu mesmo nunca tinha cometido, e também pelos erros que cometi acreditando estar certo, justamente pelo resultado das experiências alheias.

Perdôo-me por cada vez que travei na dificuldade, por cada vez que parei de tentar mesmo com vontade de continuar e por tudo que deixei pela metade no caminho.

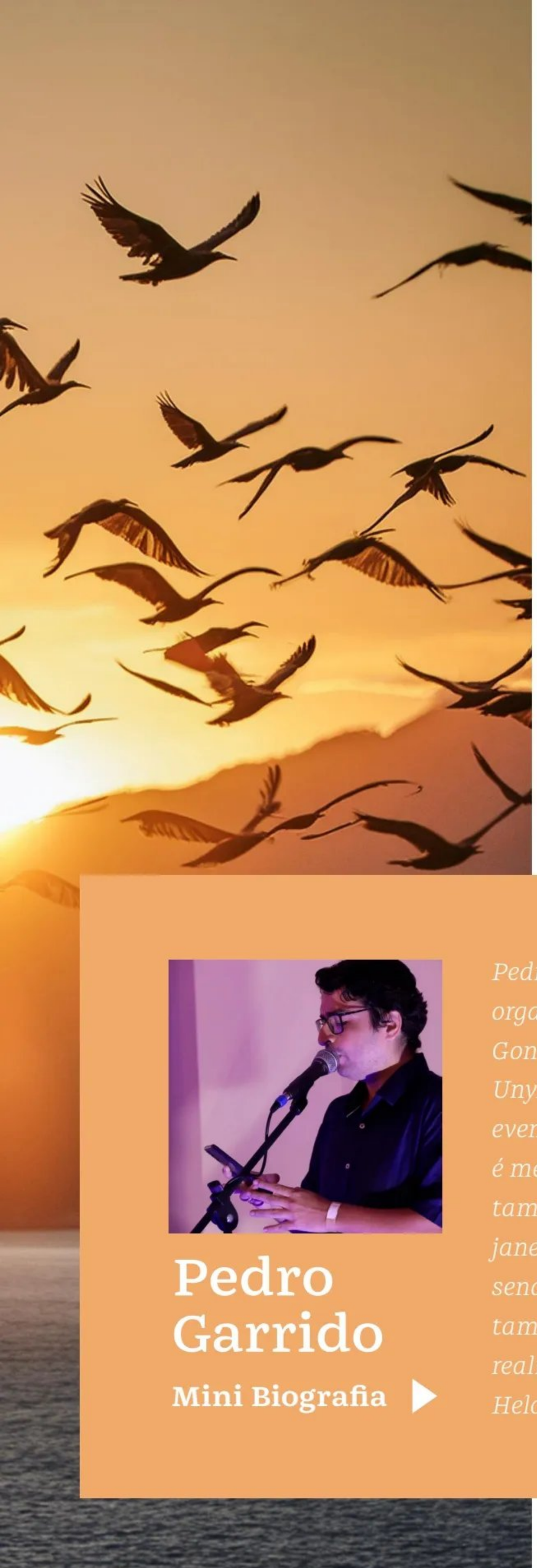
Perdôo-me por cada emaranhado que já tive, que não era culpa minha, mas por eles fui atravessado sem entender que cada ferida emocional era um resultado inconsciente desproporcional. Perdôo-me por deixar que sentimentos ruins habitassem meu coração por tempo demais, sem observar que isso fazia mal a mim todas as vezes que retinha a dor na memória.

Perdôo-me por cada tropeço, cada queda, cada momento que me faltou fé, cada momento que achei que nunca mais veria a luz brilhar.

Perdôo-me por generalizar, comparar e buscar me defender de ameaças que eram para ter ficado no passado, por cada palavra que usei como arma para ferir, inutilizar, desfazer a possibilidade do abraço.



148 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida so



Perdôo-me pois estou liberto,
em construção, em busca
de conhecer um pouco mais
todos os dias, a beleza e
a alegria de uma verdade
incondicional, mais consciente
do tempo presente e de tudo
que me é reservado no hoje.

Perdôo-me! Perdoe-se! Perdoa-me! Perdoemos uns aos outros! Somos diferentes, mas somos inteligentes o suficiente para entender e plantarmos uma boa semente em um terreno fértil de águas perenes.

Pedro Garrido

Mini Biografia

Pedro Garrido é poeta, escritor, palestrante, organiza antologias, morador de São Gonçalo, RJ, formado em pedagogia pela UnyLeya. Participou de diversas antologias, eventos virtuais nacionais e internacionais, é membro de 3 academias literárias e também de coletivos culturais, lançou em janeiro de 2021 o primeiro livro de poemas, sendo autor de 4 obras individuais e também criador do sarau (Uni)versos Livres, realizado mensalmente na Casa de Cultura Heloísa Alberto Torres, em Itaboraí.

www.editorahr.com

Seção Viagem e Turismo

ROTEIROS INESQUECÍVEIS

Viajar é abrir livros que nunca foram escritos.

150 - Cópia ou reprodução par

TEATRO AMAZONAS

Artigo - Por Equipe Editorial

Uma Jóia Arquitetônica no Coração da Amazônia

Localizado no centro de Manaus, o Teatro Amazonas é mais do que um mero ponto turístico; é um símbolo de uma era de riqueza e cultura durante o ciclo da borracha no Brasil. Inaugurado em 1896, este magnífico teatro de ópera se destaca como um exemplo estelar da riqueza que a exploração da borracha trouxe para a região amazônica, e até hoje é um dos principais exemplos de arquitetura da Belle Époque no Brasil.



A construção do Teatro Amazonas começou em 1884, durante o auge do ciclo da borracha, um período em que a economia da região estava em plena expansão devido à demanda global por borracha. O teatro foi projetado pelo arquiteto italiano Celestial Sacardim, que planejou uma fachada renascentista e uma decoração interna opulenta para refletir a riqueza e a sofisticação dos barões da borracha. O material para sua construção foi trazido de diversas partes do mundo: mármores da Itália, lustres da França, e ferro da Inglaterra.

O Teatro Amazonas é famoso por sua cúpula, adornada com 36.000 peças de cerâmica esmaltada que formam as cores da bandeira brasileira. O interior é um espetáculo à parte, com camarotes ricamente decorados, um friso pintado pelo artista italiano Domenico de Angelis, e um pano de boca deslumbrante que retrata a "Reunião das Águas" dos rios Negro e Solimões. Cada detalhe do teatro foi meticulosamente planejado para representar a influência europeia e a identidade local.



Desde sua inauguração, o Teatro Amazonas serviu como um importante centro cultural para Manaus e para a região amazônica. Foi palco de inúmeras óperas, peças de teatro, concertos e eventos culturais que atraíram artistas e públicos de todo o mundo. Além de ser uma casa de espetáculos, o teatro também é um ponto de encontro cultural, onde a história e a modernidade se encontram.

Ao longo dos anos, o Teatro Amazonas passou por várias restaurações para preservar sua beleza e funcionalidade. Cada restauração foi cuidadosamente realizada para manter as características originais, garantindo que sua estrutura e decoração continuem a impressionar visitantes e aficionados por arte.

O Teatro Amazonas é mais do que um edifício; é uma cápsula do tempo que transporta seus visitantes para uma época de esplendor e ostentação. Ele continua a ser um emblema de



orgulho para o povo do Amazonas e um lembrete fascinante da história vibrante da região. Visitá-lo é uma experiência imersiva, uma verdadeira celebração da arte e da arquitetura que resiste ao tempo e continua a encantar gerações.



EXPLORANDO MINAS GERAIS

Artigo - Por Equipe Editorial

Entre Vinhos, Quitutes e Serras

Minas Gerais, um estado brasileiro conhecido por sua rica história colonial, paisagens deslumbrantes e uma cultura culinária única, oferece uma experiência inigualável para viajantes e amantes da boa comida e vinho. De suas serras majestosas a seus vinhos requintados e quitutes tradicionais, Minas Gerais é um convite para explorar e se deliciar.

As serras de Minas Gerais são verdadeiros cartões-postais. A Serra da Canastra, por exemplo, é não apenas o lar do famoso



queijo que leva seu nome, mas também um paraíso para os amantes da natureza, com suas vastas paisagens e uma fauna rica. A Serra do Cipó, por sua vez, é conhecida por suas impressionantes formações rochosas e centenas de cachoeiras, sendo um destino ideal para trilhas e eco-turismo. Esses locais oferecem não apenas beleza natural, mas também uma chance de experimentar o ecoturismo e aventuras ao ar livre.

Embora menos conhecido por seus vinhos do que outras regiões do Brasil, Minas Gerais vem ganhando destaque com seus vinhos de altitude. Vinícolas na região da Serra da Mantiqueira,



por exemplo, estão produzindo vinhos que estão começando a chamar atenção internacionalmente por sua qualidade e singularidade. Esses vinhos, produzidos em altitudes mais elevadas, apresentam características únicas que refletem o terroir específico da região, com variações climáticas que favorecem a produção de uvas com perfis de sabor distintos.

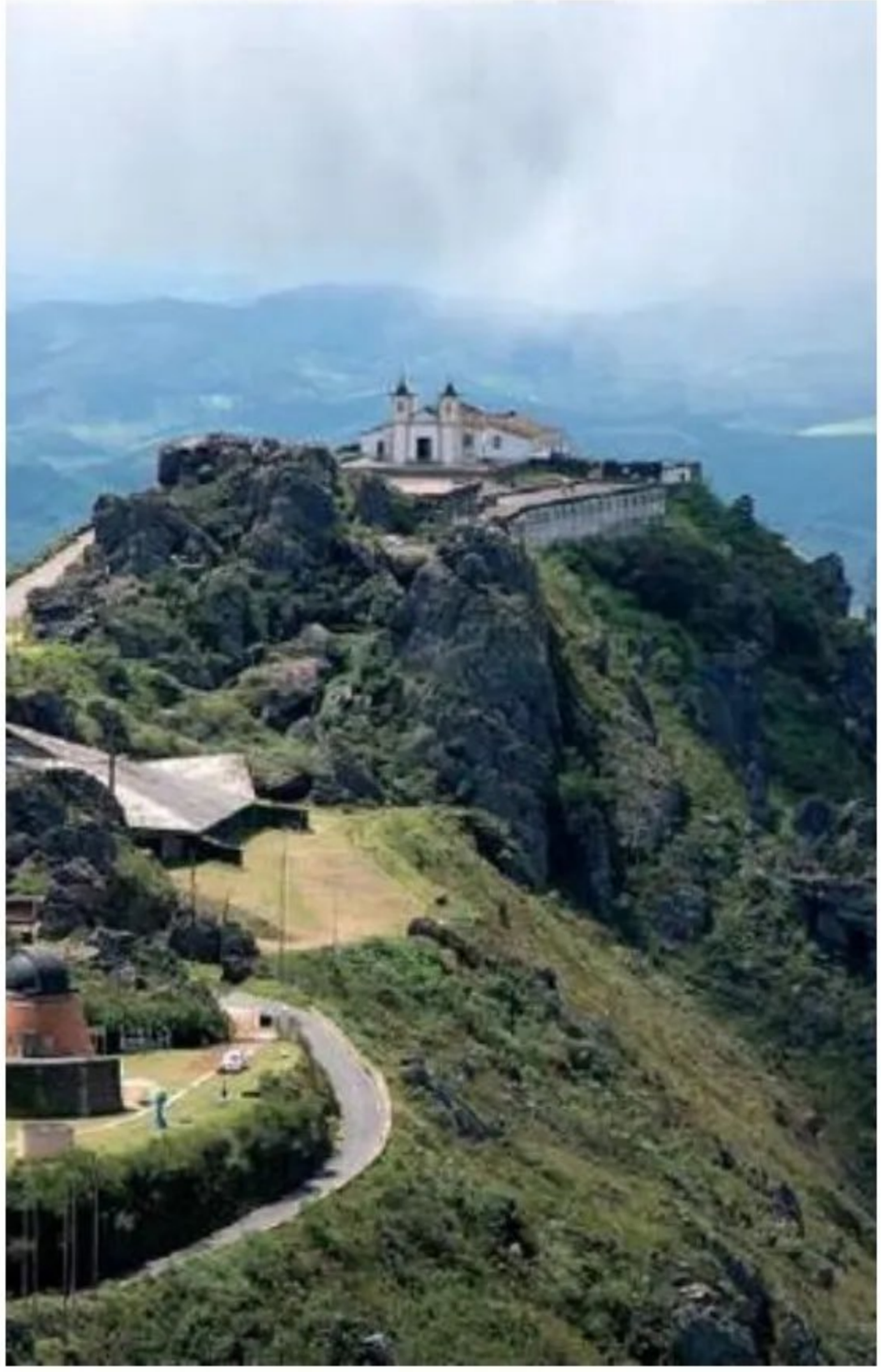
A culinária de Minas Gerais é um dos tesouros culturais do Brasil. Desde o pão de queijo, uma iguaria que conquistou paladares ao redor do mundo, até pratos como o feijão tropeiro, frango com quiabo e o tutu à mineira, a comida mineira é reconhecida por seu sabor robusto e acolhedor. Os doces de leite, goiabada e figo são exemplos de sobremesas que são tradições nas mesas mineiras. Visitar Minas é, sem dúvida, uma experiência gastronômica rica que convida os visitantes a se sentarem à mesa e experimentarem um pouco do coração e da alma de Minas Gerais.





Minas Gerais também é palco de numerosos festivais culturais que celebram desde sua música e dança tradicionais até o artesanato e a arte local. O Festival de Inverno de Ouro Preto e Mariana, por exemplo, atrai visitantes de todo o país com sua programação que inclui música, teatro, cinema e exposições de arte. Esses eventos são uma oportunidade excelente para mergulhar na cultura mineira e vivenciar as tradições que fazem deste estado um lugar tão especial.

Minas Gerais é um estado de espíritos calorosos e paisagens espetaculares, onde cada montanha, copo de vinho e prato de comida conta uma história. Para os viajantes que buscam uma experiência autêntica, rica em cultura, história e sabor, Minas Gerais oferece um cenário incomparável. De suas serras a seus quitutes, este é um destino que promete encantar e satisfazer todos os que o visitam.





PICO DO GAVIÃO

Artigo - Por Equipe Editorial

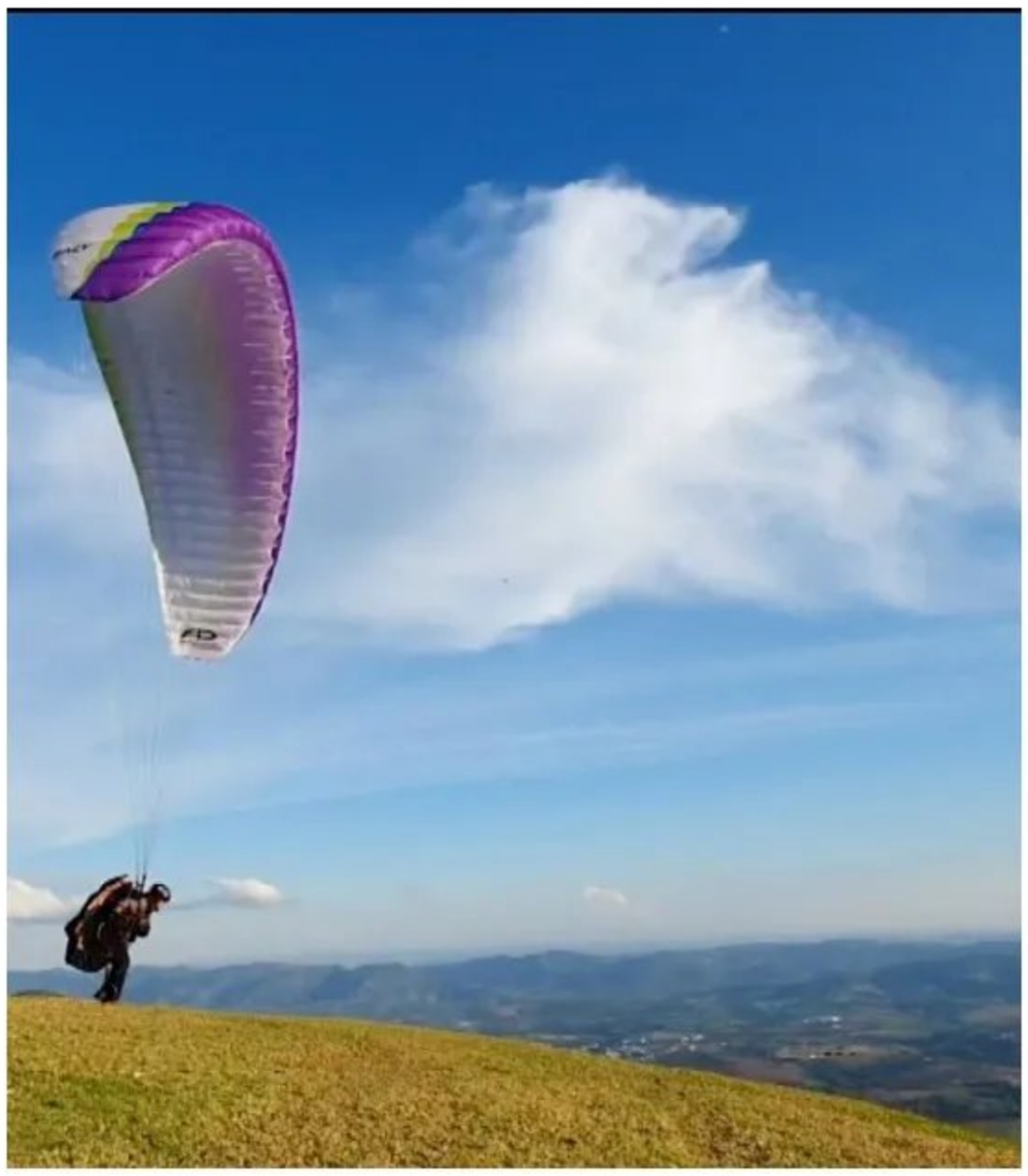
Aventura e Vinho nas Alturas de Andradas, Minas Gerais

Em meio ao cinturão verde de Minas Gerais, na cidade de Andradas, ergue-se o imponente Pico do Gavião. Este destino, não apenas uma maravilha natural, mas também um centro de aventura e vinicultura, atrai entusiastas do ecoturismo e amantes do vinho de todo o país, oferecendo uma experiência única onde a adrenalina e a cultura se encontram.



Andradas, conhecida carinhosamente como a “Terra do Vinho”, é uma cidade que encapsula o espírito mineiro de hospitalidade e tradição. Situada no sul de Minas Gerais, a cidade é um polo de vinicultura, graças ao seu clima favorável e solo fértil que são ideais para o cultivo de uvas. A comunidade local, com raízes profundas na agricultura, abraçou a vinicultura com paixão e precisão, criando vinhos que estão começando a ganhar reconhecimento em todo o Brasil e internacionalmente.

O Pico do Gavião, com seus quase 1.700 metros de altitude, oferece não apenas vistas espetaculares, mas também uma gama de atividades ao ar livre. Reconhecido como um dos melhores locais no Brasil para a prática de esportes



aéreos, como parapente e asa-delta, o pico é um paraíso para os aventureiros. Nos dias claros, os visitantes podem ver a vastidão da Serra da Mantiqueira e até mesmo partes do vale do Rio Grande. Além dos esportes aéreos, o local é propício para trekking, escalada e mountain bike, com trilhas bem demarcadas que percorrem a rica biodiversidade da região.

Além das aventuras, Andradas oferece uma robusta experiência vinícola. A cidade abriga diversas vinícolas que exploram as características únicas do terroir de Minas Gerais. Visitantes podem agendar tours pelas vinícolas, participar de sessões de degustação e aprender sobre o processo de vinificação que combina técnicas tradicionais com inovações modernas. Estas vinícolas frequentemente abrem suas portas para festivais de vinho, que celebram a cultura local e proporcionam um ambiente festivo de apreciação do vinho.

A gastronomia em Andradas é outra faceta da cultura local, com uma variedade de quitutes que deliciam o paladar. A cozinha mineira, conhecida por sua simplicidade rústica e sabor autêntico, é bem representada aqui. Pratos como frango ao molho pardo, tutu de feijão e pão de queijo são preparados com maestria, usando receitas que passaram de geração em geração. Os visitantes também podem



desfrutar de compotas e queijos artesanais, que são perfeitos acompanhamentos para os vinhos locais.

Andradas também é palco de uma vibrante cena cultural. Além dos festivais de vinho, a cidade celebra sua herança com eventos que incluem música ao vivo, danças folclóricas e feiras de artesanato. Esses eventos não apenas atraem turistas, mas também reforçam o orgulho e a identidade da comunidade local.

O Pico do Gavião e a cidade de Andradas são verdadeiros tesouros de Minas Gerais, oferecendo uma combinação rara de aventura natural e refinamento cultural. Para aqueles que buscam escapar da rotina e mergulhar em experiências autênticas, Andradas é o destino perfeito. Aqui, cada visita é uma nova descoberta, e cada momento é uma memória para ser guardada.









LANÇAMENTO LIVRO

Essa obra apresenta textos Brincando com as Palavras que é Material de Apoio aos Professores mesclando cultura, educação e o lúdico. Literatura Infanto Juvenil de poemas voltados para Aprender Brincando, incentivando a imaginação e o desenvolvimento.

Autores
Comendador Dom Helio Reis
& Pedro Pereira

Diagramador & Designer Gráfico
Leonardo Constancio

Revisora
Joyce Petrini

Seção Moda Fashion

ELEGÂNCIA NA ESTAÇÃO GELADA

Tendências de Moda Outono-Inverno 2024

Artigo - Por Equipe Editorial

O outono-inverno é uma época do ano que oferece uma oportunidade única de explorar combinações sofisticadas e elegantes no mundo da moda. Com temperaturas mais baixas, as camadas e a mistura de texturas tomam o centro do palco, permitindo que estilo e funcionalidade coexistam harmoniosamente. As fotos enviadas refletem uma variedade de estilos que são tanto práticos quanto trendy, perfeitos para o clima mais frio.



1. Elegância Monocromática

Um dos looks apresentados destaca a beleza da monocromia em tons terrosos. Este estilo, composto por um conjunto de calça e suéter em malha, complementado por um casaco longo e acessórios como pulseiras e óculos de sol, exemplifica como a simplicidade das cores pode ser profundamente elegante. A escolha de sapatos de salto em camurça finaliza o visual com uma textura rica, ideal para compromissos formais ou um dia no escritório durante o outono.

2. Conforto Texturizado

O segundo look foca no conforto sem perder o estilo. Com um suéter de gola alta e um casaco de pele sintética, este outfit não







só garante aquecimento, mas também adiciona um toque luxuoso ao visual diário. A combinação de um gorro e uma calça de lã traz textura e funcionalidade para os dias mais gelados. Este visual é perfeito para um passeio casual ou um café com amigos em uma tarde fria.

3. Modernidade e Tradição

A terceira imagem apresenta um equilíbrio intrigante entre o moderno e o tradicional, com um casaco de textura similar à pele de carneiro sobre um vestido midi estampado e vibrante. A combinação de um casaco robusto com um vestido fluido e botas altas cria uma silhueta dinâmica e jovial, ideal para aqueles que desejam adicionar um splash de cor e padrão ao seu guarda-roupa de inverno.

4. Dupla Dinâmica: Jeans e Malhas

No quarto conjunto, observamos a atemporalidade do jeans combinado com peças de malha.

A jaqueta de jeans sobre um suéter neutro, juntamente com calças de cor complementar, oferece uma abordagem fresca e descomplicada ao estilo de rua. Este look é versátil e confortável, ideal para o dia a dia urbano.



5. Sofisticação Casual

Finalmente, a última imagem captura a essência da sofisticação casual com um cachecol de Burberry, suéter e jeans skinny. Completado por botas over-the-knee, este look é a definição de chic casual e é perfeitamente adequado para um encontro casual ou um passeio pela cidade.



6. Estilo Outono-Inverno aconchegante

A modelo exibe um look perfeito para o outono, com uma jaqueta de couro caramelo sobre um suéter, complementada por jeans skinny e botas longas. O cachecol vermelho vibrante adiciona um toque de cor e textura, ideal para uma caminhada ao ar livre ou um encontro casual na estação fria.

A moda de outono-inverno é uma janela para a experimentação e expressão pessoal através de camadas, texturas e cores. Cada um dos looks destacados oferece inspiração para diferentes ocasiões, mostrando que, independentemente do clima, o estilo não precisa ser sacrificado.









A EVOLUÇÃO DA MODA ATRAVÉS DAS DÉCADAS

Artigo - Por Equipe Editorial

A moda, uma forma dinâmica de expressão cultural, reflete as transformações sociais, econômicas e políticas de suas respectivas eras. Cada década do século 20 e início do 21 trouxe consigo estilos distintos que não só marcaram o período, mas também influenciaram gerações futuras. Este artigo oferece uma retrospectiva da moda através das décadas, destacando como cada período redefiniu a estética e o comportamento através do vestuário.





Anos 1920: A Era do Jazz e da Libertação

A década de 1920 é frequentemente lembrada pela ascensão dos "flappers", jovens mulheres que desafiaram as normas tradicionais com seus vestidos de cintura baixa, cabelos curtos e comportamento audacioso. Este período, marcado pela prosperidade econômica pós-guerra, viu o nascimento de uma moda que enfatizava a liberdade e a rebeldia, com tecidos luxuosos e muitos adornos que refletiam a exuberância da época.

Anos 1930 e 1940: Sofisticação e Restrição

Os anos 30 trouxeram a Grande Depressão, que impôs uma necessidade de moderação

na moda. As silhuetas tornaram-se mais longas e fluidas, com ênfase na cintura natural. Já na década de 1940, durante a Segunda Guerra Mundial, a moda foi influenciada pela austeridade do tempo de guerra. A introdução do "Utility Dress" refletia restrições de fabricação com menos decoração e tecido. Apesar das limitações, a era criou looks icônicos como os ternos femininos, que simbolizavam tanto a entrada das mulheres no mercado de trabalho quanto uma nova era de empoderamento feminino.





Anos 1950: Glamour e Conformidade

O pós-guerra trouxe um retorno à feminilidade tradicional, com a popularização do New Look de Christian Dior. Caracterizado por cinturas marcadas e saias volumosas, este estilo visava reviver a opulência e glamour antes da guerra. Essa década também viu o nascimento do estilo adolescente com a introdução de jeans e camisetas como símbolos de juventude rebelde, popularizados por ícones como James Dean e Marlon Brando.









Anos 1960 e 1970: Revolução e Liberdade

Os anos 60 foram marcados pela liberação. A minissaia, popularizada por Mary Quant, tornou-se um símbolo da juventude e da nova liberdade feminina. A moda psicodélica, com suas cores vibrantes e padrões ousados, refletia o espírito otimista da época. Nos anos 70, o movimento hippie influenciou fortemente a moda com seu amor por tecidos naturais, estampas étnicas e calças boca-de-sino. Esta era também viu a ascensão do glam rock, com suas plataformas altas e roupas brilhantes.

Anos 1980 e 1990: Excesso e Minimalismo

A década de 1980 foi uma era de excesso, evidente nos ombros superdimensionados, nas cores neon e no retorno do luxo com marcas como Versace e Gucci dominando o cenário da moda. Em contraste, os anos 90 adotaram o minimalismo. A moda grunge, popularizada por

bandas como Nirvana, trouxe jeans rasgados, camisas de flanela e uma atitude “anti-moda” que desafiava as normas comerciais da moda.

Cada década trouxe consigo uma nova definição de estilo e beleza, influenciada por mudanças sociais mais amplas. A moda não é apenas a roupa que vestimos, mas um reflexo vibrante de nossos valores, desafios e aspirações coletivas. Olhar para trás nessas tendências não é apenas um exercício de nostalgia, mas um diálogo contínuo entre o passado e o presente, informando como vivemos e nos expressamos através da moda hoje.









ÁFRICA: EXPLORANDO A RIQUEZA DA CULTURA AFRICANA

Artigo - Por Equipe Editorial

A cultura africana, com suas raízes profundas e histórias ricas, é uma Cultura vibrante de tradições, artes, músicas e espiritualidade. Cada região do vasto continente oferece uma perspectiva única, moldada por milênios de história e interações humanas. Este artigo mergulha na diversidade cultural da África, destacando como suas tradições continuam a influenciar e enriquecer o cenário global.



A África é notável por sua diversidade étnica e linguística, abrigando mais de 3.000 grupos étnicos e falando mais de 2.000 línguas diferentes. Essa diversidade é refletida em práticas culturais variadas que incluem costumes, rituais, leis sociais, vestimenta, culinária e formas de arte. Compreender essa complexidade é essencial para apreciar a riqueza das sociedades africanas e sua capacidade de adaptação e sobrevivência ao longo dos séculos.

A arte africana é profundamente integrada à vida cotidiana e às crenças espirituais do continente. Esculturas em madeira, tecidos tecidos à mão como o kente de Gana e o bogolan do Mali, joalheria em beadwork, e máscaras cerimoniais são algumas das formas de arte mais reconhecíveis. Esses itens são mais do que belos objetos; são expressões de status social, servindo como conexões para o espiritual e o sagrado.

A música e a dança ocupam um lugar central na cultura africana, desempenhando um papel crucial em rituais, celebrações e contos comunitários. Estilos musicais como o afrobeat, o highlife, e o soukous atravessaram fronteiras e influenciaram

músicos em todo o mundo. Instrumentos como o djembe, o kora e a balafon são caracteristicamente africanos e são essenciais para criar os ritmos únicos do continente.



A espiritualidade é um pilar da vida africana, com uma grande variedade de crenças religiosas e espirituais. Muitas comunidades africanas praticam uma mistura de religião tradicional e crenças abraâmicas. A religião tradicional africana, centrada na adoração de ancestrais e no respeito pela natureza e espíritos, continua a ser uma influência significativa, mesmo entre aqueles que adotaram o cristianismo ou o islamismo.

A diáspora africana tem desempenhado um papel crucial na disseminação da cultura africana globalmente. Elementos da cultura africana, especialmente música, culinária e moda, encontraram novos lares em comunidades em todo o mundo, particularmente onde grandes populações de descendentes africanos residem. Festivais como o Carnaval no Brasil e o Caribana em Toronto são testemunhos da duradoura influência africana nessas sociedades.

A cultura africana é uma celebração da vida, rica em diversidade e profundidade. Seu legado não está apenas no passado; continua a evoluir e adaptar-se, deixando uma marca indelével na tapeçaria global da humanidade. À medida que o mundo se torna cada vez mais interconectado, o entendimento e a apreciação da cultura africana são essenciais para promover a harmonia e a apreciação da diversidade humana.

CENTRO CULTURAL AFRICANO NO BRASIL

Artigo - Centro Cultural Africano



O Centro Cultural Africano no Brasil representa um importante ponto de encontro para a celebração e a preservação da rica herança africana no país. Situado em um contexto onde a influência africana é profundamente enraizada na cultura brasileira, o centro serve como um recurso educativo vital, promovendo a diversidade e a compreensão intercultural.







Fundado para honrar e perpetuar as tradições africanas transmitidas por gerações de afro-brasileiros, o Centro Cultural Africano foi estabelecido como resposta à necessidade de um espaço dedicado à exploração das raízes africanas do Brasil. Com o passar dos anos, tornou-se um local onde a história é contada, a cultura é vivenciada e as identidades são celebradas.

O principal objetivo do Centro Cultural Africano é educar o público sobre a influência africana na formação social, cultural e histórica do Brasil. Através de programas educacionais, exposições, workshops e eventos culturais, o centro esforça-se para aumentar a conscientização e o respeito pela diversidade das tradições africanas e sua integração na sociedade brasileira.

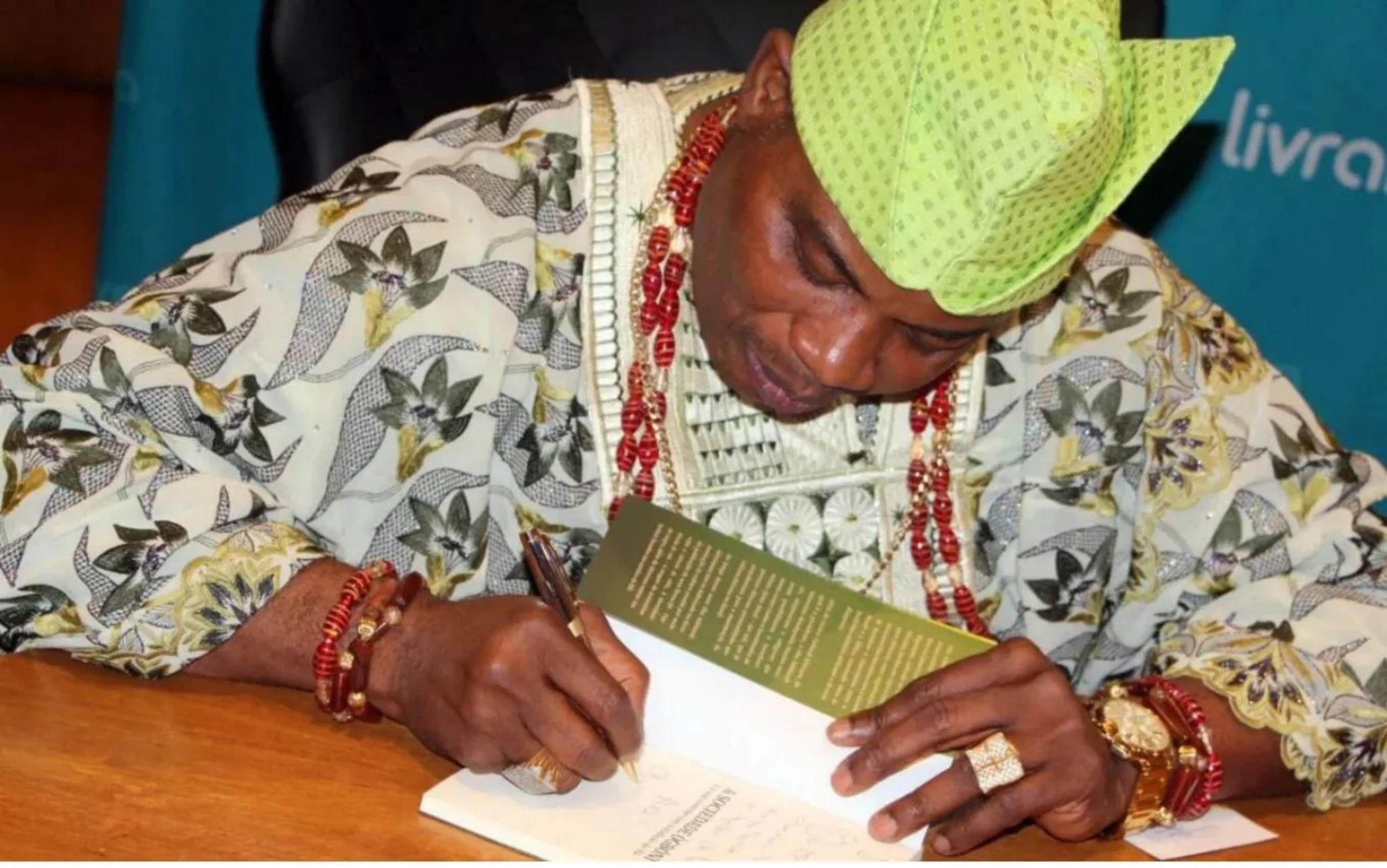
O centro oferece uma ampla gama de atividades que abrangem diversas facetas da cultura africana. Desde aulas de dança e música até oficinas de arte e culinária, o centro proporciona experiências imersivas que permitem aos visitantes uma conexão direta com as tradições africanas. Além disso, palestras e seminários com acadêmicos e especialistas são frequentemente organizados para discutir tópicos como história africana, diáspora africana e questões raciais contemporâneas.

Um dos destaques do Centro Cultural Africano são suas exposições, que variam desde artefatos históricos até arte contemporânea africana e afro-brasileira. Estas exposições são projetadas para educar e inspirar, destacando a riqueza da arte e da expressão cultural africana. O centro também hospeda eventos culturais como festivais de música, celebrações de dias festivos africanos e performances de teatro, que servem como uma plataforma para artistas de origem africana.



O impacto do Centro Cultural Africano estende-se além de suas paredes. Ao fomentar um maior entendimento e apreciação da cultura africana, o centro contribui para a luta contra o racismo e promove a inclusão social. Ele também desempenha um papel crucial no apoio a artistas e artesãos afro-brasileiros, proporcionando-lhes uma plataforma para ganhar reconhecimento e sustento.

O Centro Cultural Africano no Brasil é mais do que uma instituição; é um espaço vital que celebra e preserva a inestimável contribuição africana para a identidade brasileira. Continuando a educar, inspirar e conectar pessoas de todas as origens, o centro permanece um símbolo de diversidade cultural e um defensor da harmonia e do entendimento intercultural. Através de seus esforços, esperamos continuar a ver um Brasil onde a riqueza da herança africana é amplamente reconhecida e valorizada.



LANÇAMENTO DO LIVRO:

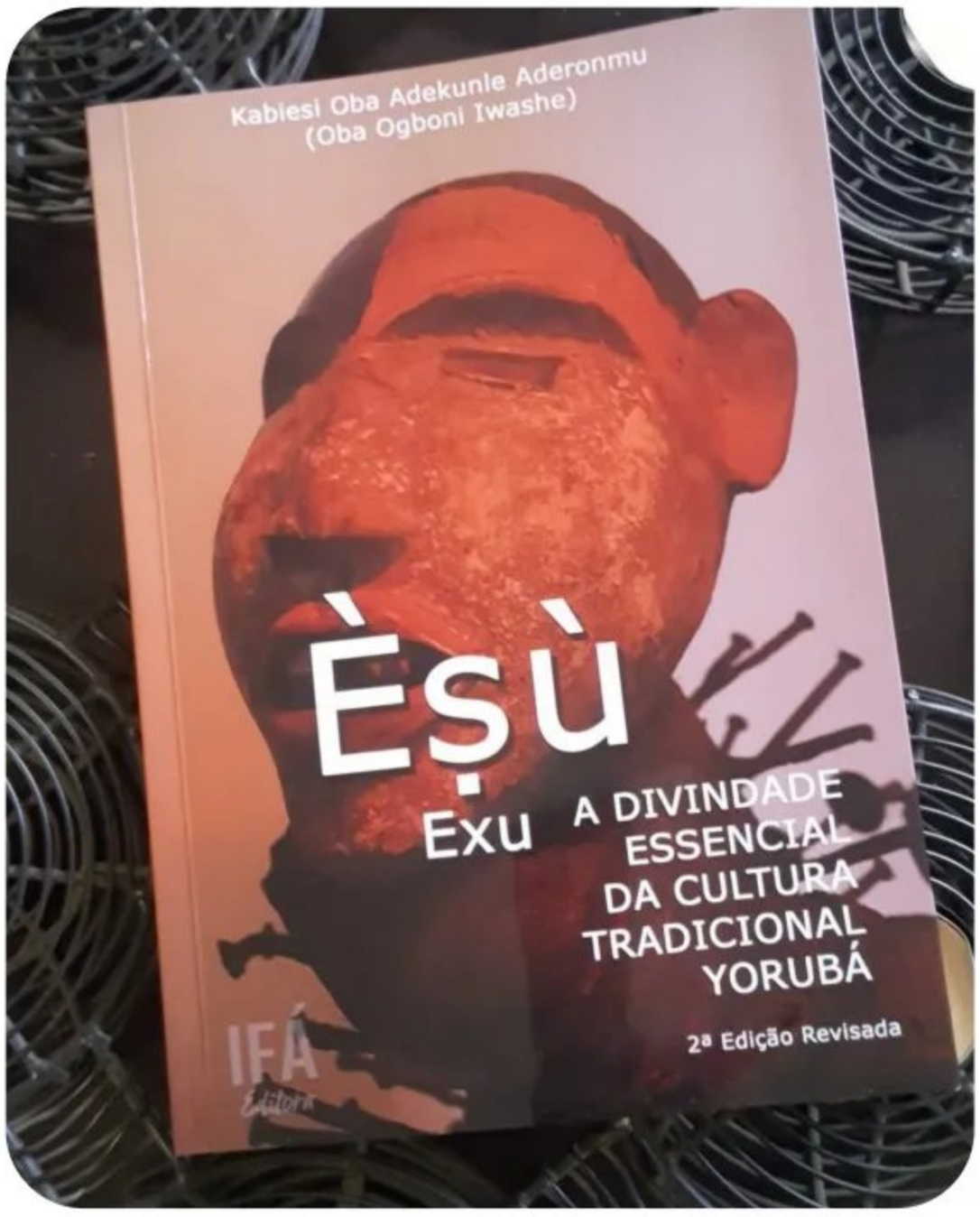
"Èsù: A Divindade Essencial da Cultura Tradicional Yorùbá"

Artigo - Adekunle Aderonmu

A realidade é sustentada por quatro pilares fundamentais: ciência, religião, filosofia e arte, assim como a vida de cada indivíduo se apoia em saúde, prosperidade, vida afetiva e alma. No contexto da cultura Yorubá, Èsù, o mensageiro de Olódùmarè, ocupa um papel crucial, administrando o domínio oculto e enviando mensagens míticas através do oráculo de Ifá para ampliar a percepção das pessoas, ajudando-as a entender e transformar seus caminhos.

186 - Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.

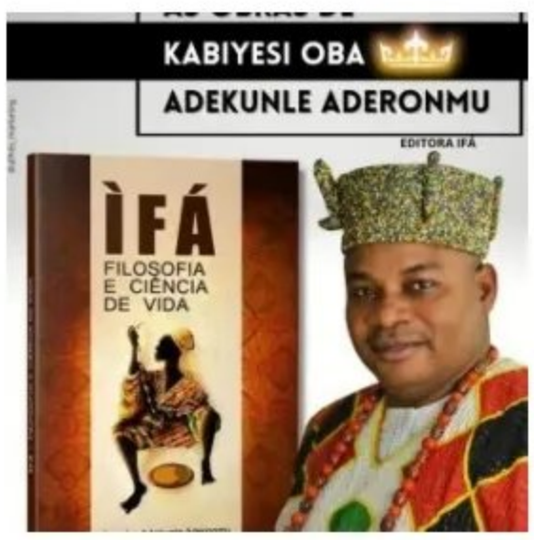
Kabiesi Oba Adekunle Aderonmu, renomado por suas obras anteriores em filosofia Yorubá, aborda a figura de Èsù como uma divindade central na cultura tradicional Yorubá em seu mais recente livro. Compartilhando versos ricos em ensinamentos, ele desafia e reconfigura os mitos comuns sobre Èsù, demonstrando como essa entidade influencia o dia a dia e defendendo que valores como amor e honestidade são essenciais para a construção de um mundo melhor.

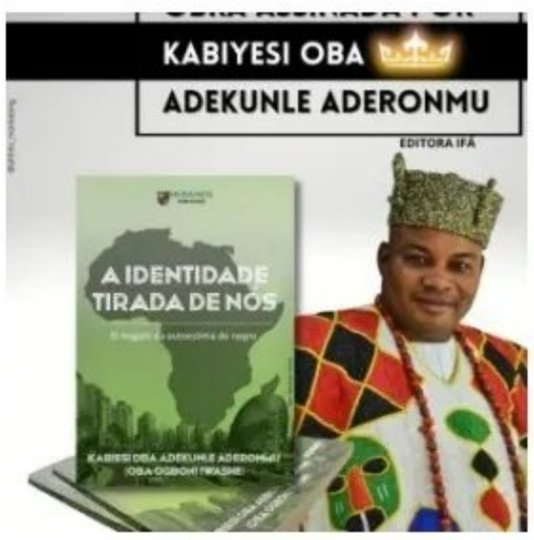


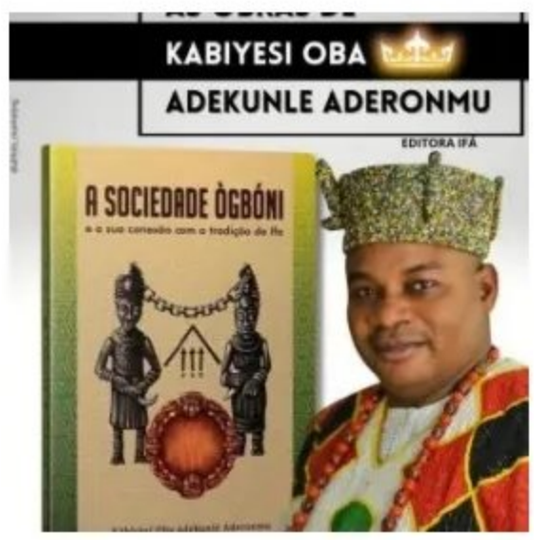
H.R.H OBA ADEKUNLE ADERONMU

Nasceu em 25 de dezembro de 1964, em Abeokuta, Nigéria, filho de família nobre de tradições religiosas, da qual herdou o vice-reinado. Graduado em Bioquímica pela Universidade de Lagos, em Lagos, veio ao Brasil para se formar na USP, onde sentiu a necessidade de desenvolver a Cultura Africana em meio à população negra carente totalmente sem autoestima. Aos poucos foi introduzindo ensinamentos de Ifá, religião da qual leva o título de sacerdote.Morando no Brasil há mais de duas décadas, naturalizado, exerce diversas funções sociais, empresariais e humanistas. Fundou em 1999, sem ajuda pública ou privada, o Centro Cultural Africano, do qual é presidente, trazendo para o país a Cultura Ioruba, onde desenvolve cursos e intercâmbios culturais. Esta instituição está sediada na Nigéria, USA, México e Canada. Como empresário, acumula funções no setor hoteleiro e retalhista de produtos africanos.









LIVRO

A VIOLÊNCIA NA VIDA DE UMA MULHER

Adquira Já o **LIVRO DIGITAL** que Todos Estão Falando!

Publicação da Editora HR

Sobre:

Dedico esta obra a minha família, meus amigos peludos que tanta companhia me fizeram, ultilizando-me das palavras de Machado de Assis, "Palavra puxa palavra, uma ideia traz outra, e assim se faz um livro, um governo, ou uma revolução, alguns dizem que é a natureza compôs as suas espécies", o que bastaria para completar essa dedicatória, porém, ainda me faltam palavras. (...)

Acesse
www.editorahr.com

EDITORA HR LIMITADA



Por Comndador Helio Reis
1ª Edição

Autor
Comendador Dom Helio Reis

Diagramador & Designer Gráfico
Morello Serviços Editoriais

Revisora
Marcos Coelho

COMPRAR AGORA

ITÁLIA MINHAS ORIGENS.

Artigo - Por Maristela Pozitano

Todos somos tecidos pelas nossas origens ancestrais, ao preço que custou a todos eles, e aos quais honro e agradeço por terem me conduzido até esta vida, neste país maravilhoso chamado Brasil, que busco servir com toda minha alma.

Meus avós maternos e paternos vieram para o Brasil em busca de uma vida melhor, enfrentando muitos desafios.

Nasci na cidade de São Caetano do Sul, no estado de São Paulo, cidade fundada em 28 de julho de 1877. Na época, era uma fazenda que recebeu imigrantes italianos e se transformou em uma cidade. Na entrada da cidade, somos recepcionados com um monumento dedicado aos imigrantes italianos, que vieram trabalhar nas lavouras há quase dois séculos, contribuindo com o crescimento de nosso Brasil.

Meu pai escolheu meu nome por influência de João Rubinato, descendente de italiano, sendo o sétimo filho nascido em 1910 em Valinhos, interior de São Paulo, cujo nome artístico foi Adoniran Barbosa, que revolucionou o samba no Brasil entre os anos de 1950 e 1980 com suas composições, uma delas "Trem das Onze". Em suas músicas, Adoniran contava histórias reais que aconteciam com as famílias italianas e da periferia de São Paulo, e também as dificuldades de sobrevivência dos artistas daquela época e suas histórias.

Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD.

Não havia uma produtora de filmes que contemplasse as histórias da periferia como a da Mooca, Bixiga e Brás. Foi criada então, em 1950, a "Companhia Cinematográfica Maristela", que co-produziu muitos filmes até 1958, quando então transformou-se no estúdio de dublagem AIC São Paulo, que se mantém até os dias de hoje. Meu pai era fã de Adoniran com suas músicas e filmes; ao ver o nome da produtora, escolheu Maristela para ser o meu nome de batismo.

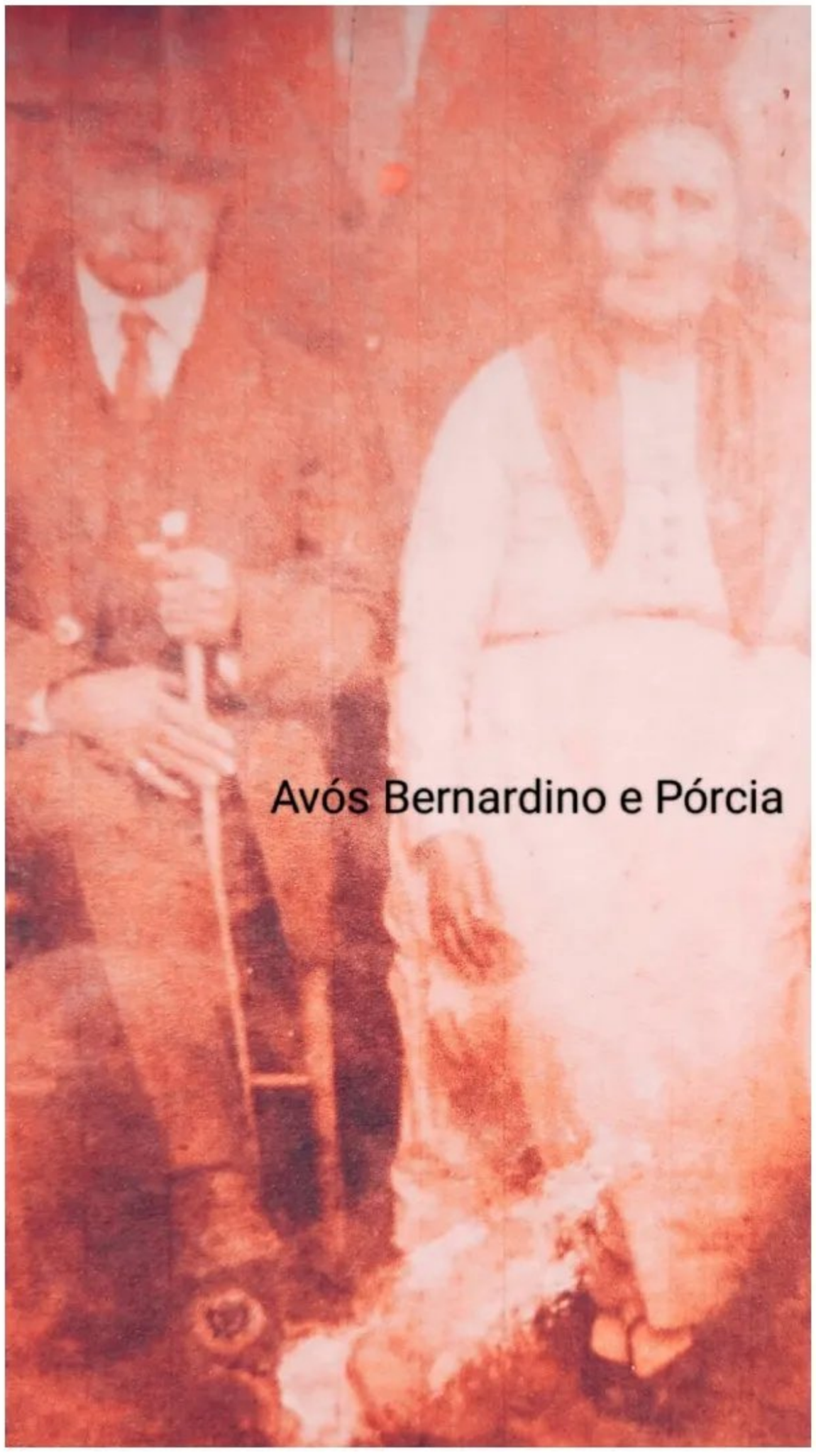
Entre 1887 e 1900, a Itália passava por um momento muito delicado. Havia uma luta em busca da unificação do país, e é claro que a população menos abastada era a mais vulnerável, tanto nos vilarejos como nas grandes cidades, o que colocava a sobrevivência destes trabalhadores em risco. Consequentemente, suas famílias sofriam com questões econômicas, conflitos internacionais como guerras, crises humanitárias, sanitárias, inclusive perseguições políticas, religiosas e étnicas, que os fizeram buscar uma vida menos turbulenta.

No Brasil, em 1888, a Princesa Isabel decretou a abolição dos escravos, e nesse período os primeiros imigrantes italianos começaram a chegar. Eles foram trabalhar nas fazendas de café em várias partes do país, substituindo a mão de obra escrava, sendo São Paulo a região que recebeu o maior fluxo migratório.

O governo brasileiro também incentivava a vinda desses imigrantes para as fazendas de café em São Paulo e terras não cultivadas. Com isso, alguns foram para Santa Catarina, Rio Grande do Sul, Paraná e Espírito Santo, saindo dos núcleos de colonização.

Os imigrantes que tinham posses se estabeleciam comprando terras para a agricultura, e se orgulhavam de trazer melhores tecnologias. Muitos migraram para a capital de São Paulo e se estabeleceram em bairros como Mooca, Brás e Bixiga.

A Mooca é um dos bairros mais antigos de São Paulo, com festas dedicadas à cultura italiana. Ao longo dos últimos quatro séculos, as pequenas casas foram sendo substituídas por usinas e prédios residenciais. As ruas ainda têm paralelepípedos, além de alguns casarões e grandes galpões que resistiram ao tempo, preservando a memória deste passado repleto de histórias que não devem ser esquecidas.



Avós Bernardino e Pórcia

A festa de São Genaro é muito tradicional, esperada todos os anos, e é comemorada com missas, procissões e festas espalhadas pelo bairro todo.

Lá foi criado o Museu da Imigração, em um grande casarão, com salas para exposições, biblioteca infantil, café e uma locomotiva "Maria Fumaça" que nos leva a um passeio ao passado.

No bairro do Brás, uma tradição criada pelos imigrantes italianos é a festa de "São Vito", comemorada pelas ruas desde 1919, quando trouxeram para o Brasil a imagem deste santo mártir da igreja.

No bairro do Bixiga, a festa anual de "Nossa Senhora Achiropita" se tornou parte da cultura nacional por meio de lei, com shows, brinquedos espalhados pelas ruas, muitas atrações e muita gastronomia. Estima-se

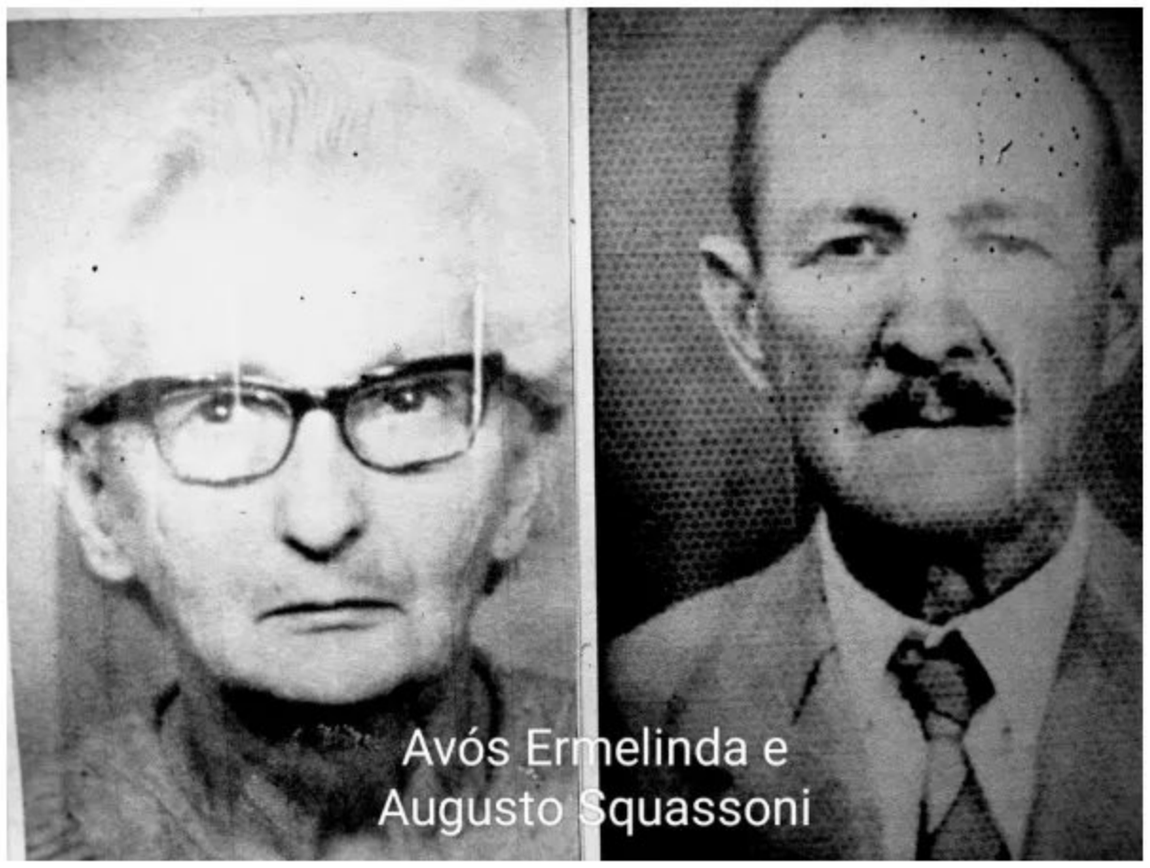
que quase 12 mil fogazzas são vendidas em apenas um dia, celebração que acontece sempre no primeiro final de semana de agosto, seguindo até o início de setembro todos os anos. Considerada a maior festa italiana do Brasil, teve suas primeiras manifestações em 1908.

Os imigrantes italianos trouxeram na mala sua fé e a esperança de dias melhores em nosso país, além da imagem de Nossa Senhora Achiropita que os fortalecia. Eles se reuniam para as novenas na casa de José Falcone, onde a imagem ficava. O dia 15 de agosto é a comemoração da Assunção de Santa Achiropita.

Meus avós Pórcia e Bernardino Pozitano vieram da cidade de Positano, uma aldeia na Costa Amalfitana, no sul da Itália, da província de Salerno, na região da Campânia, um braço de mar no final da bota no mapa italiano.

Quando chegaram ao porto de Santos, no litoral de São Paulo, o escrivão ao registrá-los equivocou-se trocando o “s” de Positano pelo “z” e Pozitano assim ficou até os dias de hoje.

Minha avó por parte de mãe, Ermelinda Cassivilane, teve uma vida com muitos desafios. Um deles foi se casar com meu avô Augusto, um homem ao qual tinha sido prometida. Ele era italiano, e não tiveram direito a escolha, algo que nos dias de hoje seria inconcebível, mas na época era comum que os pais casassem suas filhas com italianos de sua escolha. Muitas casaram por procuração nessa época. Seus maridos vinham da Itália para consumar o matrimônio sem sequer terem tempo de se conhecer e sem poderem contestar.



Avós Ermelinda e Augusto Squassoni

Quanto a mim, trabalho em diversas frentes: sou palestrante, terapeuta, escritora, radialista, educadora, compositora, comunicadora, idealizadora e apresentadora do Programa Trilha Social, que está no ar há 16 anos na TV Assembleia de Alagoas.



Na área social, dedico-me a introduzir a cultura de paz na sociedade, abrangendo aspectos de paz interior, paz social e ambiental.

Sou a primeira Comendadora da Paz em Alagoas, honrada com a Comenda Madre Teresa de Calcutá pela Câmara de Vereadores de Maceió. Recentemente, fui reconhecida pelo Governo de Maceió como pacifista e tive a honra de ter meu nome eternizado junto com outras 103 mulheres na escultura "Nise da Silveira", criada pelo artista Fredy Correia. A escultura está no Parque das Mulheres, no bairro de Jatiúca, em Maceió, representando todas as mulheres, inclusive as anônimas.

Agradeço a esta terra linda e altaneira pelo acolhimento à descendente de imigrantes italianos que sou, e dedico meus dias a uma Maceió, a uma Alagoas e a um país cada vez mais justo, amoroso e pacífico.

Como mencionei, cada um carrega dentro de si sua linhagem

ancestral, com suas dores, desafios, conquistas e talentos. Cabe a nós honrá-la, fazendo o melhor possível com nossas vidas.

Somos todos seres humanos em busca de realizar sonhos.

Agradeço ao meu Brasil, país amado, por receber meus ancestrais e tantos imigrantes, acolhendo-os com liberdade e respeito. Se não fosse assim, eu não estaria aqui contando minhas histórias ligadas às minhas origens.

E você?
Qual é a sua história?
Entre em contato com a HR Magazine e compartilhe sua história também.



Maristela Pozitano

Mini Biografia

Instagram:
@maristelapozitano

Facebook:

Maristela Pozitano

Escritora (membro da Academia de Letras do Brasil/PE), compositora, empresária e profissional na área de terapias integrativas e assessoria em bem-estar (há mais de 30 anos) Formação em comunicação e radialismo Consteladora (constelação familiar, pensamento sistêmico complexo, constelação estrutural e coaching sistémico (formada pelo Instituto ONUKISAN), tanatóloga. Terapêuta integrativa (mestra em reiki, cromoterapêuta, reflexologista e coach em bem estar) Apresentadora e idealizadora do Programa Trilha Social (Tv Assembléia/Alagoas há 15 anos) / Fundadora e atual diretora executiva da ONG Maceió Voluntário Comendadora da paz com a comenda Madre Tereza de Calcutá Uma das 100 mulheres reconhecida com o nome eternizado no Parque das Mulheres por serviços relevantes prestados pela cultura de paz em Alagoas. Notório saber em cultura de paz; mediadora de conflitos e educadora social Trabalhos desenvolvidos direcionados a cultura do voluntariado através de ações pela cidadania, valores humanos e por uma cultura de paz, há mais de 22 anos com 11 livros paradidáticos infanto juvenis utilizados pelas redes públicas de educação.



LINGUAGEM E COMUNICAÇÃO JURÍDICA EM REVISTA

Artigo

PAULINO FERNANDES DE LIMA

Mini Biografia

Natural de Sobral, Ceará, hoje radicado em Recife-PE. Mestre em Letras/Literatura, pela Universidade Federal do Ceará, em 2006; Graduação em Direito, com pós-graduação em Estudos literários e culturais. Articulista dos Jornais: Folha de Pernambuco e O Estado, Ceará. Autor do Livro "Reflexões de um defensor público", publicado pela Editora Novo Estilo, em 2020, e integrante de várias coletâneas e antologias, entre as quais "Novo Horizonte"; "Talentos que falam" e "Ampla visão". Ocupante da Cadeira nº 38, na Acade mia de Letras do Brasil (ALB), Seccional de Pernambuco.

O Conselho Nacional de Justiça (CNJ), Órgão cuja incumbência é a de "aperfeiçoar o trabalho do Judiciário brasileiro", editou a Resolução nº 144, em 1º de setembro de 2023, a qual recomenda a utilização de "linguagem simples", nas comunicações e atos editados pelos tribunais.

Embora o intuito seja, primordialmente, tornar acessível ao jurisdicionado (aquele recebe a jurisdição emanada dos juízes e tribunais), maior clareza e simplicidade nas comunicações jurídicas, o resultado disso não impactará tão significativamente, as decisões judiciais, se não for seguidas doutras recomendações.



Primeiro, porque não parece ser esse um entrave emergente à otimização do trabalho judicial, considerando a convivência hodierna com problemas maiores, relacionados, por exemplo, à prestação jurisdicional, os quais desafiam os operadores do Direito, a exemplo da demora processual, em grande parte justificada pelo reduzido número de servidores que integram o Poder Judiciário; em menor parte, sem justificativa plausível.

Segundo, porque a Recomendação não exime o jurisdicionado da indispensável assistência advocatícia, ainda que para o recebimento das devidas orientações jurídicas.

No dia-a-dia forense, esse encargo já faz parte do exercício de advogados e de defensores públicos, que patrocinam os interesses de seus clientes e assistidos (respectivamente), sendo raro se ter notícias de prejuízo às partes, por questões de incompreensão do vocabulário jurídico.

Embora a Recomendação estampe, claramente, o louvável objetivo de aproximar o usuário da Administração judiciária, bem como contempla o "Princípio da acessibilidade ao Judiciário", consagrado no Artigo 5º, Inciso XXXV da Constituição federal, algumas outras recomendações devem acompanhar a adoção desse objetivo.

Uma delas é não se confundir a simplicidade ou a informalidade a ser adotada, com problemas de linguagem, com os quais convivemos, problematicamente, no cotidiano comum.

Em se tratando do espaço de utilização da linguagem jurídica, onde habita um vocabulário técnico "por excelência", não se tem muita margem para relaxamento linguístico, sob pena de se comprometer a essência mínima dessa linguagem, que guarda inevitáveis diferenças com a linguagem comum, como em qualquer outro ramo técnico.

A Campanha para que se promova amplamente a Resolução já está no ar, estimulando os tribunais de todo o País, para que adiram ao "Pacto Nacional do Judiciário pela Linguagem Simples", até o dia 31 de julho deste ano.

Embora a iniciativa seja de observância obrigatória para os magistrados em geral (juízes, desembargadores e Ministros das cortes superiores), ela só se tornará mais eficaz se houver, semelhantemente, a mesma adoção, por parte dos demais órgãos que integram as funções da Justiça (Advocacia, Defensoria pública e Ministério Público).

Pensando mais a fundo, seria de grande valia essa sincronização, dado que o usuário da Justiça é afetado, por distintos e quase sempre, inconciliáveis dizeres jurídicos.

Para que o grau de eficácia e de eficiência do Pacto, portanto, seja maior ainda, dever-se-ia encampar nas grades curriculares, noções ou disciplinas de linguagem e comunicação jurídica, as quais, inexplicavelmente, não compõem hoje a grade de disciplinas que os cursos jurídicos deveriam ter.

Essa revisão de linguagem, literalmente falando, perpassa o campo de atuação circunscrita aos atos e às comunicações provenientes dos juízes e tribunais, já que envolve os demais atores jurídicos, sendo, porquanto, de observância e zelo coletivos.

Artigo - Por Paulino Fernandes de Lima

República Alternativa Cultural, um Patrimônio Multicultural e Interdisciplinar da Sociedade Alternativa .

A República Alternativa Cultural é um Acervo Interdisciplinar, que é composta por uma constelação de artistas que fazem parte do Patrimônio Cultural no Brasil e em outros países como Bruno Feitosa, Elenita Soares, Lucas Feitosa, Eduardo Eleutério, Concórdia Eleutério, Igbonan Rocha, Aline Vieira, Cleonice Vieira, Rony Arrocha , Raimundo Álvaro P. Castro, Amilton de Exu, Ângela Silva, Billy Marcelo, Carlinhos Guerra, Caroline Farias, Edson Júnior, Erasmo Mendes, Everaldo Lira, Francisca Selma, Gaúcho Gonçalvinho, Jacqueline Teles, José Luiz Comunicador, Joselmo Beats, Laura Moura Nunes, Aline Melo, Lourinha Show, Marcos Paulo, Margarita Spino, Mary Montana, Paulo Gaúcho, Poeta Kitolongo, Nazaré Ferreira , Reginaldo Mariano, Regis Moreira, Saozinha Gomes, Vilmar Davila, Luzia Virissimo, Maria Martins , Verônica Teodoro, Robson Matutinho, José Marcelo, Cícero Cd's , Socorrita D ' Lamancha, Maria Batista , Lelo di Carvalho, Beto Batista, Ruth Mary e Graciella Cunha. Todos estão agradecidos pelo apoio da Revista HR Magazine, sob a gestão do Editor Chefe Comendador Dom Helio Reis.

Até a Próxima Edição!

Agradecemos por embarcar conosco nesta jornada repleta de descobertas, histórias e insights valiosos. Esperamos que as páginas desta edição tenham enriquecido seu dia e inspirado novas perspectivas. Não perca nossa próxima edição, onde exploraremos ainda mais temas fascinantes e atuais. Até lá, continue nos acompanhando e compartilhando suas ideias. Sua participação é essencial para nós!

EDITORA HR LIMITADA