HR MAGAZINE

ISSN 2965-7105 DISTRIBUIÇÃO ON LINE E GRATUITA | 2025

DIVERSIDADES

REVISTA HR

EDIÇÃO 26
ANO 3

Entrevista Dr. Christiano Clique aqui versão em português

Clique aqui versão em inglês

Capa Dr.Christiano Biggi Dias
Secretário de Segurança de Campinas - SP

WWW.EDITORAHR.COM

HR Magazine, sempre ao seu lado!

Essa Revista Digital; é um portal de inspiração, conhecimento e cultura que desperta emoções e convida à reflexão a cada edição. Em nossas páginas, você encontrará um mosaico de conteúdos exclusivos que vão da literatura ao artesanato, da tecnologia à saúde, tudo cuidadosamente criado para enriquecer sua mente e tocar seu coração. Cada matéria é uma oportunidade de mergulhar em novas ideias e redescobrir a beleza e complexidade da vida e da humanidade. Convidamos você a embarcar nessa jornada conosco, onde cada página não é apenas uma leitura, mas uma experiência, uma porta para novas descobertas e emoções profundas. Explore o universo da HR Magazine e deixe-se surpreender pelo poder transformador da criatividade e da informação.

Site Oficial

www.editorahr.com

Nos Siga no Facebook e Instagram

@editora.hr

Whatsapp

(19) 9 9822-4249

E-Mail

contato.hreditora@gmail.com.br

APOIADORES DA REVISTA HR MAGAZINE

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



Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LDA

Índice

6 **Editorial**

8 **Apresentação**

10 **Expediente**

12 **Entrevista Exclusiva Secretário de Segurança de Campinas Dr.Christiano Biggi Dias**

22 **O Espírito de Natal**

26 **Dezembro Vermelho**

34 **Trilhos de Ouro**

38 **Músicas Inesquecíveis**

38 **Tiro ao Àlvaro**

40 **Goodbye Yellow Brick Road**

42 **Poesia - "Sua Identidade" Por Mauro Antônio**

44 **Seção PET**

46 **Drama Nivel 1000%**

48 **Reencontro com seus Tutores**

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

50 **Amizade entre Crianças e Pets**

52 **O Instinto de Proteção**

54 **Reflexões**

56 **Seção SAÚDE E BEM ESTAR**

58 **Provocações: A Linguagem Oculta dos Relacionamentos Humanos**
Por Maristela Pozitano

62 **Dia da Acessibilidade**
Por Dra. Cláudia Araújo

64 **Seção VIAGEM E TURISMO**

66 **Presenteie um Novo Horizonte**

68 **Patagônia: O Verão no Fim do Mundo**

71 **Maldivas: A Fuga Tropical que você merece**

74 **Seção CELEBRIDADES**

76 **Modelo Priscila Latoja conhece a Croácia**

78 **Prêmio Comunicação 2025**

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

Editorial

Chegamos à última página de um ano desafiador e transformador. Esta edição, que chega às suas mãos no limiar de dezembro, mês de intensa circulação de pessoas, celebrações e, infelizmente, também de aumento de vulnerabilidades urbanas, reflete sobre um tema crucial: Segurança Pública.

Nossa capa de hoje, estampando a figura do Secretário de Segurança Pública de Campinas, Dr. Christiano Biggi Dias, não é apenas um retrato, mas um convite à reflexão sobre a complexa engrenagem que mantém nossa cidade em funcionamento. Campinas RMC, um polo de tecnologia e inovação e uma das mais importantes metrópoles do interior paulista, exige uma gestão de segurança à altura de sua dinâmica.

O Foco na Inteligência e na Proximidade

A segurança urbana moderna não se resolve apenas com rondas ostensivas; ela exige inteligência, tecnologia e, acima de tudo, a participação cívica. Vemos em Campinas um esforço contínuo para integrar esses pilares. O investimento em monitoramento por câmeras, o uso estratégico de dados para mapear hotspots criminais e a integração entre as forças municipais (Guarda Municipal) e estaduais (Polícias Civil e Militar) são passos fundamentais.

A Revista HR MAGAZINE convida você, leitor, a se aprofundar na entrevista com o Secretário nas páginas seguintes. Conhecer as estratégias, as metas e os obstáculos é o primeiro passo para nos tornarmos parceiros ativos na construção de uma Campinas mais justa e segura. Afinal, a segurança pública é a base sobre a qual se constrói toda a prosperidade.

Que a inteligência, a ação coordenada e o senso de comunidade nos guiem para um 2026 de paz e desenvolvimento.

Joyce Reis
Editora Chefe e Redatora

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



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

Apresentação

Chegamos ao dia 30 de novembro com a edição que prepara você para 2026! A HR Magazine traz uma visão 360º que conecta segurança, história, bem-estar e a gestão de pessoas.

Entrevista exclusiva com o Dr. Christiano Biggi Dias, Secretário de Segurança de Campinas, sobre gestão de crises e a importância da inteligência estratégica na proteção da comunidade e dos negócios.

Celebramos os 150 Anos da Cia. Paulista de Estradas de Ferro – uma lição de logística, inovação e o impacto duradouro na força de trabalho da região.

Na seção Bem-Estar, mergulhe em Provocações nos Relacionamentos Humanos e a importância da Acessibilidade e do Dezembro Vermelho para um ambiente de trabalho e vida mais inclusivo e consciente.

Planeje seu recharge com nossos guias de viagem para a aventura épica na Patagônia ou o luxo tranquilo nas Ilhas Maldivas!

E para fechar o ano com emoção, nossa Seção Pet e Cultura traz músicas inesquecíveis e reflexões para celebrar o amor incondicional e o equilíbrio.

prepare sua jornada de 2026 com estratégia e bem-estar

ótima Leitura

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

Dezembro Vermelho
Mês de Combate ao HIV, Aids e IST

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

Expediente

Jornalista (DRT: 96124/SJ - SP)
DIRETOR DE JORNALISMO E DIRETOR RESPONSÁVEL
COMENDADOR DOM HELIO REIS

Editora chefe, redatora e Jornalista (DRT 97508/SJ - SP)
JOYCE REIS

Matriz
Campinas - SP

CNPJ
51.712.559/0001-85
Distribuição
Gratuita
Mês e Ano da Publicação
Dezembro de 2025
Ano e Número da Publicação
Ano 3 e Número 26
Tipo
Digital
ISSN
2968-7105
Publicação Por
Editora HR
Instagram e Facebook
@editora.hr
Whatsapp
(19) 9 9822-4249
E-mail
contato.hreditora@gmail.com
site Oficial
www.editorahr.com

APOIADORES DA REVISTA HR MAGAZINE

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

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

Entrevista com o Secretário de Segurança de Campinas Dr. Christiano Biggi Dias

GESTÃO E INOVAÇÃO NA SEGURANÇA PÚBLICA MUNICIPAL

Entrevista Exclusiva para a HR Magazine

Entrevistado: Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas

HR Magazine: Qual é a sua terra natal?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Campinas.

HR Magazine: O que o motivou a seguir a carreira/área em que o senhor atua?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Assim como uma considerável parcela dos jovens, meu desejo primordial desde a infância era ingressar nas forças policiais. Deste modo, como etapa inicial para o ingresso na carreira de Polícia Civil, aos 18 anos, optei pela graduação em Direito com o intuito de futuramente me tornar Delegado de Polícia.

Entretanto, no transcorrer da formação acadêmica, minha trajetória sofreu uma inflexão. Em 2013, fui convidado pelo então Prefeito Jonas Donizette para integrar sua equipe de gestão, inicialmente exercendo a função de Diretor Executivo por um período de quatro anos. Posteriormente, assumi o cargo de Secretário Executivo do Gabinete do Prefeito por mais quatro anos.

Em setembro de 2020, em virtude de uma reestruturação governamental, o Prefeito Jonas me endereçou o convite para acumular a Secretaria de Segurança Pública. Inicialmente, demonstrei ponderação. Contudo, na reiteração do convite para assumir o cargo, aceitei, sobretudo por já contribuir com o panorama da segurança pública, atuando como um elo articulador entre as corporações de segurança e desenvolvendo iniciativas pragmáticas, que envolviam a integração operacional entre as diversas forças, enquanto ainda exercia minhas funções no gabinete.

Em 2021, o Prefeito Dário Saadi, após ser eleito, reiterou o convite para que eu desse continuidade ao trabalho como Secretário de Segurança. Permaneci no cargo com grande satisfação, concretizando, assim, o meu ideal de infância de fazer parte do sistema de segurança pública.

HR Magazine: Qual foi a sua maior conquista até agora?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Na Secretaria de Segurança de Campinas, obtivemos inúmeras realizações notáveis. Tão logo assumi a Pasta, meu desafio inaugural consistiu em promover a união no seio da Guarda Municipal e implementar transformações que alcançassem a totalidade do efetivo da corporação, e não apenas grupos específicos.

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

O segundo passo foi incentivar e valorizar nossos valorosos agentes, por meio da aquisição de equipamentos de última geração, tais como pistolas, fuzis, drones, novos fardamentos, além de um incremento de adicionais na ordem de 45%. Adicionalmente, podemos citar a renovação integral da frota, com a introdução de novas motocicletas de alta performance e novas viaturas de quatro rodas.

É relevante destacar que, durante o primeiro mandato do Prefeito Dário, registramos o maior contingente de contratação de agentes para a Guarda Municipal. Tal medida permitiu o reforço da segurança em toda a municipalidade, com foco particular na área Central, mediante a implantação do programa Centro Mais Seguro e o restabelecimento da modalidade de patrulhamento a pé. Esta abordagem favorece o trabalho preventivo e uma maior interação com a sociedade civil, elevando significativamente a percepção de segurança na região central.

Outro marco fundamental reside no investimento em tecnologia e integração, com uma reestruturação organizacional para permitir a interoperabilidade de todos os nossos equipamentos e o estabelecimento de uma nova doutrina e cultura institucional. Deste esforço, resultou a inauguração do Centro Integrado de Comando e Controle (CICC), uma estrutura de aproximadamente 4 mil metros quadrados que congrega uma Central de Monitoramento de Campinas de vanguarda, o Centro de Comunicação da GM, Polícia Civil, Polícia Militar, Polícia Federal e ABIN, além de uma sala dedicada à gestão de crises.

Ainda no âmbito do fortalecimento do monitoramento por câmeras na cidade, implementamos o Programa Monitora Campinas, que estabelece uma parceria estratégica entre o Poder Público e a iniciativa privada para o compartilhamento de imagens de câmeras de segurança. Atualmente, contamos com a integração de mais de 1.700 câmeras de parceiros ao monitoramento realizado no CICC. A adesão ao programa é isenta de custos para o parceiro, e empresas, condomínios e outras entidades privadas com CNPJ que integram o programa dispõem de um acesso direto e facilitado à Guarda Municipal.

Em maio do corrente ano, ainda sob a égide da estrutura do CICC, Campinas sediou o Centro de Inteligência Metropolitano (CIM), um modelo pioneiro no cenário nacional. O CIM reúne os setores de inteligência das Guardas Municipais de toda a Região Metropolitana de Campinas com o objetivo de troca de informações em tempo real, viabilizando o planejamento de ações coordenadas e, consequentemente, o combate a ilícitos que são comuns aos diversos municípios. O CIM já conduziu operações de grande envergadura, como as destinadas a combater a receptação de fios de cobre, por meio de fiscalizações em estabelecimentos de reciclagem, e a coibir o comércio de bebidas falsificadas, com inspeções em adegas e pontos de venda de bebidas.

N*ota sobre a Integração (CICC e CIM): O CICC (Centro Integrado de Comando e Controle) representa um novo conceito de gestão, promovendo a integração de serviços de emergência, defesa civil, trânsito e segurança, unindo órgãos municipais, estaduais e federais. Já o CIM (Centro de Inteligência Metropolitano) é um modelo pioneiro no país, focado na produção de conhecimento estratégico e informações de inteligência para o planejamento e execução de operações conjuntas entre as Guardas Municipais da Região Metropolitana de Campinas, visando dar respostas coordenadas ao crime organizado.*

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

HR Magazine: O que o senhor aprendeu com suas experiências que gostaria de compartilhar com outras pessoas?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Eu sintetizaria este aprendizado em dois axiomas. O primeiro, de natureza aparentemente simples, mas de complexa execução prática, é: "Ninguém realiza nada de forma isolada". Isso pressupõe que todas as nossas conquistas são o resultado de um esforço coletivo. Minha função restringe-se a liderar este grupo, mas nosso propósito primordial é assegurar que todos os membros progridam e prosperem em conjunto.

O segundo axioma é um complemento do primeiro, e se configura como: "não hesite em permitir que sua equipe alcance o seu máximo potencial; o êxito deles é o reflexo de sua liderança".

HR Magazine: Como o senhor avalia a evolução de sua área nos últimos anos?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Sem dúvida, o tema da segurança pública figura como um dos assuntos mais proeminentes na contemporaneidade e será uma prioridade nas vindouras eleições. No contexto de políticas públicas, os tópicos que invariavelmente emergem são saúde, educação e segurança. Contudo, a segurança pública é uma pauta que permeia todas as camadas da estrutura social.

Entendo que este é um momento propício para fomentar a integração efetiva das forças de segurança em todos os níveis (municipal, estadual e federal) e promover a implementação de políticas públicas sólidas, sobretudo para fazer frente ao crime organizado, que se encontra entranhado em diversos setores da sociedade e demanda ser combatido com inteligência estratégica e coesão.

Adicionalmente, as Guardas Municipais têm demonstrado um desenvolvimento exponencial, assumindo um papel basilar na segurança pública, consolidando sua relevância e obtendo um reconhecimento significativo por parte da sociedade.

HR Magazine: Quais transformações o senhor almejaria vislumbrar no futuro?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Uma união genuína entre todas as forças de segurança, de maneira ampla e irrestrita, superando as vaidades institucionais em prol de um objetivo comum: entregar à sociedade o mais elevado patamar possível de segurança.

A viabilidade desta aspiração reside na integração operacional das forças de segurança, trabalhando em cooperação mútua, e na valorização, por parte da sociedade, dos nossos verdadeiros heróis fardados, que são os agentes da segurança pública.

HR Magazine: De que maneira o senhor harmoniza sua vida pessoal e profissional?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

É desafiador alcançar um estado de equilíbrio, visto que a atividade profissional exige uma dedicação intensa. Nossas equipes da Guarda Municipal operam em um regime de 24 horas por dia, todos os dias. Por conseguinte, é imperativo estar continuamente acessível para solucionar qualquer intercorrência.

HR Magazine: Quais são as suas táticas para gerenciar o estresse e a pressão inerentes à função?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Usufruir dos momentos de maior serenidade e tranquilidade.

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

HR Magazine: O que o senhor aprecia fazer em seu tempo livre?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Além de dedicar tempo à família e aos amigos, tenho apreço pela prática esportiva, notadamente o ciclismo e o tiro esportivo.

HR Magazine: Como esses passatempos exercem influência em sua vida profissional?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Os passatempos exercem uma influência na medida em que contribuem para o equilíbrio e a lucidez necessários no momento de tomar decisões que terão um impacto direto em nossa sociedade.

HR Magazine: Que orientação o senhor daria a um indivíduo que está iniciando em sua área?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Primeiramente, costumo afirmar que o profissional de segurança pública é um autêntico vocacionado. Portanto, antes de qualquer coisa, aquele que almeja vestir uma farda deve pôr à prova sua vocação, pois, uma vez nas ruas, estará dispondo de sua vida cotidianamente por indivíduos que sequer conhece, não será reconhecido por seus atos meritórios e será severamente criticado por qualquer equívoco ou conduta inadequada. Ademais, terá de aprender a lidar com os reveses desta profissão, como, por exemplo, efetuar a prisão, repetidas vezes, de um indivíduo criminoso reincidente.

HR Magazine: Há alguma mensagem que o senhor gostaria de dirigir aos leitores da HR Magazine?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Tributem o devido valor aos nossos verdadeiros heróis fardados, nossos homens e mulheres que integram a segurança pública. Nos momentos de maior adversidade, é recorrente a lembrança de Deus e dos policiais. Os indivíduos ateus não invocarão Deus, mas todos se recordarão dos policiais.

HR Magazine: Quais são os seus planos para o porvir?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

Se me fosse concedido o privilégio de eleger meu futuro profissional, meu grande anseio seria permanecer exatamente onde estou neste momento.

HR Magazine: De que forma o senhor tenciona prosseguir contribuindo para sua área de atuação?

Exmo. Sr. Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

A intenção é dedicar-me com ainda maior afinco à segurança pública de nossa cidade, como um meio de retribuir a oportunidade que me foi conferida e a posição em que me encontro hoje para atuar neste setor.



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

Exclusive Interview with the Secretary of Public Security: Leadership, Technology, and Team Valor

Interviewee: The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas

Personal Background and Career Trajectory

HR Magazine: Where are you originally from?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

Campinas.

HR Magazine: What motivated you to pursue the career or field you are currently in?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

Like a significant portion of young males, my primary aspiration since childhood was to join the police force. Consequently, as the initial step toward a career in Civil Police, I opted for a degree in Law at the age of 18, with the ultimate goal of becoming a Police Chief (Delegado). However, during the course of my academic education, my career trajectory shifted. In 2013, I was invited by the then-Mayor, Jonas Donizette, to join his administration, first serving as an Executive Director for four years. Subsequently, I assumed the position of Executive Secretary of the Mayor's Cabinet for another four years.

In September 2020, following a government reorganization, Mayor Jonas extended an invitation for me to take on the Secretariat of Public Security concurrently. Initially, I exercised caution. Nevertheless, upon the reiteration of the offer to assume the role, I accepted, primarily because I was already actively contributing to the public safety landscape. I acted as an articulating link among the various security corporations and implemented pragmatic initiatives involving integrated operations while still serving in the Mayor's cabinet.

In 2021, Mayor Dário Saadi, upon his election, reaffirmed the invitation for me to continue my work as Security Secretary. I have remained in this office with immense satisfaction, thereby realizing my childhood ambition of serving in public safety.

HR Magazine: What has been your greatest accomplishment so far?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

Within the Secretariat of Security of Campinas, we have secured numerous remarkable achievements. Immediately upon assuming the portfolio, my initial challenge was to foster unity within the Municipal Guard and implement changes that would benefit the entire operational corps, rather than focusing on specific factions.

The next step involved motivating and valorizing our distinguished agents through the acquisition of state-of-the-art equipment, such as pistols, rifles, drones, and new uniforms, alongside an increase in salary supplements of approximately 45%. Additionally, we can cite the complete renewal of the fleet, introducing high-performance new motorcycles and four-wheeled patrol vehicles.

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

Significantly, during Mayor Dário's first mandate, we registered the largest contingent of agent hiring for the Municipal Guard. This measure facilitated the reinforcement of security across the municipality, particularly in the Central area, through the implementation of the "Centro Mais Seguro" (Safer Downtown) program and the reinstatement of foot patrol methodology. This approach supports preventive work and greater community engagement, substantially elevating the perception of safety in the downtown region.

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:
Another fundamental milestone is the investment in technology and integration, requiring an organizational restructuring to ensure the interoperability of all our equipment and the establishment of a new institutional doctrine and culture. This effort culminated in the inauguration of the Integrated Command and Control Center (CICC), a facility spanning approximately 4,000 square meters that houses an advanced Campinas Monitoring Center, the Communication Center for the Municipal Guard, Civil Police, Military Police, Federal Police, and ABIN, along with a dedicated crisis management room. Furthermore, to enhance city-wide camera surveillance, we implemented the "Monitora Campinas" Program, which establishes a strategic partnership between the Public Sector and private initiative for sharing security camera footage. We currently have the integration of over 1,700 partner cameras monitored at the CICC. Adherence to the program is cost-free for partners, and private entities with CNPJ participating in the program gain direct and expedited access to the Municipal Guard.
In May of this year, under the auspices of the CICC structure, Campinas inaugurated the Metropolitan Intelligence Center (CIM), a pioneering model nationally. The CIM convenes the intelligence sectors of the Municipal Guards from across the Campinas Metropolitan Region to facilitate real-time information exchange, enabling the planning of coordinated operations and, consequently, the combating of crimes common to multiple municipalities. The CIM has already conducted large-scale operations, such as those aimed at combating the receiving of stolen copper wires through inspections of recycling businesses and curtailing the trade of counterfeit beverages with inspections of liquor stores and other points of sale.

Note on CICC and CIM: The CICC and CIM represent a deliberate strategy to shift from reactive policing to proactive, intelligence-driven regional security, leveraging technology to centralize communication and strategic response capabilities.
Leadership Philosophy and Ethics

HR Magazine: What have you learned from your experiences that you would like to share with others?
The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:
I would condense this learning into two maxims. The first, which is deceptively simple yet challenging in practical application, is: "No one achieves anything alone." This presupposes that all our accomplishments are the result of collective endeavor. My role is solely to lead this group, but our paramount objective is to ensure that all members progress and thrive together.
The second maxim is a corollary to the first: "Do not fear letting your team shine; their brilliance is a direct reflection of your leadership."

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

HR Magazine: How do you see the evolution of your field in recent years?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

Undeniably, the topic of public safety stands as one of the most prominent issues in contemporary society and is set to be a major priority in forthcoming elections. Within the context of public policy, the subjects that invariably surface are health, education, and security. However, public safety is an agenda item that pervades all strata of the social structure.

I believe this constitutes an opportune moment to foster the effective integration of security forces at all levels (municipal, state, and federal) and promote the substantive implementation of robust public policies, particularly to confront organized crime, which is deeply embedded in various sectors of society and must be tackled with strategic intelligence and unified action.

Furthermore, the Municipal Guards have demonstrated exponential development, assuming a pivotal role in public safety, solidifying their institutional space, and achieving significant societal recognition.

HR Magazine: What changes would you like to see in the future?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

A genuine and comprehensive union among all security forces, which is broad and unrestricted, setting aside institutional vanities in pursuit of a common good: delivering the highest possible standard of security to the community.

The feasibility of this ambition rests on the operational integration of security forces, working collaboratively and cooperatively, and the recognition, by society, of our true uniformed heroes, who are the public safety agents.

HR Magazine: How do you balance your personal and professional life?

The Honorable Dr. Secretário da Segurança Pública de Campinas:

It is challenging to attain a state of equilibrium, as professional duty requires intense dedication. Our Municipal Guard teams operate on a 24-hour, seven-days-a-week schedule. Consequently, it is imperative to be continually available to resolve any operational contingency.

HR Magazine: What are your strategies for dealing with stress and pressure inherent in the role?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

To capitalize on moments of greater tranquility and serenity.

HR Magazine: What do you enjoy doing in your free time?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security de Campinas:

In addition to spending time with family and friends, I enjoy engaging in sports, notably cycling and competitive shooting.

HR Magazine: How do these hobbies influence your professional life?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

Hobbies exert an influence in that they contribute to the balance and clarity required when making decisions that will directly impact our community.

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

HR Magazine: What advice would you give to an individual who is starting out in your field?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

Primarily, I often assert that a public safety professional is a truly vocation-driven individual. Therefore, first and foremost, anyone aspiring to wear a uniform must test their vocation, because once on the streets, they will risk their lives daily for people they have never met, will not be recognized for their meritorious deeds, and will be severely criticized for any mistake or improper conduct. Moreover, they must learn to manage the inherent challenges of this profession, such as having to arrest the same repeat criminal offender numerous times.

HR Magazine: Is there any message you would like to convey to the readers of HR Magazine?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

Pay due homage to our true uniformed heroes—our men and women in public safety. In the most challenging moments, we invariably remember God and the police. Atheists may not invoke God, but everyone remembers the police.

HR Magazine: What are your plans for the future?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

If I were granted the privilege of selecting my professional future, my greatest desire would be to remain precisely where I am now.

HR Magazine: How do you intend to continue contributing to your area of expertise?

The Honorable Dr. Secretary of Public Security of Campinas:

The intention is to dedicate myself with even greater commitment to the public safety of our city, as a means of reciprocating the opportunity I was given and the position I currently hold in this field.



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

Código da Invisibilidade

O que a Sociedade faz para Silenciar o Feminino

Comendador Prof. Dr. Dom Helio Reis

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

Em Breve Lançamento ...

O CÓDIGO DA INVIBILIDADE

Novo Livro Do Comendador Dom Helio Reis

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

O Espírito do Natal: Mais Que Uma Data, Uma Emoção Profunda

O Natal. A simples menção da palavra evoca uma sinfonia de emoções, imagens e sensações. Para muitos, é a época mais mágica do ano, um período de reencontros, reflexão, generosidade e, acima de tudo, esperança. Mas o que torna o Natal tão especial? É apenas uma data no calendário ou algo muito mais profundo?

Desde as primeiras semanas de novembro, o ar já começa a mudar. As cidades se iluminam com brilhos cintilantes, as vitrines das lojas ganham decorações elaboradas e uma melodia familiar de canções natalinas começa a ecoar. É uma transformação quase que instantânea que nos transporta para um universo de sonhos e fantasias.

É nesse cenário que a estrela principal, a árvore de Natal, ganha destaque. Decorada com bolas coloridas, festões brilhantes e luzes que piscam suavemente, ela se torna o centro das atenções em muitos lares, guardiã dos presentes e testemunha de alegrias.

Mas a verdadeira magia não reside apenas nas luzes ou nas compras. Está no propósito que esta época nos inspira.



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



O Natal é, essencialmente, a celebração do amor e do nascimento de uma nova esperança. Em meio à correria do ano, ele nos força a desacelerar, a olhar para dentro e, crucialmente, a olhar para o lado.

Reencontros: É a desculpa perfeita para diminuir as distâncias, físicas e emocionais. O calor de um abraço apertado, a risada compartilhada com familiares que não vemos há tempos, o ato de sentar-se à mesa e compartilhar o pão — estes são os momentos que preenchem a alma.

Generosidade: O espírito natalino nos move à ação. Não apenas a troca de presentes, mas a disposição em dar algo de nós: nosso tempo, nossa atenção, nossa compaixão. O Natal reaviva a chama da solidariedade e nos lembra da nossa responsabilidade em tornar o mundo um lugar mais justo e acolhedor para todos.

Reflexão: É um ponto de pausa para avaliar o ano que passou e renovar a fé no futuro. É a crença inabalável de que, não importa as dificuldades, a vida sempre nos oferece a chance de um novo começo.

O "Espírito do Natal" não é algo que se liga e desliga como as luzes da árvore. É um estado de espírito, uma emoção que se manifesta na bondade cotidiana, na paciência com o próximo e na capacidade de apreciar as pequenas bênçãos da vida.

É a sensação acolhedora de aconchego, o cheiro de rabanada e pinho fresco, e a expectativa inocente de uma criança. É a nostalgia do passado misturada com a alegria do presente.

Em resumo, o Natal é um lembrete anual e luminoso de quem podemos ser no nosso melhor: mais amorosos, mais conectados e mais esperançosos. É por isso que, mesmo após a desmontagem das decorações, o eco de sua emoção permanece, inspirando-nos a carregar a luz e a magia do Natal por todos os outros dias do ano.

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

Os doces de Cássia Biaggioni:
o sabor que desperta o desejo

Cássia Biaggioni não faz apenas doces; ela cria experiências que capturam o nosso desejo por completo. Em sua cozinha, cada ingrediente é misturado com um cuidado que transcende a receita, criando algo que irresistivelmente nos chama para provar.

Quando você vê um dos doces de Cássia, a vontade já começa. A riqueza das cores, a perfeição das texturas e a apresentação elegante imediatamente ativam um gatilho para o prazer. É a visão que nos convida, gerando uma antecipação deliciosa antes mesmo da primeira mordida. Essa vontade de provar é uma resposta a um estímulo cuidadosamente criado para despertar a alegria e a expectativa do paladar.

A maestria de Cássia está em transformar essa vontade inicial em uma satisfação profunda. Cada mordida é uma revelação: um equilíbrio de sabores complexos e uma textura que derrete na boca. O sabor rico e a qualidade dos ingredientes reforçam a memória da experiência, criando uma conexão emocional com aquele momento. Por isso, depois de provar, você não apenas se sente satisfeito, mas também fica com a lembrança vívida daquele momento de puro prazer.

Doçura, profissionalismo e paixão em cada detalhe

Além de despertar o paladar e a vontade, o trabalho de Cássia Biaggioni se destaca pela excelência em cada detalhe. A higiene é uma prioridade total em sua cozinha. Cada doce é preparado em um ambiente impecável, garantindo a tranquilidade e a confiança de cada cliente.

A pontualidade é outro pilar de seu serviço. Os pedidos são entregues no prazo, frescos e prontos para serem apreciados. Esse compromisso com o cliente reflete a seriedade e o profissionalismo que Cássia dedica ao seu ofício.

E para completar a experiência perfeita, a alta qualidade de seus doces é oferecida a um preço acessível. Cássia acredita que todos devem ter a chance de sentir a alegria genuína que um doce feito com paixão e carinho pode proporcionar.

Com Cássia Biaggioni, saborear um doce é uma experiência completa: ela nutre não só o corpo, mas também a alma, satisfazendo a vontade e provando que a verdadeira doçura está na união do talento culinário com a paixão e o profissionalismo. Seus doces são mais do que uma sobremesa; são uma celebração do sabor, da arte e da felicidade.



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

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

Dezembro Vermelho

A Revolução Silenciosa: Da Sentença à Esperança, os Novos Horizontes do HIV no Brasil



Quando dezembro chega, o vermelho toma conta de edifícios públicos e laços simbólicos adornam peitos em todo o país. Instituído no Brasil pela Lei nº 13.504/2017, o "Dezembro Vermelho" marca uma mobilização nacional na luta contra o vírus da imunodeficiência humana (HIV) e a Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (Aids). Mas, para além da iluminação cénica e dos protocolos oficiais, este mês carrega o peso de uma história que precisa ser recontada e ressignificada anualmente.

Vivemos um paradoxo sanitário. Nunca tivemos tantas ferramentas para evitar, tratar e controlar o vírus. No entanto, o Brasil ainda regista milhares de novos casos anualmente, com uma concentração preocupante entre jovens. O Dezembro Vermelho não é apenas um lembrete para usar preservativo; é um chamado urgente para atualizar o "software" social com o qual encaramos a doença. A imagem aterrorizante de Cazuza ou Freddie Mercury nos anos 80 e 90 ficou no passado. Hoje, a face do HIV pode ser a de qualquer pessoa ao seu lado: saudável, ativa, trabalhadora e com uma expectativa de vida igual à de quem não tem o vírus.

Para entender a importância da campanha, é preciso olhar para os dados. O Ministério da Saúde estima que cerca de um milhão de pessoas vivam com HIV no Brasil. O dado mais inquietante, contudo, é o das "pessoas silenciosas": estima-se que mais de 100 mil brasileiros têm o vírus e não sabem. São homens e mulheres que, por medo do diagnóstico ou por uma falsa sensação de invulnerabilidade, não fazem o teste.

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

Essa lacuna no diagnóstico é o combustível da epidemia. Quem não sabe que tem o vírus não se trata e, consequentemente, pode transmiti-lo involuntariamente. O objetivo global da UNAIDS, conhecido como a meta 95-95-95, propõe que, até 2030, 95% das pessoas vivendo com HIV sejam diagnosticadas; que 95% dessas estejam em tratamento; e que 95% das pessoas em tratamento tenham a carga viral suprimida. O Brasil avança bem nas duas últimas pontas, mas ainda tropeça no primeiro degrau: o diagnóstico.

Da "Peste Gay" à Epidemia Generalizada

Historicamente, o estigma começou com o rótulo equivocado de "peste gay" ou "câncer gay" no início da década de 80. Essa associação errónea criou uma cicatriz profunda na sociedade, sugerindo que o HIV era um problema de "grupos de risco". Hoje, a medicina e a sociologia aboliram esse termo. Falamos em "comportamento de risco" e "populações-chave", mas a realidade biológica é implacável e democrática: o vírus não escolhe orientação sexual, género, classe social, raça ou religião.



Mulheres casadas em relacionamentos heterossexuais estáveis, idosos que redescobriram a vida sexual na terceira idade e jovens universitários compõem fatias significativas dos novos diagnósticos. O Dezembro Vermelho serve para quebrar a falsa segurança do "isso não acontece comigo". Acontece. E a ignorância é o maior fator de risco.

A Nova Era da Prevenção Combinada

Durante décadas, a prevenção resumiu-se a uma única palavra: camisinha. Embora o preservativo continue a ser uma barreira física insubstituível (protegendo também contra sífilis, gonorreia, HPV e outras infeções), a estratégia de combate ao HIV evoluiu para um conceito mais amplo e sofisticado: a "Prevenção Combinada".

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

Esta abordagem assemelha-se a uma "mandala" de opções, permitindo que cada indivíduo escolha o método que melhor se adapta ao seu estilo de vida e momento pessoal.
PrEP (Profilaxia Pré-Exposição): Uma verdadeira revolução. Trata-se de um medicamento tomado regularmente por pessoas que não têm o vírus, mas que estão expostas a maior risco. A PrEP cria uma barreira química no sangue, impedindo que o vírus se instale caso haja contacto. Disponível gratuitamente no SUS, é uma estratégia de empoderamento, especialmente para casais sorodiferentes (onde um tem HIV e o outro não).
PEP (Profilaxia Pós-Exposição): A "pílula do dia seguinte" do HIV. Em casos de falha do preservativo, rutura ou violência sexual, a pessoa tem até 72 horas (idealmente nas duas primeiras horas) para iniciar um ciclo de 28 dias de medicação que pode impedir a infeção. É uma corrida contra o tempo que salva vidas.

Indetectável = Intransmissível (I = I)
Se tivéssemos de escolher apenas uma informação para estampar em outdoors por todo o país, seria esta equação: I = I.
Estudos científicos massivos, como o Partner 1 e Partner 2, acompanharam milhares de casais sorodiferentes que tiveram relações sexuais sem preservativo durante anos. O resultado foi zero transmissões nos casos onde o parceiro com HIV estava em tratamento eficaz.
Conclusão científica: Uma pessoa vivendo com HIV, que toma a sua medicação regularmente e mantém a carga viral "indetectável" (quantidade de vírus tão baixa que os exames padrão não contam) por mais de seis meses, não transmite o vírus sexualmente.
O impacto disto é monumental. O "I = I" desmonta a base do preconceito. Ele devolve a quem vive com HIV a possibilidade de amar sem medo, de ter filhos naturalmente e de se relacionar sem se sentir uma "ameaça". O tratamento, portanto, não é apenas para a saúde individual do paciente; é a forma mais eficaz de prevenção coletiva. Tratar é prevenir.



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

A Evolução dos Antirretrovirais

Longe vão os tempos do "coquetel" tóxico, que exigia dezenas de comprimidos e causava lipodistrofia (alteração na distribuição de gordura corporal) ou diarreias constantes. A farmacologia moderna desenvolveu drogas de altíssima potência e baixa toxicidade. Hoje, muitos pacientes controlam o HIV com apenas um ou dois comprimidos ao dia, com efeitos colaterais mínimos ou inexistentes. O dolutegravir, por exemplo, atual carro-chefe do tratamento no Brasil, é considerado um dos melhores medicamentos do mundo, oferecido gratuitamente pelo SUS.

O Vírus Social: Estigma e Discriminação

Se a medicina resolveu a parte biológica, a sociedade ainda falha na parte humana. O medo da "morte civil" — a exclusão social, a demissão silenciosa, o afastamento de amigos e família — é frequentemente maior do que o medo da doença. Este fenómeno tem nome: sorofobia.

Relatos de consultório mostram que o momento do diagnóstico ainda é vivido como um luto. Não pela saúde, mas pela identidade. "Quem vai me querer agora?", "Como vou contar aos meus pais?". O estigma mata. Ele mata quando um jovem deixa de ir buscar o resultado do exame por vergonha de ser visto no Centro de Testagem. Ele mata quando um paciente abandona o tratamento porque tem medo que os colegas de trabalho descubram os remédios na sua bolsa.

O Dezembro Vermelho precisa ser, acima de tudo, um exercício de empatia. O HIV é uma condição crónica, como a diabetes ou a hipertensão. Exige cuidados diários, mas não define o carácter nem a capacidade de ninguém.

Há um fenómeno geracional preocupante. Os jovens que nasceram após os anos 2000 não viram os seus ídolos morrerem de Aids. Para eles, o HIV é uma doença "que tem remédio". Essa banalização, somada à facilidade dos aplicativos de encontros e à baixa perceção de risco, tem causado um aumento de casos na faixa dos 15 aos 24 anos.

A comunicação com este público falha quando adota um tom moralista. O jovem não quer ouvir "não faça". Ele precisa de informação sobre "como fazer com segurança". Falar de prazer, de sexualidade fluida e de redução de danos é mais eficaz do que a velha tática do amedrontamento. A educação sexual nas escolas, constantemente atacada por viés ideológico, é uma ferramenta de saúde pública que precisa ser retomada com urgência.

Do outro lado da pirâmide, temos um fenómeno inédito e positivo: a primeira geração de pessoas envelhecendo com HIV. Graças ao sucesso do tratamento, pessoas diagnosticadas nos anos 90 estão a chegar aos 60, 70 anos. Isso traz novos desafios para o sistema de saúde.

A geriatria brasileira começa a adaptar-se para receber estes pacientes, que provam, com os seus cabelos brancos, a vitória da ciência sobre a morte prematura. Eles são os sobreviventes de uma guerra, e merecem um cuidado integral que olhe para além da contagem de CD4.

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

O Horizonte da Cura e Novas Tecnologias

O mundo científico nunca parou de procurar a cura. Existem dois caminhos principais sendo trilhados: a cura esterilizante (eliminar totalmente o vírus do corpo) e a cura funcional (o corpo controla o vírus sem precisar de remédios, embora ele ainda esteja lá dormente). Casos isolados, como o "Paciente de Londres" ou o "Paciente de Berlim", que se curaram após transplantes de medula óssea complexos, acendem luzes de esperança, embora esses procedimentos não sejam replicáveis em massa devido ao alto risco.

No horizonte mais próximo, a grande novidade são os injetáveis de longa duração. Já aprovados em alguns países e em análise no Brasil, esses medicamentos (como o cabotegravir) permitem que o tratamento oral diário seja substituído por uma injeção a cada dois meses. Isso promete revolucionar a adesão, tirando do paciente a obrigação de lembrar do comprimido todos os dias e oferecendo mais privacidade.

Cidadania Positiva

O Brasil possui uma legislação robusta de proteção. Pessoas vivendo com HIV podem sacar o FGTS, têm isenção de imposto de renda sobre aposentadoria (em certos casos) e, crucialmente, são protegidas contra demissão discriminatória. Exigir teste de HIV em exames admissionais é crime. O sigilo médico é sagrado. Conhecer esses direitos é parte da terapia, pois garante a segurança material necessária para manter a saúde.

A luta não é só do governo. O mundo corporativo tem acordado para a pauta através das iniciativas de ESG (Governança Ambiental, Social e Corporativa). Empresas que promovem palestras no Dezembro Vermelho, que acolhem funcionários sem preconceito e que apoiam projetos sociais fazem a diferença.

As ONGs, historicamente a ponta de lança dessa batalha, continuam a fazer o trabalho de formiga: ir onde o Estado não chega, acolher a população de rua, as travestis, os usuários de drogas, oferecendo testagem e, acima de tudo, dignidade.

O Fim da Epidemia Começa em Nós

a mensagem final é clara: a tecnologia existe, os remédios existem, a rede de apoio existe. O que falta para acabarmos com a epidemia de Aids? Falta que cada um de nós faça a sua parte.

Fazer a sua parte é fazer o teste, sem medo. É conversar com os filhos sem tabus. É não fazer a piada preconceituosa no bar. É acolher o amigo que revela a sua sorologia com um abraço, e não com um olhar de pena.

O laço vermelho na lapela é bonito, mas a atitude inclusiva no dia a dia é o que realmente transforma. Que este Dezembro Vermelho não seja apenas mais um mês no calendário, mas o momento em que decidimos, coletivamente, que nenhuma vida vale menos e que o vírus do preconceito não terá mais hospedeiros entre nós.

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



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

VOLPE
VEÍCULOS

www.volpeveiculos.com.br

VOLPE VEÍCULOS: Padrão de excelência em seminovos e usados.
Há anos em Campinas,
a escolha inteligente.

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

www.editorahr.com.br/HR Magazine



Avenida José Bonifácio, 342
Jd. Flamboyant - Campinas - SP



Cópia Gratuita

Trilhos de Ouro: A Saga da Companhia Paulista de Estradas de Ferro

A Companhia Paulista de Estradas de Ferro, fundada há mais de 150 anos, não apenas transportou cargas e passageiros; ela moldou o mapa, a economia e a identidade do estado de São Paulo. De Jundiaí ao sertão paulista, seus trilhos representaram a espinha dorsal do progresso. Conheça a história da "Paulista", um símbolo de eficiência e inovação que deixou marcas indeléveis na memória ferroviária brasileira.



A Companhia Paulista de Estradas de Ferro (CPEF) nasceu em 1868, no Pátio do Colégio, em São Paulo, por iniciativa de fazendeiros do café e negociantes. O objetivo inicial era estender os trilhos da São Paulo Railway (SPR), que ligava o Porto de Santos a Jundiaí, até Campinas, coração da produção cafeeira.

* 1870: Início da construção.
* 1872: O primeiro trem inaugural circula no trecho entre Jundiaí e Campinas.

A CPEF rapidamente se destacou por sua gestão eficiente e padrão de qualidade, algo incomum para a época. A busca por autonomia tecnológica e a preocupação com a pontualidade eram marcas registradas, fazendo com que o povo dissesse que se podia "acertar o relógio" na chegada dos seus trens.

O papel da Paulista na economia paulista e brasileira foi central. A ferrovia não apenas facilitou o escoamento da principal riqueza do país, o café, para o porto, mas também impulsionou a marcha para o oeste do estado.

* Indutora de Cidades: A ferrovia frequentemente se adiantava à produção do café, sendo responsável pela fundação de inúmeras cidades e vilas ferroviárias em seu entorno, estruturando o território paulista.
* Capacidade de Investimento: A CPEF possuía alto capital e utilizou a estratégia de expansão através da compra e fusão de outras companhias, como a Estrada de Ferro Rio Claro em 1892, garantindo sua lucratividade e consolidando seu monopólio regional.
* Pioneirismo Tecnológico: Foi a primeira no Brasil a utilizar a tração elétrica (a partir de 1922) e a introduzir carros-restaurante e vagões de luxo (tipo pullman), elevando o nível do transporte de passageiros.

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

Vantagens e Inovação: O Selo de Qualidade Paulista

A excelência da CPEF era resultado de uma série de inovações e práticas de gestão que a colocavam entre as melhores ferrovias do mundo.

Vantagens

* Padrão de Qualidade: Pontualidade, manutenção rigorosa e ótimo atendimento.
* Autonomia: Grande capacidade de construir e manter seu próprio material rodante e maquinismos em suas oficinas.
* Formação de Mão de Obra: Foi pioneira ao criar a Escola para Aprendizes (1901) e o Centro Ferroviário de Ensino e Seleção Profissional (1934), qualificando seus trabalhadores, em muitos casos, dando preferência aos filhos de ferroviários.
* Sustentabilidade (Precursora): Foi pioneira em reflorestamento, criando hortos florestais (o primeiro em Jundiaí) para produzir a madeira necessária para dormentes e lenha para as locomotivas a vapor.

Desvantagens e o Início do Declínio

Apesar de sua excelência, a Paulista também enfrentou desafios que, somados a políticas nacionais, acabaram por minar sua operação privada.

Desvantagens/Desafios

* Concorrência Rodoviária: A partir de meados do século XX, a política de transporte federal priorizou o modal rodoviário, resultando em menor investimento e concorrência acirrada com os caminhões, especialmente no transporte de combustíveis e cargas.
* Endividamento: O sucateamento do parque ferroviário nacional e o alto endividamento do setor afetaram a Paulista, apesar de sua relativa saúde financeira.
* Conflitos Trabalhistas: Na década de 1960, a exacerbação dos conflitos entre a diretoria e o sindicato, com uma série de greves por melhores condições e salários, foi o estopim para a intervenção estatal.

Empregos, Sociedade e a Família Ferroviária

A CPEF foi uma das maiores empregadoras do estado, e a carreira de ferroviário era sinônimo de orgulho, status social e estabilidade.

* Criação de Empregos: Iniciando com 45 funcionários em 1872, o quadro cresceu exponencialmente. A Companhia formou e qualificou milhares de trabalhadores, desde operários e maquinistas até engenheiros e técnicos de ponta.
* Vilas Ferroviárias: A empresa construía vilas ferroviárias ao lado das estações e oficinas, criando um universo social e físico único. As casas passavam de geração para geração, reforçando o conceito de "família ferroviária".
* Apoio Social: A própria iniciativa dos ferroviários levou à criação de instituições como o Grêmio Recreativo (1900) e a Associação Protetora das Famílias dos Empregados (1904), provendo segurança e lazer.

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



A história da Paulista é rica em detalhes que ilustram seu impacto cultural e social.

* O Horto Florestal: O engenheiro agrônomo Edmundo Navarro de Andrade instalou o primeiro Horto Florestal em Jundiaí, com a CPEF chegando a ter 18 hortos. Seu objetivo era produzir eucalipto para ser usado como lenha e dormentes nas vias, mostrando uma visão de longo prazo sobre o suprimento de matéria-prima.

* Time de Futebol: O Companhia Paulista Futebol Clube, fundado em 1913 no pátio de manobras de Jundiaí, era um reflexo da forte identidade ferroviária.

* Exclusão Racial: Embora contratasse preferencialmente brasileiros e não discriminasse por nacionalidade, a política de contratação, na prática, tendia a excluir negros e pardos dos cargos de maior qualificação e salário, refletindo a estrutura social da época.

O destino da Companhia Paulista, a última grande ferrovia privada em operação, foi selado em um contexto de crise do setor e de crescente intervenção estatal.

* 1961: A Estatização: Em meio à crise econômica e ao impasse com os trabalhadores, a empresa foi estatizada pelo governo do estado de São Paulo, pondo fim à gestão privada.

* 1971: A FEPASA: Dez anos depois, a CPEF foi oficialmente incorporada à recém-criada Ferrovia Paulista S.A. (FEPASA), juntamente com a Mogiana e a Sorocabana. A FEPASA, por sua vez, foi extinta e teve seus ativos incorporados à Rede Ferroviária Federal S.A. (RFFSA), e hoje parte da malha está sob concessão privada (como a Rumo Logística) e outra parte é operada pela CPTM (Companhia Paulista de Trens Metropolitanos) em serviços urbanos.

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

A Companhia Paulista de Estradas de Ferro, embora extinta há décadas, permanece viva na memória, no patrimônio e na infraestrutura do estado.

* O Patrimônio Preservado: Muitas estações ferroviárias da antiga CPEF, como a de Jundiaí (sede do Museu da Companhia Paulista) e Campinas, foram tombadas pelo Condephaat e se tornaram importantes bens culturais e lugares de memória. A refuncionalização dessas estações para novos usos (culturais, comerciais ou de transporte moderno) é uma estratégia para garantir sua preservação.

* A Infraestrutura Atual: A antiga malha da Paulista ainda é fundamental para o transporte de cargas (soja, açúcar, celulose) no interior de São Paulo sob concessão, e o trecho de Jundiaí a Campinas continua sendo um dos corredores logísticos mais importantes do país.

* 2025: Revitalização e Memória: O espírito de excelência e pioneirismo da Paulista inspira os projetos de modernização e expansão do modal ferroviário no Brasil. A preservação da memória ferroviária, garantida por lei (Lei n.º 11.483/2007), mantém a história da CPEF acessível para as novas gerações.

A CPEF não é apenas uma história do passado, é a fundação sobre a qual grande parte do desenvolvimento e da pujança do estado de São Paulo foi construída.

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

Músicas Inesquecíveis

"TIRO AO ÁLVARO": A SUTILEZA DE ADONIRAN

No panteão dos maiores cronistas de São Paulo, o nome de Adoniran Barbosa brilha com uma luz única. Seus sambas, repletos de humor, poesia e a genuína fala do paulistano humilde, são verdadeiras paisagens sonoras da metrópole. E entre elas, uma canção se destaca pela sagacidade da composição e pela história de superação da censura: "Tiro ao Álvaro" (1960), em parceria com Oswaldo Moles.

O Troféu da Paixão e o Trocadilho Gênial

À primeira vista, "Tiro ao Álvaro" é uma declaração de amor sofrida, mas leve. O eu lírico lamenta que seu peito, de tanto levar "frechada do teu olhar", se parece com uma "táubua de tiro ao álvaro, não tem mais onde furar".

A genialidade de Adoniran reside em transformar o sofrimento amoroso em uma imagem visual forte e popular. O olhar da amada é mais perigoso que "bala de carabina", "veneno estriquinina" e até "atropelamento de automover", tudo com a ironia e o exagero típicos do samba.

A História por Trás da "Táubua"

A canção, porém, carrega uma camada de crítica social e uma dose de resistência. Composta em um período da ditadura militar brasileira (embora só tenha sido lançada e ganho notoriedade anos depois, principalmente na gravação de 1980 com Elis Regina), o título original, "Tiro ao Alvo", foi alterado.

- O Ato de Gênial: Adoniran, para evitar problemas com os censores, que consideravam "alvos" todos aqueles que se opunham ao regime, substituiu o termo pelo nome próprio "Álvaro". O trocadilho sutil camuflou a referência, permitindo que a música sobrevivesse.
- O Motivo da Censura: Ironicamente, a música foi censurada mesmo assim, não pelo seu subtexto político, mas pela linguagem. Os censores consideraram de "mau gosto" e "marginal" a grafia e a pronúncia que Adoniran fielmente retratava: "frechada", "tauba", "automover" e "revorve".

Adoniran Barbosa, o "filósofo da contramão", elevava a fala popular, com seus desvios gramaticais e sotaque ítalo-paulistano, à categoria de arte. A censura tentava impor a norma culta, mas o compositor defendia a autenticidade do seu povo.

O Encontro de Gigantes

O reconhecimento definitivo de "Tiro ao Álvaro" veio em 1980, no icônico álbum Elis, quando Elis Regina, a Pimentinha, convidou o sambista para cantá-la em um dueto memorável. O encontro entre a voz grave e coloquial de Adoniran e a potência técnica e moderna de Elis selou a canção como um clássico inquestionável da Música Popular Brasileira (MPB).

Hoje, a canção não é apenas um samba, mas um documento cultural que celebra a beleza da linguagem popular e a arte da dissimulação criativa.

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

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

"Goodbye Yellow Brick Road"

Em 1973, Elton John e seu parceiro lírico Bernie Taupin estavam no auge. E foi justamente nesse pico de fama e fortuna que eles criaram uma das canções mais melancólicas e introspectivas da história do rock: "Goodbye Yellow Brick Road".

Mais do que uma simples balada, a faixa-título do álbum homônimo é uma poderosa metáfora sobre a ambição, a desilusão e o desejo de voltar para casa, longe do brilho ofuscante do estrelato.

A Inspiração em Oz e o Significado Oculto

O título e o conceito central da música são uma referência direta ao clássico filme O Mágico de Oz. A Estrada de Tijolos Amarelos (Yellow Brick Road) simboliza a promessa de sucesso, riqueza e fama, o caminho que todos em busca de glória devem seguir até a cidade esmeralda. Contudo, na canção, o narrador não está indo em direção a essa estrada, ele está dizendo adeus a ela.

O letrista Bernie Taupin, que se sentia ambivalente em relação à opulência e ao caos da vida de rockstar, escreveu a letra como um desabafo pessoal. Ele expressa o desejo de trocar a "cadillac do milionário" e a vida de "princesa de contos de fadas" pela simplicidade das suas raízes, a vida pacata da "fazenda".

“Eu não me importo de sair e fazer o que todo mundo está fazendo, mas sempre precisei ter uma saída de emergência.” — Bernie Taupin, sobre o tema da canção.

A música fala com clareza sobre o cansaço do sucesso e a busca por autenticidade. É uma reflexão sobre a vaidade da vida de celebridade, onde o luxo pode se tornar uma prisão dourada.

A **Magia de Elton John ao Piano**

Musicalmente, "Goodbye Yellow Brick Road" é uma obra-prima que demonstra a versatilidade de Elton John. A canção começa com uma intro atmosférica, quase de conto de fadas, sustentada pelo piano elegante e vocalizações suaves.

A performance de Elton ao piano é rica e emotiva, combinando a sensibilidade de uma balada pop com a sofisticação de uma composição clássica. O arranjo de cordas, dramático e cinematográfico, reforça o tom épico da despedida.

Lançada em um momento em que a dupla Elton/Taupin estava experimentando com diversos gêneros musicais (o álbum contém desde glam rock até pop mais suave), esta faixa se destaca como o centro emocional do disco.

Um Hino Atemporal de Desconexão

"Goodbye Yellow Brick Road" tornou-se um dos maiores sucessos da dupla e permanece um hino atemporal para qualquer pessoa que já se sentiu sobrecarregada pelas expectativas do mundo moderno. A canção nos lembra que a verdadeira felicidade, muitas vezes, não está no final da estrada mais brilhante, mas sim na coragem de abandoná-la e encontrar o caminho de volta para casa.

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



Cópia não autorizada. Reprodução parcial ou total é proibida por lei.

Sua identidade
(Mauro Antonio)

Quando foi o último livro que você leu?
Do que leu o quanto entendeu?
Do que entendeu o que pôs em prática?
Dessa prática o quanto está na sua fala?

Este poema foi o algoritmo que lhe trouxe
Ou por acidente caiu no seu feed como post?
Dos seus melhores influencers
Qual deles traz liberdade ou prende?

Você consegue ficar fora do mundo digital
Ou sente tão ruim que dá ansiedade
A ponto de nada aproveitar com intensidade?

Que papel você exerce no seu natural
Que lhe faz sentir, ser uma pessoa legal?
Sem internet você sabe sua identidade?

feradapoesia.blogspot.com

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

MINI BIOGRAFIA

Mauro Antônio, um autor em Betim, Minas Gerais, Brasil, de 60 anos de idade.

Livros Publicados:
"Banco" (2019) - Ed. Koinonia - MG - Clube do Livro Frutificando - RJ.
"Namastê" (2013) - Editora Protexto - PR.
"Cisne negro" (1992) - Grupo Scortecci - SP.
"Simples poesia" (1990) - Grupo Scortecci - SP.
Participações: Desde 1989, Mauro Antônio participa de Antologias.
Autor do blog:
feradapoesia.blogspot.com.





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

www.editorahr.com | HR Magazine
ww | HR Magazine



Se você gostou envie um pix para Editora HR - 51.712.559/0001-85 e sugestões para: **contato.hreditora@gmail.com.** Será muito bem vindo!

Drama Nível 1000%



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

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

Reencontro com seus tutores



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

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

Amizade entre crianças e Pets

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



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

O Instinto de Proteção



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



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

Reflexões

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

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



seção **SAÚDE E BEM ESTAR**



Provocações: A Linguagem Oculta dos Relacionamentos Humanos

Por Maristela Pozitano

Viver em sociedade é conviver com uma complexa trama de emoções, expectativas e projeções. Embora desejemos paz, harmonia e relações equilibradas, a verdade é que grande parte dos conflitos que experienciamos nasce em pequenos gestos, muitas vezes inconscientes: as provocações. Provocar não é apenas um ato impulsivo; é uma linguagem. Uma forma de comunicar dor, carência, medo, desejo de controle ou necessidade de reconhecimento. Quando compreendemos o que está por trás desse comportamento, tanto no outro quanto em nós, ampliamos nossa consciência e criamos novas possibilidades de convivência. Pensando sobre as origens da provocação, suas expressões, seus efeitos nas relações e caminhos possíveis para responder com maturidade, evitando que pequenos atritos se tornem grandes rupturas. Chego a algumas reflexões.

A Vida Pulsante e a Consciência de Si

Refletir sobre a nossa existência é perceber que a vida pulsa em tudo: no que sentimos, nas relações que construímos, nas reações que damos e recebemos. No entanto, atravessamos nossos dias alimentando conflitos intermináveis, querendo moldar o outro conforme nossas expectativas. Nesse esforço contínuo de controle, muitas vezes nos distanciamos de nós mesmos, de nossa essência. A busca por dominar o comportamento alheio revela, com frequência, a incapacidade de sermos quem desejamos ser. É um movimento paradoxal: controlar o outro para fugir de nós. Por isso, torna-se fundamental exercitar o papel de observador interno: perceber o que emanamos, como pensamos, como reagimos e como nos comportamos, especialmente quando somos provocados.



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

O Que São Provocações?

Provocações não são meras irritações do cotidiano; são manifestações de conflitos internos ainda não elaborados. São respostas desordenadas a algo que habita profundamente a pessoa que provoca.
Muitos provocam como forma de serem vistos. Mesmo uma reação negativa pode ser melhor que a invisibilidade emocional. A criança que incomoda para ganhar atenção expressa essa lógica. O adulto que aprendeu essa linguagem segue repetindo o padrão. Outros provocam como mecanismo de proteção. Temem ser descobertos em sua fragilidade. Ao atacar primeiro, sentem que controlam a situação.

O impacto das relações familiares

Um exemplo marcante é o de um garoto cujo pai só demonstrava presença por meio de agressões. O menino preferia um tapa à indiferença. A provocação, nesse contexto, torna-se um pedido desesperado por conexão.

Hierarquia e poder

Há provocações que são estratégias de manutenção de poder. Elas ocorrem em ambientes familiares, profissionais e institucionais. Provocar o mais fraco pode ser a forma mais primitiva de esconder uma insegurança não assumida.

Identidade construída no enfrentamento

Há pessoas que afirmam, orgulhosamente, que “não mudam por ninguém”. A provocação aqui funciona como reafirmação de identidade, uma identidade rígida, defensiva, muitas vezes construída para sobreviver a dores passadas.

Provocação aprendida por convivência

“Mimetizamos comportamentos.” O que vemos, fazemos. O que vivenciamos, repetimos. Crianças aprendem por observação “O que a criança vê, a criança faz”. Adultos também. Em tempos de redes sociais, comportamentos agressivos são reproduzidos sem filtro, contaminando relações do cotidiano.

Quando Crescer Não Foi Suficiente

Durante a infância e a adolescência, testar limites faz parte do processo de individuação. No entanto, quando esse comportamento se prolonga pela vida adulta, surgem desafios significativos nos relacionamentos.
Muitos adultos continuam a provocar como se ainda buscassem afirmar identidade, território, pertencimento. Esses padrões, geralmente, estão ligados a inseguranças não trabalhadas, experiências traumáticas ou carências afetivas profundas. A dificuldade de adultecer, de assumir responsabilidades emocionais, leva muitas pessoas a permanecerem presas a comportamentos desajustados e inadequados, gerando conflitos repetitivos. A terapia, nesse contexto, torna-se uma ferramenta fundamental para reorganizar o mundo interno e estabelecer novas dinâmicas de convivência.

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

A Raiz Emocional da Provocação

A raiva, a frustração e a dor emocional são frequentemente expressas por meio das provocações. Muitas pessoas, incapazes de lidar com suas emoções, escolhem provocar para não se sentirem sozinhas em sua própria dor. A lógica é simples, embora inconsciente: se eu sofro, que o outro também sinta algo. Quando não reconhecemos nossos sentimentos, outras pessoas se tornam alvo e espelho daquilo que evitamos sentir.

O Poder da Escolha Consciente

Diante de provocações, temos sempre duas opções: responder ou reagir.
Reagir é automático, responder é consciente.
Para transformar relações, precisamos aprender a responder com clareza, assertividade e equilíbrio emocional.
Abaixo, algumas diretrizes importantes:
Mantenha o equilíbrio diante de uma provocação e responda com calma; não seja impulsivo.
Estabeleça limites claros. É saudável em qualquer relação, onde o respeito deve ser recíproco.
Entenda o que pode estar por trás da provocação, perguntando o que a pessoa espera de você.
Responda sempre de forma assertiva e propositiva, validando o que a pessoa está sentindo. Deixe claro que você entende que algo a está ferindo e pergunte o que ela espera que você faça para que fique bem. Validar o sentimento do outro não significa concordar com suas atitudes.
Provocações podem revelar sintomas de problemas mais profundos, como depressão, ansiedade, transtornos de personalidade ou traumas. Você só tem controle sobre o seu comportamento. Portanto, agir ou reagir à provocação é uma escolha sua.
Somos todos vulneráveis e passíveis de perder o controle, mas, se nos esforçarmos na busca de autoconhecimento, saberemos como enfrentar cada situação que se apresentar.
Tudo bem se precisar de terapia. Só quem se conhece consegue se sustentar emocionalmente em qualquer situação. Toda mudança precisa de uma vontade firme e coragem.

A Paz Começa Dentro

A convivência humana é um campo de aprendizados permanentes. Provocações, embora desconfortáveis, podem se tornar mensageiras de algo que precisa ser visto em nós ou no outro. Ampliar a consciência, reconhecer padrões e agir de maneira mais responsável nos coloca no caminho da paz. A paz que desejamos no mundo nasce primeiro dentro de nós. Responder com maturidade é um gesto de coragem. Promover ações positivas, antes de qualquer outra coisa, é uma escolha diária. Que possamos, nessa grande jornada humana, transformar provocações em oportunidades de entendimento, crescimento e, sobretudo, de construção de relações mais saudáveis e compassivas. Que neste Natal ao estarem com suas famílias, seja despertado em cada um à sua mais gentil forma de ser, fazendo com que os ensinamentos de Jesus participem de sua ceia.

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

Mini Bio

Comendadora da Paz Madre Tereza de Cálcutá,
Embaixadora Literária pelo Institut Cultive Suisse BrésiL/Genebra;
Notório Saber em Cultura de Paz Comunicação Não Violenta.
Mediadora de Conflitos e Educadora Social
Membro da Academia de Letras do Brasil – Pernambuco
Formação em radialismo e comunicação,
Escritora infanto juvenil desde 1999,
livros trabalhados pelas redes públicas de educação de Maceió, ESMAL - Escola Superior de
Magistratura de Alagoas através do “programa cidadania e justiça nas escolas”, Ong’s e escolas
particulares em outras cidades.
Livros lançados nas últimas 07 (sete)
edições da “Bienal Internacional do Livro em Alagoas” (desde 2009);
Livros lançados na Feira do Livro de Genebra (2024)
Artigos publicados mensalmente na revista virtual HR Magazine que corre o mundo.



“Idealizadora e apresentadora do “Programa Trilha Social” exibido na TV
Assembleia de Alagoas, há 16 anos.
Título de Mulher Evidência – Pernambuco
Título de Cidadã Maceioense
Compositora com músicas gravadas por Santana “o cantador”, Altemar Dutra Junior, Márcia Porto, saudoso Zé Mocó, chameguinho, Marlon Rossi.
Idealizadora e compositora das músicas
dos vídeos clipes “Desarme-se em busca de paz”
e “Esquecidos”
Formação em constelação familiar,
pensamento sistêmico complexo, constelação estrutural e coaching sistémico, terapeuta integrativa, tanatóloga, mestra em Reiki, cromoterapêuta, reflexologista e coach em bem estar nos últimos 30 anos.
Fundadora e atual Diretora Executiva
da ONG Maceió Voluntário, que desenvolve trabalhos voltados ao fortalecimento e introdução do voluntariado, através de uma cultura pela paz e valores humanos há mais de 22 anos.

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

5 de dezembro – Dia nacional da Acessibilidade

Por Dra. Cláudia Araújo

A acessibilidade garante a melhoria de qualidade de vida para todas as pessoas, com ou sem deficiência. Uma sociedade inclusiva, rompe preconceitos, discriminações e barreiras arquitetônicas, de comunicação e comportamentais. Todos os cidadãos são iguais e merecem as mesmas oportunidades, independente da condição física, sensorial ou intelectual.

O manual da Associação Brasileira de Normas Técnicas- ABNT 9050, tem como foco a acessibilidade em projetos, construções, instalações e adaptação de edificações. Visa garantir acessibilidade em edificações multifamiliares, empresas, reserva de espaços e assentos em teatros, cinemas, auditórios, estádios, ginásios de esporte, locais de espetáculos, de conferências e similares para pessoas com deficiência, estabelece inclusive um percentual de dormitórios acessíveis em empreendimentos de hospedagem.

Muito há a ser feito em nosso país. É prioridade cuidar das calçadas que muitas vezes não permitem que um cego caminhe ou que um deficiente físico transite em cadeiras de rodas, dificultando até mesmo o transporte de um carrinho de bebê.

Acessibilidade é garantir a autonomia e melhoria de qualidade de vida para todas as pessoas, com ou sem deficiência, oferecendo oportunidade para todos.

Garantir a isonomia de direitos inclui garantir educação para todos. Dessa forma, é fundamental ressaltar que o Decreto Lei 12686, de 21 de outubro de 2025, que tramita no parlamento brasileiro e visa tornar obrigatória a matrícula de alunos especiais em escolas regulares, tolhendo a liberdade de escolha das famílias e sobretudo da pessoa com necessidade especial é um processo de **exclusão.**

Garantir escolas e instituições especializadas para oferecer o melhor desenvolvimento de pessoas com deficiências é fundamental para que elas possam participar do ambiente social, com as mesmas oportunidades, independente da condição física, sensorial ou intelectual. Assim como, é também prioridade que as pessoas com necessidades especiais tenham acesso a todo e qualquer ambiente, escolas, instituições, locais de lazer, com direito inclusive de empregabilidade.

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

Para você que quer saber mais, visite https://loja.grupocrescersaude.com/





Mini Bio

Cláudia Araújo, 66 anos, mãe, avó, mais de 40 anos dedicados a promoção da saúde.
Atendeu mais de 500 mil pessoas em 35 anos de emergência em pediatria, médica homeopata, terapeuta holística, escritora.
Membro do IHMdoBrasil - Instituto de Homeopatia e Mesmerismo do Brasil, Associada da AJEB-RJ - Associação de Jornalista e Escritoras do Brasil, Membro da Confraria Brasil.
Autora de “Crie Saúde & Sabedoria”. Com Joana D’Arc Lage construiu a Coletânea PES - Poesia, Educação & Saúde, com 11 livros. Coautora nos livros "Conexões de Mentes, Corações e Negócios", "Gladiadores de Vendas", "Estação Aedos", “A mulher no Mundo”, “MMMulheres Reais- Aprimorando a si próprias”. Colunista do Jornal Papo de Artista, Bahia e da HR Magazine, revista mensal de distribuição nos 5 continentes.
CEO da CRESCER SAÚDE, empresa dedicada a ajudar pessoas através de Tele Assistência Médica e educação continuada em PREVENÇÃO de doenças, acidentes e valorização da vida.
Com o propósito de conscientização da responsabilidade individual e coletiva na promoção da saúde.
Tem como princípio que “A arte da medicina está em inspirar as pessoas ao hábito de PREVENÇÃO de doenças, acidentes e valorização da vida, com autorresponsabilidade e Gratidão”

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



seção **VIAGEM E TURISMO**



"Mais do que uma passagem, presenteie um novo horizonte."

Cansado(a) de meias, perfumes e eletrônicos que serão esquecidos em janeiro? Neste Natal, a verdadeira luxo não é material, é a experiência. Que tal trocar o embrulho de papel por uma passagem de avião e o laço por um horizonte inesquecível?

Uma viagem oferecida como presente de Natal transcende o ato de presentear. É uma promessa de aventura, uma pausa merecida e um investimento em memórias que durarão muito mais do que qualquer objeto.

Por Que Presentear com uma Viagem?

- **Memórias, Não Coisas:** Estudos mostram que as pessoas valorizam mais as experiências do que os bens materiais. Dar uma viagem é dar tempo de qualidade, novas perspectivas e histórias para contar.
- **Antecipação é Metade da Diversão:** O presente não começa na partida, mas no momento em que a passagem é revelada. A emoção de planejar, pesquisar atrações e imaginar o destino prolonga a alegria do Natal por meses.
- **Para Todos os Amados:** Seja para um casal em busca de uma lua de mel tardia, para uma família que precisa se reconectar na Lapônia, ou para um aventureiro que sonha com o trekking na Patagônia, há um destino que se encaixa perfeitamente.

Como Tornar a Revelação Inesquecível

- A Pista Congelada (Inverno): Embale um boneco de neve em miniatura e coloque um vale-presente dentro dele com a frase: "Prepare-se para ver o original em Nova York!".

- O Kit de Sobrevivência (Praia): Entregue uma caixa cheia de protetor solar, um óculos de sol novo e um mapa do destino escondido no fundo, indicando uma fuga para a Tailândia ou Nordeste brasileiro.

- A Caixa de Sentidos (Cultural): Presenteie a pessoa com um guia de conversação, um livro sobre a história local e um ingrediente típico, como um azeite italiano, revelando a viagem à Toscana.

Neste ano, deixe que o espírito natalino leve seus entes queridos para longe. Dê o presente da descoberta, da tranquilidade e da alegria de um mundo novo. O presente que não cabe na embalagem é, sem dúvida, o mais valioso de todos.

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



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

PATAGÔNIA: O VERÃO NO FIM DO MUNDO

Se você busca uma viagem que combine paisagens de tirar o fôlego, a sensação de estar no fim do mundo e a promessa de uma aventura genuína, a Patagônia é o seu destino. Esta vasta e mística região, compartilhada por Argentina e Chile, é um santuário de geleiras monumentais, picos de granito desafiadores e vida selvagem austral.

Dezembro: A Patagônia em Pleno Verão

Para o público do Hemisfério Sul, dezembro é a época perfeita para visitar a Patagônia. É o início do verão e, consequentemente, a alta temporada para o turismo. Isso significa:

Dias Longos: O sol brilha por muito mais tempo. Em Ushuaia, por exemplo, o dia pode ter mais de 16 horas de luz natural, permitindo que você aproveite os passeios até tarde da noite.

Melhores Condições para Trekking: As trilhas estão majoritamente abertas (especialmente em El Chaltén), oferecendo as melhores condições para explorar parques como o Torres del Paine (Chile) e o Los Glaciares (Argentina).

Temperaturas Amenas: As médias ficam mais agradáveis (em torno de 10°C a 20°C), embora o famoso e intenso vento patagônico seja uma constante, exigindo sempre um bom casaco corta-vento.



Um roteiro completo pela Patagônia deve cobrir, pelo menos, estes três ícones:

1. Ushuaia, Argentina: O Fim do Mundo

Conhecida como a cidade mais austral do planeta, Ushuaia é o ponto de partida para a Antártida e oferece uma beleza única, onde montanhas nevadas se encontram com o mar.

Imperdível: Navegação pelo Canal de Beagle para avistar o Farol Les Éclaireurs e colônias de lobos-marinhos e pinguins (a temporada de pinguins é de setembro a março!).

Aventura: Explore o Parque Nacional Tierra del Fuego, seja de trem ou em trilhas que levam a vistas espetaculares da Baía Lapataia.

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

2. El Calafate, Argentina: A Capital dos Glaciares

Esta cidade é o portal para o espetáculo da natureza na sua forma mais grandiosa: as geleiras.

O Gigante de Gelo: O Glaciar Perito Moreno é a atração principal. Caminhar pelas passarelas em frente à imensa parede de gelo para testemunhar os estrondosos desprendimentos é uma experiência inesquecível.

Para os Mais Aventureiros: Faça o famoso Mini-Trekking (caminhada) sobre o gelo do próprio Glaciar Perito Moreno – uma reserva essencial para quem visita em dezembro!

3. El Chaltén, Argentina / Torres del Paine, Chile: O Paraíso do Trekking

Para quem ama colocar os pés na trilha, estas são as "capitais" mundiais da caminhada.

El Chaltén: Lar do majestoso Monte Fitz Roy, um pico de rocha icônico. As trilhas são autoguiadas e gratuitas, levando a lagoas glaciais como a Laguna de Los Tres e Laguna Torre.

Torres del Paine: No lado chileno, este parque oferece um circuito de trekking mundialmente famoso, com destaque para as três torres de granito.



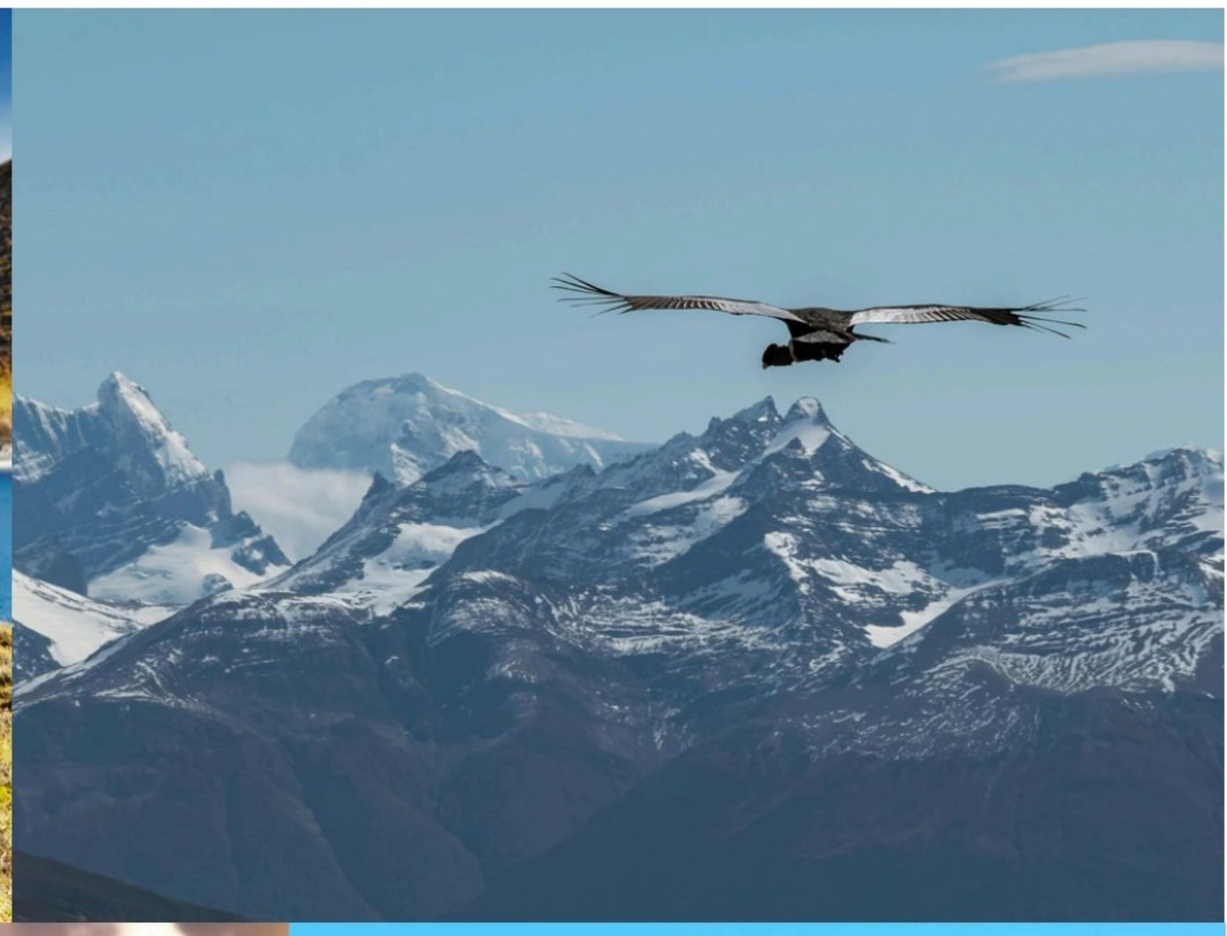


Cópia ou reprodução parcial ou total é proibida sob as normas da LGPD

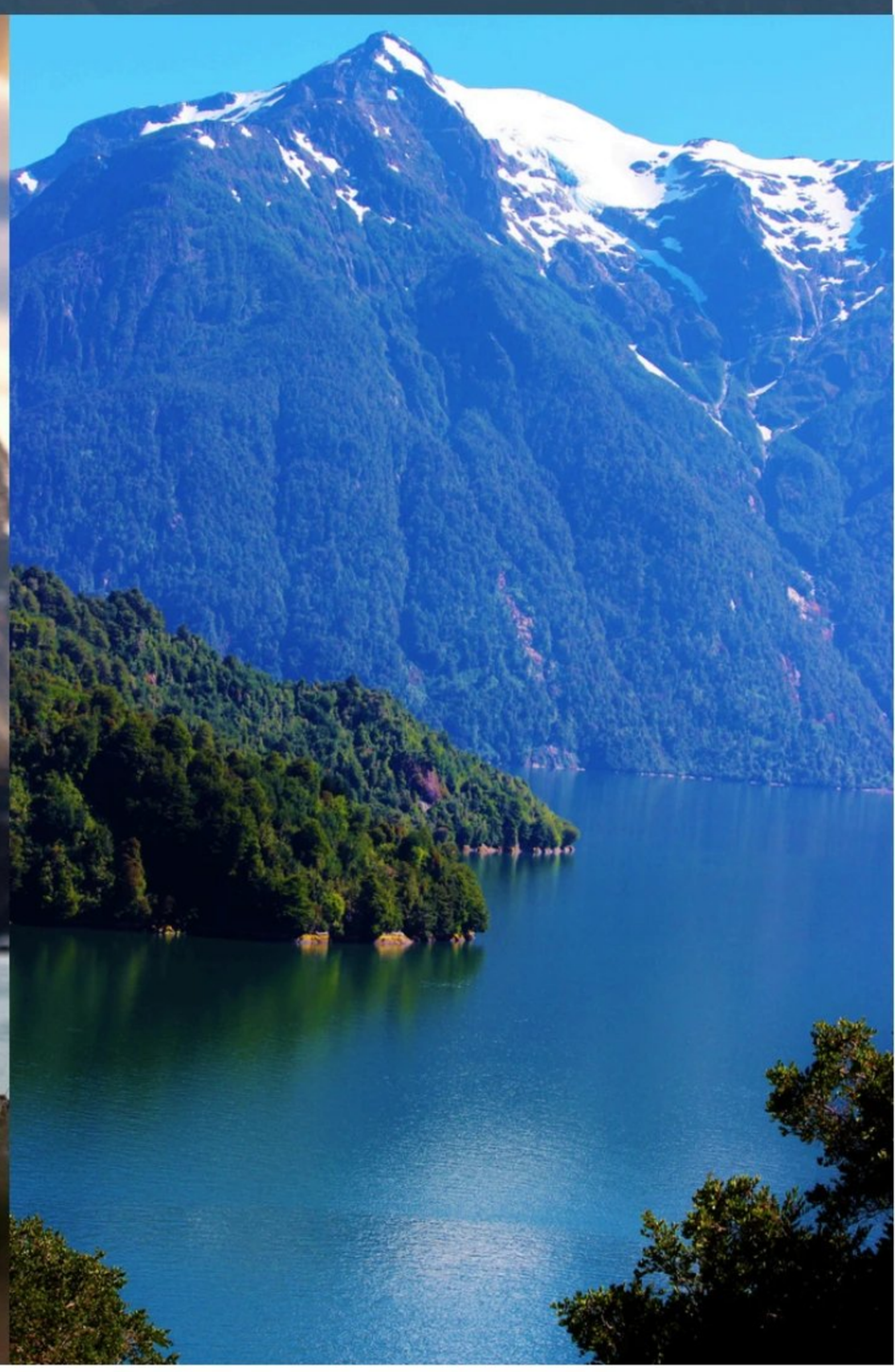
Apesar de ser verão, o clima patagônico exige respeito.
Roupa em Camadas: Use o "sistema cebola": segunda pele térmica, fleece ou lã, e um bom casaco impermeável e corta-vento.
Proteção Solar: Com o buraco na camada de ozônio e o reflexo do sol no gelo, protetor solar, labial e óculos escuros são obrigatórios.
Reserva: Dezembro é alta temporada! Hotéis, voos e, principalmente, passeios concorridos como o Mini-Trekking e as excursões no Torres del Paine devem ser reservados com meses de antecedência.

A Patagônia te espera. Prepare a mochila, o espírito aventureiro e o coração para a vastidão que transformará sua percepção do que é realmente imponente na natureza.









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

MALDIVAS: A FUGA TROPICAL QUE VOCÊ MERECE

Poucos lugares no mundo evocam uma imagem de paraíso tropical tão perfeita quanto as Ilhas Maldivas. Situado no Oceano Índico, este arquipélago de 26 atóis é a definição de sonho: águas turquesa de transparência irreal, recifes de corais vibrantes e bangalôs sobre a água que flutuam sobre a calma do mar.

Para quem busca uma fuga romântica, um mergulho de classe mundial ou simplesmente o máximo em relaxamento e privacidade, as Maldivas são o refúgio ideal.

Dezembro: O Portal da Estação Seca

Dezembro é um mês estratégico e altamente procurado nas Maldivas, especialmente para quem viaja a partir da segunda metade do mês.

- Clima Favorável: O arquipélago começa a transição da estação chuvosa para a estação seca. Embora as chuvas possam ser breves, a tendência é de dias ensolarados, céu azul e mar calmo.
- Festividades de Fim de Ano: Os resorts de luxo se transformam em palcos de celebrações extravagantes para o Natal e o Réveillon. Espere jantares de gala obrigatórios (e cobrados à parte) e festas exclusivas à beira-mar.
- Alta Procura: Devido ao clima excelente e ao pico das festas, esta é uma das épocas mais caras para visitar. É essencial fazer as reservas com muita antecedência.

O diferencial das Maldivas é o conceito de "uma ilha, um resort". Cada propriedade oferece uma experiência totalmente privada e isolada, com serviços personalizados de alta qualidade.

- Bangalôs Sobre a Água (Water Villas): O ícone das Maldivas. Estas acomodações oferecem decks privativos com escadas que levam diretamente ao oceano, pisos de vidro para observar a vida marinha e, em muitos casos, piscinas de borda infinita exclusivas.
- Gastronomia Subaquática: Em alguns resorts, é possível jantar em restaurantes submersos, observando peixes, tartarugas e até pequenos tubarões-recife passarem pelas janelas panorâmicas – uma experiência inesquecível.



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

A beleza das Maldivas não está apenas acima da água, mas principalmente abaixo dela. Os atóis são rodeados por recifes de corais que abrigam uma biodiversidade marinha estonteante.
Snorkeling e Mergulho: Praticamente todos os resorts oferecem acesso fácil aos recifes (house reefs). É comum nadar ao lado de arraias-manta, tartarugas marinhas e cardumes coloridos.

Observação de Tubarões-Baleia: Embora dependa da sorte, o sul do atol de Ari é famoso pela observação do inofensivo tubarão-baleia, o maior peixe do mundo.

Atividades Aquáticas: Caiaque, stand-up paddle e passeios de barco para ver golfinhos ao pôr do sol complementam a estadia.

Se o seu objetivo para as férias de dezembro é desligar-se do mundo, ser mimado por um serviço impecável e se hospedar em cartões-postais vivos, as Maldivas são o seu destino. Prepare-se para experimentar o silêncio mais belo do planeta.



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







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

seção **CELEBRIDADES**



Modelo Priscila Latoia conhece a Croácia

Por Douglas - Gente de Sucesso VIP

A ex-modelo brasileira Priscila Latoia acabou de realizar um grande sonho de vida, conhecer a Croácia. A bela esteve lá por sete dias consecutivos onde reuniu lembranças que, como diz ela, "só o seu coração está guardando". Com o sonho de entrar em A Fazenda, reality da TV Record, Priscila conta que foi maravilhosa a experiência no país de alta renda que é classificada em 46.º no Índice de Desenvolvimento Humano.



Foi tudo muito maravilhoso", declara a ex-modelo. "Foi um passeio muito especial, realizar meu sonho", conta Priscila que subiu a montanha para tirar altas fotos na famosa passarela de vidro. Ela afirma que realizou seu sonho de ter subido a montanha para apreciar a bela paisagem que sempre quis ver.



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

"São mais de cem voltas de carro para chegar lá em cima. Cheguei bem alto. Era meu sonho ir para a Croácia e conhecer esse lugar maravilhoso."

Antes de chegar à Croácia, a ex-modelo visitou outros lugares, como Istambul e Áustria. Priscila conta que não teve tempo de ir ao mar, pois eram tantos lugares para ir e poder subir a montanha do mirante de vidro da Croácia.







Priscila Latoia, brasileira, nasceu em Veredinha, um município do estado de Minas Gerais. Ex-modelo, é avó, mãe de cinco filhos e mora em Northampton - uma cidade inglesa, localizada na região de Midlands Orientais, a capital do condado de Northampton, na Inglaterra.

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

Evento

2° EDIÇÃO

PRÊMIO COMUNICAÇÃO DESTAQUE DO ANO 2025

INSTITUTO NAKAMURA

Câmara municipal

São Paulo

Novembro **26** *18:00hs Quarta*

. Realização embaixador da comunicação e embaixador da paz cultural.e jornalista.

Romildo dos Santos Billy.

Vereador

Vice: presidente da câmara municipal de são Paulo

João Jorge

Apresentação

RENATA TOP SHOW

@renatatopshowunica

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

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

REVISTA

HRR

Sempre a Seu Lado

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