HR MAGAZINE

ISSN 2965-7105 DISTRIBUIÇÃO ON LINE E GRATUITA | 2025

DIVERSIDADES

REVISTA HR

EDIÇÃO 27
ANO 3

Entrevista Pietra
Clique aqui versão em português

Clique aqui versão em inglês

Capa *Pietra Fruchi Parimoschi*

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

Ele está a caminho...

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

Índice

6 **Editorial**

8 **Apresentação**

10 **Expediente**

12 **Pietra Fruchi Parimoschi - A Força Consciente da Próxima Geração**

20 **Solenidade de Posse e Homenagens ALAC - BR Academia de Letras e Cultura do Brasil**

22 **Retrospectiva - Um Ano entre Crises e Conquistas**

24 **Tendências para 2026 - Sociedade em Transformação**

28 **A Grande Renovação - Era de Rupturas**

30 **Músicas Inesquecíveis**

31 **Rock and Roll Lullaby**

32 **Every Breath You Take**

34 **Poesia: Receita de Ano Novo - Carlos Drumond de Andrade**

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

36 Seção PET

38 Cães são Pacotinhos de Amor

40 Filhotes Divertidos

42 Melhores Amigos

44 Soldados K9

46 Seção CIENCIA E TECNOLOGIA

48 Uma Breve História da Evolução dos Computadores

50 Seção CULINÁRIA

52 Lombo Suíno Rápido com Crosta de Ervas

54 Mousse de Chocolate

56 Seção MODA FASHION

58 Tendências Moda Festa Fim de Ano

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

Editorial

A primeira semana de dezembro sempre chega com um toque de mágica, trazendo consigo a promessa de luzes, reencontros e, sobretudo, a quietude necessária para a reflexão.

É o momento de preparar não apenas a árvore, mas o espírito para o Natal.

Nesta edição especial de fim de ano, mergulhamos no conceito de acolhimento e presença, essenciais para um final de ciclo verdadeiramente significativo.

Que esta primeira semana de dezembro inspire você a soltar o que pesa e abraçar a leveza.

Que a preparação do Natal seja, na verdade, a preparação de um novo você, mais presente, mais grato e mais sereno.

Boa leitura e um início de dezembro repleto de paz!

Joyce Reis
Editora Chefe e Redatora

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

Preparativos para as Festas

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

Apresentação

Seja bem-vindo(a) à edição mais esperada do ano da HR Magazine! Neste final de 2025, preparamos uma jornada de inspiração, reflexão e celebração, navegando entre a nostalgia do que passou e a empolgação pelo que está por vir.

Nossas páginas são um convite para desacelerar e absorver o melhor do ano que termina, enquanto traçamos rotas ousadas para o futuro.

Nossa Capa e Entrevista Exclusiva com Pietra Fruchi Parimoschi: A Bela e a Alma Visionária Conheça o lado da Estudante, ela abre o coração sobre seus sonhos, as perspectivas de vida que a movem e como a beleza do propósito é o verdadeiro motor da sua jornada.

O Grande Balanço: Retrospectiva 2025 Revisitamos os momentos que moldaram a História no Brasil e no Mundo. Das inovações tecnológicas aos marcos culturais e políticos, analisamos o que aprendemos e como os eventos de 2025 nos preparam para o próximo capítulo.

Sociedade em Xeque: Tendências de Comportamento e Trabalho A forma como vivemos e trabalhamos está em constante metamorfose. Mergulhe nas análises sobre as novas tendências de comportamento social, as transformações no mercado de trabalho (com o avanço da IA e do trabalho híbrido) e as mudanças estruturais que redefinem nossa sociedade.

Da Válvula ao Bolso: A Evolução dos Computadores Uma fascinante viagem pela história da tecnologia, desde o ENIAC até os smartphones de hoje. Entenda como o avanço da computação reescreveu todas as regras do nosso cotidiano.

Quitutes Sem Complicação: Apresentamos receitas de culinária simples e elegantes, perfeitas para criar os quitutes de fim de ano (Natal e Réveillon) sem estresse, garantindo sabor e beleza à sua mesa.

Guia de Estilo: Tendência de Moda Festa Saiba o que brilhará nas festas de fim de ano! Cobrimos os tons metalizados, os volumes dramáticos e as peças de alfaiataria que prometem um Réveillon fashion e inesquecível.

Poesia e Emoção: Um tributo ao mestre Carlos Drummond de Andrade, com uma de suas poesias atemporais que nos convida à reflexão sobre o tempo e a vida.
Na Nossa Playlist: Seleção de Vídeos de Músicas Inesquecíveis que marcaram nossa trajetória.

A Dose de Fofura: Um break adorável com a galeria de Vídeos de Pets Fofos, garantindo o seu momento de ternura e relaxamento.

Com a HR Magazine, o final de ano é mais do que uma festa; é um momento de aprendizado e renovação.
Boa leitura e feliz novo ciclo!

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

AMIZADE É A FORMA MAIS PURA DE AMOR

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 27
Tipo
Digital
ISSN
2968-7105
ISBN Nº
978-65-981435-6-5
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

Pietra Fruchi Parimoschi – A Força Consciente da Próxima Geração



É com grande satisfação que apresentamos Pietra Fruchi Parimoschi, uma jovem que, aos 13 anos, personifica a nova geração que inspira. Seu brilho singular não é forçado; é a manifestação natural de uma postura confiante, um olhar doce e uma sensibilidade profunda.

Multitalento e Propósito

Desde cedo, Pietra trilhou o caminho da arte e do conhecimento. A música é uma extensão de sua alma, onde violão, piano e ukulele são veículos de sua expressão e criatividade. Paralelamente, desenvolveu disciplina e vínculo com a natureza através da equitação, uma paixão que cultivou a responsabilidade e o profundo amor pelos animais — carinho evidente no cuidado com seu cãozinho, calopsitas e peixes.

Ela é estudiosa e curiosa por vocação, encontrando na leitura seu maior refúgio e compreendendo que conhecimento é liberdade. Além de dominar o bilinguismo, arrisca novos idiomas e alimenta a ambição de realizar o High School no exterior.

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

Sonhos que Transcendem

O que realmente define Pietra é a sua visão de futuro: trabalhar um dia na NASA. Essa meta, que para muitos é distante, é para ela um chamado inequívoco, movido por uma combinação rara de curiosidade, propósito e determinação.

Empatia e Bem-Estar

Pietra é naturalmente empática e generosa, estendendo sua dedicação além do círculo pessoal. Sua participação em trabalhos filantrópicos ao lado da mãe molda uma jovem consciente, humana e preparada para impactar positivamente o mundo.

Além disso, ela integra o autocuidado e o bem-estar em sua rotina, priorizando a saúde, força e equilíbrio através da musculação, vendo o movimento como um pilar de seu estilo de vida.

Pietra Fruchi Parimoschi não é apenas promissora. Sua jornada, marcada por escolhas conscientes, dedicação e um brilho próprio, é a certeza de que o futuro será resplandecente.

Entrevista: Pietra Fruchi Parimoschi

REVISTA HR MAGAZINE: Pietra, é um prazer recebê-la. O texto de seu perfil ressalta que você irradia um brilho singular, que floresce com naturalidade. Como você definiria essa essência que, com apenas 13 anos, já conquista a todos?

PIETRA: Eu acredito que seja a naturalidade com que represento a força e a elegância de uma nova geração. Meu olhar doce, minha postura confiante e a sensibilidade com que decifro o mundo me permitem sonhar alto sem jamais perder a essência.

A Música: Expressão da Alma

REVISTA HR MAGAZINE: Sua jornada na arte começou cedo. Aos 2 anos, a música se fundiu, de forma orgânica, à sua alma. Como você enxerga a música em seu cotidiano, já que o violão, guitarra, piano e ukulele são parte de sua rotina?

PIETRA: O universo melódico é uma extensão da minha alma. Os instrumentos fazem parte do meu cotidiano com a espontaneidade de quem respira criatividade. Para mim, a música transcende o aprendizado: é a mais pura forma de expressão.

Equitação e Paixões Antigas

REVISTA HR MAGAZINE: Por longos anos, a equitação esculpiu uma fase crucial em sua trajetória. O que essa experiência no hipismo lhe ensinou sobre disciplina, vínculo e responsabilidade?

PIETRA: Foi um período marcado por ser determinada, disciplinada e profundamente conectada à natureza. Lá, forjei um vínculo de responsabilidade e sensibilidade no cuidado com os animais. Essa etapa legou-me ensinamentos profundos e um carinho indissociável que carrego.

REVISTA HR MAGAZINE: E como esse amor pelos animais se manifesta no seu dia a dia, agora que segue novos caminhos?

PIETRA: Meu amor inabalável pelos animais permanece como uma de minhas características mais relevantes. Demonstro responsabilidade e afeto ao dedicar carinho ao meu cãozinho Flocos, às 7 calopsitas e aos vários peixes que acolho.

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

Conhecimento, Sonhos e o Futuro

REVISTA HR MAGAZINE: Você é descrita como estudiosa por vocação e encontra na leitura seu maior porto seguro. Qual o valor do conhecimento em sua vida?

PIETRA: Eu mergulho em ecossistemas de histórias e absorvo conhecimento em cada virar de página. Com a naturalidade de quem compreende que o saber é a suprema forma de liberdade, eu viajo, descubro e floresço.

REVISTA HR MAGAZINE: Seus sonhos ambiciosos chegam a transcender as fronteiras terrestres, almejando integrar a NASA. O que impulsiona essa meta grandiosa e o desejo de fazer o High School no exterior?

PIETRA: Eu sou impulsionada por uma tríade poderosa: curiosidade, propósito e uma determinação rara. Dominando o bilinguismo, desejo imersificar-me em outras culturas no exterior. O objetivo na NASA não é uma meta distante; é um chamado inequívoco.

Empatia e Responsabilidade Social

REVISTA HR MAGAZINE: Seu coração generoso e dotado de empatia se estende além do círculo de amizades. Como é sua experiência acompanhando sua mãe nos trabalhos filantrópicos?

PIETRA: Eu aprendo precocemente o valor intrínseco de estender a mão ao próximo. Eu participo, observo, auxilio e me engajo com a mesma ardente dedicação que direciono a tudo o que amo. Esse senso de responsabilidade social molda uma jovem profundamente consciente, humana e pronta para impactar o mundo de maneira positiva.

Estilo de Vida e Conclusão

REVISTA HR MAGAZINE: Para finalizar, a musculação se integrou ao seu estilo de vida na Cinq Club Gym. Qual o principal objetivo dessa atividade?

PIETRA: O objetivo é ser um pilar para a saúde, a força e o equilíbrio. Não é uma busca estética, mas sim o espelho de como minha geração enxerga o futuro: funcional e consciente.

REVISTA HR MAGAZINE: Pietra, seu perfil é a vívida certeza de que o futuro será resplandecente. Qual é a mensagem final que você deixa para os jovens que leem a HR Magazine?

PIETRA: A mensagem é que crescer é sinônimo de evoluir, e isso deve ser feito com autenticidade e um brilho que lhes é peculiar. Que tenham escolhas conscientes, sonhos grandiosos e uma força tranquila que desarma e conquista.



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

Pietra Fruchi Parimoschi: The New Generation That Inspires

At just 13 years old, Pietra already carries a unique radiance—the kind that isn't forced, it just happens. Her gentle gaze, her confident demeanor, and the sensitivity with which she views the world make her a young woman who naturally represents the strength and elegance of a new generation that dreams big without losing its essence.

Since she was very young, Pietra showed that her path would be guided by curiosity and art. She started music lessons at the age of two, and since then, the musical universe has become an extension of her soul. Guitar, electric guitar, piano, and ukulele are spontaneously part of her daily life, like someone breathing creativity. For her, music is more than learning—it's expression.

For many years, horse riding was also an important part of her journey. Determined, disciplined, and connected to nature, Pietra had notable experiences in equestrianism, where she developed bonding, responsibility, and sensitivity in caring for animals. That phase left deep lessons and a special fondness that she carries with her—even though she is now pursuing new paths and other passions.

Her love for animals, by the way, remains one of her strongest traits: she lovingly cares for her dog Flocos, her 7 cockatiels, and the various fish she welcomes with responsibility and affection.

Studious, curious, and always seeking new worlds, Pietra also finds one of her greatest refuges in reading. Passionate about books, she delves into different stories, learns from every page, and broadens her repertoire naturally, understanding that knowledge is freedom. For her, reading is traveling, discovering, and growing.

Bilingual and with a great aptitude for languages, she is trying out French and Spanish, fueling her desire to attend High School abroad and experience other cultures. Her dream, however, goes much further: to one day work at NASA. For many, a distant goal; for her, a calling. Pietra is driven by curiosity, purpose, and determination—a rare combination for someone her age.

Affectionate, sensitive, and naturally empathetic, Pietra makes friends easily. Her cousins Heloísa and Mia hold a special place in her heart, with whom she shares laughs, complicity, and the light joy of youth.

But her generosity goes beyond her personal circle. Pietra accompanies her mother in various philanthropic works, learning the value of helping others early on. She participates, observes, assists, and gets involved with the same dedication she puts into everything she loves. This sense of social responsibility, so precocious, molds a conscious, humane young woman prepared to impact the world positively.

Vain in the right measure, she loves taking care of her hair and follows her own hair schedule with discipline. She also cares for her skin with a skincare routine appropriate for her age, showing that delicacy and self-care walk side-by-side in her routine.

Passionate about movement and well-being, Pietra also found a space for expression at Cinq Club Gym & Wellness, her mother's gym, where she trains with personalized guidance from personal trainer Eduardo Cunha. Weight training has become part of her lifestyle—not for aesthetics, but for health, strength, and balance, exactly how her generation views the future.

Between music, reading, scientific dreams, love for animals, dedication to studies, care for others, and a welcoming heart, Pietra comes to the pages of HR Magazine as a faithful portrait of the youth that inspires: sensitive, intelligent, curious, empathetic, and, above all, moved by purpose.

With the maturity of someone who has already lived different phases and continues to discover new horizons, Pietra demonstrates that growing is evolving—and she does it with authenticity and her own shine. Her journey is just beginning, but it already makes clear that it will be marked by conscious choices, big dreams, and a quiet strength that wins over everyone she meets.

Pietra is not just promising.

She is the certainty that the future will be brilliant—and it has already begun.

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

Interview: Pietra Fruchi Parimoschi

HR MAGAZINE: Pietra, it’s a pleasure to have you. Your profile highlights that you radiate a unique glow that blossoms naturally. How would you define this core essence that wins everyone over, even at just 13?

PIETRA: I believe it’s the naturalness with which I represent the strength and elegance of a new generation. My gentle gaze, my confident stance, and the sensitivity with which I interpret the world allow me to dream big without ever losing my essence.

Music: The Soul’s Expression

HR MAGAZINE: Your journey into art started early. At age two, music organically merged with your soul. How do you see music in your daily life, considering the guitar, piano, and ukulele are part of your routine?

PIETRA: The melodic universe is an extension of my soul. The instruments are part of my daily life with the spontaneity of someone breathing creativity. For me, music goes beyond learning: it is the purest form of expression.

Equestrianism and Past Passions

HR MAGAZINE: For many years, horse riding was a crucial part of your path. What did that experience in equestrianism teach you about discipline, bonding, and responsibility?

PIETRA: It was a period marked by being determined, disciplined, and deeply connected to nature. There, I forged a bond of responsibility and sensitivity in caring for animals. That phase left me with deep lessons and a cherished fondness that I still carry.

HR MAGAZINE: And how does this love for animals manifest today, now that you’re pursuing new interests?

PIETRA: My unwavering love for animals remains one of my most telling traits. I show responsibility and affection when caring for my dog Flocos, my 7 cockatiels, and the various fish I welcome.

Knowledge, Dreams, and the Future

HR MAGAZINE: You are described as studious by vocation and find your greatest sanctuary in reading. How important is knowledge in your life?

PIETRA: I dive into ecosystems of stories and absorb knowledge with every page I turn. With the natural understanding that knowledge is the supreme form of freedom, I travel, discover, and grow.

HR MAGAZINE: Your ambitious dreams go beyond terrestrial borders—you aim to join NASA. What drives this major goal and your desire to attend High School overseas?

PIETRA: I’m propelled by a powerful triad: curiosity, purpose, and a rare determination. As a bilingual person, I want to immerse myself in other cultures abroad. The NASA goal isn't distant; it’s an unequivocal calling.

Empathy and Social Responsibility

HR MAGAZINE: Your generous and empathetic heart extends beyond your circle of friends. What’s your experience like accompanying your mother in philanthropic work?

PIETRA: I learn early on the intrinsic value of reaching out to others. I participate, observe, help, and engage with the same ardent dedication I give to everything I love. This early sense of social responsibility shapes a young woman who is deeply aware, humane, and ready to positively impact the world.

Lifestyle and Conclusion

HR MAGAZINE: To conclude, weight training has become part of your lifestyle at Cinq Club Gym. What’s the main goal of this activity?

PIETRA: The goal is to be a pillar for health, strength, and balance. It’s not about aesthetics, but a reflection of how my generation sees the future: functional and conscious.

HR MAGAZINE: Pietra, your profile is the vivid certainty that the future will be bright. What final message do you have for the young people reading HR Magazine?

PIETRA: The message is that growing up is synonymous with evolving, and it must be done with authenticity and a unique brilliance. May they make conscious choices, have grand dreams, and possess a quiet strength that wins people over and conquers.

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 | HR Magazine

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

www.editorahr.com | HR Magazine

Em Breve Lançamento ...

O CÓDIGO DA INVISIBILIDADE

Novo Livro Do Comendador Dom Helio Reis

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

Solenidade de posse e homenagens “Eu sou o Brasil!” da ALAC - BR Academia de Letras Artes e Cultura do Brasil

No dia 18 de novembro de 2025, o calendário cultural brasileiro ganhou um marco de elegância e reconhecimento.
A Academia de Letras, Artes e Cultura do Brasil (ALAC) realizou sua prestigiada Solenidade de Entrega de Honrarias e Homenagens na histórica sede da Academia Campinense de Letras, em Campinas (SP). O evento, iniciado pontualmente às 19 horas, celebrou a excelência e o impacto daqueles que dedicam suas vidas à propagação do saber e da arte.

Uma Guardiã do Conhecimento
A ALAC, que se estabeleceu como uma guardiã zelosa das letras, artes e Cultura do Brasil, reforçou sua missão durante a cerimônia. A instituição, amplamente reconhecida nacional e internacionalmente por seus projetos prestigiados e premiados, tem em seus quadros intelectuais altamente qualificados que zelam pela aplicação do conhecimento científico, cultural, literário e artístico como uma poderosa ferramenta de transformação de vidas e mentes.

Acadêmicos e Personalidades em Destaque
A solenidade reuniu diversas personalidades e autoridades do universo acadêmico e cultural. Entre os notáveis presentes, destacou-se a presença ilustre do Comendador Prof. Dr. Dom Helio Reis, que participou ativamente da cerimônia ao lado de outros acadêmicos imortais da instituição. A presença de Dom Helio Reis, uma figura de grande prestígio, sublinhou a seriedade e o alto nível intelectual dos membros da ALAC.

Durante a noite de gala, foram entregues honrarias, títulos de mérito e homenagens a indivíduos e entidades que, por sua atuação, contribuem ativamente para o enriquecimento e a disseminação da cultura brasileira. Os discursos emocionados dos homenageados e dos membros da Academia reiteraram a crença na força da educação e da arte como pilares para o desenvolvimento humano.

A noite se encerrou com um coquetel de confraternização, onde o brilho das homenagens e a troca de ideias entre os presentes serviram como um poderoso incentivo para o novo ciclo de projetos e programas da ALAC, reafirmando Campinas como um centro efervescente da cultura nacional.

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

RETROSPECTIVA 2025: UM ANO ENTRE CRISES E CONQUISTAS

O ano de 2025 foi marcado por uma intensa reconfiguração geopolítica e uma série de eventos climáticos extremos, que pautaram a agenda global. No Brasil, o ano foi de contrastes, com avanços significativos no campo cultural e social, mas sob a sombra de tragédias e alertas sanitários.

Geopolítica e Conflitos Internacionais

- I**nstabilidade no Oriente Médio:** O ano assistiu a uma escalada de tensões, com episódios de ataques e contra-ataques entre Irã e Israel, no que foi chamado de "Guerra de 12 Dias", interrompendo rodadas de negociação sobre o programa nuclear iraniano. Ataques pontuais e tensões persistentes na região de Gaza também continuaram a ser foco de preocupação da ONU.
- V**olatilidade Climática Extrema:** O planeta enfrentou uma série de desastres naturais que bateram recordes. Ondas de calor históricas, com temperaturas acima de 45ºC, atingiram a Europa e o Japão. Incêndios florestais devastadores forçaram o deslocamento de milhares de pessoas em países como Espanha, Grécia e Portugal, reforçando a urgência da crise climática. Terremotos severos em Myanmar e no Afeganistão causaram perdas humanas significativas.
- N**ovas Tensões de Fronteira:** O mundo registrou novos focos de instabilidade com combates de fronteira entre Tailândia e Camboja, bem como a troca de bombardeios entre Paquistão e Afeganistão devido a grupos militantes.

Fatos Marcantes no Brasil

No Brasil, o ano foi de grandes emoções, tanto em crises quanto em vitórias históricas.

- **Conquistas Culturais e Cinema Nacional:** 2025 se consolidou como um ano de ouro para o cinema brasileiro. O filme "Ainda Estou Aqui" fez história ao conquistar o Oscar de Melhor Filme Internacional, a primeira estatueta brasileira na categoria. Além disso, o país celebrou a conquista do prêmio de Melhor Diretor por Kleber Mendonça Filho e Melhor Ator para Wagner Moura no Festival de Cannes.
- **Alerta Sanitário e Agronegócio:** O Ministério da Agricultura confirmou o primeiro caso de gripe aviária em granja comercial no Rio Grande do Sul, levando à suspensão temporária da importação de carne de frango por países como China e União Europeia.
- **Tragédias Naturais e Urbanas:** O país vivenciou uma série de desastres, incluindo deslizamentos de terra em Minas Gerais e um forte tornado que devastou 90% da cidade de Rio Bonito do Iguaçu, no Paraná, resultando em múltiplas fatalidades e centenas de feridos na Região Sul.
- **Crise e Reafirmação Social:** A ONU retirou o Brasil do mapa da fome, um marco significativo que o governo atribuiu à eficácia de políticas públicas de combate à insegurança alimentar. Por outro lado, o país testemunhou crises políticas internas, como a decretação da prisão domiciliar do ex-presidente Jair Bolsonaro por descumprimento de medidas cautelares.

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

Ciência, Tecnologia e Economia

A Inteligência Artificial (IA) continuou sua expansão acelerada, gerando debates sobre regulação e dominância tecnológica, especialmente com a ascensão de players chineses.

- **Corrida Espacial Privada:** A empresa privada Firefly Aerospace fez história ao realizar o primeiro pouso bem-sucedido na Lua com o módulo lunar Blue Ghost M1.
- **Economia Global e Brasileira:** A inflação global deu sinais de moderação, permitindo que economias avançadas iniciassem um ciclo de flexibilização monetária. No Brasil, embora a expectativa fosse de crescimento moderado do PIB, o cenário externo, as altas taxas de juros e a depreciação cambial exerceram pressão sobre o ritmo da atividade econômica e a confiança de consumidores e empresários.

O ano de 2025, portanto, encerrou-se como um período de profundas reflexões sobre a resiliência humana diante dos desafios geopolíticos e ambientais, e a capacidade de superação e excelência em áreas como a cultura e a ciência.



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

Tendências para 2026: Comportamento, Trabalho e Sociedade em Transformação

Com o encerramento de mais um ciclo, Dezembro não é apenas um mês de retrospectivas, mas também de projeção para o futuro. O ano de 2026 se desenha como um período de consolidação das transformações digitais e sociais iniciadas na década, com ênfase na saúde mental, na flexibilidade profissional e na busca por autenticidade.

O foco em 2026 deixa de ser a produtividade incansável para priorizar o bem-estar integral e a saúde mental como pilares de uma vida plena.

- **O Fim da Produtividade Tóxica**: A obsessão pelo multitasking e pela otimização extrema do tempo está dando lugar à valorização do ócio criativo e da atenção plena (mindfulness). As pessoas buscarão métodos de trabalho e rotina que permitam a recuperação genuína, entendendo que o descanso é parte essencial da performance.
- **Conexões Reais vs. Digitais:** Após anos de superexposição nas redes, a tendência é uma "fadiga de feed". O comportamento migra para a busca de comunidades e conexões mais íntimas e autênticas, valorizando encontros presenciais e plataformas digitais focadas em nichos e interesses específicos, em vez de audiência massiva.
- **Consumo Ético e Transparente:** Os consumidores de 2026 estarão mais atentos à origem e ao impacto social e ambiental dos produtos. A pressão por cadeias de suprimentos transparentes e marcas com propósitos claros se intensifica, com a Geração Z liderando o movimento de boicote a empresas que não se alinham a valores de sustentabilidade e diversidade.

Trabalho: Flexibilidade e "Soft Skills" em Alta

O mercado de trabalho continua a ser reescrito, com modelos híbridos e o foco nas habilidades humanas se tornando a norma.

- **O Modelo Híbrido Amadurece:** 2026 será o ano em que as empresas finalmente encontrarão o equilíbrio ideal entre o trabalho remoto e o presencial. O escritório se torna um pólo de colaboração e cultura, e não um local de cumprimento de tarefas. A flexibilidade de horários e a autonomia sobre o local de trabalho deixam de ser um benefício e se tornam um padrão de retenção de talentos.
- **A Ascensão das Soft Skills:** Com a Inteligência Artificial (IA) assumindo tarefas analíticas e repetitivas, as habilidades exclusivamente humanas ganham valor inestimável. Criatividade, empatia, comunicação não violenta e pensamento crítico serão os diferenciais mais procurados em qualquer setor.
- **Gig Economy Profissionalizada:** A economia freelancer e a terceirização de projetos complexos se sofisticam. Veremos a ascensão de profissionais altamente especializados que atuam por projeto, exigindo que as empresas se adaptem a uma força de trabalho mais fluida e diversificada.

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

Sociedade: Regulação Digital e Novas Lideranças
A sociedade se depara com a necessidade urgente de regular o ambiente digital e fomentar uma nova geração de líderes.

- **A Necessidade de Regulação da IA:** O uso acelerado da Inteligência Artificial em áreas como saúde, finanças e entretenimento coloca a ética e a legislação no centro do debate. Em 2026, espera-se que governos intensifiquem os esforços para criar leis claras sobre o uso de dados, vieses algorítmicos e a autoria de conteúdo gerado por máquinas, buscando proteger o consumidor e o criador.
- **Voz Ativa da Juventude:** As novas gerações (Z e Alfa) não se contentam mais em apenas votar; elas demandam participação ativa e solução imediata para questões como crise climática e desigualdade social. Veremos um crescimento no ativismo local e na pressão por políticas públicas eficazes, impulsionando a renovação de quadros políticos e sociais.
- **Cidades Sustentáveis e Tecnológicas:** O planejamento urbano se volta para o conceito de "cidade de 15 minutos", onde serviços essenciais (trabalho, escola, lazer) estão acessíveis em curtas distâncias a pé ou de bicicleta. A tecnologia será integrada para otimizar o transporte público, o consumo de energia e o gerenciamento de resíduos.

2026 promete ser um ano de ajustes e autenticidade. As pessoas buscarão alinhar o seu modo de viver e trabalhar com seus valores, resultando em uma sociedade mais flexível, consciente e digitalmente regulada.



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

VOLPE
VEÍCULOS

www.volpeveiculos.com.br



Avenida José Bonifácio, 342
Jd. Flamboyant - Campinas - SP
Tel.: (19) 3395-9200

By Cássia Biaggioni
CASEIRINHOS
11 99482-4114
@bycassiabiaggioni

Tel: (11) 99482-4114

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

ANUNCIE AQUI

Na Revista HR Magazine

Alcance Nacional e Internacional

TEL (19) 9982-4249

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

A GRANDE RENOVAÇÃO: Por que estamos vivendo uma era de rupturas necessárias?

De amizades de longa data a dinâmicas familiares intocáveis: o que parecia sólido está se desfazendo. Entenda por que esse movimento global não é sobre destruição, mas sobre um profundo alinhamento da consciência.

É inegável e, de certa forma, palpável: o movimento é geral. Se você olhar ao redor, perceberá que não é apenas uma crise isolada na sua vida. Atinge lares, desmonta círculos de amizade de décadas, reconfigura casamentos e altera a complexa balança entre pais e filhos. Aquelas presenças que antes eram constantes, figuras que compunham o cenário da sua história, subitamente já não ressoam com quem você se tornou.

Muitas vezes, o afastamento ocorre através de erupções emocionais que preferiríamos evitar. Mas a sensação é unânime: o espaço para o "fingimento" acabou. O que está acontecendo conosco?

Há uma mudança na física das relações. O fardo que você carregava sorrindo por educação ou hábito, agora esmaga. O que você tolerou por décadas, "engolindo sapos" em nome da paz, agora corta a pele. O corpo grita em sintomas, o espírito rejeita a incoerência e a realidade se impõe.

A razão para isso é mais profunda do que o estresse moderno. Estamos atravessando uma mudança de frequência coletiva. É como se a lucidez tivesse aumentado o volume, não permitindo mais que velhos hábitos desafinados continuem tocando. Quando a vibração da consciência se eleva, tudo o que é denso, falso ou incompatível acaba por quebrar.

Não é castigo, é alinhamento

É comum sentir culpa quando essas rupturas acontecem. Questionamos onde erramos. Mas é preciso mudar a lente: não encare como punição, nem como derrota pessoal. O que vivemos é um alinhamento.

Às vezes, essa mudança é sutil — um afastamento natural, sem brigas, apenas a falta de assunto. Outras vezes, ela chega como uma tempestade, um "basta" definitivo, aquele limite que finalmente é traçado com a força de um trovão: "Para mim, chega".

Isso dói? Sem dúvida. O rompimento nos arranca da zona de conforto conhecida. Mas, ao mesmo tempo, emancipa. Ele nos tira do roteiro exaustivo da culpa, da posição de "salvador" da família ou de "mártir" do relacionamento. Ele destrói a dependência emocional que nos acorrentava e convoca a alma para um novo patamar de existência.

Nesse processo, talvez você reaja com uma intensidade que te surpreenda. Talvez perca a compostura polida que manteve por anos e finalmente libere verdades engolidas. Você pode assustar aqueles que se acomodaram com a sua submissão. Mas compreenda: a ruptura não é sobre destruir o outro; é sobre finalizar um ciclo que não pode seguir naquelas condições.

O que vem depois do caos? A reestruturação. O cenário se realinha, interna e externamente. O laço, se for genuíno e tiver base no amor real, se refaz em novas bases, mais saudáveis e honestas. Se for apenas apego ou ilusão, desaparece no silêncio.

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

Um movimento coletivo

Não estamos sós nesse processo. O mundo todo sente isso. Vemos nações abandonando velhas narrativas, pessoas recusando heranças emocionais tóxicas e cada indivíduo sendo empurrado para o seu lugar de verdade. É um processo de purificação.

Portanto, não deseje o retorno ao que era antes. Honre quem você se tornou. Se você precisou explodir, partir ou erguer uma barreira, saiba: você apenas obedeceu à sua própria integridade, que finalmente gritou: "Eu não caibo mais nessa caixa pequena".

Esses finais não são abismos. São passagens. E quem tiver que seguir ao seu lado saberá como te alcançar — não no passado que morreu, mas na verdade que acaba de nascer.

5 Sinais de que um Ciclo está se Encerrando

Se você está em dúvida se o que está vivendo é uma crise passageira ou uma ruptura necessária, observe estes sinais. O corpo e a intuição costumam avisar antes da mente racional aceitar.

1. O esforço se torna desproporcional

A manutenção daquele relacionamento, amizade ou situação exige uma energia vital que você não tem mais. Interagir deixa você exausto, não nutrido.

2. A irritabilidade repentina

Coisas que antes você relevava com facilidade agora causam uma impaciência visceral. É o seu sistema nervoso sinalizando que o limite de tolerância foi ultrapassado.

3. Falta de ressonância nos diálogos

Parece que vocês falam línguas diferentes. Os assuntos antigos não interessam mais e você sente que precisa se diminuir ou fingir para manter a conversa fluindo.

4. Sintomas físicos sem causa aparente

Aperto no peito, nó na garganta ou dores de cabeça frequentes ao estar perto de certas pessoas ou ambientes. O corpo é o primeiro a rejeitar o que a alma já não aceita.

5. Desejo profundo de silêncio e solidão

Você sente uma necessidade urgente de se recolher para se "limpar" da energia externa. O isolamento soa mais como cura do que como solidão.



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

Músicas Inesquecíveis

Rock and Roll Lullaby - B.J.Thomas

Muito mais do que um hit das rádios ou trilha de novela, "Rock and Roll Lullaby" esconde uma narrativa comovente sobre maternidade solo, resiliência e o poder da música de curar a solidão.

Basta ouvir os primeiros acordes de guitarra — aquele som trêmulo, profundo e ecoante — para ser imediatamente transportado. Para muitos brasileiros, o teletransporte tem destino certo: o ano é 1972, a novela é Selva de Pedra, e a voz rouca e aveludada de B.J. Thomas entra na sala de estar.

"Rock and Roll Lullaby" é uma daquelas canções que transcendem o tempo. Ela não apenas tocou nas rádios; ela morou no inconsciente coletivo. Mas, por trás da melodia doce e do refrão "sha-na-na-na" que todos sabem cantarolar, existe uma história de luta que poucos pararam para traduzir.

Ao contrário das baladas românticas triviais da década de 70, a letra escrita por Barry Mann e Cynthia Weil não fala de um casal apaixonado. Ela fala de sobrevivência.

A canção narra a história de uma mãe adolescente ("She was just sixteen", diz a letra), criando seu filho sozinha, sem a presença do pai. Numa época em que ser mãe solo carregava um estigma social pesadíssimo, a protagonista da música enfrenta a noite e o choro do bebê sem saber as cantigas de ninar tradicionais.

Ela não sabia cantar as músicas "certas". O que ela tinha era o rádio. E foi o som do rock and roll — a música dos rebeldes, dos marginalizados — que serviu de acalanto para acalmar a criança. A letra é, na verdade, uma carta de amor e gratidão desse filho, agora adulto, lembrando como a mãe usou a música para transformar a solidão em afeto.

Se a letra toca o coração, a produção musical garantiu que a música grudasse na alma. A gravação conta com um time de lendas.

A guitarra inconfundível, com aquele efeito "twang" (um som metálico e vibrante), foi tocada por Duane Eddy, o rei da guitarra instrumental dos anos 50. Já os backing vocals, que dão à música uma atmosfera quase gospel e grandiosa, ficaram a cargo do grupo The Blossoms, liderado pela icônica Darlene Love.

B.J. Thomas, com sua capacidade única de transitar entre o country, o pop e o gospel, amarrou tudo isso com uma interpretação que não soa triste, mas esperançosa. Ele canta não como quem lamenta o passado, mas como quem venceu graças a ele.

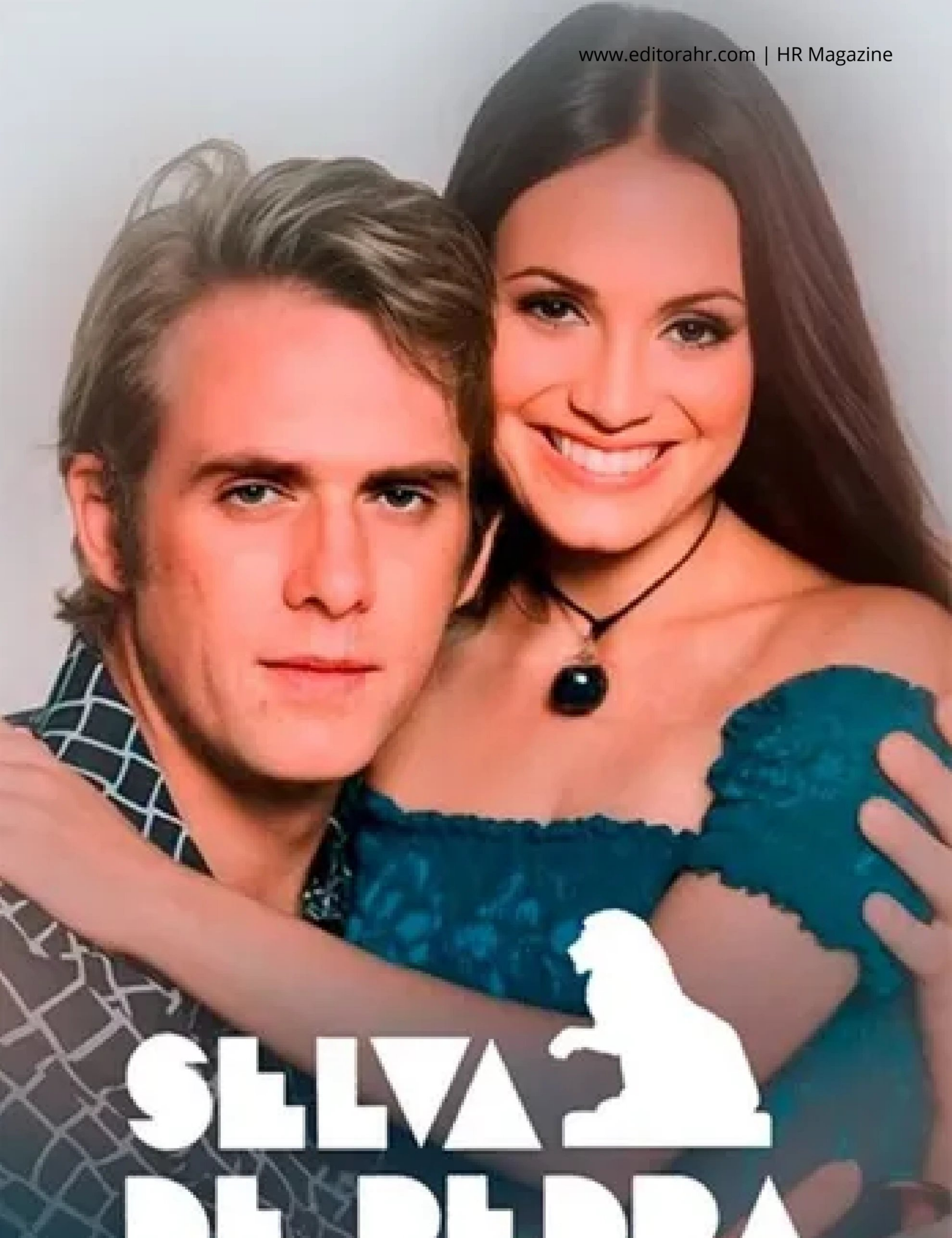
Nos Estados Unidos, a música foi um sucesso respeitável. No Brasil, ela foi um fenômeno cultural.

Incluída na trilha sonora internacional da primeira versão de Selva de Pedra (1972), a música virou tema dos personagens Simone (Regina Duarte) e Cristiano (Francisco Cuoco). A dramaturgia da novela, somada à melodia envolvente, fez com que "Rock and Roll Lullaby" se tornasse sinônimo de romance e nostalgia por aqui.

Mesmo décadas depois, a música continua sendo um "lugar seguro" para os ouvidos. Em um mundo cada vez mais ruidoso e digital, voltar a 1972 por quatro minutos é um refúgio necessário.

B.J. Thomas nos deixou em 2021, mas sua "canção de ninar" permanece viva. Ela nos lembra que, às vezes, quando o mundo lá fora é frio e as "canções certas" não funcionam, é no ritmo improvisado da vida — e num bom rock and roll — que encontramos o conforto para dormir em paz.

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

A verdadeira história por trás de 'Every Breath You Take'

É a música mais tocada nas rádios da história e presença garantida em casamentos. Mas o hit do The Police não é a declaração de amor que você imagina: é um hino sobre posse, vigilância e ciúme obsessivo.

Imagine a cena: um salão de festas iluminado à meia-luz, casais apaixonados na pista de dança, e a melodia hipnótica de guitarra começa. O vocalista promete: "Em cada respiro que você der, eu estarei te observando". Parece romântico, certo? A devoção absoluta.

Errado.

"Every Breath You Take", lançada em 1983, é talvez o caso mais fascinante de "telefone sem fio" emocional da história da música pop. O mundo ouviu um abraço caloroso; Sting, seu compositor, escreveu uma algema fria.

Para entender a música, precisamos entender o momento de Sting. Em 1982, ele havia fugido para a Jamaica, hospedando-se na famosa casa Goldeneye (onde Ian Fleming escreveu James Bond). O cenário era paradisíaco, mas a mente do cantor estava em colapso.

Seu casamento com a atriz Frances Tomelty estava se desintegrando em meio a escândalos e traições, e a banda The Police vivia uma guerra de egos interna. Foi sentado na mesma mesa usada por Fleming que Sting acordou no meio da noite com a linha de baixo na cabeça.

Ele escreveu a letra em meia hora. Não era sobre cuidar de alguém. Era sobre a incapacidade de deixar o outro ir. Era sobre o "Big Brother" de George Orwell aplicado ao coração partido. A letra lista obsessivamente cada movimento: cada respiro, cada movimento, cada laço quebrado, cada passo. Não há escapatória. É vigilância, não carinho.

Se a letra é sinistra, por que a música soa tão agradável? A culpa (ou o mérito) é do guitarrista Andy Summers.

A demo original de Sting era carregada de sintetizadores e soava comum. Quando a banda foi para o estúdio, Summers ouviu a base e sentiu que precisava de algo clássico, mas moderno. Em um único take, ele criou aquele riff arpejado, limpo e ecoante.

Não há distorção. Não há "sujeira" de rock and roll. A guitarra é clínica, precisa, quase cirúrgica. Essa beleza gelada disfarçou perfeitamente o veneno da letra, transformando um monólogo de stalker em uma das melodias mais sedutoras do século XX.

O sucesso foi instantâneo e avassalador. Desbancou "Billie Jean" de Michael Jackson do topo das paradas e rendeu ao The Police dois Grammys.

Sting, ao longo das décadas, sempre se divertiu com a interpretação equivocada do público. Em entrevistas, ele conta sobre as vezes em que fãs o pararam para dizer: "Essa foi a música do meu casamento!", ao que ele pensa consigo mesmo: "Boa sorte para vocês".

Mais tarde, a música ganharia uma sobrevida massiva (e dessa vez, realmente afetuosa) quando o rapper Puff Daddy (Diddy) usou o sample para "I'll Be Missing You", uma homenagem ao falecido Notorious B.I.G. A melodia provou ser elástica: serve para o luto, serve para a obsessão, e se você não prestar atenção na letra, serve até para o amor.

"Every Breath You Take" permanece como um monumento à ambiguidade. Ela nos lembra que, na arte como no amor, nem tudo é o que parece ser — e que existe uma linha muito tênue entre querer cuidar de alguém e querer controlar alguém.

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

políc

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

Receita de Ano Novo

Por Carlos Drumond de Andrade

Para você ganhar belíssimo Ano Novo cor do arco-íris, ou da cor da sua paz, Ano Novo sem comparação com todo o tempo já vivido (mal vivido talvez ou sem sentido) para você ganhar um ano não apenas pintado de novo, remendado às carreiras, mas novo nas sementinhas do vir-a-ser; novo até no coração das coisas menos percebidas. (a começar pelo seu interior)

para ganhar um Ano Novo que mereça este nome, você tem de deixar de lado tudo que já está mofado e velho, tudo que é inútil e pesado.

Para ganhar um Ano Novo você tem de merecê-lo, tem de fazê-lo novo, eu sei que não é fácil, mas tente, experimente, consciente.

É dentro de você que o Ano Novo cochila e espera desde sempre.



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

Carlos Drumond de Andrade

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

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!



Cães são pacotinhos de amor

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

Filhotes Divertidos

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

Melhores Amigos



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

Soldados K9

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 **CIÊNCIA E TECNOLOGIA**

Uma Breve História da Evolução dos Computadores

Desde simples máquinas de calcular até os smartphones em nossos bolsos, a evolução dos computadores é uma história de inovações exponenciais que redefiniram o mundo.

O Nascimento da Máquina de Pensar (Pré-1940)
A ideia de computar remonta a séculos, com ferramentas como o ábaco. No século XIX, Charles Babbage concebeu a Máquina Analítica, considerada o projeto teórico do primeiro computador. Sua assistente, Ada Lovelace, é reconhecida como a primeira programadora por criar um algoritmo para essa máquina.

A Era dos Gigantes (1940 - 1950): Válvulas
A Primeira Geração de computadores nasceu com a Segunda Guerra Mundial. Máquinas como o ENIAC (Electronic Numerical Integrator and Computer) utilizavam milhares de válvulas termiônicas (tubos de vácuo), ocupavam salas inteiras, consumiam muita energia e eram extremamente lentas em comparação com os padrões atuais. Eram usados principalmente para cálculos balísticos e decodificação

A Revolução do Tamanho (1950 - 1960): Transistores
A invenção do transistor marcou a Segunda Geração. O transistor substituiu as volumosas e quentes válvulas, tornando os computadores menores, mais rápidos, mais baratos e mais confiáveis. Foi nessa época que surgiram as primeiras linguagens de programação de alto nível, como FORTRAN e COBOL.

A Micro-Revolução (1960 - 1970): Circuitos Integrados (CI)
A Terceira Geração veio com o Circuito Integrado (CI), que permitiu miniaturizar milhares de transistores em um único chip de silício. Isso levou à criação de computadores menores, mais potentes e ao surgimento dos minicomputadores. O sistema operacional se tornou uma característica padrão, permitindo o compartilhamento de tempo (o time-sharing).

O PC e a Quarta Geração (1970 - 2000): Microprocessadores
A invenção do microprocessador (um CI que continha toda a CPU) marcou a Quarta Geração. Isso impulsionou a revolução dos computadores pessoais (PCs). Empresas como Apple e Microsoft democratizaram o acesso à tecnologia. O desenvolvimento de redes e, finalmente, a popularização da Internet (World Wide Web) no final dos anos 90 transformaram o computador em uma ferramenta essencial de comunicação global.

O Futuro no Bolso (2000 - Presente): Conectividade e IA
A Quinta Geração é definida pela ascensão dos dispositivos móveis (laptops, smartphones e tablets), a computação em nuvem e o foco crescente na Inteligência Artificial (IA). A miniaturização continua a passos largos, e o poder de processamento se tornou ubíquo. Olhamos agora para o potencial da computação quântica para redefinir o que é possível.
Em poucas décadas, o computador saiu do laboratório secreto para se tornar a espinha dorsal de nossa sociedade, e sua evolução continua a moldar o futuro a uma velocidade surpreendente.

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 **CULINÁRIA**



LOMBO SUÍNO RÁPIDO COM CROSTA DE ERVAS

Para a ceia de Natal e Fim de Ano, a chave é escolher pratos que sejam saborosos, impressionantes na apresentação, mas simples de preparar, para que você possa aproveitar a festa.

Este lombo é muito mais fácil de fazer do que parece e a crosta de ervas dá um toque festivo e um sabor delicioso.

Ingredientes

- 1 Lombo suíno (cerca de 1 kg)
- 2 colheres de sopa de azeite de oliva
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

  Para a Crosta:
  - 3 dentes de alho picados
  - 1/2 xícara de farinha de rosca (panko, se quiser mais crocante)
  - 1/4 xícara de salsa picada
  - 2 colheres de sopa de alecrim fresco picado
  - 1 colher de sopa de mostarda Dijon

Modo de Preparo

1. Prepare a carne: Pré-aqueça o forno a 200º C. Tempere o lombo com sal e pimenta-do-reino.
2. Sele o Lombo: Em uma frigideira grande, aqueça o azeite e sele o lombo rapidamente de todos os lados até ficar dourado (cerca de 2 minutos por lado).
3. Faça a Crosta: Em uma tigela, misture a farinha de rosca, o alho, a salsa e o alecrim.
4. Monte e Asse: Retire o lombo da frigideira. Espalhe a mostarda Dijon por toda a superfície do lombo (isso ajudará a crosta a grudar). Em seguida, pressione a mistura de farinha e ervas sobre a mostarda, cobrindo o lombo.
5. Leve para assar em uma assadeira por cerca de 30 a 40 minutos, ou até que a temperatura interna da carne atinja 65º C estar levemente rosado para suculência).
6. Retire do forno, deixe descansar por 10 minutos antes de fatiar para que os sucos se redistribuam. Sirva fatiado.

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

Mousse de Chocolate com Três Ingredientes

Um clássico francês que é elegantíssimo e incrivelmente simples. É um sucesso garantido!

Ingredientes

- 300 g de chocolate meio amargo de boa qualidade
- 6 ovos grandes (gemas e claras separadas)
- 1 colher de chá de essência de baunilha (opcional)

Para decorar: frutas vermelhas, raspas de chocolate ou açúcar de confeiteiro.

Modo de Preparo

- Derreta o Chocolate: Pique o chocolate e derreta-o em banho-maria ou no micro-ondas em intervalos curtos, mexendo bem até ficar liso. Deixe amornar levemente.

- Misture as Gemas: Adicione as seis gemas (e a baunilha, se usar) ao chocolate derretido e misture vigorosamente até obter um creme homogêneo e brilhante. Reserve.

- Bata as Claras: Em uma batedeira limpa (ou com um fouet), bata as seis claras em neve até que atinjam picos firmes (o ponto em que a tigela pode ser virada sem que as claras caiam).

- Incorpore: Adicione metade das claras ao creme de chocolate e misture suavemente, mas com firmeza, para incorporar e aliviar a densidade da mistura.

Finalize: Adicione o restante das claras e, com uma espátula, incorpore-as delicadamente com movimentos de baixo para cima. Isso é crucial para manter o ar e a leveza da mousse.

Refrigere: Distribua a mousse em taças ou em uma travessa grande. Leve à geladeira por, no mínimo, 4 horas (idealmente de um dia para o outro) para firmar. Decore e sirva gelado.

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 **MODA FASHION**



Tendências de Moda Festa Fim de Ano 2025

1. Cores e Tons em Destaque

Embora o branco e o vermelho nunca saiam de moda, as tendências apontam para tons mais sofisticados e inusitados:

Verde Sálvia: O grande substituto do verde musgo tradicional no Natal. É um tom suave, que remete à serenidade e renovação, sendo uma escolha elegante para quem quer fugir do óbvio, aparecendo em vestidos acetinados e alfaiataria.

Metalizados Fortes: O Prata está em um comeback poderoso, rivalizando com o Dourado, especialmente no Réveillon. Aparece em vestidos, saias midi e até em acessórios.

Neutros Sofisticados: Off-White, Bege Quebrado e Nude Iluminado oferecem a mesma ideia de renovação do branco, mas com um toque de elegância e modernidade.

Tons Pastel Delicados: Lavanda, Pêssego (rosa blush) e Azul Sereno trazem leveza e delicadeza para looks de Natal e confraternizações.

Vermelho Monocromático: O vermelho (cereja ou queimado) aparece em um visual all total, muito festivo e sofisticado, ideal para o Natal.





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

2. Formas e Peças Chave

A moda festa prioriza o movimento e o statement (peça que chama a atenção):

Volume Balonê: Uma tendência que voltou com força, o shape balonê (saia ou vestido) adiciona um toque dramático e fashionista aos looks.

Alfaiataria Moderna: Conjuntos coordenados (saia midi e top cropped, ou calça pantalona e blazer) em tecidos nobres como linho e seda continuam sendo uma aposta elegante, especialmente em branco ou off-white.

Vestidos Longos e Fluidos: Peças em seda, chiffon ou crepe, com ótimo caimento e movimento, são perfeitas para um visual glamour sem esforço.

Fendas e Assimetrias: Detalhes de fendas laterais e decotes/cortes assimétricos trazem um toque de sensualidade e modernidade.



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

Dica de Ouro: Versatilidade e Conforto

A maior tendência é investir em peças que unam estética e funcionalidade. Priorize o conforto e escolha itens que possam ser reutilizados em outras ocasiões apenas trocando os acessórios.



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

3. Tecidos e Texturas

O Brilho Controlado (Paetê e Lantejoula): O brilho é essencial no Réveillon, mas aparece de forma mais elegante, muitas vezes em peças de corte sóbrio (como um blazer ou saia midi) para equilibrar o glamour.

Renda e Bordados: Usados para dar textura e sofisticação ao tradicional vestido branco.

Linho: Perfeito para o clima de verão brasileiro, é chique, confortável e ideal para looks diurnos ou noturnos mais descontraídos.



Cidade de São Paulo Vestida de Natal

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

Comendador Prof. Dr. Dom Helio Reis Recebeu em 24 de novembro
Homenagem na Câmara Municipal de São Paulo nas Categorias Mérito Acadêmico, Destaque Social e Personalidade Destaque 2025



CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO
Vereador João Jorge

PRÊMIO COMUNICAÇÃO & DESTAQUE 2025

26 DE NOVEMBRO DE 2025

Viaduto Jacareí, 100 - Bela Vista - São Paulo - SP



HONRA AO MÉRITO

Comendador Prof. Dr. Dom Helio Rei

Destaque na categoria:
MÉRITO ACADÊMICO, DESTAQUE SOCIAL E PERSONALIDADE DESTAQUE 2025

Realização: Romildo dos Santos Produções - 11 97551-6000

Alesp
ASSEMBLEIA LEGISLATIVA
Deputado Estadual Rodrigo Moraes

PRÊMIO COMUNICAÇÃO & DESTAQUE 2025

Certificado

Em reconhecimento da sociedade, certificamos que

Comendador Prof. Dr. Dom Hélio Reis

Destaque nas categoria:
EMPRESÁRIO

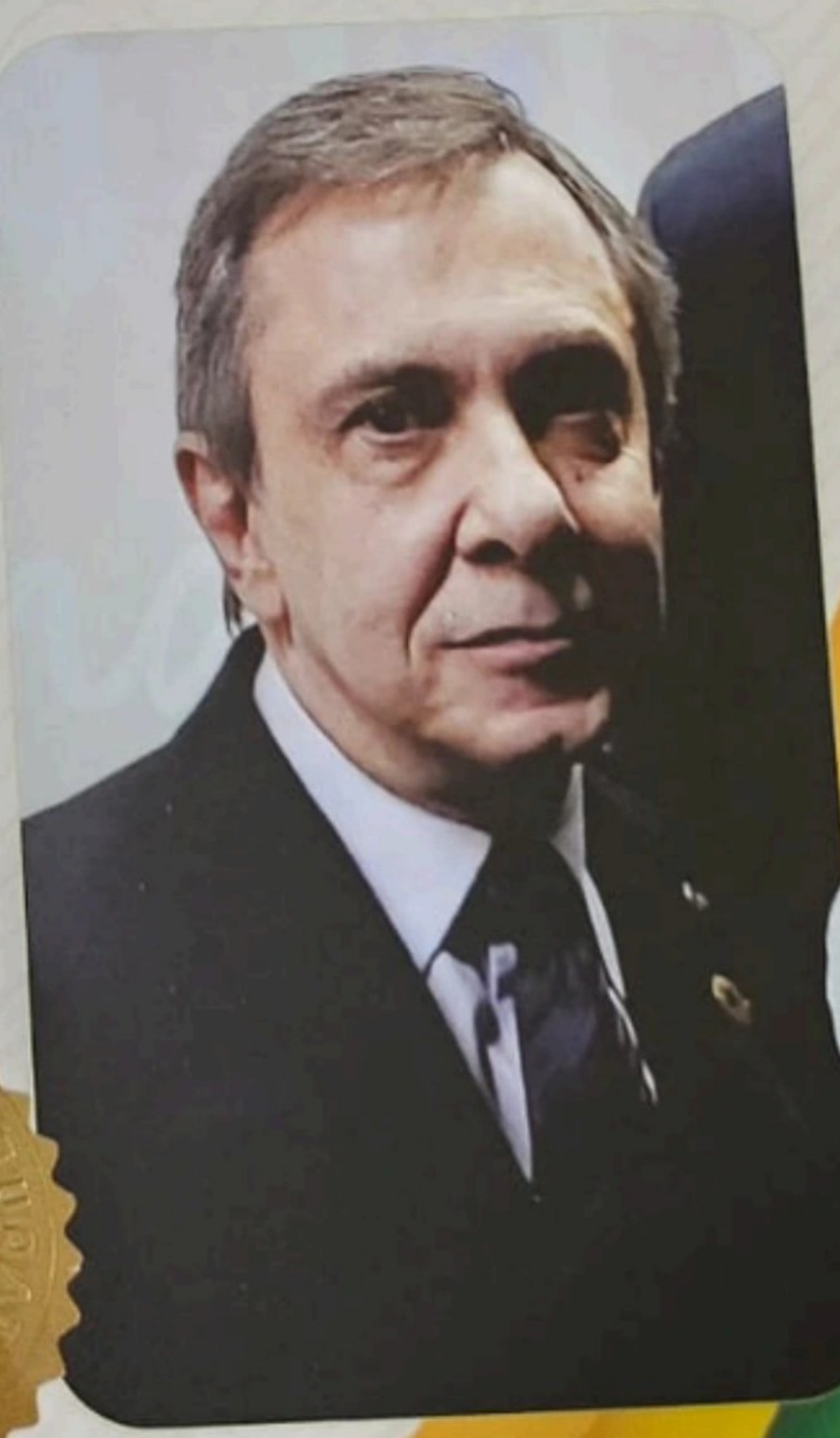
Selo de qualidade OURO
Prêmio Comunicação & Destaque 2025

São Paulo, 12 de setembro de 2025

Rodrigo Moraes
Deputado Estadual

Romildo dos Santos

Jornalista, Embaixador Cultural da Paz, Comendador
da Ordem parlamentar do Estado de São Paulo e
Promotor de Eventos Nacionais e Internacionais



Reconheço por semelhança a firma de: (1) ROMILDO DOS SANTOS, em documento sem valor econômico, dou fé.
São Paulo, 21 de agosto de 2025.
Em Testemunho da verdade.
Qtd. 1 | Total RR 8,62
Selo(s): 1 Ato:AB-0153271
Evalda de Oliveira Gomes
Escrevente Autorizada
FIRMA 1
S11096AB0153271

XWJO Marketing

REVISTA HRR

Sempre a Seu Lado

Natal é Comunhão