

Capa: O arquiteto Bruno Moraes, do escritório que leva seu nome, aliou soluções inteligentes e estilo contemporâneo na reforma e decoração do apartamento de 95 m², na capital paulista, com obras importantes e que facilitam o cotidiano do morador na terceira idade. Pág. 3.

### Mercado

"O que estamos vendo nesses últimos dois meses é que está 'dando a lógica', diz Carlos Abdala, que é Real Estate Broker/Mortgage Broker, na Flórida, EUA......Pág. 5.



Capa: Fotos Divulgação.

Novidade recebeu investimento de cerca de R\$ 1 milhão

### Turismo

Prometido para a segunda quinzena de maio, o Eco Thermas, em Tupã, irá inaugurar espaço com mega piscina de água quente, dois ofurôs......Pág. 6.

### **Autoestima**

Brain fog, ou névoa cerebral, é o nome em inglês dado ao cansaço mental prolongado sentido pelos pacientes após a infecção por Covid-19......Pág. 8.

Estão programadas plenárias e painéis com foco no trabalho colaborativo



## Inovação

A 9ª edição do Smart City Business Brazil Congress 2022 acontecerá entre 24 e 26 de maio, das 9 às 18 horas, no Centro de Eventos Pro Magno......Pág. 4.

### Memória

O professor de Educação Física e fisiculturista Elias Oliveira Neves gravou seu depoimento ao Programa Memória-História Oral, da FAMS......Pág. 10.

## **Opinião**

# Irmãos invisíveis

₹antos, cujo brasão ostenta o lema, em latim, Patriam Charitatem et Libertatem Docui, ou À pátria ensinei a caridade e a liberdade, há de enfrentar com tais princípios a questão da população de rua, que a cada dia se amplia pelos cantos da cidade. Para uns, efetivamente, essas pobres pessoas são alvo dos ideais santistas, ainda que de forma discreta e insuficiente. Afinal, respeitam sua liberdade de ir e vir para qualquer ponto do município, ao mesmo tempo em que ajudam com o olhar, que vem acompanhado de dinheiro, roupas, comida etc. Para outros tantos, são invisíveis, absolutamente ignorados – "estes que se acertem com Ele", alguém tentará ensinar. Contudo, para um reduzido grupo, a presença dos maltrapilhos parece insuportável, a ponto de se perder o decoro quando se trata de discutir um atendimento melhor, uma atenção especial, enfim, um acolhimento mais humano a essa gente. O debate chegou a um tom dramático na Semana Santa, diante da ação noturna ocorrida na orla da praia, quando agentes da Guarda Civil Municipal (GCM) confiscaram

alimentos feitos por moradores de rua no momento em que iam comer. A abordagem foi executada sem gentilezas e até a ração do pet foi levada pela GCM. Outras ameaças ocorreram em meio ao terror, mas, felizmente, não foram cumpridas. Ouvidos sobre esta convivência, vários moradores de rua relataram casos de intimidação e violência física. Ao saber do que acontece neste triste universo, o santista não pode deixar de se indignar. É uma batalha diária, muitas vezes travada de forma covarde, na calada da noite. Trata-se de uma espécie de "higienismo social" que afasta, penaliza os desafortunados e que, efetivamente, não resolve. Tirar a miséria das nossas vistas e encarcerá-la em algum espaço oculto não resolve; tampouco a ação de policiais municipais tomando-lhes o alimento das mãos. Enquanto isso, permanecem vazios alguns edificios públicos da orla da praia e que durante o dia servem parcialmente de postos de salvamento. Melhor seria que no período noturno fossem usados para oferecer caridade e uma noite de paz, porque miséria não se combate com a força do cassetete.

# Tecnologia e a economia atual

#### ISABELLA SILVA MACHADO

modernização dos meios de Aprodução, estudo, interação e comunicação influencia o mundo econômico no mesmo passo em que incentiva a competitividade, cria melhores resultados com menores esforços e custos e possibilita o desenvolvimento rápido do produto final. Por exemplo, no mês de abril, no Brasil, o PIX, meio de pagamento instantâneo criado pelo Banco Central (Bacen), bateu recorde de transações em um mesmo dia, registrando 59.981.242 transferências em apenas 24 horas.

O PIX foi instituído pelo Bacen em de agosto de 2020, através da Resolução BCB nº 01, com o intuito de fomentar o mercado de pagamentos. Em dados publicados pela Pontificia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, em junho de 2021 esta forma de pagamento rompeu a barreira de 650 milhões de transações em um mês. Assim, não é mais necessário carregar consigo dinheiro, cartões de débito ou crédito: basta levar o celular, pois, através dele, é possível realizar transferências de valores a qualquer hora do dia, em menos de 10 segundos e sem cobranças de

Deste modo, os consumidores



têm direito e acesso a diferentes formas de pagamento, o que possibilita mais organização, liberdade e poder de compra para a população.

Devemos lembrar também da importância da chamada "Economia Compartilhada". O conceito aqui é otimizar a utilização de recursos para que mais pessoas possam acessar produtos e serviços sem necessariamente adquiri-los ou pagar um valor exorbitante, como, por exemplo, ocorre em sites de compras, vendas e trocas de itens usados, aplicativos de aluguel de imóveis e até os serviços de streaming, que permitem a redistribuição e o compartilhamento de recursos com muita eficiência e praticidade.

Isabella: "A tecnologia facilitou e modificou o modo de consumo da população mundial"

Importante ressaltar que, atualmente, no Brasil, não há regulação específica para este tipo de economia. Contudo, devemos observar as relações neste âmbito estabelecidas em face do Código Civil, do Código de Defesa do Consumidor e da Lei nº 12.965/ 2014, conhecida como "Marco Civil da Internet", visto que, na essência da economia compartilhada, encontramos a presença de alguns direitos civis, como o direito contratual e os direitos reais, fazendo com que o Direito Civil seja amplamente aplicado nos casos que envolvem esta nova forma econômica.

Estes são só alguns exemplos de como a tecnologia impacta a economia e a vida atual. Podemos verificar esta importância em nosso cotidiano, visto que tudo consumo, tecnologia, economia, lazer, renda – está interligado, configurando um ciclo infindável e crescente de extrema importância.

Isabella Silva Machado é advogada do escritório Murray -Advogados, de São Paulo.

Jornal PERSPECTIVA é publicação da TITAN Comunicação Ltda. CNPJ 02.546.886/0001-07 PUBLICIDADE|REDAÇÃO|ADMINISTRAÇÃO Tel. (13) 99147.6522 Matriculado nº 715 na Associação de Jornais do Interior do Estado de São Paulo (Adjori-SP) IMPRESSÃO Gráfica

Printi (11) 4130.3799 DIRETOR EDITOR Luiz Carlos Ferraz MTb. 2045 DIRETORA MKT Sandra L. Netto MTb. 42562 Circula em Santos e cidades da Região Metropolitana da Baixada Santista Jornal PERSPECTIVA nº 327 Ano 38 abril/2022. Sugestões de pauta podem ser enviadas para redacao@jornalperspectiva.com.br Artigo assinado é responsabilidade do autor. Todo o conteúdo está disponível em www.jornalperspectiva.com.br

#### Guilherme Pucci/Divulgação

# Foco na terceira idade

Investir em revestimentos antiderrapantes para evitar escorregões

projeto foi realizado para uma senhora repleta de disposição, que adora ter independência, mas também gosta de receber filhos e netos nos finais de semana para os tradicionais encontros de família. Neste contexto, atenta às limitações que chegam com a idade, gostaria que seu apartamento tivesse uma estrutura com mais mobilidade. O desafio foi aceito pelo arquiteto Bruno Moraes, do escritório que leva seu nome, na reforma do apartamento de 95 m², localizado na Vila Olímpia, capital paulista. Moraes aliou soluções inteligentes e estilo contemporâneo na decoração, realizando obras importantes e que facilitam o cotidiano do morador na terceira idade. "Neste apartamento, para conquistar uma circulação mais fluída, sala e cozinha foram integradas por meio da demolição de uma parede. Uma porta também foi retirada, permitindo a conexão da varanda, que recebeu a mesa de jantar, com o estar", explicou o arquiteto. Com essa reorganização da planta do imóvel, todas as refeições passaram a ser abraçadas por um visual da cidade.

Na suíte principal foram efetuadas modificações. A ampliação abriu espaço para a criação de um closet, para a organização das roupas, e a cama foi colocada mais próxima da janela com o intuito de

prover, do outro lado, uma passagem bem mais aberta. "Tanto o banheiro da suíte, quanto a sua porta de acesso e o box do banho foram ampliados. A alteração ocorreu a pedido, como uma preparação para necessidades futuras. Assim, caso um dia seja preciso utilizar cadeiras de rodas, ela usufruirá de maior conforto", conta Bruno.

Moraes alinhavou dicas para a reforma do imóvel, quando o foco é um morador da terceira idade.

Revestimentos. Investir em revestimentos antiderrapantes para evitar escorregões, bem como eleger modelos de fácil limpeza, seja para o caso de o próprio idoso realizá-la sozinho, ou para alguém que cuide da residência.

Layout e mobiliário. Na hora de montar o layout interno, evitar a disposição de muitos objetos no meio do caminho, pois isso dificultará o deslocamento do morador idoso. "Ouanto mais fluido for o ambiente, melhor será o espaço", indica o arquiteto.

Circulação. Cuidado com o risco de prender a cadeira de rodas ou enganchar o andador em algum lugar. Pensando em uma locomoção segura, o ambiente não deve dispor de passagens apertadas, como também vãos de portas estreitos ou objetos que possam atrapalhar o deslocamento.

Barras de apoio e rampas. Principalmente com relação ao banheiro e outras áreas molhadas, incluir barras de apoio nas paredes para que o idoso possa se equilibrar e, até mesmo, conseguir tomar banho



Projeto de Bruno Moraes Arquitetura: suíte foi adaptada com maior espaço de circulação

sozinho. Também vale incluir um banquinho com pés antiderrapantes, que servirá de apoio caso o morador sinta necessidade de sentar-se. Em casas com pequenas escadas, considerar a execução de rampa de

Sistemas de monitoramento e segurança. Conforme o caso (quando o morador com idade avançada fica com cuidador ou mesmo sozinho, enquanto o parente vai trabalhar), instalar sistema de monitoramento com câmeras, que garante a tranquilidade para acompanhar o que está acontecendo, mesmo de longe.

Fechadura Eletrônica. É essencial que algum familiar tenha uma cópia das chaves, ou então, invista em fechaduras eletrônicas.

"Com a senha, o acesso ao imóvel para a prestação do socorro é facilitada. É possível também abrir uma porta remotamente, no caso de um médico que esteja chegando na residência, por exemplo", comenta

Altura dos móveis. Atenção com a ergonomia de móveis, como cadeiras, sofás e camas (especialmente do tipo box), pois o idoso tem mais dificuldade de se levantar sozinho. Verificar os tamanhos disponíveis – e, se possível, realizar experiência in loco. Outra solução é trabalhar com móveis sob medida.

Sensores. Atenção à possíveis vazamentos de gás, seja por esquecimento, ou pelo acionamento acidental, mediante instalação de

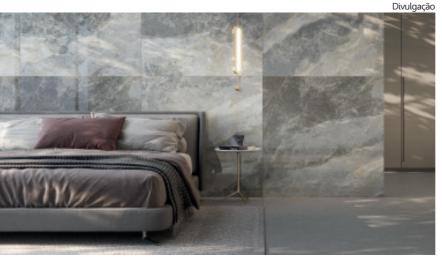
sensores que avisam sobre problemas por meio da emissão de sinais sonoros ou mensagens de

Temperaturas. Manter temperatura estável dentro de casa, além de evitar as mudanças bruscas entre ambientes, através de sistema de aquecimento/ventilação, para a regulagem e estabilidade da

Alergias. Antes de começar a reforma, verificar se o morador sofre de eventuais alergias a materiais, tintas, ou outras substâncias especialmente quando a obra ocorrer simultaneamente com a pessoa dentro de casa. Atenção na escolha de tecidos felpudos ou carpetes, pois podem causar rinites ou agravar problemas respiratórios.

# Inspirado em pedras exóticas

preciosidade das rochas naturais foi o ponto de 👢 partida para o desenvolvimento do Raritá, a nova coleção de porcelanatos da Portinari, que se diferencia pelo desenho dos veios e pelos tons silenciosos (pensados para



#### Raritá: equilíbrio e personalidade aos ambientes

harmonizar com as peças monocromáticas da linha Colores). Rarità BL tem como base de projeto a Sodalita, mineral azulado com veios de tons oxidados, enquanto Rarità GR surge a partir da Quartzite

Cielo, rocha cristalina acinzentada com veios claros. Uma combinação equilibrada de personalidade e elegância. A Portinari apresentou 11 coleções na Expo Revestir e destacou o conceito "Na Essência, o Essencial", que se apoia na procura por um estado sereno, por meio de soluções que tragam alívio e bem-estar, equilíbrio e harmonia dentro do novo estilo de vida minimalista. A busca é por ambientes acolhedores e que ao mesmo tempo comuniquem suas identidades. O essencial, aqui, é também visível aos olhos.

### Inovação

luizferraz@jornalperspectiva.com.br



**F**ERRAZ ■ Pesquisa sobre tendências de CX (sigla para customer experience e que

**C**ARLOS

- significa em tradução livre "experiência do consumidor") mostrou que 62% dos consumidores desistiram de uma compra por conta de uma experiência ruim durante o processo de aquisição de um serviço ou produto, revela o anuário da CX Trends 2022, realizado pela Octadesk em parceria com a Opinion Box. "Diversos fatores podem estar ligados a este sentimento, como atendentes mal preparados, tempo de resposta muito longos, site lento e até mesmo falta de canais de atendimento", comenta Rodrigo Ricco, CEO da Octadesk.
- Com 33 bilhões de latas recicladas em 2021 (415,5 mil toneladas), Brasil bate recorde e atinge índice de 98,7%, mantendo o país no ranking dos que mais reciclam no mundo esse tipo de embalagem, informa Recicla Latas, a entidade criada pelos fabricantes e recicladores de latinhas para aperfeiçoar o sistema de reciclagem das latinhas.
- Foram lavradas 219.459 escrituras em 2021 no Brasil, contra 156.706 no ano anterior, um aumento de 62.753 documentos, segundo o Colégio Notarial do Brasil - Conselho Federal. O número é baixo, pois embora exista a obrigatoriedade da lavratura de escritura pública para compra e venda de imóvel de valor acima de 30 salários mínimos, alguns mecanismos podem burlar essa obrigação, como o uso de instrumento particular de promessa de compra e venda, que prorroga a lavratura da escritura e permite uma transferência de direitos sem plena publicidade.
- Ouvidoria Municipal de Santos foi ampliado em quatro horas, estendendo-se agora das 7 às 19 horas, de segunda a sexta-feira. Os registros no órgão, como reclamações, sugestões, elogios ou portal da Ouvidoria, em presencialmente, no Paço Municipal, na Praça Mauá s/nº, térreo, de segunda a sexta, das 8 às 18 horas.
- Novas regras para venda de carne pré-moída por estabelecimentos comerciais do estado de São Paulo entraram em vigor em abril com a assinatura do decreto nº 66.634, conforme proposta de mudança apresentada pelo Procon-SP e Vigilância Sanitária a pedido da Associação Paulista de Supermercados (APAS). O decreto autoriza a venda e estabelece normas de produção e de armazenamento, definindo prazo de validade, insumos que poderão ser utilizados, como deve ser a embalagem e rotulagem do produto, entre outros.

■ Atendimento pelo telefone 162 da críticas podem ser feitos também no www.santos.sp.gov.br/ouvidoria, ou

Busca contínua de melhoria da qualidade de vida nas cidades

Divulgação

# Oportunidades para o ecossistema urbano

Programadas plenárias e painéis com foco no trabalho colaborativo

9ª edição do Smart City **Business Brazil Congress** 2022 acontecerá entre 24 e 26 de maio, das 9 às 18 horas, no Centro de Eventos Pro Magno, na capital paulista. O evento é considerado o mais completo sobre cidades inteligentes e reunirá empresas, startups, especialistas e representantes do poder público, visando gerar um diálogo sobre as grandes questões que desafiam a consolidação de um ecossistema robusto e autossuficiente no país.

Estão programadas plenárias e painéis com foco no trabalho colaborativo, na troca de ideias, visões e soluções transformadoras para consolidar a infraestrutura digital das cidades brasileiras. Para potencializar a integração e o relacionamento entre os atores do ecossistema de cidades inteligentes, o evento proporcionará 32 reuniões estratégicas, esperando reunir mais de 300 participantes, entre gestores públicos e privados, e dois almoços de relacionamento.

"O Smart City Business America abre espaço para que organizações demonstrem seu potencial de contribuição para as soluções de cidade inteligente, além de propiciar momentos de relacionamento entre os públicos de interesse", comentou o presidente do Instituto Smart City Business, Leopoldo de Albuquerque.

Durante o evento, acontecerá a 9ª edição do Prêmio InovaCidade, a mais importante premiação de Smart City da América Latina, que reconhece iniciativas que contribuem para a melhoria da qualidade de vida nas cidades, com impactos positivos, mensuráveis e reconhecidos pela sociedade, realizados pela administração pública, iniciativa privada ou entidades da sociedade civil. Mais informações em www.scbamerica.com

CARTAS para esta coluna: Jornal Perspectiva, Consumidor & Cidadania, e-mail: redacao@jornalperspectiva.com.br



# Impacto do metaverso...

mundo todo está passando por diversas mudanças e na construção civil e engenharia o cenário não é diferente, já se percebendo avanço nessa transformação em modelos de trabalho e nas tecnologias utilizadas. Uma das inovações é o conceito de metaverso, que permite que o mundo real e os meios virtuais se complementem. Com a eliminação de barreiras, a solução vem sendo cada vez mais utilizada para apresentar lançamentos de empreendimentos por meio de ferramentas virtuais que eliminam a necessidade da presença física.

Para avaliar o impacto dessas mudanças na construção civil e engenharia, a Unyleya, instituição

de ensino 100% EAD, desenvolveu curso de Engenharia de Estruturas em parceria com o Inova Civil. Coordenado por Igor Pinheiro, CEO do Inova Civil, o curso aborda questões relevantes do mercado, oportunidades de negócios, assim como o perfil desejado para o profissional do futuro. Segundo Pinheiro, por ora não houve mudanças significativas por conta do metaverso: "As iniciativas de compra imobiliária de terrenos virtuais na nuvem ainda são pontuais e causam mais burburinho da mídia que efeitos reais e práticos no mercado. Apesar de não ser considerado metaverso, algo que está consolidado no mercado e possui algumas referências ao tema

é a metodologia BIM". A Building Information Modelling, ou Modelagem da Informação da Construção é utilizada por profissionais da construção civil, assim como na engenharia mecânica e de produção. Essa tecnologia integra as informações de uma obra desde a concepção e desenvolvimento do projeto até a finalização do empreendimento. Nessa modelagem, todas as informações do empreendimento estão congregadas em uma única plataforma e podem ser acessadas para conhecimento dos envolvidos. É possível verificar detalhes do projeto, orçamento e fase de evolução do empreendimento.



Nos últimos dois meses está "dando a lógica": construtoras aceleraram os lançamentos utilizando seu "Land Bank", foram ao mercado para mais terrenos...

#### **CARLOS ABDALA**

ecentemente, coloquei as dúvidas que pairam para todos aqueles que vivem ou observam o mercado imobiliário - na realidade, quase a totalidade da população de qualquer país capitalista, dada a importância e reflexos que esta atividade tem em toda a economia, afetando a vida também daqueles que não estão pensando em comprar ou vender imóveis. Olhando para trás (para entender o presente) vemos que após a grande quebra do mercado que durou de 2008 a 2011, sucedeuse uma recuperação firme e constante, levando os valores de mercado em 2019 àqueles de 2006, o pico de valores até então.

Tal sequência, entretanto, encontrou um grande obstáculo que foi a surpresa da Covid-19, que gerou enorme susto e desequilibrou as economias em todo o mundo. Sabemos que após o furacão vem o céu mais bonito que podemos ver, e no mercado imobiliário não foi diferente. Vivemos uma época de mercado extremamente dinâmico, até excessivamente, ao ponto de vermos a inflação se espalhar pelo planeta.

A descontinuidade ocorrida nos meios de produção, nos transportes

e tudo o mais que sabemos, trouxe a inflação gerada pela afronta à velha e soberana lei da Oferta-e-Procura, ante a redução da oferta pela escassez de materiais, disponibilidade de mão de obra e até empresas que sucumbiram à pressão financeira sofrida, ao mesmo tempo em que a demanda foi impulsionada pela migração interna. Como consequência estamos vendo os bancos centrais elevarem suas taxas de juros para "jogar água na fervura" e, por aqui, na Flórida, não é diferente.

A taxa de juros média praticada no mercado interno para financiamentos imobiliários convencionais, com amortização em prestações fixas por 30 anos, nos últimos três meses passou de 3.625% (\$456/\$100,000) para 5.125% (\$545/\$100,000) resultando em aumento da parcela mensal em 20%. Considerando ainda a alta de preços que no último ano chegou a 25%, em média, o resultado começou a aparecer com o mercado "esfriando" para uma atuação mais próxima da normalidade. As casas que vendiam, em média, em torno de 22 dias – e algumas até com diversas ofertas acima do preço pedido e em menos de uma semana após ser divulgada no sistema integrado

(MLS) –, agora estão lá permanecendo um pouco mais, dando até tempo para visitá-las, compará-las e preparar uma oferta consistente.

A vantagem que se tem ao atuar neste mercado é que não faltam informações. Nós, que somos profissionais habilitados, sabemos acessar o Registro Público imediatamente (acredite, sem ter que pagar certidão), verificando TODAS as demais vendas ocorridas neste tal imóvel e todos os outros da cidade, temos relatório comparativo com base na localização, tamanho, padrão, idade dois imóveis, dando suporte aos nossos clientes para uma negociação bem informada e sólida.

O que estamos vendo nesses últimos dois meses é que está "dando a lógica". As construtoras aceleraram os lançamentos utilizando seu "Land Bank", foram ao mercado para mais terrenos, contrataram operários, já demonstrando um caminho de ampliação da oferta, para encarar a demanda reprimida e, no conjunto de medidas, estamos vendo os preços tenderem à estabilização. Aí vem a próxima pergunta que sempre tememos a resposta: Os preços vão cair? Não é o que parece, tampouco

o que dizem os especialistas com base nas suas pesquisas. A perspectiva de prazo para normalização da oferta é de até três anos, de acordo com a recente matéria no Realtor.com (march 30th, 2022), que mostra haver atualmente um déficit no país de 3 milhões de residências!!! Para se ter uma ideia do que isso representa, se considerarmos o "Median Price" no país, chegaremos a uma cifra em torno de \$1 trilhão (de dólares, of course).

Somemos a toda essa dinâmica o mercado de locações residenciais, que movimenta o mercado de investimentos imobiliários individuais e dos fundos de investimento. A alta de preço dos aluguéis no último ano chegou a 40%, que contraposta à alta no mercado compra-e-venda de 25%, trouxe ainda mais liquidez e lucratividade para aqueles que aqui investem.

No caso de investidores estrangeiros, a grande procura está nas casas para locação temporária através dos sistemas conhecidos como Airb-N-B, VRBO, HomeAway, entre tantos, e ainda as inúmeras e ativas administradores de casas de locação temporária que atuam na Grande Orlando. Estas

casas que eu chamo de "Investimento Melhor dos Dois Mundos – Usar e Lucrar), são alimentadas pelos 75 milhões de visitantes anuais que aqui recebemos. (Sim, 75 MM!!!).

Não devemos esquecer que as casas de locação temporária tem dado retorno de até o dobro do mercado financeiro em geral, e até mais, dependendo da localização, qualidade de decoração e equipamentos, de modo que ofereçam não simplesmente uma hospedagem, mas uma experiência inesquecível neste turismo, que aqui se caracteriza por ser familiar, destinado ao lazer e deslumbramento, com tudo o que a Grande Orlando proporciona.

O resumo de toda essa movimentação pós-crise (2010) e pós-pandemia 2020, é que temos um futuro com boas perspectivas, seja para incorporar/construir, comprar e reformar, ou simplesmente usufruir da renda e valorização constante no médio e longo prazo.

SEGUE O JOGO!

Carlos Abdala é Real Estate Broker / Mortgage Broker (BK 3005081) / (NMLS 1701189) +1 407 308 8536 carlos@carlosabdala.com carlos@mortgagemoneylending.com

redacao@jornalperspectiva.com.br

# Nova atração em Tupã



Parque ocupa área rural com 50 mil metros quadrados

rometido para a segunda quinzena de maio, o Eco Thermas, na estância turística de Tupã, no interior de São Paulo, irá inaugurar espaço que contempla uma mega piscina de água quente, dois ofurôs, uma cachoeira e bar molhado com capacidade para 50 pessoas. Ocupando área de 400 metros quadrados, a novidade recebeu investimento de cerca de R\$ 1 milhão

O contato pleno com a natureza é um dos atrativos oferecidos pelo

Eco Thermas, um parque aquático com pegada diferente, instalado em área rural com 50 mil metros quadrados. Lá é possível conciliar momentos de diversão nos brinquedos e piscinas de água quente, realizar caminhadas, ter contato com animais e relaxar junto

Quem comanda o empreendimento é um jovem casal: a administradora de empresas Mariana Ikeno e o engenheiro civil Aky Takano. Inaugurado no final de 2017, o Eco Thermas passou por grande transformação e atualmente pode receber mais de 1.200 visitantes por dia. As atrações aquáticas são todas com águas

**Eco Thermas:** parque aquático com pegada diferente

quentes e para todas as idades.

Dentre os principais brinquedos estão a Piscina com Cachoeira - um ofurô ao ar livre com paisagismo que lembra os grandes jardins orientais -, o Big Splash e a Baía do Pirata, para crianças e

famílias, a pescaria esportiva, as trilhas ecológicas em meio a uma floresta com 40 mil pés de seringueira. Para completar, na área rural o visitante pode marcar uma experiência para conhecer a Casa da Árvore, realizar trilhas acompanhada por monitores, alimentar e brincar com mini cabras ou descansar à sombra das árvores nos redários espalhados pelo jardim gramado.

Ter contato com os animais e acompanhar a extração do látex nos seringais é uma ótima oportunidade para relaxar junto a natureza. Três trilhas rasgam o campo e percorrem a floresta na sombra, frescor e bemestar, proporcionando momentos para refletir e apreciar o local.

## HOTÉISPOUSADASROTEIROS...



Château Hôtel **Grand Barrail:** acomodações luxuosas

# Hospedagem perfeita em um castelo

ercado por belíssimos cenários ✓naturais, o Château Hôtel Grand Barrail, em Saint-Émilion, numa das regiões vinícolas mais famosas do mundo, na França — a  $40\,$ minutos de Bordeaux -, oferece experiências especiais para quem pretende degustar o melhor do destino. Erguido em um castelo do século 19, o cinco-estrelas recebe os viajantes com infraestrutura de primeira, que contempla acomodações luxuosas, piscina externa, spa, jardins e restaurantes de alta gastronomia. De quebra, o complexo fica pertinho de várias vinícolas e oferece traslados de ida e volta à região central de Saint-

O Château Hôtel Grand Barrail apresenta benefícios especiais para quem pretende conhecer a charmosa

cidade francesa em alto estilo. A promoção "Um Brinde à Vida", por exemplo, oferece três noites em apartamento deluxe, café da manhã, duas taças de champanhe na chegada, jantar no restaurante gourmet do hotel, visita a uma vinícola com degustação de vinhos, duas horas de aluguel de bicicleta e livre acesso ao spa (tratamentos não incluídos).

Até 31 de maio, o pacote para duas pessoas tem tarifas a partir de 995 euros. Entre 1º de junho e 30 de setembro, os preços partem de 1.150 euros. Quem pretende se hospedar maio, junho ou outubro pode aproveitar outra promoção, a "Mais tempo em Saint-Émilion", que permite que o viajante passe quatro noites na cidade e pague apenas três.

# Roda será inaugurada em junho

São Paulo Big Wheel (SPBW) Ainiciou a montagem da maior roda-gigante da América Latina, a "Roda São Paulo", que ficará em área de 4,5 mil metros quadrados, no Parque Cândido Portinari, ao lado do Parque Villa-Lobos, zona Oeste da capital. Com inauguração prevista para junho, o projeto integra as ações do governo do estado para revitalizar a região do Rio Pinheiros.

A roda é sustentada por cabos ou estais especialmente pensados para se integrar à paisagem urbana. Serão 42 cabines de observação com capacidade para até 10 pessoas, arcondicionado, monitoramento por câmeras, interfones e wi-fi. A estrutura também terá iluminação cênica. Quando concluída, a Roda São Paulo, implantada com recursos privados, deve gerar 160 empregos diretos e indiretos. O empreendimento contará com outros 200 trabalhadores na montagem.



O local possui fácil acesso com linha de trem conectada ao metrô, ônibus, além de ciclovias permanentes e ciclofaixas de lazer montadas aos domingos e feriados. A expectativa é receber entre 600 mil e 1 milhão de visitantes por ano, cerca de 10% do atual público frequentador dos parques.

Para explorar o serviço na área a empresa pagará à Secretaria de Infraestrutura e Meio Ambiente (SIMA) R\$ 141 mil mensais ou 10% do valor do faturamento bruto,

#### Roda São Paulo: a maior roda-gigante da América

prevalecendo o maior. Os valores serão transferidos à administração do parque. O entendimento também prevê apoio da SPBW na manutenção e robusto programa de inclusão social e educação ambiental a alunos de escolas públicas, além de beneficiários de programas e projetos sociais das comunidades do Jaguaré. Uma área de convivência integrada ao Cândido Portinari, será construída com materiais sustentáveis, pavimentos permeáveis, soluções de reuso de água e acessibilidade para pessoas com deficiência e dificuldade de mobilidade. A área vai ocupar apenas 3% do parque e receberá enriquecimento arbóreo, favorecendo a biodiversidade nas margens do rio Pinheiros. Será petfriendly.

# Excelência no atendimento a autistas

₹om foco na responsabilidade ∠ social, o Castelo Park Aquático, localizado em Cesário Lange, no interior de São Paulo, capacitou funcionários para atendimento a pessoas autistas e suas famílias. A Incluir Treinamentos foi a responsável pela capacitação, que envolveu cerca de 30 funcionários do parque aquático que lidam diretamente com o público. A empresa é pioneira em consultoria e treinamentos para a inclusão de pessoas com autismo. Durante a capacitação foram abordados temas importantes, como o



Castelo Park Aquático: diversão para toda a família

atendimento inclusivo de excelência e a introdução ao Transtorno do Espectro Autista (TEA), além de vivência e conscientização. Foi feita visita técnica para conferir a acessibilidade do Castelo Park Aquático para o autismo. Com isso, o parque está no caminho para se certificar como uma "Empresa Amiga do Autista". No Brasil, existem cerca de dois milhões de pessoas com autismo.

# Mobilidade e ecologia, parceiras

Da frota atual de 73 mil elétricos, 1/3 circula no estado de São Paulo

**N**ELSON TUCCI

obilidade. Esta é uma das palavras que mais se tem ouvido falar nos últimos anos, e por uma razão bem simples: ela representa um conceito e uma necessidade permanente. A sociedade atual mudou a forma de consumir várias coisas, como livros, revistas, cinema, restaurantes etc. e, claro, a mobilidade entra aqui também. Carros por aplicativos, por assinatura e a expansão dos modelos elétricos são exemplos vivos disso. Por isso, a indústria quer acelerar o número de eletropostos e implementar 135 mil pontos de recarga em todo o país.

Quem já dirigiu um, sabe: o carro elétrico é rápido, silencioso e econômico. Não obstante ser "ecologicamente correto", uma vez que não queima combustível fóssil. O cuidado que se deve tomar para a real performance ecológica é sobre a



geração de energia para alimentar as baterias. Como será produzida a energia para sustentar uma demanda crescente? A energia solar, eólica ou das marés são alternativas que se apresentam e devem, obrigatoriamente, ser consideradas. No tempo presente não faz sentido nenhum se derrubar florestas para criar lagos artificiais e construir hidrelétricas, tampouco utilizar carvão. Desta fase já passamos. E o Brasil com tanto sol, mar e vento tem tudo para liderar o processo

amalgamando mobilidade e ecologia, rumo ao efetivo desenvolvimento

É certo que o automóvel elétrico ainda é caro (em média o dobro do modelo convencional), especialmente porque a sua enorme bateria equivale à metade do custo do veículo. Mas a exemplo de tantos outros itens, na evolução tecnológica, tendência é que as baterias sejam mais duráveis (indo bem além dos atuais 300 km de autonomia) e, claro, mais baratas

Calcula-se a necessidade de 135 mil pontos de recarga no país

com o aumento de escala de produção. Menores, mais eficientes e menos onerosas. Esta é a equação que deve ser perseguida.

No Brasil, a indústria automotiva representada pela Associação Nacional dos Fabricantes de Veículos Automotores (Anfavea) manifestou interesse em ajudar no desenvolvimento sustentável. Luiz Carlos Moraes, presidente da entidade, falou da necessidade de 135 mil pontos de recarga no país, o que deve demandar investimentos de R\$ 14 bilhões. A expectativa, segundo a Anfavea, é termos entre 10% e 18% de elétricos do total da frota em circulação até 2035. A discussão é recorrente e tudo indica que não há volta, até porque sabemos que o futuro será aquilo que fizermos hoje.

Leia Veículos & Negócios atualizada semanalmente em www.veiculosenegocios.blogspot.com.br

## **Faturamento** de R\$ 100 mi neste ano

A rede de sorvete na pedra Ice Creamy colocou como meta o faturamento de R\$ 100 milhões neste ano. Com 100 franquias em vários estados, para atingir a marca o presidente fundador da rede, Émmerson Serandin, decidiu inovar. "Hoje, trabalhamos com o modelo chamado três em um, que combina as operações sorveteria/cafeteria, o ice café e a revenda de sorvete para comerciantes locais", detalha: "A operação tripla potencializa o faturamento dos franqueados".

Recentemente, a rede lançou nova formatação, a franquia "Chave na Mão". É mais uma ação para trazer novos empreendedores à rede. "Oferecemos uma operação com *investimento menor – a partir de* R\$ 59,9 mil – e entregamos a loja pronta para operar", explica o franqueador. "O valor do investimento contempla a taxa de franquia, os equipamentos e os produtos. Mensalmente, o franqueado pagará um aluguel pelo uso da infraestrutura. Além da comodidade, o negócio é lucrativo: 28% em média".

No primeiro semestre, a rede abrirá 10 novas lojas – todas comercializadas até dezembro de 2021. Neste ano, até marco, comercializou 11 franquias que serão inauguradas ao longo do

A franquia segue inovando no desenvolvimento de produtos, caso do Ice Fruit, um gelato de iogurte, cremoso, que pode ser misturado a cinco opções de topping: frutas vermelhas, morango, amarena, torta de limão e maracujá. Novos sorvetes vêm na opção petit e smothies (milkshakes).

# Prevista a retomada das vendas de pneus

Associação Nacional da Associação Pineumáticos (ANIP) divulgou projeções deste ano para o segmento de pneus, vislumbrando crescimentos nos produtos de passeio, comercial leve, carga e motocicleta. Ao afirmar que a recuperação é esperada tanto para os novos quanto para os reformados, a entidade alerta para alguns aspectos. "A retomada se dará principalmente pelo volume de vendas para o segmento de veículos pesados, que deve ser puxado pela próxima fase do Programa de Controle da Poluição do Ar por Veículos Automotores (Proconve), e por uma melhora nas vendas no segmento de veículos leves no mercado de equipamentos originais", diz Klaus Müller, presidente executivo da

O executivo pondera a existência de algumas variáveis que podem frear o crescimento da indústria em 2022, como a falta de semicondutores – que paralisa ou reduz produção de veículos das montadoras -, a alta na taxa de juros no país, a alta no preço dos combustíveis, a inflação que atua diminuindo o poder de compra dos consumi dores e até mesmo

um novo isolamento social: "Em janeiro e fevereiro, o número do mercado de pneus mostrou que a nossa projeção para 2022 é de um ano sem muito crescimento em relação aos anos pré-pandemia".

Em 2021, as vendas totais de pneus fecharam em alta de 9,6% quando comparado com o ano anterior (2020). Embora registrasse crescimento, não alcançou os volumes pré-pandemia. O nível ficou 4,5% abaixo da média esperada.

No mercado de veículos pesados, os números deste ano mostram um pico, próximo a 2 milhões de unidades vendidas para as montadoras, principalmente, por conta do Proconve. Na reposição, 2022 também deve apresentar alta nas vendas, com volume estimado de 6,3 milhões de unidades.

No segmento de passeio (automóveis), o mercado de equipamentos originais deverá ter uma retomada mais lenta, próxima de 4,7% na comparação com 2021, a depender dos semicondutores, em especial. Olhando para a reposição, no entanto, a retomada pode ser mais rápida, com projeção de aumento de 13% na comparação com o ano de 2021.



### ALTA TECNOLOGIA EM REPARO AUTOMOTIVO

«Procure Sempre a Oficina de Sua Confiança»



Rua João Éboli, 57 - Santos



Tel. (13)

3223.2969





frotaventoimports □ oficinafrotavento@uol.com.br



## Autoestima



Atividade física pode amenizar sintomas de asma

# Qualidade de vida aos asmáticos

**D** ara quem convive com a  $m{arGamma}$  asma, uma simples caminhada pode se tornar um grande desafio. Mas, ao contrário do que sugere o enunciado acima, atividade física pode contribuir para o controle do quadro asmático, até mesmo em níveis moderados e avançados. De acordo com a coordenadora do curso de Educação Física da Faculdade Anhanguera, professora Elizimara Augusta Pereira Lima, o sedentarismo deve ser evitado, inclusive por pessoas com asma, que podem elevar o risco de crises por conta da imobilidade: "Além dos medicamentos e acompanhamento médico, o ato de se exercitar irá aumentar a resistência e melhorar a função pulmonar, o que beneficia a qualidade de vida do indivíduo".

A asma é uma doença crônica e comum que afeta os brônquios e bronquíolos, que, quando em contato com substâncias irritantes, irão se contrair para evitar que o qualquer corpo estranho chegue até os alvéolos – processo que dificulta a respiração. Alguns gatilhos podem provocar um acesso asmático, como os ácaros, fungos, pelos e pólens carregados pelo vento, poluição ambiental, fumaça de cigarro. Esforços intensos podem piorar sintomas e provocar broncoespasmos, tosse com chiado no peito e falta de ar. "Por essa razão, um bom condicionamento físico pode prevenir que o paciente exija mais do que o corpo consegue aguentar em atividades do dia a dia", explica Elizimara: "Não é indicado começar a fazer exercícios abruptamente ou sem acompanhamento de um profissional de Educação Física".



Fadiga, sensação de confusão mental...

# Névoa cerebral causada pela Covid-19

Sintomas do brain fog podem aparecer até seis meses depois da infecção

rain fog, ou névoa cerebral, é o nome em inglês dado ao cansaço mental prolongado sentido pelos pacientes após a infecção por Covid-19. Além da fadiga e da sensação de confusão mental, são relatados raciocínio lento e dificuldade de concentração e memorização. De acordo com o psiquiatra Michel Haddad, do Hospital do Servidor Público Estadual (HSPE), o problema por muitas vezes não é identificado ou é ignorado pelo paciente: "As queixas são sobre um esgotamento físico e mental. A pessoa apresenta um cansaço, falta vigor, com dificuldade para raciocinar e para executar tarefas".

Os sintomas da névoa cerebral podem aparecer até seis meses depois da infecção pelo coronavírus.

Porém, seus sinais são deixados de lado pelo paciente por se assemelharem a de outros problemas, como ansiedade, depressão, estresse, jet lag e privação de sono. Apesar do incômodo e dos contratempos que pode causar, o problema costuma desaparecer depois de algumas semanas. O ideal é procurar atendimento especializado quando o quadro se tornar um empecilho na rotina do paciente.

A prática de jogos e exercícios de concentração, linguagem, memória e raciocínio lógico, combinado com atividades físicas, alimentação saudável e boas noites de sono, auxiliam na amenização dos sintomas. Haddad reforça que a Covid-19 e suas manifestações neurológicas ainda estão sendo estudadas e por isso não há tratamento específico para seus sintomas: "A terapia depende de cada caso, por isso, cuidar da saúde de modo integral é o mais indicado".

# **Engravidar com 40** anos, naturalmente

Onquistar a maternidade a partir dos 40 anos pode se tornar uma verdadeira batalha, porque com esta idade as chances de engravidar naturalmente são de apenas 5%. Porém, nem todas as mulheres sabem dessa informação, constatou a Famivita em recente estudo, no qual 48% das brasileiras entrevistadas apontaram desconhecer as chances pequenas; principalmente as mulheres dos 18 aos 24 anos, cujo índice é de 51%. Santa Catarina é o estado com o menor conhecimento sobre as dificuldades de se engravidar após os 40 anos, com 56% das entrevistadas. No Rio de Janeiro, São Paulo e Minas Gerais, pelo menos metade da população

não tem esse conhecimento. Já o Piauí é o estado com o maior conhecimento sobre o dado, sendo que 37% das participantes não sabem que as chances de engravidar após os 40 anos é de 5%. Para quem deseja engravidar após os 40 anos, é importante realizar um check-up antes de começar as tentativas de gravidez, pois na gestação tardia tornam-se mais comuns os casos de diabetes gestacional e abortos. É importante a suplementação com ácido fólico, cerca de três meses antes de decidir engravidar. E ainda compreender o próprio ciclo e ter relações sexuais nesse período, pois é o momento em que as chances de engravidar são maiores.





# O pet ficou doente!

#### A vacinação é contra indicada, pois não produzirá anticorpos

SE o cão sofreu algum acidente ou está com alguma infecção, o tutor deve levá-lo imediatamente ao seu médico veterinário, pois quanto antes for o atendimento, maiores e melhores são as chances de recuperação, pondera o médico veterinário Eduardo Ribeiro Filetti. Ele acrescenta que o profissional realizará um exame clínico detalhado e poderá pedir alguns exames, como sangue, urina e fezes. Se, por exemplo, a glicemia der alta e ele for diagnosticado diabético, o veterinário indicará uma ração especial, com poucos carboidratos e proteínas específicas.

No caso de o pet sofrer uma fratura, Filetti afirma que ele deverá ser submetido a exames radiológicos, com sedação se for preciso, para um bom diagnóstico. Em caso de fratura, a alimentação pode ser mais rica em cálcio e fósforo, para acelerar a cicatrização óssea.

Se a doença for dermatológica, os xampus e sprays podem ajudar na recuperação da pele, além de medicamentos por via oral. Ômegas e vitaminas podem ajudar no processo e no crescimento da pelagem. "O dermatologista



Caso pode ser de internação

veterinário deverá analisar se a patologia é causada por processo alérgico, bacteriano, parasitário, endócrino ou por fungos", alerta.

Os problemas respiratórios são muito comuns em cães e podem ser ter várias causas. Assim, exames radiológicos podem ser necessários. "E também muito cuidado com pulgas e carrapatos, pois eles podem transmitir doenças graves aos cães", lembra o veterinário: "Existem vários remédios para prevenir estes parasitas, em ampolas, comprimidos, coleiras e até injetáveis".

Em cães doentes, a vacinação é contra indicada, pois não produzirá anticorpos. Ouando a medicação oral recomendada for líquida, é possível aplicá-la no canto da boca. Quando forem pílulas e cápsulas, elas serão muito bem aceitas em bolinhos de carne. Em casos de contusões que necessitem de fricções, estas são realizadas manualmente na direção da corrente circulatória (da ponta da pata para cima). Sol matinal é recomendado. O médico veterinário vai analisar se o caso merece internação ou se pode ser tratado em casa. Todo pet doente merece atenção e carinho do seu dono, pois são muito importantes no processo de cura.

Reprodução



Shopito: foco no mercado pet

A plataforma de comércio eletrônico Shopee escolheu para mascote o vira-lata caramelo Shopito na campanha focada em animais de estimação. Fiel representante do carisma brasileiro, o vira-lata caramelo Shopito estará presente nos jogos Shopee (Shopee Bolhas, Shopee Candy, Shopee Recompensas Diárias, Shopee Tabuleiro e Shopee Figurinhas), redes sociais e blog da Shopee. "O vira-lata caramelo

foi escolhido por reforçar os atributos da nossa marca: simples, feliz e amigável", disse Felipe Piringer, responsável por marketing e estratégia na Shopee. O mascote também incentivará doações para a ONG Anjos de Pata, que resgata e reabilita animais em situação de risco e os encaminha para adocão, que agora faz parte da seção Shopee Doações. As ações ocorrem simultaneamente ao Abril Laranja, mês em que a sociedade se mobiliza na prevenção contra a crueldade animal. Para realizar denúncias e adoções, a instituição possui os canais abertos WhatsApp (19) 98602.5874 e página no Instagram.

### **Gente & Fatos**



 2ª Semana da Compostagem de Santos acontecerá entre os dias 1º e 7 de maio, iniciativa conjunta do coletivo Composta & Cultiva, da ONG Santos Lixo Zero e da secretaria municipal de Meio Ambiente da prefeitura de

Santos, por meio do Programa

Casa Museu Ema Klabin, no

Jardim Europa, capital paulista,

promove a série Hóspede, com

curadoria de Gilberto Mariotti,

(2017), da artista Flora Rebollo,

com exposição da obra Ovo

que ficará instalada até 29 de

Janeiro (1923), de Tarsila do

para instalar obras

a coleção permanente.

Amaral. Série convida artistas

contemporâneas a dialogar com

• Atriz e produtora cultural,

Denise Fraga será homenageada

na próxima edição do Fescete, o

Festival de Cenas Teatrais, que

acontecerá de 16 de junho a 1º de

julho, com o tema "Reconexões".

• Portinari marca presença em

Casacor, que acontece de 27 de abril e 26 de junho, no icônico

Barbosa, palacete localizado no

Jardim Botânico e cercado por

casarão do Instituto Brando

um jardim de 12 mil metros

• Vinte e um carros da

quadrados de Mata Atlântica.

Companhia Ond'Azul Rádio-

Táxi receberam em abril, em

Santos, o selo de Empresa

Acessível, pois, além de um

veículo adaptado com rampa

foram treinados para atender

com excelência pessoas com

Deficiência, da secretaria

para cadeirantes, os motoristas

autismo ou portadores de alguma deficiência. A ação foi promovida pela Coordenadoria de Defesa de Políticas para a Pessoa com

municipal de Governo (Segov), e contou com a participação da

vice-prefeita Renata Bravo, que

juntamente com o secretário de

• Tribe Festival retorna em 14

de maio, no Parque Maeda, em

Itu, no interior do estado de São

comemorativa de 20 anos, com

a pretensão de entregar o

melhor line-up, cenografia,

estrutura sonora e vibe, em

pesada e atendimento de

qualidade.

ambiente mágico, sonzeira da

adesivou o primeiro veículo,

Governo, Flávio Jordão,

Paulo, para edição

10 projetos na edição carioca da

maio ao lado do quadro Rio de

Composta Santos.

Time Blukit, de Blumenau/SC, com as proprietárias Bianka Rosa Censi e Maria Aparecida Lembek; e empresários santistas, Lucas Dalla Vecchi, da Cruz de Malta; e Mareli Sanches, da Metal & Cia.: estande movimentado na Feicon, com diferenciais em peças de reposição, como o Kit Conversor para Registros.



Caroline Vender: vicepresidente corporativa de Planejamento, Estratégia, Pessoas e Sustentabilidade da **SKIC (Sigdo Koppers** Ingieneria Y Construccion), foi reconhecida como uma das "Mulheres Líderes Criando um Mundo Sustentável", prêmio concedido pelo **Women Economic** Forum Chile 2022 às lideranças referências na área.

Leandro

Merighi

Bastos, da Anamar, e

Alessandre

Fasanelo.



Ronaldo Tenório: CEO da Hand Talk, startup com o propósito de quebrar barreiras de comunicação entre surdos e ouvintes, é Empreendedor do Ano pela EY, pelo trabalho da startup alagoana na categoria Impacto Socioambiental.

Por Sandra Netto

www.blogcomsandranetto.blogspot.com.br sandranetto@jornalperspectiva.com.br

Sandra Netto



incentivar a parceria entre os empreendedores.

da Ciser: uma vez por mês, almoço reúne empresários e profissionais da indústria imobiliária, no Empório Dom José, no Embaré, em Santos, visando

Divulgação



Paulo Camargo: presidente da Divisão Brasil do McDonald's, assumiu a presidência do Instituto Foodservice Brasil (IFB), para o período 2022/2023: "Temos o grande desafio de apoiar o setor de Foodservice na retomada pós-pandemia e tenho certeza de que o IFB será protagonista nesse processo com o apoio dos nossos associados".



Jaiane Santos da Cruz, a Jay: 20 anos, a modelo brasileira, natural de Araci, na Bahia, foi eleita a mais bonita da lusofonia na 6ª edição do Miss CPLP-2022, realizado em Lisboa, Portugal, entre belas finalistas de Angola, Cabo Verde, Guiné-Bissau, Moçambique, Portugal e São Tomé e Príncipe. Sua participação foi fruto da parceria entre a Namib Pro Models e o Shopping D.

**Perspectiva** 

# Tradição síria

Casal trouxe as receitas e conceitos do país de origem

**B**RUNO **S**CARPA

ob o comando do casal sírio Ola Barade e Salam Alzubedi, o Damasco 013 busca proporcionar o melhor da culinária árabe em Santos. Com quatro meses de casa, o casal vindo da Síria trouxe à cidade as receitas e conceitos de seu país natal.

Dentre os deliciosos pratos estão o babaganuch (pasta de berinjela), o homus, a tradicional kafta (carne moída grelhada temperada com o exclusivo tempero sírio) e o charuto de folha de uva enrolado com carne moída e arroz temperado também com o tempero sírio.

O Damasco 013 dispõe de vários sabores de esfihas, com destaque para a de espinafre com uva passa e a esfiha de zattar. Os kibes fritos e assados também são uma ótima pedida, juntamente com as folhas de charuto de repolho e a de uva vegetariana.

A parte dos doces fica por conta do halawi, o ninho de damasco, composto por massa de macarrão recheada com geleia de damasco, burma de nozes, dentre outras diversas opções de sobremesas. A bebida típica da casa e preferida pelos frequentadores é a limonada síria, que harmoniza limão e hortelã.



Damasco 013: entre os deliciosos pratos, babaganuch (pasta de berinjela), o homus, a tradicional kafta (carne moída grelhada temperada com o exclusivo tempero sírio)...

Divulgação

O Damasco 013 fica localizado no Boqueirão, Avenida Washington Luiz, 565, 4° andar, com entrada pelo Clube XV. Horário de funcionamento, de terca-feira a domingo, das 12 às 15h30 e das 16 às 21h30. Nas redes sociais pode ser encontrado como Damasco 013.

# Festival do Pinhão na Mantiqueira

₹ampos do Jordão e Santo Antonio do Pinhal, no interior do estado de São Paulo, realizam até 29 de maio o Festival do Pinhão, capitaneado pela Cozinha da Mantiqueira. Com adesão de restaurantes e bares, o festival apresenta cardápios elaborados com pinhão e ainda proporciona ao visitante uma experiência gastronômica rica nos sabores da Mantiqueira. "O pinhão é o símbolo da chegada do outono com suas cores deslumbrantes e o início do frio na região. Nesse período é comum ver celebrar a chegada da semente em frente aos fogões a lenha, lareiras e nas tradicionais sapecadas", conta Anderson Oliveira, presidente da Associação Cozinha da Mantiqueira.

# Mestre Elias, o eterno Mister Santos



professor de Educação Física e fisiculturista Elias Neves foi entrevistado pelo Programa Memória-História Oral em 24 de julho de 2014, no estúdio da Universidade São Judas — Campus Unimonte. Um dos fundadores do Clube Santista de Halterofilismo, Elias contou sobre seus primeiros passos no esporte e de sua experiência na organização do concurso Mister Santos, o segundo mais antigo do mundo no gênero. Divulgação CSH

ELIAS Oliveira Neves nasceu em 11 de agosto de 1933, em Santos, e passou parte de sua infância e juventude nos bairros do Macuco e Embaré. Aos 16 anos, em 1949, iniciou atividades esportivas no Clube de Regatas Saldanha da Gama aos finais de semana,

praticando o halterofilismo. A modalidade era pouco conhecida na época e contava com poucos adeptos experientes, o que tornou o início algo bastante difícil. Com o constante crescimento de adeptos da modalidade, em 25 de outubro de 1950 foi fundado o Clube Santista de Halterofilismo (CSH). Estavam presentes na fundação os halterofilistas Elias Oliveira Neves, Jattil Cardim, César Natário, Pascoal Bertoni, Gérson Dória, Jaime Justo da Costa, Ernesto Monegatto, Carlos Tozzi e Alfredo Sanches Fernandes. Nascido com pouca expressão, o CSH tornou-se uma lenda, vencendo campeonatos nacionais e internacionais. Hoje sua sede fica na Praça dos Andradas, no Centro Histórico de Santos.

Elias Neves participou da primeira competição esportiva em 12 de setembro de 1951, no primeiro campeonato interno do Clube Santista de Halterofilismo. Em 1958 casou-se com sua primeira namorada, Marlene Berretare Oliveira Neves. No ano seguinte nascia sua primeira filha, Gisele, e em 1963, sua esposa deu à luz a sua segunda filha, Denise.

Elias acumula diversos títulos em sua carreira de atleta, tendo se sagrado pentacampeão do Mister Santos, tricampeão do Mister São Paulo na categoria absoluto e octacampeão na categoria até 1,68 m, tricampeão



brasileiro de fisiculturismo, vice-campeão sul americano. campeão de levantamento olímpico e levantamento básico, além de diversos outros títulos de competições no interior e litoral paulista.

Aposentado das competições, Elias passou a atuar como técnico e dirigente do esporte, tendo sido, em 1960, um dos fundadores da Liga Santista de Halterofilismo e mentor de dezenas de atletas que procuravam em sua experiência a orientação necessária para, assim como ele, tornarem-se campeões. Obteve destaque como campeão brasileiro de Fisiculturismo e chegou à Seleção Brasileira, onde conseguiu o título sul-americano de Fisiculturismo por equipe e um vice-campeonato no levantamento de

peso. Como técnico foi várias vezes campeão sulamericano e brasileiro.

Sobre o Mister Santos, comenta mestre Elias: "É o segundo evento de fisiculturismo mais antigo do mundo. O primeiro é o Mister Universo (Universe Championships), na Inglaterra, promovido desde 1948 pela Nabba (National Amateur Bodybuilders Association). No nosso, há várias categorias e oferecemos o prêmio especial para a melhor simetria e definição muscular, compatível com o que é exigido pelas regras da Federação Internacional".

Atleta, técnico, árbitro, dirigente, professor, Elias Oliveira Neves é sem dúvida um dos grandes destaques do esporte amador santista, e um dos nomes mais representativos da história do fisiculturismo no Brasil e no mundo.

Assista a entrevista completa de Elias Oliveira Neves no canal oficial do Programa Memória-História Oral no Youtube, em www.youtube.com/ programamemoriahistoriaoral



Conheça o trabalho desenvolvido pela Fundação Arquivo e Memória de Santos: acesse o site www.fundasantos.org.br