

JORNAL

images

DA ILHA

FELIZ ANIVERSÁRIO, FLORIANÓPOLIS!

*Cidade reconhecida
pela exuberância ganha
novos contornos*

• Página 5

Foto: Gabriela Dequech/arquivo pessoal

*Obras de
mobilidade
devem se
concluídas
em três
anos*

Femina

MODA

Outono “classudo”

• Página F4

Foto: Walmor de Oliveira



*A cor marsala mostra sua
versatilidade*

> AGENDA

EXPOSIÇÃO



Zica Arte

A artista plástica Kaká Moreira apresenta a exposição Zica Arte, com cinco obras pintadas em algodão cru, esticado em aros reutilizados de bicicletas. A proposta carrega em si o conceito da sustentabilidade, ao dispor do reaproveitamento de materiais em sua criação visual. Até o dia 31/03, no Espaço Cultural da Livrarias Catarinense, no Centro. A entrada é gratuita. Mais informações: 3271-6001.

Topografia da Alma

Radji Schucman cursou economia, turismo, filosofia e cinema e resolveu largar tudo e tirar fotos do que via. Com um telefone celular em mãos e um olhar diferenciado, saiu a fotografar pessoas e momentos. Ao retornar ao Brasil, organizou tudo e lançou o fotolivro Topografia da Alma. O conjunto de quase 100 fotografias reúne fotos registradas entre 2012 e 2013, no Brasil, Europa, Marrocos e Turquia. Até 17/04, na Fundação Cultural Badesc, com entrada gratuita. Mais informações: 3224-8846.



CINEMA

Documentários

Visceral Brasil, Sob o céu de zafé, Estilo Laurentino e A raiz do amor são alguns dos destaques das sessões de cinema oferecidas gratuitamente. De 26/03 a 29/03, no Centro Integrado de Cultura (CIC). Confira a programação completa em: www.fcc.sc.gov.br/pagina/17185/programacaodocinematic.

JOGOS

Cassino Mall

Uma estrutura com tradicionais jogos de cassino como Roleta, Blackjack e Craps oferecem diversão para toda a família e de graça. A entrada de menores de 18 anos é permitida apenas na presença dos pais. Para jogar, cada pessoa recebe 50 Cassineras, dinheiro fictício criado pela empresa responsável pelo projeto. Até o dia 31/03, no 2º piso do Shopping Iguatemi.

PROCISSÃO

Senhor dos Passos

A 249ª edição da Procissão do Senhor dos Passos deverá reunir milhares de fiéis no cortejo pelas ruas de Florianópolis. Esta, que é a mais antiga e maior celebração religiosa de Santa Catarina, foi tombada pelo Conselho Estadual de Cultura como Patrimônio Cultural Imaterial de Santa Catarina. Dias 21/03 e 22/03, no Centro. Mais informações sobre a programação completa na página do evento: www.facebook.com/procissaosenhordospassos.

ATENÇÃO

Pregos em laranjas

Quem passa pela região de Ratonas, em direção ao Norte da Ilha, precisa tomar cuidado com esse golpe: laranjas são colocadas no meio do asfalto para que os veículos passem por cima. O grave da história é que dentro dessas frutas têm pregos, para que furem os pneus. Portanto, muita atenção ao trafegar por lá!



TELEFONES ÚTEIS

Construções irregulares:

SMDU - 3251-4951

Pró-Cidadão - 156

Disque Ecologia (Fatma) - 1523

Tele-denúncias (SSP) - 1683

Defesa Civil - 199

> CARTA AO LEITOR

O mês de março começou criativo com a matéria, na edição anterior, sobre a retrospectiva do artista plástico Luciano Martins, que está com uma exposição especial no CIC até o final deste mês. É imperdível! Já para a edição desta quinzena, valorizamos alguns conceitos para a cidade em seu aniversário buscando abordar pontos presentes e futuros, por algumas óticas diferentes.



Inicialmente, tivemos o privilégio de uma entrevista exclusiva com Vinicius Lummertz, o número 2 do Ministério do Turismo. Ele traz sua perspectiva com o plano plurianual nacional de Turismo (2012-2016) para o Brasil, e contextualizando Florianópolis no mapa. Na matéria "Floripa contornada", o secretário municipal de Obras, engenheiro Rafael Hahne, aborda a mobilidade e a planificação da cidade para os próximos anos. De ônibus (BRT) a teleférico e transporte marítimo. O que ele tem a dizer?

Ainda no conceito de cidade, o caderno Arquitetura & Decoração traz duas pautas impactantes para a cidade, sugestões do nosso colunista, o arquiteto Mário Pinheiro. Os parklets, estruturas urbanas de lazer que são originárias de São Francisco, na Califórnia (EUA), chegam ao Brasil, mais especificamente a São Paulo. Eles já "caminham" por Florianópolis a exemplo da área reurbanizada pela Koerich Imóveis, próxima à igreja Luterana, na Rua Nereu Ramos. E, para embelezar a cidade, novas esculturas têm sido encomendadas aos artistas plásticos e Rô Rita é um deles. Já há algumas obras do artista embelezando prédios da capital.

No caderno Femina, a coluna do Dr. Jamil Mattar Valente esclarece a diferença entre algumas das estatinas, uma dúvida bem comum atualmente, e o ginecologista Jean Maillard fala sobre as causas e conseqüências da endometriose.

Uma boa leitura!

Hermann Byron

CONFIRA OUTROS EVENTOS NO BLOG DO JORNAL (WWW.IMAGEMDAILHA.COM.BR/BLOG)

O Imagem da Ilha oferece 500 exemplares a mais nos seguintes locais com reposição semanal:

Beiramar Shopping: Café Fanny
Shopping Iguatemi: Café Cultura (1º piso)Jurê Internacional: Doce de Pelotas (Jurê Open Shopping)
SC-401: Verde & Cia Garden Center (Sentido Centro)

Publicação quinzenal da Editora de Jornais Imagem da Ilha com distribuição gratuita para a região da Beira-Mar Norte, via mala direta etiquetada, e com distribuição porta em porta nos bairros Santo Antônio de Lisboa, Cacupé, João Paulo, Jardim Anchieta e Parque São Jorge.

TIRAGEM: 10.000 exemplares - MALA DIRETA: 9.500 Assinantes

Direção geral: Hermann Byron Neto - Edição: Gabriela Morateli - Textos: Gabriela Morateli e Gabriela Dequech - Conselho editorial: Hermann Byron Neto, Gabriela Morateli e Urbano Salles -

Diagramação: Edson Egerland - Jornalista responsável: Gabriela Morateli (RP0041871/SC)

Tel. comercial: (48) 3024 2747 - Celular Comercial: (48) 9162 8040 -

e-mail: hb@imagemdailha.com.br

Telefone Redação: (48) 3028 3778 - Impressão: Diário Catarinense

Os artigos assinados não refletem necessariamente a opinião do jornal, sendo de inteira responsabilidade de seus respectivos autores

Troca de endereços, comentários e sugestões para o e-mail redacao@imagemdailha.com.br.

> ENTREVISTA

“Insegurança jurídica afasta bilhões”

Vinicius Lummertz fala sobre as demandas do turismo no País e aqui na Capital

Urbano Salles

Ele é hoje um dos catarinenses mais influentes em Brasília. Secretário Nacional de Políticas de Turismo do Ministério do Turismo desde setembro de 2012, reconfirmado para o segundo mandato da presidente Dilma Rousseff, Vinicius Lummertz ocupa um dos cargos mais importantes na hierarquia do Ministério do Turismo. Nessa entrevista ao Imagem da Iha, ele fala sobre os desafios do turismo no Brasil e especialmente em Florianópolis.

Imagem da Ilha - Quais prioridades o senhor destacaria do Plano Nacional de Turismo (PNT) 2013-2016? O que já foi implantado e o que está sendo programado para os próximos dois anos?

Vinicius Lummertz - O ano de 2014 foi recorde histórico em movimento turístico. Passamos de 200 milhões de viagens – a Copa ajudou. O turismo interno está na direção das metas do PNT e já somos a sexta economia turística do mundo, e a terceira maior aviação civil. Porém no turismo internacional ainda estamos distante das metas, mas crescendo. Superamos a pauta de exportação do café e de aviões. Ainda estamos por alcançar o nosso potencial. As dificuldades no turismo internacional são por causa da taxa de câmbio. Além dos custos e da distância de grandes emissores, temos a questão da escala e do grau de maturidade do produto, do destino turístico. Estamos acordando tarde para o turismo profissional, mas podemos ir muito longe.

Qual é a importância do setor privado na execução dessa política nacional de turismo?

É nos investimentos, que cresceram muito a partir dos grandes eventos. Hoje temos 450 hotéis sendo construídos no Brasil e houve evolução em concessões de aeroportos – o que não houve igualmente em marinas, portos turísticos nem



Foto: Divulgação

Segundo o secretário, a evolução do turismo acontece quando surgem investimentos em diversas áreas, como: serviços, cultura, arte e artesanato, indústria e agricultura familiar

no uso de parques naturais à exceção dos concessionados Iguazu, Noronha e Tijuca. Em Santa Catarina, existem mais de 20 parques, mas pouca visitação.

O senhor citaria uma cidade ou região do país que sirva de exemplo para quem deseja aumentar a movimentação turística?

Temos bons exemplos em toda parte. Rio de Janeiro, Gramado, Foz do Iguaçu, Balneário Camboriú, Fortaleza. A grande evolução acontece quando surgem investimentos e a população percebe que o turismo é um grande estimulador dos serviços, da cultura, arte e artesanato, da indústria e mesmo da agricultura familiar. Florianópolis evoluiu muito em gastronomia.

Superar o turismo sazonal, com temporadas curtas, é um desafio pa-

Florianópolis precisa fazer uma escolha por manter a sua magia e ainda assim se desenvolver. Buscar qualidade. Um turismo qualificado, espalhado ao longo do ano será sempre melhor negócio

ra cidades como Florianópolis. O que o senhor sugere para combater esse problema?

O PIB turístico de Florianópolis é alto, uns R\$ 2 bilhões. Mas não conta com o reconhecimento da sociedade nesta escala. O setor de eventos é a principal mola propulsora para combater a sazonalidade – mas não apenas no turismo de congressos de negócios e festas, que podem ser expandidos, mas podemos qualificar os parques naturais e investir na relação com o mar. O complexo náutico catarinense pode ser um novo vetor de desenvolvimento do Estado ao lado de dois novos que surgiram: o logístico-portuário e o tecnológico.

Pesquisas indicam que boa parte dos estrangeiros que nos visitaram nesse último verão vieram de outros países além dos nossos vizinhos do Cone Sul. O que mais atrai esses visitantes tão especiais e o que fazer para acolhê-los melhor?

Florianópolis precisa fazer uma escolha por manter a sua magia e ainda assim se desenvolver. Buscar qualidade. Um turismo qualificado, espalhado ao longo do ano será sempre melhor negócio. Mas isso requer um entendimento que ultrapasse as esquizofrenias de Florianópolis com relação ao seu crescimento. Florianópolis é capital política, capital do

conhecimento, capital ambiental, capital marítima e capital turística. Com tantas opções pode optar por qualidade. Deve ter coragem de assumir e controlar estes papéis.

Pesquisas indicam que o trânsito é a principal queixa de quem visita Florianópolis, lembrando que a maioria chega de carro. O que fazer para melhorar essa situação? Falta investimento dos governos em infra-estrutura?

A nossa cidade ainda é a melhor cidade do Brasil para se viver. Nosso tempo médio de deslocamento para o trabalho é razoável comparado com Rio, Salvador e mesmo cidades menores. Faltam investimentos e falta aprofundar novos modelos de mobilidade, o que está sendo feito pela Prefeitura, Governo do Estado e Governo Federal. Não é tarefa fácil.

Qual sua opinião sobre a polêmica dos beach clubs? A insegurança jurídica inibe os investimentos?

Os beach clubs estão consagrados. São um ativo da cidade. Devem conviver harmoniosamente com os moradores. São um bom negócio para Florianópolis. Trazem resultado para a economia. Ajudam a pagar as nossas contas que são muito caras – temos boa saúde pública e boa educação básica, mas para continuar e melhorar vamos precisar de empresas, empregos e impostos. Muito importante: Florianópolis precisa de equipamentos turísticos e não só de apartamentos e garagens. O maior problema para o desenvolvimento do turismo ainda é a insegurança jurídica. A indefinição do que pode e não pode. Isto afasta bilhões em investimentos e empregos.

O senhor concorda com a construção de um teleférico em Florianópolis?

Não conheço o projeto, mas sou simpatizante, pois parece ser de baixo impacto. É lúdico e de utilidade para todo tipo de mobilidade.

TUDO COM **50** ^A **70** % OFF

Promoção válida enquanto durar o estoque.

SK
Shopping Kilar

Largo Benjamin Constant, 595 • Centro
48 3028 3044
www.shoppingkilar.com.br



Raul Sartori

raulsartori@raulsartori.com.br

Gesto

Romário faria um gesto de sinceridade se não viesse a Florianópolis, dia 23 de março, só para receber o título de cidadão honorário da capital catarinense. Se para badalar na noite, namorar, tudo bem. Sinceridade implica em reconhecer, no caso, que não prestou absolutamente nenhum "relevante serviço" à coletividade florianopolitana. Tudo que vier além disso é bajulação. E da mais servil e ras-teira.

Oscar gay

Primeiro homossexual assumido a comandar uma capital – foi prefeito durante outubro de 2014 – o vereador florianopolitano Tiago Silva teve seu nome anunciado ontem como o grande ganhador do Oscar Gay 2015, maior honraria do notável Grupo Gay da Bahia. Entre os demais 45 homenageados está o ator José Mayer, que fez o papel do bissexual Cláudio, na novela "Império".

Mulheres

As deputadas estaduais mulheres estão um tanto magoadas com o governador Raimundo Colombo, porque nas vésperas do Dia Internacional da Mulher

Chapéu alheio

Se o deputado estadual João Amin (PP) fizer uma consulta com gente mais esclarecida ouvirá, seguramente, que a forma que ele encontrou para não abrir mão do auxílio-moradia de R\$ 4,3 mil mensais da Assembleia Legislativa – optando por doá-lo para entidades de saúde e sociais – é fazer benemerência com chapéu alheio. O correto é renunciar ao benefício fazendo que o valor retorne aos cofres públicos para execução das políticas públicas, pagamento de professores, escolas, saúde e outras necessidades tão gritantes. Doar, no caso, deixa questionamentos. Quem duvida que por ali tem início a campanha para a próxima eleição?



Desobediência

Apesar de o governo federal proibir as universidades de reajustar suas mensalidades acima de 4,5%, todas as catarinenses aumentaram acima daquele patamar. E isso tende a dar bulha.

– comemorado dia 08 de março - ele vetou integralmente projeto de lei da deputada Ana Paula Lima (PT), pela criação do Observatório da Violência contra a Mulher em SC. O Executivo manteve certa coerência: SC assinou o Pacto Nacional de Enfrentamento à Violência Contra a Mulher, mas não saiu da gaveta.

Pirataria

A indústria de cigarros Philip Morris sinalizou que pode deixar SC, não apenas pelo momento econômico atual, mas também pelos prejuízos (R\$ 150 milhões por ano) com a falsificação de seus produtos. Realmente, ninguém aguenta.

Criar filhos

Florianópolis é a primeira cidade de um ranking elaborado pela Delta Economics & Finance com exclusividade para a revista "Exame", onde se permite uma melhor educação e criação de filhos atualmente. A capital catarinense, com 500 mil habitantes, tem o terceiro maior Índice de Desenvolvimento Humano (IDHM) do Brasil, que mede a renda, longevidade e educação da população. No extremo oposto está Santarém, no Pará. Com um IDHM considerado médio, a cidade teve as piores pontuações nos oito critérios analisados.

Urgência rejeitada

O plenário da Câmara dos Deputados rejeitou, por 274 votos a 141 e cinco abstenções, o regime de urgência para apreciar projeto de lei do deputado Esperidião Amin (PP-SC), que muda o nome da BR-282, em SC, de Rodovia Ulysses Guimarães para Rodovia Presidente Nereu Ramos. O projeto continua em pauta, mas terá que aguardar mais um tempo na fila para deliberação. Como se sabe, a Câmara vive momentos mais que tensos por estes dias.

ALIANÇA FRANCESA.
UMA ALIANÇA COM O MUNDO.

Aprenda a língua e a cultura francófona e fique a vontade para falar com mais de 200 milhões de pessoas nos 5 continentes.

INÍCIO DAS AULAS.
9 DE MARÇO

Matrículas abertas para Regular, Semi-Regular e Semi-Intensivo.
E-mails: Ateliers de Viagem, Pronúnciação, Preparação Capes, Civilização, Literatura e Conversação.

Ligue e tire suas dúvidas: 3222 8925
www.affloripa.com.br

af Aliança Francesa
Florianópolis

Desperdício

Quase que diariamente se sabe de comitivas de prefeitos e vereadores indo à Brasília pedir liberação de recursos ou financiamentos para seus municípios. Ao mesmo tempo que se tem que reconhecer este esforço, há um outro lado, cruel: o da concentração de recursos na União, obrigando Estados e Municípios a mendigar, literalmente.

Missões de Bauer

Como integrante da Comissão de Relações Exteriores, o senador Paulo Bauer (PSDB-SC) já tem as primeiras ocupações: saber mais sobre o escândalo de corrupção na Petrobras mundo afora e quais outros motivos, além de governos bolivarianos que olham para trás, de o Mercosul não ir adiante.

Irrelevâncias

Que sirva de exemplo, inclusive para a Assembleia Legislativa, projeto aprovado na Câmara de Vereadores de Itajaí que fixa critérios para a instituição de datas comemorativas no município. O objetivo é acabar com leis determinando comemoração de datas sem real importância para a sociedade local. Novas datas comemorativas só serão criadas após a realização de consultas e audiências públicas, devidamente documentadas, com organizações e associações vinculadas aos segmentos interessados.

O campeão

Investigado pela Operação Lava-Jato, o ex-deputado federal João Piazzolatti (PP-SC) está ganhando mais notoriedade

Ameaça

A classe empresarial catarinense viveu horas tensas nos últimos dias com o boato de que a Embraco, que em Joinville tem uma planta industrial com 5 mil funcionários, estaria disposta a deixar SC. A empresa desmentiu, mas não escondeu sua contrariedade com o aumento nas tarifas de energia elétrica, que no Estado chegará a 34%, e a diminuição da desoneração da folha de pagamento, entre outras e recentes medidas governamentais.

de negativa com a descoberta de que é o campeão em gastos de passagens aéreas desde que a Câmara dos Deputados acabou com a farrá do benefício, em 2009. Ele gastou R\$ 967.533,58 para viajar durante todo o seu mandato, mais que o ex-presidente da Casa, Henrique Eduardo Alves (PMDB-RN). O levantamento foi feito pelo site Congresso em Foco.

Caixa-preta

Quando for aberta a caixa-preta do sistema elétrico nacional (leia-se Eletrobras), um nome catarinense, que não pode se tornar público no momento, virá à tona; não necessariamente por estar metido em falcatruas bilionárias, mas porque poderá explicar muita coisa. Quem viver, verá.

> C I D A D E

Floripa contornada

Cidade passa por obras de mobilidade após longo período de indefinições

Foto: Divulgação PMF

Gabriela Morateli e Gabriela Dequech

Florianópolis faz 289 anos no dia 23, segunda-feira, e, de presente, está passando por um processo de replanejamento de mobilidade bastante anunciado nos últimos meses, mas até então com algumas indefinições: as obras do anel viário. A primeira etapa iniciou em janeiro deste ano, quando começaram a ser retiradas as árvores que ocupam o trecho entre o Direto do Campo e a sede da Polícia Federal na marginal da Avenida Beira-Mar Norte. A Prefeitura estipulou um prazo de três anos até a implantação total do anel, que terá 17 km e fará todo o contorno na região central, passando pelo Terminal de Integração do Centro (Ticen), Beira-Mar Norte, Trindade, Pantanal, Saco dos Limões e Prainha.

Uma das interferências para a execução total do projeto foi a cessão de uso de parte do terreno da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), na Rua Deputado Edu Vieira, no Pantanal, para as obras de duplicação da via. A Prefeitura recebeu autorização do Conselho Universitário, mas aguarda a aprovação de outros órgãos federais, já que o terreno é patrimônio da União. Segundo a assessoria de imprensa, até o projeto ser aprovado pelo Conselho em 2014, ele precisou passar por uma série de alterações para que contemplasse os pedidos dos conselheiros e da comunidade, como metragem dos prédios atingidos e a especificação do projeto básico e executivo.

Por isso, teve que ser reapresentado para a Caixa Econômica Federal, tendo em vista que o primeiro projeto já havia sido aprovado antes para financiamento. Agora, aguarda nova aprovação. Segundo Rafael Hahne, secretário de obras de Florianópolis, o objetivo é que as obras dessa região comecem ainda no primeiro semestre. Já a cessão por parte da Eletrosul, também no Pantanal, de uma área de aproximadamente 6,4 mil metros quadrados, está aguardando ajustes e a conclusão do projeto. Rafael Hahne explica que no local haverá também um elevado só para ônibus.

AS OBRAS

Após o início da primeira etapa, as obras seguem para o trecho do Terminal de Integração da Trindade (Titri) e estendem-se até a altura da Secretaria

Municipal de Saúde, em frente ao Shopping Iguatemi, na Trindade. Entre as melhorias que serão executadas, além da implantação das faixas exclusivas para o transporte coletivo e, dependendo do trecho, faixas preferenciais para o transporte público, o projeto prevê ainda melhora nas calçadas ao longo da via, sistema de controle de semáforo integrado, sinalização horizontal e vertical, faixa para pedestres e abrigos de passageiros.

Com essa nova configuração, todos os corredores de ônibus irão se unir ao anel. Os terminais de integração que já existem continuam fazendo parte do sistema e alguns bolsões de estacionamento que ficam em frente aos prédios da Avenida Beira-Mar Norte serão mantidos, outros serão adaptados para receber as obras do anel viário.



O mapa mostra quais pontos fazem parte do anel. Abaixo, as readequações na Rua Deputado Edu Vieira, no Pantanal, e na Avenida Beira-Mar Norte

Obras iniciaram em janeiro e Prefeitura promete três anos até sua conclusão

acessos terrestres e marítimos, com a implantação de atracadouros e o teleférico. “Temos esse desafio para os próximos anos, mas sem prazo definido, pois a prioridade para o município é o anel viário”, destaca.

NADA DE BRT

Em Florianópolis, o BRT (Bus Rapid Transit), ou Transporte Rápido por Ônibus, tem sido pautado pela população como uma possível solução para os problemas relacionados ao transporte e mobilidade urbana, porém o secretário de obras do município explica que, neste momento, não será possível implantar o sistema, pois para criá-lo há uma série de requisitos que precisam ser atendidos. “Agora nós temos a captação de recursos para o corredor exclusivo de ônibus. Não queremos rotular como BRT, pois talvez essa não seja a solução no final do processo”, esclarece.

De acordo com o secretário, a intenção é diminuir as interferências no trânsito da Beira-Mar Norte para garantir fluidez no trânsito. As passarelas de pedestres em frente ao Centro Integrado de Cultura (CIC) e Shopping Iguatemi, serão mantidas.

Segundo ele, o município sempre recebeu muitas obras pontuais, mas nunca teve um planejamento completo de obras de infraestrutura. “Esse dois últimos anos de trabalho serviram para criar uma rede de planejamento a longo prazo, com uma série de ações”, destaca. As obras contam com recursos municipais, estaduais e federais, dentro do Programa de Aceleração do Crescimento (PAC), estão orçadas em torno de R\$ 150 milhões.

Rafael Hahne explica ainda que o recurso federal sempre trabalha por projetos, embora exista um planejamento global. “Temos um planejamento de investimento para os próximos cinco anos, e se o recurso não vier, temos que prorrogar esse prazo”, completa. Um desses projetos é fazer a integração dos

De acordo com a Embarq Brasil, empresa que auxilia governos e empresas no desenvolvimento e implantação de soluções sustentáveis para os problemas de transporte e mobilidade nas cidades brasileiras, a maioria dos BRT implantados com sucesso, possuem características semelhantes: corredores dedicados para a circulação do transporte coletivo; embarque e desembarque no mesmo nível dos veículos, tornando o processo mais rápido; sistema de pré-pagamento de tarifa; veículos de alta capacidade, modernos e com tecnologias mais limpas; transferência entre rotas sem incidência de custo; integração com outros modais de transporte; centro de controle operacional; priorização semafórica; informação em tempo real ao usuário; e acessibilidade universal.

No Brasil o sistema foi implantado pioneiramente em Curitiba e hoje existe em mais de 160 cidades ao redor do mundo. Para o secretário de obras Rafael Hahne, além de não ter como cumprir os pré-requisitos, Florianópolis ainda não tem demanda suficiente para a implantação do BRT. “O ideal seria em torno de 20 mil pessoas utilizando o transporte em horário de pico, hoje esse número está em torno de quatro mil no município”, justifica. Além disso, outros fatores desestimulam a adequação ao sistema: “Temos uma frota de 500 ônibus, não podemos tirá-los de linha agora e trocamos por outros”. Para ele, o grande desafio é deixar o sistema pronto pra ser flexível, por isso a vantagem de priorizar os ônibus em relação a teleféricos e outros tipos de transportes.

> QUALIDADE DE VIDA

E aí, 2015?

Resoluções para este ano devem ser bem organizadas para que cumpram o esperado

Da redação

Muitos dizem que o novo ano começa após o Carnaval. Pois bem, agora que ele passou e já estamos na segunda quinzena de março, está mais do que na hora de colocar em dia o caderninho de resoluções para 2015 e organizá-las ponto a ponto para que até dezembro estejam cumpridas, sem pendências para o próximo ano. A psicóloga Valéria Willemann, especialista em gestão de pessoas e empreendedorismo, ensina como fazer isso.

TRABALHO E CARREIRA**Saiba administrar o seu tempo:**

“Evite ser visto como desorganizado ou como aquele que não cumpre metas”, frisa a psicóloga. Segundo ela, em primeiro lugar está o planejamento. Não só do mês ou da semana, mas, principalmente, do dia. “Não permita que algo que era importante se torne urgente. Vemos isto acontecer com frequência na entrega do imposto de renda”, exemplifica. Ela destaca também que o uso excessivo de redes sociais no computador e celular, ou aquele cafezinho que pode durar mais que 10 minutos, atrapalham seu planejamento do dia. “Evite procrastinar. Administre bem o seu tempo e seja mais produtivo”, destaca.

Foco em seu planejamento de carreira: “Você já parou para pensar onde quer chegar? Ou já tem essa meta, mas vê que não está seguindo os passos necessários para chegar onde quer?”, questiona Valéria. Segundo ela, é importante que ao fazer o planejamento da vida profissional, tenha-se em mente todos os pontos que precisa desenvolver para chegar onde deseja. “Se eu quero ser um gerente de uma determinada área, devo saber quais são as habilidades que preciso desenvolver, além dos conhecimentos que preciso adquirir. Por exemplo: Se preciso ter uma pós-graduação e ainda não comecei a estudar, o meu resultado chegará mais tarde do que eu espero”, alerta. A psicóloga indica que é importante também identificar alguém do trabalho ou de fora, mas que possua experiência no universo empresarial que possa transferir as melhores experiências, sendo um mentor.

Imagem Profissional: “Imagem é tudo! Como você está vendendo o seu peixe? Não somente as vestimentas, mas a maneira de se portar dentro do ambiente profissional contam muito”, aler-



Planeje cada etapa de sua vida e evite ser visto como o desorganizado da turma, indica a psicóloga Valéria Willemann

o aumento de salário constante vai deixá-lo mais motivado. “A motivação é intrínseca, depende de você. Uma pessoa entusiasmada é aquela que acredita em sua capacidade de transformar as coisas, que acredita em si”, frisa.

RELACIONAMENTOS

Empatia: “A habilidade de se colocar no lugar do outro faz que sejamos reconhecidos como pessoas compreensíveis”, destaca. Segundo Valéria, sem empatia na relação, as pessoas tornam-se egoístas. “Procure agir com o outro como gostaria que fizessem com você”, diz.

Autoconhecimento: “É importante conhecer a si mesmo para que se possa entender as próprias reações diante das situações, e, assim, administrar emoções. Quem não conhece a si mesmo tem dificuldade em entender e compreender também reações dos outros. O autoconhecimento é importante para o desenvolvimento pessoal”, explica.

Assertividade: “Ser assertivo é atingir o alvo adequado e desejado, através das atitudes verbais e não-verbais que vão estruturar o comportamento e determinar o resultado. Ou seja, uma pessoa assertiva consegue expor seus pensamentos e sentimentos de forma clara, sem agredir o outro”, afirma. O diálogo maduro nas relações, de acordo com a psicóloga, é o que as torna cada vez mais harmônicas, claras e fortes.

Saiba dizer não: De acordo com a

psicóloga, ninguém terá condições de respeitar suas próprias prioridades se não for capaz de dizer “não” com tato e firmeza a situações ou pedidos. “Devemos pensar que dizer o não da maneira certa, explicando-o, e no momento adequado, traz benefícios para todos. Pense que às vezes fazer algo só pra não desagradar ao amigo ou cônjuge, mas que fará mal para si, pode não ser legal para o outro também. Isso de certa forma pode afetar a relação lá na frente”, explica.

Cuide de si: “Sabe aquela frase: cuide de seu jardim que as borboletas virão até ele? Cuidar de sua saúde física e mental traz resultados positivos nas relações interpessoais, além de aumentar o bem-estar e a autoestima. Quando a gente se gosta, as pessoas gostam da gente também”, incentiva a psicóloga.

VIDA FINANCEIRA

Metas: “Antes de determinar os objetivos financeiros é preciso ter certeza de que eles são adequados às suas necessidades e se são atingíveis, porém lembrando que devem ser relevantes para que você consiga atingir suas metas de longo prazo. É preciso quantificar as metas financeiras, estabelecendo valores, como: quanto quero guardar para pagar um carro ou poupar para futuramente pagar minha casa?”, indica.

Orçamento: As metas devem ser atingíveis. “Não adianta querer guardar uma determinada quantia que o orçamento não possibilita. É importante ter conhecimento de quanto se ganha e quanto se gasta. Isso pode abrir uma visão para novas perspectivas e permitir que você pense sobre os objetivos que pretende atingir”, alerta.

Controle: “Mantenha o controle das finanças, sabendo a receita e as despesas. Isso é possível com o auxílio de uma planilha e anotando todos os pequenos gastos diários”, recomenda.

Determinação: “Sempre que você se prepara para as metas, deve também estar preparado para eventuais barreiras que possam dificultar o atingimento das mesmas. Às vezes será preciso adiar um plano. O principal é não desanimar e manter-se determinado em atingir seu objetivo”, destaca.

Busque ajuda: “Se você está com dificuldades de controlar os gastos, comprando com frequência coisas que seu orçamento não permite, é possível que você precise de ajuda para entender sua relação com o dinheiro. Procure um profissional”, alerta.



Urbano Salles
urbanosalles@uol.com.br



Foto: Rogerio Amendola



O empresário Marcio Contrucci acaba de ser premiado por uma marca de eletrodomésticos e vai passar uma semana com a família no Hard Rock Hotel de Punta Cana, na República Dominicana

Boliche nas ruas

A violência no trânsito em Florianópolis tem feito uma vítima frequente: os postes.

Nos próximos dias, a Prefeitura irá substituir 30 que foram atingidos em acidentes.

No shopping

A produtora gastronômica Ceres Azevedo está estreando endereço novo.

Ela agora comanda uma cheesecakeria no Shopping Praia de Fora, na Praça Esteves Júnior, a poucos metros da Beira-Mar.

Levando a batuta

A temporada 2015 da Camerata Florianópolis, regida por Jeferson Della Rocca, inclui mais uma edição do projeto "Concertos nas Comunidades".

Dessa vez, será montada a "Ópera do Mocotó".

Sim e não

Uma das surpresas da primeira etapa de habilitação para o Edital Elisabete Anderle de Estímulo à Cultura foi a negativa ao projeto de lançamento do DVD da Iriê, uma das mais importantes bandas de SC. O indeferimento, segundo a FCC, foi devido a falhas na entrega da documentação. A banda ganhou cinco dias de prazo para recorrer.

Entre os projetos musicais deferidos está a gravação de um DVD com nome no mínimo curioso: "Contrarregas do Grupo Rivotril Samba Jazz".

Alicate e manicure

A Vigilância Sanitária de Florianópolis intensificou a fiscalização em salões de beleza para conferir o uso de autoclave, obrigatório para todos os estabelecimentos do setor.

As antigas estufas, que podiam transmitir doenças, estão proibidas desde 2013.

Saque rápido

São Paulo vai ganhar ainda este semestre mais três unidades da Escolinha Guga, em Ribeirão Preto, Campinas e Alphaville.

Até o final do ano a meta é ter 30 escolinhas em funcionamento em vários estados do país.

Irmãos haitianos

O número de haitianos em Florianópolis cresceu tanto nos últimos tempos que a Secretaria da Educação decidiu criar um curso gratuito de português exclusivo para os imigrantes.

As aulas começam no próximo dia 30, com turmas de no mínimo 25 alunos.

Dinossauros em festa

O extinto O Estado, que chegou a ser o mais influente veículo da imprensa catarinense, completaria 100 anos em maio. E vai ter baile, na Fiesc, para celebrar a data. Quem está organizando o evento são os autotizados "Dinos" - profissionais que atuaram no jornal.

Foto: Angelo Santos

Publicitário e radialista Lucas Moraes com a mãe, Martha Lebarbenchon Riegenbach Moraes, prestigiando a exposição de Luciano Martins no CIC



Bandeiras de campanha

O atual presidente do Clube Doze de Agosto, Wilson Marcinko, é candidato a um novo mandato nas eleições que acontecem este mês. O nome indicado para vice-presidente é o do empresário Tony Franceschi. Vão enfrentar como adversários a chapa "Veteranos".

A atual diretoria afirma que tirou o clube da UTI. Entre outros trunfos, aponta a redução da dívida com o INSS, de R\$ 9 milhões para R\$ 3,8 mi, e a evolução positiva do projeto de permuta da sede social da Hercílio Luz com uma construtora (hoje aguardando aprovação na Prefeitura). Outro ponto destacado é a atualização do aluguel da área do clube ocupada pelo P12, em Jurerê. O reajuste chegou a 450%.

CHOCOLATE VOCÊ ENCONTRA EM QUALQUER LUGAR.

NO HIPPO, VOCÊ ENCONTRA SEMPRE MAIS.

Mais sabor, mais opções, mais exclusividade e mais surpresas. A Páscoa está chegando no Hippo. Prepare-se.

hippo.com.br | **HIPPO** VOCÊ BEM AQUI

> CULTURA

O Sal da Terra

Documentário que conta a história do fotógrafo Sebastião Salgado promete sucesso de público

Karin Verzbickas

Era 1986 quando ouvi falar pela primeira vez em Sebastião Salgado. O fotógrafo brasileiro, que já acumulava experiências raras mundo afora, como ter documentado o atentado a tiros contra o presidente dos EUA, Ronald Reagan (1981), estava lançando seu primeiro livro, o "Outras Américas". Esta obra me deu naquela época uma narrativa visual nova, que eu absolutamente não conhecia. A amarga vida dos remanescentes de tribos indígenas na América Latina, a temática do livro, estava ali retratada em imagens de uma profundidade intensa, belas demais do ponto de vista estético, e tristes ao extremo, pela carga histórica que sustentavam. E é essa intensidade, que reside na beleza e no realismo sofrido dos povos, que potencializa o trabalho único e sensível do brasileiro Sebastião Salgado.

Essa antiga percepção foi revisitada agora, e de forma mais abrangente, no filme documentário "O Sal da Terra", que estreia nacionalmente no próximo dia 26 de março e será exibido em Florianópolis no Paradigma Cine Arte. O trabalho, fruto do casamento do consagrado diretor alemão Wim Wenders (de "Paris, Texas"/1984, "Buena Vista Social Club"/1999 e tantos outros) e de Julio Salgado, filho e entusiasta do projeto, é um sucesso de crítica e ao que indica também será de público. Público, que fique claro, que curte o formato documentário e que, acima de tudo, tenha afinidade com o trabalho de Sebastião Salgado.

O documentário é fácil de ver e de absorver o jeito de ser de Salgado. Com várias tomadas em preto e branco, que se entremeiam a fotos do



FOTOS COMPARTILHADAS: A alma de cada povo e a beleza dos locais por onde passou estão registrados nos trabalhos do fotógrafo Sebastião Salgado

artista e dele próprio trabalhando, a narrativa é feita ora por Wenders, ora por Salgado e, em boa parte, pelos próprios depoimentos contidos no documentário. A trajetória, desde a infância até a compra da primeira câmera e, conseqüentemente das primeiras experiências como fotógrafo, apesar de organizada de forma cronológica não é nem de longe maçante, como tinha tudo pra ser.

Aos poucos, vamos nos apaixonando pela história, pela importância da mulher de Salgado no rumo das coisas, pelas viagens e desafios que ele atravessa. É impossível não se emocionar com as belas fotos de Mali, de Ruanda, de Serra Pelada e de tantos outros lugares que Salgado passou e registrou o sentimento de um povo como quase ninguém fez ou faz. Na luz do olhar de uma criança que foca o nada, na lágrima resplandecente de uma índia idosa que denuncia o passado duro, nas rugas cheias de esperança que cortam a pele castigada do garimpeiro. Residem

ali a alma do trabalho de Sebastião Salgado e ela está desnuda nesse documentário.

A verdade é que alguns críticos, uma minoria repetitiva, vão insistir na tese da "estetização da miséria", atribuída a ele tantas vezes. Outros, por sua vez, já estão defendendo a tese da luta de egos, pelo fato de ter se juntado num mesmo filme um ícone da direção cinematográfica e outro da fotografia, cada qual com seus propósitos. Eu, uma pessoa comum e filha de Deus, vejo como uma rara oportunidade de conhecer o trabalho deste brasileiro cheio de talento, de histórias e que criou uma linguagem visual só dele. É uma espécie de homenagem pelo trabalho ao longo de 40 anos, não de fazer fotos simplesmente, mas de conseguir abrir nossos olhos para a questão social e ambiental em vários cantos do planeta. É merecido ele poder deixar seu legado nesse documentário que, por pouco mesmo, não levou a estatueta do Oscar 2015 como o Melhor Documentário. Vale conferir.

SERVIÇO:

Título original: Le Sel de La Terre

Direção: Wim Wenders e Juliano Ribeiro Salgado

Roteiro: Wim Wenders, Juliano Ribeiro Salgado e David Rosier

Produção: David Rosier

Fotografia: Hugo Barbier e Juliano Ribeiro Salgado

Edição: Maxine Goedicke, Rob Myers

País: Brasil, França, Itália

Ano: 2014

Tempo: 110 minutos

Exibição em Florianópolis: Paradigma Cine Arte (SC-401 Corporate Park), de 26/03 a 08/04/2015

Karin é jornalista, empresária, mãe, corredora, blogueira, gastrônoma, viajante e nas horas vagas assiste a um filminho. Um olhar de quem, como você, curte cinema por prazer e sem a pretensão de fazer uma análise crítica profissional.



**PELAS PESSOAS
E PELA PAZ.
O TEMPO TODO.**

Do berçário ao fundamental
Centro e Santa Mônica

meninojesus.com.br
(48) 3251 1900

CEM
Centro Educacional
MENINO JESUS

60
anos
Educando
gerações

Arquitetura & Decoração

ZONA DE CONFORTO

Espaços oferecem bancos, mesas e outras opções para descanso e interação

Tendência em São Paulo, Parklets são alvo de arquitetos aqui da cidade

> DECORATIVAS

Palavra de arquiteto

Arq. Mário Pinheiro
pinheiro@psfarquitetura.com.brOncinha pintada,
zebrinha listrada,
coelhinho peludo...

Em épocas tão turbulentas não pude deixar de comentar o assunto, mesmo não se tratando da principal pauta deste editorial. Após algumas manifestações de inconformidade com o governo, contra os políticos e contra o caminho em que o país está se posicionando diante de um cenário mundial, é hora de dizer: basta!

O Brasil está agonizando, pois o peso da corrupção, a volta da inflação e o aumento dos impostos transformam o nosso dia a dia em um verdadeiro caos. Mas não vamos desistir do nosso país, isso ficou muito claro, a nação se uniu e iremos às ruas quantas vezes forem necessárias, pois não queremos viver em outro país, queremos viver em outro Brasil.

Uma das coisas que mais ouvi dos governantes é de que não entenderam o foco das manifestações. É simples, é só acompanhar os destaques das manchetes dos principais jornais do mundo. Qual é a dúvida, afinal? Reformas políticas, tributárias e sociais, um novo Brasil.

Um grande ambiente de proposições positivas a favor das mudanças, mais do que um partido, o nosso compromisso é com o justo e com o certo. Fica muito claro que o país já não roda mais, todos os setores freiam bruscamente e é chegada a hora de nos reinventarmos. Penso que a grande lição é que muitas vezes precisamos chegar no fundo do poço para reconstruir a nossa própria história.

O que podemos fazer é começar por Florianópolis, com nossas ruas, ciclovias, mobilidade em geral, urbanismo e Plano Diretor. Por que ainda não?

Novos acabamentos

Com mais de 235 expositores nacionais e internacionais, a 13ª edição da Expo Revestir – Feira Internacional de Revestimentos, realizada entre os dias 3 e 6 de março, em São Paulo, foi encerrada com visita superior a 61 mil profissionais, muitos deles de Florianópolis. Simultaneamente à feira, aconteceu o Fórum Internacional de Arquitetura e Construção, onde os profissionais tiveram a oportunidade de assistir a palestras e debater sobre as tendências do mundo arquitetônico. Promovida pela Associação Nacional dos Fabricantes de Cerâmica para Revestimento, Louças Sanitárias (Anfacer), o evento é um dos principais do mundo em soluções em revestimentos, louças sanitárias e metais e é conhecido como a Fashion Week da Arquitetura e Construção.

O arquiteto catarinense Beto Gebara, do escritório Gebara & Filártiga Arquitetos, contou sobre o que viu durante o evento: “Chamou-me a atenção não a quantidade de novidades apresentadas, mas sim os novos acabamentos para peças já conhecidas do mercado. Acho isso positivo porque dá tempo para que o mercado absorva gradativamente as novidades”, destaca. Alguns destaques, segundo o arquiteto, são os cobogós, blocos vazados inicialmente feitos de cimento, que são atualmente encontrados em diversos materiais, como vidro, madeira, cerâmica e até porcelana.



Entre as tendências em revestimentos estão os blocos vazados chamados de cobogós

Encantando ambientes

O arquiteto Roberto Rita, responsável pelo projeto de diversos empreendimentos arquitetônicos em Florianópolis assume uma nova posição. Há alguns anos, ele projeta também esculturas, as Micunfas, que enfeitam e dão personalidade a vários espaços, dentre eles alguns prédios de Florianópolis. Para o residencial Encantos do Mar, no Campeche, projetado e construído pela Pinheiro e Serrano Fonseca Arquitetura, as esculturas “Micunfas Encantados” estão postadas em uma grande esquina e tem quatro metros de altura. “Elas insinuam com um gesto de cumprimento aos pedestres com a intenção de encantar e alegrar o ambiente e as pessoas”, conta Roberto Rita.

Foto: Divulgação



Rita apresenta as esculturas Micunfas Encantados, que ficam na esquina de um residencial no Campeche

Experiência
única

Cores e estampas que encantam e permitem ao ambiente uma experiência singular no mais alto nível de sofisticação. Elas estão presentes na coleção Jardim Bohème, da Orlean, com exclusividade na loja Paula Papéis e Tecidos. A marca inglesa Harlequin buscou inspiração em elementos naturais e paisagens ao ar livre para produzir esta charmosa coleção que apresenta o espírito boêmio em padrões instigantes e em uma seleção de cores vibrantes que reúne estampas, bordados, tecidos tramados e voils.



- Paula Papéis e Tecidos
- Rua: Almirante Lamego, 1.455 – Loja 12
Shopping Praia de Fora – Centro
- Fones: 3222-8392/ 9919-1379 • www.paulapapeis.com.br

> CONCEITO

Espaços de convivência

Parklets viram tendência em São Paulo e prometem chegar por aqui

Fotos: Reprodução

Da redação

Ambientes temporários de lazer e convívio onde anteriormente havia vagas de estacionamento público de carros atraem simpatizantes em cidades como São Paulo e chamam a atenção de moradores de Florianópolis. São os parklets, que provocam uma reflexão sobre o uso atual do espaço urbano, cada vez mais dedicado aos automóveis, em forma de avenidas, viadutos e estacionamentos. Tem profissional da área querendo trazer esse conceito aqui pra cidade logo, logo.

Os parklets são plataformas que podem ser equipadas com bancos, floreiras, mesas, cadeiras, guarda-sóis, aparelhos de exercícios físicos, outros elementos de mobiliário, rede wi fi, entre outros, mas sempre com a função de recreação ou de manifestações artísticas. É uma extensão do calçamento que faz que pedestres e ciclistas tenham uma área onde possam utilizar e ocupar.

ONDE SURGIRAM

Os primeiros parklets foram construídos em São Francisco, na Califórnia (EUA), buscando-se criar ambientes mais amigáveis para pedestres e ciclistas. No Brasil o conceito surgiu em São Paulo, em 2012. A primeira implantação aconteceu no ano seguinte, mas somente em 2014 foi criado um decreto que regulamenta a instalação dos parklets.

Lá, sua implantação pode ser de iniciativa pública ou de qualquer munícipe (pessoa física ou jurídica). Os custos financeiros referentes à instalação, manutenção e remoção do parklet são de responsabilidade exclusiva do mantenedor. Entre as restrições estão, por exemplo, a instalação em locais onde haja faixa exclusiva de ônibus, ciclovias ou ciclofaixas, ou em vias com limite de velocidade acima de 50 km/h.



Em São Paulo, os parklets fazem parte da arquitetura da cidade desde 2013



Os primeiros parklets surgiram em São Francisco (EUA) e logo se espalharam para outras cidades norte-americanas, como Nova York



ESPAÇOS IDEAIS EM FLORIPA

Aqui em Florianópolis, alguns arquitetos, como Marina Abati Rizzati, defendem a ideia: “Acredito que a cidade possa receber os parklets porque temos poucos espaços públicos para descanso e lazer com qualidade, bonitos, bem pro-

jetados e que atraiam as pessoas para que fiquem lá”, destaca.

Ela já tem ideia dos locais em que os equipamentos poderiam ser instalados com sucesso, como nas avenidas Othon Gama D’êça e Hercílio Luz, no Centro,

nos bairros Ingleses e Canasvieiras, no Norte da Ilha, e no calçadão da rua Felipe Schmidt, no coração da cidade. “Nesses locais tem um grande fluxo de pessoas e muitas vezes não existem locais apropriados para descansar”, lembra.

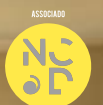
Um brilho de inovação para você.



As maiores tendências e novidades em iluminação estão na Santa Rita. Venha conferir.

4002-4600 | www.santarita.com.br

SANTARITA
ILUMINANDO SUA VIDA



FLORIANÓPOLIS É ASSIM:
QUEM CONHECE SE APAIXONA

PARA
SEMPRE



RICA EM HISTÓRIAS E ENCANTOS E DONA DE UMA BELEZA ÍMPAR.

UMA HOMENAGEM DA **KOERICH IMÓVEIS** A ESTA CIDADE QUE CHEGA AOS SEUS 289 ANOS CADA DIA MAIS LINDA.

www.koerichimoveis.com.br

Koerich
IMÓVEIS

Feminina

• Ano 10 • Número 104 • Florianópolis • Fevereiro 2015

Foto: Marcos Medeiros



ARTESANATO DE LUXO

Peças em crochê ditam moda e mostram todo o seu valor

• Página F4

ESTATINAS Você sabe o que são?

• Página F3



Conheça seus efeitos na coluna de medicina preventiva

São muitas as possibilidades com o crochê. Inclusive brincar com o movimento da saia godê

> EXERCÍCIOS

Pilates Springboard desafia corpo e mente

Modalidade de treinamento otimiza saúde e condicionamento físico

O Pilates Springboard é uma modalidade de treinamento global que adiciona uma nova dimensão ao repertório de exercícios clássicos do Pilates e permite trabalhar os membros de maneira separada, evitando que o lado dominante realize o movimento sozinho. Proporciona o trabalho de todos os segmentos do corpo em diferentes planos e de maneira revigorante, desafiando assim, o corpo e a mente de diversas maneiras.

O equipamento Springboard possibilita o trabalho individual ou em grupo e utiliza-se de molas, com diferentes graus de resistência, em favor do trabalho biomecânico integrado, desde a reabilitação até o treinamento de atletas. Pode ser aplicado para o ganho de força muscular associado ao alongamento e aprimoramento do sistema cardiorrespiratório, além de possibilitar a reprodução de gestos es-

portivos específicos, tais como: tênis, natação, futebol, lutas, danças, entre outros.

Esse equipamento e a modalidade de treinamento foram desenvolvidos por Ellie Herman, bailarina, coreógrafa e instrutora internacional de Pilates há duas décadas. Ellie publicou oito livros e está constantemente pesquisando e desenvolvendo formas de treinamentos para otimizar a saúde e o condicionamento físico.

A equipe de profissionais de Pilates da Escola do Corpo esteve no estúdio de Ellie Herman, em Nova York, passando por um treinamento minucioso com a mesma, rebuscando seu repertório cinesiológico e biomecânico, trazendo para Florianópolis a nova técnica e adaptando às necessidades do público: desde pacientes com lesões graves a atletas que desejam aprimorar sua rotina de movimentos e consciência corporal.



Equipe da Escola do Corpo foi treinada por Ellie Herman, criadora do método

Serviço:

Escola do Corpo
Fones: 3234-9919 / 3233-4233
www.escoladocorpo.com.br

> PSICOLOGIA

Por Eneida Lima de Oliveira

Psicóloga, especialista em Psicologia Transpessoal e escritora
eneida@izen.com.br - 9935-1456



O marketing do medo

Vivemos num mundo onde somos convocados a sentir medo. Na mídia, é como se estivéssemos em perigo constante, podendo ser assaltados em cada esquina”, diz Luís Fernando Saraiva, do Conselho Regional de Psicologia (CRP) de São Paulo. O marketing também é muito baseado no medo. Bancos e empresas de seguro usam esse argumento abertamente, mas, se você observar bem, verá que outros anunciantes também manipulam nossos temores para vender. Só que usam mensagens mais sutis.

“A moda joga com o medo de não pertencer ao grupo”, diz o publicitário dinamarquês Martin Lindstrom, autor de cinco livros sobre as táticas de manipulação usadas pelas empresas. “Aposto que você teria vergonha de sair com a roupa do seu pai, pois se sentiria desconectado da sua tri-

bo”, afirma. “O desodorante traz outro medo, de que você não vai conseguir namorada com seu cheiro. A mesma lógica vale para xampus, branqueadores de dente e academias de ginástica. Afinal, malhamos para estar saudáveis, ou por medo de ficar flácidos?”, questiona Lindstrom. Se você não comprar o carro X, seu filho vai ficar com vergonha quando você for buscá-lo na escola. E por aí vai. Boa parte da propaganda explora o medo da rejeição social.

E esse medo nunca foi tão forte. Nunca estivemos tão ligados uns aos outros, mas, ao mesmo tempo, nunca sentimos tanto medo de não sermos aceitos. Você já deve ter percebido isso quando postou alguma coisa nas redes sociais – e imediatamente ficou ansioso sobre quantos “likes” aquilo iria ter ou deixar de ter. Um estudo feito pela agência de publicidade



JWT com 1.270 americanos e ingleses constatou que 40% dos usuários do Facebook têm medo de não serem incluídos nas conversas online dos amigos. “O mundo exige cada vez mais de nós. Não conseguimos nos desconectar, e aí sentimos mais ansiedade”, diz o psicólogo Saraiva.

Políticos espalham temores para arrebanhar votos, jornalistas faturam em cima de catástrofes, biólogos citam vírus letais quando querem obter fundos para desenvolver vacinas... Todo mundo propaga o medo. Mas não faz isso só por maldade ou interesse próprio. “Se eu disser que há uma doença mortal se espalhando na sala on-

de você está, você sairá dela mesmo sem saber se é verdade. E vai avisar as outras pessoas”, diz Lindstrom.

Ok, sentimos cada vez mais medo porque nosso pobre cérebro é imperfeito – e o mundo moderno explora seus defeitos como nunca. E agora? Quando alguém já escreveu o que você gostaria de falar a melhor atitude é compartilhar. É o que fiz agora, compartilhei acima um enxerto da matéria publicada em <http://super.abril.com.br/cotidiano/medo-como-vencer-seus-799425.shtml>, como um alerta, um convite a pensar sobre o tema. Se você se interessou, leia na íntegra.

> **MEDICINA PREVENTIVA**Por *Dr. Jamil Mattar Valente*

Médico cardiologista



Estatinas: o que devemos saber sobre elas



Ao reduzir a produção de colesterol pelo fígado, as estatinas desaceleram a formação de novas placas nas artérias e podem causar regressão das já existentes

O que são estatinas e como elas funcionam? Estatinas são uma classe de medicamentos que diminuem o nível de colesterol no sangue, por reduzir a produção de colesterol no fígado. A outra fonte de colesterol sanguíneo é a que vem da nossa dieta. As estatinas bloqueiam no fígado a enzima que é responsável pela fabricação do colesterol. Cientificamente elas são chamadas de inibidores da enzima HMG-CoA reductase. O indivíduo que toma estatina irá inibir a produção de colesterol no fígado e, se ele fizer uma dieta pobre em colesterol, conseguirá reduzir significativamente o nível de colesterol no sangue.

O que faz o colesterol no nosso organismo? Ele é essencial para o funcionamento de cada célula do nosso corpo. Contudo, ele também contribui para o

desenvolvimento da aterosclerose, uma condição na qual há uma formação de placas de gorduras contendo colesterol na parede das artérias. Estas placas quando aumentam significativamente de volume, causam redução do fluxo de sangue para os tecidos que elas irrigam. O endotélio, membrana que reveste a parede interna dessas placas, pode romper-se a qualquer momento, mesmo quando elas ainda são pequenas. A ruptura dessa membrana causa a formação de um coágulo que obstrui a luz da artéria, causando interrupção do fluxo de sangue no local. Ao reduzir a produção de colesterol pelo fígado, as estatinas desaceleram a formação de novas placas nas artérias e, ocasionalmente, podem causar regressão das já existentes. Além disso, através de mecanismos que não são bem conhecidos, as

estatinas podem causar a estabilização destas placas e diminuir a tendência à ruptura do endotélio e ao desenvolvimento de coágulos.

O importante papel do colesterol no desenvolvimento da aterosclerose é largamente aceito pela comunidade científica mundial. Pesquisas realizadas nos últimos anos mostram que a redução agressiva do colesterol no sangue é mais benéfica do que reduções mais modestas. Contudo, a aterosclerose é um processo muito complexo que envolve mais do que apenas o colesterol. Por exemplo, cientistas descobriram que a inflamação nas paredes das ar-

térias pode ser um importante fator no desenvolvimento da aterosclerose. Além de baixar o nível de colesterol sanguíneo, as estatinas podem reduzir a inflamação, o que poderia ser um outro mecanismo pelo qual elas atuam benéficamente na aterosclerose. A redução da inflamação não depende da capacidade das estatinas de baixar o colesterol, já que mesmo nos indivíduos que não mostraram queda significativa, estudos mostram redução da aterosclerose. Além do mais, estes efeitos anti-inflamatórios podem ser observados tão cedo quanto duas semanas após o início da estatina.

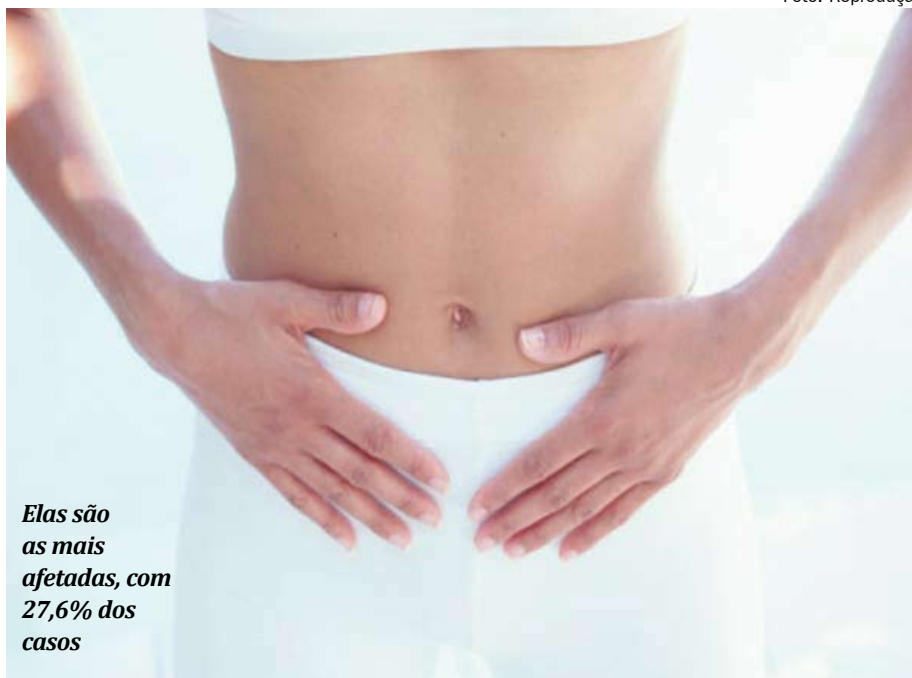
> **SAÚDE**

Sob controle

Exercícios para fortalecimento do assoalho pélvico são fundamentais para mulheres com incontinência urinária

Cerca de 200 milhões de pessoas no mundo apresentam algum tipo de incontinência urinária, conhecida como a perda involuntária da urina, sendo que 27,6% são mulheres, principalmente no período de menopausa, em comparação com 10,5% dos homens. A causa é multifatorial e o tipo mais comum de problema ocasionado pela fraqueza da musculatura do assoalho pélvico. Por este motivo essa é também a razão mais comum para a prescrição de exercícios de fortalecimento desta musculatura.

De acordo com a fisioterapeuta Tatiana de Bem, do studio de pilates Tati de Bem, existem alguns tipos de incontinência urinária, sendo os mais comuns: de esforço, “quando a pessoa vai espirrar, tossir, subir escadas, dançar e perde involuntariamente a urina, não conseguindo segurá-la”, explica; e a incontinência urinária de urgência, quando a pessoa não consegue segurar nem mesmo uma quantidade pequena de urina.



Elas são as mais afetadas, com 27,6% dos casos

TRATAMENTOS

A fisioterapeuta Tatiana de Bem lembra que uma em cada quatro mulheres entre 30 e 59 anos já vivenciou algum episódio de perda urinária. Os tratamentos mais eficazes são Biofeedback, que realizado com sondas

vaginais tem como objetivo reforçar a musculatura do assoalho pélvico, além de diminuir quando necessário a atividade do músculo da bexiga chamado detrusor. “Por meio desta técnica a musculatura pode ser estimulada involuntariamente, até que as fibras musculares recuperem seu trofismo

o suficiente para restabelecer a continência”, destaca Tatiana. O outro método de tratamento são os exercícios de Kegel, realizados com pequenos cones vaginais e que podem ser feitos em casa com a orientação profissional.

O tratamento mais eficaz para cada caso será orientado por um fisioterapeuta especialista em uroginecologia. “Como são vários fatores que contribuem para a incontinência, o fisioterapeuta poderá indicar o melhor para cada pessoa”, lembra Tatiana.

FATORES

A incontinência urinária pode ocorrer em qualquer idade, mas mulheres na menopausa são as que apresentam maiores índices devido a diminuição de estrogênio. Outros fatores que contribuem são Parkinson, esclerose múltipla, acidente vascular encefálico e depressão, pois os medicamentos utilizados podem provocar a instabilidade no detrusor. Mulheres que tiveram parto normal também podem sofrer com a perda involuntária da urina.

Foto: Reprodução

> MODA

Sóbrio, mas não sisudo

Outono chega com propostas mais contidas, mas que podem brincar com contrastes nas composições ou combinações com acessórios

Foto: Frank Silveira



Tonalidades mais escuras para o azul e o blue jeans. Na composição o branco abre a produção (Makenji)

Maristela Amorim

As temperaturas já não são mais tão altas, as roupas já não estão mais tão coloridas. Mesmo que as propostas brinquem com estampas divertidas e permitam que se misture as tonalidades intensas, o clima já começa a ficar mais contido. A começar pela cor do ano, marsala, um bordô mais puxado para o marrom, que foi apontado pela Pantone para reger 2015.

Na lista aparecem ainda um azul mais fechado, o preto e o branco juntos ou separados em propostas que vão indicando que está chegando a hora de cobrir mais o corpo. Mesmo que haja uma evidência de que a temporada de frio poderá estar bem mais sóbria, é fato, não há motivos para sisudez. Afinal, esta é também a temporada da

Fotos: Walmor de Oliveira



Se preto e branco está em alta nas confecções, na linha de bolsas também faz uma boa frente. Neste modelo a estampa é texturizada (Laci Baruffi)

elegância e isso pode ser traduzido em composições mais sofisticadas, ou em estilo arrojado, coberto de bom gosto e personalidade.



O marsala é esse tom de bordô com nuances de marrom na bolsa que destaca a corrente banhada a ouro. Chique! (Laci Baruffi)



Venha experimentar as Cheesecakes mais saborosas da Ilha.

Deu vontade?

A primeira Cheesecakeria de Floripa já está aberta e esperando por você!

Horário de atendimento:
Segunda a Sexta, das 11h às 18h

Rua Almirante Lamego, 1455
Shopping Praia de Fora
(Esquina da Praça Esteves Junior)

