

JORNAL  /imagemdailha 6.778   @jornalimagemdailha

images

DA ILHA

Foto: Daniela Coelho Fotografia

VIVA A AUTOESTIMA

Ensaios fotográficos estimulam o empoderamento feminino

• Página 5

A fotógrafa Dani Coelho criou o "Descubra-se", projeto que virou exposição recentemente

guia Gastronômico

PÁSCOA:
Degustar é a chave

• Página G5

Foto: Divulgação/Nugali



Chocolate consumido com equilíbrio

Foto: Divulgação



FLORIPA TAP: Sapateado para todos

• Página D3

Evento tem apresentações gratuitas

Carta ao Leitor

Este ano de 2019 não está fácil. Muitas tragédias, muitos des-temperos nas famílias, muita intolerância, e olha que apenas começou. Nós, do Imagem da ilha, seguimos para ver onde vamos parar ou afundar. As redes sociais estão cada vez mais virulentas e a política não ajuda. O presidente eleito, em vez de unir os brasileiros, continua fazendo campanha. Cria antagonismo quando a hora seria apaziguar os ânimos. Como já falei bem no início deste ano, parece que vamos ter mais um ano com os nervos à flor da pele e parece que à palavra sensatez foi incorporado o prefixo in...

Mas vamos levantar a poeira e falar da nossa próxima edição. Para elevar o astral de todos abordamos o tema autoestima. A matéria destaca mulheres que deixaram para trás medos e angústias e deram a volta por cima. As fotografias Natalia Brasil e Daniela Coelho, que ilustra a nossa capa, contam sobre os seus projetos para empoderar as mulheres. E as participantes também deram seus depoimentos. A matéria está imperdível!

Seguindo com o universo feminino, a Prefeitura Municipal de Florianópolis lançou um projeto que ensina defesa pessoal para mulheres, também dentro do conceito acima mencionado de autoestima. O projeto aceita inscrições até o dia 09 de maio.

Já no Guia Gastronômico o tema da capa são os protagonistas da Páscoa: os chocolates e os pescados. Falamos sobre a importância de degustar o chocolate, sem excessos, e orientamos sobre como escolher os peixes para a Semana Santa. Na coluna Gastronômicas, confira o que aconteceu no mundo do vinho em Floripa e no mundo.

Boa leitura!

Hermann Byron

AGENDA CULTURAL

Fotos: Divulgação



dança

Nó

O espetáculo Nó, da Companhia de Dança Deborah Colker, apresenta o tema "desejo" através de uma coreografia cheia de ousadia em que os bailarinos se envolvem em um cenário impressionante. Dias 17/04 e 18/04, às 21h00, no Teatro Ademar Rosa (CIC). Ingressos à venda nas bilheteiras dos teatros CIC, Álvaro de Carvalho (TAC) e Pedro Ivo, e através do site Ingresso Nacional.

Impressões em Tempo

A mostra Impressões em Tempo, das artistas Nara Guichon e Roberta Kremer, tem 18 obras, entre esculturas e telas impressas, que dialogam pelas temáticas da tradição, da natureza e das composições orgânicas. Até 30/04, no Espaço Cultural Celso Ramos (BRDE) - Av. Hercílio Luz, 617, Centro. A entrada é gratuita.

exposição



show

Roberto Carlos

Roberto Carlos retorna à cidade em espetáculo que promete clássicos atemporais e muitas emoções para o público. Dia 27/04, às 21h30, na Arena Petry. Os ingressos podem ser adquiridos no site Eventim.

Bob Esponja e sua turma

O espaço temático Bob Esponja tem como destaque o Siri Cascudo, fast food mais simpático da Fenda do Biquíni, onde os participantes podem se divertir em um circuito de brincadeiras que inclui pintura de desenhos dos personagens, caça às águas vivas, brinquedão no fundo do mar e também a escola de pilotos com jogos do Playstation. Até 05/05, de segunda a sábado, das 14h às 22h, e domingo e feriados, das 14h às 20h, na praça central do Continente Shopping. A entrada é gratuita.

infantil



show

Arena Safadão

Wesley Safadão comanda o Arena Safadão, ao lado dos cantores Gabriel Diniz, Gustavo Mito e de Dennis DJ. Dia 30/04, às 22h, na Arena Petry. Os ingressos estão à venda no site Blueticket.

onde encontrar:

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

Beiramar Shopping: Café Delícia - L1 Café Fanny (L2) SC 401: Café Cultura (Passeio Primavera) e ACATE; O Padeiro de Sevilla (Shopping Casa & Design) e Café Francois (Corporate Park)

Jurerê Internacional: Café Pão da Casa (Jurerê Open Shopping)

Itacorubi: Mercado São Jorge

Baixe o leitor do QR Code e acesse o código abaixo para conferir nossa agenda completa



Auditado quinzenalmente pelo

Instituto Verificador de Comunicação **IVC**

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: 9.000 exemplares - MALA DIRETA: 9.000 Assinantes

Edição e Textos: Gabriela Morateli - **Diagramação:** Edson Egerland

Jornalista responsável: Hermann Byron A. S. Neto (JP 24303/RJ)

Tel. comercial: (48) 3024 2747 - **Celular Comercial:** (48) 99162 8040

e-mail: contato@imagemdailha.com.br - **Contatos Redação:** (48) 3028 3778

(48) 991628045 - e-mail: redacao@imagemdailha.com.br

Impressão: Gráfica Araucária

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 contato@imagemdailha.com.br.

SAPATEADO

A pisada perfeita

Com apresentações gratuitas, Floripa Tap 2019 anuncia atrações internacionais inéditas no Brasil

Fotos: Divulgação

Da redação

Completando nove anos e consolidado como um dos principais eventos de sapateado do País, o festival internacional Floripa Tap trará, este ano, dois profissionais norte-americanos que pisarão pela primeira vez em um palco brasileiro. Junto com a também norte-americana Maud Arnold, já considerada “madrinha” do festival e participante de várias edições, os profissionais Lee Howard e Anissa Lee, ambos de Los Angeles, foram selecionados pela curadora e diretora do evento, Marina Coura, pelo estilo único e por serem referências mundiais na modalidade.

Os três artistas dos Estados Unidos farão apresentações gratuitas ao público em Santo Antônio de Lisboa, onde ocorrerá a maior parte da programação, ministrarão oficinas aos alunos do festival, no Sesc Cacupé, e terão performances na tradicional Noite de Gala, no Teatro do CIC. Lee Howard acaba de estreiar na Broadway no elenco principal de uma nova versão do musical “Shuffle Along”, que fez história na década de 20 ao ser apresentado mais de 500 vezes e uniu Nova Iorque para assistir a um espetáculo com artistas negros, em uma época ainda de segregação racial, e Anissa apresentou coreografias nos eventos de divulgação do filme Happy Feet, vencedor do Oscar de animação em 2006 ao contar a história de um pinguim que queria aprender a cantar, mas só sabia sapatear.

O Floripa Tap, organizado pela escola Garagem da Dança, de Florianópolis, acontece de 17 a 21 de abril e trará grupos de sapateado já confirmados de vários estados brasileiros e também do Chile. Em novo lo-



O evento quer aproximar a modalidade do público e terá sete apresentações, seis delas gratuitas

cal, buscando aproximar ainda mais a modalidade do público e fomentar o turismo, o festival terá sete apresentações de sapateado, sendo seis delas gratuitas ao público e três com uma programação diferenciada: a Mostra de Dança, no dia 18 de abril, em Santo Antônio de Lisboa, a Noite de Gala, no dia 20 de abril, e a apresentação social que será realizada no dia 22 de abril para as crianças e adolescentes do projeto Oficina do Saber, do Centro de Educação e Evangelização Popular (Cedep) e da Irmandade do Divino Espírito Santo (Ides), inclusive com a participação dos norte-americanos.

Além dos espetáculos de sapateado, em paralelo à programação de oficinas para estudantes da modalidade, realizadas no Sesc Cacupé, o Floripa Tap terá pelo menos

cinco espetáculos de música apresentados no palco em Santo Antônio de Lisboa, que será montado na rua Cônego Serpa, próximo da praça central do bairro. Após a jam session de sapateado que abre o festival no dia 17 de abril, será realizada uma apresentação especial com a dupla de cantores Chico Martins e Ana Rosa, pai e filha. No dia 20 de abril, enquanto os profissionais do tap se apresentam na Noite de Gala, Santo Antônio terá dois shows, de Jeisson Dias e Wagner Segura. No domingo, dia 21 de abril, encerrando a programação aberta ao público no charmoso bairro, um duelo de sapateadores às 16h30 e o show da banda Cores de Aidê, às 18h.

O único evento de apresentação ao público pago, a Noite de Gala, tem ingressos já

à venda com desconto para quem doar um quilo de alimento, que será destinado à entidade Associação Evangélica Beneficente de Assistência Social (AEBAS), da Capital. As inscrições para as oficinas de sapateado, com profissionais dos Estados Unidos e nomes reconhecidos pelo Brasil, podem ser feitas no site floripatap.com.br. Mesmo nas oficinas, há participação gratuita em duas delas: aula de sapateado para surdos, com Marina Coura, aula de sapateado para iniciantes, com Bia Mattar.

Acesse o QR Code e confira a programação completa do Floripa Tap.



SERVIÇO

Nova prática

Cartórios são autorizados a prestarem serviços adicionais, como emissão de CPF e passaportes

Da redação

O plenário do Supremo Tribunal Federal (STF) autorizou no dia 10 de abril, que cartórios de registro civil de todo o país prestem serviços adicionais, como emissão de documento de identificação, passaporte, CPF e carteira de trabalho. A prática já era comum em vários estados, que tinham convênios entre cartórios e órgãos públicos para melhorar a prestação de atendimento ao cidadão.

“Os ministros entenderam que a ampliação de serviços dos cartórios de registro civil pode facilitar a prestação de serviços à população no geral e às comunidades no interior do país”, explica Rosina Duarte Mendonça Deeke, presidente da Associação dos Notários e Registradores de Santa Catarina (Anoreg/SC), que englo-

ba 296 cartórios do estado. Os Ministros estabeleceram que os serviços só poderão ser prestados mediante convênios aprovados pelos cartórios e Conselho Nacional de Justiça (CNJ) ou pelas corregedorias dos tribunais de justiça dos estados.

O apostilamento, por exemplo, que valida documentos para uso internacional, como certidões, diplomas, procurações e declarações, antes levava até quatro meses e hoje é realizado pelos cartórios muitas vezes no mesmo dia, dependendo do volume de documentos. As lavraturas de inventário, partilha, separação e divórcio consensuais também foram facilitados pelas serventias e não precisam mais de um processo judicial. “São serviços que agilizam a vida da comunidade, realizados com a mesma segurança, validade jurídica e, acima de tudo, qualidade”, destaca Rosina.



A prática já era comum em vários estados, que tinham convênios entre cartórios e órgãos públicos para melhorar a prestação de atendimento ao cidadão



COLUNA POLÍTICA

Raul Sartori

raulsartori@raulsartori.com.br



Foto: Divulgação



Omissão

Diretor de escola, pública ou privada, que ainda permite que em suas cantinas se vendam refrigerantes e salgadinhos industrializados, deveriam perder o cargo. Há uma lei estadual muito clara sobre isso! Talvez aconteça algo com eles por conta da cooperação técnica que acaba de ocorrer entre o Ministério Público de SC e o Conselho Regional de Nutricionistas.

Modelo catarinense

Só um sexto dos presos no Brasil trabalham enquanto cumprem a pena, conforme divulgou ontem o Departamento Penitenciário (Depen) do Ministério da Justiça, cujo ministro, Sérgio Moro, quer reduzir tamanha ociosidade. Tanto que mandou o diretor do Depen, Fabiano Bordignon, acompanhado por 47 autoridades federais e de outros Estados, visitar as penitenciárias de Curitiba e de Chapecó, onde 100% e 39% dos detentos se ocupam. O governador Carlos Moisés fez questão de ser o anfitrião da visita. A média no País é de apenas 17%. Mas há um outro lado: nas 51 unidades penais de SC há carência de mais de 4 mil vagas.

Amadorismo

O leitor Airton Almeida corrobora nota, aqui, sobre o amadorismo que ainda persiste no turismo em SC. Um casal amigo, estrangeiro, teve o veículo arrombado em Florianópolis e foi fazer o registro na Delegacia de Atendimento ao Turista, no Terminal Rodoviário Rita Maria. Não conseguiu se fazer entender porque os atendentes não falavam nem espanhol e muito menos inglês. Ele, Airton, teve que sair de casa e servir de intérprete-tradutor simultâneo para resolver o perrengue, mais que elementar em uma cidade que se auto-intitula capital turística do Mercosul.

Municipalização

Raimundo Colombo conseguiu fácil seu segundo mandato como governador por conta do Fundo de Apoio aos Municípios (Fundam), que destinou mais de R\$ 600 milhões a fundo perdido. A maioria dos prefeitos investiu em asfalto de ruas urbanas. A municipalização de serviços também é o foco de Carlos Moisés, com tudo para ser o grande destaque de sua gestão. Quer fazê-lo transferindo para as prefeituras ou associações de municípios algumas atribuições do Estado, como manutenção de estradas. Tem a certeza – e todos sabem que sim – que os custos ficarão muito mais baixos.

Preito

Galvão Bueno foi, dentre vários outros nomes da mídia esportiva nacional, quem mais se comoveu com a morte do jornalista Rafael Henzel, um dos seis sobreviventes da tragédia com o avião da Chapecoense na Colômbia. Em rede social, postou: “Me sinto arrasado! Muito triste! Vivi intensamente o terrível desastre do voo da Chape! Perdi muitos amigos! Ganhei muitos outros! Mu-dei muitos conceitos!”

Poder

O presidente da Assembleia Legislativa, deputado Júlio Garcia, que é um político muito experiente, conciliador e moderado, está pensando lá adiante, nas eleições para governador em 2022. Sua agenda mais recente está recheada de palestras pelo Estado e sempre com salas ou auditórios cheios, e não só de políticos. Pensa suceder Carlos Moisés? Acertou quem disse sim.

Condecorado

O juiz catarinense e conselheiro do Conselho Nacional de Justiça, Márcio Schiefler Fontes, que no mundo jurídico se diz que mais cedo ou mais tarde será ministro supremo, recebeu em Brasília a medalha da Ordem do Mérito Judiciário Militar, principalmente por sua atuação como juiz auxiliar do STF. Recentemente foi designado presidente da comissão de especialistas que formulará o novo Plano Nacional de Política Criminal. A proposta restritiva de indulto, por exemplo, oficializada pelo ministro Sérgio Moro, é dele.

Sinecura

“Trabalho nas bases”. É esta a justificativa para a nomeação, de fevereiro até agora, de seis ex-deputados estaduais não reeleitos em 2018 para cargos comissionados do Legislativo estadual. O sétimo nomeado, Gabriel Ribeiro, é uma exceção. Ele vai trabalhar, de fato, em gabinete da Assembleia Legislativa. Os salários chegam perto de R\$ 15 mil.

Telemedicina

O Conselho Federal de Medicina finalmente revisou resolução que permite a realização de consultas à distância sem a presença de um médico junto ao paciente. Se não fosse adiante acabaria com iniciativas muito boas em SC. Um exemplo está em unidade de retaguarda da Secretaria da Saúde, em Florianópolis. Entre médicos de várias especialidades, há quatro dermatologistas que analisam os exames de pacientes realizados em mais de 180 municípios, enviados por via eletrônica e que recebem diagnóstico à distância, não raro no mesmo dia. As filas de espera para tratar das doenças de pele acabaram.

Congelada

Há um ano e dois meses se noticiava que a Lava Jato teria alcançado a ex-ministra e ex-senadora Ideli Salvati (PT), então citada na delação premiada do ex-presidente da Transpetro, Sergio Machado. Teria passado a ser formalmente investigada pela Polícia Federal, em Curitiba. Tudo permanece congelado. Sua assessoria afirmou, na época, que a delação “constitui exemplo clássico de colaboração desamparada de base empírica idônea apta a sustentá-la”.

Exclusividade

As dezenas de cervejarias artesanais de SC enfrentam o mesmo problema que as do restante do país para ganhar mercado: as grandes marcas exigem exclusividade de bares e restaurantes. Até botecos tem que rezar na cartilha delas. Há uma mobilização em andamento para levar este caso de abuso econômico ao Conselho Administrativo de Defesa Econômica (Cade).

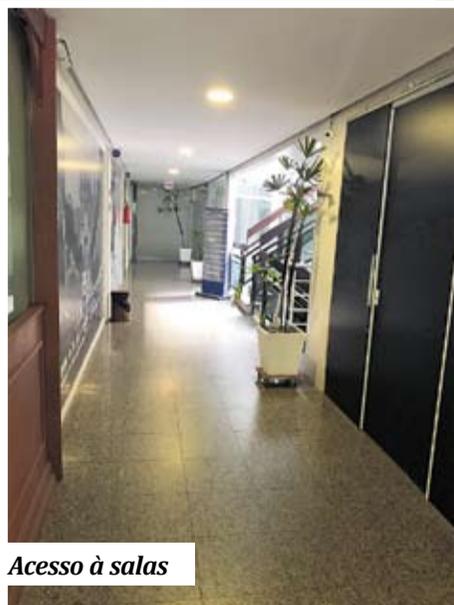
Escritórios na Av. Beira-mar

Já pensou em ter um escritório perto de tudo? A alguns metros da Avenida Beira-Mar Norte e lado a lado com cafés, restaurantes, sorveterias, padarias, lojas e o Beiramar Shopping? Pois é, esses são os vizinhos do Centro Executivo Ilhéus



Acesso pela Av. Beira-mar

O prédio de três andares tem dois acessos: um pela Rua Boicaiúva e o outro pela Beira-Mar, e oferece salas ideais para escritórios e consultórios. Com um interessante mix de salões de beleza, café, imobiliária, agência de turismo e dentistas, o Centro Executivo é um achado em meio a tantas opções de imóveis corporativos em uma região tão valorizada e de fácil acesso. Venha nos fazer uma visita!



Acesso à salas

Ligue pra gente. Capella Empreendimentos Imobiliários - fone (48) 99982 9237

Gostou do conteúdo?
Acesse o QR Code e
continue lendo a coluna
do Raul Sartori



COMPORTAMENTO

Um clique para a mudança

Ensaios fotográficos ajudam mulheres a recuperar o amor próprio

Gabriela Morateli

Foto: Natalia Brasil

Medos, anseios, traumas, doenças, dificuldade de aceitar o próprio corpo. Muitas mulheres passam por situações que parecem fugir de seu controle e que causam sofrimento e dor por muito tempo. Para elas retomarem as rédeas de suas vidas, precisam se redescobrir, recuperar um bem precioso e poderoso: sua autoestima. Para estimular o público feminino a acreditar em todo o seu potencial, fotógrafas da cidade lançaram projetos que estão fazendo a diferença em muitas vidas.

“Inicialmente era apenas um projeto fotográfico, mas com a exposição resolvemos fazer algo maior. Queríamos ouvi-las, conhecer suas histórias e com isso inspirar outras mulheres”, conta Dani Coelho, idealizadora do projeto Descubra-se, que iniciou em 2015, quando ela começou a fotografar mulheres, e este ano virou exposição em um shopping da Grande Florianópolis. “Meu objetivo sempre foi fazer com que as mulheres se (re)descobrissem lindas, poderosas e sensuais”, lembra.

Ao todo, 25 mulheres foram fotografadas e contaram suas histórias pessoais de superação. “Aos 65 anos me senti completamente livre, sem qualquer amarra do passado. Senti que tudo que passei me fez crescer e vencer”, conta Tânia D’Aquino. Mulata e filha de uma empregada doméstica, Tânia viveu muito preconceito desde pequena por conta de sua cor e origem humilde. Porém, sempre acreditou em seus sonhos: “Apesar de sempre me dizerem que eu não seria nada na vida, realizei muitos dos meus sonhos. Virei bancária, casei, tive três filhas, todas receberam a educação que não tive e fizeram faculdade, me deram netos lindos - a mais nova está grávida pela primeira vez, estou vibrando”, diz.

Desde pequena Kauana Pereira foi ensinada que seu corpo não era socialmente aceito. “Tu tens um rosto tão lindo, se emagrecer, vai ficar mais linda ainda”, ela lembra o que as pessoas ao seu redor falavam. As cobranças excessivas para que fizesse dieta deixavam-a ainda mais frustrada, o que fazia ela comer ainda mais. “As pessoas não têm noção de que isso não é um estímulo. Elas não fazem ideia de que isso não faz ninguém ter vontade de mudar, só ajuda a dar mais vontade de comer”, lembra. Com o passar dos anos, cuidar da saúde virou sua prioridade e a perda de peso foi consequên-



Ensaio idealizado e realizado pela fotógrafa Natalia Brasil reuniu 10 mulheres para trabalhar amor próprio e aceitação do corpo



Tânia e Kauana: histórias pessoais de superação após traumas de infância

cia disso. “Eu sempre vivi escondida, insegura, com vergonha do meu corpo. Isso me trouxe reflexos bastante ruins. Me redescobrir foi o maior desafio da minha vida”, conta.

MULHERES CONECTADAS

A fotógrafa Natalia Brasil levou em

Fotos: Daniela Coelho



consideração as discussões sobre amor próprio e aceitação do corpo para criar uma marca de fotografia que incentiva não apenas um olhar sobre si mesma e sobre o quanto cada mulher é única em sua beleza natural, mas que alimenta a sororidade. “Sempre quis fotografar mulheres, mas eu ainda não havia encontrado o meu propó-

sito e o meu objetivo com isso. Em 2016, após fotografar trinta mulheres em um projeto autoral, percebi o quão importante havia sido pra elas e o quanto também mexeu comigo”, conta. Após os relatos de melhora na autoestima dessas mulheres, ela criou a Cura Fotografia Feminina, iniciando um propósito de empoderamento feminino.

Para celebrar o seu trabalho, Natalia convidou um grupo de mulheres para um ensaio em grupo na praia, para ela, uma maneira de conexão e identificação umas com as outras e com suas histórias. “Precisamos nos acolher, olhar com leveza e carinho, compreender que nosso poder está na união e conexão com essa potência criadora feminina”, relata Samara Bernardino, que fez parte do grupo, assim como Amanda Nascimento: “somos todas diferentes umas das outras e em algum mo-

mento de nossas vidas nos vimos em confronto com o nosso corpo. Cada uma com sua trajetória está aprendendo a ser mais gentil consigo e encontrar o apoio em outras mulheres nos faz mais fortes”, conta Amanda. O ensaio faz parte da exposição Ode ao Feminino, que segue até o dia 08 de maio, no Nacasa Ateliê Coletivo, que fica no bairro Trindade.

PROTEÇÃO

Não à violência

Projeto Floripa com Elas abre cinco mil vagas para aulas de defesa pessoal para mulheres

Da redação

Ensino de técnicas de defesa pessoal e estímulo à independência e autoconfiança são os objetivos do projeto Floripa com Elas, lançado pela Prefeitura de Florianópolis. A iniciativa disponibiliza cinco mil vagas gratuitas para aulas de defesa pessoal, exclusivas para mulheres acima de 12 anos, que serão realizadas no decorrer do ano de acordo com a formação das turmas e terão até três horas de duração. As aulas serão ministradas nos espaços das escolas parceiras e também na academia da Guarda Municipal de Florianópolis.

“Nossa sociedade sempre foi muito machista e até então, a violência contra a mulher era vista como algo normal. A punição precisa ser aplicada aos agressores. E a denúncia é um dos meios de trazer justiça a quem precisa. Por isso estamos implantando o Floripa com Elas, para que as mulheres tenham consciência de que não estão sozinhas nessa batalha”, afirmou o prefeito Gean Loureiro.

A terapeuta sistêmica Fernanda Fontoura Medeiros foi uma das participantes do lançamento do projeto. Há 10 anos ela deu um basta nas agressões que sofria. “Esse

tipo de iniciativa é fundamental e urgente. Nossa sociedade precisa apoiar, proteger e encorajar suas mulheres a transformarem suas vidas”, declarou Fernanda. “A vergonha, medo e insegurança são os danos mais comuns que as mulheres vítimas de violência apresentam”, acrescenta a terapeuta, que hoje, anos após se recuperar, utiliza seu trabalho para auxiliar quem passa ou já enfrentou uma situação de violência.

O projeto é fruto de uma parceria entre a Prefeitura Municipal de Florianópolis, Instituto de Geração de Oportunidades (Igeof), Secretaria Municipal de Assistência Social, Coordenadoria Municipal de Políticas Públicas para Mulheres, Guarda Municipal e as escolas Pa-Kua Floripa, Academia Nova Forma e Centro de Treinamento Ilha Fight Floripa. O Floripa com Elas conta também com o apoio da Coordenadoria da Mulher em Situação de Violência (CEVID); rede solidária Somar Floripa, Associação Catarinas; Juizado de Violência Doméstica Contra a Mulher da Capital; Organização Círculos da Hospitalidade; Rede de Atenção Integral às Pessoas em Situação de Violência Sexual de Florianópolis/SC; Secretaria de Estado de Assistência Social; e Associação dos Advogados Criminalistas do Estado de Santa Catarina (AACRIMESC).

O objetivo é incentivar a independência e a autoconfiança das mulheres



Acesse o QR Code para se inscrever nas aulas!







**CONHEÇA O
NOVO SUV
CITROËN C4 CACTUS**
BEM-VINDO À PRÓXIMA
GERAÇÃO SUV.

**NOVO SUV
CITROËN C4 CACTUS
SHINE TURBO**

SUPERVALORIZAÇÃO DE
R\$ 5.000 + **TAXA 0%**
NO SEU USADO a.m.

EM ATÉ **36X** + **IPVA 2019 GRÁTIS**





• MOTOR 1.6 TURBO THP 173 CV • CÂMBIO AUTOMÁTICO SEQUENCIAL DE 6 MARCHAS COM MODO ECO E SPORT (EAT6) • CENTRAL MULTIMÍDIA DE 7" • BANCOS EM COURO
• CÂMERA DE RÉ • AR DIGITAL • RODAS DE LIGA LEVE 17" • ALERTA DE SAÍDA DE FAIXA • 6 AIRBAGS (DUPLO FRONTAL, AIRBAGS LATERAIS E AIRBAGS DE CORTINA) E MUITO MAIS!



FLORIANÓPOLIS - Rua Liberato Bittencourt, 1426A, Estreito - (48) 3954-4646
CRICIÚMA | TUBARÃO | PORTO ALEGRE (JARDIM BOTÂNICO)
WWW.LEMONDE.COM.BR

Condições exclusivas para os modelos: Novo SUV Citroën C4 Cactus Shine AT6 18/19 com taxa 0% a.m. + IOF em 36 meses (entrada 60%). Bônus de até R\$ 5.000,00 válido para as versões: Shine e Shine Pack. CDC realizado pelo Banco PSA com crédito sujeito a aprovação. Confira a CET da operação em uma de nossas lojas. TC de R\$ 799,00 (PF) + IOF e sem SPF e TC R\$ 995,00 (PJ) + IOF e sem SPF. Preços não incluem pintura metálica, frete, seguro e opcionais. Quantidade em estoque: 3 carros para cada versão anunciada. IPVA 2019 grátis válido para todo Citroën 0km 18/19 em estoque e clientes Le Monde residentes em Santa Catarina. Não válido para veículos utilitários e vendas diretas de fábrica. Oferta válida até 30/04/2019 ou enquanto durarem os estoques. Imagens Ilustrativas. 

Urbano Salles

urbanosalles@uol.com.br



Foto: Divulgação

Remadas

Rô Koerich voltou a praticar stand up paddle na Lagoa da Conceição. Tudo sob a orientação de Guto Coelho, seu personal trainer há mais de três anos.

Ano promissor

O piloto catarinense André Gaidzinski começou bem a temporada 2019 da Porsche Cup. Foi com a bandeira de SC na mão que ele subiu ao pódio no autódromo de Interlagos, em São Paulo, para comemorar o quinto lugar na primeira corrida do ano. Quem entregou o troféu foi a mãe do piloto, Iara Gaidzinski. A próxima corrida será em Curitiba, dia 27.

Clorofila

A Prefeitura promete rearborear a Avenida Madre Benvenuta como compensação pela derrubada de dezenas de árvores no trajeto da futura ciclovia, no canteiro central. Segundo o chefe de gabinete de Gean Loureiro, Bruno Oliveira, a ideia é plantar o mesmo número ou até mais do que as que virão abaixo.

Pelo app

O catarinense Lucas Schweitzer, dono de uma empresa que organiza grandes eventos em SC como a Procição do Senhor dos Passos, abriu contagem regressiva para a vinda da cantora Anitta a Florianópolis, no início de julho. Ela vem participar do Empreende Brazil, evento promovido por ele, para falar sobre como gerencia a sua própria carreira e uma equipe de 50 funcionários. Detalhe: a cantora faz tudo pelo WhatsApp, canal que usa até para fechar contratos de shows e parcerias.

Expansão

O vice-prefeito João Batista Nunes anuncia a intenção de ampliar o Parque Linear do Córrego Grande, cujo primeiro trecho foi inaugurado há cerca de dois anos. O projeto foi iniciado em 2012, quando João era vice de Dário Berger, e conta com forte apoio do setor privado. O objetivo, no médio prazo, é estendê-lo até o bairro Santa Mônica.

Reconhecimento

O prêmio Máscara de Bamba foi entregue no último dia 6 para cinco iniciativas que contribuíram para a realização do Carnaval 2019. Entre os premiados está Charles Colzani, homenageado por coordenar no Clube 1º de Junho o único concurso de fantasias da região, com a participação de 10 carnavalescos da Grande Florianópolis.



Glamour: Anna Beatriz Vieira, filha de Luciana e Aécio Vieira, e sobrinha da ex-modelo Jeanne Vieira, comemorou 15 anos com uma grande festa no Lira

Elas na direção

A frase machista “mulher no volante, perigo constante” está perdendo sua força. Segundo o Denatran, nos últimos anos apenas 11% dos acidentes de trânsito foram provocados por motoristas mulheres. Além disso, de acordo com o Seguro de Danos Pessoais Causados por Veículos Automotores de Vias Terrestres, das vítimas fatais de acidentes de trânsito em 2017, apenas 24% eram mulheres. Diante desse cenário, a 99 – empresa de mobilidade urbana que integra a gigante chinesa DiDi Chuxing – desenvolveu uma camiseta exclusiva que traz a frase “Dirija como uma garota”, para romper com o preconceito quando o assunto é gênero e direção.

Otimismo

A expectativa do varejo catarinense para a Páscoa, dia 21, é de vendas semelhantes ou até melhores do que as registradas no ano anterior. De acordo com 89,4% dos empresários varejistas, a data será de bons resultados, com a estimativa de crescimento de até 4,5% - conforme 63,88% dos entrevistados - e tíquete médio na faixa entre R\$ 50 e R\$ 100, de acordo com 34,36%. Os números fazem parte do mais recente levantamento realizado pela Federação das Câmaras de Dirigentes Lojistas de Santa Catarina.

Perto dos 80

Como era esperado, o show de Roberto Carlos na Arena Petry, dia 27, está gerando grande expectativa entre os fãs. Na primeira semana do mês já restavam menos de 200 ingressos à venda. O cantor vem a SC ainda em ritmo de parabéns pra você. Ele completa 78 anos de vida no próximo dia 19, coincidindo com a Sexta-Feira da Paixão. Em respeito à tradição religiosa, Roberto não fará show no dia do aniversário. As primeiras apresentações já com a idade nova serão em SC, primeiro em Blumenau, dia 26, e depois em São José.

Petiscando

Vai até 5 de maio em Florianópolis o “Comida di Buteco”, concurso de alcance nacional que em 2019 está completando seu 20º aniversário. Dessa vez, 16 “butechos” da região metropolitana concorrerão servindo petiscos a um preço fixo. No ano passado, o campeão do “Comida Di Buteco” em Florianópolis foi o Tonho Boteco, em Santo Antônio de Lisboa, com sua coxinha de costela.

Vagas abertas

Começou o prazo de inscrições para o concurso público da Celesc, com oportunidades para 17 cargos de nível médio, técnico e superior, em diversas cidades do estado. Os salários variam de R\$ 2.285,51 a R\$ 4.820,46, além de auxílio alimentação e outros benefícios como plano de saúde, auxílio creche/babá, auxílio estudante, plano de previdência, entre outros.

Autógrafos

Ex-ministro e atual secretário de Turismo de São Paulo, o catarinense Vinicius Lummertz lança dia 15, no auditório da Fecomércio SC, o livro “Brasil: potência mundial do turismo”, editado pela Dois Por Quatro, de Florianópolis.

A obra inclui artigos assinados por personalidades do setor, como o empresário Fernando Marcondes de Mattos.

Alta cilindrada

Arthur Paulo da Silva, filho mais velho do empresário Amauri da Silva Júnior, veio de Porto Alegre, onde está radicado, para passar uns dias na Ilha.

Além de visitar os parentes que moram aqui, participou da inauguração da nova revenda de motocicletas premium da família.

Em SC

O grupo de moda Pasquini, há 25 anos no mercado nacional e com 3 mil pontos de venda no Brasil, está mudando sua sede para Itajaí. Dona da grife Acostamento, a empresa promoveu no último dia 9 um evento de lançamento da sua fábrica no Estado e da coleção primavera 2020.

T-Rex

Os dinossauros “invadiram” os salões do La Perle, na Avenida Beira-Mar, no último dia 7. Eles foram o tema da festa de quatro anos de Claudio Neto, o “Claudinho”, caçula de Cristiane e Claudio Gastão da Rosa Filho. Além de crianças, a tarde reuniu muitos VIPs da Ilha, alguns deles vizinhos de prédio.



Foto: Divulgação

Karla Silva na BK Concept Store, recém-inaugurada por ela e pela irmã Bianka num casarão centenário da Victor Konder

COMUNIQUE-SE

Jornalista, este ser incompreendido e essencial

Ridicularizados, cerceados, ameaçados de morte, mortos. A queda da liberdade de imprensa e de expressão em centenas de países coloca em risco o exercício de uma profissão absolutamente necessária para o desenvolvimento de uma sociedade saudável e democrática. Parabéns aos colegas pelo dia do jornalista, celebrado em 07 de abril!

Karin Verzickas

Nunca foi tão difícil ser jornalista e, ao mesmo tempo, tão necessário. Ironicamente, enquanto o modelo econômico do jornalismo praticado pela humanidade até aqui esteja em pleno xeque-mate, com milhares de redações fechando, jornais impressos acabando e leitores no mundo inteiro se abastecendo das conturbadas, pobres e falsas notícias nas redes sociais, o profissional formado em Jornalismo nunca foi tão essencial para o equilíbrio mental da sociedade. Queiram ou não queiram, gostem ou não, a verdade é que sempre coube ao jornalista restabelecer as verdades e trazer à tona a informação precisa, a realidade dos fatos vividos, os testemunhos reais. Ou você não é daqueles que vê uma informação bizarra na rede social e imediatamente corre para o site de um veículo de comunicação confiável para checar a veracidade? Praticamente todo

mundo faz isso. Jornalista virou uma espécie de bússola nesse mar de fake news com tanta gente à deriva.

Mas a realidade é dura para quem exerce a profissão. Um informe da Unesco mostra que a liberdade de imprensa anda em queda em nada menos que 132 países, tipo saiu de moda mesmo. Na mesma proporção, é notório o aumento da violência contra os jornalistas em todo o mundo: foram 530 profissionais assassinados no trabalho entre 2011 e 2016 (última contagem mundial), sendo 125 só na América Latina. E já des-

coberam também que sai barato e valem a pena para os agressores correr o risco de matar, já que apenas um caso a cada dez mortes vão parar na Justiça. Esta realidade traz outro efeito colateral péssimo, que é a autocensura, com milhares de jornalistas que diariamente omitem casos de violação aos direitos humanos e políticos praticados por governos pouco simpáticos à publicação

ganha mal, e é verdade. Mas tente perguntar no jornal que você lê ou na tevê a que você assiste quanto pagam ao jornalista. Chega a ser vergonhoso se considerarmos a responsabilidade de ser um curador da notícia que chega a milhões de pessoas, de garantir informação correta e de qualidade, de manter a sociedade tranqüilizada e informada a respeito das coisas mais básicas à so-

to e precisão as catástrofes e tragédias. Somem-se a isso os riscos implícitos no exercício cotidiano da profissão, como o subir o morro para a cobertura de uma ocupação e não saber se vai voltar vivo para casa, ou o stress de não ter como se preparar para uma entrevista ao vivo que vai entrar no ar em 20 minutos.

Muitas vezes, quem não está nos bastidores não dá valor ao trabalho desse

profissional e nem consegue dimensionar os prejuízos sociais e econômicos que sua ausência acarretaria. Por isso é recorrente sermos ridicularizados, termos nossa vida exposta ao menor sinal de falha, sermos agredidos verbal e fisicamente, virarmos chacota pública e, o pior de tudo, sermos vítimas de campanhas estrategicamente pensadas pelo submundo da política. Não caia nessa. Jornalista nunca foi tão essencial. Tanto é verdade que as novas estruturas profissionais surgidas com a inovação tecnológica está nos imputando funções que máquinas e softwares jamais as substituirão. Uma de-

las é o de "nexologista". Já ouviu falar? Então anota aí que este será o nosso papo para a próxima coluna!



Thiago Moratelli
2019

de suas atividades covardes ou ilícitas exercidas contra o povo que deveria representar e defender. Por isso é prudente, antes de atacar um veículo ou um jornalista especificamente, buscar pesquisar sobre sua trajetória e ver o que realmente está por trás deste sentimento de raiva muitas vezes orquestrado e plantado por interesses escusos.

Além de morte e perseguição, jornalistas também sofrem o desafio de terem optado por uma das profissões mais mal remuneradas do mundo. Você acha que um professor de escola pública

brevivência humana, como uma simples campanha de vacinação de febre amarela, ao desafio de noticiar com respei-



Karin Verzickas é jornalista e empresária da área de comunicação corporativa. Um olhar profissional e atualizado de quem tem por vocação fazer empresas e pessoas se comunicarem melhor.



Thiago A. Moratelli é designer gráfico, ilustrador e diagramador. Cria soluções visuais em diversos formatos com imaginação e originalidade, mostrando que uma ideia nem sempre precisa ser dita em palavras.



WI-FI PLUS COM MAIS ALCANCE É
NOVIDADE, EMOÇÃO, TECNOLOGIA.



ASSINE A BANDA LÍDER COM O WIFIPUS | 4004-8844

NET.COM.BR OU VÁ
ATÉ UMA LOJA CLARO

Serviço Wi-Fi Plus disponível a partir da velocidade de 120 MBPS e com maior alcance em comparação com o Wi-Fi convencional da NET. O sinal do modem Wi-Fi está sujeito a limitações, em função de obstáculos e da distância do local de acesso à internet. Banda larga líder em ultravelocidade - fonte: Anatel em agosto/2018. Consulte condições e disponibilidade em seu endereço.

JOGO DE
CAMA LINEE
JACQUARD

QUEEN

DE R\$842,00 POR
R\$ 505,20
À VISTA CADA
6X R\$98,23
TOTAL: R\$589,43

KING

DE R\$894,43 POR
R\$ 536,78
À VISTA CADA
6X R\$104,37
TOTAL: R\$626,24

JOGO DE
CAMA LINEE
JACQUARD
QUEEN

DE R\$842,00 POR
R\$ 505,20
À VISTA CADA
6X R\$98,23
TOTAL: R\$589,43

KING

DE R\$894,43 POR
R\$ 536,78
À VISTA CADA
6X R\$104,37
TOTAL: R\$626,24

BAZAR

OFF

TRUSSARDI

40% DE DESC.
À VISTA

PARA PRODUTOS SELECIONADOS

Flamingo
cama - mesa - banho - presentes

TOALHA
DE BANHO
EGITTO
SPLENDORE

77X1,40CM

DE R\$103,05 POR
R\$ 61,83
À VISTA CADA

86X1,60CM

DE R\$126,24 POR
R\$ 75,72
À VISTA CADA

48X90CM

DE R\$48,34 POR
R\$ 28,99
À VISTA CADA

TOALHA
DE BANHO
EGITTO
SPLENDORE

77X1,40CM

DE R\$103,05 POR
R\$ 61,83
À VISTA CADA

86X1,60CM

DE R\$126,24 POR
R\$ 75,72
À VISTA CADA

48X90CM

DE R\$48,34 POR
R\$ 28,99
À VISTA CADA

DE R\$48,34 POR
R\$ 28,99
À VISTA CADA

À VISTA CADA

JOGO DE
TOALHAS
BORDADAS
4 PEÇAS

DE R\$ 448,50 POR
R\$289,00
à vista cada ou
6X R\$53,50
TOTAL: R\$ 321,00
200 jogos

JOGO DE
TOALHAS
BORDADAS
4 PEÇAS

DE R\$ 448,50 POR
R\$289,00
à vista cada ou
6X R\$53,50
TOTAL: R\$ 321,00
200 jogos

TRAVESSEIRO
PREMIERE CAPA
PERCAL 230 FIOS
50X70CM

R\$68,90
à vista cada
400 unidades

TRAVESSEIRO
PREMIERE CAPA
PERCAL 230 FIOS
50X70CM

R\$68,90
à vista cada
400 unidades

TOALHA DE
LAVABO CLASSIC

DE R\$ 15,98 POR
R\$9,90
à vista cada
1000 unidades

**TRUSSARDI COM DESCONTO
DE 40% À VISTA**

* apenas em modelos selecionados

FLORIANÓPOLIS
Avenida Rio Branco, 848
48 3222.9582
Shopping Beiramar
48 3224.4488

BLUMENAU
Rua XV de Novembro, 367
47 3326.0277

ITAJAI
Rua Dr. Pedro Ferreira, 3
47 3348.3372

CRICIÚMA
Rua Felipe Schmidt, 168
48 3437.4470

BALNEÁRIO CAMBORIÚ
Avenida Brasil, 741
47 3367.2672

ITAPEMA
BR-101, km 143
47 3368.2155

JOINVILLE
Rua Max Collin, 1010
47 3433.5378

Flamingo
cama - mesa - banho - presentes



FAÇA A SUA LISTA NA FLAMINGO
*Lista de Casamento
Flamingo*

Promoção válida de 01/04/2019 até 30/04/2019 ou enquanto durar os estoques.
Fotos meramente ilustrativas.

WWW.LOJASFLAMINGO.COM.BR

FLORIANÓPOLIS
Avenida Rio Branco
48 3222.9582
Shopping Beiramar
48 3224.4488

BALNEÁRIO CAMBORIÚ
Avenida Brasil, 741
47 3367.2672

ITAPEMA
BR-101, km 143
47 3368.2155

JOINVILLE
Rua Max Collin, 1010
47 3433.5378



FAÇA A SUA LISTA NA FLAMINGO
*Lista de Casamento
Flamingo*

Promoção válida de 01/04/2019 até 30/04/2019 ou enquanto durar os estoques.
Fotos meramente ilustrativas.

WWW.LOJASFLAMINGO.COM.BR

guia Gastronômico

SUPLEMENTO MENSAL IMAGEM DA ILHA • 1ª QUINZENA DE ABRIL DE 2019

Foto: Divulgação

**DIRET
DO CAMPO**
FRUTAS E VERDURAS
SELECIONADAS
a partir de
R\$ 1,99KG
Av. Beira Mar Norte - Agrônoma
Fone: 3228-8674

DE POUCO EM POUCO

*Estrela da Páscoa, chocolate
deve ser consumido com
moderação*

*Priorize produtos
de qualidade com
menor número de
ingredientes em
seus rótulos*

E MAIS...

O pescado ideal para a
Semana Santa

• Página G5

Foto: Reprodução



*Fresco ou
congelado,
escolha
o mais
adequado*



Foto: Reprodução

ESCOLA: Os vilões mascarados

• Página G3

Alimentos que devem ser eliminados do lanche

SABORES DA COZINHA

Por André Vasconcelos

André Vasconcelos é cozinheiro autodidata e culinária entusiasta no comando do Bistrô Muito Além do Jardim.
E-mail: bistro@bistromuitoalemdojardim.com
Site: www.bistromuitoalemdojardim.com

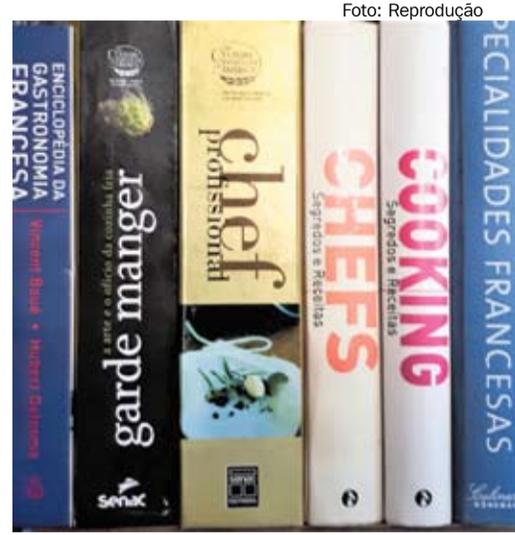


Ler é preciso

Há muito a ser aprendido sobre culinária no universo das palavras

Já escrevi nesta coluna o quanto considero vital a boa leitura. Talvez por tanto tomar sopa de feijão com macarrão de letrinhas na minha infância, a cada dia que passa sinto-me mais conectado ao mundo das letras. Sou um eterno aprendiz das panelas... e um aprendiz das letras. Gosto de escrever como gosto de cozinhar, e assim como na cozinha, as letras se tornam mais fascinantes a cada nova leitura. Para cozinhar é preciso estar sempre lendo de tudo, desde receitas até livros técnicos, e para escrever isso se torna ainda mais indispensável, portanto, leio muito. Leio tudo o que me interessa... e o que não interessa tanto leio também. Leio até o que considero chato e o que acho fútil.

Leio artigos "intelectualóides", histórias em quadrinhos e até bulas de remédios. Leio livros de História, de Nutrição e de receitas d'A Cozinha Maravilhosa de Ofélia'. Leio Kafka, gosto de Tolstói, peças de Bertold Brecht e Shakespeare. Leio gibis de Walt Disney, livros de culinária, biografias e religiosos. Leio Raquel de Queiroz, Humberto Eco, Michael Polain, Garcia Marques e Graciliano Ramos. Leio tudo de bom e muita coisa muito ruim também. Só não leio livros de auto-ajuda! Entre revistas e jornais passo horas viajando com muitos cronistas, desde o genial Ricardo Boechat, que deixa saudades, até o desprezioso José Simão. E nessas leituras já encontrei muitas definições de ser cozinheiro, do ato de cozinhar



e de comer... entre elas, algumas que merecem ser citadas.

Em "Carême, o cozinheiro dos reis", o personagem que é considerado até hoje o rei dos cozinheiros relata o prazer e as dificuldades de fazer alta gastronomia no século XIX, onde as péssimas condições de trabalho o levaram à morte por envenenamento devido à fumaça de carvão dos seus fogões. A preocupação em registrar receitas e observações que são referências até hoje fez dele também um grande cronista.

Cronista também é a escritora Nicole Mones, de "O último chef chinês". Neste li-

vro, teoricamente uma ficção, anotei na memória uma das frases que me guiam: "... qual o ponto máximo da culinária refinada? ... os ingredientes frescos? ... os sabores mais complexos? ... seria o rústico ou o raro? ... o auge não é o comer nem o cozinhar, mas sim o oferecer e o compartilhar o alimento!" Minimalista e perfeita descrição de Irvine Welsh em "As revelações picantes dos grandes chefs": "Por certo o nosso chef de cozinha precisa ser um artesão: um artifice com orgulho obstinado nos detalhes esmerados e por vezes mundanos do seu métier. Certamente, o chef de cozinha também é um cientista. Mas ele é mais que simplesmente um químico: é um alquimista, um feiticeiro, um artista, e suas misturas não são feitas para curar enfermidades do corpo e da mente, mas sim para atender a maravilhosa incumbência de elevar a alma."

Já Julian Barnes, autor de "O pedante na cozinha" define cozinhar como "a transformação da incerteza, (a receita) em certeza (o prato) via estardalhaço". Michael Ruhlman descreve sua epopeia cursando o Culinary Institute of America, CIA, onde somen-

Acesse o QR Code e continue lendo a coluna Sabores da Cozinha!



Anuncie na próxima edição do caderno

Femina

São **18.700 leitores*** sendo que 85% deste público são **mulheres**, formadoras de opinião e com **grande poder na decisão** de compra.

* 2 leitores por exemplar

Ligue: 3024-2747

MUNDO DOS VINHOS

Por Eduardo Machado Araujo

The Wine Pub
Certified Sommelier - Court of Master Sommeliers
edumaraujosommelier@gmail.com
www.vinho365.com.br



Redescobrimo Beaujolais

Região da França se destaca pela qualidade de uvas viníferas

Uma região que está renascendo das cinzas e de grandes tombos que leva desde o século XIV e entrando na lista dos melhores e mais interessantes sommeliers do mundo é a Beaujolais, na França, lar da uva Gamay. Talvez você já tenha ouvido falar desse vinho através de sua expressão mais simples, o Beaujolais Nouveau. Mas, desde que a uva Gamay foi banida da Borgonha por Filipe o Bravo, em 1395, a região vem sofrendo com alguns baques e pela falta de atenção dada a ela, muitas vezes por culpa dos seus próprios vinhos. Nem o clima dá folga pra Beaujolais. Em duas recentes safras (2016 e 2017), seus vinhedos foram praticamen-

te destruídos por tempestades, e o próprio sucesso do seu vinho mais conhecido criou um caso de fracasso financeiro e de qualidade para a região.

Mas, ao mesmo tempo que a região é sinônimo de vinhos fáceis, leves e frutados, existe uma nova ordem de novos e qualificados produtores tentando reviver a qualidade que esse pedaço de terra entre a Borgonha e o Vale do Rhône pode oferecer nos seus diferentes terroirs.

O primeiro passo é acabar com a fama de que Beaujolais é só o estilo Nouveau. Estilo que surgiu no pós-guerra quando a região e o resto da França estavam de mal a pior. A ideia era celebrar a safra do ano



em colinas íngremes e com muitos solos variados (granito, xisto, calcário, etc) que dão lugar aos melhores vinhos locais. Morgon, uma das mais famosas, foi lar do chamado "Gang of Four", um grupo de quatro produtores que usaram práticas do brilhante

Chauvet com vinhas velhas de maneira orgânica, métodos de vinificação tradicionais com uvas totalmente maduras e barricas de carvalho. Iniciaram uma revolução e começaram a produzir vinhos densos, complexos e de potencial de guarda. Foi ali onde praticamente surgiu o movimento de vinhos naturais, graças a Thénevet, Breton, Foillard e Lapiere.

Hoje a região tem chamado a atenção pela qualidade crescente, pela identificação de terroir e pelos bons preços. A delimitação de vinhedos únicos e de vinhas velhas

vendendo um vinho tinto leve e fresco apenas algumas semanas após a colheita, no dia 15 de novembro (que depois ficou como a terceira quinta-feira de novembro). Um vinho que devido à demanda e à produção transformou-se em um tanto insípido, com uma fruta que parecia artificial, com mais cara do seu método de produção (maceração carbônica) do que da região. Foi bom enquanto durou. A moda passou e a qualidade da região continuou baixa, exatamente como foi propagandeado: um vinho simples consumido uma vez por ano.

Mas, desde 1980, uma nova geração está explorando de forma mais individual os chamados Crus de Beaujolais, essas vilas que descem margeando o Vale do Saône,

Quer continuar lendo a coluna de vinhos? Então baixe o leitor do QR Code e acesse o código ao lado



SAÚDE

Comida salgada?

Fique atento aos perigos do “sal a gosto”

Da redação

É muito comum encontrar a orientação “sal a gosto” em uma receita. No entanto, é preciso tomar cuidado com a quantidade adicionada em uma preparação, pois muitas vezes o “a gosto” ultrapassa o limite de 5 gramas recomendado pela Organização Mundial da Saúde para consumo diário. “Ao menos 2g desse valor está presente naturalmente nos alimentos. O restante é proveniente do sal adicionado à comida. O brasileiro, no entanto, consome cerca de 12g de sal por dia, que equivale a 2,5 vezes a mais do que o recomendado”, explica a nutricionista doutora Márcia Gowdak, responsável pelo Departamento de Nutrição da Sociedade Brasileira de Hipertensão (SBH).

“Estudos da Sociedade Brasileira de Cardiologia e da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF 2008-2009) apontam que a maior parte do sódio consu-



mido diariamente é proveniente do sal de cozinha, sendo que até um quarto deste sal é adicionado à comida durante o preparo¹”, ressalta a nutricionista doutora Márcia Gowdak. O excesso de

sódio, principal componente do sal de cozinha, pode aumentar os riscos de doenças cardiovasculares, como AVC (Acidente Vascular Cerebral) e hipertensão arterial. Segundo dados da Sociedade

Brasileira de Cardiologia, mais de 30 milhões de brasileiros possuem a pressão arterial elevada.

Em contrapartida, as indústrias assinaram um acordo com a Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação (ABIA), criando metas de redução de sódio nos produtos. “Esse acordo

Um quarto do sódio consumido durante o dia é proveniente do sal adicionado durante ou após o preparo dos alimentos

vêm cumprindo um papel importante, sendo que as indústrias hoje já oferecem opções de temperos e caldos com redução de até 30% de sódio”, afirma a nutricionista. “Pa-

ra evitar o consumo exagerado, algumas dicas simples como retirar o saleiro da mesa e respeitar as indicações de uso podem ajudar. O importante é diminuir a quantidade usada aos poucos e deixar o paladar se acostumar”, finaliza a especialista.

ESCOLA

Os vilões da lancheira

Confira os alimentos que devem ser evitados para o lanche das crianças

Da redação

Escoger alimentos nutritivos costuma ser o objetivo da maior parte das mães, pais e responsáveis ao preparar a lancheira para os filhos levarem à escola. Afinal, é preciso incentivar a garotada a se alimentar bem e de forma balanceada. Além disso, as crianças gastam bastante energia na escola, por isso é fundamental que a alimentação na hora do intervalo seja adequada – nutritiva, energética e saborosa. “É importante que as crianças se alimentem bem entre as refeições, caso contrário podem apresentar fraqueza ou cansaço. Recomenda-se incluir nos lanches todos os grupos alimentares e evitar alimentos ricos em gordura trans ou com baixo valor nutricional”, explica a nutricionista Melina Aniquini.

Confira os 5 “vilões” que você deve evitar na lancheira dos seus filhos:

Salgados fritos – Esse tipo de alimento não é recomendado para a lancheira, pois além de ter alto teor calórico e gorduroso, deteriora-se facilmente. Ou seja, seu filho ingerirá uma grande quantidade de gordura, sem quantidade significativa de nutrientes e vitaminas, e como é um alimento que será consu-



Os salgados fritos, como a coxinha, não são recomendados, pois além de terem alto teor calórico, são muito gordurosos e deterioram-se facilmente

mido dali a algumas horas, há risco de não estar em condições adequadas de conservação e palatabilidade quando seu filho for comê-lo. Evite!

Sucos de caixinha – Ao contrário do que alguns mães e pais acreditam, os sucos de caixinha não são uma escolha saudável, pois geralmente contêm grande quantidade de conservantes e açúcar.

devem ser evitados sanduíches com recheios como salsicha, salame e presunto nos lanches da escola, por conterem alto teor de gordura e sódio. O ideal é optar por ingredientes menos gordurosos e com menor valor calórico, como peito de peru, omelete e queijo branco. Você pode recheiar o sanduíche com esses ingredientes, além de folhas como alface, rúcula ou agrião.

Salgadinhos de saquinho – São produtos geralmente ricos em gorduras saturadas, sódio, açúcar, corantes e conservantes químicos, e pobres em vitaminas e minerais, com nenhum valor nutritivo e muitas calorias “vazias”. Além disso, podem causar problemas de saúde no futuro, como obesidade, colesterol alto, hipertensão. Você não vai querer incluir esse “vilão” na lancheira do seu filho, certo?

Bolinhos doces industrializados com recheios artificiais - Também devem ficar de fora da lancheira, pois contêm alto índice de gorduras e ingredientes artificiais. Ou seja, são pouco saudáveis e nada nutritivos. Além disso, comer doce na hora do recreio geralmente não mata tanto a fome como ingerir um alimento salgado. Por isso, não há vantagem alguma de incluí-los nos lanchinhos.

Em média, cada 200 ml de suco artificial equivale a 2 colheres cheias de açúcar! Por isso, o melhor é optar pelos sucos naturais, como os de laranja ou limão.

Lanches com embutidos – Também

CULINÁRIA

Por Ceres Azevedo

Ceres Azevedo tem um Blog, onde dá dicas e receitas para ajudar você na arte de receber amigos.
Acesse: [@blogceresazevedo.com.br](https://www.instagram.com/blogceresazevedo.com.br)



O doce sabor do outono

Fruta da estação, goiaba é ótima pura ou como matéria prima para doces caseiros

Quem me acompanha nos stories do Instagram sabe que um dos meus hábitos diários é caminhar. É um momento de exercício físico e mental, de renovação e apreciação das belezas que vejo à minha volta. Moro em um condomínio rodeado por um manguezal, com muitas árvores, passarinhos, macaquinhos e até jacaré! Com esse visual todo, uma das coisas que me chama a atenção é a mudança das estações: suas cores, suas folhas e seus frutos.

Toda esta introdução foi para chegar às goiabeiras, que receberam o outono repletas de frutas! Há muito tempo eu não via tantas goiabas. Lindas, saborosas e aromáticas. Quem ainda não provou uma goiaba do pé não sabe o que está perdendo! Aqui no condomínio e na cidade inteira, as goi-

beiras estão recheadas, enfeitando e perfumando as ruas e praças. Além de saborosa, a goiaba é uma fruta super nutritiva, rica em vitamina C, propriedades anti-inflamatórias e anti-oxidantes.

E o que podemos fazer com as goiabas? Podemos fazer muitas coisas para aproveitar esta maravilhosa safra. Aliás, consumir as frutas da estação é sempre a melhor pedida, pois são muito mais saborosas. Comer a fruta ao natural com certeza é a opção mais saudável. No café da manhã, no lanche ou até mesmo na salada de folhas ela fica muito gostosa. Acho que é uma das frutas mais versáteis. Tipo mil e uma utilidades!

Podemos fazer deliciosos sucos, sorvetes, caldas, doces, geleias e a nossa famosa goiabada cascão que deixa os turistas eu-

RECEITA

Doce de Goiaba em Calda

Ingredientes: 6 goiabas maduras mas firmes, 1 xícara de açúcar, 1 xícara de água, 1 pau de canela, 3 cravos da índia, 1 anis estrelado.

Modo de preparo: Descasque as goiabas, parta ao meio e retire as sementes com cuidado para não furar a fruta. Enquanto isso faça uma calda média com a água, o açúcar e as especiarias. Quando a calda estiver no ponto coloque as goiabas lado a lado, deixe por 4 minutos e vire com cuidado. Deixe mais 4 minutos. É o tempo de a fruta pegar uma coloração mais viva de um lado e do outro. Não precisa cozinhar muito senão ela fica muito mole. Retire as goiabas com cuidado e coloque em



uma tigela. Se a calda já estiver grossa, coloque sobre as goiabas. Se não, deixe engrossar um pouco mais no fogo antes de colocar sobre as frutas. Prontíssimo! Agora é só deixar esfriar para servir.

fácil de fazer. Aprendi a prepará-lo com minha mãe, Layr, e fica delicioso para servir com creme de leite fresco ou mesmo uma fatia de queijo minas. É esta receita que vou deixar para vocês se deliciarem, aproveitando a fartura das goiabas neste nosso outono!

Um ótimo mês a todos e a gente se encontra em maio, mês das mães.

ropeus enlouquecidos com o nosso famoso "Romeu e Julieta", ao combinar com o queijo. Modéstia à parte, minha geleia de goiaba é maravilhosa! Receita da minha sogra, Maria Antônia, a receita aproveita a fruta todinha, até mesmo a casca, somente as sementes são descartadas após o cozimento. É um pouquinho trabalhosa, mas o resultado final é show!

O doce de goiaba em calda é muito mais

FICA A DICA!

Lembrando que você pode me seguir no blog www.ceresazevedo.com.br ou no Instagram [@blogceresazevedo](https://www.instagram.com/blogceresazevedo), me enviando comentários ou sugestões.

SURPREENDA OS SEUS CONVIDADOS

Faça um evento com garantia de elogios



O sucesso de uma festa depende de alguns detalhes. A escolha de um buffet surpreendente, uma lista de convidados simpáticos e um local agradável. Se você fizer boas escolhas sua festa será muito elogiada.

No quesito buffet a equipe do Chef Italiano Guido Finizia (Luxor Grand Café) e Fernanda Carvalho (Masolino) com certeza lhe surpreenderão. São mais de 25 anos de criatividade com a gastronomia romana, Guido é a síntese de uma deliciosa surpresa para sua festa. São finger-foods com jantar volante com detalhes ícones na cozinha internacional.



Ligue e escolha o cardápio italiano qua mais lhe agrada!
Eventos tanto no café como em locais particulares.
Contato(48) 99194 4222 - Valeria - [Facebook.com/luxorgrandcafe](https://www.facebook.com/luxorgrandcafe)

FOX
SEGURANÇA E INFORMÁTICA

INFORMÁTICA:

- Formatação Windows, Linux e Mac
- Conserto e manutenção de impressoras
- Troca de telas, teclados e baterias de notebooks
- Manutenção preventiva e corretiva
- Reparo em placa mãe de notebook
- Reparo em carcaça
- Remoção de vírus
- Limpeza física

SEGURANÇA:

- Instalação de câmeras e sistemas de segurança eletrônica
- Revenda autorizada Intelbras

MANUTENÇÃO DE COMPUTADORES E NOTEBOOKS

LIXO ELETRÔNICO
Descarte na Fox

ATENDIMENTO ESPECIALIZADO PARA EMPRESAS

(48) 3234-9003
(48) 9 9953-1125
foxinformatik@gmail.com
Rua Vila Ivan Matos, 72 - Itacorubi - Fpolis/SC
* Orçamento sem compromisso em qualquer serviço

PÁSCOA

Os protagonistas da data

Chocolate deve ser consumido com cautela e sempre associado a refeições equilibradas especialmente à base de pescados

Fotos: Reprodução

Da redação

Para muita gente, Páscoa é pretexto para “enfiar o pé na jaca”. Quer dizer, no chocolate! A maioria dos chocolates comercializados são ao leite e, se consumidos em excesso, aumentam o nível de colesterol no sangue, podendo causar gordura no sangue e doenças cardiovasculares. Até os chocolates “do bem”, os que possuem uma maior porcentagem de cacau, podem fazer mal quando comemos de forma exagerada, trazendo gastrite, enxaqueca, insônia, além de irritabilidade e hiperatividade em crianças.

Isso não quer dizer que é preciso abrir mão do doce. Segundo a nutricionista Joyce Moraes, é possível apreciar a iguaria de forma saudável. A primeira dica seria escolher um bom chocolate. “Quem é realmente ‘chocolatra’ gosta de chocolate e não de açúcar e do leite que vem nele. Assim, escolha produtos com 70% ou mais de cacau e com uma lista pequena de ingredientes. Quanto menos ingredientes, melhor é o produto”.

Ela também alerta para a quantidade consumida em pouco tempo. “A Páscoa é no domingo, mas você não precisa comer todos os seus ovos e chocolates em 24h! Guarde na geladeira e vá comendo aos poucos. Ganhou muito chocolate? Que tal fazer um almoço e jantar mais leve para compensar? Nutrição é equilíbrio”, sugere. Segundo ela, já há várias opções de Ovos de Páscoa no mercado feitos com ingredientes funcionais, como sem leite e com açúcar de coco. “São deliciosos e você ainda come ‘sem culpa”.

Mas não teve jeito e exagerou? A recomendação é compensar no dia seguinte com o aumento da ingestão de água, consu-



Escolha chocolates de boa qualidade e saboreie ao longo dos dias

mindando três litros ou mais. “O café da manhã deve ser leve com frutas, preferencialmente, e chás digestivos, como boldo, carqueja ou hortelã. Deve-se ainda fazer um almoço e um jantar mais leve com uma proteína magra, como peixe e frango, por exemplo. E não exagerar mais durante a semana”, explica a nutricionista, reforçando que é mais saudável comer um pouquinho de chocolate por vez.



O peixe deve ser fresco ou congelado industrialmente. “Se estiver congelado, o degelo deve ser realizado na geladeira 24h antes do preparo, nunca em cima da pia”, alerta nutricionista

PEIXES NA REFEIÇÃO PRINCIPAL

Mas nem só de chocolate vive a Páscoa. A data também é marcada pelo maior consumo de pescados. “Mais importante que o cardápio é o conceito de confraternização da Páscoa. Todos querem se reunir, então o cardápio fica em plano secundário. Sugiro peixes grelhados no forno com especiarias como alecrim, pimenta, mostarda ou qual-

quer outra que dê sabor a preparação, além de legumes cozidos e saladas para acompanhar”, indica a nutricionista Joyce Moraes.

Sobre como escolher o peixe, a nutricionista recomenda o fresco, pescado no dia, ou congelado industrialmente, encontrados no mercado. “Se estiver congelado, o degelo, ato de descongelar, deve ser realizado na geladeira 24h antes do preparo, nunca em cima da pia. 12h após ser colocado para degelar, esse peixe pode ser temperado para dar tempo de apuração do sabor. Lembrando que ele fica temperado na geladeira, em pote fechado, e só deve sair de lá diretamente para a panela e/ou forno.

Outra dica importante para quem preferir o peixe fresco é notar o cheiro dele. “O peixe fresco deve ter odor de peixe, bem característico. A carne deve estar firme e as escamas bem aderidas. As guelras devem estar avermelhadas. Bom também seria tocar nas guelras, pois alguns comerciantes de má fé colocam temperos, como colorau, para disfarçar as guelras de peixes que não estão frescos”, recomenda.

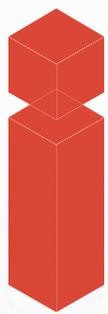
Café espresso no ovo de chocolate

A rede de cafeterias Café Cultura preparou uma série de novidades saborosas para marcar a Páscoa. E como não poderia deixar de ser, uniu o principal ingrediente da época, o chocolate; com o carro-chefe da marca, o café especial; e criou um produto surpreendente e irresistível: o café no ovo de chocolate.

O Easter Espresso é feito com o tradicional café espresso, extraído diretamente dentro de um ovo de chocolate da marca catarinense Nugali, previamente condicionado dentro de uma xícara. O resultado é um café de sabor único, com um toque de doçura na medida e que encanta os olhos e o paladar. Outra novidade é o ovo de colher nos sabores das duas tortas mais pedidas pelos clientes: cheesecake e negresco. Todos os produtos temáticos de Páscoa serão comercializados até o dia 22 de abril em todas as 12 lojas da rede.



Foto: Divulgação



**FASHION
OUTLET**
SANTA CATARINA

SÃO MAIS
DE **100 MARCAS**
CONCEITUADAS
COM **OFERTAS**
EXCLUSIVAS.

até

70%

de desconto



AREZZO

FÁBULA

FARM

JOHN JOHN

NEW BALANCE

OAKLEY

RICHARDS

ROSA CHÁ

SALINAS

SCHUTZ

VILEBREQUIN

ACESSO PELA BR 101, KM 165

[f /ifashionoutletsc](#) [@ifashionoutletsc](#)

Delícias à beira-mar

Conhecido por sua alta gastronomia, Jaime Barcelos acertou em cheio quando se associou à Juliana Salles no novo Ostradamus Coqueiros. Depois de anos de associação com uma rede de fast food, Juliana é uma felicidade só com o novo empreendimento à beira-mar de Coqueiros. Tão feliz que já estimula seus comandados a inovarem. Uma das novidades foi aperfeiçoar o já perfeito... a caipirinha do Ostradamus que já era ótima ficou ainda melhor. Agora ela se chama Tropicália, uma caipirinha “dos deuses”, de cachaça Intisica com morango, maracujá e o tradicional limão. É beber para crer!

Direto de Parma, Itália

Depois ensinar a vários jovens de comunidades carentes de Florianópolis a arte de se tornar pizzaiolo, através de vários cursos gratuitos, Grace Frascini voou para Itália onde participou mais uma vez do Campeonato Mundial da Pizza, em Parma. Desta vez nossa penta campeã “cedeu” seu lugar no pódio a outro italiano, da região da Liguria, Cinque Terre, que apresentou uma pizza Gourmet. A competição contou com mais de 900 pizzaiolos de todo mundo. E Grace foi representando o restaurante paulistano Pinocchio Cucina. A pizza criada para o evento foi a Pinocchetto feita com creme de parmesão, búfala, poeira de bacon, e cestinho de parmesão com ovo pochê.

GASTRONÔMICAS

by Hermann Byron Neto

Last but not least

O Malbec World Day, celebração mundial da emblemática uva argentina, que já tem seu nome como referência no mundo do vinho, teve mais um dia concorrido. No dia 8 de abril, o evento promovido pelo consulado argentino também destacou vários produtos, entre eles as deliciosas empanadas, queijos e até tortas de mirtilo e amora da Berry & Co. Palmas para o competente cônsul argentino Gustavo Coppa, que com apenas três anos em Florianópolis já inseriu um evento no calendário da cidade e tem sido um grande incentivador do comércio entre nosso Estado e o país vizinho.



Foto: Jeff Severino

Ao centro, o casal anfitrião Natalia Castagno e o cônsul Gustavo Coppa, com um grupo de jornalistas convidados

Novidades na SC

A SC-401 ganhou novas opções de gastronomia e decoração com a abertura, no Shopping Casa & Design, da Duca Charcutaria e do Antiquário Vecchio Design. As novidades reforçam o mix de lojas do shopping pioneiro em decoração e design em Santa Catarina e abrem as portas do novo espaço do empreendimento, o Boulevard Casa & Design. A Duca Charcutaria é especializada na produção artesanal de embutidos (presunto, copa, salame, bresaola) e doces (geleias, compotas e conservas) desenvolvidos pelo empreendedor Yuli Mello Dugaich. Ele abriu há um ano a primeira loja no bairro do Rio Vermelho, no norte de Florianópolis, e se tornou um grande sucesso com suas tábuas de frios, saladas - trazendo opções também para quem não consome carnes - e sanduíches feitos com pães orgânicos. Como opção de bebidas, há desde cervejas artesanais da região a vinhos e probióticos fermentados à base de frutas como damasco, gengibre e uvas finas.

Brasil ultrapassa 40 prêmios em Portugal

Foi no International Awards Virtus que os vinhos brasileiros romperam a barreira dos 40 prêmios somente este ano. Realizado em Lisboa, de 23 a 25 de março, o concurso conferiu 13 medalhas aos rótulos verde amarelos. As 462 amostras, entre vinhos, destilados e azeites foram degustadas por 40 degustadores de sete países.

O júri teve a oportunidade de degustar produtos provenientes da Alemanha, Brasil, Chile, China, Espanha, França, Itália, Portugal e Uruguai. O diretor da Associação Brasileira de Enologia (ABE), enólogo Gilberto Simonaggio, e a presidente da Organização Internacional da Vinha e do Vinho (OIV), Regina Vanderlinde (foto), estiveram presentes no evento. Para Simonaggio, o Brasil surpreendeu os degustadores. “O Brasil teve uma performance muito boa em todas as categorias, principalmente nos espumantes. Como presidente do júri, tive a oportunidade de mediar as avaliações de diversos profissionais do mundo do vinho, uma experiência enriquecedora



ONDE COMER E BEBER BEM

O Imagem da Ilha destaca espaços que se distinguem pela variedade e qualidade das opções oferecidas. Vale a pena conferir!

EM QUALQUER ESTAÇÃO



Baixe o leitor do QR Code e acesse o código ao lado para conhecer melhor a gastronomia do Antonio's Restaurante



O Antonio's Restaurante é uma excelente escolha para quem aprecia camarão, peixes e frutos do mar. Localizado na Cachoeira, no Norte da Ilha, serve deliciosos pratos durante o ano todo, entre eles: Caçarola à Gallega – uma criação que leva camarão, lula, marisco, pimentão, tomate, cebola e azeite de oliva –, Grelhados à Ilha do Francês – lagosta, camarão e salmão –, e Polvo do Nadão (foto) – polvo grelhado perfumado com alho, sobre uma cama de batatas à portuguesa, puxadas no azeite com cebola, pimentões coloridos, azeitonas verdes e pretas, refogadas com alho e salinha. Todas essas delícias são elaborados pelo criativo e experiente chef Antonio Carlos Correia.

Antonio's Restaurante

Rua Luiz Boiteax Piazza, 2214
Cachoeira do Bom Jesus (Norte da Ilha)
Fone: 3284-5736
www.antoniosrestaurante.com.br

MILANO PIZZA METRO



Baixe o leitor do QR Code e acesse o código abaixo para conhecer melhor a gastronomia da Pizzeria Milano



Experimente o verdadeiro sabor da Itália aqui em Florianópolis. A Pizzeria Milano oferece em seu cardápio a “sensacional” Pizza Metro. Preparado com receita artesanal exclusiva e ingredientes selecionados e fresquinhos, o prato acomoda até três sabores. Convide sua família e venha visitar a Milano, com vista privilegiada, de frente para a Beira-Mar Norte e pratos exclusivos cuidadosamente selecionados por sua proprietária, a mestra pizzaiola Grace Frascini.

Pizzeria Milano

Rua Bocaiúva, 2526
Avenida Beira-Mar Norte, 2526
Fone: 3024-0034
www.pizzeriamilano.com.br

ALMOÇOS POÉTICOS



Baixe o leitor do QR Code e acesse o código abaixo para conhecer melhor a gastronomia do Ostradamus



À beira-mar de Coqueiros, com uma vista de cinema, um ambiente agradabilíssimo e uma gastronomia de altíssimo nível. Isso é o que o cliente do Ostradamus encontra no novo espaço. E mais, agora para unir o útil ao agradável, foi lançado, durante a semana, o almoço executivo a partir de R\$ 55. Composto de Salada do chef (cortesia) e com 4 opções de pratos como o Fettuccini com molho de camarão e anéis de lula, gratinado com parmesão; o peixe grelhado com camarões, que acompanha pimentões e cebola salteada; o peixe desfiado com bolinho de pirão de feijão e molho de ostra; e o premiado Arrombassi, com arroz, pimentões, lula, gengibre, ostras, camarão e amêndoas. Uau! Ah, a sobremesa também é cortesia, aproveitem!

Ostradamus Coqueiros

Rua: Des. Pedro Silva, 2314, Coqueiros
Fone: 3771-5377 - www.ostradamus.com.br

MUDANÇA PROGRAMADA

*Flexibilidade para parcelar
a entrada e tempo para
programar a mudança.*

wkoerich.com.br



Matrícula nº R.7178.320 datada de 15/06/2015 do Registro de Imóveis de São José - SC. Projeto aprovado na Prefeitura Municipal de São José nº 566/12, folha 166, livro 09. CRECI 2227-J.

K-PLATZ
RESIDENCE

Amplios apartamentos de 2 suítes ou 2 dormitórios (sendo 1 suíte) em um edifício diferenciado, moderno e integrado ao K-Platz Center.

Visite nosso Plantão de Vendas e aproveite esta promoção.



Av. Presidente Kennedy, 568 - São José
Plantão de Vendas: (48) 3244.0185 📞
WhatsApp: (48) 99169.4880 📱

WKOERICH
I M Ó V E I S