



trends

pelo seu olhar

Facebook lança novos recursos para perfis de pessoas falecidas

/// Tecnologia/// pág. 07

Invernada adulta do CTG Laço Velho realiza almoço neste domingo

///Agenda/// pág. 05

Por que o colo é essencial para o desenvolvimento do bebê

///Kids/ pág. 10

Porquinho da índia toma banho?

///Pets/// pág. 11

Levei um fora! E agora?



Respire! Você não é a primeira pessoa que está passando por isso e, certamente, não será a última. Este término de relacionamento pode ser visto de duas maneiras: “meu mundo caiu”, ou “segue o baile”. A escolha é sua! Autodepreciar-se e enfiar-se num buraco ou dar a volta por cima e receber todo o amor que você merece? A escolha é sua! Páginas 08 e 09



Novelas

O SÉTIMO GUARDIÃO

Milu e Ondina sofrem pela morte de Feliciano. Ondina confessa que não acredita na transformação de Valentina. Marcos Paulo conta a Valentina sobre Feliciano. Com medo das ameaças aos guardiães, Valentina decide tirar Gabriel do hospital, e Judith a apoia. Padre Ramiro teme por sua vida. Marilda questiona Eurico sobre as mortes dos guardiães. Geandro contrata Rivalda, e Lourdes sofre com a rejeição do ex-namorado. Luz se preocupa com Gabriel. Rivalda desconfia da gravidez de Afrodite. Neide expulsa Firmina de sua casa. Valentina pede o apoio de Luz no resgate de Gabriel, mas as duas acabam discutindo.

VERÃO 90

Manu se surpreende ao ver o método esquisito de Wladimir com o elenco e desiste do teste. Vanessa se irrita quando Jerônimo descarta a possibilidade de testá-la para ser a Garota Top Wave. Madá e Raimundo comem o doce de leite deixado por Patrick e se beijam. João diz a Diego que, enquanto não provar sua inocência, não pode ficar com Manu. Vanessa faz elogios a Álamo, com a intenção de conseguir o título de Garota Top Wave. Jerônimo consegue manter o programa de Ticiano na PopTV. Manu coloca pó de mico nas roupas que Vanessa reservou na Top Wave. João comenta com Herculano sobre sua ideia de lançar Manu como a Garota Top Wave e incentiva o cineasta a fazer um piloto do programa para concorrer à vaga.

ÓRFÃOS DA TERRA

Aziz ordena que Youssef viaje para o Brasil atrás de Jamil. Camila insinua a Rania que Laila está grávida. Jamil se candidata à vaga de vendedor na loja de Miguel. Bruno descobre que Valéria fala regularmente com Norberto. Rania tem a ideia de afastar Laila da cidade para ter seu bebê, e Camila ouve. Camila se encanta com Jamil. Bruno termina o relacionamento com Valéria. Soraia alerta Hussein sobre a desconfiança de Aziz com Jamil. Miguel confronta Jamil.

AS AVENTURAS DE POLIANA

Afonso chega e interrompe a conversa entre ela e Marcelo. Roger acusa Gui e passar trote nele. Lindomar diz a Vini que não quer contar seu segredo, e o menino fica preocupado. Antônio, Poliana e Nanci conversam sobre a discussão entre Luísa, Marcelo e Afonso. Pendleton ordena à Sara que ela espione a rotina de Luísa. Sérgio pede sua mesa de volta à Waldisney e ele reluta. Claudia desabafa com Joana sobre a briga que teve com Durval. Iuri aconselha Marcelo sobre sua situação com Luísa. Nadine liga para Marcelo e ele aceita sair com ela. Mirela se decepciona com Luca. Brenda e Jefferson se aproximam cada vez mais, conversando sobre suas expectativas futuras. Gui conta à Raquel que Roger descobriu sobre os trotes e os dois discutem. Antônio e Nanci resolvem ajudar Luísa com um dinheiro. Luigi e o clubinho mostram à Marcelo o vídeo do suposto fantasma.

Atriz de Smalville se declara culpada em caso de tráfico sexual

Allison Mack revelou como chantageou e obrigou jovens mulheres a praticarem atos sexuais com membros de uma seita sexual

Revelada em Smallville (onde interpretou a queridinha Chloe Sullivan), a atriz Allison Mack se declarou culpada, em um tribunal no Brooklyn, diante das acusações de envolvimento com tráfico sexual e conspiração de trabalho escravo.

Uma investigação do FBI aponta como ela teve papel essencial no esquema criminoso de Keith Ranieri, que passou duas décadas explorando vítimas de tráfico sexual, usando a organização NXIVM como fachada, em locais como Estados Unidos, México, Canadá e América do Sul. Mack chamava garotas para participar de um suposto grupo de empoderamento feminino. Inclusive, algumas informações apontam que ela tentou recrutar nomes de Hollywood, como Emma Watson e Kristin Kreuk. Além de sofrerem abuso

sexual, as jovens eram obrigadas a praticar serviços para membros do sombrio culto e eram marcadas como gado.

Após passar meses em prisão domiciliar, a atriz chorou ao relatar seus crimes na última segunda-feira (08/04): “Acreditei que Keith Ranieri queria ajudar pessoas. Eu estava errada. Sei que posso ser uma pessoa melhor.” Ela ainda admitiu que, sob a direção de Ranieri, conseguiu fotos e informações comprometedoras de duas mulheres (não identificadas) e ameaçou torná-las públicas, caso as vítimas não praticassem certos atos sexuais.

Ao declarar sua culpa, Allison evita ser julgada ao lado de Ranieri, e outras duas pessoas envolvidas no caso, Clare Bronfman e Kathy Russell – um trio que afirma ser inocente de todas as



O processo individual da atriz deve começar em 29 de abril e, se for condenada, ela pode pegar 15 anos de cadeia

acusações. O processo individual de Mack deve começar em 29 de

abril. Se for condenada, ela pode pegar 15 anos de cadeia.

Horóscopo

AQUÁRIO 21 de jan. a 19 de fev.

É uma semana em que deverá cuidar da rotina. A Lua crescente em Câncer deixa em destaque a rotina, o trabalho e a saúde. Será necessário dar atenção especial a fatores emocionais que causam cobranças e desgaste na qualidade da rotina. Com certeza, o esforço e o comprometimento são necessários para o seu desenvolvimento profissional e para o alcance de metas significativas. Cuide com carinho de suas aflições, levando maior consciência do momento atual. Mas o céu abre espaço para receber um auxílio importante, que colabora com os investimentos e os ganhos materiais.

GÊMEOS 21 de mai. a 20 de jun.

As cobranças são altíssimas no setor material. O céu pede que examine os negócios e as contas para que prossiga com os projetos traçados. Deve avaliar os prós e os contras a fim de evitar as negligências e colocar os limites necessários neste momento. Os recursos guardados e os investimentos podem ser utilizados nesta semana. Mas o seu maior desafio é manter o ritmo na condução de seus projetos que comecem a tomar forma. Apesar da pressão e dos desafios financeiros, você recebe uma ajuda ou um auxílio significativo que o deixa em destaque favorável. O planeta Marte, que transita sobre o seu signo, lhe permite tomar decisões corajosas.

LIBRA 23 de set. a 22 de out.

Assumir as rédeas de sua vida é importante para dar seguimento às metas futuras. A Lua crescente, dia doze, ativa consideravelmente o futuro e as responsabilidades que deve assumir para a família ou para o imóvel. Os desafios são altos, mas você está em crescimento considerável e não pode abandonar o barco neste momento, por isso é imprescindível injetar força e determinação absoluta para que a justiça se manifeste em sua vida. Você é solicitado no trabalho, e isso impacta o seu crescimento e cria oportunidades. Mas é testado nas relações comerciais, que exigem de você posturas maduras e congruentes com os objetivos futuros. Você recebe ajuda para seguir mais pleno em sua atuação profissional.

PEIXES 20 de fev. a 20 de mar.

É uma semana para interagir melhor com a autoestima e o sentido de reconhecimento. A Lua crescente em Câncer, dia doze, coloca em destaque experiências importantes com filhos e recursos financeiros, desenvolvimento de suas capacidades e resultados financeiros, ou atuação em projetos e resultados financeiros. Busque entender dentro de sua experiência pessoal quais das três situações cabe neste momento evolutivo. É uma semana em que terá a possibilidade de interagir com pessoas próximas com a intenção de levar informações importantes e curar ressentimentos e mágoas do passado.

CÂNCER 21 de jun. a 21 de jul.

É uma semana muito importante para você e para o seu desenvolvimento profissional. Você está em destaque, e isso interfere em sua imagem pública e evidência profissional. O seu maior desafio é desenvolver suas metas com sócios ou com o cônjuge! As experiências o deixam mais vulnerável para se relacionar e estabelecer planos estruturais para o seu crescimento pessoal. Mas temos um cenário mais amigável nesta semana, porque você recebe um auxílio de pessoas que estão em outra cidade ou distantes de você, por isso podem ser tocadas viagens, e um contato mais direto com algum tipo de estudo, conhecimento ou filosofia que colabora com as suas intenções.

ESCORPIÃO 23 de out. a 21 de nov.

É uma semana para colocar em movimento suas ideias e informações com pessoas de sua convivência. A Lua crescente em Câncer, dia doze, ativa os estudos, o conhecimento, a fé e o contato mais direto com pessoas de outra cidade ou com parentes distantes. O céu exige de você posturas maduras e sabedoria para conduzir as suas ideias, e isso impacta a qualidade de seu conhecimento e informações que devem circular de uma forma mais profissional ou realista. Mas o céu lhe traz também um contato importante que reconhece o seu potencial. É essencial que se desapegue de ideias rígidas e concretas, para que siga mais leve e congruente com o novo momento.

ÁRIES 21 de mar. a 20 de abr.

A Lua crescente em Câncer o leva a resolver situações familiares e com imóvel. O gráfico astrológico indica que você está consciente de suas posturas, e isso colabora com a resolução de documentos, cursos e experiências em outras cidades. O ganho de consciência está em seu desenvolvimento pessoal, que lhe permite criar novas oportunidades. As experiências familiares, domésticas e relacionadas ao imóvel são positivas, porque você recebe uma orientação correta que abre os seus caminhos. Mas é importante saber que ainda vai sentir uma pressão natural para resolver tudo que precisa para seguir com os planos futuros, e as responsabilidades são altíssimas.

LEÃO 22 de jul. a 22 de ago.

É uma semana importante para examinar suas posturas que afetam consideravelmente o seu emocional. Há naturalmente um desgaste emocional silencioso que amplia os medos e a sensação de prisão. O cenário alerta para cuidar da saúde e de fatores importantes da rotina e do trabalho. Mas esta semana está mais positiva que a anterior, porque o céu colabora com acordos, negociações, utilização de recursos guardados, aposentadoria, financiamento, pensões e tudo que gera finalizações e transformações positivas para se libertar e seguir mais pleno. As mudanças pelas quais vem passando devem ser encaradas com sabedoria e entendimento.

SAGITÁRIO 22 de nov. a 21 de dez.

Você é levado a transformar e desapegar de velhos padrões que impedem o seu progresso e crescimento financeiro. A Lua crescente em Câncer, dia doze, impacta mudanças necessárias para os investimentos e a utilização de recursos e bens guardados. O setor também evidencia aposentadoria, pensões, heranças, partilha e a sua própria forma de administrar. É imprescindível amadurecer as suas posturas, e isso reflete também na educação dos filhos. Mas, apesar dos desafios, é uma semana muito positiva para o seu desenvolvimento. Vejo pessoas próximas que colaboram com escolhas que afetam a moradia, imóveis e as relações familiares.

TOURO 21 de abr. a 20 de mai.

A vida vem testando a sua sabedoria e posturas que são significativas para o seu desenvolvimento emocional. A Lua crescente em Câncer, no dia doze, traz experiências significativas com parentes e pessoas de sua convivência. O cenário também aponta uma sensação de prisão emocional que o leva a avaliar de que forma pode atuar para obter a liberdade e a autonomia que deseja daqui pra frente. Uma conversa com um grupo de pessoas, amigos ou projetos em desenvolvimento impulsiona as ideias e favorecem a interação e relações com pessoas próximas.

VIRGEM 23 de ago. a 22 de set.

O seu maior desafio nesta semana é lidar com amigos e desenvolvimento de projetos em equipe. É visível que está com dificuldades para se relacionar com pessoas que atuam diretamente com você e interferem em na autoestima e talentos. Mas nesta semana você tem um contato mais direto com uma pessoa que o orienta e lhe proporciona entendimento maior sobre a sua atuação e também reconhece o seu empenho. A troca fortalece a fé e as bases familiares. É imprescindível confiar mais em você, desenvolver os talentos e transitar pelos desafios com essa consciência. Vai perceber que algumas pessoas que atuam neste projeto não ficarão.

CAPRICÓRNIO 22 de dez a 20 de jan

É uma semana para aprender a se relacionar e se colocar no lugar do outro. Posso afirmar que essa tarefa é muito evidente neste mês todo. A Lua crescente em Câncer, dia doze, lembra-o sobre o desapego de velhos padrões que impedem o seu desenvolvimento pessoal, portanto examine as suas posturas e a forma como vem interagindo com o cônjuge ou sócios. Apesar dos desafios, que são nítidos na troca, você recebe o auxílio de pessoas próximas e do próprio cônjuge ou sócio. Uma conversa é importante para fazer escolhas que o deixam vulnerável emocionalmente, mas, concomitantemente, é uma forma de curar e seguir mais leve daqui para frente.

A sustentabilidade na moda

A indústria da moda é uma das mais poluentes para o meio ambiente, tanto na fabricação dos insumos como no descarte das peças, as quais se tornam obso-

letas cada vez mais rápido, seja por falta de qualidade ou por estilo de consumo. Atualmente, há uma necessidade fundamental de se buscar alternativas para que o

setor continue a produzir, mas de forma consciente e sem agredir a natureza.

A moda sustentável baseia-se em processos de produção



COLUNISTA

Adriana Santos

Contato para produção de moda e consultoria de imagem:

(51) 98296.5193

Instagram: @adrisantosp



Imagens: RGLOOR, créditos Fagner Damasceno



onde a conscientização do ecossistema está presente em todas as etapas de sua produção, utilizando métodos que não agridam o meio ambiente e ou minimizem os impactos causados, como por exemplo o reaproveitamento de peças que seriam descartadas. Mas para entendermos melhor sobre sustentabilidade na indústria da moda temos que conhecer um pouco mais sobre os conceitos de Fast Fashion e Slow Fashion.

Fast fashion

É o termo utilizado para a moda rápida, onde as peças seguem produção em massa, com coleções que mudam semanalmente ou até diariamente, e que praticam preços muito baixos.

Slow fashion

Se contrapõe ao fast fashion, onde a preocupação com o meio ambiente vem desde o plantio, passando pelos processos utilizados para o tingimento das peças até a valorização dos profissionais envolvidos em toda a cadeia têxtil, consequentemente o produto tem um valor agregado que o torna mais caro.

Encontramos várias marcas no Rio Grande do Sul que já seguem essa nova realidade sustentável. Um dos destaques é a empresa RGLOOR da estilista Rochele Gloor.

A marca RGLOOR surgiu com a intenção de oferecer roupas fe-

mininas de luxo sustentável focada no design e caimento. A sustentabilidade é um fator intrínseco da empresa.

Seguem o processo de desenvolvimento Zerowaste que é uma forma de produção onde a fabricação de um produto não gera resíduo para o meio ambiente ou o resíduo gerado já tem um fim em outro produto.

“Enquanto artista e conhecedora de costura e materiais é meu dever fazer com que o meu trabalho seja uma inspiração para uma sociedade que agora está voltada a se integrar com o meio ambiente.” Rochele Gloor

A indústria têxtil é muito importante dentro desse contexto, e o estilista tem um papel fundamental, pois é ele que tem o poder de basear suas criações visualizando toda a produção de um modo mais sustentável! E, é claro, o consumidor final que opta por adquirir ou não um determinado produto.

Por isso é imprescindível que tenhamos um olhar crítico em relação as marcas e como elas impactam o meio ambiente. Visualizar um mundo onde se consome de forma mais consciente, pensando no futuro que podemos deixar para nossos filhos, é uma maneira de fazermos nossa parte! Seja consumindo menos, comprando de forma mais consciente, ou reciclando peças dos nossos armários.

CORINGA NA SUA NÉCESSAIRE

Diluidor de maquiagem é o novo item indispensável

Rimel seco? Base cremosa de mais? corretivo ressecado? Quem usa maquiagem com certeza já enfrentou esses dramas. Nesses momentos, a única opção é jogar fora e comprar um item novo. Mas esse não será mais a realidade dos amantes de make.

Para resolver essas situações, agora é possível recorrer aos diluidores de maquiagem. Esse produto é um líquido incolor que ajuda a deixar as maquiagens cremosas e líquidas mais leves e até salvar algum produto que talvez fosse pro lixo. Ele pode aumentar a durabilidade do produto, sem alterar a tonalidade.

Para usar o diluidor é preciso ter cuidado. O produto deve ser usado com moderação, onde a quantidade varia de acordo com o tipo de maquiagem que se deseja diluir.

“Em bases e corretivos cremosos é bom pegar uma pequena quantidade do produto, com um cotonete por exemplo, colocá-lo numa paleta em aço inoxidável e pingar duas ou três gotas do diluidor, misturar com pincel ou com o mesmo cotonete e pronto. Para delineador em gel podemos pingar o diluidor diretamente no potinho do produto, se estiver muito ressecado, e depois misturar para unificar todo”, explica a especialista Saby Alderete, em entrevista a revista Claudia.

Outra dica valiosa dada por

Saby é utilizar o diluidor para brincar com texturas das sombras. “Podemos usar em sombras que podem ser molhadas. Basta usar um pincel de delineado, molhar o pincel no diluidor e depois pegar a sombra com o mesmo pincel. Com essa técnica é possível fazer delineados em cores e, se a sombra é brilhante, o delineado fica com efeito metálico!”

Compatibilidade

Atenção a combinação de produtos é fundamental. Dependendo da fórmula, o diluidor pode alterar a composição da maquiagem em que é adicionado.

“Muitos diluidores são compostos basicamente de glicerina ou silicone. Já as bases cosméticas são diferentes, têm água e silicone, água e óleo, propileno, glicerina... Será que a mistura vai dar certo? Não sei, talvez só se você usar um diluidor da mesma marca, por exemplo. Porque a marca já pensa nessa sinergia de uso, levando em consideração as suas formulações”, esclarece Vania Rozan, professora de cosmetologia.

Para evitar perdas, ela também indica fazer a mistura em uma paleta separada, não deixando o diluidor entrar em contato com o pote onde está a maior quantidade.

E, claro, nunca esquecer de testar um pouco do diluidor antes de aplicá-lo em todo o rosto, para evitar surpresas desagradáveis.



O diluidor de maquiagem vem para salvar os itens que geralmente iriam para o lixo por estarem secos ou cremosos de mais



FIQUE LINDA
marque
ainda hoje

design de sobrancelha

Maria Bernadete
esteticista e massoterapeuta

Instagram: @mariabernadeteestetica | 54 99987 7886

TENDÊNCIA

Unhas encapsuladas: as queridinhas das famosas

A nova técnica de nail art que você vai querer copiar

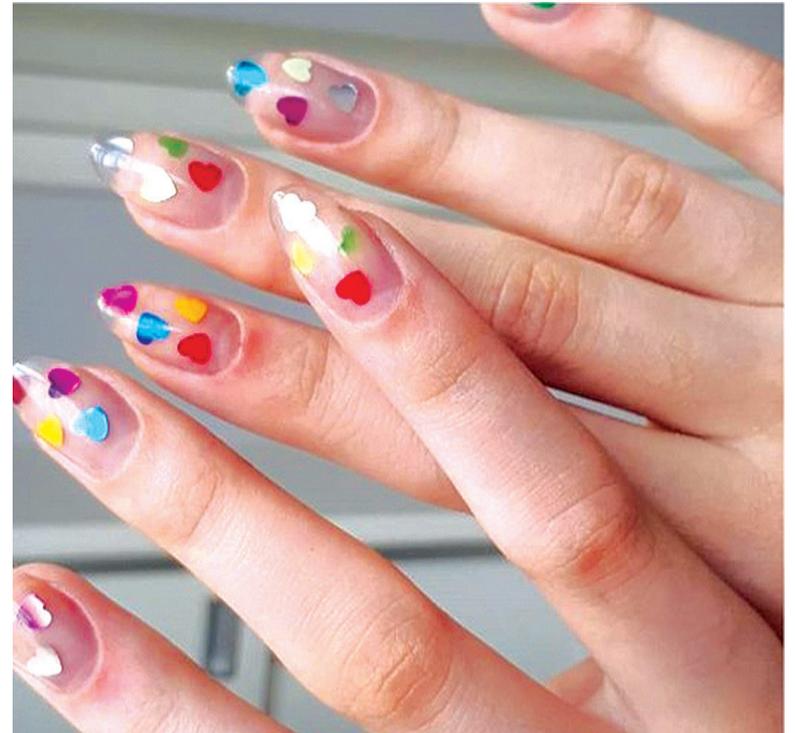
Para quem pensava que não era mais possível ser surpreendida com novidades no mundo das unhas, errou. A nova tendência para as mãos são as unhas encapsuladas e elas parecem ter chegado para ficar.

Perfeita para quem já cansou e enjoou da esmaltação tradicional, as unhas encapsuladas trazem um resultado delicado e estiloso.

A técnica entra na classificação de nail art, e pode ser feita tanto em unhas naturais como em alongamentos. O material utilizado em sua confecção pode ser o gel ou acrílico, tudo irá depender do que vai querer encapsular.

A duração varia. Nas unhas com alongamento a média é 20 dias, já nas unhas naturais, podem durar até 30 dias.

Essa nail art traz a vantagem de se usar um artigo exclusivo e durar mais tempo que a esmaltação comum. Ainda é possível esmaltar por cima do encapsulado, e



O tempo de duração varia. Nas unhas com alongamento a média é 20 dias, já nas unhas naturais, podem durar até 30 dias



Essa nail art traz a vantagem de se usar um artigo exclusivo e durar mais tempo que a esmaltação comum

quando retirar esse esmalte a arte ainda vai estar lá.

O produto não é permanente, para continuar com os adereços nas unhas será necessário realizar a manutenção. Na hora da reforma é possível continuar com os mesmos enfeites ou escolher outros.

Assim como a aplicação e a manutenção, a remoção também deve ser feita por um profissional para que não haja contratempos.

Esse tendência pode ser aderida sem prejudicar as unhas naturais. A única coisa que poderá trazer resultados negativos é a utilização de produtos não indicados, a não realização da manutenção e a remoção feita de forma errada.

VOLTOU

Máscara de cílios é tendência para quem quer fugir do comum

Que as máscaras de cílios transformam um visual, todos os maquiadores e apaixonados por make sabem. Sem o rímel, parece que o make não está completo.

Para quem nunca saiu do pretinho básico, o ano de 2019 pode fazer você repensar nessa escolha. Tudo indica que este ano será o ano da máscara de cílios azul.

O tom azul, quando usado bem pertinho da raiz valoriza o olhar,



Para quem nunca saiu do pretinho básico, o ano de 2019 pode fazer você repensar nessa escolha



Para quem tem receio de usar essa cor por achar chamativo de mais, a dica está em escolher o tom ideal!

trazendo toda atenção para essa parte do rosto, mas de uma forma sutil. Mas para quem tem receio de usar essa cor por achar chamativo de mais, a dica está em escolher o tom ideal! Os tons de máscara azul variam entre os bem clarinhos, até os mais escuros, próximos do preto.

Que tal trazer um pouco de azul para o olhar?

Aurora realiza Mini Curso de degustação e harmonização de Vinhos e Chocolates

No clima de Páscoa, a Vinícola Aurora criou mini cursos de harmonização de chocolates com vinhos, que serão ministrados por sommeliers da vinícola. A 1ª edição de 2019 será no sábado (13), às 09h. Com as sugestões dos enólogos e sommeliers da vinícola, os vinhos foram selecionados para combinar com chocolates da Benevento Chocolate & Café, que produz chocolates "bean-to-bar". São chocolates produzidos a partir do cacau de forma artesanal. O curso será ministrado por dois especialistas:

William Paim - Enólogo e sommelier da Vinícola Aurora e Eduardo Benvenuti - Chocolatier

da Benevento Chocolate & Café. O ingresso custa R\$50,00 e as inscrições devem ser feitas pelo telefone (54) 3455-2095 ou pelo e-mail turismo@vinicolaaurora.com.br, pois as vagas são limitadas. Cada participante receberá uma taça para vinho de cristal.



Cada participante receberá uma taça de cristal para vinhos

Mercado de Rua acontece neste final de semana em Bento

Acontece neste domingo (14), o Mercado de Rua. A feira acontece todos os segundos domingos do mês e traz produtos de design, decoração, moda, acessórios, utensílios, arte, gastronomia, artesanato alternativo e outros segmentos, que são comercializados diretamente de seus produtores. Terão opções de almoço vegano e vegetariano, café e cerveja artesanal, além de muita cultura e lazer. O evento acontece das 11h30min. às 18h30, na Rua Coberta do bairro São Bento.



Design, decoração, moda, acessórios, utensílios, arte, gastronomia, artesanato alternativo e outros segmentos direto de seus produtores

Encontro de Carros Antigos acontece em Garibaldi

Acontece neste domingo (14), o Encontro de Carros Antigos, em Garibaldi. O evento acontecerá das 09h às 17h, na Estação Férrea de Garibaldi. O evento contará com Food Trucks, e cervejas artesanais premiadas de cervejaria local. Não será cobrada entrada dos veículos nem do público visitante.



O Encontro de Carros Antigos será aberto à todo público

A invernada adulta do CTG Laço Velho realiza o 2º Almoço da Família

O 2º Almoço da Família acontecerá no próximo domingo (14), no CTG Laço Velho, na Rua Quinze de Novembro, nº 125, no bairro São Bento, em Bento Gonçalves. No almoço será servido massa bolonhesa e quatro queijos, galeto, salada verde e maionese, além da comercialização de trufas.

O valor dos ingressos servirá para pagamento das pilchas, ins-

trutores e outros gastos para o Encontro de Artes e Tradição Gaúcha (Enart), que acontece em novembro na cidade de Santa Cruz.

A invernada adulta irá participar pela segunda vez do maior festival de arte amadora da América Latina. Em 2018, a invernada dançou na fase final do evento, se posicionando entre os 20 melhores do estado na categoria Força B.



O valor dos ingressos servirá para pagamento das pilchas, instrutores e outros gastos para o Encontro de Artes e Tradição Gaúcha (Enart), que acontece em novembro na cidade de Santa Cruz

SE FOR DIRIGIR, NÃO BEBA.

Se
ya
ijá

AURORA
Espumantes
AURORA

AURORA
Moscatel
Espumante
750 ml

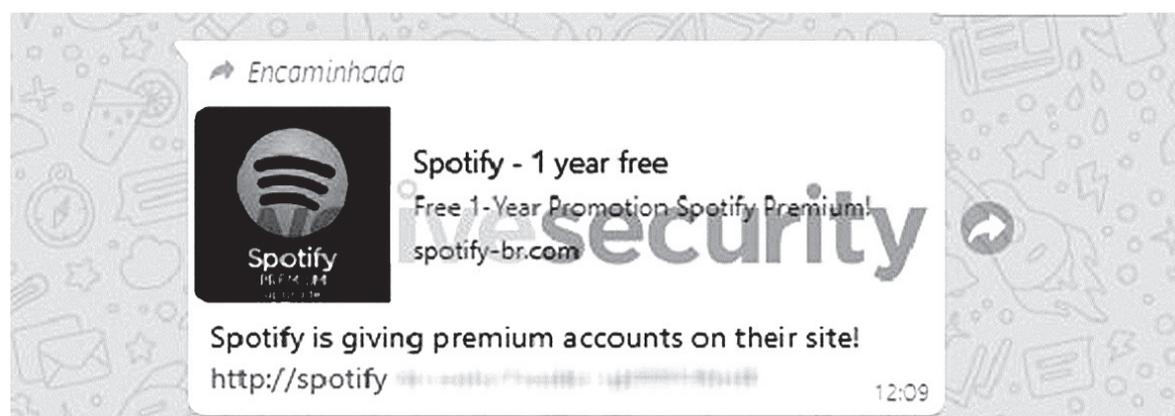
AURORA
Espumante
750 ml

AURORA
Espumante
750 ml

AURORA
Espumante
750 ml

paím

Spotify Premium grátis por um ano no WhatsApp é mais um golpe



A ação criminosa trata de mensagens oferecendo contas Spotify Premium gratuitas por um ano

Uma nova campanha cibercriminosa está rodando no WhatsApp. Dessa vez, são mensagens phishing oferecendo contas Spotify Premium gratuitas por um ano. De acordo com a empresa de segurança ESET, ao clicar no link, as vítimas acabam gerando renda para os cibercriminosos por meio de propagandas.

“Ao clicar no link, as vítimas são levadas a uma página com instruções para o recebimento da assinatura Premium”, diz a ESET. “Nesse momento, a vítima é induzida a responder a uma pesquisa, independente da resposta dada, uma tela falsa de carregamento é exibida. Logo em seguida, uma mensagem de parabenização é exibida informando que a vítima já ganhou a conta do Spotify, sendo necessário apenas ativá-la. A ativação acontece quando a campanha é propagada para os contatos no WhatsApp e, em seguida, o botão ‘Ativar conta’ é pressionado”.

A empresa ainda nota que, apesar de mensagens falsas desse tipo se espalharem rapidamente via WhatsApp, essa em questão não foi tão bem elaborada. “Passos podem ser pulados caso a vítima

continue no processo”, afirma.

Como os criminosos ganham dinheiro com estes golpes? Existem propagandas vinculadas à página maliciosa, no caso, que fazem com que cada acesso credite certo valor na conta dos criminosos. Se cada vítima compartilhar com 30 pessoas, conforme mandam as instruções, em pouco tempo a campanha terá arrecadado uma quantia interessante aos atacantes, e quase sem esforço algum.

“Durante a análise identificamos que, para esta campanha em específico, a monetização adotada foi exclusivamente a das propagandas, nenhum arquivo malicioso ou segunda ameaça foi identificada enquanto seguimos todo o processo através do smartphone”, disse a ESET. “Para aumentar a abrangência da análise, direcionamos o link para um Desktop e descobrimos que, caso a vítima acesse através do computador o resultado será diferente, pois ela será direcionada à campanha que promete trocar a cor do WhatsApp, como foi citado em uma publicação anterior e como mencionamos no início desta publicação. Ao selecionar o botão ‘Continuar’ a

vítima é levada à página de download de extensões do Chrome para que baixe o aplicativo malicioso”.

A ESET preparou algumas dicas para você não cair nestes golpes de WhatsApp

Desconfie de promoções que não sejam veiculadas pelos meios oficiais da empresa as quais elas se referem, empresas normalmente divulgam ofertas em seus sites oficiais ou por e-mail, sempre usando um e-mail da própria empresa para este fim;

Evite clicar em links suspeitos, mesmo que venham de alguém que você conheça. Como vimos no exemplo deste artigo, a propagação da campanha é feita entre os contatos das próprias vítimas;

Sempre utilize softwares de proteção em todos os dispositivos conectados à internet, sejam eles smartphones, tablets ou notebooks;

Mantenha os softwares de segurança sempre ativos e atualizados, com as últimas atualizações de segurança instaladas;

Não propague informações, links ou arquivos sem ter certeza de sua procedência e integridade.

HBO lança app de Game of Thrones com acessibilidade aos deficientes visuais

O seriado “Game of Thrones” é um verdadeiro fenômeno na cultura pop e vai ficar difícil estar alheio ao grande evento que será sua última temporada, que está chegando. E para não deixar ninguém de fora dessa festa, a HBO lançou no Brasil nesta semana o app HBO Inclusion, que oferece audiodescrição em português para deficientes visuais e legendas adaptadas com visualização ajustada e zoom para deficientes auditivos.

A ferramenta está disponível para as sete primeiras temporadas de “Game of Thrones” e os episódios do oitavo e último ano poderão ser vistos com o auxílio do HBO Inclusion sempre alguns dias após suas estreias. O serviço é completamente gratuito para o assinante do pacote HBO/MAX e da plataforma de streaming HBO GO — é preciso apenas realizar um registro com usuário e senha.

Uma das boas funcionalidades para quem quiser curtir em conjunto, é a possibilidade do app

ser utilizado com fones individuais e em dispositivos móveis sincronizados com a transmissão. Assim, o HBO Inclusion permite que os usuários assistam ao conteúdo junto de outras pessoas, mas sem interferir na experiência de cada um.

HBO Inclusion deve chegar em breve às outras atrações

O recurso da audiodescrição oferece, por meio de uma narrativa em áudio inserida entre os diálogos, uma explicação dos cenários, personagens, formas, cores e detalhes da ação. Já a legenda adaptada permite ao usuário uma visualização nítida, com ajuste de tamanho e aumento do contraste. Além de Game of Thrones, a HBO expandirá gradativamente o conteúdo disponível para acompanhamento de algumas das suas séries, filmes e especiais com o uso do aplicativo. O Brasil é o primeiro mercado da América Latina a contar com o app.



A audiodescrição oferece, por meio de uma narrativa em áudio inserida entre os diálogos, uma explicação dos cenários, personagens, formas, cores e detalhes da ação

OnePlus 7: novas imagens renderizadas mostram câmera traseira tripla

Pela internet, já se tem comentado sobre o novo smartphone da OnePlus há algum tempo, mas até agora nenhuma suposição foi, de fato, confirmada. Na quarta-feira (03), o site Wccftech publicou novas imagens renderizadas do que podemos chamar de OnePlus 7. A partir daí, é possível combinar alguns rumores de especificações e tentar se aproximar um pouco mais da ideia final do aparelho.

De início, pode-se perceber que a aparência sem (ou quase sem) bordas se tornou mandatória, ao menos em modelos flagship. Apesar de alguns sites terem afirmado que o aparelho traria uma entrada para fones de ouvido, as novas imagens mostram o contrário. A empresa já havia retirado essa entrada anteriormente, para poder utilizar o espaço fornecendo uma bateria maior, então voltar atrás nesse momento não faria muito sentido.

Outra tendência que a OnePlus deve seguir é o conjunto

tripla de câmeras traseiras — a Huawei deu o pontapé inicial em

2018, e outra gigante, a Samsung, acabou aderindo; em tem-

pos de selfies infinitas, a câmera é uma das características que mais atraem clientes nesse segmento, e as empresas sabem disso. O recurso aumentaria o custo do aparelho, mas pelo menos não o tornaria obsoleto de imediato.

A tela completamente lisa, sem notch e sem indicação de recorte para câmera frontal pode ser um indício de que o dispositivo será no estilo pop-up deslizável, ou seja, ficará dentro do aparelho e só sairá quando seu app for aberto.

Como todo Android flagship lançado em 2019, é esperado que o OnePlus 7 seja equipado com um Snapdragon 855 da Qualcomm. Se ele será compatível com redes 5G ainda é uma incógnita, mas, dado o fato de a conexão estar longe de se tornar padrão em 2019, não seria uma surpresa se o gadget a deixasse de fora, o que colaboraria para que o aparelho tenha um preço mais em conta.



Em tempos de selfies infinitas, a câmera é uma das características que mais atraem clientes nesse segmento

Agora você pode editar arquivos do Google Docs direto do Dropbox

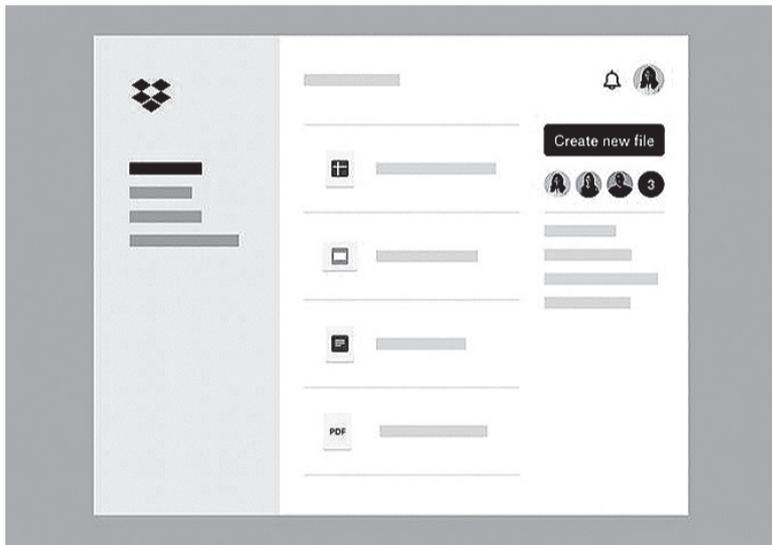
Quem usa o Dropbox Business acaba de ganhar um novo recurso que é fruto da parceria entre o serviço de armazenamento e a Google. Documentos, planilhas e apresentações de slides do Google Docs agora poderão ser criados e editados diretamente do Dropbox, tudo de forma nativa e sem gambiarras ou extensões.

A novidade permite que sejam os documentos, planilhas e apresentações criados no Dropbox tenham uma integração semelhante à que já acontece atualmente com o Office online. E o melhor é que tudo isso roda dentro da interface padrão do Docs embutida no Dropbox, ou seja, tudo funciona da forma tradicional.

Os arquivos criados pelo

Dropbox são sincronizados com outros dispositivos nos quais você tem o app do serviço instalado e podem ser encontrados por meio do sistema de busca. Como funciona normalmente, essa pesquisa encontra itens não apenas pelo título, mas também pelo conteúdo do documento.

A novidade pode ter pouco apelo para quem não realiza trabalhos colaborativos, mas é de grande utilidade para quem utiliza o Dropbox em conjunto com as ferramentas da Google em uma empresa, por exemplo. Essa medida tende a dar ainda mais relevância ao Dropbox ao permitir que, basicamente, ele tenha a mesma integração com o Docs que o Google Drive.



Documentos, planilhas e apresentações de slides do Google Docs agora poderão ser criados e editados diretamente do Dropbox

Samsung pode lançar quatro modelos diferentes do Galaxy Note 10

Ainda estamos longe de ver informações oficiais sobre o Galaxy Note 10, próximo topo de linha da Samsung, mas alguns detalhes sobre os aparelhos já começaram a ser descobertos por publicações especializadas da Coreia do Sul. De acordo com o ETNews, a Samsung pode lançar até quatro modelos diferentes do Note 10.

Segundo as fontes da indústria ouvidas pelo site, seriam dois modelos com superte às redes 5G e outros dois apenas com 4G. Também haveriam diferenças entre esses pares, com um modelo menor trazendo tela de 6,28 polegadas e um modelo maior

com visor de 6,75 polegadas.

As variantes maiores devem trazer ainda vantagens para quem curte fotografia. Elas teriam um conjunto quadruplo de câmeras na traseira, enquanto os modelos menores viriam com apenas três sensores nessa posição.

Caso seja confirmada, essa seria a primeira vez que a Samsung oferece tantas opções diferentes para a linha Galaxy Note, que costuma se limitar a um único aparelho. Mais informações devem ser reveladas ao longo dos próximos meses, a medida que o lançamento ficar mais próximo. A expectativa é que o Note 10 seja anunciado em agosto.



As variantes maiores devem trazer ainda vantagens para quem curte fotografia

Facebook lança novos recursos para perfis de pessoas falecidas

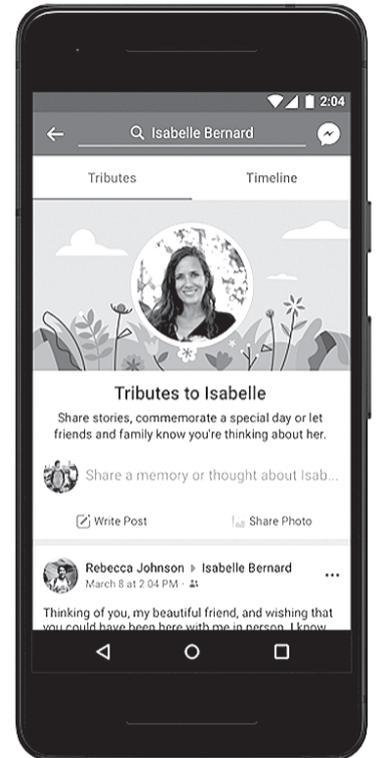
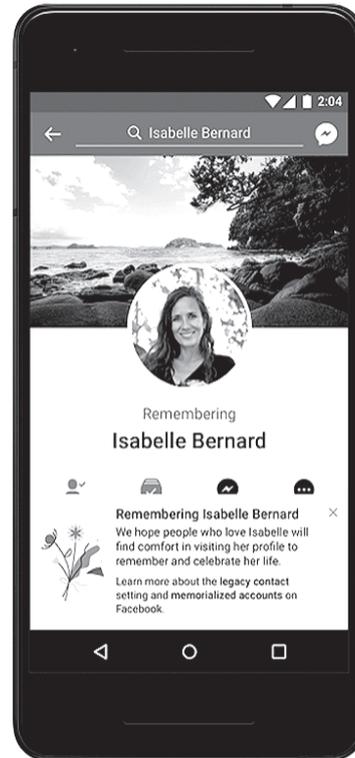
O Facebook anunciou na terça-feira (9), uma série de novas medidas para incrementar o gerenciamento de perfis de pessoas já falecidas. A função "Memorial" é antiga, mas passa a contar com uma nova seção de tributos, com novos controles adicionais para quem gerencia uma página como esta e com apoio de inteligência artificial para refinar a exibição de lembranças com esses entes queridos.

Mais recursos

A primeira novidade é a nova seção de tributos às pessoas que já se foram. Os perfis memoriais ganham uma aba exclusiva para abrigar as homenagens recebidas de outras pessoas que visitam tais perfis, deixando tudo mais organizado, sem bagunçar a linha do tempo do perfil.

Outros novos recursos são os controles adicionais para os contatos herdeiros, que, a partir de agora, poderão moderar postagens e comentários deixados na nova seção de tributos, selecionar quem pode ou não deixar esse tipo de homenagem a uma pessoa falecida e editar foto de capa e de perfil do usuário que partiu.

Por fim, a última novidade en-



Os perfis memoriais ganham uma aba exclusiva para abrigar as homenagens recebidas de outras pessoas que visitam tais perfis

volve o uso de IA para minimizar experiências dolorosas com o perfil de pessoas falecidas. Com isso, o Facebook espera compreender melhor quando e para quem deve mostrar lembranças

como data de aniversário ou de início de amizade a fim de evitar que isso seja um gatilho para momentos tristes. Os novos recursos já estão disponíveis a todos no Facebook.

Yahoo se propõe a pagar US\$ 117,5 milhões em acordo por vazamento de dados



Esse acordo diz respeito a 849 milhões de contas pertencentes a 194 milhões de pessoas dos Estados Unidos e de Israel

A grande confusão dos vazamentos de dados pessoais de usuários da Yahoo ocorridos entre 2013 e 2016, pode estar próxima de um desfecho. Isso porque um novo acordo foi proposto no qual a companhia teria que desembolsar US\$ 117,5 milhões para reparar as vítimas e bancar às custas do processo.

A ação coletiva teve um novo capítulo na última terça-feira (9) e este acordo proposto depende da aprovação da juíza distrital Lucy Koh, da Califórnia, que já rejeitou um acordo neste caso no início do ano. Na ocasião, a empresa havia se oferecido para pagar US\$ 50 milhões em reparação, o que não foi considerado "fundamentalmente justo, adequado e razoável"

pela autoridade.

A explicação dada pela juíza à época citava a falta de detalhamento de quais valores seriam pagos às vítimas e às custas processuais, por exemplo. Agora, a Yahoo detalha esse aspecto e cita o pagamento de pelo menos US\$ 55 milhões às vítimas por despesas correntes e outros custos, US\$ 25 milhões para cobrir dois anos de monitoramento de crédito, US\$ 30 milhões para pagamento de custas legais e outros US\$ 8,5 milhões para "outras despesas".

Segundo a Reuters, esse acordo diz respeito a 849 milhões de contas pertencentes a 194 milhões de pessoas dos Estados Unidos e de Israel. Atualmente, a Yahoo pertence à operadora de telefonia

Verizon, que se comprometeu a investir US\$ 306 milhões em segurança da informação até 2022. "O acordo demonstra o nosso forte compromisso com a segurança", declarou a companhia em nota.

Relembra o caso

A Yahoo foi alvo de diversos ataques hacker entre 2013 e 2016, mas foi acusada de demorar para revelar a existência desses vazamentos, prejudicando os seus usuários de forma silenciosa. Além disso, o desenrolar das descobertas concluiu que todas as 3 bilhões de contas do Yahoo foram atingidas pelas falhas de segurança. Desde então, a empresa vem sendo processada por clientes que se sentiram prejudicados.

O que fazer quando o relacionamento termina? Saia desta

Calma! Você não vai morrer! O fim de um relacionamento pode mostrar o quanto você é especial e abrir portas para muitas

Elas? Choram, se trancam no quarto, pensam em se vingar, pensam que vão morrer, mas, quando o lado emocional fala mais alto, algumas até aceitam um pequeno “flashback” para matar a saudade do ex que as dispensaram. Eles? Saem com os amigos e lotam as redes sociais de fotos onde aparecem rindo, curtindo a vida, e mostrando que o fora recém-tomado nem doeu tanto assim. De um modo geral, homens e mulheres agem de formas diferentes quando são abandonados. No entanto, independente da reação, todos estão sentindo a mesma coisa: o peso da rejeição.

Quando você leva um fora, o sentimento de confusão e de querer voltar no tempo para “fazer tudo diferente” toma conta de todos os pensamentos, mas apesar do susto, existe sim um lado positivo de levar um fora. O término pode fazer você se dar por conta do quanto você é especial para dividir a sua vida com uma pessoa que não tem sentimentos fortes e verdadeiros como os seus. Aprenda-se que, quando existe amor, se

quer estar juntos, independentemente de qualquer coisa.

O grande erro das pessoas é querer acertar na loteria do amor sem sofrimentos. É preciso experimentar para ter certeza do que queremos e de que estamos escolhendo certo. E isso só acontece “batendo a cabeça”, já que ninguém chega às nossas vidas com uma plaquinha colada na testa escrito: “Sou a pessoa certa para você”.

Para quem está se sentindo rejeitado ou sozinho é preciso entender que todos estamos sujeitos a levar um fora, pois relacionamentos são feitos de pessoas diferentes que podem, de repente, perceber que não combinam mesmo. O fato de levar um fora não deve ser visto de maneira trágica, mas como ele realmente é, ou seja, “aquela pessoa não combina comigo e pronto”. Existem muitas outras que combinam.

Começar de novo é preciso e tentar tirar a parte boa dessas experiências é um bom exercício de amadurecimento para as próximas relações.

Chore, mas saiba a hora de parar

Sofrer é preciso, mas, é preciso ter como objetivo superar o luto o mais cedo possível. Não se pode falar com precisão sobre esse tempo, embora exista a necessidade de compreender o processo. Cada um tem seu tempo. Um tempo de recolhimento, e é mais do que normal. Nesta fase, respeite seu coração e dê a ele este tempo, mas lute para sair dessa o quanto antes. De nada vai adiantar ouvir Marília Mendonça ou Zé Neto e Cristiano enquanto você “beija os copos e abraça as garrafas”.

Ficar alimentando a dor por muito tempo torna-se um processo de autodepreciação. Por isso, é importante perceber que a dor vai diminuindo com o tempo. À medida que a pessoa começa a fazer novos envolvimento, emerge a esperança de continuar a viver. É possível perceber que, embora a pessoa que se foi jamais virá a ser esquecida, a vida pode e deve continuar a ser vivida.



Cuidar de você mesmo é a melhor opção para sair desse lugar onde todos já estivemos um dia...ou estaremos

“Mas ele era tão bom...”

Ele tinha mil defeitos, mas bastou dar o “fora”, pronto: o sapo virou um príncipe. “Endeusar” o ex é uma defesa do cérebro. A pessoa nega que levou um fora para poder aliviar sua dor, e admirar o outro faz parte dessa defesa. Mas lembre-se sempre: você é a peça mais importante deste “jogo”. O melhor a se fazer nesse momento é encarar o fato de que existe alguém no mundo que não está disposto a nos amar, mas em compensação, ainda restam outras milhares de pessoas que podem estar e que vão valorizar o ser humano que somos, com todos os nossos defeitos e qualidades, como deve ser.

Ele (a) me trocou por outra (o) - e agora?

Outro caso complicado é quando o motivo do fora foi uma terceira pessoa. Mas tentar se comparar é o erro mais grave neste sentido. O fato do seu ex preferir outra pessoa no seu lugar não quer dizer que essa pessoa é melhor, mais bonita ou mais inteligente. Significa, somente, que vocês não combinam, e acredite, isso não é o fim do mundo. Se aconteceu assim, é porque assim deveria ser.

Quem procura acha

Parece que as redes sociais foram a melhor invenção do mundo para buscar notícias sobre ex, mas o melhor é evitar. Isso só piora as coisas. Stalkeando o ex a pessoa continua vivendo essa relação ou até mesmo, alimentando este sofrimento.

É preciso “enterrar o ex”. Se quiser faça até um enterro simbólico do seu passado. Queime uma vela enquanto guarda no fundo da gaveta as fotos que tiraram juntos, apague o Facebook, Instagram, e todos os aplicativos dele, bloqueie o contato no WhatsApp e simplesmente esqueça que um dia

conheceu aquela pessoa. Se você quer parar de sofrer, não se engane achando que podem ser amigos nesse momento de dor. É como diz a música da Dua Lipa, “New rules”: “Não seja amiga dele, você sabe que acordará na cama dele pela manhã, e se você estiver debaixo dele, você não vai superá-lo.”

À procura do ponto final

Tem também aquele ex que termina, mas insiste em continuar fazendo parte da vida: seja dando uma ligadinha de vez em quando, seja forçando a barra em uma amizade, que requer mais atenção: quando o ex continua procurando, na maioria das vezes, é porque quer continuar no controle da relação. Enquanto a outra pessoa permitir essa relação nunca vai ter fim. Se está te machucando, não atenda, não responda. O ideal mesmo é que se interrompa qualquer contato.

Livre-se da culpa

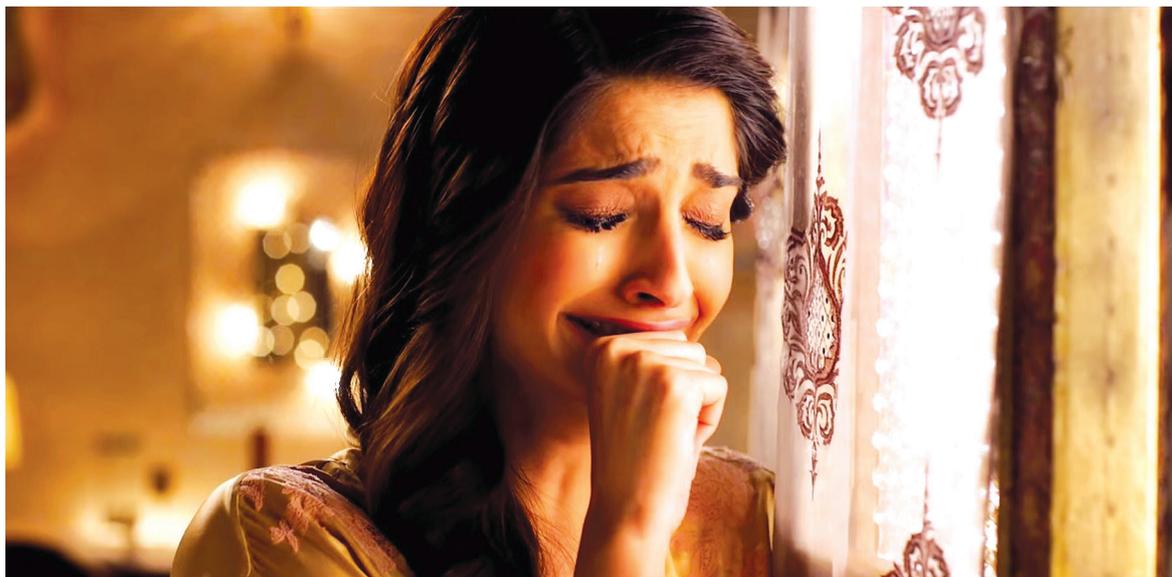
Um dos primeiros passos rumo à libertação do ex é fazer sumir da cabeça a tal frase: “onde foi que eu errei?”. Quando uma relação chega ao fim, ninguém é culpado. É importante pensar que vocês simplesmente não combinavam tanto quanto você imaginava. É difícil pensar assim, mas em menos tempo do que você imagina, verá que tudo acontece para o seu bem.

Xô, carência!

O ditado que diz que, “para curar a dor de amor, é preciso encontrar um novo”, nem sempre faz sentido. Antes de começar a amar alguém, é preciso recuperar o amor próprio. Quando levamos um fora, nossa autoestima cai violentamente, acreditamos que somos a pior pessoa do mundo e que ninguém mais nos quer, então corremos o risco de nos envolver com o primeiro que demonstrar in-



O ideal é que seu ex seja bloqueado de todos os meios que pode comunicar-se com você. Isso pode evitar um desgaste maior



Cada um tem seu tempo de luto quando uma relação termina. É importante que este tempo seja respeitado por você mesmo

posição onde todo mundo esteve ou pode estar algum dia

oportunidades que você não conseguia enxergar antes e, principalmente, para você perceber o quanto é espetacular



Um novo curso, aulas de dança, trabalho voluntário, ou aquela viagem que você sempre quis fazer, podem te mostrar o quanto a vida é bela, mesmo que você esteja sozinha

teresse, fazendo-nos lembrar que ainda somos atraentes.

Para não cair em roubadas, é preciso cautela. O maior erro que cometemos é pensar que só seremos felizes se estivermos amando alguém. A verdade é que só seremos felizes se amarmos, antes de tudo, a nós mesmos. Mas não precisamos criar uma "Muralha da China" ao nosso redor. Afinal, esconder-se dentro de uma casca, quando há pessoas verdadeiramente interessadas em você (e que já demonstraram isso), pode ser muita burrice. Ou covardia. Não faça comparações. As pessoas não são todas iguais e nem são obrigadas a pagar pelos erros de outras pessoas.

Autoestima alta, já!

Trabalhar a autoestima continua sendo um dos principais con-

selhos Para sair do buraco. Foque a sua atenção no que você tem de bom. Faça o exercício de ignorar os pensamentos de culpa e de auto-flagelação, pois eles não te levam adiante. Exalte suas qualidades e procure aprimorá-las, então pense que você vai ficar irresistível e que o único a sair perdendo será seu ex. Leia mais, veja assista suas séries favoritas, foque no seu trabalho, amigos, família. Se você não estiver com você e se amando, não será capaz de amar ninguém, e corre o risco de machucar quem chegar perto de você com boas intenções.

Mexa-se

Cabeça vazia, cabeça no ex. Isso é o que acontece quando se leva um fora: ficar desocupado é um ótimo motivo para pensar no fim da relação. Para curar a dor é

importante o investimento pessoal. Aproveite a oportunidade que a vida está lhe dando para melhorar como indivíduo, para então encontrar pessoas que realmente mereçam estar ao seu lado. Já ouviu falar que a mudança começa com você?

Buscar conhecer novas pessoas, lugares, restaurantes, novas oportunidades de trabalho ou viagens podem representar um recomeço. Várias opções de vida podem ser fantásticas, mas antes passavam despercebidas ou eram ignoradas, pois tudo que detinha sua atenção era o seu ex. Perceba que a única certeza que temos é de que teremos a nossa própria companhia pelo resto da vida, então vamos investir para que essa companhia seja a mais agradável possível.

Existe lado bom em levar um fora?

Claro que sim!!!! A parte boa de um fora é o aprendizado. A principal dica é se observar! Olhar para si mesmo e verificar o que pode ter saído errado para recomeçar. Descobrir quem é você, o que gosta e o que você quer como objetivo em sua vida faz parte deste recomeço e de todo o processo de perda. Apenas perdendo é que aprendemos quem realmente somos e a continuar buscando o que pode nos completar como ser humano.

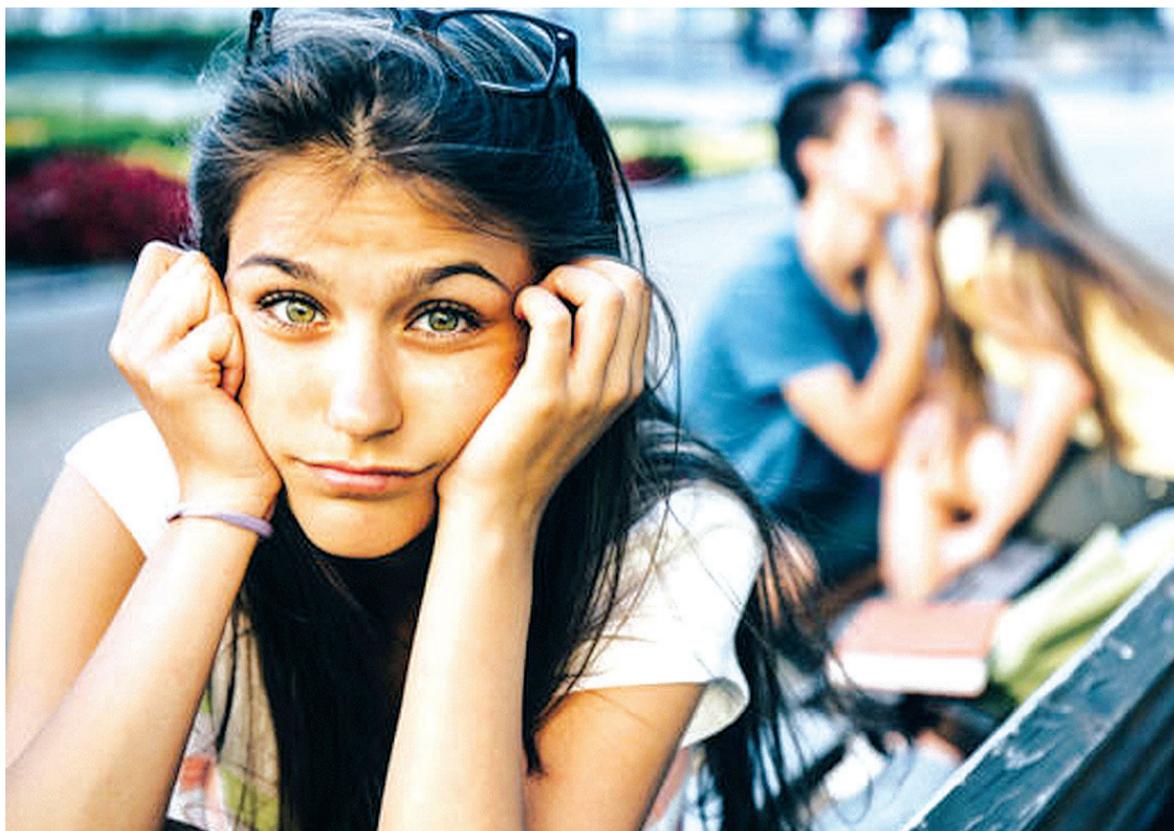
A única coisa ruim de levar um fora é a mudança de rotina, mas é justamente isso que incita o lado bom da crise - a reflexão. O término de um relacionamento deve ser encarado como uma dádiva, pois dificilmente uma pessoa terá outro momento na vida que favoreça mais a reflexão. Temos medo do novo, em todos os aspectos, mas o novo é sempre bom.

Tente ver a vida como uma gaveta de escritório, que de tempos em tempos precisa de uma limpeza para abrir espaço para coisas novas e melhores: se a vida te

mostrou que a limpeza precisava ser feita no seu relacionamento, então mãos à obra. Faça de você mesmo, tudo que pode para ser feliz! Depois disso, encontrar um novo amor será apenas consequência de seu novo estado de espírito.



Evite revirar as redes sociais do ex. Você só vai machucar-se ainda mais se o vir vivendo a vida normalmente, como se nada tivesse acontecido



O importante é não se diminuir diante da situação, afinal, ninguém é pouco ou muito para alguém



54 3451.3282

RUA ASSIS BRASIL, 132
CENTRO
BENTO GONÇALVES
RS - 95.700-000

PRÓTESES E IMPLANTES

autoral

Clínica de Reabilitação e Treinamento



54 99652.7081

Rua Giovanni Girardi,
número 166 - Sala 4
(Em frente ao Grepar do Progresso)



Terapia Desportiva

Terapia Manual

Quiropraxia

Pilates clínico

Pilates funcional

Treinamento funcional

Personal trainer

Por que o colo é essencial para o desenvolvimento do bebê

Nos últimos anos, especialistas de diversas áreas têm tido muito trabalho para desmistificar a ideia de que colo demais gera crianças mimadas, apegadas e dependentes

Que mãe já não ouviu conselhos como: “Não dê muito colo senão a criança vai ficar mimada” ou “Isso é manha! Seu filho está fazendo isso só porque quer colo”? Nos últimos anos, especialistas de diversas áreas têm tido muito trabalho para desmistificar essa ideia de que colo demais gera crianças mimadas, apegadas e dependentes – uma percepção equivocada, resultado de uma enxurrada de informações que hoje são acessíveis a qualquer mãe, mas que, na maioria das vezes, mais atrapalham do que ajudam e orientam.

Por vezes, própria ciência acabou criando barreiras para aquilo que é totalmente espontâneo. Orientações que levam as mães a evitar oferecer colo ao seu filho e ignoram o fato de que o ser humano é um ser social e que é através desse ato que ele encontra um lugar de acolhimento e, principalmente, de reconhecimento: somos humanos, somos frágeis e todos precisam de amor.

Isso vale não só para os bebês, mas para todo ser humano em qualquer fase da vida. É claro que são nos primeiros meses de vida que esse lugar de acolhimento físico se torna fundamental. Um recém-nascido acaba de chegar a um mundo que, para ele, é cheio de sensações e cores diferentes. Até pouco tempo atrás, ele se encontrava em um lugar totalmente seguro onde era bem alimentado, bem aquecido e mais do que isso, não precisava chorar para comunicar que precisava de todas essas coisas. Por isso, segundo Vera, o útero é o colo perfeito.

Quando o bebê nasce, é im-



Nos primeiros momentos de vida, o bebê sequer reconhece o limite do seu próprio corpo e será a partir do colo

portante que a família entenda que o olhar, a voz e o toque, também fazem parte do colo, bem como a compreensão de que todo esse afeto não deve ser resumido somente na figura da mãe. O lugar de acolhimento não pode ser algo que a criança corra o risco de perder. No caso da falta da mãe, por exemplo, o bebê precisa saber que continua podendo contar com um colo. É preciso criar um “ambiente mãe”, onde toda a família esteja envolvida e a criança possa ser reconhecida em seus sofrimentos.

Essencial para o desenvolvimento

Estudos clínicos de universidades respeitadas, como a Harvard University, constataram que o colo é essencial para a sobrevivência e desenvolvimento físico, psíquico e emocional das crianças, ao mesmo tempo em que a falta dele pode causar distúrbios psíquicos com conse-

quência futuras na vida do ser humano. Isso porque a espécie humana é a única que precisa dessa interação física e emocional na primeira fase da vida.

Nos primeiros momentos de vida, o bebê sequer reconhece o limite do seu próprio corpo e será a partir do colo, do toque, que essa sensação e dimensão se formará. Acolher, amparar e oferecer afeto a um bebê é algo quase intrínseco a qualquer ser humano pois, segundo a pediatra, o bebê “convoca” quem está a sua volta.

Longe de ser manha

Contestando os “achismos” de muitos, o choro de um bebê está longe de ser manha. Ele é o poder de comunicação que o bebê tem. A criança chora para mostrar que está desconfortável com algo e quando recebe colo mostra que era disso que ele precisava. A cólica, por exemplo, pode ser lida como uma solicitação de aconchego em uma fase de imaturidade e de dificuldade de organização do próprio bebê de forma autônoma. O mesmo ocorre com adolescentes, jovens e adultos em períodos de angústia, tristeza, desesperança e dor, segundo pesquisa.

Para as mães que se preocupam com o limite do colo, a orientação das últimas pesquisas é que se ofereça muito. Neste caso, é preferível lidar com o excesso do que com a falta. O colo estrutura e naturalmente vai dando a noção de limite para a criança.

Ao longo da vida, há uma espécie de evolução do colo, porém ele continua sendo necessário. Enquanto um bebê precisa, literalmente, dos braços de alguém, com o passar dos anos, o ser humano se sente acolhido e cuidado através de um abraço, uma palavra, um olhar, uma ligação. Em tempos difíceis – como o enfrentamento de uma doença, a perda de alguém próximo ou uma situação de necessidade –, é por meio desse afeto que uma pessoa sente sua dor aliviada, além de sentir-se segura e consciente de seus próprios limites.

Cinco truques para ensinar seus filhos a serem mais organizados

Comece com atividades simples, porque a força da repetição fará o hábito, e quando menos esperar, seu filho estará ordenando as coisas sozinho

É preciso disciplina para ser alguém organizado, se para um adulto essa já é uma dificuldade a ser vencida, imagine só para uma criança que ainda está aprendendo tanto sobre o mundo em que vive. Mas há pequenos truques que podem ser ensinados ainda na infância e que facilitarão a vida do seu filho no futuro – e quem sabe ajude até mesmo a vocês, pais e mães, no presente. A chave de todo esse processo é a motivação e a maneira como se faz o pedido à criança. “Vamos explorar o armário e conhecer o que há nele?”, você pode dizer ao seu pequeno. E apesar de parecer uma frase boba, ele ficará curioso em saber o que há naquele mundo desconhecido.

Então, quando estiver com a criança, atribua a ela pequenas tarefas durante aquela atividade, fazendo com que ela se sinta importante para o resultado final. Ela pode ser a responsável por verificar quais roupas devem ser lavadas, por exemplo. E não se esqueça de ensiná-la sobre aquele processo mostrando em que lugar cada item deve ser colocado e como. A repetição também é importante para a fixação daquela tarefa. Lembre ela ainda, de que tudo o que é tirado de um lugar deve ser colocado novamente. Abaixo trazemos mais alguns truques rápidos para ajudar seus filhos a serem mais organizados:

Para que seja mais fácil para a criança colocar tudo nos seus devidos lugares, você pode decorar o quarto dela com cestas, baús, caixas e prateleiras coloridas.

Cada uma delas receberá um item específico e por terem cores diferentes será mais rápido para que a criança compreenda as divisões.

Para ajudar as crianças a classificar os itens, a sugestão é identificar cada caixa também com um desenho feito à mão ou imagem de fácil compreensão dela, e que seja relacionado ao item que aquele espaço receberá.

Explique aos seus filhos que a organização não é só relacionada a objetos, mas a pessoas e o seu bem-estar. Por isso, explique que ele deve andar com os sacos amarrados, com os cadarços amarrados, meias limpas e etc.

Comece com atividades simples. Hoje peça que ele leve a roupa que tirou ao chegar da escola até o cesto na lavanderia, amanhã peça que ele coloque os tênis na sapateira da entrada de casa, pela manhã sugira que ele saia do quarto com sua cama minimamente organizada e assim por diante. A força da repetição fará o hábito e logo ele fará não só isso, mas muito mais.

A ordem é uma virtude acessível a todos, desde o mais novo ao mais velho da casa. Por isso é importante que os pais sejam exemplares em suas atitudes nessa área e que incentivem até mesmo o filho mais novo, a devolver de onde tirou seus brinquedos, por exemplo. Um ursinho de pelúcia não volta para a prateleira sozinho, então os pais devem mostrar como ele deve fazer. Crianças aprendem muito pelo exemplo e certamente guardarão suas recomendações.



Não se esqueça de ensiná-la sobre aquele processo mostrando em que lugar cada item deve ser colocado e como

Mural da fofura



O sorriso mais lindo que você verá hoje! Noah Leardin Montier, para a alegria da mamãe Elizabeth e do papai Thyronne

Porquinho da Índia toma banho? Claro que sim!!!



Seu roedor deve ser acostumado a tomar banho desde filhote, caso contrário, poderá ser traumatizante um banho em fase adulta

Se você é tutor de um pequeno roedor já deve ter notado que, assim como os gatos, esses pets também têm o hábito de se limpar com a própria língua. Autocuidados do tipo podem ser suficientes para algumas espécies. Enquanto que para outras é preciso que a gente dê uma mãozinha. Confira dicas de como dar banho em porquinho da Índia!

Por que porquinhos da Índia podem precisar tomar banho

Muita gente fica na dúvida se pode dar banho em porquinho da Índia, afinal, a maior parte dos roedores domésticos cuida da própria limpeza sem a ajuda dos humanos. O problema é que os pelos tendem a embolar e acumular objetos, já que vive em gaiolas.

Qual é melhor: banho em casa ou no pet shop?

Não é difícil encontrar tutoriais na internet com tutores dando banhos em seus bichinhos. Mas, antes de seguir o passo a passo de um deles, saiba que, nem todo mundo pode dar banho em

porquinho da Índia com sabonete e outros produtos comuns.

Além disso, os equipamentos de pet shop também podem atrapalhar essa tarefa. Por serem presas da natureza, tendem a se assustarem facilmente. O barulho do secador convencional, por exemplo, é extremamente estressante e assustador para os porquinhos da Índia. No entanto, o uso do equipamento é fundamental, já que deixar os pelos do pet molhados pode resultar em fungos e outros problemas de pele.

O melhor, portanto, é levar seu pequeno roedor para tomar banho em um pet shop que tenha técnicas de secagem rápidas e silenciosas. Lembrando que você deverá procurar um local com profissionais que tenham experiência em dar banho nessa espécie de roedor. E sempre marcar um horário com antecedência para evitar o encontro deles com outros pets que são seus predadores, como gatos e cachorros. Você não quer seu amiguinho apavorado, não é mesmo?

De quanto em quanto tempo o porquinho da



Se você pega muito ele no colo, banhos regulares são recomendados, já que a pele fica oleosa mais rapidamente

Índia deve tomar banho

Quanto à frequência dos banhos de porquinhos da Índia não existe uma regra. O banho deve ser realizado conforme a necessidade do pet. Por exemplo, se você pega muito ele no colo, banhos regulares são recomendados, já que a pele fica oleosa mais rapidamente.

Higiene do porquinho da Índia: mais dicas e cuidados

Desde que seja feito com cuidado, o banho pode ser um grande aliado da higiene do porquinho da Índia. Mas ele não é a única medida necessária para manter esses pets limpinhos e saudáveis. Confira mais algumas dicas de higiene:

Faça a escovação regular da pelagem. Isso ajuda não só na limpeza, mas também evita o embolamento e a formação de bolas de pelo gastrointestinais.

Mantenha o substrato sempre limpo e sequinho, removendo-o e fazendo trocas sempre que ele estiver sujo, úmido ou com cheiro desagradável.

Ao levar o pet para tomar banho em um centro de estética capacitado, lembre-se de pedir para que eles verifiquem e cortem as unhas do bichinho. Quando não estão devidamente desgastadas, elas também podem crescer demais.

Fique sempre atento à glândula sebácea, que se encontra no local onde ficaria a cauda do porquinho da Índia. Se notar qualquer alteração, leve o pet o quanto antes ao veterinário.

Acostume seu pet a tomar banhos desde filhote. O banho na idade adulta pode ser traumatizante para o bichano se ele não estiver acostumado.

COLUNISTA

João Vicente Luiz Dias
Médico Veterinário
Especialista em Clínica Médica e Cirurgia de Pequenos animais, aperfeiçoamento em Diagnóstico por Imagem, ênfase em Radiologia e Ultrassonografia



Um dia de chuva também é gostoso, mas não para os pequenos que adoram rolar na grama ou explorar as aventuras do mundão lá fora.

Se quiser aproveitar um dia de chuva para levar seu pet para dar uma volta ou gastar energia, podemos cuidar dele e dar um banho cheio de carinho aqui na Simpatião



Clínica Veterinária | Exames de Imagem
Estética | Pet Shop | hotel

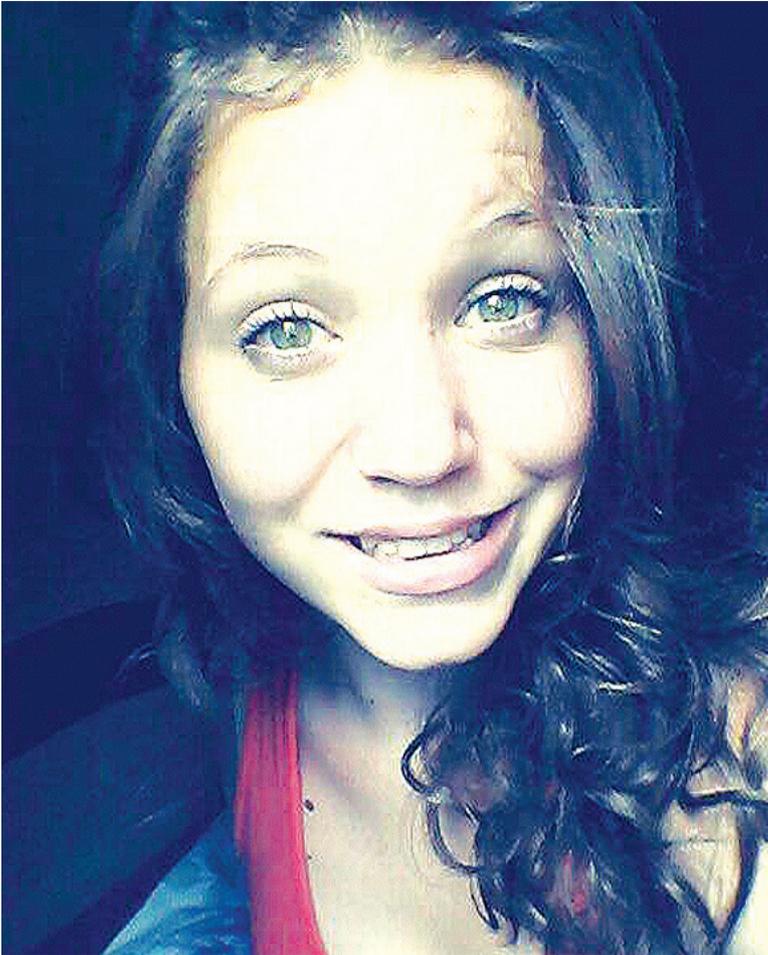
54 3452 0655

Rua Atílio Pompermayer, 21, Botafogo

Hall da fama



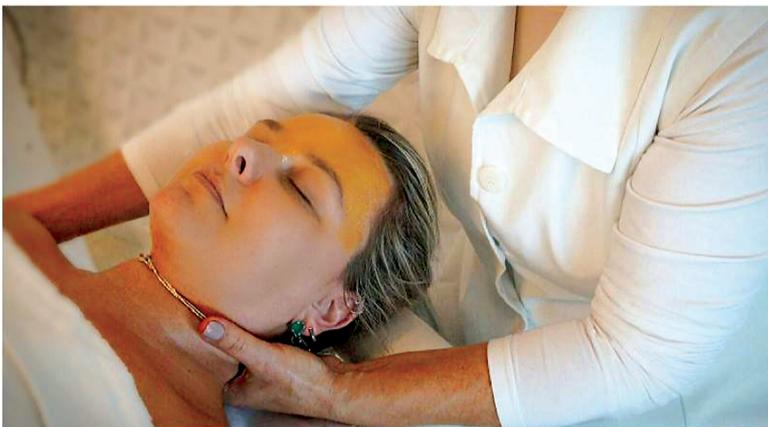
Desfilando com seus lindos sapatos rosa pink, a pequena Belatrix do casal Edson Sganzerla e Viviane Meotti



Geise Cabral recebeu os carinhos da família, pela passagem do seu aniversário na segunda-feira, 08



O empresário Milton Zoldan recebeu os cumprimentos pela passagem do seu aniversário na quarta-feira, dia 10



marque
ainda hoje
liberação
miofascial

54 99987 7886

Maria Bernadete
esteticista e massoterapeuta



Nesta quarta-feira, 10, foi o dia de Christian Luchese Abreu comemorar seu aniversário ao lado da família e amigos



O professor Alex Luiz Baretta recebeu o carinho dos filhos Pedro, Gabriela, Bruno e Nina, e da esposa Ciane, pela passagem do seu aniversário no último dia (08)