

trends

pelo seu olhar

“Tinder do Facebook”  
chega ao Brasil e inaugura  
ferramenta “crush secreto”

*/// Tecnologia /// pág. 07*

Como incluir as águas  
faciais na sua rotina de beleza?

*/// Beleza /// pág. 04*

Mesa da paz:  
O que é? Como usar?

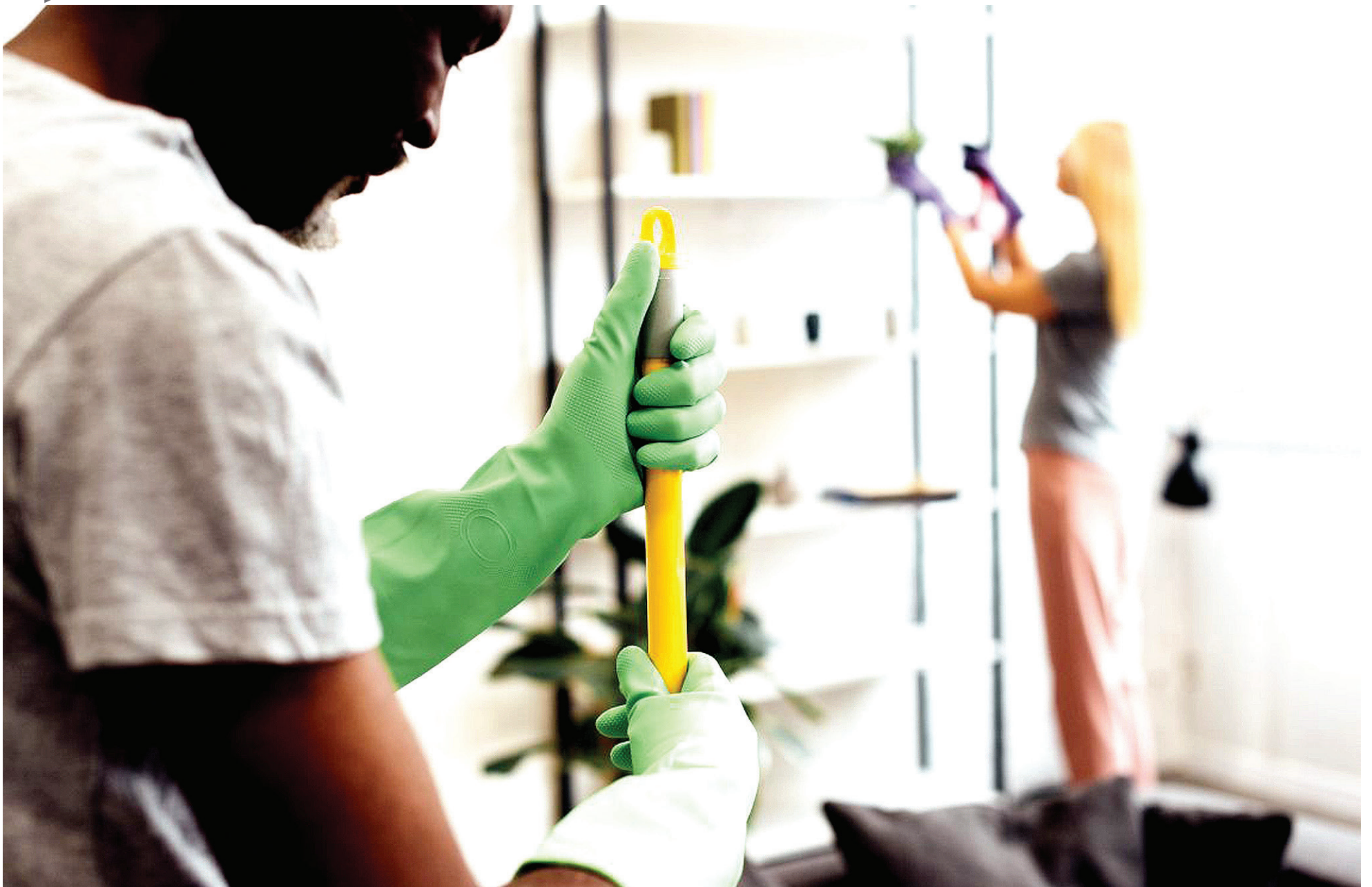
*/// Kids / pág. 10*

Quando e como dar  
o primeiro banho no filhote?

*/// Pets /// pág. 11*

Melhorou,  
“pero no mucho”! // //

Historicamente as obrigações com o cuidado e manutenção da casa são das mulheres, entretanto, o cenário mudou e com ele a percepção a respeito do tema também. Mas mesmo assim as mulheres ainda possuem muito mais obrigações com o lar





## Novelas

### O SÉTIMO GUARDIÃO

Marilda exige de Valentina um pagamento pela informação sobre Olavo. Bebeto encontra uma forma de se comunicar com o pai. Júnior não deixa Nicolau se aproximar da casa de Sóstenes. Afrodite toma uma decisão depois de conversar com Diana. Mirtes recebe o vestido de noiva de Elisa. Laura sugere que Olavo indique Sampaio para ser o novo prefeito da cidade. Aranha recebe uma mensagem, marcando um encontro no cabaré. Luz tem um pressentimento. Marcos Paulo se preocupa com o comportamento de Valentina. Valentina questiona Gabriel sobre o sistema de alarme do acesso à fonte.

### VERÃO 90

Quinzão consola Mercedes, que está enfurecida com o vídeo homenagem. Lidiane pede a Quinzão para não revelar a Mercedes que a ideia do vídeo foi dela. João garante a Manu que provará a sua inocência. Jerônimo conta a Vanessa que está endividado com o jogo. Janaína conta a Madá que descobriu o ingrediente secreto do doce de leite. Madá está cada vez mais requisitada e Álamo sente ciúmes. Vinícius elogia o buffet de Janaína. Diego comenta com Larissa que Ticiano pode processar Dandara. João procura por Vanessa. Mercedes contrata Lidiane como sua assessora pessoal.

### ÓRFÃOS DA TERRA

Hussein entrega uma carta de Soraia a Rania. Gabriel defende Aziz na audiência, e Fauze reage ao discurso do advogado. Cibele tem uma ideia para ajudar o centro de refugiados a arrecadar dinheiro. Letícia oferece abrigo a Faruq. Camila vai até o hotel procurar Aziz. Rania conta sua história a Hussein, e ambos choram a morte de Soraia. Sara promete a Eva que dirá a verdade a Ali após sua apresentação de dança do ventre. Elias se desculpa com Helena pelo comportamento hostil de Missade. Jamil fala com Hussein. Aziz é libertado, e Fauze se revolta contra osheik. Norberto humilha Teresa. Bruno se arrepende de ter dado uma nova chance a seu namoro com Valéria.

### AS AVENTURAS DE POLIANA

Ruth se anima com a visita de Bento à sua casa. Brenda fica brava com Jeff, achando que Gui foi falar com ela a pedido dele. Filipa questiona Débora sobre os elogios que a tia tem feito à Kessya na aula. Poliana e João convencem Luísa e Marcelo a irem à padaria. Gui pede à Verônica mandar Débora embora e ela escuta tudo. Bento conhece a casa de Ruth. Ele encontra um piano lá e começa a tocar a música tão especial para a diretora, que fica tocada. Mário, Luigi e Gael imaginam que Sr. Pendleton é um vampiro e ficam assustados. Yasmin pede ajuda a Luigi para que ele a ajude a participar de um concurso e beleza e fazer um vídeo. Gui conversa com Glória sobre Débora ser inconveniente em permanecer em sua casa. Pendleton convida, sigilosamente, Sérgio, Joana e Claudia para um coquetel em sua casa.

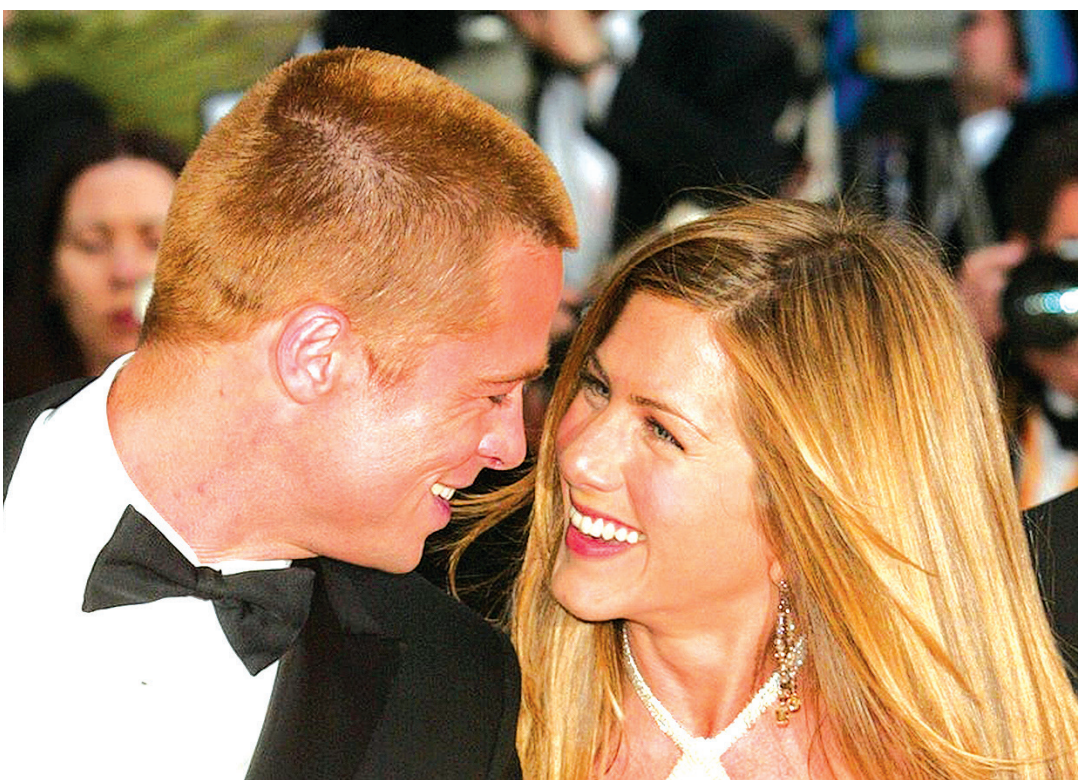
## Brad Pitt dá mansão de R\$ 310 mi para Jennifer Aniston no aniversário de 50 anos da atriz

O ator Brad Pitt, de 55 anos, deu um presente de US\$ 79 milhões, cerca de R\$ 300 milhões, a Jennifer Aniston, que completou 50 anos em fevereiro. Segundo o jornal britânico Daily Mirror, ele presenteou a ex-mulher com a casa em que os dois moravam na época em que ainda estava juntos.

Uma fonte próxima do ator disse à publicação que Pitt descobriu recentemente que a casa, que fica em Beverly Hills, Los Angeles, estava a venda e fez questão de comprá-la para a ex, que lamentava não ter ficado com a sua "casa dos sonhos" após o divórcio.

Pitt e Aniston ficaram casados de 2000 até 2005 e teriam se separado por causa de um suposto envolvimento de Pitt com Angelina Jolie, de 43 anos, com quem se casou posteriormente. Jennifer, que terminou seu último relacionamento no início de 2018, só voltou a ter contato com Brad depois do divórcio do ator com Angelina, em 2016.

Com Jennifer e Brad solteiros, a expectativa dos fãs e da mídia é sobre uma possível reconciliação entre o casal. A aparição do ator na festa de aniversário de Jennifer aumentou ainda mais as expectativas.



Pitt e Aniston ficaram casados de 2000 até 2005 e teriam se separado por causa de um suposto envolvimento de Pitt com Angelina Jolie com quem se casou posteriormente

## Horóscopo

### AQUÁRIO

21 de jan. a 19 de fev.

A Lua nova desta semana, dia quatro, ativa experiências significativas em família ou para o imóvel. É uma semana importante para ressignificar os sentimentos e expectativas depositadas na convivência familiar. O céu colabora com bons resultados para reformas, aquisição de bens e qualquer investimento para a casa. O desafio da semana ainda está na convivência com uma pessoa que mexe muito com você e afeta o seu emocional. É importante entender os aspectos emocionais envolvidos e amadurecer a troca. Outros pontos importantes a serem avaliados são a troca afetiva, a autoestima e a educação de filhos.

### GÊMEOS

21 de mai. a 20 de jun.

Nesta semana, a Lua nova do dia quatro lhe traz a necessidade de avaliar o campo emocional e evidenciar os medos e os bloqueios. Mas graças aos céus, as posições celestes o ajudam a curar e ressignificar fatores que não estão sob o seu controle. É uma semana de silêncio e análises internas, entretanto é uma semana importante para concluir como deve agir daqui para frente, principalmente em relação ao futuro. Você vem passando por um processo muito forte emocional e guarda rancor e mágoas de uma pessoa, isso o prejudica grandemente. É importante curar os ressentimentos, as mágoas, as culpas e principalmente os arrependimentos sobre eventos do passado.

### LIBRA

23 de set. a 22 de out.

A Lua nova desta semana, dia quatro, afeta consideravelmente os recursos financeiros, principalmente os do cônjuge ou os guardados. É uma semana importante para dar início a planejamentos que envolvem heranças, investimentos, aposentadoria e qualquer tipo de recurso material que traga coisas novas e significativas para o momento. O céu trata de mudanças importantes que vêm de uma visão mais simples sobre a vida e como você pode viver com mais plenitude, agregando em sua rotina mais leveza e sentido. Mas o céu também alerta sobre as expectativas que vem depositando em pessoas que estão confusas e que podem atrapalhar a sua produtividade.

### PEIXES

20 de fev. a 20 de mar.

A Lua nova desta semana, dia quatro, ativa as relações próximas, também com parentes e irmãos. As relações tocadas vêm para lhe proporcionar curas e ressentimentos do passado que não cabem mais neste novo ciclo. Também vejo que essas pessoas estão dispostas a ajudar e criar uma conexão diferenciada de amparo e amorosidade. O mesmo setor tocado fala de viagens, cursos e movimentação de novas ideias. Uma excelente oportunidade para iniciar novos cursos. O maior desafio está no desenvolvimento em grupo e situações que desafiam os seus rendimentos.

### CÂNCER

21 de jun. a 21 de jul.

A Lua nova desta semana, dia quatro, abre os projetos e as relações com os amigos. É uma semana ótima para desenvolver os seus planos, principalmente para dar inícios a novas experiências em grupo. Um ângulo favorável com o planeta Netuno amplia sua fé e lhe traz uma visão mais altruísta sobre o desenvolvimento de ideias, principalmente para as questões fraternais, sociais e também para a conexão com os amigos. Os caminhos estão abertos, mas é importante curar os ressentimentos e expectativas em relação a uma pessoa que interfere em sua rotina. Por mais difícil que seja, é importante eliminar os velhos padrões na relação.

### ESCORPIÃO

23 de out. a 21 de nov.

A Lua nova desta semana, dia quatro, ativa consideravelmente o casamento, o cônjuge, sócios e parceiros. É uma semana em que vai ser levado a se colocar no lugar do outro, principalmente para entender sobre a nova fase que ambos estão experienciando. O céu fala sobre curas e a busca de um novo sentido a dois. A experiência evoca sentimentos depositados em filhos, análises sobre a conexão entre vocês e novas formas para obter reconhecimento. O céu fala sobre curas e como pode transitar com entendimento sobre as necessidades do "outro". Mas o céu também fala de mágoas e ressentimentos que devem ser analisados e finalizados para que sigam mais leves.

### ÁRIES

21 de mar. a 20 de abr.

A Lua nova desta semana, dia quatro, pede novas posturas para o setor financeiro. Esteja aberto para possíveis investimentos e decisões que abrem o caminho profissional. O céu traz para você a capacidade de se desprender de velhos padrões e curar situações que bloqueavam a sua prosperidade. É uma Lua que vai ajudá-lo a entender aspectos emocionais geradores de prisões, que o atrelam a uma outra pessoa, mas que já não é mais saudável se manter dessa forma. Calma, você já está em condições de mudar e conduzir os planos futuros de outra forma. Tudo é uma construção, e a sua comunicação está em destaque para articular novos contatos.

### LEÃO

22 de jul. a 22 de ago.

A Lua nova desta semana, dia quatro, toca consideravelmente a carreira e os planos profissionais. É uma semana maravilhosa para iniciar uma nova postura profissional. Uma excelente oportunidade para problematizar sobre as responsabilidades que devem ser assumidas neste ano. O céu lhe presenteia através de uma postura mais curativa e ressignificativa diante de fatos que delineiam o futuro e as metas. A autoestima é desafiada consideravelmente e pede de você entendimento sobre expectativas que vem depositando em amigos ou em uma pessoa mais que especial. A educação dos filhos também é um fator que deve ser analisado com atenção.

### SAGITÁRIO

22 de nov. a 21 de dez.

A Lua nova desta semana, dia quatro, abre uma nova fase para o seu trabalho e rotina. É uma semana ótima para dar novos passos em seu trabalho. Novas oportunidades podem acontecer, assim como uma atuação mais direta com funcionários e colegas de trabalho. Se estiver em busca de uma oportunidade, essa semana, e posso afirmar, este mês será importante para você. O céu também aponta curas em relação à família ou com experiências para resolver questões com o imóvel ou assuntos domésticos. A fase é de crescimento, mas deve dar atenção às expectativas e julgamentos que vem depositando em pessoas e experiências. Busque o equilíbrio e evite julgar.

### TOURO

21 de abr. a 20 de mai.

A Lua nova desta semana, dia quatro, é de extrema importância para você, porque lhe traz evidência e a necessidade de olhar mais para as suas necessidades. É com certeza uma semana maravilhosa, porque está em condições de perceber as mudanças e ressignificar fatos que lhe causaram ressentimentos e expectativas. Ai, que maravilhoso é lidar com a vida com leveza e se desprender de fatos que são geradores de culpas e mágoas! Uma pessoa o ajuda em segredo e lhe dá uma nova visão sobre as possibilidades que se abrem. O seu aprendizado é avaliar o apego em relação aos recursos materiais e a forma de administrá-los daqui para frente.

### VIRGEM

23 de ago. a 22 de set.

A Lua nova desta semana, dia quatro, ativa novos cursos, viagens e contato filosófico. É uma semana maravilhosa para mudar as ideias, e melhor: ampliar a sua visão sobre a vida. Você vai perceber que estará mais sintonizado com os seus valores e aberto a comunicar o que pensa com pessoas que estão numa mesma frequência. É uma semana para vivenciar os seus sonhos e desenvolver a fé. É bem provável que um curso ou uma viagem esteja mexendo com os seus sistemas de crenças e assim lhe proporcionando novas oportunidades. Mas o céu alerta sobre fatores emocionais que causam desequilíbrios para lidar com as expectativas e ressentimentos do passado.

### CAPRICÓRNIO

22 de dez a 20 de jan

A Lua nova desta semana, dia quatro, toca a autoestima e a necessidade de obter reconhecimento. É uma semana positiva para realizar atividades que promovam o lazer e o entretenimento. O céu colabora para o namoro e também para o desenvolvimento de filhos. Você está passando por um processo sensível e curativo em relação a algumas pessoas de sua convivência. Busque nesta semana valorizar o melhor da vida e promova o bem-estar pessoal. É necessário ter atenção com as posturas na família ou situações isoladas que causam desafetos e desgastes. A saúde também é uma situação que não pode ser descartada, e você deve avaliar a alimentação e os hábitos desenvolvidos em sua rotina.



TENDÊNCIA

# Teto colorido: por que não?

A cor faz toda a diferença na decoração da casa, principalmente quando aplicada em locais inesperados

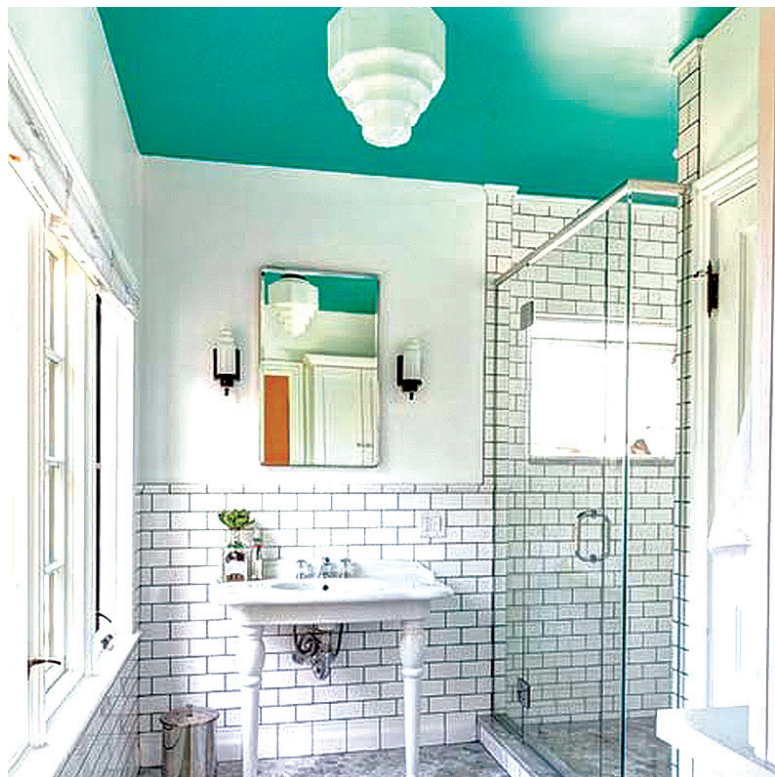
Pintar ou colocar papel de parede é uma das melhores ideias para mudar totalmente o ambiente sem trocar os móveis e gastar um bocado. Uma ideia diferente e que também traz essa cara nova pra casa é um teto colorido! Estamos acostumadas a ver algumas paredes com cores nas casas, mas é difícil encontrar algum teto pintado (uma opção também é colocar papel de parede nele).

É uma sugestão simples, bem incomum e que talvez dê um pouco de trabalho, mas pode ser feita sem contratar alguém específico e vai trazer um charme a mais para seu cômodo.

O teto colorido vai em contramão ao minimalismo do bombado estilo escandinavo, mas consegue combinar com ambientes clean e

neutros sem afetar tanto a iluminação ou pesar – vale pintar o teto em cores calmas e leves, como tons pastel, apenas para dar um destaque. Para quem prefere uma casa alegre e viva, tons vibrantes de amarelo, azul, rosa e até vermelho são boas opções.

A ideia é uma decoração moderna que funciona para vários estilos de casa, já que tudo vai depender da escolha da cor. E até tons escuros e preto vingam no teto, se você deseja um ambiente sério e elegante. A parte mais legal, obviamente, é a facilidade para trocar a cor, já que você só precisa da tinta, acessórios e disposição! Não precisa trocar móvel nem comprar peças novas: é só botar a mão na massa e deixar o ambiente novinho.



CLÍNICA ODONTOLÓGICA  
**RENAN  
CAGOL**  
CRO 13148

54 | 3451.3282

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

PRÓTESES E IMPLANTES



## Como incluir as águas faciais na sua rotina de beleza?

As águas faciais se encaixam em diferentes momentos da rotina de cuidados e isso sem pesar na pele. Mas com tantas variedades no mercado, nem sempre é fácil escolher a que mais combina com nossos gostos e necessidades.

### Micelar

Sua função é remover cosméticos e partículas de poluição em uma limpeza suave sem aumentar a oleosidade. “As moléculas micelas englobam a sujeira removendo-a por completo”, explica a cosmetóloga Isabel Piatti, de Curitiba. Deve ser usada ao retirar a maquiagem e o protetor solar ou depois do sabonete para uma higiene profunda. Aplique com algodão em movimentos circulares.

### Essência

Aumenta a absorção de produtos como cremes ou sérums anti-idade. Sua composição contém ativos que aumentam a permeabilidade da pele, como os ácidos lático e glicólico. Para seu uso, aplique

algumas gotas após a limpeza e antes dos itens de tratamento.

### Termal

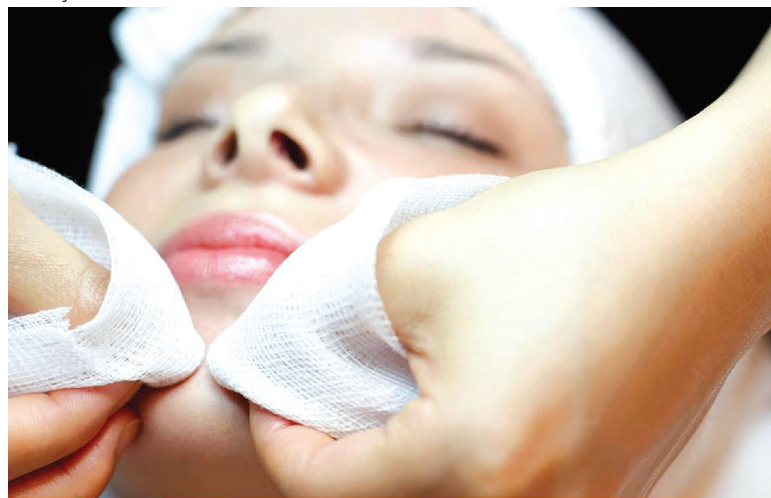
A água termal revitaliza, acalma as áreas sensíveis, repõe a hidratação natural e diminui a vermelhidão. Ela é rica em minerais que contribuem para o equilíbrio e a elasticidade da pele, como selênio, zinco e cálcio. Podem ser aplicadas a qualquer momento do dia ou para umedecer máscaras de argila (o que ajuda a impedir que sequem por completo, perdendo o efeito).

### Bruma hidratante

Ela refresca e pode ser usada para complementar o efeito de hidratantes convencionais. Com vitaminas C e E, entre outras, e ácido hialurônico, evita o envelhecimento precoce e preenche vincos. Pode ser usada ao longo do dia, para devolver o viço à pele, ou entre as etapas do make, para aumentar a fixação e evitar o efeito craquelado.



A água termal, por exemplo revitaliza, acalma as áreas sensíveis, repõe a hidratação natural e diminui a vermelhidão



Agende ainda hoje sua

**limpeza  
de pele**

54 99987 7886

Maria Bernadete  
esteticista e massoterapeuta

## O queridinho do momento: três jeitos de usar o versátil lip tint

Quem já usou ou pelo menos ouviu falar do Benetint, da Benefit, sabe bem do que estamos falando. Também chamado de color tint ou tinta para lábios, o lip tint é essencialmente um produto feito para ser usado como batom. A ideia é dar uma leve corzinha – aquele clássico ar de saúde. Mas a verdade é que ele também produz um efeito lindo quando usado como sombra ou blush.

Recentemente, o produto multifuncional de origem americana ganhou diversos concorrentes nacionais que estão dando o que falar. Aqui, ensinamos três jeitos diferentes de usá-los. Confira!

### Como batom

Como “tinta”, o produto permite sobreposições de camada. Vale, portanto, usar de maneira mais sutil e bem levinha, ou sobrecarregar para um efeito bold. Aplique com a ponta dos dedos, dando leves batidinhas, para um resultado mais natural.

### Como blush

Aplique direto sobre a pele para dar ar de saúde, sempre espalhando com leves batidinhas com os dedos. Não espere efeito de blush em pó ou de contorno. O



A novidade faz muito sucesso entre as famosas como Larissa Manoela, que tem sua própria marca de lip tint. Larissa usa frequentemente o tint como batom, sombra e blush

resultado é natural.

### Como sombra

Use um pincel de cerdas fofinhas e aplique em toda a extensão

das pálpebras móveis, esfumando bem. Como as cores costumam ser rosa, vermelho e vinho, aposte em um look monocromático (ou tom sobre tom).

## Quando e como usar o pincel chanfrado

Ele é um dos itens mais versáteis na bolsa de maquiagem (ou na maleta do maquiador). Se você pensa que a ferramenta serve apenas para fazer um básico ‘olho gatinho’, está muito enganado.

### Adicionar um pouco de glitter

Para adicionar glamour à make pode adicionar glitter ao olho delineado. E uma maneira simples de fazer isso é usar o pincel chanfrado nessa aplicação. A dica é aplicar o glitter logo após o traçado do delineador, enquanto este ainda está fresco, para facilitar a fixação.

### Passar iluminador

Sabe aquele iluminador no cantinho dos olhos? Então, ele de fato acende o olhar e o deixa deslumbrante. Para uma aplicação simples do iluminador nessa região use o pincel chanfrado. O seu formato fino e anguloso permite uma maior precisão nesta área de formato em V.

### Desenhar traços fininhos na linha de cílios inferior

Você adora se maquiar, mas não sabe o que fazer na linha de cílios inferior e ela fica sempre “apagadinha”? Ela também pode ser destacada com traçados de delineador ou sombra cremosa nas cores preto e azul marinho, por exemplo. E claro é com o pincel chanfrado que você conseguirá maior

firmeza na aplicação.

### Transformar sombras em delineador

Quem nunca usou sombra no lugar do delineador? Em alguns casos elas conferem um visual ainda mais natural para a maquiagem. A dica aqui é aplicar com o pincel chanfrado para garantir maior precisão. Você também pode umedecer o pincel para garantir um desenho mais homogêneo e ajudar na fixação.

### Toque final às sobrancelhas

Um outro jeito de tirar proveito desta ferramenta é usá-la para preencher sobrancelhas e fazer desaparecer pequenas falhas. Basta usar o pincel chanfrado com sombra. Ele é coringa em qualquer formato de sobrancelha e perfeito para este fim.

### Arrumar os cílios postiços

Você ainda usa pinça para

ajustar os cílios postiços? Pois esqueça. A melhor maneira de deixá-los no lugar é fazendo uso do pincel chanfrado. Basta pressioná-lo levemente de encontro à linha de cílios. Uma boa valiosa dica é usar um pouco de delineador ou sombra preta, para deixar o acabamento ainda mais natural.

### Para reproduzir o tradicional gatinho

Apesar do pincel chanfrado ser ótimo para várias coisas, um dos seus melhores usos é mesmo o delineado gatinho. Mas você pode usar. Outras formas também podem ser conquistadas com o uso deste pincel, como por exemplo, pequenos vazados ou delineados que vão até ao côncavo do olho.

### Dica extra

Devido ao ângulo formado pelo corte do pincel, ele pode ser usado também para delineado nos lábios e aplicação do batom, para aquelas pessoas que não se adaptam aos pincéis labiais convencionais.



Apesar do pincel chanfrado ser ótimo para várias coisas, um dos seus melhores usos é mesmo o delineado gatinho



## Mais uma edição do Festival Música de Rua

No sábado (4), a partir das 15h na Rua Coberta, acontecerá mais uma edição do Festival Música de Rua que contará com as seguintes atrações: O equatoriano Ricardo Pita, o trio curitibano Tuyo, a banda Trebbiano de Bento Gonçalves e o Projeto Rapajador. A comercialização de comidas e bebidas será feita por food trucks da região.

**Evento: Festival Música de Rua**  
**Data: 04 de maio de 19**  
**Horário: 15 horas**  
**Local: Rua Coberta R. Dr. Rolando Gude, 11-187 - Planalto**



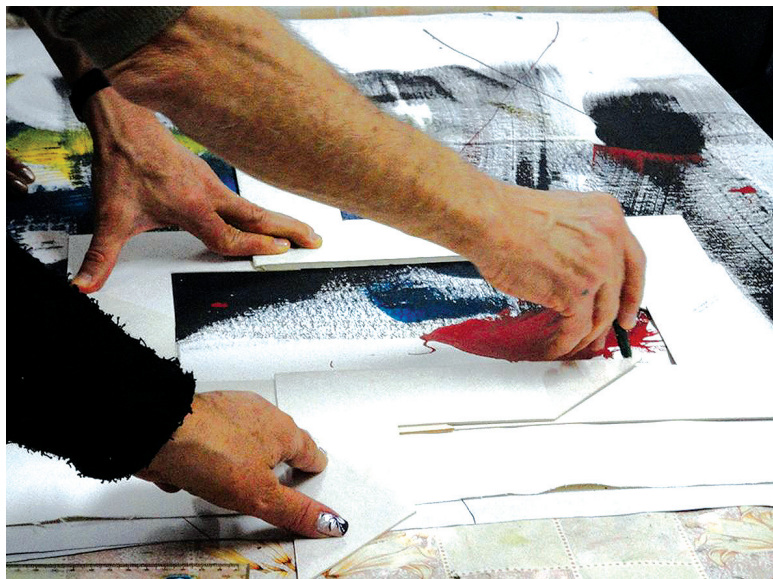
Banda Trebbiano, de Bento Gonçalves, será uma das atrações do Festival Música de Rua

## Brechó da Arte na Estação Férrea

Acontece no sábado (4), na Estação Férrea o evento 'Brechó da Arte' da Associação de Artistas Plásticos da Serra. O evento oportunizará a comunidade a apreciação e compra de obras de arte e artesanato a preços acessíveis. Além de promover e valorizar os artistas e artesãos que compõem um cenário de diversidade artística de forma ativa no Município.

Judite Giacomelli, Carmen Tasca Frozi, Lourdes Pozza, Nelci Rizzi, Neiva Poletto, Maria Del Rosário, Sônia Bervian Possamai, Zinara Salette Siqueira, Juraci Basso, Geni Brandalise, Marilene Beltram, entre outros.

**Evento: Brechó da Arte**  
**Data: 04 de maio**  
**Horário: 10h às 18h**  
**Onde: Estação Férrea Rua Duque de Caxias, bairro Cidade Alta**



Evento ressalta importância da valorização dos artistas plásticos e artesãos da região

## Exposição de arte no Museu do Imigrante

Neste domingo (5), no Museu do Imigrante se encerra uma exposição chamada "Outros corpos - sobre apropriações, solidões e fragilidades" de Edson Possamai. A exposição traz ao público a arte das xilogravuras e gravuras inéditas além do livro do artista, que tem como foco o corpo como instrumento para a arte, sendo explorado o seu potencial estético, artístico e de instrumento de comunicação.

**Exposição: "Outros corpos - sobre apropriações, solidões e fragilidades" de Edson Possamai**  
**Período de duração: 05 de abril a 05 de maio de 2019**  
**Horário: 08h30/11h30 - 13h30/17h30**  
**Local: Museu do Imigrante Bento Gonçalves Rua Herny Hugo Dreher, 127 - Bairro Planalto**



Exposição de arte com entrada franca se encerra neste final de semana após um mês de exibição

**Moisés Castro Silveira**  
 Advogado - OAB/RS 90.469

Telefone: 54 99132 6647 | 3052-0040  
 E-mail: moiscastroadvogado@gmail.com  
 Rua Saldanha Marinho, 435 Sala 608 - Centro | Bento Gonçalves - RS

FACEBOOK.COM/VINICOLAAURORA  
 VINICOLAAURORA.COM.BR

UM VINHO DE GRANDES HISTÓRIAS.

O Aurora Reserva é feito das melhores uvas, fruto das videiras cultivadas por gerações. Por famílias que herdaram os cuidados com a terra, seus frutos e suas paixões.

Abra um Aurora Reserva e sinta o sabor dessas grandes histórias.

VINÍCOLA AURORA

SE FOR DIRIGIR, NÃO BEBA.



## “Tinder do Facebook” chega ao Brasil e inaugura ferramenta “crush secreto”

O Facebook anunciou na terça-feira (30) durante a sua conferência anual para desenvolvedores, a F8, que o Brasil está na lista de novas localidades nas quais o Facebook Dating estará disponível em breve. Essa nova aplicação é basicamente um “Tinder do Facebook” e também está trazendo algumas novidades curiosas.

A mais interessante delas é o “secret crush” ou “crush secreto”.

Com ela, cada usuário do app de encontros poderá marcar até nove pessoas dentre seus amigos no Facebook tradicional como interesses amorosos secretos. Dessa forma, se o interesse reprimido for mútuo, ambas as partes serão informadas e poderão começar a conversar.

Caso você coloque na sua lista de interesses uma pessoa que não usa o Facebook Dating, nada vai

acontecer até que esse indivíduo entre na aplicação. Caso a pessoa esteja usando o Facebook Dating, ela receberá uma notificação dizendo que “uma pessoa tem um crush secreto nela”. Isso sem revelar a identidade do interessado.

Ainda não há informações detalhadas sobre como essa novidade vai realmente funcionar e não sabemos exatamente quando o Dating será liberado para uso no



Caso a pessoa esteja usando o Facebook Dating, ela receberá uma notificação dizendo que “uma pessoa tem um crush secreto nela”

Brasil. Além do nosso país, o app de encontros foi lançado também em mais 13 nações: Bolívia, Chile, Equador, Guiana, Paraguai, Peru, Uruguai, Laos, Malásia, Filipinas,

Singapore, Vietnam e Suriname.

Antes dessa segunda leva de países, o Dating já estava presente na Argentina, Colômbia, México, Canadá e Tailândia.

## Game of Thrones vira tema de tweet de Donald Trump e irrita HBO

A série Game of Thrones é tão popular que já virou uma referência no mundo da cultura pop, mas nem todo o uso da franquia acaba agradando a HBO, emissora responsável pela produção do programa. Na semana passada, o presidente dos Estados Unidos, Donald Trump, fez uma publicação no Twitter inspirada no seriado para provocar seus adversários políticos, o que não alegrou o canal de TV.

No post, Donald Trump aparece de costas envolto em névoa com as palavras “Game Over” escritas em uma fonte similar à utilizada no nome da série.

Apesar da produção não ser mencionada diretamente por Trump, a HBO comentou ao Engadget que prefere não ver seu conteúdo inspirando postagens de políticos. “Embora possamos entender o entusiasmo de Game of Thrones agora que a temporada final chegou, ainda preferimos que nossa propriedade intelectual não seja utilizada para fins políticos”, disse a emissora em um comunicado.

No ano passado, Trump também utilizou uma fonte parecida com o logo da série para divulgar que estava trabalhando em novas sanções, o que também gerou críticas vindas da HBO. Mesmo que as atitudes do presidente não estejam agradando o canal de TV, a

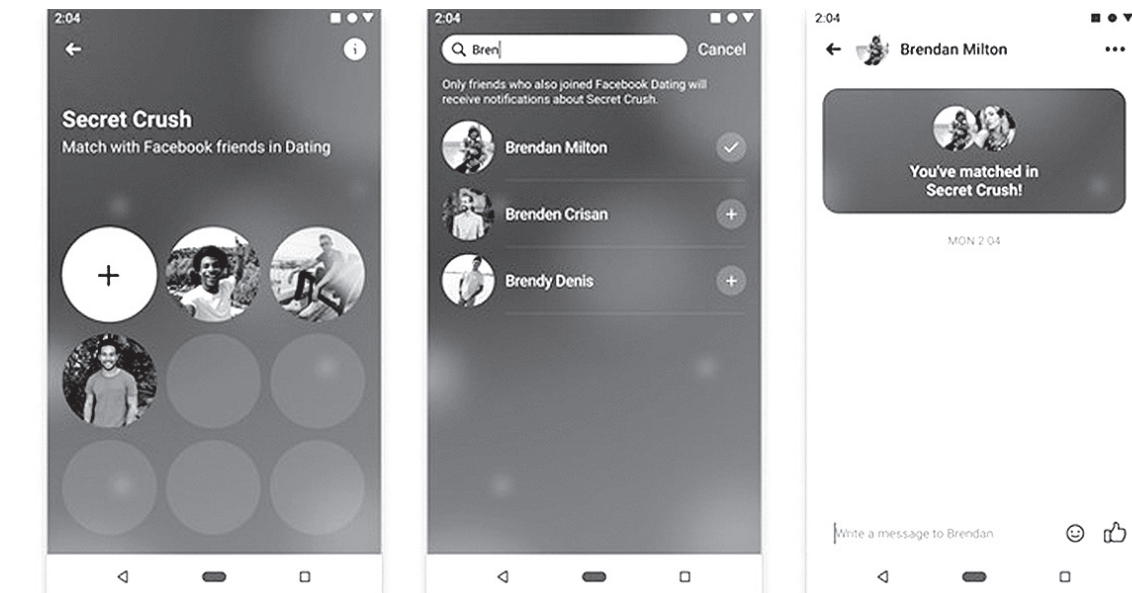
dona de Game of Thrones ainda pode estar tirando um grande proveito dessas publicações.

De acordo com um levantamento feito pelo Apex Marketing Group e divulgado pelo analista Darren Rovell, o último tweet de Donald Trump inspirado em Game of Thrones gerou cerca de US\$ 25 milhões em propaganda gratuita para o seriado em apenas um dia. A estimativa leva em conta a cobertura da mídia envolvendo o caso, incluindo artigos na internet, aparições na TV e programas de rádio.

Segundo ressalta o pessoal do Engadget, não existem muitas formas legais para a HBO impedir que Game of Thrones seja usado como inspiração nos tweets de Donald Trump, principalmente porque o presidente não faz menção direta ao caso e só está usando fontes que lembram o seriado.

Ainda este ano, o chefe de estado norte-americano teve um vídeo derrubado de seu Twitter por direitos autorais, mas a produção utilizava uma trilha sonora de Batman: The Dark Knight Rises, o que deu força para a Warner, dona dos direitos da faixa, tirar o conteúdo do ar.

A última temporada de Game of Thrones está sendo exibida todo domingo a partir das 22h nos canais da HBO e também no serviço de streaming HBO Go.



Cada usuário do app de encontros poderá marcar até nove pessoas dentre seus amigos no Facebook tradicional como interesses amorosos secretos

## Protestos de fãs de Game of Thrones faz HBO Brasil se tornar a empresa com mais queixas no Reclame Aqui



No domingo (28), durante a exibição do terceiro episódio, a situação ficou ainda pior devido aos problemas na qualidade da imagem, resultando em quase 700 reclamações na plataforma Reclame Aqui

Desde o primeiro episódio, a última temporada de Game of Thrones vem acumulando reclamações por causa das falhas no serviço HBO Go, que costuma não suportar a quantidade de acessos simultâneos e ficar instável durante a transmissão dos episódios. No último domingo (28), a situação ficou ainda pior devido aos problemas na qualidade da imagem, resultando em quase 700 reclamações na plataforma Reclame Aqui.

De acordo com o site, foram

registradas 698 reclamações apenas na noite de domingo, o que colocou a HBO Brasil no topo do ranking diário de empresas com mais queixas. Levando em consideração apenas dados dos últimos seis meses, o canal tem nota 5,7 de 10, o que o classifica como “Ruim” no sistema de reputação do site.

Mesmo dois dias após a transmissão do episódio, várias reclamações continuam a ser publicadas no Reclame Aqui. Em muitos casos, os clientes afirmam que assinaram o serviço de streaming

HBO Go apenas para assistir à última temporada de Game of Thrones, mas não estão conseguindo ver os episódios no dia do lançamento.

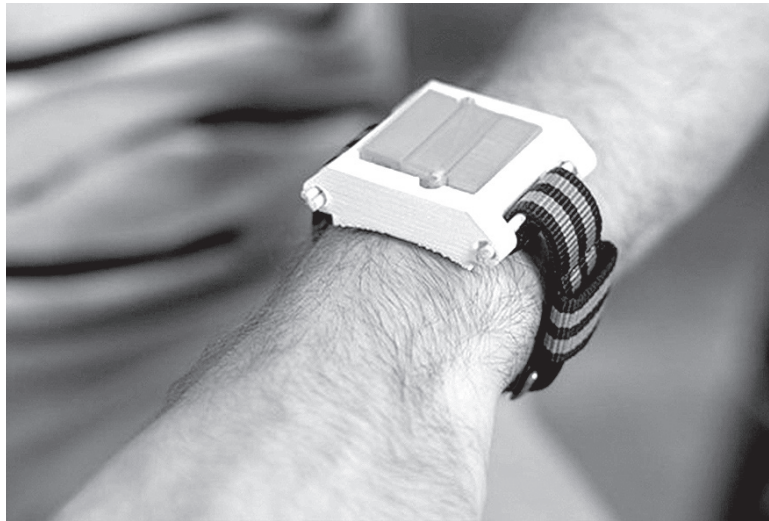
Ainda segundo o Reclame Aqui, a página da HBO Brasil recebeu mais de 18 mil visitas no último domingo, número que era de 4 mil durante a exibição do episódio anterior. Se você também quiser deixar sua queixa registrada, pode acessar a página do canal no Reclame Aqui e procurar pelo botão “Reclamar”.



No post, Donald Trump aparece de costas envolto em névoa com as palavras “Game Over” escritas em uma fonte similar à utilizada no nome da série



## Estudantes criam “relógio-seringa” que pode salvar pessoas alérgicas



Chamado de EpiWear, o aparelho conta ainda com uma tecnologia bastante incipiente, em fase de desenvolvimento

Alergias têm vários graus, algumas produzem efeitos irritantes, mas leves, como espirros e coceira, enquanto outras podem ser mais perigosas e levar o alérgico a um choque anafilático, o que pode ser fatal. Para auxiliar essas pessoas a conseguirem medicação de forma rápida, estudantes da Rice University, nos Estados Unidos, criaram um “relógio-seringa”.

As anafilaxias são causadas por alergias graves, que ocorrem principalmente pelo consumo de alimentos como frutos do mar, sementes, nozes, leite e ovos, além de remédios como penicilina e atepicadas de insetos, como abelhas e vespas. Os alérgicos precisam carregar consigo uma “caneta” de epinefrina, uma dose de adrenalina capaz de salvar vidas ao quebrar o efeito da crise alérgica.

### Mais praticidade

A ideia dos estudantes com a

criação do “relógio” é facilitar o acesso à medicação no momento da crise, para que o paciente ou quem estiver ajudando não perca tempo procurando pela caneta. O aparelho consiste em uma seringa dobrável que fica guardada na pulseira. Para realizar a aplicação, basta desdobrar a peça, liberar a trava de segurança e aplicar a medicação na coxa do alérgico.

Chamado de EpiWear, o aparelho conta ainda com uma tecnologia bastante incipiente, em fase de desenvolvimento. Os componentes foram criados a partir de impressões 3D, e os estudantes estão pesquisando formas de deixar o “relógio” menor e mais discreto, além de criar funcionalidades além de carregar a medicação.

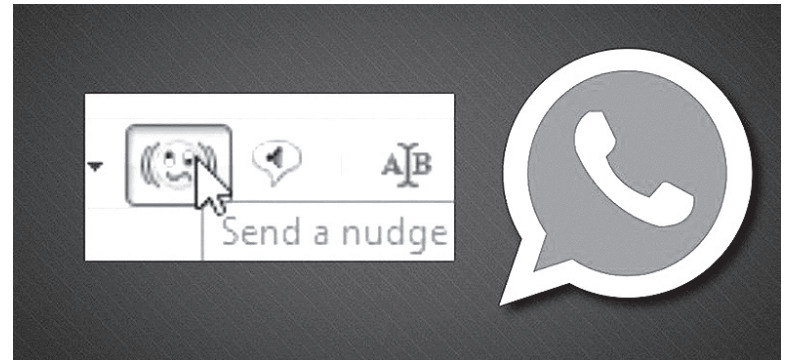
Caso chegue ao mercado, o EpiWear deverá ser uma mão na roda para quem precisa sempre conferir se está com a sua medicação antialérgica, além de ajudar na hora da aplicação.

### NÃO CAIA NESSA

## WhatsApp não vai vibrar como o MSN para chamar sua atenção

Pessoal que é mais novinho pode até não se lembrar, mas o MSN – atualmente conhecido como Windows Live Messenger – tinha um recurso que era quase impossível de ser ignorado quando alguém queria chamar sua atenção: a caixa de uso do mensageiro vibrava justamente para fazer questão de mostrar que você está aguardando uma resposta.

Segunda-feira (29) vários sites deram conta de um recurso parecido que estaria em desenvolvimento para o WhatsApp. A ferramenta faria o smartphone chacoalhar ou emitir notificações



Vários sites deram conta de um recurso parecido com o “chamar atenção” do falecido MSN estaria em desenvolvimento para o WhatsApp

sonoras para quem você acha que está te deixando no vácuo ou sim-

plesmente não sacou que há alguma conversa precisando de um retorno. Assim como antigamente, “chamar a atenção” só estaria disponível quando os dois usuários estiverem online.

Acontece que isso tudo nasceu de uma brincadeira do site 8Satire, que publicou a “novidade” no dia 20 de fevereiro. Não se sabe qual a exata razão, mas a página italiana Hardware Upgrade entrou na onda e ainda disse que o “chamar a atenção” estaria em uma fase tão primária que nem mesmo os usuários do programa de testes seriam capazes de experimentar.

Por enquanto, não há nenhuma outra evidência sólida. Ninguém mostrou qualquer segmento de código para suportar essa suposta nova ferramenta. Inclusive, o WABetaInfo – fonte mais confiável sobre notícias do WhatsApp na web – categorizou esse rumor como “fake news”.

De qualquer jeito, muitos veículos andam noticiando isso por aí e “sonhando” com essa ferramenta, que, na verdade, incomodava bastante gente.



WABetaInfo @WABetaInfo

This is a fake news!

No nudge feature in WhatsApp under development!

151 15:01 - 29 de abr de 2019

30 pessoas estão falando sobre isso

O WABetaInfo – fonte mais confiável sobre notícias do WhatsApp na web – categorizou esse rumor como “fake news”

## ‘Maratonar’ conteúdos sobre terrorismo gera vício e dependência, diz estudo

Uma equipe da Universidade da Califórnia, em Irvine, liderada pela psicóloga Rebecca Thompson, entrevistou quatro mil cidadãos americanos por quatro vezes, num período de três anos, perguntando sobre o consumo de mídia e coletando dados sobre sua saúde mental.

Os pesquisadores chegaram à conclusão de que acompanhar notícias sobre terrorismo doméstico pode levar as pessoas a desenvolver sintomas de transtorno de estresse pós-traumático. Posteriormente, estes sintomas podem fazer com que as pessoas procurem informações sobre eventos ainda mais perturbadores, entrando num ciclo do qual dificilmente conseguem sair, como num efeito dominó.

O estudo começou em 2013, logo após o atentado a bombas da Maratona de Boston. Pesquisas anteriores haviam demonstrado que as pessoas que foram expostas a seis horas de notícias diá-

rias sobre o atentado, na semana seguinte, tiveram mais estresse do que as pessoas que o presenciaram. Mais tarde, a equipe de Thompson descobriu que, quan-

to mais as pessoas acompanham as informações sobre o atentado, mais perturbadas ficavam depois de seis meses, e isso gerava ainda mais aflição em relação a desgra-

ças futuras.

Thompson começou a se interessar pelos efeitos psicológicos de tragédias, mais precisamente desastres naturais, em

2011, quando ela ainda era estudante e um tornado quase atingiu seu campus. Ela disse que a necessidade de formular opiniões e explicações a respeito desses acontecimentos gera uma ânsia pela busca de informações que, quase sempre, resulta em sentimentos negativos, devido à forma angustiante e sensacionalista com a qual a mídia cobre esses eventos. Sua equipe, inclusive, está tentando comprovar se os efeitos psicológicos negativos gerados pelo terrorismo doméstico possuem os mesmos padrões dos gerados pelos desastres naturais.

O estudo de Thompson ainda pretende se aprofundar em outras questões, como qual tipo de mídia é mais prejudicial, e a forma como as notícias são apresentadas.

Por hora, a psicóloga alerta as pessoas para consumirem mídia com moderação, e sem se deixar impressionar demais.



A necessidade de formular opiniões e explicações a respeito desses acontecimentos gera uma ânsia pela busca de informações que, quase sempre, resulta em sentimentos negativos



## TAREFAS DOMÉSTICAS

# Apesar do aumento da contribuição masculina

Nos últimos três anos, houve um crescimento da participação masculina no trabalho doméstico, porém, as mulheres continuam sendo maioria e dedicam mais horas mesmo em situações ocupacionais idênticas a dos homens.



Dividir as tarefas do lar podem melhorar o relacionamento em muitos aspectos

Segundo o IBGE entre os homens que moram sozinhos, 92,7% cozinham e lavam louça. Mas, entre os casados, a taxa desaba. Apenas 58,4% se dedicam a essas atividades. Fazer faxina também é para solteiros. Quando estão nessa condição, 88,6% deles limpam a casa e lavam roupa. Quando moram com alguém, essa taxa cai para 49,5%.

Pelo levantamento do IBGE as mulheres, não há muita diferença. Pelo contrário, quando casam, mais delas se dedicam a cozinhar, lavar, passar, faxinar. Por exemplo, entre as mulheres que moram sozinhas, 97,1% cozinham e lavam louça. Quando casam, a parcela sobe para 97,6%. O mesmo acontece na limpeza da casa: 92,3% entre as solteiras e 93,4%. Essa

proporção é para aquelas mulheres que são responsáveis pela casa. Quando ela está na condição de cônjuge, são 97,9% que cozinham e 94,4% que lavam a roupa. É outra forma de vez a desigual divisão do trabalho doméstico no Brasil.

As mulheres dedicaram, em média, 21,3 horas por semana com afazeres domésticos e cuidado de pessoas em 2018, quase o dobro do que os homens gastaram com as mesmas tarefas - 10,9 horas.

A situação no mercado de trabalho também pouco impactava na jornada doméstica feminina. Mesmo trabalhando fora, a mulher cumpria 8,2 horas a mais em obrigações domésticas que o homem também ocupado. A diferença era ainda maior entre

homens e mulheres não ocupados. Nessa condição, elas trabalhavam 11,8 horas a mais que eles.

Das sete atividades pesquisadas em afazeres domésticos, a mulher foi maioria em seis. Coz-

## Como dividir as tarefas de forma prática

Viver em harmonia é uma das coisas que os casais mais desejam e não estar sobrecarregado é meio caminho andado para ter a vida mais tranquila, dividir as tarefas do lar pode ser um passo muito importante para conseguir isso.

Escolham um dia da semana em que ambos têm disponibilidade para que possam fazer juntos as tarefas e tornar este momento mais descontraído;

Caso não tenham essa disponibilidade façam um cronograma de quando cada um poderá realizar cada tarefa;

As pessoas têm habilidades e preferências diferentes, escolham o que cada um irá fazer baseado no que têm mais afinidade, algumas tarefas nenhum dos dois gostará de fazer, para essas o ideal é fazer um rodízio, cada semana um faz;

Se algum dos dois está sobrecarregado com estudos ou trabalho, o outro pode assumir naquele período mais afazeres no lar, isto também é parceria.

inhar foi a tarefa com a maior diferença entre os sexos, com incidência de 95,5% entre as mulheres e 60,8% entre os homens. A presença masculina foi maior apenas em "fazer pequenos reparos no domicílio" - 59,2% entre eles e 30,6% entre elas.

Segundo a pesquisa, estima-se que 87% da população com 14 anos ou mais realizaram afazeres domésticos e/ou cuidado de moradores ou de parentes em 2018, o que representa 147,5 milhões de pessoas. Essa incidência era maior entre as mulheres, 93%, do que entre os homens, 80,4%.

A participação dos homens

nas atividades domésticas é mais seletiva. Fazer compras e pesquisar preços de bens é a atividade que mais concentra homens: são 72% nesse trabalho, parcela que cai para 54% quando se trata de limpar a casa e cuidar das roupas e sapatos. Nessas duas funções, há mais mulheres. Entre elas, 77,1% fazem compras e 90,9% limpam a casa e cuidam das roupas.

Quando o serviço é cozinhar e lavar a louça, a distância também é significativa: 95,5% das mulheres se ocupam dessas atividades, contra 60,8% dos homens. São 78,2 milhões de mulheres na cozinha, contra 38,2 milhões de homens,

## Confira o texto que ilustra perfeitamente o tema

"Eu não ajudo a minha esposa

Um amigo veio a minha casa tomar café, sentamos e conversamos, falando sobre a vida. A um certo ponto da conversa, eu disse: "Vou lavar os pratos e volto num instante".

Ele olhou para mim como se eu lhe tivesse dito que ia construir um foguete espacial. Então ele me disse, com admiração mas um pouco perplexo: "Ainda bem que você ajuda a sua mulher, eu não ajudo porque quando eu faço a minha mulher não elogia. Ainda na semana passada lavei o chão e nem um obrigado."

Voltei a sentar-me com ele e lhe expliquei que eu não "ajudo" a minha mulher. Na verdade, a minha mulher não necessita de ajuda, ela tem necessidade de um companheiro. Eu sou um sócio em casa e por via dessa sociedade as tarefas são divididas, mas não se trata certamente de uma "ajuda" comas tarefas de casa.

Eu não ajudo a minha mulher a limpar a casa porque eu também vivo aqui e é necessário que eu também a limpe.

Eu não ajudo a minha mulher a cozinhar porque eu também quero comer e é necessário que eu também cozinhe.

Eu não ajudo a minha mulher a lavar os pratos depois da refeição porque eu também uso esses pratos.

Eu não ajudo a minha mulher com os filhos porque eles também são meus filhos e é minha função ser pai.

Eu não ajudo a minha mulher a lavar, estender ou dobrar as roupas, porque a roupa também é minha e dos meus filhos.

Eu não sou uma ajuda em casa, eu sou parte da casa. E no que diz respeito a elogiar, perguntei ao meu amigo quando é que foi a última vez que, depois da sua mulher acabar de limpar a casa, tratar da roupa, mudar os lençóis da cama, dar banho em seus filhos, cozinhar, organizar, etc., ele lhe tinha dito obrigado? Mas um obrigado do tipo: Uau, querida!!! Você é fantástica!!!

Isso te parece absurdo? Está te parecendo estranho? Quando você, uma vez na vida, limpou o chão, você esperava no mínimo um prêmio de excelência com muita glória... Porquê? Nunca pensou nisso, amigo?

Talvez porque para você, a cultura machista tenha mostrado que tudo seja tarefa dela.

Talvez você se tenha sido ensinado que tudo isto deva ser feito sem que você tenha de mexer um dedo? Então elogia-a como você queria ser elogiado, da mesma forma, com a mesma intensidade. Dá uma mão, se comporte como um verdadeiro companheiro, não como um hospede que só vem comer, dormir, tomar banho e satisfazer as necessidades sexuais... Sinta-se em casa. Na sua casa.

A mudança real da nossa sociedade começa em nossas casas, vamos ensinar aos nossos filhos e filhas o real sentido do companheirismo!"

**autoral**  
Clínica de Reabilitação e Treinamento

☎ 54 99652.7081

🏠 Rua Giovani Girardi,  
número 166 - Sala 4  
(Em frente ao Grepur do Progresso)

Terapia Desportiva  
Terapia Manual  
Quiropraxia  
Pilates clínico  
Pilates funcional  
Treinamento funcional  
Personal trainer



# mulheres ainda trabalham o dobro em casa



Mulheres ainda trabalham o dobro dos homens nos afazeres domésticos

mais que o dobro de trabalho feminino.

“As atividades em que as diferenças entre homens e mulheres são maiores são as duas primeiras, que podem ser sintetizadas em cozinhar (34,7 pontos percentuais) e lavar roupas e calçados (36,9

pontos percentuais) e, em menor medida, a atividade de limpeza do domicílio (13,9 pontos percentuais)

Eles só são mais presentes nos pequenos reparos e manutenção de carro e eletrodomésticos, atividades mais esporádicas do que

cozinhar e lavar louça. Entre eles, 59,2% fazem esse trabalho contra 46,9% das mulheres.

### Com filhos, companhia e brincadeiras

O cuidado dos filhos, têm mais pais brincando e fazendo compan-

hia do que dando banho, comida e ajudando no dever de casa, constatou pesquisa do IBGE. Enquanto as mães se ocupam mais exatamente das tarefas onde a presença masculina é menor: 85,6% delas auxiliam nos cuidados pessoais e 72% ajudam nas atividades escolares. Enquanto entre os homens, essas

parcelas caem para 67% e 60,7%, respectivamente.

Até mesmo nas tarefas mais lúdicas, a presença da mulher é maior. Na hora de brincar, 77% das mulheres fazem a atividade, contra 73,7%. Fazer companhia também é constante entre as elas. São 91,6% contra 87,9% dos homens.

## Motivos pelos quais os homens devem participar dos afazeres do lar

Pela cumplicidade do casal - Estar juntos nos momentos mais prazerosos e nos menos é fundamental para um casal, dividir as tarefas é uma grande demonstração de cumplicidade e parceria.

Porque os dois têm responsabilidades financeiras- Se a mulher pode arcar com despesas da casa, o homem também pode participar dos afazeres do lar;

Para dar exemplo aos filhos - É através do exemplo que os pais conseguem ensinar seus filhos, tanto valores quanto atitudes;

Para terem mais tempo juntos - As tarefas feitas em dupla terminam muito mais rápido, pois além de duas pessoas trabalhando, ainda aumenta a motivação já que esse pode se tornar um momento de descontração entre o casal, coloquem uma música e tornem o momento leve.

Porque todos produzem sujeira - Quem suja, deve ajudar a limpar a sua própria sujeira, é uma regra básica de convivência;

Porque possuem força física - Alguns serviços do lar podem ser infinitamente mais fáceis e naturais aos homens em decorrência de sua força física;

Ajudar é mais econômico - Que tal os dois fazerem juntos atividades do lar e depois usarem o dinheiro que seria destinado a uma diarista para fazer alguma atividade de lazer entre o casal?

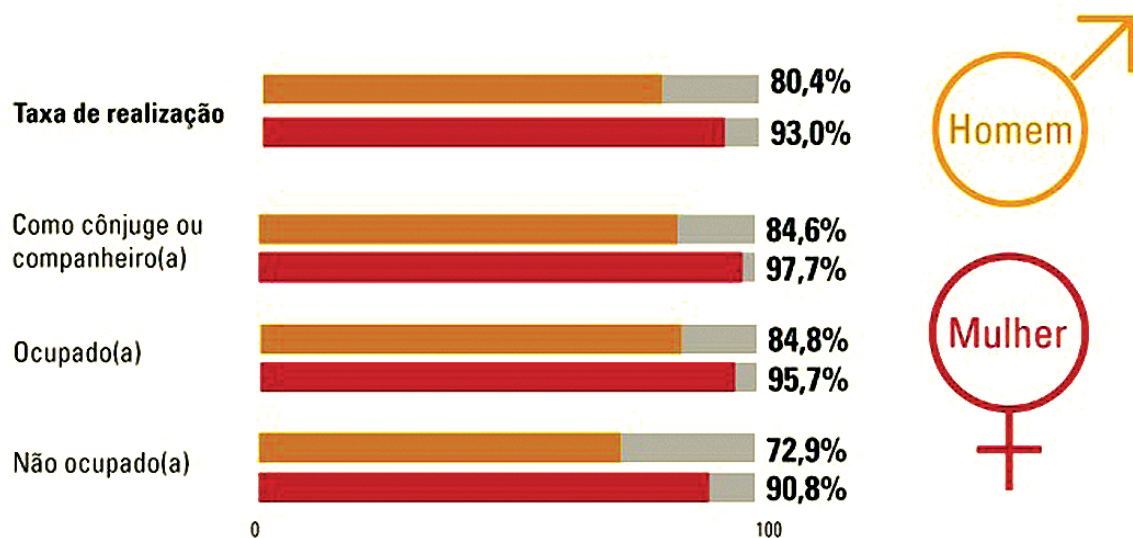
Cuidar é demonstrar amor - O amor é feito de ações, muito além das palavras, demonstrar cuidado é muito importante para ambos e esta sem dúvidas é uma forma de cuidar.

Para desconstruir padrões machistas - A ideia de que os afazeres domésticos são obrigações das mulheres está arraigado como uma crença imposta a todos há décadas, é preciso mudar esses padrões porque não é algo que têm razão lógica de existir.

## Afazeres domésticos e cuidado de pessoas em 2018



A proporção de mulheres que realizam afazeres domésticos e cuidado de pessoas é sempre superior a do homens. Essa situação ocorre mesmo quando ela era cônjuge/companheira, ocupada ou não ocupada (desocupadas ou fora da força de trabalho).



Fonte: IBGE - PNAD Contínua - Outras Formas de Trabalho

**Di Giacomelli**  
RESTAURANTE E LANCHERIA

54 3451-4407  
Rua Humaitá, 60 - Humaitá | Bento Gonçalves - RS



## Mesa da paz: uma técnica Montessori para resolver conflitos em casa

Uma das maiores dificuldades de ser humana é saber reconhecer e identificar os próprios sentimentos. As relações interpessoais e até consigo mesmo é prejudicada pela falta de autoconhecimento, porque isso não permite respeitar aquilo que é natural em qualquer ser humano: as emoções, sejam elas boas ou ruins. O ideal é que esse processo de conhecimento de si mesmo seja iniciado o mais cedo possível, o que significa que é tarefa dos pais incentivá-lo.

Para isso, o já conhecido método Montessori, que prioriza a autonomia e o desenvolvimento natural das crianças, propõe uma prática pedagógica que foi elaborada para auxiliar as crianças na resolução de seus conflitos e na expressão de seus sentimentos nas mais diversas situações: a “mesa da paz”.

Segundo Haline Galbier, que é consultora em Educação Infantil e especialista em Pedagogia Montessori, a mesa da paz não deve ser confundida com o “cantinho do pensamento”, utilizado por muitos pais como uma espécie de castigo

para os filhos. “O intuito da mesa da paz não é o castigo e sim incentivar a liberdade de comunicação entre pais e filhos”, afirma a especialista.

A “mesa da paz” é um ambiente criado dentro de casa, onde os pais podem conduzir as crianças quando elas estiverem se sentindo nervosas, tristes ou com qualquer outro sentimento ruim que precisa ser expressado para que os pais possam ajudar a criança a lidar com isso da melhor forma. Segundo Haline, a prática estimula o desenvolvimento cognitivo e emocional, ensina valores como honestidade e justiça, além de aproximar a família e tornar a criança mais segura e confiante.

A especialista em Educação Especial e Inclusiva e professora do curso de Pedagogia da Universidade Positivo, Nelly Narcizo de Souza, lembra que Maria Montessori, a criadora do método, sempre se preocupou com essa perspectiva de pacificação na educação desde a infância. “Ela foi uma grande defensora da educação como ferramenta para a consoli-



É importante que a criança não se sinta forçada a sentar-se à mesa da paz porque ela vai ver isso como uma punição e, em vez de relaxar, provavelmente ficará mais zangada e frustrada

idação da paz na humanidade”, explica Nelly. E é por isso que o recurso da “mesa da paz” tem como objetivo propiciar um ambiente em que a criança possa se expressar e aprender a lidar com seus conflitos.

### Demonstrar os sentimentos não é sinal de fraqueza

Por muito tempo, a cultura em que vivemos nos ensinou que o sentir não é algo bom e que demonstrar os sentimentos é sinônimo de fraqueza. Segundo a psicóloga Ana Caroline Bonato, essa percepção traz consequências ruins tanto para cada pessoa quanto para a sociedade de maneira geral. As emoções boas e ruins fazem parte das nossas vivências e experiências e elas têm funções importantes na vida de cada um. “A raiva nos alerta para coisas que entram em conflito com os nossos ideais e expectativas. A tristeza sinaliza aquilo que é importante para nós, aquilo que a gente valoriza. Então todas essas emoções têm funções bastante importantes em nossas relações e em nosso entendimento enquanto seres humanos”, afirma.

Diante disso, Ana Caroline destaca a importância de orientar e motivar as crianças a identificar em todos esses sentimentos no próprio corpo, a poder expressar, a conseguir nomear, porque isso vai ajudar no autoconhecimento e no entendimento das situações. Segundo a psicóloga, criar esse hábito dentro de casa com os pequenos pode trazer resultados significativos na vida adulta. “Se mais pessoas aprendessem desde criança a entender quando estão com raiva de alguma coisa, por exemplo, como o corpo fica, e aprendessem estratégias para poder lidar com isso de uma forma mais assertiva e saudável, nós teríamos um número menor de adultos tendo atitudes impulsivas como temos visto nos noticiários”, diz Ana.

O ambiente também pode ser uma ótima oportunidade de

motivar a resolução de brigas e a reconciliação entre irmãos. Por meio de uma simples mediação com perguntas para cada um, a resolução de um conflito pode acontecer de uma forma mais natural e pacífica, sem precisar “obrigar” a criança a perdoar ou a pedir perdão para o irmão – atitude que muitos pais tomam e que mais prejudica do que resolve a situação. A psicóloga Ana lembra que, mais do que qualquer método, o que mais ensina as crianças é o exemplo dos pais. Portanto, se, dentro de casa, os pais não têm uma atitude pacífica na hora de resolver seus próprios problemas e discussões um com o outro, não há “mesa da paz” que funcione.

### Como montar uma “mesa da paz”?

Segundo a especialista Haline, a escolha do local é o primeiro passo. “Deve ser tranquilo, neutro, sem muito estímulo e informação”, explica.

### Sugestões de local

Mesa que ajude na postura da criança e proporcione o “olho no olho”; Tapete confortável; Banquinho.

“O espaço não precisa ser grande, mas deve ser organizado, com cores claras, confortável e deve convidar à tranquilidade, ao diálogo e à reorganização emocional. Por isso, não se recomenda que o espaço tenha excesso de objetos”, lembra Nelly.

### Sugestões de objetos

Plantas; Retrato da família; Espelho; Rostos com expressões (você pode pedir para a criança identificar como está se sentindo através deles); Sino (que pode ser tocado quando a criança estiver se sentindo melhor ou quando a situação for solucionada); Ampulheta de pelo menos um minuto de duração, para que as crianças relaxem enquanto observam os grãos de areia caírem. Além disso, eles podem usá-la como um indicador para dar a volta da palavra para o

outro.

Vale a pena esclarecer que a mesa da paz não é apenas uma técnica válida para resolver conflitos interpessoais, mas também conflitos internos. Se a criança se sentir nervosa, zangada ou frustrada, pode usar a mesa da paz como refúgio para identificar como se sente e se acalmar.

### Como é usada a mesa da paz?

Em primeiro lugar, é importante que a criança não se sinta forçada a sentar-se à mesa da paz porque ela vai ver isso como uma punição e, em vez de relaxar, provavelmente ficará mais zangada e frustrada. Você pode dizer: “Esta é a mesa da paz, você pode usá-la quando se sentir triste, oprimido ou irritado. Você vem até a mesa, senta e observa os grãos de areia caírem.”

A ideia é que as crianças se sentem à mesa e expressem como se sentem, respeitando as conversas. Você pode usar a ampulheta para marcar a vez de quem fala. Quando o turno acabar, você deve passar a palavra para outra criança. O mais importante é que as crianças expressem positivamente suas emoções, expliquem porque se sentem assim e, acima de tudo, como gostariam de resolver o problema. Eles também podem comentar sobre as possíveis soluções e como elas se sentiriam colocando-as em prática.

Se as crianças forem muito pequenas, um adulto terá que agir como mediador. De fato, é conveniente que no início você medie a conversa para que as crianças não caiam em atitudes acusatórias, mas em vez disso aprendam a se concentrar em encontrar soluções. Tenha em mente que os adultos não devem agir como juizes, mas como meros mediadores, para que as próprias crianças possam encontrar a solução. No entanto, você pode propor uma série de regras, tais como: não gritar, não bater, não insultar, não interromper e não tirar sarro do outro.



Uma sugestão de objeto para a mesa da paz é a ampulheta de pelo menos um minuto de duração, que faz com que as crianças relaxem enquanto observam os grãos de areia caírem

## Mural da fofura



O sorriso de Otávio, filho de Janaína Cignachi e Alison Seben



## Quando dar o primeiro banho no filhote?



Especialistas recomendam que cachorros tomem banho apenas depois dos 2 ou 3 meses de vida

Ao adotar um filhote, ele já chega e muda toda a rotina, não é mesmo? E, junto com toda a alegria de receber o pequeno, diversas preocupações aparecem também. O que dar de comer? Qual a quantidade? Será que ele está confortável? Posso dar banho em filhotes?

Sim, uma das principais dúvidas de novos tutores de cães e gatos é em relação ao banho: quando podemos banhar o filhote? Com que frequência? Quais cuidados devem ser tomados?

### Pode dar banho em cachorro filhote?

É comum que o filhote de cachorro chegue em casa sujo depois de um tempo convivendo com a mãe e os irmãozinhos e tudo o que você quer é dar banho imediatamente, certo? É importante que alguns cuidados sejam tomados durante essa primeira higienização.

Antes de tudo: quanto tempo seu filhote tem? Especialistas recomendam que cachorros tomem banho apenas depois dos 2 ou 3 meses de vida, uma vez que, antes disso, os filhotes ainda são muito sensíveis em relação a possíveis choques térmicos com a temperatura da água, a umidade entre os pelos e, até mesmo, o estresse causado por essa experiência nova na vida deles.

Para higienizar seu filhote, portanto, evite um banho completo e opte por lenços umedecidos, retirando cuidadosamente a sujeira acumulada e reduzindo o mau cheiro.

Passado este período, é interessante que o primeiro banho seja dado em casa, ao redor da família e em um ambiente tranquilo, com as pessoas que o filhote já conhece e confia.

Esse, possivelmente, será o primeiro contato direto dele com a água e, por isso, se sentir seguro é uma boa maneira de associar a experiência a um momento agradável e prazeroso.

Opte por banho em pet shop depois que o calendário de vacinação for concluído e, também, quando ele já estiver acostumado

a prática.

### Cuidados com o cachorrinho na hora do banho

Cuidado com a temperatura da água: não pode estar muito gelada ou muito quente;

Nada de usar o seu shampoo no filhote! Use apenas produtos de higiene para cachorros;

Não jogue água diretamente na cabeça do cão. Água dentro da orelha e nariz pode ser muito perigoso e seu pet certamente se assustará. Para limpar estas regiões, utilize uma toalha úmida;

Seja gentil, não vá rápido demais e tenha atenção à reação do cachorro. Alguns se acostumam de primeira, enquanto outros podem ficar estressados;

Em caso de muito estresse, interrompa o banho, acalme o pet e tente novamente um outro dia;

Aproveite o momento do banho para limpar os ouvidos (sem ir fundo demais no canal auditivo) e escovar os dentes do cachorro (sempre com escova e creme dental específicos para cães),

Banho de menos não é bom, mas o excesso também faz mal! A frequência ideal para cães de pelo curto é de 15 dias no verão e 30 dias no inverno. Já para animais de pelo longo, 15 dias em qualquer época.

### Com quanto tempo pode dar banho em filhote de gato?

Alguns dizem que é mito, mas gatos realmente dão conta da própria higiene básica e preferem que seus tutores não interfiram nesta parte.

A língua felina é coberta de pequenas pontinhas (chamadas espículas) que removem os resíduos do corpo e ajudam a espalhar a oleosidade, por isso o famoso “banho de gato” é tão eficaz.

Não são todos, mas grande parte dos felinos se estressa muito em contato com a água, tornando a experiência do banho traumática tanto para eles, quanto para os tutores.

Por conta disso, os banhos em gatos devem ser realizados a cada três meses ou em situações espe-

cíficas em que o felino tenha de sujado muito.

Banho com frequência somente com a prescrição veterinária, combinado? Já a recomendação de com quanto tempo pode dar banho em filhote felino, é recomendado que seja após seis meses de vida. Qualquer dúvida, procure o médico-veterinário responsável pela saúde do seu pequeno.

### Cuidados com seu felino na hora do banho

Gatos tendem a ser ariscos neste momento, por isso, tenha calma. O primeiro contato com a água pode ser através de uma esponja ou uma toalha úmida, passando pelo corpo do felino cuidadosamente para que ele se acostume com a sensação;

A temperatura da água deve ser ambiente. Água quente faz mal e gelada também;

Utilize uma vasilha para jogar água no gato, sempre devagar e com carinho;

Não segure o seu gato pelo pescoço, nem utilize coleira de contenção para banhá-lo. Estas são práticas muito estressantes para o animal e podem causar acidentes graves, como enforcamento;

Apenas utilize produtos de higiene específicos para felinos;

Dê carinho caso ele demonstre estresse e interrompa o banho se não conseguir acalmá-lo;

Caso tudo corra bem, aproveite para escovar os pelos, limpar os ouvidos e aparar as unhas do pet. Peça orientação de um especialista, que pode mostrar a você como realizar todos os procedimentos da melhor forma,

Dica extra: nunca apare os bigodes do seu felino! Eles servem para orientação no ambiente e comunicação com outros animais de sua espécie.

Importante: nunca use seu secador de cabelo (nem em filhotes, nem em adultos!) para evitar a umidade entre os pelos do seu pet! Isso pode causar graves queimaduras na pele do animal, além de muito estresse. Para enxugar um cão ou um gato, opte por uma toalha macia e, se possível, aquecida.

### 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



Uma coisa é certa: a velhice chega. Que tal aproveitar a fase cuidando de si e respeitando o presente? A Simpatião entende que cada um está em uma fase de vida diferente.



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

54 3452 0655

Rua Atílio Pompermayer, 21, Botafogo

## Hall da fama



Puthiçu, do fotógrafo Hélio Alexandre, posa para o click

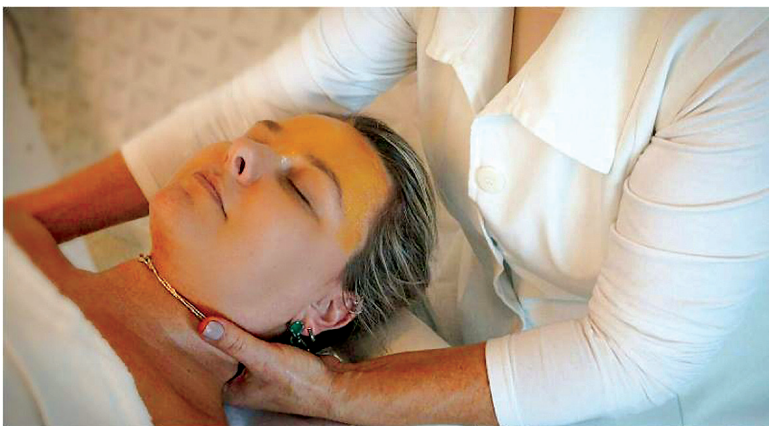




Cassiano Farina, baixista da Black Birds de Bento Gonçalves, recebeu o carinho da esposa Suani Campagnollo e dos filhos Murilo, Francisco e Valentim pelo seu aniversário em 21 de abril



A fotógrafa Carla Tonon recebeu na última terça-feira, 28 de abril os cumprimentos pelo seu aniversário



**marque**  
ainda hoje  
liberação  
miofascial

54 99987 7886

**Maria Bernadete**  
esteticista e massoterapeuta



A linda Eduarda Rauber à espera da Martina



Heitor André Tartaro está recebendo os cumprimentos pelo seu aniversário e o carinho de sua esposa Camila nesta sexta, 3 de maio