

Hype

A G O
2 0 2 4
Nº 82



ENTREVISTA

**João Sallomé é
músico, criador de
conteúdo e, acima
de tudo, pai da Malu**

NOVO x MADURO
**Pais compartilham
experiências da
paternidade em
diferentes idades**

SUCESSO DE VENDAS | OBRAS ACELERADAS

AUTHÓRIA
by tebas

3 E 4 SUÍTES
137 E 211 M²



PERSPECTIVA ILUSTRADA DA FACHADA

AUTHORIA

by tebas



LIVING

PERSPECTIVA ILUSTRADA DO TERRAÇO DO APTO. DE 4 SUÍTES

RUA ERNESTO RAPPA, 230 | JD. SANTA TERESA

11 97019.0061

mondo  tebas
VIVER COM QUALIDADE E ELEGÂNCIA

Authoria by Tebas - Incorporação registrada conforme R.O4, Matrícula 179.898, do 2º Oficial de Registro de Imóveis, Títulos e Documentos e Civil de Pessoas Jurídicas da Comarca de Jundiaí, em 18 de abril de 2023.

Dia dos Pais: celebrando o herói do cotidiano

No calendário, o Dia dos Pais é uma data marcada para celebrarmos e reconhecermos a importância de uma figura tão fundamental em nossas vidas. Mas, mais do que um simples marco anual, é uma oportunidade para refletirmos sobre o papel que os pais desempenham em nossa jornada, muitas vezes com coragem, dedicação e amor incondicional.

Este mês, nossa revista **HYPE** dedica uma edição especial a todos os pais – não apenas aos biológicos, mas também aos pais adotivos, aos avós que assumem o papel de pai, aos padrastos e a todos aqueles que, de maneira direta ou indireta, se dedicam a criar e a educar com generosidade e compromisso.

Em nossas páginas, você confere histórias de pais que vivenciaram a paternidade em diferentes fases da vida, uma entrevista com um exemplo de paizão, o João Sallomé, que registra e compartilha sua rotina com a filha de quase dois anos e ainda uma matéria que ressalta a importância dos

homens não deixarem a saúde de lado e se consultarem. Claro que dicas de presentes e receitas fáceis de preparar para - ou com - o pai não podem faltar.

O Dia dos Pais é, acima de tudo, uma celebração do amor e da presença. É um momento para reconhecer que, embora os pais possam não ser sempre heróis de grandes feitos, são, sem dúvida, os heróis das pequenas coisas – dos conselhos sábios, das tardes de brincadeiras, das palavras de encorajamento e dos gestos de carinho diário.

Boa leitura!



EXPEDIENTE – AGOSTO 2024

Diretora presidente
Sueli N. F. Muzaiel

Diretor vice-presidente
Tobias Muzaiel Junior

Editor-chefe
Mariana Meira
Edição / Revisão
Mariana Checoni
Edição de Arte
Sandro Mantovani

Publicidade
Dept. Comercial [11] 2136-6001
comercial@jj.com.br / www.jj.com.br

[jornaldejundiai](#) [/jornaldejundiai](#)

Hype é uma publicação do Jornal de Jundiaí Regional [Lauda Editora, Consultorias e Comunicações Ltda]
Rua Barão de Jundiaí, 1041 – sala 92 – Jundiaí – SP – CEP 13201-012

6

ENTREVISTA

João Sallomé: músico, criador de conteúdo e, acima de tudo, pai da Malu



10 NOVO X MADURO

Paternidade em diferentes fases da vida



13

LANÇAMENTOS

Confira dicas literárias

16

SAÚDE MASCULINA

Homens devem se tornar os protagonistas responsáveis pela própria saúde



20

JUVENTUDE

Mais de 20% de brasileiros sofrem com calvície precoce



26

DICAS

Presentes criativos



28

GOURMET

Receitas de carinho



33

TURISMO

Conheça Mendoza, na Argentina



João Sallomé: músico, criador de conteúdo e, acima de tudo, pai da Malu

O pai de 28 anos reúne quase um milhão de seguidores no Tik Tok e compartilha o dia a dia da família

POR MARIANA CHECONI

Pai é sinônimo de amor, segurança, confiança e carinho. Para uma menina, a primeira figura masculina e que deve ser exemplo de porto seguro e proteção. O músico João Sallomé, 28 anos, é exemplo de paternidade. Reúne mais de 970 mil seguidores no Tik Tok e mais de 420 mil no Instagram (@joaosallome), compartilhando sua rotina com a Malu, de quase 2 anos, reforçando esses valores e mostrando que 'ser pai' é estar presente todos os dias.

Mariana Checoni: Você é um homem jovem, sempre sonhou em ser pai?

João Sallomé: Eu sempre sonhei em ser pai. Desde mais novinho eu sempre me imaginei como pai. Eu tinha uma pasta de fotos, de coisas que eu via na internet, de coisas que eu queria para o meu futuro, viagens. E quando via uma foto bonita de um pai segurando o filho, eu salvava e colocava nessa pasta porque era um sonho que tinha muita von-



tade de viver. E principalmente um pai jovem. Eu sempre achei legal quem era pai jovem, estilosso. E eu sempre me imaginei assim. Eu acho que para algumas pessoas é diferente, são surpreendidas com a notícia de que vai virar pai. Mas, no meu coração sempre desejei muito isso. E fiquei feliz demais, muito realizada, obviamente, quando aconteceu.

MC: Tinha sonho do “pai de menina” ou pra você não importava?

JS: Eu nunca me imaginei pai de menina. Primeiramente porque lá em casa são só homens. Eu sou o mais velho de três irmãos. Então eu não tinha nenhuma experiência em ver uma menina crescendo, em educar uma menina, não sei se tem tanta diferença assim, mas eu não tinha essa referência. Eu sou o mais velho, então eu sempre ajudei meus pais a cuidarem dos meus irmãos. E quando me imaginava sendo pai, me imaginava com um menininho. Mas eu acredito muito que tudo que acontece na vida tem um propósito. Eu não esperava, não é que eu não desejava ser pai de menina, eu só não esperava, não me sentia ‘habilitado’ pra isso. E quando a notícia que seria a Malu veio, eu tomei um susto primeiramente. Eu senti o peso daquela responsabilidade de ser pai de menina, mas porque eu ainda não conhecia o prazer de ser um. Então, depois que a Malu chegou, eu fui entender o porquê tinha que ser ela. Hoje eu não me imagino tendo um menino no lugar dela. Eu acho que tinha que ser ela e Deus é perfeito em tudo, sim. Então,

eu curto isso ao máximo. Acho muito legal ser pai de menina. Hoje eu não consigo nem imaginar eu sendo pai de menino e, enfim, foi uma surpresa boa que a vida preparou para mim. E detalhe, quando minha esposa engravidou e a gente ainda não sabia o sexo do bebê, fomos em loja de brinquedos e eu ficava olhando aqueles brinquedos de bombeiro, carrinho. E hoje eu sou pai de menina ‘com carteirinha e tudo’. Eu sei cantar a música da Rapunzel inteira, a música da Moana, compro boneca pra ela, boneca que ela nem quer, mas que eu acho bonita, eu vou lá e compro. Então é legal demais, está sendo uma experiência muito legal.

MC: Quais valores você quer passar pra Malu que são inegociáveis para você e pra Mari [mãe da Malu]?

JS: Sobre os valores que são inegociáveis para a gente, que a gente cultiva aqui dentro de casa, primeiramente que família é a base. Eu acho que a família é onde você cria as raízes para depois crescer, frutificar para o mundo, então a família é a base e a gente precisa ter respeito com a família, então esse é o primeiro. Segundo, ter fé, fé em Deus, fé nos sonhos, não colocar limite para as coisas, saber que tudo é possível, assim, desde que esteja dentro do seu propósito de vida e que vai te fazer feliz, eu acho que tudo é possível. E o terceiro, não sei se é bem um valor, mas a gente tem criado a Malu para que ela cresça com “o norte”. Para que ela se entenda, se conheça, saiba quem ela é, tanto como indivíduo, quanto na fa-

mília, quanto no mundo, para que ela seja uma pessoa que vai fazer diferença, que vai fazer o bem pra todo mundo onde estiver. Acho que são os valores que a gente tem hoje.

MC: Atualmente, quais os maiores desafios em criar uma menina?

JC: Pra mim o maior desafio em criar uma menina é fazer com que ela entenda desde já que ela vai se tornar e que ela já é uma mulher forte. Hoje a gente sabe que o mundo não tá fácil pra ninguém, mas a gente entende que para as mulheres tem alguns pontos que pegam mais e eu penso muito nisso. Em ser essa proteção, eu e a Mari temos essa proteção, essa segurança pra Malu em certo ponto, mas ela saber que também precisa buscar o lugar dela, enfim, não colocar limites nos sonhos dela por ser mulher e que ela merece sempre o melhor. Eu sinto essa responsabilidade como pai de menina, de ser o primeiro homem que ela tem conhecido, tem tido como uma referência e eu coloco esse padrão lá em cima pra que ela quando cresça não se envolva com qualquer pessoa, não aceite qualquer coisa, sempre com muita humildade no coração, mas sabendo se posicionar. Saber o lugar que ela tem.

MC: Você acha que a internet influencia positivamente na rotina de vocês? Em algum momento teve medo da exposição?

JS: O medo da exposição existe na nossa vida, a gente tenta sempre buscar por privacidade mesmo se expondo, buscamos fazer de uma forma

ENTREVISTA



que mostre nosso dia a dia, mas não seja em tempo 100% real para privar pela segurança da Malu. Algumas coisas a gente não expõe em termos de opinião, de posicionamento, a gente impõe um limite até mesmo da criação da Malu, porque as pessoas assistindo a nossa vida elas se sentem no direi-

to de opinar. Em algumas coisas nós como pais, sentimos que muita gente dá opiniões que não nos faz bem, então pelo bem da Malu, para que ela cresça convivendo de forma saudável com a internet e para nossa estabilidade psicológica também, a gente tenta dosar tudo isso, mas de forma geral

eu posso dizer que a internet foi uma virada de chave na nossa vida. Através do trabalho com a internet, que eu tenho a disponibilidade de ficar 24 horas por dia em casa, juntamente com a Mari, criar a Malu em tudo, participar de tudo, ver cada conquista dela. A gente tem mais tempo como família. Vivemos o dia inteiro, nossa rotina é em família. Não existe eu ir no shopping e deixar as duas em casa, ou a Mari buscar Malu na escola e eu não. A gente faz tudo junto. E isso, eu tenho plena ciência de que aconteceu graças a internet, ao carinho das pessoas que nos acompanham, ao engajamento delas querendo participar de tudo, e é um processo muito legal porque envolve muita gente, muito aprendizado e a gente tem esse privilégio, temos ciência disso.

MC: Percebo que muita gente ainda acha que você é pai solo por conta dos vídeos. Isso te incomoda de alguma forma? Ou faz você sentir que está “cumprindo o papel de pai”?

JS: Sobre a questão das pessoas ainda perceberem, às vezes, como pai solo, eu acredito que seja por ser um posicionamento diferente do comum, do que as pessoas têm como normal. Primeiramente, um pai que participa, um pai que está presente o dia inteiro, e eu sei que pela realidade de muitos isso nem é possível, pelo trabalho e tudo mais. Mas isso já parte de um lugar que é o desconhecido. Aí um pai que além de estar presente ainda publica isso, faz conteúdo, isso que eu acho que é o mais

raro, então naturalmente as pessoas tendem a estranhar e tentar me colocar em alguma caixa que na maioria das vezes eu não faço parte. Então, eu posso dizer que é um total incômodo, até porque também minha esposa trabalha como criadora de conteúdo e ela também faz conteúdo de maternidade, então a gente tenta equilibrar. De eu fazer alguns vídeos, ela outros, a gente não consegue fazer com a família inteira, sabe? Mas eu acho que em casa a gente brinca com isso e tudo mais, tenta levar de forma leve. Acredito que a maior justificativa é por conta disso. Por causa dessa questão do desconhecido, do diferente e que na verdade deveria ser o normal. O meu sonho é que isso se torne a realidade do normal um dia. Um pai que é presente, um pai que tem prazer em participar e até de registrar tudo que acontece dentro de casa.

MC: Você é músico e compõe. Como surgiu a ideia pra música “Malu”?

JS: Então, a ideia da música que eu escrevi pra Malu veio do momento de insegurança mesmo, incerteza, eu estava vivendo a gravidez com uma pressão financeira absurda. Eu acredito que muitos homens se cobram por isso, quando descobrem que vão ser pais de família e têm aquela ideia, assim, bem tradicional de ser o cara que vai trazer o sustento. E muita gente quer desconstruir isso, mas eu enxergo isso de uma forma bonita, sabe, como lugar de preocupação, um papel que é tanto pro homem quanto pra mulher, de serem o sustento da

casa, de serem o cuidado também e de dividir tudo que acontece, todas as funções dentro de casa. Mas, naturalmente, veio na minha mente ‘eu não tô pronto pra isso, como vai ser?’ e todas aquelas incertezas foram traduzidas na música, que fala que por mais que eu tivesse minhas inseguranças, eu estava aqui pronto pra segurar ela nos meus braços e viver esse amor juntos assim. Então foi isso. A gente usa essa música para puxar a revelação. Na época a gente teve essa ideia e foi consequentemente o primeiro vídeo assim. As pessoas pediram para que eu compartilhasse a música nas plataformas digitais e eu fiz um vídeo para divulgar que eu estava subindo nas plataformas e o que eu não esperava era que esse vídeo fosse viralizar da noite para o dia. Literalmente, pois foi de madrugada que viralizou e no outro dia quando eu acordei estavam uns números astronômicos nas minhas redes sociais e desde então eu tenho tentado aproveitar e curtir tudo isso que eu acredito que foi um presente como pai e como profissional, músico. Não imaginava esse retorno todo da música, mas fico muito feliz.

MC: Você tem vontade de ser pai de novo?

JS: Sim, eu tenho muita vontade de ser pai de novo, sonho não só com filhos biológicos, mas também com adotivos. Desde antes da Malu, essa é uma conversa, uma pauta que a gente tem aqui em casa, nós somos apaixonados pela adoção, apaixonados pela paternidade e antes da Malu eu falava em quatro fi-

lhos, mas como não depende só de mim, a gente conheceu a realidade difícil, que é a parte gestacional, a amamentação e todos os perrengues que vem com o combo do filho, hoje a gente reduziu para dois biológicos e um adotivo, mas vamos viver. Eu e minha esposa só temos três anos de casados, quem sabe isso não muda, a gente chega nos quatro quem sabe, mas meu sonho é ter uma família grande, ter um motorhome, fazer trilha com os meninos, com o cachorro, vai ser legal demais.

MC: Pra terminar, se você pudesse deixar uma mensagem pra Malu do futuro ler, o que gostaria de falar pra ela?

JS: Filha, quando você nasceu eu estava tão nervoso com toda a situação, tão extasiado que a médica me pediu para te falar algo quando eu cortei o cordão umbilical e só saiu ‘seja feliz minha filha’, essa foi a frase e esse continua sendo o meu desejo, que você seja feliz, assim como você já é uma menina feliz, que você seja uma mulher feliz, enfim, espero que tudo que eu e sua mãe temos feito possa te impactar de forma positiva no futuro, te dar um norte do que você tem como missão para a sua vida e sobretudo que você seja feliz, que você não negocie sua fé, não negocie as coisas que você acredita, que você tenha seus sonhos e seja uma mulher forte, enfim, tudo o que você já é hoje, só que de forma mais intensa porque você vai crescer. Acho que o mundo tende a ficar cada vez mais difícil, mas você vai driblar isso muito bem, porque você é incrível e eu te amo muito.

Hype

Paternidade em diferentes fases da vida

Pais compartilham experiências e sentimentos em relação ao 'se tornarem pais' muito jovens e depois com uma idade maior

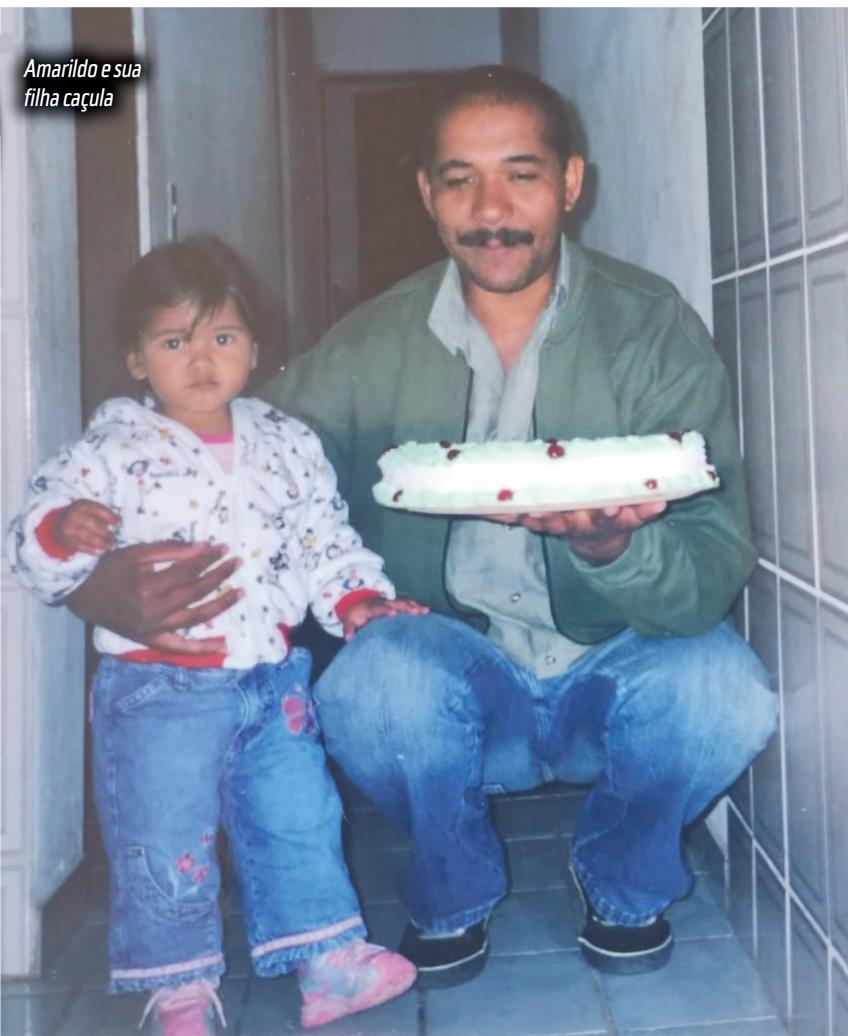
MARIANA CHECONI

Descobrir a vinda de um filho é sempre uma grande surpresa. Para a maioria, um misto de felicidade e medo da mudança que atinge a rotina do dia a dia. Contudo, será que o sentimento ao descobrir uma paternidade muito jovem e depois com uma idade mais 'avançada' é o mesmo?

Pais que tiveram o primeiro filho por volta dos 20 anos e depois outro perto dos 40 anos – ou até mais – contam sobre a experiência da paternidade em diferentes fases da vida.

O eletricista Amarildo Pereira Moura, hoje com 62 anos, é pai de 5 filhos. O primogênito veio aos 20 anos e o caçula aos 43. "Fui pai pela primeira vez aos 20 anos. Depois mais três vezes na faixa dos 20 também, aos 22, 24 e 27. E a última, a única planejada, aos 43 anos", conta.

Amarildo afirma que a paternidade é bem diferente aos 43 anos. "Acredito que a maior dificuldade em ser pai nessa idade é ter um recém-nascido com todas



decisão que melhor representa isso é eu ter decidido mudar de carreira para conseguir seguir a rotina dele [Diego é formado em engenharia, mas hoje é entregador]. Confesso que não me arrependo em momento algum em pausar a minha carreira para ver ele crescer e desfrutar cada segundo com ele", afirma.

Sobre ter uma idade certa para ser pai, o engenheiro acredita que os exemplos moldam os pais. "Meu pai no meu desenvolvimento sempre fez de tudo pela família, porém, isso o mantia distante e pela criação que meus avós deram a ele, dificilmente ele demonstrava afeto. Para me tornar o que sou hoje, cometí muitos erros e acertos nos longos desses 16 anos, o ponto de virada foi a depressão que adquiri em 2019, o que me fez repensar e mudar a forma que eu interagia com as pessoas e os meios de apresentar afeto. Ambientes familiares onde há demonstração de afeto e clareza nas ações, moldam pais mais conscientes, mesmo com a inexperiência e a ingenuidade que a idade proporciona. A idade nunca irá afetar a maturidade afetiva."

Para Diego, os sentimentos em relação à paternidade em diferentes idades são os mesmos, mas em intensidades e formas diferentes. "Sinto isso quando estou com os pais [na faixa dos 20 até a faixa dos 50] dos coleguinhas de sala do meu filho, sinto que todos amam seus filhos, mas cada um expressa de uma forma diferente: do mais reservado que apenas entra na sala, cumprimenta a professora e chama o filho para ir embora até a mim, que chego, sento na cadeirinha ao lado dele e ficamos brincando de massinha até sermos 'expulsos' da sala", conta.



28 ANOS DE DIFERENÇA

Claudionor Miranda Lima Filho hoje tem 46 anos e está à espera do terceiro filho. O primeiro e o segundo vieram quan-

do ele ainda era muito jovem, com 18 e 20 anos, respectivamente.

Ele descreve as paternidades de forma bem diferente aos 20 e aos 40 anos. "Com 20 anos as maiores difi-

NOVO X MADURO



Claudionor
com os
filhos mais
velhos

culdades são a falta de conhecimento sobre a paternidade, matrimônio e estrutura psicológica para suportar todas as situações que ocorreram no mesmo momento. Filhos, relacionamento com a namorada (mãe dos filhos), afastar-se dos amigos e a necessidade de assumir responsabilidades sobre outras pessoas e duas crianças. No meu caso, transferi a responsabilidade de educar os filhos aos avós, que ficaram mais tempo com as crianças, isso gerou uma grande frustração. Mas, em contrapartida, ser pai jovem proporciona experiências divertidas, pois todos já são adultos e temos um bom relacionamento, tornando os momentos mais gostosos, viagens, gostos alimentares e até as baladas conseguimos fazer juntos", conta.

Aos 46 anos, com uma gravidez planejada, Claudionor sente que a maior dificuldade é em relação ao tempo. "Diria que é mais medo em re-



lação ao tempo que vou ter com ela. Já as alegrias são muitas, curtir todos os momentos com mais tranquilidade e o tempo de qualidade passa a ser o mais importante. Passei a estar gestante com a minha esposa, tenho mais recursos intelectuais e psicológicos para dar suporte às necessidades dela durante a gestação. Com a minha filha (que irá nascer em agosto), a responsabilidade agora é da pessoa que eu irei educar para a sociedade, quais princípios devo

desenvolver nela, para ser uma boa pessoa, para que saiba lidar com as frustrações, e as dificuldades que possam surgir", revela.

O xxx acredita que não existe idade certa para ser pai, mas é preciso sentir que está preparado. "Precisa estar disposto a educar e viver uma nova vida. O sentimento também é diferente, hoje, muito mais leve, mais tranquilo, me sinto mais seguro na condição de pai", finaliza.

Hype

Dia dos Pais

MARIA CRISTINA CASTILHO DE ANDRADE *

Impossível escrever sobre o “Dia dos Pais” sem me referir ao nosso, de lembranças diariamente.

Nosso pai nos deu a oportunidade de brincar e com as brincadeiras, alimentou sonhos. Levou-nos ao circo, ao cinema, despertou-nos para gostar de Arte e de Literatura em especial. Incentivou-nos o máximo a estudar! Lembro-me que, na minha primeira nota vermelha no ginásio, returnei aos prantos. Ouve dele: “Nota vermelha não foi feita para cachorro”. Corrigia com mansidão.

Amava a Igreja e em especial Dom Joaquim, Dom Roberto e Padre Eugênio, que foram sopro de Deus em seus últimos dias.

Dentre suas músicas preferidas estavam as de Edith Piaf com Hymne A L'Amour e La Vie En Rose. Ouvi-as, desde menina, através dele, que tinha parte do coração em Paris, onde residiu com nossos avós. Ao ouvir “Hymne A L'Amour”, com a cantora canadense Celine Dion, na Torre Eiffel, na abertura das Olimpíadas, prossigo emocionada. Foi eleita, por muitos, como o melhor momento da abertura dos Jogos Olímpicos. Resgatou-me lembranças que habitam o lado de encantos do meu coração no qual me abri-gou nos dias cinzentos. Além disso, é ela exemplo do ir além, através

da resistência, insistência e à espera de um milagre. Em 2022, foi diagnosticada com condição neurológica conhecida como síndrome da pessoa rígida (SPR). A doença, autoimune, provoca rigidez muscular, causa dores agudas e afeta a mobilidade. Na época, afirmou que vive “um dia de cada vez”. Submete-se a terapia atlética, física e vocal cinco vezes por semana. Em 2024, encantou o mundo com sua performance. Não canso de vê-la e ouvi-la.

Voltando ao nosso pai, que possuía alma musical. Sem dúvida não era perfeito, pois quem não possui falhas, mas guardo, em meio a tantas coisas,

a sensibilidade dele. Nas tribulações, às vezes enormes, jamais renunciou à vida, à família e à fé. Viveu até o último instante no tempo de Deus.

Era da generosidade. Quantas vezes me deparei com ele pagando um café a egressos do sistema penitenciário, que ele ajudara, creio que na década de 40, comprando peças de cerâmica, quando a cadeia era no local do Fórum.

Alegrava-se bastante com pequenos acontecimentos. Para ele, até uma viagem a Louveira se transformava em excursão para comentar no dia seguinte.

A cada dia, diante de tantas situações tenebrosas que a mídia divulga ou me contam, agradeço ao Céu pelo respeito com que nos criou. O nosso corpo era terra sagrada para ele, que valorizava o pudor.

A última estrofe do Hino ao Amor de Edith Piaf é: “Quando enfim a vida terminar/ E de um sonho nada mais restar/ Num milagre supremo/ Deus fará no céu te encontrar”.

Pai de verdade, deixa nos filhos o desejo de no Céu depender-se com ele.

Feliz “Dia dos Pais” a todos que são assim, bem como a mães pais, a avós pais.

Hype

* Maria Cristina Castilho de Andrade é professora e cronista



ARQUIVO PESSOAL

Para os papais que gostam de ler

Além de ótimos presentes, os livros são capazes de criar memórias afetivas e complementar o momento de vida. Pensando nisso, a Revista Hype separou algumas dicas de lançamentos recentes do mundo da literatura.

O QUE FAZ VOCÊ TER CORAGEM PARA ENFRENTAR A VIDA?

Escrito por Carlos Reis Agni, “O Diário do Conflito” narra o encontro de duas mulheres com experiências distintas que buscam um sentido para a existência enquanto desafiam normas

Clara é uma mulher sensível e afetuosa que enfrenta uma depressão grave, mas tende a negligenciar os cuidados com a saúde mental. Já Maria Caballeros é uma ex-guerrilheira que participou do movimento de resistência contra a ditadura militar no Chile e tornou-se uma pessoa em situação de rua na capital paulistana. A vida das protagonistas de O Diário do Conflito segue cursos opostos e independentes até que elas se encontram na calçada em São Paulo e têm suas trajetórias transformadas de maneira drástica.

Escrita por Carlos Reis Agni, a obra aproxima a história de personagens que buscam, cada uma a sua maneira, um motivo para continuarem vivas. Idosa e depois de ter conhecido o abandono, a chilena sofre um sangramento e precisa ser internada. Comovida pela situação que acontece nas ruas do grande centro paulista, Clara se compromete em cuidar dela durante a internação. Mas o que parece apenas um ato de bondade vai se tornar uma trama complexa repleta de mistérios e crimes.

Os leitores imergem na narrativa a par-



tir de dois pontos de vista principais: o de Maria Caballeros, através de um diário sobre as violências do regime ditatorial e o improvável surgimento do amor diante de uma realidade adversa; e o de Clara, que reflete sobre a própria maneira de ver o mundo ao ler os escritos da ex-guerrilheira. Entretanto, é o terceiro narrador que adiciona mais suspense à obra: Kailã é um ambientalista apaixonado pela bióloga Janete Mendes, uma mulher disposta a cometer qualquer delito para defender o meio ambiente.

Seria bom que as horas não tivessem passado, pois algo que jamais sairá das nossas memórias envolveu os nossos sentimentos. Chego a confessar que faria tudo outra vez. Morreria quantas vezes fossem necessárias para viver a vida de forma verdadeira, sem arrependimentos, pois, apesar de tudo,

foi no meio de um conflito, na total instabilidade de nossas vidas, que descobrimos o amor. (O Diário do Conflito, p. 58)

Os quatro personagens estão unidos por meio de um fio condutor envolvendo diferentes linhas do tempo, apagamentos históricos, violações de leis e negligência de transtornos mentais. Com enigmas resolvidos apenas nas últimas páginas, O Diário do Conflito conta com um enredo dedicado aos apaixonados por encontrar respostas para incógnitas aparentemente sem solução.

Mas o livro de Carlos Reis Agni extrapola a aventura e o suspense, porque discorre sobre valores essenciais da existência humana. A busca por um sentido maior para o cotidiano, a importância de lutar para uma causa e a necessidade de continuar enfrentando os conflitos diários estão presentes entre as páginas. Assim o autor propõe um questionamento: “o que você faz para dar sentido à vida e para viver por aquilo que acredita?”.

O Diário do Conflito faz parte de projeto literário que adapta as obras do autor para a versão digital e conta com apoio da Lei Paulo Gustavo, por meio do Governo do Estado da Bahia e Governo Federal.

FICHA TÉCNICA

Título: O Diário do Conflito

Autor: Carlos Reis Agni - **ASIN:** B0D8WVL8XY

Páginas: 327 - **Preço:** R\$ 24,90 (e-book)

Onde comprar: Amazon

IMPOSTORA: YELLOWFACE

Sinopse: Da autora de *A Guerra da Papoula e Babel*, um thriller ácido e certeiro sobre apropriação cultural, racismo e as mazelas do mercado editorial.

As escritoras June Hayward e Athena Liu se formaram em Yale e publicaram seus romances de estreia na mesma época. Tudo indicava que chegariam juntas ao estrelato, mas, pouco depois da graduação, Athena começou a colher louros literários, enquanto June recebeu apenas migalhas de reconhecimento. Afinal, ninguém aguenta mais ler histórias de mulheres brancas – ao menos é o que June pensa.

Quando Athena morre em um estranho incidente, June decide que chegou seu momento de brilhar. Por impulso, ela rouba o manuscrito do novo livro da amiga, uma obra experimental

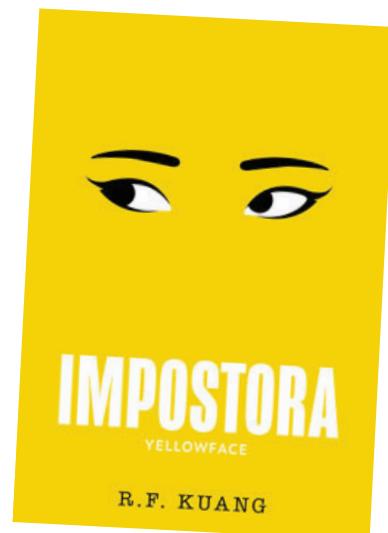
sobre a relevância dos trabalhadores chineses durante a Primeira Guerra Mundial.

O texto é brilhante. June recebe uma proposta de publicação de sua editora, que sugere um reposicionamento de mercado. E se ela passasse a usar um nome ambíguo, como Juniper Song? June aceita, pois se uma história é boa, precisa ser contada. E as listas de mais vendidos a fazem acreditar que está no caminho certo.

Mas alguém parece saber que a obra-prima de Athena Liu foi roubada, e debates sobre plágio e identidade racial ganham as redes sociais. June então percebe que não poderá escapar desse fantasma para sempre. Do que ela será capaz para proteger o sucesso que acredita merecer?

Formato(s) de venda: livro e-book

Tradução: Yonghui Qio



Páginas: 352

Gênero: Ficção Literária, Thriller, Suspense e Mistério

Formato: 14 x 21 x 2 cm

ISBN: 978-85-510-1007-5

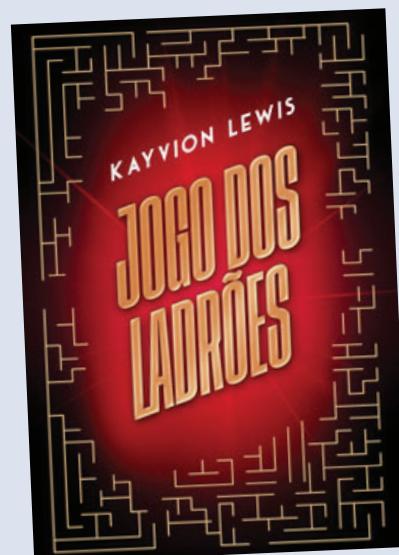
E-ISBN: 978-85-510-1008-2

JOGO DOS LADRÕES

No Jogo dos Ladrões, só os melhores podem entrar. Mas apenas um vai vencer

Há gerações a família Quest lidera o mercado de roubos milionários, mas Rosalyn Quest está cansada de se sentir solitária entre uma missão e outra. A jovem quer ir para a faculdade e fazer amigos como uma adolescente comum, e por isso trama um plano para fugir de casa. Porém, no dia da fuga, sua mãe é sequestrada.

Desesperada, a garota procura ajuda para pagar o resgate, mas nada dá certo: o valor é alto demais e ninguém quer se envolver. Ou ela arranja o dinheiro, ou a mãe morre. Correndo contra o tempo e sem alternativa, Ross aceita entrar para o Jogo dos Ladrões, uma competição perigosa e mortal que premia o melhor la-



drão de elite com um desejo – que pode ser qualquer coisa no mundo.

Ross não vai medir esforços para ganhar o jogo e salvar a vida da mãe. Só que as coisas ficam ainda mais complicadas

quando, entre os adversários, estão sua arqui-inimiga de infância, Noelia Boschert, e Devroe Kenzie, um garoto charmoso que mexe com seu coração.

Em meio a embates espetaculares, esquemas implacáveis e assaltos a museus, Ross vai perceber que, às vezes, alianças são necessárias. Mas será que dá para confiar em um ladrão? E quem será a misteriosa organização por trás da competição?

Formato(s) de venda: livro e-book

Tradução: Carlos César da Silva

Páginas: 384

Gênero: Thriller, Suspense e Mistério

Formato: 14 x 21 x 2,1 cm

ISBN: 978-85-510-1005-1

E-ISBN: 978-85-510-1004-4

Homens devem se tornar os protagonistas responsáveis pela própria saúde

POR: HOSPITAL SÃO VICENTE

Uma pesquisa realizada em 2023 pela Sociedade Brasileira de Urologia (SBU), viabilizada pelo Laboratório Adium, apontou que 46% dos homens acima de 40 anos só vão ao médico quando apresentam algum sintoma ou incômodo. Esse número sobe para 58% entre os brasileiros que utilizam apenas os serviços do Sistema Único de Saúde (SUS).

De acordo com o urologista do Hospital de Caridade São Vicente de Paulo (HSV), Daniel Beltrame Ferreira, o fato de os homens irem menos ao médico está ligado à questões culturais. "Historicamente, somos frutos de uma sociedade patriarcal e o preconceito, o medo e a negligência têm influência sobre o comportamento da população masculina. Durante muito tempo, os homens acreditavam que não adoeçiam, que eram mais fortes, invulneráveis e não podiam demonstrar sinais de fraqueza. Esse tipo de pensamento certamente passou a atrapalhar os cuidados com a saúde", aponta.

Recentemente, um levantamento do Centro de Referência em Saúde do Homem de São Paulo mostrou que

É importante conscientizar a população masculina sobre idas regulares ao médico

70% dos homens que procuram um consultório médico só o fazem por influência da esposa ou de filhos. Um dado preocupante é que mais da metade desses pacientes adiaram a ida ao médico o máximo possível, até serem atendidos e diagnosticados com doenças em estágio avançado. "Apesar dos avanços no cuidado da saúde masculina, ainda temos muito o que investir em conscientização, informação e políticas públicas relacionadas ao tema", indica o urologista.

Beltrame afirma que 75% das doenças que afetam a população masculina estão concentradas em cinco grandes áreas: cardiologia, urologia, saúde mental, gastroenterologia

e pneumologia. Segundo o médico, o urologista deve estar presente na vida do homem em todas as idades, da criança à pessoa idosa.

ACOMPANHAMENTO COM UROLOGISTA NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

Engana-se quem pensa que o acompanhamento com o médico da especialidade de urologia inicia apenas na vida adulta. "Existem muitas razões pelas quais o acompanhamento é importante. Na infância, podemos citar os problemas relacionados à fimose, infecções de urina, enurese (perda de urina durante à noite), criptorquidia (ausência de um dos testículos na bolsa testicular) e alterações genitais ou congênitas. Já na adolescência, é importante visitar o urologista para orientações e esclarecimento de dúvidas sobre a sexualidade, prevenção de infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) e gravidez indesejada, orientações sobre a vacinação contra o HPV, avaliação de fimose, varicocele (varizes testiculares) e acompanhamento do desenvolvimento e puberdade", explica o urologista do Hospital São Vicente.



ACOMPANHAMENTO COM UROLOGISTA NA VIDA ADULTA

Para homens a partir dos 45 anos, iniciam-se as preocupações com a hiperplasia prostática benigna – HPB (aumento benigno da próstata) e com o câncer de próstata, além de problemas como os cálculos do trato urinário, outros tipos de tumores, disfunção erétil e distúrbios hormonais.

A HPB pode acometer até 50% dos homens acima dos 50 anos, alterando a qualidade miccional e de vida. Já o câncer de próstata é o segundo tumor mais comum entre os homens, com estimativa de 72 mil novos casos por ano no próximo triênio, segundo dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA). A sua incidência aumenta com a idade, acometendo 1 a cada 9 homens ao longo da vida.

O diagnóstico precoce do câncer de próstata depende do rastreamento e das medidas de prevenção. A Sociedade Brasileira de Urologia (SBU) recomenda que os homens a partir de 50 anos devem procurar o médico urologista para avaliação individualizada pelo menos uma vez ao ano. Essa avaliação deve se iniciar ainda mais cedo, aos 45 anos, se observados casos da doença em parentes de primeiro grau e em homens afrodescendentes.

CONSCIENTIZAÇÃO E CONSULTAS DE ROTINA SÃO A CHAVE PARA UMA VIDA MELHOR

Beltrame reforça que a principal maneira de contornar o cenário atual, fazendo com que os homens se dediquem mais aos cuidados com a saúde e

façam acompanhamento médico (não só com o urologista, mas também com outras especialidades), é o acesso à informação e a conscientização.

“Da mesma forma que as meninas são levadas desde cedo ao ginecologista, os homens devem estar habituados com as visitas regulares aos médicos e ao urologista. As orientações devem focar em mudanças de estilo e hábitos de vida, centradas em medidas preventivas, avaliações médicas de rotina, boa alimentação, atividade física, saúde mental, medidas de proteção e cuidados, além de consciência corporal, aumentando a atenção aos sinais e sintomas do corpo. Trata-se de uma mudança de paradigma, colocando o homem como protagonista e responsável pela sua saúde”, afirma o urologista do HSV.

Hype

O Pai dentro de você

— “Eu não tenho pai” — disse ela, encolhida na cadeira, com ombros levantados e braços colados no corpo. O olhar baixou seguindo o sutil movimento da cabeça para frente, escondendo o queixo e tentando dissimular as lágrimas que começavam a descer pelas maçãs do rosto, lisas como porcelana, uniformes e impecáveis como que desenhadas de maquiagem, que não tardaria a borrar.

Estava sentada bem na minha frente, quase se escondendo atrás da mesa do meu consultório. Era uma “jovem” de meia-idade, a quem todos achariam ser bem resolvida na vida, com família e uma carreira, mas naquele exato momento, na minha frente se apresentava uma adolescente, mal saída da infância, sentindo-se abandonada e um pouco rejeitada.

Essa condição doía. Ela começara a sentir uma tensão no pescoço que descia pelos braços, principalmente o esquerdo. Passou por cardiologista, ortopedista e reumatologista para conseguir um diagnóstico de fibromialgia, uma prescrição, suplementos e um encaminhamento para mim. Tinha melhorado, mas a dor persistia.

Sei, pela minha especialidade, que a energia, quando parada nos canais espalhados pelos tendões e músculos, provoca a sensação de dor. Durante minha consulta percebi que ela tinha problemas relacionais, em vários níveis. Do româ-

tico à amizade, ela lidava com traições e evitava cada vez mais o contato com esse mundo que só lhe feria.

Algo me disse que ela precisava encontrar dentro dela a força que a impelia a continuar em frente, apesar das dificuldades. Aquela garra. A vontade da superação que faz todo o sistema caminhar e se expandir. Responsável por isso é a potência yang, mais masculina, que chega até nós pela nossa linhagem paterna e por isso eu soltei um “Acha que seu pai queria te ver assim, acanhada para a vida?” — logo antes do choro trazer à tona os sentimentos de dor e culpa.

— “Olha, acho que essa não é bem a verdade toda” — disse eu, depois de dar às lágrimas o palco que elas pediam — “Estudei um bocado de medicina e sei que dentro do núcleo de cada uma das suas células têm 46 cromossomos, metade deles vieram da sra. sua mãe, mas a outra metade...” — um fungar do nariz precedeu o olhar que se ergue curioso da criança interior atentando-se para a minha fala. Devagar ela se desvencilhou da postura vencida que assumira naquele momento.

— “... A outra metade certamente veio do seu pai” — continuei e sorri discreto olhando fundo naqueles olhos marejados — “todo mundo tem pai, amiga”.

Outra pausa para o silêncio e segui falando: “Claro, nem sempre o nosso pai é





aquilo que achávamos que deveríamos ter ou é até mesmo o oposto da expectativa. Tem gente, imagina, que nunca conheceu o pai, como em casos de verdadeiro abandono ou mesmo violência, mas, acredite em mim, mesmo aí, estará a energia do pai, escrita em cada célula do seu corpo. Ela nos é entregue por um portador, independentemente se gostamos dele ou não, o admiramos ou mesmo se o conhecemos. Honrar a energia paternal é simplesmente tomá-la para expandir a nossa vida e protegê-la".

Não é nada fácil ouvir tudo isso, eu tenho plena consciência.

Somos todos viventes imersos em uma cultura patriarcal, onde a energia masculina frequentemente se encontra imatura e insegura (por vezes doentia e violenta). Reconheço então, que nossas experiências com ela por vezes são traumatizantes e com grande tendência de replicarmos esse medo e dor nas nossas outras relações.

No entanto, a única força que pode cortar esse ciclo e colocar "ordem na casa" tem sua raiz na potência paternal que expande a energia da vida, mas também a delimita e a estrutura, deixando claro quem somos nós.

"Eu mesmo" - continuei falando para exemplificar -" tinha a tendência de ser afável com todas as pessoas com as quais já me relatei na vida, por vezes ignorando o fato de que algumas delas nem tinham afinidade comigo, negligenciaram meus sentimentos ou até me desrespeitaram. Levou tempo para que aceitasse o meu potencial e então percebesse que o esforço feito para ficar disponível nestas relações deveria ser direcionado para o cuidado com minhas próprias fe-

ridas emocionais e deixar essa gente livre para ir embora do meu convívio".

Isso é cuidar do amor-próprio com a firmeza de decisão e a proteção da energia paternal.

_ "Sabe como você pode mostrar que é merecedora da força de todos os seus ancestrais masculinos: seu pai, seus dois avôs, quatro bisavôs... assim vai?" - perguntei eu.

_ "Como?" - respondeu ela, já com voz mais viva; estava com a energia começando a se movimentar.

_ "Mostre que você 'se vira'! Sabe como um pai faz para ensinar o filho a nadar? Ele o põe dentro da água! Fica perto para o socorro, mas não o poupa das experiências! O medo de se machucar não pode superar o ímpeto de viver! Quer a melhor proteção contra a traição, rejeição e o abandono? Seja autônoma o suficiente para levantar-se e seguir seu caminho pois está em um lugar que não lhe merece!".

Acredito que, neste momento, entrei para ela um recado paternal, de força e coragem, da qual todos compactuamos. Caso o pai dela não teve, de fato, a chance de mostrar essa lição a ela, então eu estava ali prestando um serviço a mais de um paciente.

Neste Dia dos Pais, aconselho que cumprimente o seu pai que está fora de você e que se sente em silêncio, para uma conversa com o pai que está (e sempre estará) dentro de você.

Hype

Dr. Alexandre Martin
é médico especialista em acupuntura, com formação em medicina chinesa e osteopatia, articulista do Jornal de Jundiaí e pai há 16 anos.

Mais de 20% de brasileiros sofrem com calvície precoce

RAFAELA SILVA FERREIRA

A calvície, antes considerada um problema exclusivo da idade avançada, está se tornando cada vez mais comum entre os jovens, que vêm enfrentando a perda de cabelo de forma precoce, o que pode ter um impacto significativo na autoestima e qualidade de vida. Segundo estudo atribuído à Sociedade Brasileira do Cabelo (SBC), aproximadamente 25% dos jovens entre 20 e 25 anos apresentam algum grau de calvície, de um total de 42 milhões de brasileiros que sofrem com o problema. Também conhecida como alopecia androgenética, a calvície é a perda progressiva de cabelo do couro cabeludo, que geralmente segue um padrão específico, como a retração da linha capilar e o afinamento do cabelo na coroa e nas têmporas. Essa con-



dição é influenciada, principalmente, por fatores genéticos e hormonais. Nos homens, é comum começar com uma linha de cabelo em recuo e afinamento no topo da cabeça, enquanto nas mulheres, geralmente se manifesta como um afinamento difuso do cabelo. Já a calvície precoce refere-se ao início da perda de cabelo em uma idade mais jovem do que o usual. Normalmente, a calvície começa a se manifestar nos homens após os 30 anos e nas mulheres após os 40 anos. No entanto, quando

uma pessoa começa a experimentar perda de cabelo significativa na adolescência ou nos vinte e poucos anos, isso é considerado um problema. A dermatologista Valéria Campos, 56 anos, explica que a principal causa de calvície precoce é o estresse. "As mulheres não eram acometidas pela condição, por exemplo. Mas, atualmente, estamos percebendo um aumento de casos. Em relação aos homens, o estresse colabora para a perda de cabelos, mas a causa genética é muito mais forte." Questionada sobre as soluções para a calvície, a dermatologista comenta que o implante capilar deve ser a última recomendação. "A pessoa deve, primeiramente, reavaliar suas condições de vida. Uma boa alimentação, começar a praticar meditação e observar esses profissionais de yoga e outras práticas." Além disso, Valéria comenta que as mulheres brasileiras possuem o costume de realizar alisamentos no cabelo, o que acaba danificando a saúde



capilar. Noites mal dormidas, estilo de vida e alimentação são as principais causas para o desenvolvimento de uma calvície precoce. No entanto, o excesso de vitamina A também pode provocar queda capilar. "Por isso é importante o acompanhamento médico", ressalta. O tratamento a laser para a calvície, conhecido como terapia a laser de baixa intensidade (LLLT, na sigla em inglês), é uma opção não invasiva para promover o crescimento capilar e retardar a perda de cabelo. Este tratamento utiliza dispositivos que emitem luz laser de baixa intensidade para estimular os folículos capilares e melhorar a circulação sanguínea no couro cabeludo. Já o microagulhamento, também conhecido como terapia de indução de colágeno, é um tratamento que utiliza pequenas agulhas para criar microperfurações na pele do couro cabeludo, conforme cita a dermatologista.

CASOS

Lucas Gibrail, empresário de 29 anos, começou a notar a queda de cabelo aos 24 anos. 'Com 24, comecei

a perceber a queda de cabelo e algumas falhas, principalmente quando molhava ou ventava muito, aparecia o couro cabeludo', relata. Sentindo-se incomodado com a situação, ele optou por realizar um implante capilar aos 26 anos. Antes do procedimento, Lucas passou por uma série de exames e tomou medicamentos manipulados para preparar seu corpo para o procedimento. Após o implante, Lucas seguiu um rigoroso regime de cuidados. "Após o procedimento, tomo manipulados diariamente e a cada 45 dias faço aplicação de vitaminas para estimular o crescimento", explica. Ele descreve o procedimento como tranquilo e sem dor, embora ressalte que a recuperação é a parte mais desafiadora. "O pior é a recuperação após a cirurgia, tem que ter vários cuidados, não tomar sol, principalmente, porque pode inchar a cabeça." Apesar das dificuldades, Lucas está satisfeito com os resultados. "Melhorou bastante de como era e ficou bem natural, quem não conhecia antes não fala que tem implante", conclui, aliviado com sua aparência. 

Um pai em busca do filho em um marco do cinema

RAFAEL AMARAL *

No cinema, a melhor representação do que é ser um pai pode ser vista em “Desaparecido: Um Grande Mistério” - a rivalizar com “O Garoto”, de Charles Chaplin, e “Ladrões de Bicicleta”, de Vittorio De Sica. Como o diretor Costa-Gavras conseguiu tal feito? Primeiro, vale observar que os personagens de pai e filho nunca se encontram em cena. Não há qualquer flashback para nos mostrar como eles viviam, algum momento feliz de um passado distante. E não há uma identificação direta entre os dois: conhecemos primeiro o filho, um escritor politicamente à esquerda vivendo no Chile que acaba de sofrer um golpe de Estado, em 1973; depois o pai, o empresário americano que fala das vantagens da liberdade americana e vai para o Chi-

le atrás do filho, após o mesmo desaparecer em circunstâncias estranhas.

É um filme político, como são os melhores filmes de Costa-Gavras. Uma história humana, também, na qual as relações entre pessoas - próximas ou a distância - suplantam um possível panfleto de um cineasta inegavelmente à esquerda. Em trabalhos anteriores, Costa-Gavras podia ser mais frio sem ser menos dramático, podia mesmo lançar mão de malabarismos narrativos em contato com o gênero policial sem perder de vista o conteúdo da denúncia em obras extraordinárias como “Z”, “A Confissão” e “Estado de Sítio”.

Em “Desaparecido”, o pai precisará mudar. Durante sua passagem pelo Chile, de cara com as ações militares alavancadas com apoio americano, perante uma guerra travada nas ruas entre soldados e gente comum, ele entenderá como

sua nação transforma outros países no próprio quintal - sem sujar as mãos em público. Logo ele, o americano tranquilo que tinha motivos para ver vantagens no sistema em que cresceu; logo ele, cujo filho quis viver outra realidade em um país diferente, antes que um golpe de estado mudasse a vida das pessoas que estavam por ali - como mudou, em 1964, no Brasil.

A mudança do pai é sutil, dada aos poucos, e acaba por ser a melhor arma política vindia do roteiro que Costa-Gavras escreveu com Donald E. Stewart, do livro “Missing”, de Thomas Hauser. A história é real. Ao chegar ao Chile, Ed Hormann faz o que qualquer pessoa desinformada faria naquela situação: procura ajuda na Embaixada Americana em Santiago. Os funcionários - entre eles o embaixador - dão-lhe atenção, demonstram interesse em ajudá-lo. Sua





nora, Beth (Sissy Spacek), desesperada com o sumiço do marido, junta-se a Ed e, diferente deste, tem, desde cedo, motivos para desconfiar dos americanos.

Não demora para que sogro e nora vejam-se sozinhos, de um lado para o outro, em um quase labirinto de respostas vazias e pistas plantadas - e o roteiro, em outra amostra de grande habilidade, não deixa de explorar as diferenças entre o homem mais velho, conservador, e a mulher de seu filho. Esse confronto de gerações permite que enxerguemos o desaparecido Charles (John Shea) ainda melhor: se o pai é, inegavelmente, produto do entusiasmo econômico na esteira da Segunda Guerra Mundial, o filho revela-se fruto das desilusões da era da contracultura, do Vietnã, tão perto do vexame de Watergate.

Ao enxergar a verdade, Ed enxerga pelos olhos dos mais novos. Não que ele mude por completo e, ao fim, seja o oposto. Ele apenas amplia seu campo de visão ao pisar em terreno minado na América do Sul e se deparar com um jogo de interesses que tem a ver com a preservação de um estilo de vida [americano], o que nos leva de novo à política. Um dos homens da embaixada é claro ao dizer que os americanos querem manter suas empresas operando no Chile e, de forma indireta, confessa o motivo por trás do apoio ao golpe de estado que tirou Salvador Allende do poder em 11 de setembro de 1973.

Como Ed, Jack Lemmon tem uma atuação memorável. Sabe como ser durão sem perder o controle, sem se desesperar por completo, e utiliza as lágrimas - como no momento em que fala no microfone



do estádio que serve de cadeia ao sistema repressivo de Pinochet - para que uma poderosa mensagem seja alcançada: para além dos contrastes, aquela é a expressão de um pai que quer apenas encontrar o filho entre uma multidão de anônimos.

O Chile no qual o pai põe os pés não é o mesmo Chile que o filho viveu. O visual pálido dado pela fotografia do Ricardo Aronovich, somado à melancólica música de Vangelis, tem dupla função: não trata só de revelar o espaço tomado por militares, mas também de nos apresentar o interior das personagens centrais. Em diferentes passagens, tiros são ouvidos do lado de fora, helicópteros cruzam os céus, jipes percorrem as ruas com homens armados. Na cena mais famosa do filme, um veículo persegue um cavalo branco durante a madrugada. Para o crítico Luiz Carlos Merten, nessa cena "ficamos no limiar do sonho e da realidade", em referência à testemunha Beth, que vê a imagem após acordar, momento em que dormia escondida, na rua, por causa do toque de recolher. Segundo Merten, a cena "toca a essência da crítica de Costa-Gavras ao

pinochetação: culto da irracionalidade e da violência, tentativa de destruição do mito [cavalo, potência, liberdade] no inconsciente coletivo" (2004, p. 175).

Todas as personagens tornam-se impotentes nesse cenário. O inimigo nunca é totalmente mostrado. Costa-Gavras, em certa medida, deixa-nos no escuro, na incerteza. O regime de repressão com o qual nos deparamos é o mal em estado puro, a natureza destrutiva dos homens, mais do que gestos de poder a mando da política. Isso explica o motivo do cineasta ter incluído a sequência do terremoto, quando os hóspedes do hotel - Ed e Beth entre eles - correm para seu saguão. No entanto, o pior está lá fora. Basta estar do lado de fora para ser alvejado. Basta estar vivo para ser atingido pelo "terremoto" causado pelos homens de farda e patrocinado pelos americanos. Os hóspedes escolhem ficar no saguão.

Hype

Referencial bibliográfico:

MERTEN, Luiz Carlos. Um Sonho de Cinema. Porto Alegre: EDUNISC, 2004.

Rafael Amaral é crítico de cinema e jornalista; escreve em palavrasdecinema.com

PATERNIDADE: uma vocação!

POR RAFAEL PORCARI*

Quando não se tem filhos, a noção de “o que é ser pai” é um pouco vaga. Meio romântica, meio assustadora, talvez um pouco sem a real noção. Mas quando a paternidade bate à sua porta de verdade... tudo se transforma!

Foi assim comigo! Tenho duas maravilhosas filhas, a Marina [que completou 15 anos] e a Maria Estela [que fez 7]. Elas mudaram a minha vida profissional e pessoal.

Vamos lá: o ano era 2009! Eu estava na minha fase workaholic: lecionava numa grande universidade da Capital, administrava meu posto de combustível em Jundiaí e rodava o Brasil apitando futebol profissional [pois é: quando você não tem filhos, consegue ter até 3 profissões: professor, comerciante e árbitro de futebol].

Quando soube que minha Marininha iria vir ao mundo, tudo mudou! A expectativa pela novidade, a ansiedade para que tudo ocorresse bem e o maior dos medos: eu seria ou não um bom pai? Pois não é que a sapequinha foi nascer justamente em um dia em que eu estava escalado para um Corinthians x Palmeiras? Ah, eu não tive dúvida: como todo sonho de um juiz de futebol paulista é trabalhar num Derby [eu seria 4º árbitro nesse jogo, ocorrido em Presidente Prudente, onde

Ronaldo Fenômeno se notabilizou por derrubar o alambrado na comemoração de gol], pensei: o jogo seria um sonho, mas minha filha é a realidade! Pedi dispensa e fiquei esperando ela chegar ao nosso planetinha. Evaleu a pena!



Uma menina incrível, doce e companheira. A Marina, pelo esporte, tornou-se apegada a mim. Pedalávamos juntos, arrumávamos meus equipamentos de futebol em conjunto e, em tudo, estava comigo. Até que bateu uma nova preocupação: por que estar fora de casa aos sábados e/ou domingos, viajando e me ausentando até dois dias, e não ter a sua presença?

Pendurei o apito. E por ela... também valeu a pena! Como o Papai do Céu foi muito generoso, acabei me tornando comentarista de arbitragem da Rádio Difusora [não precisando ficar tanto tempo fora de casa e a distâncias não tão grandes]. Olhe aí a minha Marina na cabine do Estádio Jayme Cintra, torcendo para o nosso querido Paulista FC!



Pois bem, os anos se passaram e... não é que a Dona Cegonha pousou em nosso lar uma segunda vez? Nasceu prematuramente a nossa Maria Estela. Eveio “guerreira”: prematura, ficou um mês na UTI Neo Natal até vir para casa. E como a irmã mais velha, ela também se tornou uma doce garotinha amável.



Desde novinha, ela adorava revirar minhas coisas de arbitragem. Dizia que era “torcedora do Papai”. Olhe aí que foto sensacional:



Para onde eu ia, ela queria estar junto. Minha companheirinha (mais uma). E aí a preocupação em ser duas vezes pai, mas ser sempre presente, bateu mais forte. Abri mão das minhas aulas na Universidade naquele período, pois queria exercer a paternidade da maneira mais honrosa que existe: estando no dia-a-dia delas, educando, brincando e amando-as. E não é que a minha Estelinha pegou gosto pelo futebol também?



O esporte sempre esteve presente nas nossas brincadeiras: andar de bicicleta, correr sem compromisso (a Pista de Atletismo do Bolão é testemunha de nós) ou qualquer outra atividade física,

nos uniu como família. E nessa condição de pai participativo, descobri que de todas as profissões que eu exercia, nenhuma valia mais do que a minha verdadeira vocação: a paternidade!



Estar presente nas alegrias e nos momentos de choro, ensinar as primeiras letras e, quando necessário, chamar a atenção pelos comportamentos indevidos, faz parte do cotidiano de um pai. AMO viver isso, e vou cuidar delas o máximo que puder, até ganharem asas. Mas quando voarem, saberão que o ninho ainda está à disposição delas, com o pai torcendo para que cresçam em tamanho, beleza e sabedoria.

Esses rostinhos dizem muita coisa, né? Vejam só:

A paternidade não é um estado, é um sentimento e uma condição que não se deve abrir mão!

Hype

Rafael Porcari é professor universitário e ex-arbitro profissional (rafaelporcari@gmail.com)



PRESENTES CRIATIVOS

Embora os pais saibam que o melhor presente é a vida dos filhos, um mimo nesta data especial faz toda a diferença. Confira algumas dicas de presentes criativos para acertar na escolha

PATINETE ELÉTRICO SCOOTER PRO 2024

Uma solução de mobilidade eficiente e sustentável que se destaca pela combinação de desempenho robusto e autonomia excepcional. Projetado para acomodar uma variedade de usuários, este patinete suporta até 110kg, proporcionando robustez e confiabilidade em cada viagem. Oferece uma distância média de 28 km com uma única carga. Experimente a liberdade de explorar a cidade sem se preocupar com a autonomia. O patinete elétrico conta com um sistema de freios eficiente para proporcionar paradas rápidas e seguras, garantindo tranquilidade durante todo o percurso.

Preço: R\$ 2.899



RELÓGIO MINIMALISTA SAINT GERMAIN

Relógio preto com pulseira de couro Murray Full Black e 40mm de diâmetro. O design minimalista do Murray com um mostrador preto e com a pulseira preta é uma combinação clássica e elegante que se adapta a todos os pulsos..

Preço: R\$ 149,90



COFFEE ADDICTIVE 100ML

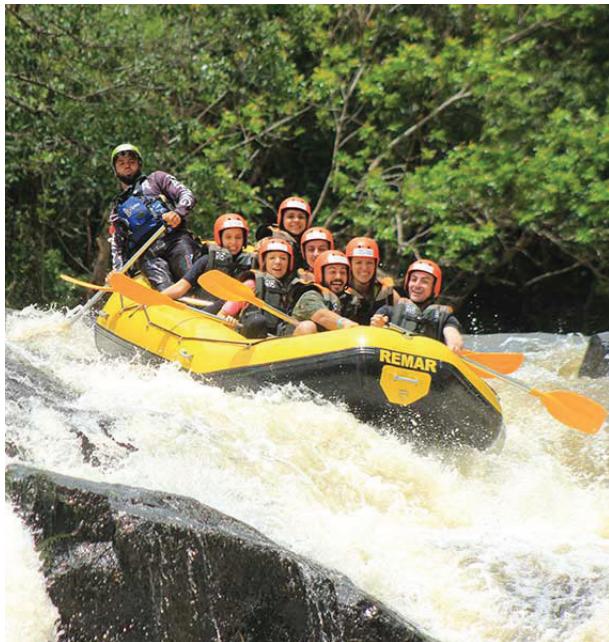
Coffee acredita que a vida a dois deve ser gostosa e viciante como o café, por isso se inspirou na sensualidade e irreverência de uma noite festiva para criar Coffee Addictive oriental Aromático Desodorante Colônia, uma fragrância coffee O Boticário. Sofisticado, sensual e irreverente, essa fragrância marcante equilibra o frescor do Cardamomo e da Lavanda com o dulçor do mbar e Café arábica. Nela podemos sentir o contraste entre as notas frescas e quentes.

Preço: R\$ 199,90

BARBEADOR GA.MA 3 LÂMINAS GSH987 SPORT W&D USB

À prova d'água, pode ser utilizado no chuveiro. É equipado com as tecnologias Double Track System e Precision Cut, possuindo dois anéis de corte em cada lâmina, promovendo um barbear completo com menos passadas. Além disso, sua tecnologia de lâminas flutuantes e inteligentes, com 0,1mm de espessura, adapta-se ao formato do rosto, proporcionando um barbear mais rente e preciso. Oferece rápido carregamento, por cabo USB.

Preço sugerido: R\$ 229,90.



RAFTING EM BROTAIS

O Rafting em Brotas é uma atividade aquática em rio de água corrente que acontece entre quedas d'água e corredeiras em botes infláveis. São cerca de 8 quilômetros de rio em meio a mata preservada, mas se der sorte é possível contemplar animais silvestres como: macacos, quatis e uma vasta diversidade de pássaros.

Solicite em: <https://www.brotasrafting.com.br/produto/rafting-brotas/>



Receitas de carinho

Para preparar com o pai ou para ele, como forma de presente, confira dicas de receitas fáceis, práticas e principalmente, gostosas.

MINI MANJAR

Por Sonia Machiavelli

INGREDIENTES

Manjar

- 200 ml de leite de coco
- Meio litro de leite integral
- Meia lata de leite condensado
- 5 colheres [sopa] de amido de milho
- Óleo para untar a forma

Calda

- 100 gramas de frutas vermelhas
- 1 xícara de açúcar cristal
- Meia xícara de água

MODO DE PREPARO

Comece untando com óleo vegetal as forminhas que podem ser as de empada ou outras, ainda mais festivas. As de silicone em formato de flor são lindas. Passe ao creme. Numa tigela dissolva o amido de milho no leite frio. Mexa bem, se necessário utilize um fouet. Junte o leite de coco. Volte a mexer para que não forme nenhum gruminho. Agregue o leite condensado. Mexa de novo. Leve a mistura ao fogo médio em panela alta [para que não derrame ao ferver]. Mexa continuamente até o creme engrossar. Despeje a mistura ainda quente nas forminhas untadas e alise a superfície



com uma colher umedecida em água. Disponha as forminhas em uma assadeira e cubra tudo com papel filme para que não criem película. Deixe esfriar em temperatura ambiente. Depois disso, leve à geladeira por no mínimo duas horas. Enquanto o manjar esfria, prepare a calda. Macere parte das frutas vermelhas deixando as outras inteiras, caso use amoras. Se forem morangos, corte cada um em quatro para ficar delicado. Leve as frutas ao fogo baixo com água

e açúcar e deixe ferver até a calda engrossar. Reserve até esfriar e depois coloque na geladeira até a hora de montar a sobremesa. No momento de servir, desenforme cada manjar em prato de sua preferência. Para facilitar o processo, utilize uma faca sem ponta para soltar a lateral, cubra a forma com o prato e vire de uma vez só, para que não quebre. Com o manjar no prato, é só decorar com um pouquinho de calda e deixar o restante numa molheira, a fim de que o manjar branco não fique manchado.

FRANGO CREMOSO COM BATATA E QUEIJO

Por Nestlé receitas

INGREDIENTES

- 500g de peito de frango em cubos
- 4 batatas picadas
- 1 colher [chá] de páprica defumada
- 1 colher [chá] de curry
- 1 colher [chá] de pimenta do reino
- 2 bastões de MAGGI Meu Segredo 7 Vegetais
- 1 lata de creme de leite
- 1 xícara [chá] de queijo parmesão ralado
- 150g de muçarela fatiada
- Azeite para grelhar

MODO DE PREPARO

1. Em um recipiente, tempere o frango e as batatas separadamente com a páprica defumada, o curry, a pimenta-do-reino e o MAGGI Meu Segredo.

2. Em uma frigideira grande, aqueça um pouco de azeite e doure os cubos de frango por cerca de 10 minutos, até que fiquem dourados e cozidos por completo.



3. Adicione o creme de leite ao frango na frigideira, misture bem e reserve.

4. Em outra frigideira, aqueça um pouco mais de azeite e doure as batatas picadas até que fiquem douradas e macias.

5. Junte as batatas douradas ao frango na primeira frigideira. Acrescente o

queijo parmesão ralado e misture bem para incorporar todos os sabores.

6. Cubra a mistura na frigideira com as fatias de queijo muçarela e tampe a frigideira por alguns minutos para que o queijo derreta completamente.

7. Quando o queijo estiver derretido, retire do fogo e sirva imediatamente.

Feliz dia dos pais!

A família Le Meats deseja um feliz dia dos pais.

Uma homenagem a todos os heróis! Pai é aquele que cuida, que ama e que protege!



📞 (11) 97443-7101

📍 @lemeatsjundiaí

📍 Av. Comendador Gumercindo Barrankeiros, 285 - Jd Santa Teresa

CROQUE-MONSIEUR

Por Sonia Machiavelli

INGREDIENTES

[para quatro sanduíches]

- 8 fatias de pão tipo brioche
- 250 ml de molho béchamel
- 8 fatias finas de presunto
- 160 gramas de queijo ralado- gruyère ou emmental
- Folhas verdes para a salada

Para o béchamel

- 30 gramas de manteiga
- 30 gramas de farinha
- 200 ml de leite morno
- 100 ml de creme de leite fresco
- 1 pitada de noz-moscada
- Sal a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Comece a preparar seu croque a partir do molho béchamel. Numa panela



pequena derreta a manteiga, baixe a chama e nela coloque aos poucos a farinha de trigo, que precisa cozinar. Mexa sem parar evitando empelotar e vá juntando aos poucos o leite morno, até formar um creme, o que deve levar cerca de quinze minutos. Agregue o creme de leite fresco e mexa. Salgue a gosto, apimente se quiser. Uma pitada de noz moscada personaliza este molho. Experimente. Reserve.

Corte oito fatias de pão, se possível com dois cm de largura. Passe manteiga

[de leve] dos dois lados e coloque no forno para tostar, com muito cuidado para não queimar. Estando douradas as fatias, retire. Coloque metade delas num refratário e cubra-as com camada farta de bechamel. Disponha duas fatias de presunto sobre o molho. Em seguida, metade do queijo ralado. Em cima,

mais uma boa camada de molho. Cubra com as quatro fatias de pão restantes. Arremate com o molho e salpique sobre ele a outra metade de queijo. Leve ao forno por quinze minutos. Ao fim deste tempo, o interior do sanduíche estará superquente e a superfície gratinada. Folhas de rúcula servidas com molho de limão, mostarda ou maionese são um excelente acompanhamento. A versão feminina do croque-monsieur se chama croque-madame. Para executá-la, basta acrescentar um ovo frito ao lado.

BROWNIE COM CHOCO COOKIE

Nestlé receitas

INGREDIENTES

- 240 g de farinha de trigo
- 240 g de chocolate em pó 50%
- 40 g de manteiga sem sal
- 480 g de açúcar refinado
- 4 ovos
- meia colher [sopa] de essência de baunilha
- 100 g de chocolate ao leite derretido
- 2 pacotes de NESTLÉ Choco Cookie Brownie

MODO DE PREPARO

1. Em um recipiente, misture a farinha de trigo com o chocolate em pó 50%. Reserve esta mistura.
2. Em outro recipiente, derreta a manteiga no micro-ondas por 30 segundos. Adicione o açúcar, os ovos e a essência de baunilha, misturando bem até obter uma massa homogênea.
3. Acrescente a mistura de farinha e chocolate na massa e misture com um batedor de arame até que todos os ingredientes estejam incorporados.
4. Delicadamente, incorpore o chocolate ao leite derretido na
- massa, garantindo que a mistura fique uniforme.
5. Unte uma assadeira e forre o fundo com papel manteiga. Despeje a massa do brownie na assadeira preparada, espalhando-a uniformemente.
6. Distribua os biscoitos de Choco Cookies Brownie sobre a massa do brownie.
7. Em um forno preaquecido a 180°C e leve o brownie para assar por aproximadamente 25 minutos, ou até que a superfície esteja firme e um palito inserido no centro saia limpo ou com migalhas úmidas.

CALDO VERDE

Por Nestlé receitas

INGREDIENTES

- 200 g de linguiça portuguesa ou paio cortado em rodelas finas (e depois cortados ao meio)
- 1 colher (sopa) de azeite
- 1 cebola média picada
- 6 xícaras (chá) de água quente
- 1 folha de louro
- 2 tabletes de MAGGI Caldo Bacon
- 500 g de batatas descascadas e cortadas em cubos
- 1 colher (chá) de orégano
- meio maço de couve-manteiga cortada bem fininho
- 3 colheres (sopa) de cebolinha-verde picada



MODO DE PREPARO

1. Aqueça uma frigideira e coloque as rodelas de linguiça.
2. Refogue até dourar levemente. Escorra o excesso de óleo e reserve.
3. Em uma panela grande aqueça o azeite e refogue a cebola.
4. Acrescente a água quente, a folha

- de louro e os tabletes de MAGGI Caldo e mexa bem para dissolvê-los.
5. Coloque as batatas e cozinhe por cerca de 20 minutos ou até que estejam macias.
6. Retire-as com uma escumadeira, amasse com um garfo e retorne

- para a panela.
7. Coloque o orégano, a couve, a linguiça reservada e cozinhe por cerca de 10 minutos ou até que a couve esteja macia.
8. Polvilhe a cebolinha verde e sirva a seguir.

A promotional advertisement for Restaurante e Choperia Uhlen Haus. The top left features three glasses of Brahma beer. Next to it is a logo for 'Mais de 40 anos de tradição'. The center features the restaurant's logo, a red shield with a black owl and the text 'Uhlen Haus'. Below the logo is the slogan 'O Alemão da Marechal'. To the right, there's a large image of a plate filled with various German-style dishes like sausages, ham, and sauerkraut. The address 'R. Marechal Deodoro da Fonseca, 702 Centro - Jundiaí - alemaodamarechal.com.br' is at the bottom left, along with delivery information: '(11) 4521-0917 | 4521-9836'. Social media handles '@restaurante_uhlenhaus' and '@alemaodamarechaloficial' are also provided.

CANELAZO CAFÉ

Por Nestlé receitas

INGREDIENTES

- 2 colheres (sopa) de suco de laranja
- 1 colher (sopa) de melado de cana
- 1 pitada de canela em pó
- 1 pitada de cravo em pó
- 1 cápsula de NESCAFÉ 5g de café solúvel
- 1 rodelas de laranja para decorar

MODO DE PREPARO

1. Em um recipiente, misture o suco de laranja com o melado, a canela e o cravo.
2. Extraia a cápsula de NESCAFÉ Farmers Origins 3 Americas em uma caneca de acordo com as instruções da embalagem. Adicione a mistura de laranja e especiarias e mexa bem.
3. Decore com a rodelas de laranja e sirva quente.



Empório de Carnes Nobres

REFERÊNCIA EM CARNES PREMIUM
EM JUNDIAÍ E REGIÃO HÁ 60 ANOS

O NECO® trabalha com carnes especiais
para churrasco e dia a dia.

E MAIS:

- Açougue Premium
- Delivery
- Buffet de Churrasco
- Carnes Assadas
- American BBQ
- Produtos Importados
- Atendimento Personalizado



Av. Carlos Salles Block, 260 - Anhangabaú, Jundiaí - SP
Fone: (11) 4521-5855 / (11) 98132-3793

@NECOEMPORIODACARNE

Mendoza: para amantes de vinho e atividades ao ar livre

Mendoza, Argentina, é um destino popular, especialmente para amantes de vinho e atividades ao ar livre. A cidade é cercada pela Cordilheira dos Andes e oferece uma variedade de experiências, desde degustações de vinhos até esportes de aventura.

A maneira mais rápida e conveniente é voar diretamente de São Paulo (Aeroporto Internacional de Guarulhos

- GRU) para Mendoza. O tempo de voo é de aproximadamente 3 horas e meia.

O QUE FAZER EM MENDOZA

Visitar Vinícolas: Mendoza é famosa por suas vinícolas, especialmente as que produzem a uva Malbec. As regiões mais conhecidas incluem Luján de Cuyo, Maipú e Valle de Uco. Muitas vinícolas oferecem tours e degustações.

Esportes de Aventura: A região é ideal para atividades ao ar livre, como rafting, alpinismo, parapente e caminhadas, especialmente na área do Aconcágua. Os passeios a cavalo pelos Andes também são populares.

Degustação de Gastronomia Local: Além dos vinhos, a culinária mendocina é rica, com muitos restaurantes que oferecem pratos típicos, frequentemente

Réveillon
EM MENDOZA

05 dias/04 noites

SAINDO DE SÃO PAULO

Saída Garantida: 28 de Dezembro

Réveillon
EM SANTIAGO

06 dias/05 noites

SAINDO DE SÃO PAULO

Saídas Garantidas: 27 e 28 de Dezembro

Pacote Inclui:

- Passagem Aérea Voando Latam (incluso bagagem);
- Traslados Aeroporto / Hotel/ Aeroporto;
- 04 noites de hospedagem com café da manhã.



LATAM
AIRLINES

Hotel Cordon del Prata 3*

A partir de:
12X R\$ 399

NH Mendoza Cordillera 4*

A partir de:
12X R\$ 499

Sheraton Mendoza 5*

A partir de:
12X R\$ 545

valor por pessoa em apto duplo

valor por pessoa em apto duplo

valor por pessoa em apto duplo



LATAM
AIRLINES

Pacote Inclui:

- Passagem Aérea Voando Latam (incluso bagagem);
- Traslados Aeroporto / Hotel/ Aeroporto;
- City Tour;
- 05 noites de hospedagem com café da manhã.



LATAM
AIRLINES

Hotel Novapark 3*

A partir de:
12X R\$ 429

NH Ciudad de Santiago 4*

A partir de:
12X R\$ 479

Sheraton Santiago 5*

A partir de:
12X R\$ 524

valor por pessoa em apto duplo

valor por pessoa em apto duplo

Valor por pessoa em apartamento Duplo, em Reais. Valor sujeito a alteração sem prévio aviso, válido somente para a saída de 28/12/2024 com embarque de São Paulo. Não estão inclusas as taxas de embarque. Confirmação da reserva sujeita à disponibilidade. Consulte nossas formas de pagamento para este produto. Preços em Reais convertidos no câmbio do Dólar da data do pagamento, em 10/07/2024 USD 1,00 = R\$ 5,58

Valor por pessoa em apartamento Duplo, em Reais. Valor sujeito a alteração sem prévio aviso, válido somente para a saída de 27/12/2024 com embarque de São Paulo. Não estão inclusas as taxas de embarque. Confirmação da reserva sujeita à disponibilidade. Consulte nossas formas de pagamento para este produto. Preços em Reais convertidos no câmbio do Dólar da data do pagamento, em 11/07/2024 USD 1,00 = R\$ 5,61

Viva experiências únicas,

harmonizados com vinhos locais.

Explorar a Natureza: Os visitantes podem desfrutar de passeios pelo Parque General San Martín e outras áreas naturais, que oferecem vistas deslumbrantes da paisagem andina.

Eventos Culturais: Durante a época da colheita, que ocorre entre fevereiro e abril, há festivais e eventos que celebram a vinicultura, como a Fiesta Nacional de la Vendimia.

MELHOR ÉPOCA PARA VISITAR

A melhor época para visitar Mendoza depende dos interesses do viajante:

Fevereiro a Abril: Ideal para quem deseja ver os vinhedos cheios de uvas e participar da colheita. Este período

também é ótimo para degustar vinhos e aproveitar a gastronomia local.

Junho a Agosto: Os meses de inverno são perfeitos para quem quer esquiar nas montanhas próximas. As temperaturas são mais frias, variando de 0°C a 10°C, e há chances de neve.

Outubro a Abril: Para esportes de aventura, como rafting e caminhadas, essa é a melhor época, pois o clima é mais ameno e as temperaturas variam entre 20°C e 30°C.

Março a Junho e Setembro a Novembro: Essas épocas são recomendadas para aqueles que preferem temperaturas agradáveis e menos turistas, sendo ideais para visitar vinícolas e explorar a cidade

Mendoza oferece uma ampla varie-

dade de opções de hospedagem, desde luxuosos hotéis cinco estrelas até pousadas charmosas e econômicas.

Para escolher a melhor opção de hospedagem, considere sua prioridade: se deseja estar perto das vinícolas, opte por hotéis na região de Luján de Cuyo ou Valle de Uco. Para uma experiência urbana com fácil acesso a restaurantes e vida noturna, o centro de Mendoza é a melhor escolha.

Existem duas principais opções para fazer passeios em Mendoza: alugar um carro é melhor para quem busca independência e economia, enquanto tours organizados são ideais para quem preza por conveniência e segurança. A escolha depende das prioridades e estilo de cada viajante.

Hype

Réveillon
EM MONTEVIDÉU

05 dias/04 noites

SAINDO DE SÃO PAULO

Saída Garantida: 28 de Dezembro

Réveillon
EM BUENOS AIRES

05 dias/04 noites

SAINDO DE SÃO PAULO

Saída Garantida: 28 de Dezembro

Pacote Inclui:

- Passagem Aérea Voando Latam (inclusa bagagem);
- Traslados Aeroporto / Hotel/ Aeroporto;
- City Tour;
- 04 noites de hospedagem com café da manhã.

Crystal Palace Hotel 3*

A partir de:
12X R\$ **424**

valor por pessoa em apto duplo

Mercure Montevideo 4*

A partir de:
12X R\$ **439**

valor por pessoa em apto duplo

Radisson Victoria Plaza 5*

A partir de:
12X R\$ **499**

valor por pessoa em apto duplo

Pacote Inclui:

- Passagem Aérea Voando Latam (inclusa bagagem);
- Traslados Aeroporto / Hotel/ Aeroporto;
- City Tour;
- 04 noites de hospedagem com café da manhã.

Hotel Up América Plaza 3*

A partir de:
12X R\$ **419**

valor por pessoa em apto duplo

Suma Recoleta Hotel 4*

A partir de:
12X R\$ **455**

valor por pessoa em apto duplo

NH Collection Centro Histórico 5*

A partir de:
12X R\$ **486**

valor por pessoa em apto duplo

Valor por pessoa em apartamento Duplo, em Reais. Valor sujeito a alteração sem prévio aviso, válido somente para a saída de 28/12/2024 com embarque de São Paulo. Não estão inclusas as taxas de embarque. Confirmação da reserva sujeita à disponibilidade. Consulte nossas formas de pagamento para este produto. Preços em Reais convertidos no câmbio do Dólar da data do pagamento, em 10/07/2024 USD 1,00 = R\$ 5,69.

Valor por pessoa em apartamento Duplo, em Reais. Valor sujeito a alteração sem prévio aviso, válido somente para a saída de 28/12/2024 com embarque de São Paulo. Não estão inclusas as taxas de embarque. Confirmação da reserva sujeita à disponibilidade. Consulte nossas formas de pagamento para este produto. Preços em Reais convertidos no câmbio do Dólar da data do pagamento, em 10/07/2024 USD 1,00 = R\$ 5,69.

acompanhado de família ou amigos!

JUNDIAÍ



11-998380550

PIRACICABA



19-997166060

Siga nossas redes sociais



@foryoutur