

Hype

O U T
2 0 2 3
Nº 78



MÃOS NA MASSA

Lugar de criança também
pode ser na cozinha

PATINHAS E PASSINHOS

A relação entre crianças e
animais de estimação

BREVE LANÇAMENTO

essence
by febas

Inspirado
em você

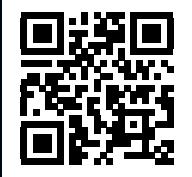


Perspectiva ilustrada do Living

3 suítes

130M² | 2 VAGAS

Viva na essência



VISITE O DECORADO E SURPREENDA-SE

A combinação perfeita entre lazer e ar puro

-  Piscina Coberta
-  Fitness
-  Jogos

-  Brinquedoteca
-  Coworking
-  Gourmet

-  Salão de Festas
-  Churrasqueira Externa
-  Pet Care



RUA ZELINDO VOLPI X RUA ANTÔNIO LUCATO - JARDIM ERMIDA I

mondo  tebas

Embarcando na magia de ser criança

Neste Dia das Crianças, mergulhamos na infinita alegria e curiosidade que habita o coração dos pequenos.

É um momento de celebração, não apenas da infância, mas também da inocência, da imaginação e da esperança que elas trazem ao mundo.

Nossas crianças merecem mais do que nunca nosso amor, apoio e orientação enquanto exploram o vasto mundo que se estende diante delas. Nesta edição da Hype, confira crianças que desde pequenas nutrem amor pela cozinha, já entraram de cabeça no mundo do esporte e da música e ainda a relação entre as crianças e animais e modelos de educação não tradicionais.

Por isso, vamos lembrar que cada criança é um tesouro precioso e que o futuro pertence a elas. Feliz Dia das Crianças e ótima leitura! 

EXPEDIENTE – OUTUBRO 2023

Diretora presidente

Sueli N. F. Muzaiel

Diretor vice-presidente

Tobias Muzaiel Junior

Editor-chefe

Rafael Amaral – MTB 69.395

Edição / Revisão

Mariana Checoni

Revisão

Nathália Sousa - MTB-SP 0091565

Edição de Arte

SMANTOVA Produções Gráficas

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

COM AS MÃOS NA MASSA

Crianças na cozinha



10

DESENVOLVIMENTO

Sambalelê precisava de uma
boa aula de música



14

APRENDIZADO

Educação é meada de várias linhas

18 PATINHAS E PASSINHOS

A conexão entre crianças e animais

22 BENEFÍCIOS

Crianças levam vida mais ativa e feliz
por meio do esporte



28 SAÚDE

Doenças comuns na infância

30 MENTE

Cuidando da saúde mental infantil

44 DICAS

Presentes para o Dia das Crianças

46

HYPE GOURMET

Receitas de carinho

50

SÉTIMA ARTE

10 grandes filmes sobre a infância



52

TURISMO

Conheça Israel



Com as mãos na massa

Crianças mostram que desde muito novas podem se aventurar na cozinha

MARIANA CHECONI

Pratos, talheres, facas, fogo, água, eletrodomésticos, alimentos, e tudo mais que uma cozinha pode oferecer não é um universo frequentemente associado às crianças. Porém, algumas demonstram interesse, seja por influência da família ou por algum acontecimento externo. Cozinhar é um ato de amor, para si mesmo ou para os outros, e algumas crianças, desde muito jovens, mostram que possuem essa aptidão.

Kauã Calegaro Massoni, hoje com 13 anos, cozinha desde pequeno por influência da família, mas principalmente da tia. “Cozinhava desde pequeno com a minha tia e conforme fui crescendo, fui descobrindo essa vontade e pegando a paixão pela cozinha aos poucos”, conta.

Buscando inspiração em cozinheiros profissionais, Kauã revela que o prato que mais gosta de cozinhar é macarrão. “Eu gosto de cozinhar para os meus pais e minha tia. Sempre busco incentivo e acompanho cozinheiros profissionais para buscar inspirações”, afirma.

Kauã pegou tanto gosto pela cozinha que hoje faz um curso de culinária e divulga seus pratos pelo Instagram [chef_dom_calegaro]. “Estava gostando tanto de cozinhar que pedi para



Kauã Calegaro Massaro cozinha por influência da família

minha mãe se eu podia entrar em um curso profissional de cozinha. Futuramente, tenho vontade de trabalhar em um navio ou ter um restaurante. Quan-

do estou cozinhando, eu me divirto, me sinto muito bem e focado em preparar os pratos”, conta o jovem.

A mãe de Kauã, Gabriela Calegaro, 40



anos e coordenadora comercial, apesar de não ser boa na cozinha, sempre incentivou o filho. "Eu não cozinho nada, mas minha família sempre gostou muito e por isso ele foi pegando gosto. Como mãe, sempre fico apreensiva em relação a fogo e facas com corte, mas o Kauã desde pequeno sempre cozinhava com adultos do lado. Agora, conforme ele vai crescendo, vai tendo mais autonomia. Antigamente, ele não colocava as coisas no fogão sozinho, hoje em dia temos aquele fogão de indução em casa, que não tem fogo, acaba sendo mais tranquilo. Aos poucos, como ele está no curso, vamos dando

mais autonomia, até porque sabemos que pequenos cortes e queimaduras fazem parte da profissão, caso ele escolha se profissionalizar nessa área. Eu quero muito incentivar se é o que ele gosta e acredito que com 13 anos fazendo o primeiro curso, se ele ingressar, vai estar na frente, já com 20 e poucos anos com uma certa experiência na cozinha. A gente sempre está por trás, auxiliando, sempre juntos", conta toda orgulhosa.

CONFEITARIA

Além dos pratos tradicionais, algumas crianças já mostram um dom para

doces desde cedo. Murilo Lopes Dias, 11 anos, observava a avó, que é confeiteira, desde que era muito pequeno. A mãe, Francielen Lopes Dias, 38 anos, conta como descobriu a paixão do filho. "Minha sogra é confeiteira e ele desde pequeno sempre ficou em cima dela querendo saber como fazia e querendo ajudar. Depois ele começou a assistir programas de confeitaria e culinária, como Pequenos Confeiteiros, Masterchef e Cake Boss, do Buddy Valastro, e percebemos que ele realmente gostava muito de cozinhar. A inspiração maior vem da avó", conta.

LUGAR DE CRIANÇA



Atualmente, Murilo busca inspiração de receitas em programas de televisão e pelo Instagram. "Acredito que 99% dos directs que ele me envia são de receitas. O Murilo tem uma tendência para preparar doces, o que ele mais gosta de fazer é brownie. Sempre quando faz algum prato, quer que todos experimentem. Inclusive, quando morávamos em um condomínio, ficava no hall do prédio e cada vizinho que passava ele oferecia um pedaço de bolo ou outras coisas que

havia feito", revela a mãe.

Como qualquer mãe, Francielen fica apreensiva em deixar Murilo cozinhar sozinho. "Até hoje eu auxilio ele, não gosto que ele faça sozinho, mas já tive algumas surpresas. Por exemplo, estar trabalhando e quando volto ter algum prato preparado por ele. Hoje, como ele está crescendo, já fico mais tranquila", afirma.

Futuramente, Murilo tem um grande sonho. "Murilo fez um curso básico de quatro meses de confeitoria há 2 anos. Gostou

muito. Sempre diz que o sonho dele é abrir uma confeitoria igual ao Buddy Valastro", conta a mãe do garoto, orgulhosa.

"Quando estou cozinhando, sinto que é algo que me dá conforto, eu fico muito bem cozinhando, muito bem mesmo. Fico muito feliz também quando eu vejo o sorriso no rosto das pessoas que estão provando minha comida. Quero seguir meu sonho, que é abrir a maior confeitoria do Brasil", revela Murilo.

Hype

Baú das crianças

MARIA CRISTINA CASTILHO DE ANDRADE *

A amiga da mãe, aguardava com ansiedade a chegada da bebê. Resolreu montar um baú com presentinhos para a pequena, de chocalho a boneca. As bonecas eram uma série. Comprou todas. Havia divertimentos que até não eram para bebê, como jogos de raciocínio. Aproveitaria mais tarde.

Os bichinhos de pelúcia eram um mais bonito que o outro. Uma coleção de zoológico. Isso sem dizer dos enfeites para cabelo.

Maiorzinha, a menina se encantava com seu baú, onde os anos foram acrescentando brinquedos outros. Havia massinha, aquarela, fantoche, peteca, pulseiras coloridas, giz de cera, livrinhos para pintar... A mãe a incentivava com as historinhas do baú ao ler poemas para ela como "O Pato Tira Retrato" de Mário Quintana:

O pato ganhou sapato.
Foi logo tirar retrato.
O macaco retratista
Era mesmo um grande artista.
Disse a o pato: "não se mexa
Para depois não ter queixa".
E o pato, duro e sem graça
Como se fosse de massa!
"Olhe pra cá direitinho:
Vai sair um passarinho".
O passarinho saiu,
Bicho assim nunca se viu.
Com três penas no topete
E no rabo apenas sete.

Criança ainda, o meio lhe impôs o celular. Tornou-se ele o seu baú de surpresas. Em lugar de baú das crianças, baú de crianças utilizadas por tantos predadores.

A mãe, que não mais dizia de poemas, agarrava-se ao celular dela. Conversava com gente diferente. Dizia de suas vantagens. A menina observava tudo.

Imaginou que o celular da mãe era o baú pessoal dela. Aproveitou um dia em que a mãe não estava por perto para olhar. Estranhou o que viu, mas, se estava no aparelho da mãe, deveria ser normal para gente adulta. Em lugar de chocar-se, aguçou a sua curiosidade. Ela, vendo essas coisas, se tornaria adulta em pouco tempo, concluiu. Antes de chegar aos dez anos, deixou de abrir o baú de sua infância e passou também a acessar conteúdos

pornográficos. Celulares, tablets, computadores... Páginas na internet, redes sociais e plataformas de streaming... Tudo à disposição para que ela montasse sua caixa de novidades para brincar.

Buscou crianças de sua idade para mostrar o que via através dos meios digitais e, também, reproduzir com um ou outro. Perigo à vista.

Diversos estudos já comprovaram os danos que a exposição à pornografia pode provocar ao cérebro humano quando adulto, imagine no cérebro infantil. Os efeitos da pornografia no cérebro acontecem da mesma maneira que os efeitos das drogas: provocam vício, dependência e necessidade de experimentar sensações cada vez mais fortes, uma vez que o cérebro se acostuma a um determinado tipo de estímulo.

Segundo a Unicef, "a exposição de crianças e jovens, cuja identidade está em desenvolvimento, à pornografia pode levar a problemas de saúde mental, sexismos e objetificação, violência sexual e outros resultados negativos".

No dia em que o baú de sua infância estava na calçada para o cata treco, a menina chegou em casa assustada às 23hs... Um silêncio estranho pairou nos arredores, enquanto um vulto suspeito, gargalhando, atravessou a noite

Hype



* Maria Cristina Castilho de Andrade é professora e cronista

Sambalelê precisava é de uma boa aula de música

A importância da musicalização infantil desde os primeiros respiros de vida para o desenvolvimento físico, intelectual e emocional das crianças

MARIANA MEIRA

Maitê foi bebê de pandemia, como a família gosta de chamar. Mas mesmo nascida no auge de um momento de isolamento social, não ficou só em casa por muito tempo. A mãe, Maíra Paixão, trabalha como fisioterapeuta na ala de Unidade de Terapia Intensiva (UTI) de um hospital particular, e seis meses após o parto, já matriculava a filha em uma escolinha para poder retornar à missão de salvar vidas – e agora também curar pulmões comprometidos pela Covid-19.

“Foram tempos sombrios”, relembra ela, de 36 anos. “Eu sempre sonhei em ser mãe, em ter uma maternidade leve e ativa, e vivenciar esse sonho no meio de uma pandemia, junto com o medo da contaminação e mais a separação da Maitê depois daqueles meses juntas em casa, foi um puerpério bem difícil.”

Apesar das angústias maternas, a escolha da escola não foi por acaso. Ao lado do marido, Matheus, Maíra pesquisou, por meses, opções de berçários que atendessem crianças sob um conjunto

A musicalização foi uma das prioridades da escolha da escola de Maitê



de pilares pedagógicos que surpreendem os possíveis prejuízos gerados pela falta de socialização causada pela pandemia. A musicalização foi uma das prioridades. "Como profissional da área da saúde, sempre acreditei no poder da música para bebês como forma de auxiliar no desenvolvimento neuromotor e também apurar as percepções auditivas, a sensibilidade, o ritmo. Então procurei uma escolinha que trabalhasse nessa linha, porque sabia que ia enriquecer muito o crescimento dela", conta.

Entre brincadeiras tátteis com água e terra e atividades lúdicas com cores e formas, Maitê e os outros poucos bebês da mesma turma faziam, todos os dias, pequenas rodas, sob a supervisão das educadoras infantis, para iniciar os primeiros estímulos musicais. Chocalhos feitos com arroz, batuques simples confeccionados com latas de alumínio e até mesmo tubos de PVC e potinhos vazios de Danoninho viravam instrumentos em mãozinhas inquietas e sob olhinhos curiosos. Músicas simples se tornaram grandes espetáculos. No começo, pode parecer uma barulheira, mas, se pudéssemos dar um "zoom" no cérebro dos pequeninhos, veríamos uma grande transformação acontecendo.

"Estímulos sonoros são presentes durante o crescimento e se fazem fundamentais para o desenvolvimento social, cognitivo e emocional do bebê. É através do som que os bebês se integram ao meio, imitando, respondendo ou reagindo de acordo com os sons emitidos pelo ambiente, e o incentivo à música, mesmo durante a fase de primeira infância, colabora para a



Josette Feres foi pioneira na criação de um método de pedagogia musical para bebês

articulação de fala e desenvolve as habilidades motoras de uma forma lúdica e dinâmica, contribuindo nos aspectos de neurodesenvolvimento infantil", explica a psicóloga Juliana Camilo.

A música começa com a penetração das vibrações sonoras no ouvido interno, provocando um movimento nas células ciliares que variam de acordo com a frequência das ondas. Os estímulos sonoros então seguem pelo nervo auditivo até o lobo temporal, onde acontece o senso-percepção musical: é nesse estágio que são decodificados altura, timbre, contorno e ritmo. O lobo temporal conecta-se em circuitos de ida e volta com o hipocampo, uma das áreas ligadas à memória, o cerebelo e a amígdala, re-

giões que integram o chamado cérebro primitivo e que são responsáveis pela regulação motora e emocional, e ainda um pequeno núcleo de massa cinzenta, relacionado à sensação de bem-estar gerada por uma boa música.

A especialista lembra que, na verdade, esses estímulos vêm desde muito antes do que a gente imagina. Há pesquisas que apontam que os bebês têm discernimento sonoro a partir da 24ª semana de gestação. Em 2016, pesquisadores da Universidade de Helsinki, na Finlândia, fizeram um experimento: tocaram a mesma música para os bebês em três momentos diferentes: quando ainda estavam na barriga da mãe; logo após o parto; aos quatro meses de ida-

DESENVOLVIMENTO



As gêmeas Laura e Lívia nasceram em uma família musical

em uma escolinha de música. "Como elas ainda não frequentam a escola, quis começar a estimulá-las de uma forma diferente. E a evolução foi fantástica da primeira aula até agora, o desenvolvimento delas tem sido muito legal", conta Mariana Dabus, de 32 anos.

Segundo ela, mães, pais e responsáveis não precisam se sentir desapontados se, num primeiro momento, seus bebês não responderem aos estímulos da maneira esperada. Mesmo com seus olhos azuis muito profundos e curiosos, Laura e Lívia ficaram dispersas na primeira aula e não prestaram atenção aos comandos do professor. "Da segunda aula em diante, elas já sabiam até a sequência da aula, já passaram a sentar e fazer o que o professor pede. E tenho percebido como a música tem ajudado na fala e na coordenação delas", complementa Mariana, contando que até a timidez para dançar passou e as duas pulam que nem pipoca na escolinha. E o mais legal: junto com outros amiguinhos.

Para a psicóloga, essa parte é fundamental, para bebês e igualmente importante para crianças maiores. "Quando a criança se vê como participante ativa de um grupo, passa a observar sua importância dentro daquele contexto, assim como a importância individual de cada um para o coletivo, além de perceber suas responsabilidades e compreender que cada indivíduo possui sua função dentro de um todo, contribuindo para o desenvolvimento de autoestima e autonomia."

Ela frisa ainda que esse tipo de atividade auxilia nas manifestações e

de. A pesquisa concluiu que os pequenos são capazes de reconhecer melodias ainda dentro do ventre.

Isso porque o líquido amniótico, substância na qual a criança fica submersa dentro do útero, é um ótimo condutor de ondas sonoras - o que significa que a gestante não precisa usar um volume tão alto para seu neném curtir um som. Ou seja: a música durante a gravidez, seja no rádio ou cantando, estimula atividades cerebrais no feto ao ponto de gerar memória, a adquirida ainda

na barriga da mãe. E de brinde podem vir chutinhos que vão confirmar que, ali dentro, alguém está querendo dançar.

EM DOSE DUPLA

Há 1 ano e 4 meses, as gêmeas Laura e Lívia nasciam em uma família musical. Filhas de uma mãe que tocava bateria, netas de um avô também baterista e sobrinhas de um tio músico, as meninas sempre tiveram o costume de ouvir de tudo em casa. Até que, há pouco mais de um mês, a mãe decidiu colocá-las

expressões emocionais, uma vez que o contato musical pode ser uma estratégia para demonstrar sentimentos por meio de um formato abstrato. "E isso facilita a compreensão das emoções e a liberação das ideias, estimulando também a criatividade e o autoconhecimento", completa.

UM PIANO, MUITAS HISTÓRIAS

É impossível falar sobre musicalização infantil sem se lembrar de um nome que marcou história: Josette Feres. Dona Josette, como sempre foi chamada enquanto viveu, até os 87 anos, alegremente em uma casa no centro de Jundiaí, começou a tocar piano ainda criança e se tornou educadora musical formada pelo Conservatório Nacional de Canto Orfeônico, no Rio de Janeiro, tendo sido aluna de Heitor Villa-Lobos, um dos compositores sul-americanos mais conhecidos de todos os tempos.

Josette foi pioneira na criação de um método de pedagogia musical para bebês, além de um trabalho de inclusão social para utilizar a musicalização por meio de jogos, brincadeiras, danças e movimentos especiais para crianças com vários tipos de deficiência. Seus "experimentos" começaram em casa, com os cinco filhos, que teve com o esposo Samy - entre eles Claudia Feres, regente da Orquestra Sinfônica Municipal de Jundiaí, e Luciana Feres Nagumo, que hoje toca em frente a Escola de Música de Jundiaí (EMJ), fundada pela mãe.

"Desde que eu me entendo por gente, eu via isso muito claro para minha mãe, o que a música faz no desenvolvimento cog-



Luciana Feres Nagumo [filha de Josette], reforça a importância do contato dos familiares como base das atividades musicais

nitivo e emocional das crianças. Ela sempre acreditava muito nisso", conta Luciana, 53 anos, relembrando uma infância imersa em brincadeiras com música.

Segundo ela, é preciso entender a diferença entre "recreação musical" e "educação musical" – ambos importantes, mas com profundidades diversas. Na EMJ, que foi fundada quando Luciana tinha apenas um ano de vida e agora dirigida por ela, a linha segue pela segunda opção. "Vai desde a criança criar um vínculo com a família, para vivenciarem um ambiente musical, terem esse momento de intimidade dentro do ambiente musical, passando por uma fase de segurança, de socialização, até a criança passar por um período de apresentação

de símbolos musicais e, mais para frente, de uma leitura de partitura. É todo um trabalho sequenciado de acordo com a idade das crianças."

Luciana reforça a importância do contato dos familiares como base das atividades musicais. Assim como Maíra participa das aulas com Maitê, Mariana acompanha as danças de Laura e Lívia, momentos de afeto e estímulo valem muito – e isso pode ser feito em casa, usando pouco ou nenhum dinheiro. "Hoje tem muita coisa pela internet, como jogos de percepção. Apenas é preciso tomar cuidado com o que a criança canta, não só pela letra mas pelo próprio tom de voz dela, que deve ser valorizado desde cedo para não anasalar demais."

Hype

Educação é meada de várias linhas

Para além do método tradicional, há diversas formas para se ensinar a mesma coisa na escola

NATHÁLIA SOUSA

Há diversas maneiras de se aprender uma mesma lição. De acordo com influências culturais, temporais e também com experiências próprias, por exemplo, as crianças podem ter várias formas de aprender a escrever. Quando o objetivo comum é alcançado, não é possível julgar que alguma dessas formas tem mais erros ou acertos que outras. Isso acontece com a lição da escrita e com todas as outras lições escolares. Por isso, há muitos métodos relacionados à educação, cada um à sua maneira, ensinando um conteúdo em comum.

É esperado de toda escola que ensine uma criança a ler e escrever, fazer cálculos, conhecer países, desenhar, saber como uma planta vive, por que a terra gira, entre outras questões. Neste currículo, há linhas pedagógicas que adotam



Maru e os filhos
Guilherme
(11 anos), Gabriel
(8 anos) e Flora
(4 anos), adeptos
da pedagogia
Waldorf

os mais diversos métodos para que o conhecimento seja absorvido pela criança. No Brasil, atualmente, há sete mais comuns: Tradicional, Waldorf, Freiriana, Montessoriana, Construtivista, Democrática e Comportamentalista. Algumas têm pontos de intersecção entre si, mas todas têm bagagem de décadas e décadas alcançando o resultado esperado.

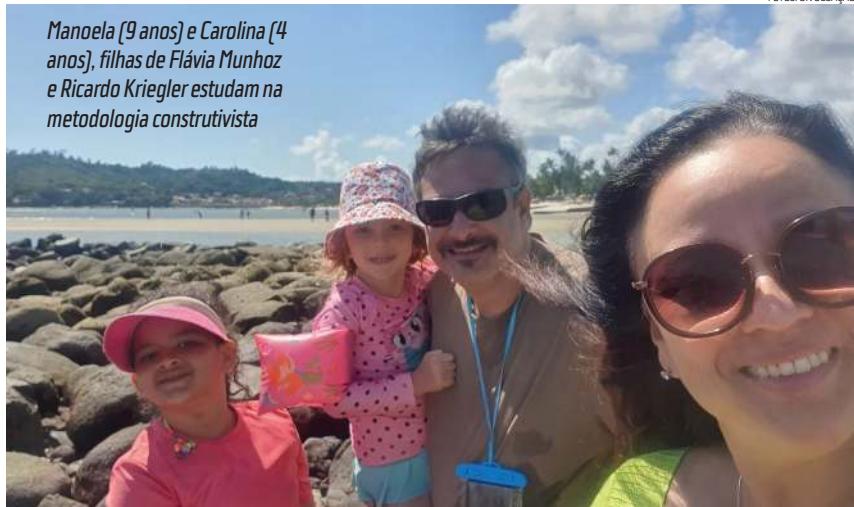
DIDÁTICA

Pedagoga, Laura Fontana fala sobre a intersecção das linhas pedagógicas. “Algumas linhas teóricas acabam misturando métodos, técnicas e, às vezes, acabam até se confundindo. É bem tênue a linha que separa algumas linhas teóricas. Por exemplo, se você pensar em uma linha pedagógica Freiriana, ela é muito provavelmente uma linha pedagógica Democrática. Então, às vezes existem pontos de intersecção entre essas linhas.”

Laura diz que linhas pedagógicas que fogem da Tradicional costumam exigir uma formação específica, o que diminui a oferta de profissionais e, consequentemente, de escolas. “Para outras linhas teóricas, é necessário que haja uma formação específica. Esse é o caso, por exemplo, da Pedagogia Waldorf. Para atuar em uma escola Waldorf, o pedagogo precisa ter, além dos anos de graduação no curso de pedagogia, mais dois anos de formação específica.”

Mas há outras razões. “O ensino Tradicional é muito enraizado. A gente já forma gerações de pessoas dentro desse sistema de ensino, em que temos o professor como transmissor do conhecimento, os alunos passivos recebendo aquilo que é ensinado, um conteúdo já pré-es-

Manoela [9 anos] e Carolina [4 anos], filhas de Flávia Munhoz e Ricardo Kriegler estudam na metodologia construtivista



Hoje, a pedagoga leciona na escola municipal Manoel Aníbal, conhecida como Quintal do Aníbal, que usa alguns princípios da pedagogia Waldorf no ensino. Ela lembra que, apesar de não ser uma escola associativa Waldorf, puramente dita, é uma opção na rede pública de ensino, algo raro justamente pelos critérios estabelecidos para o ensino de determinadas vertentes. De acordo com a Unidade de Gestão de Educação de Jundiaí (UGE), todas as 105 unidades escolas municipais seguem a Pedagogia da Escuta, baseada na Abordagem Reggiana, que consiste numa pedagogia participativa e de relações sociais afirmativas, em que se olha o mundo pela ótica das crianças. A cidade também adota, desde a volta no pós-pandemia, o Desemparedamento da Escola.

tabelecidio, moldado dentro das normas e regras de conteúdos de cada país, de cada estado e município. Então, é difícil romper com esse paradigma, de que se aprende de determinado modo”, fala, lembrando que uma mudança exigiria uma adaptação muito grande e uma formação diferente para profissionais.

Laura também lembra que, no pós-pandemia, com as mudanças causadas pela educação a distância, outras linhas ainda podem surgir a fim de revolucionar o ensino. “Sem dúvida a pandemia foi um evento que colocou em xeque aquilo que a gente fazia, a forma como a gente ensinava. Estabeleceu uma nova barreira

APRENDIZADO

Luna (6 anos) e Arthur (11 anos), filhos de Wander Gouveia e Gláucia Schiavo estudam em uma escola freiriana



entre quem aprende e quem ensina, que é justamente a barreira da distância. A partir daí a tecnologia foi, entre mil aspas, uma 'facilitadora' do processo de aprendizagem. Então eu acho que, sem sombra de dúvida, a pandemia fez com que a gente pensasse em alternativas."

ALTERNATIVAS

José Maruilson Costa Filho, o Maru, de 43 anos, é pai de Guilherme, de 11 anos, Gabriel, de 8, e Flora, de 4. Todos são adeptos da pedagogia Waldorf. "Sou ex-aluno Waldorf, mas em São Paulo. Moro em Jundiaí há seis anos e me mudei para cá porque, entre as cidades que eu avaliava, aqui tinha escola Waldorf, então nos mudamos por causa da pedagogia."

Maru considera a escola Waldorf uma extensão de casa. "Mais do que preocupa da com o conteúdo, a escola se preocupa em formar um ser humano. É uma escola

associativa, pais e professores participam da gestão da escola e esse aprendizado sai da sala de aula, é uma comunidade. Hoje eu moro em uma casa, mas tenho amigos em condomínios, e recebo feedback do social. Meus filhos conversam com facilidade, qualquer lugar pode ter uma brincadeira, em qualquer ambiente. A diversão é pela criatividade mesmo", conta.

Ele lembra que o método existe há décadas e visa não só o resultado, mas também o processo. "A Waldorf tem conteúdo, ele só é apresentado de forma diferente e tem um tempo diferente, mas no final tem o mesmo conteúdo. Saí da Waldorf e entrei direto na faculdade, tem ex-aluno Waldorf engenheiro, que trabalha na Embraer. Sou gerente de uma agência de Comunicação e Marketing e não acho que mudou algo o conteúdo não ser dado na forma padrão. Já tive feedback de chefes que falam que tenho visão ampla das coisas, que consi-

go enxergar os processos e não só os resultados. Eu idealizo os passos para algo e aprendi isso na escola."

Flavia Munhoz, de 48 anos, é mãe de Manoela, de 9 anos, e Carolina, de 4. Ambas estudam na metodologia Construtivista. "Eu não acredito muito, principalmente com crianças, que expor alguém a muito conteúdo, sem ela entender muito bem o por quê, vá acrescentar à pessoa. No ensino médio e na graduação, vão ter acesso a isso, mas agora, com a construção da pessoa, do caráter, tem essa questão antes do conteúdo. O MEC regula a grade curricular, mas a forma de ensinar Construtivista depende da forma como os alunos recebem o conteúdo. Às vezes, o professor tem uma ideia para passar o conteúdo, mas a turma se interessa de outra forma, então ele explora isso, não é tão preso ao conteúdo, mas à formação", diz.

Flavia reforça que a educação escolar é o complemento do que se aprende em casa, mas percebe as filhas empáticas e curiosas, além de notar que elas gostam de telas, mas preferem o contato pessoal. "Não acho que elas vão ter perda. Se a criança não for criança no momento certo, é pior no futuro, porque ela não conseguirá perceber o entorno. Minha filha mais velha pode levar brinquedo todo dia para a escola, não só uma vez por semana, pode ir ao parquinho todo dia. Vai ser um adulto que teve seu momento de infância respeitado."

E, defendendo o método Construtivista, acha que a educação não precisa ser "decorada". "A criança aprende a pensar, questionar o por quê daquele conteúdo. Ensinam a construção do pensamento. É legal ver a escola plantando isso desde o início, eles prezam muito pelo conhecer. Não é ensinar

a letra, é ensinar o nome da criança. Minha filha que se chama Carolina vai achar a letra 'C' mais importante que a letra 'A'. Vejo filhos de amigas que sabem o abecedário com 4 anos. A minha filha não sabe, mas ela já sabe reconhecer o nome dela."

Wander Gouvea, de 45 anos, é pai de Luna, de 6 anos, e Arthur, de 11. Eles estudam em uma escola Freiriana, que, ao contrário da maioria das linhas, vindas de fora, segue o método escrito por um brasileiro. "O Paulo Freire foi revolucionário ao falar que dificilmente um sistema opressor vai dar uma educação libertadora. Ele não é patrono da Educação à toa. O próprio colégio freiriano no Brasil foi fundado por pais, como uma cooperativa", explica ele, ressaltando que toda a comunidade aprende, alunos, professores e pais.

"O Paulo Freire dizia que é preciso chamar quem está no entorno para tomar um pouco do destino do colégio para si. Tem eventos com voluntários, tem participação dos pais, não é a escola em que você só deposita a criança e busca depois. E apesar de todos os desafios, isso é um exemplo para os filhos também, os pais estão junto", conta.

Wander diz que professores freirianos precisam conhecer os alunos para não praticarem o "ensino bancário, em que apenas depositam conhecimento na cabeça dos alunos sem receber nada em troca". Com isso, o aluno tem espaço para desenvolver o pensamento crítico. "Eu vejo nos meus filhos uma noção cada vez maior de respeito a todos. Noto que não são de ficar afrontando, mas são críticos. E têm a capacidade de se manter crianças por mais tempo, são crianças menos estressadas. Questionam quando são contrariadas, mas estão abertas ao diálogo. Na turma



deles na escola, vejo que tem respeito, que brincam bem e, entre eles, acontecem assembleias para exercitar o respeito e as opiniões. O meu filho de 11 anos é unido com os amigos, tem uma noção crítica, consciência de classe e vem entendendo as desigualdades. A Luna também vai para o mesmo caminho", conta.

OUTRAS LINHAS

Entre os métodos mais comuns de educação, além dos citados e da linha tradicional, há a Educação Montessoriana, desenvolvida pela médica e pedagoga italiana Maria Montessori. Neste método, a criança é estimulada a ser a protagonista da construção do seu conhecimento, então tem autonomia para aprender, de acordo com o próprio desenvolvimento e com habilidades físicas, sociais e psicológicas. Para os educadores deste método, é preciso auxiliar e estimular a criança em ambientes ade-

quados, com estímulos multissensoriais.

Outro método é o Democrático, que preza pela inclusão dos estudantes e que os estimula a uma participação mais ativa no processo. Assim como a política democrática, na educação, todos têm poder de decisão e cada membro é responsável por si e também pelos demais. Na aplicação do método, não há punição nem hierarquia no ambiente escolar, porque acredita-se que o conhecimento é prazeroso, então as pessoas naturalmente têm interesse. Por fim, a abordagem Comportamentalista, baseada na psicologia homônima, é embasada na empiria, na experiência. Nela, acredita-se que os estudantes podem deixar de ter comportamentos prejudiciais e, ao mesmo tempo, adquirir comportamentos positivos e construtivos. Para tal, são usados estímulos que condicionam o indivíduo, para educar o estudante também de acordo com normas sociais.

PATINHAS E PASSINHOS: a conexão entre crianças e animais

Os benefícios da relação das crianças com animais vão muito além da simples diversão e, desde que sejam tomados cuidados, podem auxiliar no desenvolvimento de diversas habilidades

Davi Trevisan Pigozzo
da Rocha e Jujuba





Davi já cultivou formigas da espécie '*Odontomachus*'

RAFAELA SILVA FERREIRA

A infância é uma fase de descobertas, aventuras e, acima de tudo, aprendizado. É um período crucial em que as crianças estão moldando sua visão de mundo e construindo os alicerces de seu caráter. Nesse contexto, a conexão especial entre os baixinhos e os animais desempenha um papel vital, deixando uma impressão profunda que pode durar toda a vida.

Um grande exemplo de que o amor por animais muitas vezes começa cedo, quando uma criança é apresentada a um cão leal, um gato curioso ou até mesmo animais mais exóticos, como coelhos e hamsters, é Davi Trevisan Pigozzo da Rocha, de 11 anos. "Hoje, a relação dele com os animais de estimação é muito forte", é o que diz a mãe da criança, Tatiana Trevisan Pigozzo da Rocha. "Desde que chegaram os cachorros da família, Davi ficou

alegre, disposto a brincar e adquiriu mais responsabilidades, como o cuidado diário com a alimentação dos animais. Além disso, os cachorros ficam à espera dele no portão de casa."

Quando Davi era pequeno, com seus 2 anos, apresentou algumas dificuldades com fala e desenvolvimento motor. Foi por esse motivo que a família adotou a gatinha Jujuba. "Foi nítida a evolução dele na fala e no desenvolvimento nesse período. A terapeuta do Davi dizia que ele chegava animado nas consultas para contar como foi o dia dele com a Jujuba." Apesar do amor que nutria pela gata, Davi e a família precisaram lidar com os desafios. "Nós nos mudamos para um apartamento maior, onde já moravam alguns cachorros. O Davi começou a pesquisar mais a respeito da adaptação entre cães e gatos, para tornar a estadia da Jujuba mais fácil."

Porém, em um descuido, a família dei-

xou a janela do apartamento aberta, facilitando a saída de Jujuba. Passaram-se 14 dias e, no décimo quinto, Tatiana encontrou a gata morta embaixo de uma pilha de folhas. "Foi frustrante, tanto para mim, que ainda tinha esperança de encontrá-la viva, como para o Davi, que já a amava." Jujuba estava na família há seis anos. "O Davi ainda fala dela. Ele diz que é apenas para lembrá-la com amor e carinho."

Após a morte da Jujuba, Davi aprendeu sobre o amor incondicional e, para uma criança, saber que tem um amigo peludo que a aceita e a ama independentemente de qualquer falha, é uma experiência poderosa. Questionado sobre como se sente quando está perto de algum animal, o menino comenta que os pets já são parte da família. "Eles são como membros da minha família, pois são amados, bem cuidados e fazem parte da nossa convivência. Brincamos com



Maria Heloisa
Desangiacomo Poli e
a mãe Thais Retondo
Desangiacomo Poli

bolinhas e pega-pega, por isso aprendi que, já que eles são amorosos comigo, também vou ser assim com eles.”

A compaixão é outro valor fundamental que os animais podem cultivar nas crianças, sementinha que Jujuba também plantou em Davi. “Quando a Jujuba morreu foi o momento mais desafiador para mim, mas eu tive que aprender a lidar com a falta dela, guardando boas recordações nossas.”

Além dos animais “convencionais”, Davi também nutre uma paixão pelos exóticos.

O garoto já cultivou formigas da espécie *Odontomachus*. “Aprendi muito sobre formigas. Eu pesquisava como elas viviam e se desenvolviam também”, explica.

DE GERAÇÃO

Ensinar uma criança a amar um animal é um presente dos pais, que vai muito além de carinho. Segundo pesquisas, também é um exemplo fundamental para a educação e formação espiritual. A engenheira química, Thais Retondo Desangiacomo Poli, há 27 anos considera

os animais como integrantes da família. Por esse motivo, quando se tornou mãe, adaptou a rotina da filha com a rotina de cuidados que já tinha com seus pets. Hoje, Maria Heloísa Desangiacomo Poli, de 4 anos, demonstra interação regular, brincadeiras e carinho mútuo pelos animais. “O principal benefício que vejo, é a relação de respeito que a Heloísa tem construído, não só com os animais, mas também com a natureza. A empatia que ela tem para com os animais certamente refletira em todas as relações que ela terá.” A mãe da garota também pontua a importância de Heloísa desenvolver a responsabilidade afetiva. “Ela sabe respeitar, cuidar e tem consciência que jamais se deve abandonar um animal.”

Quanto ao desenvolvimento social da criança, Thais comenta que Heloísa aprende todos os dias, de forma leve e divertida, sobre o amor. “Ela sempre conta aos outros sobre os animais com os quais convive e, principalmente, sobre os cavalos. Percebo que ela tem habilidades de comunicação que vão além de outras noções e que não são vistas em crianças que não possuem esse contato com pets. Estas habilidades são muito comentadas, inclusive pela professora que a acompanha na escola.”

Mesmo com pouca idade, Heloísa já anda a cavalo. Inclusive, tem o Diamante como seu animal preferido. “Ele é meu favorito porque posso montá-lo. Me sinto mais feliz quando estou perto dele.” Deixando claro que Diamante e os outros animais são parte da família porque ela os ama e respeita, Heloísa também compartilha sua ideia de diversão com cães e gatos. “Brincar de pega-pega com eles!”

VÍNCULO PSICOLÓGICO

A relação entre crianças e animais é um fenômeno psicológico que desempenha um papel crucial no desenvolvimento emocional e social infantil. A psicóloga Juliana Costa, 45 anos, evidencia que a convivência com animais pode ser uma grande aliada na infância. “Isso porque exige cuidado, atenção, afeto e, consequentemente, a criança vai aprendendo a lidar com suas emoções, se sentindo mais autoconfiante e responsável.”

De acordo com a profissional, a partir do momento que a criança tem contato com seu animal de estimação, a responsabilidade passa a ser trabalhada, assim como a empatia. “Por isso é importante que os pais deleguem essa responsabilidade para a criança ou que, ao menos, ela participe desses momentos. A empatia acaba sendo desenvolvida durante esse processo, uma vez que a criança que tem seu animalzinho em casa também tende a olhar para aqueles que vivem na rua com outros olhos. Olhos de quem gostaria de ajudar e olhos de quem, dificilmente, abandonaria ou maltrataria qualquer um.”

O vínculo que uma criança pode nutrir ajuda no fortalecimento das emoções e no desenvolvimento cerebral, tendo em vista que quanto mais estímulos, mais conexões cerebrais se formam entre os neurônios. Portanto, segundo

*Maria Heloisa, o irmão
Luiz Augusto, o pai
Pedro e Kenia*



Juliana, a criança que convive com animais desenvolve ações de autocuidado, senso de respiração, de atenção ao próximo e de carinho o tempo todo. “Há estudos que falam sobre a relação da criança, especialmente, com cães.

Neste caso, há menos probabilidade de desenvolverem a ansiedade infantil pela resposta imediata que esses animais oferecem aos pequenos. Por serem mais brincalhões e por gostarem do contato físico, o impacto é positivo.”

Hype

Crianças levam vida mais ativa e feliz por meio do esporte

O esporte pode proporcionar às crianças muitos benefícios, como o desenvolvimento motor, prevenção da obesidade e de outras doenças, além de aprimorar as relações sociais

LUANA NASCIMBENE

Seja apenas uma simples brincadeira ou uma rotina disciplinada de treinamentos, o esporte pode proporcionar às crianças muitos benefícios, tanto físicos quanto cognitivos, como o desenvolvimento motor, prevenção da obesidade e de outras doenças, fortalecimento dos músculos e melhora na circulação sanguínea, além de aprimorar as relações sociais com a convivência com outras pessoas. Andar de bicicleta, brincar de pega-pega, correr na rua ou praticar algum esporte com regularidade proporcionam uma vida mais saudável, ativa e feliz aos pequenos.

O esporte pode fazer parte da vida de uma criança desde a primeira infância, como foi o caso dos irmãos Leandro Dionísio Lopardo, de 6 anos, Larissa, 8 anos, e Luíza, atualmente com 13 anos. Todos começaram a praticar natação aos 3 anos e hoje, além de treinarem periodicamente, também participam de competições. A ideia surgiu do pai, Leandro Dionísio, que procurava uma



Maria Clara, 5 anos,
ginástica rítmica

atividade que desenvolvesse e melhorasse as habilidades físicas e mentais dos filhos. "Os três praticam a natação periodicamente, desde bem novos, e também fazem atividades esportivas no colégio. Outro hábito comum são as refeições saudáveis em casa, sempre evitando o consumo de guloseimas e outros alimentos processados. O principal benefício que observei com a prática do esporte foi a autoestima elevada. Eles se tornaram muito confiantes e aprenderam que os resultados vão aparecendo de acordo com seu comprometimento. Ensinamento que vão levar para toda a vida", contou Leandro.

Porém, além de incentivar seus filhos à prática esportiva, Leandro também impõe regras para os pequenos não deixarem os estudos de lado. "Coloco uma condição para meus filhos continuarem com a rotina de treinos: ir bem nos estudos. Como a natação é uma atividade prazerosa para eles, muitas vezes querem passar mais tempo na água do que com os livros. Minha função é fazer a gestão, para que não haja sobrecarga, proporcionando assim uma rotina menos estressante", explicou o pai.

CUIDADOS

Educador físico e técnico de atletismo do Time Jundiaí, Robson Mian

reforça a importância da prática de exercícios físicos para as crianças, mas alerta sobre cuidados que devem ser seguidos. "As atividades promovem um estilo de vida saudável para as crianças, as tornando mais ativas e dispostas. O esporte desenvolve o comportamento motor, favorece o aspecto físico e social, diminui o risco de doenças cardiovasculares, metabólicas, entre muitas outras que são prevenidas pela prática de atividade física. Também há uma eficiência respiratória, aumento da massa muscular, prevenção do sedentarismo, entre muitos outros benefícios que o esporte proporciona para a vida das crianças. Porém, é de extrema importância estar atento à questão de intensidade e carga de exercícios, respeitando o próprio limite do corpo. Nunca esquecer de se

hidratar, passar protetor solar quando necessário, utilizar roupa e calçado confortável, além de manter uma boa alimentação", explica Mian.

GINÁSTICA

Assim como a natação, outro esporte queridinho das crianças na primeira infância é a ginástica. Além de ser uma forma de diversão, a modalidade proporciona a capacidade de adquirir conhecimento do próprio corpo, desenvolver habilidades essenciais como força, equilíbrio, flexibilidade e coordenação motora, e também possibilita o desenvolvimento de habilidades sociais, como a criação de vínculos afetivos e habilidades emocionais [colaboração, autoestima, persistência, lidar com frustração, resiliência, entre outras].



Letícia, de 9 anos
e Amanda, de 11,
ginástica artística

BENEFÍCIOS

As irmãs Amanda, de 11 anos, e Letícia, de 9, começaram a praticar ginástica artística aos 5 anos e os treinos viraram parte da rotina delas. De acordo com a mãe, Elaine Balestrin Orlando, as duas sempre levaram uma vida ativa e saudável e, desde pequenas, demonstraram aptidão para a ginástica. "O interesse na ginástica e no esporte em geral começou desde cedo para elas. A Amanda começou primeiro, com 5 anos, após participar de uma aula aberta no Bolão. Depois foi a vez da Letícia, também com 5 anos, pegar gosto pelo esporte. Foi paixão à primeira vista. Elas seguem treinando até hoje, participam de competições, conquistam medalhas e não querem mais largar a ginástica", conta a mãe.

Amanda treina quatro vezes na semana e Letícia três, com 3 horas e meia de duração. Apesar de toda disciplina e dedicação na modalidade, elas sabem a importância de conciliar o esporte com os estudos e os limites dos esforços físicos. "Elas aprendem as técnicas corretas e sabem que os movimentos só devem ser praticados no lugar ideal, com a equipe supervisionando. No início, elas queriam demonstrar as técnicas em casa, mas eu expliquei sobre os cuidados que devem ser tomados e os riscos de lesão que existem."

As irmãs já participam de competições e colecionam medalhas. Para a mais velha, a hora mais prazerosa do dia é quando começam os treinos. "Eu estudo de manhã, então saio da esco-

la e vou direto para o Bolão treinar e aprimorar os movimentos. O aparelho que eu mais gosto é a trave." Já para a caçula, os movimentos no solo são seus preferidos. "Eu gosto das apresentações no solo, com acrobacias, mortais e estrelas. Minha parte favorita é treinar, mas também amo participar das competições e do convívio com minhas amigas", completou.

Assim como a ginástica artística, a ginástica rítmica também faz sucesso entre as crianças. A pequena ginasta Maria Clara, de 6 anos, começou na modalidade com cinco anos e se tornou um jovem talento da equipe jundiaiense, participando de competições e sempre subindo nos pódios. Para sua mãe, Aline Valdo, o esporte



O pai Leandro, e os filhos
Leandro de 6 anos e Larissa
de 8 anos, natação

proporciona diversão, estilo de vida saudável e convívio social. "A Maria Clara sempre gostou muito de fazer atividades e a escolha pela ginástica rítmica partiu dela mesma. Ela participou de uma seletiva para integrar a equipe e foi aprovada. Ela ama a modalidade, a rotina de treinamentos e o convívio com as amigas. E eu vejo milhares de benefícios e sempre vou incentivá-la"

ATENÇÃO

Educadora física e técnica de ginástica rítmica do Time Jundiaí, Juliana Sassi afirma que a procura pela modalidade é bem alta entre as crianças e reforça a importância do esporte para a faixa etária entre 6 e 9 anos. "É uma fase em que as crianças têm uma capacidade gigante de adquirir conhecimento do próprio corpo e desenvolver habilidades motoras fundamentais, mas é necessário muito cuidado e tato para trabalhar com o esporte. Muita atenção para respeitar os limites físicos e assim auxiliar o crescimento saudável. Também é preciso de muita pedagogia e psicologia para desenvolver as questões emocionais, respeitando as individualidades de cada criança", alertou a professora.

ESPORTE RADICAL

Os esportes radicais, como motocross, bicicross, surfe, skateboard-



Lucca Bernardes, 5 anos,
atleta de BMX

ding e paraquedismo também são muito praticados e fazem os olhos de crianças brilharem. Influenciado pelo pai, Marcos Vinicius Bernardes, o pequeno Lucca, de 5 anos, se apaixonou pelo BMX, um esporte de corrida praticado com bicicletas especiais em pistas de terra ou asfalto. "Ele sempre me acompanhou em eventos e competições de BMX e, desde muito novo, já demonstrava interesse em praticar. Quando ele tinha apenas 3 anos, eu montei uma bicicleta para ele e foi uma coisa fora do comum, ele caiu bastante nas primeiras pedaladas, mas

aprendeu super rápido e se apaixonou pelo esporte", disse Marcos.

Depois de "pegar no tranco" nos treinamentos e se adaptar cada vez mais nas pistas, os benefícios foram perceptíveis. "Depois de um tempo de adaptação, o Lucca já quis partir para as competições e está se saindo superbem. Eu percebi muitas mudanças nele depois que ele começou a se dedicar no esporte, tanto no comportamento quanto na parte física. Hoje ele é uma criança mais saudável, comunicativa, que sabe lidar mais com os sentimentos e as frustrações, e entende a importância que a atividade física traz para ele."

Hype

Educação positiva não é permissiva, segue firmeza gentil

Pais quebram corrente de educação violenta e priorizam o diálogo, repreendendo quando necessário, mas evitando conflitos

NATHÁLIA SOUSA

A educação positiva é um conceito da psicologia que preza pelo bem-estar familiar entre pais e filhos, promovendo a autonomia das crianças. Para isso, os pais devem focar na compreensão das atitudes dos filhos para então tomar uma atitude assertiva, prezando pelo diálogo. É necessário, porém, um equilíbrio entre a firmeza e a gentileza, para que a educação não seja autoritária e nem permissiva demais.

Educadora parental, Juliana Souto explica como funciona o método, que exalta a maturidade dos pais. “É possível ter uma educação firme e gentil ao mesmo tempo. Criança não sabe lidar com emoções, o que leva à birra, ao choro. As crianças não têm maturidade e precisam se expressar de alguma forma. Os pais precisam se controlar emocionalmente para educar os filhos.”

Ela comenta sobre o método utilizado. “O objetivo é encorajar as crianças a serem pessoas mais responsáveis, resilientes e corajosas. Trabalho com



acolhimento de mães há algum tempo e hoje sou educadora parental e aplico as ferramentas da educação positiva. Fomos educados de outra forma, mas hoje os pais têm que estudar para educar, para ter um lar harmonioso e respeitoso. Vejo melhora nos meus atendimentos", comenta.

Juliana percebe que nos últimos anos houve uma inversão, do autoritarismo à permissibilidade. Sobre a educação mais violenta, que apenas recentemente começou a ser mais questionada, ela diz que gera reflexos na vida adulta. "Sempre há as pessoas que falam que apanharam na infância e estão vivas. A gente fala que a infância é o chão em que aquela pessoa vai pisar para o resto da vida. Com certeza esse adulto tem algum trauma, alguma insegurança, que pode gerar uma ansiedade, uma depressão. Mas era o que nossos pais tinham na época. Hoje, os pais trabalham muito e, como compensação, acabam sendo permissivos quando estão com os filhos. Compram tudo que a criança quer, deixam ficar no celular, mas criança precisa de interação. Telas são um veneno."

APLICAÇÃO

Juliana Demarchi Correia e o marido, Carlos Eduardo Correia, adotam a educação positiva com as filhas gêmeas Helena e Isis, de um ano e sete meses. Ela conta que é um desafio necessário. "A gente vem de uma educação diferente. Não criticando os nossos pais, era o que eles podiam fazer, mas sempre me esforço para lembrar que elas não têm maturidade para entender o que eu entendo. Se acontece algo, res-



piro fundo e busco uma maneira de as coisas serem mais tranquilas."

Para Juliana, as filhas compreendem melhor o que devem fazer quando ela passa tranquilidade do que quando grita. "Eu achava que era uma educação permissiva, mas, entendendo melhor, a gente vê que não é bem isso. Hoje elas estão numa fase de comer sozinhas. Em determinado momento, jogam comida no chão. Nesse ponto, sou mais firme, repreendo e, se continuarem jogando, tiro a comida. É nesse momento que tem que ser firme. Aí elas choram, porque querem comer, dou a comida de volta, mas fico mais esperta,

se quiserem jogar de novo, já seguro a mão. Tem que dar limite, mas sem ser muito reativa, sempre ensinando."

Com duas filhas sendo educadas ao mesmo tempo, Juliana desenvolve a educação positiva dentro do possível, mas sempre prezando pelo diálogo. "Desde que engravidei, busquei formas diferentes de educar e estudei para chegar ao meu caminho, porque, com duas, tem teoria que não funciona. Tenho encontrado a educação que tento fazer da forma mais positiva possível. Busco não falar só 'não' ou 'para', tento explicar por que elas não podem fazer algo", conta.

Hype

Doenças de infância

DA REDAÇÃO

A infância é um período onde a imunidade e os anticorpos estão sendo formados, por conta disso, muitas doenças são comuns nessa fase. O pediatra Cristiano Guedes, que há 20 anos atua no Hospital Universitário de Ju-
diaí, fala sobre as principais doenças e a importância da vacinação.

REVISTA HYPE: Quais são as doenças mais comuns na infância e que os pais devem estar cientes? Quais são os sintomas típicos dessas doenças?

Cristiano Guedes: As doenças mais comuns são, sem dúvida, as virais, que englobam desde as síndromes gripais, como gripe, resfriado, bronquiolite, passando pelas gastroenterocolites (popularmente chamadas de viroses), entre outras. Os sintomas típicos são coriza, espirros, tosse, febre, cansaço, vômitos e diarréia.

HYPE: Como os pais podem distinguir uma doença comum na infância e uma condição mais grave que requer atenção médica imediata?

CG: Normalmente, as doenças mais comuns trazem sintomas mais leves, já as de maior gravidade trazem sinais como cansaço, inapetência, queda do estado geral e prostração (conjunto de sensações desagradáveis, como cansaço excessivo e exaustão).



HYPE: Quais medidas preventivas os pais podem tomar para reduzir o risco de seus filhos contraírem doenças comuns na infância, como resfriados, gripes e infecções de ouvido?

CG: O melhor tratamento é a prevenção. Podemos agir de várias maneiras, como tratam-se de doenças infectocon-

tagiosas, devemos diminuir a exposição aos agentes:

- * Evitar aglomerações
- * Evitar contato com pessoas doentes
- * Lavar bem as mãos
- * Uma boa hidratação
- * Manter ambientes arejados
- * Manter vacinação atualizada

HYPE: Existem vacinas disponíveis para prevenir algumas das doenças comuns na infância? Quais são essas vacinas e como funcionam?

CG: Sim, as vacinas são uma barreira importantíssima! Existem vacinas para diversas doenças, tanto vírais (ex: gripe, sarampo, varicela, etc) como bacterianas (ex: meningite, pneumonia, coqueluche, etc). As vacinas ajudam o organismo a se preparar, produzindo anticorpos específicos para tais doenças.

HYPE: Como os pediatras desempenham um papel na educação dos pais sobre a prevenção e o tratamento de doenças comuns na infância? Quais recursos eles podem fornecer para ajudar os pais a cuidarem de seus filhos de forma saudável?

CG: Nossa maior arma é a orientação. Temos que, sistematicamente, reforçar a enorme importância das vacinas e caso haja resistência, informar os riscos.

HYPE: Qual é a importância da vacinação

na prevenção de doenças infantis? Quais são as doenças mais comuns que as vacinas podem prevenir?

CG: A vacinação é uma das principais barreiras que temos para evitar determinadas doenças ou, se não pudermos evitar, pelo menos minimizar os danos que essas doenças causam. Existem vacinas para doenças simples, como gripe, até as mais graves, como meningite e pneumonia.

HYPE: Quais são os riscos associados à não vacinação em crianças e à falta de imunização contra doenças como o sarampo e a poliomielite?

CG: Vacinar é uma obrigação! Não apenas com a criança, mas com a sociedade. Deixar de vacinar, por exemplo, contra sarampo e poliomielite, pode trazer à tona novamente doenças que teoricamente já foram erradicadas. Alguns casos de sarampo já foram notificados nos últimos anos justamente pela falta de vacinação.

HYPE: Qual é o cronograma recomendado de vacinação para crianças, desde o nascimento até a idade escolar? Por que é importante seguir esse cronograma?

CG: As vacinas se iniciam logo no nascimento, com a BCG e a Hepatite B e seguem até a vida adulta. Devem ser seguidas como recomendação, pois assim conseguimos conferir maior proteção.

HYPE: Qual é o papel da educação contínua sobre vacinas para os profissionais de saúde e para a comunidade em geral na promoção da saúde infantil?

CG: Educação continuada para os profissionais de saúde, procurar entender a demanda de cada região, de cada época do ano e de cada faixa etária é fundamental. Só assim conseguimos, por consequência, orientar os pais da melhor maneira. Algumas vacinas trazem mais resistência por parte dos pais, como a da covid-19, mas temos o apoio e o aval das sociedades brasileiras de pediatria e de infectologia para nos dar suporte.

Hype

CYBERTEC 4D

CONHEÇA ESTA SOLUÇÃO INOVADORA DA DELPHOS EM
SEGURANÇA HÍBRIDA - TECNOLOGIA COM HUMANIZAÇÃO



Cuidando da saúde mental infantil em um mundo desafiador

DA REDAÇÃO

A saúde mental precisa ser levada a sério em todas as fases da vida, inclusive na infância. É mito que ‘criança não tem preocupação’ e por conta disso não precisa dessa atenção. A psicóloga infantil Patrícia Boccomino Cavassani fala sobre os cuidados que é preciso ter com a mente dos pequenos.

REVISTA HYPE: Quais são os principais desafios que as crianças enfrentam em relação à saúde mental nos dias de hoje? Há diferenças significativas em comparação com gerações anteriores?

Patricia Cavassani: Nos dias de hoje, primeiramente eu diria que é lidar com o preconceito, a falta de conhecimento, falta de planejamento no caso da inclusão escolar, a falta de recursos financeiros governamentais e pessoais, pois demandam uma rotina em consultas, exames, terapias e outros mais. Em comparação aos anos anteriores, a diferença é que houve um aumento bem significativo de casos, e mesmo com muitos profissionais e protocolos, ainda permanecem dificuldades nos dias de hoje.

HYPE: Como os pais podem identificar sinais precoces de problemas de saúde mental em seus filhos? Quais são os indicadores mais comuns?



PC: Os pais podem observar, acompanhando o desenvolvimento da criança. Desde o nascimento, verificando se o bebê corresponde aos sons, barulhos, olhares, movimentos, balbucios, interesses pelas pessoas, pelos objetos, pelos pets, o tempo em que firma o pescoço,

se está muito molinho ou não, o tempo para sentar sem apoio, engatinhar (caso a criança engatinhe), andar, falar as primeiras palavras, se faz trocas, e muitas vezes, caso não seja percebido quando novinho, as queixas começam a aparecer nas escolas, como comportamental

ou dificuldade de relacionamento assim como de aprendizagem.

Não esquecendo que o filho estará sempre em consultas de rotinas médicas, pediátricas, e é preciso estar questionando o profissional caso haja dúvidas.

HYPE: Qual é a importância de criar um ambiente familiar saudável e de apoio para promover a saúde mental das crianças?

PC: Nesta questão engloba aqui na resposta saúde mental/emocional.

Toda criança necessita de um ambiente no qual ela possa ter a base, que vem primeiramente da família. A família que acolhe, que ouve, que impõe limites, que ensina o certo e o errado, a base do amor, respeito, e assim ao próximo, seja ele quem ou o que for. Mas não podemos esquecer que, se tratando de filhos, nós pais precisamos fazer, e não somente falar, somos o espelho e o modelo o tempo todo. A criança reproduz o que ela vivencia dentro de casa, a criança irá corresponder conforme o que ela vive e aprende, vê e ouve. Importante salientar as escolhas de programas de TV, internet, letras de músicas. O que eles estão recebendo de informações também por estes meios de comunicação, influencia. De fato, cada uma tem sua própria personalidade, mas a base é o princípio de tudo.

HYPE: Como a escola e o sistema educacional podem desempenhar um papel na promoção da saúde mental infantil? Quais estratégias podem ser implementadas nas escolas?

PC: Pelo que sei, as escolas sempre ofereceram programas neste sentido. Ao que vejo, algumas desempenham, outras

não! Nas escolas eles fazem dinâmicas de grupos, rodas de conversas, acho muito interessante o uso de leituras e teatro de fantoches, onde eles possam se expressar, trazendo suas dificuldades. Dinâmicas nas quais eles passem por experiências no papel de outros, assim sentem "na pele" como o outro se sente. Criar salas de conversa/bate papo, as quais disponibilizam às crianças, e até mesmo alunos maiores, sentirem a segurança e confiança para se expressarem. Momentos mais didáticos de aprendizagem, respeitando o tempo de cada um sempre, não deixando a dificuldade do aluno se destacar quando esta acontecer, evitando assim o momento de vergonha, encarando a dificuldade de cada um como fazendo parte do aprendizado e até mesmo valorizando, pois a dúvida de um pode ser a dúvida de outro que não conseguiu expor.

HYPE: Quais são as principais técnicas terapêuticas usadas para tratar questões de saúde mental em crianças? Como os pais podem procurar ajuda profissional se necessário?

PC: Conforme o quadro clínico, uma criança que apresente distúrbios comportamentais, déficit de aprendizagem, acompanhado de distúrbio da fala, ou não, física... por ser a princípio uma queixa mental, normalmente é encaminhada à psicoterapia, e nesta é verificado se existe a necessidade de acompanhamento de outras terapias como fonoaudiológica, terapia ocupacional, fisioterapia, ou não. Conforme o caso, existe a necessidade de se fazer um diagnóstico mais preciso.

Primeiramente, os pais devem passar

por neurologista, este fará os encaminhamentos que ele julgar necessários. A criança passará pelos profissionais, será avaliada e o médico é quem fecha o diagnóstico. E assim, quais as terapias necessárias conforme o caso, até mesmo, se necessita fazer uso de medicação ou não.

HYPE: O uso de tecnologia e mídias sociais afeta a saúde mental das crianças? Que diretrizes os pais devem seguir em relação ao tempo de tela?

PC: Sim, inclusive está comprovado que sim. O que a criança vê e ouve, ela pega para si, serve como algo a ser seguido. Os pais necessitam estipular um tempo, o que cabe a cada família em sua dinâmica decidir qual seria este tempo e que seja o mínimo possível.

Isso no caso de crianças que já estão com certa idade para fazer o uso das telas, e quando estas oferecem jogos didáticos, vídeos que lhes trazem algo que seja rico em conteúdo.

HYPE: O estigma em torno das questões de saúde mental infantil ainda é um problema? Como podemos melhorar a conscientização e a aceitação e tirar aquele mito que 'criança não tem que se preocupar com isso'?

PC: Não estou vendo como estigma. Atualmente, o olhar à saúde mental está bem maior, não podemos generalizar, existem casos sim de negligência, algumas pessoas não "querem ver o que está acontecendo", "acham" que é normal este comportamento na criança, mas hoje os cuidados com a saúde mental estão muito mais abrangentes, conhecidos e acessíveis. E temos sim, muita procura.

HYPE: O bullying e o assédio escolar são preocupações crescentes. Como os pais podem ajudar a prevenir e lidar com essas situações de forma eficaz?

PC: Sim, infelizmente sim.

Os pais precisam estar bem emocionalmente e passar isso aos seus filhos. A auto estima, autoaceitação, o ser como sou e como quero ser e está tudo bem. Minha identidade, ser quem sou, como sou, hereditariedade, e está tudo bem... Quem está bem, não incomoda ninguém, e também quem está bem consigo, bloqueia as ofensas alheias.

Seria muito interessante as escolas reforçarem isso, lá é que existe o social e o trabalho de conscientização, trabalhar a empatia, é algo muito rico.

HYPE: Qual é o papel dos educadores, cuidadores e familiares na promoção da resiliência e bem-estar emocional das crianças?

PC: O que é falado e feito, necessita ser verdadeiro. Não pode passar insegurança. Acreditar nas capacidades, estar de olho sempre, mesmo que seja a distância, confiar, mostrar que você

adulto confia e acredita que este ser é capaz. Valorizar suas qualidades, muito mais do que apontar os defeitos, pois crianças precisam ser corrigidas. Todo ser humano erra, independentemente da idade. Mas não é o erro que precisa estar em destaque, e sim as qualidades, as facilidades e, quando surgem, as dificuldades, mostrar que é assim mesmo, que as falhas, os erros, as perdas, os revezes, fazem parte de nossos aprendizados por todo nosso tempo de vida, e está tudo bem, pois esse aprendizado é rico em superação!!

Hype



Empreendedorismo: a luz no fim do túnel?

Muito tem-se falado sobre a desigualdade salarial entre pessoas exercendo as mesmas funções: como mostram as estatísticas, negros e mulheres são, mundialmente, sistematicamente sub-remunerados. A notícia animadora é que essa disparidade tem diminuído.

Em nosso País há, todavia, uma desigualdade social ainda mais profunda e dolorosa, fruto da pobreza extrema. De acordo com o Banco Mundial, o Brasil tem 13,5 milhões de pessoas nessa condição. Somadas aos que estão na linha da pobreza, representam 25% da população nacional.

Ao longo da nossa história, gerações após gerações de brasileiros vivem em condições precárias, sem acesso a saneamento básico, sujeitas desde o nascimento a um ambiente insalubre e incapacitante que perpetuam a sua condição e o nosso subdesenvolvimento.

As características e a distribuição desses brasileiros deixam claras o nefasto legado do nosso passado escravagista: 38,1 milhões, que correspondem a 72,7% dos pobres ou extremamente pobres, são pretos ou pardos, sendo que as mulheres pretas ou pardas são 27,2 milhões, o maior contingente. Vale ainda destacar que o rendimento domiciliar per capita médio de pretos ou pardos é metade do recebido pelos brancos.

Medidas paliativas, como o Bolsa Família, têm acudido, em grande parte, essa população, sem, todavia, ter o condão de alavancar a mudança de fato dessa condição.

A boa nova é que estamos assistindo agora o surgimento de uma luz no fim do túnel, capaz não apenas de mitigar a situação dessa população, mas, de forma dinâmica, possibilitar o crescente aumento da renda desse contingente: o chamado "empreendedorismo da favela".

O empreendedorismo da

favela se dá de várias maneiras: formalizados e informais, de iniciativa local ou externa, de parceria de empreendedores nascidos e criados nas favelas com empresas do asfalto, de microempreendedores individuais e trabalhadores avulsos.

Segundo o Data Favela, o primeiro instituto de pesquisa com foco na atividade econômica das favelas brasileiras, que estuda o comportamento e o consumo de seus moradores e identifica oportunidades de negócios para pessoas externas e internas que desejam desenvolver operações nessas regiões, 29% das mulheres têm o sonho de empreender, e o sucesso profissional é um anseio de 14% dos homens que vivem nas favelas.

A pesquisa também mostrou que 46% dos seus moradores sonham em ter um negócio próprio, 56% dos entrevistados já se consideram empreendedores e 39% responderam já ter o seu negócio.

De uma maneira geral, segundo a edição de 2022 do relatório da Global Entrepreneurship Monitor (Monitor do Empreendedorismo Global), realizado pelo Sebrae e pela Associação Nacional de Estudos em Empreendedorismo e Gestão de Pequenas Empresas (Anegepe), 67%



da população brasileira adulta está envolvida com o empreendedorismo (em 2017, essa proporção era de 15,3%), seja porque já tem um negócio, está fazendo algo para ter ou deseja começar a empreender nos próximos três anos.

Colocada em números absolutos, essa porcentagem representa um universo de 93 milhões de brasileiros entre 18 e 64 anos, sendo 42 milhões empreendedores e os outros 51 milhões potenciais empreendedores. Os empreendedores são aqueles que já tinham um negócio, formal ou informal, e/ou que fizeram alguma ação, em 2022, visando ter um negócio no futuro. Já os potenciais empreendedores são a estimativa do número de pessoas adultas (com 18 a 64 anos) que não têm empreendimento, mas que gostaria de ter em até três anos.

Esse universo dinâmico de 51 milhões de brasileiros como potenciais empreendedores fez com que o país ocupasse a segunda maior população absoluta de potenciais empreendedores no mundo, atrás apenas da Índia - cuja população é sete vezes maior do que a nossa.

Jundiaí tem se engajado ativamente nesse processo, desburocratizando a abertura de empresas para fomentar o empreendedorismo, regulamentando no mesmo dia a inscrição municipal de empresas que exerçam atividade de baixo risco. Não precisamos de "salvadores da pátria" ou de medidas extremas. O que vai fazer o nosso País avançar é o esforço de todos e de cada um por uma vida melhor.

Miguel Haddad



EDITORIAL DE MODA GAN-K

Os pequenos também participam de editoriais de moda e podem se vestir unindo conforto e estilo. Confira o ensaio cheio de personalidade para a marca Gan-K.

Para quem quiser conhecer um pouco mais sobre os itens disponíveis e comprar as roupinhas, basta entrar em contato pelo site www.gankoficial.com.br [Instagram @gankoficial]



Fotos originalmente publicadas no site Jana Nogueira Fotografias (www.jananogueira.com.br)



FASHION



JANA
NOGUEIRA



JANA
NOGUEIRA

FASHION



Nesta aventura fantástica, uma menina descobre os poderes mais importantes do mundo

Com a obra infantojuvenil “Os Números de Ághora: Seven”, Fábio BeGi transmite valores universais e discorre sobre sentimentos humanos a partir da história de uma criança destinada a salvar um reino

Elaine, protagonista de Os Números de Ághora: Seven, está na casa dos avós quando descobre a existência de um espiral que a levará para um mundo fantástico. Entusiasmada, a menina deixa sua vida pacata para se aventurar por um universo com vários reinos, criaturas fantásticas e florestas imponentes.

O livro escrito por Fábio BeGi vai acompanhar a trajetória da personagem humana em Ághora. Neste lugar, ela se envolve em uma batalha contra vilões poderosos para salvar todos os habitantes e evitar o domínio de pessoas mal-intencionadas. Não é uma missão concedida por acaso: a garota pertence a uma linhagem familiar que, de vez em quando, é convocada para solucionar os problemas deste mundo.

Você continua falando em justiça, quando vive em um mundo tão injusto quanto possível. Se um inseto ficasse preso na teia da tal aranha por curiosidade de saber o que era aquilo, ela



deveria soltar seu alimento? Claro que não, a teia serve a seu propósito; prender. Meu reino serve a um propósito bem maior que aparenta. [Os Números de Ághora: Seven, pg. 240]

Com esta responsabilidade, Elaine cruza o caminho de figuras que se

tornarão imprescindíveis para o enredo, como Chien, um pequeno guerreiro, e Sheeva, uma gatinha alada. O trio formará um elo capaz de enfrentar grandes problemas e mostrará aos leitores a importância da amizade para auxiliar nos conflitos diários.

A empatia, o cultivo do amor e a necessidade de enfrentar obstáculos para o amadurecimento são alguns dos temas abordados. Por meio de uma narrativa fluida, com mistérios e reviravoltas, Fábio BeGi conversa com os jovens sobre valores universais, como o senso de justiça, a busca pela paz, a honestidade e a bondade, para expressar que estes são os verdadeiros poderes das pessoas.

FICHA TÉCNICA

Título: Os Números de Ághora: Seven

Autor: Fábio BeGi

ASIN: B08L16Q8J1

Páginas: 427

Preço: R\$ 24,99 (e-book)

LANÇAMENTOS LITERÁRIOS

BELA, A FERA, E FERNÃO, O BELO

Janaina Tokitaka

Nesta nova versão de um dos mais cativantes contos de fadas, os leitores vão se divertir e se surpreender com as deliciosas reviravoltas da vida da princesa Bela.

A princesa Bela dá risada de piada de pum, adora demonstrar como suas mãos são fortes e não tem paciência para as louças de cristal em que são servidas suas refeições. Já o cozinheiro Fernão gosta de transformar seus pratos em arte e admirar a beleza das pequenas coisas. Mas o encontro dessas

duas personalidades pra lá de diferentes pode abalar as estruturas do palácio -- literalmente!

Este reconto inesperado e muito divertido da coleção Canoa, escrito por Janaina Tokitaka e ricamente ilustrado por Flávia Borges, vai surpreender, quebrar estereótipos e arrancar risadas de crianças e adultos! A coleção Canoa tem como objetivo levar literatura infantil de qualidade a um preço popular para todos os pequenos leitores.

Indicado para leitores a partir de 6 anos.

R\$ 9,90



O CÁLICE DOS DEUSES

(Percy Jackson e os olimpianos)

Rick Riordan

Rick Riordan, autor com mais de 7 milhões de exemplares vendidos no Brasil, traz de volta o jovem semideus que conquistou leitores no mundo todo. Em O cálice dos deuses, Percy se reúne novamente com os amigos Annabeth e Grover para uma de suas missões mais difíceis até agora: ser aceito na universidade. A nova aventura da série Percy Jackson e os olimpianos chega às livrarias em lançamento mundial simultâneo em 26 de setembro.

Depois de salvar o mundo inúmeras vezes de monstros, titãs, gigantes e outras criaturas aterrorizantes, tudo que Percy deseja é que seu último ano no ensino médio seja tranquilo. Infelizmente, os deuses têm outros planos para o jovem herói. Se ele quiser mesmo entrar na



universidade, terá que cumprir três missões para conquistar três cartas de recomendação vindas diretamente do Monte Olimpo.

A primeira missão envolve ajudar o copeiro de Zeus a recuperar seu cálice antes que ele caia nas mãos

erradas. Mas será que Percy, Annabeth e Grover conseguirão achar o poderoso cálice a tempo?

Para celebrar o lançamento de O cálice dos deuses, os volumes da série ganharam novas capas que seguem o design do novo livro. Em breve os fãs também poderão conferir as aventuras dos semideuses do Acampamento Meio-Sangue na televisão: os primeiros episódios da adaptação de Percy Jackson e os olimpianos chegam à plataforma de streaming Disney+ em 20 de dezembro.

Combinando mitologia grega com fantasia, aventura e personagens apaixonantes, Rick Riordan traz uma história hilária, ágil e inesquecível que vai encantar novos leitores e todos que cresceram junto de Percy e dos outros semideuses.

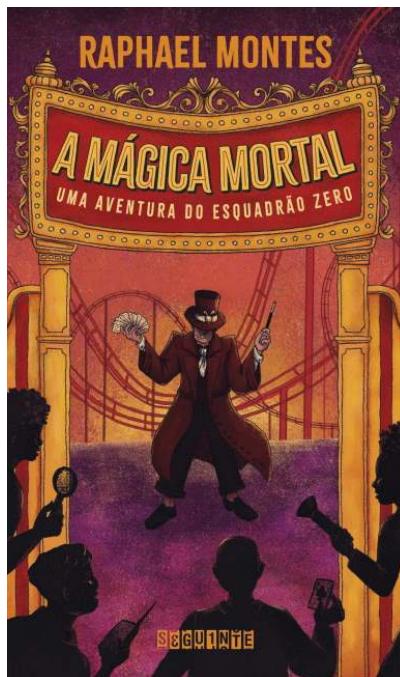
Indicado para leitores a partir de 8 anos.

R\$ 59,90

A MÁGICA MORTAL - RAPHAEL MONTES

A cada truque de mágica, um crime. Em seu primeiro livro juvenil, o mestre do suspense Raphael Montes nos apresenta ao Esquadrão Zero -- um grupo de jovens detetives que vai encarar uma investigação repleta de perigos e reviravoltas.

No mundo da mágica, nem tudo é o que parece. Pedro sabe disso muito bem, afinal, sempre foi fascinado por ilusionismo. Só não imaginava que ia entrar para valer nesse universo por causa de um crime terrível. Depois que seu melhor amigo é vítima de um mágico sinistro, Pedro decide encontrar o culpado a qualquer custo. Assim, o garoto



reúne Pipa, Analu e Miloca, seus amigos de escola, para formar o Esquadrão Zero -- e juntos desvendarem o caso.

Não demora para o criminoso fazer novas vítimas, sempre utilizando números de mágica famosos. Em uma corrida contra o tempo, os quatro jovens investigadores terão de cruzar a cidade numa aventura que envolve ilusionistas excêntricos, livros eletrizantes e um castelo imponente. Será que o grupo conseguirá descobrir quem é o mágico assustador antes que ele realize seu próximo truque?

Indicado para leitores a partir de 10 anos.
R\$ 49,90

LELÊ É PEQUENINHA -

Rafaela Deiab e Tieza Tissi

Lelê é uma menina pequeninha, curiosa e esperta que está muito animada para compartilhar com você todas as aventuras e descobertas do seu dia a dia na cidade.

A Lelê mora num prédio cheio de janelinhas, gosta de ir bem alto no balanço da praça e de brincar no tanque de areia com os amigos, mas reclama na hora de dividir os brinquedos. De manhã, passeia com o papai e o cachorro Pagode, vai à feira com a mamãe comer pastel e tomar caldo de cana -- huuum! Depois do almoço, quem a leva à escola é a vovô. Mas, calma, o dia está só começando.

As crianças pequeninhas, piticas, grandes e grandonas da cidade, do espaço sideral e do campo também vão se reconhecer acompanhando cada detalhe da rotina da Lelê. Sob o seu olhar, o leitor vai poder observar a cidade e suas miudezas tão especiais -- brincar com o tatu-bola, estourar beijinhos do canteiro de plantas, admirar a vitrine da padaria cheinha de gostosuras. As autoras Rafaela e Tieza, além de abordarem experiências, sensações e sentimentos com ternura e sensibilidade, exploram na narrativa con-



ceitos de grandeza, espacialidade e palavras-chave de maneira lúdica e interativa com o leitor.

Indicado para leitores a partir de 0 ano.
R\$ 54,90

O desabrochar da Adolescência

Neste ano em que honrosamente sou mais uma vez convidado a escrever sobre o Dia das Crianças, gostaria de enfatizar um aspecto relacionado a transformações que ocorrem no fim da infância, aquilo que contemporaneamente conhecemos como adolescência.

Dentro da classificação das energias na medicina tradicional chinesa, existe uma modalidade energética bastante primitiva, inata a todo ser humano, chamada Yuan Qi (uma possível tradução seria “energia genuína”). Essa energia é resultante de todo potencial energético adquirido da viajem paternal e maternal do indivíduo e pode ser comparada com o potencial genético que cada um carrega em si, herdado dos nossos ancestrais.

Nos primeiros sete anos de vida [no caso das mulheres; com os homens o mesmo fenômeno ocorre aos oito anos] essa energia deixa os rins, onde ela é armazenada, para se desenvolver em uma fase junto do fígado. Este órgão está muito ligado ao movimento madeira de transformação da energia em Yang e, por conta disso a sua característica é o crescimento.

Nesta fase, o crescimento da criança é bastante notável, sem que, no entanto, ocorram tantas modificações nas proporções do corpo, feições e mesmo a biomecânica dos seus movimentos: trata-se de um desenvolvimento de

uma criança para se tornar “uma criança maior em tamanho”.

Por volta dos 14 anos [entre as meninas; homens aos 16 anos], essa energia dá novamente “um salto” passando para uma fase mais próxima do órgão coração (Xie, em chinês) e o desenvolvimento de tamanho continua, mas com uma modificação radical do corpo, para que as meninas se tornem mulheres e os meninos se tornem homens.

O coração, na medicina chinesa, é aclamado como a “morada da mente” e tem a ver com a nossa própria identidade; tem a ver com nossas vontades, nossas aspirações e é a porta de entrada para os centros energéticos mais elevados, para o despertar da nossa consciência ou até mesmo a expansão para além dela.

Desta forma, quando o desenvolvimento dessa energia ocorre neste





DR. ALEXANDRE MARTIN* | @XANMARTIN

nível, as modificações de personalidade e no campo “psicológico” são enormes, algo que não havia ocorrido até então no desenvolvimento daquele ser humano. Trata-se do tão conhecido “amadurecimento” da adolescência e da formação de caráter que lhe é típico, com todos os questionamentos e idealizações.

Comum e esperado, então, são comportamentos por hora desconexos, polarizantes e radicais, pois, ao se tratar de uma criança que não só está escolhendo o novo que lhe agrada, mas também está aprendendo a escolher, a negação

e oposição simples torna-se uma solução bem cômoda: se meus pais gostam de “A”, então vou passar a gostar de “Z”, furtando-se do fato de toda uma gama de letras que existe entre os dois polos.

Por vezes, os pais se desesperam com esse tipo de quadro, pois estavam acostumados a lidar com a(o) pequena(o) que era muito bem educada(o), mas que agora as atitudes de questionamento podem ser confundidas com “revoluções” calcadas em comportamentos inadequados por motivos fúteis (e às vezes são mesmo; como disse, faz parte do processo do aprendizado de como

questionar). Não raro, acabam todos em meu consultório, para tratamento: pais e filhos, para harmonizar seus campos energéticos, emoções e humores.

Para ambos, eu costumo deixar a mensagem que os tranquiliza logo de cara: “Tudo vai dar certo!”. Esse aprendizado é fundamental e muitas vezes neles estão inseridos elementos que serão carregados para o resto da vida da pessoa de uma forma muito positiva. Como exemplo, cito a mim mesmo: sempre fui um menino obeso, tendo passado por vários tratamentos com endocrinologistas e outros médicos de linha tradicional durante a minha infância. Por mais que eu (e minha mãe, que me dava todo o suporte) tentasse, não conseguia obter nenhum tipo de sucesso consistente.

Por volta dos 15 anos de idade, parte de um processo de descobrimento típico da adolescência, me interessei pela cultura oriental e por consequência, pela medicina chinesa, algo que era completamente inédito na minha casa, pois nenhum dos meus pais ou parentes tinha interesse nesse assunto (este foi um dos motivos pelo qual me interessei, entenderam?).

Com a minha disposição alinhada com minha vontade por escolher um método genuinamente meu, o tratamento foi um sucesso: 20 quilos eliminados e novas perspectivas para minha autoestima. Meu interesse por esse assunto continuou crescente e o resto, como dizem, é história.

Hype

Alexandre Martin é médico formado pela Unicamp e especialista em acupuntura e osteopatia

QUEM NÃO GOSTA DE GANHAR PRESENTES?

Principalmente as crianças. Ver os olhinhos brilhando quando abrem o pacote é uma sensação única. Por isso, confira dicas de presentes para esse Dia das Crianças.

MOCHILA STRAP MINI CANVAS AZUL

Procurando aquela mochila estilosa e prática pra andar por aí? Então encontrou: a Mochila Strap Mini Canvas Azul!

Vem conferir os detalhes:



- Além da abertura principal, ainda vem com 3 bolsos frontais: 2 laterais e 1 de zíper.

- Divisória interna, pra deixar separado o que precisar.

Ótima pra deixar tudo organizado para o seu passeio ou para o seu dia a dia. Além, é claro, de ter uma combinação de azul com rosa super criativa e trendy!



PORTA RETRATO REGISTRO MÃO DE BEBÉ

Muito mais do que um porta-retratos, a perfeita definição de amor feito à mão! O presente ideal para você guardar para sempre aquela foto especial do seu bebê e ainda registrar a mãozinha dele na argila.

Contém: 1 porta-retrato, 1 pacote com argila e 1 manual de instruções. Tamanho da foto: 12,5x12,5cm. Material do porta-retrato: madeira

SYLVANIAN FAMILIES

A Família das Girafas são figuras encantadoras com pescoços longos e pelagem distinta. O conjunto contém quatro figuras: pai Egbert, mãe Olive, e os bebês Bran e Brie. Inclui uma câmera e um par de binóculos para os bebês. Os braços e pernas das figuras podem ser movidos para colocá-los em diferentes poses. Pai Girafa Egbert continua esquecendo sua altura, então ele está sempre batendo com a cabeça nas coisas. A mãe Olive é muito otimista. Bran, o bebê em laranja, adora tirar fotos com a câmera que seu pai lhe deu. Ele realmente admira o seu pai alto, de mais de uma maneira! Brie, de vermelho, gosta de usar os binóculos que seu pai lhe deu. Ela está sempre implorando à mãe que a deixe montar na cabeça para poder ver mais longe e mais longe. Combine com outras casas e móveis (vendidos separadamente) para uma brincadeira ainda mais divertida e imaginativa!



ROLLER CELEBRATION 2.0

A Bibi Calçados preparou um lançamento especial para o Dia das Crianças. A marca pioneira em calçados infantis no Brasil apresenta ao mercado o novo Roller Celebration 2.0. Com luzes de led coloridas, o tênis é todo produzido em material flexível e confortável, além de ser super leve. O calçado não tem cadarço, promovendo segurança, praticidade e facilidade no calce. Além disso, tem forro em tecido macio e palmilha Fisioflex, que proporciona a sensação de que estar de Bibi é tão confortável como andar descalço. As luzes de led são muito brilhantes e automáticas, não precisam ser carregadas, sendo acionadas ao caminhar da criança, ou seja, é garantia de diversão na certa. Além disso, o solado evita derrapagens e tem desenho de rolamentos, que acompanham os movimentos dos pés.

A novidade está disponível nas mais de 130 lojas da Bibi espalhadas pelo Brasil e no e-commerce da marca. São várias cores para que o calçado possa combinar com diferentes looks. O tênis possui numeração do 22 ao 32, e custa R\$ 219,90.



LANÇAMENTOS CACAU SHOW

Em comemoração aos 100 anos dos estúdios Warner Bros., a Cacau Show criou uma linha de produtos que vai ganhar o coração do consumidor.

O conhecido sabor e qualidade da Cacau Show agora vem junto com os personagens Looney Tunes queridinhos e icônicos da Warner Bros., tais como Pernalonga, Patolino, Gaguinho, Frajola, Piu-Piu, Papa-Léguas, Coiote, entre outros.

ENTRE OS LANÇAMENTOS, DESTACAMOS:

Caixa Enigma Harry Potter 47G

Chocolate ao leite com 8 minis personagens da linha Harry Potter diferentes colecionáveis!

A partir de R\$ 19,90 para Cacau Lovers.

Pelúcia Pernalonga Wb100 Anos

Pelúcia do Pernalonga. A partir de R\$ 79,90 para Cacau Lovers



Receitas de carinho

Cozinhar é um ato de amor, que pode unir a família e incluir as crianças em momentos que geram memórias afetivas e lembranças. Por isso, a Revista Hype separou receitas fáceis, com processos simples, que as crianças podem ajudar a fazer sem medo.

SANDUÍCHE CAPRESE

INGREDIENTES

- 5 tomates cereja
- 100 g de muçarela de búfala
- 6 folhas de manjericão fresco
- 2 fatias de pão de sua preferência
(baguete, ciabatta, pão de forma, etc.)
- Azeite de oliva extra virgem
- Sal e pimenta a gosto



MODO DE PREPARO

Em uma tábua, corte os tomates cereja e a muçarela de búfala já higienizados ao meio. Em uma frigideira em fogo baixo, adicione as fatias de pão até que fiquem crocantes. Em seguida, retire-as

e coloque-as em um prato.

Adicione as metades de tomate cereja sobre uma fatia do pão e coloque as rodelas de muçarela de búfala por cima. Tempere com sal e pimenta a gosto. Adicione as folhas de manjericão

fresco higienizadas sobre a muçarela e regue com um fio de azeite de oliva extra virgem. Coloque a outra fatia do pão sobre o recheio para montar o sanduíche e pressione levemente para fixar todos os ingredientes.



Horários de funcionamento

Cortes premium, carnes para o dia a dia, produtos importados e muito mais!

SEGUNDA - SEXTA 7:00 - 19:00

SÁBADO 7:00 - 18:00

DOMINGO E FERIADOS 7:00 - 13:00

@lemeatsjundiai

(11) 97443-7101 (11) 4582-9330

R. COMENDADOR GUMERCINDO
BARRANQUEIROS, 285 - JD STA TERESA



ESPAQUETE COM BRÓCOLIS

Por Sônia Machiavelli *

INGREDIENTES

- 300 gramas de espaguete
- 2 colheres [sopa] de azeite de oliva
- 2 dentes de alho picados
- 1 tomate maduro, mas firme
- 6 filés de sardinha
- 1 filé de anchova [opcional]
- 3 xícaras [chá] de flores de brócolis ferventadas

MODO DE PREPARO

Para fazer um espaguete com brócolis, selecione as flores depois de lavar muito bem o legume em água corrente. Mergulhe em água fervente por dois minutos, escorra a água, depois coloque as flores em água gelada por outros três. Escorra e reserve alguns buquês para a decoração.

Prepare o molho. Coloque o azeite numa frigideira larga, doure os dentes de alho cortados em lâminas, o tomate sem pele e sem sementes cortado em gomos finos, os brócolis. Refogue e agregue a sardinha em pequenos pedaços e a anchova. Misture com delicadeza, usando garfo. Salgue



com cuidado no caso de usar anchova. Apimente a gosto. Cozinhe o macarrão na água salgada pelo tempo indicado na embalagem. Desligue, escorra, mas antes recolha meia xícara [chá] da água do cozimento.

Coloque essa água no molho de brócolis e, quando levantar fervura, junte o macarrão. Mexa rapidamente, desligue o fogo, transfira a massa para uma travessa, decore com os brócolis reservados. Sirva bem quente.



UMA NOITE ITALIANA ESTÁ ESPERANDO POR VOCÊ.
GARANTA SEU LUGAR NO EMPÓRIO VERACE!



DOCINHOS DE TAPIOCA

Por Sônia Machiavelli

INGREDIENTES

- Meia xícara de tapioca granulada
- 1 caixinha de leite condensado
- 150 ml de leite
- 150 ml de leite de coco

- 1 colher [sopa] de manteiga sem sal
- 100 gramas de coco ralado

MODO DE PREPARO

Basta hidratar a tapioca com o leite por cinco minutos. Depois, é juntar os outros ingredientes, metade do coco ralado e misturar tudo numa panela pequena. Em seguida, mexer para

integrar, levar ao fogo médio por dez minutos e continuar mexendo sem parar. Quando a massa começar a desgrudar das laterais e do fundo da panela está pronta. Retire para uma tigela, espere amornar e forme as bolinhas. Umedeça as mãos com água para facilitar. Role-as pela outra metade do coco ralado reservado e use a sua criatividade para servi-las.



**GTS DISTRIBUIDORA DE
PRODUTOS ALIMENTÍCIOS LTDA**

WhatsApp: 11 95636-5384

Telefone: 11 4815-8327

email: contato@distribuidoragts.com.br

instagram: @distribuidoragts

DIA DAS CRIANÇAS É COM A GTS!



- **Balas**
- **Pirulitos**
- **Doces em geral**
- **Chocolates**
- **Descartáveis**
- **Embalagens**
- **Brinquedos**

*Para fazer sacolinhas
ou montar mesa de
doces para festinhas*

PINK LEMONADE

INGREDIENTES

- 1 garrafa de 1,5L de água sem gás bem gelada

- 1 xícara [chá] de açúcar
- 1 xícara [chá] de suco de cranberry
- 1 xícara [chá] de suco de limão-siciliano
- 1 limão-siciliano em gomos, com casca

MODO DE PREPARO

Em uma jarra de servir, coloque a água, o açúcar, acrescente o suco de cranberry, o suco e os gomos de limão-siciliano. Deixe em geladeira por cerca de 2 horas. Sirva.



• DESIGN: CON.BR

Mais de
40
anos
de tradição

Restaurante e Choperia

Uhlen Haus

O Alemão da Marechal

Completo serviço
à la Carte

R. Marechal Deodoro da Fonseca, 702
Centro - Jundiaí - alemaodamarechal.com.br

Informações | Delivery (11) 4521-0917 | 4521-9836

@restaurante_uhlenhaus
@alemaodamarechaloficial

10 Grandes filmes sobre a infância

Os filmes da lista abaixo não são para crianças, mas sobre crianças.

São grandes filmes para adultos e contados pelo ponto de vista infantil, em histórias sobre descobertas, crescimento e crueldade, sobre incomprendidos e a necessidade da imaginação como fuga.

Não são fáceis, não querem agradar, e valem cada segundo.



1 BRINQUEDO PROIBIDO

de René Clément

Duas crianças, dois irmãos. Após um ataque de avião, seus pais morrem e elas são adotadas por camponeses. Aos poucos, começam a fazer descobertas e, em segredo, constroem um cemitério para animais. A empreitada, claro, não será compreendida pelos mais velhos. Com extrema humanidade, Clément mostra a descoberta da morte pelas crianças nesse filme premiado com um Oscar especial de filme estrangeiro.

2 OS ESQUECIDOS

de Luis Buñuel

A infância marginal na Cidade do México. Um grupo de garotos pratica atos crueis. Alienados, não dão importância às consequências. Buñuel faz a quita vez o melhor filme de sua fase mexicana, iniciada nos anos 1940 e estendida aos anos 1960 com filmes como "O Anjo Exterminador" e "Simão do Deserto". Para esse filme sobre a infância, chegou a filmar dois encerramentos diferentes. Por fim, acabou optando pelo mais cruel. Ao vermos o filme, percebemos que estava certo.

3 OS INCOMPREENDIDOS

de François Truffaut

O primeiro longa-metragem de Truffaut, que voltaria à sua personagem-chave, Antoine Doinel, em mais quatro filmes. "Os Incomprendidos" é o melhor, sua obra-prima. Começa na escola, nas dificuldades com o professor, passa à vida em família, depois à rua, entre a marginalidade, e termina com o mar, com a face do pequeno resistente. Para muitos, é o marco inicial da nouvelle vague francesa.





4 O ESPÍRITO DA COLMEIA de Víctor Erice

Grande filme passado na época da Guerra Civil Espanhola. Uma menina e sua irmã frequentam o pequeno cinema da cidade. Um filme novo aporta: é "Frankenstein", o clássico de James Whale. As crianças assistem e se assustam. Passam a imaginar o monstro. Em paralelo, uma delas encontra-se com um soldado da resistência, fugindo das tropas de Franco, que fica escondido em uma velha casa nas imediações.



5 A CANÇÃO DA ESTRADA de Satyajit Ray

Outro caso de um diretor que, logo em seu primeiro filme, entrega uma obra-prima. E outro caso de uma personagem que voltaria a aparecer em outros filmes desse mesmo cineasta - aqui, a famosa "Trilogia de Apu", que leva o nome de seu protagonista. Em cena, esse menino descobre o mundo ao redor, assiste às transformações de seu país, aos movimentos de sua avó, às brincadeiras da irmã. Mais tarde, ao trauma familiar.



6 KES de Ken Loach

A obra-prima do humanista Loach, um de seus primeiros filmes, sobre um garoto excluído, repleto de problemas em casa e na escola, que consegue um ponto de fuga: a amizade com um pássaro do qual passa a cuidar. A direção de Loach tem aspectos documentais, sempre toma alguma distância, nunca romantiza.

7 PIXOTE, A LEI DO MAIS FRACO de Hector Babenco

Um grande filme brasileiro que, com uma abertura alternativa, apresentada pelo próprio Babenco, mostra a favela na qual vivia, à época, Fernando Ramos da Silva, o Pixote [assassinado pela polícia anos mais tarde]. É assim, no espaço real, em clima de reportagem, que o diretor levanta-nos a pensar no exato ponto em que nasce sua ficção. O que vem depois é a ramificação dessa exposição inicial, que nos desarma.

8 FANNY E ALEXANDER de Ingmar Bergman

Dois irmãos vivem felizes entre família, no belo vazio de uma casa grande, próximos de fantasmas que às vezes surgem pelo ambiente. Tudo muda quando a mãe das crianças se casa de novo. O padrasto é um pastor autoritário. Bergman sabia das contradições religiosas, de seu lado mais amargo, castrador, ele próprio um filho de pastor luterano.

9 ONDE FICA A CASA DE MEU AMIGO? de Abbas Kiarostami

A saga de um menino atrás da casa de um amigo, para quem precisa devolver seu caderno da escola. Um filme de aparência simples, fria, com aspecto documental, feito de não atores e aos quais o mestre iraniano Kiarostami pede que sejam apenas eles mesmos. Uma odisséia como poucas vezes se viu. "Seja documentário ou ficção, o todo é sempre uma mentira que contamos", declarou certa vez o diretor.

10 O LABIRINTO DO FAUNO de Guillermo Del Toro

Com "A Espinha do Diabo", o diretor mexicano já havia realizado um grande filme misturando crianças à Guerra Civil Espanhola. Mas é com "Fauno" que chega ao máximo de sua obra ainda em andamento: uma história sobre uma garota que acaba de ganhar um padrasto militar e é levada a morar em um ambiente afastado. Ali, entre o sufoco de uma nação atordoada por Franco, ela foge à própria imaginação.

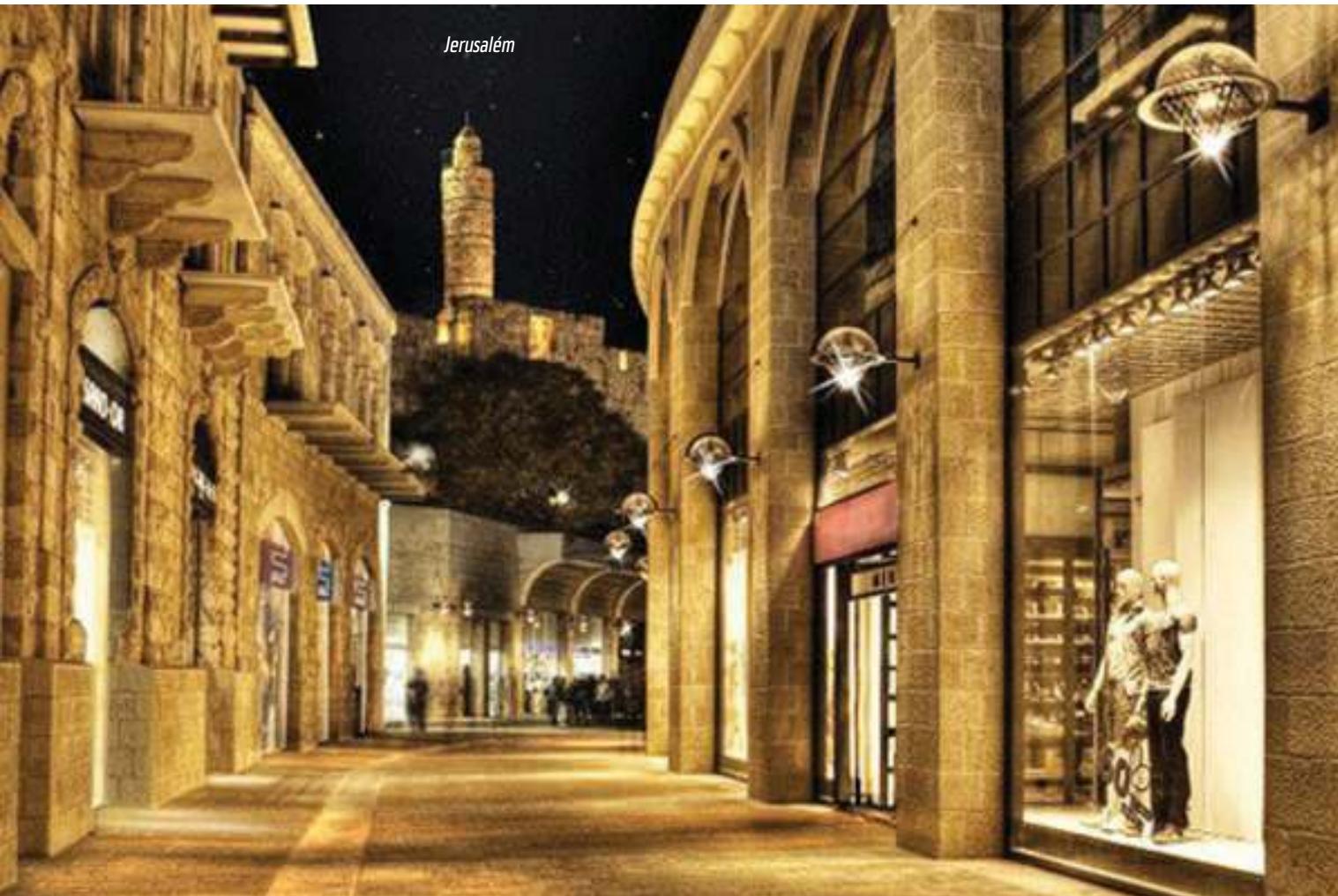
Hype

Rafael Amaral é crítico de cinema e jornalista; escreve em palavrasdecinema.com; contato em ramaral@jj.com.br

Israel

um país melhor do que você jamais
sonhou ser possível

Jerusalém



Sonhando com praias de areia dourada? Você procura a beleza e a serenidade de grandes espaços ao ar livre? Fascinado por história antiga e arqueologia? Apaixonado pela vibração moderna de uma metrópole? Então arrume suas malas e visite Israel - onde você pode ter tudo.

Descubra as riquezas de tirar o fôlego deste país, tão pequeno que você pode dirigir de uma ponta a outra em apenas 8 horas. Relaxe nas praias ensolaradas de Tel Aviv e Eilat durante todo o ano, se inspire nos tesouros da cidade magnífica e sagrada de Jerusalém, se banhe nas águas do lugar mais baixo na terra o Mar Morto, se aqueça na magia do deserto e desfrute de todas as maravilhas da natureza no norte do país - tudo em uma única viagem!

De uma incrível vida noturna e restaurantes de classe internacional, passando pela natureza deslumbrante, história fascinante, cultura de vanguarda, aventuras cheias de ação



e muito mais - Israel é uma experiência para toda a vida,

"Uma das cidades de festas mais concorridas do mundo"
[Telegraph]

"Uma das 10 melhores cidades de praia do mundo"
[National Geographic]

"Uma das 25 melhores cidades mundiais para apreciadores de culinária"
[Business Insider]

Melhor cidade gay do mundo
[Gaycities]

"Um dos 10 melhores destinos hedonistas do mundo"
[Lonely Planet]

Temperatura média no inverno:
9°-17°C

Temperatura média no verão:
24°-30°C



TEL AVIV: APAIXONE-SE PELA CIDADE QUE NÃO PÁRA

Saudada como "a capital cool do mediterrâneo" pelo New York Times e entre as "10 cidades mais agitadas do mundo" pelo Lonely Planet, Tel Aviv é atualmente, sem dúvida, "O" lugar para visitar.

Cheia de energia, inspiradora ou repleta de diversão e relaxamento - suas férias na vibrante cidade de Tel Aviv podem ser muito mais do que você deseja



Tela

JERUSALÉM

- 3 mil anos de história gloriosa
- Lar de 3 religiões monoteístas
- 2 mil locais arqueológicos
- Mais de 60 museus
- 90 hotéis com mais de 9 mil quartos
- 30 festivais anuais

Uma cidade de magia e brilho que vai além de seus sonhos mais ousados. Jerusalém é a 4ª capital de Israel e sem dúvida, uma das cidades mais famosas e fascinantes do mundo, onde milhares de anos de história gloriosa, se entrelaçam perfeitamente com a vida moderna.

Descubra o poder esmagador dessa cidade de 3 mil anos - seus inúmeros locais históricos e maravilhas arqueológicas, seus caminhos mágicos e vistas magníficas que deixam uma marca eterna nos seus visitantes. Ao mesmo tempo, as atrações da cidade ultra moderna prometem emoção e prazer para os amantes da cultura, artes, música e culinária.

Com excelente clima praticamente durante todo o ano, você pode relaxar nos trechos deslumbrantes de praias douradas, percorrer os mercados coloridos, usufruir da cultura e entretenimento de vanguarda, da excelente vida noturna e emocionante cena culinária.

Você também pode simplesmente

andar pelas ruas, observar seus fascinantes edifícios Bauhaus e sentir a vibração incessante da cidade que tornou-se um dos destinos mais badalados para turistas de todo o mundo.

Portanto, energize-se, inspire-se e prepare-se - você vai se apaixonar por Tel Aviv!



Jerusalém

MAR MORTO

- O lugar mais baixo da terra
- 3 milhões de anos de idade
- Uma das maravilhas naturais do mundo
- A segunda massa de água mais salgada do mundo (2011)
- A 15 minutos da famosa fortaleza de Massada

SINTA-SE NO topo do MUNDO - NO LUGAR MAIS BAIXO DA TERRA

Mar Morto, oficialmente o lugar mais baixo da terra (428m abaixo do nível do mar) e uma das maravilhas naturais do mundo.

É uma combinação apaixonante e sugestiva de esplendor natural, fascinante história antiga e luxo contemporâneo.

Dos poderes curativos das águas azul-cobalto do Mar Morto à beleza impressionante da paisagem circundante e às inúmeras atrações que a área tem para oferecer, o Mar Morto é um lugar de tranquilidade, saúde e inspiração para o corpo e a alma.

Flutue sobre as águas, tome um banho de lama ou explore a área com 330 dias de sol por ano, o Mar Morto está cheio de atrações incríveis, incluindo spas naturais medicinais, trilhas magníficas, restaurantes gourmet e de fast food e opções repletas de adrenalina. Ao longo da parte principal do trecho de 75km, pontilhados com belas praias, você também vai encontrar hotéis e spas de classe internacional que garantem uma experiência. Verdadeiramente satisfatória.



Eilat

EILAT

- 360 dias de sol por ano
- 2,8m de visitantes por ano
- Uma cidade livre de impostos
- 150 restaurantes
- Perto de 20 praias
- Destino de mergulho mundialmente famoso

UM DESTINO DE VERÃO O ANO INTEIRO

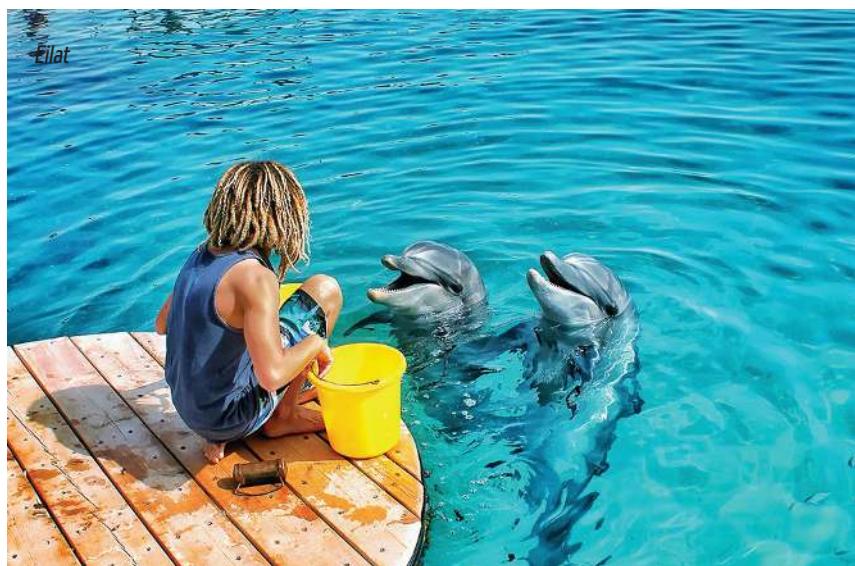
Capital do Mar Vermelho, Eilat é a cidade resort mais famosa de Israel, atraindo quase 2,8 milhões de visitantes por ano, que vêm aproveitar suas

férias às margens do impressionante Mar Vermelho

Cidade mais ao sul de Israel, Eilat é famosa por sua espetacular combinação das paisagens do deserto circundante, da bela baía e do sol que brilha durante todo o ano.

Se você vem à Eilat em família, em casal ou sozinho/a, você encontrará o que ver e fazer na cidade.

Eilat possui 360 dias de sol por ano, tornando-se extremamente popular entre os turistas que procuram distância do clima frio do inverno.





NEGUEV

- 3 fenômenos globais raros de crateras
- Apenas 90 minutos dirigindo de Jerusalém ou Tel Aviv
- Principal área de deserto de Israel
- Acesso à 2 mares diferentes [Mar Vermelho e Mar Morto]
- Percursos 4X4 e atividades ao ar livre incríveis
- Dezenas de locais naturais surpreendentes

DESERTO MAJESTOSO DE ISRAEL - ONDE A AVENTURA E A INSPIRAÇÃO LHE AGUARDAM

O sul de Israel é um destino ideal para viajantes que gostam de aventuras ao ar livre. É pouco povoado e repleto de atividades e locais fascinantes.

Com belezas e maravilhas naturais incríveis, o sul oferece uma vista magnífica do nascer ao pôr do sol.

Um deserto com muito para ver e fazer, tais como maravilhas geológicas, marcos históricos importantes e reservas naturais extraordinárias, onde você pode fazer caminhadas, ciclismo e passeios de camelo ou emocionantes passeios de safári no deserto.

Em resumo, esta majestosa região do sul é um dos maiores patrimônios do país e um destino obrigatório no itinerário.

INFORMAÇÕES GERAIS

Israel conta com um grande aeroporto Internacional-Aeroporto Ben Gurion - localizado no centro do país, na estrada que liga Tel Aviv a Jerusalém.

Os turistas irão encontrar em Israel uma variedade de acomodações para todos os gostos, fins e orçamentos que

Uma visita a Eilat é uma experiência divertida onde você pode relaxar, recarregar e se energizar, tudo ao mesmo tempo. Esta animada cidade-resort oferece uma infinidade de atividades e atrações o ano inteiro excelentes restaurantes e cafés, centros comerciais, bares e clubes.

A melhor parte? Tudo em Eilat está sempre a poucos passos da praia.

NORTE DE ISRAEL

- Dezenas de montanhas, rios e lagos
- 100 vinhedos e vinícolas
- Monte Hermon um
- esqui-resort em Israel
- Achados arqueológicos de >4000 anos
- Quase 30 praias no total

Além da natureza, além da história, além da emoção - israel oferece ainda muito mais. Lembrando a toscana em sua beleza e serenidade o norte de Israel é provavelmente seu segredo mais bem guardado e um destino de sonho para os

entusiastas de viagens por todo o mundo.

O Norte de Israel é famoso por suas vastas paisagens verdes com colinas e vales, pequenas cidades pitorescas locais históricos e vinhedos e vinícolas boutique que oferecem passeios românticos e paisagísticos

A Galileia é também conhecida como berço do cristianismo, lar de locais épicos como Nazaré e o Mar da Galileia.

Ao mesmo tempo, a emoção e adrenalina está em toda parte, na forma de atividades como rafting por águas claras, trilhas de caminhadas extremas, montanhismo, rapel e até mesmo esqui e snowboard.

Tome um carro ou um trem e visite o impressionante Norte de Israel.

Desde o colorido da cidade de Haifa à beira-mar, o famoso mar da Galileia ao majestoso rio Jordão e às belas vistas das Colinas de Golã, esta área é inundada pela beleza, história, aventura e pérolas escondidas, à espera de serem descobertas.



vão desde hotéis cinco estrelas e resort-spa de luxo, pertencentes a cadeias hoteleiras internacionais, até hotéis com preços acessíveis, hostels e pousadas.

O domingo é o primeiro dia da semana em Israel, não a segunda-feira.

A semana de Israel difere da maioria dos países em todo o mundo. Os dias úteis são de domingo a quinta-feira e o fm de semana sexta-feira e sábado.

A maioria dos estabelecimentos está aberta às sextas-feiras até o início da tarde, que é o início do Shabat, que começa ao pôr do sol da sexta-feira e dura até pouco depois do pôr do sol do sábado.

DIVERSÃO AO SOL

Com cerca de apenas 40 dias chuvosos por ano em média, Israel

é conhecido por ser ensolarado. Mesmo assim, é um país com quatro estações. Os verões são longos, com duração de abril a outubro. As mais altas temperaturas e umidade são geralmente em torno de julho e agosto. O outono e o inverno vão de novembro a março. A Cidade de Eilat, ao sul do país, tem cerca de 360 dias de sol por ano. É a cidade com as temperaturas mais quentes de Israel.

IDIOMAS

A língua nacional de Israel o hebraico moderno e os idiomas oficiais são o hebreu e o árabe. Inglês a língua principal de comunicação com os estrangeiros, falado e compreendido pela maioria.

Um grande número de israelenses

falam línguas maternas diferentes e você vai se deparar com muitas línguas diferentes faladas pela população incluindo: russo francês, espanhol, amárico e muito mais.

MOEDA E CÂMBIO

A Moeda nacional é o Novo Shekel. Dinheiro local e estrangeiro pode ser utilizado em Israel em forma de cash e cartões de crédito.

Dinheiro estrangeiro, de todos os tipos, pode ser trocado no aeroporto, bancos, correios e na maioria dos hotéis ou agências de câmbio licenciadas nas grandes cidades. Saques em dinheiro podem ser feitos facilmente nos muitos caixas eletrônicos com cartões de crédito ou de débito internacionais.

Hype

Israel e Jordânia

11 DIAS / 10 NOITES

SAÍDA: 2, 9 16 E 30 JUNHO DE 2024

A partir de R\$ 12.354,00 (US\$ 2.427) ou

* Mínimo 6 pessoas viajando juntas

10x
R\$ 1.235,00

INICIANDO EM TEL AVIV, VISITANDO JERUSALÉM, JERUSALÉM ANTIGA, JERUSALÉM MODERNA,
GALILEIRA, HAIFA, ACRE, NAZARÉ, CESÁREA, AMÃ, NEBO, PETRA AMÃ.

Vendas até 31/10/2023



JUNDIAÍ 11-998380550 PIRACICABA 19-997166060

Siga nossas redes sociais @foryoutur



Israel Mágica

8 DIAS / 7 NOITES

SAÍDA: 2, 9 16 E 30 JUNHO DE 2024

A partir de R\$ 8.211,00 (US\$ 1.613) ou

* Mínimo 6 pessoas viajando juntas

10x
R\$ 821,00

INICIANDO EM TEL AVIV, VISITANDO JERUSALÉM, JERUSALÉM ANTIGA, JERUSALÉM MODERNA,
GALILEIRA, HAIFA, ACRE, NAZARÉ, CESÁREA, FIM EM TEL AVIV.

Vendas até 31/10/2023



JUNDIAÍ 11-998380550 PIRACICABA 19-997166060

Siga nossas redes sociais @foryoutur

