

CAROL BRAIA: Amando ao próximo por meio da culinária

A gastrônoma Ana Carolina Braia de Souza é uma profissional dedicada a cozinhar e compartilhar aquilo que aprende. À arte de cozinhar ela compartilha da máxima de Mia Couto, de que “cozinhar é um modo de amar os outros” e, assim, ela ama a todos que encontra ao longo da vida. Talvez esta seja uma característica herdada de sua mãe, a professora e correspondente do Jornal do Sudoeste em São Tomás de Aquino, Selma Bronzatti Maciel Braia de Souza - que também arrasta afetos aonde quer que passe - e do seu pai, o administrador de empresas, José Alberto de Souza. Filha caçula do casal, ela tem um irmão, o analista de sistemas Mario Orlando Braia de Souza. É amorosa que ela nos conta um pouco da sua vida e fala sobre sua paixão: a gastronomia.

Jornal do Sudoeste: Carol, conte nos como foi crescer em São Tomás de Aquino?

A.C.B.S.: Foi uma infância verdadeira. Naquele tempo, uma infância rica de brincadeiras: andar de bicicleta, pular corda, montar lego, de “casinha”, pular amarelinha. Brinquei com boneca até meus 11 anos. Podíamos ficar na rua até tarde brincando, naquela época era tudo mais tranquilo. Uma cidade pequena com lembranças maravilhosas.

Jornal do Sudoeste: Gostava da escola? Onde estudou e o que mais marcou nessa fase?

A.C.B.S.: Um período também marcante, feliz. Gostava sim, de estudar. Estudei sempre na Dr. Tancredo de Almeida Neves. Os professores são queridos, os colegas de classe, a comida gostosa e bem feita na hora do “recreio”. Jamais vou esquecer aquela época.

Jornal do Sudoeste: Como é poder voltar para São Tomás e encontrar os professores e pessoas com quem conviveu a infância e juventude?

A.C.B.S.: É muito bom. Não são todos que podem retornar para os pais, os amigos, os professores que marcaram minha vida. Agradeço a Deus por estar aqui, reencontrando os amigos de infância e adolescência. Isto é um grande privilégio.

Jornal do Sudoeste: Falando em juventude, como foi essa fase? Gostava de sair e se divertir?

A.C.B.S.: Foi ótima, na verdade comecei a sair com meus amigos para a balada aos 16 anos. Enquanto todos eles estavam no clube, praça à noite aos domingos, eu estava vendo a série Arquivo X. Meu amigo de infância é até hoje um “irmão”, João Paulo Moura Martins, ia à minha casa me convidando pra sair com a “turma” e eu pronta respondia “mais tarde, agora estou vendo Arquivo X”. Nossa, era a “morte” pra ele. João Paulo não gosta desta série até hoje por conta destas recusas. Mas também, depois que comecei a sair nos fins de semana com a “turma”, não parei mais.

Jornal do Sudoeste: Como foi seu convívio familiar e quais são suas memórias felizes dessa época?

A.C.B.S.: Muitas alegrias. Sempre combinei muito com meu irmão Mário que eu chamava de Dedé quando era pequena. Uma das minhas memórias felizes eram nossas brincadeiras escondidas. Uma das “artes” minhas e de Dedé (Mário) era subir nos “portais” tipo o homem aranha e apostar quem ficava

Ela por Ela

Por João Oliveira

mais tempo de braços e pernas abertas. Minha mãe ficou sabendo disso há pouco tempo e ainda ficou brava. “Meninos, que perigo!”, foi o que ela disse. Meu pai, minha mãe e meu irmão sempre amigos e presentes em minha vida.

Jornal do Sudoeste: o que representou a imagem de seus pais para sua formação como pessoa?

A.C.B.S.: Meus pais são exemplos de honestidade, respeito aos valores da família. Tratar a todos como iguais e ser verdadeira em qualquer situação. As vezes me chamam de “brava” porque eu falo o que penso, não mando recado. Não sei, na verdade, se é bom ou ruim, mas como dizem meus amigos, geminiano é custoso. No outro lado da moeda, sou amorosa demais, amiga demais: herança dos pais.

Jornal do Sudoeste: você é formada em Gastronomia. Quando descobriu que era isso mesmo o que queria fazer da sua vida?

A.C.B.S.: Sou formada desde 2006 pela Unifran, sendo a 1ª turma de Gastronomia. Acredito ser herança de família. Tia Ofélia Maciel Braia foi uma confeitadora famosa na sua época. E a minha avó materna Josefina Bronzatti Braia foi especial como cozinheira, para os familiares. Sempre gostei de fazer comida. Subia no banquinho pra alcançar o fogão, para fazer sopinha pra vovó Fina e sua amiga Sinhana Caprine. Aprendi os temperos e “segredos” de cozinha com ela.

Jornal do Sudoeste: Você sente que é uma profissão valorizada ou ainda percebe obstáculos?

A.C.B.S.: Sim, nesta área dificilmente falta emprego, no entanto, nem sempre o profissional sente que ganha o que “merece”. Mas independente disto, sempre trabalhei com amor e dedicação em tudo que fiz. “Cozinhar é um modo de amar aos outros” como bem diz Mia Couto e eu acredito nisso.

Jornal do Sudoeste: Qual foi o maior desafio que você enfrentou ao



Carol é formada em gastronomia pela Universidade de Franca e atua na área desde 2006

longo de sua formação?

A.C.B.S.: Como trabalhava, era uma correria, comia qualquer coisa na faculdade, era a conta de tomar um banho e ir estudar. Como morava no bairro Progresso, em Franca, ia e voltava a pé todos os dias. O desânimo não tinha lugar em minha vida universitária.

Jornal do Sudoeste: Foi difícil começar a carreira depois de formada? Como foi esse processo?

A.C.B.S.: Foi fácil. Uma grande amiga, a Maria Rita Silva, me indicou para um teste na Tenda Árabe (Franca). Foi assim que teve início minha carreira de gastrônoma. Sai da faculdade e o emprego indicado, sem dificuldades.

Jornal do Sudoeste: Conte nos um pouco de sua trajetória profissional...

A.C.B.S.: Na tenda Árabe foi onde aprimorei meu conhecimento da cozinha Árabe. Tenho que agradecer muito a minha amiga e colega de trabalho Onofra Ortiz, a quem devo o conhecimento dos segredos que tornam tudo muito gostoso e bem feito. Tenho que agradecer também ao Michel e Renata Aoude pela oportunidade que me deram. Sou grata a eles. Trabalhei no Armazém Santa Clara (Franca), Latifas (Franca) e por último Villa Cereale Mercato (loja de alimentos naturais), com minha amiga de faculdade e proprietária Maria Virginia Figueiredo. E na Villa Cereale aprendi montar tábuas de frios “decoradas” que ficam lindas e fazem grande sucesso em Franca. Foram 16 anos de

“Cozinhar é um modo de amar os outros, como bem diz Mia Couto e eu acredito nisso”

aprendizado, novas amizades, com muitas recordações que vão deixar saudades. Agora, de volta a minha terra natal, pretendo iniciar uma nova trajetória profissional.

Jornal do Sudoeste: Já pensou em ter outra profissão? Se sim, qual seria?

A.C.B.S.: Sou apaixonada por cachorros, tenho seis em casa. Daria certo como veterinária. Sempre falo que se tivesse recursos financeiros, teria um abrigo para cães e gatos abandonados. Admiro cavalos. Tenho pavor quando vejo alguém “judiando” deles ou de qualquer outro animal. Passarinho na gaiola, jamais. Vieram pra ser livres.

Jornal do Sudoeste: Existe algum chef que você admira e se inspira?

A.C.B.S.: Gosto muito do jeito do Chef Francês Erick Jacquin. Exigente, energético, mas com um grande coração. Comecei a ver Master Chef

prio restaurante? Quais são seus planos a médio ou longo prazo?

A.C.B.S.: Nunca pensei nesta hipótese. O bom senso, no entanto, me diz para esperar a crise dessa pandemia passar. Estou em casa com meus pais que são idosos e no momento precisando ajudá-los. Assim, estarei aberta a novas propostas num futuro próximo, se Deus quiser.

Jornal do Sudoeste: Qual sua especialidade na cozinha? Tem algum segredo que não compartilha com ninguém?

A.C.B.S.: Minha especialidade é Comida Árabe e Tábuas Frias decoradas. Não tenho segredos, por onde passei, na área da cozinha, ensinei muito. A mesma receita, cada cozinheiro dá o seu toque, o que é natural. Conhecimento nunca é demais, da mesma forma que gosto de aprender, gosto de ensinar.

Jornal do Sudoeste: Qual o balanço de vida que você faz até aqui?

A.C.B.S.: Muito aprendizado, tive conquistas pessoais, lógico que tive também decepções como qualquer pessoa. Das decepções aprendi a ser mais forte e acreditar que o amanhã será diferente. Hoje gosto muito mais de cozinhar. Amo o que faço. Cozinhar continua sendo minha paixão, uma forma de amar e ser feliz. Nunca me imaginei em outra profissão a não ser, Veterinária. Minha vocação está entre panelas, temperos, bons ingredientes dando o meu melhor na “Arte de Cozinhar”.

Jornal do Sudoeste: Você encara a culinária como uma arte? Qual a importância dela?

A.C.B.S.: Sim, nem todos têm essa aptidão para a “cozinha”. Está, acredito eu, alicerçado à vocação, e aqui me lembro novamente das merendeiras da Escola Dr Tancredo de São Tomás de Aquino. Sua importância é secular. Os produtos naturais enriquecem qualquer cardápio e comer é uma questão de sobrevivência. Uma receita com produto de qualidade a torna mais gostosa e nutritiva. Sou exigente nesta parte. Azeite e manteiga não podem faltar na minha cozinha.

Jornal do Sudoeste: Você sonha em ter seu pró-

Selma Braia

CRÔNICA HISTÓRICA

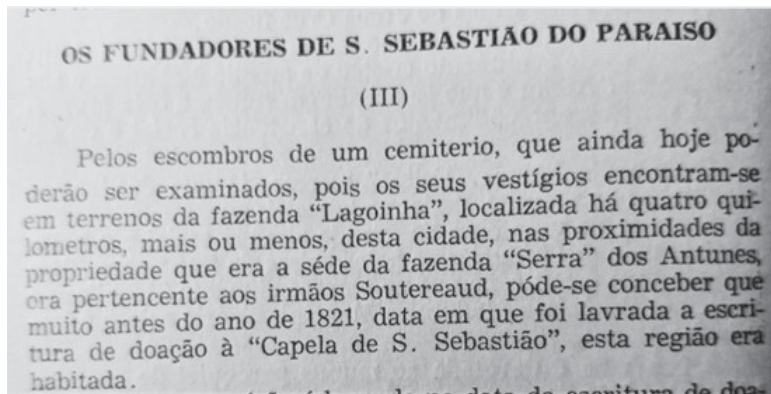
Capela de São Sebastião do Paraíso

Luiz Carlos Pais

A atual cidade de São Sebastião do Paraíso, polo cafeeiro do Sudoeste Mineiro, está prestes a comemorar, dentro de 18 meses, o segundo centenário de sua fundação. Suas origens remontam ao tempo dos poderes coloniais, quando existiu o Reino Unido de Portugal, Brasil e Algarves, criado em consequência da transferência da Família Real para o Rio de Janeiro. Nesse contexto, os proprietários da Fazenda da Serra, localizada no antigo município da vila de São Carlos de Jacuí, doaram terras para a fundação de uma capela, em torno da qual nasceram as primeiras casas e ranchos do arraial.

A escritura de doação foi assinada pela família Antunes Maciel em 25 de outubro de 1821, data em que se comemora a fundação da atual cidade. Os doadores marcaram os limites do patrimônio e fixaram o local para erguer uma modesta capela consagrada a São Sebastião, coberta com folhas de palmeiras. Segundo memórias preservadas pelos antigos moradores, esse primeiro templo localizava-se próximo à atual matriz, porém, um pouco mais distante da atual Rua Pimenta de Pádua.

Com base nas anotações de José de Souza Soares houve sérias divergências, entre os doadores, na escolha do local para a construção da capela. Enquanto alguns decidiram pelo local, onde hoje está o centro da cidade, outros pretendiam que fosse cons-



Extrato da obra "São Sebastião do Paraíso e sua História", de José de Souza, Soares publicada pela Editora Panamericana, do Rio de Janeiro, em 1945.

truída mais próximo da sede da Fazenda da Serra, não muito distante da área onde, anos depois, seria construída a atual Igreja de Nossa Senhora da Abadia, coração do bairro da Mocquinha. Tais divergências teriam inclusive dividido a família doadora, gerando sérias disputas entre eles. Mas, prevaleceu a decisão dos mais velhos, todos eles crentes e fervorosos "soldados da religião católica". Como residiam distantes de Jacuí, resolveram a fundação da capela onde pudessem frequentar para celebrar suas orações, novenas e honrar suas devoções religiosas.

Sobre a escolha do local, observa o mencionado autor que: "os Soares e outras pessoas que presenciaram a assinatura da escritura de doação, depois de muitos esforços, dissuadiram os Antunes da construção da capela nas proximidades da Fazenda da Serra, porque

o terreno era muito íngreme, no que estavam com razão, pois nota-se, ainda hoje, a sua desconformidade." Por esse motivo, houve então intensa conversa para escolher o local melhor e as lideranças escolheram o lugar onde hoje está a praça principal de São Sebastião do Paraíso. A respeito das fontes memoriais Souza Soares faz referência à lembrança de João Francisco Soares Neto, falecido em 6 de maio de 1913. Seu bisavô, capitão Antônio Soares Coelho, ao contemplar o cenário do terreno doado, teria afirmado aos seus amigos: "Isto aqui é um Paraíso!". Na escritura de doação ficou registrado, além dos limites do terreno, do e do valor do mesmo era de 100 mil réis, conforme avaliação feita pelo capitão Antônio Soares Coelho, juntamente com o Antônio Joaquim Marques e com o alferes Manuel Caetano do Nascimento. Os

doadores escolheram esse último como procurador do patrimônio, ficando o escolhido em posse do documento e encarregado de administrá-lo para organizar a fundação da capela.

Nos anos seguintes, essa primeira capela foi substituída por outra, um pouco mais ampla e com melhores condições, para atender sua possível oficialização por parte do Bispado de São Paulo.

Cumprir observar que a doação de terras para construção da capela incluía uma área mais ampla para constituir o patrimônio de uma futura unidade da Igreja. O Sudoeste Mineiro estava então vinculado ao distante Bispado de São Paulo, quando ainda havia divergência com o Bispado de Mariana. Foi então necessário passar três décadas para que a capela fosse reconhecida como templo oficial da Igreja.

A PANACEIA PARA TODOS OS MALES

(*) Ely Vileitez Lisboa

Há algumas décadas, assisti a um filme que era a metáfora viva do amor. A trama se passava toda em uma clínica especializada para pessoas com deformidades, sequelas de desastres.

Um homem e uma mulher, dois desconhecidos, vão para o local. Ele e ela trazem cicatrizes trágicas, rostos mutilados. Um dia, eles se olham e, surpresos, percebem que eram belos como antes da desgraça que se abatera sobre cada um. Encantados, mesmo sem entender, iniciam um romance feliz e se completam. Amam-se doce e plenamente. Como cinema, a técnica usada é interessante: os espectadores veem os dois na dura realidade; os dois se enxergam perfeitos.

Na ficção, uma força maior mudava-os, tornando-os belos, sobrepujando à vida cruel. Como interpretar o texto cinematográfico, sua mensagem?

O grande amor, verdadeiro, profundo, tem a capacidade de transformar os amantes, enriquecendo suas boas qualidades, suas virtudes. Ele desperta o que há de melhor nos seres humanos.

Na literatura europeia do século XVI, há uma assertiva que o amante se transforma na criatura amada, não metaforicamente, mas de maneira concreta, similar ao fenômeno da transubstanciação, na consagração do pão e do vinho. Essa teoria amorosa inspirou o famoso verso do poema "A Amada Ausente", de Cassiano Ricardo: "Quando tu chorares, uma lágrima é minha"...

Até que ponto, na reali-

dade, o amor age como elemento mágico que enriquece a vida dos amantes? Os dois ficam felizes, mais sensíveis. Para onde vai a luz? Ela desaparece e os amantes são apenas coração.

Quando juntos, quando se tocam, se abraçam, se beijam, a corrente de energia transfere-se de um para o outro, em uma energização cheia de vida, ardor, o desejo queima, os sentidos conturbam-se. Impossível saber se são os corpos ou as almas que se desejam, que se completam. Já escrevi muito sobre o amor. Não devia. Hoje, sinto que os textos são frágeis diante da realidade dos amantes. Por isso que, em um momento de lucidez, eu já dizia: A vida é a verdadeira Literatura. Mil poemas de amor não valem um beijo do homem amado. As palavras são pesadas, impotentes para traduzir a beleza, a intensidade do ato do amor, em sua plenitude. Assim, o grande Livro da Vida é escrito por Deus, às vezes pelo Diabo, para alegria ou desgraça dos personagens. Comédias e tragédias misturam-se, tornam-se o Drama da existência dos seres humanos.

Pensemos em uma simples hipótese. Valorizemos o Amor, como bem maior, como o grande remédio. O Amor em todas suas facetas: a Deus, ao próximo, amor familiar, ecológico, o belo sentimento entre um homem e uma mulher. O Amor ao alcance de todos, é, inofensivamente, a panaceia para todos os males.

(*)Ely Vileitez Lisboa é escritora
E-mail: elyvileitez@uol.com.br

TERAPIAS HOLÍSTICAS

Florais

Uma ótima opção neste período de pandemia



Mediante este contexto mundial o qual estamos vivenciando, a pandemia de coronavírus (Covid-19) podemos desenvolver um sentimento de pânico e medo; gerando um transtorno de ansiedade no qual desencadeia crises inesperadas de desespero e medo intenso sobre eventos antecipados. Em frente a este contexto, as essências florais do sistema BACH, podem auxiliar a controlar este "turbilhão de emoções"; pois Dr. Bach acreditava que tratando o nível emocional, outros níveis também seriam beneficiados: um emocional saudável e personalidade balanceada permitirão que nosso corpo encontre sua forma saudável natural. Com a ingestão destas essências, obtemos ajuda para superar nossos medos e para encarar-los com coragem.

A essência Mimulus é indicado para medo de causas conhecidas ou medos facilmente definidos. Os que sofrem destes sintomas poderão ser talentosos e artísticos, mas tímidos e retraídos, e podem ficar "calados" quando estão acompanhados. O potencial positivo do Mimulus é a personalidade calma e corajosa que permite enfrentar as tribulações e dificuldades com humor e confiança. Sabem defender-se e controlar inteiramente as suas emoções, desfrutando assim, da vida sem medo. Frente aos que receiam a perda do controle e comportamento, podendo esta a beira de um colapso; a essência Cherry Plum é a mais indicada. Trabalha nas pessoas que podem estar profundamente descontroladas e receiam perder a sanidade mental; podem estar à beira de explodir, sendo rotuladas como histéricas. O potencial positivo do Cherry Plum revela-se na pessoa de mente calma e capaz de pensar e agir racionalmente.

O Aspen é indicado para pessoas subitamente acometidas por medos ou preocupações sem razão específica e que podem estar, de uma forma geral, agitadas e ansiosas. O potencial positivo do Aspen é um estado de paz interior, segurança e intrepidez. A apreensão dá lugar a um desejo de aventura e novas experiências, sem preocupações relativas às dificuldades e aos perigos. Já a essência Red Chestnut trata os que têm medo e se preocupam e receiam excessivamente em relação ao bem-estar dos outros, em particular da família e amigos íntimos. Receiam que o pior aconteça aos seus entes queridos, que uma pequena queixa se torne algo. Inquietam-se e preocupam-se com os problemas alheios O potencial positivo do Red Chestnut é a capacidade para cuidar dos outros com compaixão, mas sem ansiedade.

Os florais de BACH, são produtos manipulados, devendo ser indicados por uma pessoa habilitada no assunto. A pessoa que esteja sofrendo destes sentimentos, deverão procurar um médico ou um terapeuta para acompanhar o desenvolvimento de todos os sintomas e quando necessário, entrar com medicações específicas. Procure sempre um profissional de sua confiança.

Profa. Dra. Mirela M. Waldemarin Cabral
Biomédica
Especialista em Terapias Alternativas (Holísticas)
Mestre em Microbiologia
Doutora em Ciências

Flexibilização segura pode diminuir o impacto econômico do comércio

Devido à disseminação da pandemia coronavírus, em meados do mês passado os comerciantes de bens e serviços se viram obrigados a suspender as suas atividades, evitando o risco da contaminação própria, da equipe, da família e dos clientes. Essa mudança de rotina causou um caos sem precedentes em diversos países. Em São Sebastião do Paraíso, algumas empresas já encerraram as suas atividades, dispensaram equipes e vários empresários estão sem renda suficiente para se sustentar.

Com a flexibilização do funcionamento de algumas atividades empresariais, especialmente, para manutenção dos serviços essenciais, nem toda população observou os cuidados que o momento ainda exige, principalmente o distanciamento pessoal mínimo de 1,5 metro e a higienização frequente das mãos.

No último dia 23 de abril, foi

publicado o Decreto Municipal nº 5594 que, dentre outras exigências, em conformidade com a Lei Estadual nº 23.636/2020, passou a exigir o uso de máscaras por toda e qualquer pessoa para circular nas vias públicas do Município, sob pena de multa de R\$188,91 para pessoas físicas e de até R\$18.891,00, se o descumprimento às regras for cometido por empresários, conforme o porte da empresa.

O mesmo decreto passou a flexibilizar o atendimento pessoal de algumas categorias, como academias, clínicas de estética, barbearias, salões de beleza, manicures, pedicures, restaurantes, bares, lanchonetes etc., desde que cumpram todas as exigências previstas na norma, dentre elas, limites de horário de início e encerramento, redução da recepção de clientes para até 30% da capacidade máxima de pessoas, disponibilização de local e material para higienização das mãos

também pelos clientes, ventilação do ambiente, manutenção da distância mínima de 1,5 metro entre as pessoas, limpeza geral do ambiente e objetos depois de cada cliente e a cada 3 horas etc.

A Associação Comercial, Industrial, Agropecuária e de Serviços de São Sebastião do Paraíso - ACISSP está orientando os empresários a desenvolver suas atividades seguindo as exigências legais, para proteção própria, da família, equipes e clientes. Orienta, também, sobre a importância das estratégias comerciais para atraírem clientes, oferecendo novidades, através de campanhas promocionais, ampliação do uso das redes sociais e demais canais de comunicação.

Para promover as compras locais, a ACISSP desenvolveu um novo sistema de divulgação gratuita e vendas à distância, um aplicativo que não precisa ser instalado e poderá ser acessado

pela população a todo tempo para conferir as promoções das lojas, com foto e condição especial, pesquisar as lojas por produto ou por categoria, ter acesso às suas redes sociais, site, localização GPS, telefone e Whats App.

Está previsto o lançamento da novidade já para a próxima semana. Os comerciantes de bens e serviços interessados em divulgar gratuitamente as suas empresas devem solicitar seu cadastro pelo e-mail negocios@acissp.com.br.

Para mais informações sobre as ações anticrise, atualizações diárias dos números de casos no país, orientações comerciais, legislação etc., acesse o site www.acissp.com.br e clique em "Enfrentando a crise coronavírus".

Para se manter atualizado, além do ambiente anticrise, os empresários devem seguir as redes sociais da entidade, acessar o site ou ligar no 3539-4400.

CRÉDITO RURAL: Sicredi libera mais de R\$ 1,4 bilhão para modernização de propriedades

Mais de R\$ 1,4 bilhão foram liberados pela Central Sicredi Sul/Sudeste neste ano em linhas de crédito rural para investimentos no agronegócio e aumento da produção agropecuária.

Na área de atuação da Sicredi das Culturas RS/MG foram mais de R\$ 11 milhões em recursos liberados para o segmento, em 13 municípios do Rio Grande do Sul (Ajuricaba, Augusto Pestana, Boza-no, Condor, Coronel Barros, Coronel Bicaco, Chiapetta, Ijuí, Jóiá, Nova Ramada, Panambi, São Valério do Sul e Santo Augusto) e em São Sebastião do Paraíso, em Minas Gerais. Através de diferentes modalidades, o acesso ao crédito permitiu aos produtores rurais a modernização

das estruturas de suas propriedades, como aquisição de tratores, máquinas e implementos agrícolas. No total, foram 122 operações realizadas até a primeira quinzena de abril na cooperativa.

"Como grande diferencial relacionado ao acesso ao crédito rural, podemos destacar a agilidade na liberação de recursos junto à instituição financeira cooperativa, mais um benefício ao associado que busca no Sicredi alternativas para desenvolver a sua propriedade rural. É por meio de operações como estas que conseguimos auxiliar no desenvolvimento econômico e social do segmento, fortalecemos o setor, e estimulamos a geração de

renda na agricultura", ressalta o diretor de Negócios da Sicredi das Culturas RS/MG, Cristiano Amorim Ourique. Os recursos são provenientes de fontes como poupança rural e de linhas de investimentos BNDES e MCR (Manual do Crédito Rural). Esta última é destinada a produtores que se enquadram no Programa Nacional de Fortalecimento da Agricultura Familiar (Pronaf) e no Programa Nacional de Apoio ao Médio Produtor Rural (Pronamp).

Estiagem: Para auxiliar os produtores rurais que foram impactados pela estiagem e consequentemente tiveram redução de produção das culturas de verão da safra 2019/2020, a

Sicredi das Culturas RS/MG lançou recentemente a linha de crédito Estiagem Agro20. A iniciativa tem a finalidade de auxiliar os associados em eventuais demandas financeiras, proporcionando capital de giro ao agricultor para usos diversos. Como condições especiais, esta linha apresenta taxas a partir de 1,35% a.m., com prazo de até quatro anos para pagamento e parcelas mensais, semestrais ou anuais.

Mais informações sobre estas e demais linhas de crédito podem ser obtidas junto à agência da instituição financeira cooperativa através do telefone 3539 7600 ou pelo WhatsApp (51) 3358 -4770.

(por Raiza Goi Borba)

RG EVENTOS (35) 
Assessoria e Cerimonial | 98803.1853
rgeventosac@gmail.com



ESCOLHENDO O MENU DO CASAMENTO

O espaço e buffet para uma recepção são para a maioria dos anfitriões o ponto central da organização de um evento. A escolha do menu deve ser feita levando em consideração o evento completo, estando em harmonia com decoração (temática ou não). É comum anfitriões escolherem o que agrada ao seu próprio paladar, porém se o que mais querem é bem receber se faz necessário pensar em todos. Um menu variado pode ser proposto pelo buffet e assessoria sendo o mais usual composto de Entrada - Petit Menu (empratados ou pequenas porções para degustação) - Ilha de frios e suas combinações - Jantar ou Almoço - Sobremesa. Ter atenção ao que servir a convidados alérgicos a algum alimento, vegetarianos e veganos transparecerá a dedicação a todos.

Momentos inesquecíveis requerem cuidados especiais...

Conte com nossos serviços para o sucesso de seu evento.
RG Eventos Assessoria e Cerimonial



HOMENS NA COZINHA

RECEITAS DO GUARI

Bisteca à mineira

INGREDIENTES
2 kl bisteca suína, cortada fino
4 dentes de alho amassados e cortados
1 copo de vinagre
½ copo de água fria
½ copo de óleo
2 folhas de louro rasgadas
½ kl de linguiça suína, fina
1 kl de toucinho para torresmo em pedaços grandes
½ kl de farinha de milho
½ dúzia de ovos, preferencialmente caipiras

MODO DE PREPARAR
Temperar as bistecas com os temperos, sal a gosto. Deixe marinar por meia hora. Em seguida frite em banha, feito refogada, para dar um molho. Prepare a farofa com a farinha, linguiça e ovos fritos. Acompanha arroz branco, feijão e serralha cortada fina e refogada, ou então ora pronobis.



PANIFICADORA JAPÃO



ACEITAMOS ENCOMENDAS DE
PÃES - BOLOS - TORTAS - SALGADOS - PÃES DE QUEIJO

3531- 6133

Av.: Monsenhor Mancini, 434 - São Sebastião do Paraíso - M.G



MEDEIROS e MEDEIROS

PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS E TERRAPLANAGEM

Oferecemos serviços de terraplanagem em geral, limpeza de terrenos, aterro e desaterro.

Rua Paulo Ozias de Sillos, 126 - Lagoinha
São Sebastião do Paraíso - Minas Gerais

JERÔNIMO - (35) 99757-3200 e 99137-0501



A artista plástica e musicista **Pascoalina Souza (Linah Biasi)**, membro da Academia Paraisense de Cultura, comemora mais um ano de vida terça-feira, dia 28.

ANIVERSARIANTES

- Dia 25**, Helena M. Rodrigues Varela, Engenheiro Marlon Caetano.
- Domingo dia 26**, Camilo Melles, o secretário municipal de Obras, José Antônio Cintra, Maria José Vilas Boas Silva, Rita Caparelli.
- Dia 27**, Professora Regina Célia Pereira Menezes, Adriana Gusmão Duarte, Marco Aurélio Pereira de Oliveira, Aparecido César Medeiros, Bruna Souza Bulgari Pimenta, o engenheiro agrônomo Felipe Lemos. Em São Tomás de Aquino, Laércio Ferreira.
- Dia 28** o Delegado de Polícia Civil, Dr. Rodrigo Bittar.
- Dia 29**, Flávio Furtado, Cleber Pereira, Roberto Barbosa Pádua, Sára Fidelis, o músico Rogério Dourado, a professora Silvana Minto Russo.
- Dia 30**, Alger Balduino, Dr. José Luiz Arantes Campolina, Simone Netto, a professora Kátia Mumiç.
- Dia 1.º de maio**, Dr. Renato Ferraz Rodrigues, Dr. Eduardo José Scarano Guidi, o músico, Moisés Violeiro, Charbel Sousa.



Abdu Ferreira, funcionário da Câmara Municipal de São Sebastião do Paraíso muda de idade no dia 28.



Ana Flor Pádua Martins aniversaria neste domingo, dia 26. Filha da jornalista e professora, Ana Paula Horta.



João Batista Brandão será cumprimentado no dia 1.º de maio, quando celebra seu natalício

COM VIDA 19

Correr pra que, se de repente tudo parou
Eu que nem era visto, de repente você me olhou
Eu que nem tinha nome, andava por aí sozinho
Eu que era o anônimo, agora já me chamam até de vizinho

Sem que se esperasse, o mundo parou
Você que não me enxergava, agora me olhou
Tudo está inerte, sem movimento
É o amor que ressurgiu, impulsionando os sentimentos

É hora de voltarmos - ao nosso interior
Ver se a semente escolhida, nos causa alívio ou dor
Egoísmo, indiferença, cinismo ou rancor
Sabendo que esses predicados, vão de encontro ao Amor

A solidariedade novamente brotou
Os corações endurecidos, percebemos que mudou
Mãos se estendendo aos aflitos
É o sinal que a mudança começou

Vamos construir um mundo melhor pra todos nós
Respeitando as diferenças, igualmente com as crenças
Unir o mundo em oração, abrandar o coração
Confiando em Deus e Jesus, seguindo a orientação.

Amemo-nos uns aos outros sem nenhuma restrição
Praticando a caridade, dividindo o nosso pão
Vivermos como família, amarmos como irmãos.
Cuidar de nossos velhos, com paciência, carinho e dedicação

Nesse momento não adianta o desespero
É hora de amor, oração, fé, cuidado e zelo
Cristo está no comando, vendo o mundo se transformar
Os desiguais viraram um só, a natureza e os Homens voltando a se completar...

João Batista Brandão - São Sebastião do Paraíso, 16/04/2020

acqua sport

ESCOLA DE NATAÇÃO E MUSCULAÇÃO

NATAÇÃO PARA TODA AS IDADES.

VENHA NADAR SEM FAZER ONDA.

HIDROGINÁSTICA
PISCINAS AQUECIDAS E COBERTAS



(35) 3531-4336

Rua João Rossi, 55 - Jd. São José - São Sebastião do Paraíso - MG
ac.qua.sport@hotmail.com

Pequenos comerciantes se unem por movimento "pede pelo zap"

Plataforma é gratuita e não intermedia relação de compra e venda, mas coloca comerciante e cliente em contato

Por João Oliveira

Pensando em contornar a situação vivida pela atual crise ocasionada pelo novo coronavírus, novas ideias têm surgido para contornar o cenário desfavorável ao pequeno comerciante, entre eles o movimento "Pede pelo Zap", que ajuda a esses empresários a se conectarem com consumidores durante este período de isolamento social. O movimento já está presente em quase todo o País e integra pequenos negócios como se fosse uma lista telefônica digital, dando visibilidade e facilitando interação durante a quarentena.

O movimento foi idealizado pelo empreendedor Fred Rocha, com o objetivo de auxiliar pequenos negócios locais durante a pandemia da Covid-19, respeitando o isolamento social. A plataforma "Pede pelo Zap" busca resgatar o conceito de lista telefônica, só que repaginada, integrada virtualmente ao aplicativo de mensagens Whatsapp.

A ideia é aproximar empresas e consumidores, de maneira a conectar vendedor e comprador para a interação, oferecendo visibilidade ao negócio, ao mesmo tempo incentivando o consumo sem interação social, presen-

Reprodução



**PARA VENDER
VOCÊ TÊM QUE
SER ACHADO**

**CADASTRE GRATUITAMENTE
SEU NEGÓCIO**



WWW.PEDEPELOZAP.COM.BR

vando assim empregos e gerando renda para a população.

Em São Sebastião do Paraíso, o movimento chegou por intermédio do empreendedor Maxwell Alves, da Papelaria Lutel. Maxwell, que também é amigo do fundador da plataforma, se tornou divulgador e incentivador na região, que já chegou a Itaipava de Minas, Passos, Guaxupé, Jacuí, Monte Santo de Minas, São Tomás de Aquino, Pratápolis, Itamogi e Cassia. "No início, a plataforma era apenas um formulário do Google Docs que disparava os contatos por Whats App. Em contato com o Fred, pedi o modelo desse formulário para implantar a ideia aqui em Paraíso, mas ele me informou que uma plataforma estava em desenvolvimento. A partir de então recebi o convite para ser o divulgador e porta voz do Pede pelo Zap na região", conta.

Alves destaca que houve algumas barreiras no início, mas que hoje o movimento conseguiu apoio da Federação Mineira dos Comercios, além de digitais influenciar e veículos de comunicação.

"A plataforma ajuda a pequenos comerciantes, formais e informais. Ela não intermedia as relações de compra e venda, então todos os envol-

vidos com a plataforma são voluntários e nós não ganhamos nada financeiramente com este trabalho. Todos os dados cadastrados em nossa base são protegidos pela lei do marco civil da internet, ou seja, o fundador do movimento não pode usar essas informações para vender produtos, pelo contrário, pode criar conteúdo a fim de ajudar os pequenos lojistas", explica Maxwell.

Por fim, o empresário destaca que aqueles que queiram ajuda ou mais informações podem procura-lo na Papelaria Lutel. "Nosso objetivo é fortalecer essa rede de apoio e penso o seguinte: se eu estou ajudando alguém a vender, e também estou vendendo, todos saem ganhando, o que queremos é movimentar o comércio frente esta situação delicada que vivemos no presente", completa.

COMO FAZ?

Os empresários interessados em oferecer um produto ou serviço podem se cadastrar de forma gratuita, colocando um número de contato acessível pelo Whatsapp. Essa lista é disponibilizada pelo endereço "pedepelozap.com.br", lá é possível escolher diretamente a cidade na qual a pessoa busca comprar

algo e, a partir daí, consumidor e empresa ficam em contato para realizarem suas ofertas e compras.

Conforme explica Fred Rocha, que é palestrante da área de varejo, a iniciativa vai ao encontro de uma realidade observada em sua jornada junto às pequenas empresas, de que o pequeno negócio local ainda encontra dificuldades em se mostrar no meio digital.

"Meu propósito é ajudar as pessoas através das suas empresas. Por meio da de uma plataforma online, o consumidor fica mais próximo e suas necessidades são atendidas. Ao mesmo tempo, ajudamos os pequenos negócios a superar a barreira de venda física impossibilitada nessa quarentena, incentivando de modo simples e prático a compra e venda por delivery", ressalta.

A plataforma já está ativa em mais de 300 cidades e reúne cerca de 14 mil empresas cadastradas. Segundo o idealizador do "Pede pelo Zap", Fred Rocha, a cada hora, são 200 novas empresas se cadastrando em todo o País. O sistema oferece exclusividade para a cidade acessando diretamente a lista na barra de endereço "nomedacidade. pedepelozap.com.br".

Participe das Lives:

28/abril - 14h00

COMO PREPARAR MINHA EMPRESA PARA O DELIVERY

30/abril - 19h00

COMO AMPLIAR MINHAS VENDAS PELO WHATSAPP E INSTAGRAM

Solicite inscrição: eventos@acissp.com.br
Apenas 30 vagas.



Que tal fazer transações sem sair de casa?

Sim, Sicredi



Com os nossos canais de relacionamento, você tem os produtos e serviços que precisa para facilitar o seu dia a dia, com segurança e comodidade para realizar movimentações financeiras, onde e quando quiser.

-  **Aplicativo**
-  **Atendimento por WhatsApp**
(51) 3358 4770
-  **Internet Banking**
sicredi.com.br
-  **Serviços por telefone**
3003 4770
(capitais e regiões metropolitanas)
0800 724 4770
(demais regiões)



Eletrônica Digital Rad Fran
Eletr - eletrônicos

Eletrônica Digital Rad Fran
Eletr - eletrônicos

3558-1697
98802-6759

Novas instalações para melhor atendê-lo!

VENDAS E ASSISTÊNCIA TÉCNICA
(35) 3558-1697 / 9-88026759
Av. Monsenhor Mancini, 1.095/1.105 - São Sebastião do Paraíso - MG