

JORNAL

# images

DA ILHA



# A PASSOS LARGOS

*Bailarina de Florianópolis dá show em festival em Nova York*

• Página 5

*Isabela Saqueti tem 12 anos*



*Duas décadas de excelência*

# DÉCOR: Tempo de celebrar

• Página D3

## Femina

# MODA:  
SPFW

• Página F4



*Diversidade na passarela*

Foto: Divulgação Agência Fotosite





## AGENDA CULTURAL

## # Carta ao Leitor

Ela tem 12 anos e um currículo cheio de êxitos. Em nossa matéria de capa, a bailarina Isabela Saqueti mostra como conquistou medalha de ouro em um importante festival que aconteceu em Nova York, nos Estados Unidos, em março. A famosa Times Square serviu como pano de fundo para a bailarina natural de Florianópolis marcar sua estreia no exterior.

Fique por dentro de duas questões trabalhistas polêmicas para patrões e funcionários: o acordo e a justa causa, explicadas detalhadamente pelo advogado e professor Leonardo Fornari. Tem também o lançamento do livro do ex-ministro do Turismo Vinícius Lumertz. A obra "Brasil: potência mundial do turismo", alerta para o potencial do setor no Brasil. Confira o que é destaque na política de SC e do Brasil pelo olhar de Raul Sartori, e as notícias fresquinhas da sociedade de Florianópolis na coluna "Variedades", de Urbano Salles.

No caderno Arquitetura & Decoração, a viagem a Dubai que surpreendeu a empresária Paula Pereira Oliveira, e as novidades compiladas pela designer de interiores Cláudia Couto na coluna "Palavra de Especialista".

No Femina, confira a importância da odontologia para os idosos e conheça a fisioterapia para quem sofre de incontinência urinária. E mais: a jornalista Maristela Amorim mostra toda a diversidade da moda nos desfiles da São Paulo Fashion Week deste ano.

Boa leitura!

**Hermann Byron**

Fotos: Divulgação



## SC Fashion Bazar

O Floripa Fashion Bazar, especial de Dia das Mães, oferecerá produtos de diversos segmentos de grandes marcas, incluindo moda praia, íntima, infantil, masculina, feminina, fitness, calçados e acessórios, com 70% de desconto. Haverá praça de alimentação com restaurante, food trucks e espaço kids. De 10/05 a 12/05; sexta-feira e sábado, das 11h às 22h, e domingo das 14h às 20h; no CentroSul. O ingresso custa R\$ 10 e parte dele será destinado ao Instituto É o Bicho, de proteção animal.

## Ed Motta

O músico carioca Ed Motta estreia novo projeto que reúne um repertório repleto de temas que até hoje tocam nas rádios segmentadas no show "Coletânea". Dia 03/05, às 21h, no Teatro Ademar Rosa, no Centro Integrado de Cultura (CIC). Ingressos: pelo site Blueticket ou na bilheteria dos teatros Ademar Rosa (CIC), Álvaro de Carvalho (TAC) e Pedro Ivo.

## # artesanato

## Floripa Quilt

O Floripa Quilt mobiliza todo o segmento artístico e comercial que envolve o trabalho de Patchwork. O público em geral poderá visitar os estandes, adquirir produtos, realizar cursos, além de acompanhar diversas exposições. De 01/05 a 04/05; das 13h às 19h, de quarta à sexta-feira e das 10h às 17h no sábado; na Associação Catarinense de Medicina (ACM). A entrada custa R\$ 14 (inteira) e R\$ 7.

## # show



## # exposição



## Star Beatles Exposition

A Star Beatles Exposition trará fotos, discos e instrumentos musicais com a marca da famosa banda inglesa. A mostra é totalmente dedicada à história dos Beatles. Todos os itens fazem parte do acervo pessoal de um dos empresários da Banda. Até 06/05, das 10h às 22h, no vão central do Beiramar Shopping.

## # infantil

## Mini Teste Drive

Composto de três ambientes: SkateNet, Passeio Smart e Playground, o evento Mini Teste Drive promete entreter e divertir a garotada. Até o dia 19/05, das 14h às 20h, no Piso L1 do Floripa Shopping. A entrada é gratuita.

## # onde encontrar:

O *Imagem da Ilha* oferece 500 exemplares a mais nos seguintes locais com reposição semanal:

**Beiramar Shopping:** Café Delicia - L1 Café Fanny (L2) SC 401: Café Cultura (Passeio Primavera) e ACATE; O Padeiro de Sevilla (Shopping Casa & Design) e Café Francois (Corporate Park)  
**Jurerê Internacional:** Café Pão da Casa (Jurerê Open Shopping)  
**Itacorubi:** Mercado São Jorge

Baixe o leitor do QR Code e acesse o código abaixo para conferir nossa agenda completa



Auditado quinzenalmente pelo

Instituto Verificador de Comunicação **IVC**

Publicação quinzenal da Editora de Jornais Imagem da Ilha com distribuição gratuita para a região da Beira-Mar Norte, via mala direta etiquetada, e com distribuição porta em porta nos bairros Santo Antônio de Lisboa, Cacupé, João Paulo, Jardim Anchieta e Parque São Jorge.

**TIRAGEM: 9.000 exemplares - MALA DIRETA: 9.000 Assinantes**

**Edição e Textos:** Gabriela Morateli - **Diagramação:** Edson Egerland

**Jornalista responsável:** Hermann Byron A. S. Neto (JP 24303/RJ)

**Tel. comercial:** (48) 3024 2747 - **Celular Comercial:** (48) 99162 8040

**e-mail:** contato@imagemdailha.com.br - **Contatos Redação:** (48) 3028 3778

(48) 991628045 - **e-mail:** redacao@imagemdailha.com.br.

**Impressão:** Gráfica Araucária

Os artigos assinados não refletem necessariamente a opinião do jornal, sendo de inteira responsabilidade de seus respectivos autores

Troca de endereços, comentários e sugestões para o e-mail contato@imagemdailha.com.br.



## # LANÇAMENTO

# Turismo em pauta

*Livro do ex-ministro do Turismo Vinícius Lummertz alerta para o potencial do setor no Brasil*

Da redação

O *Jornal Imagem da Ilha* foi conferir o lançamento do livro “Brasil: potência mundial do turismo”, de autoria do ex-ministro do Turismo e atual secretário de Turismo de São Paulo, Vinícius Lummertz. A cerimônia ocorreu no dia 15 de abril, no auditório da Fecomércio (Federação do Comércio de Bens, Serviços e Turismo), em Florianópolis.

A obra, publicada pela Dois Por Quatro Editora, tem apresentação do sociólogo italiano Domenico de Masi, que estudou o litoral catarinense; Oscar Motomura, maior especialista em alta gestão do país; cerca de 100 páginas do autor e mais de 20 artigos de líderes nacionais de diferentes áreas do turismo.

Na ocasião do lançamento, Lummertz participou do debate “Turismo em Santa Catarina: como retomar o crescimento?” ao lado de grandes nomes do setor como Fernando Marcondes de Mattos, Marco Ferraz, Magda Nassar, Paulo Solmucci, Cláudio Magnavita e Luiz Ferla sob a coordenação do presidente da Fecomércio, Bruno Breithaupt.

Segundo o secretário, o livro é uma visão otimista do futuro do setor no Brasil. “Quando falamos de potência mundial do turismo, estamos diante de um sonho, mas que tem pé na realidade. Temos o maior potencial natural para turismo entre todos

os países do mundo e de certa forma estamos sonhando com isso de várias gerações”, alerta o autor.

## FUTUROS EMPREGOS

Para Lummertz, o turismo tem a capacidade de fazer com que o Brasil se desenvolva indo na contramão do desemprego que, para ele, é um problema não só para a estabilidade da sociedade, mas para a própria democracia. O autor defende que os futuros empregos virão da área do turismo, uma vez que a agricultura já possui uma alta produtividade e a indústria tende à automação.

O ex-ministro relata que existem políticas públicas de incentivo fiscal que beneficiam projetos relacionados a centros históricos, construções de marinas e parques naturais, porém, cabe ao Estado criar condições para que esses projetos sejam colocados em prática pelos empreendedores. Para ele, o Estado acaba desestimulando o desenvolvimento do turismo com a falta de investimento. “Precisamos dizer chega, basta, porque nós costumamos invejar os resultados obtidos pelos países desenvolvidos. Temos que dar condições aos empreendedores para que respeitem o meio ambiente e invistam em atividades que desenvolvam o nosso turismo”, finaliza o autor.

**Segundo o autor, a obra “Brasil: potência mundial do turismo” é uma visão otimista para o futuro do setor no Brasil**



## # DIREITO

# Sem dor de cabeça

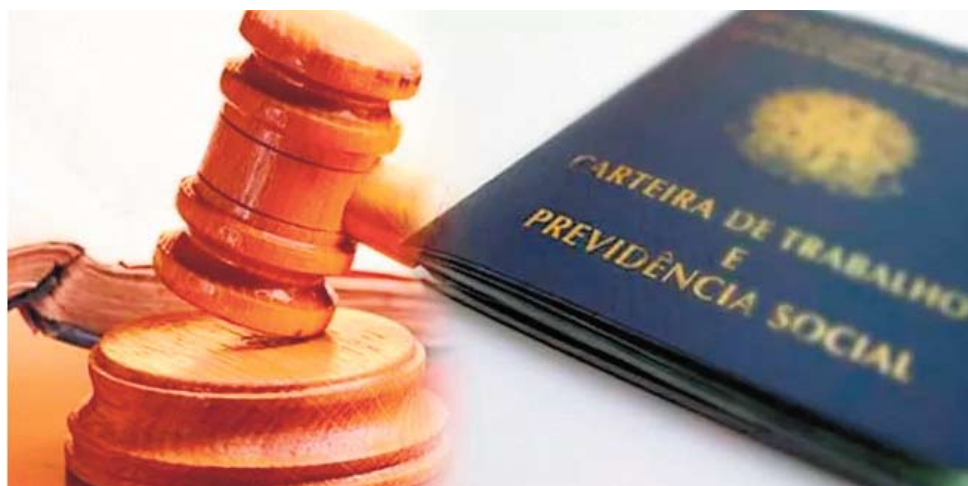
*Fique por dentro de duas questões trabalhistas polêmicas para patrões e funcionários*

Leonardo Fornari – advogado e professor  
OAB-SC 16.888  
leonardo@wlf.adv.br

Muitas pessoas enfrentam problemas trabalhistas, especialmente pela falta de conhecimento sobre a matéria, o que os leva a tomar atitudes equivocadas, seja como empregador ou como funcionário. Atuar preventivamente pra evitar um processo ou pra saber como buscar o seu direito é o melhor caminho, sempre! Dentre as principais questões trabalhistas polêmicas, especialmente após a chamada Reforma Trabalhista, estão o acordo trabalhista e a demissão por justa causa, cabendo alguns esclarecimentos sobre tais itens.

**Acordo trabalhista:** uma dúvida recorrente é sobre a possibilidade e a validade de um acordo trabalhista, já que antes da Lei 13.467/2017 (Reforma Trabalhista) havia muitos acordos que eram considerados nulos pelo judiciário. Isso porque as verbas trabalhistas são consideradas indisponíveis e não podem ser transigidas sem previsão legal específica e sem tomar algumas cautelas mínimas.

Antes da Reforma Trabalhista, no caso de desligamento do empregado, não havia a possibilidade dos envolvidos fazerem um



acordo que pudesse atender a vontade do funcionário em sair da empresa para poder sacar o FGTS e, ao mesmo tempo, atender o interesse do empregador em desligar o empregado sem ter que desembolsar os 40% da multa do saldo do FGTS do funcionário. Na prática, não eram raros os casos em que a empresa fazia o desligamento do empregado, pagava a multa de 40% e depois o empregado devolvia ‘por fora’ o valor da multa para a empresa, configurando a chamada rescisão fraudulenta, que consiste em ilícito trabalhista, criminal e previdenciário.

A partir de 11/11/2017, surgiu a possibilidade de um Acordo entre empregador e empregado para extinção do contrato de trabalho, deixando de ser fraude, des-

de que obedecidos alguns critérios, tendo o empregado direito a receber: metade do aviso prévio (15 dias), se indenizado; metade da multa rescisória sobre o saldo do FGTS (ou seja, 20%); todas as demais verbas trabalhistas na integralidade (saldo de salário, férias + 1/3, 13º salário, etc.); e saque de até 80% do saldo do FGTS. Entretanto, o empregado não terá direito ao benefício do seguro-desemprego.

Além disso, a Reforma Trabalhista trouxe uma outra novidade chamada de “Homologação de Acordo Extrajudicial”, aplicável para o caso do funcionário insatisfeito pelo não pagamento de algum direito trabalhista e, por manter um bom relacionamento com o empregador ou por chegar a um consenso com o patrão, aceite a quita-

ção amigável dessa verba. Nesse caso, cada parte elegerá um advogado de sua confiança (não pode ser o mesmo advogado para ambos), os quais irão redigir um acordo extrajudicial (“extrajudicial” pois é realizado fora de um processo trabalhista), que depois será levado à Justiça do Trabalho para que seja homologado (validado), ou não. O juiz do trabalho poderá negar a homologação quando entender que houve algum vício (por exemplo, coação do empregador ao funcionário), alguma fraude ou prejuízo significativo ao empregado por conta daquele acordo. Se homologado o acordo, o funcionário não poderá ajuizar uma ação trabalhista para rediscutir as verbas contempladas no ajuste, razão pela qual é alertado pelos advogados e pelo juiz sobre as consequências do acordo.

Anteriormente à Reforma, o acordo extrajudicial firmado entre empregado e empregador não evitaria o litígio judicial, já que a quitação dada se limitava aos valores pagos e não evitava a propositura da ação para rediscutir os créditos resultantes da relação jurídica (justamente pela falta de previsão legal desse acordo na época e pela natureza da obrigação). Por isso, raramente era utilizado. Nesses mes-

**Acesse o QR Code e continue lendo a coluna**







## # COLUNA POLÍTICA

## Raul Sartori

raulsartori@raulsartori.com.br



Foto: Reprodução/Secom



## Certinho

A Política Nacional de Resíduos Sólidos foi aprovada em 2010 e uma das determinações da lei previa o fim dos lixões no Brasil até julho de 2014. E SC continua sendo o único a cumprir a lei. Não há mais nenhum lixão à céu aberto no Estado. Mas, em todo país, governos relapsos permitem a existência de cerca de 3 mil daqueles depósitos irregulares. Enquanto isso no Congresso tramita um projeto para prorrogar mais uma vez o prazo.

## Cabide

Pouquíssimos contribuintes catarinenses sabem o que faz uma tal de Santa Catarina Participações e Parcerias S/A (SCPar), criada no início da administração do governador Luiz Henrique da Silveira, há 16 anos. O que se sabe é que paga uma folha salarial de R\$ 4,2 milhões mensais. Vários deputados querem mandá-la para o limbo na reforma administrativa que está tramitando no Legislativo. Mas há resistências.

## Estrada esquecida

O presidente Jair Bolsonaro não lembra mais da grande vitória que teve em SC no ano passado? Parece. Para agradecer caminhoneiros, anunciou investimentos diversos, inclusive em recuperação de estradas em vários Estados. A BR 282, que está em pandarecos em alguns trechos, como entre Chapecó e São Miguel do Oeste, foi completamente esquecida, mais uma vez.

## Estarrecedor

O depoimento de Raul Almeida, sócio fundador e responsável técnico da Roca Construtora, de Curitiba, à Comissão Parlamentar de Inquérito (CPI) da Assembleia Legislativa que investiga o corrupção nas obras da Ponte Hercílio Luz, estarrece. Disse que quando a empresa assumiu as obras, em 1980, as condições da ponte eram lastimáveis e que “já deveria estar fechada há muito tempo”. Disse mais: “Nunca houve um projeto de recuperação. O que aconteceu é que a gente ia apagando incêndios. Era uma caixa de surpresas. Você montava o andaime e não se sabia o que seria encontrado de problema”.

## Consulado

Alvíssaras para os cerca de 3,5 milhões de catarinenses “oriundi” (de descendência italiana). O Ministério das Relações Exteriores da Itália sinalizou que em junho enviará um diplomata ao Estado para dar tratativas concretas quanto à instalação de um consulado em Florianópolis. Representação diplomática que SC teve até os anos 1980 e absurdamente transferida para Curitiba.

## Símbolo maculado

Pesquisa de opinião do Instituto Mapa, em que pediu a mil entrevistados para apontar, de forma espontânea, o que consideram o maior símbolo ou cartão postal de SC, elegeu a Ponte Hercílio Luz, com 37% das citações, seguida por Florianópolis (7%), empatada com a Serra do Rio do Rastro (7%). Balneário Camboriú ficou em quarto, com 4%. Uma pena que para sempre este símbolo leve a mácula da corrupção. Boa parte dos R\$ 700 milhões tidos como gastos em sua restauração não tiveram este destino. Uma CPI em andamento talvez descubra em que bolsos foram parar.

## Escolas militarizadas

Além dos já existentes em Florianópolis, Lages, Laguna, Blumenau e Joinville, os municípios de Correia Pinto, Brusque e Otacílio Costa também querem colégios militares, vinculados a PM-SC. Seus prefeitos e políticos da região estão fazendo lobby sobre o governo estadual. Alegam que, em especial, eles têm apresentado um novo modelo de civismo.

## Controle interno

O que deveria ser algo absolutamente normal, precisa de lei para valer. É o que propõe um projeto do deputado Nilso Berlanda (PR), prestes a ir ao plenário. Determina que os responsáveis pelo controle interno dos órgãos e entidades de SC tem que comunicar ao Tribunal de Contas do Estado qualquer irregularidade ou ilegalidade que identifiquem, sob pena de responsabilidade solidária.

## Vilipêndio

Agora é oficial. Tem o número 74/2019 o projeto de lei da deputada estadual Ana Caroline Campagnolo (PSL) que propõe proibir a liberação de verbas públicas para a contratação ou financiamento de cobertura de eventos, desfiles carnavalescos, espetáculos e marchas de ONGS, associações, agremiações, partidos e fundações que pratiquem a intolerância religiosa travestida de manifestação cultural. Parada da Diversidade não pode? Marcha para Jesus pode? Hum...

## Tio Patinhas

A Operação Tio Patinhas, da Receita Federal em Florianópolis, confirmou o que já se suspeitava: boa parte do dinheiro que contribuintes declaram guardar em casa simplesmente não existe. Trata-se, na maioria dos casos, de informação fraudulenta, de dinheiro fictício utilizado para planejamento de futuras sonegações fiscais, corrupção e lavagem de dinheiro. Em apenas um ano de trabalho foi reduzido em R\$ 4,1 bilhões o montante de recursos declarados irregularmente na capital catarinense, diz a auditora fiscal Aline Damásio, que coordena a ação no Estado e integra o Sindifisco Nacional - Florianópolis.

## Esforço em vão

Este espaço não arreda pé: só acreditará nas autoridades, quando dizem que estão fazendo “de tudo” para combater a famigerada farra do boi, quando seus praticantes – verdadeiros criminosos – forem presos e duramente condenados, conforme a lei. Esta “tradição” é abominável. Mesma qualificação tem as brigas de galo, canários, cães e puxada de cavalos, verdadeiras sandices intoleráveis no gênero humano.

## Irresponsabilidade

É deplorável o descaso da Agência Nacional de Transportes Terrestres (ANTT) com SC. Não se dignou a sequer responder convite para integrar uma comissão coordenada pela Assembleia Legislativa para acompanhar a execução e a divulgação de um cronograma das obras do Contorno Viário da Grande Florianópolis, que deveria estar pronto em 2012. A ANTT acha que não tem nada a ver com isso.

## Escanteio

De seu refúgio na praia do Campeche, na Ilha de SC, o ex-craque Paulo Cezar Caju escreveu uma nova crônica para “O Globo” onde expressa o que a maioria dos torcedores percebe: que jogadores não sabem chutar e trocar passes porque quem os ensina também não sabe. Fuzila: “Nosso futebol precisa de mais sensibilidade, de menos Carilles e Felipões, e mais Zé Robertos, Afonsinhos, Purucas e Rogérios Bailarinos”.

## Previdência

Os 7 milhões de catarinenses, contribuintes ou não, tiraram do seu bolso R\$ 615 cada um, em 2018, para pagar os servidores aposentados e pensionistas do governo estadual. A conta só cresce e não fecha pelo simples motivo de haver 1,06 aposentado ou pensionista para cada servidor ativo. O Ministério da Previdência ainda não incluiu SC entre os Estados qualificados como “casos críticos” na área previdenciária, mas o coloca no entorno e não tão distante assim dos falidos Rio Grande do Sul, Rio de Janeiro, Distrito Federal e Paraná.

## Farra permanente

Está no Diário Oficial da Assembleia Legislativa portaria autorizando o coordenador da tesouraria da Casa a realizar despesas sob o regime de adiantamento para pagamento de diárias de deputados e servidores entre 15 de abril e 15 de maio. Valor: R\$ 400 mil. A farra não tem fim. Assim, o Legislativo perde qualquer moral para contrapor a proposta de redução de seu duodécimo, como quer o governador Carlos Moisés.

## Se...

Se na composição da tarifa de pedágio na BR 101 em SC entrou o Contorno Viário da Grande Florianópolis, que deveria ser entregue em 2012 e agora não tem mais prazo para conclusão, porque não houve até agora um questionamento jurídico? Estranho, não? No Paraná, tarifas cobradas nas praças de pedágio pelas concessionárias Caminhos do Paraná e Viapar terão que baixar 19,02%, percentual que corresponde ao somatório de degraus tarifários obtidos em aditivos recentes que, conforme apurado, foram obtidos mediante pagamento de propina a agentes públicos. Pode até baixar mais quando forem julgados outros questionamentos, parecidos com os daqui, ou seja, obras que não foram feitas mas que entraram no computo de cálculo do pedágio.

Acesse o QR Code e continue lendo a coluna do Raul Sartori.





# CIDADE

# Medalha de ouro

*Isabela Saqueti mostra todo o seu talento em festival no exterior*

*Gabriela Morateli*

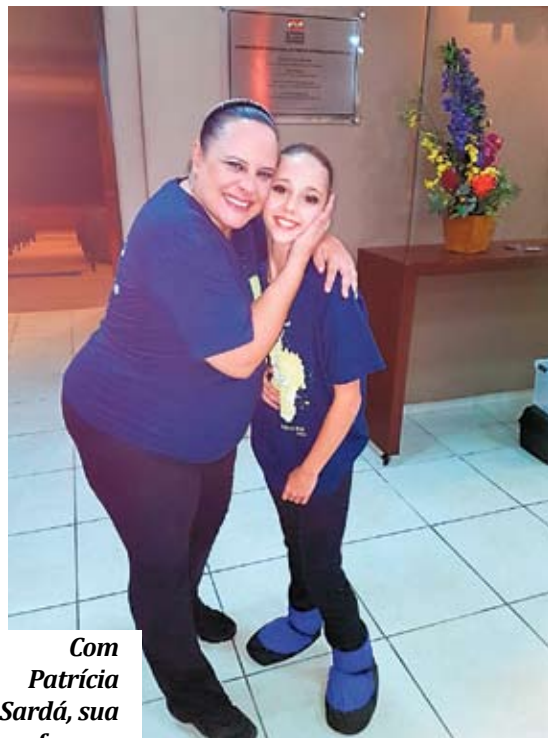
O sonho de muitas meninas foi realizado para Isabela Saqueti. Mas não foi como num passe de mágica que tudo aconteceu. Treinando muito desde pequena, hoje, a bailarina de 12 anos, natural de Florianópolis é uma das grandes apostas no cenário do balé clássico nacional. O êxito mais recente ela trouxe de Nova York, nos Estados Unidos, em março: a medalha de ouro em um importante festival de balé que teve como jurados grandes nomes do balé mundial.

A seletiva para o Valetina Kozlova International Ballet Competition aconteceu em São Paulo no final do ano passado. Lá, Isabela destacou-se e foi escolhida a melhor bailarina entre todos os participantes de 11 a 26 anos, de diversas regiões brasileiras.

Isabela começou a frequentar aulas de balé aos 6 anos e já mostrava delicadeza nos movimentos. Dois anos depois conheceu Patrícia Sardá, sua professora desde então. “Foi aí que eu tive certeza que queria ser bailarina”, conta Isabela. Com experiência e olhar apurado, Patrícia logo viu que a pequena bailarina iria longe. “Na época criei uma apresentação solo para ela participar do festival argentino Matrix, que aconteceu aqui na capital, e adivinhe? Ela ganhou primeiro lugar”, conta Patrícia, orgulhosa com a trajetória de sua pupila. A partir daí os ensaios ficaram mais intensos e o reconhecimento no palco também.

A experiente professora fez carreira como bailarina

**De Floripa para Nova York: reconhecimento dos principais nomes do balé**



**Com Patrícia Sardá, sua professora e parceira em cursos e competições**

em importantes companhias do País, como o Balé Teatro Guaíra, em Curitiba, e o Balé Stagium, em São Paulo. Em 2006 ela retornou à capital catarinense e criou o Balé Juvenil de Florianópolis. O grupo reúne os alunos que mais se destacam para apresentações em festivais em todo o Brasil e no exterior. Há um ano, Patrícia abriu o Studio Cena de Dança, onde Isabela ensaia de segunda a sexta-feira, de quatro a cinco horas.

**A EXPERIÊNCIA NO EXTERIOR**

Durante a estada de 10 dias em Nova York, em março, além de ganhar medalha de ouro em sua categoria, Isabela ganhou também a medalha de ouro pela apresentação em grupo, e mais quatro premiações especiais: um ano de estudo na Escola da Valentina Kozlova em Nova York,

quatro premiações especiais: um ano de estudo na Escola da Valentina Kozlova em Nova York,



um curso de férias de duas semanas em Bruxelas (Bélgica), um curso de duas semanas em Seul (Coréia do Sul) e foi convidada para representar a América Latina no Campeonato Mundial da Coreia do Sul, em julho deste ano. Também em julho, Isabela e Patrícia participarão de um curso de férias na Joffrey Ballet School, premiação recebida durante a seletiva no Brasil, no final de 2018.

Lembrando que a participação em cursos e competições envolve muitos custos, como taxa de inscrição, deslocamento (passagens aéreas e hotéis), alimentação e figurino. Por isso, a bailarina está em busca de apoiadores. Se você tem interesse, entre em contato com Josiano Saqueti, pai de Isabela, pelo telefone: (48) 98405-0920 ou e-mail: josiano.saqueti@gmail.com.

Acesse o QR Code e assista a um ensaio da bailarina Isabela Saqueti especialmente para os





# QUAL

## É A SUA OPÇÃO?



## Receba as duas no seu celular!

Envie um Whats para o telefone:

 **48 99162 8040**

com o texto **"QUERO RECEBER"**

Ah, coloque também o seu **nome** e adicione o jornal aos seus contatos

Enviaremos para você o impresso para leitura

## ONLINE!

Caso você prefira receber a edição impressa gratuitamente em sua residência,  
envie seu nome completo e endereço por Whats. \*

JORNAL  
**image3**  
DA ILHA



## A mala de Amado

Alcides Buss, um dos nomes mais importantes da poesia moderna catarinense, está lançando um livro que ele define como “prosa literária através de lugares e tempos”. A trama de “Em Nome da Poesia” abrange desde a era Vargas até o governo Lula. Tem como cenário principal a Região Sul com seus fluxos migratórios, dificuldades de adaptação e esforço de integração na cultura nacional. A trajetória de um poeta independente serve como pano de fundo e de fio condutor da narrativa. O autor-poeta adiciona, no fim, a incrível história da mala esquecida de Jorge Amado. Ao retornar ao Brasil, em 1942, em plena ditadura Vargas, Amado deixa para trás uma mala com documentos, fotografias, anotações, poemas e um romance inacabado, os quais, recém-descobertos, foram parar na Ilha de Santa Catarina.

## A morte do monarca

A comunidade luxemburguesa catarinense, integrada por mais de cinco mil descendentes do Grão-Ducado de Luxemburgo, está de luto. Sua Alteza Real o Grão-Duque Jean, pai do atual chefe de Estado do Luxemburgo, morreu aos 98 anos. Ele governou o país durante 36 anos, de 1964 a 2000, quando abdicou em favor do filho, Grão-Duque Henri, atual chefe de Estado do Grão-Ducado. Em SC são mais de 5 mil descendentes de luxemburgueses. A sede do consulado é em Palhoça, onde residem muitas famílias com sobrenomes originários de Luxemburgo. Há descendentes também em Santo Amaro da Imperatriz, Águas Mornas, Anitápolis, São Bonifácio, Garopaba e Paulo Lopes.

## Crianças sorrindo

Luciano Martins doou kits para higiene bucal desenvolvidos pela Oral Gift em parceria com o artista para o público infantil e juvenil. As doações estão indo para crianças sírias refugiadas no Líbano.

## Voando alto

O florianopolitano André Azevedo, famoso na cidade por sua semelhança com o ator americano Jason Statham (e por ser filho de Alcione Maria Pereira, da antiga boutique Summertime ao lado do TAC), é protagonista e um dos produtores do filme internacional “The Gem” (“A Joia”, em português). O tema do roteiro é o tráfico de mulheres. Segundo André, reuniões deverão acontecer já no segundo semestre do ano em Los Angeles para tratar do projeto.

## Mundo da inovação

Leandro Piazza está no Vale do Silício, na Califórnia, participando de eventos em universidades para ampliar a atuação da sua nova empresa, a 49. A startup fundada pelo catarinense tem como foco um novo modelo de educação.

## Urbano Salles

urbanosalles@uol.com.br



Foto: Ana Carolina Borba



**Maria Carolina Vidal numa superbalada que agitou Jurerê Internacional na Páscoa**

## Tutti bella

Patrícia Althoff Richard ficará uma temporada de quatro meses na região de Milão para aprimorar o italiano. A prima Isabela Althoff já está por lá. E a irmã Claudia Althoff embarca dia 13.

## Professora Lena

A artista e curadora Lena Peixer aceitou o convite e vai ministrar oficinas de aquarela com uma hora e meia de duração, sempre às segundas-feiras, na escola Duo Arte. A estreia será no próximo dia 20.

## Acervo valioso

Obras de arte pertencentes ao Centro Administrativo do Governo do Estado estão sendo expostas ao público pela primeira vez. A mostra, no CIC, apresenta 31 trabalhos de artistas reconhecidos nacionalmente, entre eles José Pancetti, e de grandes nomes da arte catarinense, como Martinho de Haro, Silvío Pléticos, Hassis, Eli Heil, Janga, Rubens Oestroem, Loro, Max Moura, Tireli, entre outros. O acervo foi adquirido ao longo de décadas e grande parte pertenceu ao extinto BESC. Hoje, o Centro Administrativo é o guardião desse tesouro artístico.

## Zero álcool

A Guarda Municipal intensificou a fiscalização da Lei Seca. As ações são mais frequentes na cabeceira da Pedro Ivo e na SC-401.

## Refletindo

O secretário de Cultura, Esporte e Juventude, Ed Pereira, está em dúvida sobre seu futuro. “Essa vida pública nos consome demais e não tenho tido muita paciência para engolir besteiras ou até mesmo vaidades!”, desabafou numa rede social.

## O céu é o limite

Depois de Balneário Camboriú, Itapeuma se prepara para entrar na era das super Torres residenciais. Com previsão para ficar pronto em 2023, a VR Tower terá 60 andares. Será um dos cinco maiores do Brasil e um dos mais altos da América Latina.

Foto: José Somensi

## Nosso megaiate

Mais um orgulho para Santa Catarina: é de Itajaí o maior iate de luxo produzido em série no Brasil, a Azimut Grande 30 Metri, uma das estrelas da 22ª edição do Rio Boat Show, na Marina da Glória, no Rio de Janeiro. O gigante tem 30 metros de comprimento, o equivalente a 100 pés.

## Bem-vindos!

Uma comitiva formada por 16 integrantes da CDL Jovem de Florianópolis participou de três visitas técnicas em Criciúma e Nova Veneza. A Cervejaria Destroyer Beer, o Restaurante Veneza e a empresa de roupas Damyller receberam os jovens empresários para apresentar o funcionamento e os bastidores das operações.

## Pratos à mesa

Novidades no circuito da melhor gastronomia de Florianópolis. Jaime Barcellos e a sócia Juliana Sales criaram, para os sábados à noite no Ostradamus de Coqueiros, um menu degustação com arroz de frutos do mar como prato principal. Do outro lado da ponte, o Toca da Garoupa da Alves de Brito, agora sob o comando de Cris Gonzales, Marga Assunção e Décio Sardá Jr., está lançando novo cardápio executivo. E as surpresas, anunciam os sócios, estão só começando...

## Nomes confirmados

O ministro catarinense Jorge Mussi, do STJ, a ministra Carmen Lúcia, do STF, e o ex-ministro e advogado da ex-presidente Dilma Rousseff, José Eduardo Cardozo, estão entre as personalidades do mundo jurídico convidadas para o XIV Congresso Direito UFSC, entre os próximos dias 14 e 17. O evento é totalmente organizado por alunos da faculdade. Ao todo serão 19 palestras, 30 palestrantes e mais de 300 artigos científicos.

**Antonino Pasquini com o casal de atores Kleber Toledo e Camila Queiroz na inauguração da sede do Grupo Pasquini em Itajaí**





## # EU EXPERIMENTO O MUNDO

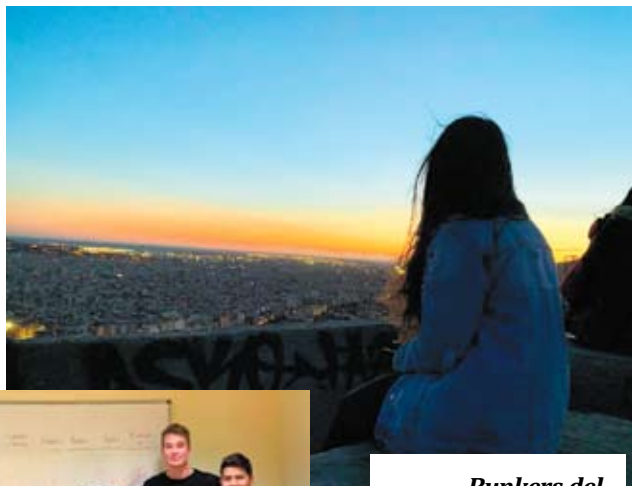
# Hola, que tal Barcelona?

Esta coluna é dedicada a compartilhar relatos e dicas de viagem dadas por estudantes de diferentes idades que estão no momento vivendo experiências de estudo no exterior

\* Por Marisa Napolini com a colaboração de Isadora Filipiaki Janke

Isadora oscilou entre o programa de Au Pair nos Estados Unidos e um curso de idiomas na Argentina antes de optar por seu destino final: Barcelona. A escolha se revelou acertadíssima. Ela está amando a cidade, a escola e a família que a acolheu. “A minha casa fica a 5 minutos caminhando da escola. O bairro é super residencial e tem de tudo. Mercado ao lado, estação de metrô e ponto de ônibus a 5 minutos, lojas, barzinhos, restaurantes, cinema, enfim, de onde eu vivo dá para ir para a maioria dos lugares caminhando. Eu caminho muito, porque opto por conhecer onde eu vivo”, relata.

Ela decidiu estudar 4 meses na Enforex, uma escola que conta com professores nativos e turmas pequenas, com no máximo 10 estudantes, o que facilita muito o aprendizado e a prática de conversação. “O clima na escola é super tranquilo e amigável, sem contar que tanto os professores quanto os admi-



Bunkers del Carmel, seu lugar favorito na cidade



Na escola Enforex

O mix de nacionalidades também é apontado como um facilitador, uma vez que pessoas de nacionalidades distintas usam a língua espanhola como elemento em comum. Sobre seu aprendizado, ela comenta:

nistradores estão sempre dispostos a te ajudar”, conta ela empolgada.

“eu avancei absurdamente no meu espanhol, mas tenho uma dica de estudante: não deixe pra estudar somente na sala de aula, faça amigos, converse sempre em espanhol, assista a filmes e à TV local, tudo isso ajuda a dominar o idioma”.

O estilo de vida catalão a cativou: as gírias e expressões locais, a alfabetização de crianças em catalão e espanhol, o horário tardio das refeições, a siesta e as prioridades eleitas pelos moradores da cidade. “Acho incrível como eles são desapegados em relação a bens materiais e como investem em conhecimento, seja viajando ou estudando. A minha mãe hospedeira, por exemplo, já viajou o mundo inteiro e está sempre querendo mais”, revela surpresa. Isadora tem aproveitado o tempo livre pra conhecer os pontos turísticos da cidade, que são muitos.

Ela elegeu o Bunkers del Carmel como seu local favorito. Um mirante descolado, com vista da cidade inteira, de acesso gra-

tuito e cheio de jovens. O percurso é demorado e um pouco difícil, mas vale a pena. Na lista de preferidos também estão a Sagrada Família, o Park Guell, as Casas Batló e Milà e todos os muitos museus da cidade. Além de Barcelona, ela conheceu outras cidades da Espanha, Amsterdam, Viena, Lisboa, Bruxelas... Deixou o medo de lado (medo de falar, de sair sozinha, de experimentar coisas novas) e se lançou na estrada. Será que ela volta?

## SERVIÇO

\* Marisa Napolini é especialista em educação internacional e dirige a Experimento Intercâmbio Cultural em Florianópolis. Isadora Filipiaki Janke, 23 anos, é graduada em Direito, louca por viagens e agora por intercâmbio. Em Barcelona, está fazendo programa de idiomas por 4 meses na Enforex.

Siga-nos em @experimentofloripa

**Experimento Intercâmbio Cultural**  
Koerich Beiramar Office  
Fone: (48) 3364-1134  
florianopolis@experimento.com.br  
[www.experimento.com.br](http://www.experimento.com.br)



CITROËN

neovox

## CONHEÇA O NOVO SUV CITROËN C4 CACTUS

### BEM-VINDO À PRÓXIMA GERAÇÃO SUV.

**NOVO SUV  
CITROËN C4 CACTUS  
SHINE TURBO**

SUPERVALORIZAÇÃO DE  
**R\$ 5.000** + TAXA **0% a.m.** | EM ATÉ **36X** + IPVA **2019 GRÁTIS**  
NO SEU USADO






• MOTOR 1.6 TURBO THP 173 CV • CÂMBIO AUTOMÁTICO SEQUENCIAL DE 6 MARCHAS COM MODO ECO E SPORT (EAT6) • CENTRAL MULTIMÍDIA DE 7" • BANCOS EM COURO  
• CÂMERA DE RÉ • AR DIGITAL • RODAS DE LIGA LEVE 17" • ALERTA DE SAÍDA DE FAIXA • 6 AIRBAGS (DUPLO FRONTAL, AIRBAGS LATERAIS E AIRBAGS DE CORTINA) E MUITO MAIS!



FLORIANÓPOLIS - Rua Liberato Bittencourt, 1426A, Estreito - (48) 3954-4646  
CRICIÚMA | TUBARÃO | PORTO ALEGRE (ZONA NORTE) | PORTO ALEGRE (JARDIM BOTÂNICO)  
[WWW.LEMONDE.COM.BR](http://WWW.LEMONDE.COM.BR)



Condições exclusivas para os modelos: Novo SUV Citroën C4 Cactus Shine AT6 18/19 com taxa 0% a.m. + IOF em 36 meses (entrada 60%). Bônus de até R\$ 5.000,00 válido para as versões: Shine e Shine Pack. CDC realizado pelo Banco PSA com crédito sujeito a aprovação. Confira a CET da operação em uma de nossas lojas. TC de R\$ 799,00 (PF) + IOF e sem SPF e TC R\$ 995,00 (PJ) + IOF e sem SPF. Preços não incluem pintura metálica, frete, seguro e opcionais. Quantidade em estoque: 3 carros para cada versão anunciada. IPVA 2019 grátis válido para todo Citroën 0km 18/19 em estoque e clientes Le Monde residentes em Santa Catarina. Não válido para veículos utilitários e vendas diretas de fábrica. Oferta válida até 30/04/2019 ou enquanto durarem os estoques. Imagens Ilustrativas. 



# Arquitetura & decoração

## EM GRANDE ESTILO

*Paula Pereira Oliveira é homenageada durante festejos em Dubai*

• Página D3

*A empresária de Florianópolis é uma das fundadoras do Núcleo Catarinense de Decoração*

Foto: Arquivo pessoal



**PALAVRA DE ESPECIALISTA:** Escultura em Milão • Página D2

**Crítica à violência contra a mulher**



## # PALAVRA DE ESPECIALISTA

## Arte da iluminação

O conceito da nova casa da Ouse Iluminação teve uma inspiração inusitada: uma galeria de arte. A arquiteta Fabiana Heidemann apostou em um espaço clean, criando uma maneira de setorizar os produtos com ambientações de painéis verticais e horizontais. A escolha das cores também foi fundamental para criar essa atmosfera: fundo em tons de cinza e branco para destacar a peça; pisos claros nas áreas livres e escuro no parte de atendimento e exposição de produtos. Você pode conferir essa "galeria" de luminárias na rodovia José Carlos Daux, nº 5500, SC 401 Square Corporate, no bairro Saco Grande.



**Empresárias Adrielle Guimarães e Esther Schattan, CEO da Ornare, no Salão Internacional do Móvel em Milão**

## Por Cláudia Couto

Designer de interiores  
Contatos: (48) 99982-8052  
contato@claudiacouto.com.br



## Milão

Aconteceu este mês a grande Feira de Milão (iSaloni) de 09/04 a 14/04, quando a cidade italiana recebeu profissionais do mundo todo para ver as novidades. A indústria nacional se fez presente em vários estandes. A Ornare, referência em móveis sob medida no mercado de luxo brasileiro e nas Américas, estreou no iSaloni. A nova coleção West East, desenvolvida pelo diretor de arte Ricardo Bello Dias e o Studio Ornare, coordenado por Murillo Schattan, foi um sucesso. A arquiteta e empresária Adrielle Guimaraes, que dirige a marca em Santa Catarina, acompanhou varios profissionais e convidados em eventos da marca e apresentou as novidades em estande exclusivo. Com 33 anos de atuação no Brasil e 13 nos EUA, está presente em 18 endereços de luxo em território brasileiro e americano.



**Arquiteto Marco Antônio Medeiros em frente do Duomo em Milão, um dos pontos altos da cidade, onde foi colocada uma escultura de 8 metros da poltrona Up de Gaetano Pesce, desenhada a mais de 50 anos e inspirada nas curvas do corpo feminino. Cheia de flechas e correntes, é uma crítica à violência contra a mulher e à desigualdade de gênero. Milão é um reflexo da sociedade nas formas do design.**

## CASACOR 2019

A CASACOR, maior e mais completa mostra de arquitetura, de design e de paisagismo das Américas, lança seu novo tema para 2019: Planeta Casa. O conceito foi criado na tendência do lar como universo particular de cada indivíduo, onde as mudanças e conexões surgem e transformam o entorno e a comunidade. "É pensar de dentro para fora, começando pela nossa individualidade e nosso propósito como ser humano. Somente assim conseguiremos enxergar o outro como um elo no cuidado do mundo", explica Lívia Pedreira, diretora superintendente da mostra. Este ano teremos duas oportunidades em Santa Catarina em datas distintas: Florianópolis e Balneário Camboriú. Em junho o Núcleo Catarinense de Decoração organizará uma Missão Técnica a CasaCor de São Paulo. Lá os profissionais convidados se conectarão às novidades do setor e a outros eventos que acontecem simultaneamente na cidade.

## # AGENDE-SE!

CASACOR Paraná - 18/05 a 07/07

CASACOR São Paulo - 28/05 a 04/08

CASACOR SC - Balneário Camboriú - 23/06 a 04/08

CASACOR SC - Florianópolis - 15/09 a 27/10

## Fauna e flora



Com foco no universo botânico e dos animais, a Donatelli Tecidos celebra a natureza com a linha Foliage, oferecida com exclusividade em Florianópolis na Paula Papéis e Tecidos. A coleção explora padrões maximalistas de folhagens, plantas, matas tropicais, românticos florais e referências da fauna, como pegadas de animais. Os tecidos são de tapeçaria natural e nobres. O caráter urbano e cosmopolita fica por conta dos modelos coordenados com estampas modernas e geométricas.

• **Paula Papéis e Tecidos**  
Rua Almirante Lamego, 1455 - Loja 12, Centro  
Fone: 3222-8391 • WhatsApp: 99919-1379  
[www.paulapapeis.com.br](http://www.paulapapeis.com.br)

## # EDITORIAL

Renovação é a vibe do momento. Tantas mudanças na sociedade, nos meios de comunicação, nos relacionamentos e nas famílias. Novos núcleos de convivência que nos fazem pensar em renovações na nossa vida. Mas será que é tão simples assim? Deveria ser... Precisa coragem? Às vezes sim. Com pequenos atos, atitudes e pensamentos, aos poucos vamos renovando nosso astral e nossas ideias. Construir o novo, se diferenciar, criar, inventar. Isso é vida, é coragem!

Datas especiais como o Dia das Mães que se aproxima, são uma ótima oportunidade. Tome a iniciativa e reúna os amigos e/ou a família; arrume uma mesa, um cantinho da sua casa com muito carinho, use aquela toalha que sua avó ou sua mãe bordaram e que está guardada há tanto tempo; coloque flores frescas em pequenos potinhos, que podem ser colhidas do jardim e até no seu caminho diário; use a sua louça mais bonita e coloque os copos dos mais variados estilos, que estão há tanto tempo esperando uma oportunidade de serem usados. Um bonito guarda-napo dará o toque final.

Faça um almoço gostoso, onde todos possam contribuir: a maionese deliciosa da sua cunhada, o doce gostoso daquela amiga, o prato especial que só sua tia sabe fazer. As bebidas? Todos podem levar algo também. Para finalizar, aquele café passadinho na hora, que seu irmão sabe fazer como ninguém. Coisas básicas que trazem tanto aconchego e prazer para sua alma. Reúna os seus mais queridos! Tomar a iniciativa vai lhe dar novas energias! Reunião é amor, uma linda troca de aprendizado. Se você estiver aberto a isso, tudo vai conspirar a favor.

## Eu, cidade

A cidade como um lugar de histórias incríveis, contadas a partir do ponto de vista dos seus habitantes. Com esse conceito nasceu o projeto "Eu, Cidade", idealizado pelo NCD Floripa. A estreia ocorreu neste mês, durante um sábado pela manhã, no Sambaqui, em Florianópolis. Quem conduziu a narrativa foi a arquiteta Katia Veras, que habitou o bairro durante sete anos. Foi um encontro para regatar e compartilhar trajetórias, lugares, vivências e memórias. "Percebemos as coisas a partir de uma interpretação. E isso inclui nossas experiências pessoais. Assim, despertei minha percepção sobre o bairro a partir de suas servidões, personagens, sua memória, seus cheiros e cores", disse Katia. O Núcleo tem previsto ainda para este ano outros dois encontros do projeto. A iniciativa é aberta aos interessados, mas com vagas limitadas. A agenda dos encontros será anunciada nas redes sociais da entidade: @ncdfloripa.

## # FICAADICA

## Mesa cheia de carinho

Pequenos frascos de perfumes, garrafinhas de leite de coco, vidrinhos dos mais diversos formatos com mini flores naturais (mosquitinhos ou mini-margaridas) se transformam em lindos arranjos para sua mesa ficar mais bonita.



**O primeiro encontro do "Eu, Cidade" foi no Sambaqui, com caminhada guiada pela arquiteta Katia Veras, que morou no bairro durante sete anos.**





# COMEMORAÇÃO

# Protagonista do décor

*Paula Pereira Oliveira celebra os 20 anos de fundação do Núcleo Catarinense de Decoração em Dubai*

Foto: Carlos Alves

Da redação

Foi no meio de lojistas catarinenses e profissionais queridos - muitos que viraram amigos -, em pleno deserto de Dubai, nos Emirados Árabes, que Paula Pereira Oliveira teve seu trabalho reconhecido. Integrante do grupo convidado para vivenciar uma experiência cultural no destino, organizada pelo Núcleo Catarinense de Decoração, na última semana de março, a empresária nem sabia que seria homenageada na festa memorável que marcou o fim da imersão arábica.

A noite também celebrou os 20 anos de atuação da entidade, tempo que tem tudo a ver com a trajetória da lojista, uma das fundadoras do Núcleo. Duas décadas atrás, Paula - mãe de quatro filhos - achou que estava na hora de sair de casa para trabalhar. "Eu tinha todo o apoio em casa, meus filhos estavam mais ou menos criados, só tinha o pequeno de quatro anos. Não foi nenhum problema entrar no mercado. E fui de cabeça mesmo", relembra ela.

Naquele tempo o mercado era outro, ninguém mencionava a palavra e-commerce e nem arriscaria prever o impacto da tecnologia na vida das pessoas. As lojas de decoração começavam a pipocar em Florianópolis. A Paula Papéis e Tecidos surgiu nessa leva, o envolvimento com o NCD Floripa foi o passo seguinte. "A ACIF (Associação Comercial e Industrial de Florianópolis) nos procurou para montar o Núcleo de Decoração. A partir daí se formou o grupo com o objetivo de juntar as lojas para que houvesse uma força maior no mercado", conta a empreendedora, que sobreviveu aos muitos planos econômicos e hoje encara os recentes desafios do varejo.

## TBT DE UMA TRAJETÓRIA INCRÍVEL

De volta ao deserto de Dubai, em meio aos amigos, após apreciar um entardecer difícil de ser apagado da memória, quando o sol, lá na linha cor de carvalho do hori-



**A empresária, que há duas décadas está à frente da Paula Papéis e Tecidos**

zonte, se esconde atrás das dunas de areia. Um suspiro relaxa o peito de quem avista. Os dias que antecederam a festividade haviam sido incríveis. "Dubai nos surpreende por ser uma Cidade-Estado com somente 47 anos de existência, com pretensões de surpreender o mundo, se é que isso ainda é possível. As construções são lindas e arrojadas, de uma riqueza de detalhes. Adorei de forma particular, principalmente a Mesquita de Abu Dhabi e o Museu do Louvre", relata.

Sempre pronta para o que der e vier, Paula dispara: "Para mim é um orgulho ver tudo que foi feito nestes 20 anos de Núcleo e um privilégio ter participado intensamente desde a fundação."

**Museu do Louvre, um dos locais apreciados por ela em Dubai**



## Escritórios na Av. Beira-mar

Já pensou em ter um escritório perto de tudo? A alguns metros da Avenida Beira-Mar Norte e lado a lado com cafés, restaurantes, sorveterias, padarias, lojas e o Beiramar Shopping? Pois é, esses são os vizinhos do Centro Executivo Ilhéus



**Acesso pela Av. Beira-mar**



**As salas**

O prédio de três andares tem dois acessos: um pela Rua Bo-caiúva e o outro pela Beira-Mar, e oferece salas ideais para escritórios e consultórios. Com um interessante mix de salões de beleza, café, imobiliária, agência de turismo e dentistas, o Centro Executivo é um achado em meio a tantas opções de imóveis corporativos em uma região tão valorizada e de fácil acesso. Venha nos fazer uma visita!

**Laudares Empreendimentos Imobiliários Ltda**  
Ligue pra gente: Fone (48) 99982 9237



EVENTO GRATUITO  
**DE 30/4 A 06/5**  
— DAS 10h ÀS 22h —

Beiramar apresenta:



- Discografia completa dos BEATLES em VINIL.
- As fotos mais relevantes da história da banda.
- Exposição de vídeos e livros.
- Instrumentos e figurinos.
- Réplica da faixa de pedestres na Abbey Road.

VOODOO



Shows da  
banda cover  
**STAR BEETLES:**

**30/4** e  
**4/5**  
às 19h



**Beiramar**

O SHOPPING NO CORAÇÃO DA CIDADE



f /imagemdailha 6.778 @jornalimagemdailha

# Femina

# A CAMINHO DO FUTURO

*Desfiles da São Paulo Fashion Week apontam em direção da diversidade*

• Página F4

## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

### Santa bebida

Foto: Reprodução

• Página F3



*Os benefícios do Kombucha*

*Marcas questionaram a urgência de validação de um cenário mais humano, com respeito às transparências, à coletividade e ao engajamento*

Foto: Boustora/Agência Fofosite



# SAÚDE PREVENTIVA

Por Dr. Jamil Mattar Valente  
Médico cardiologista



## Vitamina B12 e ácido fólico. Para que servem?

*Nutrientes são essenciais para o bom funcionamento do organismo*

A vitamina B12 e o ácido fólico, também chamado de vitamina B9, são dois nutrientes que o nosso corpo necessita para trabalhar normalmente. A deficiência de uma delas pode causar transtornos importantes no funcionamento de vários órgãos. A B12 tem várias funções no nosso organismo: é necessária para formar novas células do sangue, como os glóbulos vermelhos, e também para o funcionamento normal do sistema nervoso. O ácido fólico também é fundamental para a formação de novas células sanguíneas e especialmente impor-

ante para mulheres que planejam engravidar, pois possibilita o desenvolvimento normal do feto principalmente durante as primeiras semanas de gestação.

A deficiência de vitamina B12 ou de ácido fólico pode ter várias causas. A principal delas é a falta de ingestão de alimentos ricos nestes componentes. A B12 é encontrada em produtos animais como carnes, peixes, ovos e laticínios. As pessoas que comem estritamente uma dieta vegetariana necessitam suplementar esta vitamina. A suplementação pode ser feita através de comprimidos ingeridos por via oral ou in-

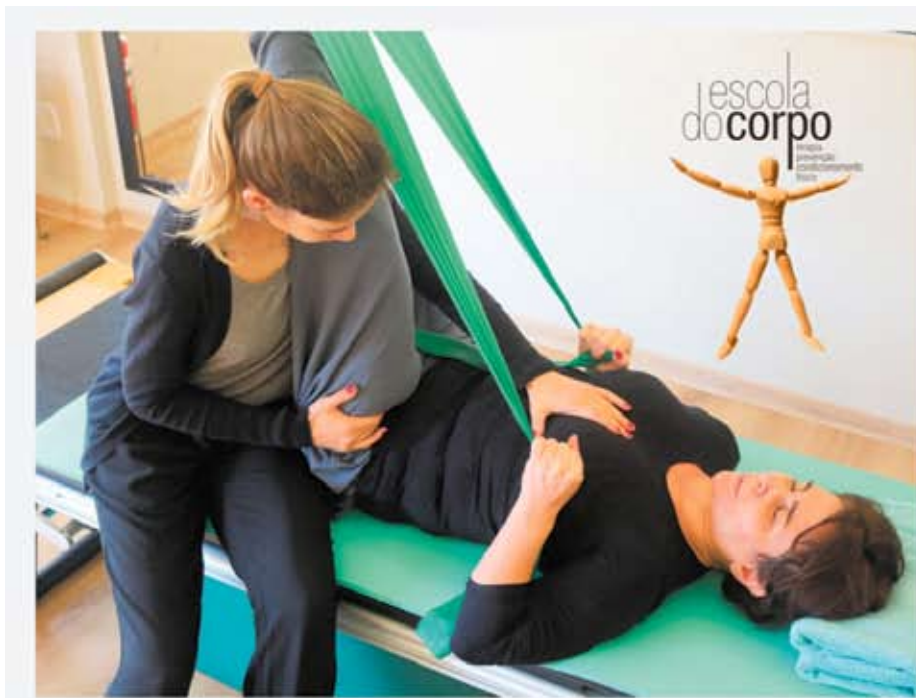


*Quando a dieta não é suficiente para obter essas vitaminas, é necessário usar suplementos adequados*

jeção via intramuscular. Alimentos com ácido fólico incluem frutas, vegetais e farinhas de trigo e de milho. A deficiência desse nutriente pode ser tratada através da suplementação por via oral.

Tanto a vitamina B12 quanto o ácido fólico podem ser facilmente dosados no sangue para sabermos se eles estão presentes em quantidade suficiente. A deficiência dessas vitaminas pode causar anemia, que é a falta de glóbulos vermelhos no sangue, ocasionando sintomas como cansaço, aceleração no coração, dor de cabeça e respiração difícil especialmente aos esforços físicos; prejuízo na produção de glóbulos

brancos do sangue, o que faz com que diminua a nossa imunidade; e pode também causar prejuízo na produção das plaquetas no sangue. Uma baixa produção das plaquetas aumenta o risco de sangramentos. A deficiência de B12 pode também causar outros sintomas relacionados ao cérebro e ao sistema nervoso. A pessoa pode sentir formigamento ou dormência nas mãos e nos pés, dificuldade para caminhar, alterações de comportamento e deficiência de memória e raciocínio.



## PILATES CONCEITO RTA

Coordenação da respiração com o movimento  
somente na ESCOLA DO CORPO

Tel. 48 3234 9919

[www.escoladocorpo.com.br](http://www.escoladocorpo.com.br)

# SAÚDE

## Por mais qualidade de vida

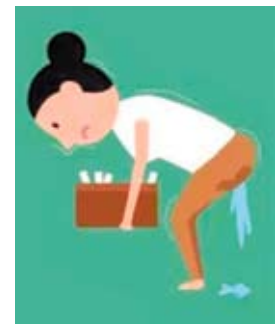
*Fisioterapia é fundamental para quem sofre de incontinência urinária*

Caracterizada pela perda involuntária da urina pela uretra, a incontinência urinária tem uma grande aliada: a fisioterapia. A prática de exercícios para a região perineal tem papel importante no distúrbio, que é mais comum em mulheres no climatério, período que antecede a menopausa; no pós-parto; nas mulheres que apresentam com cistocele (bexiga caída); e nas mulheres que fizeram histerectomia - remoção de parte ou da totalidade do útero; e nas idosas. Porém, homens que fizeram a cirurgia de prostatectomia, ou seja, a remoção de parte ou de toda a próstata, também podem apresentar algum grau de incontinência urinária.

As principais estratégias utilizadas no tratamento incluem treinamento muscu-

lar do assoalho pélvico (TMAP) e a eletroestimulação, além de outros recursos que são adicionados de acordo com o tipo de incontinência e sintomas do paciente. O treinamento muscular do assoalho pélvico, mais conhecido como exercícios de Kegel, é considerado a primeira escolha para incontinência urinária e é definido como um programa de contrações voluntárias seletivas e repetitivas.

De acordo com a fisioterapeuta Tatiana de Bem Fretta, especialista na área, o treinamento muscular é prescrito individualmente, baseado na avaliação funcional do assoalho pélvico da paciente. "Dessa forma priorizo quais os exercícios e a frequência adequada para a melhora nos resultados", destaca. Geralmente os primeiros resulta-



*Distúrbio é caracterizado pela perda involuntária da urina*

dos costumam aparecer após dois meses de prática contínua.

### TRABALHO OTIMIZADO

Para otimizar o treino, a fisioterapeuta conta com equipamentos e dispositivos que ajudam a paciente a identificar os músculos do assoalho pélvico, como os cones vaginais e a eletroestimulação. Também conhecidos como pesos vaginais, os cones são utilizados após avaliação perineal para saber qual será o peso adequado para cada paciente. "Conforme a paciente evolui com o tratamento, o cone colocado será cada vez mais pesado", explica Tatiana de Bem Fretta. A eletroestimulação é indicada prin-

cipalmente para pacientes que não conseguem realizar a contração do assoalho pélvico e também é utilizado para um reforço muscular adequado. Ela tem como objetivo reestabelecer conexões neuromusculares, melhorar a contração e a força muscular.

A fisioterapeuta explica que, de acordo com a evolução da paciente, os tratamentos podem ser associados aos exercícios do Pilates para a manutenção da força muscular a longo prazo.

### SERVIÇO:

**Tatiana de Bem Fretta**  
Rua São Jorge, 202 - Centro  
Fone: 3024- 2886/ (48) 99846-0396



## # SAÚDE BUCAL

Por **Dr. Ibrahim Jamil**  
CRO 6900/SC



# Envelhecimento saudável

*Odontologia é fundamental para a qualidade de vida dos idosos*

O envelhecimento é um “processo de diminuição orgânica e funcional, não decorrente de doença, e que acontece inevitavelmente com o passar do tempo”. Tal critério foi definido em 1982, na 1ª Assembleia Mundial do Envelhecimento. Os países desenvolvidos consideram a pessoa idosa com idade de 65 anos ou mais. O envelhecimento saudável e ativo significa atingir as necessidades especiais do corpo durante o processo de envelhecimento e está intimamente ligado a um estilo de vida que inclui atividade física regular e, em paralelo, escolhas sábias de alimentos.

A odontologia pode ajudar nessa fase da vida em que muitos imprevistos podem ocorrer tanto na saúde geral como na saúde bucal e, como pesquisas vem apontando, esta última está intimamente ligada a todo o organismo. Bactérias da

boca podem migrar para as vias cardíacas e se instalar em regiões do coração causando problemas sérios. Envelhecer com qualidade de vida e saúde é o que todos esperam. Na Odontologia existe uma área que cuida especialmente dos idosos: a Odontogeriatría. Ela e a Harmonização Facial vieram para dar mais suporte para os idosos envelhecerem com sustentabilidade e para que as marcas do tempo possam ser amenizadas com procedimentos simples, como uma profilaxia (limpeza dos dentes), botox, preenchimento facial e complexos, como implantes, para restabelecer a função mastigatória e estética.

No envelhecimento, algumas alterações bucais podem ocorrer: perda da tonicidade da língua; dificuldade em pronunciar algumas palavras; diminuição da sensibilidade gustativa aos sabores, como sal e açúcar; decréscimo do fluxo sa-



**Prevenir e tratar as alterações bucais é essencial para o melhor convívio social**

livar, provocando halitose; diminuição do suco gástrico que degrada os alimentos no estômago, dificultando a digestão dos alimentos. E, por último e mais severo, a perda dos dentes, que é decorrente a todos os problemas citados anteriormente: exagero no consumo de açúcar, diminuição da saliva, perda da vontade de comer, acarretando faltas de vitaminas e consequente cáries, gengivite e periodontite.

Diante dos problemas citados, sugiro fazer visitas periódicas ao seu dentista, pois ele saberá diagnosticar através de uma boa anamnese o que pode vir a aparecer. Lembrando que a prevenção é sempre o melhor tratamento!

### SERVIÇO:

**Dr Ibrahim Jamil** (CRO-SC: 6900)  
Rua: Almirante Dorval Melquiades de Souza, 721 - Centro  
Fone: (48) 99986-6839

## # ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

# Os poderes do Kombucha

*Bebida fermentada oferece inúmeros benefícios ao organismo*

O Kombucha é uma bebida probiótica, produzida a partir da fermentação de chá (preto ou verde), açúcar cristal orgânico e cultura de leveduras e bactérias, cujo resultado final é uma bebida naturalmente frisante, saborosa e muito refrescante, que promove a saúde intestinal e fortalece o sistema imunológico. Originada na China Antiga, há cerca de 2 mil anos, a bebida era conhecida como um medicamento natural, de ação anti-inflamatória, cujo principal objetivo era tratar doenças.

A partir das décadas de 1960 e 1970 a bebida conquistou o mundo depois de agradar o paladar dos hippies e naturalistas, que foram os responsáveis em difundir o uso do chá fermentado por todos os lugares. Nos últimos anos, o mercado de kombucha vem crescendo muito, o que é muito bom para a saúde da população.

### Mas, afinal, quais são os benefícios do Kombucha?

No processo de fermentação a cultura se alimenta do açúcar; em troca, ela produz uma série de substâncias valiosas durante a formação da bebida: ácido glucurônico, ácido acético, ácido láctico, ácido glucônico, glucosaminas, vitaminas, enzimas, aminoácidos e algumas substâncias antibióticas.

Dessa forma, os benefícios da bebida para o organismo são inúmeros: é desintoxicante; previne infecções e regula o trânsito intestinal, por combater bactérias e fungos

causadores de doenças intestinais; combate o envelhecimento precoce por ser rico em antioxidantes; auxilia no processo da digestão pela presença de enzimas. Lembrando que o Kombucha não é um remédio. Para obter os benefícios é importante associar o consumo a hábitos de vida saudáveis e equilibrados.

### Como tomar?

Não existe uma regra na forma de consumir o Kombucha. Algumas pessoas se sentem bem ao consumir a bebida ainda em jejum, outras preferem tomar após o almoço, e há quem goste de beber antes de dormir. Mas se você sofre de insônia, ou é hipersensível aos efeitos da cafeína, prefira consumir até o início da tarde, pois os chás verde e preto são ricos em cafeína e podem interferir na qualidade do sono. Comece ingerindo uma pequena quantidade, avalie os efeitos no seu corpo e aumente o volume gradativamente. Lembre-se que tudo em excesso é prejudicial, portanto, consuma com moderação.

Avalie como ficará o funcionamento do seu intestino. No começo o Kombucha pode causar desconforto abdominal e au-



### Experimente todo o poder do kombucha!

*Na Nativa você encontra o kombucha em diversos sabores e tem a opção de consumir no local ou levar para casa em embalagens retornáveis para consumir ao longo dos dias.*

mentar a frequência nas evacuações. Mas não se assuste, este efeito é normal, pois o Kombucha irá restaurar a sua microbiota intestinal, eliminando as bactérias patogênicas.

### PROMOÇÃO!

**Ganhe um desconto especial em suas compras na Nativa ao falar que leu este conteúdo no Imagem da Ilha!**

### SERVIÇO

**Nativa Produtos Naturais**  
Av Prof. Othon Gama D'Eça, 900 Lj 15  
Centro Executivo Casa do Barão  
**Fone:** 3039-4002  
Segunda a sexta, das 9h às 19h;  
aos sábados, das 10h às 14h  
facebook.com/nativaflorianopolis  
Instagram: @nativaprime



# # MODA

Por Maristela Amorim



O colorido tropical da América Latina inspirou a coleção de Lenny Niemeyer, que aposta ainda em fluidez e delicadeza



A latinidade também é evidente na coleção da Borana, uma marca que apostou em detalhes artesanais bem interessantes



Se diversidade é a palavra de ordem, nada mais natural que buscar referências étnicas. A Triya fez a sua leitura



A Neriage remete ao clima nórdico, nos tons e nas formas, com sobreposições e volumes leves



Reinaldo Lourenço foi se inspirar em Miami. Aliás, um destino que sabe conviver bem com a proposta da diferença



Assim como a PatBo, num clima absolutamente natural, não apenas nos tons, mas na escolha dos materiais e até na produção de cabelo e maquiagem

PET SHOP  
Consulte nossos preços.

COLÔNIA DE FÉRIAS  
Venha brincar com o seu cão.

BANHO E TOSA  
Toalhas esterilizadas, Equipamentos modernos  
Funcionários treinados.

CONSULTÓRIO  
Trabalhamos com vacinas importadas de alta  
qualidade biológica. Mantém suporte direto com a matriz.

JURERÊ  
FILIAL

SANTO  
CHICO  
VETERINÁRIA

Rodovia Maurício Sirotsky Soberinho 2501, Jurerê - Fpolis | Fone: 3282 2016

TELE PLANTÃO 24H  
(48) 9 9935 6483  
UNIDADE JARDIM ATLÂNTICO