o debate
2014 1934
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte, Fevereiro de 2014
80 ANOS

Sistema elétrico de Minas recebe investimento

No total, são mais de R$ 750 milhões em obras que vão beneficiar o consumidor da Região Metropolitana de Belo Horizonte

A Companhia Energética de Minas Gerais (Cemig) está investindo em melhorias do sistema elétrico da Região Metropolitana de BH(RMBH) visando garantir o fornecimento de energia elétrica para a Copa do Mundo 2014.

As subestações – Jaboticatubas e Santa Luzia 4 – já estão prontas, agregando ao sistema elétrico da Cemig 65 MVA de potência instalada. Outras quatro foram reformadas e estão sendo construídos 72 quilômetros de linhas de distribuição.

Há dois anos que a Cemig investe na confiabilidade e na flexibilidade do sistema elétrico de média tensão com foco na Copa do Mundo Fifa 2014. Na Capital, o investimento viabilizou 89 obras nos pontos focais do segmento de hotelaria, centros de treinamentos, rede hospitalar, corredores de trânsito e lazer.

Até maio próximo, a empresa de energia vai adquirir mais seis subestações móveis visando o atendimento a situações emergenciais e de manutenção programada.

"Esses investimentos ressaltam o compromisso da empresa com a qualidade do fornecimento de energia para Belo Horizonte, que será uma das sedes mais importantes para a Copa do Mundo. Quando os jogos terminarem a sociedade mineira receberá um legado importante para o futuro", afirma o diretor de Distribuição e Comercialização, Ricardo Charbel.

Investimento de R$ 161 milhões na rede subterrânea de energia, em Belo Horizonte no hipercentro e na Savassi, beneficiando diretamente 67 mil consumidores.

Mineirão Solar

O Mineirão é o primeiro estádio sede de jogos da Copa do Mundo FIFA 2014 a possuir uma usina solar fotovoltaica. O empreendimento contou com financiamento do Banco de Desenvolvimento da Alemanha, Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW). A USF Mineirão tem uma potência instalada de 1,42 MWp, com cerca de 6.000 módulos fotovoltaicos.

Violência cíclica

Há vinte anos não se falava outra coisa no Brasil a não ser a violência. Qual é a causa das várias formas assumidas pela conduta violenta? Qual a causa profunda desse comportamento inegavelmente primitivo? A origem está num cérebro ainda em estágio de evolução, ou em impulsos de natureza animal que influenciam a conduta humana? Será apenas a manifestação de impulsos primitivos?

Há mais de vinte anos atrás, quando começamos a colaborar em órgãos da imprensa – O Diário da Tarde, O Debate e outros, – esse foi o tema que escolhemos para explorar, pois não nos conformávamos com um estado de coisas que não hesitávamos em classificar como distúrbio físico ou patológico de grandes dimensões.

Passaram-se mais de duas décadas e a sociedade brasileira pouco avançou na implantação de um modelo de sociedade mais esclarecida (o que poderia ter sido feito com o aprimoramento e difusão do conhecimento para a maioria da população), com a ampliação das oportunidades e o aumento do bem estar.

Ao contrário, perseveramos em fazer a propaganda de um país desenvolvido e próspero, mesmo sem investir pesadamente na educação e na criação de oportunidades, único meio de melhorar a condição de vida das pessoas e lhes dar oportunidades. Resultado: aumento da pobreza, da miséria e da violência, cujo perigo maior é o crescimento da desigualdade e das conseqüências que ela traz: desajuste, desilusão e corrupção, dentro de um clima de desânimo e falta de esperança.

Estão reunidos, nessa mistura perversa todos os ingredientes de uma situação que leva à desesperança e à revolta. Que os nossos líderes políticos, em todos os níveis, meditem nisso e tenham o discernimento e a coragem de agirem para evitar que o Brasil caia, mais uma vez no redemoinho de violência descontrolada. E que não se ouçam mais propostas irresponsáveis e até infantis como a de se desmontar o aparato de segurança pública (Polícia Militar) como têm sido proposto à sociedade. Ora os países mais avançados do mundo investem pesado em segurança pública - um dos problemas mais sérios do mundo contemporâneo.

Café Pequeno
DESDE 1953

Convênio protege arborização

A Secretaria Municipal de Meio Ambiente (SMMA), assinou no início deste mês a primeira etapa de um convênio pioneiro no país que, além de evitar prejuízos patrimoniais e ambientais, será de grande importância para o trabalho de conscientização ecológica. O documento foi assinado pelo vice-prefeito e secretário municipal de Meio Ambiente, Délio Malheiros, e pela Polícia Civil, define um acordo para que a SMMA seja notificada de todos os acidentes de trânsito que ocasionem danos e/ou prejuízos não somente às árvores, mas também às sinalizações da cidade, como placas e semáforos. As pessoas envolvidas nestes acidentes poderão optar pelo replantio ou pelo pagamento de uma multa que poderá variar de R$ 600 a R$ 4.500.

Investindo em segurança

Em visita à cidade de Almenara município do Vale do Jequitinhonha, o governador Antonio Anastasia entregou seis viaturas para reforçar o policiamento

As chaves das viaturas foram entregues ao comandante do 44º Batalhão da Polícia Militar, tenente-coronel Romildo Scheffer, que já havia recebido no final do ano passado, dois veículos para patrulha rural e um para a base comunitária móvel, além de uma motocicleta. "Estamos equipando a cidade de Almenara, um município localizado próximo à divisa de Minas Gerais. A polícia tem de estar bem estruturada para proteger o Estado da entrada de pessoas mal intencionadas", disse o governador, ao destacar ainda a presença mais forte do efetivo da Polícia Militar nas ruas para coibir a criminalidade.

Testes operacionais do BRT

Foram realizadas 240 viagens operacionais do Move percorrendo o percurso da linha direta e da linha paradora, saindo da Estação Cidade Nova, contornando a Estação São Gabriel e chegando à Estação Tamoios, na região central da cidade. Aproximadamente 200 motoristas passaram por treinamentos e foram realizadas cerca de 1.300 manobras de aproximação. A BHTrans considera que os resultados favoráveis nesta primeira etapa de testes.

Liberado estacionamento rotativo no Carnaval

A Prefeitura de Belo Horizonte, por meio da BHTrans, informa que será liberada a utilização da Folha do Talão de Estacionamento Rotativo nas áreas onde é exigida, nos dias 1º e 3 de março, sábado e segunda-feira de Carnaval, em função do baixo volume de veículos que circula pelas ruas da Capital neste período.

O sistema de Estacionamento Rotativo de Belo Horizonte conta com 20.828 vagas físicas que, quando é respeitado o tempo de permanência máximo, se transformam em 95.264 oportunidades de estacionamento em 791 quarteirões da Capital. A folha do Rotativo custa R$ 3,10 e é válida para utilização em qualquer dos tempos regulamentados. Ela pode ser adquirida em um dos 667 postos de venda credenciados da Capital ou pelo site www.bhtrans.pbh.gov.br.

Jornal O Debate - Gente que é Notícia
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte - Fevereiro de 2014

Tinga: mensagem a um guerreiro afro-americano

Tinga, eu não o conheço pessoalmente e, no futebol, sempre fui fiel atleticano. Mas, no momento em que a imprensa noticia insultos de racistas peruanos dirigidos a você, é preciso que todos os homens de bem não importa de que time ou país, se solidarizem com um homem de bem que, no exercício honesto de sua profissão, foi estupidamente insultado por uma súcia de energúmenos, que tentou humilhá-lo durante um jogo de futebol em um estádio do Peru, país que tem uma dívida imensa com os povos indígenas que contribuíram gradativamente com a história local, ao doar aos peruanos parte da sua alma, do seu sangue e da sua cultura. Os pobres diabos que tentaram humilhá-lo desconhecem essa herança e, com toda certeza, pertencem à família dos micróbios que se nutrem no lixo – como de resto acontece com todo racista.

Sobre esse tipo de gente (será que se trata mesmo de gente), escrevemos certa vez um texto em que expressamos o seguinte pensamento: para ser racista, é preciso que falte a um homem (se é que ele pode ser chamado assim), várias características: espiritualidade, pois quem tem um espírito não age como um animal irracional, nem nega a ninguém o reconhecimento da espiritualidade, inteligência, porque as pessoas que a possuem são capazes, por meio da racionalidade, de reconhecer a sua existência em qualquer ser humano.

Em tempo: o que dissemos acima sobre as ofensas ao jogador cruzeirense refere-se também à manicure e à trocadora de ônibus que, há poucos dias, destrataram duas passageiras afro-descendentes. Uma delas, sem noção de ridículo, teve o desplante de perguntar a uma de suas vítimas "porque as pessoas de sua cor (da vítima) têm a mania de olhar para à agressora...". Vejam como o racismo beira a demência. Também pudera. É ato de psicopatas.

Fruto do descaso, a violência volta a assolar o país

A chamada "violência urbana" foi um dos temas em foco na sociedade brasileira durante décadas. O tema ocupava o espaço dos jornais, das rádios e da televisão. Aqui mesmo neste jornal, dezenas de análises sobre a causa do fenômeno foram feitas. Infelizmente, da iniciativa oficial, poucas foram as vezes em que se fez alguma coisa, a não ser as medidas óbvias de mobilizar policiamento para reprimir o crime. Mas e quanto às causas do problema? O que se fez para melhorar a vida das pessoas, para aprimorar a educação, para criar mais empregos, para elevar os padrões da sociedade? O resultado de tudo o que não se fez começa a ressurgir agora, com uma nova onda de violência nos Estados brasileiros.

Diante disso, espera-se que alguma providência seja tomada, mas que não se dê as explicações costumeiras. É preciso fazer o que deve ser feito para que os cidadãos brasileiros possam viver em paz.

Deputado denuncia: prefeituras estão à beira da falência

O deputado Estadual Carlos Pimenta, do PTD mineiro está alarmado com o déficit enfrentado por várias prefeituras mineiras. Algumas delas, segundo o parlamentar, tiveram que fechar as portas. Outra denúncia de Carlos Pimenta refere se à saúde pública no Estado. Para ele, o povo brasileiro está perdendo as esperanças. Ele convida

os políticos a visitarem as prefeituras, para ver "in loco", o que está acontecendo. Outro tema abordado pelo parlamentar, na Tribuna da Assembléia, diz respeito à segurança pública. Ele confessou não entender a opinião de muitos homens públicos segundo os quais as coisas em Minas e no país andam bem. Para ele, estamos vivendo um cáos.

TV escola: uma grande novidade na programação televisiva

A TV Escola (Canal 25) é sem sombra de dúvida, uma das melhores novidades da televisão brasileira nos últimos anos. Seus programas – pelo menos o pouco que pudemos assistir até agora – prioriza documentários históricos, como a Segunda Grande Guerra e outros temas. É uma programação como ainda não tinha surgido em nossos canais de TV que, por sinal, vêm apresentando poucas novidades. Sintonizem o canal 25 à noite e avaliem vocês mesmos a grande inovação que representa um canal dedicado ao que há de mais importante na História Contemporânea. É uma bela opção, diante de atrações televisivas conformadas com a mesmice e, não raro, com a mediocridade.

O Debate

Fundado em 1934

Diretor Responsável: Eduardo Carvalhaes Nobre (Registro DR-MT/SRTE/MG - Nº 11.411)

Propriedade de O Debate Ltda - CNPJ: 19.403.088/0001-10
Redação - Av. Amazonas, 2234 - Santo Agostinho - 30180-003
Belo Horizonte/MG - (31) 3337-8008

Edição 2575 - 25 de Fevereiro de 2014

Site: www.odebate.com.br

Paulo Pinheiro Chagas (1934-1953)
Oswaldo Nobre (1953-2007)

Diretoria Executiva
Luisa Maria Maia Nobre - Redação
Eduardo Carvalhaes Nobre - Midias Digitais

Redator-chefe: Floriano de Lima Nascimento
Gerente: Sandra Regina Valentim Maia
Projeto Gráfico: Carlos Alexandre Domingues
Órgão de Utilidade Pública pela Lei 1.950, da Câmara Municipal de Belo Horizonte

Os artigos e colunas assinados não expressam necessariamente a opinião do jornal.

o debate
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte, Fevereiro de 2014 MODA Caroline Demolin – Consultora de Moda

Coleção cápsula de Peter Pilotto para Target

A cobiçada marca britânica Peter Pilotto, dos designers Peter Pilotto & Christopher De Vos, anda causando furor na *London Fashion Week*. O motivo é o caráter inovador de suas criações com suas supercoloridas estampas. Isto tudo associado a uma visão contemporânea de vestir e aos conceitos clássicos, que nunca saem de moda. "Nossa marca á pautada nas estampas, sim, mas é também nos sentimentos que as cores e suas combinações despertam".

A boa notícia é que uma coleção cápsula foi desenvolvida em parceria com a Target, oferecendo o estilo Peter Pilotto a preços mais acessíveis. A loja de departamento Target foi fundada em 1902 e, seguindo o histórico de crescimento do negócio, em 1999 lançou seu site de vendas online.

A coleção foi inspirada por um senso de humor e por aspectos lúdicos. A dupla de criadores pautou-se na técnica de impressão em camadas, que se tornou marca registrada deles, e possibilitou a expressão deste *mood*. O resultado foi uma coleção bem *clean* em relação aos *shapes*, com peças ultrafemininas, mas muito intensas!

Todas as peças foram produzidas em edição limitada e estarão à venda a partir de fevereiro nas lojas Target e na NET-A-PORTER.

Sinal verde

O melhor de tudo na moda é a sua diversidade. É observar, dentro de um contexto macro e global de tendências, as escolhas de cada marca e depois ver o reflexo nas predileções pessoais.

Por mais que exista a predisposição das megatendências advindas das mudanças de comportamento e dos novos hábitos adquiridos, existe também o lado dos sonhos, das expectativas e da propensão de cada indivíduo.

O mesmo ocorre com os criadores que desenvolvem produtos *up to date* para suas coleções, mas que estão, ao mesmo tempo, impregnados da identidade da marca, por mais comercial que ela seja. Basta acompanhar uma temporada de desfiles e constatar que existe uma variedade de estilos e propostas. Isto sem comentar da cartela de cores!

E por falar em cores, não passou despercebido

o verde bandeira, ou qualquer outro nome que preferir, eleito pela grife Michael Kors para fazer pontuações estratégicas dentro de sua coleção de primavera. Ele aparece nos acessórios, nas bolsas e nas estampas. Aliás, nestas últimas em composições geométricas de extremo bom gosto associado a tons de bege, caramelo, branco e preto.

Jornal O Debate - Moda
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte - Fevereiro de 2014

Sutil ousadia masculina

Uma viagem pelo Deserto do Atacama muniu Kim Jones, diretor criativo da Louis Vuitton, com um arsenal de referências mais que suficiente para que ele colocasse nas passarelas uma coleção masculina de Outono 2014 supercharmosa e sofisticada.

O desfile que aconteceu em Paris mostrou um trabalho equilibrado entre a riqueza das cores e das matérias primas típicas da região e os *shapes* sóbrios, e ao mesmo tempo vanguardistas, para o público masculino. A sobreposição harmoniosa de peças foi outro ponto forte do desfile, mesmo quando o mix era composto por peças clássicas e por outras com uma pegada *sportswear*.

As lãs tradicionais usadas nas coleções invernosas foram substituídas pelas lãs dos animais nativos dos Andes como da Alpaca e a ainda mais luxuosa e rara da Vicunha.

Uma enorme gama de azuis predominou na coleção fazendo composições com cinzas, beges, camelo e vinho. Combinações de bom gosto, extremamente sofisticadas! Ideal para os homens que querem dar um up to date no visual sem perder a linha! Destaque para o azul cobalto profundo que foi apropriado pelo tradicional xadrez da Louis Vuitton na linha *Damier Cobalt* de bolsas e malas masculinas.

Itens importantes num closet de um *business man* são a carteira, o porta cartão, a bolsa para documentos e a bolsa de viagem. Dentro de um *look* "vestido para trabalhar", eles desempenham um papel importante, assim como o dos sapatos. Estes acessórios bem escolhidos, em perfeito estado de uso e, se for possível, de uma marca que impressiona contam pontos positivos na carreira de qualquer homem!

Verão sem um caftan não é verão!

Acredita-se que a origem do caftan esteja associada às vestimentas da Mesopotâmia. Utilizando fibras naturais como o algodão, o linho ou a seda, estas peças eram amplas, longas, com mangas compridas e largas, e com faixas amarradas na cintura.

O formato original evoluiu e passou por interpretações de diferentes estilistas desde sua criação. Ao longo do século XX esta peça marcou presença na década de 1950 quando Dior apresentou sua proposta de caftan longo, ultra glamouroso, usado sobre vestidos noite. Já na década de 1970 eles surgiram como peça única no lugar dos vestidos e eram extravagantemente amplos, bem no *mood* setentinha.

Com seu *shape* despojado e extremamente elegante, os caftans garantem seu lugar ao sol! A grife Etro apresentou sua versão longa, com abertura nas mangas deixando os ombros em evidência e macro estampa de borboleta.

A Armani Privé acaba de colocar nas passarelas parisienses *Spring 2014 Couture* sua variante de caftan curto, em base transparente, enriquecido por bordados. Um luxo!

O melhor dos caftans é que eles agrupam uma série de características favoráveis a uma peça como: fluidez, elegância, sofisticação e versatilidade. A prova disto está nos *looks* ao lado.

o debate

Edição Número: 2575 - Belo Horizonte, Fevereiro de 2014

Saúde & Beleza

Ouvir música faz bem, mas no volume certo!

Ouvir música faz bem para a saúde, pode trazer tranquilidade ou muita animação e alegria, dependendo do momento. Contudo, se tocada com frequência em um volume muito alto, a música pode ser prejudicial à audição.

Um estudo da OMS (Organização Mundial da Saúde) alerta que 360 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem de perda auditiva. A entidade considera que a perda de audição relacionada ao ruído musical é a segunda maior causa de surdez no mundo.

A fonoaudióloga Isabela Pereira Gomes, da Telex Soluções Auditivas, alerta que aqueles que estão expostos a sons em volume alto, com frequência, podem ter prejuízos na audição.

"A grande preocupação é que a 'Perda Auditiva Induzida por Níveis de Pressão Sonora Elevados' (PAINPSE) tem efeito cumulativo. Dependendo da frequência, do tempo de exposição ao som elevado e da predisposição, o indivíduo pode sofrer danos auditivos cada vez mais severos, de forma contínua e elevada ao longo da vida", explica.

As boates são um perigo em potencial para os ouvidos, mas não só esses locais. Evite ouvir música muito alta dentro de casa ou do carro e, se o seu filho já for grandinho, aconselhe-o a evitar o volume alto nos fones dos celulares ou em players como o iPod, que chegam a mais de 110 decibéis (dB).

De acordo com a especialista, um pequeno problema na audição já é um sinal de alerta. "Quanto maior a frequência a ambientes barulhentos, maiores os riscos. Além disso, na medida em que o volume da música passa dos 100 decibéis, aumenta o risco de lesões na cóclea (órgão dentro do ouvido responsável pela audição). Nesses casos, o tempo de exposição não deve passar de 30 minutos".

Segundo ela, a frequência de 80 a 90 decibéis é a que começa a prejudicar a audição. "Temos que estar numa faixa sempre abaixo disso. No entanto, a gente vive em cidades com muitos ruídos, sons elevados vindo de obras, trânsito, buzinas, metalúrgicas e ainda tem o problema agravado pela música alta direta nos fones de ouvido. Tudo isso, em conjunto, são fatores que podem ser prejudiciais à audição", conclui a especialista.

espaço DESCOBRIR

Rua Hudson 897 . Jardim Canadá . Nova Lima/MG
31 3097 0207
www.espacodescobrir.com.br

A região do Jardim Canadá e condomínios
acaba de ganhar um espaço todinho pensado para receber as crianças

Temos uma equipe de profissionais
(psicólogos, fonoaudiólogos, psicopedagogos e neuropsicólogos)
especializados no desenvolvimento infantil
e reforço escolar com professores capacitados.

Além disso, o Espaço Descobrir irá oferecer
oficinas lúdico-pedagógicas e colônia de férias.
CONSULTE-NOS!

Jornal O Debate - Saúde & Beleza
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte - Fevereiro de 2014

Casos de câncer aumentarão 50% até 2030

Um estudo publicado alerta que os casos de câncer aumentarão 50% até 2030, quando serão diagnosticados em todo o mundo quase 22 milhões de casos de câncer em comparação com os 14 milhões em 2012, devido a um forte aumento da doença nos países em desenvolvimento.

Ao mesmo tempo, as mortes por câncer passarão de 8,2 milhões a 13 milhões por ano. Essas tendências são acompanhadas pelo aumento e o envelhecimento da população e pela adoção de hábitos de risco, como fumar, indica o informe da Agência Internacional para a Pesquisa do Câncer (IARC) da Organização Mundial da Saúde (OMS).

"O maior impacto será registrado nos países com menores recursos, muitos dos quais mal equipados para enfrentar este aumento dos casos de câncer", declarou a diretora da OMS, Margaret Chan.

Os países em desenvolvimento não só padecem dos casos de câncer associados com a pobreza, mas também dos resultados de hábitos adquiridos após conquistar melhores condições de vida, como um maior consumo de álcool e tabaco, o consumo de alimentos processados e falta de exercícios físicos.

"O peso especialmente recairá sobre os países de renda média e baixa faz com que dificilmente consiga se livrar do câncer, mesmo em países com rendimentos mais elevados, que terão dificuldades para enfrentar os crescentes custos dos tratamentos", indicou o diretor da IARC, Christopher Wild.

"É necessário um maior compromisso com a prevenção e detecção precoce para lidar com o aumento alarmante na incidência de câncer a nível mundial", acrescentou. O câncer substituiu as doenças cardíacas como a principal causa de morte a partir de 2011 e o número anual de diagnósticos aumentou de 12,7 milhões em 2008 para 14,1 milhões em 2012.

Depressão ainda é tabu entre os homens

Falar de depressão e tratá-la ainda é um tabu no universo masculino. Há estudos que indicam que é uma doença predominante do sexo feminino, mas há outros que apontam que os homens procuram menos auxilio quando apresentam um quadro depressivo.

A teoria de que eles evitam procurar ajuda é retratada no Centro de Pesquisas Dr. Hamilton Grabowski, de Curitiba, que seleciona pacientes com idade entre 18 e 65 anos com interesse de fazer parte de um programa de estudo de medicamentos antidepressivos.

De cada 40 pacientes inscritos no programa gratuito, apenas um é homem. "Há uma certa resistência em aceitar a depressão por entender que é algo atinge valores morais, por achar que perdeu-se a capacidade de lidar com os problemas ou porque é uma fraqueza simplesmente", explica Luiz Fernando Petry, médico psiquiatra do Centro de Pesquisas Dr. Hamilton Grabowski.

Petry lembra que a intenção do programa é comparar o resultado entre dois antidepressivos já existentes no mercado há mais de 15 anos. Segundo ele, pacientes podem apresentar um diagnóstico feito por clinico ou fazer uma consulta no centro de pesquisas para saber se apresenta quadro de depressão ou não.

"O diagnóstico é feito com sintomas centrais e acessórios: os sintomas centrais são a alteração na qualidade de humor, quando a pessoa começa a sentir tristeza, melancolia, com uma frequência muito grande e sem um motivo, além da diminuição de ânimo para fazer as coisas. Já a insônia, diminuição de apetite e alterações de libido são sintomas acessórios", detalha o psiquiatra.

O médico lembra que o tratamento com os antidepressivos testados são seguros e eficazes, mas destaca que mudanças de hábitos e outras terapias auxiliam no desaparecimento dos sintomas. "Terapias de motivação comportamental e atividade físicas são importantes durante o tratamento", conclui.

Serviços de Saúde

Conheça nosso site http://guialocal.odebate.com.br

o debate
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte, Fevereiro de 2014
TECNOLOGIA MÁXIMA

10 dicas de como economizar água

Como sabemos, a água é um bem natural precioso. Embora encontrada em grande quantidade no planeta Terra, seu tratamento é caro e trabalhoso.

Alguns especialistas afirmam que, se o consumo de água continuar nos níveis atuais (considerando o alto desperdício), futuramente poderemos enfrentar sérios problemas de falta de água.

Além de colaborar com o meio ambiente, a prática de economia de água e seu consumo consciente, podem gerar uma boa economia na conta de água no final do mês.

1. Banho rápido - Se você demora no banho, você gasta de 95 a 180 litros de água limpa. Banhos rápidos (de no máximo 15 minutos) economizam água e energia.

2. Escovando os dentes e fazendo a barba - Se a torneira ficar aberta enquanto você escova os dentes e faz a barba, você gasta até 25 litros de água. Então, o melhor é primeiro escovar e depois abrir a torneira.

3. Torneira fechada - Torneira aberta é igual a desperdício. Com a torneira aberta, você gasta de 12 a 20 litros de água por minuto. Se deixar pingando, são desperdiçados 46 litros por dia.

4. Descarga - Uma descarga chega a utilizar 20 litros de água em um único aperto! Então, aperte a descarga apenas o tempo necessário.

5. Lavando louça - Ao lavar louças, não deixe a torneira aberta o tempo todo (assim você desperdiça até 105 litros). Primeiro passe a esponja e ensaboe e depois enxágüe tudo de uma só vez.

6. Lavando o carro - Lavar o carro com uma mangueira gasta até 560 litros de água em 30 minutos. Quando precisar lavar o carro, use um balde!

7. Mangueira, vassoura e balde - Ao lavar a calçada não utilize a mangueira como se fosse vassoura. Utilize uma vassoura de verdade e depois jogue um balde d'água (assim você economiza até 250 litros de água).

8. Jardim - Regando plantas você gasta cerca de 186 litros de água limpa em 30 minutos. Para economizar, guarde a água da chuva e regue sempre de manhã cedo, evitando que a água evapore com o calor do dia.

9. Aquário - Quando for limpar o aquário, aproveite a água para regar as plantas. Esta água está enriquecida com nitrogênio e fósforo, o que faz muito bem para as plantas.

10. Pressão política - Não adianta só economizar: é preciso brigar por políticas que cuidem dos rios e lagos e garantam água potável para todos.

Eficiência Máxima
Soluções Energéticas
Produtos e Serviços Ecológicos
Saiba mais
www.eficienciamaxima.com.br
ou pelo telefone (31) 3275-4358
Estruturação de Programas de Economia de Energia
Avaliações Energéticas e Monitoramento
Análise de Viabilidade de Alternativas Energéticas
Capacitação de Comissões Internas de Economia de Energia - CICE

Jornal O Debate - Tecnologia Máxima
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte - Fevereiro de 2014

Aplicativo promete medir vício em smartphones

Disponível só para Android, o "Menthal" monitora o tempo que o usuário passa no telefone, quais aplicativos acessa e outros hábitos corriqueiros.

Depois, divulga estatísticas para informar se o nível de uso está exagerado, mede o progresso do "paciente" e até avisa sobre o eventual risco de doenças decorrentes da dependência, como a depressão.

As análises baseiam-se nas atividades. Por exemplo, se o usuário passa muito tempo no Facebook, responde a mensagens e interage em posts de amigos, o sistema vai entender o comportamento como um indicador de que a rede social faz bem a ele e pode contribuir positivamente para seu o estado de espírito.

"Suspeitamos que o uso pode mudar durante uma fase depressiva. Os pacientes farão menos ligações e tenderão a sair menos de casa", explica o professor Thomas Schläpfer, líder do estudo que deu origem ao app. "Se isso pudesse ser monitorado - com a devida permissão dos usuários e de acordo com as leis de privacidade", poderia ajudar os médicos a prever algumas intervenções", acredita.

O embrião da plataforma nasceu na Universidade de Bonn, na Alemanha. Um time de psicólogos e cientistas da computação estudou como 50 estudantes utilizaram seus celulares por um mês e meio. Ao término, o grupo percebeu que quase 30% deles interagiram com os aparelhos por mais de duas horas diárias e o pegaram nas mãos cerca de 80 vezes para checar se havia novas mensagens.

Rede social ajudará a avaliar calçadas das cidades

A ideia será tocada pela Colab.re em parceria com o site Catraca Livre. Os usuários do site ajudarão a fazer um mapeamento, relatando como estão as calçadas, e também poderão enviar propostas para melhorá-las.

A Colab.re, então, reunirá as informações e repassará para a iniciativa pública, na tentativa de consertar o que estiver problemático.

"O nosso objetivo é incentivar uma maior consciência dos gestores públicos em prover melhorias com base em projetos e participação popular", comenta, em nota, Gustavo Maia, sócio-fundador da rede.

O projeto já foi apresentado ao prefeito de São Paulo, Fernando Haddad, e até junho será levado a Recife, Curitiba, Porto Alegre, Rio de Janeiro, Belo Horizonte, Brasília, Salvador, Fortaleza, Natal, Manaus e Cuiabá.

O cadastro pode ser feito usando as informações do Facebook.

Andar de carro custou R$ 12.600 em 2013

Manter um carro custou em média 12.600 reais em 2013. Segundo a Agência AutoInforme, a Inflação do Carro – custo para andar de carro e fazer sua manutenção preventiva – aumentou 4,90% no ano passado.

O aumento foi superior à Inflação do Carro do ano anterior, que foi de apenas 3,09%, a mais baixa dos últimos 11 anos. Além disso, a Inflação do Carro de 2013 superou o índice deinflação IPC-FIPE, que registrou um aumento de 3,88% no ano passado.

A inflação oficial pelo IPCA, no entanto, superou a Inflação do Carro em 2013, fechando o ano em 5,91%.

Itens que mais pesaram no bolso dos motoristas no ano passado foram os serviços, como lavagem e estacionamento, e os combustíveis.

A Inflação do Carro acompanha a evolução dos preços das peças de reposição, serviços automobilísticos, combustíveis, impostos de circulação e seguros.

Baixa pressão dos pneus gera poluição

Resultados de uma pesquisa realizada pela Bridgestone mostram que um em cada sete motoristas na América Latina coloca sua segurança em risco, devido à falta de pressão de inflação dos pneus de seu veículo, que se encontra fora das normas propostas pela fabricante dos pneus.

Os condutores desperdiçam cerca de 100 milhões de litros de combustível, refletindo em um alto índice de poluição do meio ambiente com 236 milhões de quilogramas de CO2 extras.

Além disso, a baixa pressão dos pneus causa um efeito extremamente negativo em sua durabilidade, devido trabalho excessivo da banda de rodagem e à flexão das paredes laterais, podendo causar uma falha dos pneus.

A pesquisa aponta ainda que 85% dos motoristas recorrem usualmente aos postos de gasolina para conferir a pressão dos pneus.

Além disso, foi encontrada em 25% dos calibradores dos postos, uma pressão de no mínimo 4 psi a menos, se comparados a um calibrador profissional utilizado nos centros de serviço, o que afeta a precisão da calibragem dos pneus.

Ônibus terão de aferir peso nas estradas

Veículos de transporte coletivo de passageiros terão prioridade nas fiscalizações em estradas, como as paradas obrigatórias para aferição do peso em relação aos de transporte de carga.

A expectativa é que a medida que inclui a norma no Código de Trânsito Brasileiro minimize o desconforto em caso de atraso ou de formação de fila nas rodovias brasileiras.

O texto aprovado pela Comissão de Constituição e Justiça do Senado (CCJ) não isenta os ônibus da pesagem por entender que transportadores "inescrupulosos" possam utilizar indevidamente esse tipo de "salvo-conduto".

Como a votação foi em caráter terminativo, caso não haja nenhum recurso, a matéria seguirá direto para a Câmara dos Deputados.

Coqueiros Praia Hotel

- 19 aptos c/ ar-condicionado ou ventilador
- Quadra de Futevôlei e Peteca
- Diária c/ café da manhã • Sala de TV
- Frigobar e TV
- Lavanderia
- Estacionamento
- Piscina

www.coqueirospraiahotel.com.br

Reservas: (28) 3534-1592 / Fax: (28) 3534-1308

Av. Dom Helvécio, 1020 - Iriri - Anchieta - ES Cx. Postal 25 / CEP: 29.230-000

TELEVAN, locação de carros, vans, ônibus e micro-ônibus
Veículos VIP com qualidade e menor preço de BH.
eventos // feiras // receptivos // traslados // shows // congressos // city tour

(31) 4102-0940
www.televan.com.br

Locação, viagens e turismo. TELEVAN

Jornal O Debate - Tecnologia Máxima
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte - Fevereiro de 2014

Nascido há 450 anos, Galileu Galilei transformou o conceito de mundo

DW-WORLD.DE
DEUTSCHE WELLE

O grande cientista Galileu Galilei poderia ter passado a vida tranquilamente na região italiana da Toscana entre oliveiras e pinheiros, cercado de bom vinho. Mas o caráter colérico e a curiosidade reservaram ao famoso astrônomo, matemático, físico e filósofo um lugar na História. Mesmo 450 anos depois do seu nascimento, em 15 de fevereiro de 1564, ele continua sendo um importante nome no mundo científico.

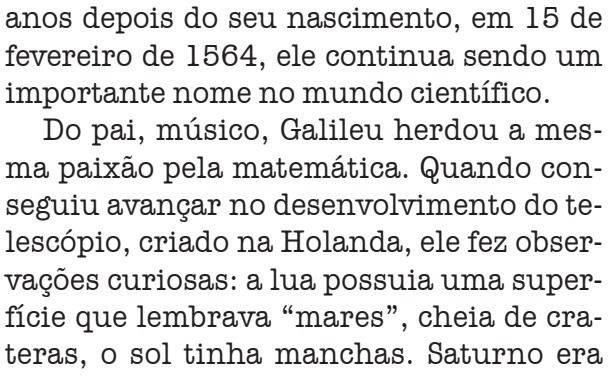
Do pai, músico, Galileu herdou a mesma paixão pela matemática. Quando conseguiu avançar no desenvolvimento do telescópio, criado na Holanda, ele fez observações curiosas: a lua possuia uma superfície que lembrava "mares", cheia de crateras, o sol tinha manchas. Saturno era disforme, Júpiter era rodeada por três "luas" e a Via Láctea não era uma névoa, mas sim um aglomerado de estrelas.

Ele viu ainda que Vênus tinha diferentes fases e, com isso, entendeu que poderia comprovar que o planeta girava em torno do sol e não ao redor da Terra. Galileu insistiu no heliocentrismo, que define que o sol está no centro do universo. O planeta Terra seria apenas um em meio a vários que giram em torno da estrela maior.

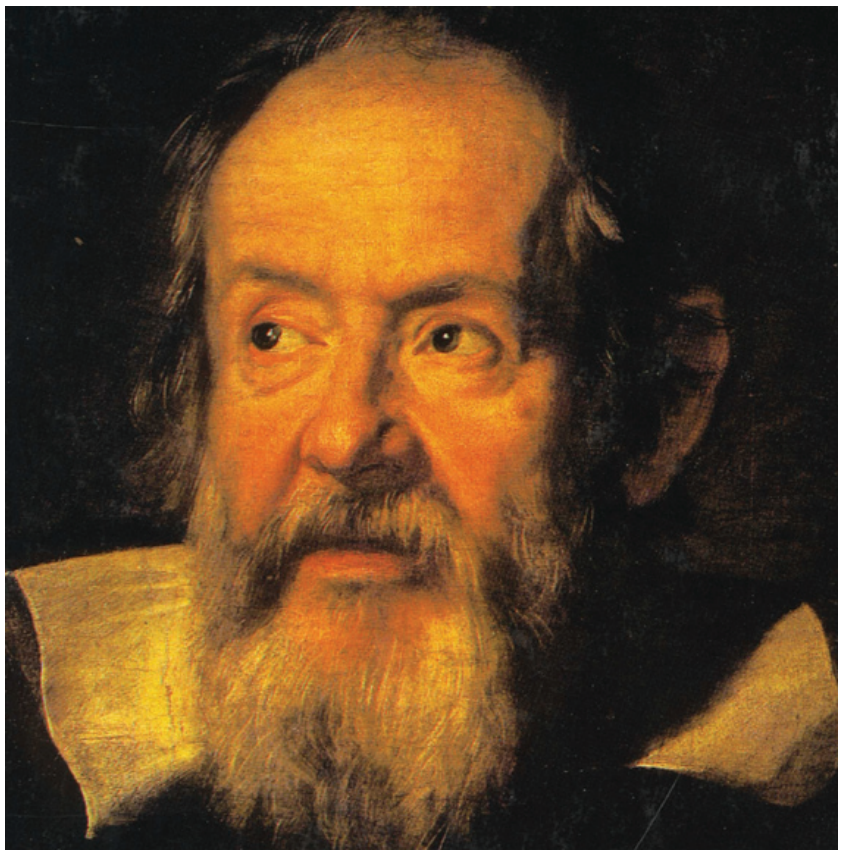
O pensamento não era novo. Nicolau Copérnico, no início do século 16, defendeu o heliocentrismo, mas não conseguiu comprovar sua teoria de maneira empírica. Ainda não havia maturidade científica naquela época para percepções que relativisasse o papel do homem e de Deus, afinal, essa seria uma ideia muito contrária àquela descrita na Bíblia. Mais tarde, o psicanalista Sigmund Freud denomina descobertas como essa, que impõem uma autocompreensão humana, como "ferida da humanidade".

Gênio da matemática

Galileu morreu aos 78 anos. Desde cedo, estava ciente de sua origem simples. Ainda assim, ele se considerava um gênio, um verdadeiro gênio dos cálculos – mesmo tendo interrompido o curso de Matemática.



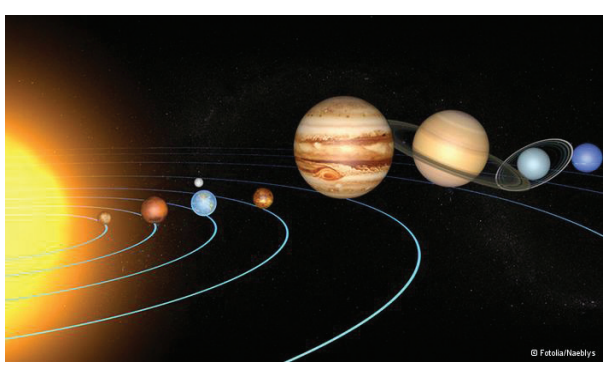
Galileo construiu suas teses através de observações pelo telescópio



A Terra é apenas um dos muitos planetas que giram em torno do sol. A revolucionária tese desenvolvida pelo cientista italiano chocou a Igreja em sua época, mas ajudou a fundar a astronomia como ciência.

O italiano era filho de seu tempo, em um momento em que a Europa acabara de se libertar do pensamento da Idade Média e refletia sobre as conquistas e as tradições da Antiguidade. Os humanistas colocavam agora o homem, e não Deus, no centro de suas reflexões. Em vez de especular acerca do sobrenatural, eles observavam a natureza. Tudo era medido, calculado, experimentado. E assim Galileu viu despertar seu interesse pelas ciências naturais – e exerceu uma influência decisiva sobre ela.

Ele foi docente nas Universidades de Pisa e de Pádua, deu aulas particulares mais tarde na casa da influente família Médici – fato que impulsionou sua carreira. Florença nesta época se transformava em polo de um novo conceito de vida.



O heliocentrismo (sol no centro do sistema) foi desenvolvido por Galileo

Aristóteles pra trás

Galileu era considerado uma pessoa difícil e autoritária. "Ele não evitava brigas e tampouco economizava elogios a si mesmo nas próprias encenações", diz Wilhelm Schmidt-Biggeman, professor de História da Filosofia, em Berlim. E o cientista se considerava grandioso. "Ele queria descartar a filosofia aristotélica e desenvolveu para isso uma filosofia natural mecânica", afirmou.

Enquanto Aristóteles enxergava o movimento como algo orgânico, que cresce por uma força interna, Galileu o interpretou como um fenômeno mecânico. Sua conclusão: movimentos terrestres e celestes são regidos pelas mesmas leis – e podem, com isso, ser estimados.

Contrariando a Igreja

A poderosa Igreja Católica mostrou-se pouco animada com a nova imagem de mundo apresentada por Galileu. Por duas vezes, o cientista foi convocado no Tribunal de Inquisição. Sob tortura, ele voltou atrás. Por fim, o cientista foi condenado apenas à prisão domiciliar – também neste caso, a proximidade com a família Médici ajudou. Ele cumpriu sua pena em uma bela mansão em Florença, onde morreu no dia 8 de janeiro de 1642. Ele só foi reabilitado pela Igreja em 1992.

Muitos dos conceitos desenvolvidos por Galileu são válidos até hoje. "O mais importante desenvolvido por ele é a matemática dos movimentos, construída com observações por meio de um telescópio – que também tem algo a ver com astronomia", afirma Schmidt-Biggemann. Com Galileu, o cosmos passou a ser objeto da ciência. Com relação a cálculos e técnicas, porém, o italiano não se tornou o rei da verdade. E muitas de suas ideias permanecem controversas até hoje.

Cinco dicas para usar o salto alto sem prejudicar a coluna

Embora saibamos que o salto alto proporciona elegância a qualquer look, com o tempo, seu emprego pode trazer sérios danos à coluna.

O motivo é que quando a mulher sobe no salto, o peso do corpo não fica distribuído de forma equilibrada. Desta forma, a sobrecarga fica na parte frontal dos pés, mas precisamente, na região dos dedos.

"Essa sobrecarga agrava ainda mais no caso de mulheres com o pé chato, pois esses sapatos obrigam que a planta do pé esteja numa posição arqueada, ocasionando fadiga, dores e lesões na sola", explica o fisioterapeuta, Helder Montenegro, especialista em coluna vertebral, presidente da Associação Brasileira de Reabilitação de Coluna – ABRC, diretor do Instituto de Tratamento da Coluna Vertebral e criador da técnica reconstrução músculo-articular da coluna vertebral.

Segundo ele o salto pode provocar calosidade, joanetes e entorses, causam dores no joelho, no calcanhar e na coluna.

Confira cinco dicas para evitar dores nas costas decorrentes do uso de salto alto:

1. Altere a altura e varie os modelos dos sapatos: Se você gosta de usá-lo diariamente ou usa em decorrência do trabalho, altere as alturas. No dia em que usou um salto muito alto, no dia seguinte opte por um que seja centímetros mais baixos. É importante variar o modelo, pois alguns provocam um esforço a mais nos pés, como no caso dos de bico fino que são estreitos e podem causar calos e joanetes.

2. Tenha sapatos sem salto: se você realiza longas caminhadas até chegar ao trabalho, opte por sapatos sem salto que deixam o seus pés mais confortáveis e não causam danos à região lombar. Para quem dirigi até o trabalho, os sapatos sem salto ajudam a manter a coluna alinhada.

3. Saiba comprar os sapatos: Uma atitude muito comum entre as mulheres é comprar calçados no período da manhã. No entanto, o período após o trabalho é o mais indicado, pois os pés estão inchados e, desta forma, é possível identificar os incômodos provocados por um sapato justo demais. No caso dos de bico fino, deixe um espaçamento de um centímetro entre a ponta e o dedão, para evitar a calosidade.

4. Não descuide da panturrilha: ao chegar em casa, após o dia exaustivo em cima dos saltos, realize alongamentos para ativar a circulação sanguínea no local. Está medida também deve ser tomada antes de colocar os sapatos.

5. Massageie os pés: Como já dito, a sobrecarga corpórea fica na região frontal dos pés, provocando cansaço e dores. Para aliviar a tensão, massageie os pés com movimentos circulares de baixo para cima. O escalda pés também ajuda a amenizar as dores e ajuda a desinchar a região.

Dicas para fortalecer e definir o abdômen

Para conseguir o abdômen desejado, realize um treino que foque tanto em queimar a gordura quanto em ganhar músculos.

Veja outras seis dicas para definir o abdômen:

1. Não saia do ritmo do Verão

De acordo com estudos realizados na Universidade de Massachussetts, pessoas treinam menos e comem muito mais no inverno. Para evitar um abdomen de Estações (no verão definido e no inverno com barriga), anote seus hábitos no Verão e repita nos meses frios.

2. Vá para a cozinha

Ache o seu lado cozinheiro e melhore seu abdomen. Cientistas da USDA descobriram que pessoas que cozinham sua própria refeição, consomem 500 calorias por dia a menos do que os que esperam pela comida.

3. Café da Manhã todo dia!

Pesquisas feitas pela Universidade de Massachussets mostraram que pessoas que não comem no Café da Manhã tem 4,5 mais chances de ter barriga do que os que comem.

4. Tome uma vitamina

Multivitaminicos são excelentes para te dar mais nutrientes, cromo, Vitamina B6 e B12, ajudam a converter aminoácidos em músculo. A Universidade de Maryland mostrou que pessoas que tomam 200mcg de cromo por dia ganharam mais músculos dos que os que não tomavam.

5. Coma a Sobremesa

Termine seu jantar com um pudim light. Pesquisadores do Centro de Nutrição Humana, no Nebraska, descobriram que isto leva uma mensagem para o seu cérebro dizendo que seu jantar acabou, então você não terá que comer biscoitos ou doces uma hora depois.

6. Caminhe todo dia

Se você já corre, continue correndo. Mantenha sempre seus ombros para trás e levante bem o seu pé.

Jornal O Debate - Saúde & Beleza
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte - Fevereiro de 2014

Falta de diálogo afeta vida sexual de 51% dos brasileiros

O levantamento, patrocinado por um fabricante de preservativos, também mostra que 62% dos homens relatam dificuldades em manter a ereção, e apenas 22% das mulheres conseguem chegar ao orgasmo sempre que tem relações sexuais.

A Durex Global Sex Survey analisou entrevistas com 1004 homens e mulheres no país, com idades entre 18 e 65 anos. Do total, 880 são heterossexuais. E a maioria (89%) dos participantes estava em união estável no momento da pesquisa.

Os resultados foram apresentados pela psiquiatra Carmita Abdo, coordenadora do Programa de Estudos em Sexualidade do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo (ProSex).

De acordo com a especialista, o grande problema da vida sexual dos brasileiros é a falta de comunicação. "Situações que poderiam ser facilmente resolvidas acabam se tornando um problema", diz.

As consequências da falta de diálogo entre os parceiros em relação a preferências e dificuldades ficam claras nos resultados da pesquisa: as pessoas dedicam pouco tempo às preliminares (a maioria - 40% - dedica no máximo 15 minutos para isso), têm relações muito rápidas (13% finaliza o ato em no máximo 5 minutos) e as mulheres penam para ter orgasmo, principalmente as mais novas.

Além da falta de conversa, um dos aspectos que colabora para a insatisfação sexual, de acordo com a psiquiatra, é não admitir quando se tem um problema - mais de 60% dos brasileiros estão nessa situação (65% dos homens e 63% das mulheres).

Em termos de frequência, no entanto, os brasileiros até apresentam bons resultados: 82% fazem sexo ao menos uma vez por semana. E 12% dos homens e 5% das mulheres transam diariamente.

Os tratamentos que clareiam as temidas olheiras

As olheiras são resultado de causas genéticas como a concentração de melanina na região e circulação sanguínea irregular na região dos olhos. Como resultado a pessoas aparenta cansaço independente da idade ou da rotina de vida.

Mas felizmente, esse problema já possui tratamento que melhora demais seu aspecto estético.

As novidades em procedimentos para aliviar o problema vão desde cosméticos clareadores e estimuladores da microcirculação local, até tratamentos mais avançados como a aplicação de gás carbônico sob a pele.

A carboxiterapia é um tratamento que está ganhando espaço nas clínicas estéticas. Ele age retomando a correta irrigação sanguínea em torno dos olhos.

Já para quem quer prevenir as dicas são poucas. Se a pessoa tem predisposição genética e maus hábitos, o conselho é evitar noites mal dormidas, ingestão de bebidas alcoólicas e de alimentos muito salgados.

Pessoas de pele morena e com quadro de estresse elevado estão mais aptas a desenvolver olheiras.

As feras estão soltas

É intrigante como a conotação selvagem dos *animal prints* levam à loucura grande parte das mulheres. Parece que eles mechem com os instintos mais primitivos e evocam sensações de sensualidade, de força e de poder.

A linha divisória entre o chique e o cafona é bastante tênue. Qualquer deslize pode jogar por água a baixo uma produção que tinha tudo para dar certo. Então, tratando-se de bichos, o melhor é ter cautela e evitar os excessos! O terreno mais seguro é conjugar estampas de bicho com tons neutros. Se quiser dar uma valorizada no *look* escolha uma peça ou um acessório de um tom forte, marcante, para dar um *up* na produção.

Outra opção, que se adéqua bem ao dia a dia e passa longe de um despropósito, é usar apenas um acessório que remeta diretamente a alguma fera. Pode ser uma *clutch*, um belo par de scarpins ou aquela sandália adorada.

Usar duas ou mais peças *animal print* num mesmo *look* pode ficar super *cool*. Mas, para isto elas precisam falar a mesma linguagem. Essa afinidade pode ser conseguida através da utilização de estampas distintas, porém nos mesmos tons. É o jeito mais fácil e seguro para não errar. Mas, ainda assim, se isto significar um passo muito arriscado para o seu estilo, melhor desviar deste caminho e deixar para as mais ousadas.

Dentre os vários bichos que rondam a cena fashion, um vindo das savanas africanas com suas listras contrastantes alternando o preto e o branco tem chamado atenção, são as zebras!

Até mesmo os clássicos se renovam ao vestirem uma pele felina. O Wrap Dress de Diane Von Furstenberg resolveu encarar um *animal print* e adotou uma estampa levemente estilizada como fundo. *No look,* o bicho do vestido, o couro de arraia do bracelete, o croco da *clutch* e o píton do scarpin convivem em plena harmonia!

Coleção cápsula da Evisu assinada pelo designer britânico INSA

A marca japonesa de jeans Evisu traz em seu DNA o vanguardismo da cultura de moda e de arte japonesas com pitadas de fetichismo. E fazendo um mix de moda, fetiche e arte a Evisu criou uma coleção cápsula em parceria com o designer britânico INSA. Afinal, um par de jeans tem seu poder fetichista, ainda mais quando vem em edição limitada e assinada!

A coleção reflete o estilo do artista através da pintura de gotejamento em tons vibrantes com um efeito de arco-íris grafitado, associada ao design *Daicock Raw Denim* da Evisu.

Os *shapes* das calças se diferenciam para o público masculino e feminino. Apesar de ambas serem afiladas na boca, as femininas são ainda mais justas - *skinny*. Foram produzidas apenas 300 calças de cada, então é bom correr para garantir a sua!

O denim de luxo Evisu/Insa está disponível na *flagship* da Evisu em Hong Kong e em sua loja online.

Jornal O Debate - Moda
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte - Fevereiro de 2014

Cinderelas do Século XXI

A paixão que os sapatos despertam nas mulheres chama a atenção de estudiosos e fomenta o ciúme nos homens.

Mas, o que fazer? Parece que esta paixão já está no DNA feminino! Basta lembrar a primeira cena de "Os Delírios de Consumo de Becky Bloom", onde a garotinha fica estarrecida na loja de sapatos. Toda mulher entende perfeitamente o que ela estava sentindo!

Analisando o último século da história da moda percebe-se que as mudanças dos calçados têm acontecido em virtude das alterações de comportamento das mulheres e seu novo posicionamento perante a sociedade. Principalmente, a partir dos anos de 1910 com as sufragistas exigindo uma nova realidade para a mulher.

Esta independência, duramente conquistada, tem trazido mais liberdade e mais igualdade entre os sexos. E os sapatos acompanham passo a passo este movimento, o que não poderia ser diferente! Mas, se ao mesmo tempo em que as mulheres se vangloriam desta proeza, elas também carregam no fundo um pouco do Complexo de Cinderela, e esperam por um príncipe encantado para calçar o sapatinho de cristal. Mais ou menos o perfil de Carrie Bradshaw em Sex and the City. Uma mulher independente, realizada profissionalmente, amante de sapatos e em busca de seu amor verdadeiro.

Parte desta paixão por calçados se deve ao efeito arrasador de um *stiletto,* de elevar vários centímetros da estatura, realçar o formato das panturrilhas e dar um efeito sensual ao caminhar. Mas, o fetichismo não fica apenas por conta dos ultra sexy *stilettos* e das meia patas estratosféricas. Uma rasteirinha encaixada no lugar e na hora certas tem seu poder de sedução também.

O importante é saber em que momento usar cada sapato, lembrando-se do poder que este acessório tem!

Para o ambiente de trabalho o sapato precisa ser e passar a imagem de qualidade, de estar bem cuidado em bom estado de uso, demonstrando o cuidado que você tem com você mesma, seus pertences e consequentemente com a empresa e seu trabalho. Isto demonstra também que você é uma pessoa que se atem aos detalhes, é minuciosa.

Um salto alto pode ser usado, e em determinados ambientes é até mesmo o mais adequado, mas neste caso em tom neutro para não passar uma imagem muito sexy que, de forma alguma combina com o ambiente de trabalho.

Já as sapatilhas permitem um pouco mais de ousadia já que este efeito é contrabalançado pelo salto baixo. Alias um pequeno saltinho, podendo até ser o Sabrina, é bastante apropriado e colabora com a postura.

O estilo do sapato depende do estilo da pessoa e da cultura da empresa. Se for uma empresa que o trabalho inovador e criativo seja seu grande trunfo, o leque de opções aumenta em relação aos modelos, tipo de salto ou a falta dele, materiais e cores.

O clima quente de verão implora por sapatos abertos! Ok! Um *Peep Toe* é bem elegante! Sandálias são permitidas, mas cuidado! Primeiro evite as sandálias com perfil noite, com muito brilho e cara de festa. Um salto intermediário e mais grosso é bem adequado para o trabalho e o dia a dia. A tentação das rasteirinhas exige extrema atenção! Se o ambiente permitir, escolha um modelo que não tenha excessos, não seja extremamente aberta e de preferência seja presa ao pé para não "chinelar" ao andar, o que é deselegante e ainda faz um barulho que incomoda quem está concentrado trabalhando! Caso contrário, deixe-as para se esbaldar no final de semana!

E não se esqueça nunca que os pés devem estar impecáveis! É fundamental que os pés estejam bem cuidados, as unhas bem tratadas, não necessariamente precisam estar esmaltadas, podem estar apenas com uma base, mas devem estar bem cortadas e com a cutícula aparada.

Outro detalhe fundamental é que o sapato seja confortável, permitindo que se passe o dia inteiro calçada com conforto e sem comprometer a elegância ao caminhar.

Organização Faleiro Buffet
• Almoços • Jantares • Coquetéis
• Formaturas • Coffee-Breaks
• Salões de Festas • Recepções
TRADIÇÃO E EXCELÊNCIA
TELEFAX: 3291-7887
www.faleiro.com.br // faleiro@faleiro.com.br
Rua Santa Catarina, 557 - Lourdes - BHte - MG

SALÕES PARA FESTAS E COMPLETO SERVIÇO DE BUFFET
Encomendas de doces e salgados para festas e lanchonetes

Juliana Maia da Silveira
Foto: PÉREZ

Clínica Geral Periodontia
Tel: (31) 3212-4222
Av. Augusto de Lima, 655 - sl 1509

Jornal O Debate
Edição Número: 2575 - Belo Horizonte - Fevereiro de 2014

Barbadas & Butinadas

Rapidinhas

● O senhor Joaquim feliz e satisfeito com o aproveitamento do filho no grupo escolar vira e pergunta ao menino para experimentá-lo:
- Meu filho, qual o plural de filho?
E o menino, deitando sabedoria:
- É gêmeos, papai!

● Um dentista vira-se para um cliente em seu consultório e diz:
- Tem razão. Eu de fato, arranquei o dente errado. Mas não tem importância, porque mais cedo ou mais tarde ele teria que cair fora de qualquer maneira.

● Tenho um noivo bacana, dizia a Suzana à uma amiga. Ele tem um carro novinho e vive com o bolso cheio de dinheiro.
- Ele é rico, assim? Perguntou a amiga.
- Rico nada, responde Suzana. Ele é chofer de táxi.

● João chega em uma livraria e vai direto ao funcionário e pergunta:
- Por favor, o senhor por acaso tem aí o livro "O Homem, Senhor da Mulher"?
E o funcionário:
- Queira se dirigir ao terceiro balcão, Seção de Ficção.

● Quando a telefonista explicou para aquele senhor que tinha que pagar R$10,00 para falar com a cidade vizinha, ele perguntou:
- Não há uma taxa só para ouvir? É com minha pequena que eu quero me comunicar.

A propaganda é a alma do negócio

DIVULGAÇÃO

Noite infeliz

Depois de uma madrugada fracassada, dois travestis conversam:

- É, amiga... Hoje não conseguimos nem um bofe... É melhor a gente subir nas tamancas e se mandar. Já deu!

- Tem razão, fofa! Mas antes vamos dar uma passadinha na farmácia? Eu preciso tomar uma injeção!

- Ih, menina! Tá bichada, é? Não é você que é vitaminada?

- Não é nada disso, criatura! Eu só não quero ir pra casa sem ter tirado a roupa pra ninguém!

Alcoolatra

A mulher de um alcóolatra vai ao médico para receber conselhos.

- A senhora deveria tratar seu marido com carinho, assim que ele chegar em casa bêbado, dê-lhe beijos e tenha paciência com ele.

Assim foi feito. Na noite seguinte, a mulher aguarda o marido, tira-lhe a gravata e o convida para a cama. E o marido observa com a língua enrolada:

- Querida, me deixa ficar mais um pouco. Você não sabe a megera que me espera lá em casa.

Horoscopiada

Áries - Seu sócio está afim de botar você para escanteio e continuar fazendo o jogo sozinho. Fique esperto. Ela só é virgem no signo. Você está bancando o trouxa. Saia fora enquanto é tempo. Cuidado com os dias ímpares desta semana. Acidentes acontecem a toda hora. Fique atento.

Touro - Você será duramente atingido com alguma crítica em conseqüência de sua negligência. Aquele brotinho que você conheceu lá no Shopping, é uma "batalhadora" da esquina. Não se iluda com o rostinho de anjo. Se você não segurar as "doses", não passará deste ano.

Gêmeos - Abra bem os olhos para não se deixar iludir por um "negócio sensacional". Clima de muita desarmonia, marcado por momentos de "broncas", incompreensões e "porradas". Esse negócio de ficar tomando remédios sem consultar um especialista, pode ser muito arriscado.

Câncer - Se você não ficar esperto, vai acabar nadando no seco. Tem gente querendo esvaziar seu "aquário". Sua secretária já está chegando nos três meses... não passe por cima dos ensinamentos. Fazer "certas" coisas de barriga cheia, pode dar bode.

Leão - Não complique as coisas. Ela é transa do "chefão" e se você insistir a água pode sujar e o peixe sumir. Quem tocou a campainha não era o titular não. Depois que você pulou a janela, ela atendeu outro "cliente". Não exagere. A sua idade não comporta certas aventuras. O seu "cronômetro" pode pifar.

Virgem - Obstáculos pela frente. Procure ultrapassá-los com habilidade antes que o caldo entorne. Não seja perverso. Ela, no fundo, gosta muito de você. O único homem que não levou chifres foi Adão. Manere suas atividades. Período desfavorável com propensão para enxaquecas e coisas afins.

Libra - Não cruze os braços, enfrente o que der e vier. Quem muito escolhe, acaba na retaguarda. Agarre a coroa que anda lhe fazendo a corte. Coisa melhor você não vai conseguir. Falta de ar, palpitações, suor noturno, indisposições, são sinais graves. Seu fim pode estar próximo.

Escorpião - Saiba que um dia você vai receber aquela "nota" que você emprestou a um amigo. Quem espera sempre alcança. Esse negócio de visitar a comadre na ausência do compadre, pode acabar mal para você. Cuidado! Mude de aperitivo, do contrário vai acabar enfrentando uma cirrose hepática.

Sagitário - Seu patrão já está ficando de saco cheio de você e de suas reclamações. Veja se chega mais cedo e trabalhe quieto e calado. Ela é frígida só com você. Tudo neste mundo precisa de arte e ritual. O negócio é caprichar. Mude seu itinerário. Tem gente preparando emboscada para você. Cuidado.

Capricórnio - Não seja imprudente. Afinal quem manda na "mercadoria" é o chefe e ele não gosta de pessoas enxeridas. Só uma missão diplomática poderá resolver seu problema de tensão reinante na vida a dois. Procure um medidor antes que o pior aconteça. Não confie muito na medicina. Médicos erram.

Aquário - Ponha um "Aurélio" em cima da sua mesa. Seus erros de português chegam a dar calos nas vistas. Antes que ela entre ação de investigação de paternidade, assuma e registre o menino. Barriga só fica bem em mulher grávida e porco. Dê seu jeito. Procure uma academia, "cachorrão".

Peixes - Pergunte sempre: "O que é que você está pensando?". Cite seus amigos sempre pelo nome e sobrenome. Exiba seus valores materiais na cara deles, tipo carro, jóias, dinheiro, posição social. Diga a eles o que "têm que fazer" e "quando e como fazer".

Transito caótico em BH: quem agüenta?

A implantação de uma eficiente estrutura de trânsito em uma cidade de grande porte – estamos nos referindo a Belo Horizonte – é uma iniciativa relevante e necessária, bem recebida por toda a população. Mas os administradores públicos precisam fazer as coisas corretamente, para que os cidadãos contribuintes sejam bem atendidos em suas expectativas: afinal de contas, quem paga os salários dos servidores públicos é o cidadão contribuinte e eleitor.

A coisa pública, como o próprio nome indica pertence ao povo e os governantes são eleitos para cuidar bem do interesse dos cidadãos. Por isso mesmo não se entende como uma ampla intervenção do Poder Público no sistema de trânsito de Belo Horizonte seja feito à revelia da população, que não foi consultada a respeito. Mudanças radicais no trânsito e nas "mãos" das ruas e avenidas só deveriam ser feitas com a consulta à cidadãos que pagam os salários do prefeito e dos vereadores – responsáveis pela administração do espaço urbano municipal.

Infelizmente, não é o que está acontecendo. Nas mudanças que estão sendo implantadas, o povo tem ficado de lado, reduzido a um simples espectador. Esquecem-se de que são os munícipes que custeiam as obras e, portanto, deveriam ser ouvidos. E os vereadores de Belo Horizonte, onde é que estão?

Quando chegar a época das eleições, como prestarão contas à população? Escreva para a Editoria de Opinião deste jornal e dê a sua sugestão.

Em tempo: temos feito uma pesquisa informal com taxistas da cidade (já foram ouvidos cerca de 30) e eles são unânimes no repúdio às mudanças. E os taxistas conhecem a fundo o trânsito da Capital. Por quê, não foram ouvidos? E o sindicato da categoria? Qual a sua posição?

Triângulo mineiro: tráfico de drogas põe região em alerta

As polícias, civil e militar de Minas Gerais estão desenvolvendo operações especiais na Região do Triângulo Mineiro, responsável, atualmente, por aproximadamente 70% das infrações referentes a tráfico de drogas no Estado de Minas Gerais.

Outra ocorrência importante refere-se a assaltos a ônibus, caminhões e outros veículos em rodovias do Estado.

Um fato notado por policiais é o de que o aumento do tráfico de drogas, principalmente nas proximidades das fronteiras com países e Estados produtores de drogas, agrava os problemas.

Ate em ônibus intermunicipais tem havido apreensão de drogas como maconha, pasta básica de cocaína e outras.

E uma situação que pede operações de emergência, segundo a opinião de órgãos policiais. Outro problema sério nessa área é o da participação de menores na prática de crimes.

Segurança de vôos: fatos estarrecedores

As matérias divulgadas pela Rede Globo e outras emissoras sobre o lixo jogado na proximidade de aeroportos desnudam a irresponsabilidade de pessoas a quem, aparentemente, faltam competência e responsabilidade para realizar as suas tarefas cotidianas. Vejamos do que se trata: a legislação em vigor no país proíbe que se acumule lixo próximo a aeroportos, porque as aves, atraídas pelos restos, podem, com toda probabilidade, colidir com aviões, provocando danos materiais e, mesmo desastres causados pela avaria das aeronaves.

Trata-se de um caso grave de ameaça à vida de centenas de pessoas. É intolerável que um fato como esse continue a acontecer sem que se tomem medidas enérgicas.

As autoridades competentes para tratar do assunto devem tomar as providências cabíveis o quanto antes, para evitar uma tragédia capaz de vitimar muitas pessoas e levar ao questionamento a competência das autoridades brasileiras no que se refere à segurança dos vôos no país.

***O autor é Redator-chefe de O Debate, escritor e professor de Direito Econômico, Membro do Instituto Histórico e Geográfico e da Arcádia de Minas Gerais e ex-presidente da Fundação Brasileira de Direito Econômico.**

Cleusa Maria
Depiladora e Esteticista
Rua Turqueza, 500 - sala 03 - Prado
Cep.: 30.410-210 - Belo Horizonte/MG
Fones: (31) 9834-3238 // 9164-7019

NÚCLEO ASSISTENCIAL CAMINHOS PARA JESUS
(0800-315600)
Rua José Ferreira Magalhães, 341 - Floramar
CEP 31.765-760 Belo Horizonte - MG
Caixa Postal 1622 - CEP 30.161-970
Tel: (31) 3434-7373 / 3434-6494
- Fax: (31) 3434-6499
E-mail: nucleo@gold.com.br
Home Page: www.gold.com.br/~nucleo

RESTAURANTE
XICO DA KAFUA
O REI DO FRANGO CAIPIRA
O melhor frango caipira da cidade
Av. Itaú, 1195 B. João Pinheiro, no Anel Rodoviário, final do ônibus - Belo Horizonte
Reservas 3375-2640