



EDIÇÃO 04  
ANO I  
MAI 2021 / JUL 2021

# Guarani

## REVISTA



## Professor Nica

gerações formadas  
no tênis de campo

### Cristian Mohr

conheça o piloto e  
empresário blumenauense  
**Campeão da Porsche Cup**



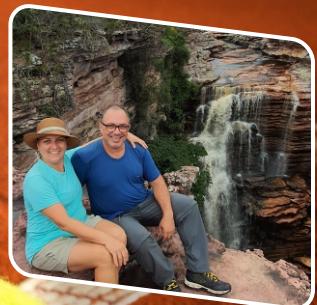
### Nova Sauna

Renovação do ambiente  
para os associados



### Aventura

Uma viagem diferente  
em família





Empreendimentos Torresani  
com venda exclusiva LFernando.

# Ortisei

RESIDENCE

## Escola Agrícola.

Apartamentos de **2** e **3** dormitórios  
(**1 ou 2 suítes**) e área privativa  
a partir de **77,48 m<sup>2</sup>**.

Um Condomínio Clube  
definitivamente único:

- Salão de festas;
- Piscina;
- Pub;
- Miniquadra;
- Pet place;
- E muito mais.



Imagens meramente ilustrativas. Registro de Incorporação no 2º ofício de Blumenau - R-3/54361.



Lançamento  
na Escola  
Agrícola



**Pronto para morar.**

**Bom Retiro, próximo ao Centro.**

Apartamentos com **3** ou **4 suítes** e plantas a partir de **188,42 m<sup>2</sup>**.

Completa área de lazer com múltiplas opções:

- Cinema;
- Piscinas;
- Salão de festas;
- Espaço gourmet;
- Espaço fitness;
- E muito mais.

Imagens meramente ilustrativas. R3/43.769  
1º Ofício de Registro de Imóveis de Blumenau.



Corretor Marcos Mittag  
 **47 99985-0926**

[lfernando.com.br](http://lfernando.com.br)

 /LFernandoImobiliaria  /lfernandoimo

**2 apartamentos por andar com 3 suítes e plantas com 129,91 m<sup>2</sup> de área privativa.**

Área social com opções para toda a família:

- Hall;
- Salão de Festas;
- Espaço gourmet;
- Playground;
- Academia;
- Piscina.

**Últimas unidades**



ACRECI/SC 0780-J



**LFERNANDO**  
Imobiliária

Imagens meramente ilustrativas. 1º Ofício de Registro de Imóveis de Blumenau nº R5/34399.



**Vivali Móveis**

(47) 3232.1006 | (47) 9 9718.7161  
R. São Paulo, 1196 - Victor Konder - Blumenau | SC  
vendas@vivaliplanejados.com.br

**unitoken**  
Sistema de acompanhamento de pedidos



[vivaliplanejados.com.br](http://vivaliplanejados.com.br)  
f @casabrasileirablumenau

**CASA**  
**BRASILEIRA**  
MÓVEIS PLANEJADOS

## A sua **imobiliária** em Blumenau

São mais de  
**20 anos de história**  
no mercado imobiliário  
da nossa cidade.



Rua Curt Hering, nº 287  
Centro - Blumenau / SC

### Nossos Serviços



COMPRA, VENDA  
E PERMUTA



ALUGUEL COMERCIAL  
E RESIDENCIAL



DESPACHANTE  
IMOBILIÁRIO



CORRESPONDENTE  
BANCÁRIO



MARKETING  
IMOBILIÁRIO



Negócios BTS | SLB | M&A  
ACRC OPPORTUNITY



**São mais de 40 profissionais  
dedicados integralmente nos processos  
imobiliários de ponta a ponta.**

Acesse nosso site e confira os  
melhores imóveis e oportunidades  
[acrcimoveis.com.br](http://acrcimoveis.com.br)



Conteúdos e novidades todos os dias  
no nosso Instagram **@acrcimoveis**

**FALE CONOSCO 47 3322 2868 / 47 99787 0203** 



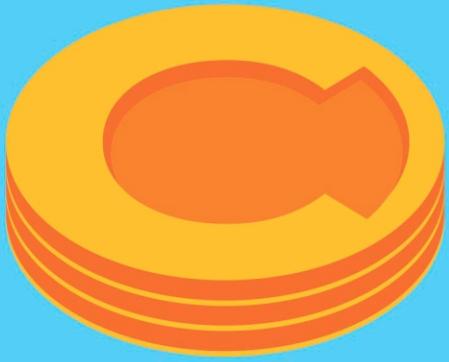
# UNIÃO CONTABILIDADE

Ao longo dos anos,  
a União Contabilidade  
se destaca pela qualidade  
de seus profissionais, sempre  
atualizados nas mais novas  
legislações e dinâmicas  
que o mercado empresarial  
e contábil exigem.

[uniaocontabilidade.com](http://uniaocontabilidade.com)  
**47 3035-5153**

Rua Arnoldo Carl, 100, Itoupava Norte  
Blumenau / SC - CEP: 89053-120





**CENTER**  
ONLINE SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

## TODO O CONTROLE FINANCEIRO DE SUA EMPRESA CENTRALIZADA EM UM ÚNICO AMBIENTE



Contas a pagar e a receber



Nota fiscal de produto e serviço



Boleto de cobrança



Fluxo de caixa diário e mensal



Integração bancária



Integração contábil



Conciliação bancária



DRE Gerencial



Frente de caixa online

A CENTER FINANCEIRA OFERECE AOS SEUS CLIENTES UM SISTEMA ON-LINE QUE CONECTA A SUA EMPRESA E AS SUAS OBRICAÇÕES FISCAIS, DIRETAMENTE COM O SEU CONTADOR.

MAIS CONTROLE FINANCEIRO, MAIS RÁPIDO, ÁGIL E REAL ECONOMIA DE TEMPO.

ENTRE EM CONTATO E SAIBA MAIS SOBRE NOSSOS SERVIÇOS

TEL.: 47 9 9112-6263 | [centerbnu@gmail.com](mailto:centerbnu@gmail.com)

RUA PROFESSOR JOÃO BOOS, 255 - VILA NOVA - BLUMENAU - SANTA CATARINA



# MADEIRA AMENARIA METAL CERÂMICA

*A melhor solução  
para cada superfície.*

## QUEM AMA, CUIDA...

*Siga nossas redes sociais*



**...E não cuida de qualquer jeito.**

Conheça a nossa linha Sparlack, da Marca Coral, a melhor proteção para sua madeira.

**Não trinca e não descasca.**

**Proteja seu lar.**



Do residencial ao automotivo, nós temos a solução!

**Rua Frei Estanislau Schaette, 329 - Blumenau - SC**

**(47) 3329 0737 | (47) 98488-7743**

# Nova Mesa Diretora da Câmara de Blumenau

## vai buscar aproximar população do Poder Legislativo



Foto: Lucas Prudêncio | Imprensa Câmara de Vereadores de Blumenau

O vereador Egídio Beckhauser (Republicanos) é o novo presidente da Câmara de Vereadores de Blumenau para o biênio 2021-2022. Também foram eleitos para a Mesa Diretora a vice-presidente Silmara Miguel (PSD), o primeiro secretário Almir Vieira (PP) e o segundo secretário Ailton de Souza – Ito (PL). A votação aconteceu na noite de 1º de janeiro, no Plenário da Câmara, após a solenidade de posse. A chapa denominada “Independência” recebeu 8 votos.

O presidente Egídio da Rosa Beckhauser é natural de Armazém-SC, tem 44 anos e foi atleta de futebol e futsal. Em 2017, assumiu a presidência da Fundação Municipal de Desportos de Blumenau e permaneceu no cargo até o ano de 2020. Saiu, posteriormente, para concorrer à eleição para Vereador em que foi eleito com 2.733 votos

Para Beckhauser, Blumenau precisa voltar a ter o protagonismo que já teve no passado, e para isso vai buscar a harmonia entre o Legislativo e o Executivo, garantindo o andamento das demandas positivas para a cidade. Também apontou como desafio para a gestão aproximar a população da Câmara de Vereadores. “Quero trabalhar junto aos meus colegas vereadores para construirmos a melhor legislatura para nossa Blumenau. Temos grandes desafios pela frente e uma grande missão, que será a de aproximar Blumenau do Poder Legislativo. A população é determinante nas soluções para a cidade e deve ter cada vez mais uma voz ativa”.

A vice-presidente Silmara Ferreira da Silva Miguel é natural de Pranchita-PR, tem 31 anos, já atuou como assessora parlamentar, é formada em Processos Gerenciais e pós-graduada, cursando MBA em Gestão de Pessoas e Coach. Ela recebeu 1.961 votos.

Silmara enfatizou que sempre teve o desejo de ajudar todas as pessoas, e agora como parlamentar e membro da Mesa Diretora, poderá ser a voz de toda a população blumenauense. Externou seu desejo de moralizar a política, dando orgulho aos que foram às

urnas. “Por pessoas pensarem apenas em seu próprio benefício, por um momento fui tentada a acreditar que os bons são apenas poucos grãos de areia na praia. Após orar a Deus, entendi que precisamos ser a mudança que tanto queremos ver”.

O primeiro secretário Almir Vieira é natural de Blumenau e tem 47 anos. É militar reformado, com formação em gastronomia e pós-graduação em gestão pública. Já foi diretor de Obras do município. Recebeu 1.933 votos.

Vieira disse que os vereadores são o para-choque da sociedade, e convidou todos os parlamentares a se unirem para construir um projeto para Blumenau que vá ao encontro dos interesses da comunidade. “Sem oposição nem situação. Vamos votar com convicção, com trabalho, de acordo com a vontade da população que nos trouxe até a Câmara”.

O segundo secretário Ailton de Souza – Ito, é natural de Blumenau e tem 56 anos. É microempresário e administrador, atuou também no ramo de representante comercial, além de ter exercido cargos públicos. Recebeu 2.638 votos.

Ito afirmou que deseja ajudar Blumenau de todas as maneiras possíveis e que um dos desafios é o combate à Covid-19. “Nós, políticos, governantes, precisamos nos unir, independentemente de partidos, para encontrar soluções para o combate à doença”. Disse que vai continuar honrando cada voto que recebeu nas urnas e continuar o trabalho de combate à corrupção.

A Mesa Diretora é o órgão direutivo máximo da Câmara Municipal, responsável pela direção dos trabalhos legislativos e dos serviços administrativos. As atribuições de todos os membros estão previstas no Regimento Interno da Câmara de Vereadores.

Fonte: Assessoria de Imprensa Câmara de Vereadores de Blumenau

Cada mão que se estende  
AJUDA MUITAS  
VIDAS



TEMPO

A Câmara Municipal de Blumenau já aprovou o repasse de mais de **R\$ 28,7 milhões** aos hospitais da cidade para o combate ao coronavírus e demais atendimentos de saúde.

Outros **R\$ 2,5 milhões** dos recursos economizados pela Câmara foram repassados à prefeitura desde o início da pandemia para o combate à Covid.

Somos nós e você, unidos para fazer o bem. Juntos por Blumenau.

**Câmara Municipal de Blumenau**

 [camarablu.sc.gov.br](http://camarablu.sc.gov.br) 

# Guarani

## REVISTA

### **Diretoria Executiva Triênio 2018/2021**

Presidente	Danilo Antonio Correia
Vice-Presidente	Dionizio Tridapalli
Diretor Financeiro	Orli Anderle
Diretor Patrimônio	Valmor Koch
Diretor Social	Renaldo Fritz Hersing
Diretor Esportes	Jackson Fabiano Hardt
Diretor Comercial	Marcelo Vieira Costa
Secretário Geral	Jorge Martins



### **Editoração/ Diagramação**

J&C Catálogos e Editora

### **Textos**

Tatiana dos Santos (SC 02604 – JP)

### **Fotografia**

Jackson A. Dias  
Banco de Imagens

### **Programação Web**

Rodrigo Evaristo

### **Tiragem**

1.200



24

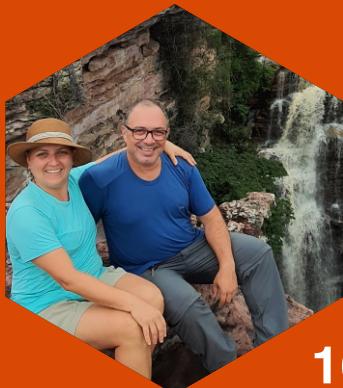
### **Professor Nica**

gerações formadas  
no tênis de campo

47 3338.9759  
[jccatalogos@jccatalogos.com.br](mailto:jccatalogos@jccatalogos.com.br)  
[jccatalogos.com.br](http://jccatalogos.com.br)

# Sumário

**Associados do Guarani Esporte Clube:** chegamos a quarta edição de nossa revista e a primeira deste ano. Entre as matérias, temos uma bela história do nosso querido professor Nica, que já formou e ainda forma gerações de campeões do tênis de campo. Também vamos falar sobre uma aventura incrível que um de nossos associados fez no início deste ano. Aproveite e boa leitura!



**16**

## Aventura:

Uma viagem diferente em família



**22**

## Nova Sauna

Renovação do ambiente para os associados



**28**

## Cristian Mohr

conheça o piloto e empresário blumenauense



**30**

## Escritório em casa

dicas para você escolher o melhor projeto



**36**

## Carnes nobres

10 dicas para você acertar na compra da carne bovina



**42**

## neuropsicomotor de crianças



**46**

## A importância dos cuidadores de idosos



**50**

## Animais de Estimação Por que ter o seu?



**52**

## PC seguro e atualizado

9 Dicas de como manter o seu

# Aventura:

## Uma viagem diferente em família



A pandemia já alterou os planos de viagem de muitas pessoas. Algumas tiveram que cancelar o tão sonhado momento, já outras conseguiram adaptar o roteiro sem deixar de colocar o pé na estrada. E foi exatamente isso que ocorreu com o associado Mário Alessandro Rotta, Suca (esposa) e as duas filhas.

Tudo estava certo para eles irem se aventurar pela Carretera Austral, no Chile, com a recém-compra de seu Mini Trailer. Por causa da pandemia, as fronteiras foram fechadas e todos os planos precisaram ser reavaliados.

Foi então que Mário lembrou de um antigo sonho, o de conhecer a Chapada Diamantina.

*"Esta viagem em família se deu por uma combinação de coincidências e um desejo meu muito antigo. Desde meus 20 anos, tinha muito desejo de conhecer aquela região. Me preocupava quando teria tempo para tal aventura enquanto meus joelhos ainda aguentassem", conta.*



Furnas e Capitólio, em Minas Gerais.



Chapada Diamantina.

E o momento chegou: em janeiro deste ano Mário, Suca e suas duas filhas partiram de Piçarras, onde mora o irmão dele, com um ambicioso roteiro de mais de 7 mil quilômetros. O trajeto incluia Furnas e Capitólio, em Minas Gerais, Chapada Diamantina, Itacaré e Porto Seguro, na Bahia, e Petrópolis e Paraty no Rio de Janeiro.

*“Já estamos acostumados a acampamentos e longas viagens em família, mas esta viagem, em especial, tinha o grande desafio de não saber o que nos aguardava”.*

Um grande aliado na viagem foi o Mini Trailer, que teve o duplo papel de levar a família e também como local de hospedagem durante muitas noites. Um dos grandes desafios, relata Mário, foram as paradas nos longos trajetos em postos de combustível, principalmente em relação às condições de banheiros e chuveiros.

“Percebemos que nos foi muito mais favorável poder contar com o Mini Trailer do que com a incógnita de um hotel de beira

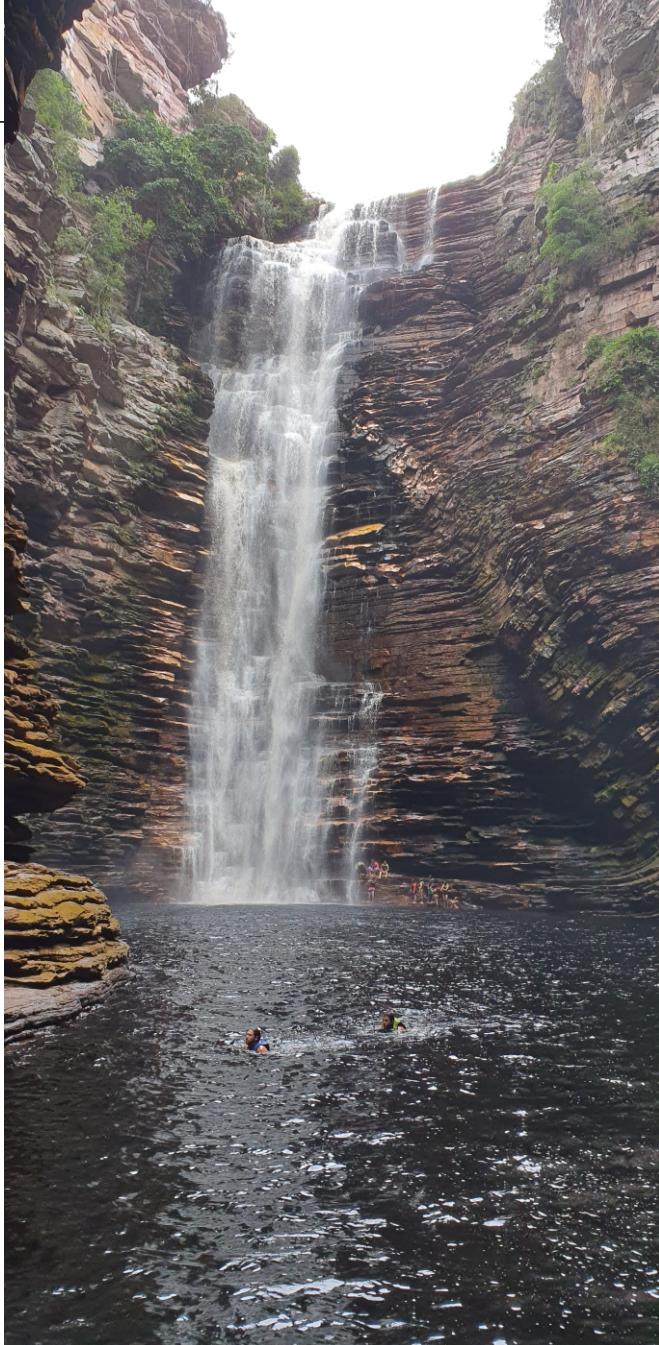


Porto Seguro, Bahia

de estrada como foi em outras viagens que fizemos. Além disso, conseguíamos adiantar bastante os tempos de deslocamento, o que nos permitiu ficar mais dias do que previsto no destinos turísticos de interesse”, explica.

Pra quem compartilha desse sonho de se tornar um “caramujo”, Mário diz que se torna bem mais econômico, ainda mais quando se viaja com os filhos. Além do que, na hora da fome, dá para parar e curtir um “rango” à beira da estrada.

Foram momentos marcados por belas paisagens rurais, em meio a paisagens do cerrado, caatinga, mata



atlântica e litoral, com cachoeiras, trilhas, montanhas e cânions, cavernas, grutas, em meio a regiões do interior do país marcados por história e memória do tempo do caminho do Ouro, dos Diamantes e da Escravidão, tendo o domínio dos senhores feudais.

*"Uma das coisas que sempre me motivaram à prática de camping é a oportunidade única de por onde estivemos sempre fazer novos e bons amigos, que estranhamente a vida nos concede a oportunidade de cruzarmos os caminhos. Isso nos faz crer de que, nesse mundo cruel, existe sim muito mais pessoas de bem e com bom coração do que pessoas do mal", diz Mário.*

Foram dias de chuva, sol, de enfrentar poeira e obstáculos. Mas todos de felicidade em poder realizar um sonho.

### As amizades do caminho

Durante a aventura, Mário relata que a família encontrou alguns "anjos" pelo caminho, desviando de estradas intransitáveis. Um desses lugares ele recorda ter acontecido no caminho em direção a Mucugê, na Chapada Diamantina. Eles também tiveram o papel de anjo, quando socorreram dois ciclistas de São Paulo que se perderam do grupo e estavam andando na direção errada exauridos. Isso aconteceu durante uma tormenta de verão, que gelava os ossos só de ver. A sorte foi ter os lençóis térmicos guardados no kit sobrevivência, sendo muito útil para os novos conhecidos.

A comunidade dos caminhoneiros também marcaram muito a família. Sempre estavam solícitos e prontos para ajudar ou pra prosear uma conversa fiada.





DEIXE O SOL TE

# GUIAR



*liberdade e conforto*  
**PARA CURTIR  
SUAS AVENTURAS**



SIGA-NOS  
@SUNTRAILERS



*"Se fosse resumir o que é viajar pra mim, é poder deslumbrar o horizonte à sua frente e o que fica pra trás, saboreando os momentos únicos que a estrada nos reserva, na certeza de que sempre existe uma razão e um lugar pra voltar", encerra Mário.*



# **EURO CAR**

ESPECIALISTAS EM MECÂNICA  
AUTOMOTIVA DE ALTO PADRÃO



[eurocarblu.com.br](http://eurocarblu.com.br)

# Nova Sauna

*Renovação do ambiente para os associados*



Área comum para banho e sauna

No dia 05/02/2021 aconteceu o coquetel de inauguração da obra de revitalização da sauna. A obra iniciou em 2020 e contou com a colaboração de alguns associados para a sua realização.

O clube Guarani oferece aos seus associados dois tipos de sauna, sendo elas: úmida e seca.

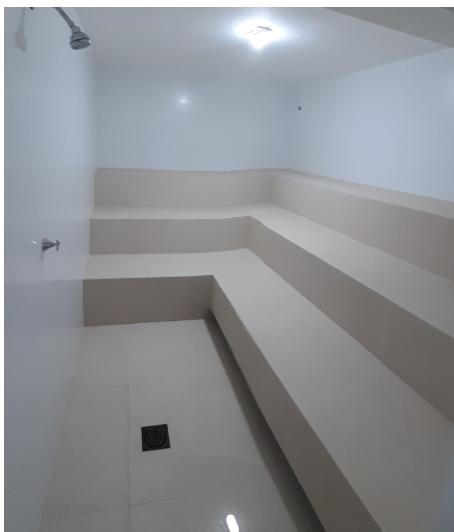
No atual momento, o sistema para utilização é realizado através de reserva de horário na secretaria do clube. A sauna conta também com uma ampla área de lazer para descanso, além de oferecer um ambiente para atendimento de massagem.



Sala de Descanso



Sala de Massagem



Sauna úmida



Sauna seca

# Vida saudável

## 4 benefícios da sauna

A sauna é um dos ambientes mais procurados pelas pessoas modernas. No entanto, é uma solução bastante antiga, usada pelos antigos dinamarqueses e pelos romanos, inclusive os moradores de Pompeia.

Veja a seguir 4 benefícios da sauna para as pessoas que recorrem a ela na tentativa de tratar e evitar problemas de saúde!

### 1. Melhora a musculatura

Realizar alongamentos dentro de uma sauna melhora a flexibilidade muscular em até 205%. Recomendam os pesquisadores que o usuário da sauna deve esperar 15 minutos antes de começar os exercícios.

A sauna, mesmo sem exercícios, contribui para reduzir dores nos músculos. Também diminui dores crônicas causadas por:

- osteoartrite (degeneração das cartilagens);
- fibromialgia (dores contínuas pelo corpo);
- artrite reumatoide (problema que afeta as articulações).



### 2. Beneficia o sistema respiratório

Outro dos benefícios da sauna é que ela ajuda a reduzir as chances de se desenvolverem sérios problemas que afetam o sistema respiratório, como doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC), asma, pneumonia.



### 3. Favorece o melhor desempenho do coração

A revista BMC Medicine publicou um estudo que constatou que fazer uma visita a uma sauna duas ou três vezes na semana diminui em até 25% os riscos de morte por problemas do coração.

Os usuários mais ativos, que frequentam a sauna mais vezes por semana (entre quatro a sete vezes), os riscos diminuem ainda mais: caem até 77%.

### 4. Melhora o funcionamento do cérebro

Frequentar a sauna com assiduidade também promove a saúde cerebral, reduzindo os riscos das doenças degenerativas nos homens. Além disso, a melhoria na circulação confere alívios aos portadores de dores de cabeça recorrentes.

Você já conhece o espaço de sauna do Guarani? Ele está totalmente reformado e é uma opção saudável para você cuidar de seu corpo. Aproveite!

# Professor Nica

## gerações formadas no tênis de campo

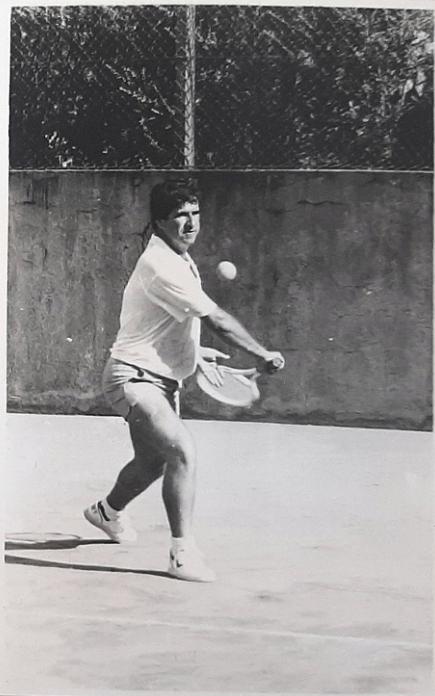


Osni Dias, conhecido como Nica, é daqueles professores que têm muita história para contar.

Começou a carreira de tenista no ano de 1966. Em seu primeiro campeonato, na categoria principiante, foi campeão Estadual no clube Tabajara. Foi campeão também em competições estaduais, ganhando na 4<sup>a</sup>, 3<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> classe respectivamente e ainda no Sul Brasileiro.



Medalha de campeão Sul Brasileiro que ganhou em 1980.



*Além de atleta, Nica também é técnico. Veio para o Guarani Esporte Clube entre 1977 e 78, formando uma equipe que disputou campeonato estadual, ganhando a categoria de tênis simples.*

*"Naquele tempo, tínhamos nomes de peso no clube, como o Rui, o Edgar Mueller, a Rosvita Mueller, a Milena e o Jorge Hass. Aliás, o Jorge e o maninho jogavam na categoria de segunda e terceira classe do estado. Era uma equipe bastante conhecida entre os clubes", recorda.*



Foto com a delegação de Santa Catarina para disputa dos jogos do brasileiro de 1978.

*Como Técnico viajou sua primeira vez de avião em 1978, levando um atleta na categoria 12 anos do Guarani para disputar o brasileiro em Brasília.*

*Nica ficou no Guarani até 1980. Continuou carreira como técnico e chegou a ter contato com Lair Ribeiro e o próprio Guga Kuerten. Depois de 10 anos longe, retornou para o Guarani, onde atua até hoje como treinador de tênis de campo. Atualmente, ele joga na categoria veterano, acima dos 70 anos e dá aula de tênis para aproximadamente 40 alunos.*

*Uma das coisas que mais orgulha o professor Nica é ver gerações de tenistas passando pelas quadras do clube. De acordo com ele, já deu aula para os pais, filhos e agora netos.*



*"É uma emoção ver uma geração de família inteira treinando tênis comigo. Sem dúvida é um prazer ver que o trabalho de uma vida inteira de dedicação a este esporte é reconhecido", finaliza Nica.*



**DOMUS**  
- S O L A R -

ENERGIA SOLAR FOTOVOLTAICA:

# O DIFERENCIAL COMPETITIVO

PARA INDÚSTRIAS E COMÉRCIO.



REDUÇÃO  
DE CUSTOS



GARANTIA DE  
25 ANOS



LIVRE DE  
AUMENTO



FÁCIL  
MANUTENÇÃO



ENERGIA  
SUSTENTÁVEL



MAIS VALOR  
AO NEGÓCIO



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

(47) 3232-2329 (47) 9 9292-2329

Rua Bahia, 323 – Blumenau – Santa Catarina

INTEGRADOR  
**WEG**

# Cristian Mohr

conheça o piloto e empresário blumenauense

## Campeão da Porsche Cup



Cristian Mohr está levando o nome de Blumenau cada vez mais longe no automobilismo. Seu mais recente feito foi conquistar a categoria GT3 3.8 da Porsche Cup, em Interlagos (SP), no final do ano passado.

Mas a atração por esportes é de longa data para Cristian. Quando ainda criança gostava de jogar tênis de mesa. Logo em seguida, começou a correr com kart.

A primeira corrida foi em Itajaí, no kartódromo da Praia Brava. Participou de campeonatos regionais, estadual, sul-brasileiro e brasileiro. Num período de quatro anos (1998–2002) conquistou 4 títulos.

O automobilismo foi o passo seguinte, passando por várias categorias. Foi campeão paranaense de marcas, em 2004, campeão brasileiro na Mercedes modelo C250 e terceiro colocado na série A em 2015. Além disso, ganhou o capacete de ouro e bronze pela revista Race.

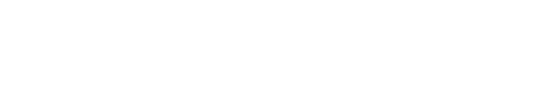
Durante três anos e meio Mohr acabou se afastando das pistas. No entanto, não conseguiu ficar muito longe, retornando no ano passado. Tinha um sonho: de correr na Porsche. O sonho não só se realizou como ele se destacou no pódio.

*"Me sinto muito realizado em chegar a Porsche porque não depende só de ser rápido, depende de muita coisa. Eu consegui aprender muito como trabalhar fora da pista, oferecendo relacionamento, visibilidade, network com os patrocinadores. Desde 2015 tenho a felicidade de contar com patrocínio para correr", explica Cristian.*

Entre as corridas que mais marcaram para ele está o 3º lugar em Curitiba, 2014, onde se sagrou campeão brasileiro, a vitória em 2016 na Mercedes, em Curitiba, e a poli em Goiânia e duas vitórias em Interlagos no ano passado.

Quando questionado sobre algum piloto que gostaria de competir, Cristian menciona os nomes de Rubens Barrichello e Miguel Paludo.

*"São ótimos profissionais e pessoas excelentes fora das pistas. Com certeza gostaria de dividir uma curva com eles."*



Além de dividir seu tempo entre os negócios, família e automobilismo, Cristian Mohr é adepto do squash, jogando toda a semana. Para ele, o esporte trabalha a parte de resistência, reflexo e explosão, dando uma condição muito boa para se preparar para as corridas. Além disso, ir para a quadra se transforma em momento de lazer.

E qual o sentimento de levar o nome de Blumenau para todas as pistas onde corre? Segundo Mohr, levar o nome da cidade é um orgulho muito grande.

*"Nasci em Blumenau, moro há 38 anos na cidade, e tenho muitos conhecidos aqui. A empresa da minha família é daqui, fiz faculdade, minha vida está aqui. Gosto de falar que sou de Blumenau", finaliza.*



# Escritório em casa

*dicas para você escolher o melhor projeto*



O movimento de trabalhar em casa se tornou bastante comum para muitos profissionais depois que a Covid-19 nos impôs o isolamento social. A questão é que, passado quase um ano do início da pandemia, boa parte das pessoas ainda não contam com um ambiente próprio para o home office.

Mas você sabe o que deve conter um bom projeto de home office em relação à mobília e quais detalhes é importante estar atento? Pedimos a ajuda de Giselle Guarda, gerente de Arquitetura do Grupo Unicasa Móveis, empresa fabricante da marca Casa Brasileira.

Segundo Giselle, ao se projetar um home office, devem ser levadas em consideração diversas regras de ergonomia. Uma bancada de trabalho sob medida e

uma cadeira confortável devem consideradas, por exemplo. Isso porque, dependendo do trabalho, poderão ser longas horas todos os dias que a pessoa ficará nesse espaço.

"Um home office deve contar com elementos de apoio para organização, como estantes e gaveteiros. Esses elementos, além de ajudarem na organização, se tornam pontos de atração do projeto pela decoração que também será composta. Mesas com formato em L ou U se tornam sempre mais confortáveis e ergonômicas, porém necessitam de maior espaço, que nem sempre dispomos", explica.

Uma iluminação natural também é sempre bem-vinda, de preferência que fique sempre à frente ou nas laterais

da bancada, para não causar ofuscamento na tela do computador/note.

Busque ainda escolher uma das paredes para criar plano de fundo para as vídeo chamadas, que hoje se tornaram comuns na rotina de trabalho. Pode ser um revestimento em papel de parede, uma cor de maior destaque, ou até mesmo uma composição de quadros.

Outro ponto diz respeito à presença de vegetação, para que haja contato com a natureza, principalmente se o ambiente não tiver acesso direto à iluminação natural e vista do exterior. Um termo muito falado atualmente na neuroarquitetura é a Biofilia – que consiste na tendência nativa de nossa atenção ser cativada por elementos da natureza.

"Muitas vezes mesmo que não tenhamos "acesso direto" à natureza, um quadro, uma planta, elementos que nos remetam à "ideia de natureza" já nos proporcionam sensação de bem estar. Por isso uma plantinha amiga no escritório é sempre bem-vinda", completa Giselle.



[vivaliplanejados.com.br](http://vivaliplanejados.com.br)

[f @casabrasileirablumenau](https://www.instagram.com/casabrasileirablumenau)

**CASA**  
**BRASILEIRA**  
MÓVEIS PLANEJADOS

Leve em consideração seu estilo de vida ao escolher um projeto

Para quem mora sozinho, o home office acontece de forma mais fácil, mas para quem tem família em casa, o ideal é escolher espaços mais silenciosos e longe de zonas de distração como cozinha e banheiro.

No entanto, Giselle ressalta que o mais importante é levar em consideração o estilo de trabalho. É preciso se atentar a particularidades para compor o melhor projeto, como por exemplo: posição e formato da mesa, revestimento da superfície da mesa – vidro ou madeira, etc; armários fechados ou nichos abertos, revestimentos das paredes – dependendo do estilo de trabalho pode adaptar uma lousa; a escolha do piso que mais se adapta ao uso também é importante, e diversos aspectos que serão detectados no processo de briefing do ambiente. "Um projeto que não respeite normas de ergonomia pode levar o cliente a ter problemas físicos, além de ter que investir em um novo ambiente em curto prazo", finaliza Giselle.

**Vivali Móveis**

(47) 3232.1006 | (47) 9 9718.7161  
R. São Paulo, 1196 - Victor Konder - Blumenau | SC  
vendas@vivaliplanejados.com.br

# Guarani

## REVISTA

Seja anunciante desse projeto!



Planos com parcelas  
a partir de **R\$ 220,00**  
mensais



para maiores informações  
**47 99133-4842**

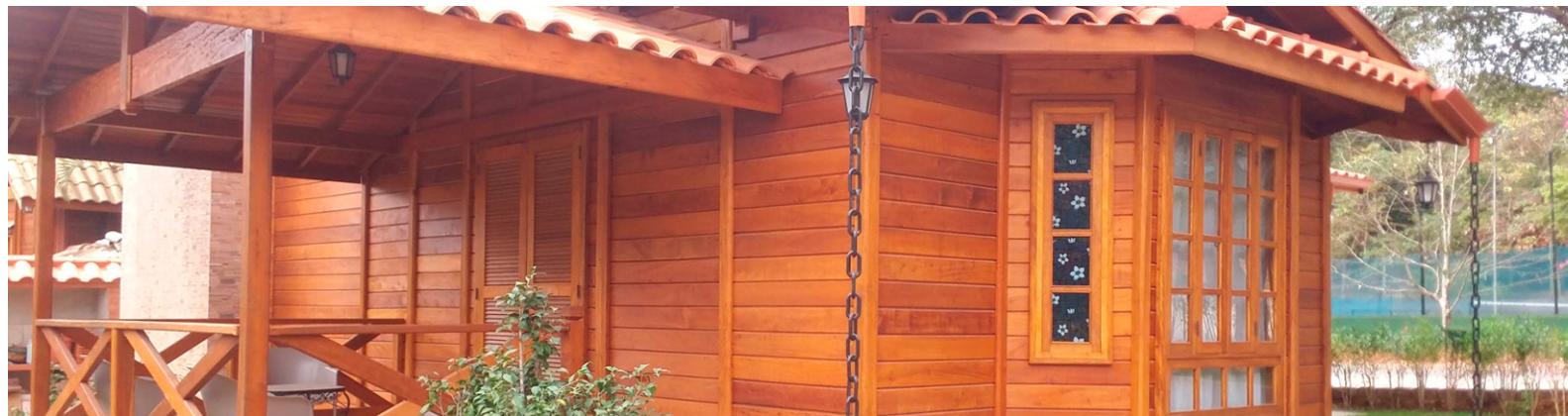
[www.jccatalogos.com.br](http://www.jccatalogos.com.br)

- Fotografia Externa/Estúdio
- Tratamento de Imagens  
especializada em fotos para E-commerce
- Folders/Flyers
- Revistas
- Catálogos
- Criações
- Site



# Conheça a linha de verniz

## que protege sua casa como uma segunda pele



A madeira vive, tem movimento. Dilata, contrai e respira. Como nosso corpo, sem uma pele que gera uma resposta adequada ao meio ambiente, a madeira fica desprotegida contra agentes externos e condenada ao envelhecimento prematuro.

Uma vez que separamos a madeira da natureza, ela perde a proteção natural que apenas Sparlack Cetol pode devolver. A nova linha de protetores da Coral possui uma tecnologia microporosa que cria uma segunda pele na madeira para proteger e cuidar.

Uma película elástica microporosa que não trinca, não descasca e acompanha os movimentos naturais da madeira. Fornece proteção duradoura para suas madeiras e resistência superior às condições climáticas.

### Conheça mais sobre a linha Sparlack Cetol:

#### CETOL STAIN

- Indicação: Para ambientes externos e internos como portas, janelas, portões, móveis de jardim, pergolados e decks.
- Diferenciais: Realça os veios da madeira, pois penetra na madeira. Secagem rápida e sem cheiro, alto filtro UV, hidrorrepelente e fácil aplicação.

#### CETOL CLASSIC

- Indicação: Para casas, portas, janelas, portões e lambris.
- Diferenciais: Película ultra resistente ao sol e a chuva, máximo filtro UV, hidrorrepelente e protege contra fungos.

#### NEUTREX

- Indicação: Para tingimento e envernizado de madeiras em ambientes externos como, portas, janelas, portões, painéis e paredes de alvenaria, além de impermeabilizar tijolos aparentes, realçando sua cor.
- Diferenciais: Super resistente a riscos, tinge e protege, aplicável em madeira e alvenaria.

#### EXTRA MARÍTIMO

- Indicação: Para ambientes externos como portas, forros, janelas, portões e painéis.
- Diferenciais: Embeleza a madeira com aspecto encerado. Protege contra a intempérie.

#### CETOL DECK

- Indicação: Para ambientes externos, como decks e móveis de jardim. Não indicado para assoalhos.
- Diferenciais: Película resistente ao tráfego de pessoas, máximo filtro UV, hidrorrepelente e protege contra fungos.

#### SOLGARD

- Indicação: Para ambientes externos, como portas, portões e janelas
- Diferenciais: Protege 3x contra sol e chuva. Embeleza a madeira e é hidrorrepelente.

**TINTAS**  
**Benedett**  
RESIDENCIAIS e AUTOMOTIVAS

(47) 3329 0737 | (47) 98488 7743

# mais sabor salgados

- Coxinhas
- Pastéis
- Risoles
- Assados
- Mini pizza
- Pão queijo
- Salgadinhos



Rua Herval D'oeeste, 218  
Velha Central - Blumenau/SC

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



47 3328-3905

*Lista de produtos para você*  
**pedir em casa!!!**



Coxinha de Frango



Coxinha de Frango com Cream Cheese



Risoletes de Carne



Risoletes de Frango



Bolinha de Queijo



Coxinha de Linguiça Blumenau



Enroladinho de Salsicha



Enroladinho de Pizza



Mini Churros



Pastel de Carne



Pastel de Frango



Pastel de Pizza



Pastel de Palmito



Bananinha



Pastel de Chocolate



atendimento@maissaborsalgados.com.br



@maissaborsalgados



@maissaborsalgados

**SUPERMERCADO**  
**Vansuit**

# Carnes nobres

## 10 dicas para você acertar na compra da carne bovina

Você já foi ao supermercado ou açougue comprar carne bovina e ao chegar lá não tinha a mínima noção do que comprar exatamente? Não se preocupe! Vamos mostrar para você que seguindo algumas dicas dá para escolher bem e acertar na compra!

### **PASSO 1: PLANEJE O CARDÁPIO PARA UM DETERMINADO PERÍODO**

Primeiro defina para quantos dias você fará as compras (semanal, quinzenal ou mensal). Depois os pratos que serão feitos e liste os cortes de carne bovina sugeridos na receita e as quantidades. Com a listinha em mãos, sua ida ao açougue será muito mais proveitosa!

### **PASSO 2: ESCOLHA A CARNE BOVINA CERTA PARA CADA TIPO DE PRATO**

Para facilitar o dia a dia, escolha aqueles cortes de carne bovina que servem para fazer diversas receitas. Por exemplo: o Bife do Vazio além de ser



extremamente macio e saboroso, é magro e super versátil. Com ele você pode preparar grelhados, assados, ensopados, picadinhos, churrasco!

#### **PASSO 3: COMPRE NO DIA CERTO**

Se você costuma comprar carne bovina em açouguerias ou boutiques de carne, e não em supermercados, informe-se com o açougueiro quais são os dias e horários em que costumam receber os produtos e programe-se para fazer as compras no mesmo dia!

#### **PASSO 4: ESCOLHA O LUGAR CERTO PARA COMPRAR**

Definir o lugar de comprar carne bovina somente pelo preço ou por questões de versatilidade nem sempre será um bom negócio se a área de carnes não tiver quesitos como mesas e equipamentos em inox, balcão frigorífico com carnes penduradas em ganchos e tudo bem organizado e limpo.

#### **PASSO 5: "A FILA DO AÇOUQUE ESTÁ ENORME, VOCÊ COMPRAR A CARNE DE BANDEJA MESMO!"**

Se você optar por comprar carne em bandeja observe:

- Se a carne bovina cortada em pequenos pedaços, a chance de ter ali diversos cortes de carne é grande;
- Não compre bandejas com etiquetas ilegíveis ou apagadas;
- Evite comprar carne moída em bandeja porque a carne moída, mesmo que moída e embalada no dia da compra, como possui uma maior superfície de contato com o ambiente, tem mais chances de contaminação que outros cortes.

#### **PASSO 6: À GRANEL OU EMBALADA À VÁCUO?**

Comprar a carne à granel tem as seguintes vantagens: você pode escolher a peça que mais te agrada, dá para cortar no tamanho e na quantidade que você quiser e dá para pedir para o açougueiro já separar em pequenas porções.

A carne bovina embalada a vácuo garante mais sabor, cor, frescor, textura e o mais importante, uma perda mínima dos nutrientes pois as enzimas naturais da carne podem agir, tornando-a muito mais macia e com sabor e aroma de carne maturada.



#### **PASSO 7: O QUE PODE E O QUÊ NÃO PODE TER NA CARNE QUE VOCÊ COMPRA À GRANEL**

Em qualquer corte de carne bovina, a peça não pode conter de maneira alguma: pontas de nervo, hematomas, coágulos, pedaços de ossos e cartilagens, tinta de carimbo, graxa, corpos estranhos (pelos ou alguma outra coisa não identificável) e qualquer tipo de contaminação.

#### **PASSO 8: O QUÊ PODE E O QUÊ NÃO PODE TER NA CARNE QUE VOCÊ COMPRA EMBALADA**

A carne bovina de bandeja ou a carne embalada à vácuo não pode conter as mesmas coisas que a carne à granel.

#### **PASSO 9: COR X FRESCOR**

Muitos fatores afetam a cor da carne. A falta de higiene no abate aumenta a probabilidade de crescimento bacteriano, as condições de abate e susceptibilidade do animal ao estresse podem acarretar em alteração de cor.

#### **PASSO 10: INFORMAÇÕES DA ETIQUETA**

Ao comprar carne bovina em bandeja, observe: data de produção e validade, informações nutricionais e nome do corte.

No açougue do Supermercado Vansuit você encontra os melhores cortes, com preços especiais e qualidade superior. Confira!

**SUPERMERCADO**  
**Vansuit**



# Grandpapa

## ATENDIMENTO PARA ALMOÇO

Segunda à sexta das 11h às 14h

## Sábados com à la carte



## Anexo ao Guarani Esporte Clube

**Rua 04 de Fevereiro, 108**

## Itoupava Norte - Blumenau

47 3232.1012



## Escalope de filé ao molho de vinho tinto

Grau de dificuldade: Médio

Tempo de preparo: Até uma hora

Rendimento: 2 porções

### INGREDIENTES

6 unidades escalopes de filé mignon aprox. 450g  
sal e pimenta a gosto  
2 taças vinho tinto seco (350ml)  
80g demiglace (caldo de carne concentrado)  
40g manteiga  
200g arroz arbório  
100g manteiga  
1 unidade cebola cortada em juliene  
1 ramo alecrim  
1 ramo sálvia  
1 ramo tomilho  
30g parmesão ralado  
600ml caldo de frango  
1 taça vinho branco seco ou 150 ml

### MODO DE PREPARO

Temperar escalopes com sal e pimenta e grelhar no ponto desejado.

### Molho

Reducir o vinho até que engrosse um pouco, adicionar o demiglace, a manteiga e temperar com sal e pimenta a gosto.

### Risoto

Caramelizar a cebola com metade da manteiga em fogo baixo até ficar bem dourada, adicionar uma pitada das ervas picadas, depois o arroz.

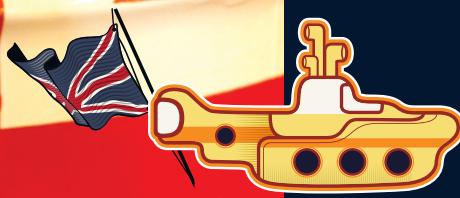
Adicionar o vinho tinto e deixar evaporar.

Adicionar o caldo aos poucos para cozinhar o arroz até que fique ao dente.

Quando estiver no ponto juntar o restante da manteiga e o parmesão.



cervejariacontainer



A CONTAINER VAI ATÉ VOCÊ!  
**DELIVERY PET**  
**HEY FRIENDS**

47 99927-0045

47 3285-7185

**Container**  
BRITISH BEER

WWW.CERVEJARIACONTAINER.COM.BR

vó nila  
PANIFICADORA

Cucas • Bolos • Tortas • Pães Tradicionais e Recheados • Lanches

Rua Francisco Vahldieck, 3377 | Fortaleza | Blumenau | Santa Catarina



47 3339-0055



contato@vonila.com.br



@vonila

# Dicas & Receitas



## Sanduíche com sobras de bife

Sabe o resto de bife que sobrou do almoço? Ele pode ser o ingrediente principal de um delicioso sanduiche. Para fazer a receita, aqueça 1 colher (sopa) de óleo na frigideira e adicione os bifes cortados em fatias finas. Junte pimentão e cebola. Deixe refogar por 5 minutos. Você pode preparar um molho de queijo para tornar o lanche mais saboroso. Sirva em uma baguete!

## Sanduíche Caprese

Se você é vegetariano e procura um lanche prático, a dica é o sanduíche caprese. A receita, inspirada numa salada clássica da culinária italiana, leva apenas 2 fatias de pão italiano, 5 tomates-cerejas, 5 bolinhas de mussarela de búfala, 4 folhas de manjericão, 1 colher de azeite, sal e pimenta-do-reino.

A montagem segue a regra de um sanduíche normal. E para deixar a receita ainda mais apetitosa, vale a pena aquecer o pão numa frigideira em fogo médio antes de servir.



# Profissionais que podem auxiliar o desenvolvimento neuropsicomotor de crianças

O desenvolvimento neuropsicomotor da criança é um processo natural. Cada uma tem seu tempo e aspectos para acontecer. Só que em algumas situações, devido a patologias de nascença, como síndromes genéticas, lesões no parto ou atraso no desenvolvimento, ela pode desenvolver de forma mais lenta do que as outras.

Para esses casos existem intervenções precoces que podem auxiliar a criança para que ela chegue em seu potencial máximo e consiga alcançar as etapas de seu desenvolvimento motor de forma natural. É aí que entra o trabalho de uma equipe multidisciplinar.

Um exemplo disso é o atraso dos movimentos físicos. Neste caso, as técnicas da fisioterapia, hidroterapia e PediaSuit podem acelerar o processo de desenvolvimento motor (sentar, caminhar, engatinhar) da criança.

"Na Long Life encontramos um atendimento humanizado e muito profissional. Estamos muito felizes com toda a evolução que nossa Manu já conquistou com a ajuda da fisioterapeuta Mayara Primarano. Como mãe de uma menina com síndrome rara, indico a outros pais que procurem profissionais capacitados. A evolução positiva constante destas crianças é prova de que elas são capazes de um ótimo desenvolvimento, basta acreditarmos!", relata Gislene Costa, mãe da Manu, que aparece nas fotos.

Já alterações da fala, gagueira e trocas de palavras podem ser estimuladas com a intervenção da fonoaudiologia. A terapia ocupacional é outro estímulo que a criança pode ter ao sentir dificuldade nas ocupações, como organizar suas tarefas em casa, higienizar-se, vestir-se sozinha. Ou seja,



atividades que a tornam independente, mas que ela tem dificuldade em assimilar e realizar.

Ainda neste contexto, a psicopedagogia é outra área que pode atuar nas dificuldades de aprendizagem. E a psicologia comportamental pode ajudar tanto a criança quanto os pais a lidarem com alguns problemas de comportamento, ansiedade da própria criança diante das dificuldades na escola ou limitações físicas ou crianças com autismo.

Tanto pais quanto filhos precisam de acompanhamento psicológico para continuarem o desenvolvimento de forma progressiva e não atrasar esse processo por não saber lidar com essas dificuldades.

Por fim, tem a nutrição voltada às doenças como o autismo ou crianças com dificuldade de deglutição. Todas essas profissões trabalham em conjunto para auxiliar tanto as crianças típicas (ditas como normais, mas que tem alguma dificuldade) quanto atípicas (com lesão cerebral, síndrome genética ou alguma disfunção que afete seu desenvolvimento neuropsicomotor).

A Long Life Fisioterapia e Qualidade de Vida conta com uma equipe voltada a atenção multidisciplinar da criança. Entre em contato para conferir todos serviços disponíveis.





Ser **saudável** é uma  
questão de **postura**

### Clínica de Fisioterapia

- Fisioterapia Ortopédica
- Fisioterapia Neurológica - Bobath
- Fisioterapia Esportiva
- Fisioterapia Pélvica
- Liberação Miofascial e Quiropraxia
- Terapia Manual
- RPG - Reeducação Postural Global
- Low Pressure Fitness (LPF)
- Terapia Ocupacional

### Coworking

- Espaço Office (mesas)
- Espaço Clinic (salas)

### Soluções Laborais

- Ginástica Laboral\*
- Análise Ergonômica do Trabalho
- Consultoria de Ergonomia\*
- Quick Massage
- Gamificação
- Ambulatório de Fisioterapia
- Organização SIPAT e Palestras

\* Presencial e Online

### Saúde e Terapias

- Fonoaudiologia
- Psicologia
- Terapias Alternativas
- Aromaterapia
- Psicopedagogia
- Terapia Ocupacional
- Microfisioterapia e ThetaHealing
- Nutrição

### Clínica e Terapias Laboral

📞 (47) 3488-5135 (47) 3327-5135

📞 (47) 99760-3200 (47) 99760-2211

Avenida Lisboa, 310 - Itoupava Norte - Blumenau



EDUARDO DHIAS  
Parapsicólogo Clínico  
47 99243 1212

# Sobre nossas escolhas!

“Sucesso é sinônimo de Tempo e Disciplina, não como forma de sacrifício, mas sim como produção de Resultados.

O que se vê hoje em dia, neste nosso mundo, é uma preocupação midiática exacerbada por repartir a consequência do Sucesso com aqueles que nada fazem ou fizeram para plantar a sua própria colheita, resultando em pessoas cada vez mais alienadas.

Essa inversão de valores preocupa, mas vemos uma luz no fim deste túnel, quando percebemos um mínimo esforço gerando algum resultado.

Somos hoje aquilo que plantamos ontem, e assim seguimos, germinando a cada dia novas sementes, que vão gerar resultados futuros.

O maior responsável pelas nossas vidas somos nós mesmos, e um processo de Autoconhecimento vai ser sempre uma ótima ferramenta para buscar uma melhor compreensão e aceitação da “Vida como ela É”.

**FORMENTODECOR.COM.BR**

## QUALIDADE EM CADA DETALHE

**PISOS VINÍLICOS, LAMINADOS  
E EMBORRACHADOS**

**GRAMAS SINTÉTICAS**

**REVESTIMENTOS**

**PAPEL DE PAREDE**

**RODAPÉS E GUARNIÇÕES**

**PLAYGROUNDS**

**MOBILIÁRIO URBANO**

**47 3080-0060**  
**47 99714-0070**  
**47 99972-0002**

**@ formentodecor**  
**R. Almirante Barroso,  
508 – Vila Nova  
Blumenau**

**FORMENTO**  
**decor**

# Invista em seu sorriso

O sorriso é um reflexo de nossa personalidade, sem contar que é primordial para definir a primeira impressão que as pessoas têm de nós e, por isso, merece toda a atenção. Cuidar do sorriso e da saúde bucal vai muito além de estética e qualidade de vida: atrai também bons negócios e afeta completamente o ambiente profissional.

Então, podemos dizer que não é apenas um cuidado ou tratamento, e sim um investimento! Profissionalmente, um sorriso saudável e bonito é capaz de aproximar a equipe, pois é muito importante para o relacionamento com as pessoas. Os dentes branquinhos e alinhados também abrem oportunidades até mesmo para a recolocação no mercado de trabalho. Por tudo isso é que a odontologia estética tem sido tão procurada e valorizada nos dias de hoje.

## Por que o sorriso é importante?

Há inúmeras pesquisas que comprovam que o sorriso perfeito vai além da beleza: ele transmite uma sensação de que a pessoa se preocupa com sua higiene pessoal, que é responsável e cuidadosa. Isso aproxima as outras pessoas. Sem contar que um sorriso pode ser tão acolhedor quanto palavras.

Uma pessoa bem apresentável não é aquela que é a mais bonita, e sim aquela que demonstra mais cuidado consigo mesma. Seja com a roupa, com o cabelo, perfume, maquiagem, e nesse pacote tem maior peso a saúde bucal. Afinal, ninguém quer ficar perto de quem tem mau hálito.

Esse conjunto faz com que um recrutador ou cliente sintam a pessoa bem valorizada no âmbito corporativo, seja no caráter, na liderança, saúde, confiança, capacidade etc.



## Consequências de um sorriso comprometido

Quem tem uma saúde bucal comprometida, dentes desalinhados e amarelados, ou mesmo aquela pessoa que não está satisfeita com seu sorriso, pode ter uma fisionomia que reflete essa insatisfação.

Um semblante fechado, triste e com baixa autoestima é percebido por qualquer pessoa, o que pode afetar o desempenho no trabalho, em uma entrevista de emprego e até mesmo nas relações interpessoais.

Graças à tecnologia associada à odontologia, hoje existem diversos procedimentos que podem ajudar na conquista do sorriso perfeito.

## Lentes de contato: um ótimo investimento

As lentes de contato dental são um ótimo investimento para quem está buscando um sorriso bonito, alinhado e saudável. Essas lentes de contato odontológicas possuem esse nome porque são feitas de um material muito fino. São pequenas lâminas de porcelana, que têm até 0,5 mm. Feitas uma a uma, para encaixar perfeitamente em cada dente, são capazes de:

- Corrigir diastemas, que são aqueles espaços entre os dentes;
- Corrigir o tamanho dos dentes;
- Ajudam dentes amarelados ou acinzentados a ficar mais brancos;
- São indicados para dentes que sofreram desgastes devido ao bruxismo.

Converse com um profissional sobre esta técnica e surpreenda-se com os resultados.



**Dr. Fernando Sandrini**

## Tratamentos Dentários

- |                 |                       |
|-----------------|-----------------------|
| • Clínica Geral | • Próteses            |
| • Cirurgia      | • Ortodontia          |
| • Implantes     | • Tratamento de Canal |

# **A importância dos cuidadores de idosos**

## *durante o isolamento e prevenção do coronavírus*



Durante o período de isolamento da quarentena, o cuidador de idosos é fundamental para oferecer qualidade de vida e bem-estar, além de prover os cuidados com o idoso que são necessários para a prevenção da contaminação.

Um profissional especializado é capaz de proporcionar a continuidade eficaz do cuidado hospitalar e de tratamentos de saúde em casa, evitando a exposição do idoso à contaminação externa.

A profissão de cuidador de idosos é a que mais cresce na década aqui no Brasil. Muitas escolas técnicas e universidade tem se dedicado à especialização destes profissionais. Há também empresas que fazem contratação, gestão e monitoramento de equipe de cuidadores.

**Auxílio emocional e psicológico ao idoso durante o isolamento**

É comum que o isolamento social decorrente do período de quarentena cause tédio ao idoso. Afinal, o confinamento domiciliar, distante de seus familiares e a impossibilidade de passeios externos deve entediar e causar estresse.

Neste momento o cuidador de idoso é indispensável para realizar atividades de lazer e entretenimento com o idoso,

como: leitura de livros e notícias, jogos, assistir filmes que o idoso tem interesse, conversar, organizar pertences e objetos pessoais, relembrando e conversando sobre histórias passadas, dentre outras.

Estas atividades são fundamentais para que o idoso receba auxílio emocional e psicológico, além de proporcionar estímulos cognitivos, motores e de memória, minimizando os efeitos do isolamento social.

**Como o cuidador de idosos pode ajudar?**

Não só durante o período de isolamento da quarentena, mas também no dia a dia, o cuidador de idosos auxilia o idoso em suas rotinas diárias e previne acidentes domésticos, como quedas, por exemplo, que são considerados acidentes gravíssimos aos idosos.

Além disso, o profissional oferece cuidados especiais e personalizados ao idoso, garantindo, através da promoção dos cuidados, o uso correto de medicações, alimentação adequada, atividades de entretenimento e lazer e cuidados com higiene e beleza.

O profissional com experiência tem a responsabilidade de garantir o bem estar e a qualidade de vida ao idoso, através da companhia, do auxílio, do estímulo e também do carinho dedicado ao cuidado humanizado para o idoso.

# Home Angels

## CUIDADORES DE PESSOAS

A MAIOR  
FRANQUIA DE  
CUIDADORES  
DE PESSOAS DA  
AMÉRICA LATINA

IDOSOS - GESTANTES - RECÉM-NASCIDOS - ADULTOS  
PÓS OPERATÓRIO - PÓS CIRURGIA ESTÉTICA



**Mães, Avós & Home Angels.  
Nossa especialidade é cuidar  
de quem sempre cuidou de você.**

SEMPRE, OU QUANDO PRECISAR, CONTE COM A HOME ANGELS PARA CUIDAR DE QUEM VOCÊ AMA

Cuidadores  
Treinados e  
Personalizados

Relatos Diários  
aos Familiares

Supervisão  
Permanente

Orientação  
aos Familiares

Planos  
Personalizados

Cuidadores de Pessoas - Atendimento Terapêutico - Fisioterapia - Fonoaudiologia - Nutrição - Terapia Ocupacional

Agende uma avaliação gratuita  
**Unidade Blumenau/SC**  
blumenau@homeangels.com.br



ABF  
ASSOCIAÇÃO  
BRASILEIRA DE  
FRANCHISING  
ASSOCIADO

[www.homeangels.com.br/blumenau](http://www.homeangels.com.br/blumenau)



*Helô  
Pinheiro*

EMBAIXADORA HOME ANGELS

47 3066-2223 / 99937-0461

@HOMEANGELSBLUMENAU



# Peeling laser

## conheça os benefícios que ele oferece para sua pele

Você já ouviu falar sobre o peeling laser? Ele é um tratamento não invasivo e totalmente indolor, que beneficia principalmente peles oleosas ou sem brilho, com acne ou cravos.

O processo consiste em aplicar uma camada de carbono líquido, que penetra nos poros. Quando a luz do laser passa por ela, destrói o componente, levando consigo células mortas da pele, contaminantes e óleo.

Esta é uma excelente maneira de esfoliar a pele, proporcionando uma aparência refrescada instantânea e deixando-a mais macia, suave e firme.

Outro ponto positivo desta técnica é que se trata de um procedimento “no downtime”, ou seja, não exige pausa na rotina do paciente/cliente.

### Principais benefícios:

#### Limpeza da pele

Todo o excesso de oleosidade e alguns contaminantes dos poros são absorvidos pelo carbono. Ou seja, sua pele vai ficar linda e sem aquele aspecto gorduroso.

#### Esfoliação da pele

O procedimento “explode” as células mortas da pele, resultando em uma pele mais suave e radiante, com tamanho de poro reduzido e um tom de pele mais uniforme.

#### Promove rejuvenescimento

O peeling de carbono também tem como alvo as camadas profundas da pele para estimular a produção de colágeno, o que por sua vez promove um melhor trofismo tecidual (a pele fica mais firme), reduz linhas finas e rugas além de deixar a pele mais brilhante e com mais viço.

#### Redução de acne e oleosidade da pele

O calor produzido pelo laser sobre o peeling de carbono tem dois benefícios adicionais: reduz a bactéria (*propionibacterium acnes*) responsável pela acne, permitindo um melhor controle de espinhas; também encolhe as glândulas sebáceas, resultando em menor produção de oleosidade e, portanto, reduzindo o congestionamento nos poros.

#### Benefícios gerais:

- Reduz poros dilatados;
- Reduz oleosidade;
- Melhora trofismo tecidual;
- Redução de manchas;
- Melhora qualidade geral da pele e luminosidade;
- Favorece o estímulo a colágeno e elastina da pele;

E o melhor de tudo: os resultados podem ser experimentados após um único tratamento! É claro que para resultados máximos a longo prazo é recomendado tratamentos regulares.

A Wolff Academy Micropigmentação e Laser, liderada por Aline e Antonio Wolff, é especializada em protocolo de fotorejuvenescimento através do peeling laser! Faça o procedimento com quem entende em valorizar a beleza individual de cada pessoa. Agende seu horário com a gente.



47 99224-9349

Rua Teófilo Otoní, 199 - Vila Nova, Blumenau - SC



@alinewolffmicropigmentacao  
@antoniov Wolff\_remocaoalaser



@alinewolffmicropigmentacao



# Animais de Estimação

## Por que ter o seu?



É indiscutível que animais, não somente os cães, são os melhores amigos do homem. Porém, claro, como tudo na vida, é importante dosar. Utilizar um animalzinho de estimação como substituto de uma família ou amigos não é saudável, por isso é essencial ressaltar a importância da companhia dos animais como uma parte da vida, mas sempre com um cuidado responsável com os animais.

### Veja alguns dos vários benefícios que ter um pet traz para os humanos:

- Quando uma criança se relaciona com animais de estimação desde cedo, produz anticorpos que evitam o aparecimento de alergias futuras;
- Donos de cães geralmente precisam levar o pet para sair e as caminhadas ajudam na perda de peso;
- Controle da pressão arterial, diminuição nos níveis de colesterol e estresse com consequente redução dos problemas cardíacos;
- Ajuda crianças a desenvolverem senso de responsabilidade, melhora autoestima e capacidade de socialização;
- Liberação de endorfinas que causam sensação de bem-estar, ajudando no combate da depressão e outros vários problemas que enfrentamos na sociedade atual.

Muitos desses fatores estão diretamente relacionados com o fato do ser humano precisar de carinho e atenção, mas normalmente as relações não satisfazem

as nossas necessidades de maneira apropriada, por isso o organismo reage tão bem ao simples ato de fazer carinho em um bichinho.

Além do lado bom para os humanos, devemos pensar no bem-estar do animal. Lembre-se que os gatos e cachorros foram domesticados por homens há muitos séculos e por isso criaram um vínculo com as pessoas, sendo dependentes delas e merecendo cuidados especiais.

### Como escolher um animal de estimação

Algumas dicas podem facilitar essa escolha:

- Qual tipo de animal você quer? O que espera dele? Por exemplo, gatos enxergam humanos como iguais, por isso são independentes e fazem o que querem, apesar de serem carinhosos, enquanto cachorros entendem a família como sua matilha e seguem as ordens do "alfa", ou seja, o dono;

- Em qual parte da casa seu pet vai ficar? Qual é o espaço disponível? Um pet como hamster, peixe ou pássaro não ocupa grande espaço e precisa apenas de um cantinho para deixar a gaiola ou aquário, enquanto cães e gatos precisam de espaços variados de acordo com o porte;

- As demais pessoas que vivem na sua casa devem estar de acordo com a compra ou adoção, evitando conflitos, problemas de maus tratos, etc., se você tiver filhos a idade também é um fato importante na escolha, crianças acima de 6 anos conseguem entender melhor responsabilidades e ajudam com os pets;

- Se informe sobre as raças, às vezes aquela sua raça favorita não é exatamente a raça que se enquadra no seu estilo de vida e disponibilidade, conheça um pouco sobre o bichinho antes de levá-lo para casa.



Fonte: CachorroGato @ <https://www.cachorrogato.com.br/cachorros/animais-de-estimacao/>



## Rações • Acessórios • Atendimento Veterinário • Farmácia

**ITOUPAVA SECA**  
Rua São Paulo, 2070  
• 3322-0055  
• 99931-8117

**ITOUPAVA CENTRAL**  
Rua Dr. Pedro Zimmermann, 7459  
• 3338-3618  
• 99770-3618

**GARCIA**  
Rua Amazonas, 2190  
• 3035-4859  
• 99900-4859

**AGUA VERDE**  
Rua General Osório, 2491  
• 3330-8957  
• 99720-4472

**SALTO DO NORTE**  
Rua Dr Pedro Zimmermann, 256  
• 3339-4598  
• 99950-4598

**CONHEÇA NOSSAS DUAS NOVAS LOJAS:**  
Em Blumenau no Bairro Fortaleza, nº 1.911 - ao lado do supermercado Top  
• 47 99132-7076  
e em Jaraguá do Sul.



**WWW.AGROAVESPETSHOP.COM.BR**

# 9 Dicas de como manter o seu PC seguro e atualizado



## 1. Certifique-se que o seu Firewall está funcionando

O firewall é um importante software que já vem instalado no seu computador, que o protege de hackers que tentam roubar informações muito importantes, como detalhes pessoais e senhas. Por sorte, os computadores com Windows e também da Apple têm firewall que funciona muito bem.

## 2. Sempre Atualize o Sistema Operacional

Tanto a Microsoft como a Apple estão constantemente atualizando seus sistemas operacionais para manter os computadores seguros. O Windows tem atualizações automáticas, e as atualizações da Apple podem ser feitas com alguns cliques.

## 3. Instalar Antivírus

É essencial ter um antivírus em qualquer computador. Este importante software protege a sua máquina de invasores que tentam adentrar ao seu sistema por meio de downloads de softwares ou códigos não autorizados. Isso se aplica muito mais a Windows do que em Mac OS, pois grande parte dos programas maliciosos que roubam informações são feitos para invadir o Windows. Raramente vemos informações sobre vírus e malwares que invadem computadores da Apple. Acredita-se que esses softwares maliciosos são feitos para Windows pelo fato de ter uma quantidade muito maior de usuários do sistema da Microsoft comparados com usuários da Apple. Se você está em dúvida sobre qual instalar, os mais populares são o AVG e o Panda, que possuem opções de download gratuito e têm boa fama no mercado. O ideal é fazer o download nos sites oficiais de cada um deles.

## 4. Use Senhas Complexas

Isso pode parecer muito óbvio, mas muitas pessoas ignoram essa dica muito importante.

## 5. Mantenha o Sistema Operacional Atualizado

Como mencionado acima, é muito importante manter o seu computador sempre atualizado, assim como todos os programas que você utiliza e assim manterá os invasores longe.

## 6. Instale um Filtro de E-mails e Spams

Este tipo de programa foi feito para proteger a sua conta de e-mail para garantir que você não receba mensagens maliciosas e desnecessárias, pois filtra cada e-mail que você recebe. Uma boa opção é o SPAMfighter, que é fácil de utilizar e tem a opção de baixar em língua portuguesa (disponível no canto superior direito da tela do site).

## 7. Atente-se a Arquivos Que Você Baixa e Abre

Embora seja importante instalar um bloqueador de spam e filtro de e-mail, você ainda precisa ter muita cautela quando faz um download. Se o e-mail que você recebeu parece estranho ou suspeito, apague-o imediatamente, sem ao menos abri-lo. Se estiver navegando na internet e algum site pedir para baixar algum arquivo, não faça isso – apenas baixe de sites que você tem plena confiança de que são seguros.

## 8. Instale um Anti-Spyware

O spyware é um software também malicioso criado para que os invasores espionem todas as suas atividades no seu computador e coletem o maior número possível de informações, sem você sequer suspeitar disso. Se você já tem um bom antivírus, então seu computador está bem protegido, mas o spyware nem sempre é detectado por eles. Por isso, na hora de escolher o seu antivírus, veja se há a opção de anti-spyware. O AVG, mencionado acima, é um deles.

## 9. Desligue o Computador Quando Você Terminar

Depois de realizar todas as suas tarefas, sempre desligue sua máquina. Assim, você evita ataques silenciosos que podem surgir a todo momento na internet, prevenindo a invasão de vírus ou arquivos maliciosos. Além disso, é fundamental desligá-lo para resfriar o computador e economizar energia.



#### ASSISTÊNCIA TÉCNICA

- COMPUTADORES
- MONITORES
- NOTEBOOK
- IMPRESSORAS
- RECUPERAÇÃO DE DADOS
- REDE CABEADAS
- WIFI
- SUPORTE REMOTO

#### VENDA DE EQUIPAMENTOS DA LINHA

- HOME OFFICE
- GAMER
- EMPRESA
- NOTEBOOK
- IMPRESSORAS
- MONITORES
- REDE



## *Atendimento a Domicílio e Empresarial*



 @proceptioninformatica

 proception@terra.com.br

 47 3323.7999

 47 99992.4495

Rua Itá, 167 | Itoupava Norte | Blumenau | SC

### Porque a tecnologia das raquetes é tão importante para o jogo?

No mercado de raquetes cada vez surgem novas opções, novos modelos, e upgrades dos modelos tradicionais, aí vem aquele pensamento, será que vale a pena eu trocar de raquete?

Essa é uma pergunta muito importante, além do lado estético, as raquetes evoluem em vários outros aspectos, seja ele no conforto, na resistência, ou até no balanço dela.

### A história das raquetes.

O tênis que conhecemos, teve sua primeira raquete em 1874, com as raquetes de madeira. Até 1970 elas imperaram no esporte, até que um tal de Jimmy Connors apareceu com uma raquete de aço e mostrou o quanto mais poderosa uma raquete poderia ser.

Já na década de 80, o aço foi descartado e deu lugar ao grafite, que reinaram por ter menos peso e maior manobrabilidade, os primeiros atletas a se destacarem no circuito profissional com elas foram John McEnroe e Steffi Graf.

A partir do novo milênio, surgiram estudos aerodinâmicos e biomecânicos que revolucionaram o esporte, nessa época, surgiu o topspin, o aumento de potência, e o esporte que todos amamos até hoje.

### E evolução das raquetes.

Observaram que a evolução dos equipamentos foi cada vez mais rápida? A cada intervalo de tempo, as tecnologias foram aparecendo em menor tempo. Hoje anualmente, são entregues novas tecnologias em suas raquetes, embora mais sutis, tem a mesma importância.

Mas lembre-se, não é só uma boa raquete que faz a diferença, também é necessário ter boa corta e um bom encordoamento. Por isso, vai esse voucher com 15% de desconto em seu próximo encordoamento.

*\*promoção válida para os próximos 45 dias, a partir do lançamento desta revista.*

### Você sabia?

**Os encordoadores da Vivano são formados no ERSA, que é o instituto que encordoapara todos os profissionais.**

Somos escolha oficial da Federação Catarinense de Tênis e da Confederação Brasileira de Tênis para os maiores campeonatos realizados em Santa Catarina, como: Banana Bowl (maior campeonato juvenil das amérias), Copa Davis (o campeonato das nações de tênis), Fed Cup (edição Brasileira) e edição da WTA Brasil.

### Porque você deveria encordoar com profissionais filiados ao ERSA?

O ERSA é um instituto que preza pela qualidade e precisão nos serviços prestados. Ou seja, a precisão da pressão das cordas na sua tensão e também a durabilidade estrutural de sua raquete será muito maior. Dando maior qualidade ao seu jogo.

*Tem dúvidas sobre todo esse processo? Tire suas dúvidas conosco!*





Conheça a modalidade que  
mais cresce no Guarani, o **Beach Tennis**.

REVENDEDOR OFICIAL



**BLUMENAU**  
Rua Itajaí, 1270 - Vorstadt  
(47) 98811-0640

**FLORIANÓPOLIS**  
Anexo a FCT  
(48) 99682-6943

**FLORIANÓPOLIS**  
Anexo a Super9 Tennis  
(48) 98802-8428

/vivanosports  
vivanosports.com.br

# Master Vivano 2020

O Master é o campeonato que todo final de ano reúne os 8 melhores ranqueados durante o ano de cada classe e tivemos o patrocínio novamente da Vivano Esportes que cada vez mais incentiva o tênis em nosso clube. Veja os ganhadores dessa edição!!!

**VIVANO**  
sports



Categoria Especial  
Campeão - João Paulo



Categoria Especial  
Vice Campeão - Jackson Dias



Categoria 1ª Classe  
Campeão - Rafael Melo



Categoria 1ª Classe  
Vice Campeão - Luis Eduardo Lino



Categoria 2ª Classe  
Campeão - Fabricio Kuster



Categoria 2ª Classe  
Vice Campeão - Gustavo Costa



Categoria 3ª Classe  
Campeão - Rafael Zandrozni



Categoria 3ª Classe  
Vice Campeão - Diego Moreira



Categoria 4ª Classe  
Campeão - Irionir



Categoria 4ª Classe  
Vice Campeão - Renato Furkin



Categoria Feminina  
Campeão - Marili



Categoria Feminina  
Vice Campeão - Aline



Categoria Kids  
Campeão - Henrique Pinto



Categoria Kids  
Vice Campeão - Rafael T.

# Copa Encerramento 2020

A Copa Segalas já é uma tradição em todo final de ano no clube, com o patrocínio e premiação, entregando aos primeiros colocados uma bolsa recheada com várias carnes para churrasco, dando um estímulo aos atletas na competição.

Veja os ganhadores dessa edição!!!



Categoria Especial  
Campeão - João Paulo



Categoria Especial  
Vice Campeão - Jackson Dias



Categoria 1ª Classe  
Campeão - Rafael Melo



Categoria 1ª Classe  
Vice Campeão - Jean Dagnoni



Categoria 2ª Classe  
Campeão - Valmor Kock



Categoria 2ª Classe  
Vice Campeão - Diego Moreira



Categoria 3ª Classe  
Campeão - Carlos Eduardo



Categoria 3ª Classe  
Vice Campeão - Elton



Categoria 4ª Classe  
Campeão - Irionir



Categoria 4ª Classe  
Vice Campeão - Thiago Seibt



Categoria Feminina  
Campeão - Marili



Categoria Feminina  
Vice Campeão - Carla Dias

# Os Melhores do ano de 2020

Mesmo com a pandemia, o Guarani E. C. conseguiu promover vários torneios de tênis em 2020. Aos atletas que conseguiram a maior pontuação do ranking durante o ano, resolvemos premiá-los. Veja os ganhadores dessa edição!



Categoria Especial  
Jackson Dias  
685 pontos



Categoria 1ª Classe  
Rafael Melo  
660 pontos



Categoria 2ª Classe  
Fabricio Kuster  
540 pontos



Categoria 3ª Classe  
Rafael Zandrozni  
810 pontos



Categoria 4ª Classe  
Renato Furkin  
855 pontos



Categoria Feminina  
Carla Dias  
350 pontos

## Papelaria Grafitte

Tudo que você precisa para seu escritório você encontra aqui.

Faça uma cotação conosco!  
Entregamos em toda Blumenau.

📞 (47) 3323-3665

📱 (47) 8498-4324

✉️ VENDAS@GRAFITTEPAPELARIA.COM.BR

Dois endereços para melhor lhe atender:  
Rua 2 de setembro, 3780 - Itoupava Norte  
Rua Capitão Euclides de Castro, 80 - Centro

Instagram: @PAPELARIA\_GRAFITTE  
Website: WWW.GRAFITTE.COM.BR





FIOS E CABOS



LUMINAÇÃO DECORATIVA



PROJETOS ELÉTRICOS



MONTAGEM DE SUBESTAÇÃO



ILUMINAÇÃO DE LED



47 3323.2888



vendas@eletricazata.com.br



@eletricazata

Rua Paris, 190 | Itoupava Norte | Blumenau | Santa Catarina

# Guarani

O CLUBE DO SEU BEM ESTAR!



## PLANO FIDELIDADE

( Sócio não Patrimonial - Tempo Limitado )

Venha se associar ao clube Guarani e aproveite nossa ampla infraestrutura, dispomos de quadras de tênis e Beach Tennis, Ginásio poliesportivo, campo de futebol, piscinas, sauna, pista de caminhada e ambientes para eventos. Tudo isso em uma localização privilegiada. Estamos prontos para receber você e sua família.

Aproveite condições especiais !!!



[guaraniec.com.br](http://guaraniec.com.br)

Rua 4 de fevereiro, 108



47 3323.0230



[guaraniec@guaraniec.com.br](mailto:guaraniec@guaraniec.com.br)



@guaranibnu



@guaraniblumenau