



MODA Influentes

Pessoas comuns que ganham admiração nas redes sociais e viram influenciadores de "Moda e Tendências" com milhares de seguidores. Na foto, Crystal Freire, de apenas 4 anos, que ostenta mais de 29 mil seguidores no Instagram. IMPAR



Elite

Patricia Maranhão
Eficiência, dedicação e profissionalismo



Flash: **Walter do 402** em pré-estreia no Rio de Janeiro

Delícias de cupuaçu e bacuri, além de sucos e cremes

Conhecidos no Maranhão, mas ainda pouco explorados principalmente nas cozinhas de restaurantes da cidade, o bacuri e o cupuaçu podem surpreender em receitas mais elaboradas.



O IMPARCIAL
São Luís,
fevereiro de 2017



Sensibilidade feminina é diferencial das chefs

O Você, Gastrô visitou o restaurante Beiruth. Veja o que avaliamos



MULHERES PEDEM MAIS RESPEITO E LIBERDADE

TUDO / Páginas 4 e 5

MODA: Conheça as famosas que prometem marcar o cenário fashion neste ano

Pancake braids Conheça o penteado dos sonhos

EMPREGO EMPREGO EMPREGO EMPREGO EMPREGO EMPREGO EMPREGO EMPREGO

MPU prepara concurso com salários superiores a R\$ 8 mil

78 vagas em prefeitura do interior do Maranhão

Concurso da Polícia Militar do Piauí oferece salário de R\$ 3.100

VIDA

K.GEROMYOIMP/D.A.PRESS



SAQUE DO FGTS

Agências da Caixa abrem no sábado, mas registram pouco movimento

Em regime especial, 22 agências da Caixa Econômica Federal abriram as portas ontem para atender aos saques e tirar dúvidas sobre o Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS) inativo. Foram nove agências na capital do estado e mais 13 no interior.

VIDA

CASO SEFAZ



Trinchão diz que desconhece ação de bloqueio de bens

Ex-secretário de Fazenda do Maranhão durante o governo Roseana foi o único a se pronunciar a O Imparcial sobre os desdobramentos do processo que julga supostas fraudes em créditos fiscais e precatórios.

POLÍTICA

OPINIÃO

Mortandade na infância
Editorial

A mediocridade evolui
Sebastião Jorge

Palácios de joão-de-barro
Raimundo Borges

Os "endos" dos corruptos
Ruy Palhano

O gato comeu os planos do governo
Carlos Rittl

K.GEROMYOIMP/D.A.PRESS



Governo entrega ambulâncias aos municípios de Raposa e Paço do Lumiar

VIDA

COPA DO NORDESTE



Moto quer acerto de contas contra o Bahia hoje no Castelão

ESPORTES



Eivaldo entrega 25 mil mudas de hortaliças a produtores rurais

GIRO



Venezuela aumenta salário de médicos

O presidente venezuelano, Nicolás Maduro, aumentou na sexta-feira (10) o salário dos médicos em 50%, mas, longe de gerar entusiasmo, o reajuste é considerado pelos médicos uma “miséria” em meio à alta inflação. Antes do aumento, um médico residente na Venezuela ganhava 50.003 bolívares, o que equivale a 71,2 dólares pela taxa de câmbio oficial e a 15,6 dólares no mercado paralelo. Agora esses profissionais receberão 75.004,5 bolívares (106,8 dólares pelo câmbio oficial e 23,4 dólares no paralelo). O salário atual desse profissional apenas supera o salário mínimo, de 40.638 bolívares (57,9 dólares pelo câmbio oficial e 12,6 dólares no mercado paralelo). “O dinheiro que ganhamos não é suficiente para comprar comida”, disse à AFP Efraim Vegas.



Trump convida líder palestino para visitá-lo

O presidente americano, Donald Trump, convidou na sexta-feira (10) o líder palestino, Mahmud Abbas, a visitar “logo” a Casa Branca, informou a agência de notícias palestina Wafa. Durante a primeira conversa telefônica desde a posse de Trump, em 20 de janeiro, o presidente americano convidou Abbas a “vir em breve para discutir os meios de retomar o processo político [palestino-israelense]”, indicou a Wafa, citando o porta-voz de Abbas. O porta-voz Nabil Abu Rudeina explicou que Trump ressaltou seu “compromisso com um processo de paz que leve a uma paz verdadeira entre palestinos e israelenses”. Abbas disse ao presidente americano que a paz é uma “escolha estratégica” para o povo palestino, que deveria desembocar na “criação de um Estado palestino junto a Israel”.



Inflação se mantém em queda no Brasil

A inflação brasileira continuou caindo em fevereiro, superando as previsões dos analistas e incentivando a expectativa de uma aceleração dos cortes das taxas de juros. O índice IPCA de fevereiro ficou em 0,33%, frente a 0,38% de janeiro e 0,90% de fevereiro de 2016, segundo o IBGE. É o nível inflacionário mais baixo de um mês de fevereiro desde 2000. O resultado surpreendeu. A expectativa média dos 25 analistas e instituições financeiras consultados pelo jornal Valor era de uma alta de preços de 0,44%. No acumulado de 12 meses, o IPCA somou 4,76%, prosseguindo com um claro refluxo depois de ter fechado 2015 com uma alta de 10,67% e 2016 com um aumento de 6,29%. O mercado aposta em um índice de inflação de 4,36% este ano, abaixo da meta fixada pelo Banco Central, de 4,50%.



Odebrecht freia economia do Peru, diz Pedro Pablo

O presidente do Peru, Pedro Pablo Kuczynski, admitiu na quinta-feira (9) que a economia nacional freará devido à paralisação de vários projetos da empreiteira Odebrecht, investigada por pagamento de subornos, que serão vendidos ou licitados novamente. “Não há dúvida que (o caso Odebrecht) vai frear a economia”, disse o presidente peruano, em coletiva com a imprensa estrangeira no Palácio do Governo. “Estamos tentando implementar uma luta bastante drástica contra a corrupção sem parar os grandes projetos, mas é muito difícil fazer isso porque o maior de todos parou. Pode nos custar meio ponto (do PIB) ou algo assim, mas não posso arriscar”, acrescentou.



Estou nem aí para as críticas

Anitta ao rebater críticas de que usa o corpo para chamar atenção



Eu rio de mim mesma. Eu só posso achar engraçado

Sandra Annenberg à revista Guia Astral, sobre ter muitos memes seus na internet



O casamento é a consolidação de um amor muito esperado

Isabella Santoni para a revista Figurino Noivas



Me espelho no Fábio Júnior. Conseguiu conciliar bem as duas carreiras (cantor e ator). Tem também o Almir Satter, Sérgio Reis e o Daniel

Lucas Lucco durante coletiva de imprensa nos Estúdios Globo



Pai pela segunda vez - O fundador do Facebook, Mark Zuckerberg, revelou na quinta-feira (9) que sua família irá aumentar, já que um bebê está a caminho e será a irmã de sua filha Maxima, de um ano.



Enterro das vítimas em Guatemala - Uma pequena igreja evangélica recebeu familiares e amigos de Siona Hernández, uma das 36 adolescentes mortas no incêndio que atingiu um abrigo de menores em San José Pinula, a 10 km da capital da Guatemala.



Liberdade pra jornalista - Um jornalista palestino preso em Israel em regime de detenção administrativa terminou com a greve de fome que já durava 32 dias na sexta-feira (10) depois que as autoridades garantiram a sua libertação em abril, informaram sua esposa e advogado.

UM JORNAL PRESENTE NO SEU DIA



Jornalismo com mais informação e interatividade. Tudo com a assinatura do grupo O Imparcial para diversas plataformas e públicos.

LIGUE E ASSINE: 98 3212.2024

O IMPARCIAL

O Imparcial

@oimparcialonline

oimparcial

impar.online

Bons de revenda

Veja quais carros menos perdem valor depois de um ano, segundo o ranking produzido a partir das informações tabuladas pela Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas (Fipe)

Na hora de comprar um carro zero, é preciso ficar atento a vários detalhes, como design, potência, tamanho e preço. Muitos compradores se preocupam em calcular o valor a ser negociado na hora da troca. Quando se adquire um veículo zero quilômetro, assim que o retira da loja, ele começa a perder valor. Alguns perdem mais, outros menos. Talvez você já tenha escutado alguém dizer que, assim que o carro cruza a porta da concessionária, ele já perde pelo menos 10% do seu valor. Bom, não é o que acontece à maioria dos carros desta lista. Os valores são retirados da Tabela Fipe,

que considera a média dos preços anunciados para venda no mercado. A depreciação de um bem varia em função da demanda e da oferta. Assim, quanto mais procurado é um carro, menos valor ele perde. Por isso, os modelos que menos se depreciam costumam ser os mais populares em suas categorias, já que eles são revendidos com mais facilidade. Alguns modelos mais sofisticados também podem aparecer entre os menos depreciados

quando, por questões pontuais, como a falta do produto no mercado, têm uma oferta reduzida e alta demanda, o que mantém seu preço próximo ao valor pago pelo comprador inicialmente.

O nível de desvalorização do veículo pode ser um importante critério de desempate

na hora de escolher qual modelo comprar, já que ele mostra se será fácil revender o carro futuramente e se o proprietário vai perder muito dinheiro com ele caso resolva passá-lo adiante. Separamos os dez veículos com os menores índices de desvalorização no Brasil. Confira:

Honda HR-V -> 4,5%

Motor: 1.8 de 139/140cv e 17,7/17,5kgfm de torque
Dimensões (A x L x C): 1.586 x 1.772 x 4.294mm
Peso: 1.276kg
Preço: a partir de R\$ 101.400



Chevrolet Onix -> 8,3%

Motor: 1.4 de 106/98cv e 13,9/13kgfm de torque
Dimensões (A x L x C): 1.476 x 1.705 x 3.933mm
Peso: 1.074kg
Preço: a partir de R\$ 55.750



Volkswagen Up! -> 9,4%

Motor: 1.0 de 105/101cv e 16,7kgfm de torque
Dimensões (A x L x C): 1.504 x 1.645 x 3.645mm
Peso: 958kg
Preço: a partir de R\$ 55.717



Suzuki Jimny -> 10%

Motor: 1.3 de 85cv e 11,2kgfm de torque
Dimensões (A x L x C): 1.705 x 1.600 x 3.645mm
Peso: 1.120kg
Preço: a partir de R\$ 71.990



Jeep Renegade -> 6,4%

Motor: 2.0 de 170cv e 35,7kgfm de torque
Dimensões (A x L x C): 1.725 x 1.798 x 4.232mm
Peso: 1.674kg
Preço: a partir de R\$ 136.990



Land Rover Discovery Sport -> 9,3%

Motor: 2.0 de 240cv e 43,8kgfm de torque
Dimensões (A x L x C): 1.724 x 1.894 x 4.599mm
Peso: 1.884kg
Preço: a partir de R\$ 253.500



Ford Ka -> 9,9%

Motor: 1.5 de 110/105cv e 14,9/14,6kgfm de torque
Dimensões (A x L x C): 1.525 x 1.695 x 3.886mm
Peso: 1.579kg
Preço: a partir de R\$ 54.690



CLASSIFICADOS
tem
É mais negócio pra você
3212 2087

QUER TER
50% DE DESCONTO
NO CINEMA

Assinante de O Imparcial tem! Venha buscar seu cartão.

Assine já! (98) 3212 2012

DIÁRIOS ASSOCIADOS **O IMPARCIAL**

Trinchão desconhece decisão sobre bloqueio de bens

Ex-secretário de Fazenda do Maranhão durante o governo Roseana foi o único a se pronunciar sobre os desdobramentos do processo que julga supostas fraudes em créditos fiscais e precatórios

DA REDAÇÃO

O Ex-secretário de Fazenda do Maranhão, e atual membro do Conselho Fiscal do Ministério da Ciência, Tecnologia e Inovação, Cláudio Trinchão (PSD) afirma desconhecer a decisão judicial que impôs o bloqueio e sequestro de seus bens e contas.

Em contato com a reportagem, o ex-secretário Cláudio Trinchão afirma desconhecimento da decisão judicial. “Me causa estranhamento a divulgação dessa decisão, até mesmo pelo estágio do processo, onde algumas partes ainda não concluíram suas defesas. Além disso, até o momento, meus advogados não receberam qualquer notificação sobre o caso”.

O ex-secretário manifestou seu descontentamento com o caso, ao afirmar que sua defesa apresenta provas contundentes da licitude das atividades investigadas. “Nossa defesa apresenta provas contundentes que desmontam totalmente, e de forma precisa, a tese de argumentação apresentada pelo Ministério Público”.

Sobre os episódios motivadores do processo, ele reafir-

Me causa estranhamento a divulgação dessa decisão, até mesmo pelo estágio do processo, onde algumas partes ainda não concluíram suas defesas. Além disso, até o momento, meus advogados não receberam qualquer notificação sobre o caso

Cláudio Trinchão,
ex-secretário



ma que os procedimentos seguiram o estabelecido em lei. “É um processo estranho, que agora não cabe discutir, pois estão sendo apresentados na Justiça todos os meios neces-

sários para demonstrar que os procedimentos foram absolutamente legais. Ouso dizer que é a primeira vez no Brasil em que se é processado por cumprir decisões judiciais”.

A reportagem de **O Imparcial** não conseguiu, até o fechamento desta edição, contato com a ex-governadora, sua assessoria de comunicação ou sua equipe de advogados.

Entenda o caso

A Justiça estadual do Maranhão, por meio da juíza Oriana Gomes, titular da 8ª Vara Criminal, atendendo a pedido realizado acatou o pedido do promotor Paulo Roberto Barbosa Ramos, da 2ª Promotoria de Justiça de Defesa da ordem Tributária e Econômica de São Luís, determinando a indisponibilidade de todos os bens e contas bancárias da ex-governadora Roseana Sarney (PMDB) e de outros nove acusados de envolvimento no desvio de verbas milionárias da Secretaria de Fazenda do Estado do Maranhão (Sefaz).

Uma das razões para a decisão da juíza foi o montante desviado pelo esquema fraudulento:

de acordo com as investigações, os recursos desviados ultrapassam a marca de R\$ 1 bilhão. Segundo informações do Ministério Público, o esquema ocorreu entre abril de 2009 a dezembro de 2014, período em que Roseana Sarney era governadora do Maranhão.

Na denúncia criminal que foi aceita pela Justiça, o Ministério Público explica que o modus operandi da suposta quadrilha envolvia um esquema complexo, “revestido de falsa legalidade baseada em acordos judiciais que reconheciam a possibilidade de compensação de débitos tributários (ICMS) com créditos não tributários (oriundos de precatórios)”.

Ainda segundo o Ministério Público, o esquema contou com a participação direta do ex-secretário Cláudio José Trinchão, com o “decisivo beneplácito” da ex-governadora Roseana Sarney, que autorizava os acordos judiciais baseados em “pareceres manifestamente ilegais”, e dos procuradores-gerais do Estado por ela nomeados, como Marcos Alessandro Coutinho Passos Lobo.

Ao requerer o sequestro de bens de Roseana, a promotoria destacou. “Uma das formas mais eficazes de combater o crime organizado e a lavagem de dinheiro é buscar, ainda durante a investigação ou no início do processo, a indisponibilidade dos bens das pessoas envolvidas, o que faz com que elas tenham menos poder econômico para continuar delinquindo.”

Ao decretar o bloqueio, a juíza Oriana Gomes destacou. “A ação principal que hoje se encontra com mais de 20 volumes traz provas indiciárias sobre a evasão de grande quantia do cofre público deste Estado.” Ela determinou que “seja bloqueado e decretado o sequestro de todos os bens móveis e imóveis em nome dos requeridos com a finalidade de restituir ao erário os valores obtidos pela lavagem de dinheiro e enriquecimento ilícito.”

Outros indiciados

Além de Roseana (foto), dois ex-secretários da Fazenda (Cláudio José Trinchão Santos e Akio Valente Wakiyama), dois ex-procuradores-gerais do Estado (Marcos Alessandro Coutinho Passos Lobo e Helena Maria Cavalcanti Haickel) e outros alvos da Promotoria estariam envolvidos em um esquema de concessão ilegal de isenções fiscais na Secretaria de Estado da Fazenda (Sefaz). As investigações do Ministério Público Estadual, a partir de auditorias realizadas pelas Secretarias de Estado de Transparência e Controle e da Fazenda do Maranhão, “apontaram irregularidades como compensações tributárias ilegais, implantação de filtro no sistema da secretaria, garantindo a realização dessas operações tributárias ilegais e reativação de parcelamento de débitos de empresas que nunca pagavam as parcelas devidas”.

“Também foram identificadas a exclusão indevida dos autos de infração de empresas do banco de dados, além da contratação irregular de empresa especializada na prestação de serviços de tecnologia da informação, com a finalidade de garantir a continuidade das práticas delituosas”, afirmou a Promotoria.



BASTIDORES

Raimundo Borges
bastidores@oimparcial.com.br



Cenário de incertezas

Faltam 20 meses para as eleições de 2018 e os cenários ainda nem começam a parecer no ambiente das disputas pelo voto. Os sinais sobre possibilidades de determinadas candidaturas são ainda fragmentados, portanto sem muita nitidez na percepção do personagem principal do pleito: o eleitor. No Maranhão, a única certeza é o governador Flávio Dino. Ele dá garantia de concorrer à reeleição, mesmo assim no inacabável bate-cabeça com a sua antecessora Roseana Sarney. É como se ele mesmo a identifique como a principal adversária, mesmo sem ela se fazer aparecer com tal disposição para novo enfrentamento de urna.

Motivação, apesar de tudo, parece não ser o maior obstáculo a Roseana. Ela tem problemas prementes a resolver tanto no espaço do grupo Sarney, quanto nas questões judiciais, que tramitam, sem pressa, na Justiça Estadual e Federal. Mesmo que saia ílesa desses embaraços, como já escapou de atropelos no âmbito da Lava-Jato, Roseana depende principalmente no desempenho do governo Michel Temer. O PMDB todo quer ver a economia saindo do atoleiro rapidamente, para tomar as decisões políticas sobre 2018, pelo país afora.

A eleição do Senado no Maranhão continua entrelaçada de ambições e manobras. Apesar do tempão que resta aos partidos, a penca de pré-candidatos às duas vagas parece, a priori, um nó cego tanto para Flávio Dino, quanto para os adversários e os próprios pretendentes. Uma pesquisa recente, encomendada pelo prefeito de Santa Rita, Hilton Gonçalves, em 30 municípios, mostra um quadro nebuloso. Quem a lidera é Gastão Vieira, hoje no Pros, seguido de Sarney Filho (PV), José Reinaldo (PSB), Weverton Rocha (PDT), o próprio Hilton (PCdoB) e Lobão filho (PMDB).

Roseana não foi incluída – quando deveria. Seria medo da posição dela, um nome que surge na mente de qualquer eleitor, em qualquer circunstância? Afinal, quem governou o Maranhão por quatro vezes nunca será um “zé ninguém”. Mas a política é feita à base de circunstâncias que, na maioria das vezes, escapam ao apelo pessoal. Assim será também em 2018, quando até a pretensão de Michel Temer buscar um mandato inteiro não é descartada. Isso, se escapar da encrenca chamada Lava-Jato e do TSE. Mais ainda: conseguir recolocar a tempo a economia nos patamares desejáveis. Difícil, sim, impossível, não.

Na moita

Roseana Sarney nunca trabalhou a política como matéria de curto prazo, ou a fez na base da afobação. Ela não faz estardalhaço do que pensa, nem se precipita. Pode até praticar erros por cautela, mas nunca por avanço do sinal. Foi assim em 2014, quando tergiversou na feitura do candidato peemedebista e terminou se arranjando com Lobão Filho de última hora.

Caso complexo

Ao culpar Roseana pela condenação judicial do Estado do Maranhão a pagar quase R\$ 7 milhões em indenização às 64 famílias dos presos trucidados em Pedrinhas, entre 2013 e 2014, Flávio Dino não prometeu recorrer. Nem questiona, como ex-juiz, a situação das famílias vítimas daqueles presidiários.

Portas abertas

Após o anúncio de Hilton Gonçalves de desejar disputar o Senado em 2018, pelo menos dois partidos já procuraram o prefeito de Santa Rita: o PSC, pelo deputado estadual Leo Cunha, e o Novo, do médico João Bentivi e João Cândia. Ofereceram-lhe legenda, já que ele passa uma temporada no PCdoB.

“Terra enche barriga. E terra também mata”

Do jornalista e cientista político **Leonardo Sakamoto** (UOL), analisando entrevista do ministro da Justiça, Osmar Serraglio, à Folha, na qual sugere que “é hora de parar com essa discussão sobre terras para as populações indígenas. Pois terra não enche barriga”.

1 Três prefeitos de importantes municípios do Maranhão são, ainda, incógnitas em termo de gestão. Todos jovens e sem experiência de governo: Assis Ramos (PMDB), de Imperatriz; Fábio Gentil (PSDC), de Caxias; e Luciano Genésio (PP), de Pinheiro. São três regiões de peso político, mas que as administrações ainda não deslançaram.

2 Os três prefeitos quebraram paradigmas eleitorais que pareciam impossíveis. Assis ocupou o espaço das indefinições em Imperatriz e avançou. Fábio Gentil se aliou a Paulo Marinho para derrotar o arqui-inimigo dele, Humberto Coutinho; e Luciano atropelou o bloco de Filuca, ligado aos Sarneys.

3 Aqui na Grande Ilha, quem quebrou oligarquias históricas e malvistas foi Domingos Dutra (PCdoB), em Paço do Lumiar. Ele, porém, começou fazendo barulho e nunca saiu do foco. Muito pelo contrário, já desperta preocupação até dos adversários. Ele cumpre o figurino como estreado no governo, mas com histórico batalhador incansável.

Sem placa de venda (1)

O advogado Davi Telles (não é engenheiro, como foi dito aqui) não tem motivos para se preocupar com a falação desta semana, de que a Caema teria entrado no “pacote” privacionista de Michel Temer. Foi apenas um susto de notícia mal apurada.

Sem placa de venda (2)

O governo federal abriu editais para contratar estudos sobre empresas de saneamento nos estados. Apesar das dívidas impagáveis da estatal maranhense de água e saneamento, não há nenhum risco de intervenção federal, único meio pelo qual ela poderia ser privatizada contra a vontade de Flávio Dino.

MPF tenta anular a cobrança de bagagens

Ministério Público entra com ação civil pública contra resolução da Anac que permite às empresas aéreas receberem, a partir do dia 14 deste mês, pelo despacho de malas

O Ministério Público Federal em São Paulo entrou com ação civil pública pedindo que a Justiça anule a norma aprovada pela Agência Nacional de Aviação Civil (Anac) que autoriza as companhias aéreas a cobrar taxas pelo despacho de bagagens. As condições valem para voos domésticos e internacionais e estão previstas para começar a vigorar na próxima terça-feira, 14.

O argumento da Anac e das empresas do setor é que as alterações possibilitarão a queda das tarifas aéreas e o aumento de usuários do transporte. Para o MPF, no entanto, a cobrança fere os direitos do consumidor e levará à piora dos serviços mais baratos prestados pelas companhias. Para compro-

var que a desregulamentação da franquia não trará benefício ao consumidor, o Ministério Público solicitou perícia para analisar, do ponto de vista econômico, a proposta de resolução. A assessoria pericial ressaltou, no parecer técnico, que o objetivo das empresas é "ampliar lucros por meio da degradação da qualidade dos pacotes mais baratos, tornando os pacotes mais completos mais caros".

Para o MPF a nova norma contraria o Código Civil, que garante a inclusão da bagagem despachada no valor da passagem; o Código de Defesa do Consumidor, que veda a chamada venda casada e a cobrança de taxas manifestamente excessivas; e pro-

voca o retrocesso de direitos já adquiridos pelos consumidores. "Não restam dúvidas serem abusivas as limitações impostas pela mencionada resolução, deixando o consumidor em situação de intensa desvantagem", escreveu o procurador da República Luiz Costa, autor da ação civil pública. A assessoria da agência informou que "o caso está sendo acompanhado, mas que a Anac não se pronunciará sobre assuntos em tramitação".

O Projeto de Decreto Legislativo que impede a cobrança de bagagens está parado na Câmara dos Deputados, desde 20 de dezembro, sem previsão de ser votado. Apesar de ter sido aprovado no Senado, por unanimidade, o texto precisa passar pela Comissão de Constituição e Justiça e Cidadania (CCJC) e pelo plenário da Câmara para as regras serem vetadas. Em 15 de fevereiro, o deputado Carlos Zarattini (PT-SP) apresentou requerimento de urgência para a matéria.

O MPF também pediu que a Anac seja obrigada a esclarecer os critérios para restrição do peso de bagagem de mão, prevista no artigo 14 da resolução. O procurador alega que o artigo permite que a franquia mínima de 10kg seja desrespeitada "abusivamente". "A falta de transparência viola a política nacional de relação de consumo. É direito básico do consumidor a informação e a oferta adequada e clara sobre os diferentes produtos e serviços", disse o procurador Luiz Costa.

A falta de transparência viola a política nacional de relação de consumo. É direito básico do consumidor a informação e a oferta adequada e clara sobre os diferentes produtos e serviços

Luiz Costa,
procurador



Bagagens geram nova polêmica

“Não restam dúvidas serem abusivas as limitações impostas pela mencionada resolução, deixando o consumidor em situação de intensa desvantagem.

escreveu o procurador da República Luiz Costa, autor da ação civil pública

Fim da franquia obrigatória nas bagagens despachadas

É de longe a medida mais polêmica. Hoje todos os passageiros de voos domésticos têm direito a despachar gratuitamente uma mala de 23kg e os de voos internacionais até duas malas de 32kg cada. Com a mudança, a Anac não vai mais impor limites mínimos e as companhias poderão cobrar pela bagagem como desejarem. Esse modelo já é adotado em quase todo o mundo (segundo a Anac, apenas o Brasil e a Venezuela regulavam as franquias nacionais e internacionais de bagagem dessa maneira). E a expectativa da agência é que isso permita uma queda nos preços e até a chegada de companhias low cost ao Brasil. Porém, há um grande receio entre os passageiros de que a mudança favoreça apenas as companhias aéreas e que os preços continuem os mesmos mesmo sem a bagagem gratuita. É quase certo as companhias passem a cobrar pelas bagagens despachadas, mas não há motivo para pânico. Nos voos internacionais, é bem provável que a franquia seja reduzida, mas não eliminada completamente. Um volume de 23kg ou de 32kg tende a ser permitido pelas companhias aéreas.

Nos voos dentro do Brasil, deve ser instituída uma tarifa fixa para a primeira mala de até 23kg, como ocorre nos Estados Unidos, por exemplo.

Check-in

Além disso, clientes que tenham comprado tarifas flexíveis, passageiros frequentes membros dos programas de fidelidade, ou portadores de cartões de crédito vinculados as companhias aéreas devem ter franquias gratuitas especiais e não devem ser afetados pela mudança. Segundo a Anac, às companhias vão ser obrigadas a deixar claro os direitos que cada tarifa oferece, bem como todos os custos adicionais. Por exemplo, a taxa de excesso de bagagem, que hoje é uma incógnita, vai ter que ser explicitada no momento da compra da passagem. As regras de despacho e os valores cobrados deverão ser comunicados pelas companhias aéreas antes da implementação da mudança, programada para março de 2017.

Bagagem perdida

O prazo para restituição de bagagem no caso de extravio em voo doméstico será reduzido de 30 para 7 dias (voos domésticos), o que torna o processo menos injusto para o passageiro. Nos casos de extravio em voo com destino internacional, a companhia deverá reembolsar as despesas no limite de 1.131 DES (em torno de R\$ 5.300), a ser pago em até 14 dias. Acima disso, o passageiro poderá contratar um seguro adicional.

Aumento da franquia de bagagem de mão

Com as novas regras, os passageiros terão garantidos o transporte de 10kg gratuitamente na cabine (observados limites da aeronave e de volumes). O segundo volume pequeno (bolsa, mochila ou sacola) continuará sendo permitido. Na prática, a medida vai evitar que o funcionário do check-in possa obrigar a bagagem a ser despachada quando ultrapassar os 5kg, como deveria funcionar hoje. Segundo a Anac, em média um passageiro transporta 12 quilos em voos nacionais, o que permitiria, com um pequeno esforço que a maior parte das bagagens fossem levadas na cabine.

Passagens não usadas

Quem nunca esperou semanas (ou mesmo meses) para ter de volta o dinheiro pago numa passagem não utilizada? Pois com as novas regras o reembolso ou estorno do valor pago pela passagem aérea deverá ocorrer em até 7 dias da solicitação e não mais em 30 dias, como ocorre hoje. O reembolso por atraso, cancelamento, interrupção ou preterição deverá ser imediato.

A medida é muito bem-vinda, mas será necessário fiscalizar de perto as companhias aéreas, que às vezes não cumprem sequer o prazo atual de 30 dias.

Cartões de crédito

Divulgação do preço final das passagens, já com todas as taxas incluídas. É uma medida positiva que vai dar mais transparência aos preços das passagens aéreas. É importante ressaltar que regra vai valer para todas as empresas que operarem no Brasil, inclusive agências de viagens. Passagens emitidas com erro no nome ou sobrenome do passageiro deverão ser corrigidas pelas companhias aéreas, sem custo, antes da emissão do cartão de embarque. A medida resguarda o passageiro caso o erro seja descoberto até a hora do check-in. No entanto, a Anac destacou que, em caso de bilhetes que envolvem voos em várias companhias, a empresa aérea pode cobrar eventuais custos exigidos pelas companhias parceiras.

Direito de desistência após a compra da passagem

O passageiro poderá desistir da compra da passagem, com 100% de reembolso do valor pago, até 24 horas depois de concretizada, desde que o bilhete tenha sido adquirido com antecedência mínima de 7 dias da data do voo. A medida também para compras que não tenham sido feitas pela internet. Em compras realizadas pela internet o consumidor continua tendo 7 dias para desistir. No entanto, algumas empresas ainda se recusam a cumprir essa norma. As taxas de alteração ou cancelamento não deverão, em nenhuma hipótese, superar o valor pago pelo cliente. Ou seja, o consumidor terá sempre o direito ao ressarcimento do valor das taxas de embarque.

Atrasos-cancelamentos-voos

Proibição do cancelamento automático do trecho de retorno. Você tem uma passagem de ida e volta e, por algum motivo, perde ou desiste do voo de ida. Nesse caso, nas regras atuais, todos os trechos subsequentes são cancelados e o passageiro é obrigado a comprar uma nova passagem (quase sempre mais cara que a anterior). Com a nova regulamentação, o não comparecimento do passageiro no primeiro trecho de um voo doméstico não causará o cancelamento do retorno, desde que o passageiro comunique à companhia, por qualquer meio e com antecedência de duas horas do primeiro voo. No entanto, caso o passageiro tenha mais de um voo programado no segmento de ida, com escalas ou conexões, esses serão cancelados conjuntamente, sem a possibilidade de embarcar pelo meio do caminho. A nova regra abrange os voos de volta.

Alteração de voo realizada pela companhia

Caso a companhia aérea realize alterações nos voos adquiridos pelo passageiro com tempo superior a 30 minutos em voos domésticos ou 60 minutos em voos internacionais, ela deverá oferecer remarcação para data e hora de conveniência em voo próprio ou de terceiros sem ônus, ou mesmo reembolso integral. Caberá ao passageiro decidir a melhor alternativa. Além disso, caso o passageiro descubra a mudança no aeroporto, por não ter sido avisado pela companhia, esta deverá prestar assistência material e reacomodar o passageiro na primeira oportunidade em voo próprio ou de terceiro.

R\$ 1,8 bi a mais na conta de luz

Tarifas incluíram, de forma indevida, o pagamento pela energia da usina nuclear de Angra 3, que não está pronta e cujas obras estão paralisadas devido a denúncias de corrupção

Um erro cometido nos cálculos da conta de luz resultou na cobrança de R\$ 1,8 bilhão a mais dos consumidores no ano passado. As tarifas incluíram, de forma indevida, o pagamento pela energia da usina nuclear de Angra 3, que não está pronta e cujas obras estão paralisadas devido a denúncias de corrupção.

A falha foi percebida após uma ação popular de autoria do presidente do Conselho de Administração do Instituto de Defesa da Cidadania de Formosa (GO), Geraldo Lobo, que entrou na Justiça para questionar a cobrança.

Ainda não houve decisão judicial, mas, independentemente disso, a Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel) decidiu retirar a cobrança das contas de luz neste ano. A medida vai contribuir com um impacto de queda de 1,2 ponto percentual nas tarifas.

“O valor estimado foi repassado aos processos tarifários das distribuidoras em 2016, mas os consumidores não sofrerão nenhum prejuízo, pois serão ressarcidos em 2017 com a devida remuneração (Selic) a cada reajuste ou revisão. Para 2017, a previsão do Encargo de Energia de Reserva (ERR) referente



a Angra 3 foi retirada dos processos tarifários”, diz nota oficial da Aneel.

O caso é resultado de uma trapalhada da Aneel e da Câmara de Comercialização de Energia Elétrica (CCEE). Em dezembro de 2015, a Aneel foi questionada pela CCEE a respeito de Angra 3. A CCEE é a responsável por fazer a estimativa de custos da conta responsável por recolher recursos do EER. Cabe à Aneel aprovar esse orçamento.

É por meio desse encargo, cobrado na conta de luz, que Angra 3 seria remunerada quando entrasse em operação. Pelo contrato de concessão, a usina deveria estar pronta e começar

a gerar energia a partir de janeiro de 2016. Mas o Operador Nacional do Sistema Elétrico (ONS) não conta com a usina até 2021. Por isso, a Aneel decidiu autorizar a CCEE a não pagar Angra 3.

Ainda assim, a cobrança foi feita e repassada a consumidores de todo o País, na data de reajuste tarifário de cada distribuidora. O dinheiro ficou no caixa das distribuidoras de energia e não foi repassado nem à CCEE, nem à Angra 3.

Para a Aneel, a CCEE deveria ter retificado o orçamento do encargo, apresentado em outubro de 2015, dois meses antes do questionamento, e enviado um novo levantamento de custos ao órgão regulador, excluindo



Impacto de queda em ponto percentual

do gasto com Angra 3. Como isso não foi feito, a Aneel incluiu o custo nos reajustes.

Já a CCEE considera que o questionamento feito à agência era suficiente para que a cobrança não fosse realizada, tanto que não cobrou os repasses das distribuidoras. A entidade negou ainda ter enviado dados incorretos à Aneel.

“A CCEE não tem qualquer participação nos processos tarifários das distribuidoras, sendo estes de inteira responsabilidade da Aneel”, diz a nota.

De acordo com a Aneel, todos os valores recolhidos a mais serão devolvidos aos consumidores, na forma de reajustes mais baixos.

PREVENÇÃO

Suspensa comercialização de 35 planos de saúde

Na próxima sexta-feira (17), 35 planos de saúde de sete operadoras terão a comercialização suspensa por determinação da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS). A medida resulta de monitoramento da garantia de atendimento dos planos aos consumidores, ou seja, se eles estão tendo a cobertura obrigatória, definida pelo órgão, em tempo hábil. Os planos de saúde suspensos têm em torno de 230 mil beneficiários.

“Essa é uma medida preventiva, para proteção do consumidor”, disse na última sexta-feira (10) à Agência Brasil a diretora de Normas e Habilitação dos Produtos da ANS, Karla Coelho. Ela informou que as sete operadoras atingidas (Federação das Sociedades Cooperativas de Trabalho Médico do Acre, Amapá, Amazonas, Pará, Rondônia e Roraima; Saúde Sim Ltda; Associação Auxiliadora das Classes Laboriosas; Unimed-Rio; Operadora de Planos de Saúde Serra Imperial Ltda; Ecolé Serviços Médicos Ltda; e Associação Santa Casa Saúde de Sorocaba) ficarão suspensas e não poderão comercializar os planos.

“Não podem entrar novos beneficiários, porque, pela nossa avaliação, o número de denúncias ficou acima do esperado para esses planos”, disse Karla. A medida vale por três meses, até as operadoras se adaptarem às normas e resolverem as principais questões para prestar assistência adequada aos beneficiários. As denúncias e reclamações referentes à cobertura assistencial foram recebidas pela ANS no

quarto trimestre de 2016.

Interrupção

Karla Coelho deixou claro que os clientes das operadoras atingidas não sofrerão nenhuma interrupção no uso dos planos. “Não tem nenhuma sanção para eles. A sanção é para as operadoras, que não podem vender novos planos.” Com base nas reclamações, a ANS fez uma análise das operadoras ao longo do tempo, comparou-as com empresas semelhantes e verificou que as sete estavam acima da média de queixas estabelecida pela agência.

Por isso, tiveram a comercialização de planos suspensa, além de multas que variam de R\$ 80 mil a R\$ 250 mil, por conta da negativa de cobertura de saúde. “Todas as operadoras em que foi identificada uma infração cometida vão ser multadas se a infração ficar caracterizada”, disse Karla.

Ela advertiu que, se as operadoras cujos planos de saúde foram suspensos comercializarem novos planos no período de três meses, serão multadas novamente. E a segunda multa levará em consideração os efeitos coletivos e será calculada por uma diretoria específica da ANS, variando de operadora para operadora. As empresas têm uma semana para se ajustar à medida e suspender a comercialização dos planos.

Karla Coelho lembrou que todas as operadoras de saúde suplementar são monitoradas de forma contínua pela ANS.

EXTRATO DE EDITAL

SERVIÇO NACIONAL DE APRENDIZAGEM DO TRANSPORTE - SENAT
AVISO DE LICITAÇÃO
CONCORRÊNCIA Nº 001/2017

O SENAT - Serviço Nacional de Aprendizagem do Transporte comunica aos interessados que realizará concorrência para fornecimento de material de limpeza, higiene, copa, cozinha e descartáveis da Unidade do SEST/SENAT - B09, situado na Avenida João Pessoa, nº 242, Bairro Jordoá, São Luís-MA, cujo recebimento dos envelopes contendo a documentação e a proposta será no dia 28/03/2017, às 09h. Para retirada do edital e acesso às demais informações, os interessados deverão dirigir-se a Unidade do SEST/SENAT - B09, das 14h30 às 17h30.

ASS COMISSÃO DE LICITAÇÃO

EXTRATO DE EDITAL

SERVIÇO NACIONAL DE APRENDIZAGEM DO TRANSPORTE - SENAT
AVISO DE LICITAÇÃO
CONCORRÊNCIA Nº 002/2017

O SENAT - Serviço Nacional de Aprendizagem do Transporte comunica aos interessados que realizará concorrência para fabricação de tonners de impressoras da Unidade do SEST/SENAT - B09, situado na Avenida João Pessoa, nº 242, Bairro Jordoá, São Luís/MA, cujo recebimento dos envelopes contendo a documentação e a proposta será no dia 28/03/2017, às 14h00min. Para retirada do edital e acesso às demais informações, os interessados deverão dirigir-se a Unidade do SEST/SENAT - B09, das 14:30 às 17:30 h.

ASS COMISSÃO DE LICITAÇÃO

EXTRATO DE EDITAL

SERVIÇO NACIONAL DE APRENDIZAGEM DO TRANSPORTE - SENAT
AVISO DE LICITAÇÃO
CONCORRÊNCIA Nº 003/2017

O SENAT - Serviço Nacional de Aprendizagem do Transporte comunica aos interessados que realizará concorrência para água mineral acondicionada em garrafas de 20 litros da Unidade do SEST/SENAT - B09, situado na Avenida João Pessoa, nº 242, Bairro Jordoá, São Luís/MA, cujo recebimento dos envelopes contendo a documentação e a proposta será no dia 28/03/2017, às 16h00min. Para retirada do edital e acesso às demais informações, os interessados deverão dirigir-se a Unidade do SEST/SENAT - B09, das 14:30 às 17:30 h.

ASS COMISSÃO DE LICITAÇÃO



SIGA
O IMPARCIAL
NO TWITTER



@imparcialonline

Dermatologia

O Instituto de Dermatologia foi inaugurado no mês de janeiro, sob o comando dos médicos dermatologistas Ana Carolina Braga, Ricardo Villa e Marcelo Vaz. Foram promovidas várias ações de divulgação, em parceria com farmácias de manipulação, demonstrando ao público variados produtos do mercado. Para o Dr. Ricardo Villa, a proposta do Instituto é repensar a Dermatologia, utilizando equipamentos e medicações cientificamente eficazes e seguros, sempre posicionando o paciente de forma realista quanto aos resultados que podem ser obtidos em cada intervenção. O Instituto de Dermatologia está localizado no térreo do Edifício Business Center, no Renascença 2.



Prefeito Edivaldo entrega 25 mil mudas de hortaliças a produtores rurais da capital

Como parte da política de fortalecimento e desenvolvimento da agricultura familiar em São Luís, o prefeito Edivaldo entregou, ontem, vinte e cinco mil mudas de hortaliças aos produtores rurais da capital. A ação, que conta com a parceria do Governo do Estado, aconteceu no Centro de Produção de Mudas de Anajatua, no bairro Quebrapote, zona rural da capital.

O ato de entrega das mudas contou também com a presença do secretário Estadual de Agricultura, Márcio Honaiser. Na oportunidade, o secretário formalizou a entrega dos implementos agrícolas cedidos pelo Governo do Estado, por meio do Programa Mais Produção. Entre os equipamentos, estão um trator, um caminhão-refrigerador e 12 kits de irrigação.

“O desenvolvimento econômico e social de uma cidade tem na agricultura familiar uma forte aliada. E é isso que temos feito por meio de ações que vão desde a distribuição de insumos, equi-



pamento, assistência técnica, entre outros projetos essenciais para estimular a produção de mais alimentos e a geração de renda no campo”, afirmou Edivaldo.

Foram beneficiadas cerca de duas mil famílias de pequenos produtores dos agropolos de Itapera, Coquilho,

Martinha, Tajipuru, Igataú, Jacamim, Mato Grosso, Maracanã, Conceição, Estiva, Cossaco, entre outras comunidades rurais. Entre as espécies de mudas distribuídas, estão alface, couve, pimentão, mamão, manga, açaí precoce, entre outras variedades.



Potiguar premiada

Grupo Potiguar é a única empresa maranhense entre os cinco maiores e melhores home centers do Nordeste. Eleita após rigorosa pesquisa que teve como critérios a qualidade de atendimento ao consumidor, a parceria com a indústria e a exposição dos produtos na loja. O presidente do Grupo, empresário Marcelo Brasil (foto), recebeu o prêmio na solenidade que aconteceu dentro da programação da 15ª Edição da Expo Revestir, a maior e mais importante feira da América Latina de Arquitetura e Construção. O evento reuniu, no Transamérica Expo Center, 240 expositores nacionais e 24 internacionais, e visitantes de 50 países, de 7 a 10 de março.

2

Karina nasceu em um dia ensolarado.

Saiba mais na página:
alguemigualavoce
www.alguemigualavoce.com.br

SEGUNDA MANIA

<h2>5.50</h2> <p>MEIA INTEIRA R\$ 11 FILMES 2D</p>	<h2>6.50</h2> <p>MEIA INTEIRA R\$ 13 FILMES 3D</p>
<h2>6.50</h2> <p>MEIA INTEIRA R\$ 13 XPLUS 2D</p>	<h2>7.50</h2> <p>MEIA INTEIRA R\$ 15 XPLUS 3D</p>

ASSISTA EM
XPLUS 3D

UCI KINOPLEX SHOPPING DA ILHA

UCICINEMAS.COM.BR

Promoção não cumulativa, válida às segundas-feiras, por tempo limitado, no cinema UCI Kinoplex Shopping da Ilha, exceto feriados e vésperas de feriados. Esta promoção não é válida para eventuais alterações, podendo ser cancelada por conta e ordem da UCI a qualquer momento, sem outro aviso. Verifique a classificação indicativa.

www.terrazoo.com.br
(98) 3248-9555

ENTREGA RÁPIDA E
GRÁTIS PARA SÃO LUÍS
Consulte o regulamento



terrazoo
Nada mais natural.

A boa opção são exercícios ao ar livre



O hábito de se exercitar vem crescendo entre os maranhenses e o número de pessoas ocupando locais públicos para essas atividades

LUIS FURTADO
ESPECIAL O IMPARCIAL

Os cuidados com a saúde e o corpo já não são preocupações apenas de pessoas que se consideram fitness já há algum tempo. Mudar hábitos como ociosidade e má alimentação estão geralmente ligados a problemas de saúde, principalmente a obesidade.

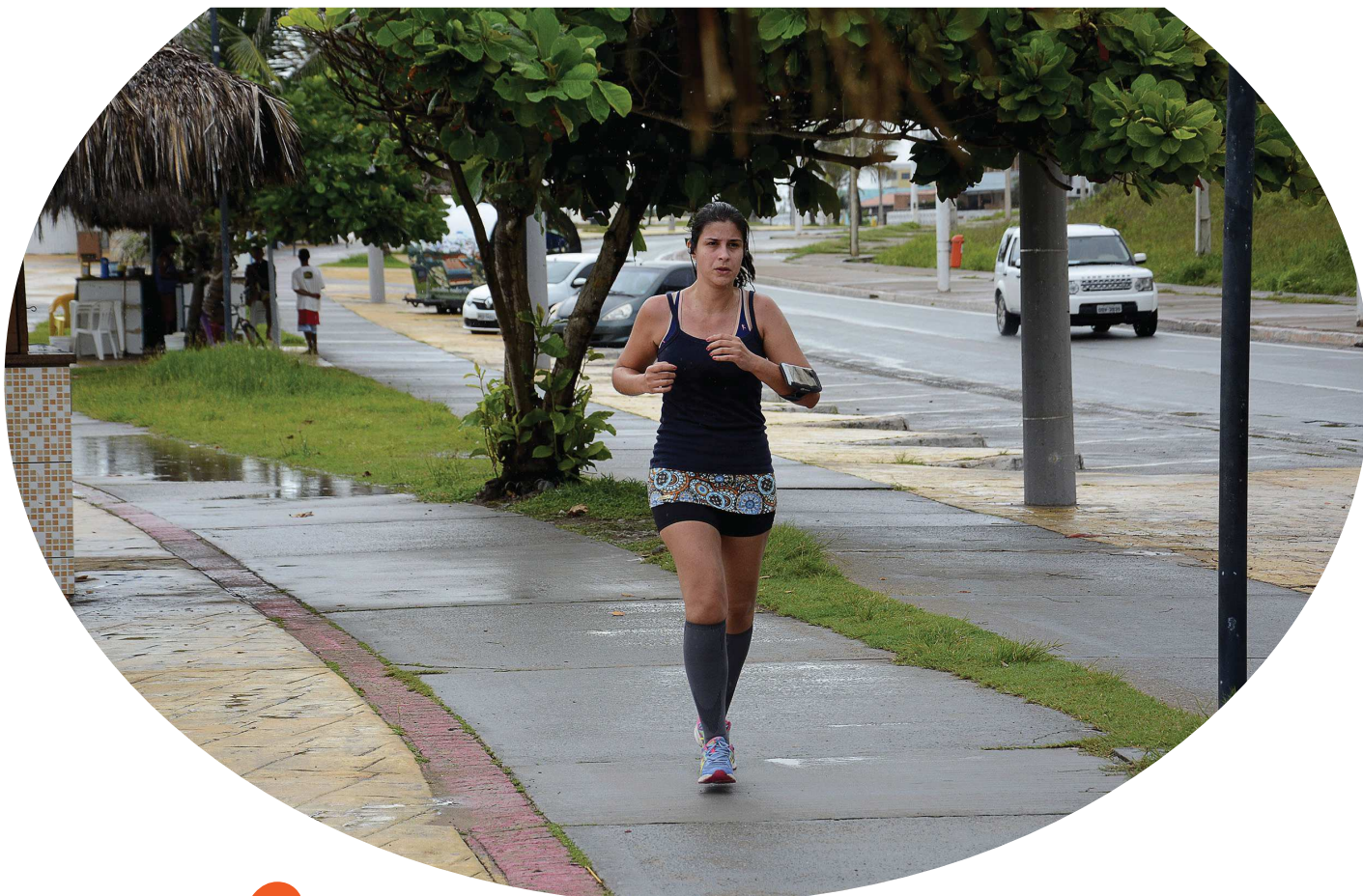
Milhares de mortes ligadas à obesidade acontecem todos os anos. Vários problemas médicos graves têm sido relacionados a este problema, incluindo diabetes tipo 2, doenças cardíacas, pressão alta e infarto. Obesidade também está relacionada a maiores taxas de certos tipos de câncer. Homens obesos têm maior probabilidade de morrer de câncer de cólon, reto ou próstata. Mulheres obesas têm mais chances de morrer de câncer de mama, útero e ovários.

Os locais mais procurados para a prática de exercícios que não exijam comprometimento da renda mensal são praças, calçadões de praias, parques, entre outros, além disso, o grande número de competições, corridas beneficentes ou ligadas a alguma instituição tem sido a cada edição um desafio a ser superado pelos "corredores de rua". Atividades físicas podem ser muito benéficas para a saúde física e mental, mas antes de sair correndo por aí é preciso estar preparado.

Para a paulista Paula Duque, de 31 anos, que há dez meses mora na capital por conta de seu trabalho como executiva comercial, a prática de exercícios fazem parte da rotina, mesmo que atribulada. "Eu tento me exercitar sempre que possível. Por conta do meu trabalho, nem sempre estou livre, mas pelo menos uma três ou quatro vezes por semana estou correndo aqui na Litorânea".

A assiduidade de exercícios de Paula vem do hábito de ir à academia que ela já tinha em São Paulo, mas hoje ela conta que prefere se exercitar ao ar livre, e que obtém bons resultados. "Eu fiz por muitos anos academia, aí enjoei e, como em São Paulo a gente tem acesso a muitas corridas de rua, como também começa a ter aqui, eu acabei mudando pra esse tipo de exercícios. Eu acho que o exercício de rua complementa o que se faz em academia, a corrida é boa para criar resistência, e a academia vem pra fortalecer", disse.

Mas acredita que na academia também se tem bons resultados. "Na academia, é claro que você vai ter um resultado muito mais moroso que em uma corrida de rua, porque na corrida você acelera seu metabolismo e na academia é mais para ganhar massa. Mas um complementa o outro. A vantagem dos exercícios de rua é que hoje você pode achar treinamentos funcionais que são muito mais baratos e você pratica na rua, usando aplicativos inclusive, e consegue fazer sem esse custo".



Eu acho que o exercício de rua complementa o que se faz em academia, a corrida é boa para criar resistência, e a academia vem pra fortalecer

Paula Duque, atleta

FOTOS: KARLOS GEROMY



Em três meses, quando comecei a ter uma constância maior de praticar corrida, emagreci 15 quilos. Já fiz academia antes, mas hoje prefiro estar fazendo exercícios ao ar livre...

Marlos de Mello,
engenheiro civil

Acompanhamento

Ela alerta, porém, que o acompanhamento é o essencial em qualquer exercício. "Eu fiz todo o acompanhamento médico antes de começar a correr, e estou apta para me exercitar. Eu pratico por questões de saúde preventiva e também por estética". E nem a chuva é empecilho para fazer atividade física. "Aqui em São Luís é até melhor de correr do que em São Paulo, porque lá é muito frio e você não tem vontade de sair de casa. Aqui mesmo com esse sereno, é refrescante correr, você consegue ter melhores

resultados", conta Paula Duque.

E para quem não acredita que se exercitar ao ar livre tenha resultados satisfatórios em um curto período, o engenheiro civil Marlos de Mello, de 23 anos, é a prova de que basta ter força de vontade e os resultados virão. "Em três meses, quando comecei a ter uma constância maior de praticar corrida, emagreci 15 quilos. Já fiz academia antes, mas hoje prefiro estar fazendo exercícios ao ar livre, e todo dia que tenho disponível estou aqui correndo. Eu corro em média todos os dias pelo menos 6 quilômetros, pela

manhã onde o movimento é menor, e sistematizei minha alimentação, tudo que eu comia diminui um pouco e também cortei carboidratos", explica ele.

Parece difícil sair do sedentarismo, mas Marlos afirma que o costume gera a rotina. "Eu corro todos os dias, de segunda a segunda faço 6 quilômetros e essa rotina que produz resultados. O segredo é levantar da cama, basta ter força de vontade, eu levava uma vida sedentária e agora não consigo mais parar, a pessoa só consegue realizar seu objetivo ao se mover".

Antes de começar

O doutor em Fisiologia do Exercício, pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), e professor do Departamento de Educação Física da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), Mario Sevilio Jr, é daquelas pessoas que estão sempre cuidando da saúde e se exercitando, além de ser corredor há sete anos. Ele destaca os principais cuidados para quem deseja ser um corredor de rua sem comprometer a saúde. "É importante, antes de começar a praticar exercícios ou correr, passar por duas avaliações físicas essenciais, a avaliação médica que apontará possíveis problemas de saúde e a avaliação física que determinará a condição física de cada pessoa, e possibilitará a forma mais adequada para a prática esportiva", aponta Mario Sevilio.

Ele aconselha também que mesmo um corredor amador que seja jovem deve estar ciente da sua situação de saúde. "Às vezes a pessoa pensa não ter nenhum problema da saúde por não ser aparente, mas na prática esportiva corre riscos que vão desde uma câibra, ou lesão até um mal súbito que pode levar ao óbito. No início do programa de treinamento, é fundamental a presença de um profissional de educação física. Com o desenvolvimento gradativo, o acompanhamento ainda é importante, mas não necessariamente com a presença direta em todos os treinos, o profissional de educação física pode orientar a pessoa que se pressupõe já ter uma prática mais frequente e acertada".

Sobre pontos essenciais aos praticantes da corrida de rua, Mario Sevilio destaca, além de calçado e vestimentas apropriadas, a importância da hidratação como principal preocupação que um corredor deve ter. "A hidratação talvez seja o ponto principal para que uma pessoa possa finalizar uma prova ou concluir de forma prazerosa, é importante se manter hidratado, jogar água no corpo e principalmente na cabeça, onde 40% do calor é eliminado, é importante também o uso de bonês molhados".

Mario afirma que o ludo-vicene está mais preocupado com a saúde e destaca que esse fator é extremamente positivo para a qualidade de vida. "As pessoas têm tido mais atenção à saúde e querem ser mais saudáveis, o que é muito importante para a melhoria de qualidade de vida".

Brasil disputa ouro no tatame

Cinco judocas brasileiros encerram a participação no torneio. Os combates começam cedo. Por enquanto, uma medalha de ouro foi conquistada. As finais estão marcadas para as 10h

O Grand Slam de Baku, competição que distribui mil pontos ao campeão, 700 para os vices, 500 para os terceiros e 360 para os quintos colocados, chega ao fim neste domingo, 12. Bruno Mendonça (90kg), Rafael Silva (+100kg), Samanta Soares (78kg), Melina Scardua (78kg) e Camila Yamakawa (+78kg) encerram a participação brasileira no torneio. Os combates começam às seis da manhã, no horário de Brasília. As finais estão marcadas para às 10h.

Os dois brasileiros que lutaram no Azerbaijão ontem (11), caíram nas oitavas de final. Alex Pombo (73kg) fez uma luta equilibrada com Telman Valiyev, do Azerbaijão, conseguindo uma punição de vantagem. Mas no golden score, acabou sofrendo o ippon e se despediu do GS. Mesmo destino de Eduardo Yudy Santos (81kg) que não conseguiu mostrar seu melhor judô, sofreu três punições

contra o japonês Kenya Kohara e foi eliminado.

Em sua segunda competição pela Seleção Brasileira, a novata Stefannie Koyama (48kg), de apenas 21 anos, conquistou a medalha de ouro no Grand Slam de Baku ao derrotar na final Milica Nikolic, da Sérvia. O país chegou a mais três disputadas de pódio na capital do Azerbaijão, mas Eric Takabatake (60kg), Sarah Menezes (52kg) e Gilmara Prudêncio perderam a disputa pelo terceiro lugar, respectivamente, para Orkhan Safarov, do Azerbaijão, Anja Stangar, da Eslovênia, e Julia Kowalczyk, da Polônia.

Foi a primeira medalha de Stefannie Arissa Koyama defendendo as cores do Brasil. Filha de mãe brasileira e pai japonês, a atleta nasceu na cidade de Gunma, no Japão, e chegou a disputar uma competição pela seleção japonesa. Neste ano, por indicação da comissão técnica, participou da Seletiva Tóquio 2020 – I Etapa e



Única medalha até agora no Grand Slam de Baku foi de ouro e conquistada por novata da Seleção Brasileira



Hoje fiz minha estreia em Grand Slam aqui em Baku e consegui conquistar o ouro. Estou muito feliz com essa medalha e agradeço a todos que torceram por mim

Arissa Koyama,
judoca

venceu a disputa, garantindo uma das três vagas na Seleção Brasileira no peso leve (até 48kg).

No último fim de semana, ela lutou o Aberto Europeu de Praga, mas foi derrotada logo na primeira luta. No Azerbaijão, por

outro lado, Koyama conquistou a medalha de forma categórica vencendo por ippon suas três lutas antes da final – contra Aisha Gurbanli (AZE), Maryna Cherneniak (UKR) e Taciana Lima (GBS). Na decisão, pontuou com dois

waza-aris sobre Nicolic.

“Hoje fiz minha estreia em Grand Slam aqui em Baku e consegui conquistar o ouro. Estou muito feliz com essa medalha e agradeço a todos que torceram por mim”, disse Koyama.

1.000

Numero de pontos para o campeão

Sarah fica com a quinta colocação

O Brasil ainda chegou a outras três disputas por bronze com Sarah Menezes (52kg), Gilmara Prudêncio (57kg) e Eric Takabatake (60kg). Sarah estreou com vitória contra Nazakat Azivova (AZE) por waza-ari. Nas quartas, foi para o golden score com Karolina Pienkowska (POL), que acabou sofrendo a terceira punição. Mas na semifinal contra a romena Alexandra-Larisa Florian, foi Sarah quem teve três punições. Na disputa do bronze, acabou sendo projetada por Anja Stangar, da Eslovênia, logo no começo da luta e não conseguiu reverter o resultado, terminando na quinta colocação. História muito parecida com a de Eric Takabatake. Ele venceu Natig Gurbanli (AZE) por ippon e Yanislav Gerchev (BUL) graças a uma punição do adversário no golden score. Na semifinal, encarou mais de dois minutos de golden score contra Mukhriddin Tilovov (UZB) e acabou sofrendo a terceira punição. Na disputa do bronze, contra Orkhan Safarov, do Azerbaijão, foi imobilizado até o ippon. A última disputa de medalha veio com Gilmara Prudêncio (57kg). Ela passou por Gunel Bakirzada (AZE) na estreia por ippon, mas foi derrotada por Chen-Ling Lien (TPE) nas quartas de final.



Governo apoia judocas maranhenses

Com apoio do Governo do Estado, por meio da Secretaria de Estado do Esporte e Lazer (Sedel), os judocas do Cedemac (Centro Desportivo Maranhense de Cegos), Ricardo Lizandro e Domingos Freire, disputam a 1ª Etapa do Grand Prix Internacional Infraero de Judô para Cegos, que ocorreu ontem, no Centro de Treinamento Paralímpico de São Paulo. Cerca de 200 judocas estão inscritos na competição e representaram 17 Estados diferentes mais o Distrito Federal, além da participação confirmada de seis forças internacionais: Argentina, França, Romênia, Rússia, Suécia e Venezuela. Os judocas maranhenses disputam na categoria adulta do campeonato internacional. Para o presidente da Comissão de Análise de Projetos Esportivos Incentivados (Capei), Leonardo Cordeiro, o apoio ao paradesporto maranhense é de grande relevância para o Estado, pois é meio de inclusão social à pessoa com deficiência. “O estado do Maranhão, através da Secretaria de Esporte e Lazer, possa tornar possível o desenvolvimento e apoio ao paradesporto, em especial o grupo do Cedemac está representando o estado nessa competição”.

Joana Maranhão conquista duas medalhas na Espanha

A brasileira Joanna Maranhão, que recentemente trocou o Pinheiros pelo Unisanta, de Santos, disputa sua primeira competição na Espanha. A nadadora está participando do Open de Madrid e na abertura da competição ganhou duas medalhas de ouro nos 200m borboleta e nos 800m nado livre. Nos 200m borboleta, ela bateu o recorde do campeonato ao cravar 2min12s15, mais de cinco segundo de vantagem sobre Carmen Rico Perez, que terminou em segundo. Nos 800m nado livre, Joanna Maranhão marcou 8min45s01, 31 segundos a frente da vice-campeã Isabel Artigas Fernandez. O Open de Madrid será disputado até domingo e Joanna Maranhão ainda vai participar dos 400m medley, dos 400m nado livre e dos 100m borboleta.



Para acertar as contas

Time rubro-negro maranhense praticamente não tem mais chances de classificação, mas pretende dar o troco ao adversário, pois em Salvador foi goleado por 3 a 0 na fase de "ida"



SITE OFICIAL DO MOTO

18h15

Horário do jogo do Moto Club e Bahia

Time do Moto treinou firme para fazer boa apresentação diante do Bahia, na tarde de hoje, pela Copa do Nordeste, no Estádio Castelão

Praticamente sem chances de conseguir a classificação para a segunda fase da Copa do Nordeste, o Moto Club recebe o Bahia, hoje, às 18h15, no Estádio Castelão, pelo Grupo B. O Rubro-Negro maranhense tem apenas dois pontos, seis a menos que o primeiro colocado, exatamente o adversário baiano, que tem oito.

Mesmo que consiga vencer, passando para cinco pontos, ainda assim o Moto não estaria entre os três primeiros colocados, pois o Fortaleza já tem seis.

Por sua vez, o Bahia precisa bater o Moto e torcer por um tropeço do Fortaleza diante do Altos para carimbar a vaga. O Tricolor soma oito pontos, contra seis dos cearenses, três dos piauienses e dois dos maranhenses.

Na primeira partida disputada em Salvador, o Moto foi goleado por 3 a 0 e hoje vai tentar dar o adversário baiano, que é sério candidato a ser dono de uma vaga.

Alterações

Na partida de hoje, o Moto

deverá ter algumas alterações na defesa e no setor de meio-campo. Tote aparece como titular da lateral-direita, no lugar de Diego Renan, que está lesionado. Enquanto isso, o volante Felipe Dias reaparece depois de longo período afastado devido a um estiramento muscular. O segundo volante será Diego Teles. Curuca vai para o banco. A dupla de meias será formada por Válber e Galego, enquanto no ataque permanece a dupla Eduardo-Vinícius Paquetá.

Outros jogos

16h
Campinense-PB x Uniclinc

Náutico x Santa Cruz

19h
Vitória x Botafogo-PB

América-RN x Sergipe-SE

FICHA TÉCNICA



Moto
Ruan; Tote, Ozéia; Wanderson e Chico Bala; Felipe Dias, Diego Teles, Galego e Válber; Eduardo e Vinícius Paquetá.

Técnico: Marcelo Vilar



Bahia
Anderson; Eduardo, Lucas, Éder e Juninho Capixaba; Renê Júnior, Mateus Sales, Renato Cajá e Diego Rosa; João Paulo e Gustavo.

Técnico: Guto Ferreira

Local: Castelão

Início: 16h

Ganhe 50% de desconto para ir ao cinema

Assinantes do jornal O Imparcial sempre ganham

Quem assina O Imparcial participa do Clube Impar, um exclusivo e completo clube de descontos e vantagens com dezenas de estabelecimentos conveniados em São Luís e que oferecem descontos de até 60%. São cinemas, pizzarias, hotéis, restaurantes, academias, salões e muito mais.

Economize e leia conteúdo de qualidade.

Ligue agora e assine!
(98) 3212 2012

O IMPARCIAL

 O Imparcial

 oimparcial

 @oimparcialonline

 impar.online



Menu degustação

O cardápio especial é uma alternativa em conta para clientes e oportunidade para os chefs mostrarem suas especialidades

PÁGINAS 10 E 11

PROVAMOS

O Você, Gastrô visitou o restaurante Beiruth - Lebanese Food, especializado em comida libanesa em São Luís

PÁGINA 8

Elas, temperos e negócios

A cozinha com amor e a sensibilidade para os negócios permite que chefs maranhenses mantenham a qualidade e sabor nos restaurantes que comandam

PÁGINAS 6 E 7

VOCÊ
GASTRÔ

O IMPARCIAL

São Luís,
março de 2017

KARLOS GEROMY / O IMPARCIAL

Muito mais que cremes e sucos

Conhecidos no Maranhão, mas ainda pouco explorados principalmente nas cozinhas de restaurantes da cidade, o bacuri e o cupuaçu podem surpreender em receitas mais elaboradas

PÁGINAS 3 A 5

ÍNDICE

3
4
5OUSE NO
PREPARO

O bacuri e o cupuaçu têm em comum sabor marcante e aroma acentuado e podem surpreender em receitas bem diferentes

9
TÉCNICA E
PERSONALIDADE

Chefs enfatizam a importância do uso adequado de técnicas na cozinha contemporânea para manter a harmonia de sabores

14 RECEITA: CROQUE MONSIEUR



10 E 11

Menu degustação

O cardápio especial é uma alternativa em conta para clientes e oportunidade para os chefs mostrarem suas especialidades



PROVAMOS

8

O Você, Gastrô visitou o restaurante Beirut - Lebanese Food, especializado em comida libanesa em São Luís

GASTRÔ *ilha* 16

E X P E D I E N T E



Diretor-Presidente
Pedro Freire
pedrofreire@oimparcial.com.br

Diretor de Redação
Raimundo Borges
borges@pacotilha.com.br

Superint. de Tecnologia
Celio Sergio
celiosergio@oimparcial.com.br

Editora
Lisiane Martins
lisianemartins@gmail.com

Diagramação
Hellen Gomes
hellenc2012@hotmail.com



Sutileza **amazônica**

Essas são frutas conhecidas no Maranhão, mas ainda pouco exploradas principalmente nas cozinhas de restaurantes da cidade

Lisiane Martins

O bacuri e o cupuaçu são comuns na Região Norte. As frutas têm em comum sabor marcante e aroma acentuado. No Maranhão, elas são consumidas principalmente na forma de suco ou creme, mas existem outras receitas que podem surpreender, porém, poucos se arriscam em prepará-las.

A sutileza do bacuri

Rico em nutrientes o bacuri pode ser adicionado em receitas sofisticadas, desde que haja a utilização de técnicas que garantam a sintonia de sabores e a harmonização perfeita na boca.

Chef da pâtisserie Tuile, Thúlio Carvalho acredita que a parte mais difícil de lidar com a fruta é descascá-la, mas após esse processo se torna fácil de manusear em receitas. “Ela é uma fruta difícil de começar a trabalhar, porque precisa retirar da casca com cuidado para não perder muita polpa. É uma fruta fácil de pegar consistência em qualquer creme ou molho”.

Para mostrar como é simples de manusear, o chef Thúlio acrescentou a fruta em uma receita francesa de mil folhas, que ganhou um toque regional com recheio de brigadeiro de bacuri.

“A fruta, apesar de ser um pouco ácida, com a mistura com o leite condensado ela vai adquirir uma doçura. Para dar uma quebrada no doce do brigadeiro de bacuri ao finalizar a sobremesa, eu coloquei o pó de chocolate para dar um leve amargor no prato”, acrescenta ainda que “depende muito da imaginação e estudo de cada pessoa. Mas são frutas especiais que têm sua doçura e acredito que ainda vai fazer o sucesso dela ainda”.



PAULO MALHEIROS / O IMPARCIAL

“Depende muito da imaginação e estudo de cada pessoa. Mas são frutas especiais que têm sua doçura e acredito que ainda vai fazer o sucesso dela ainda”

Thúlio Carvalho

Mil folhas recheado com brigadeiro de bacuri

Ingredientes (Massa folhada)

500g de trigo
300ml de água
100g de manteiga sem sal
Pitada de sal

Ingredientes (Brigadeiro de bacuri)

1 lata de leite condensado
100g de polpa de bacuri batida no liquidificador
20g de manteiga

Modo de preparo (Massa folhada)

Em uma vasilha, coloque a farinha de trigo peneirada e adicione a pitada de sal. Coloque a massa numa mesa ou bancada e sove bem com as mãos até a massa ficar lisa. Abra com um rolo de macarrão até obter uma espessura de cinco centímetros. Passe a manteiga para folhar com a colher em 1/3 da massa. Dobre uma parte da massa e aplique novamente a margarina. Feche a última parte da massa e dobre as pontas. Pronto leve para assar.

Modo de preparo (Brigadeiro de bacuri)

Misture os ingredientes e mexa em fogo baixo até atingir o ponto de brigadeiro. Deixe esfriar e coloque o brigadeiro em um saco de confeiteiro e recheie a massa folhada já assada.

O marcante cupuaçu

Ótimo para o sistema imunológico, o cupuaçu originário da Amazônia, assim como o bacuri, tem sabor forte. A polpa branca e cremosa também é fácil de manipular e pode ir muito além das receitas tradicionais, transformando-as em delicadas e até mesmo sofisticadas.

A chef da Dolcie Pane, Yasnaia Bonfim, com criatividade usou a fruta em duas receitas diferentes, que fogem do mesmo e surpreendem na apresentação e ao paladar.

Yasnaia elaborou duas receitas. A primeira é

um creme de queijo com cupuaçu. Leve, a mistura tem um sabor que surpreende por causa da perfeita combinação do doce com o salgadinho sutil do queijo. A segunda é o brownie com mousse de cupuaçu com cream cheese. Nesse prato, as duas receitas se completam sem exageros no açúcar.

“Cupuaçu é uma fruta muito perfumada e saborosa. O maior trabalho é extrair a polpa da fruta, mas depois que conseguimos é só aproveitar das características azeda, doce e agridoce que proporciona às nossas preparações”, pontuou.



KARLOS GEROMY/O IMPARCIAL

Mousse de queijo com geleia de cupuaçu

Mousse de queijo

Ingredientes

1 lata de leite condensado
200g de açúcar
1 lata de creme de leite sem soro
500g de queijo minas
12g de gelatina sem sabor em pó

Modo de preparo

Corte o queijo em pedaços pequenos. Em seguida, hidrate a gelatina. Bata todos os ingredientes no liquidificador e adicione a gelatina por último. Leve para gelar por aproximadamente quatro horas.

Geleia de cupuaçu

Ingredientes

500g da polpa do cupuaçu
500g açúcar
100ml de água

Modo de preparo

Leve os ingredientes em uma panela em fogo baixo e adicione a água aos poucos até atingir uma coloração dourada.

Montagem

Em uma taça, coloque um pouco do mousse de queijo. Em seguida, acrescente uma camada de geleia de cupuaçu e complete a taça com o mousse. Leve para gelar e sirva.



Brownie de castanha com mousse de cupuaçu com cream cheese

Brownie de castanha do Brasil

Ingredientes

300g chocolate ao leite
100g de manteiga
3 ovos
80g açúcar refinado
80g açúcar mascavo
240g farinha de trigo
100g castanha do Brasil

Modo de preparo

Derreta o chocolate com a manteiga no micro-ondas ou banho Maria e reserve. Quebre a castanha do Brasil, misture aos outros ingredientes e leve para assar a 180 graus por 25 minutos.

Mousse de cupuaçu com cream cheese

Ingredientes

350g polpa de cupuaçu
395g de leite condensado
150g cream cheese
12g de gelatina em pó sem sabor
4 colheres de sopa de água fria

Modo de preparo

Liquidifique a polpa com leite condensado e misture o cream cheese. Hidrate a gelatina em água fria e incorpore ao mousse. Pronto!



FOTOS: KARLOS GEROMY/D.APRESS./OIMP

Melhores, *até na cozinha*

Bem sucedidas naquilo que fazem, chefs de cozinha mesmo com as dificuldades nos negócios enfrentados por todos que decidem empreender, conseguem com sutileza renovar as energias a cada dia e executar o trabalho com prazer. Profissão que, ironicamente, no pas-

sado, tinha como maioria os profissionais do sexo masculino.

Focados em promover experiências saborosas para os clientes, as chefs Ana Lula e Ligia Rodrigues têm em comum a visão dedicada aos negócios que comandam sem perder o carinho na preparação de alimentos.

Prazer em servir

São mais de 30 anos compartilhando o gosto pela cozinha com clientes em São Luís, e o tempero de Ana Lula ou Juja, como é conhecida, de 63 anos, está nas comidas regionais que ela faz questão de preparar e, principalmente, no carinho em receber.

Mãe de três filhos, avó de seis netos, a cozinheira defende a máxima que “cozinha é lugar de todos”, principalmente daquelas mulheres que estão dispostas a compartilhar carinho através da reunião em volta da mesa, e tornar esse prazer em transformar os alimentos em negócio, não qualquer um, mas negócio rentável.

“As mulheres estão indo para cozinha para ganhar dinheiro, para complementar a renda ou fazer renda única. Isso é possível fazendo um doce, seja fazendo um prato ou vários, e não precisa nem ela abrir um restaurante pra isso, ela pode simplesmente divulgar nas redes sociais e pronto! Já tem cliente no dia seguinte, ela já tem cliente. Sem precisar ter gastos com local, custo de com funcionário, aluguel. Quando você fez bem feito, ninguém tem que se preocupar com endereço... Eles vão onde a comida boa está”, pontua Ana Lula.

Após 19 anos no comandando do extinto Restaurante Antigamente, no Centro Histórico, Ana decidiu abrir o Casa de Juja – Ateliê Gastronômi-



Ana Lula
há mais de
30 anos
transformou
o gosto pela
cozinha em
negócio

co. No restaurante, que já faz parte do roteiro de muitos na cidade, inclusive de turistas, o cardápio chama a atenção pela fartura dos pratos e 90% das receitas são autorais. A decoração do local cheio de “pindurações”, como a própria chef gosta de chamar, é outro atrativo repleto de cor e simpatia, ideal para os registros fotográficos.

Todos os detalhes do local foram pensados por Ana Lula, que está sempre inovando na cozinha, no modo de servir e nos atrativos da casa para sempre atrair novos clientes. Por isso, acor-

dar às 6 horas da manhã para ir do Vinhais à Cohab comprar os peixes que prepara e passar horas escolhendo o melhor produto não é nada se comparado com os diversos comentários que ela recebe dos clientes e faz questão sejam anotados em caderno especial para recados.

“Hoje eu tenho um prazer em tudo que faço aqui no restaurante. Faço questão de ir buscar meu peixe, de escolher. Pesquisa muito para encontrar o melhor, olho um por um. São detalhes importantes para que, quando a pessoa for comer, ela sinta o sabor do mar, por ser um alimento

Elas tiveram a competência de transformar o prazer em cozinhar em negócio, rentável e com muitas possibilidades

QUANDO VOCÊ
FEZ BEM FEITO,
NINGUÉM
TEM QUE SE
PREOCUPAR
COM ENDEREÇO
ELES VÃO ONDE
A COMIDA BOA
ESTÁ

Ana Lula

fresco. Eu não me importo de ir 6h da manhã na feira da Cohab. Faço isso com muita paixão, não tenho preguiça, cansaço e eu vejo esse resultado indo para o prato do meu cliente”, acrescenta.

Os convites para festivais de gastronomia ampliaram a fama do tempero de Juja, que hoje tem um espaço conquistado com dedicação, sabedoria e muito trabalho. E que ela não deve mexer tão cedo mesmo com os convites para mudar de endereço e abrir filiais.

“Cozinhar é paixão! É você gostar de comer e gostar que as pessoas comam e fiquem felizes e digam que gostaram da comida. Não tem coisa melhor do que, ao deitar, ler o meu livro com as mensagens dos meus clientes. É um balsamo”, finaliza Ana Julia.

Casa de Juja – Ateliê Gastronômico
- Rua quatro, nº 20, bairro Vinhas.

Telefones para reservas:

(98) 32754469/981539006/987686716

Concretizando um sonho

FOTOS: KARLOS GEROMY / O IMPARCIAL

A vontade de manter o negócio após o falecimento do marido, chef de cozinha da primeira Confraria do Espanhol inaugurada em 2009, fez com que a administradora Ligia Rodrigues, de 52 anos, se tornasse a chef e desafiasse a crise. “O gosto pela cozinha eu sempre tive e o entusiasmo do meu marido era muito grande, porque ele foi chef na Espanha, trabalhou em Madrid, então, os ensinamentos, fora a graduação em Gastronomia, foram dele, com a prática dentro do restaurante. E isso foi fundamental”, acrescenta.

Bem no auge dos problemas econômicos enfrentado pelo país a cozinheira decidiu tocar o sonho do casal e abriu há oito meses a Confraria do Espanhol em novo endereço, com uma proposta requintada e que exige pulso firme para lidar com o negócio e as adversidades.

“Eu tinha que enfrentar só. Quando eu mudei pra cá, as pessoas me achavam louca de reinaugurar o restaurante em plena crise. Foi uma dimensão bem maior em relação ao restaurante anterior e eu entrei com tudo, de cabeça, para fazer e acontecer. Eu não podia ficar parada e precisava render o que já tinha investido”, lembra Ligia.

Com o jeito especial da mulher em lidar com as situações adversas, ela tem conseguido manter o restaurante no novo espaço no bairro Calhau. As paellas são o carro-chefe do restaurante e atraem apreciadores pelo sabor e o colorido da receita que mistura vários ingredientes, mas, para agradar a todos, no cardápio também se destacam o mix de carnes vermelhas e peixes. A Confraria do Espanhol trouxe de volta a seus clientes os sabores da cozinha espanhola. A decoração rústica com o vermelho em destaque, leques espanhóis fixados na parede, arandelas e quadros de toureiro lembram a Espanha.

A fase crítica foi superada, porém, ela mantém firme o pulso para manter nível



Ligia Rodrigues comanda o restaurante Confraria do Espanhol

“Quando os clientes pedem para me chamar e me conhecer, eles ficam assustados, porque acham que as mulheres só administram se tiver um homem do lado

Ligia Rodrigues

do serviço, mesmo driblando a crise que ainda é muito presente nos negócios. Ligia garante que, apesar do jogo de cintura que ela tem que ter sempre, valeu a pena. “Valeu a pena porque foi um sonho que realizei em fazer uma dimensão bem maior do restaurante com uma repaginada nova. O meu desafio foi concretizado. Quando eu vejo tudo isso, eu me sinto realizada de saber que eu consegui”.

Renovação e novos projetos são sempre pensados para fugir da mesmice e atrair clientes, como aconteceu com o lançamento da paella maranhense, prato solicitado pelos frequentadores do local e querido por muitos. Ideias necessárias para que o sonho e todo esforço possa sempre ser renovado com a admiração de quem passa pelo restaurante. Jeitinho feminino que, por incrível que pareça, ainda surpreende aqueles que descobrem quem adminis-

tra e cozinha na Confraria do Espanhol.

“Quando os clientes pedem para me chamar e me conhecer, eles ficam assustados, por eu ser mulher, porque as pessoas acham que não temos um diferencial de tocar um negócio, porque acham que as mulheres só administram se tiver um homem do lado. Isso me deixa muito orgulhosa. É gratificante quando elas chegam, olham a estrutura e dizem como é maravilhoso e que era isso que estavam precisando em São Luís. É gratificante saber que foi eu que botei cada coisinha no lugar, idealizei tudo”, finaliza.

Confraria do Espanhol
- Avenida Avicenia, nº 14,
bairro Calhau. Telefone para
reservas: (98)981815034/32279195.

PROVAMOS

Beiruth

Arte em
transformar

Cardápio

Uma das principais características da cozinha libanesa é o potencial em mudar a forma de alguns alimentos para compor um prato. Visitamos um restaurante que mantém em cada receita essa particularidade

Para quem gosta de se aventurar apreciando uma culinária completamente diferente da brasileira, São Luís, realmente, possui muitas opções. O **Você, Gastrô** visitou o restaurante Beiruth - Lebanese Food, especializado em comida libanesa, e mesmo para quem não é profundo conhecedor dessa culinária, uma coisa é certa: o cardápio apresentado é extraordinariamente diverso, convidativo e com receitas que representam bem a típica cozinha libanesa.

Localizado na Avenida dos Holandeses, o ambiente é simples e pequeno, mas visualmente bonito e simpático. Durante a nossa visita, o restaurante não estava tão movimentado e era possível apreciar a comida com tranquilidade. Por ser um espaço reduzido, não há presença de músicos, mas ganha pontos por ser bem localizado - Space Room, no Calhau - e por ter um atendimento atencioso. Por ser dividido com outros restaurantes, o estacionamento fica lotado com certa facilidade, transformando o restaurante em um lugar para ser visitado em horários estratégicos (chegue cedo!).

Como dito acima, uma das vantagens do cardápio é a variedade de pratos típicos da culinária libanesa, que trazem cereais e legumes como principais ingredientes, além de kibe, almôndegas e caftas como receitas de destaque. Diante da dúvida em meio à diversidade, escolhemos um "combo" indicado pelo atendimento. Intitulado "Inverno", a sugestão reúne uma combinação de receitas que traziam uma porção de arroz marroquino, duas caftas, uma porção de coalhada, homus, charuto de repolho árabe e um pão sírio para acompanhar as pastas (R\$ 52,00).

A aparência da comida libanesa, em si, não é muito convidativa, mas deixa claro que será uma experiência diferente para quem nunca teve a oportunidade de experimentar. Na ocasião, a apresentação do prato ficou interessante e o atendimento foi cuidadoso ao se preocupar em explicar como cada receita devia ser degustada.

A cafta e o arroz marroquino, que devem ser comidos juntos, formam uma boa com-

binhação e se harmonizam bem na boca. O arroz, temperado com cebola, coentro, castanhas e outras especiarias, é mais seco do que o arroz comum. A cafta, por ter uma textura mais úmida, ajuda a equilibrar os sabores durante a degustação. O sabor dessa combinação é diferente. Não chega a ser ruim, mas provavelmente você não considerará a melhor das receitas que provou, porém, vale a pena experimentar.

A coalhada aparece como alternativa para amenizar os sabores fortes das receitas libanesas e deve ser comida com o pão, que também tem uma textura típica da cozinha árabe. O homus faz parte do time que apresenta um sabor diferente, uma vez que é preparado com grão-de-bico cozido e espremido.

O charuto de repolho árabe, por sua vez, tem um gosto bastante forte e peculiar. Não é uma receita para qualquer paladar.

Os preços no cardápio variam de R\$ 14,90 o sanduíche típico mais barato feito com pão libanês até R\$ 52,00, pagos nesse combo.



Sobremesa

Enquanto o prato principal traz uma explosão de experiências para os menos experientes, a sobremesa é um tiro certo. Na ocasião, o Beiruth - Lebanese Food dispunha como opções o cupcakes de chocolate (R\$ 4,00) e o típico doce libanês "Belewa" (R\$ 7,50), doce árabe folheado de nozes com calda de água de rosas. Sem dúvidas, essa foi a melhor receita da noite.

Critérios de avaliação

Estacionamento



Não tem estacionamento próprio, visto que fica em uma galeria, mas é possível encontrar vagas mais facilmente fora dos horários comerciais.

Ambiente



Há coerência entre a decoração e o tipo de cozinha. É um espaço simples, organizado e pode gerar certo desconforto quando o ambiente está mais movimentado.

Atendimento



Havia três funcionários trabalhando no estabelecimento no horário da visita. O responsável por fazer o atendimento nas mesas foi solícito e paciente. Os outros funcionários, que ficaram atrás do balcão, foram diretos e precisos.

Pratos



Pedidos não demoraram para ser servidos. Visualmente, os pratos estavam harmônicos e com um aroma interessante, que ajudava a criar um clima libanês no ambiente.

Vale a pena



Pela rapidez, cordialidade no atendimento e experiência que essa culinária tão diferente da brasileira proporciona.

Chefs enfatizam a importância do uso adequado de técnicas na cozinha contemporânea para manter a harmonia de sabores

Cozinha com *personalidade*

Lisiane Martins

Não existem limites para a criatividade dentro do mundo gastronômico. Ouvimos sempre falar sobre novos pratos e tendências, muitas gourmetizadas. Mas o que às vezes passa em branco pelos clientes e até mesmo pelos chefs de restaurantes é a utilização adequada de técnicas, necessárias para manter o sabor e a sintonia entre os ingredientes que estão sendo oferecidos. A técnica funciona como uma espécie de ficha técnica, que mantém o padrão da receita.

Há anos atuando no mercado maranhense como cozinheiro e chef do Restaurante Vinagreira, Junior Ayoub, especialista em cozinha árabe, no mês de fevereiro, foi o responsável por lançar o novo cardápio árabe do Restaurante Manu. A intenção foi sair do tradicional e oferecer pratos exclusivos e refinados. Tudo trabalhado em cima de técnicas e contemporaneidade, que legitimam a singularidade dos pratos que elabora em um mercado que ele acredita ser cheio de “invenções”. “A pessoa vai fazer um açaí com cordeiro, mas que técnica será utilizada? O que eu acho que as pessoas fazem hoje são as invenções, não estudam os ingredientes e não sabem a real finalidade do que estão fazendo. A cozinha contemporânea é a técnica e o emocional também, uma cozinha de amor, com sentimento, mas que tem técnica”.

Embaixadora da gastronomia brasileira e chef do restaurante La Vecchia, em Aracajú, Rose Munhós é estudiosa e apreciadora da culinária italiana, e faz questão de usar técnicas da cozinha contemporânea para elaborar os pratos que serve há 12 anos. “Na minha cozinha, as pastas e molhos são muito simples de fazer, mas, se você não aplicar a técnica correta e os ingredientes certos, você não vai ter uma massa com o cozimento ao dente e um recheio com gordura. O chef é uma função dentro da cozinha, mas o que realmente nos identifica é você ser cozinheiro de paixão, que realmente ama seu ofício. Além de gostar do que eu faço, tenho respeito pelo meu cliente, tendo cuidado com a minha matéria-prima”, acrescenta.

Flexibilidade e harmonia

Apesar de a cozinha contemporânea ser muito praticada por permitir flexibilidade no preparo de receitas, é preciso conhecimento. Ao pegar um prato da cozinha tradicional, seja ela brasileira, italiana, árabe, francesa, e acrescentar ingredientes regionais, é importante não perder o foco do objetivo final, sem abrir mão de técnicas essenciais para garantir que o resultado agrade quem consome.

O que não pode passar despercebido entre os clientes é a harmonia de sabores dentro da boca. Essa é a certificação de que a técnica deu certo. “Isso é alta gastronomia, onde você identifica todos os sabores com excelência na harmonia. O que acontece muitas vezes é que as pessoas se valem da boa vontade dos clientes e estão vendendo qualquer coisa com preço absurdo. Eu acho que a gente consegue fazer pratos refinados, com fundamento de alta gastronomia com preço acessível”, acrescenta Ayoub. A gastronomia, principalmente em São Luís, tem dado um salto, não só pela quantidade de estabelecimentos focados em comidas e bebidas, mas também pela variedade de opções. Essa movimentação estimula as pessoas a sair de casa para comer fora, experimentar novos pratos, sabores e possibilidades e, principalmente, sabendo reconhecer o que vale ou não a pena pagar para consumir dando prioridade ao sabor além de tudo.

“A minha cozinha é simples, mas com sabor. Você sente que o tempero é natural e eu nunca saio disso, eu mantenho esse padrão”, afirma Munhós.

Para Junior Ayoub, os pratos servidos atualmente por muitos chefs são ansiosos. “Hoje em dia é técnica e vai voltar a ser sabor, alimento e menos performance. Você vê pratos muito ansiosos, que têm tudo e perdem a simplicidade e a pessoas não sabem o que estão comendo. Acredito que o colorido vai voltar para os pratos. A alta gastronomia é feita de simplicidade, alimentos frescos e uma técnica excelente e que você identifica tudo”, finaliza.



FOTOS: REPRODUÇÃO



Menu degustação é uma alternativa mais em conta para clientes e oportunidade para os chefs mostrarem suas especialidades

De tudo um pouco

Em São Luís, o número de estabelecimentos focados em comida tem crescido nos últimos anos e fica difícil experimentar todas as delícias que esses locais oferecem, tarefa que demanda tempo e dinheiro.

Por esse motivo, alguns restaurantes optam em oferecer uma se-

leção especial de pratos, que às vezes se torna a estrela da casa, como o menu degustação. Dessa forma, o cliente pode experimentar, em apenas uma refeição, pratos diferentes que variam entre entradas, pratos principais e sobremesas em porções menores do que as habituais.

Os chefs geralmente oferecem nesse tipo de menu receitas de sua especialidade, é como se fosse uma amostra do que há de melhor no restaurante, o que eleva o preço cobrado, mas que se torna em alguns casos mais barato do que se a pessoa fosse comer todos separadamente fora do sistema.

Cozinha francesa

O Chez Romy Restaurante, especializado em comida francesa, serve sempre às quintas-feiras o clássico menu degustação. O serviço existe há oito anos mediante reserva que pode ser feita no mesmo dia.

“O menu degustação permite que as pessoas descubram coisas diferentes do cardápio fixo da casa. No menu, as porções são pequenas e as pessoas conseguem comer cinco pratos sem ficarem empanturradas”, acrescenta Daniel Romy.

O menu especial é sempre com duas entradas, dois pratos principais e uma sobremesa por R\$ 155. O serviço oferecido pelo chef Daniel Romy não tem pratos fixos e as sugestões podem variar de acordo com os ingredientes da casa.

Para iniciar, são oferecidas uma entrada fria e outra quente, com camarão, tartar de abóbora e molho de coentro. As opções de pratos quentes variam entre moussaka estilo grego, carne moída de cordeiro com molho branco ou peixes como salmão, costela de cordeiro filé mignon. Para fechar a seleção especial, as sugestões de doces variam entre creme brûlé e pera ao vinho tinto.



Especialidades regionais

O menu degustação também é uma das apostas da chef Ana Lula para mostrar um pouco de cada delícia servida em seu restaurante aos clientes nas quartas-feiras. A ideia faz sucesso principalmente entre os turistas, onde o grupo de 10 pessoas ou mais pode fazer um passeio pelo cardápio especial de degustação com pratos principalmente regionais.

“O menu degustação proporciona o encontro entre pessoas para sorrir, conversar e comer bem um pouco das nossas delícias”.

E como inovar para atrair é uma característica importante da chef maranhense, foi lançado no Dia Internacional da Mulher um sistema de menu degustação com três pratos por valores acessíveis que chamaram a atenção e as reservas foram encerradas três dias antes do lançamento.

No primeiro jantar realizado, o cardápio degustação foi oferecido por R\$ 50 – “Noite dos 50” – e como entrada teve o bouquet verdes, com tomate-cereja confitado, presunto de parma, lascas de parmesão e molho especial. Duas sugestões de massas com medalhão de filé mignon e molho de tomates frescos e o linguini com molho de frutos do mar foram oferecidas para o prato principal. O pudim de coco com calda de ameixas e mousse de maracujá com calda de maracujá eram as doces sugestões para arrematar a noite.

“Esse novo projeto permite trazer os frequentadores que já conhecem a casa e atrair novos clientes. Todas as quartas, vamos trabalhar com o menu degustação, que pode variar entre a noite do 60, 70, 80 e os pratos vão mudando de acordo com o valores oferecidos”, pontua Ana Lula.



Spaghetti ao molho de tomates frescos, medalhão de filé mignon e molho de passas e amêndoas



Linguine ao azeite, alho, manjerição e molho de frutos do mar



Mousse de maracujá



Bouquet verdes, com tomate-cereja confitado, presunto de parma, lascas de parmesão e molho especial

“Esse novo projeto permite trazer os frequentadores que já conhecem a casa e atrair novos clientes. Todas as quartas, vamos trabalhar com o menu degustação, que pode variar

Ana Lula

Selecionamos seis tipos de cafés que vão te ajudar a sair da mesmice na hora de fazer o pedido

Sem rotina no pedido

O café há séculos é uma das bebidas mais consumidas em diversos países, entre eles o Brasil. Com grãos diferentes, ele pode ter várias de-

rivações, as mais comuns são expresso, cappuccino, mocha, café gelado, café com leite, dentre outros. Não há limites para a criatividade quando falamos em sabor.

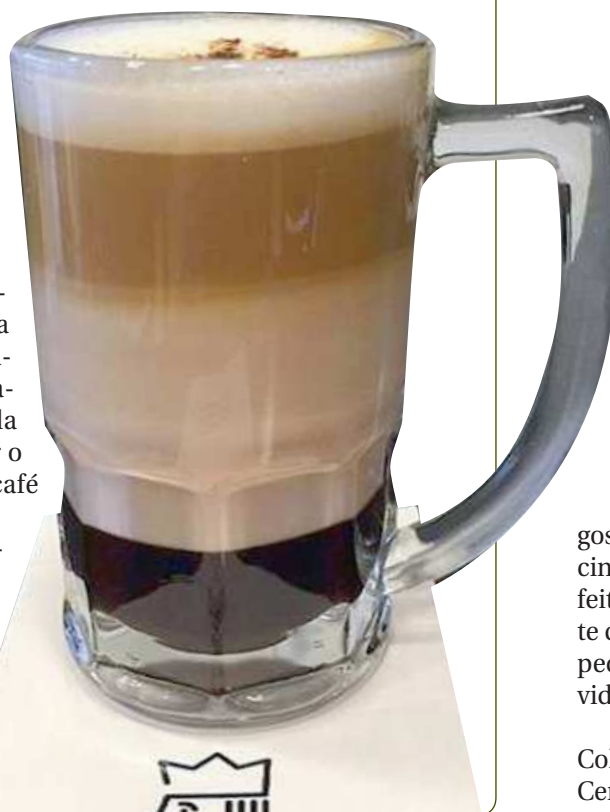
Selecionamos alguns locais onde, além do café tradicional expresso, é possível experimentar variações com chocolates feitos de várias formas para quebrar a rotina.

Mocha

Esse está na lista dos mais pedidos do Café de Rei, e o motivo é simples, a combinação perfeita entre café, leite e chocolate na caneca.

No mocha (R\$ 9,90), o sabor forte do expresso se dilui na sutileza da calda de chocolate e do leite vaporizado, tornando a bebida leve, mas sem perder o aroma e o sabor de café ao final do gole.

Café de Rei - Avenida Luís Eduardo Magalhães, loja 04, Pátio Calhau. Telefone - 3304-9970. Aberto de segunda a sábado, das 9h às 22h.



Frozen de chocolate

Com um pó de chocolate artesanal, o Frozen de chocolate (R\$ 14) do Empório Casa Real é uma das deliciosas sugestões da casa e, assim como o Frozen de Cappuccino, ajuda a amenizar o calor.

A mistura deliciosa leva leite, chocolate artesanal e gelo batido, servida em uma taça com camadas de calda de chocolate e chantili para arrematar.

Empório Casa Real - Rua Eng. Couto, 59, Centro, atrás do Banco do Brasil, Praça Pedro II.

Cappuccino trufado

A fatia de torta de chocolate pode ficar ainda mais gostosa com o cappuccino trufado (R\$ 7,80) da Oficina de Bolos. O café queridinho da casa é feito à base de chocolate, leite quente com cappuccino e, para arrematar, pedaços de chocolate alpino servidos na xícara.

Oficina de Bolos - Avenida Colares Moreira, 1000 - Marcus Center - Renascença II.



Cappuccino gelado

O tradicional cappuccino italiano no Café da Vovó ganhou uma versão gelada, queridinha dos clientes. O cappuccino gelado (R\$ 9) leva cappuccino em pó, sorvete de baunilha batido com gelo. Para arrematar, a taça é decorada com calda de chocolate e creme de chantili.

Café da Vovó – Rua Inácio Xavier de Carvalho, ed. Saint Louis, loja 02 – São Francisco. Telefone 99222 7772.

Cappuccino buriteco

No Buriteco Café, a criatividade no modo de preparar o tradicional café italiano chama a atenção pelos ingredientes e sabor diferente. O cappuccino buriteco (R\$ 8,90) é uma refrescante combinação de cappuccino e água de coco, que leva na finalização chantili e a corânica do ovomaltine. É daquelas preparações que vale a pena experimentar!

Buriteco Café – Rua Portugal nº 188 - Centro.



Expresso com avelã

O café expresso tradicional é um dos mais vendidos do Empório Santa Cruz e, para dar aquele sabor a mais no queridinho dos clientes, o bistrô oferece também o expresso com Nutella (R\$ 7,50) servido na xícara com a borda de creme. Ideal para o fim de tarde.

Empório Santa Cruz – Av. dos Holandeses, Galeria Mall – Calhau.

Receita francesa de lanche rápido pode deixar o tradicional com o sabor e aparência requintados

Croque-Monsieur

Superfácil

O prato é uma receita francesa simples de fazer e apreciada por muitos. O croque-monsieur quer dizer "Senhor que estrala nos dentes", um sanduíche quente que leva na receita original pão, fiambre e queijo, grelhado numa frigideira ou forno.

Para facilitar o preparo, selecionamos o passo a passo de uma receita da Camila Masullo do blog Sal e Flor.

Ingredientes

4 fatias de pão de forma
6 fatias de presunto magro
4 fatias de muçarela
1 xícara de muçarela ralada
6 tomates-cereja cortados e temperados com sal, orégano e fio de azeite
3 colheres de sopa de maionese
1 colher de sopa de cheiro verde picadinho
1 colher de sopa de mostarda
1 colher de sobremesa de mel
Pimenta-do-reino
4 colheres de sopa de catupiry

Modo de preparar

Misture em um potinho a maionese, mel, mostarda, cheiro-verde e pimenta-do-reino. Reserve. Lave os tomates-cereja e tempere com sal, orégano e fio de azeite. Passe a maionese de mostarda e mel em uma fatia de pão de forma. Faça camadas: duas fatias de presunto, duas fatias de muçarela, três tomates-cereja cortados, uma fatia de presunto. Feche com outra fatia de pão passado na maionese de mostarda e mel. Cubra com catupiry e polvilhe o queijo muçarela ralado. Leve ao forno por 15 minutos.



A melhor pizza, **o melhor churrasco**

Pizzaly Pizzas e Churrascaria Companhia da Picanha são eleitas as melhores por internautas nas enquetes do **Você, Gastrô** em fevereiro

Nas duas enquetes lançadas no mês fevereiro, a Pizzaly Pizzas foi a preferida dos internautas na lista com 18 locais para a escolha da pizzaria que melhor serve o prato em São Luís, com 1.028 votos. Essa foi a enquete com maior participação dos internautas até agora, em que 5.217 votos foram registrados.

A Churrascaria Companhia da Picanha, na enquete que elegeu o estabelecimento que serve o melhor churrasco na cidade, recebeu 838 dos 2.135 votos dos internautas e ficou em primeiro lugar na lista de 15 estabelecimentos.

Ambas ficaram no ar durante oito dias, tempo dedicado a votação de quem visita o site vocegastro.com.br.



Pizzas com toque italiano

A cantina localizada na Avenida dos Holandeses, no bairro Olho d'Água, em São Luís, tem um ambiente descontraído, pequeno, mas aconchegante com capacidade para 60 pessoas. A decoração sóbria dá leveza ao espaço. Desenhada no formato de franquia, a Pizzaly Pizzas teve a primeira loja montada no Shopping Pátio Norte. Tempos depois, a cantina foi aberta para atrair clientes de outras regiões da cidade.

No cardápio, mais de 30 opções de pizzas, que variam entre tradicionais e especiais com bordas salgadas, como a "borda pãozinho". Pizzas doces, calzones, lasanhas com massa fresca e sobremesas completam o cardápio.

Pizzaly Pizza e Pasta: Avenida dos Holandeses, 1500, loja 06, Costa Esmeralda Center – bairro Olho d'Água. Telefone: 30894718, 30894721, 988487221. Funcionamento: Terça-feira a domingo das 18h30 às 23h.

Especializada em carnes

Com várias opções de cortes de carnes diferentes, a Churrascaria Companhia da Picanha oferece aos clientes pratos regionais para acompanhar as carnes. Em um ambiente amplo de decoração clássica, o espaço é também ideal para encontros.

Com promoções e rodízios, o restaurante é muito procurado por famílias e grupos de amigos que gostam de fazer uma refeição completa e típica, seja no almoço ou jantar. Além da picanha e demais cortes, o buffet é uma atração à parte.

Companhia da Picanha: Avenida Daniel de La Touche – bairro Cohama. Telefone: 3301 3001.



Quem é o chef?

>> WADHI ABOUD

Wadhi Aboud, coordenador do curso de Gastronomia do Ceuma, gastrônomo pela Faculdade Estácio de Sá do Rio de Janeiro, com cursos de especialização na França e Japão. O gosto pela gastronomia surgiu da necessidade de elaborar receitas para o próprio consumo. Durante a profissão de comissário de bordo, teve a oportunidade de visitar feiras, mercados e restaurantes de 60 países e a prática o levou à busca pela teoria. Carioca Wadhi Aboud chegou a posição de chef de cozinha durante os jogos Pan-Americanos de 2007, onde trabalhou na Comissária Rio. Especialista em cozinha regional francesa e de bistrô, Aboud já prestou consultorias em Brasília, ajudou a abrir restaurantes em Búzios e em 2008 veio para São Luís e começou a coordenar o curso de Gastronomia da Universidade Ceuma, onde divide o tempo entre a gestão da graduação e ministração de duas disciplinas. Ele foi também um dos primeiros na capital a prestar serviços de personal chef.

“A profissão de gastrônomo está consolidada, é um orgulho ver como os nossos egressos estão atuando dentro e fora de São Luís, até mesmo no exterior. Nós estamos aqui para colaborar com esse conhecimento e aproveitar essa oportunidade que temos no Maranhão, uma culinária riquíssima quer seja de terra, quer seja mar”, pontua.



Que Seja Doce

O chef maranhense Thúlio Carvalho participou de uma edição da terceira temporada do programa do canal GNT Que Seja Doce. Ainda não há previsão de quando o programa com o Thúlio vai ao ar. No programa, a cada episódio, o chef Felipe Bronze continua a receber três confeitores que, desta vez, podem levar um ajudante! Seja amigo, parente ou namorado, o que é importante para as provas.

Restaurante

A clínica e loja Árvore da vida, em breve, também será um restaurante. O projeto já está sendo formatado e deve ser concluído ainda este ano e vai funcionar no mesmo endereço da loja, na Rua Professor Luís Pinho Rodrigues, 7 - Renascença II. Além de oferecer diversos produtos, a Árvore da Vida – loja de produtos naturais – inovou e há seis meses oferece refeições e lanches que encham os olhos de cor e o paladar de sabor, além de uma gama de nutrientes para o organismo. A pedida na hora do almoço é o PF, mas bem diferente do que se costuma ver, a sigla faz referência ao “Prato Feliz” que a cada dia é diferente e servido por R\$ 15,90.

Locomopizza na Cohama

Para ampliar o serviço de delivery já oferecido na região do bairro Cohatrac em São Luís, os proprietários da marca Locomopizza, Danilo e André Ribeiro, vão inaugurar ainda este mês nova loja na Cohama. Há quase dois anos no mercado, a pizzaria é conhecida pelos preços populares e massas generosamente recheadas e com massa italiana. Acompanhe a data de inauguração nas redes da marca.

Cozinha De Rose em novo endereço

Em um espaço mais amplo, mas sem perder aquele jeitinho aconchegante, a Cozinha De Rose mudou de endereço, agora o restaurante está funcionando na Rua das Pipiras na Ponta do Farol, região da Lagoa da Jansen.

Assim como no endereço anterior, neste com capacidade para cerca de 60 pessoas. A chef Paula De Rose fez questão de fazer do seu jeito e pensou em cada detalhe, desde a decoração até a finalização do cardápio que está recheado de novidades, como diferentes tipos de hambúrgueres artesanais, pizzas fritas e estão sendo trabalhadas ainda receitas fitness gourmet, elaboradas com a ajuda de nutricionista. A feijoada e o mocotó para duas pessoas estão saindo sempre aos sábados, mas por enquanto só por encomenda que pode ser feita até quinta-feira.



GASTRÔ *ilha*

A influência deles

Pessoas comuns que ganham a admiração de outras nas redes sociais passam a lançar moda, tendências e viram influenciadores com milhares de seguidores em seus perfis de internet

Eles ditam o que vestir, o que comer, onde ir, o que fazer. O status de *digital influencer* (os influenciador da internet) cresce a uma velocidade impressionante nas redes sociais. Eles abordam assuntos de tendências, fitness, moda, beleza, decoração, lifestyle, viagens, gastronomia... e os seguidores só se multiplicam. Em São Luís, a tendência

é esse mercado se expandir. Vários são os blogueiros, fashionistas que têm a Internet como aliada e fazem dela a sua fonte de renda. Alguns ainda estão caminhando para isso. Conversamos com algumas dessas pessoas para saber quem elas são e o que faz com que sejam influência ou inspiração para outras pessoas.

Para a coordenadora do Concurso Miss Maranhão, Vânia Lopes (Studio Márcio Prado), os seguidores buscam perfis que tenham postagens interessantes, boas fotos. Mas também é preciso sorte para aparecer.

“Aqui em São Luís cresceu bastante. Mas depende de sorte também, porque temos meninas belíssimas aqui que não conseguem tanto sucesso, têm que direcionar as postagens para o que o público quer”, aconselha a coordenadora, citando os exemplos de Ihssan Sirotheau, professor do estúdio, que começou do nada e hoje é *digital influencer* com 40 mil seguidores, vários *posts* patrocinados; e da atual Miss Maranhão, Deise D’Anne, que após o concurso pulou de mil para 40 mil seguidores e recebendo financeiramente por postagem.

29 MIL

seguidores a digital influencer Cristal Freire conseguiu em menos de um ano

O brilho de Crystal

Quem também é sucesso nas redes e vem arancando vários suspiros e explodindo o “fôfurômetro” no Instagram é Crystal Freire, de apenas 4 anos. Com a carreira gerenciada pela mãe, Patricia Freire, a miniblogueira, modelo, *digital influencer* e fashionista ostenta mais de 29 mil seguidores em menos de 1 ano que o perfil foi criado e encanta a cada foto que é postada.

“Acho que as fotos agradam, chamam a atenção pelo jeito dela, pela espontaneidade... muitas pessoas elogiam o carisma dela”, conta Patricia Freire, que já começou a pedir ajuda profissional para acompanhar a carreira da garota em campanhas, desfiles. Inclusive, Crystal está cotada para representar o Maranhão no Concurso Miss Brasil Fashionista, onde o estilo e a atitude valem mais do que somente a beleza. “As pessoas têm interesse no que elas vestem, comem e as minifashionistas tem algo para dizer, para mostrar. A Crystal tem um diferencial dela que são as produções e o carisma”, aponta

Vânia Lopes.

Segundo Patricia Freire, Crystal tem atitude mesmo, tanto que ela escolhe o próprio look, muitas vezes, aponta o que gosta, como, por exemplo, as coleções da loja Era Uma Vez.

“Ela desde muito pequena já gostava de se portar diante do espelho, pegava minhas coisas do *closed*, já demonstrava esse gosto pelas fotos, por roupas, sempre brincando espontaneamente. Então, o meu sobrinho teve a ideia de criar um perfil pra ela e, quando postou a primeira foto, já ganhou logo mil seguidores, desde então só tem crescido”, conta.

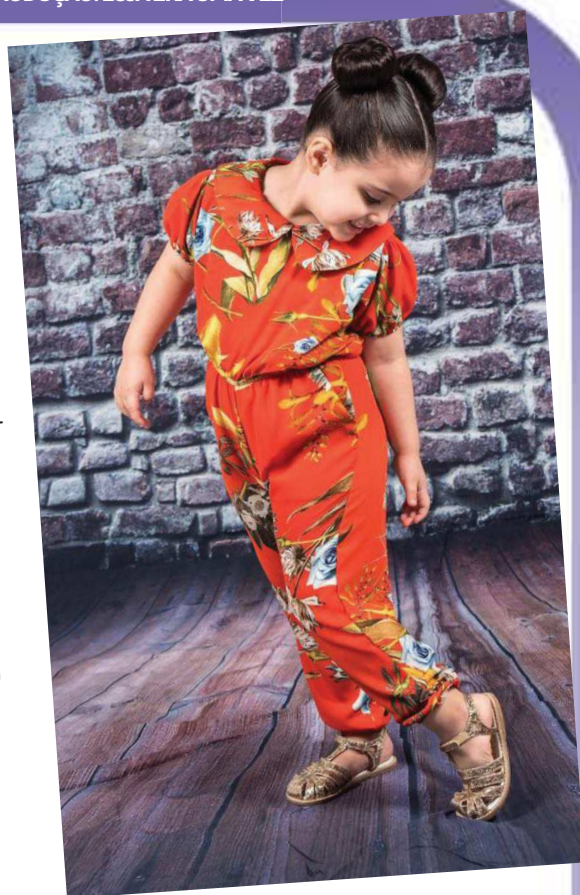
As produções e os looks são os mais diversos em poses pra lá de estilosas. Por conta disso, a mãe passou, em pouco tempo, a receber contatos de empresas de todo lugar requisitando e oferecendo produtos para a pequena Crystal divulgar. Mais recentemente, uma grife de Londrina (PR) enviou uma coleção/lançamento de roupas de balé fashion, que pode ser vista na rede. “O mais interessante é que eu não procurei nada, foi tudo muito espontâneo e ela gosta de experimentar as roupas, posar para fotos, mas tem dias que ela não quer e a gente respeita o tempo de ser criança dela”, conta a mãe.

LOOK E PRODUÇÃO: LOJA ERA UMA VEZ



O mais interessante é que eu não procurei nada, foi tudo muito espontâneo e ela gosta de experimentar as roupas, posar para fotos, mas tem dias que ela não quer e a gente respeita o tempo de ser criança dela

Patricia Freire, mãe



As pessoas têm interesse no que elas vestem, comem, e as minifashionistas têm algo para dizer, para mostrar. A Crystal tem um diferencial dela que são as produções e o carisma

Vânia Lopes, coordenadora do Concurso Miss Maranhão



A Thatiane Abreu me fotografa há 2 anos. Além de ser minha fotógrafa, ela opina e tem feeling pros meus gostos. Grande parte desse reconhecimento, devo a ela

Gabriela Castelo, jornalista



Ditando tendência

Carlos Medeiros, 20 anos, profissão blogueiro. Assim se denomina o *digital influencer* que diz ditar moda em suas postagens. Com quase 30 mil seguidores, ele viu sua rede social explodir em pouco tempo. Em 2015, contava com 10 mil.

“Eu nunca imaginei que pudesse ter essa quantidade de seguidores. Comecei em fevereiro de 2015 e criei um perfil mais para separar o Instagram da minha vida pessoal de blogueiro, e fui fazendo algumas postagens falando daquilo que eu realmente gostava e as pessoas foram seguindo. Comecei a acompanhar vários outros blogueiros que já tinham fama e, de alguma forma, eles me retribuíram seguindo de volta e comentando, marcando amigos, isso foi que me ajudou mais ainda a crescer. Eu posso dizer que, quando cheguei ao final de 2015 com 10 mil seguidores, eu fiquei extremamente feliz, nem eu mesmo acreditei”, conta.

No perfil de Carlos, as postagens são mais de produção de roupas masculinas. Só quando ganhou a primeira roupa, o primeiro relógio, ele viu que poderia monetizar seu perfil, mas precisa fazer um investimento mais profissional, o que, segundo ele, não é tão fácil em São Luís.

“Nunca tive essa consciência de que as redes sociais poderiam ser um negócio. Criei meu Instagram pra falar do blog, compartilhar com as pessoas o que eu sabia de moda masculina, eu queria mudar, tomar as rédeas do que queria vestir, e acho que as pessoas se identificaram com isso. Por enquanto,



estou atrás de uma agência, mas tem muitas coisas em São Luís que me fazem ter o pé atrás, porque é difícil encontrar e as que têm já possuem muitos blogueiros...”, diz.

Enquanto isso, ele alimenta o perfil com fotos caseiras, mas com produção caprichada, que é o que os seus seguidores querem. “Não sei se tem um diferencial, mas posto as coisas que têm a ver comigo, acho que quando você faz aquilo que realmente gosta pode ser o seu diferencial. Essa coisa de ser *digital influencer* antes não me achava, mas comigo aconteceu de eu estar em um show (Aviões Fantasy) e uma pessoa me abordou, me reconheceu, me levou pro grupo dela de amigos e eu amei. Ela disse que a fantasia dela foi inspirada em uma postagem que fiz. Fiquei muito feliz e me deu mais ânimo pra continuar o meu trabalho”, comenta.

Agregando conteúdo

A jornalista Gabriela Castelo tem 27 anos e há 4 levou a sério a questão de monetizar (tornar rentável) o blog Hall das Divas, compartilhando com o internauta o olhar dela na moda também no *Instagram*, quando este se tornou uma ferramenta de acessibilidade aos clientes dela.

Com mais de 11 mil seguidores ela entrou na ferramenta por curiosidade e costumava postar coisas do dia a dia. “Acredito que meu perfil começou a ser seguido com a boa receptividade do meu blog e minhas frequentes participações em programas de TV dos meus colegas. Acho que ajudou bastante e até hoje me ajuda e muito! Percebi que poderia ser um negócio rentável a partir do momento que eu comecei a agradecer publicamente os mimos que grandes marcas começaram a me mandar. Fazia propaganda gratuita inconscientemente, até que eu li uma matéria de #publpost. Daí vi que isso poderia me render alguma coisa. E também despertou interesse de algumas marcas para publicidade. Hoje sou mais seletiva. Cobro sim. Até porque é minha outra forma de ganhar meu pão. Não dá pra fazer tudo de graça. Estou ali divulgando o produto. Meu nome tá em jogo”, afirma.

As fotos mais curtidas são as que têm conteúdo de viagens, dicas de restaurante, ou quando ela posta os looks. E para fazer a diferença, a foto precisa ser boa.

“A Thatiane Abreu me fotografa há 2 anos. Além de ser minha fotógrafa, ela opina e tem feeling pros meus gostos. Grande parte desse reconhecimento, devo a ela. Hoje, qualquer um pode ser *digital influencer*. Eu posso até ser, ou ter essa nomenclatura. Mas eu me sinto mais confortável em dizer que me sinto uma agregadora de conteúdo, uma formadora de opinião”, aponta Gabriela.

A força entre as páginas

Coletivos de escritoras se espalham com o objetivo de aumentar a visibilidade da produção literária feminina

AGÊNCIA CORREIO

Ampliar o espaço feminino no mercado editorial, mostrar que a literatura produzida por mulheres integra diversos gêneros e vai além dos romances afetivos ou autorais, equiparar a publicação e leitura entre autores e autoras. São esses alguns dos objetivos dos coletivos literários criados por mulheres em diferentes regiões do país.

Entre os representantes conhecidos estão Leia Mulheres, Leia Poetisas, Coletivo Marianas, Kdmulheres e Leia Mulheres negras. A ideia principal é preencher, nas livrarias e estantes pessoais, uma lacuna criada pela falta histórica de reconhecimento cultural e intelectual feminino.

Representante brasiliense do Leia Mulheres, uma das maiores iniciativas atuais do gênero, a jornalista Patrícia Rodrigues conta que o projeto surgiu em São Paulo, em 2014, e se espalhou pelo Brasil. O motivo da criação é simples: o mercado editorial ainda é muito restrito e as mulheres não têm tanta visibilidade. Os encontros para debater os livros escolhidos são mensais e Patrícia conta que muitos participantes quebram os próprios paradigmas durante as reuniões. “As discussões são enriquecedoras e percebo que as pessoas estão respeitando mais as opiniões que divergem das delas.



Não existe nada melhor do que debater gênero, maternidade e alguém dizer ‘poxa, vida, não havia percebido isso. Faz sentido’”, conta.

Patrícia lembra que ainda existe a ideia preconceituosa de que mulheres escrevem apenas livros românticos para outras mulheres. “A verdade é que mulher, assim como homem, escreve sobre tudo. Nos encontros discutimos sobre os mais variados temas: profissão, gênero, racismo, preconceito, maternidade, psicopatía”, afirma.



As discussões são enriquecedoras e percebo que as pessoas estão respeitando mais as opiniões que divergem das delas. Não existe nada melhor do que debater gênero, maternidade e alguém dizer ‘poxa, vida, não havia percebido isso. Faz sentido’

Patrícia Rodrigues, jornalista

Mais demanda

Para a mediadora do Leia Mulheres, o projeto possibilita que mais pessoas conheçam autoras que muitas vezes não seriam a primeira opção de leitura. Com o aumento de demanda, aumenta a oferta. Essa ampliação do mercado pode fazer com que mais meninas se sintam motivadas a começar a carreira literária. A ideia é incentivar a leitura de autoras de diferentes partes do mundo, expandindo o eixo Estados Unidos — Inglaterra. “Eu indicaria as obras da nigeriana Chimamanda Ngozi Adichie, as narrações são de tirar o fôlego”, conta Patrícia Rodrigues.

Criado como subgrupo do projeto, o Leia Poetisas aproxima a poesia dos leitores, mostrando que os versos não precisam ser vistos como algo complexo ou inacessível. A escritora brasiliense Patrícia Colmenero é uma das criadoras do grupo no Distrito Federal e conta que a ideia é incentivar as pessoas a experimentar as brincadeiras que a poesia cria com as palavras e a linguagem. “A poesia é uma área mais marginal dentro da literatura brasileira e como as mulheres já são marginalizadas de uma forma geral, na poesia são mais ainda”, afirma a autora.

A professora e pesquisadora Bianca Gonçalves criou o grupo Leia Mulheres Negras e estuda a questão das autoras negras e da literatura marginal-

periférica. A página foi idealizada para suprir a dificuldade de encontrar conteúdos com essa temática e para reunir o público interessado. Bianca conta que o retorno tem sido positivo, com mensagens diárias de agradecimento e sugestões. “Acredito que o gesto seja importante para dar visibilidade às autoras que são pouco divulgadas ou sequer são publicadas por editoras e, por isso, não dispõem de um aparato de publicidade, pensando que a experiência da autopublicação é recorrente entre autoras negras”, afirma.

Diferença histórica

De acordo com o livro *Literatura brasileira contemporânea*, de Regina Dalcastagné, publicado em 2012, 72% dos autores publicados no Brasil são homens, brancos, de classe média, moradores do Rio de Janeiro e São Paulo, professores ou jornalistas. As mulheres continuam sendo minoria no mercado editorial.

Conheça os coletivos

Coletivo Marianas: www.coletivomarianas.com

Leia Mulheres: www.leiamulheres.com.br

Leia Mulheres Negras: www.facebook.com/leiamulheresnegras

Kdmulheres: www.kdmulheres.com.br



GRUPO ZILDÊNI FALCÃO

Não perca hoje no programa Arte & Cor!



EM FOCO: A PALESTRANTE ALETÉIA LOPES FALA SOBRE A MULHER DE ALTA PERFORMANCE, EM PALESTRA MINISTRADA NA ACM-MA.



PODE ENTRAR: IÊDA FALCÃO ENTREVISTA A EMPRESÁRIA LUZIA RESENDE, PRIMEIRA MULHER À FRENTE DA ACM-MA.

ARTE DA TERRA: A APRESENTADORA MADALENA NOBRE ENSINA O PASSO A PASSO DE UM DELICIOSO BACALHAU.



PRA COMEÇAR O DIA BEM INFORMANDO, SINTONIZE 102,5 MHZ. JORNAL DA PAN, DE 2ª A 6ª ÀS 6h DA MANHÃ!



Arte & Cor, mais que um programa, um estilo de vida
RedeTv canal 8.1. Exibições: Sábado 12h, domingo 12:30h, 3ª e 5ª às 16h.



GRAVIDEZ

Aos 40 anos, atriz Karina Bacchi recorreu à fertilização in vitro
Página 3

PANCAKE BRAIDS

Conheça o penteado dos sonhos
Página 6

MODA

Conheça as famosas que prometem marcar o cenário fashion este ano
Página 7

Elas merecem RESPEITO

A luta da mulher é diária, mas é preciso saber e entender o motivo dela

Páginas 4 e 5



São Luís, domingo, 12 de março de 2017

APPS PARA PERDER PESO FUNCIONAM?

O celular se tornou item indispensável para se comunicar, se divertir, trabalhar, pagar as contas. Mas será que alguns programas para o aparelho ajudam até a eliminar os quilos extras? Essa foi a pergunta que estudiosos da Universidade da Califórnia, nos Estados Unidos, responderam em uma pesquisa com 404 voluntários. Metade deles integrou um programa de emagrecimento por meio de redes sociais e aplicativos, enquanto a outra parcela só recebeu orientações gerais. Após dois anos, para desapontamento de todos, não houve diferença na perda de peso entre os dois grupos.



TOMÁS ARTHUZZI

VOCÊ SABIA?

Pimenta-do-reino melhora digestão

A versão preta é seca com a película que a envolve, o que garante mais picância, e a branca passa por esse processo sem a casca — por isso, tem sabor suave. O tempero tem ação antioxidante. E mais: segundo uma pesquisa publicada no periódico *Nutrient Journal*, ele age nas enzimas digestivas, aumentando a absorção das vitaminas B e C, selênio e betacaroteno durante uma refeição.



BRUNO MARÇAL

As pimentas preta e branca vêm da mesma semente! A diferença está apenas na secagem

E X P E D I E N T E

Tudo

Diretor-Presidente
Pedro Freire
pedrofreire@oimparcial.com.br

Diretor de Redação
Raimundo Borges
borges@pacotilha.com.br

Superint. de Tecnologia
Celio Sergio
celiosergio@oimparcial.com.br

Editor
Jeferson Lauande
jefersonlauande@gmail.com

Diagramação
Hellen Gomes
hellenc2012@hotmail.com

OUVIR

O pós-carnaval não está tão ruim assim para os fãs do Coldplay. A banda liberou uma nova música e confirmou o lançamento de um EP para junho. De acordo com Chris Martin, *Kaleidoscope* terá cinco faixas e será uma espécie de “irmã” do álbum *A Head Full of Dreams*, lançado pela banda em 2015.



LER

Poesia 1930-1962, de Carlos Drummond de Andrade. O poeta Carlos Drummond de Andrade talvez tenha apenas dois rivais em língua portuguesa — Camões e Fernando Pessoa. “Poesia 1930-1962 — Edição Crítica” contém o que há de melhor do escritor mineiro. É, digamos, sua bíblia. Aí está o Drummond, modernista total, de corpo e alma.

VER

Vai aproveitar o domingo com a família e amigos? A dica é assistir *Internet – O Filme* que desde a semana passada encontra-se em cartaz em todos os cinemas.



Em exibição em todos os cinemas de São Luís, filme leva para as telonas alguns dos principais youtubers do país, como Júlio Cocielo (Canal Canalha), T3ddy, Igã (Igã Underground), Gabi Lopes, Cellbit, Mr. Poladoful, Felipe Castanhari (Nostalgia) e tem também a rainha maranhense, Thaynara OG.

REPRODUÇÃO / INTERNET)



QUE FOTO!

Amelia Earhart, 1ª mulher aviadora que voou cruzando o Oceano Atlântico (1928)

Gravidez após os 50 ANOS

É possível, mas com cuidado e atenção redobrada

JEFERSON LAUANDE

A busca pela independência seja ela financeira ou pessoal, o corre-corre diário e a falta de tempo para cuidar de si, ou, de outra pessoa, parece até algo simples de se resolver, mas não é. Mas, além disso, tem outro detalhe: a saúde. Não é fácil gerar um filho e ter a certeza que ele terá os melhores cuidados e toda atenção que merece, se não tem tempo hoje, o ideal é esperar, o problema é que a espera pode demorar e dificultar mais ainda o processo natural para se ter uma criança. No Brasil, o total de procedimentos para fertilização in vitro saltou de 13.527, em 2011, para 27.871, em 2014. O caso mais recente e que ganhou a repercussão nacional do tema é o da modelo, atriz e apresentadora Karina Bacchi.

Grávida de 4 meses de uma “produção independente”, Karina Bacchi explica que recorreu à fertilização in vitro por medo de não conseguir mais engravidar. A apresentadora de 40 anos conta que foi obrigada a tomar a decisão por correr o risco de não poder ser mãe pelos métodos naturais.

“Eu tinha operado e corria até o risco de nunca engravidar. Não poderia arriscar por mais tempo, por conta da minha idade, e tinha me separado... Não queria sair pela rua e encontrar qualquer um só para fazer um filho.

SAIBA MAIS

No Brasil, o total de procedimentos para fertilização in vitro saltou de 13.527, em 2011, para 27.871, em 2014.

Achei que o doador seria mais seguro”, explicou.

A loira disse ainda que sabe muita coisa do doador e que não pretende esconder a identidade do pai biológico da criança, caso um dia ela pergunte.

Karina conta que procurou um doador cujas características físicas e de personalidade fossem semelhantes às dela. “Tive acesso a fotos, informações pessoais, embora não tenha contato nenhum. Queria algo que fosse uma extensão de mim mesma.”

A decisão recebeu o endosso da família e de seus amigos próximos. Ela afirma ter consciência de que a responsabilidade com a criança não será, de imediato, compartilhada com um parceiro, mas não se preocupa.

“Não faço nada na louca, estou preparada para isso. Depois que me separei, comprei minha casa já com um quarto esperando por um filho, tenho uma estrutura financeira boa, me preparei para dar o melhor a ele.”

Apesar de ter optado pela fertilização, Karina não descarta a ideia de ter outro filho naturalmente. “Não é porque tive um de forma independente que quero ser independente para o resto da vida. Quero um marido para compartilhar. Quantos casais têm filhos vindos de outras relações?”, diz.

Não há nada mais que impeça as mulheres de engravidar após os 50 anos de idade. Segundo a resolução Resolução nº 2.121/15, aquelas que desejarem tornar-se mãe nessa faixa etária podem fazê-lo desde que, junto com seu médico, assumam os riscos de uma gravidez tardia. “A mulher que engravida com mais de 50 anos tem maior risco de desenvolver diabetes gestacional, hipertensão e ter um parto prematuro”, explica o médico ginecologista, Dr. Jean Louis Maillard (CRM-SC 9987, CRM-RS 13107 e RQE 5605).

Assim, a mulher que deseja engravidar mesmo estando acima dos 50 anos precisa, apenas, ter as condições clínicas ideais para gestar. “Não estar acima do peso, não ter doença como hipertensão ou diabetes, ou qualquer outra doença associada e passar pela avaliação médica”, enumera o especialista. O recomendado pelo Dr. Jean é que a mulher avalie seu estado geral de saúde com um geriatra ou cardiologista antes de se submeter a uma fertilização in vitro, por exemplo, para ter certeza de que o organismo está preparado para a gestação. Também orienta a mulher a consultar um obstetra previamente para garantir a assistência no pré-natal, durante o parto e após o nascimento do bebê, caso o procedimento resulte em gravidez.

Tive acesso a fotos, informações pessoais, embora não tenha contato nenhum. Queria algo que fosse uma extensão de mim mesma

Karina Bacchi





A RESISTÊNCIA E importância da mulher

A luta da mulher é diária, mas é preciso saber e entender o motivo dela

JEFERSON LAUANDE

O dia 8 de março não começou no dia 8 de março. Começou com a Clara Zetkin, uma socialista que apresentou em um congresso socialista [2º Congresso Internacional de Mulheres Socialistas], em 1911, uma proposta de um dia internacional para as mulheres. Então, como socialista, ela queria uma coisa geral. Naquela época, mais ou menos como agora, havia uma série de dificuldades. Mas naquele momento, a situação era pior.

As mulheres não tinham horário de trabalho. Então, trabalhava 12 horas, 15 horas, as crianças trabalhavam. Quando as mulheres, naquela época, saíram às ruas com essa proposta - ainda era época do czar - elas achavam, e aí já não eram as socialistas, que podiam conseguir do czar um certo apoio, uma certa redução da jornada, mas ele mandou a polícia para cima delas e foi um morticínio total.

Depois disso, sempre do ponto de vista político, as mulheres continuaram a lu-



tar por um dia de reivindicação, um dia de luta, não festivo. Mas em vez de pensar em luta, o que a sociedade capitalista inventou? Vamos dar bombons e flores. Ora, elas não queriam bombons e flores apenas. O que elas queriam era a igualdade de direi-

tos e de deveres como está na Constituição de 1988.

Todo dia milhares de brasileiras sofrem assédios e agressões. Apesar dos homens serem vítimas de mais 80% dos homicídios do Brasil, a violência contra a mulher preo-

cupa porque os agressores geralmente são namorados ou familiares. E o abuso sexual de meninas é um problema que as pessoas não veem e por isso acreditam que não existe, pois poucas meninas contam o que sofreram, infelizmente, e, com isso, o número só cresce.

O feminismo avançou muito ao longo dos anos, mas a consolidação dos direitos das mulheres no mundo nunca foi, de fato, consagrada. Na sociedade não existe, nunca [houve], uma consolidação. O que existe é sempre um processo.

Apesar de tantos problemas reais, muitas feministas preferem se ocupar com questões imaginárias. Só nesta semana, acusaram a atriz Emma Watson — ela própria defensora de causas feministas — de promover a “objetificação do corpo feminino” ao aparecer com parte dos seios à mostra na revista “Vanity Fair”.

Também criticaram a grife Saint Laurent por divulgar imagens que seriam degradantes para as mulheres, sem notar que a marca há um bom tempo usa imagens ousadas nos anúncios.

No passado, o feminismo lutava pela liberdade individual e por direitos básicos como os de votar e frequentar escolas. Hoje o movimento se perde em “bobagens triviais”, como diz a ativista somali Ayaan Hirsi Ali (que quando criança sofreu mutilação genital e foi impedida de estudar pela família muçulmana).

O Kinder Ovo já sofreu boicote por criar uma versão azul, para meninos, e outra rosa, para meninas. Homens vestidos de mulher no carnaval? Vetados, pois reproduzem estereótipos de gênero. Até mesmo homens defensores do feminismo ganham cara feia: estariam roubando o “lugar de fala”, o protagonismo das mulheres.

Antes guerreiras da liberdade de expressão e da liberdade sexual, feministas são novas carolas a criar regras moralistas. Disparam contra a prostituição e a pornografia –cuja legalização era bandeira do movimento até os anos 1990.

No passado, o feminismo lutou para ampliar o direito de escolha das mulheres. Hoje, ele ridiculariza modos de vida que não seguem a cartilha feminista. Se uma mulher decide ser bela, recatada e do lar, logo se improvisa uma forma de deslegitimar sua escolha – ela teria sido “influenciada pelo patriarcado” ou “aderido à cultura do opressor”.

Obcecadas em enxergar relações amorosas como relações de poder, acostumadas a culpar o homem branco heterossexual por todos os problemas sociais, feministas desse tipo sabotam a própria causa.

No Brasil, o feminismo xucro está conseguindo criar oposição até mesmo a uma causa de enorme apelo –a garantia de direitos individuais para todos os sexos. Elas próprias, as mulheres não podem deixar que isso aconteça. Precisam evitar que adolescentes reclamonas ridicularizem questões tão importantes da luta por direitos individuais.

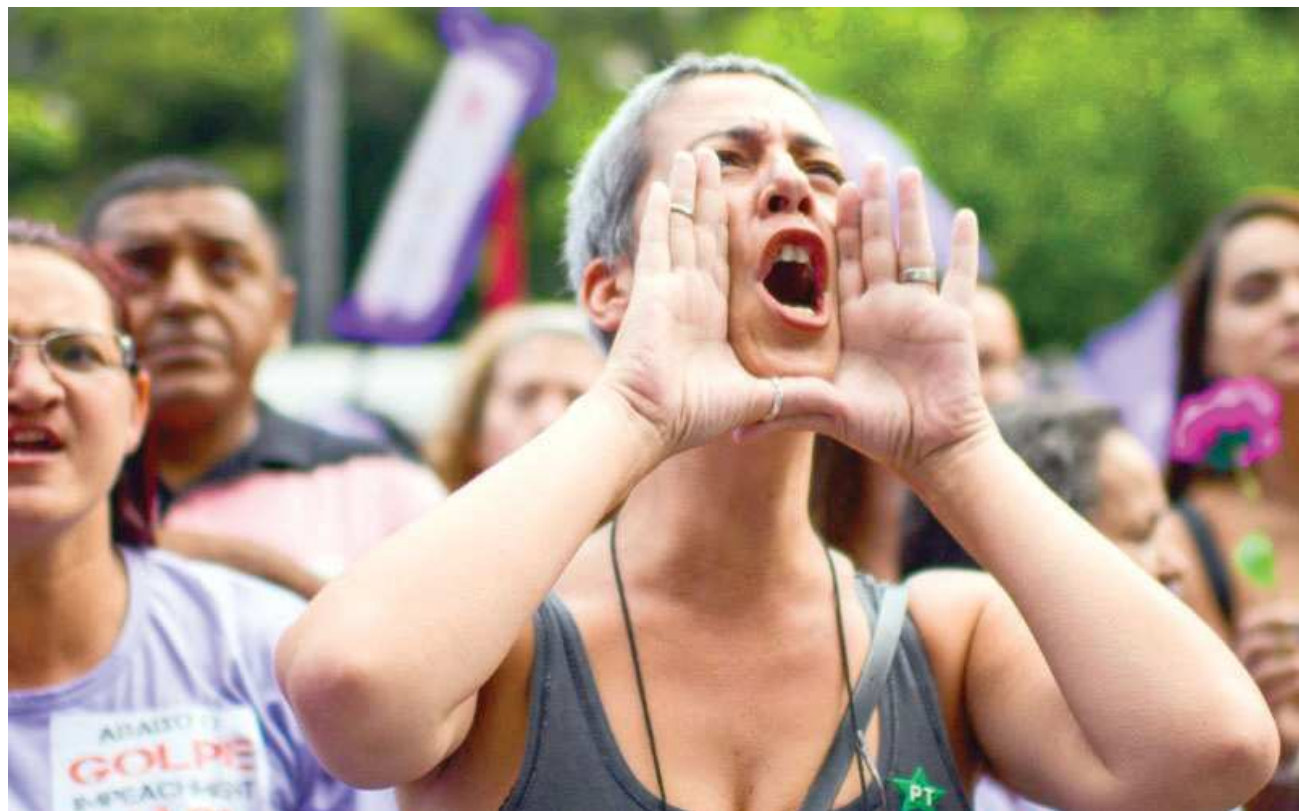
Mas elas buscam algo a mais. Não é a luta para ter a voz maior que os homens, pelo contrário. É a igualdade, é trabalhar no mesmo setor e ter o mesmo salário, é ter a mesma força na política é comandar também empresas importantes.

As mulheres já representam mais de 49% do mercado de trabalho mundial, segundo a Organização Mundial do Trabalho (OIT), mas ainda têm pouca representatividade em cargos de liderança.

O índice de mulheres em cargos de CEOs e de diretorias executivas no Brasil chegou a 16% em 2017, segundo a pesquisa International Business Report (IBR) –Women in Business, da Grant Thornton. No ano passado, o índice era de 11% e em 2015 era de apenas 5%.

Mesmo com um índice baixo, o Brasil está à frente da média global, de 12% de mulheres no cargo de CEOs. A Tailândia é o país pesquisado com mais mulheres neste cargo, com 40%. Nova Zelândia, com 2% e Austrália e Irlanda, com 3%, apresentam os piores indicadores.

Mas não se pode esquecer de forma alguma, toda mulher merece respeito, a sua luta de antes, de hoje e amanhã. Infelizmente no Brasil, existem pessoas que propagam o machismo e ódio às mulheres e homossexuais. Isso ajuda algumas pessoas atentas à pauta do feminismo a se indignarem. Isso tende a tomar força tanto nos Estados Unidos, quando na América Latina e mesmo com inúmeras lutas, a média salarial no Brasil entre homens e mulheres é de 25%.




As mulheres já representam mais de 49% do mercado de trabalho mundial, segundo a Organização Mundial do Trabalho (OIT)




Apesar de tantos problemas reais, muitas feministas preferem se ocupar com questões imaginárias



O PENTEADO dos sonhos

Pancake braids, o penteado que dominou o Instagram e é fácil de fazer: saiba o que é e aprenda a colocar este look na sua rotina

Esqueça as tranças espinha de peixe, embutidas ou boxer. O penteado do momento tem um nome muito mais apetitoso do que você poderia imaginar: pancake braids. E, por mais que

o nome indique, o penteado não tem nada a ver com as deliciosas panquecas norte-americanas, e tudo com uma técnica que dá mais destaque para os fios.

O que são pancake braids?

Se você não entendeu nada sobre a nova tendência, não se preocupe, nós explicamos: as pancake braids nada mais são do que tranças mais expostas. E, para isso, você não precisa saber de nenhuma técnica diferente ou muito complicada.

Basta começar a trança como você faria tradicionalmente, prendendo os fios com um elástico no final. O truque vem, justamente, na finalização do look. O mais importante é você usar os dedos para soltar mais os fios, os gomos da trança, e deixá-la mais 'chata' (plana) e larga.



A ideia é usar os dedos para soltar os gomos da trança

O resultado é um penteado com uma cara mais bagunçada e despojada, não tão certinha como uma embutida ou uma versão espinha de peixe. É um penteado incrível para um fim de semana preguiçoso ou para as férias na praia, por exemplo. Não à toa, o penteado tem aparecido com frequência no Instagram.

O ideal é começar a soltar os fios de baixo para cima, para não ter perigo da trança soltar inteira e você precisar recomençar o processo. E, como todo tipo de trança, as pancake braids não precisam ser apenas aquela versão solta sobre as costas. Você pode adaptá-las para coques, coroas e outros penteados trançados.



As pancake braids podem ser adaptadas para diferentes tipos de penteado

Elas vão dominar a moda

Conheça as mulheres que prometem marcar o cenário fashion este ano, levando o poder feminino para a moda e beleza

Em maior parte, a moda sempre foi focada em um público específico: as mulheres. Ainda assim, existe um longo caminho até elas serem verdadeiramente representadas no mercado fashion: entre CEOs de marcas e diretoras criativas de grandes maison, elas são minoria. Mas isso está mudando e selecionamos algumas mulheres incríveis que prometem ser um destaque e tanto na moda este ano.

IMAXTREE



Maria Grazia Chiuri é a designer da Dior que colocou o feminismo na passarela

Maria Grazia Chiuri (Dior)

A primeira mulher no comando da Dior em seus quase 70 anos de existência, Maria Grazia já começou a sua fase na marca com um manifesto feminista: ela desenhou camisetas com os dizeres 'Deveríamos todas ser feministas' e colocou nas modelos no seu primeiro desfile para a label, no ano passado. A sua segunda coleção ready to wear apresentada para a casa não ficou para trás quando se fala em ativismo político, apesar de mais discreto, e o mínimo que podemos esperar é que ela siga unindo as duas coisas nos próximos meses.

GETTY IMAGES



Stella McCartney

Stella McCartney é um dos maiores nomes da moda atual. A designer é uma pioneira quando se fala em moda sustentável: ela utiliza apenas fibras naturais e se recusa a colocar peles e couros animais nas suas criações. Além disso, ela foi na contramão da moda e decidiu abrir também uma coleção de roupas masculinas, criadas por ela própria, uma decisão inédita para uma mulher no ramo.

REPRODUÇÃO/INSTAGRAM



Marina Ruy Barbosa

Já um sucesso no Brasil, Marina Ruy Barbosa escolheu 2017 para dominar o mundo. A atriz brasileira se tornou uma sensação do street style na temporada de verão 2017 em Paris, e no começo do ano já teve a honra de desfilarem pela Dolce & Gabbana. Aos poucos, ela ganha o posto de influenciadora e ícone de moda e seus looks já se tornam uma sensação no país todo.

GETTY IMAGES



Rihanna

Há tempos Rihanna tem se mostrado uma potência fashion. A cantora criou coleções em parceria com a Puma que se tornaram um sucesso instantâneo e ditaram moda no mundo todo (o sucesso dos slides é um exemplo). Suas próximas coleções prometem não ser diferentes, e além de criar peças que são um destaque no mercado, ela também tem feito o possível para chamar atenção para causas femininas e feministas, com uma instituição focada no câncer de mama e ajudando em projetos que incentivam a educação de meninas em países menos desenvolvidos.

REPRODUÇÃO



Martha Medeiros

A designer brasileira fez escola com seus looks de renda feitos à mão e tem conquistado cada vez mais espaço na moda internacional. Jamie Chung, Patrícia Arquette, Busy Phillips e Jessica Alba são alguns dos nomes que já usaram criações da estilista no red carpet nos últimos tempos, levando o artesanato brasileiro para o mundo inteiro cada dia mais.



SEU MELHOR HAMBÚRGUER GOURMET

#VEMPRASTAY

Av. dos Holandeses, Galeria Cristal, loja 5 - Olho d'Água . Delivery 3304-3267 . Facebook STAY HAMBURGUERIA . Instagram @stayburgeroficial

Stay
HAMBURGUERIA

LIMPEZA pós-carnaval

Ainda tem tempo para limpar o organismo e o corpo. Confira as dicas e comece o ano agora

Suco detox



Muitas pessoas ingerem bebida alcoólica na época, por isso, que tal limpar seu organismo com um suco leve, natural e muito saudável?

Ingredientes: 1 pera (que tem poder antioxidante), 1 limão (que é cheio de vitamina C), 8 gramas de gengibre (um poderoso anti-inflamatório), 1 pepino (muito hidratante), 2 folhas de couve (que contém vitamina A). O ideal é que você passe todos os ingredientes em um juicer, mas, caso não tenha o aparelho, pode bater tudo em um liquidificador e coar o líquido em seguida.

O pós-carnaval no último fim de semana foi agitado, não é? Após tantas festas, bloquinhos de rua, camarotes e trios elétricos, chegou a hora de desintoxicar! E para isso nada melhor do que receitas caseiras para "limpar" o corpo e o organismo de tanta agitação.

Máscara esfoliante natural



Se você ficou horas em bloquinhos de rua, provavelmente suou muito, ficou com muito glitter colado no rosto e teve contato com a poluição da cidade. Para limpar a pele profundamente e desintoxicá-la, aprenda a fazer um esfoliante facial com frutas

INGREDIENTES:

- 4 cubos grandes de abacaxi (rico em enzimas que penetram na pele e "devoram" a sujeira)
- 4 colheres de mamão em cubos (rico em Vitamina A)
- 4 morangos grandes (uma fonte natural de ácido salicílico, poderoso bactericida)
- 2 colheres de sopa de mel (um agente hidratante)
- 2 colheres de sopa de iogurte orgânico (Fonte natural de ácido lático, que dá um brilho mara na pele)
- Açúcar mascavo (esfoliante natural)

Bata tudo no liquidificador, menos o açúcar mascavo, até obter uma pasta. Em seguida misture 2 colheres de café do açúcar com uma colher de sopa da mistura de fruta e aplique no rosto fazendo movimentos circulares, para obter uma esfoliação da pele. Deixe no rosto por 10 minutos e em seguida enxágue com água. Você pode guardar a máscara na geladeira, ela vai durar por 2 dias.

FOTOS: DIVULGAÇÃO



Antônio Pitanga, Karla Pires e Breno Ferreira

'Walter do 402' em pré-estreia no Rio de Janeiro

Famosos estiveram presentes na pré-estreia do curta *Walter do 402* no Rio de Janeiro. No elenco, inclusive, temos nomes importantes como os atores Aracy Cardoso, que atua em *Sol Nascente*, na Rede Globo, e Antônio Petrin, que atua na novela *Escrava Mãe*, na Rede Record.



Karla Pires, Alcione Mazzeo e Breno Ferreira



Fátima Montenegro, Aracy Cardoso, Alcione Mazzeo, Breno Ferreira, Daniela Fontam e Gustavo Arthidoro



Fátima Montenegro e Breno Ferreira

Maranhenses

O curta chega a São Luís no próximo mês e o interessante é que tem maranhenses fazendo parte da equipe do filme. Inclusive, o paulista Breno Ferreira receberá o título de cidadão maranhense também mês que vem.

Em sua pré-estreia em Copacabana, os atores da peça *Pão com Ovo* foram prestigiar o trabalho dos colegas levando, é claro, muitas risadas nos bastidores.



Parte da equipe e elenco durante apresentação



Gustavo Arthidoro, Breno Ferreira e César Boaes



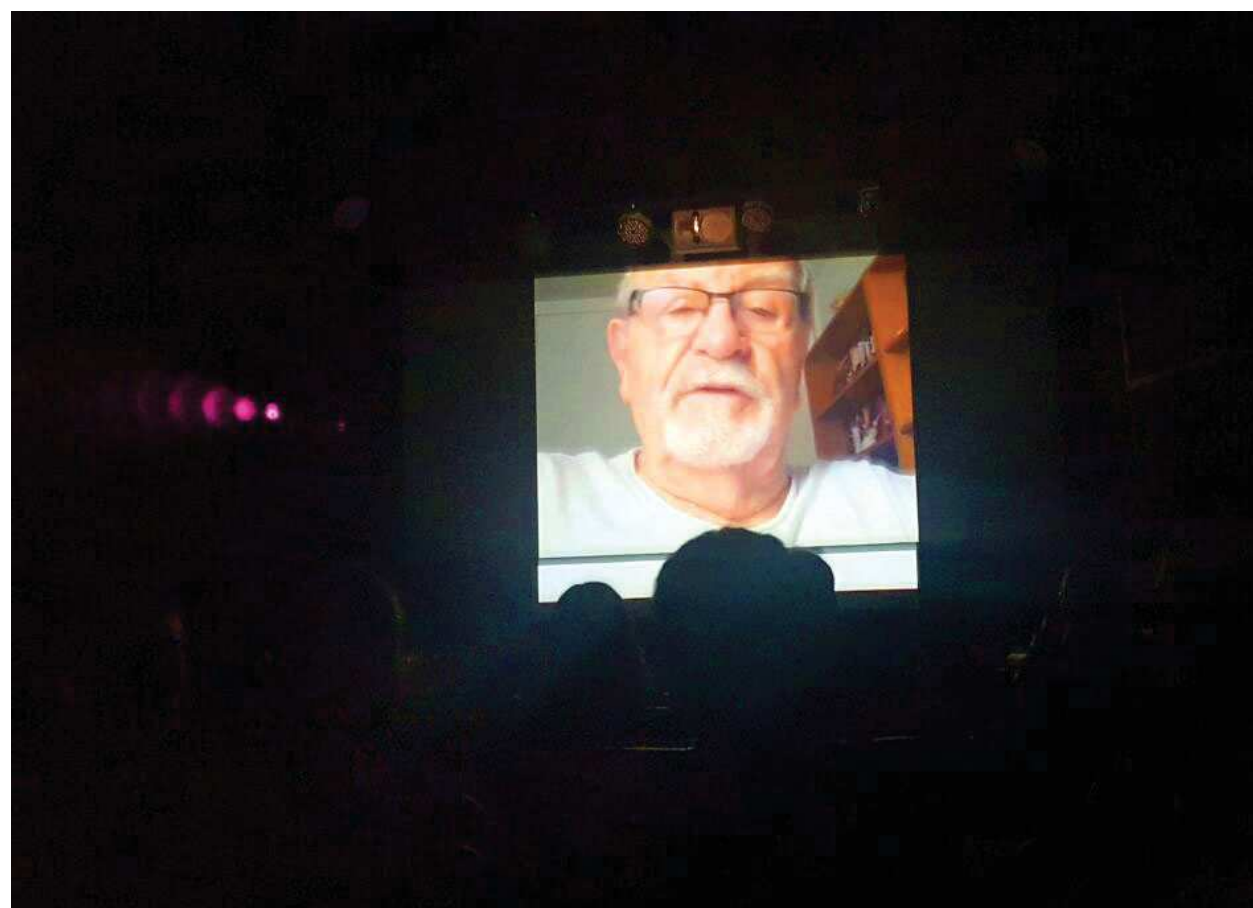
Alcione Mazzeo e Breno Ferreira



João Rocha, Alcione Mazzeo e Breno Ferreira



Fátima Montenegro, Breno Ferreira e Ariela Massotti



Em São Paulo, o protagonista Antônio Petrin enviou um vídeo para abertura



Marta Lagarto, Breno Ferreira e Rosana Rosa

Walter do 402

O filme conta a história de Walter, um idoso, rabugento, que sofre com sua solidão e vê no suicídio a única saída. Já sua vizinha, a também solitária Vera, deseja conhecer o Walter, pois tem a esperança de que seja a companhia que precisa. Para entender melhor, aguarde que em breve estará em São Luís.



Gustavo Arthidoro, Fátima Montenegro, Aracy Cardoso, Breno Ferreira, Alcione Mazzeo, Antônio Pitanga, Thaís Portinho, Tatianny Furuse, Daniela Fontan e Caio

41º ANO PALHANO

Nossa dança num baile de máscaras é eterna, porque quando eu peso a mão, você me faz voar. E quando você perde o chão, eu te dou um soco na cabeça pra ver se achato a sua alegria pra caber na minha

Tati Bernadi

BAILE DE MÁSCARAS 2017

É... Parece que agora o ano começou, né? Então, feliz 2017 pra você, caro leitor. Vai precisar de fé, viu? Muita!

Enquanto o ano começa, a gente ainda não esquece o nosso Baile de Máscara que, este ano, aconteceu no Gaia Bistrô Lounge para 257 mascarados. É a única festa eletrônica de pré-carnaval. Um baile pós-moderno. O samba do crioulo doido: house music se misturando às lendárias músicas de carnaval e mais a envolvente Bateria Nota 10 da Favela do Samba. Sim: eu e o DJ Macau já cantamos essa mistura com a bateria faz tempo, viu? Mas sempre é como se fosse a primeira vez de tão única e fantástica que é a apresentação. Quem foi sabe do que estou falando.

Hoje te deixo com algumas imagens daquela Quinta-Feira Magra de Carnaval, que mais uma vez entrou pra história nessa Terra do Nunca!



Luis Carlos Mathias

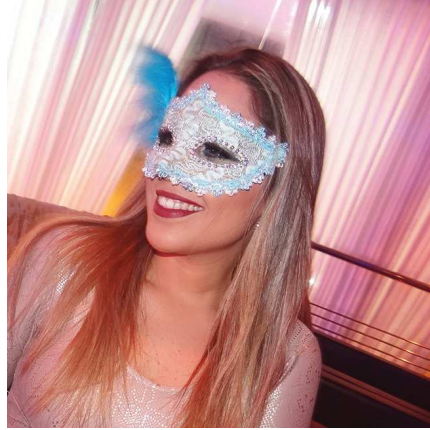
FOTOS: CAIO BALDEZ



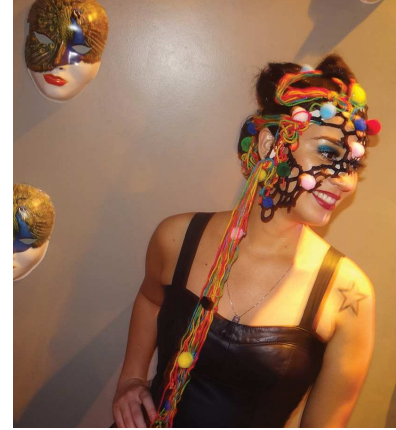
Cristiane Salgado e Fernando Belfort



Silvana Duailibe e Anibal Verri Pinheiro



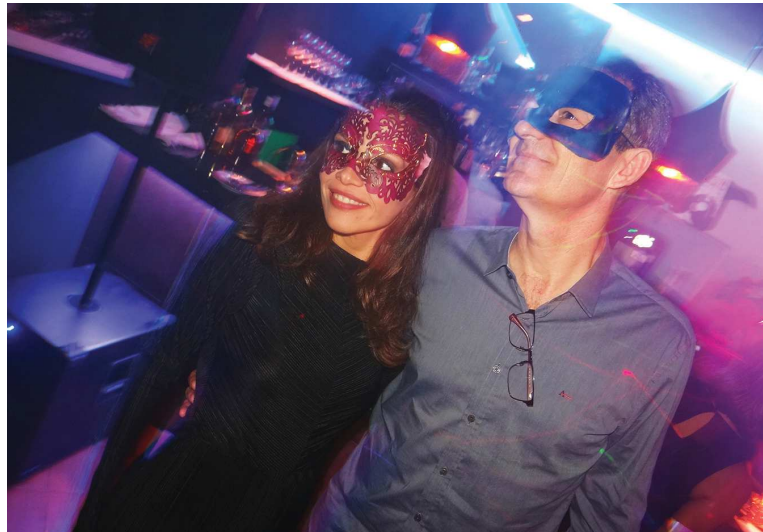
Camila Hortegal



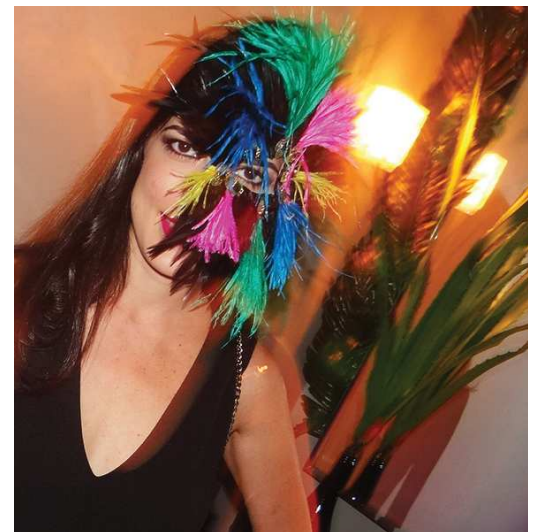
Fernanda Serra



Dilma Farias



Adriana Sarney e Alejo Olle



Camila Viana



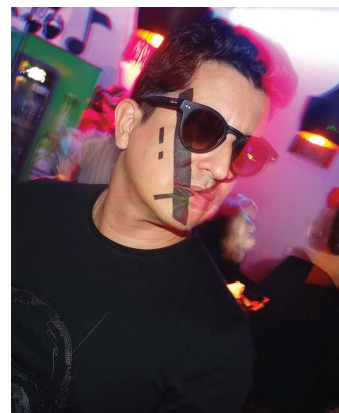
Marcela Simplicio e Gabriel Morales



Patricia Soledad



Cecilia Leite



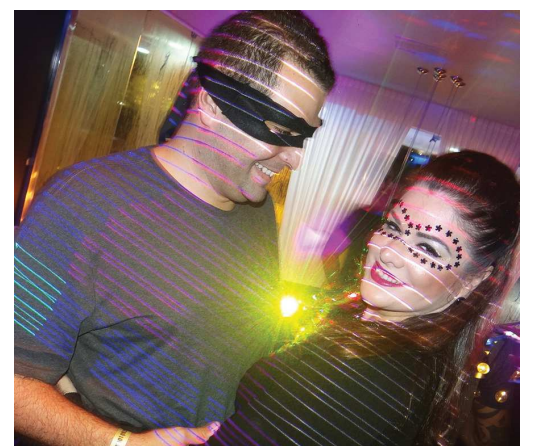
DJ Macau



A pista de dança com os 257 mascarados e a Bateria Nota 10 da Favela do Samba



Oswaldo Rodrigues



Gustavo Abdalla e Bruna Maciel



Marconi Macedo e Paula Pegorelli

Eficiência, dedicação e profissionalismo

Empresária Patrícia Maranhão, que em São Luís comanda a Selecta Clean, foi buscar a alta tecnologia mundial para oferecer aos maranhenses o que há de mais moderno em termos de limpeza e impermeabilização de estofados e afins.

DEDICAÇÃO

Dedicada a um projeto que reúne pilares como segurança, saúde, bem-estar e qualidade de vida, a empresária Patrícia Maranhão acertou em cheio quando decidiu apostar em uma das mais modernas tecnologias para higiene de estofados e afins utilizadas no Brasil e em outros países. Proprietária da Selecta Clean, empresa pioneira nessa área no estado e instalada na Avenida São Luís Rei de França, no bairro Turu, ela está nos bastidores da eficiência dos produtos não inflamáveis empregados no processo de impermeabilização de sofás, colchões, cadeiras, poltronas, tapetes, cortinas, persianas e outros objetos, serviço carro-chefe da empresa. A técnica usada pode ser aplicada em móveis de ambientes domésticos ou corporativos.

EFICIÊNCIA

Objetivando oferecer um serviço que suprisse as necessidades dos clientes, Patrícia Maranhão abriu a Selecta Clean com a chave-mestra de seu profissionalismo e eficiência, qualidades que revelam sua personalidade de mulher empreendedora, centrada e exigente para consigo e seu trabalho.

SELECTA

A Selecta Clean é uma empresa do grupo Selecta que trabalha com a terceirização de mão de obra na área de limpeza e conservação, e agora está agregando novas tecnologias para suprir outras necessidades importantes e que complementam as etapas de higienização, visando a revitalização e impermeabilização de tecidos.

“Observamos que as pessoas se queixavam de alergias e iniciamos um processo de pesquisa para entender onde poderíamos melhorar a qualidade de vida de cada um. A higiene dos estofados de uma casa está ligada diretamente à limpeza do ambiente e à saúde de toda a família”, conta Patrícia Maranhão, que levou para a empresa a mesma preocupação e cuidado, os quais compartilha dentro de casa com sua família.

COMPROMISSO

Atualmente atendendo em todo o Maranhão, a empresária avança com o compromisso de surpreender os clientes mais exigentes e, principalmente, fazê-los compreender as inúmeras vantagens do serviço. “Hoje, um dos bens mais preciosos é o nosso tempo. Ter tempo para estar com a família, com os amigos, para descansar, entre outras satisfações, é uma alegria. Desta forma, ter facilidade e eficiência nos serviços de limpeza de um modo geral ajuda a diminuir o estresse que envolve esse tipo de serviço”, afirma.

TECNOLOGIA

Contando com alto poder de proteção e repelência, a tecnologia usada pela Selecta Clean evita a formação de manchas ocasionadas por derramamento de líquido, envolvendo as tramas do tecido e formando um campo magnético que o repele, sem tirar a ventilação de suas tramas. Isso faz com que o líquido permaneça sobre a superfície do tecido e seja facilmente retirado com um papel absorvente. Além de proteger contra manchas de líquido, o faz contra encardimento, pois evita a aderência do pó.

O produto não altera as características originais do tecido. Por essa razão, é impossível, após a aplicação, diferenciar o tecido impermeabilizado do não tratado. E também aumenta a sua resistência, fortalecendo as tramas e agindo como um filtro solar de fator quatro, que protege contra os raios UV e UVA, prolongando, dessa maneira, a durabilidade do tecido tratado.

No momento de sua aplicação, o produto age como um antialérgico, eliminando os ácaros, fungos e mofo, evitando também a aderência de pelos e plumas. Além disso, fortalece as tramas do tecido, proporcionando mais resistência e durabilidade. E conta com baixíssima toxicidade, garantindo a segurança na aplicação.

“Observamos que as pessoas se queixavam de alergias e iniciamos um processo de pesquisa”

Patrícia Maranhão



O que poucos sabem:

O que é família? O bem mais sagrado, razão da minha vida e do meu trabalho. A família é que recarrega minha energia.

Amar é... Alegria, paz, paciência, bondade, benignidade, fé, minha família...

O que te inspira? Minha família, meu trabalho, poder levar novidades até as pessoas, criar e reinventar meu trabalho. Amo o que faço.

O que te causa mais medo? A falta de honestidade e as desigualdades.

Um livro de cabeceira: Bíblia.

Se não fosse aqui, onde gostaria de viver? Portugal.

Ser elegante é... ser simples, respeitar e amar o próximo.

O que mais te faz feliz? Ver que minhas escolhas estavam ou estão certas.

Domingo é ótimo para... descansar e estar com a família.

Sente falta de algo? Não.

A melhor hora do dia? Pela manhã, quando vejo o dia amanhecer.

Música para ouvir? Clássica.

Frase: “A gratidão é a memória do coração”.

“Hoje, um dos bens mais preciosos é o nosso tempo”



Blindagem de Estofados

Tecnologia impermeabilizante que aumenta a vida útil do estofado em até três vezes, conservando as características originais do tecido!

SOLICITE UM ORÇAMENTO JÁ
98 9 9186.7001



Lollapalooza

O Lollapalooza anunciou, nesta terça-feira, os horários de cada uma das 45 atrações que tocarão este ano no festival. Os artistas que se apresentarão nos dias 25 e 26 de março foram divididos em quatro palcos, o que dificultará a escolha dos fãs que terão que abrir mão de alguns shows.

No sábado, primeiro dia do evento, quem chegar cedo no festival terá que optar entre Suricato ou Baiana System. A mesma coisa acontece com o show do The XX e a cantora Tove Lo.

Já no domingo, os fãs ficarão divididos entre a dinamarquesa MØ e o Two Door Cinema Club, entre outras atrações que disputam a mesma faixa de horário.



REPRODUÇÃO/TWITTER



Luba em São Luís

A personalidade descontraída e bem humorada do youtuber brasileiro Lucas Feurschütte, o Luba, vem conquistando muitos brasileiros e repercutindo no crescimento do seu canal na plataforma, chamado LubaTV. A popularidade do jovem de Tubarão, Santa Catarina, foi tão grande que permitiu ao trabalho de Luba sair das telas do computador e chegar aos teatros de todo o Brasil através de seu show, Luba-Fest. E os fãs maranhenses podem se preparar, pois terão a oportunidade de estar mais próximos do ídolo no dia 9 de abril, quando a tour da LubaFest chega à capital. O evento tem início às 19h30, no Teatro Zenira Figueira, na Faculdade Fama.



Crítico na rede social

Fã de atividades físicas, Lucas Lucco compartilha com frequência nas redes sociais fotos e vídeos em que aparece malhando ou praticando crossfit. Nessas postagens, além dos elogios pelo corpo trincado, ele também acaba recebendo críticas pelas veias saltadas que exibe. Durante uma entrevista, o cantor rebate. "Falam muito das minhas veias, mas não ligo. As pessoas acham que escolho isso e não é. Minhas pernas nasceram assim", diz Lucas, bem-humorado.



Raimundo Penha, Edivaldo Holanda Jr, Júlio Pinheiro e Beto Castro durante solenidades

"Meu ônibus"

Agora o passageiro de transporte público de São Luís pode acompanhar na palma das suas mãos o tempo de chegada dos ônibus nos pontos da cidade. O acesso às informações é feito por meio do aplicativo de celular "Meu Ônibus", lançado pelo prefeito Edivaldo na quinta-feira (9).

FABEA



CURSO DE ADMINISTRAÇÃO COM MELHOR AVALIAÇÃO ENTRE AS PARTICULARES NO ENADE

Instituição	Nota
FABEA	3,79
Particular 1	3,47
Particular 2	2,41
Particular 3	2,24
Particular 4	2,04

Fonte: INEP/MEC Ano: 2015





MOMENTOS INESQUECÍVEIS

Cris Flores comanda *Fábrica de casamentos*, reality do SBT que promove festas imperdíveis. Confira outras atrações que vão realizar o sonho de noivas

PÁGINA 3

É DE BRASÍLIA!

Série *Manual para se defender de aliens, ninjas e zumbis*, dirigida pelo brasileiro André Moraes, é a primeira produção nacional da Warner

PÁGINAS 4 E 5

Nova novela da Record, *O rico e Lázaro* apresenta várias passagens da *Bíblia* com ares de superprodução

PÁGINA 2

COM JEITO DE CINEMA!



FORA DO AR

GLOBO/RAQUEL CUNHA

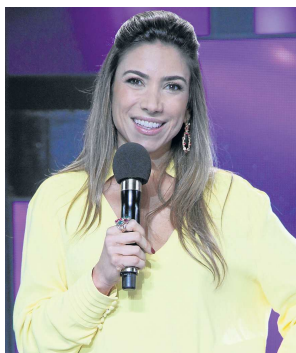


DO MAL

Gabriel Braga Nunes (foto) se prepara para ser visto na pele do vilão Thomas Johnson em *Novo mundo*, próxima novela das 18h da Globo. Oficial da marinha inglesa, o mercenário é convocado para garantir a segurança da princesa Leopoldina (Letícia Collin) na travessia da Europa até o Brasil. Mas o que ele quer é explorar terras brasileiras. No meio do caminho, porém, Thomas se interessa sinceramente por Anna (Isabelle Drummond). A estreia está prevista para o próximo dia 22.

PANOS QUENTES

Amilcare Dallevo e Marcelo de Carvalho, os donos da RedeTV!, não aceitaram o pedido de demissão do superintendente artístico da emissora, Elias Abrão, depois que a emissora exibiu ao vivo cenas constrangedoras durante a cobertura de carnaval. O irmão da apresentadora Sonia Abrão anunciou a decisão de se afastar do cargo em sua conta no Twitter, mesmo estando de folga no período de folia, em viagem aos Estados Unidos.



CAROL SOARES/STB

NOVA DATA

Já é de praxe o SBT anunciar a estreia de uma atração para uma data e não cumprir a promessa. Será assim com a nova temporada de *Show do milhão*. O programa foi adiado porque a apresentadora Patrícia Abravanel, filha de Silvio Santos, quis estender as férias com a família nos EUA. Agora, até uma nova mudança, a estreia deve ser em 18 de março.

CANAL aberto

ADRIANA IZEL

A Record fez história na tevê aberta com *Os dez mandamentos*. E, a partir daí, abraçou de vez a reprodução de histórias bíblicas no formato de folhetim. Amanhã, às 20h45, a emissora estreia a novela *O rico e o lázaro*, a nova aposta do gênero do canal. A produção tem texto da estreante Paula Richard, que trabalhou como colaboradora em *Os dez mandamentos* e *Chamas da vida*, e direção de Edgard Miranda, que está na emissora como diretor desde 2006.

Quase como uma sequência de *A terra prometida*, a produção se passa 600 anos após o povo hebreu conquistar Jerusalém e mostra a imposição do Rei Nabucodonosor II (Heitor Martinez), da Babilônia, sob a região, invadindo, dominando e até escravizando os mais de 10 mil hebreus.

Nesse ambiente, a novela acompanha a história de três personagens principais: Asher (Dudu Azevedo), Zac (Igor Rickli) e Joana (Milena Toscano). O trio cresceu junto, mas tudo muda quando os dois se apaixonam pela amiga e trilham um caminho que leva a ciúmes, disputa e vingança. Asher e Zac se tornam “o rico e o lázaro”, uma referência à parábola bíblica homônima, que fala sobre uma outra existência após a morte. No entanto, um dos mistérios da novela consiste em não revelar a identidade de quem se tornará um rico comerciante e quem será o mendigo a viver nas ruas da Babilônia.

Contexto

Além dessa parábola, a novela retratará outros momentos da *Bíblia*, misturando ficção e fato, sendo eles do *Antigo* e do *Novo Testamento*, como A destruição de Jerusalém e do Templo de Salomão, Daniel na Cova dos Leões, O banquete de Belsazar, A fornalha do fogo ardente e Ezequiel e a visão do Vale dos Ossos Secos.

O ator Rafael Almeida, que estava afastado da televisão há três anos, faz parte do elenco de *O rico e o lázaro*. Ele interpretará Hurzabum, flautista romântico que precisa trabalhar para ajudar a mãe alcoólatra. “Ele é um flautista, ou seja, um músico, como eu sou também. Para me preparar para o

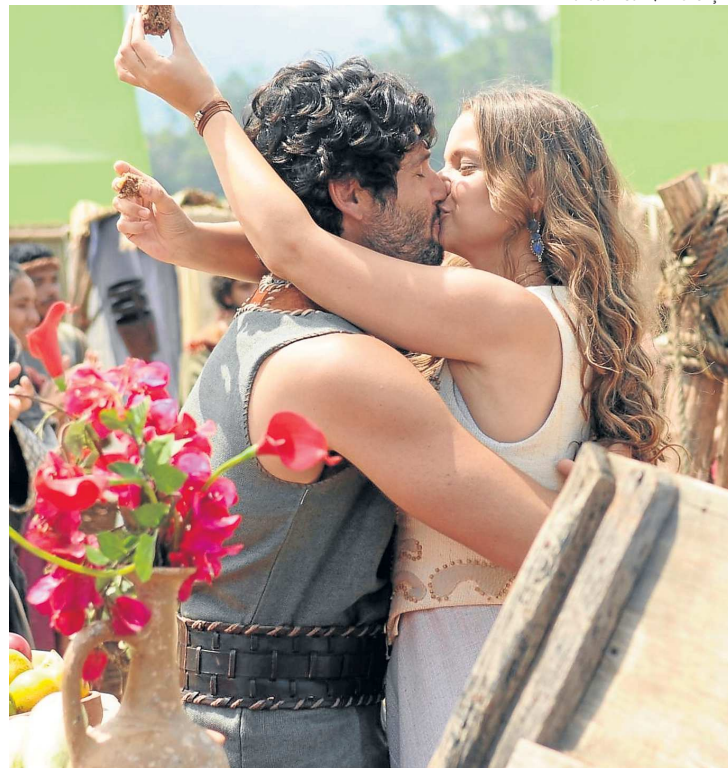
Após sucesso das tramas *Os dez mandamentos* e *A terra prometida*, Record mantém aposta no gênero com nova novela, *O rico e o lázaro*, que estreia amanhã

SUPERPRODUÇÃO bíblica

O romance entre Asher e Joana causará uma briga entre os amigos



VÍDEO
Assista ao trailer de *O Rico e o lázaro* no tablet e no site do CORREIO



FOTOS: RECORD/DIVULGAÇÃO



Rafael Almeida estudou flauta e a *Bíblia* para se preparar para a novela

SERVIÇO

O rico e o lázaro
Estreia amanhã, às 20h30, na Record.

personagem, estudei um pouco de flauta, mas não posso dizer que aprendi. Minha maior preparação foi estudar o conteúdo bíblico e histórico, assistindo a todos os filmes possíveis para poder me aprofundar no persona-

gem”, afirma o ator ao *Correio*.

O rico e o lázaro conta ainda com vários outros atores famosos no elenco, a exemplo de Sthefany Brito, Kayke Brito, Zé Carlos Machado, Lucinha Lins, Angelo Paes Leme, Gustavo Leão e Roger Gobeth.

REALITY SHOWS

A HORA DO *sim* NA TELEVISÃO!

Reality shows realizam cerimônias e dão dicas para que os noivos tenham os casamentos dos sonhos

Terno simples ou com risca? Qual o modelo do vestido? Com manga, com renda, bordado? Vai ter véu? E os padrinhos? É banda ou DJ? Quantos andares terá o bolo? Quais as cores da decoração? São vários detalhes que todo noivo pensa durante os preparativos do casamento.

Com a proposta de pensar e realizar uma festa de casamento no prazo de sete dias, o SBT exhibe, aos sábados, o *Fábrica de casamentos*. Com apresentação de Chris Flores e Carlos Bertolazzi, o programa é uma coprodução com o Discovery Home & Health e conta com seis especialistas que ajudam nessa missão quase impossível.

Ah, todos os detalhes do casamento são surpresa para os noivos. As inscrições são feitas por pessoas que admiram o casal e são os amigos e familiares que ajudam a produção a propor essa experiência diferente para eles. Caso aceitem, podem dizer coisas que gostariam, mas não têm contato com nada nos sete dias que seguem.

À prova de desastres

Também está no ar, mas no Discovery Home & Health, a quarta temporada de *Casamento dos sonhos*. Assim como em *Fábrica de casamentos*, quem assume o controle dos preparativos é a equipe liderada por David Tuttera. Mas o alvo do programa é diferente: eles buscam casais que estão se preparando, mas fizeram escolhas duvidosas que podem render eventos desastrosos.

Para garantir que o grande dia seja inesquecível e conferir elegância à cerimônia, Tuttera tem sempre a palavra final e pode



GABRIEL GABE/DIVULGAÇÃO

Chris Flores e Carlos Bertolazzi contam com a ajuda de uma equipe de especialistas em *Fábrica de casamentos*

mudar tudo o que quiser. Mesmo que seja a estrela do momento, a noite só pode vetar uma das decisões tomadas pelo especialista.

Edição especial

Quem adora programas sobre casamento conhece o programa comanda por Randy Fenoli, *O vestido ideal*. Na 14ª temporada, ele continua ajudando noivas a encontrarem a roupa que as façam mais feliz nesse dia. Isso acontece enquanto os parentes e amigos comentam como elas são e como ficam com as roupas.

No dia 20, uma nova versão do programa entra no ar. Eles vão deixar a conhecida Kleinfeld, de Nova York, para conhecer as noivas canadenses na Amanda-Lina's. *O vestido ideal: Canadá* mostrará a saga de mulheres que chegam com uma ideia clara do que querem e acabam cheias de dúvidas após provarem outras opções.

O primeiro episódio vai contar a história de Ainsley e Amy. As duas sabiam bem o que queriam vestir na hora do "sim", mas nem tudo fica tão bom no corpo quanto no cabide e elas precisam se jogar em modelos jamais cogitados.



DISCOVERY HOME & HEALTH/DIVULGAÇÃO

SERVIÇO

Casamento dos sonhos

Discovery Home & Health. Toda quarta, às 19h50. Não recomendado para menos de 10 anos.

Fábrica de casamentos

SBT. Todo sábado, às 21h30. Não recomendado para menos de 10 anos.

O vestido ideal: Canadá

Discovery Home & Health. Estreia 20 de março, às 19h50. Não recomendado para menos de 10 anos.

O vestido ideal é sucesso entre noivas e está na 14ª temporada

É DE
Brasília!

Seis produções estreiam nesta semana, entre elas, a primeira série nacional da Warner, *Manual para se defender de aliens, ninjas e zumbis*, do brasileiro André Moraes

ADRIANA IZEL

O mês de março chega com a estreia de novas séries bastante aguardadas, como *Punho de Ferro* e *Feud: Bette and Joan*, além da exibição de sequências de produções famosas, como a segunda parte da terceira temporada de

Empire.

A programação dos próximos dias ainda tem o lançamento da primeira série nacional da Warner, *Manual para se defender de aliens, ninjas e zumbis*, de criação do diretor brasileiro André Moraes. Confira a seguir as estreias da semana!

CONSPIRAÇÃO ALIENÍGENA

Em 2008, o diretor brasileiro André Moraes lançou em festivais o curta-metragem *Manual para se defender de aliens, ninjas e zumbis*, com os atores Carlos Alberto Ricelli, Lucio Mauro Filho e Rodrigo Santoro. A ideia, que surgiu há quase 10 anos, se desenvolveu, ganhou força e se tornou em uma série com o mesmo título, que estreia hoje, às 22h30, na Warner.

Se tornando a primeira série nacional da Warner, a produção se passa em um cenário alarmante para os humanos: aliens estão infiltrados na sociedade como líderes e ainda contam com apoio de ninjas e alimentam uma epidemia de zumbis. Diante disso, começa a surgir a Nazca, uma força do bem que tem um manual para acabar essa união poderosa.

Cada um com suas qualidades, os jovens Sput (Michel Joelsas), fascinado por astrofísica; Wes (Thalles Cabral), exímio hacker; e Tina (Daphne Bozaski), com habilidades de kung-fu, são convocados para fazer parte da Nazca e serão guiados por Juarez (André Abujamra) para tentar derrubar a dominação dos aliens liderados por Garcia (Branco Mello).

“Estamos falando de um universo de fantasia, com zumbis, ninjas e aliens. É sci-fi, mas tem muita comédia, aventura, ação e suspense, tem de tudo. Uma coisa que acho importante de falar dessa série é que, no fundo, ela

trata muito de amadurecimento e de responsabilidades. Também tem essa força dos jovens, que têm vontade de salvar o mundo”, explica Moraes.

Logo no primeiro episódio, o espectador entenderá mais sobre esse novo mundo, que tem os vilões da Aliança. “No primeiro episódio, todo mundo vai entender o que é a Aliança. O personagem do Zé Celso Martinez Corrêa, o Bartolomeu, apresentará um texto sobre a Aliança. É um discurso um pouco político, que fala de dominação e poder. Esse personagem, inclusive, é muito bacana e uma homenagem a ele”, explica.

O elenco também é um dos destaques de *Manual para se defender de aliens, ninjas e zumbis* e terá os cantores Branco Mello, com um personagem fixo ao longo dos 13 episódios, e uma participação especial de Rita Lee. “O Branco Mello teve toda uma preparação de ator mesmo. A Rita Lee faz uma participação especial muito importante e emblemática”, completa.



Leia entrevista completa com o diretor André Moraes, de *Manual para se defender de aliens, ninjas e zumbis*, no site do **CORREIO**

Rita Lee faz uma participação especial na trama, que, para André Moraes, “é emblemática”

CARDÁPIO

WARNER/DIVULGAÇÃO



WARNER/DIVULGAÇÃO



Wes, Tina e Sput serão o trio responsável por salvar o mundo em *Manual para se defender de aliens, ninjas e zumbis*

SERVIÇO

Manual para se defender de aliens, ninjas e zumbis

Estreia hoje, às 22h30, na Warner. Às 23h, o episódio será liberado na íntegra no YouTube oficial da Warner.

DUAS PERGUNTAS DAPHNE BOZASKI

O que você pode contar da sua personagem Tina?

A Tina é uma menina de personalidade forte, parece que nunca desliga da tomada. Luta kung-fu desde criança e ganhou de seu mestre, Alex Wong, uma jaqueta que não tira por nada, e, se alguém tocar nela, a briga é feia. Tina simplesmente odeia as convenções, pois não se encaixa nelas. Seus melhores amigos são Sput e Wes. Eles são escolhidos para fazer parte da Nazca e salvar o mundo. Porém, eles estão mais para anti-heróis e terão que

aprender a lidar com os conflitos pessoais e também com os aliens, ninjas e zumbis que estão querendo dominar a terra.

Como você definiria o estilo da série?

O barato é que não vejo como classificá-la. Ela é, sim, um estilo sci-fi, porém tem momentos de comédia que podem até beirar um romance. Acho que muitas pessoas de universos e faixas etárias completamente diferentes se identificarão com a série. Eu me assemelho à Tina neste quesito, sem rótulos.

DE séries



Série *Feud* mostra o embate entre as atrizes Bette Davis e Joan Crawford no cinema



REPRODUÇÃO/INTERNET

FOX/DIVULGAÇÃO



FOX/DIVULGAÇÃO

RIVALIDADE ENTRE ESTRELAS

Bette Davis e Joan Crawford são duas estrelas lendárias do cinema que terão suas histórias contadas na televisão na série *Feud: Bette and Joan*, que estreia hoje, no canal Fox1. A produção chega ao Brasil com apenas alguns dias de atraso em relação aos Estados Unidos e se lança com uma sequência já confirmada pela Fox para 2018.

Criada por Ryan Murphy, a primeira temporada da antologia *Feud* mostrará os bastidores da filmagem do longa *O que aconteceu com baby Jane?* (1962), em que a rivalidade entre as duas foi bastante exposta. A série se passa nos anos 1960 e também explora a discriminação sofrida pelas atrizes ao longo da carreira, por conta de ida-

de, sexismo e misoginia.

O protagonismo do seriado fica na mão das atrizes Jessica Lange, que faz Joan Crawford, e Susan Sarandon, que interpreta Bette Davis. Além das duas, a produção conta, ainda, com participação especial de Catherine Zeta-Jones (Olivia de Havilland), Sarah Paulson (Geraldine Page) e Kathy Bates (Joan Blondell).

DRAMA POLICIAL

Da famosa franquia *Law & order*, *Criminal intent* teve 10 temporadas exibidas entre 2001 e 2011 na televisão norte-americana. Nesta semana, a produção retorna à telinha no Brasil com a transmissão da terceira temporada no canal TNT Séries.

O drama policial se passa em Nova York e mostra o dia a dia dos detetives do Esquadrão de Casos Especiais em investigação de alta prioridade, tendo os personagens Robert Goren (Vincent D'Onofrio) e Alexandra Eames (Kathryn Erbe) como protagonistas.

SERVIÇO

Law & order: Criminal intent

Estreia da terceira temporada em 17 de março, às 22h30, no TNT Séries.

Terceira temporada de *Law & order: Criminal intent* estreia na TNT Séries

20

Número de temporadas de *Law & order*

DISPUTA MUSICAL

O seriado musical *Empire*, de Lee Daniels e Danny Strong, volta ao Brasil, em 15 de março, com a segunda parte da terceira temporada, com a exibição do 10º episódio. A partir das 14h15 de hoje, o canal Fox1 apresenta uma maratona da primeira parte da mesma sequência, com nove episódios.

Empire acompanha os dramas da família Lyon, responsável por uma gravadora

Empire mostra a disputa dos filhos de Lucious Lyon (Terrence Howard), rapper famoso que descobre ter uma doença grave, pela gravadora da família. A ex-mulher dele, Cookie (Taraji P. Henson), também sai da prisão na temporada. A terceira sequência tem como foco o relacionamento conturbado de Cookie e Lucious, com cenas do passado do casal, além do surgimento de um novo personagem, Tariq (Marocco Omari), meio-irmão de Lucious.

SERVIÇO

Empire

Maratona da primeira parte da terceira temporada hoje, das 14h15 às 21h. Em 15 de março, à 1h, estreia da segunda parte. A partir do dia 22, exibição à 0h.

SERVIÇO

Feud: Bette and Joan

Estreia hoje, às 22h, no Fox 1. Também estará disponível no aplicativo da Fox.

É DE
Brasília!

O domínio DOS PODEROSOS

NETFLIX/DIVULGAÇÃO



Danny Rand, quarto herói da parceria Marvel e Netflix, ganha sua série, *Punho de Ferro*

Powerless e Punho de Ferro são as novas séries ambientadas no universo dos heróis

ADRIANA IZEL

Velocistas, arqueiros, pessoas com superforça e lutadores de artes marciais são apenas algumas das características dos personagens atualmente nas séries. O motivo é que os heróis dos quadrinhos e dos cinemas chegaram há algum tempo à telinha — tanto da televisão quanto dos tablets nos serviços de streaming.

A partir de 17 de março, a Netflix apresenta o último integrante do time dos Defensores, Danny Rand (Finn Jones), o Punho de Ferro. A principal característica do personagem é ter em seu punho uma arma letal, além de ter habilidades de artes marciais aprendidas em um misterioso monastério.

Como aconteceu com as outras séries da parceria entre Marvel e Netflix, *Punho de Ferro* apresenta a história de Danny Rand, jovem bilionário que o mundo pensou que tivesse morrido num acidente de avião no Himalaia, junto com os pais. Quinze anos depois, ele reaparece em Nova York querendo entrar em contato com o sócio do pai, Harold Meachum (David Wenham), que também está morto. Rand então tenta conversar com Ward (Tom Pelphrey) e Joy (Jessica Stroup), que não acreditam que o amigo está realmente vivo.

Aos poucos, a série revela co-

SERVIÇO

Powerless

Estreia hoje, às 22h55, na Warner.

Punho de Ferro

Estreia em 17 de março na Netflix.

mo Danny sobreviveu ao acidente e o que aconteceu nesse período, como o treinamento que lhe deu o título de Punho de Ferro e a necessidade que o personagem tem de combater o crescimento de um grupo criminoso em NY.

Clima de comédia

Se em *Punho de Ferro*, há um ar mais sério e sombrio, a produção *Powerless*, da concorrente DC Comics, aposta no humor. A comédia, que estreia hoje na Warner, se passa em um escritório de uma companhia de seguros, que tem a missão de lidar com os processos gerados após as destruições causadas por embates entre heróis e vilões.

A série tem o foco na personagem Emily Locke (Vanessa Hudgens), que começa a trabalhar na Wayne Security como Diretora de pesquisa e desenvolvimento da subsidiária especialista em produtos que tentam conter os danos colaterais da existência de pessoas com superpoderes.

Spoiler

MARK RALSTON / AFP



ADEUS INESPERADO

A série *Incorporated*, lançada no ano passado e produzida por Matt Damon e Ben Affleck, foi cancelada com apenas uma temporada. Exibida nos Estados Unidos pelo canal Syfy e ainda inédita no Brasil, a produção não rendeu a audiência esperada e, além disso, o protagonista, Dennis Haysbert, está comprometido com um novo projeto da NBC, o que dificultaria sua participação.

ESPAÇO SEGURO

Os fãs de *Star Wars Rebels* já podem comemorar: a produção teve a quarta temporada confirmada através da rede social Twitter. A série aborda o embate entre tripulantes da nave Ghost e as forças do Império. No Brasil, a exibição acontece no canal Disney XD.

PERTO DO FIM

A HBO anunciou que a estreia da terceira e última temporada de *The Leftovers* será no dia 16 de abril, às 22h, simultaneamente com os Estados Unidos. A série começa três anos depois do misterioso desaparecimento de 2% da população mundial — 140 milhões de pessoas que sumiram em todos os continentes, países, estados e cidades, com exceção da pequena Jarden, no leste do Texas, com 9.261 habitantes.

HBO/DIVULGAÇÃO



NA LISTA

A USA Network divulgou quem interpretará os rappers Tupac Shakur e Biggie Smalls na série *Unsolved*. A produção abordará as investigações sobre o assassinato dos dois artistas e os escolhidos para dar vida à dupla foram Marcc Rose e Wavyv Jonez, respectivamente. Rose encarnou Tupac em outro projeto: o filme *Straight outta compton*. Ainda não há previsão de estreia.

FOX/DIVULGAÇÃO



VOLTA PARA A GAVETA

How I met your father, spin-off de *How I met your mother*, foi adiada mais uma vez. E por tempo indeterminado. Isso porque os roteiristas Isaac Aptaker e Elizabeth Berger se afastaram da produção. Outra versão já havia sido apresentada anteriormente, mas conhecida como *How I met your dad*. Porém, na época, o projeto foi recusado pela CBS.



TRANSBRASILIANA
TRANSPORTES E TURISMO LTDA.
Superando fronteiras, unindo gerações.



Nova frota da Transbrasiliana, mais qualidade e segurança nas suas viagens.

FROTA ZERO

HORÁRIOS EXECUTIVOS E LEITOS PARA AS SEGUINTE LINHAS:

SÃO LUÍS / BALSAS 19h45min	BALSAS / SÃO LUÍS 19h45min
SÃO LUÍS / BELÉM 20horas	BELÉM / SÃO LUÍS 20horas

LIGUE E COMPRE A SUA PASSAGEM

0800 726 7001

PREÇOS IGUAIS AOS DA RODOVIÁRIA COM ENTREGA GRATUITA*

* ENTREGA VÁLIDA SOMENTE PARA A CIDADE DE SÃO LUÍS, DAS 08 ÀS 18 HORAS.

OLHO D'AGUA



COD [A25] - Aluga-se um apto c/gar., portão elétrico, sacada, sala, coz. americana, 3 qrtos s/ 1 ste, 2 wcs social, dce, despensa e área de serviço. Obs: 5º andar/ Nascente/ elevador social e serviço. Fica próx. ao SESC, padaria, ponto de ônibus e mais. Valor: R\$ 2.100,00. TR: 3238-3583 / 999739137.



OLHO D'AGUA - COD [A26] - Aluga-se um apto c/gar., portão elétrico, sacada, sala, coz. americana, 3 qtos s/1 ste, 2 wcs social, dce, despensa e área de serviço. Obs: 5º andar/Ponte/ elevador social e serviço. Fica próx.ao SESC, padaria, ponto de ônibus e mais... Valor: R\$ 1.900,00. TR: 3238-3583 / 999739137.

PLANALTO ANIL II

Aluga-se um apto reformado c/ 2 qtos, 2 wc, coz. am., sala, var, sacada, vaga na garg, fica atrás do Col. Raio de Sol, Bloco B-5 R\$ 780,00 c/ cond. Incluso falar c/ Dr. Guimarães 8141-3501 / 8125-0410.

PONTA D' AREIA

IMPERDÍVEL! Aluga-se apto no Flat Number One, bairro Ponta d'Areia, totalmente mobiliado. Serviço de quarto, academia, TV a cabo, Internet. Condomínio incluído. R\$ 2.200. TEL: 9114-1423. (PF).

PONTA DO FAROL



PONTA DO FAROL - Alugo apto c/3 stes, 5 wcs, sala, coz., dispensa, área de serviço R\$ 4.000,00 c/ cond. Tr.: 3235-6687/ 3235-6477/ 99971-2399/ 98816-8000. www.ayrtonejulioimoveis.com.br



Ponta do Farol - Vendo apto no Farol de São Marcos c/área de 250m² todo mobiliado R\$ 1.600.000,00 Tr.: 32356687/ 32356477/ 999712399/ 988168000 www.ayrtonejulioimoveis.com.br

RENASCENÇA



RENASCENÇA II - ALUGA APTO NO ED. CAP FERRAZ, COM SALA AMPLA, 2 QUARTOS, 1 SUÍTE COM ARMÁRIOS, WC SOCIAL, COZINHA COM ARMÁRIOS, DCE, ÁREA DE SERVIÇO E GARAGEM. R\$ 2.300,00 (ALUGUEL E CONDOMÍNIO) - 3268.3390 - 99976.7018

Quer vender, alugar, passar ou trocar? Anuncie. É só ligar: (98) 3212-2039 ou nos envie e-mail para: temclassificados@oimparcial.com.br.



Aluga excelente apartamento c/ 53 m², nascente total, todo mobiliado, c/ 1 quarto, sala p/ 2 ambientes, sacada, wc social, cozinha, garagem e área de lazer. APROVEITE! Venha conferir. 3227-3099 / 9973-4073 www.bmendesimoveis.com.br



Renascença - Vendo apto no Ed. Luma c/3 qrtos, todo climatizado e c/moveis projetados R\$ 450.000,00 Tr.: 32356687/ 32356477/ 999712399/ 988168000 www.ayrtonejulioimoveis.com.br



Renascença II - Alugo apto estilo flat todo mobiliado no Ed. Mariana c/1 qrto, coz. americana, sala, wc social, 1 vaga de garagem R\$ 1.600,00 c/ cond. incluído Tr: 32356687/ 32356477/ 999712399/ 984487001 www.ayrtonejulioimoveis.com.br COD: 9132



Alugo apto reformado no Ed. Ana Karine com 2 qrtos sendo 1 ste com armários, wc social, sala com varanda e cozinha. R\$ 2.200,00 com condomínio. TR: 32356477/ 999712399/ 982252627 / 3235-6687. www.ayrtonejulioimoveis.com.br

Quer vender, alugar, passar ou trocar? Anuncie. É só ligar: (98) 3212-2039 ou nos envie e-mail para: temclassificados@oimparcial.com.br.

Quer vender, alugar, passar ou trocar? Anuncie. É só ligar: (98) 3212-2039 ou nos envie e-mail para: temclassificados@oimparcial.com.br.



RENASCENÇA I - Alugo apto. no cond. Morada do sol, c/ varanda, sala, 1 quarto c/ armários, 1 suíte c/ armários, wc social, coz., c/ armários, dce, área de serviço e garagem. R\$ 1.000,00 - 3268.3390 - 99976.7018

Quer vender, alugar, passar ou trocar? Anuncie. É só ligar: (98) 3212-2039 ou nos envie e-mail para: temclassificados@oimparcial.com.br.



CRECI: 819 -A5 - Alugo Apto. mobiliado, c/ 2 quartos, sendo uma suíte, sala, varanda, cozinha, lazer completo, prox. a praça nova da Lagoa. (98) 98845-6228 / 98119-4495.

Quer vender, alugar, passar ou trocar? Anuncie. É só ligar: (98) 3212-2039 ou nos envie e-mail para: temclassificados@oimparcial.com.br.

PRAIA DO MEIO ARAÇAGY

VILA DO MAR - Promoção do mês: Finais de semana com café da manhã, ar condicionado, TV, área de lazer e estacionamento.

Valor R\$ 220,00
98 3248.7744/9971.3274

Ganhe 50% de desconto para ficar mais linda

Assinantes de O Imparcial sempre levam vantagem

Quem assina O Imparcial participa do Clube Impar, um exclusivo e completo clube de descontos e vantagens com dezenas de estabelecimentos conveniados em São Luís e que oferecem descontos de até 60%. São cinemas, pizzarias, hotéis, restaurantes, academias, salões e muito mais.

Economize e leia conteúdo de qualidade.

Ligue e assine!

(98) 3212 2012

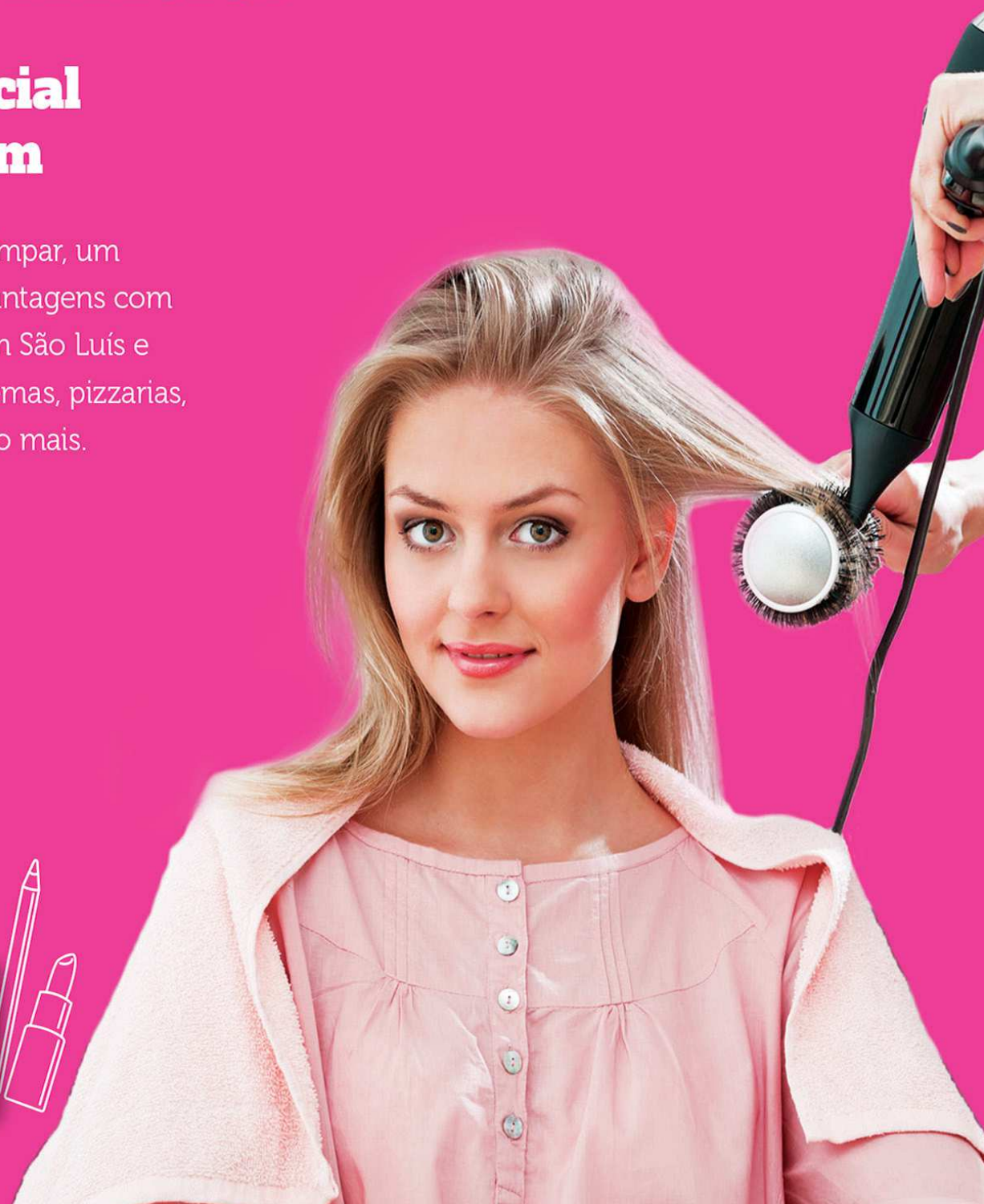
O IMPARCIAL

 O Imparcial

 oimparcial

 @oimparcialonline

 impar.online



CLASSIFICADOS tem Troca-Troca



Troco um terreno quitado localizado enfrente ao Val Paraíso. Por uma casa ou um micro ônibus. Contato: (98) 9 8236-1335/ 98235-4690.

Troco freezer vertical Consul, 7 meses de uso, nota fiscal e garantia por freezer horizontal. Aceito proposta. Contato: 98872-4829 tratar: Sr. Riba.

Troco terreno prox. ao Beira Rio (Maioba) com chave de casa ou carro. Contato: 9 8812-8432 / 9 8172-7856.

COHAMA - TROCO CASA P/ APARTAMENTO EM COND. CASA NA COHAMA C/ EXC. LOCALIZAÇÃO, 4 QTOS (1 SUÍTE), NASCENTE, GARAGEM, TERRAÇO, WC SOCIAL, SALA EM DOIS AMBIENTES, ÓTIMA PARA PONTO COMER. CONTATO: 98770-6003 DIANA.

TrocO OU VENDO DUAS REVISTAS, UMA DE CARRO Nº 222/ABRIL DE 2012; OUTRA DE MOTO.COM.BR, Nº 112, NOVEMBRO DE 2012. tRATAR: 988 069 929.

Troco um colchão ônix casal - 1 ano de uso (ainda na embalagem) por celular smartphone ou tanquinho lava roupa. Contato: 8778-7107

Troco casa no Centro (próximo ao cemitério do Gavião) com sala, cozinha americana, copa, wc, quarto, quintal por um apartamento no Anil. Contato: 9608-6343/ 8240-9671

Troco Precatório Federal no valor de R\$ 67MIL para pagamento em meados de 2015 por terreno, casa ou carro. Contato: (98) 9131-4668 Edwaldo

Troco uma casa no Jota Lima com sala, 2 quartos, copa/cozinha e wc. Avaliada em R\$38mil por Toyota Bandeirante ou Toyota Hilux. Contato: (98) 8738-4331 - Soares

TROCO UMA CASA DE ESQUINA EM SANTA HELENA COM TERRENO DE 10X20 E A CASA DE 8X15 COM: SALA, 3 QUARTOS SENDO 1 SUITE, WC, COPA, COZINHA, TERRAÇO E ÁREA PARA GARAGEM.

POR UMA CASA EM SÃO LUIS TEL: 8161-0275.

Troco chave de casa ou de apartamento. Fone: (98) 98704-3292.

Troco um DVR monitoramento 16 canais por dois de oito. Fone: 98920-6002/ 3237-1803.

TROCO ÓCULOS ESCURO DA AVON, AINDA NO ESTOJO. TEL: 9602-4520

TROCO UMA CASA NO ALTO DO TURU COM SALA, 2 QUARTOS, COZINHA, GARAGEM, QUINTAL, WC, LAVANDERIA, TODO MURADO. POR CAMINHÃO MODELO FORD F-4000 OU MERCEDES-BENZ 710. TEL: 3239-3701 / 8807-8918.

álbuns por fusca- Aceito uma baratinha em troca de dois álbuns de selos filatélicos, diversos temas. Inf: 98457-3002.

Troco uma casa no Turiuba em são José de Ribamar, por um apto. Obs: Que seja da minha casa minha vida também. Contato: (98) 98919-7555.

TROCO UMA CASA DE ESQUINA EM SANTA HELENA COM TERRENO DE 10x20m E A CASA DE 8x15m COM: SALA, 3 QUARTOS SENDO 1 SUITE, WC, COPA, COZINHA, TERRAÇO E ÁREA PARA GARAGEM. POR UMA CASA, AQUI EM SÃO LUÍS, DE PREFERÊNCIA NA COHAB, COHATRAC OU VINHAIS. TEL: 8161-0275.

TrocO OU VENDO DUAS REVISTAS, UMA DE CÃES AMIGOS (50 DICAS PARA SER FELIZ COM SEU CÃO!); OUTRA MEU PET, Nº 16. tRATAR: 98457-3002.

TROCA-SE UM FREEZER VERTICAL E UM AR-CONDICIONADO DE 7500BTUS POR UMA BICICLETA SEMI NOVA. TEL: 9972-3102 / 8113-7245 (falar com Vicente).

TROCO 15 MONITORES SEMI-NOVOS SAMSUNG, TIPO CRT DE 15 POLEGADAS POR EQUIPAMENTOS DE INFORMÁTICA. TEL: 8717-6697 (falar com Edivan).

TrocO UM SCANNER DE MESA GOTEK (COPIA, MANDA EMAIL, SCAN-NEA) POR UM ESTABILIZADOR.

tRATAR: 98457-3002.

TROCO OU VENDO (r\$ 150,00) FOGÃO, 4 BOCAS. ESMALTEC. INF: 9 8149-1461.

TROCO PORTÃO DE ALUMÍNIO BRONZE COM 3 METROS PARA GARAGEM POR OUTRO DE ROLO. TEL: 9606-6078

TROCO ALUGUEL DE UMA KITINETE DE 2 QUARTOS EM CONDOMÍNIO FECHADO POR FAXINA NA CASA AO LADO 2 VEZES POR SEMANA EM HORÁRIO A COMBINAR. TEL: 9972-3102 / 8113-7245 (falar com Vicente).

TROCO UMA MOTO XRE 300, ANO 11/12, POR OUTRA DE 600 CILINDRADAS (CASO TENHA CONSÓRCIO EU ASSUMO AS PARCELAS). TELEFONES: 8707-0016 / 9611-2535 (falar com Gilberto).

TROCO UMA ESTANTE POR UM RACK BAIXO. FONE: 3249-3948.

Troca-se Flat em barreirinhas no Gran Solare Resort com 1 qto e 1 wc. Todo mobiliado. Por um flat em São Luís de preferência no Renascença II ou ponta D' areia. Contatos: (98) 98728-2420/ 99971-9022/ 3235-7983.

Troco um ônibus urbano, ano 07/07. Por um terreno, casa ou apto. Fone: (98) 98824-0015.

Troca-se uma casa por um apartamento. A casa fica localizada no Bairro Itapiraco prox. Do Jardim Turu. Contato: (98) 98879-4450.

Troco uma maquina de assar galeto por um congelador. Contato: (98) 99968-9728.

Troco uma casa no João Paulo por uma casa no Centro. Contato: 3223-2091

Troca-se um terreno próx. ao Beira-Rio (Maioba) por carro. Contato: (98) 98812-8432/ 98172-7856.

Quer vender, alugar, passar ou trocar? Anuncie. É só ligar: (98) 3212-2039 ou nos envie e-mail para: tem-classificados@oimparcial.com.br.





O MELHOR CONTEÚDO
GASTRONÔMICO DA CIDADE.

Leia, acesse, assista em **O IMPARCIAL**.

www.oimparcial.com.br/vocegastro



Alegria que TRANSBORDA

Valparaíso Acqua Park



Uma década de diversão que faz verão. Essa é a energia que move o Valparaíso Acqua Park e contagia todo mundo que passa por aqui. Afinal, só quem tem os melhores brinquedos e eventos pode te convidar para mergulhar nesse mundo de atrações.



Associe-se já!
98 3273.1818 | 98 98754.7181

Estrada da Pindoba, nº 03
Paço do Lumiar - MA

f Instagram ValparaisoAcquaPark

www.valparaisoacquapark.com.br
contato@valparaisoacquapark.com.br