

Adauto Fröhlich | Ademar Scheffler | Adriana Borella Pessoa | Alexandro Bender | Carine Nipper | Cláudia Trevisan  
Cristiane Luckmann | Denise Kern | Diala Martins | Eder Schuster | Elisa Petzinger | Elizabete Petzinger | Paulo Link  
Fabiane Horlle Hoff | George Feiten | Lívia Scheffler | Márcia Baptista | Marcia Schardosim | Marlene Zilles  
Olga Petzinger | Patrícia Sessegolo | Patrícia Spohr | Pedro Barbieri Ferronato | Pedro Utzig | Satoshi Suzuki  
Ricardo Ferrary Ambros | Soraya de Aragão | Tatiana Graebin | Thalles Zeni | Vanusa Jardim Kranz | Vicente Fleck

# multi <sup>7anos</sup> FAMÍLIA

Ano 8 - Nº 44 - Dezembro/22 + Janeiro/2023

Estância Velha + Ivoti/RS

**zmulti**  
editora

Colecione! **Distribuição gratuita**

ISSN - 2447.631-5



Edição online: [zmultieditora.com.br](http://zmultieditora.com.br)

## Ser um INDIVÍDUO



claudia Utzig  
*Fotografia*

**UNIP**  
UNIVERSIDADE PAULISTA

POLO IVOTI  
(51) 3563.6565

**Drª Marcia Schardosim**  
Cirurgiã-dentista

☎ 3563.2040 📞 99955.4645

Ivoti

**FACCAT**  
[www.faccat.br](http://www.faccat.br)

# GUIA DE SERVIÇOS

Tele-entrega, encomendas, orçamentos

Peça aqui!



Seu sonho, nossa motivação.

Inglês

Regular (a partir dos 4 anos),

Técnico para o couro, Preparação para exames de Cambridge, entre outros.

Nossos Cursos

Robótica

A partir dos 5 anos.

Refinço

Matemática, Eletrônica, Física.

Rua Olavo Bilac, 248, Centro - EV (51) 3561-2738 (51) 99980-2738

## MATRÍCULAS ABERTAS

Revista MultiFamília - 7 anos - é uma publicação da Z MULTI EDITORA.

Ano 7-Nº 44 - Dez/22+Jan/2023 ISSN 2447631-5

Circulação: Bimestral - 4.000 exemplares

Distribuição: Gratuita - Estância Velha e Ivoti/RS

Edição: Sandra Hess (Jornalista - MTB/RS 11.860)

Diagramação: Cleber Zanovello Dariva (Jornalista - MTB/RS 11.862)

Imagem da capa: Claudia Utzig Impressão: BT Indústria Gráfica

Faça contato: 51-99961-4410 | contato@zmultieditora.com.br

Os artigos publicados são de inteira responsabilidade de seus autores.



# Maahara

Clinica de bem-estar, saúde e terapias

Massagem - Quiropraxia - Liberação Miofascial  
Ozonioterapia - Escleroterapia - Psicologia  
Nutricionista - Biorressonância - Microfisioterapia  
Constelação Familiar - Reiki - Yoga - Ballet

51 99516-1406 @clinicamaahara

Av. Pres. Lucena, 1470 - Sefe de Setembro, Ivoti - RS

## Aviso de utilidade pública: Eu quero livro de presente!

51 99961 4410

zmultieditora

zmultieditora.com.br

Entrega grátis \* consulte



PLANOS DE SAÚDE  
EMPRESARIAIS E INDIVIDUAIS



Unimed

AGENDE SUA VISITA OU SOLICITE UMA COTAÇÃO

51 998486612

mwcorretoresadesaude@gmail.com

@mwcorretores\_



pilates terapeutica

pilates\_therapeutica

Agende sua aula experimental.

51 99848.3339

Av. Presidente Lucena, 3315  
Sala 205 - Centro Comercial  
Ivoti



Cortes selecionados | Carnes Angus | Carnes de cordeiro  
Carnes suínas | Carnes novilho jovem | Aves  
Temperos especiais para o seu churrasco

Premium Casa de Carnes premiumcasadecarnesev

Rua Portão, 945 - Lira | Estância Velha (51) 99943-0607



3561.5217

Rua Portão, 1046, Lira, Estância Velha



**Cleber Zanovello Dariva e Sandra Hess** | Editores  
**Oliver Hess Dariva** | Estudante



**Denise Kern**  
Autora da Coleção Aprendendo a poupar  
Atua na formação sobre Educação Financeira

## Singularidades

Com a proposta de valorizar cada etapa do indivíduo, do bebê ao idoso, a Revista MultiFamília encerra o ciclo com uma conexão especial. O desafio de reunir todas as fases em única capa foi resolvido pela talentosa fotógrafa **Claudia Utzig**, que convidou uma família para fazer um retrato do retrato: **Carmen Regina Zanella**, de 67 anos, é mãe de **Adriana Zanella**, 42, que é mãe de **Lais Zanella Nogueira**, de 5 anos. O bebê que aparece no retrato é a Lais quando menorzinha.

A Carmen é aposentada e sempre cuidou das filhas e do marido, Alberto Zanella, que faleceu nesse ano. A Adriana é enfermeira e tem uma irmã (a professora Ana Paula Zanella, de 44). E o que dizer da Lais? “A Lais é muito esperta, uma criança muito amada e esperada por todos nós. É o bebê da casa, única neta, única sobrinha. Muito carinhosa, também adora um abraço e um beijo”, descreve Adriana. A família constituída garante laços especiais. “A família toda sempre foi unida e nas dificuldades nos fortalecemos”, continua Adriana.

Nesta linha do tempo, cada uma tem a sua história de vida e suas singularidades. Deve ser assim com todos. Seja feliz, do primeiro ao último dia de sua vida!

--

Alerta! Os artigos a seguir contêm boas energias. Boa leitura!

## Dar mesada: sim ou não?

**H**á mais de 20 anos realizo projetos com crianças e jovens sobre poupar dinheiro. Antes da escola, nossa casa é o primeiro lugar onde temos contato com pequenos valores e somos apresentados a este conceito. Alguns pais, familiares ou responsáveis podem ter dúvida sobre o momento certo de dar ou não mesada.

Especialistas dizem que a partir dos 7 anos, os pequenos já possuem capacidade para administrar e entender melhor o assunto. No entanto, costumo orientar que o momento em que as crianças viram “quero-queros” - querem tudo o que veem -, é a oportunidade de introduzir certa quantidade de dinheiro à rotina. Não precisa ser algo rígido ou um grande valor, mas responsabilizar as crianças por alguns gastos é significativo. Elas irão entender a importância de poupar e também de gastar com qualidade e responsabilidade. Estes pequenos hábitos contribuem na formação deste indivíduo, que entenderá o valor das coisas.

Em outubro, falei sobre o assunto na Rádio Ivoti FM. Você pode conferir a conversa na íntegra no Facebook da emissora e acompanhar dicas sobre Educação Financeira no Instagram @conta.denise.

- + Clínico Geral e Geriatria
- + Otorrinolaringologista
- + Neuropsicopedagoga
- + Exames Auditivos
- + Cirurgião Plástico
- + Proctologista
- + Ortopedista e traumatologista
- + Fonoaudiólogos
- + Neurocirurgião
- + Endocrinologista

- + Gastroenterologista
- + Cirurgião Geral
- + Oftalmologista
- + Psicopedagoga
- + Nutricionista
- + Ginecologista e obstetra
- + Psiquiatra
- + Psicólogas
- + Pediatra
- + Enfermeira

**MAIS Saúde**  
Clínica de Fonoaudiologia



Aparelhos Auditivos

3563-6506  
98048-8967

R. Bento Gonçalves, 378 - Centro - Ivoti





**Marlene Zilles**

Consteladora Familiar e Organizacional  
Pedagoga

multi  
**FAMÍLIA**

4


Dezembro - 2022/Janeiro - 2023

# Vínculos familiares

**A**ntes de ler este texto, eu te convido a fazer um breve exercício: se concentre e imagine que atrás de você estão todos os seus ancestrais, aqueles que vieram antes, seus pais, seus avós, seus bisavós, tataravós...Sinta a força, o amor e benção chegando até você através de cada um deles, com o desejo genuíno que seja feliz e que siga a sua vida de forma leve e plena. Não há ninguém neste mundo que não tenha recebido a sua vida, o bem mais precioso, de um pai e uma mãe, e neste caso, não importam as circunstâncias, falo da força recebida e que permitiu nascermos.

Nas constelações familiares, olhamos para os vínculos de lealdade que estabelecemos com o nosso sistema familiar. Cada filho se conecta aos pais e através deles aos avós e aos antepassados que nos dão a sua força, a sua herança e tudo que eles fizeram chegar até nós através de nossos pais. Nos chega não somente a herança biológica através dos genes, mas também vínculos de amor e muitas questões que estão ocultas, aquilo que foi vivido ou não, o que realizaram e deixaram de realizar, dores e dificuldades vividas numa família. O fato é, que cada descendente se vincula aos seus ancestrais através de um vínculo de amor que pode nos impulsionar para a vida ou nos empurrar para trás, nos prender,

causando um emaranhamento. Estes vínculos podem levar os descendentes a repetir destinos, sofrimentos e experiências que nossos antepassados viveram, e sobretudo, quando essa realidade não é reconhecida ou respeitada. Nas famílias, muitas vezes, ao invés de enfrentar ou partilhar, excluímos o que foi doloroso, como pessoas que tiveram destinos difíceis por doenças, mortes prematuras ou porque fizeram algo que não foi bom. O vínculo de lealdade dos descendentes pode se manifestar nos descendentes na dificuldade de levar a vida adiante, em projetos não concluídos, procrastinação, sentimento de não pertencer, de não ter valor, sintomas físicos etc.

E como a constelação familiar pode ajudar? Ela nos mostra que um bom movimento na vida é o reconhecimento, a gratidão e a valorização dentro do coração. Estes movimentos fazem com que os vínculos de lealdade se transformem em amor que faz a vida fluir porque transforma a identificação com a dor dos antepassados em movimentos de honra, vida e força. Um exemplo é quando um filho olha para o pai e vendo seus sofrimentos, sente que para ele também precisa ser difícil. A constelação ajuda o descendente a olhar para trás e, ao invés de dizer no coração: “eu também sou”, olha para a grandeza deles e sente a benção para seguir na vida e diz: “eu vou fazer valer a pena!” Você se sente preso a alguma realidade ou vínculo de lealdade com seus antepassados ou sente que repete o destino deles? Comece olhando para a sua história e mergulhe em tudo aquilo que permitiu que a vida chegasse até você. Seu olhar de valor e reconhecimento pode te trazer uma grande força. 

## Marlene Zilles

Facilitadora em Constelação Sistêmica  
Familiar e Organizacional

Atendimentos  
presenciais e on-line. (51) 99909.0150

Rua Carlos A. Dillenburg, 175- Sala 304  
Edifício Comercial Matheus - Bairro 25 de Julho - Ivoti



**Satoshi Suzuki**

Engenheiro Agrônomo

Diretor da Alface Pizza Gourmet e da S. Suzuki Viveiro de Mudas

Vereador em Ivoti

multi  
**FAMÍLIA**

5


Dezembro - 2022/Janeiro - 2023

# Viver bem

**S**er um indivíduo completo. Ao viver e vencer os desafios causados pelas próprias escolhas, todo o ser humano tem a possibilidade de aperfeiçoar as habilidades e ficar rico em conhecimento. Assim, desde pequeno, observando as pessoas de grande valor, descobri que todos buscam aprender coisas novas a qualquer instante, tornando-se plenamente encantadores e sábios em muitas áreas de conhecimento.

Ser justo com os demais. Talvez seja essa uma das maiores lições que aprendi com o passar do tempo, e me tornam mais completo. Traduzindo, ser justo significa conseguir empenhar esforço e energia para tratar os outros do mesmo jeito que desejamos ser tratados, desejar para os outros a mesma coisa que desejamos para nós mesmos, respeitar a compostura alheia do mesmo modo que queremos ser respeitados, etc. O esforço vale a pena, pois em certo momento, percebi que isso preserva a minha própria saúde corporal, emocional e espiritual. Também já descobri que em todas as situações que brigo e acumulo ressentimentos, cai a imunidade e acabo ficando doente em menos de 2 semanas, por causa da Lei

da Atração. E, quem já não “morreu de raiva”? Os mais espiritualizados, me fazem entender que Deus proporciona a convalescência para me dar tempo de refletir sobre a vida, conseguir polir o lado bruto e me transformar num indivíduo melhor. Neste sentido, noto que surge a cura mais rápida para as nossas enfermidades no momento em que crio determinação para alegrar alguém com o trabalho, conforto com boas palavras ou ajudo as pessoas a sorrirem. Ah, e assim entendi que o progresso na vida acaba surgindo no instante em que as atitudes apresentam virtude e um justo merecimento.

A jornada continua. Tentar ser um indivíduo completo, talvez não seja a busca de muitos. Mas sei que de alguma forma, todos sentem maior satisfação de estar vivo nos momentos em que resolvem enfrentar as provações e conseguem vencer as dificuldades. Enfim, perdoar e ser perdoado, amar e ser amado, ajudar e ser ajudado, alegrar e ser alegrado... são as lições que viemos aprender neste mundo, em companhia de nossa Família. Venha, vamos caminhar juntos porque todos nós merecemos viver bem. 



**A Super Recheada!!!**

 **99556 0888**

 **99725 1444**

 **3104 8888**

 **3564 1371**



**Tatiana Graebin**  
Médica veterinária, pós-graduada em  
Clínica Médica e Cirúrgica de Cães e  
Gatos- CRMV 7431

## Avaliação odontológica para os pets


Muitos não sabem mas a higiene bucal do seu pet é de extrema importância! Cuidar dos dentes do seu bichinho previne doenças, além de ser essencial para a manutenção da sua saúde. Afinal, a negligência com a saúde bucal do seu cachorro ou gato pode gerar diversas complicações, desde mau hálito a doenças mais sérias.

Então, assim como nós humanos, os animais de estimação também precisam visitar o dentista. Nesse caso, o veterinário irá avaliar o estado de saúde bucal do animal. Esta avaliação é fundamental para definir o melhor tratamento e formas de prevenção de doenças periodontais, evitando outras complicações mais graves.

Confira a seguir a lista com as doenças bucais mais comuns em pets!

- Tártaro;
- Gengivite;
- Doença periodontal;
- Fístulas;
- Tumores orais;
- Fratura dentária ou mandibular.

Portanto, não se esqueça de levar seu bichinho ao veterinário com frequência, o acompanhamento com um profissional qualificado é muito importante!

Na nossa clínica temos especialista odontologista veterinário para realizar o melhor tratamento para o seu pet! 




**Ricardo Ferrary Ambros**  
Engenheiro civil | CREA-RS 25.426

## Regularização de construções

Hoje comemora 58 anos de emancipação em 19 de outubro. Isso nos faz refletir sobre seu processo de constituição como cidade e sobre a participação da comunidade em todo este crescimento urbano. A Prefeitura tem avisado proprietários de imóveis para que legalizem construções irregulares existentes em seus lotes. Na maioria das vezes, trata-se da regularização de construção não cadastrada na Prefeitura, devendo ser apresentados e aprovados os projetos específicos e providenciado o respectivo "Habite-se". O proprietário também poderá, na sequência, solicitar a averbação da construção junto ao Registro de Imóveis. Esse procedimento conclui a legalização do imóvel, item necessário para que possa ser vendido ou ter essa situação regularizada.

Através das Leis Municipais 3052 e 3277 é possível efetivar a regularização de construções que estejam em desacordo com a lei 2925/2014 – Código de Obras. Trata-se de oportunidade temporária, abrangendo também construções clandestinas e edificações consolidadas que estejam adentrando em área do lote destinada ao recuo de jardim. As construções residenciais unifamiliares também estão sendo beneficiadas pelo Decreto 52 de 04/06/2020, que estabelece processo simplificado de análise e aprovação.

Atuo há mais de 35 anos com larga experiência na regularização e legalização de imóveis residenciais e/ou comerciais. Com atendimento direto ao cliente, torna-se mais ágil o processo de vistoria e solução de cada situação específica. 



**Bicharada e Cia**  
Clínica Veterinária e Pet Shop

Especializada nos cuidados da saúde e higiene de cães e gatos.

**3561.1314 | 98115.1939** 

**Em novo endereço!** **Venha nos visitar!**

Av. Brasil, 901, Loja 3 - Centro - Estância Velha

**RICARDO FERRARY AMBROS**

**ENGENHEIRO CIVIL CREA 25426**

- Projetos e Construções
- Regularizações e Reformas
- Financiamentos

(51) 3222.2594  
 (51) 99988.9406



**Patrícia Sessegolo**

Médica Psiquiatra - Cremers 21458- RQE 14735  
Psicoterapeuta

multi  
**FAMÍLIA**

7

Dezembro - 2022/Janeiro - 2023

# Preparando uma velhice saudável

**E** escrevo com a intenção de alertar para necessidade de enfrentar a vida com saúde física e mental até a velhice. Devemos nos preparar para a velhice desde que somos crianças, criando hábitos de vida saudáveis.

Do ponto de vista físico, uma boa alimentação, horas adequadas de sono, exercícios físicos regulares, bons contatos sociais, relacionamentos satisfatórios com amigos, baixo consumo de álcool e drogas, ter um peso saudável, não fumar e controlar o estresse são as bases. E é aí que entra a minha especialidade: controle do estresse.


Meu objetivo, como profissional da saúde, é auxiliar as pessoas nesta trajetória, tratando algum problema que surja, como ansiedade, depressão, traumas, abuso de substâncias e outros, promovendo assim uma vida mais satisfatória. Usando recursos psicoterápicos e psicofarmacológicos, se necessário.

Quero falar sobre o estudo Vailant sobre envelhecimento. Por 76 anos o professor e psicanalista George Vailant acompanhou um grupo de estudantes até a sua velhice. Com esse estudo Vailant queria a resposta para: "O que realmente nos faz feliz na vida?" O estudo começou em 1938 com 700 rapazes da comunidade e da universidade em que ele lecionava. E monitorou o estado mental, físico e emocional, verificando que o envelheci-

mento pode ser uma fase saudável da vida. Ele concluiu que a vida até os 50 anos define como será a nossa velhice. O que determina o envelhecimento saudável são os nossos relacionamentos, e a genética não é tão mandatória quanto os relacionamentos satisfatórios.

Um dos fatores que atrapalham muito são os sintomas psiquiátricos como depressão e ansiedade não tratados, sem saúde mental não existe felicidade. Esse é mais um alerta que faço, pensar como é importante tratarmos os sintomas emocionais. Não podemos evitar entrar em um quadro depressivo quando ele se instala, mas podemos tratá-lo e evitar que ele destrua nossa vida. Hoje já temos estudos que comprovam que a Depressão é causada por uma inflamação no cérebro, isso prova que ela é uma doença do corpo e que é inadequado termos preconceito contra seu tratamento. A Depressão pode ser tratada e controlada com medicamentos e psicoterapia, trazendo uma boa qualidade de vida à pessoa.

Se você ou alguém que você conhece estiver passando por uma fase difícil não deixe de pedir ajuda, para todos os problemas existe uma solução.

Sabendo desse estudo temos que pensar: temos uma vida só para viver e temos que aproveitá-la em toda sua plenitude. 



**Patrícia Sessegolo**

PSIQUIATRA & PSICOTERAPEUTA

*Agende consulta pelo whats:*

 99992-3452

 pgsessegolo@terra.com.br

  PatriciaSessegoloPsiquiatra

 Av. Presidente Lucena, 3331, Sala 41  
Centro de Estância Velha




**Rev. Me. George C. Felten**  
Pastor-capelão do Colégio Luterano  
Arthur Konrath (CLAK)

## O mal também vive dentro

Como seria fácil se o mal estivesse restrito a só um grupo de pessoas, não acha? Damos a entender isto às crianças, embora curiosamente ninguém se coloque no grupo “do mal.” Mas conforme vamos crescendo e nos tornando conscientes de nós mesmos, precisamos amadurecer e encarar o fato de que o mal não está só lá fora, mas vive também dentro de mim.

É isto que o rei Davi, ao receber a visita do profeta Natã (2Sm 12), escreve no Salmo 51.5: “De fato, tenho sido mau desde que nasci;” Será que somos muito melhores do que o rei Davi?

Assim, quando Jesus diz, “mas livra-nos do mal” (Mt 6.13), ele não está apenas nos ensinando a pedir que Deus nos livre do diabo, mas também que nos livre de nós mesmos! E o Espírito Santo, através da resistência às provações diárias, vai nos moldando segundo a imagem de Jesus Cristo, que veio nos salvar desta nossa triste condição.

Por isso, resista ao mal que vive dentro de você! Busque ajuda nas orações, na Bíblia e nas idas à igreja. São estas as ferramentas que o Espírito Santo, o escultor, usa para te moldar segundo a imagem de Cristo diariamente. 

**Colégio Luterano Arthur Konrath a mais de 32 anos educando para vida.**

Venha conhecer um Colégio de Excelência.



POLO ESTANCIA MELHA MONTESOPULUS ADRIANA DE BRAGA 014

**Telefone:** 3561-2754  
**Whatsapp:** 51 9 9689-0985  
**Facebook:** @clakluterano  
**Instagram:** @clakluterano  
**Site:** www.clak.com.br  
**E-mail:** secretaria@clak.com.br

## Locação de Fim de Ano


**Vicente Fleck** Advogado - OAB/RS 73.662

Neste período, muitas pessoas planejam trocar de casa e uma alternativa é a locação de imóvel. Vale conhecer as regras dos contratos de locação. A primeira delas é que o Código de Defesa do Consumidor – CDC não se aplica aos contratos de locação, isso porque existe uma lei específica, a Lei de Locações nº. 8.245.

Outra questão tem a ver com a garantia de um contrato de locação: a lei prevê diversas formas de garantia, porém o que mais costuma se utilizar é a caução, a fiança e o seguro-fiança.

A garantia de caução significa adiantar um valor que não será obrigatoriamente abatido do valor do aluguel, mas será utilizado, caso haja um atraso no pagamento. No caso da fiança e do seguro-fiança, um terceiro se obriga solidariamente a pagar o aluguel caso o inquilino deixe de pagar. No seguro-fiança, a seguradora fica como fiadora, mas cobra por este serviço, além disso, a garantia se limita ao valor da apólice e, caso o inquilino não pague, a seguradora pagará ao proprietário até o limite do seguro.

Outro cuidado é relacionado ao estado do imóvel no momento da locação, isso porque no final da locação o imóvel deve ser devolvido no mesmo estado em que foi locado. Se a pintura era nova, deve ser devolvido com a pintura nova. Se feitas alterações, estas devem ser desfeitas, a menos que haja autorização do proprietário.

Por fim, não devemos nos esquecer das imobiliárias: elas realizam todo o trabalho burocrático e do dia a dia de pequenos reparos e a intermediação de conflitos. Isso costuma ficar centralizado em um profissional especializado, ou seja, pode ser um valor bem investido em vista dos incômodos evitados. 

**VICENTE FLECK**  
ADVOCACIA

[www.vicentefleck.adv.br](http://www.vicentefleck.adv.br)  
(51) 3563.7042

contato@vicentefleck.adv.br

**Direito Previdenciário** - Aposentadoria, Auxílio Doença, Pensão e Outros Benefícios.

**Direito do Trabalho** - Horas Extras, Insalubridade, Adicional Noturno, Férias, 13º, Equiparação, Demais Direitos.

**Direito Civil** - Danos Morais, Indenização, Cobrança, Inventário, Divórcio, Pensão Alimentícia.



**Pedro Utzig**

Arquiteto - CAU/RS A277226-4

multi  
**FAMÍLIA**

9

Dezembro - 2022/Janeiro - 2023

# Ano novo, tempo de planejar seu ambiente

Com o ano novo chegando, sempre refletimos nas metas que planejamos para o ano seguinte.

Muitos sonham em fazer aquela reforma no interior da casa, ou reformar algum espaço externo, como o jardim e a piscina.


Para realizar esses sonhos, é necessário avaliarmos as melhores alternativas para que tudo fique conforme a necessidade do cliente. Em nossos projetos, sempre procuramos gerar conexão com a natureza entorno do ambiente a ser projetado, além disso amamos reutilizar e atualizar construções existentes.

Uma das melhores maneiras de trazer sensação de bem-estar e de aconchego em projetos arquitetônicos é a integração entre os ambientes internos e externos. É extremamente agradável realizar esse tipo de integração, uma vez que estamos acostumados em ficar na maior parte dos nossos dias em ambientes fechados, como em escritórios e salas de reunião, nada melhor que conectar esses ambientes com a vegetação, céu e iluminação natural.

Atualmente, para uma reforma de interiores/exteriores contamos com duas opções de serviços:

**1. Projeto de interiores e/ou exteriores:** Projeto completo e detalhado, que contempla a reforma do ambiente interno ou externo.

**2. Consultorias:** Soluções rápidas e práticas.

Conte conosco para mudar teu ambiente, entre em contato e agende uma reunião. 



# PEDRO UTZIG

ARQUITETURA + INTERIORES

instagram: @pedroutzig.arq

whatsapp: (51) 98173-6266

email: pedroutzig.arq@gmail.com



visite meu instagram



**Eder Gustavo Schuster**  
Empresário do ramo automotivo

## O tempo que não temos!

**H**oje vou contar algo que é comum na mecânica, e acredito que seja algo que possa até estar presente aí nos teus dias: a falta de tempo!

O tempo é precioso e a modernidade nos permite fazer muito mais do que nossos antepassados. Até que ponto isso é saudável, não sei!


E assim, em muitos casos, escutamos:- "Preciso trocar o óleo rapidinho, não posso ficar sem carro. Preciso ver os freios rapidinho. Preciso viajar amanhã. Preciso só trocar o filtro do ar porque já está calor". E por aí vai...

É dessas situações que surgem os problemas...

Na vida corrida, itens importantes são deixados de lado. Se estes itens não foram revisados ou trocados no período recomendado, causam problemas maiores, bem maiores, de tempo sem carro, de uma manutenção maior, e financeiros também!

Aconteceu há poucos dias: em meio a tantos afazeres, a manutenção do "estou sem tempo" fez com que a correia dentada não fosse substituída quando deveria. Assim, o veículo apresentou problemas no motor por falta de manutenção...

É certo que estamos falando de uma máquina, mas a manutenção preventiva com a revisão adequada de todos os itens, com calma e com tempo, sempre será a melhor solução!


E como está a revisão do teu veículo? As férias estão chegando, então é hora de agendar a revisão, com tempo, e deixar o teu companheiro de estrada em dia! 

# Cidadão pleno

**Scheffler e Scheffler - OAB/RS5.776**

**O** exercício pleno da cidadania envolve a prática, por cada cidadão, dos direitos e deveres previstos na Constituição Federal e na legislação pátria. São exemplos de direitos dos cidadãos brasileiros: a vida, a privacidade, a intimidade, a honra, a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o transporte, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados; a liberdade de consciência e de crença; a livre expressão da atividade intelectual, artística, científica e de comunicação, independentemente de censura ou licença; a proteção à propriedade privada; a livre locomoção no território nacional em tempo de paz; a igualdade perante a lei e a proteção do direito de imagem.

Assim como os deveres de um cidadão também estão descritos na legislação, como o voto; a proteção ao patrimônio histórico, cultural e ambiental; cumprir as leis; respeitar o direito alheio; promover educação, sustento e saúde aos filhos; pagar os impostos.

Oportuno observar que cada indivíduo deve praticar os atos cotidianos com equilíbrio, com respeito ao próximo e moderação, evitando-se, assim, os conflitos permeados pela intolerância e inobservância dos direitos e deveres civis, sociais e políticos. E assim desejamos Boas Festas e um 2023 cheio de realizações. 

AR CONDICIONADO | INJEÇÃO ELETRÔNICA COM SISTEMA DE SCANNER | MECÂNICA EM GERAL



REVISÃO SE FAZ O ANO TODO!  
**Agende seu horário!**  
Trabalhamos com todas as marcas e montadoras.

 51 3551.0000

 mecanica\_schuster

 51 99107.3000

 facebook.com/Schustermecanica

**Está sem tempo? Buscamos e levamos com segurança!**

Casemiro de Abreu, 386 | Centro | Estância Velha



**Scheffler & Scheffler**  
Advogados Associados

**Ademar Pedro Scheffler**  
OAB 13.692

**Livia Scheffler**  
OAB 77.635

Ivoti Porto Alegre  
51 3563.3191 51 3228.4955  
51 9 9124.9460 51 9 9987.0224

CÍVEL-INVENTÁRIOS-FAMÍLIA



# Por que conhecer as fases da infância?

**A**companhar a vida da criança é algo lindo. É também uma das fases de maiores mudanças. E escutamos sempre a frase: “Como o tempo passa rápido” ou “Eu vi esta criança no colo, agora ela está enorme e falando tudo”.

Assim como a noção da passagem do ano: estamos virando a folha do calendário e a sensação é de uma grande nostalgia. Esta época nos remete a viver rituais e experiências novas: Natal, formatura, passeio, despedidas. E como a passagem do tempo acontece para a criança? Parar e refletir sobre as diferentes fases da criança é garantir uma transição mais consciente e informada.


Nós, da Casa dos Pimpolhos, vivemos estas mudanças constantemente. E salientamos sempre: o maior desenvolvimento de um indivíduo ocorre desde o nascimento de um bebê até seus 12 anos. São mudanças no corpo, na coordenação motora, na forma de se comunicar e também na personalidade.

Conhecer as fases da infância significa perceber avanços e retrocessos dentro do que é esperado em cada idade. Existem inúmeras correntes de pensamento, mas nossa referência vem do pesquisador Jean Piaget, que identifica 4 fases:

- 1) Sensório motor (0 a 2 anos)
- 2) Pré-operatório ou simbólica (2 aos 7 anos)
- 3) Operatório concreto (8 aos 12 anos)
- 4) Operatório formal, aos 12 anos.

Do nascimento aos 2 anos, é observado nos bebês um intenso desenvolvimento nos movimentos corporais. Dos 2 aos 7, prevalece o desenvolvimento da linguagem e o uso da imaginação. Na fase dos 7 aos 12, as crianças estabelecem operações mentais e lógicas. A partir dos 12 anos, quando começa a adolescência, constroem valores morais e pensam de modo mais intuitivo.

Conhecendo o que se espera, os responsáveis, se suspeitarem de algo, devem tirar suas dúvidas. Cada criança tem o seu tempo e precisa viver as melhores experiências. O que se quer é oferecer um espaço acolhedor, uma vida segura e repleta de bons estímulos. Brincar, ler, conversar e descrever a rotina, por exemplo, são meios de apresentar o mundo para a criança.

A família e a escola formam conexões estimuladoras. Sempre com cautela e sem ansiedade, os responsáveis devem conversar com o professor, buscando orientação. Quanto mais cedo se agir, melhor o desenvolvimento e a sensação de que o tempo é um aliado de todos nós. 

**Escola de Educação Infantil**

**Casa dos  
Pimpolhos**

Rua Theodomiro Porto da Fonseca, 599  
Centro | 3551.1497

Estância Velha

 casadospimpolhos

## Psicopedagogia: a atuação com adultos

**Carine Nipper**

Psicopedagoga no NAP  
(CFEP 22003784/ CBO 2394-25)

A atuação psicopedagógica, dinâmica em sua essência se vincula à aprendizagem, diagnóstico e tratamento psicopedagógico, vem surgindo de uma forma mais abrangente com propostas não somente para crianças e jovens, mas também aos adultos. Nesse processo relativamente novo é necessário levar em consideração toda bagagem histórica numa visão sistêmica entre a observância da interferência na idade adulta em relação ao meio a qual esse indivíduo está inserido socialmente, a inteligência e a afetividade, sendo assim, visando um trabalho clínico psicopedagógico de natureza preventiva ou remediativa. **mf**

## A sua dor de cabeça pode vir da coluna!

**Thalles Augusto Zeni**

Quiropraxista no NAP – ABQ 807

Nos dias atuais, em que ocorre um aumento do uso de aparelhos celulares e notebooks, acontece também o aumento de uma queixa frequente no consultório: dor de cabeça.

A primeira coisa que o paciente pensa: deve ser minha pressão alta, ou estou precisando de óculos. Mas aproximadamente 80 % das dores de cabeça tem origem na coluna cervical. A famosa cefaleia tensional. Quando projetamos a cabeça para frente, para mexer no celular, ou computador, aumentamos a tensão de músculos do pescoço, restringimos o movimento de algumas vértebras cervicais e com isso altera o fluxo sanguíneo: dor de cabeça.

Muitos pacientes, logo em sua primeira consulta com o Quiropraxista já obtém a melhora instantânea de um problema que perdurava por muito tempo. Então, se a dor de cabeça está te incomodando: cheque sua coluna com um Quiropraxista! **mf**

# Cultivando saúde integral.

**Entre em contato conosco!**

☎ (51) 99375-3003 🌐 napvs.com.br


📍 Av. Cel. Frederico Linck, 1170 NH



# A fantasia como elaboração da realidade

**Diala Martins**


Psicóloga clínica no NAP - CRP 07/31147

A fantasia é um processo criativo que pode ser acompanhado de brinquedo, desenho ou através de devaneios, no qual a criança pode construir uma verdadeira narrativa imaginando ser uma heroína, poderosa, que combate o mal e defende as pessoas queridas dos perigos tão ameaçadores da vida para ela, processo que a permite elaborar seus conflitos e medos. Diante da intensidade em que a vida muitas vezes se apresenta, como a morte, e frequentemente a criança não sabe verbalizar suas emoções, acaba por se restringir ao espaço de elaboração em psicoterapia, onde podem lidar com os lutos da vida. É preciso perceber a importância da fantasia para que a criança possa se expressar, auxiliando-a em sua jornada – a vida. 

# Con(viver)

**Pedro Barbieri Ferronato**

Médico Psiquiatra no NAP - CREMERS 40744- RQE38250

Conviver é necessário. É da natureza humana, somos sociáveis. Ou, deveríamos ser. Porém, apesar de a convivência ser quase um instinto, ela requer empenho, resiliência e paciência. Conviver não é algo que acontece espontaneamente. Requer que façamos um exercício de tolerância, exercitemos a empatia e tenhamos muita assertividade na comunicação. Não é incomum que, às vezes, interpretemos de forma equivocada o que o outro diz, projetando no presente más experiências do passado ou, tornando as nossas enviesadas impressões em verdades absolutas. E se, por alguns instantes, tentássemos ver as coisas pelo ponto de vista do outro? Certamente não perderíamos nada tentando. 





**Patrícia Spohr**

Produtora do Azeite Terraù, dos pomares de Cachoeira do Sul



**Paulo Link**

Produtor de plantas ornamentais  
Co-autor do livro "Francisco e a bicharada"

## Você sabe degustar seu Azeite de Oliva?

Coloque em um copo uma pequena porção de azeite. Segure o copo na palma de uma mão, com a outra mão tampe o copo. Faça movimentos circulares durante uns 30 segundos. Agite cuidadosamente, assim o azeite será levemente aquecido, favorecendo a percepção dos aromas pelo olfato.

Destampe o copo e inspire lentamente, tentando analisar as notas aromáticas e a intensidade do azeite.

Após, distribua uma pequena quantidade de azeite na boca (molhar a boca toda). Inspire um pouco de ar (pela boca, entre os dentes) e mantenha por um tempinho o azeite na boca. Observe que o sabor "doce" deve ser sentido na ponta da língua, o "amargo" está presente na parte de trás da língua, e a "picância" próxima à garganta. O azeite será classificado como suave ou intenso e também é possível avaliar a textura do azeite (mais ou menos denso), através desse contato do azeite com a língua.

O "amargo" e o "picante", são características importante para avaliar a qualidade do azeite extra virgem. Quanto mais "picante" for um azeite, maior a concentração de fenólicos, que são os antioxidantes naturais, e indicativo de um azeite de qualidade. Esta característica está muito associada à variedade do fruto, estágio de maturidade da azeitona no momento da colheita e procedimentos adequados utilizados durante o processamento da azeitona.

Este procedimento de gustação ajuda a "classificar" o azeite em suas intensidades de "frutado", "amargo" e "picante", e servirá de complemento para fazer a harmonização mais adequada de uso com os diferentes tipos de preparações culinárias. Lembre-se: entre uma degustação e outra, usa-se um pedaço de pão ou maçã verde para limpar a boca e os sentidos. **mF**



AZEITE GAÚCHO produzido em pomares de Cachoeira do Sul/RS, às margens da BR290, no KM 265.

Aqui, o clima é equivalente ao Mediterrâneo, berço da olivicultura do mundo



(51) 9 8116.7461 | [azeitesterrua](https://www.azeitesterrua.com.br) | [contato@azeitesterrua.com.br](mailto:contato@azeitesterrua.com.br)

## Lenda da Gralha

Ao findar do ano, preparamos avaliações daquele que vai, por sinal muito marcante. E planejamos ações para aquele que está por iniciar.

No Estado do Paraná, a Lenda da Gralha é de domínio de toda a população. Vou recontá-la aos leitores da MultiFamília:

No começo, todas as gralhas eram de cor parda. Um dia, uma gralha pediu a Deus que lhe confiasse uma missão difícil. Então ela recebeu das mãos de Deus um pinhão (fruto do pinheiro). O animal não resistiu e começou a comer o fruto. Devorou a parte mais fina e, em seguida, escondeu na terra o restante, ou seja, a parte mais grossa. Quando teve fome de novo, foi procurar o restante da semente e não a encontrou mais. Passado algum tempo, notou que havia nascido e crescido no lugar do pinhão um frondoso pinheiro. A partir de então, a gralha passou a cuidar com carinho daquela árvore. No outono, quando produzia frutos, a gralha comia uma parte das frutas e outra parte ela enterrava, ou seja, o que acontecia? Plantava novas árvores. Deus chamou a ave e disse: - Como recompensa, vou te pintar diferente das outras gralhas. Vou te cobrir com a cor do céu. Assim surgiu a **GRALHA AZUL**

Que desafio você, leitor/leitora toparia para o ano novo?

**Um abraço e boas festas!** **mF**

**Estância dos Cactos**  
(51) 3561.2842 | (51) 99943.5970  
[www.estanciadoscactos.com.br](http://www.estanciadoscactos.com.br)  
[estanciadoscactos@gmail.com](mailto:estanciadoscactos@gmail.com)  
Rua Flores da Cunha, 415 e 440  
Bairro Floresta - Estância Velha

# O que muda na aposentadoria em 2023

Cláudia Trevisan - Advogada | OAB/RS 43.106

Um novo ano está chegando e com ele algumas regras de transição da aposentadoria sofrerão mudanças. Este artigo é para você que ainda não alcançou a aposentadoria e pretende solicitá-la em 2023.

Vale lembrar que a reforma previdenciária de 2019 alterou, drasticamente, as regras de concessão da aposentadoria. Entretanto, para que muitas pessoas não fossem prejudicadas, foram criadas Regras de Transição com o intuito de facilitar a aposentadoria para as pessoas que estavam muito perto de se aposentar antes da reforma da previdência.

Portanto, para 2023 teremos as seguintes alterações:

## 1- Regra de Transição por Pontos

Os homens, para se aposentar, precisarão alcançar 100 pontos e as mulheres 90 pontos.


## 2 - Regra de Transição da Idade Progressiva

As mulheres precisarão estar com 58 anos de idade e um mínimo de 30 anos de contribuição junto ao INSS.

Já os homens deverão estar com 63 anos de idade e pelo menos ter contribuído por 35 anos junto ao INSS.

## 3 - Regra de Transição por Idade

Esta regra só afeta as mulheres, que para se aposentar precisarão ter 62 anos de idade e 15 anos de contribuição. Sendo assim, a partir de 2023, a idade mínima para a mulher se aposentar ficará fixa em 62 anos.

Agora que você conhece as regras que vão mudar no próximo ano, lembre-se que planejamento é essencial para usufruir do melhor benefício. Procure sempre um profissional da sua confiança que trará o melhor caminho para a aposentadoria ideal. 

  
**CLÁUDIA TREVISAN**  
ADVOCADIA



ENCAMINHAMENTO DE  
**APOSENTADORIA E DEMAIS  
BENEFÍCIOS PREVIDENCIÁRIOS**



ASSESSORIA  
EMPRESARIAL **TRABALHISTA  
E PREVIDENCIÁRIA**



AÇÕES FUNDADAS EM  
**RELAÇÃO DE CONSUMO**



RESOLUÇÕES VOLTADAS  
AO **DIREITO DE FAMÍLIA** TANTO  
JUDICIAIS COMO EXTRAJUDICIAIS



**Marcia Schardosim**

Cirurgiã-dentista | CRO 12316

Especialista em Radiologia Odontológica

Especialista em Ortodontia

multi  
**FAMÍLIA**

16

Dezembro - 2022/Janeiro - 2023

# Adeus Ano Velho, feliz Ano Novo!

**Q**ue tudo se realize no ano que vai nascer... Pois é, estes são nossos desejos anuais! Todos os anos as mesmas felicitações, mas o que você fez de concreto em 2022 para que este ano fosse realmente feliz?

Tivemos eleições e copa do mundo, o país parou, mas e sua saúde parou também?


Conversamos este ano sobre as crianças, quando podem começar a usar aparelho ortodôntico, vimos que podemos iniciar muito cedo as movimentações com aparelhos ortopédicos, redirecionando o crescimento ósseo, assim evitando problemas sérios futuros.

Pude expor também os passos para o implante, iniciando com a consulta de avaliação, para saber a queixa principal; exames tomográficos, para avaliação da qualidade óssea para este implante e fazer um adequado planejamento; a cirurgia propriamente dita; o pós operatório, onde

o repouso e a medicação devem ser obedecidos rigorosamente; o retorno em sete dias, para remoção de pontos e ver a cicatrização; reconsultas periódicas; fase protética, onde começa a confecção do dente; finalização e fixação da prótese e por fim as manutenções.

Também conversamos a respeito sobre a ortodontia para adolescente, onde o jovem está passando por diversas fases difíceis e contraditórias em sua vida, caracterizada por mudanças físicas, emocionais e sociais.

Finalizando coloquei a ortodontia para idosos, onde existem muitos fatores que precisam ser observados. A estética, correção da mordida, respiração e fala, preparo para próteses e tempo menor de tratamento, dependendo do caso.

Desejo a todos os leitores um abençoado Natal e um feliz ano novo! Com muitos gestos concretos para 2023! 



**Dr<sup>a</sup> Marcia Schardosim**

Cirurgiã-dentista

CRO 12316

 3563.2040

 99955.4645

Convênio



**AssisteBem**

A vida é melhor pra quem tem

 Av. Presidente Lucena, 3315. S. 303, Centro Comercial Ivoti  [dramarcia2016@hotmail.com](mailto:dramarcia2016@hotmail.com)



**Adauto Miguel Fröhlich**

Contador – CRC RS 53.582 CNAI 2.366 CNPC 3669

Diretor comercial da Acessus Contabilidade

multi  
**FAMÍLIA**

17

Dezembro - 2022/Janeiro - 2023

# Copa do Mundo e das pessoas

**T**ive a experiência de assistir uma Copa do Mundo. É impressionante como a expressão “o idioma do futebol é compreendido no mundo inteiro” é verdadeira.

Ao lado de argentinos, uruguaios, americanos e brasileiros, estávamos a torcer pelo seu país ou outro de sua afinidade fazendo a festa conjuntamente, pelo prazer da torcida. Vibrávamos em diversos idiomas. A bola é redonda mas também tem olhos puxados ou não, escreve da direita pra esquerda ou de cima para baixo, ou da nossa tradicional esquerda para direita.

A convivência de culturas, pessoas e etnias convergem pelo esporte. Sempre defendi que esporte e arte são os caminhos para o combate a muitos males que assolam as sociedades e famílias como as drogas, por exemplo.

Atravessamos o mundo numa oportunidade única de chegar num país com uma cultura diferente dos nossos hábitos ocidentais.

Um povo caloroso e vibrante que tem suas regras assim como nós temos as nossas em nossas próprias casas. Transitamos com tranquilidade, na organização divertida dos assistentes espalhados pelas cidades envolvidas na festa mundial, com o contraste do novo com o antigo. Em alguns momentos, aquele choque cultural se salientava e bastava parar para prestar atenção aos detalhes como os símbolos de atenção espalhados nas placas dos metrô e de trânsito.

Aqui falo daquela simples placa de reserva de espaço ao idoso ou mulher grávida onde sempre apresentava um personagem com sua vestimenta típica local – túnica e/ou burca. Inclusive no cuidado da escada rolante para que a mesma peça de roupa não ficasse trancada nos degraus.

O trem estava lotado com a torcida brasileira



Mesquita Education City



Museu Nacional do Qatar



Detalhe da sinalização



Souq Waqif, Doha

cantando hinos e fazendo brincadeiras, mesmo assim havia o respeito ao patrimônio público do país. Vale registrar a forma ordeira de entrada e saída dos ambientes e ali se destacavam os orientadores de trânsito falando nos megafones a simples expressão “METRÔ THIS WAY”. E numa ação simples se tornaram o símbolo da cidade e dessa copa com coreografias e cantigas únicas.

Essa é a mais breve impressão que compartilho da grande festa de futebol que aconteceu nesse pequeno país chamado CATAR (QATAR).

Shukra lek, Habib.

**ACCESSUS**

20 anos

Facebook Instagram [acesuscontabilidade](https://www.acessuscontabilidade.com.br) [acesus.com.br](https://www.acessus.com.br)

Transformando números em informações úteis ao gestor.



**Alexandro Bender**  
Diretor da Ideal Esquadrias de Alumínio

# Pergolado: recanto preferido de todos

O verão nos estimula a buscar espaços de convívio em nossas casas e áreas de lazer que possibilitem conforto e lugares arejados. O pergolado é um ótimo recurso para garantir este contato com o ambiente externo, além de entregar mais beleza para o terreno. Torna-se o recanto da família e dos amigos. Destacamos aqui a vantagem dos pergolados de alumínio: são resistentes, duráveis e leves. Além de proporcionar diversos benefícios como rapidez na execução da obra, além da facilidade de transporte, corte, dobra e solda, favorecendo até mesmo a montagem e desmonte futuro. Existem várias cores de acabamento, o que possibilita um leque de oportunidades quando falamos de decoração. Outro benefício é a facilidade para agregar portas e janelas em projetos futuros. Realmente entrega a proposta de custo-benefício, segurança e durabilidade.

O pergolado de alumínio suporta intempéries e maresia como nenhum outro material. Sua proteção contra corrosão é tão grande e eficiente que pode durar anos com baixíssima necessidade de manutenção. Outra grande vantagem do pergolado de alumínio é a proteção de fábrica pela anodização ou pintura eletrostática, suportando intempéries por mais de 10 ou 20 anos, tendo em vista que a madeira exige lixamento da superfície e aplicação de tinta ou verniz a cada 2 anos. **mf**



**Portas - Janelas - Portões - Corrimões - Box  
Cercas - Pergolados - Fechamento de sacadas**

*Produtos de qualidade e durabilidade aliados da beleza e praticidade.*



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

[idealesquadriasivoti](https://www.facebook.com/idealesquadriasivoti)

[idealesquadriasdealuminio](https://www.instagram.com/idealesquadriasdealuminio)

Av. Presidente Lucena, 1250 - B. Sete de Setembro - Ivoti

(51) 99858.8929

[idealesquadrias@outlook.com](mailto:idealesquadrias@outlook.com)

**Solicite  
orçamento!**



**Soraya Rodrigues de Aragão**

Psicóloga, Psicotraumatologista, Expert em Medicina Psicosomática e Psicologia da Saúde

multi  
**FAMÍLIA**

19

Dezembro - 2022/Janeiro - 2023

# O fechamento de um ciclo é sempre uma oportunidade de renascimento interior

A vida é a nossa grande mestra. Tudo o que nos acontece está nos favorecendo, seja para nos despertarmos da nossa zona de conforto, ou mesmo para adquirirmos alguma habilidade ou mudarmos algum aspecto. Geralmente nos sentimos motivados a realizar mudanças significativas quando estamos insatisfeitos ou quando as condições não correspondem mais as nossas expectativas.

Não há necessidade de datas para nos renovarmos. Precisamos desenvolver nossa “escuta interior”, termos lucidez e sensibilidade para aceitarmos que algo já se deteriorou. A partir desta percepção, é possível nos reposicionarmos e nos readaptarmos para darmos boas vindas ao “novo”.

Muitas vezes, a vida não convida, mas intima a atualizações necessárias. Uma readaptação nem sempre é um processo fácil, visto que despendermos muita energia emocional na reorganização do “caos” interno. Por outro lado, este é também um momento rico para iniciarmos o precioso movimento de auto avaliação e para revalidar o lugar que ocupamos ou que desejamos ocupar no mundo.

Nada é definitivo, muito menos de nossa propriedade. Na vida não existem garantias, nem datas de validade.

A nossa vida hoje é consequência de atitudes, ações, palavras e pensamentos do passado. Sendo assim, façamos valer uma realidade diferente hoje


através de uma postura diferente agora. Precisamos eliminar aspectos, coisas e posturas que nada nos adiciona e que podem até nos criar empecilhos.

Necessário é reciclar o nosso lixo emocional, transmutar sentimentos negativos e aprender a lidar melhor com nossas inquietações e limitações para entrarmos mais leves em um novo ciclo de vida.

Para que haja renovação verdadeira, primeiro passo é nos aceitarmos como somos. Portanto, retire suas máscaras, se olhe de frente.

Às vezes precisamos mudar rotas e trajetórias. Mas nada foi perdido de todo: tornamo-nos mais experientes, mais capazes e aprimorados.

Quando nos deparamos com algumas circunstâncias, vislumbramos o quanto agora tudo o que foi vivido não faz mais sentido: neste momento estamos em uma nova etapa de vida.

Somos seres itinerantes. Só poderemos renascer para uma nova realidade se tivermos a capacidade simbólica de nos despojarmos do passado, aceitar as mortes simbólicas dos ciclos que é a própria sabedoria da vida. Muitas vezes não estamos vivendo, mas vivenciando uma sobrevida, e não é isto o que queremos. Queremos ter uma vida plena e de qualidade, portanto deixar ir o que já está carcomido não é sinal de covardia, e sim de coragem. Coragem para dar um novo passo. 

*\*Texto na íntegra no blog [revistamultifamilia.wordpress.com](http://revistamultifamilia.wordpress.com)*



**Soraya Rodrigues de Aragão** é psicóloga, psicotraumatologista, escritora e palestrante. Realizou seus estudos acadêmicos na Unifor e Università di Roma. Equivalência do curso de Psicologia na Itália resultando em Mestrado. Especializou-se em Psicotraumatologia pela A.R.P. de Milão, em Medicina Psicosomática e Psicologia da Saúde - Universidad San Jorge (Madri) e Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia. Autora de 4 livros publicados. Para marcar sua sessão, acessar o site [www.sorayapsicologia.com](http://www.sorayapsicologia.com) ou email: [contato@sorayapsicologia.com](mailto:contato@sorayapsicologia.com)



**Cristiane Luckmann**  
Bióloga, professora e Kaá dos Lobinhos  
Grupo Escoteiro Jean de Léry (EV)



**Adriana Borella Pessoa**  
Professora, Pedagoga, Especialista em  
Arte/Educação, Mestra em Ambiente e  
Sustentabilidade, autora do livro infantil  
“Um mundo diferente”

## Sempre alerta!

**A**s vezes, me perguntam o que faz um escoteiro e então percebo como é difícil mensurar tudo o que o escotismo envolve. Escotismo é uma filosofia de vida, onde aprendemos e ensinamos o respeito à natureza, valores de igualdade, amizade, companheirismo, respeito ao próximo, empatia. O adulto, em seu papel como escotista, tem como missão auxiliar os jovens em seu crescimento pessoal, respeitando suas limitações ao mesmo tempo em que propõe desafios para que possam superá-las. Ver a mudança, a evolução, o crescimento de cada jovem, é um imenso presente ao escotista que o acompanha. Há três anos sou escotista, atuando no Ramo Lobinho no Grupo Escoteiro Jean de Léry, em Estância Velha, mas meu sonho de escotismo vem da infância, quando da calçada, eu observava as atividades ainda na antiga sede. Com meu filho em idade de ingressar no ramo lobinho, após tantos anos, deu-se início à esse jornada no escotismo, onde cresço e aprendo a cada dia com o movimento e sua juventude. Sempre Alerta!

## Tempo de reflexão

**E**stá aberta a temporada de reflexões. Nesta época, geralmente estamos um tanto quanto frágeis e cansados da rotina diária e de tantos afazeres que tornam a vida uma “correria”. O ano de 2022 trouxe características diferenciadas, pois passamos por um longo período de Pandemia que afetou diretamente a vida de muitas famílias, causando dores profundas que somente o tempo poderá amenizar. Nos demos conta da fragilidade da vida diante de algo que não se podia conter. A linha entre a vida e a morte mostrou-se ainda mais tênue. 2022 ficou encarregado de devolver a normalidade da vida, mas não das pessoas, que se reconstroem para vencer diariamente os desafios, o que só será possível com muito amor, tolerância, respeito e empatia envolvidos. E neste momento, em que batemos a marca dos 8 bilhões de pessoas no planeta, que saibamos empregar o mais lindo dos mandamentos, amar uns aos outros. Que 2023 traga paz.

**Ultra**  
Ecografia e Especialidades Médicas  
Excelência no atendimento,  
precisão em diagnósticos

(51) 3170.0171  
(51) 98112.4857  
(51) 99820.1291

Alta tecnologia  
para o seu  
exame

clinicaultra.com.br

Av Presidente Vargas, 424, sala 2 | Estância Velha

**Helena e Miguel adoram brincar e têm os mesmos sonhos: que o mundo se torne mais sustentável e solidário.**

Letar faz bem para todos.

**99961-4410** **multi** editora

RS 20


# Uma casa especializada no bem estar do idoso

**Elizabete Petzinger, Elisa Petzinger e Olga Petzinger**

Sócias-proprietárias do Lar Luz e Paz

Um espaço renovado e acolhedor. Estamos prestes a completar 20 anos e, ao longo destes anos, recebemos pessoas que precisam ter suas necessidades atendidas por profissionais especializados na Terceira Idade. Nestas duas décadas, o serviço foi se adequando e evoluindo, sempre com o foco na qualidade de vida do paciente e na tranquilidade dos familiares. Recentemente, nosso lar foi revitalizado e todos ficaram satisfeitos com o resultado.

Estamos localizados na entrada do Bairro Jardim Panorâmico, em Ivoti. Temos um amplo gramado, em uma área de fácil acesso, garantindo o contato com a natureza. As áreas de convívio foram ampliadas, tudo pensando no bem estar dos nossos moradores. Temos um médico-geriatra, uma fisioterapeuta, uma nutricionista, enfermeiros e técnicos de enfermagem que cuidam com carinho e respeito, atendendo a todos os tipos de necessidades do paciente.

A confiança conquistada nos deixa orgulhosos e satisfeitos pelo serviço prestado por nossos profissionais em um espaço que está ainda muito mais iluminado. Também podemos acrescentar aqui a alegria de poder viver momentos especiais, como ver nossos moradores assistirem aos jogos da Copa do Mundo, ou comemorarem a Festa Junina ou ainda ajudarem a plantar folhagens em nosso pátio. Nossa equipe está pronta para criar oportunidades que tornem ainda melhor o cotidiano de cada morador de nosso Lar. 



## Serviços especializados

Atendimento a todas necessidades do paciente

Espaço revitalizado, amplo e arborizado



**LUZ E PAZ**  
**LAR DE IDOSOS**

Agende visita: **3563.1592**

R. Henrique Dias, 126, Jardim Panorâmico - Ivoti

# Histórias que mobilizam

**A**s histórias têm o poder de conectar as pessoas. De ensinar e transformar.

Afinal, boas histórias mobilizam. Essa é uma dessas estórias. “Era uma vez” uma garotinha feliz e saudável. Ela vivia sua vida normalmente até que, aos 8 anos de idade, ela contraiu meningite.

A jovem batalhou por sua saúde e um dia precisou ser transportada para capital para um hospital maior e com mais recursos. Enquanto estava sendo transportada para Porto Alegre, a ambulância colidiu em um acidente de trânsito, gerando um traumatismo craniano na menina.

Dias passaram e a meningite já estava quase curada. Devido ao acidente, no entanto, ela ficou com sequelas motoras que causaram a perda de movimento nas pernas, em um dos braços e da fala e um novo capítulo de sua vida havia começado.

Essa é a história da Patrícia. A transformação de sua vida poderia ter lhe desanimado, mas seguiu sendo uma jovem feliz e usou isso como força para lutar ainda mais e seguir se superando.

Com muito apoio, ela teve a oportunidade de cuidar de si mesma e melhorar sua qualidade de vida através de diversas cirurgias, tratamentos e consultas com médicos e fisioterapeutas que ajudaram ela a se reerguer.


O tempo passou e ela nunca desistiu. Patrícia cresceu com o sonho de ter sua própria renda, de



poder trabalhar e de ser uma artista. Hoje, aos 53 anos, ela é uma empreendedora bem-sucedida, trabalhando com *Webdesign* e produzindo lindas artes gráficas, produtos personalizados e estampas.

Sua loja, a Virtual Planet Design, conta com mais de 2 mil entregas apenas do carro-chefe da empresa, as canecas estilizadas. Além disso, a loja já realizou diversos outros pedidos, entre eles, presentes e brindes personalizados.

Patrícia fez sua própria história e, com muito incentivo e vontade, mostrou que a superação é uma construção que acontece diariamente. Ela é uma guerreira que nunca deixou de realizar seus sonhos. E você está se movendo para se superar todos os dias?

**\* Em tempo: conheça e curta o trabalho realizado por Patrícia no Instagram: @virtualplanetdesign. **

## THERAPEUTIK

Conte com a Clínica Therapeutik para te ajudar a **transformar a sua história!**



O que nos move é cuidar de você!

- Fisioterapia • Quiropraxia
- Pilates • Psicologia
- Nutrição • Medicina



**Fabiane Horlle Hoff**

Diretora da H. Maria Joias Contemporâneas e  
filha de Maria Helena Horlle Hoff

multi  
**FAMÍLIA**

23

Dezembro - 2022/Janeiro - 2023

# Sustos que mudam a gente

**N**o mês de junho deste ano fui contaminada pelo coronavírus. No início dos sintomas, eu não tinha nada no aparelho respiratório mas sentia uma dor muito forte no corpo. Suspeitava que fosse dengue.

Como um grande evento da empresa aconteceria no dia seguinte, fui ao laboratório fazer o exame. Fiz teste para dengue e, por precaução, também para Covid-19. E adivinha? Era Covid.

Nada de festa. Só caminha.

Pois bem, no início de outubro, mais uma surpresa: no dia 8, tive um AVC.

Oi, oi? Eu, Faby, com AVC? Mas escuta, minha gente, do pouco que eu sabia, não era algo que acontecia com pessoas mais idosas? Como estava eu passando por isso agora, com a minha vitalidade?

Mas era isso mesmo, tive um AVC- Acidente Vascular Cerebral, isquêmico. Algumas partes do meu cérebro pararam de funcionar porque deixaram de receber o sangue e oxigênio necessários para o bom funcionamento, devido ao entupimento de veias e artérias cerebrais.

Por sorte e agilidade de minha esposa, Débora, quando eu estava tendo o AVC, ela rapidamente me levou ao Hospital Regina onde fui super bem atendida por uma equipe especializada. Dos inúmeros problemas que eu poderia ter tido, tive apenas al-

guns problemas com a minha fala. E tenho me sentido um pouco mais cansada.

Pois bem, estudando sobre o tema e o que me aconteceu nestes dois episódios, percebi que eles têm relação entre si: há uma série de matérias falando sobre o aumento de AVC's com a epidemia de Covid-19. E de casos de acidente vascular cerebral em pessoas mais jovens, após terem Covid.

Eu me dei conta da complexidade de nosso corpo e do incrível organismo que é. E também da necessidade de dar atenção a ele, como uma máquina indispensável para que a gente possa viver todas as nossas potencialidades.

E eu nunca imaginaria que viveria estes dois episódios. Principalmente o AVC. Não neste momento de minha vida.

Mas, olhando as causas, eu de fato era – e ainda sou, uma pessoa com várias probabilidades de ter AVC: tabagista desde os 17 anos (agora parei), alimentação nem sempre adequada, pré-diabética, acima do peso, uma vida com um nível alto de estresse... e tive Covid!

Sim, o susto ajuda a gente a ter maior consciência da preciosidade da vida! E no meu caso, foi um bom alerta: é preciso manter o corpo e a mente saudáveis pra poder usufruir bem desta existência. O lance agora, é eu colocar a minha vida em primeiro lugar!

@hmariajoiasoficial

Presentear com joias  
é pura emoção.

**H. MARIA**  
JOIAS CONTEMPORÂNEAS



# “O amor é presente.”



No Natal, o Amor é presente.

É ser e estar presente com aqueles que se ama.

É presente quando estamos juntos... mesmo à distância.

É presente porque o verdadeiro amor é presente.

E ser presente é o que mantém a razão de estarmos aqui, uns com os outros. Neste Natal e por todos os dias de sua vida, seja amor e seja presente.

E se quiser presentear alguém, a H.MARIA tem peças lindas que ajudam você a expressar seus sentimentos.



H.MARIA  
JOIAS CONTEMPORÂNEAS