

Amanda Siebel | Andréa Cristina Baum Schneck | Caroline do Couto Aguiar | Drielle Demkio | Eder Schuster
Eduardo Alcido Schneider | Elizabeth Blomker | Elen Borghезan | Fabiane Horlle Hoff | Fábیا Lumertz
Guilherme Velten Júnior | Igor Medtler | Jorge Antônio Mendes | Kami Nasrabadi | Marcia ScharDOSim
Natália Ramos | Paulo Link | Satoshi Suzuki | Scheffler Advogados | Tatiana Graebin | Vicente Fleck Advogados

multi ^{5 anos} FAMÍLIA

Ano 6 - Nº 35 - Junho-Julho/2021

Estância Velha + Ivoti/RS

zmulti
editora

Colecione! **Distribuição gratuita**

ISSN - 2447.631-5



Edição online: zmultieditora.com.br

Ser sustentável
Força no abraço



GUIA DE SERVIÇOS

Tele-entrega, encomendas, orçamentos

Peça aqui!



📞 99913.4201 | (51) 3561.6225

📍 redvisopticavisual/

📍 redvisopticavisualev



Rua Portão, 282
Centro
Estância Velha

Agafarma

MEDICAMENTOS E PERFUMARIAS

TELE-ENTREGA 3561.0908 📞 99649.3493

RUA PORTÃO, 1033/106 - LIRA - ESTÂNCIA VELHA

Viva Bem

CASA NATURAL



Mais de 200 itens a granel - 200 tipos de chás - Florais
50 tipos de temperos - Encapsulados

Agora também com
tele-entrega!

📞 51 99980 8310

📍 vivabem.casasnatural

R Theodomiro Porto da Fonseca, 361
Centro - Estância Velha



CAFÉ CARMELLO

CREME DE CAFÉ

📍 /café Caramello Estância Velha



📞 51 995194061

📍 @estanciavelhacafecaramello



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



51 3191.9070
51 99741.5940 📞



CONHEÇA NOSSA LOJA
www.zmultieditora.com.br



📍 zmultieditora 📞 51-99961-4410

zmulti

editora



Maahara

TERAPIAS INTEGRATIVAS

Seu novo conceito em autocuidado e bem-estar.


ATENDIMENTOS

- Quiropraxia
- Psicologia
- Nutricionista
- Biorresonância
- Acupuntura
- RPG
- Yoga
- Meditação
- Aromaterapia
- Cone Chinês
- Reiki
- Barra de Access
- ThetaHealing
- Bioalinhamento
- Constelação Familiar
- Massagem
- Depilação
- Limpeza de Pele
- Estética facial



CURSOS | PALESTRAS | SUBLOCAÇÃO DE SALAS

  maahara.terapias  (51) 99516.1406

 Av. Presidente Lucena, 1470, B. Sete de Setembro- Ivoti
(em frente ao Posto Socaltur/Ipiranga)



Olhar para cima

Então, você já plantou uma árvore? Que tipo? Onde? Por que? Ela cresce saudável? Já garantiu a sombra ou frutos ou embeleza um metro quadrado da cidade?

Em 2021, tratamos sobre o que é ser sustentável e, nesta edição, nossa atenção se volta para a árvore e todo seu simbolismo. Plantar uma muda na calçada ou no pátio de casa, na empresa ou na avenida, na área produtiva ou na escola é tudo de bom! Vale lembrar que há orientação para o tipo de árvore e o lugar. Podar não é uma regra e cortar só mediante autorização.

O abraço na árvore também representa muito neste momento. Demonstra acolhimento, respeito, diversidade, união. Trata-se de um baita clichê, assim como usamos corações para marcar o Dia dos Namorados. Mas vale a lembrança.

Nosso vizinho de página fala sobre o simbolismo da árvore. Tomamos a liberdade de olhar para a falta dela. Por que cortamos árvores (e imagine o machado e a motosserra sendo conduzidos para este fim)? Porque as folhas ou frutos sujam o pátio, porque queremos construir a casa, empresa ou escola, porque há risco de queda. Aí, por ordem da lei e da consciência, fazemos uma compensação em outro local.

Certo, mas vamos pensar em grande escala: o desmatamento. Biomas como a Amazônia, Cerrado e o da Mata Atlântica sofrem. Máquinas e queimadas garantem que as lavouras de monoculturas como a soja, ou a criação de gado avancem. Sabe que diminuímos o consumo de carne aqui em casa por conta disso? Uma gota no oceano. Será que se junta com a tua gota?

Se não tem árvore, não tem pássaro, sombra, adubo, recomposição do solo. Se não tem árvore, tem desequilíbrio hoje e amanhã. Por isso, quando puder, valorize uma área arborizada. Não precisa abraçar uma árvore, apesar de que vale a pena guardar na memória esta sensação... Olhar para cima e sentir a vida pulsando é tudo de bom! **mf**

Revista MultiFamília - 5 anos!

é uma publicação da Z MULTI EDITORA.

Ano 6 - Nº 35 - Junho-Julho/21 | 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)

Capa: www.Freepik.com Impressão: BT Indústria Gráfica

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

Os artigos publicados são de inteira responsabilidade de seus autores.



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

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

clinicaultra.com.br

Alta tecnologia para o seu exame

Av Presidente Vargas, 424, sala 2 | Estância Velha

APARELHOS AUDITIVOS

Preço justo Conforto
Tecnologia Discretos

MAIS Saude
Clínica de Fonoaudiologia

Ivoti: 3563.6506 | Dois Irmãos: 98048.8967

Satoshi Suzuki

Eng. Agrônomo, diretor da Alface
Pizza Gourmet e da
S. Suzuki Viveiro de Mudas e
vereador em Ivoti



A árvore que merece abraço

As árvores são fascinantes. Lembro que tinha uns 6 anos de idade, época em que caminhava numa rua estreita no meio da mata para ir à escola. As árvores sempre me chamavam a atenção, pois faziam importante companhia no solitário caminho. Algumas eram mais novas e outras mais frondosas, mas todas tinham raízes conectadas às profundezas do chão e, ao mesmo tempo, os ramos buscavam alcançar as elevadas dimensões do céu. Logo reparo que todas crescem incansavelmente em busca de iluminação. Assim, pude perceber que a prosperidade poderia ser alcançada se conseguíssemos crescer em busca de ascensão em direção ao céu, estando firmemente enraizado no chão.

Árvores são inspiradores. Todos nós, seres humanos, em algum momento da vida procuramos um sentido para a nossa existência. Talvez algo simples como nascer, crescer, produzir frutos para alimentar os demais e formar sementes para gerações futuras, sejam suficientes para tornar a existência em algo pleno e recheado de felicidade. Assim, as árvores sempre me motivam a ter paciência para vencer os desafios do dia a dia e crescer em todas as

estações do ano, sobreviver aos vendavais para criar um tronco firme com uma alma rica e resiliente, e florescer para encantar e servir à um proposito maior.

A família é uma grande árvore. Ao refletir um pouco mais, podemos perceber que a nossa existência é o resultado produzido pelo esforço de nossos ancestrais, ou seja, pelas raízes de nossa família. Logo, nossos descendentes serão os ramos que vamos produzir e conduzir com a nossa dedicação. Desta maneira, na idade em que começam a surgir geadas sobre o cabelo, pude constatar que nossas palavras, pensamentos e condutas afetam a ramagem que vamos formar.

Por isso bons exemplos, um bom trabalho e bons relacionamentos irão formar seivas cheias de virtude para nutrir a nossa árvore da família. Formar bons ramos é um trabalho árduo, mas compreendo que seja necessário, pois logo em breve, quando as folhas caírem, seremos apenas raízes. Enfim, ao pensar e refletir sobre os vários significados, sinto necessidade de pensar no futuro e abraçar a minha árvore com mais vigor e esperança. Vamos ser sustentáveis? **mF**



A Super Recheada!!!

99556 0888
99725 1444
3104 8888
3564 1371

O processo judicial e a natureza

Scheffler e Scheffler OAB/RS5.776

O número de processos judiciais em tramitação no Judiciário Brasileiro se aproxima de 120 milhões. Os maiores “clientes da Justiça” são: Petrobrás, INSS, União, Banco do Brasil, Bradesco, Correios e os Estados. Mesmo que, desde 2001, exista o chamado “processo judicial eletrônico”, ainda há milhões de processos físicos (em papel) tramitando no País. No RS, ainda tramitam mais de 2 milhões destes (que estiveram praticamente paralisados durante a Pandemia e devem voltar a tramitar a partir de 14.06.2021). Estes autos contêm bilhões de folhas de papel e consomem materiais cuja matéria-prima advém da natureza. Paralelamente se extraem bilhões de impressões de peças processuais.

A transformação das peças físicas em eletrônicas, apesar de lenta, já é um grande incentivo. O RS é um dos Estados que se destaca negativamente pela lentidão da migração para “autos eletrônicos”. Interessante observar que a maioria dos documentos oficiais, como Carteira de Motorista e Certificado de Veículos, já está sendo expedida eletronicamente e sequer precisa ser impressa para ser usada, o que é uma grande vitória para a Natureza.

Nessa senda, nosso escritório já adota as pastas virtuais de documentos; diminuindo lixos; fazendo menos impressões e cópias e incentivando nossos clientes a também aderirem a essas práticas. Se cada um fizer um pouco, o meio ambiente agradece!! **mF**



Scheffler & Scheffler
Advogados Associados

CÍVEL-INVENTÁRIOS-FAMÍLIA

Ademar Pedro Scheffler
OAB 13.692

Livia Scheffler
OAB 77.835

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

Guilherme Velten Júnior

Assessor de Meio Ambiente e Pecuaría
Familiar da FETAG-RS
Coordenador do Projeto de Conservação,
Restauração e Recuperação de Biomas
guilhermema@fetags.org.br



Sustentabilidade nas propriedades rurais

Ao longo de anos, tenho o privilégio de conhecer a realidade de diferentes regiões através do atendimento à sindicatos de trabalhadores rurais integrados a FetagRS. São 420 municípios e mais de 180 mil agricultores e pecuaristas familiares que vivem diferentes motivações e desafios.

A questão ambiental vem se sobrepondo às atividades agrícolas em nível mundial. Neste viés, desde 2018, estamos trabalhando no Projeto de Conservação, Restauração e/ou Recuperação de Biomas. A proposta é que o agricultor diminua o impacto ambiental da sua propriedade através de assistência técnica, ao mesmo tempo recebendo um valor em insumos e equipamentos e até mudas nativas, para que ocorra o manejo conservacionista e a restauração de ecossistemas.

Este projeto tem importantes parcerias, como a UFRGS, a EMBRAPA PECUÁRIA SUL, UFSM e o reconhecimento do Ministério Público, através do CAOMA. A iniciativa repercutiu internacionalmente e, mesmo com 45% da fase de execução, fomos convidados para apresentar o projeto em Glasgow, na Escócia, em novembro.

Admiro e respeito o agricultor e pecuarista familiar e, assim como ele, nós também devemos pensar de forma coletiva. O nosso cotidiano é repleto de oportunidades para demonstrar nosso respeito pelo ambiente. Há mais de 15 anos, trabalho com questões ambientais e busco projetos de cunho sustentável e que possam garantir benefícios para os agricultores e pecuaristas gaúchos. Afinal, hoje, é um diferencial encontrar soluções inteligentes e sustentáveis. Fico à disposição para conversarmos mais a respeito pelo whatsapp 51-9866-2662 ou pelo email guilhermema@fetags.org.br. **mF**



Automação residencial: conforto e economia

Quando pensamos em automação residencial, talvez a primeira sensação é de que seja difícil de lidar. Mas, na medida em que nos aproximamos dela, vemos que ela veio para facilitar nossas vidas. Com a automação, as coisas podem acontecer automaticamente. Chamamos de ‘cenar’, que são acionadas por horário ou até mesmo por comando de voz. “Alexa, boa noite” e as luzes se apagam. Não é o máximo? O comando é simples, prático e lhe poupa tempo!

Quando acordamos, podemos dar o comando “Alexa, bom dia” e as luzes do quarto se acendem, daqui a 5 minutos a cortina se abre, em 10 minutos a água para o café está quente e depois de 30 minutos todas as luzes se desligam pois você acabou de sair de casa. Uauuuuu! Tudo isso com apenas um bom dia.

Casa inteligente – Percebeu que numa verdadeira casa inteligente não existe desperdícios? Basta programar os comandos de acordo com sua rotina. Sabe aqueles equipamentos que não são de uso contínuo e sempre estão consumindo energia? Com a automação, desliga-se de forma automática. Nos

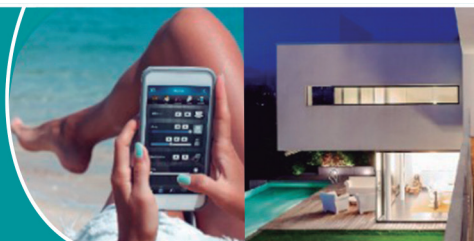
sensores de portas inteligentes, se configurados corretamente, as lâmpadas ficam acesas somente o tempo necessário. E pense em um jardim com irrigação: o módulo inteligente sabe quando vai chover, não deixando acionar os irrigadores. Esses pequenos gestos fazem a diferença para o nosso bolso e para o meio ambiente.

Fechaduras inteligentes - Quem nunca esqueceu suas chaves e ficou trancado do lado de fora ou sempre tem aquela preocupação das chaves? Com as fechaduras inteligentes, é possível abrir a porta usando sua senha e tag ou até mesmo destrancando a porta via aplicativo. Uma fechadura digital traz comodidade e segurança, pois dá a certeza de que a porta está devidamente trancada sem precisar conferir. Imagine um escritório onde quem tem a chave se atrasa, ou uma casa de aluguel, ou um hotel onde passam várias pessoas. Tudo isso é possível graças a automação residencial.

Cada serviço prestado nestes anos de atuação nas instalações elétricas e hidráulicas nos dá a certeza de que a automação faz a diferença na economia, no conforto e na segurança. **mF**



- Automação residencial
- Home Theater
- Câmera e alarme
- Fechadura digital
- Áudio e vídeo



Sensei Caroline do Couto Aguiar

Pedagoga e pós-graduanda em Educação Física no Contexto Escolar; Sho Dan pela CBJ
Filialda à Kuse Dojo Caxias do Sul
Diretora da Ichido Kan Escola de Judô



Judô para a vida

Tudo na vida é um processo, até mesmo a confiança em nós mesmos. Para cada um que inicia no judô, seja criança ou adulto, realizamos diferentes dinâmicas para trabalhar habilidades e comportamentos, assim como valores e uma melhor relação consigo.



Combinamos desafios, brincadeiras, técnica, cultura e inclusão. Falamos de nossos mestres para mostrar sua história e tradição. Fazemos origami com as crianças para desenvolver motricidade fina, concentração, paciência e criatividade. Brincamos para promover interação e descontração. E ensinamos que a base do judô é aprender a cair e a se levantar de cabeça erguida.

Em junho, completamos 3 anos. O Dojô é a extensão da nossa casa, assim como nossa busca profissional e pessoal está atrelada ao judô. Aliás, o judô é considerado pela UNESCO o mais completo esporte para o desenvolvimento de crianças e adolescentes. Assim, com toda segurança, nossa escola está à disposição para levar uma experiência para a vida de seus filhos e de sua família. **mf**

Eduardo Alcido Schneider

Engenheiro Eletrônico e Técnico em Eletrônica
Atua na Cliff Idiomas



Descobrimo o mundo com a robótica

A palavra robótica, muitas vezes, remete somente a robôs, que realizam tarefas de forma rápida e precisa, incansavelmente.

O estudo da robótica também pode nos levar a conhecer um mundo que está a nossa frente o qual não percebemos. Através deste estudo é possível compreender como a tecnologia pode enganar nossos sentidos como, por exemplo, numa bela imagem projetada num moderno televisor, ou que podem existir luzes que não enxergamos e ainda, sons que não ouvimos. Como é possível uma máquina ver, ouvir, tomar decisões? De que forma ela faz isso? Estamos imersos em um mundo em que a tecnologia parece algo mágico, difícil de entender, mas que ao se pesquisar, percebe-se que a nossa realidade facilitada por diversos “gadgets”, ou dispositivos eletrônicos, é resultado de décadas e até centenas de anos de uma evolução cultural e tecnológica que, em sua essência, preserva os conhecimentos adquiridos durante o passar dos tempos.

Diversas áreas do conhecimento estão presentes no estudo da robótica como, engenharia, matemática, artes, geografia, ciências, dentre outros e, por isso, ela pode ser usada como um excelente complemento ao ensino regular de crianças, jovens e adultos. **mf**

ICHIDO KAN






JUDÔ

Escola de Judô

Sensei Caroline do Couto Aguiar

Para crianças a partir dos 4 anos

 ichidokan
 ichido kan judo
 51-99765-1871

Aulas de Robótica matrículas abertas!



Seu sonho, nossa motivação!  cliffidiomas
 cliff.idiomas.ev

Para alunos a partir dos 7 anos.  cliffidiomas.com.br
Rua Olavo Bilac, 248 - Estância Velha 3561-2738 |  99980-2738



O brincar no desenvolvimento infantil e humano


Quando tratamos do desenvolvimento infantil não podemos deixar de pensar nos modos de brincar, afinal, o brincar é parte essencial do período da infância humana. É pelo brincar que as crianças apreendem o mundo e fazem a subjetivação do mesmo, “acomodando-o” em sua psique. Assim, em cada fase do desenvolvimento temos uma forma de brincar diferenciada, que deve ser observada, respeitada e estimulada.

Nos bebês, desde o nascimento, temos o brincar expresso e estimulado na sua relação com os adultos, especialmente com o cuidador primário, que geralmente é a mãe. Este brincar inicial é caracterizado pelo pegar os objetos e tentar colocar na boca, é um brincar de reconhecimento, associado a questões sensoriais e motoras. Nesta fase os objetos são nomeados para a criança pelos adultos e tudo pode ter sentido de brincadeira, como quando se assopra a barriguinha do bebê ou se dá sentido aos sons que ele emite – quando o “mam” é significado para a criança como “mamãe”, por exemplo.

Posteriormente, aproximadamente aos 2 anos de idade, a criança já entende a função social dos objetos e passa a tentar usá-los dentro deste novo saber. Nesta fase o brincar já é direcionado, mas está vinculado ao sentido dos

objetos que foi ensinado pelo grupo social no qual a criança está inserida. Neste período ela já brinca com mais autonomia, testando as várias possibilidades com os objetos aos quais tem acesso.

Finalmente, mas sem que seja um término, temos o brincar de faz de conta, que se inicia por volta dos três anos da criança. Nesta fase, a criança usa os objetos de acordo com o que quer fazer deles, não estando mais vinculada apenas a questão motora e sensorial e nem ao sentido original dos objetos. Assim, um cabo de vassoura pode ser um cavalo e uma tampa de panela pode ser a direção de um carro. Estas brincadeiras são a atividade principal da criança até mais ou menos os seis anos, mas não cessa nesta idade. A função simbólica, instaurada nesta fase, nos acompanha enquanto seres humanos por toda a vida, tal a sua importância. É a partir da função simbólica que conseguimos subjetivar o mundo e trabalhar com o que não está posto concretamente, mas está na nossa mente.

O brincar é fundamental para todo o desenvolvimento humano e todas as suas fases são muito importantes, pois cada uma é base para a próxima e a função simbólica estabelecida com o brincar de faz de conta é a base para tudo o que aprendemos e subjetivamos durante a vida. 



FÁBIA LUMERTZ

Neuropsicopedagoga clínica
Psicopedagoga

ABPp-RS 4527

Avaliação, terapia e reabilitação.
Dificuldades de aprendizagem
Transtornos, síndromes, deficiências, autismo
Apoio à família e escola.

Atendimentos em Ivoti,
na Clínica Desenvolver



51 - 99244.4545

fabia.psicopedagoga@gmail.com

 @fabia.psicopedagoga

Rua Gonçalves Dias, 16, Sala 103 Centro - Ivoti

Elen Borghezan

Neuropsicopedagoga Clínica e Institucional
em Educação Especial Inclusiva
Pós-Graduada em Libras (SBNPp 3814)



Meu filho precisa de consulta?

São várias as dúvidas dos pais:

- Meu filho não está conseguindo se alfabetizar.
- Meu filho tem dificuldades para ler.
- Não consegue se concentrar nas atividades.

Essa e outras perguntas podem acontecer durante os primeiros anos escolares e com o formato de educação no qual nossos filhos estão inseridos no momento, podem não se adaptar a aprendizagem que está sendo proposta.

É importante lembrar que nem todos conseguem aprender da mesma forma, mas não deixe a dificuldade se tornar maior do que deveria. Um neuropsicopedagoga pode ajudar neste processo, realizando as intervenções adequadas para atuar nas aprendizagens específicas e com significado para o seu filho.

4 motivos para fazer avaliação - As avaliações são realizadas para todas as pessoas em todas as idades. O objetivo é trabalhar as capacidades cognitivas que gerem desenvolvimento das redes neurais, proporcionando aumento nas aprendizagens, seja elas de cunho escolar ou atividades cotidianas, mas que são essenciais para uma vida e uma cognição saudável. **mf**



NeuroDesenvolver

Trabalhando nas dificuldades.

Elen Borghezan
SBNPp 3814

Pós-graduada em Libras

Neuropsicopedagoga Clínica
e Institucional em Educação
Especial Inclusiva.

elenborg@hotmail.com | elenborghezan | 98171.1610

Tatiana Graebin

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



O inverno chegou: cobertor nos pets!

Parece uma frase clichê, mas quem ama realmente cuida! Os bichinhos sentem frio, gente! Eles precisam do nosso cuidado e atenção especial nesta época do ano! Então, cobertor neles!

Se no verão, a gente sugeria dar uma atenção para as épocas de altas temperaturas, veja que no inverno, é necessário fazer ajustes, mas continuar fazendo uma rotina bem especial com seu pet.

Por isso, se quiser fazer a caminhada diária, escolha um dia de mais sol e calor. Outro detalhe é o banho. Observe sempre a periodicidade dos banhos, sugerimos a cada 15 dias para manter a saúde e a proteção da pele. E quando for o dia, opte pelas horas mais quentes do dia. Ah, e já que falamos em cobertor, vale trocar as cobertas, limpar a casinha e manter os potes de comida e água sempre higienizados. Animais com pouco pelo sofrem mais no inverno, então, uma roupinha é super recomendada, além de dar um toque especial nos nossos filhos de quatro patas. **mf**



Bicharada e Cia
Clínica Veterinária e Pet Shop

Atendimento veterinário em horário comercial.

Agende o seu horário:

3561.1314 | 98115.1939

Rua Portão, 1315 - Sala 2 - Bairro Lira - Estância Velha



Especialidades Odontológicas - Ortodontia

Ortodontia é uma especialidade odontológica que corrige a posição dos dentes e dos ossos maxilares posicionados de forma inadequada. Dentes tortos ou dentes que não se encaixam corretamente são difíceis de serem mantidos limpos, podendo ser perdidos precocemente, devido à deterioração e à doença periodontal. Também causam um estresse adicional aos músculos de mastigação que pode levar a dores de cabeça, síndrome da ATM (Articulação Têmporo-Mandibular) e dores na região do pescoço, dos ombros e das costas. Os dentes tortos ou mal posicionados também prejudicam a sua aparência.

O ortodontista é o profissional que vai ajudar na missão de proporcionar um sorriso

mais bonito e funcional para você. O tratamento ortodôntico vai ajudar não só na posição dos seus dentes, mas também vai devolver a função correta da mastigação, deglutição e da fala, além de diminuir qualquer disfunção na articulação têmporo-mandibular - caso exista.

Apenas seu dentista ou ortodontista poderá determinar se você poderá se beneficiar de um tratamento ortodôntico. Com base em alguns instrumentos de diagnóstico que incluem uma anamnese detalhada, com histórico familiar de má oclusão, um exame clínico, modelos de seus dentes, fotografias e radiografias especiais, o ortodontista ou dentista poderá decidir se a ortodontia é recomendável e desenvolver um plano de tratamento adequado para você. **mF**

Entre os problemas dentários podemos relacionar:



Sobremordida



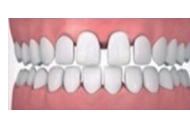
Mordida Cruzada



Mordida Aberta



Apinhamento



Diastemas



Dr^a Marcia Schardosim

Cirurgiã-dentista

CRO 12316

☎ 3563.2040

📞 99955.4645

Convênio



AssisteBem

A vida é melhor pra quem tem

Paulo Link

Produtor de plantas ornamentais
Autor do livro "Convívio com os netos"



Planejamento

Deveríamos planejar sempre, pois é algo essencial em nossas vidas. Desenvolver a habilidade de antever as tarefas. Já imaginaram um profissional da educação não planejar um dia em sala de aula?

Você já teve a sensação de que em determinado dia, pouco ou nada fez, ou, ainda, não fez o que gostaria ter feito, apresentado. Porém, senti cansaço físico/mental. O ideal é que já no café da manhã, em poucos minutos, registre as tarefas/trabalhos a realizar neste dia. Liste o que é obrigatório, o que é importante, e, ainda, tarefas secundárias. Estabeleça rotinas para as atividades diárias. Ao final da jornada, ao conferir, você vai sentir que cumpriu o planejado. Seu sentimento poderá ser de leveza e satisfação pelos feitos. Todos já frequentamos os bancos escolares e o(a) professor(a) sempre se esmera em dar tarefas a serem feitas em casa. Essas atividades têm por finalidade fixar os conhecimentos teóricos apresentados em sala. Nos meus tempos de universitário, o(a) professor (a) sempre apresentou o plano de aula onde constavam conteúdos a serem estudados, datas de prova e prazo de entrega de tarefas extras. Eu sempre procurava entregar as tarefas antes das datas estabelecidas. Isso me deixava com sentimento de dever cumprido, de liberdade. Caro leitor: o que planejou para hoje? **mF**

Eder Gustavo Schuster

Empresário do ramo automotivo



Cuidados que fazem a diferença

Nosso companheiro de vida, o carro, estando ou não todos os dias na estrada, precisa de cuidados. E não precisamos nos preocupar com isso, a não ser em ter um mecânico de confiança e agendar periodicamente a revisão.

Itens básicos – e por vezes considerados menos importantes pelos motoristas – precisam ser revisados. Filtros de ar condicionado, do motor, de combustível; fluídos de radiador, de freios, de parabrisa; limpador de parabrisa para dar boa visibilidade e mais segurança em dias de chuva; óleo do motor, que além de observarmos a quilometragem, também precisamos verificar o tempo da última troca para que ele continue desempenhando bem sua função de lubrificar o motor.

A lista segue com a verificação dos freios de suspensão, a sinalização, a limpeza do ar e a higienização, já que respiramos no interior do veículo e precisamos de ar puro e limpo.

Então, são várias partes do veículo que precisam ser revisados. Cuide bem dele para não perder tempo e garantir a sua segurança e das pessoas que você ama e leva no coração. **mF**

Estância dos Cactos

(51) 3561.2842 | (51) 99943.5970

www.estanciadoscactos.com.br
estanciadoscactos@gmail.com

Rua Flores da Cunha, 415 e 440
Bairro Floresta - Estância Velha

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!

Caseiro de Abreu, 386 | Centro | Estância Velha



Diferença entre dieta e reeducação alimentar

Com o objetivo de perder peso de forma rápida, muitas pessoas optam pelo caminho da dieta às vezes, as mais malucas. A grande maioria das dietas é focada na redução do consumo de calorias por meio da restrição a determinados alimentos. Na Dukan, low carb e cetogênica, por exemplo, você consome pouco ou nada de carboidrato. Uma das justificativas dessas dietas se refere ao fato de que o excesso desse nutriente é um dos principais responsáveis pelo ganho de peso. Ao tirá-lo do seu planejamento alimentar, você perderá medidas rapidamente. Outro ponto em fazer dietas é que, você se depara com alimentos permitidos e proibidos. Geralmente, as dietas têm um objetivo claro e de curto prazo.

Porém, é praticamente impossível manter essa restrição alimentar por muito tempo. Os sinais físicos e psicológicos da falta do carboidrato podem aparecer em forma de cansaço, desânimo, mau humor entre outros.

Já no caso da reeducação alimentar o grande foco é adotar hábitos mais saudáveis em relação às refeições. Essa estratégia

prepara você para realizar escolhas melhores. Não existe uma restrição e sim um trabalho que levará você a encontrar um caminho mais equilibrado nas suas escolhas do dia a dia.

Em outras palavras, diferentemente das dietas, que têm um prazo para acabar, a reeducação alimentar pode durar para sempre se você quiser.

Quer um exemplo? Suponhamos que você consuma dois pães franceses no seu café da manhã. Uma conduta focada na reeducação alimentar vai ajudar você a reduzir a quantidade e melhorar a qualidade da sua refeição.

Com isso, você ainda comerá o pão, mas aprenderá a acrescentar outros alimentos mais nutritivos. Com o tempo, você vai consumir metade de um pão francês e acrescentando frutas, iogurtes, fibras, dentre outras opções mais nutritivas.

E por fim, lembre-se: Se você pretende perder peso ou mudar seus hábitos alimentares, é importante procurar um profissional da saúde para te auxiliar nesse processo. **mF**



Fonoclin
Fonoaudiologia e Saúde

Av. Presidente Vargas, 274 ☎ 51 3561.0086

Centro | Estância Velha 📞 51 99367.9494

Michele Müller Ferretto

Fonoaudióloga - CRFa 8395

Gabriela Feilstrecker

Fonoaudióloga - CRFa 10010

Giovana Campagnollo

Fonoaudióloga - CRFa 8770

Elisabeth Blomker

Nutricionista - CRN 12744D

Danieli Monteiro

Neuropsicopedagoga - SBNPp4312

Dra. Bianca Wingert

Otorrinolaringologista - CRM 31681

Carolina de Souza Bitencourt

Psicóloga - CRP 30174

Joseane Finger

Psicóloga - CRP 27248

Camile Krug

Aromaterapeuta

Dra. Patrícia Lucchetti

Pediatra - CRM 46798

Avaliação auditiva
Aparelhos auditivos
Signia e Widex



@fonoclinev

Quanto tempo dura um processo?

Vicente Fleck | Advogado - OAB 73.662

As pessoas perguntam quanto tempo um processo pode levar e a resposta é mais complexa do que se pode imaginar.

Para se ter uma ideia, em setembro de 2020, o Supremo Tribunal Federal julgou um processo que durava 124 anos, sobre a posse de um imóvel. Muitas pessoas dirão que tiveram processos em que se discutiu a posse de imóvel e estes não duraram sequer um ano.

Isso acontece por muitos fatores, dentre eles as partes do processo, se um menor está no processo, a União, o Estado ou um Município e suas autarquias; se o processo tramita na Justiça Federal, Estadual ou do Trabalho, o valor que se está discutindo no processo, etc.

Se a pergunta que mais se ouve é quanto tempo dura um processo, a segunda pergunta é se tem como agilizar o processo. Para esse pergunta, a resposta é mais animadora.

Um processo pode ser agilizado quando escolhemos bons profissionais, quando juntamos toda a documentação necessária e mesmo quando, ao longo do processo, buscamos um acordo para encerrá-lo mais rápido.

Não é possível saber quanto tempo um processo irá durar, porém é possível se cercar de garantias de que ele terá um desfecho positivo.

É importante lembrar que a pandemia também afetou a demora: muitos estão parados desde a descoberta do vírus aguardando audiências, perícias, entre outras diligências que só podem ser feitas presencialmente e que aguardam o tão sonhado fim da pandemia. **mF**

VICENTE FLECK

A D V O C A C I A

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 Cível - Danos Morais, Indenização, Cobrança, Inventário, Divórcio, Pensão Alimentícia.

Av. Presidente Lucena, 1784, B. Harmonia/Ivoti
OAB/RS 73.662

Jorge Antônio Mendes

Escritor | Autor do livro

A direção do olhar



Quando é preciso mudar

Alguém disse: fazer as coisas da mesma maneira e esperar resultados diferentes é sinal de insanidade. Excelente captação das atitudes humanas.

Saber o exato momento em que devemos reconsiderar nossos atos é uma atitude sensata, mas de difícil aplicação. Por sermos humanos, com todas as qualidades e defeitos, achamos nesta prática da mudança algo que vai comprometer nossa personalidade. É claro que existem pessoas passando a maior parte de seu tempo mudando de atitudes e opiniões, mas a maioria não age assim e comete os mesmos erros. Descobrir quais as repetições é problema de cada um e adequá-las à realidade não é proibido.

Quantas vezes ouvimos motoristas dizerem que transitam por engarrafamentos todos os dias no trajeto de casa ao trabalho? A pessoa passa anos sempre indo no mesmo horário e reclamando do tráfego. Neste caso, opinarmos que, saindo meia hora antes não terá engarrafamento, pode ser uma ofensa e não uma solução. É o mau hábito mascarando a oportunidade de ter uma solução.

Numa filosofia sonhadora, imposta ainda adolescente, todos insistem naquilo que acreditam estarem certos. Depois de um tempo chega-se à conclusão de que tudo tem limite. Não é preciso desistir de suas ideias ou projetos porque nunca deu em nada, entretanto, analisar os meios que estão sendo usados para atingir estas metas é um direito compulsório humano.

Numa observação rotineira e gratuita, ao olharmos para os lados, vemos que outras pessoas atingem os mesmos objetivos com estratégias diferentes. Adotar estas práticas pode ser aconselhável. * Publicado originalmente no livro *A direção do olhar* **mF**

Sexualidade na Maternidade

Natália Ramos Psicóloga da NAP

A sexualidade na maternidade é um tema pouco debatido entre os casais. Entretanto, é super pertinente, já que afeta ambas as partes de maneira diferente. O corpo feminino é regido por ciclos e hormônios, o que já colabora para que o desejo sexual seja afetado em vários momentos da vida.

Durante a gravidez, os hormônios oscilam como uma montanha russa, além de baixa autoestima e da ansiedade. No nascimento do bebê é comum a perda da libido para o deslocamento da energia no bem estar do bebê e na apropriação do que significa ser mãe. Algumas se sentem muito desconfortáveis com as novas curvas ou têm medo de sentir dor nas primeiras relações sexuais.

O companheiro precisa entender e apoiar. A demonstração de afeto e cuidado é essencial. O parceiro que exige da mulher um rápido retorno na vida a dois está colaborando para um processo mais difícil. É importante entender que tudo se normaliza e o casal voltará a ter o importante espaço de intimidade afetiva/sexual. Manter um diálogo na relação torna esse momento mais leve, invistam nisso. **mF**

As emoções na Infância!

Amanda Siebel

Psicopedagoga da NAP

Em todos os momentos de nossas vidas precisamos reconhecer e compreender os nossos próprios sentimentos. Você já pensou como que é para as crianças? Como elas identificam as suas emoções e conseguem administrá-las?

Elas também se frustram, ficam tristes, magoadas, ansiosas. É importante ensinar os nomes das emoções e o que elas significam. Também, identificar e entender os motivos pelos quais ela está chorando, brava etc. e elogiá-la quando reconhece sozinha os seus sentimentos.

As crianças que sabem compreender os seus sentimentos, conseguirão resolver mais facilmente conflitos. Terão maior facilidade na tomada de decisões pessoais, pois uma pessoa com uma maior capacidade de escolher de acordo com seus sentimentos e desejos, consegue compreender melhor as perspectivas ao seu redor. Também desenvolverá mais resiliência, o que contribui para a prevenção de conflitos internos, e podem trazer mais facilidade para lidar com frustrações. **mF**

Em busca da Felicidade

Drielle Demkio | Psicóloga da NAP

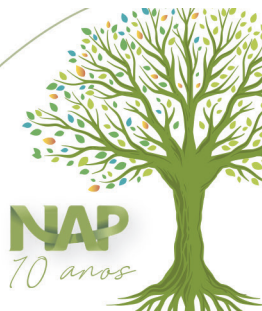
Felicidade... todos em algum momento da vida tenta encontrar essa fórmula. Contudo, há quem diga ou transfira a terceiros. Porém, a felicidade é individual. Depende totalmente de nós! Tem-se a ideia que para ser feliz é preciso ter o melhor emprego, melhor casa etc. Essa busca acaba nos afastando do nosso bem estar e saúde mental, pois ficamos preocupados com o que os outros pensam, esquecemos de valorizar o que já temos e que já somos.

Vale lembrar que busca da felicidade nos

acompanha ao longo da história. Se tinha uma percepção transcendental das coisas, tudo era atribuído a um Deus e a vida era um pequeno tempo que se tinha aqui na Terra, o paraíso seria onde se encontraria esse descanso, essa plenitude. Hoje a sociedade vê a vida em “décadas”, onde precisa alcançar durante esse período o máximo de felicidade. Representações de alegria e prazeres acaba apontando a uma tristeza por perceber que não conseguimos alcançar plenamente. A felicidade é no agora ou está para além do humano? **mF**

Dez anos cultivando saúde emocional.

Entre em contato conosco!
(51) 99375-3003 • napvs.com.br
Av. Cel. Frederico Linck, 1170 • NH





Nós, humanos e agora cidadãos de um país chamado mundo

Em alguns meses a percepção de “nós” e de “outros” mudou. Antes da pandemia, a noção de interdependência da humanidade, para muitas pessoas era apenas um conceito teórico e visto em áreas específicas como turismo, produtos importados, competições esportivas e relações econômicas; mas, nunca desta forma a saúde e a própria vida fez parte de nosso entendimento de um mundo unificado.

Faço das seguintes palavras proferidas pelo sábio persa, 'Abdu'l-Bahá, em sua chegada em Londres, a melhor explicação para o que tento expressar neste texto: “Deus criou o mundo como um só - as fronteiras foram demarcadas pelo homem. Não foi Deus que dividiu as nações, mas cada pessoa possui sua casa e prado; cavalos e cães não dividem os campos em partes. É por isso que Bahá'u'lláh disse: ‘Que nenhum homem se vanglorie por amar seu país, mas por amar sua espécie. Todos são uma

família, uma raça; todos são seres humanos. Diferenças devido à divisão de países não deveriam ser causa de separação entre as pessoas.”

O patriotismo é insuficiente para os dias de hoje. Em vista das mudanças fundamentais que sacudiram a vida econômica da sociedade, em face da interdependência das nações e em consequência da revolução tecnológica nos meios de comunicação e transporte, fez-se necessário ampliar a visão na dimensão global. “A terra é um só país, e os seres humanos seus cidadãos.” O conceito da cidadania mundial é uma consequência direta da contração do mundo através dos avanços tecnológicos e o amor a todos os povos não exclui o amor de cada pessoa ao seu país.

O Velho Testamento diz que Deus criou o homem à Sua própria imagem; no Alcorão está dito: "Não há diferença na criação de Deus!" Pense bem, Deus criou todos, e todos estão sob Sua proteção. **mf**



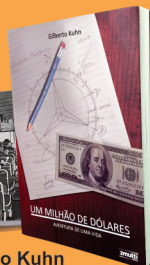
R\$ 35

João Milton Ritter




R\$ 39

Gilberto Kuhn



Ler faz bem para todos.
Presenteie a ti e aos teus!

 99961.4410

multi
editora

Andréa Cristina Baum Schneck
Vice-presidente da Siehu, artista plástica, gestora cultural,
mestre em Educação, arteterapeuta e psicopedagoga



Um olhar colorido sobre Ivoti

Como temos olhado para Ivoti? O que temos visto? Há uma infinidade de cores que podem ser vistas, expressas, apreciadas...



“Um olhar colorido sobre Ivoti - a arte de Maurício Weber e nosso patrimônio histórico” é uma obra infantil, de caráter educativo, que propõe um olhar sobre o legado arquitetônico e cultural de Ivoti a partir da sensibilidade do artista, que retratou várias casas do Núcleo de Casas Enxaimel e arredores, bem como a Ponte do Imperador. Através de cores e formas o artista autodidata traduz a alegria que tem por sua cidade, o amor por seu legado histórico e cultural.

O livro foi inspirado em uma narrativa sobre o artista e sua trajetória de vida presente no livro “Mosaicos de então: pessoas, fatos, lugares de memória, crônicas de Ivoti”, lançado em 2020 pela Sociedade Ivotense de Estudos Humanísticos (Siehu). Maurício Weber cumpriu seu papel como artista social, e sempre focado em desenvolver pinturas, desenhos, esculturas, intervenções urbanas e pinturas murais.

A obra pretende conscientizar as crianças, e adolescentes sobre a importância da valorização de nossa herança cultural e identidade local, com vistas a diversidade cultural.

Importante dizer que a SIEHU é uma entidade não governamental, sem fins lucrativos, que quer sensibilizar a todos os

ivotienses para que conheçam mais o lugar em que vivem e desenvolvam um saudável sentido de identidade e pertencimento. A entidade tem se dedicado à publicação de trabalhos sobre Ivoti, objetivando sempre potencializar a produção de conhecimento e valorização do patrimônio artístico, cultural e arquitetônico local na perspectiva da humanização.

Acreditamos que este livro infantil poderá desencadear belas e interessantes aprendizagens, tecendo um elo entre passado, presente e futuro.

Para conhecer mais sobre os livros e o trabalho da Siehu, anote nosso contato - 51-99712-8268. **mF**

Peça o seu!
R\$ 20*
99961-4410

siehu

multi
editora

48 obras expressam sentimentos em vernissage

“Dor, preconceito, racismo e sublimação” é a exposição do artista Adair Mahle com curadoria da psicóloga Débora Schneider

Ivoti - “Consegui revelar aquilo que estava escondido e gritando: - Liberte-me!”. No domingo, 13 de junho, a expressão da arte e da emoção será revelada através de 48 obras do artista Adair Mahle. A exposição “Dor, Preconceito, Racismo e Sublimação” poderá ser conferida no Espaço Gastronômico Leben Haus (av. Presidente Lucena, 6401, localidade Nova Vila), em Ivoti, será apresentada durante vernissage. A curadoria é da psicóloga Débora Schneider. “A arte serviu como uma terapia, garantindo diálogos criativos um trabalho árduo” define a curadora.

Formado em Artes Plásticas e pós-graduado em Arte e Educação, Adair já assumiu diferentes cargos na área da Cultura na região. Ao longo de 2021, decidiu explorar a pintura como parte de um processo psicoterapêutico.

Ao esticar o pano branco na tela, Mahle escolheu diferentes materiais e fez as telas com o irmão Pedro, numa mescla de pesquisa e experimentação. Destaque para o uso da costura, além da água sobre a tinta. “Não se trata de arte surrealista, abstrata ou do realismo contemporâneo. A singularidade me expressa”, explica.

“A performance corporal e a busca recorrente da forma do coração vislumbram uma clara transição existencial”, descreve Débora. Ela traça um paralelo com a artista contemporânea Heather Hansen e o seu processo de transcendência do esvaziamento corporal através da arte cinética.



LINHA, COSTURA, DOR - A costura, presente em diversas obras, é uma forma de demonstrar o preconceito e a dor, dá volume e representa para Adair não somente a estética, mas a poética da obra. A linha é um elemento que faz parte desta reconstituição de uma fragilidade do corpo, da dor, sustentada pelo preconceito e pelo racismo.

A exposição deverá seguir pela região. “Este é um grande momento o qual estou desenterrando um Adair adormecido mas que gritava a muito tempo”. Os trabalhos estarão à venda ao final do circuito cultural. A reserva é feito pelo what 99672-7022.

Protocolos de segurança – Observando todos os protocolos de saúde, a vernissage estará aberta para convidados e mediante agendamento prévio pelo whatsapp 99672-7022. Se desejar, é possível contribuir com um quilo de alimento não-percível que será destinado ao Comitê de Ivoti que atendem no acolhimento das famílias.

A exposição tem o apoio cultural da Revista MultiFamília, Espaço Vida em Movimento, Leben Haus, Flipsom e apoiadores individuais. **mf**

Fabiane Horlle Hoff

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



A riqueza dos relacionamentos

Costumo dizer que a maior riqueza que temos na vida são as pessoas e os relacionamentos que construímos. Tanto é verdade que se, por exemplo, passarmos um tempo em um lugar lindo, maravilhoso, mas que não conhecemos ninguém, não temos amigos conquistados, nem familiares, acaba que lá pelas tantas dá uma saudade de casa, não é? Aí a gente entende que o melhor lugar do mundo é aquele onde está o nosso coração. Que o maior patrimônio que temos na vida são os relacionamentos que a gente construiu. São os laços. São as pessoas.

Percebemos que não se trata de coisas. Se trata de gente. A natureza não nos criou para construirmos as tais coisas e sim, para sermos humanos. E como está a relação entre os humanos? Vamos olhar um grande problema: a fome. É um problema mundial grave e acontece por falta de alimento ou por falta de fraternidade?

Agora vamos fazer uma reflexão numa amplitude menor, nossa, individual. Como nós estamos vivendo a nossa vida, as nossas relações com os outros, de uma forma geral? Como o texto escrito é um monólogo, posso dizer como eu, Faby, venho entendendo a lógica da natureza sobre sermos mais humanos.

Vejo que a vida nos criou com potenciais

latentes que se revelam no todo, quando nos unimos para sermos mais. Logo, na minha ligação com outros seres humanos, o relacionamento deve acontecer para agregar e nunca para diminuir. O filósofo Cícero (106–43 a.C) já dizia na frase célebre: “Certifica-te de que és um fator de soma na vida das pessoas de quem participa”. E é bem isso! Quem sabe a gente possa olhar para as pessoas das nossas relações e perguntar-lhes se agregamos ou diminuímos na vida delas. E que a gente se dê o tempo de fazer isso agora e não quando não tivermos mais tempo de fazê-lo: tipo na hora da nossa morte, quando, dizem que passa o filme em segundos de nossa vida e nada mais podemos mudar!

Outro dia ouvi uma filósofa no YouTube explicando que a vida é como uma pirâmide. Quanto mais se cresce, mais nos aproximamos dos demais e podemos crescer juntos. E ao contrário, quanto mais afastados estivermos das pessoas, estaremos descendo, pois estaremos localizados na base da pirâmide.

Estamos aqui para nos relacionarmos entendendo que a beleza reside na harmonia dos contrastes, dos diferentes... cada um preservando a sua individualidade, mas potencializando juntos as oportunidades oferecidas pela vida. **mF**



H.MARIA LIVE SHOW UM SHOW DE SOLIDARIEDADE.

A H.MARIA aproveitou a grande audiência de sua Live Show para arrecadar doações para a **Associação Pró-Vida Mãe de Misericórdia**, de São Leopoldo, uma entidade sem fins lucrativos que ampara mulheres grávidas em situação de vulnerabilidade.

Você também pode ajudar. Acesse e saiba mais:

@associacaomaedemisericordia

H.M. H.MARIA
JOIAS CONTEMPORÂNEAS

H.MARIA LIVE SHOW NO YOUTUBE



QUER ASSISTIR A LIVE? **ACESSE.**



[YouTube.com/hmariajoias](https://www.youtube.com/hmariajoias)

Faby e Tati Hoff apresentaram uma super festa online para conectar pessoas e celebrar a vida. O show empolgante das violinistas do grupo Tritony permeou toda a **H.MARIA Live Show** que teve ação solidária, conscientização sobre a covid 19, homenagem às **Consultoras Destaques** e sorteios para quem esteve assistindo o evento, num clima divertido e alto astral.

Se perdeu a Live, você pode conferir tudinho no [YouTube.com/hmariajoias](https://www.youtube.com/hmariajoias).

  @hmariajoiasoficial


H.MARIA
JOIAS CONTEMPORÂNEAS