

Ilustre Magazine[©]

Número 211 - 10 de Março 2024



**Mulheres de visão e articuladas:
Alessandra Nery, Flaviane Ramalho e
Cleuzete Bernardes**



mercado_{dos} Aromas

Essências / Embalagens / Artigos para Cosméticos

- ESSÊNCIAS
- EMBALAGENS
- ARTIGOS PARA COSMÉTICOS
 - VELAS
 - AROMATIZANTES
 - ÓLEOS ESSENCIAIS
- FRASCOS, VÁLVULAS, TAMPAS
(PARA VOCÊ MONTAR)

Av. Issac Póvoas, N° 906
Tel.: 65 3054-7012 / Cel.: Whats - 65 9266-9653

Confira algumas ações realizadas pelo
TCE-MT com foco na produtividade:

Aumento de **245%** na produtividade
das Secretarias de Controle Externo
Especializadas (Secex) ✓

Redução de **81%** no
estoque processual inicial ✓

Implantação das **Comissões
Permanentes Temáticas** ✓

Implantação do **Código de
Processo de Controle
Externo**, pioneiro no Brasil ✓

**UM
TRIBUNAL
QUE APOIA A
GESTÃO
PÚBLICA,
ISSO É O
QUE CONTA.**



**tce
mt**





Editorial

Chegamos ao mês mais feminino do ano, março! O mês das mulheres. Dia 8 é o Dia Internacional das Mulheres. Quantas conquistas no mercado de trabalho, agora são motoristas de ônibus e de aplicativo, pintoras de parede, atuam no futebol, são presidentes de autarquias, de tribunais, prefeitas, governadoras. Enfim, ocupam espaços que algum tempo atrás eram dominados por homens. Isso é uma conquista. Mas, infelizmente, ainda temos um alto índice de feminicídio, não tem como negar. É cruel saber que a mulher tem de ficar num relacionamento abusivo por medo de falar, de denunciar, em pleno século vinte e um, mas é a realidade, estatísticas não mentem. Vamos olhar para o lado, estender as mãos para aquelas que se sentem aprisionadas, com medo. Ajudar é um ato de amor. Sejam solidários! Vamos ao roteiro:

Capa: Como é bom trazer para vocês, leitores, mulheres que fazem e acontecem. Mulheres que vão à luta, brilham e gostam do que fazem. Na matéria de capa, apresentamos três que são referências: a empresária e sommelier Alessandra Nery, a empresária de moda Cleuzete Bernardes, e a advogada do agronegócio de Sapezal Flaviane Ramalho. Mulheres fortes e atuantes.

Fotos Ilustres: Quem circula e badala na nossa capital passa por aqui.

Por Dalva Costa: Inauguração, lançamentos e posses.

Aniversário: A empresária Jamile Guizard Grunwald, ao lado do marido, Giovanni Guizardi, e dos filhos, recebeu 400 convidados em uma festa com o tema “Carnaval de Rua” para comemorar seu aniversário. Vamos conferir!!

Aromas: Na Mercado dos Aromas você faz o seu próprio aroma. Apresenta inúmeras variedades de cheiros para confeccionar o aroma do seu escritório ou da sua residência, velas aromáticas, álcool

em gel com seu aroma predileto. Nada mais elegante do que deixar seu ambiente cheiroso.

Mulheres Ilustres: Escolhemos algumas mulheres que se destacam na nossa sociedade, em seu campo de trabalho, mostrando a força feminina.

Novo Lar: Primeira-dama de MT comemora projeto de construção de casas em aldeia indígena atingida por incêndio. Pelo menos 70 indígenas da etnia Xavante, na aldeia Santa Clara, em Campinápolis, ficaram desabrigados em setembro do ano passado. A primeira-dama do estado de MT, Virginia Mendes, sempre atenta às causas sociais. Parabéns!

Bike: Conheça 5 benefícios da bike indoor para a saúde da mulher. Aulas de bike indoor da Velocity são uma opção de atividade divertida e acessível que traz uma série de benefícios para a saúde das mulheres.

Mulheres: Dia Internacional da Mulher: conheça três mulheres que romperam paradigmas e se destacam em suas áreas.

Mostra fotográfica: A partir de sua própria imagem, artista propõe reflexões sobre a representação do corpo feminino em mostra inédita.

Literatura: Para o Dia Internacional da Mulher: Literatura fantástica evoca o despertar da voz feminina. Romance “Val nas Alturas” é uma metáfora sobre os universos internos que cada pessoa pode acessar em busca de paz, coragem e amor-próprio.

Artigo: O que falar no dia 8 de março? Qual é a verdadeira história do dia 8 de março? Todos os anos falamos sobre o tema, e assim vamos conquistando espaços em todas as áreas.

Dalva Costa

Uma boa leitura e até o próximo mês

ACESSE
www.magazineilustre.com.br



SUA REVISTA ONLINE.

 @magazineilustre

Magazine
Ilustre

65 3028-4980

Expediente

Diretora:
Dalva Costa

Redação:
Dalva Costa
Giordanna Santos

Capa:
Alessandra Nery, Flaviane
Ramalho e Cleuzete Bernardes

Foto Capa:
Arthur Passos

Visual Gráfico:
Daniel Maranhão

Revisão:
Doralice Jacomazi

Comercial:
Dalva Costa

Endereço:
Rua Luis Carlos Pinheiro,
nº 657-H,
esquina com a rua Xavantes.
Bairro Santa Helena - Cuiabá-MT
CEP: 78045-000
Tel.: (65) 3028-4980
magazineilustre@gmail.com



08 Matéria de Capa
Mulheres de visão e articuladas: Alessandra Nery,
Flaviane Ramalho e Cleuzete Bernardes

18 Aniversário
Jamille Grunwald Guizardi recebeu 400
convidados na Musiva

22 Aromas
No Mercado dos Aromas você cria seu produto

26 Mulheres Ilustres
Mulheres Ilustres do nosso estado, que fazem a
diferença

Índice



28 Novo Lar

Primeira-dama de MT comemora projeto de construção de casas em aldeia indígena atingida por incêndio

30 Bike

Conheça 5 benefícios da bike indoor para a saúde da mulher

32 Mulheres

Dia Internacional da Mulher: conheça 3 mulheres que romperam paradigmas e se destacam em suas áreas

36 Mostra fotográfica

Para o dia da mulher nada como a Mostra fotográfica que discute representação do corpo feminino

40 Literatura

Literatura fantástica evoca o despertar da voz feminina

42 Artigo

8 de março é comemorado o Dia Internacional da Mulher



Syrah Vinhos La Provence: referência no universo de vinhos em Mato Grosso

Há um ano a sommelier profissional Alessandra Nery deu vida a um espaço diferenciado no universo de vinhos: **a Syrah Vinhos La Provence**, em conjunto com sua filha e sócia Angélica Nery. Mas a história desse empreendimento bem-sucedido e de excelência começou em 2016-2017, quando a profissional realizou um estudo específico para vinho e espumantes em lata. “Um assunto novo que por conta do nosso clima achei muito apropriado, pois nessas latas eram acondicionadas bebidas jovens, leves, refrescantes, saborosas e perfeitas para esse calor intenso”, explica Alessandra. Foi assim que ela se tornou pioneira em trazer e distribuir o vinho ou espumante de lata em Mato Grosso. Dessa maneira, ela contribuiu para afastar o preconceito de ser uma bebida qualquer e não ter elegância. Afinal, há a mesma qualidade que em uma garrafa, mas também tem a praticidade de ter a bebida em qualquer lugar, com rapidez e agilidade.

Em razão disso, em 2018-2019, Alessandra e sua amiga Márcia Maria abriram a Syrah Vinhos. O próximo passo foi ter um espaço físico, o que ocorreu há dois anos, quando a marca integrou o Espaço La Provence. “No entanto, a sociedade se desfez por objetivos diferentes: uma Vinho, outra Cerveja, e cada uma cuidando da sua vocação. Atualmente, tenho como sócia minha filha, que é sommelier profissional pela ABS/MT e é a sommelier mais jovem do país, tendo se formado com 19 anos”, comenta.

Sendo uma loja de sommelier, **Syrah Vinhos La Provence** tem como diferencial o atendimento ao cliente, realizado sempre por profissionais preparadas para atender à necessidade e ajudar a transformar os momentos em especiais independentemente de marca ou valores. “Porque aqui cada rótulo foi escolhido e provado com muita atenção, pensando em como esse vinho irá transformar o momento do cliente”, informam Alessandra e Angélica. As sócias destacam ainda que quando escolhem um vinho não é apenas por sabores e aromas, mas relacionado à história, ao terroir, à viagem. “Queremos tirar nosso cliente do comum, da rotina e da zona de conforto de um vinho repetido, pois nós trazemos no máximo três rótulos. Ou seja, proporcionamos uma nova experiência. No mundo dos vinhos há infinitos aromas e sabores”, comentam. As sócias acrescentam ainda que trabalham com vinhos para

atender às festas e as noivas do espaço La Provence.

Outro diferencial do Syrah Vinhos La Provence é que Alessandra tem uma formação específica na área e vasta experiência. Além de CEO da Syrah Vinhos, ela é estudiosa de Vinho e Saúde (Sensory Business), de Mercado do Vinho (ABS/RS), estudiosa sensorial em cafés (Science of Beer), bem como tem curso de Harmonização Essencial Comida e Vinho (ABS/RS) e é diretora presidente da ABS-MT.

Entre os produtos da Syrah Vinhos La Provence, estão vinhos e espumantes de vários países, uvas e vinícolas, assim como produtos relacionados aos vinhos, como: tampas para vinhos e espumantes, abridores, taças e utensílios em geral para vinhos e Whisky. Ademais, realizam cursos, degustação e confraria relacionada a vinho, tanto particular como corporativa. “Atendemos a jantares, almoço e festas com bebidas e harmonização de comidas e vinhos. Temos ainda personal sommelier, que ajuda e acompanha na compra de vinhos em outras lojas, supermercados e feiras, bem como também dá orientações de validade, qualidades, guarda e armazenamento ideal. No Wine Bar, você pode chegar ao nosso espaço, escolher seu vinho e degustar aqui mesmo, além de poder marcar reuniões de aniversário e outras comemorações, pois temos um espaço especial para esses tipos de atendimento com capacidade de lotação de 16 pessoas”.

Finalizando, Alessandra e Angélica fazem um convite para o dia 8 de março, Dia das Mulheres, no qual terá uma degustação especial “Rosé Power”. “Poderão ser degustados quatro rótulos de vinhos rosés diferentes e comentaremos suas particularidades, mostrando que o rosé não é um vinho sem graça e pode se tornar o coringa de sua harmonização. O evento será das 14h até as 18h. Quem tiver interesse, compra o voucher (com valor de R\$ 100), que dará o direito de provar os quatro rótulos e um de nossos atendentes dará atenção exclusiva para essa cliente, falando tanto dos rótulos como do universo rosé”.

Conheça a loja Syrah Vinhos La Provence, na rua Presidente Marques, 35, bairro Goiabeiras, Cuiabá, ou @syrah_vinhos (Instagram). Horário de atendimento: de segunda a sábado das 8h às 17h. Mais informações: (65) 99307-6666.



Nós, MULHERES, somos julgadas:

- I) Por roupas e calçados que usamos.
- II) Por maquiagem que colocamos.
- III) Por cada gesto, “sorriso, movimento, alegria, tristeza, depressão, simpatia”.
- IV) Somos julgadas por casar, por separar, por divorciar, mesmo diante de um casamento tóxico e abusivo.
- V) Por trabalhar, mas também por não trabalhar.
- VI) Por estudar, mas também por não estudar.
- VII) Por ser mãe solteira ou mãe divorciada.
- VIII) Por pintar o cabelo, mas também por não pintar o cabelo.
- IX) Por ser independente, mas também por ser dependente e submissa.
- X) Por sair para ir à festa, viajar e se divertir.
- XI) Por falar alto, mas também criticam quem fala baixo.
- XII) Por ser destemida, mas também falam se você se acovardar.

Você entende?

O que eu quis lhe dizer é que, no final das contas, somos SEMPRE julgadas, independentemente do que fazemos! (Observe que você não é a única que se sentiu mal por causa de ter sido julgada pela opinião alheia).

Dessa maneira, SEJA VOCÊ, e não se importe com o que dizem ou pensam de você!

Simplemente DESAPEGUE dos preconceitos e da opinião alheia, pois tenha consciência de que, quando a pessoa fala mal de outra pessoa, não muda absolutamente nada sobre seus valores, mas diz muito de quem fala e julga o outro.

Por Dra. Flaviane Ramalho é advogada há 19 anos, mato-grossense nascida em Cuiabá, com o escritório de advocacia “Flaviane Ramalho – Advocacia e Assessoria Jurídica do Agronegócio” sediado em Sapezal/MT desde 2005, graduada na Faculdade de Direito da Unic em 2004, pós-graduada em Direito Agrário pela Uniara – Universidade de Araraquara/SP, pós-graduada em Direito Previdenciário pela Unopar – Faculdades Integradas Norte do Paraná, pós-graduanda em Agronegócio pela Ebradi – Escola Brasileira de Direito, associada Abrada – Academia de Direito do Agronegócio, secretária adjunta da Comissão de Direito Agrário e assuntos Fundiários do Iman - Instituto Mato-grossense de Advocacia Network, secretária adjunta da Comissão de Direito Ambiental do Iman - Instituto Mato-grossense de Advocacia Network, membro da Comissão de Infância e Juventude da Iman - Instituto Mato-grossense de Advocacia Network, membro da Comissão de Infância e Juventude da OAB-MT, membro efetivo da Comissão de Defesa dos Honorários Advocatícios da OAB-MT, membro efetivo da Comissão da Igualdade Racial da OAB-MT.



Cleuzete Bernardes: uma trajetória de sucesso e desafios no mercado de trabalho

Cleuzete Bernardes é uma mulher admirável que tem enfrentado diversos desafios em sua trajetória profissional, conciliando com maestria os papéis de mãe, esposa, filha e empresária. Sua jornada é um exemplo inspirador para todas as mulheres que buscam conquistar seu espaço no mercado de trabalho e na sociedade como um todo.

No Dia Internacional da Mulher, celebramos não apenas as conquistas alcançadas, mas também refletimos sobre as barreiras que ainda precisam ser superadas. A data simboliza a luta histórica das mulheres por direitos e condições igualitárias, e Cleuzete representa essa batalha diária em busca de equidade.

No contexto atual, a luta das mulheres vai além da igualdade salarial, abrangendo a desconstrução do machismo e o combate à violência de gênero. Cleuzete enfrentou e superou esses desafios, provan-

do que é possível conciliar uma carreira de sucesso com as responsabilidades familiares e sociais.

A mensagem do Dia Internacional da Mulher ressoa em sua trajetória, inspirando outras mulheres a não se calarem diante das injustiças e a lutarem por um mundo mais justo e igualitário. Cleuzete Bernardes é um exemplo vivo de determinação, coragem e resiliência, mostrando que é possível alcançar o sucesso profissional sem abrir mão de sua essência e valores.

Neste dia especial, celebramos não apenas as conquistas individuais, mas também renovamos nosso compromisso com a construção de uma sociedade sem desigualdade e preconceito de gênero. Que a história de Cleuzete Bernardes inspire a todas as mulheres a seguirem em frente, enfrentando os desafios com garra e determinação, e que juntas possamos construir um futuro mais justo e igualitário para todas.





Marcela Nardez



Robson Matos e Janaina Riva



Mirian Barros



Rosana Caldas



Helena e Silvia Lino



A jornalista, escritora e ex-presidente da Academia Mato-Grossense de Letras, Sueli Batista, participou do projeto editorial “Menestrel – Bardos, Versos e Rimas”. Mariza Bazo foi a coautora da obra, sendo este o início da sua escrita poética. São poemas inéditos para o livro, enfatizando a religiosidade numa homenagem a Cuiabá. O evento aconteceu no Teatro da UFMT.

Ziad Fares e Victória Abreu, aproveitando a noite em Buenos Aires.



O casal de advogados, Lisiane e Alan Schmidel, com as filhas Camila e Melissa, em Orlando, na Disney.



Lucy Reginold e o filho Marcos Reginold, no dia da posse dele como desembargador do Tribunal de Justiça de MT.

Marli Becker e Cidinho Santos, desfrutando um bom restaurante francês.



Jamille Grunwald Guizardi rece

A empresária Jamille Guizard Grunwald recebeu, ao lado do marido, Giovanni Guizardi, dos filhos e 400 convidados em uma festa com o tema "Carnaval de rua" para comemorar seu aniversário.

A aniversariante estava de Carmem Miranda, feito com todo cuidado pela Maison Sposare. A Musiva foi decorada por Célio Correa, que deixou o ambiente tropical e muito colorido.

O cerimonial ficou a cargo da talentosa Izis

Dorilêo, e o menu foi preparado pelo Buffet Leila Malouf e a Dada, de Salvador, que veio especialmente para a festa trazendo muitas comidas típicas da Bahia, como acarajé e vatapá, entre outros quitutes.

Como o tema era carnaval, não poderia ser diferente, roda de samba, marchinhas de carnaval, a banda Cheiro de Amor, da Bahia, deu um show à parte, a bateria do Mestre Munir. A produção musical ficou a cargo de Carlina Jacob.



A aniversariante Jamille Grunwald Guizard



A aniversariante com Cidinho Santos e Marli Becker



Alessandra Garcia e Fabiola Garcia Cardoso

beu 400 convidados na Musiva



Ana e Marli Becker



Dalva Costa e Cleuzete Bernardes



Marcela Marchet e Fábio Garcia



Carlina Rabelo



Ariane Malouf e Márcio Aguiar



Marcela Nardez, Giovani com a esposa Jamille Guizardi



Dalva Costa, Lucimar e Fernando Sheffer



Giovani Guizardi com os filhos Enrico, Lorenzo, Leonardo



Laura e Robério Garcia



Kátia Matsuda



Leila e Khalil Malouf



Vanessa Moraes



Neile Gunwald, Lucimar Campos e Leila Malouf



Zezo e Veronica Maluf



Rodrigues Palma e Jaime Campos



Gustavo Correa da Costa e Gustavo Moraes



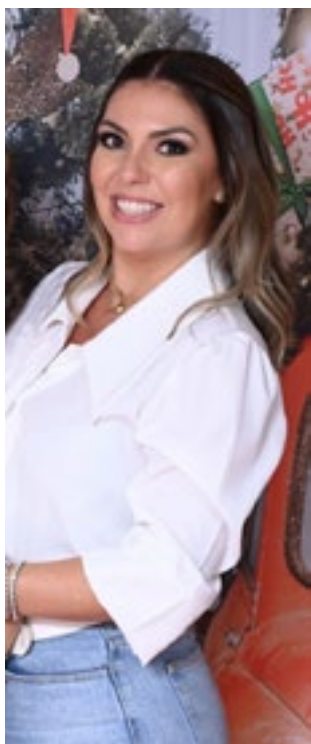
Izís Dorileo e Ungareth Paz



Fernando Baracat, Dalva Costa, Robson Matos e Tamires José

No Mercado dos Aromas você cria seu produto

Um cheirinho bom pode provocar vários sentimentos, como amor, saudade, felicidade, entre outros. Agora, imagine criar esse aroma especialmente pensando na pessoa a ser presenteada ou no seu público? Na Mercado dos Aromas, o cliente sai da loja com todos os itens necessários para criar seu produto. Afinal, há variadas matérias-primas, assim como os preços são para todos os públicos. Além disso, a proprietária, Fernanda Castrillon, destaca que sempre há muito amor envolvido no produto artesanal, especialmente porque é possível personalizá-lo considerando suas preferências. Outra diferença do produto não industrializado é saber o que vai na composição e ausência de muitos produtos químicos ou o uso



A empresária Fernanda Castrillon

de nenhum produto químico. Se você ficou animado com a ideia de criar seus próprios cosméticos, sabonetes e velas, você já sabe o local certo para começar.

Para o também proprietário Renan Castrillon, uma das razões que o fez investir na loja foi o conceito do "Faça você mesmo" (Do It Yourself - DIY). "Muitas vezes, algumas pessoas se preocupam com a alimentação e a vida saudável, mas não se preocupam com o que usam; por exemplo: sabonete. A maioria dos consumidores não sabe o que compõe o sabonete, nem que pode conter vários aditivos químicos. Com as matérias-primas da Mercado dos Aromas, é possível saber o que vai no produto e



O empresário Renan Castrillon



Alcool em gel perfumado e colorido



Bisnagas de varios tamanhos



Sabonete liquido Gliter



Cera de Coco!! Ideais para elaboração de velas aromáticas



Base glicerina vegetal



Base de sabonete glicerina

"Na loja Mercado dos Aromas você encontra a matéria-prima – e não o produto pronto – para fazer aromatizante de vareta, spray e água de lençol, sendo este último o mais vendido. A água de lençol é um diferencial da Mercado dos Aromas, pois a equipe auxilia o cliente a montar um cheirinho mais exclusivo. Isso porque a loja conta com mais de 70 aromas diferentes, sendo possível combiná-los"

até não utilizar nenhum produto químico. Além do 'Faça você mesmo', há também a possibilidade de a pessoa ter uma renda extra", destaca.

Na loja Mercado dos Aromas você encontra a matéria-prima – e não o produto pronto – para fazer aromatizante de vareta, spray e água de lençol, sendo este último o mais vendido. De acordo com Fernanda, o de vareta é muito vendido para escritório, clínicas e para residências. A água de lençol é um diferencial da Mercado dos Aromas, pois a equipe auxilia o cliente a montar um cheirinho mais exclusivo. Isso porque a loja conta com mais de 70 aromas diferentes, sendo possível combiná-los. "Combinando dois, três ou quatro é possível chegar a um 'cheirinho' diferenciado", explica a proprietária Fernanda Castrillon. Devido a esse diferencial, Fernanda comenta que há uma grande procura por esse serviço, especialmente por empresas que entregam o produto de forma



Latas metálicas para velas



Formas de silicone



Embalagem para lembrança



especial para o cliente.

Para quem gosta de fazer seu próprio sabonete ou quem faz esse produto artesanal para vender, na Mercado dos Aromas há todas as matérias-primas que você precisa em um só lugar! Há as essências, as bases glicerizadas, os aditivos (lauril para dar espuma, extratos para dar qualidade, bem como os óleos, as manteigas, etc.). Além disso, quem tem interesse na área de cosmetologia também pode se beneficiar com a variedade de itens da Mercado dos Aromas. É possível criar hidratante e outros cosméticos. A loja tem uma receita básica que

pode ser disponibilizada para o cliente. “Também temos matérias-primas para velas aromáticas e de massagem. Para as aromáticas, temos: ceras de abelha e de carnaúba, assim como parafina convencional e a de soja”, informa Fernanda. Dessa forma, a Mercado dos Aromas consegue atender desde clientes que fabricam velas veganas até as convencionais. A proprietária destaca ainda que para as velas há as essências, bem como as embalagens de vidro e de plástico, que são vendidas separadamente. Ah! Mas existem embalagens disponíveis na loja também para outros produtos,





como cremes hidratantes, sabonetes, entre outros, e há opções também para o acabamento, como as varetas.

Mas se você não é um artesão ou uma artesã ou empreendedor(a), saiba que a Mercado dos Aromas também é um local que atende você. Por quê? Com essa variedade de matérias-primas, se você quiser criar uma lembrancinha para um chá de bebê, um aniversário ou outra ocasião especial, na loja você encontra. E o melhor: terá um atendimento personalizado, fazendo com que seu produto fique ainda mais especial. “Nosso

grande diferencial é sempre auxiliar os clientes: explicando sobre o produto, por que um é melhor que outro, ensinando os usos e como pode fazer alguns itens, se necessário, fornecendo receitas básicas. Temos esse cuidado e carinho em orientar o cliente”, finaliza.

A Mercado dos Aromas fica na avenida Isaac Póvoas, 906, Goiabeiras.

Mais informações: WhatsApp: 65 3054 7012 ou @mercadodosaromas



Mulheres Ilustres do nosso es



Aparecida Maria Borges Bezerra, mais conhecida como Teté Bezerra, foi primeira-dama do estado de Mato Grosso, deputada federal por três mandatos, deputada estadual, secretária estadual de Turismo, secretária estadual da Agricultura Familiar e secretaria nacional de Qualificação e Promoção do Turismo do Ministério do Turismo.



Gisela Cardoso, presidente da Ordem dos Advogados do Brasil - Seccional Mato Grosso (OAB/MT).



A escritora **Luciene Carvalho** é a primeira mulher negra a assumir a presidência de uma academia de letras no Brasil. Ela é presidente da Academia Mato-Grossense de Letras de Mato Grosso.



A presidente do Tribunal de Justiça de Mato Grosso (TJMT), desembargadora **Clarice Claudino da Silva**.

tado, que fazem a diferença



Tatiane Barros Ramalho, presidente e fundadora do Instituto Mato-Grossense de Advocacia Network, pioneiro no Brasil!



Virginia Mendes, primeira-dama do estado de MT, que muito faz pelas causas sociais.



Janaina Riva, deputada estadual, única mulher na Assembleia Legislativa do estado de Mato Grosso.

Primeira-dama de MT comemora projeto de construção de casas em aldeia indígena atingida por incêndio



Primeira-dama de MT Virginia Mendes, governador Mauro Mendes e Cacique Justino na Aldeia Santa Clara

Por Vânia Neves/Unaf

Pelo menos 70 indígenas da etnia Xavante na aldeia Santa Clara, em Campinápolis, ficaram desabrigados em setembro do ano passado

Realizado pela primeira-dama Virginia Mendes, o projeto de construção de casas indígenas para as famílias atingidas pelo incêndio na Aldeia Santa Clara foi aprovado pelo cacique Justino Xavante e recebeu anuência da Fundação Nacional dos Povos Indígenas (Funai) para ter continuidade. O projeto está sendo desenvolvido por meio do programa SER Família Indígena, sob a gestão da Secretaria de Estado de Assistência Social e Cidadania (Setasc), e a



Primeira-dama de MT Virginia Mendes na Aldeia Santa Clara em setembro do ano passado

proposta foi desenvolvida pela equipe técnica de Participações e Projetos S/A – MTPar, com materiais especiais antichamas e conforme as características culturais da etnia.

A primeira-dama Virginia Mendes destacou que atender a população indígena da Aldeia Santa Clara é algo que ela estava aguardando.

“Estou muito feliz com a notícia que recebi do presidente da MT Par, Wener Santos. Ele, que é nosso grande parceiro no social, sempre está pronto para nos ouvir e nos apoiar. No dia da visita, o governador garantiu que as casas seriam construídas conforme a vontade do cacique para melhor atender o nosso povo. Tenho certeza que meus irmãos ficarão bem instalados e logo em breve retomarão as rotinas como antes”, disse Virginia.

O incêndio na Aldeia Santa Clara, do povo Xavante, deixou 70 indígenas desabrigados em setembro do ano passado. Desde então, eles moram com outras famílias da aldeia.

Na época do incêndio, a primeira-dama Virginia Mendes e o governador estiveram no local. A ação emergencial para socorrer os indígenas conduzida por ela contou com o apoio da Casa Civil, com o secretário-chefe Fábio Garcia; Setasc com a secretária Grasielle Bugalho e sua equipe; a equipe da Unidade de Apoio de Ações Sociais e Atenção à Família (Unaf), sob a gestão voluntária da primeira-dama de Mato Grosso; o Corpo de Bombeiros de MT (CBMT) no comando do Coronel Alessandro Borges; a Defesa Civil; o superintendente de Assuntos Indígenas do Governo do Estado, Agnaldo Santos; além da Prefeitura Municipal e voluntários.

Virginia relembrou as imagens da aldeia logo após o incêndio. “Foi muito triste ver meu povo daquele jeito, com suas casas reduzidas a cinzas pelo fogo. Chorei com eles, mas conforme o governador Mauro Mendes garantiu ao cacique, as casas serão construídas”.

Conforme o projeto, cada unidade terá 86 m², modelo octogonal, cobertura radial e piso de cimento queimado.

“O projeto foi pensado com carinho para atender aos detalhes que o cacique apontou, e claro, o que a madrinha Virginia Mendes nos recomendou. Agora, vamos entregar ao governador o documento com a devida anuência da Fundação Nacional do Índio (Funai) para que seja dado continuidade ao processo de construção”, explicou o presidente da MT Par, Wener Santos.



Fotos: Jane Pessoa/Unaf

Variedades com

Miara Zagolin



Conheça 5 benefícios da bike indoor para a saúde da mulher



Aulas de bike indoor da Velocity são uma opção de atividade divertida e acessível que traz uma série de benefícios para a saúde das mulheres



1. Fortalecimento muscular

A bike indoor possui uma série de exercícios abrangentes que desafiam e estimulam os principais grupos musculares, proporcionando uma experiência única de fortalecimento. Além disso, a demanda constante para manter uma postura adequada durante a aula envolve os músculos centrais, auxiliando no fortalecimento do abdômen e na melhora da estabilidade do corpo como um todo.

2. Melhora da saúde cardiovascular

Cada vez mais as mulheres estão em busca de atividades que promovam a saúde do coração. O exercício aeróbico eleva a frequência cardíaca de maneira controlada, promovendo uma circulação sanguínea mais eficiente e auxiliando no fortalecimento do músculo cardíaco. Treinos consistentes de bike indoor podem reduzir os fatores de risco associados a doenças cardíacas, ao mesmo tempo em que aumentam a resistência cardiovascular.

3. Baixo impacto nas articulações

Enquanto alguns tipos de exercício podem ter impactos prejudiciais nas articulações, a bike indoor oferece uma alternativa na qual os impactos físicos e articulares podem ser bem reduzidos. Ao acompanhar o giro dos pedais de forma fluida e moderada é possível minimizar o estresse nas articulações,

sendo esta uma escolha valiosa para aquelas que buscam um exercício de menor impacto.

4. Controle de estresse

Em um mundo movimentado, encontrar momentos de serenidade é essencial. A bike indoor é uma poderosa ferramenta para o controle do estresse e da ansiedade. A liberação de endorfinas durante o exercício cria uma sensação de bem-estar, o que auxilia no enfrentamento dos desafios diários com uma mente mais clara e resiliente.

5. Novos laços e conexões

A bike indoor não é uma atividade solitária, pelo contrário, é uma porta de entrada para novas amizades e uma comunidade unida e engajada. Participar das aulas da Velocity oferece, não apenas a motivação necessária para aqueles dias de pouco ânimo, mas também a chance de se conectar com outras mulheres que compartilham de objetivos semelhantes e com diferentes histórias de vida.

Fonte: studiovelocity.com.br

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



Dia Internacional da Mulher: conheça três mulheres que romperam paradigmas e se destacam em suas áreas

Executivas nas áreas financeira, de tecnologia e marketing de influência são exemplos que contribuem dia a dia no empoderamento e incentivo para que mais mulheres tenham visibilidade e ocupem cargos em diversos setores

Oficializado pela Organização das Nações Unidas (ONU) em meados dos anos 70, o Dia Internacional da Mulher, comemorado no dia 8 de março, representa a luta histórica das mulheres em busca pela igualdade de gênero. A reivindicação por igualdade salarial se transformou em um movimento poderoso e que, hoje, mostra a determinação e a luta pela representatividade feminina contra o machismo e a violência que, infelizmente, ainda se fazem presentes no dia a dia.

Pensando em romper paradigmas, mostrando que as mulheres podem e devem ocupar quaisquer cargos apresentamos exemplos de empoderamento e incentivo, a seguir:

De modelo internacional para destaque no mercado financeiro e agronegócio

Jennifer Chen - CEO da JC Capital



Após carreira internacional de modelo, vasta experiência na indústria da moda, passagem pelo mercado de luxo é destaque no ramo imobiliário, Jennifer Chen direcionou seu foco para a esfera financeira empresarial e se tornou CEO da JC Capital. A empresária comanda a intermediação de negócios no mercado nacional e internacional por meio da captação de investimentos para setores como tecnologia, hotelaria, infraestrutura e construção civil e, principalmente, para o agronegócio.

Formada em Business Administration na Lynn University, na Flórida (USA) é referência no setor, sendo uma das poucas mulheres atuantes da área, conectando empresas e investidores renomados do mundo empresarial.

Jennifer é considerada uma das mulheres mais

conceituadas do ramo e, recentemente, tornou a JC Capital a mais nova parceira de negócios de conceituados bancos internacionais.

Sua atuação com os clientes do agro também deixa a especialista em destaque neste setor em que os homens são maioria. Recentemente Jennifer intermediou uma parceria entre a Secretaria de Agricultura e Abastecimento do Governo de São Paulo com a ABAG, iniciativa para viabilizar investimentos em tecnologia e inovação para o agro.

“Por diversas vezes eu fui a única mulher presente em uma reunião de negócios”, diz Jennifer. “É importante falarmos sobre a importância da representatividade feminina para que as mulheres alcancem posições que, por causa do preconceito no mercado corporativo, não ocupariam”.

Empresária de sucesso da Tecnologia dá visibilidade para outras mulheres da área e contou quase 100 histórias inspiradoras com série de livros

Sylvia Bellio - CEO da itl.tech



Além de ser a única mulher a compor o conselho das empresas parceiras da Dell no país, Sylvia Bellio é defensora da participação da mulher na tecnologia e está sempre presente nos grupos femininos de debate e networking ou de eventos internacionais como o Dell Women's Entrepreneur Network (DWEN).

Sylvia é especialista em cibersegurança e infraestrutura de TI, e CEO e Co-fundadora da itl.tech — empresa eleita por quatro anos consecutivos o Maior Canal de Vendas Dell Technologies.

A executiva também dá visibilidade para mulheres e representa isso como organizadora do Projeto Conte sua História, que tem como objetivo divulgar e compartilhar histórias de mulheres da vida real. O primeiro livro do projeto foi lançado em 2020 — Mulheres Além do Óbvio.

Depois lançou a série de livros que dá destaque para mulheres que atuam com tecnologia, o “TI de

Salto”, que soma mais de 96 histórias inspiradoras de mulheres do setor tecnológico e áreas correlatas. São relatos de empresárias, executivas de grandes empresas como, por exemplo, Microsoft, Oracle e Intel, entre outras mulheres.

Com previsão de lançamento para o Dia Internacional da Mulher, o quarto volume de “TI de Salto” irá destacar 28 mulheres e pretende incentivar a diversidade e a inclusão de mais grupos na área de TI, como pessoas pretas, público LGBTQUIAP+ e Pessoas com Deficiência (PCD).

E, pensando em ampliar o diálogo e atingir um público variado, Sylvia Bellio também lançou um podcast que tem o objetivo de alcançar cada vez mais pessoas e inspirá-las. O T.E.M Podcast traz conteúdo atual e cheio de representatividade — focando em assuntos ligados à tecnologia, empreendedorismo e, claro, mulheres!

Head de Influenciadores apoia a representatividade feminina no Marketing de Influência

Heloisa Castro - Head de Influenciadores da EPIC Digitais



Natural do Rio de Janeiro, Heloisa Castro atua no mercado de Marketing de Influência há 4 anos, com formação em Marketing pela UVA e pós-graduação em Influência Digital pelo IBMR.

Em setembro de 2019, a especialista participou da fundação da EPICdigitais — empresa referência no mercado de economia criativa, que vem impactando mais de 50 milhões de pessoas com conteúdos e campanhas nas mais diversas mídias sociais, combinando criatividade e tecnologia para criar soluções criativas inovadoras —, onde teve destaque e, hoje, é Head de Influenciadores.

Gestão de equipes, influenciadores, campanhas e projetos criativos, participação na produção executiva, gerenciamento de crise, análise de resultados de campanhas de mídias sociais, encantamento do cliente, mentoria de influen-

ciadores e produção de conteúdo são algumas das diversas habilidades que Helô desenvolveu e considera como seus pontos fortes, além da sua habilidade analítica, gestão humanizada, escutatória e criatividade.

Gerenciou mais de 200 creators em campanhas e ativações para marcas, online e offline, nos últimos quatro anos, incluindo grandes nomes como Anderson Gaveta. “Meu foco e, consequentemente, o foco da minha equipe é oferecer excelência no atendimento, com transparência, agilidade e criatividade de ponta a ponta”, comenta Heloísa.

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



Para o Dia da Mulher nada como a Mostra fotográfica que discute representação do corpo feminino



Anauene Soares (foto: divulgação/Anauene Soares)

A partir de sua própria imagem, artista propõe reflexões sobre a representação do corpo feminino em mostra inédita

Anauene Soares selecionou em torno de 40 fotografias para a exposição “Melancolia: verdade é um nada que parece ser”, a ser inaugurada em 02 de março no Centro Cultural Marieta Rocha, em São Paulo.

Com entrada gratuita, mostra também conta com programação paralela de performances, bate-papo, além de obras audiovisuais

Ao longo de duas décadas, a artista visual Anauene Soares protagonizou ensaios fotográficos, clicados por outros fotógrafos, sob sua direção. Nesse processo, ela buscou dividir com os profissionais o que são representação e autorrepresentação pela própria mulher. Registrou momentos únicos e que se conectam às discussões sobre a imagem e a construção da subjetividade feminina na história da arte. Parte dessas imagens, de corpo inteiro e em fragmentos, integram a mostra “Melancolia: verdade é um nada que parece ser”. A exposição abre ao público em 02 de março, no Centro Cultural Marieta Rocha, em São Paulo, com entrada gratuita.

No papel de modelo, na direção artística ou na captura da própria imagem, Anauene apresenta sua perspectiva em relação ao corpo, revelando marcas e transformações em função de sua vivência no tempo. Ao dividir sua intimidade, a artista também traz à tona reflexões pertinentes à forma como as mulheres se veem e são vistas. Buscando assim uma inversão de representações: onde antes havia uma visão masculina ocidental do corpo da mulher, hoje é a própria mulher que se apresenta ao mundo e a si mesma.

“A influência do patriarcado na construção da subjetividade, visão e representação das mulheres nas produções artísticas sempre existiu e, claro, fui impactada por ela”, observa Anauene.

“Na exposição, o foco está especialmente em transformações vividas por nós mulheres e que têm permitido uma nova forma de compreensão sobre nós mesmas, como o corpo, o prazer e a nossa imagem”, conclui.



Anauene e Márcio Yonamine (foto: divulgação/Anauene Soares e Márcio Yonamine)

Embora tivesse consciência dos múltiplos significados e interpretações possíveis a partir do registro de seu corpo, o propósito de Anauene era outro. “Queria aprimorar os conhecimentos do meu processo artístico de fazer arte para além das perspectivas, insaturações, preenchimentos do vazio e gradações do cinza”, recorda.

O processo de curadoria



Anauene selecionou cerca de 40 imagens para a exposição “Melancolia: verdade é um nada que parece ser”. Parte são de sua autoria e outras foram criadas em coautoria com os fotógrafos Diogo de Carvalho, Márcio Yonamine, e Marcos Blau. A primeira fotografia tirada da artista nesse processo foi feita por Marco Buti – artista e professor de desenho e gravura da USP - ainda durante a sua graduação em Artes Visuais, em 2003.

Para exposição, em meio a tantas possibilidades, a artista optou por fotos capazes de dialogar com temáticas que perpassam a representação do corpo da mulher, a partir da sua própria trajetória. Os

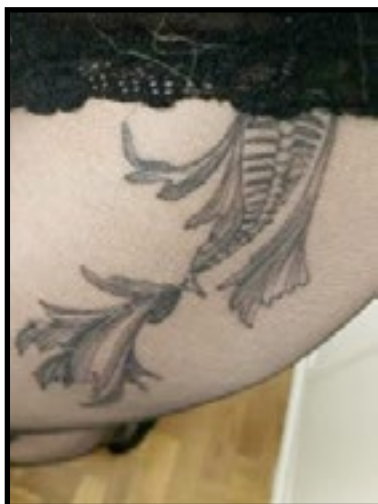
retratos e autorretratos revelam situações diversas, como o tratamento de um problema de saúde e um dia comum na frente do espelho.

A diversidade também é presente na linguagem e no formato das fotografias. Algumas são pretas e brancas, outras coloridas. Há foco nos detalhes de uma tatuagem e planos abertos, em que Anauene aparece nua, sentada nas rochas, próxima ao mar.

Além das fotografias, a exposição também apresenta um vídeo e um livro da artista feito em uma matriz de metal para gravura, conhecida como água forte, contendo o conto “A Prova”, de Franz Kafka. Esta é a primeira obra realizada por ela com um artista homem e que buscou entender a representação da mulher na arte pelo olhar feminino.

“A diversidade também é presente na linguagem e no formato das fotografias. Algumas são pretas e brancas, outras coloridas. Há foco nos detalhes de uma tatuagem e planos abertos, em que Anauene aparece nua, sentada nas rochas, próxima ao mar”

Modelo vivo



Anaueene Soares (foto: divulgação/Anaueene Soares)

Durante o período expositivo de “Melancolia: verdade é um nada que parece ser”, o público vai conferir uma série de performances, bate-papo e outras atividades relacionadas ao tema da exposição e ao fazer artístico. Na abertura, Anaueene atuará como modelo vivo para desenhistas, inscritos previamente.

No decorrer da mostra, aos sábados (serão 4), haverá mesas de debate sobre a representação de mulheres artistas na contemporaneidade, com a participação de convidadas como Erika Muniz, maestrina do Coro infantil da Orquestra Sinfônica de São Paulo (OSESF), Marília Nogueira, do Cabíria Festival Audiovisual, além de mulheres

artistas da própria comunidade do Bixiga, como as da Escola de Samba Vai-Vai.

Na programação também estão previstas a performance “Grito de mulher”, da diretora, atriz e pesquisadora, Ester Laccava, e de Louise Hélène, artista visual que utiliza o corpo como um quadro para pinturas e escritas.

O Coletivo Sirena reúne 15 mulheres de diferentes lugares do país, entre elas artistas, advogadas, cientistas políticas e psicólogas. Ester Laccava e Louise Hélène que realizarão performances na exposição são exemplos. Mais informações sobre a iniciativa e como participar estão no site www.coletivosirena.org.

“Na programação também estão previstas a performance “Grito de mulher”, da diretora, atriz e pesquisadora, Ester Laccava, e de Louise Hélène, artista visual que utiliza o corpo como um quadro para pinturas e escritas”

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



Literatura fantástica evoca o despertar da voz feminina



Romance "Val nas Alturas" é uma metáfora sobre os universos internos que cada pessoa pode acessar em busca de paz, coragem e amor-próprio

Em um mundo de neurose coletiva, guerra e desesperança, a escritora e cineasta TS Martins propõe uma jornada aos recantos interiores esquecidos em cada um. No romance Val nas Alturas, que marca sua estreia na literatura, uma pergunta se desenha para os leitores nas entrelinhas: em que ponto do caminho as pessoas se esquecem delas mesmas? Em idas e vindas, a protagonista se lança em uma busca quase metódica por uma liberdade espiritual que às vezes pode ser aterradora.

Val é mãe solo que, após enfrentar difíceis percalços na vida, encontra-se em meio a um processo de autodescoberta, evolução espiritual, resgate feminino e encontro com a própria voz, que impactará diretamente no próprio bem-estar e no das pessoas ao seu redor.

Depois de se tornar mãe e combater uma doença grave, ela recorre a tratamentos



A escritora e cineasta TS Martins

Foto: Otá Coelho

alternativos, como acupuntura, ioga, hipnose e meditação, em busca de uma cura para o seu ser. Aos poucos, começa a se sentir bem melhor, e deseja ainda mais desta felicidade. Mas, principalmente, Val se dá conta de que as boas vibrações impactam diretamente tanto em si mesma quanto no mundo à sua volta. É quando conhece Nora, uma mística que lhe aponta novos caminhos, como as aulas de canto, para encorajá-la a resgatar e fazer ecoar a própria voz junto de outras mulheres.

Durante este ciclo de libertação, descobertas e restauração da esperança, TS Martins explora a capacidade humana de mudar e transformar a realidade. Ao longo da narrativa, Val mergulha em cada aprendizado e avança nas práticas espirituais, a ponto de ser transportada a outras dimensões. Nestes “universos” ela encontra paz, coragem e determinação para ser alguém melhor.

O que é mais assustador? Que não haja nada depois da vida ou que haja alguma coisa? Ela queria simplesmente existir e ser feliz. Mas por que sempre se levantava uma questão, como um zumbi que ressurge depois do fim, sem permitir que haja mesmo um fim? O que será melhor: acreditar que tudo se acaba ou que continuamos pela eternidade? As duas hipóteses pareciam sombrias demais para Val. A existência parecia aprisioná-la nos seus paradoxos. Acabar de vez ou prosseguir para sempre, em Samsara? Ser tudo ou ser nada? Val estava cada vez mais convencido de que queria apenas ser Val. E não pensar mais nada daquilo. Mas Val sempre havia pensado. Se não pensasse não seria Val. Que dilema. (Val nas Alturas, p. 24 e 25)

Ao transitar pelos campos espiritual e filosófico, esta ficção oferece ao leitor a possibilidade de avaliar as próprias experiências de vida. Doutora em Literatura, Cultura e Contemporaneidade, TS Martins compartilha em Val nas Alturas o fascínio pela redescoberta espiritual e lembra que a busca pelo sentido nem sempre é um caminho fácil, principalmente quando se está fragilizado. Instagram: @tsmartins.autora

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Dia Internacional da Mulher



O que falar no dia 8 de março?

No dia 8 de março é comemorado o Dia Internacional da Mulher. A data celebra as muitas conquistas femininas ao longo dos últimos séculos, mas também serve como um alerta sobre os graves problemas de gênero que persistem em todo o mundo.

Qual é a verdadeira história do dia 8 de março?

Essa data simboliza a luta histórica das mulheres para terem suas condições equiparadas às dos homens. Inicialmente, essa data remetia à reivindicação por igualdade salarial, mas, atualmente, simboliza a luta das mulheres não apenas contra a desigualdade salarial, mas também contra o machismo e a violência.

NOVIDADES EM FOTOGRAFIA



LOURIVAL CASTRO E ARTHUR PASSOS



LOURIVAL CASTRO
FOTOGRAFIA

lourival@lourivalcastro.com.br

65 99218-0131

arthurpassosfotografia@gmail.com

65 98117-8899

ARTHUR  PASSOS
FOTOGRAFIA



VAMOS CANCELAR A DENGUE DE VEZ.

Q V B

DONA AEDE

DIGITAL INFLU**DEN**GUER



COLOQUE AREIA
NOS PRATINHOS
DAS PLANTAS



ELIMINE FOCOS
DE ÁGUA PARADA
E COBRA PNEUS
E GARRAFAS



LIMPE CALHAS,
PISCINAS E
QUINTAIS



Siga a gente nas redes sociais para ver tudo que a Dona Aede está postando sobre a Dengue.



**Governo de
Mato
Grosso**