

O F A R O L



Descaso Político:

Uma série de medidas vem sendo cobrada pela população lambariense à atual administração. Dois anos atrás, a ACIL tomou a frente de tais questões, tentando se reaproximar da prefeitura e buscando auxiliar os gestores para que diversos problemas da nossa cidade fossem sanados. O tempo passou e a população não obteve retorno, pois a prefeitura parece ter ignorado os apelos que a associação fez através de uma carta aberta



ao prefeito, o que compromete a vida de todos os lambarienses e expõe o caráter displicente com o qual a prefeitura encara os problemas da cidade. Tal postura vai contra a dinâmica democrática que deveria haver entre o prefeito e seu povo. A falta de transparência da atual gestão incomoda a todos os lambarienses que antes viam o prefeito como uma salvação para o estado quase que de emergência em que a cidade ainda se encontra. (pág. 5)

Karatê Campeão:

A Federação Mineira de Karatê Interestilos premiou a Academia Tatibana de Lambari como a primeira do Ranking do Campeonato Mineiro de 2014. Saiba um pouco mais sobre o apoio e a motivação que os atletas recebem para manter a disciplina e o foco nos treinos e representar a nossa cidade no mundo das artes marciais. (pág. 7)

Além do corpo e da alma:

No mundo que se aparenta cada vez mais caótico e acelerado em que vivemos, o número de adeptos ocidentais que praticam a meditação oriental tem crescido de maneira exponencial. O grande desafio é conseguir esvaziar seus pensamentos em meio ao bombardeio de informações que recebemos incessantemente. E você, consegue controlar a própria mente? (pág. 7)

Dinheiro que se “cria”:

Os meios artísticos e culturais vêm ganhando grande notoriedade no Brasil de alguns anos para cá, a ponto de alguns seguimentos estarem presentes a se firmar como indústria. Para quem quer trabalhar com a criatividade e fazer dinheiro com isso, nossa matéria sobre a chamada Economia Criativa pode ser o ponto de partida para que o leitor descubra seu talento e explore novos horizontes. (pág. 8)

Antes que a fonte seque:

Moramos em uma região privilegiada onde a água doce é abundante, tanto em nossas fontes do Parque das Águas quanto em nossas minas e rios afluentes, que passam pela cidade. Mas isso seria motivo para continuar gastando água como gastamos? Ou a estiagem é tão grave que precisamos rever nossos costumes para prevenir que a seca chegue a Lambari? (pág. 3)

Economia de água

Modança de atitude é feita de pequenos hábitos

<p>Banho e escovação</p> <p>Entre quem deixa a chuveiro aberto todo o banho e quem o fecha para se ensaboar, a diferença de gasto é de 132 litros economizados. O mesmo acontece vale para a hora de escovar os dentes. Fechar a pia durante a escovação faz bastante diferença. A torneira aberta gasta de 12 a 20 litros de água por minuto.</p> <p>Economia Banho 132 L = 60 garrafas de 20 litros</p> <p>Economia Escovação 20 L = 5 garrafas de 2 litros de água por minuto</p>	<p>Descarga</p> <p>Existem gastos inúteis que funcionam como economia a longo prazo. A válvula de descarga de vaso sanitário sempre regulada evita desperdícios. Se a sua tem válvula flutuante, então, o melhor é trocá-la por válvula acoplada. A diferença de consumo chega a 27 litros por descarga, dependendo do novo modelo escolhido.</p> <p>Economia Banho 27 litros = 13 garrafas de 2 litros por descarga</p>	<p>Louça suja</p> <p>Antes de lavar pratos e panelas, remova bem os restos de comida e jogue-os no lixo. Ao lavar louças, não deixe a torneira aberta o tempo todo. Quando você desligar a água, deixe os pratos e panelas em uma bacia e depois encha tudo de uma só vez. Deixe de molho as louças com água mais quente.</p> <p>Economia Louça Fechar a torneira economiza 168 litros = 8 garrafas de 20 litros</p>	<p>Lavanderia</p> <p>Acumule roupas de roupas evita desperdício de água. Aguarde a mesma carga do chuveiro funcionar a pia. Não precisa estar aberta enquanto a gente escova ou esfrega as roupas. Deixe as peças de molho para sapar mais pesado sair com essa água ainda quente. A máquina de lavar também pode ser ligada apenas quando estiver cheia.</p> <p>Economia Lavanderia Com essas ações pode se economizar cerca de 3.000 litros de água</p>	<p>Carro, calçada e jardim</p> <p>30 minutos com a mangueira aberta são 500 litros de água pelo ralo. Com facilidade vai desperdiçar nesta última na calçada, evasões, e se for um dia muito quente. O regador também substitui bem a mangueira na irrigação das plantas. Com água da chuva ou do aquário do vaso, ainda melhor. Além, o melhor é o fôlego em períodos de muito calor, as plantas.</p> <p>Economia Carro Fechar a mangueira economiza 500 litros de água</p>	<p>ATENÇÃO</p> <p>Tudo o que estiver vazando precisa de atenção. Antes, uma simples torneira mal fechada desperdiça em torno de 40 litros de água por dia. Se o vazamento é um filtro de água esvaziado a um minuto, então o desperdício é de 2.000 litros de água em 20 horas. O serviço de identificação da conta de água feito pela Copel é gratuito. O profissional da empresa especializada contratado para a instalação e o material necessário custam entre R\$ 1.200 e R\$ 3.000.</p> <p>Economia Vazamento 2.000 litros = 100 garrafas de 20 litros</p>
---	--	--	--	--	--

Tecla Informática

Internet Fibra Óptica

Assine Já

35 3271 - 3322

Você Sempre na Frente

RESTAURANTE

CALABREZA CALABREZA

LAMبارI-MG

RESTAURANTE CALABREZA

LAMبارI-MG

(35) 3271-5007

EXPEDIENTE

ACIL – AMEL – ATURLAM

Responsáveis

Eduardo Nogueira Martins
Lícia Bandeira de Mello Ferreira
Márcio Bioso de Oliveira
Maria Helena Chagas Coli Campos
Reynaldo Moraes
Sílvia Cruz Pereira

Coordenação de Edição
Luiz Eduardo de Bioso Martins

Coordenação Administrativa e Comercial
Gustavo Lemos Nogueira Martins

Colaboração

Carlos Serranegra
Clara Ribeiro
Francisco de Bioso
Júnior Teixeira
Kátia Gorgulho
Mirza Haikal
Paulo Astério

Toda matéria assinada é de responsabilidade de seu autor e colaborador voluntário.

Escreva para O Farol:

Se você também ama Lambari e deseja colaborar com o jornal, mande sua coluna para:

j.o.farol@bol.com.br

Seu texto será avaliado e pode ser publicado na próxima edição. Aproveite também para nos enviar seus anúncios, elogios, fotos, ilustrações, críticas e sugestões.

FIBRAV

EQUIPAMENTOS EM FIBRA DE VIDRO

Rua Joaquim André de Carvalho, 1800

Lambari – MG – CEP 37.480-000

0800 035 3004 / 35 3271-3300

www.fibrav.com.br



Saudosismo ou Realidade?

por Maria Helena Chagas Coli Campos (vice-presidente da ATURLAM)

No ano de 1965, cheguei à Lambari. Um esplendor! O Lago Guanabara, o Cassino com seu belíssimo Salão Nobre, onde nós professoras realizávamos todos os anos o nosso baile de formatura, ruas arborizadas, charretes... que cidade encantadora! Cidade essa, que se tornava minha também. Aqui me formei professora, casei, tive filhos, empreendi, fui vereadora.

Nas minhas lembranças, tudo é tão belo... O Parque das Águas, com seus caramanchões de palhoça, oferecia sombras às famílias que, depois da missa das dez na bela Igreja Matriz, aguardavam para ir almoçar em suas casas. Turistas, na época chamados de veranistas, bebiam com reverência as águas minerais receitadas pelos drs. José Benedito e Ismael, figuras icônicas da cidade. À tarde, jovens da cidade e os que se hospedavam nos hotéis, jogavam partidas de vôlei ali mesmo no Parque, de frente ao saudoso Bar do Pinguim, ouvindo as gargalhadas do Ditinho e ao sr. Fernandes querendo agradar a todos. Não havia quem não fosse à loja da Mariúta comprar bolsas de couro puro. Saíamos do Ginásio Duque de Caxias, passávamos pela Alameda Central e parávamos no Foto Teixeira.

Quantas lembranças boas! Numa época em que ainda havia romantismo, os namoradinhos sentados nos bancos da praça, apreciavam o subir das águas coloridas da Fonte Luminosa. A diversão ali era tentar adivinhar qual seria a próxima cor. Ao ganhador, um grandioso prêmio: um beijo de seu par. Como você era linda, querida Lambari.

O Parque Wenceslau Brás, com o laguinho que abrigava tantos patinhos, que aos domingos ganhavam migalhas de pão jogadas pelos vários visitantes que vinham em bicicletas alugadas com o Seu Tião ou Paulo, passavam ali horas maravilhosas junto à sua família.

E o majestoso Cassino? Beleza igual não havia. De frente ao bem cuidado Lago Guanabara que aos sábados e domingos recebia várias charretes e cavalos que eram alugados por turistas que muitas vezes esticavam o passeio até a Cachoeira do João Gonçalves. Visitantes esses que, assim como nós lambarienses, muitas vezes preferiam subir até o cume da Serra das Águas para fazer um agradável piquenique. Como você era alegre, querida Lambari. Cariocas, paulistas, mineiros, lambarienses pra lá e pra cá, transitando pelas bem cuidadas ruas da cidade! Que sonho!

Em 1966, o ápice. Lambari se tornou o centro das atenções de todos os brasileiros. O majestoso Hotel Itaiçá recebia a seleção tri campeã do mundo, a seleção canarinho com tantos craques: Garrincha, Gérson, Rivellino, Gilmar e tantos outros sem contar o maior de todos, Pelé. Turistas vindos de todos os lugares se misturavam a repórteres e enchiam a cidade. O extinto Campo do Águas era uma alegria só, lotado por estudantes e jovens que iam ver os famosos jogadores e quem sabe ser entrevistados por algum repórter. Lambari era manchete em todos os jornais e revistas da época. Que maravilha! A natureza se vestia das mais belas paisagens para receber a Seleção Brasileira. Imperava a alegria e orgulho em todas!

O tempo passa... e isso também passou e ficou na recordação. Lambari perdeu alguns dos seus encantos, mas não perdeu o encanto de sua natureza, a simplicidade de um povo amigo e hospitaleiro, cordial e feliz e, principalmente, não perdeu a fé de que ainda há tempo para recomeçar.

Recomeço esse que já teve seu início, pois a situação já foi bem pior! Vivemos ao meu ver o “fundo do poço” no início da década de 2000. Desde então, a iniciativa privada deu o tom dessa guinada, acreditando nessa cidade e no seu potencial, e vem investindo pesado na melhoria de seus negócios que deram uma “cara nova” a Lambari, que já esteve mais triste e hoje começa a voltar a sorrir, já que vive um presente melhor do que um passado recente e vislumbra um futuro mais promissor ainda.

Quanto ao poder público, algumas ações já foram realizadas e são louváveis para a continuação dessa retomada. Mas é necessário muito mais! Muito mais mesmo! Principalmente no que tange à limpeza, cuidado com o patrimônio público e conservação dos pontos turísticos. Lambari acordou e redescobriu o seu caminho! Estamos na etapa em que precisamos nos unir. Todos. Empresários, poder público, profissionais liberais e cidadãos imbuídos de um mesmo objetivo. Algo notável também está em curso. A criação de associações unidas em prol de causas tão importantes à cidade de Lambari. Esse associativismo – que já foi tão importante em diversas localidades, em especial na Itália – se fortalece de forma grandiosa por aqui também.

ACIL, AMEL e ATURLAM que se complementam e a cada dia vêm trabalhando mais unidas em prol de Lambari. Associe-se a uma delas e venha nos dar as mãos. Juntos, faremos com que nossos filhos e netos sejam saudosistas do tempo em que Lambari voltou a ser maravilhosa! E pra nunca mais deixar de ser...



Água Doce: Escassez na Região Privilegiada

por Sílvia Cruz Pereira (presidente da AMEL)

A água doce é uma substância química com baixa concentração de sais minerais de vital importância para nossa sobrevivência e desenvolvimento.

Normalmente, pequenos cursos d'água surgem em altitudes elevadas e correm para regiões mais baixas, formando os córregos, rios e lagos, que seguem, na maioria das vezes, em direção ao oceano. É a chamada água doce superficial, que representa 0,03% da água da terra. Temos também a água doce subterrânea, que representa 0,76% e é extraída com frequência do subsolo para ser incorporada à água doce superficial.



O uso de quantidades cada vez maiores dessas águas e a falta de cuidado com os dejetos gerados pela população trouxeram e continuam trazendo uma série de problemas que comprometem sua qualidade e, conseqüentemente, o seu uso.

Aliado a esta dificuldade, estamos ainda atravessando, nesta nossa região, um período de severa estiagem que não sabemos se será restabelecido e, se for, quando será. Por isso é fundamental que as populações urbana e rural se conscientizem para que o consumo seja criterioso e sem desperdício.

A prevenção para a conservação das nascentes, córregos, riachos e lagos também é de suma importância.

Vamos todos, cada um a sua maneira, sempre usando o bom senso e seguindo as orientações dos órgãos competentes, mudar nosso comportamento no sentido de contribuir para que esse bem tão precioso não prejudique a nossa qualidade de vida e o nosso desenvolvimento.

Esta nossa região, sempre foi abençoada com uma precipitação média de chuvas de aproximadamente 1.600 mm por ano, ou seja: 1.600 litros por metro quadrado. Em 2014, essa precipitação foi de apenas 800 mm, em média. Para 2015, não há previsão de recuperação. Portanto, a mudança de comportamento e a colaboração de todos os lambarienses são tão importantes para evitar o que já acontece em muitos municípios de Minas Gerais e de outros estados nossos vizinhos. Minas Gerais fechou o último ano com 173 municípios em situação de emergência decretada, segundo a CEDEC (Coordenadoria Estadual de Defesa Civil). Estamos numa região privilegiada, portanto, prevenir é nosso dever.

Saiba Reconhecer Os Principais Sintomas da Dengue

por Mirza Haikal (proprietária da Labor Clinic – Análises Clínicas / Físioestética)

Ultimamente, estamos detectando muitos casos de dengue na cidade de Lambari, e diagnosticar o vírus com rapidez é uma das melhores oportunidades para se combater a doença com sucesso.

O vírus da dengue se divide em quatro tipos. Se você é contaminado pelo vírus uma vez, não poderá ser infectado por ele de novo. Ou seja, uma pessoa só poderá ter dengue quatro vezes na vida; uma para cada tipo do vírus.

A dengue pode se manifestar com poucos sintomas, mas também pode ser hemorrágica, o que pode levar o paciente à morte.

Principais sinais de alerta: febre, dor intensa na barriga, dor no corpo, sinais de desmaio, náusea, tosse seca, fezes pretas e sangramento.

É essencial fazer tanto diagnóstico clínico quanto exames laboratoriais (hemograma, teste rápido e sorológico para dengue).

O monitoramento clínico e laboratorial tem que ser constante, principalmente nas 72 horas após o período de febre. Preconiza-se que o paciente realize exame de sangue no início da dengue, depois da febre e mesmo depois de sarar para acompanhar a contagem de plaquetas até que elas voltem ao normal.



A hidratação do paciente é de suma importância, pois a pessoa infectada perde muito líquido.

Prevenção é sempre o melhor remédio. O uso de repelentes é uma ótima ação a ser tomada para que os mosquitos não se proliferem, assim como o combate a ambientes favoráveis às larvas.

O repelente infantil é sempre uma boa opção para todos, pois todo produto infantil tem que obedecer a uma série de normas para que se assegure que o produto não cause alergia, sendo assim, trata-se de um produto seguro para todos. Utilizar vela de citronela pode ser eficaz

A RÁDIO QUE TOCA VOCÊ

Estúdio I Lambari
Av. Pres. Antônio Carlos, 187
Sertãozinho
(35) 3271-1010

Estúdio II Varginha
Rua José Moreira Leite, 31
Parque Residencial Rio Verde
(35) 3221-1377

www.transmineral.com.br

Ateliê do Trigo

Tel.: (35) 9920-2218 / 9909-2218

Rua Dr. Garção Stockler, 132 - Centro - Lambari - MG

CRIAMOS A ARTE SEM CUSTO ADICIONAL

GRÁFICA

Adesivos
Banners
Cartões de visita
Panfletos e cartazes
Receituários
Revistas e Catálogos
e muito mais...

Paga um pouco ONLINE

www.servicosgraficosmg.com.br
ou telefone para pedir
Rua Pádua Pereira Inácio, 198 - Centro -
Lambari - Minas Gerais
sem taxa de instalação

SOLUÇÕES INFORMÁTICA
SEM NUNCA NOSSO COMPROMISSO.

35 3271-4422
35 3341-9127

em algumas ocasiões, dependendo das circunstâncias, porém, fique atento, pois ela protegerá apenas o raio de alcance de seu cheiro exalado, ou seja, a proteção ficará restrita naquele ambiente, não dispensando assim o uso de repelente.

Termos consciência coletiva no sentido de evitarmos os focos das larvas é imprescindível. Estamos num período chuvoso em nossa região, o que tem ocasionado acúmulo de água em reservatórios acidentais, e esta água parada torna-se ambiente favorável para as larvas do mosquito.

Se você visualizar algum acúmulo de água parada, remova-o o quanto antes. A dengue é um problema que atinge a todos, e se cada um de nós fizermos a nossa parte, poderemos polpar maiores problemas num futuro próximo.

Para maiores informações é só ligar no Laboratório Labor Clinic através do número (35) 3271-3645.



ACIL-CDL LAMBARI /SPC BRASIL e seus aliados contra a inadimplência

pela ACIL-CDL

O SPC Brasil é o sistema de informações das Câmaras de Dirigentes Lojistas – CDL – que conta com o mais completo banco de dados da América Latina em informações creditícias sobre pessoas físicas e pessoas jurídicas e auxiliando na tomada de decisões para concessão de crédito pelas empresas em todo país.

Por meio do SPC Brasil, o usuário tem acesso aos bancos de dados de mais de 2.200 entidades presentes em todas as capitais e nas principais cidades de todos os estados.

A capilaridade alcançada pelo SPC Brasil é a mais representativa do setor, reunindo



informações do comércio nacional, desde os pequenos lojistas até os grandes magazines, indústrias, serviços e mercado financeiro.

A ACIL-CDL tem constatado que há algumas empresas associadas que tem fechado contrato direto com o SERASA EXPERIAN, porém, as consultas realizadas no banco de dados do SPC BRASIL já contemplam as informações dos dois bancos de dados, devido a parceria fechada entre as duas entidades.

Para se realizar uma venda com garantias de recebimento, não podemos esquecer de efetuar um cadastro completo com todos os dados (Nome, CPF, RG, Data de Nascimento, End., Tel.); as notas devem ser assinadas; autorizações



Um Trabalho Dedicado Aos Empresários

pela ACIL-CDL

A ACIL-CDL de Lambari tem realizado um trabalho totalmente direcionado ao apoio das atividades empresariais de nossa cidade, mas infelizmente poucos associados têm aproveitado o nosso potencial.

Sempre realizamos cursos e palestras com consultores credenciados pelo SEBRAE, um dos maiores parceiros desta entidade.

A FIEMG também sempre apoiou todas as demandas da nossa indústria através de seu presidente, o Dr. Ary Novaes, que possibilitou um dos melhores cursos de capacitação que desenvolvemos para o setor de aço inox: o curso de metrologia, de solda e de caldeiraria, responsável por capacitar mais de 50 profissionais.

O SIMMMEI é um parceiro incansável na pessoa do sr. André Luiz Martins Gesualdi, que cedeu espaço neste sindicato que ele mesmo presi-



de, e que atende às empresas de inox de Lambari com demandas das mais diversas.

A FCDL, nossa federação, tem consultoria jurídica e contábil, podendo orientar o segmento lojista e tudo isto de forma gratuita.

O SENAC já elaborou diversas ações para o nosso comércio, como curso de decoração de vitrine, embalagens especiais e atendimento.

Mesmo assim, aqui ou ali, sempre chegam críticas do nosso trabalho. Isto até não nos incomoda, entretanto, nos incomoda muito a falta de participação dos nossos associados, que poderiam estar aproveitando muito mais e, com certeza, a nossa cidade poderia estar progredindo de forma mais rápida se a maioria dos empresários estivesse engajada nas ações desta entidade, com a finalidade de levantar demandas novas e novos desafios, fortalecendo esta entidade e transformando nosso esforço no maior capital social que



de venda para terceiros serão aceitas apenas por escrito e com a assinatura do titular do cadastro.

Outra medida fundamental também é o registro de seus inadimplentes no SPC, uma vez que eles deixam de comprar de você por estarem te devendo, e se não negativa-los, acabam comprando de seu concorrente que, por ventura, possa ou não fazer a consulta cadastral ao SPC. Assim forma-se a rede de inadimplência.

É importante registrar no SPC o mais breve possível, a partir do vencimento da dívida não paga, pois o histórico demonstra que quem antes registra, antes recebe!



Lambari possui.

Estamos querendo sim mexer com os brios dos lambarienses empreendedores, venham dar sua contribuição para que possamos melhorar a nossa prestação de serviços.

Em nossa sede, temos por hábito receber nossos associados para conversas e reuniões sempre que solicitado, e na maioria das vezes, damos andamentos nas demandas com as melhores soluções possíveis.

Valorize sua entidade. Fora de Lambari, inúmeras são as outras entidades que nos procuram para receber sugestões de gestão e de idéias que surgiram aqui para poderem implantar em suas ACIs.

ACIL-CDL é sua e nossa e pode trazer benefício para toda a nossa comunidade.

Valorize-a!



Carta Aberta ao Prefeito Sérgio Teixeira Não Deu Em Nada!

pela ACIL-CDL

A ACIL-CDL, a cada administração que se inicia, procura se aproximar da Prefeitura para propor parcerias e pedir soluções de problemas crônicos que vêm perturbando o comércio e atrasando o desenvolvimento de nossa cidade. Foi assim que, no dia 31 de janeiro de 2013, na sede da ACIL-CDL, foi entregue ao Prefeito Sérgio Teixeira uma “Carta Aberta” – conjunto de demandas de políticas públicas reivindicadas pelos empresários de Lambari.

Dentre as ações solicitadas para que a Prefeitura tomasse providências, estavam: 1) Reorganização do trânsito de veículos no centro da cidade, principalmente em torno do Parque das Águas, em razão da vulnerabilidade das fontes de água mineral; 2) A realização de um proje-



to para a retirada de animais abandonados em vias públicas; 3) O desenvolvimento de um plano efetivo para o controle da poluição sonora, como os anúncios feitos por carros de propaganda; 4) Melhoria da segurança pública; 5) A obrigação dos proprietários de terrenos baldios para que os mantenham limpos, amurem e calcem suas propriedades; 6) Instalação de usina de reciclagem de lixo e a construção de uma estação de tratamento de lixo; 7) Me-



lhoria de resolutividade no atendimento do Pronto-Socorro; 8) Aumento da oferta de horários, itinerários e conforto no transporte público entre o centro e a zona rural; 9) Proibição de qualquer tipo de venda que não seja dentro de estabelecimento legalmente instalado, além da regularização de exposição das mercadorias do comércio, para que as calçadas fiquem



Foto de Paula Vilhena

livres para os pedestres. Dois anos depois: **MAIS UMA VEZ NÃO DEU EM NADA!**

Como visto, a Carta Aberta poderia ter representado uma ferramenta fundamental para viabilizar, dentre outras atividades da Prefeitura, a execução de políticas públi-

cas de qualidade em favor do bem público. Ela serviria para nortear as ações da Prefeitura diante do interesse de um setor que emprega, paga impostos e, portanto, em condições de pedir seriedade com questões básicas como segurança pública, transporte, saúde, dentre outras.

Em mais: a maior parte das ações solicitadas não necessitavam de recursos onerosos! Para tal, bastaria a boa vontade política e o desejo de fazer. Mas com o tempo, como é de costume dos administradores que têm governado nossa



cidade, eles se afastam da responsabilidade e não cumprem o que foi proposto na campanha e, como podemos observar, nem os compromissos assumidos publicamente.

Neste sentido, nós da ACIL-CDL decidimos parar de esperar e procuramos tomar as medidas necessárias para que as autoridades se mexam, mesmo que, para isso, tenhamos que tomar medidas judiciais cabíveis e fazer as denúncias necessárias, até em outras instâncias, como de fato já fizemos e logramos êxito, para que medidas sejam tomadas, possibilitando, assim, a prosperidade de nossa cidade e sua transformação em um local para o nosso bem viver e também para nossos filhos e netos.

OPÇÃO Lanches

Café Expresso,
Pão de Queijo, Salgados, Doces,
Tortas e Sucos. Aceitamos encomendas.

FONE: (35) 3271-2324

Rua Garção Stockler, 134 - Lambari - MG



Segundo Encontro Sobre Vida Extraterrestre

por Kátia Gorgulho (proprietária da Pousada do Duque)

Tudo teve início em dezembro de 2013, quando ficamos hospedados na Pousada do Duque e produtor norte-americano James Fox, seu fotógrafo e colaborador David West, Toninho Muricy – o mais respeitado técnico de som do país – e Marco Aurélio Leal, pesquisador e consultor da Revista UFO.

Eles vieram para pesquisar o Caso Varginha, pois James Fox irá lançar o filme “The 701”, um documentário que pretende se tornar o maior e mais abrangente filme sobre ufologia de todos os tempos.

Marco Aurélio propôs que fizessemos aqui em Lambari algo voltado para ufologia, e no dia 31 de maio de 2014, foi realizado na ACIL o Primeiro Encontro sobre Vida Extraterrestre de Lambari.

Os 10 palestrantes presentes no evento são pessoas influentes no meio ufológico. Além do próprio Marco Aurélio Leal, participaram também:

Paulo Aníbal – biólogo, astrônomo, professor, consultor das revistas UFO e Sexto Sentido e autor do livro “Caçadores de Ovnis”; Francisco

Varanda – professor de História, advogado e diretor do grupo de pesquisa da ufologia científica, com especialidade em Ufoarqueologia, seguimento que estuda sinais da manifestação extraterrestre no passado da Terra; e Maurício Eloy – professor de História da Arte e palestrante especializado em xamanismo.



O Segundo Encontro Sobre Vida Extraterrestre de Lambari será realizado nos dias 24 e 25 de maio e o local escolhido foi o Centro Cultural Vagão 98. O evento contará com a presença de 10 palestrantes, entre eles, alguns que já estiveram presentes no Primeiro Encontro.

Na semana que antecede o evento, estará exposto no Vagão 98, fotos e documentos sobre ufologia. No sábado à noite, será feita uma vigília ufológica, supervisionada por Jamil Vila Nova, consultor da Revista UFO e um dos maiores especialistas em equipamentos de vigília do país.

Serão três palestras de 1 hora e 20 minutos cada e o valor do ingresso é de R\$ 5,00 mais um quilo de alimento não perecível, que será doado a alguma instituição de caridade.



pela ACIL-CDL

A Nova Geração de Quem Conhece o Empretec



O Seminário da ONU - ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS – desenvolvido para potencializar o seu comportamento empreendedor em Lambari. Durante imersão completa de seis dias, você potencializará as 10 características dos empreendedores de sucesso que transformará a sua vida e o seu negócio. Busca de Oportunidades e Iniciativa, Persistência, Comprometimento, Exigência de Qualidade e Eficiência, Correr Riscos Calculados, Estabelecimento de Metas, Busca de Informações, Planejamento e Monitoramento Sistemático, Persuasão e Rede de Contatos, Independência e Autoconfiança. Participar do Empretec é redefinir sua visão de mundo, sua liderança, seu senso de oportunidade. É reinventar-se.

Fase 1 : Inscrições até 17/04/2015

Fase 2 : Entrevistas no período de 04/05 a 08/05/2015

Fase 3 : Seminário no período de 18 a 23/05/2015

Maiores informações:

ACIL-CDL Tel.: 35-3271-2146 / 3271-2039/ 3271-1750

ou pelo e-mail.: acil.lambari@hotmail.com

Helcio Junior - Diretor Comercial da Unique Cafés – Carmo de Minas: “Como Empreteco, hoje reflito que esse programa veio preencher algumas lacunas importantes em minha formação profissional, me tirando da zona de conforto e me levando a agir em projetos concretos e pontuais, enfrentamento direto de problemas, estabelecimento de metas e foco em resultados.”

Celso Mota - CM Informática – Pouso Alto:

“Há uma divisão clássica entre empreendedores por necessidade e empreendedores por oportunidade. É sabido que a maioria dos empreendedores por necessidade estão mais ligados à informalidade, às atividades de subsistência e ao alto nível de mortalidade de suas empresas. Do outro lado, empreendedores por oportunidade normalmente alcançam melhores resultados com seus negócios por conta do melhor preparo antes de inserir seu negócio no mercado. Os caminhos traçados na vida fizeram de mim um empreendedor por necessidade. Daqueles que não se acharam dentro das experiências vividas, e que foram das mais diversas, e que decidiu abrir um negócio para sobreviver dele.”

A minha empresa foi fundada em 2005 e em 2009 surgiu a oportunidade de participar do Empretec. De toda a experiência vivenciada durante o seminário e também do conhecimento adquirido, o mais importante foi conseguir enxergar pelo prisma de quem empreende por oportunidade. Quando conseguimos ampliar a visão para além da rotina do dia-a-dia de trabalho conseguimos perceber que há oportunidades de negócio para todos os lados. Há oportunidades de negócio dentro do nosso próprio negócio, inclusive. Essa percepção de negócios eu devo ao Empretec, e os novos negócios que empreendemos a partir dessa data são fruto desse treinamento.”

Gustavo Macedo - Proprietário da Padaria São Lourenço – São Lourenço:

“O Empretec foi um divisor de águas na minha vida. A partir dele, consegui potencializar meu perfil empreendedor através de vários comportamentos ensinados e estudos de casos que são aplicados. Indico para os empreendedores que estão buscando aperfeiçoamento e querem dar uma alavancada nos seus negócios.”

Cantinho da Dona de Casa

por Clara Ribeiro (dentista)



Gostaria de deixar aqui algumas dicas para facilitar o trabalho e acrescentar, talvez, um sabor diferente em suas refeições.

A primeira dica é a mais importante, pois precisamos segui-la com muita seriedade: economizar água e energia elétrica. Só assim poderemos evitar que uma crise se transformem em uma catástrofe.

As outras dicas que gostaria de passar a vocês são:

- Para afiar o corte das lâminas do liquidificador, basta colocar algumas cascas de ovo dentro dele e, batendo um pouco, elas voltam a ficar afiadas;
- Para retirar manchas de ferrugem, é bom esfregar suco de limão e aplicar por cima um pouco de sal. Deixe por uns quinze minutos e fricção levemente com esponja de aço com sabão de coco;
- Se você tem formiga dentro de algum armário, um pouco de pó de café usado é ótimo para afugentá-las;
- Para limpar vidraças, use vinagre misturado com água que não risca, dá brilho e você pode usar jornal velho para aplicar;
- Para pressão alta, é excelente tomar chá feito com folhas de xuxu ou com folhas de limão;
- Inclua na sua alimentação uma banana todos os dias, porque ela é a mais completa das frutas, riquíssima em vitaminas e sais minerais;

Vou passar para vocês agora uma receita de salada muito nutritiva, gostosa, light e econômica. Perfeita para dias de muito calor! Experimentem! Tenho certeza de que vão gostar! Em uma tigela, coloque – tudo cru –: repolho verde picado, repolho roxo picado e cenoura ralada. Misture tudo e tempere com sal, pimenta do reino, suco de limão e duas colheres de sopa de maionese light. Humm... Delícia!

Dicas retiradas do livro “Sebastiana Quebraginhos.”



Altas Reflexões: Você é Capaz de Dominar Sua Mente?

por Franciso de Biaso (médico pediatra e autor)

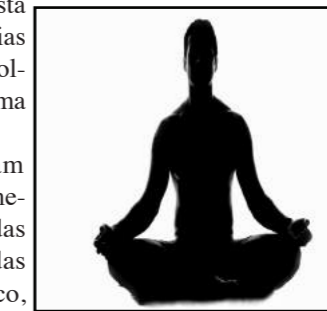
Os entendidos falam que o homem utiliza somente de 10 a 15 % da sua capacidade mental, e que poucos privilegiados conseguem um desempenho acima dessa média. Menos de 0,1% da humanidade, porém, consegue desenvolver um potencial que ultrapasse os 90%. Esse cálculo é obtido através de uma escala de lucidez gerada por vivências dos estados alterados de consciência. Aquela pessoa que conquista um maior número de experiências extrassensoriais terá um desenvolvimento mental e uma média acima da grande maioria dos homens.

Aqueles que praticam relaxamento físico e mental e meditação conseguem atingir ondas mentais baixíssimas, conhecidas como estado alfa ou hipnagógico, que são ondas de 8 a 13 Hertz no eletroencefalograma, e ondas theta, com a frequência de 4-7 Hertz. As primeiras são conhecidas como estado alfa e as segundas de estado de meditação profunda. As pessoas que conseguem atingir essas frequências sem cair no sono, isto é, acordadas, vivenciam experiências transcendentais variadas e complexas que lhes revelam fenômenos extrafísicos inacreditáveis.

A nossa mente é de extrema complexidade e somente expandindo-a através de exercícios mentais teremos meio de conhecer um universo de múltiplas dimensões. Somos seres extremamente complexos e dotados de uma potencialidade infinita, que pode nos levar a um entendimento de nós mesmos e do universo muito além da imaginação, por meio da meditação.

Afinal o que é a mente? O que somos nós? A nossa mente é gerada pelo cérebro ou somos algo mais complexo e desconhecido pela maioria dos homens?

Alguns iogues e meditadores conseguem atingir tamanha paz mental, isto é, estados mentais tão profundos e elevados, durante seus relaxamentos, que percebem a grandeza do universo e a razão de estarem aqui. A meditação os leva a uma expansão da consciência e a um estado de consciência elevado denominado de “Consciência Cósmica”. Os meditadores que adquirem esse conhecimento transcendental amadurecem muito e começam a enxergar o mundo em que vivemos e nossas finalidades aqui com olhos de sabedoria.



Muitos passam por essa vida como zumbis, sem perceberem a profundidade que é a vida em si, mas felizmente existe uma minoria que questiona e busca inteligentemente respostas para as suas dúvidas filosóficas. Para esses, foram criados os exercícios de meditação, para que eles possam ter respostas às suas perguntas e sejam auto-experimentadores; verdadeiros cientistas espirituais. As respostas às nossas dúvidas virão somente de dentro, jamais de fora. Se você, amigo, for um questionador curioso para saber quem você é e o que faz aqui, neste ponto minúsculo de um universo gigantesco, aconselho-o a conhecer esses assuntos e a aprender a meditar o quanto antes. Caso você não tenha interesse em descobrir sua própria essência e razão de existir deseje-lhe, mesmo assim, boa sorte nesta curta existência física.

Academia Tatibana Lambari de Karatê é grande campeã do ano de 2014

por Júnior Teixeira (co-proprietário da Inoxsul)

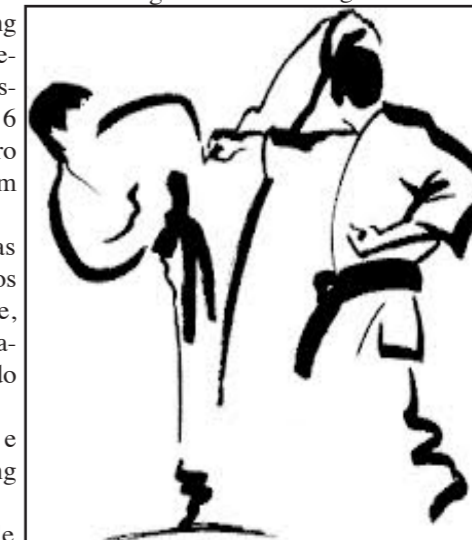
No último dia 21 de dezembro de 2014 foi comemorado no espaço de eventos Galemon a cerimônia de premiação dos grandes campeões 2014 pela Federação Mineira de Karatê Interestilos. A Academia Tatibana Lambari de Karatê sagrou-se a grande campeã no ranking mineiro 2014 da FMKI - Federação Mineira de Karatê Interestilos, sendo campeã de 5 das 6 etapas no Campeonato Mineiro que participou e vice-campeã em outra etapa.

Foi um ano de muitas glórias para a Academia, nossos atletas e nossa querida cidade, que está sendo bem representada em Minas Gerais e em todo território nacional. Foram 31 campeões mineiros e 52 medalhas de ouro (Ranking kata, kumite e geral).

Dedicamos a grande conquista à Prefeitura Municipal de Lambari, em especial ao Sr. prefeito Sérgio Teixeira, à câmara de vereadores, à secretária de

Assistência Social (CRAS), além de agradecer aos empresários da cidade, que apoiam e patrocinam o projeto “Lutar para Vencer”, e aos familiares e amigos da Tatibana.

Agradecemos também ao Mestre Takeo



Kikutake, representante maior da Wado Ryu Kii Kuu Kai no Brasil, ao Sensei José Gracio por seus ensinamentos à Academia e ao Senpai Miguel Ferreira por sua dedicação e carinho para com os atletas.

Fidelidade aos seus princípios são fundamentais na vida do ser humano. Essa fidelidade deverá ser estendida à família e às necessidades que buscamos para o crescimento moral, intelectual, filosófico, ético, altruístico e de autodefesa; o que achamos no Dojo do Karatê-Dô.

V i v e r

por Carlos Serranegra (aposentado)

Choveu a noite toda. Cheio de preguiça, fui acordado bem cedo pelo barulho de um caminhão que estacionou na porta do vizinho. Percebi pelo alarde que se tratava de uma mudança. Somente à noite, ao retornar do trabalho, fiquei sabendo que a mulher do vizinho fora embora e levava toda a mobília.

- Levou tudo, seu Carlos. Não deixou nem um colchão velho!
- Mas qual foi o motivo, seu Zé?
- Ficou brava comigo sabe-se lá por quê?
- E agora, como é que o senhor vai se virar?
- Vou comprar um fogãozinho, seu Carlos. Depois vejo o resto.



Seu Zé Lima mora nos fundos da pequena chácara ao lado de minha casa. É um jardineiro de mão cheia e executa também pequenos reparos na propriedade. O patrão mora no Rio e aparece vez por outra. Fiquei pesaroso: ele me pareceu abatido e eu, sem saber como ajudar. Passados dois dias, bati à sua porta levando um saboroso pão de batata da padaria Ateliê do Trigo, do Sansão, recheado com salame – iguaria essa que não posso mais consumir por conta do excesso de sal. A porta se abriu e, para minha surpresa, recebeu-me com um largo sorriso, convidando-me para entrar. Mais admirado fiquei quando vi um pouquinho de mobília emprestada por um amigo, um quadro que eu mesmo pintei e lhe dei de presente no último Natal e um valente fogãozinho que ele comprou por R\$ 50,00 num brechó. Até café me serviu para saborear a prosa que se seguiu. Ao voltar para casa, coloquei-me a pensar. Seu Zé Lima é um homem simples: ele é o que é.

Ele não se aceita nem se recusa. Um homem simples vive como respira. Ele é simples sem ser simplório, haja vista a beleza do jardim que cuida e trata. Tanto conhecimento ali aplicado! Ele aprendeu a se desprender de tudo e de si mesmo. Haverá maior sabedoria do que essa?

Quando penso na sociedade que criamos, na obsessão com o padrão de vida e sua melhoria, negligenciamos algumas das dimensões mais importantes da vida, causa do empobrecimento sem precedentes da própria vida. Os economistas definiram para nós a ideia do crescimento pelo crescimento, o que se tornou o objetivo primordial da vida, senão o único. A publicidade alimenta diariamente a ilusão do desejo de consumir, deixando-nos insatisfeitos com o que temos. A lógica da produção para o consumo criou o que se chama de obsolescência programada, ou seja, da necessidade cíclica de substituir os equipamentos a cada determinado período de tempo.

Por último, alimentado o devaneio do consumo, vem a oferta do crédito, que vai nos permitir satisfazer o que desejamos, hipotecando o futuro, mesmo sem renda, sem trabalho e sem patrimônio. Tal sociedade não é sustentável, bem sabemos, pelo caos que tem provocado na natureza, sem falar nas cidades desumanas que criamos.

Assim, penso no caso do seu Zé Lima. A simplicidade e os poucos recursos em que vive não são defeitos ou um infortúnio. Penso até que seja uma escolha divina. A sua riqueza não é o dinheiro. Ele aprendeu a emprestar sentido a tudo o que o cerca. Na sua profissão, o que vale é a beleza. Uma coisa bonita é uma alegria eterna.

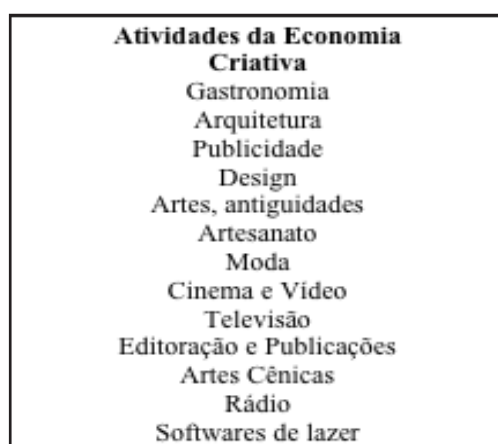
Economia Criativa

por Paulo Astério (idealizador e co-proprietário do Centro Cultural Vagão 98)

A expressão “Economia Criativa” está cada vez mais presente na Internet, TV e meios de comunicação em geral. Muitos, porém, ainda não estão familiarizados com esse conceito. O objetivo deste artigo é explicar esse conceito e mostrar como pode ser importante para o desenvolvimento da nossa cidade.

O termo “Economia Criativa” surgiu no final do século XX para se referir às profissões e negócios dependentes, essencialmente, do conhecimento, do talento individual, da cultura e da tecnologia. São exemplos típicos de produtos desse setor os espetáculos artísticos em geral, os jogos eletrônicos e as produções cinematográficas.

Quando comparado com a agricultura, a indústria e o comércio convencionais, o setor da Economia Criativa, aqui denominado Setor Criativo, se caracteriza pelo baixo consumo de recursos naturais e energia e, ao mesmo tempo, pela geração de empregos qualificados. Os produtos do Setor Criativo são altamente valorizados em todo o mundo, com grande potencial de exportação e sem comprometer as reservas naturais de um país.



No quadro ao lado estão listados algumas atividades típicas do Setor Criativo. Para que um empreendimento esteja integrado ao Setor Criativo, não basta, porém, pertencer a uma determinada área de atividade. O fator determinante é a parcela de contribuição do conhecimento, do talento e da cultura para o valor agregado aos seus produtos.

A importância do conceito de Setor Criativo está exatamente no reconhecimento da capacidade de geração de renda e lucro a partir desses valores imateriais. Esse reconhecimento, por sua vez, permite a formulação de políticas e projetos de desenvolvimento, tanto públicos como privados, que sejam adequados às peculiaridades do setor e benéficos para toda a sociedade.

O Sul de Minas Gerais tem um grande potencial a ser explorado no Setor Criativo. Temos um sistema de educação básica de ótima qualidade, vários conservatórios e cursos de graduação em música, um grande número de músicos, escritores e outros artistas talentosos, tradições culturais preservadas pela população, um rico patrimônio histórico, dentre muitos outros atributos relevantes. A região já conta com diversos empreendimentos que podem ser considerados parte, ou aptos a se ingressar, no Setor Criativo. Muitos desses empreendimentos são relacionados à gastronomia, artes, artesanato, moda ou música. Temos também empreendimentos pioneiros nas áreas de arquitetura e produção cinematográfica, dentre outras. O pleno desenvolvimento do Setor Criativo depende, porém, da cooperação dos vários interessados, incluindo: empresários, profissionais do meio artístico, professores, estudantes, etc. Não menos importante é a participação e colaboração da administração pública em geral, dos órgãos de fomento e políticos da região.

