

20 ANOS

Sopa de Siri



www.sopadesiri.com.br

Foto Antônio de Borba Cordeiro

*Aos pais,
toda felicidade do mundo*

Entrevista

Marcelo Almir Sodré

Histórias de Itajaí

Germano Carlos Dutra

Olimpiadas

Era Moderna completou 125 anos



O maior evento poliesportivo do mundo, os Jogos Olímpicos de Tóquio, teve início (23.07), reunindo os melhores atletas do planeta, e celebrando os 125 anos da “Era Moderna” das Olimpíadas, iniciado por Barão de Coubertin (Pierre de Coubertin), em abril de 1896, em Atenas.



História dos Jogos Olímpicos

O herói Hércules criou as Olimpíadas cerca de 2.500 a.C., na Grécia Antiga, para homenagear Zeus, seu pai. Porém, os primeiros registros olímpicos são de 776 a.C., com o registro dos atletas vencedores.

As disputas das Olimpíadas eram apenas para homens; as mulheres eram proibidas de participar e assistir.

A última Olimpíada da Era Antiga foi realizada em 393 a.C. O imperador Teodósio I cancelou os Jogos, após proibir adoração aos deuses gregos. Ao todo, foram realizados, antes da Era Moderna, 293 edições dos Jogos Olímpicos.

Olimpíadas 2020

As Olimpíadas de Tóquio 2020 realizadas de 23 de julho a 8 de agosto de 2021, na cidade de Tóquio, capital do Japão, foram adiadas devido à pandemia do novo coronavírus.

A sede da XXXII Olimpíada ou dos Jogos Olímpicos de Verão de 2020



foi escolhida no dia 7 de setembro de 2013, durante a 125ª Sessão do Comitê Olímpico Internacional (COI), na Argentina.

Tóquio: a sede das Olimpíadas

Tóquio, uma das maiores cidades do mundo, famosa



por sua aglomeração urbana, possui quase 14 milhões de habitantes.

A capital do Japão também é considerada uma das mais importantes metrópoles do planeta, sendo o centro político, econômico, educacional e cultural do Japão.

Os Jogos Olímpicos de Tóquio 2020 não tiveram um Parque Olímpico, como nas Olimpíadas do Rio de Janeiro de 2016, e as competições foram realizadas em várias partes da cidade, e em outras regiões do Japão, como nas cidades de Fukushima e Yokohama e na parte inferior do Monte

veis, e para preservar o meio ambiente foram construídos painéis de energia solar, grama sintética de plástico reciclável, campo móvel para aproveitar a luz natural, e captadores térmicos e bombas geotérmicas para reduzir as emissões de CO_2 .

Números das Olimpíadas de Tóquio 2020

Mais de 11 mil atletas; 205 países envolvidos; 339 eventos esportivos; 33 competições; 42 locais de competição diferentes; aproximadamente 5 mil medalhas; 46 modalidades; e 5 novos esportes: surfe, escalada esportiva, skate, beisebol e caratê.

Tocha olímpica

O design da tocha olímpica de Tóquio 2020 foi criado pelo arquiteto, designer e artista japonês Tokujin Yoshioka.

O revezamento da Tocha Olímpica de Tóquio 2020 começou no dia 12 de março de 2020, na Grécia;

Fuji.

A competição é considerada a mais cara de todos os tempos, US\$ 15,8 bilhões tornaram os jogos mais modernos, com instalações e medidas de proteção e segurança sanitária



em razão da pandemia de covid-19.

Esses gastos tornam as Olimpíadas de Tóquio 2020 mais sustentá-

em 2021, a passagem da chama começou no dia 9 de julho e terminou no dia 23, passando por 47 departamentos do Japão.

JUNTOS
POR
NOSSO **PORTO**

**MUNICÍPIO E PORTO DE ITAJAÍ.
JUNTOS VAMOS SEGUIR
NA ROTA DO CRESCIMENTO.**

PÁGINA

Desde que o município de Itajaí assumiu a função de Autoridade Portuária do Porto de Itajaí, em 1997, muito desenvolvimento foi descarregado aqui. A cidade cresceu e se tornou a economia mais dinâmica do estado, batendo recordes de geração de empregos e abertura de empresas. Mas o Porto de Itajaí também superou expectativas. Sob a administração da Superintendência do Porto de Itajaí, colocamos em operação os 4 berços de atracação e ampliamos a bacia de evolução, o que permitiu aumentar em 598% a movimentação de contêineres e em 391% a operação de cargas. Por isso o porto, o município e a população estão **Juntos Por Nosso Porto**. Um movimento pela continuidade da gestão municipal que vai trazer mais conquistas para todos.

 **MUNICÍPIO DE**
ITAJAÍ
UMA CIDADE EM MOVIMENTO

 **Porto**
de Itajaí
AUTORIDADE PORTUÁRIA

Editorial POR Álvaro Castro

Aos pais, toda felicidade do mundo

A Sopa de Siri, carinhosamente, homenageia os pais, pelo transcurso de seu mês.

Os verdadeiros pais além de amar seus filhos, fazem o possível para lhes dar uma educação e formação cívica ideal para a fazer deles cidadãos de bem, úteis à sociedade.

Divulgando arte e cultura, a Sopa de Siri dá sua contribuição à formação de crianças, adolescentes e jovens, com um conteúdo que representa um bem para a vida.

Há vinte anos cumprindo este mister, continuamos alheios às dificuldades, divulgando aquilo que entendemos valer a pena.

Nesta edição, por exemplo, mostramos o concurso de poemas organizado pela Secretaria de Educação, mostramos a arte em aquarela de Lindinalva Deolla, entrevista com o vice-prefeito Marcelo Sodré e a História da família de Germano Carlos Dutra e Maria Antônia Nagel Dutra.

A Sopa está recheada de matérias interessantes para entreter e fornecer conhecimento e informação.

Somos gratos aos que nos prestigiam compartilhando a Sopa em suas redes sociais.

Finalmente, deixo meu grande abraço aos queridos leitores. Boa Leitura!



Índice

Ecologia	05
Entrevista	06
Poesia	08
Humor	10
Arte Visuais.....	12
Literatura	13
Histórias de Itajaí	14
Flash da Sopa.....	17
Curiosidades	18
Música	20
Nossa Língua	22
Humor	25
Gastronomia	26
Tribuna Livre	27

ESPAÇO DO LEITOR



Expediente

Beling e Castro Ltda.
Editora **Sopa de Siri**
CNPJ 07.120.545/0001-80
Insc. Municipal 283.496

☎ 47 **3349.1305**

Rua Blumenau, 2175 | Barra do Rio
CEP 88305-105 | Itajaí, SC

Álvaro Castro

Jornalista Responsável
MT 4465 SC - 9 9919-5217
alvaro@sopadesiri.com.br

Sueli Teresinha Beling Castro

Administração
47 9 9905-3492
sueli@sopadesiri.com.br

Periodicidade Mensal
Diagramação: Álvaro Castro
Revisão: Sueli Teresinha Beling Castro

NOSSA CAPA



TELEFONES ÚTEIS

PROCON.....	3349-6147 - 151
CODETRAN.....	3249-5811 - 153
Polícia Militar	190
Polícia Rodov. Federal	191
SAMU - Ambulância.....	192
Bombeiros	193
Polícia Civil	197
Polícia Rodov. Estadual	198
SEMASA.....	3344-9000
Hospital Marieta.....	3249-9400
Defesa Civil.....	3344-0494
CELESC..	3341-2000 0800 48-0196
Prefeitura de Itajaí.....	3341-6000
Pequeno Anjo	3249-5315 3249-5301
Centro de Valorização da Vida	141

Bonsai:

Árvores em Miniatura



Não se trata de uma planta específica, mas uma técnica de cultivo de árvores em vasos pequenos.

O Bonsai é uma arte de origem japonesa que significa “árvore na bandeja” ou “árvore no vaso”. A técnica consiste no cultivo de miniaturizar plantas, sem perder as características originais de cada espécie, ou seja, diferentes flores e frutos podem ser cultivadas em forma de Bonsai.

A primeira menção a uma técnica de cultivo de árvores em miniatura foi na China e é bem antiga, há quem diga que do século III a.C. Porém, foram os japoneses que aprimoraram a técnica e a nomearam de bonsai.

A princípio, qualquer árvore pode ser adaptada e se tornar um bonsai, por isso existem até mesmo espécies de bonsai de frutas e flores. Um bonsai de acerola, amora, azaleia, bougainvillea, cerejeira, fícus, ipê, jabuticaba, macieira, paineira, pitangueira e romã, dão flores e frutos,

em tamanho normal, pois é uma réplica perfeita da árvore “grande” mantendo suas características naturais.

Como ocupa pouco espaço, o bonsai pode ser encaixado em qualquer cantinho, e se bem cuidado com ferramentas de jardinagem adequadas, ele dura por



muitos anos. Na China e no Japão existem exemplares com mais de mil anos de idade.

O “Higurashi”, de 400 anos de idade, é o bonsai mais caro do mundo, está avaliado em ¥138 milhões. O vaso, após passar pelas mãos



de vários artesãos ao longo dos séculos, hoje está exposto no Museu de Arte do Bonsai de Omiya – Saitama.

Sol, ar, água e temperatura, são os elementos essenciais para manter uma árvore bonsai saudável, evitando sempre os extremos. A quantidade de horas ao sol pode variar de acordo com a espécie.

Ao contrário do que muitos pensam, podar uma árvore bonsai estimula novas brotações e o preenchimento da copa. A poda serve também para eliminar ramos defeituosos ou desnecessários.

O bonsai era considerado algo típico de

classes mais ricas, mas, com o tempo, se popularizou. Hoje, é comum encontrar bonsai em residências ou mesmo em espaços comerciais.



Entrevista

Marcelo Sodré, advogado, é vice-prefeito de Itajaí



**Marcelo Sodré
por Marcelo Sodré**

Vejo-me, como “peixeiro”, como uma pessoa comum, nada de extraordinário, mas sempre com uma vontade muito grande de aprender, de adquirir conhecimento; gosto de avaliar, procurar enxergar, para poder tentar inovar. Agora, com mais de 50 anos, “descendo o morro”, cada vez mais perceptivo às nuances da transformação da sociedade onde a gente via de uma forma e agora parece que há um novo modo de se viver.

O vice-prefeito tem as atribuições naturais do cargo, mas você é um vice-prefeito atuante, sempre presente em seu gabinete, atendendo pessoas. Quais as principais demandas que aparecem?

As pessoas procuram o meu gabinete por diversas razões, não há uma demanda que se destaque. Pela lei, o vice-prefeito está na reserva, para substituir o prefeito sempre que necessário. Na prática, já há muito tempo, não só eu, como também alguns outros vice têm dado expediente em seus gabinetes e auxiliando o

prefeito no atendimento às pessoas. A agenda do gabinete do prefeito é sempre apertada embora necessariamente mais seletiva, e nem sempre é possível atender todas as pessoas. Assim, o gabinete do vice-prefeito funciona como a extensão do gabinete do prefeito.

Como está o relacionamento do vice-prefeito com o prefeito?

Tranquilo. Apesar de tentativas de criarem problemas de relacionamento, mas eu tenho consciência do meu lugar; e isso é muito importante na política e especialmente dentro de um governo. Quem se elegeu prefeito é que tem a responsabilidade maior na administração da cidade, a ele cabe decidir, dar a última palavra e conduzir os destinos da cidade. Eu disponho-me a auxiliar, se ele entender que precisa, estarei sempre pronto.

Considero uma grande “sacada” do prefeito, já no mandato anterior, ter contraído aquele vultoso empréstimo, parece que adivinhava até mesmo o aparecimento da pandemia, que complicou a economia no Brasil. Não fosse isso, não poderia realizar esse volume de obras que se vê em Itajaí, especialmente as obras de drenagem e abertura de vias públicas, minimizando os problemas de mobilidade urbana. Eu, mesmo, sendo itajaiense, tenho que reaprender a andar em Itajaí, tenho que pensar muito para saber qual rua tomar para encurtar distância. Qual a repercussão deste fato, como você vê a reação do povo?

Vejo com naturalidade, como transformações que podem até – num

primeiro momento – desagradar alguns, por incrível que possa parecer; mas, certamente é para o bem da comunidade como um todo, e certamente a grande maioria aplaude. O importante é a satisfação de quem integra um governo que realiza. Em que pese ser natural num primeiro momento haver um período de rejeições pontuais. É que nós temos a mania de estipular traçados e quando um desses traçados é alterado sempre provoca um desconforto natural, e até mesmo inevitáveis prejuízos – o que lamentamos – apesar de ser para melhor. Lembro quando em Balneário Camboriú a Av. do Estado foi restrita à mão única; houve grande revolta, especialmente de comerciantes; hoje, se quiserem retornar à mão dupla, não aceitarão.

No setor do turismo, Itajaí não deveria investir em equipamentos turísticos de lazer?

Eu não tenho dúvida. Deveríamos, sim, agregar à beleza natural disponível equipamentos turísticos como atrativos. O prefeito Volnei deseja fazer no molhe da Atalaia uma mega praça, dotada de inúmeros equipamentos, que poderia vir a ser uma das praças mais bem situadas e mais bonitas do mundo. De um lado vê-se navios e barcos de pesca adentrando ao porto ou saindo mar afora, e de outro lado apreciar jovens surfando nas ondas da Atalaia, o mar, o farol. Realmente há muito o que fazer em termos de atrativos turísticos em Itajaí.

Como vai indo a implantação do Centro de Inovação de Itajaí?

A obra deve ser concluída no prazo de uns

90 dias. Estamos já estudando como vai ser a implementação desse Centro Tecnológico que oportunizará aos nossos jovens desenvolverem projetos importantes para a cidade.

Está-se falando novamente sobre a construção de ponte ou de túnel ligando Itajaí a Navegantes. Em que fase se encontra esse projeto?

A ideia que deve prevalecer será mesmo a da construção de um túnel, devido às implicações da construção de ponte, considerando-se a passagem de navios. A área portuária está sendo ampliada, novos portos surgem ao longo do rio, no sentido da murta, e nenhum obstáculo deve limitar esse crescimento.

A pandemia ainda é assunto de pauta. O governo de Itajaí tem investido grande soma de recursos no combate ao CORONAVÍRUS. A solução, entretanto, será a vacinação da população, não é mesmo?

É, o problema realmente é o grande custo. Na verdade, chega a balançar o orçamento do município. A lei determina investimento de 25% em educação e 13% em saúde, mas para você ter uma ideia, estamos atingindo já 27% a 28% de investimento em saúde, passando do dobro do que a lei determina. E não há como parar.

Só em testes estamos investindo mais de um milhão de reais. Mas é preciso, e a saúde do itajaiense é que interessa. Felizmente, já passamos de 100 mil itajaienses vacinados. Possivelmente até setembro todos os itajaienses estarão vacinados.



Terminal Portuário de Itajaí/Navegantes

Foram adquiridos veículos para a guarda municipal...

Chegaram veículos, chegaram armas, e uniformes. A nossa guarda está sendo melhor equipada. Aliás, o prefeito Volnei pretende chamar mais 20 concursados para integrar a guarda municipal. Felizmente temos a satisfação de viver numa cidade tranquila, apesar de uma ou outra ocorrência.

cia. Mas, no geral, Itajaí é uma cidade bem cuidada e tranquila.

O espaço é para a sua mensagem aos leitores da Sopa

Nós estamos com várias demandas, a cidade está inclinada a continuar o seu crescimento, e se estabelecer como metrópole da região da AMFRI. Temos assuntos em pauta, perigosos,

como a decisão do governo federal de privatizar o porto – não só os berços, mas também a administração portuária – e isso para Itajaí não é bom.

Consideramos uma baita sacanagem; querem vender o nosso porto. Precisamos nos mobilizar com todas as forças para evitar isso que seria sem dúvidas um grande desastre.

Finalizando, é bom lembrar que o próximo ano será ano de eleição, e nós precisamos votar em candidatos de Itajaí, precisamos ter representantes na Assembleia Legislativa, na Câmara dos Deputados e no Senado.

Muito obrigado



Centro de Inovação Tecnológica de Itajaí

CONCURSO DE POESIA

Secretaria de Educação de Itajaí

Diretoria de Educação Integral e Ações educativas
Supervisão de Cultura e Travessura

Música e poesia foram os ingredientes no evento organizado pela Secretaria de Educação, através da Diretora de Educação Integral e Ações Educativas, Adriana Rocha, com auxílio de Ana Carolina Beling Victorino Pereira, supervisora de Cultura e Travessura, a assessoria de Izabela Fabiane Fistarol, e a impecável apresentação de Luciana de Souza Leão Fonseca.

Estavam presentes a Secretária de Educação Elisete Furtado Cardoso, o Vice-prefeito Marcelo Sodré, o Diretor Executivo, Julio da Silva, o poeta Hang Ferrero e o escritor Álvaro Castro, que participaram da avaliação dos poemas concorrentes, juntamente com Christiane Hillesheim, Luciana de S. Leão Fonseca e Nalba de Lima de Souza.

Nesta edição a Sopa de Siri publica os três primeiros poemas do livro **"Mar e Poesia"** que registra dez poemas escolhidos dentre os que participaram do concurso.





Os três primeiros poemas do livro **Mar e Poesia**

A nossa Itajaí

Lânia Leticia Farkas Cheloni
(CEI Anninha Linhares de Miranda)

Cidade pesqueira,
De povo simples e hospitaleiro,
De cantigas de roda e canções,
De amores e paixões,
Do Surf e de marés!
Tas tolo nego, tas? O que qués?

Do tiro esportivo à danças portuguesas
Das festas e regatas,
Onde damos boas risadas
Que nos alegamos com a marejada

Da cultura miscigenada,
Da religiosidade imaculada.
Oh Itajaí da arte esculpida e pintada,
Da música e poesia,
Da prosa amiga...
...daquelas dos paralelepípedos à vida!

Cidade pequena, mas grande nas oportunidades,
Transborda empregos
Translade esperança
E faz com o povo uma eterna aliança.

Parabéns, nossa bela Itajaí,
Aqui somos felizes.
Como é bom morarmos aqui.
Venham conhecer e se admirar com a nossa Itajaí.
SOPA DE SIRI | 09



Amor a Itajaí

Ricardo Bauer Constante
(CEDIN Lucy Canziani)

A terra de sol e mar
Cantada em verso e poesia,
Com sua forte economia
Continua a inspirar.
E de tanto impressionar
Com a devida permissão
Esse pedacinho de chão
Me faz prometer,
Que pelo tempo que viver
Itajaí irei amar.

Cidade de gente feliz
E de povo hospitaleiro,
Que recebe o país inteiro
Sem perder sua raiz.
Tem no mar sua força motriz,
Acolhendo com o coração,
Recebendo sem distinção,
Me fazendo assim supor,
Que pelo tempo que for,
Itajaí irei cuidar.

Praia de brancas areias
E de gente de alma pura,
Recebendo de tanta cultura
Do povo que lhe rodeia,
Vão tecendo toda essa teia
Que faz até um professor
Brincar de escritor
E nos versos escrever
Que pelo tempo que viver
Itajaí irei amar.



Bico do Papagaio

Maria de Fátima da Costa M. de Martino
(CEDIN DILZELENA Márcia Teixeira)

Oh, Papagaio silencioso!
Tens muitas histórias para contar!
Tenho tantas perguntas a fazer...
E nem sei por onde começar.
Diz-me o que vês,
Parado aí a observar?

A cidade que cresce apressadamente?
Paisagens que foram transformadas?
Contemplas o verde da Mata Atlântica?
O barulho das ondas agitadas?
Sentes saudade do silêncio
Das ruas menos movimentadas?

Diga para mim, grande ave,
Como vês a nossa cidade?
Itajaí continua bela,
Mesmo com a modernidade?

Bico do Papagaio, que ironia!
Vês tudo e nada falas.



TA' OLHANDO
O QUÊ, MANO?
AVIÃO?

NÃO.
O PREÇO
DO
COMBUSTÍVEL!!



O Coronavírus também tá te deixando em pânico?!

Não! É o dólar, a gasolina, o gás, a violência, os impostos...



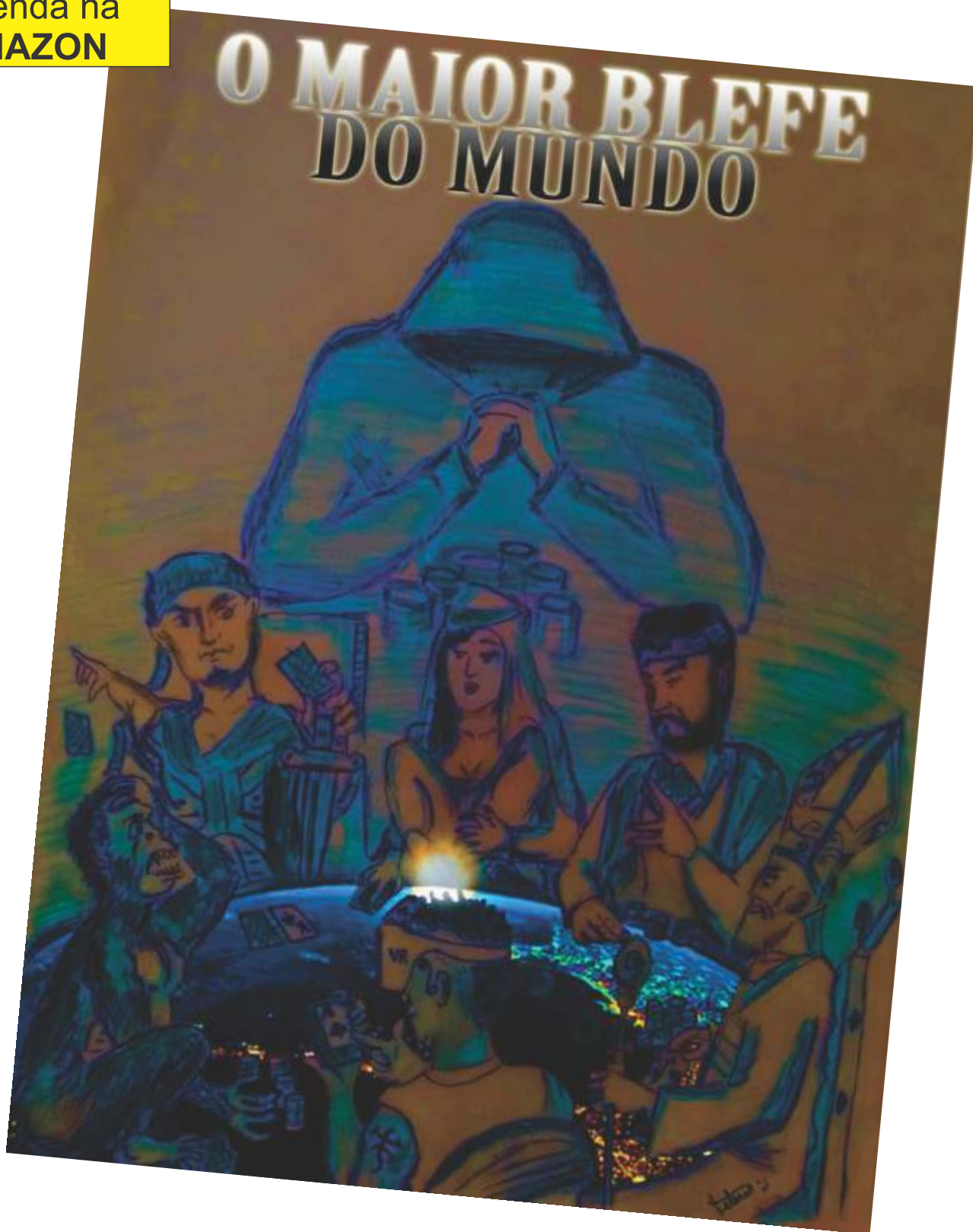
Artes Visuais

Lindinalva Deólla

Aquarelista itajaiense



À venda na
AMAZON



KIMAR
DESPACHANTE MARÍTIMO
ASSESSORIA JURÍDICA À PESCA
47 3344.4577 99610.5096
kimardespachante@hotmail.com
RUA JOINVILLE, 12 B | CENTRO | ITAJAÍ

**ASSINE
A SOPA**



SOLUÇÃO CONTÁBIL PARA SUA EMPRESA

AIC
ASSESSORIA & INTELIGÊNCIA CONTÁBIL

TERCEIRIZAÇÃO DO
DPTO. FINANCEIRO
PARA GANHO DE TEMPO E
DIMINUIÇÃO DE CUSTOS

RUA ALMIRANTE BARROSO, 129, SALA 01 | ITAJAÍ

47 3349-4057
99758-5639

FAMÍLIA de GERMANO CARLOS DUTRA

Germano Carlos Dutra, nasceu em Brusque, a 13 de outubro de 1960. É filho de José Gonçalves Dutra, ferroviário (Itajaí) e de Hilda Ristow Dutra (Brusque). José e Hilda tiveram 5 filhos: Rosana, Germano, Denise (falecida), Jader (falecido) e Luciana.



A infância

Em 1961, Germano tinha apenas seis meses de vida quando seus pais mudaram de Brusque para Itajaí, passando a residir no final da rua Uruguai. Germano estudou no Grupo Escolar Gaspar da Costa Moraes e no Colégio Nereu Ramos.



servir o Exército, na PE em Brasília. Ainda em 1982, demitiu-se da Rebesquini para trabalhar na empresa Antônio Bitencourt Materiais de Construção, onde trabalhou por 33 anos, até se aposentar - em 2015.



A esposa "Toninha"

Maria Antônia Nagel Dutra é filha do carpinteiro naval Adi Nagel (Tijucas) e Iracema Cordeiro Nagel (Santos SP). Adi e Iracema tiveram 11 filhos: Marília, José, Sandra (falecida), Vilfredo, Iracema, Maria Antônia, Humberto, Adi Jr., Fátima, Adilson e Sergio.

no lar ou em visitas a amigos e principalmente a familiares.

A Prole do casal

O casal teve dois filhos:

Regiane Nagel Dutra, solteira, formada em Ciências Contábeis pelo IFES; pós graduada em Controladoria, e em Gestão Estratégica de Negócios.

Germano Jr., solteiro, formado pela Faculdade de Letras-Libras (UFSC), e Cinema e Realização Audiovisual (UNISUL), com Mestrado em Estudos da Tradução (UFSC). Germano é artista, cineasta e comunicador digital.

A Sopa de Siri parabeniza a família



A vida caseira do casal



Germano e Maria Antônia não tiveram muitas atividades socialmente falando; viveram, por assim dizer, uma vida social pacata, sossegada. Germano não dançava e não gostava de viajar. Assim, fora do horário de trabalho passava o tempo



Dutra/Nagel, pela importante contribuição ao município de Itajaí.



O primeiro emprego

Em 1978, aos 18 anos de idade, foi admitido na Transportadora Rebesquini, como auxiliar de escritório, onde trabalhou até 1982. Logo no início, teve que se ausentar da empresa pelo período de um ano, para



O casamento

Nesse mesmo ano de 1982, Germano conheceu a jovem Maria Antônia Nagel, de quem se enamorou, vindo a casar em 05 de novembro de 1983.



Esportes

Academias de Ginástica



Academia para treino funcional

O treino funcional é uma tendência recente, que consiste em atividades que simulem tarefas do dia a dia, como pegar objetos, subir degraus, agachar, esticar etc. Esse tipo de treino reúne os benefícios da musculação e os exercícios são realizados com a orientação de um professor. Outra vantagem das academias voltadas para essa modalidade é a possibilidade de diversificação das aulas.

Academia para mulheres

As academias voltadas exclusivamente para mulheres surgiram nos Estados Unidos na década de 90, e chegaram ao Brasil como uma alternativa para as mulheres que fogem da musculação convencional. Esse tipo de academia oferece atividades específicas para o corpo feminino, com o enfoque sobretudo nos membros inferiores, e disponibiliza treinos rápidos, que mesclam exercícios aeróbicos e de hipertrofia.

Outra alternativa é que muitas mulheres se sentem mais à vontade em relação ao próprio corpo, já que não tem homens por

perto - nem como alunos nem como instrutores.

Academias para terceira idade

Outro segmento bastante procurado são as academias direcionadas para o público da terceira idade. Com atendimento individualizado, mescla fisioterapia e ortopedia, e os idosos desenvolvem atividades que visam o fortalecimento da musculatura (principalmente para evitar quedas e lesões), a tonificação óssea (prevenindo a osteo-



porose) e movimentos que simulam as ações do dia a dia. Todos esses benefícios ainda se aliam ao bem-estar proporcionado pelo convívio social.

Academia ao ar livre

Uma opção para quem busca a prática de atividade física, mas não gosta do ambiente fechado das salas de musculação ou estúdios. Com a possibilida

de de trabalhar a musculatura, garantindo o seu tônus, esse tipo de serviço proporciona satisfação física e mental a partir de movimentos que, na maioria das vezes, utilizam o peso do próprio corpo.

No entanto, é importante a presença de um profissional de educação física para garantir a segurança e a execução correta dos movimentos.

Academia especializada

Existem ainda as academias especializadas em uma ou mais modalidades, que oferecem aulas a um público restrito. São aquelas voltadas para dança, treino funcional, lutas, pilates, natação, Yoga, pole dance etc. Escolher a melhor academia afeta diretamente na motivação, nos resultados, na forma de lidar com a atividade física, e melhor custo-benefício.

Saúde Plena
Academia

3349-8596 | 9186-1605

RUA OTTO PRAUN, 66 - ESQ. COM RUA JOSE CÂNDIDO | ITAJAÍ

CURTA NOSSA PÁGINA

PARABÉNS

pra você

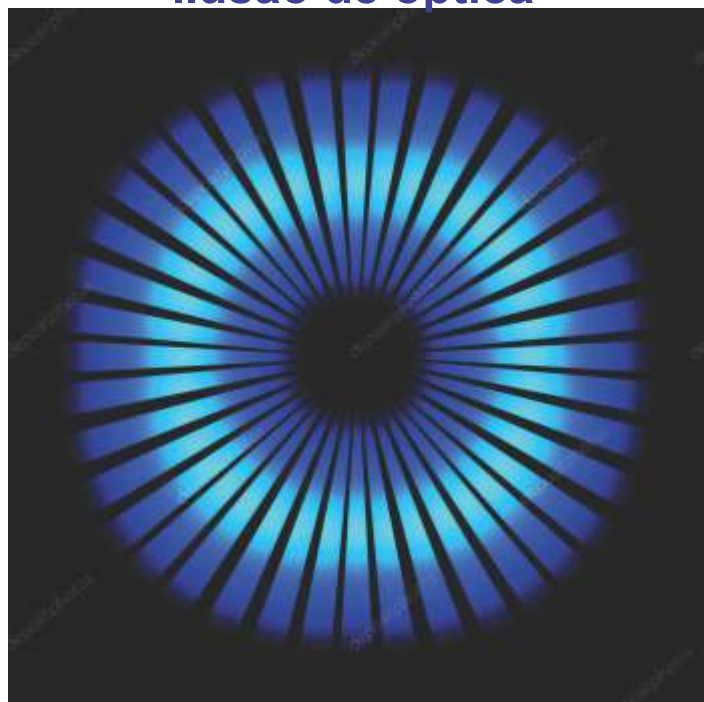
ASSINANTES DA SOPA

06.08 – Rosa de Lourdes Vieira e Silva
08.08 – Andronico Pereira Filho
13.08 – Hélio Floriano dos Santos
15.08 – Aroldo Alberto Rossi
20.08 – Jurandir de Souza Bernardes
26.08 – Marlene Dalva da Silva Rothbarth
27.08 – Horacina Couto Rocha



Nilson Weber - 29 08

Ilusão de óptica



Do livro PINDORAMA, p 137

CAPOEIRA

Nilson Weber

Em círculos,
Alternando-se,
Põem-se os componentes,
Gingando o corpo
Ao som do atabaque, do berimbau,
do palmejar uníssono
das mãos dos capoeiristas
se indo.

Vão gingando
os dançarinos semoventes,
em giros destramente,
se vão.

Sem deixar que seus corpos
se choquem,
se encontrem.

Seus ágeis
membros vão golpeando
o ar invisível,
seus agressivos movimentos
multiplicando-se
em derredor, enquanto
os outros cantam.

A capoeira
é celebração ao passado,
exaltação do presente,
é um canto forte
e afro, é um jogo, uma dança!

AS CRIANÇAS TAMBÉM TÊM O DIREITO DE RECLAMAR DAS SUAS NOTAS...



Quino



Fundada
em
17/09/1964

Associação dos Servidores Públicos Municipais de Itajaí

O nosso maior patrimônio é ter você como nosso associado

Rua Otto Hoier, 33 - Cidade Nova - 47 3341-4900 - ITAJAÍ SC

LUGARES INCRÍVEIS

Mar de Estrelas Maldivas



Um chão coberto por estrelas: é esta a impressão que se pode ter ao se deparar com uma das imagens mais intrigantes e bonitas das Maldivas, arquipélago recheado de paisagens paradisíacas no oceano Índico. O que acontece é que, por conta de uma espécie de fitoplâncton que fica na água, o mar brilha com uma luz cintilante que lembra as estrelas. O resultado é ter a impressão de que o céu desceu até o mar.

Deserto do Atacama



Localizado no norte do Chile, a apenas 50 quilômetros da fronteira com a Bolívia, é considerado o deserto mais árido e mais alto do mundo, 2.400 metros acima do nível do mar. A cidade-base para o turismo na região é a minúscula San Pedro do Atacama.

No deserto do Atacama onde já foi mar, hoje se encontram vales, lagos de sal e cachoeiras de águas termais e Gêiseres, uma nascente termal que constantemente joga água quente e vapor para o ar, uma das principais atrações turísticas da região.

Pamukkale



Um dos cartões postais mais conhecidos da Turquia, e Patrimônio Mundial da UNESCO, Pamukkale que em turco significa **Castelo de Algodão**, é um conjunto de piscinas termais de origem calcária. O lugar rende fotos únicas, fica 650 km ao sul de Istambul.

Niagara Falls



Impossível falar de lugares incríveis e não citar Niagara Falls, que já existe há mais de 12.000 anos e é um dos destinos mais conhecidos do mundo. A noite, o lugar é iluminado com luzes coloridas, o que torna a paisagem um verdadeiro espetáculo. Além da imponência das quedas de água, há várias atividades para os visitantes.

Música

CHIQUINHA GONZAGA

Em 17 de outubro de 1847, nascia Francisca **Edviges Neves Gonzaga**, mais conhecida como Chiquinha Gonzaga, pianista, compositora, instrumentista e

maestrina brasileira; a primeira pianista chorona, autora da primeira marcha carnavalesca com letra e também a primeira mulher a reger uma orquestra no Brasil.

Em janeiro de 1885, Chiquinha Gonzaga estreou no teatro com a opereta **“A Corte na Roça”**, representada no Teatro Príncipe Imperial, ocasião em que a imprensa se embaraçou ao tratá-la – não existia feminino para a palavra maestro.

Ao longo de sua carreira de regente, Chiquinha Gonzaga musicou dezenas de peças de teatro nos gêneros os mais variados. Em 1889, regeu, no Imperial Teatro São Pedro de Alcântara, um original concerto de violões, promovendo este instrumento ainda estigmatizado. Era a mesma audácia que movia a militante política, participante de todas as grandes causas sociais do seu tempo, denunciando assim o preconceito e o atraso social.

Na virada do século XIX para o XX, Chiquinha Gonzaga criou marchinha carnavalesca, compondo a música que a popularizaria, **“Ó Abre Alas”**.

O nome da compositora esteve também envolvido em escândalo, desta vez político, quando seu tango **“Corta-jaca”** foi executado no Palácio do Catete, em 1914.

Como autora de músicas de sucesso, sobretudo pela divulgação nos palcos populares do teatro musicado, Chiquinha Gonzaga sofreu exploração abusiva de seu trabalho, o que fez com que tomasse a iniciativa de fundar, em 1917, a primeira sociedade protetora e arrecadadora de direitos autorais do país, a

Sociedade Brasileira de Autores Teatrais - SBAT.

A necessidade de adaptar o som do piano ao gosto popular rendeu o reconhecimento como primeira compositora popular do Brasil. O sucesso começou em 1877, com a pouca **“Atraente”**, seguida das composições **“Sultana”** (1878) e **“Camila”** (1879), época, em que Chiquinha segue seus estudos musicais com Artur Napoleão.

Em 1886, faz reuniões de violonistas em bairros cariocas para valorizar este instrumento, considerado pela burguesia como símbolo da malandragem. Assim, compõe o choro **“Sabiá na Mata”** para o concerto de 100 violões, no então Teatro São Pedro.

Em 1899, compôs **Ó Abre Alas**, para embalar o desfile do cordão Rosa de Ouro, do bairro Andaraí no Rio de Janeiro.

Para alcançar o respeito que conseguiu, a regente passou por um árduo caminho, marcado pelo ambiente desfavorável do fim do século 19 e início do século 20, em que a presença feminina se resumia às tarefas domésticas.

Em 1885, Chiquinha estreou no teatro com **“A corte na roça”**, dando origem a um termo que ainda não existia no feminino: **MAESTRINA**.

As condições no cenário da música de concerto se tornaram mais favoráveis às mulheres depois de ícones como Chiquinha Gonzaga.





VISAGISTA
ESTÉTICA
& SALÃO

47 99643-9153

@adrivilain 



VAMOS ESCREVER SOBRE SEXO BABY

Berenice Dunbar

Romancista, tradutora e colunista.
www.Amazon.com

Sexo vende livros tanto quanto vende qualquer outra coisa. O livro **Cinquenta Tons de Cinza** de 2011 gerou uma série de outros livros de sucesso de bilheteria e três adaptações cinematográficas extremamente populares. Dez anos depois, apenas o título evoca pensamentos de avanços generosos que fariam até um purê de escritores se eles prestassem atenção e escrevessem mais sobre o tema.



O sexo é essencial para muitas narrativas, e não apenas para aquelas que podemos considerar românticas ou eróticas. O sexo representa não apenas uma série de respostas físicas e químicas aos estímulos, mas também para a intimidade ou a falta dela – é poder, é desejo.

Todas essas coisas são essenciais para a maioria das narrativas; tudo isso é provavelmente porque há mais sexo na literatura do que se pode imaginar. Entretanto, precisa-se falar mais sobre o assunto. As comédias sobre sexo são muito, engraçadas. Natureza do desejo.

Sexo é uma mina de ouro para a comédia. Para que surja a comédia, o sexo não precisa ser bom nem ruim; só tem que existir.

A boa comédia sexual nos permite rir de nós mesmos e proporcionar um senso de companheirismo para nossos momentos mais vulneráveis. Nada mal para tirar a tristeza.

A comédia tem poucas regras imutáveis, que pode ser difícil rir quando a escrita evoca trauma ou explosão. Na verdade, é provável que alguns escritores de hoje evitem escrever comicamente sobre sexo, em parte seja por causa da facilidade com que esse tipo de comédia pode trazer.

Muitas vezes é aqui que a melhor comédia sexual se encontra: no espaço onde queremos encontrar o que não conhecemos. A comédia sexual pode levantar nossos desejos e nossas fantasias.

The Author - Sindicato dos Autores do Reino Unido.
Nzelus. Londres, 2021.



Associação dos
Municípios da
Região da Foz
do Rio Itajaí



Informações: (47) 99915-1746 - imprensa@amfri.org.br

Palestra: Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais

A Associação dos Municípios da Região da Foz do Rio Itajaí, por meio do Colegiado de Procuradores Jurídicos e do Colegiado de Controladores Internos, promove palestra sobre a Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD) e seus Impactos no Setor Público, no dia 12 de agosto. O evento acontecerá no auditório da AMFRI, e as vagas são exclusivas aos procuradores municipais e controladores internos dos onze municípios da AMFRI.

Curso: Nova Lei de Licitações e Contratos

Servidores municipais da região da AMFRI participaram (20, 21 e 22.07), do Curso da nova Lei de Licitações e Contratos, que abordou o planejamento, a busca de informações, a análise dos dados levantados, os cuidados nas exigências técnicas e contratuais, fiscalização e gestão do contrato, transparência processual, celeridade e qualidade.

O evento, promovido pela Associação dos Municípios da Região da Foz do Rio Itajaí (AMFRI), por meio do Colegiado de Procuradores Jurídicos, teve o número de participantes limitado devido as regras sanitárias em virtude da atual pandemia.

Presidente da FECAM visita AMFRI

O presidente da Federação Catarinense de Municípios e prefeito de Araquari, Clenilton Pereira, esteve reunido com os prefeitos da Associação dos Municípios da Região da Foz do Rio Itajaí (16.07), com o objetivo de ouvir as demandas da região e trocar experiências.

Na ocasião foi solicitado o apoio para uma agenda com o Governador, para que sejam apresentadas as demandas da região, principalmente dos hospitais e do Projeto de Mobilidade Integrada da Foz do Rio Itajaí – PROMOBI/AMFRI”.

DITADOS POPULARES:

Depois da batalha aparecem os valentes.

Quem bate esquece, quem apanha não.

A palavra é prata, o silêncio é ouro.

Cada um sabe onde lhe aperta o sapato.

A afeição cega a razão.

Manda quem pode, obedece quem tem juízo.

Onde há fumaça, há fogo.

PALAVRAS E SEUS SIGNIFICADOS

Rijamente - Intenso, forte - Que não se quebra facilmente.

Aformosentar - Tornar ou tornar-se formoso.

Botelho - 1. Pequena medida antiga, menor que o celamim.
2. [Botânica] Planta aquática.

Rebojo - 1. [Brasil] Curva formada pela queda de cachoeiras.
2. Desvio ou redemoinho de vento

Afear - Tornar ou ficar feio.

Mareantes - Mareantes é o plural de mareante. O mesmo que: navegantes.

Mercaptano - Agente químico responsável pelo odor característico do Gás de Cozinha. Gás Liquefeito de Petróleo.

EPÔNIMOS

HARLEY DAVIDSON



William Harley e Arthur Davidson eram amigos, e em 1903 resolveram instalar um motor num quadro de bicicleta, com a intenção de se locomover mais rapidamente e mais comodamente nas subidas. Certamente não sabiam que acabavam de criar um dos meios de transportes mais utilizados do mundo e uma das marcas mais cobiçadas pelos amantes de motocicletas, a **Harley-Davidson**.

MEDIDAS:

Na civilização atual, os processos de medição são bastante complexos, a fim de satisfazerem às necessidades da ciência e da tecnologia. Em épocas remotas, o homem utilizou processos simples, suficientes para a sua técnica primitiva.

Mas, quando começou a medir? Começou provavelmente quando ainda nem falava, pois poderia medir ou comparar um peixe com outro, a saber, qual o maior ou o menor.

Também seria do seu conhecimento que uma certa quantidade de alimento saciava sua fome.

Obviamente, eram maneiras intuitivas de medir.

A partir do momento em que o homem passou a viver em grupos e à proporção que esses aglomerados cresciam, a necessidade de medir aumentava ainda mais. O modo como mediam as grandezas eram bastante simples: usavam partes do próprio corpo, como o comprimento do pé, a largura da mão ou a grossura do dedo, o palmo e a passada.

Légua

METROLOGIA - Medida de distância em vigor antes da adoção do sistema métrico, cujo valor varia de acordo com a época, país ou região; **no Brasil, vale aproximadamente 6.600 m.**

POR EXTENSÃO - Distância não especificada que se imagina grande ou muito grande. "Andamos léguas sem ver viva alma"

Milha

METROLOGIA - Antiga **medida itinerária terrestre**, variável segundo o país; no Brasil equivalia a 1.000 braças/2.200 m.

POR EXTENSÃO - Unidade de distância terrestre. Nos países de língua inglesa equivalente a 1.609 metros.

A origem da milha terrestre, sistema de medida ainda em uso na Inglaterra e Estados Unidos, teve como base o **mille passus**, uma unidade de comprimento utilizada pelo exército romano que correspondia a 1000 passos dados por um centurião, comandante de uma das milícias.

Milha náutica, ou milha marítima, é uma unidade de medida de comprimento ou distância, equivalente a 1 852 metros, utilizada quase exclusivamente em navegação marítima e aérea e na medição de distâncias marítimas. A milha náutica não integra o Sistema Internacional de Unidades (SI), e o seu uso é desencorajado quando em conjunto com grandezas expressas em unidades do SI.

HARLEY DAVIDSON



William S. Harley



ARTHUR DAVIDSON



o bafo de Baco



Everton Willian da Cunha
Historiador ■ Poeta

A SEITA

Os cabelos de Clementine rodopiavam com as lufadas de vento.

O conversível prata rasgava o tapete negro da rodovia. O sol inaugurou o dia preguiçosamente. Aquela quarta-feira ainda bocejava. O hálito da madrugada tinha um semblante melancólico. O motor de quatro cilindros do Porsch 550 rosna-va contra as luzes dos postes. Uma fina mortalha de orvalho cobria o capô daquela máquina possante.

Eles pareciam fugir de algo além da polícia.

Ambos carregavam uma longa ficha criminal além de um louco desejo de possuir um ao outro.

Ela sabia que o dia era um só, mas poderiam ser inúmeras manhãs dependendo das decisões tomadas.



- CHATICE!

- Shhh!

Clen vestia um suéter sem gola. Amarelo. Com o rosto do Morrison estampado. Dentro dele havia uma menina branca como um fantasma.

Clen era aquela espécie de garota que colecionava seus casos amorosos como troféus. Tinha na lembrança todos os homens com quem já havia dormido.

Ela havia saqueado corações ingênuos, pilhado riquezas de corações senis e assaltado o coração de dândis renomados. Sua promiscuidade foi confundida com feminismo pelas amigas e por provocação pelos pais.

Na vida errante dessa protagonista a única estabilidade circunstancial que se apresentava era que mesmo após anos de rompimento aquela menina ainda assombra as noites de muitos marmanjos barbados.

Usava meia calça arrastão com uma saia jeans surrada com pegada vintage. Sob o suéter era possível notar a gola puída de uma camisa branca encardida.

-QUE SACO!

- Shhh!

Ele ajustou o toca fitas em uma rádio local. Os alto-falantes gritavam Get Back, Like a Stone, Heart of Glass...

Clen pousou seu all star de cano alto sobre o painel do carro. Balançava os pés no ritmo das músicas. Seu corpo era um para-raios de olhares masculinos. Sua epiderme vertia erotismo.

Seus olhos eram de Bette Davis.

Continua...

Virgem

Virgem (23/8 – 22/9)



Um signo de Terra, ocupa a sexta casa do Zodíaco, é regido por Mercúrio e suas palavras-chave são organização e disciplina.

Colocar ordem onde há o caos é um dos talentos de Virgem, com capacidade para analisar, conferir detalhes, apontar falhas e fazer críticas, consegue tornar qualquer ambiente mais disciplinado e até produtivo.

Virgem está sempre pronto para servir, de desenvolver suas capacidades e usá-las para o seu próprio bem e para o dos outros também.

Na vida pessoal, pode não se aproximar com facilidade das pessoas, porque, no fundo, teme não agradar a todos. Aliás, a aguçada autocrítica de muitos virginianos é resultado da dificuldade que eles têm de aceitar a si mesmos.

De uma inteligência fora do comum e uma grande percepção do mundo, consegue compreender e analisar o que se passa à sua volta. É uma pessoa dedicada, que gosta de tudo bem feito e busca sempre os resultados eficazes.

O medo do fracasso é um dos maiores empecilhos na paixão dos nascidos em virgem. Se retrai e esconde as emoções para não correr o risco de sair perdendo.



LADO DIVERTIDO de CÂNCER



frase: "Já te disse que sou super democrata, mas porque você ainda não fez o que eu mandei?"

O que o virginiano espera de seu parceiro: Busca um relacionamento funcional onde predomine a ordem, a limpeza, e o bom senso, alguém que faça com que tudo corra como deve ser, sem sair da rotina, e sem grandes contratemplos.

Como irritar um virginiano: Choramingue, desarreme sua casa, atrapalhe sua programação. Como o virginiano reza antes de dormir: "Querido Deus, por favor faça do mundo um lugar melhor, e não o destrua como você fez da última vez."

Por que o virginiano atravessou a rua? Ele ainda não atravessou porque está medindo a largura da rua, a velocidade dos carros, se essa experiência é válida, qual seria a melhor hora de atravessar essa rua, etc.

Quantos virginianos são necessários para trocar uma lâmpada? Vamos ver: um para virar a lâmpada, um para anotar quando a lâmpada queimou e a data em que ela foi comprada, outro para decidir de quem foi a culpa da lâmpada ter sido queimada, dez para decidir remodelar a casa enquanto o resto troca a lâmpada...

farmavale

Farmácia de Manipulação

Rua Tijucas, 165
3348-2127

farmavale.com.br

farmavale@farmavale.com.br

NOTÍCIAS

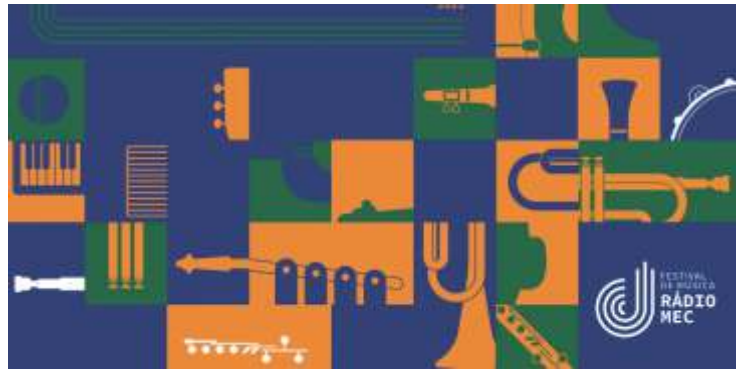
Professores do Conservatório de Música concorrem a Festival da Rádio MEC

Giovani Sagaz, professor de piano, e Ricardo Pauletti, professor de violão e coordenador pedagógico, ambos docentes do **Conservatório de Música Popular de Itajaí Carlinhos Niehues**, estão entre os semifinalistas do Festival de Música Rádio MEC.

Composições de autoria dos dois artistas de Itajaí estão entre as 200 canções classificadas para a semifinal, entre 2.094 músicas inscritas em quatro categorias, e que disputam, pelo voto popular, três vagas na final.

A votação termina às 23h59 do dia 23 de agosto.

Saiba mais sobre o Festival da Rádio MEC em radios.ebc.com.br/festivalradiomec



Balneário Piçarras sediou a 4ª etapa da Adventure Cup

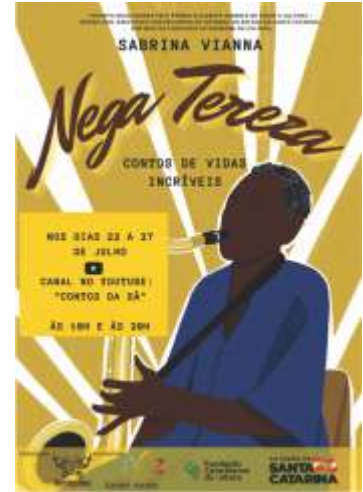
A 4ª etapa da **Adventure Cup**, um campeonato interestadual de Rally Baja, o maior regional da modalidade off-road no Brasil, realizada (24.07) teve abertura e premiação no Parque Terra Mar, na Barra Sul, e recebeu competidores de motos, quadris e UTVs.



Sabrina Vianna estreia “Nega Tereza, Contos de Vidas Incríveis”

Contação de histórias sobre a itajaense, musicista e autodidata Nega Tereza com reflexão sobre importantes personagens negros foi realizada (22 a 27.07), no Canal do YouTube “**Contos da Sá com Sabrina Vianna**”.

O Projeto, selecionado pelo **prêmio Elisabete Anderle de apoio à Cultura** – Edição 2020, foi executado com recursos do Governo do Estado por meio da Fundação Catarinense da Cultura.



Prefeitura de Penha comemora 306 anos de história

O município de Penha comemorou seus 306 anos de história e os 63 anos de emancipação, com o lançamento (19.07), da música “**Vai dar Penha**” do artista nacional, Ivo Meirelles. A live acústica, transmitida nas redes sociais da Prefeitura de Penha, homenageou às maravilhas naturais do município.



IAN Realiza a Delimitação dos Ninhos das Aves Trinta Réis no Gravatá



Numa ação com o Programa de Resgate e Proteção da Fauna Silvestre, o Instituto Ambiental de Navegantes, em parceria com o Corpo de Bombeiros Militar, Projeto de Monitoramento de Praia e UNIVALI, realizaram a delimitação dos ninhos das aves trintareis, espécies ameaçadas de extinção que fazem seus ninhos nesse período na Ilhota da Praia do Gravatá. O objetivo da ação é devido ao frequente acesso a ilha para pesca e outras atividades, onde os ninhos que ficam localizados diretamente no solo e rochas são danificados.

Um cadinho de *Curiosidades*

O Brasil tem seu espaço quando o assunto é diversidade dos seus atrativos.

Cajuzeiro – Rio Grande do Norte

A gigantesca planta ocupa cerca de 8,5 mil metros de extensão e cresceu mesmo além do normal.

Segundo cientistas, o cajuzeiro contém anomalias genéticas que fizeram com que seus galhos crescessem para baixo, atingindo o solo e se ramificando. A planta oferece aproximadamente 80 mil cajus por safra, o que dá mais de 2,5 toneladas da fruta, o equivalente a 70 cajuzeiros.



Cabedelo – Paraíba

Uma piscina natural na ilha de Areia Vermelha, em Cabedelo, na Paraíba, está entre as curiosidades do destino por ter o contorno do mapa do Brasil. Os buracos desenhados pelos arrecifes no mar, chamados de piscinas naturais, contam com água morna em tom de verde e peixes que não possuem receio de se aproximar dos visitantes.

Bauru – São Paulo

O lanche, que leva o nome da cidade, foi popularizado graças à fome de um bauruense que estudava na capital do estado. Casemiro Pinto Neto, conhecido como o Bauru, sugeriu a combinação dos ingredientes que atualmente compõem o sanduíche.

Outros frequentadores, admirados com o lanche, fizeram o mesmo pedido de Bauru, nascendo, assim, o novo sanduíche.

Vale da Ribeira – São Paulo

O sonho do desbravamento em busca de ouro deu início a lenda de Eldorado, uma cidade perdida em meio às matas e construída com ouro. Por mais que a tal cidade não tenha sido encontrada, ela se tornou o nome de muitos municípios, como o paulista, na Estância Turística de Eldorado, localizado no Vale da Ribeira. Com mais de 70% de área coberta por Mata Atlântica, o município oferece riquezas naturais, como a Caverna do Diabo, considerada uma das mais bonitas do mundo. São oito quilômetros de extensão

mapeados, sendo 600 metros com estrutura turística, que proporciona ao viajante desbravar a imensidão e beleza da natureza geológica.

senhoriais, como orelha e língua de porco, eram misturadas juntamente com feijão preto.

Segundo maior em



Rio de Janeiro já foi capital de Portugal

Durante o período colonial, mais precisamente no ano de 1763, o Rio de Janeiro foi capital de Portugal. Assim se tornando a primeira e única capital europeia fora do território europeu.

número de aeroportos do mundo

O Brasil é um dos maiores países do mundo, e por conta da sua extensão territorial a quantidade de aeroportos também é alta, por volta de 2.498 aeroportos, sendo o segundo maior número do mundo, perdendo apenas para os EUA.



Feijoada – prato nacional

Famosa no Brasil, e também fora, a feijoada é de origem negra, criada pelos escravos durante o período colonial. As carnes “desprezadas” pelas casas

Ilha das cobras

A Ilha da Queimada Grande, no litoral de São Paulo possui cerca de 5 cobras por metro quadrado. Devido a sua periculosidade a Marinha proibiu o desembarque no local.



Gastronomia

Canapés com Alcaparra e Nozes



Ingredientes

40 torradas de pão francês
1 xícara de chá de Maionese
1/2 xícara de chá de alcaparras picadas
1/2 xícara de chá de nozes picadas
4 colheres de sopa de alecrim fresco

Preparo

Misture a alcaparras, as nozes, a maionese e o alecrim. Passe em cada torrada e sirva decorada com nozes e alecrim.

Sagu com creme



Ingredientes

250g de sagu
1 e 1/2 litro de água
2 xícaras (chá) de vinho tinto suave
3 xícaras (chá) de açúcar
1 canela em pau

Crema

2 gemas peneiradas
1 e 1/2 xícara (chá) de açúcar
1 xícara (chá) de creme de leite
1 colher (chá) de essência de baunilha
1 colher (chá) de maisena
2 colheres (sopa) de água

Preparo

Deixe o sagu de molho na água por 30 minutos. Leve ao fogo para cozinhar, mexendo até as bolinhas ficarem transparentes. Acrescente o vinho, o açúcar, a canela e cozinhe por mais 15 minutos em fogo baixo. Deixe esfriar, distribua em taças e leve à geladeira. Para o creme, leve ao fogo as gemas, o açúcar, o creme de leite e a baunilha. Adicione a maisena dissolvida na água e mexa até engrossar. Deixe amornar e despeje sobre as taças.

Hot dog enrolado



Ingredientes

10 fatias de pão de forma sem casca
1 xícara (chá) de molho de tomate
10 fatias de queijo muçarela
10 salsichas aferventadas
Azeite de oliva para untar
Batata palha para decorar
Ketchup, mostarda e maionese a gosto para acompanhar

Preparo

Passe um rolo de massa sobre as fatias de pão para que fiquem uniformes e finas. Sobre cada fatia, espalhe molho de tomate, uma fatia de muçarela e uma salsicha. Enrole apertando suavemente. Coloque em uma fôrma untada, um ao lado do outro, e leve ao forno médio, preaquecido, por 10 minutos. Retire, coloque em uma travessa, decore com batata palha e sirva acompanhado de ketchup, mostarda e maionese.

Batata Recheada com creme de frango



Ingredientes

2 batatas inglesas grandes cozidas
500 g de filé de frango cozido e desfiado
1 lata de creme de leite
1 cebola média ralada
1 cenoura média ralada
2 colheres de sopa de milho em conserva
2 colheres de sopa de molho de tomate
1 colher de sopa de azeite
Sumo de 1 limão
Salsinha, sal e pimenta calabresa a gosto

Preparo

Misture o frango com a cebola, cenoura, o milho, o molho de tomate e o creme de leite. Acrescente o sal, a pimenta, o sumo de limão, e a salsinha.

Faça um corte na parte superior das batatas, retire um pouco da polpa e acrescente o creme de frango.



TRIBUNA
20 ANOS
Sopa
de Siri
LIVRE

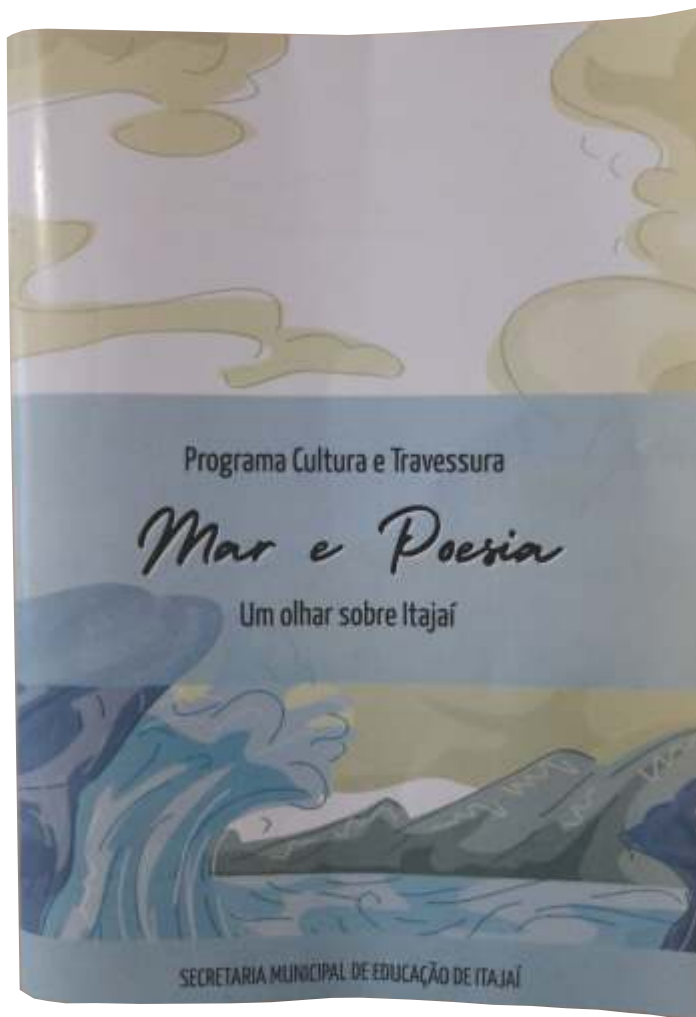
Concurso

Poesia à beira-mar

Em meio a tantas adversidades e comoção diante de uma situação caótica que todas as sociedades vivem atualmente com a pandemia, sensibilizar educadores a exporem suas palavras em forma de poesia foi um meio encontrado pelo **programa Cultura e Travessura** para acalantar esse momento de estafa mental. No mês de junho, lançamos o edital do Concurso **Poesia à Beira-Mar**, para que professores e demais profissionais da educação pudessem expressar em versos o que sentem pela cidade de Itajaí.

Foram tantos os temas abordados que foi difícil escolher as dez melhores. Belezas naturais, cultura, questões sociais, povo e

histórias do Município de Itajaí evidenciaram os mais belos textos



em forma de poemas.

Diante da premissa de que a poesia é um instrumento literário importantíssimo para desenvolver a

linguística o Concurso **Poesia à Beira-Mar** incentivou os professores

e educadores da Rede Municipal de Ensino de Itajaí a escreverem e expressarem seus sentimentos por meio do gênero

**SECRETARIA
DE
EDUCAÇÃO**



Programa Cultura e Travessura

Ana Carolina Beling Victorino Pereira

lírico. Tal incentivo também objetivou o aprimoramento e aperfeiçoamento da escrita assim como o incentivo à leitura.

Dentre os poemas inscritos os dez melhores formaram o livro "Mar e Poesia: um olhar sobre Itajaí" distribuído para as Unidades de Ensino para que todos possam apreciar os lindos versos.

Os três melhores poemas foram premiados em cerimônia singela e intimista ocorrida no dia 20 de julho, na Secretaria de Educação com a presença de Diretores, a Secretária da Educação Elisete Furtado Cardoso e o Vice-Prefeito de Itajaí Marcelo Sodré.



Ana Victorino Beling Pereira é Supervisora de Cultura e Travessura da Secretaria de Educação de Itajaí



*A Sopa no
Instagram
@sopadesiri*

**cultura,
arte,
entrevistas,
literatura,
humor,
ecologia,
música,
gastronomia
e muito mais...**



sopadesiri.com.br

ASSINE HOJE, ASSINE AGORA!