

veja São Paulo



CANAL ÚNICO PDF O JORNALEIRO
ACESSO: t.me/jornaiserevistas

**GUIA PRA
QUARENTENA
CRIATIVA**

FICA EM CASA, SP

CURSOS • DELIVERIES • LIVROS • FILMES
STREAMING • EXPOSIÇÕES VIRTUAIS • HIGIENE
ATIVIDADES COM AS CRIANÇAS • SÉRIES

Canal Único PDF O Jornaleiro



Cadê o Jornaleiro, gente?!

Acesse nosso Canal no Telegram:

t.me/jornaiserevistas ou [@jornaiserevistas](https://t.me/@jornaiserevistas)



VAI TER MUITO SOM NA PÁSCOA!

Ovinhos de chocolate
com recheio de avelã
+ Um speaker bluetooth!

DISPONÍVEL
EM **2** CORES

IMAGEM ILUSTRATIVA



CAPPRICHO

NAS LOJAS CACAU SHOW OU NO SITE
WWW.CACAUSHOW.COM.BR


CacauShow



CARTA AO LEITOR

Roteiro para tempos extraordinários

A temporada de emergência sanitária requer um roteiro especial — é a proposta desta edição da **Vejinha**, que você tem em mãos, no papel ou no celular.

Nosso time de repórteres e editores produziu uma rica programação para quem pode ficar em casa, naqueles horários em que você não estiver trabalhando em home office. Programas que podem ser desfrutados individualmente ou com a família, tanto a sanguínea quanto a afetiva, enquanto protegemos nossa saúde e a dos demais paulistanos.

Shows e peças foram cancelados, muitos cinemas estão fechados, então trazemos um vasto acervo do que você pode ouvir e ver na internet e nos serviços de streaming. Cansou das recomendações erradas que os algoritmos fazem e que tomam incontáveis minutos na Netflix? Aqui não temos robôs, verificamos tudo antes de recomendar.

Seus hábitos de bom gourmet, alimentados toda a semana pela **Vejinha**, estão sofrendo dentro de casa? Temos um listão de deliveries selecionados pelo melhor time de gastronomia da imprensa brasileira.

Já esgotou um arsenal de brincadeiras com as crianças? Tem conteúdo lúdico aqui para pequenos de diversas idades.

Hora também de pôr a leitura em dia com sugestões de livros. E de podcasts! Se você já ouviu os podcasts da **Vejinha**, o #JornadaDaCalma (de bem-estar e meditação), o #SPsonha (de soluções para as cidades, de urbanismo e arquitetura) e o #CozinhadoLorençato (em que nosso crítico conversa com os maiores chefs e restaurateurs), recomendamos outros também.

Se a ideia é aprender mais nessas horas em que você não vai estar no trânsito, temos ainda uma relação de bons

cursos para fazer on-line, muitos daqueles que você sempre procrastinou.

Sofrendo por causa da viagem postergada ou cancelada? Nossa seção de Exposições deixa de falar de museus e galerias, corretamente fechados pelas autoridades competentes, para recomendar passeios virtuais por algumas das maiores coleções do mundo.

A seção A Tal Felicidade, que encerra nossas edições, agora vem maior, para compensar o momento de maior stress, em que vivemos em uma bolha, desta vez imposta.

Assim como o compromisso da **Vejinha** com seus leitores é ajudar a explorar esse universo chamado São Paulo, tentamos fazer uma edição animada e otimista, que ocupe o tempo dos agitados paulistanos em casa, longe de aglomerações. Um pequeno retiro criativo e protegido para superarmos quanto antes esse desafio que é de todos.

Quando retornarmos à normalidade, nós da **Vejinha** voltaremos a recomendar muitas idas a restaurantes, barzinhos, teatros, cinemas, galerias, shows, pequenos comércios, baladas — setores que sofrerão muito com esta crise, que precisarão de apoio e frequência redobrados assim que reabrirem. Eles são o tempero e o ímã para a metrópole em que vivemos. Para defender o bom urbanismo, outra das missões da **Vejinha**, essas pequenas usinas de convívio urbano precisam se manter saudáveis e vibrantes.

RAUL JUSTE LORES
Redator-chefe



#SPNASALTURAS

Por Raul Juste Lores



Detalhes em ferro fundido no Santa Elisa, de 1928: unidades compactas em endereço aristocrático

AROUCHE NOBRE

O Largo do Arouche era um dos lugares mais elegantes do centro naqueles anos 1920. Tinha de loja de carros importados a um colégio público (raridade então reservada à elite). Foi ali que o engenheiro, arquiteto e incorporador Arnaldo Maia Lello projetou e construiu o Edifício Santa Elisa, em 1928. É um dos primeiros prédios art déco da cidade e dos mais belos. Escadas e portões de ferro fundido, mosaicos nos pisos e uma atenção aos detalhes

FOTOS RAUL JUSTE LORES



Pintura na fachada destoa do projeto original, com pó de mica; portão e mosaicos: capricho em imóvel na capital para elite do interior



(a fachada, porém, fugiu do original, era toda revestida de pó de mica e pó de pedra). Tem apartamentos de vários tamanhos, de 39 a 110 metros quadrados, e comércio no térreo. O art déco foi talvez o primeiro movimento realmente global de arquitetura (em uma prévia globalização), com seus geometrismos chegando a países africanos, a Xangai e a Tóquio. Anos depois, Maia Lello adotaria traços mais conservadores ao desenhar seus edifícios mais famosos, o trio São Thomaz, Santa Rita e Santa Virgília, na Avenida São Luiz com República, em 1944.

#SPSONHA

Por Raul Juste Lores

A RENOVACÃO QUE NÃO VEIO NO AROUCHE

FOTOS RAUL JUSTE LORES

Um Brecherét
escondido
no Arouche:
reforma, mas
sem zeladoria

Parece uma blitz improvisada para pegar os infratores da Lei Seca. Infelizmente, é o resultado da “revitalização” do Arouche prometida em 2017: as balizas pintadas de preto e amarelo, recém-instaladas, já estão tortas, caindo ou até balançam com o vento. Uma das praças mais bonitas e históricas do centro, que certamente melhoraria muito apenas com um pouco mais de zeladoria, recebeu reforma com escassa atenção aos detalhes. O piso foi concretado por todos os lados (as enchentes não foram suficientes para educar a própria prefeitura sobre a necessidade de pisos mais permeáveis). Os novos bancos, sem encosto, parecem saídos de algum balneário decadente dos anos 1970. A administra-

ção municipal fez um concurso para escolher novo mobiliário urbano em 2016, mas nenhuma das peças vencedoras foi utilizada ainda. O ponto considerado mais crítico do Arouche, as sofridas bancas de flores, não receberam um centavo da tal reforma. Além de maltratadas, elas são totalmente fechadas para o próprio largo. Infelizmente, as costas das bancas viraram mictório há tempos (a promessa de banheiros públicos por ali tampouco saiu). O projeto apresentado em 2017 pelo escritório de arquitetura franco-brasileiro Triptyque ao então prefeito João Doria, artífice da prometida renovação, previa que as bancas seriam abertas para os dois lados, levando vida àquele canto.



Balizas tortas e caindo pré-inauguração (no alto); os fundos das bancas de flores viraram mictórios, mas não foram contemplados; bancos premiados em concurso foram preteridos por este acima...

A proposta, a bem da verdade, já contava com premissas equivocadas desde o início. Doria falou em criar um “bulevar francês”, como se a presença das bancas de flores e do restaurante La Casserole fosse suficiente para evocar o Marais. O projeto inicialmente foi orçado em 6 milhões de reais, dos quais só foram arrecadados 2,5 milhões, principalmente com doações de multinacionais francesas. Dinheiro mais que suficiente para resultado tão modesto.

A prefeitura tem bastante experiência em pagar por serviços com acabamento chinfrim. A falha é suprapartidária. A gestão Fernando Haddad entregou o “novo” calçadão da Rua Sete de Abril, com 3120 metros quadrados em apenas dois quarteirões, já com buracos, desníveis

e infiltrações na própria inauguração, no fim de 2016 — ao custo de 2,1 milhões de reais (2,8 milhões em valores corrigidos). Antes dele, entre 2006 e 2007, o prefeito Gilberto Kassab também fez uma reforma nas calçadas dos 3 quilômetros da Rua Augusta. Os 16 000 metros quadrados de calçadas reformados custaram 2,2 milhões de reais (4,9 milhões hoje), mas estrearam na passarela com placas descoladas, níveis irregulares e afundamentos, como também noticiou a imprensa à época. As desculpas vão da falta de experiência dos fornecedores à mão de obra sem treinamento. Mas esse histórico recente causa mais temor quando se aguarda o resultado da reforma dos 40 000 metros quadrados do Vale do Anhangabaú do governo Bruno Covas.

Milton
Sayegh



Transforme
suas joias em
dinheiro

70 anos de tradição

Atendemos com
hora marcada



Rua Oscar Freire, 213 - SP
11 3062.2999 ☎11 98511.6012

miltonsayegh.com.br

estacionamento
e segurança no local

EDITORA  Abril
Fundada em 1950

VICTOR CIVITA
(1907-1990)

ROBERTO CIVITA
(1936-2013)

Publisher: Fabio Carvalho

Redator-Chefe: Raul Juste Lores

veja São Paulo

Circula semanalmente com a revista VEJA, na Grande São Paulo, Litoral e nas cidades até 100 km da capital

Editor Sênior: Arnaldo Lorencato **Editores:** Alessandra Balles, Helena Galante, Mônica Santos, Pedro Henrique De Carvalho, Tatiane Rosset **Repórteres:** Ana Carolina Soares, Gabrielli Menezes, Guilherme Queiroz Silva, Humberto Abdo De Lima, Juliene Moretti, Miguel Barbieri Jr., Saulo Yassuda, Sérgio Quintella, Tatiane de Assis
Designers: Jullana Pedrosa, Marcelo Cutti, Rafael Fujiwara

www.vejasapaulo.com.br

PUBLICIDADE E PROJETOS ESPECIAIS Marcos Garcia Leal (Diretor de Publicidade), Daniela Serafim (Financeiro, Mobilidade, Tecnologia, Telecom, Saúde e Serviços), Renato Mascarenhas (Alimentos, Bebidas, Beleza, Higiene, Moda, Imobiliário, Decoração, Turismo, Varejo, Educação, Mídia & Entretenimento), Willian Hagopian (Regionais) **DIRETORIA DE MERCADO** Carlos Nogueira **BRANDED CONTENT, CRIAÇÃO, MARKETING MARCAS, EVENTOS E VÍDEO** Andrea Abelleira **PRODUTOS E PLATAFORMAS** Guilherme Valente **DEDOC E ABRILPRESS** Alessandra Collado

REDAÇÃO E CORRESPONDÊNCIA: Avenida Otaviano Alves de Lima, 4400, 5º andar, Freguesia do Ó, São Paulo/SP, CEP: 02909-900. **PUBLICIDADE SÃO PAULO E INFORMAÇÕES SOBRE REPRESENTANTES DE PUBLICIDADE NO BRASIL E NO EXTERIOR:** www.publiabril.com.br

VEJA SÃO PAULO 1902 (ISSN 2675-0546) ano 37/nº 13. VEJA SÃO PAULO é uma publicação semanal da Editora Abril, e circula na Grande São Paulo, Litoral e nas cidades até 100 km da capital. **EDIÇÕES ANTERIORES:** Venda exclusiva em bancas, pelo preço da última edição em banca mais despesa de remessa. Solicite seu exemplar na banca mais próxima de você. Distribuída em todo o país pela Dinap S.A., Distribuidora Nacional de Publicações, São Paulo. **VEJA SÃO PAULO** não admite publicidade redacional.

LICENCIAMENTO DE CONTEÚDO: para adquirir os direitos de reprodução de textos e imagens de Veja São Paulo acesse: www.abrilstock.com.br

Serviço ao Assinante: Grande São Paulo: (11) 5087-2112 Demais localidades: 0800-775-2112 www.abrilsac.com
Para assinar: Grande São Paulo: (11) 3347-2121 Demais localidades: 0800-775-2828 www.assineabril.com.br

IMPRESSA NA GRÁFICA ABRIL Av. Otaviano Alves de Lima, 4400, Freguesia do Ó, CEP 02909-900, São Paulo, SP



GRUPO  Abril

www.grupoabril.com.br

DÉCOR ARTE PAISAGISMO DESIGN ARQUITETURA



BOOK COLLECTION CASACOR

BRASIL • ESTADOS UNIDOS • PERU • BOLÍVIA • PARAGUAI

10ª edição do livro • 398 páginas de pura inspiração
70 nomes selecionados entre 800 projetos • 19 eventos de 2019

Disponível em: casacor.com.br



TERRAÇO PAULISTANO

Ana Carolina Soares

O recomeço do sobrevivente

Aos 7 anos, o ex-goleiro **Jakson Follmann**, 28, virou celebridade em Alecrim, sua cidade natal, no Rio Grande do Sul, ao vencer um concurso infantil de cantores mirins por lá. A paixão antiga ressurgiu após a tragédia — ele é um dos seis sobreviventes da queda do voo que matou quase todo o time da Chapecoense e outros passageiros, num total de 71 mortos, em novembro de 2016. Por causa do acidente, perdeu parte da perna direita e sofreu treze fraturas. “No hospital e na fisioterapia, cantar me ajudava a levantar o astral.” O ex-atleta buscava um novo rumo. Após soltar a voz no programa de Fátima Bernardes, na Rede Globo, foi convidado para participar do *Popstar*, reality show musical na mesma emissora. Na final, que ocorreu em dezembro passado, arrebatou o troféu de campeão. Follmann então montou o espe-

táculo *Prosa e Viola*, que tinha pré-estreia marcada para abril. Por causa do coronavírus, agora ficará em cartaz entre agosto e dezembro no Teatro Opus, no Shopping VillaLobos. No espetáculo, ele canta músicas que o inspiraram, como *Tente Outra Vez*, de Raul Seixas. Haverá também quatro inéditas, que serão lançadas em um EP no primeiro semestre. Quanto à prosa, o ex-goleiro falará sobre sua recuperação. “Sou a prova viva de que podemos levar uma vida sem limitações.” No figurino, estuda deixar à mostra sua prótese. “Sempre gostei de bermuda. Por que me esconder?” A comparação com Roberto Carlos, cantor que também perdeu a perna direita, torna-se inevitável. Sobre isso, o ex-goleiro responde: “Respeito a decisão dele, mas o Rei ajudaria muita gente caso conseguisse se expor”.



ANDERSON CORREA



JENNIE SCOTT

TEMPOS DE VÍRUS

Gravado há dois anos, o episódio *Praxeus*, de *Doctor Who* (série em cartaz desde 1963 na britânica BBC e transmitida no Brasil pela GloboPlay), narra as dificuldades no combate de um vírus mortal, sem cura, que se espalha rapidamente pela humanidade. O capítulo entrou no streaming por aqui na sexta-feira (6) e repercutiu nas redes sociais devido às óbvias semelhanças com o novo coronavírus. Além disso, teve uma brasileira no elenco, a paulistana **Gabriela Toloï**, 24, que mora em Londres há três anos. Apesar da pandemia, a atriz diz que segue tranquila. “Meus amigos e eu brincamos de tossir no metrô, só para ver a reação das pessoas”, conta. Em tempo: seu próximo trabalho será uma peça na capital inglesa sobre uma sociedade distópica.



DIVULGAÇÃO



Grafite Faria Lima

A partir de sábado (21), oito paredes de prédios na Avenida Brigadeiro Faria Lima serão pintadas por mais de trinta artistas renomados do grafite, entre eles a dupla espanhola PichiAvo, a mexicana Paola Delfin e o paulista Arlin Graff. Trata-se do festival Nalata, promovido por **Juliano Libman**, 28, e **Luiz Restiffe**, 29, da agência de eventos InHaus, com curadoria de **Luan Cardoso**, 33. A turma também vai revitalizar duas escolas públicas da região. Por causa do coronavírus, as atividades coletivas (todas gratuitas) deverão ser realizadas apenas em 7 de setembro. Haverá workshops em um contêiner no Largo da Batata e a exibição de um documentário sobre a arte no Shopping Iguatemi. “As pessoas ficarão um tempo em casa e, quando voltarem às ruas, verão os grafites. Será emocionante”, diz Libman.



Libman, Cardoso e Restiffe: arte entre o Largo da Batata e o Parque do Povo

Show com meditação

Imagine um musical humorístico começar com uma meditação. A proposta é de **Murilo Gun**, 36. Ao lado do grupo musical Reverb, o humorista apresenta o espetáculo *Metamorfose*, que, por causa da pandemia, foi adiado para 14 e 21 de julho no Teatro Shopping Frei Caneca. “Agora, mais do que nunca, precisamos acreditar que todos somos um”, diz Gun. No palco, eles misturam humor, palestra motivacional e canções autorais da banda, autointituladas MPP, sigla de música popular para pensar. Como exemplo, dá um trecho de *A Maldição de Ser Feliz*: “Debaixo da maquiagem, eu sei que existe um palhaço / Que vai entender que o fracasso é não assumir o seu nariz”.



REPRODUÇÃO ACERVO PESSOAL/ ANA CAROLINA SOARES

DÍVIDAS DE UMA SEPARAÇÃO

A dona de casa **Valéria Srur**, 54, e **Luiz Alberto Srur**, 66, dono de 27 empresas (entre elas, o shopping SP Market), viveram quase quinze anos em clima de lua de mel, como mostra a foto acima, no Taj Mahal, na Índia. Mas o amor virou ódio no fim de 2017, quando Valéria decidiu se separar. “Primeiro, na festa de aniversário da minha filha, meu ex paquerou as amigas dela. Depois, descobri que tinha amantes”, lembra. Segundo a dona de casa, após o pedido de divórcio, o empresário começou a fazer ameaças. “Disse que eu era a mulher de sua vida e que, se não fôssemos juntos, iria me deixar sem nenhum centavo e acabar comigo.” Valéria conta que cursou direito, mas parou de trabalhar aos 20 anos, ao se casar com o primeiro marido, um advogado com quem teve duas meninas. Em 2003, um ano após o término desse relacionamento, conheceu Srur. “Ele nunca me deixou ter um emprego porque queria que eu o acompanhasse nas viagens.”

O divórcio litigioso se arrasta há mais de dois anos. Em 2019, ela perdeu a pensão de 50 000 reais (diz que seus custos são de 100 000 reais mensais). No mês passado, Valéria começou a receber cobranças com dívidas de impostos que somam cerca de 1,8 milhão de reais. “Meu ex fazia doações para minha conta, afirmando que era uma forma de não me deixar desprotegida caso algo ocorresse. O contador dele cuidava das nossas finanças e nunca me falou em pagamentos. Era cilada.” Srur disse, por meio de seu advogado, que não vai se pronunciar. “Não posso falar sobre esse caso, mas quem recebe a doação é que recolhe os tributos”, diz Dilermando Cigagna Jr, que defende o empresário.



FENÔMENO MISTERIOSO

Como o cantor Jão e seus dois amigos de faculdade conseguiram emplacar sucessos, shows esgotados e faturamento anual de 2 milhões de reais no mercado da música **Juliane Moretti**

As letras carregadas de angústia, inadequações sociais e emocionais e muitos corações partidos poderiam flertar com as sofrências sertanejas. Mas, embaladas em batidas mais introspectivas, fizeram do cantor Jão, de 25 anos, um fenômeno pop. À primeira vista, a pegada melancólica combinaria com shows em pequenas casas, com o público em silêncio e sentado. Porém, o rapaz vai na contramão e faz da turnê *Anti-Herói* um showzaço mais completo, que leva a plateia ao delírio. “Desde o início, a gente sabia que eu precisava de uma base de fãs consolidada, por isso um show bonito e bem cuidado é essencial”, diz Jão (apelido de João Vitor Romania Balbino). As

músicas também fazem a conexão. “É um vômito de coisas ali, de tudo que está entalado, o que eu sinto. Pode soar triste, mas quem ouve e se identifica sabe que não está sozinho”, explica. Diretor artístico do cantor, Pedro Tófani conta que o atual espetáculo foi colocado de pé em menos de um mês. “A gente se inspirou nas turnês de artistas estrangeiros que têm uma temporada com um fim marcado”, explica Tófani. Uma grande cabeça inflável iluminada de 6,5 metros de altura foi uma conquista no cenário, e há também um formato reduzido da montagem, para palcos menores.

Para além dos cuidados técnicos, o que mais chama atenção no espetáculo é a plateia, que tem compareci-



Jão, nascido na pequena Américo Brasiliense: lançamentos sem padrinhos

ROGERIO PALLATTA IRIS ALVES



Apresentação no Tom Brasil: mais de 4 000 pessoas na plateia

do em peso, esgotando os ingressos. Durante a performance, o público grita a todo pulmão as composições mais dramáticas. A comoção impressionou até veteranos da cena musical como o produtor DJ Zé Pedro, que foi a um dos shows com mais de 4 000 pessoas no Tom Brasil, no início do ano. Foi a segunda vez que Jão ocupou o mesmo espaço com entradas evaporadas em menos de quatro meses (recentemente, Jorge Aragão esteve lá e não alcançou o mesmo feito). “É um fenômeno misterioso: ele consegue movimentar muita gente, sem padrinho musical, sem um grande aporte de gravadora, sem conchavo”, diz Zé Pedro. “É a voz da geração dele, que vive conectada e que, quando não está, se sente sozinha. É um Cazusa ou Renato Russo atual”, declara o produtor. Só desta turnê, dos 24 shows realizados, dezessete estavam esgotados. Seu cachê na capital paulista é avaliado em 90 000 reais.

O sucesso não foi conquistado sozinho. Além de Tófani, responsável pela direção artística, outro amigo da faculdade completa a equipe. É Renan Augusto, que cuida da comunicação e negociações de apresentações

e parcerias. Juntos, os três formam a empresa U.F.O, que no ano passado teve faturamento superior a 2 milhões de reais. A história começou em 2016, tempos depois que os dois amigos descobriram acidentalmente que Jão não só cantava, como também compunha. Natural de Américo Brasiliense, interior de São Paulo, o artista se apresentava na escola, mas reprimiu a vontade de ser cantor quando mudou para a capital para cursar publicidade na USP. “Estava em um estágio e não aguentei vinte dias, pedi demissão e riram da minha cara quando falei o porquê”, lembra o artista. Foi então que convocou a dupla de amigos para ajudar. “Eu sempre quis trabalhar com entretenimento e sabia que ele tinha potencial”, diz Augusto, que na época fazia estágio na área de comunicação de um canal de TV por assinatura.

Traçaram os planos: fazer o nome dele aparecer, gravar videoclipes e, principalmente, caprichar nas produções dos shows. “A gente sabia que a parte artística, que é a produção do Jão, estava garantida”, conta Tófani que trabalhava em criação em uma agência de publicidade. Do apartamento de Jão, na Con-



CANAL ÚNICO PDF O JORNALEIRO
ACE/SE: t.me/jornaiserevistas

solação, saíram os primeiros vídeos, na maioria covers de músicas já conhecidas do público, como *Bang*, de Anitta, seu maior sucesso dessa empreitada. As composições próprias ganharam espaço meses depois, com o primeiro single, *Ressaca*, de 2017. Um tanto mais encorpado, *Imaturo*, foi gravado nas dependências da Cidade Universitária, com a desculpa de ser projeto de conclusão de curso. “Marcamos também uma série de shows, mesmo não tendo muito repertório”, diz Augusto. Cada um assumia uma das tarefas. João fazia a parte do som, Tófani a iluminação e Augusto, a divulgação e as funções de DJ. Eles ainda descolavam elementos como fumaça e LEDs. “A entrada tinha de vir com impacto, mesmo se a porta para o palco fosse a do banheiro”, lembra Tófani. “Uma vez, eu entrei com o microfone na mão, achando que iam aplaudir e nem notaram a minha presença”, diverte-se João. Foi a primeira lição do tal jogo de cintura no palco, garante o cantor.

A consolidação veio no ano passado, com a sequência de apresentações e o lançamento desta última turnê. Surgiram também pedidos de outros artistas para que fizessem a produção, a exemplo das revelações Pedro Sampaio, Giulia Be e, mais recentemente, Gustavo Mioto. Entre os novos projetos, conseguiram montar o Bloco dos Corações Partidos, na Audio, para o pós-Carnaval, que pode virar um bloco de rua em 2021. Eles estavam trabalhando em um novo espetáculo que seria apresentado no Lollapalooza, antes de o festival ser adiado em razão da pandemia de coronavírus.

Agora, o desafio vem do excesso de trabalho. O trio admite ser controlador e ter dificuldades de aproveitar o lado bom das produções bem realizadas. “Ficávamos até tímidos de comemorar vitórias, porque sempre pensamos no futuro”, diz Augusto. Foi só no ano passado que passaram a mudar alguns comportamentos, como se permitir dias de descanso e horários restritos para falar da empresa. “Eu precisava disso”, afirma João. “Senão vou escrever sobre o quê? A reunião que tive com o marketing?” ■



ROGERIO PALLATTA

Tófani (em pé) e Augusto nos bastidores da produção; abaixo, a montagem do palco: cenário grandioso que incluiu cabeça inflável iluminada de 6,5 metros de altura



IRIS ALVES

É conversando que a gente entende o mundo.

Sabe aquelas conversas gostosas que você não quer que acabem nunca?

O Podcast **Senta Lá, CLAUDIA** é assim! Em cada episódio, nossas jornalistas recebem convidados e especialistas para deliciosos bate-papos sobre o que é assunto, no momento, entre as mulheres.



CLAUDIA

Ouçá quando quiser, em qualquer lugar.

Disponível no Spotify, YouTube e em claudia.abril.com.br. Ou aponte a câmera do seu celular para o código ao lado.



FAÇA CHUVA OU FAÇA SOL

Enquanto se prepara para alugar guarda-chuva em Nova York e expandir a operação na capital, a paulistana Rentbrella está de olho nas praias brasileiras **Sérgio Quintella**

Dois anos depois de iniciar o serviço de aluguel de guarda-chuva compartilhado, a Rentbrella, startup criada pelos paulistanos Nathan Janovich, 29, e Freddy Marcos, 28, traçou como meta para 2020 expandir os horizontes. Enquanto trabalha na confecção de máquinas menores, para atuar em mais endereços na cidade, a dupla das sombrinhas compartilhadas prepara as malas para começar a operar em Nova York. Graças a um caixa reforçado com 7 milhões de reais, captados em rodadas de investimentos no ano passado (em 2018 foram outros 5 milhões de reais), a empresa pretende desembarcar nos Estados Unidos, em agosto deste ano, com 300 estações de locações. “A operação será nos mesmos moldes da nossa em São Paulo, em parceria com patrocinadores”, explica Janovich.

O modelo de negócios com a estampa de marcas na tela dos guarda-chuvas começou a vigorar por aqui em outubro do ano passado. Desde então, após um acordo com a operadora de planos de saúde Unimed, em vez de cobrar 1 real para cada hora de aluguel, como era feito, a Rentbrella passou a franquear o pagamento das primeiras 24 horas. Depois, tanto no segundo quanto no terceiro dia, são cobrados 2 reais. A partir do quarto período, o cliente paga 34 reais e pode ficar com o guarda-chuva, que é fabricado na China. “Noventa e oito por cento dos nossos clientes devolvem dentro do prazo gratuito”, afirma Freddy Marcos, o outro sócio da empresa. No dia em que a cidade parou por



Janovich e Marcos: de olho no céu e no sol



causa de um forte temporal, numa segunda-feira de fevereiro, a companhia estendeu o prazo de gratuidade e concedeu mais um dia para o usuário ficar com o objeto, como já ocorre nos fins de semana.

A parceria com a Unimed espalhou 35 000 sombrinhas verdes que ficam presas em 350 máquinas distribuídas pelo circuito Faria Lima-Berrini-Paulista-Vila Olímpia. Fora dali, há outros cinquenta acordos com empresas, shoppings e condomínios. O aluguel à parte de uma máquina com espaço para 100 guarda-chuvas custa cerca de 1 000 reais por mês. A meta é aumentar a oferta para 60 000 na capital e chegar a 600 máquinas até o fim do ano. Atualmente existem 200 000 pessoas cadastradas, número que cresce a cada temporal. Fabricados em São Carlos, no interior, os equipamentos comportam até 347 unidades, mas a ideia é lançar estações menores, para vinte guarda-chuvas, e levar o negócio para restaurantes, bares, cafés e livrarias.

Enquanto se movimenta de olho no céu de São Paulo e dos Estados Unidos, a Rentbrella trabalha para migrar para outros segmentos, como o de guarda-sol. Atualmente, negocia com uma marca de cerveja, que bancaria a operação em praias do Nordeste, no inverno, e no Sudeste, a partir do próximo verão. “Não somos apenas uma empresa de guarda-chuva, mas de compartilhamento de tecnologia”, afirma Janovich, que tentou fechar uma parceria com a nova administradora do Estádio do Pacaembu, mas a ideia esbarrou na proibição da Polícia Militar. Que tal pensar em capa de chuva? ■



507

leitos de UTI
existem na rede
pública municipal
de São Paulo

490

novos postos de UTI
exclusivos para coronavírus
serão abertos pela prefeitura
nos próximos dois meses

7 000

exames para a
detecção da doença
já foram feitos no
Hospital Albert Einstein

1º

óbito em São Paulo
foi de um idoso de
62 anos que tinha
doenças crônicas

MUDANÇA DE HÁBITO

Hospitais, empresas e famílias paulistanas se preparam para lidar com a pandemia de coronavírus e o período de quarentena necessário para ajudar a conter o problema

Sérgio Quintella

A pandemia de coronavírus fez com que governos anunciassem medidas de contenção para tentar diminuir a transmissão da doença, e isso afetou escolas e universidades, transporte e órgãos públicos, empresas, comércio e famílias. Todos tiveram de adaptar seus hábitos para não deixar nem São Paulo nem a vida parar. Para as próximas semanas, quando as autoridades esperam um crescimento do número de infectados, os hospitais paulistanos se preparam para esse novo momento, com a possibilidade de adiamento de cirurgias eletivas (aquelas não são urgentes), aumento da quantidade de leitos de unidade de terapia

Passageiros com máscara em metrô de São Paulo: hora de ficar em casa

intensiva (UTI) e suspensão de férias dos profissionais de saúde.

A rotina do maior complexo hospitalar da América Latina está prestes a ser mudada devido ao aguardado crescimento de casos de coronavírus em São Paulo. Dos 400 leitos de UTI atualmente disponíveis no Hospital das Clínicas, 75 serão destinados aos novos casos da doença. Desses, 37 estão prontos e instalados no 11º andar de um de seus edifícios. “Vamos deslocar os pacientes para as outras UTIs e deixar os leitos isolados no 11º andar, que será usado apenas para casos de coronavírus”, afirma Beatriz Perondi, coordenadora do Comitê de Emergências do HC. O grupo foi criado em 2012 e acionado pela primeira vez no ano seguinte, após o incêndio no Memorial da América Latina. Na ocasião, mais de trinta bombeiros foram intoxicados. “Cada atendimento demandava de cinco a dez profissionais por vez”, relembra Beatriz.

Em outros hospitais, a rotina também será alterada. Principal local de diagnósticos na capital, com mais de 7 000 exames de coronavírus realizados, o Hospital Albert Einstein passou o último fim de semana separando currículos e realizando entrevistas. “Vamos contratar mais médicos e enfermeiros”, revela Sidney Klajner, presidente da Sociedade Israelita Albert Einstein. Ali, outra preocupação é com os pacientes e colaboradores. “A gente montou uma preparação especial, com fluxo de entrada e saída diferenciado, além de atendimento separado.” Apesar de tanta atenção, dois funcionários do local foram contaminados com o coronavírus.

No Sírio-Libanês, o cuidado é com os médicos mais velhos, pertencentes ao grupo de maior risco de contaminação pelo coronavírus. Por lá, os profissionais com mais de 60 anos foram colocados em postos mais distantes do primeiro atendimento, função executada por especialistas mais jovens. “Profissionais de saúde são sempre os mais vulneráveis. É nossa obrigação proteger nosso pessoal”, afirma o médico Paulo Chapchap, presidente do Hospital Sírio-Libanês. No Hospital Samaritano, em Higienópolis, as



Ortopedista Bergamaschi, em clínica na Zona Sul: menos movimento

FOTOS ALEXANDRE BATTIBUGLI



Nabil Ghorayeb, 73:
mais tempo em casa

“Não abandonei meu posto, mas faço parte do grupo de risco e resolvi ficar um período maior em casa”

consultas de pacientes de outras especialidades diminuem a cada dia, diferentemente das demandas por tratamentos de gripe. Para atender aos casos, o time do pronto-socorro foi reforçado e novas contratações poderão ser feitas. No Nove de Julho, a preocupação é também com a alimentação dos funcionários. O bufê do almoço, que ficava exposto, foi suspenso, e agora a comida para os médicos e enfermeiros é só à la carte.

Na rede pública municipal, o desafio será manter o atendimento de outras áreas no momento em que a pandemia cresce na cidade. “Vamos fazer um novo planejamento de cirurgias eletivas, mas há casos que não podem esperar, como os pacientes oncológicos”, assegura o secretário municipal da Saúde, Edson Aparecido.

Enquanto os hospitais públicos e particulares se movimentam à espera de novos casos, as clínicas e os consultórios particulares vão no sentido contrário. Com dez médicos e três salas, a clínica de ortopedia Atuali, em Cerqueira César, já prevê o prejuízo. “Esperamos uma grande redução de receita nos próximos dois

meses”, afirma o ortopedista João Paulo Bergamaschi, dono do espaço, que descarta por ora a demissão de funcionários. Perto dali, nos Jardins, a cirurgiã do aparelho digestivo Vanessa Prado tem atendido apenas a casos mais complicados. “Só têm aparecido os pacientes recém-operados ou com diagnósticos mais graves, com sangramentos ou suspeitas de tumores.” O cirurgião plástico Aristóteles Bersou Júnior também viu a sala de espera ficar vazia. Desde a última semana, apenas casos de urgência são atendidos por Bersou. “Não vale a pena correr riscos. Se ocorrer algo com meus pacientes, dirão que a culpa é minha. O respeito à vida vem antes de tudo.” De olho na própria saúde, há quem tenha tirado o pé do acelerador por conta própria. Com quase cinquenta anos de trabalho no Instituto Dante Pazzanese, o cardiologista Nabil Ghorayeb, 73, referência na medicina esportiva, vem reduzindo as consultas. “Não abandonei meu posto, mas faço parte do grupo de risco e resolvi ficar um período maior em casa”, diz. “Tenho uma mãe de 93 anos e uma filha de 10, a gente fica vulnerável.” ■



CANAL ÚNICO PDF O JORNALEIRO
ACESSO: t.me/jornaiserevistas

TRABALHO ADAPTADO

Empresas criam regras e até cumprimento especial para diminuir o contato entre as pessoas Ana Carolina Soares

O ritmo frenético das avenidas Faria Lima, Paulista e Berrini, os centros financeiros da cidade, teve de desacelerar, e as empresas adaptam suas rotinas para não perder produtividade por causa do coronavírus. A direção do Bradesco, por exemplo, estimula seus 29 535 funcionários na Grande São Paulo a trabalhar em casa (o famoso home office). O regime é obrigatório no caso de grávidas e maiores de 60 anos, que fazem parte do grupo de risco. Além de adotar as mesmas medidas, Sérgio Rial, presidente do Santander Brasil, criou um gesto para substituir os tradicionais apertos de mão entre as pessoas: olhar nos olhos, sorrir e levar as duas mãos ao peito, na região do coração. O novo cumprimento acabou virando uma campanha publicitária e passou a ser empregado no relacionamento entre funcionários e também com os clientes nas agências. “É um gesto de carinho, respeito e preocupação que nos mantém próximos”, explica o executivo.

Na carona do movimento de empresários americanos #StoptheSpread (em português, algo como “Pare a contaminação”), mais de 320 CEOs assinaram um manifesto batizado com as hashtags #StoptheSpreadBR e #liderescontraocoronavirus. Nele, o primeiro mandamento é adotar imediatamente o home office para a equipe. As reuniões foram substituídas por teleconferências por meio de aplicativos que oferecem esses serviços gratuitamente, como Skype, Zoom ou Discord. Além disso, o texto prega o não rompimento de contrato de funcionários ou colaboradores e a não estocagem de material, bem como o adiamento ou cancelamento de qualquer tipo de evento corporativo, de viagens de trabalho a happy hour. Essas medidas também foram recomendadas pelo Ministério Público do Trabalho.



Faria Lima: avenida com menos movimento na terça-feira (17)

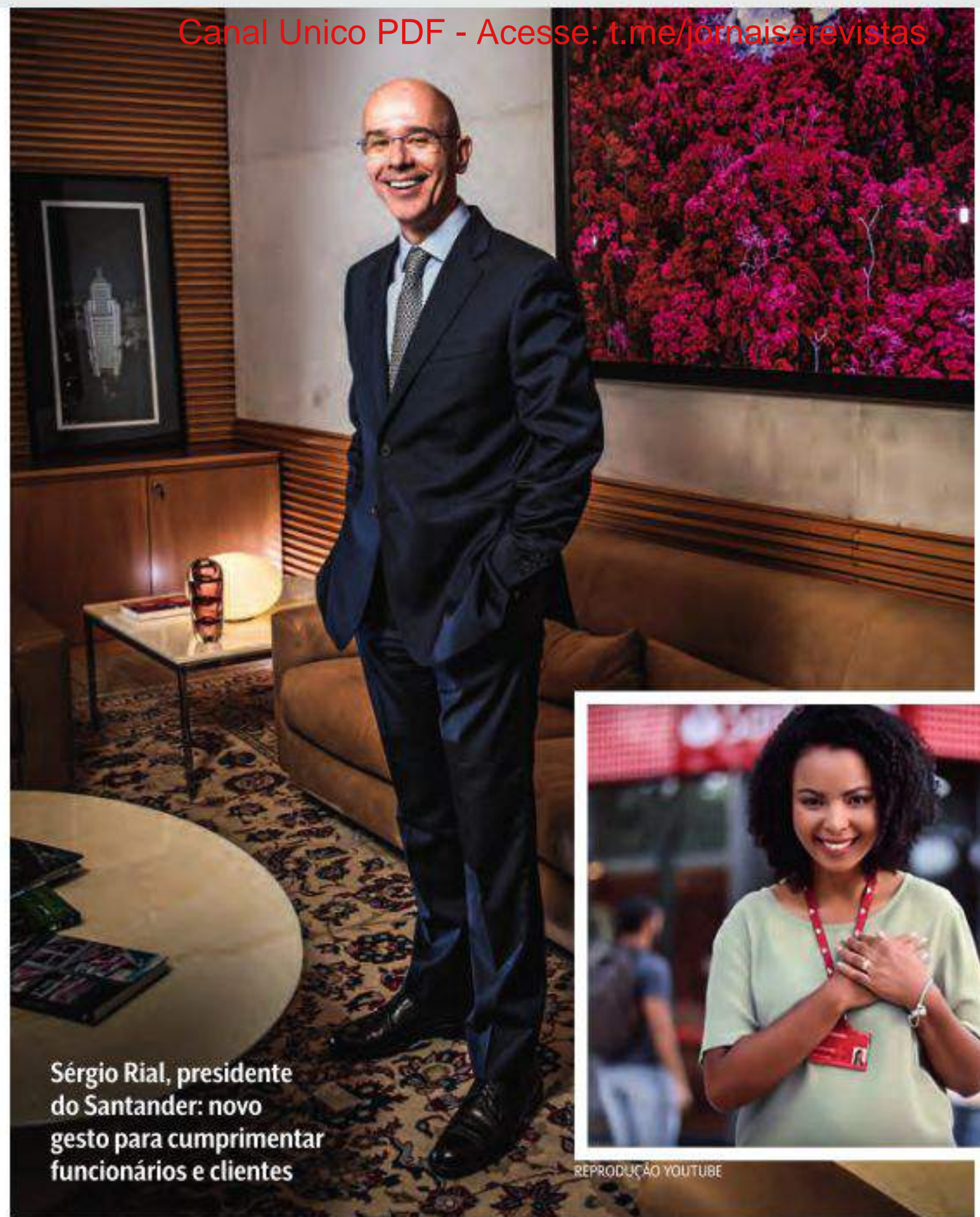
DIVULGAÇÃO



Luciano Tavares: CEOs tomam medidas contra a expansão do coronavírus



REPRODUÇÃO INSTAGRAM



Sérgio Rial, presidente do Santander: novo gesto para cumprimentar funcionários e clientes

GERMANO LÜDERS



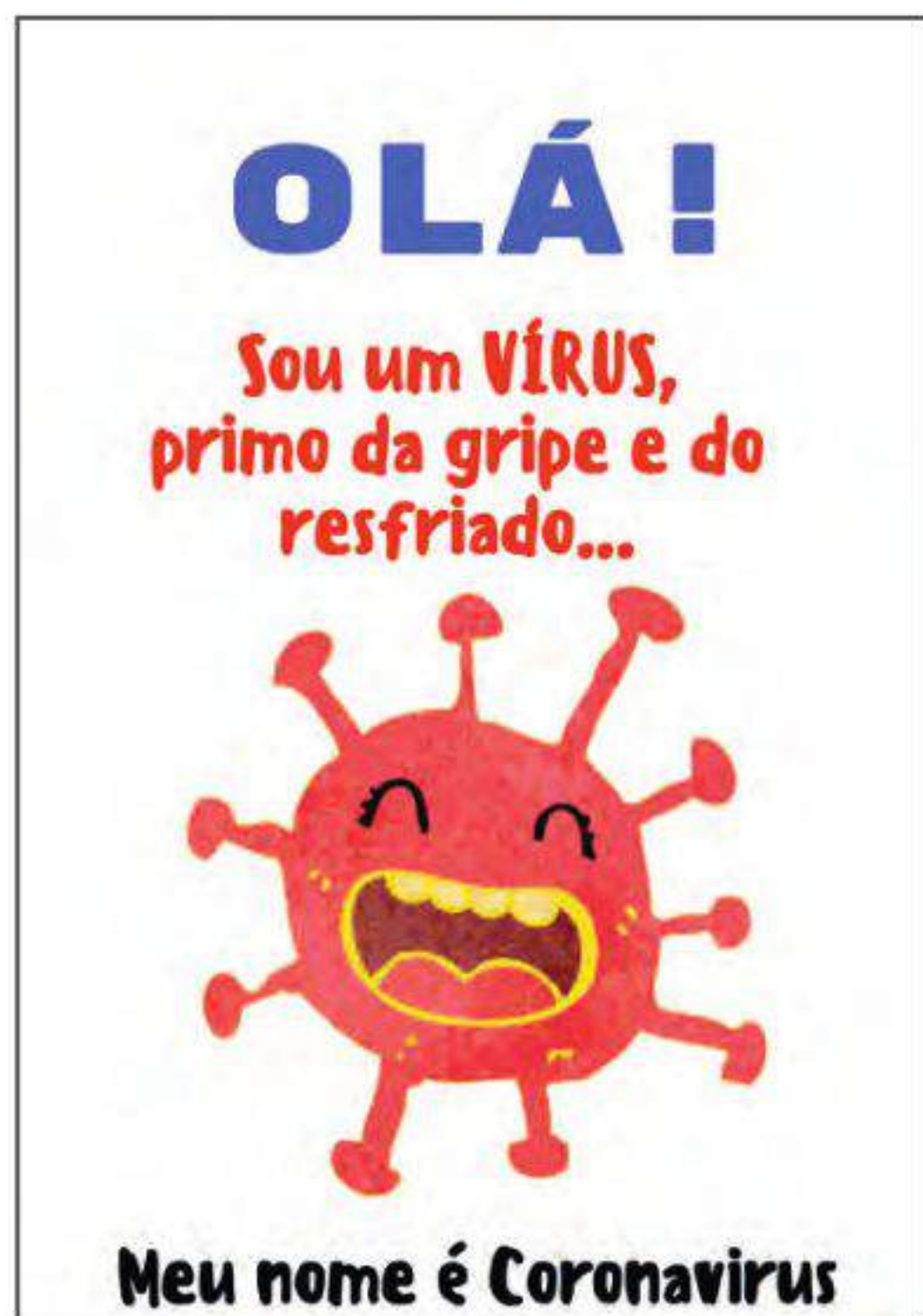
REPRODUÇÃO YOUTUBE

“Toda a nossa equipe está trabalhando de casa”, diz Luciano Tavares, CEO da fintech Magnetis, que criou a ação ao lado de Camila Junqueira, diretora-geral da Endeavor Brasil. Tavares tem cerca de 100 pessoas no grupo, entre funcionários e colaboradores, e aproximadamente setenta trabalham no escritório em Pinheiros, que ficou desativado. “A empresa terceirizada de limpeza, por exemplo, não terá tanto trabalho com as salas vazias. Mas vou pagar o mesmo; afinal, se todo mundo reduzir contratos, a recessão vai se agravar”, acredita. O empresário diz que não tem saído de casa nem para treinar. “Suspendi minha aula semanal de jiu-jítsu com o pessoal trainer, mas não o pagamento. Essas classes serão compensadas assim que voltarmos a circular normalmente”, espera o empresário.

No Grupo Gaia, além de ter o escritório com tobogã e as salas de “descompressão” na Vila Olímpia esvaziados, a viagem de confraternização de 61 funcionários à Disney, no último sábado (14), foi adiada. “Remarcamos para setembro”, diz o CEO João Paulo Pacifico. O coworking Eureka, na Avenida Paulista, ficou praticamente às moscas na terça (17), com apenas vinte pessoas ocupando os cinco andares do negócio. “Três novos contratos grandes estavam praticamente fechados, mas as empresas preferiram esperar”, afirma o sócio Daniel Moral.

Nessa São Paulo temporariamente mais vazia, os pequenos comerciantes temem sentir o maior impacto. De acordo com Joseph Couri, presidente do Sindicato da Micro e Pequena Indústria de São Paulo, só 11% desse setor tem capital de giro para rodar um mês ou mais.

Na quarta (18), o governador João Doria sugeriu o fechamento dos shoppings a partir da próxima segunda para evitar a propagação do vírus. “A maioria dos comerciantes não está preparada para ficar um mês ou mais sem funcionar. O prejuízo será incalculável”, reclama Tito Bessa Jr., presidente da Associação Brasileira dos Lojistas Satélites (Ablos). A entidade representa pontos de até 180 metros quadrados em shoppings, segundo estimativas, e isso significa 87% da ocupação desses empreendimentos. “Pagamos, em média, entre 200 reais e 400 reais o metro quadrado por mês de taxas aos locadores. Precisaremos negociar isenções, mas, até agora, não há acordos”, diz Bessa. Procurada, a assessoria de imprensa da Associação Brasileira de Shoppings Centers (Abrasce) afirma que ainda estuda medidas para essa fase especial. “Quando o ambiente é de incerteza, não há como fazer projeções. O ideal é evitar o pânico”, pondera Marcel Solimeo, economista da Associação Comercial de São Paulo (ACSP). ■



HAJA CRIATIVIDADE

Com quem deixar as crianças e como entretê-las? Eis os desafios dos pais na temporada de quarentena **Fernanda Bassette**

A fonoaudióloga Camila Barbosa Barcelos, de 36 anos, decidiu reduzir a carga horária de trabalho à metade para poder cuidar dos filhos, João Pedro, de 6 anos, e Benício, de 3. As crianças costumam ficar com os avós, porém ela teve de abrir mão dessa alternativa por proteção aos mais velhos, de maior vulnerabilidade aos efeitos do coronavírus. “Minha renda vai cair, mas o isolamento é necessário”, diz. A decisão do governo de São Paulo de suspender as aulas presenciais nas escolas públicas desde a última segunda-feira (16), e definitivamente na próxima semana, foi seguida pelas particulares e municipais e impõe aos pais, principalmente aos que não podem trabalhar remotamente, alguns desafios. O primeiro: com quem deixar os pequenos? Só nas redes públicas da capital são quase 2 milhões de alunos.

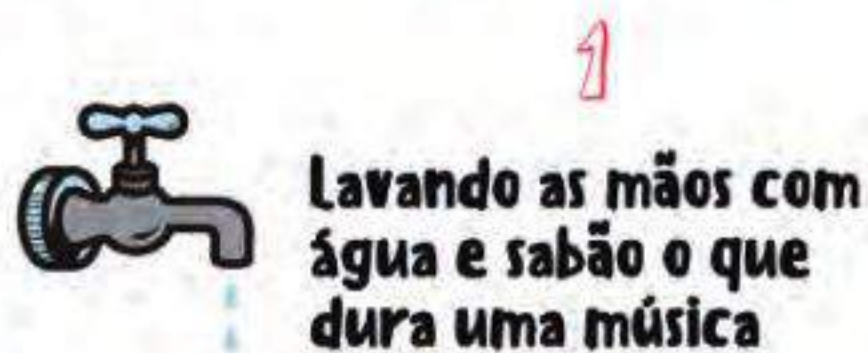
A gerente de vendas Márcia Ometto, de 46 anos, teve de recorrer a uma sobrinha para que ela ficasse com sua filha, Helena, de 5 anos, enquanto a escola estiver sem aulas. A menina está matriculada em período integral, das 8 às 18h30, para que os pais possam trabalhar. “Eu estava sem saber o que fazer, pois não poderia deixá-la com os avós, por existir esse risco maior para eles. O que me salvou foi a suspensão das aulas da faculdade da minha sobrinha”, conta Márcia. Com uma profissão-chave neste momento de pandemia, a enfermeira Jaqueline Marcon, de 36 anos, não pode parar de trabalhar. Por isso pagará a uma babá para cuidar de seu filho, de 1 ano e 7 meses. Para ela, outra questão é como entretê-lo de maneira adequada. Hoje, entrega uma bola ou papéis com giz colorido ao garoto para que se divirta, mas diz que gostaria de ter mais criatividade nas brincadeiras.



Pode ficar tranquilo!
Os adultos que cuidam de você:
Vão mantê-lo seguro



E você pode ajudar...



Lavando as mãos com água e sabão o que dura uma música

Cante sua música favorita enquanto se lava



Usando álcool gel e deixando secar

Mãos sem mexer, conta até 10
 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 e 10...
 Estão secas, vamos brincar!

ILUSTRAÇÕES MANUELA MOLINA



Camila e Henrique com os filhos, João Pedro e Benício

ARQUIVO PESSOAL

Com uma linguagem leve, a colombiana Manuela Molina, psicóloga infantil, criou uma cartilha para explicar o coronavírus às crianças. A história completa, disponível em português, espanhol, italiano e inglês, está em www.mindheart.co/descargables

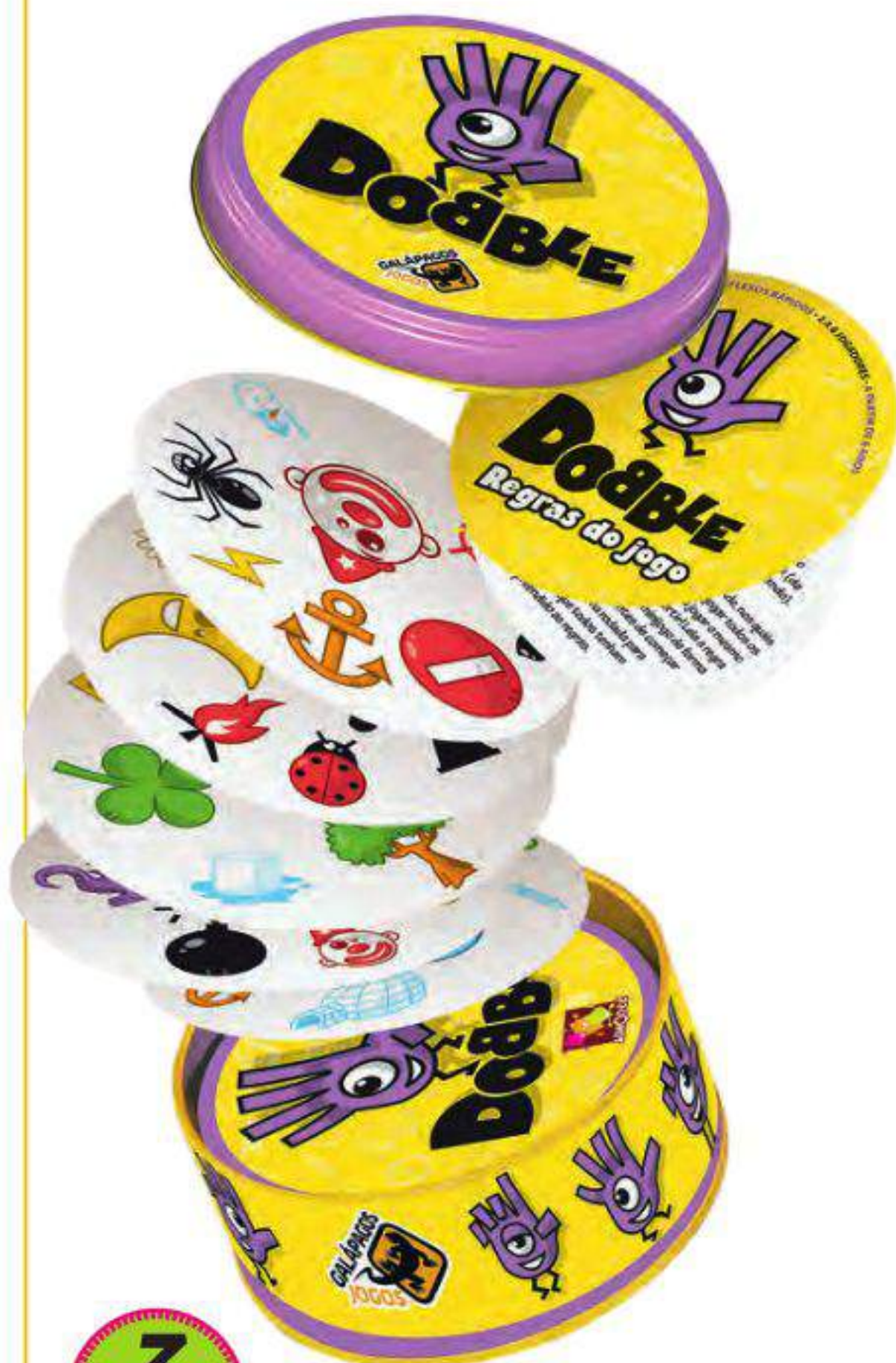
Essa é uma questão até para quem conseguiu se organizar para ficar com os pequenos, como no caso de Camila. Ela e o marido, Henrique, que trabalha com relações internacionais em uma multinacional e pode fazer home office, resgataram brincadeiras antigas. Como João Pedro já sabe escrever, brinca com os pais de Stop (uma letra é sorteada, e os participantes devem citar nomes próprios, de frutas, de países etc. que comecem com ela). Além disso, a família está fazendo campeonatos de videogame e muitas atividades com tintas e telas. “Tudo para liberar os sentimentos dos meninos”, explica a mãe. Como o pai adora fotografia, ensina o filho a produzir imagens. “João Pedro está se divertindo tirando fotos das plantas de casa, dos bonecos e dos brinquedos”, conta a fonoaudióloga.

Haja criatividade para espantar o tédio durante toda a temporada necessária de quarentena, mas é possível transformá-la em um período mais agradável e produtivo. As páginas seguintes trazem dicas para toda a família, a começar pelas crianças, de como passar pelos necessários dias de recolhimento. ■

CRIANÇAS

Alice Padilha

TABULEIROS E CARTAS PARA REUNIR A

3
ANOS

Cada partida de **Dobble** dura cerca de dez minutos e pode ser disputada sozinho ou com até cinco amigos. São 55 cartas, cada uma com oito de 57 símbolos possíveis. As regras são simples. O desafio é encontrar uma figura em comum entre duas delas rapidamente, em cinco modos de jogo. Na chamada Torre do Caos, por exemplo, os participantes devem combinar os desenhos em suas cartas com os que estão no topo de uma pilha no centro da mesa. O mais ágil recebe a nova carta. O jogo prossegue até o fim da pilha e ganha quem terminar com a mão mais cheia. *Galápagos Jogos. R\$ 59,99. galapagosjogos.com.br.*

5
ANOS

Versão mais amigável do clássico Detetive, também da Estrela. Não há nenhum assassinato a ser descoberto no **Detetive Jr.**, pensado para “profissionais” mirins. Aqui, o desafio é entrar em vários cômodos da casa para descobrir quem escondeu o brinquedo. Podem jogar de duas a quatro pessoas, que percorrem os locais de acordo com o número sorteado em um dado. Em cada um deles, elas coletam pistas para descobrir quem está nas fichas misteriosas, escondidas em um envelope confidencial, que denunciam os culpados. *Brinquedos Estrela. R\$ 79,99. estrela.com.br.*



FAMÍLIA

8 ANOS

Criatividade é a palavra-chave em **Dixit**. São três a seis jogadores, que se alternam na função de narrador. A cada rodada, o mestre da vez escolhe uma de suas seis cartas e, sem revelar qual é, associa a ela uma frase ou palavra. Os participantes selecionam em sua mão alguma imagem que combine com a história e a entregam ao líder, que as embaralha e revela sobre a mesa. A ideia é não ser óbvio nem abstrato demais: se ninguém acertar ou se todos descobrirem qual era a carta original, o narrador não marca pontos. Quem conseguir convencer os outros a votar na sua carta também avançará. Vence quem chegar aos trinta primeiro. *Galápagos Jogos. R\$ 169,99. galapagosjogos.com.br.*



10 ANOS

A clássica linha **Eu Sou...?**, da Estrela, gerou inúmeras variações: personagens da Disney, My Little Pony, Detetives do Prédio Azul, Vingadores e até Harry Potter estão entre elas. No modelo clássico, as cartas têm um pouco de tudo, como régua, batata frita e professora. O esquema da partida é sempre o mesmo, com dois a seis jogadores. Cada um prende uma espécie de cinta na cabeça, em que fica fixada uma carta com o nome de uma profissão, comida ou objeto. Todos podem ver o que está na ficha, menos o próprio jogador, que deve fazer perguntas de sim ou não aos colegas até adivinhar o que é. *Brinquedos Estrela. R\$ 69,99. estrela.com.br.*



Iberê e Mariana: vídeos diários durante a quarentena

Continue a aprender

Com a suspensão gradual das aulas em escolas públicas e privadas desde a última segunda (16), é hora de encontrar alternativas gratuitas para seguir a aprendizagem. Seleccionamos algumas opções de canais que fazem sucesso na aba Aprender, do YouTube Kids:

> MANUAL DO MUNDO

Criado em 2008 por Iberê Thenório e Mariana Fulfaro (*acima*), o canal da dupla coleciona mais de 13 milhões de inscritos na plataforma. Eles explicam didaticamente fenômenos científicos e montam experiências das mais malucas. Desde quarta (18), o canal é atualizado diariamente com atividades caseiras, pensadas para o período de quarentena.

> TINY SCHOOL – PORTUGUÊS

Disponível em diversos países, a versão brasileira é seguida por mais de 1 milhão de pessoas. O público-alvo são crianças mais novas, na fase da alfabetização. Aparecem animais que ensinam numerais e pequenas palavras.

> AULA 365 – BRASIL

O canal original, em espanhol, soma mais de 700 000 inscritos. As animações ensinam um pouco de tudo: ciências naturais, regras gramaticais, história e até matemática.

CRIANÇAS

COMO FAZ

Ondas da imaginação

Daniel Warren é ator, professor e produtor cultural. Foi apresentador do programa *Art Attack*, do Disney Channel, por doze anos. Em *O Livro de Fazer Ideias*, lançado em 2018, ele sugere vinte projetos para fazer em casa, com materiais simples. Durante o período de quarentena, Warren alimenta seu Instagram @danielwarrenoficial com tutoriais diários. Confira uma de suas invenções:

Materiais: Três rolhas, elásticos coloridos, um palito de dente, papel colorido, papel adesivo colorido, canetinha e tesoura.

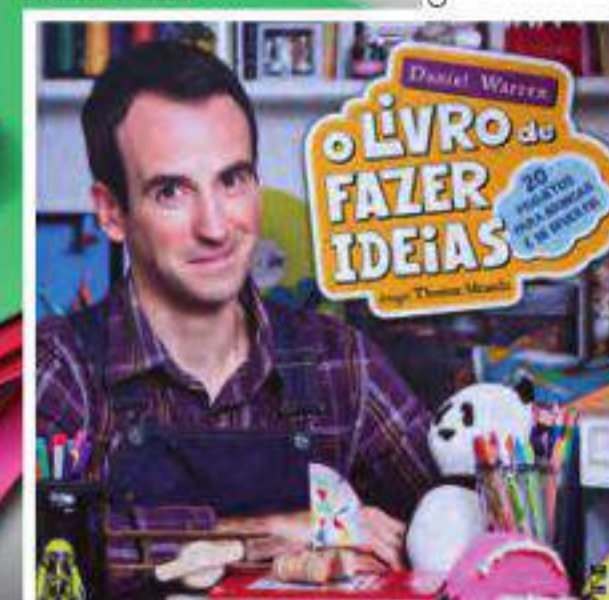
1. Coloque as três rolhas em pé em uma superfície plana e use dois elásticos coloridos de cada lado para uni-las.
2. Para a vela, escolha uma cor de papel colorido e desenhe a letra "L" com mais ou menos

quatro dedos (de criança) de altura. Depois, faça uma curva juntando as extremidades do "L". Então recorte.

3. Depois, use o papel adesivo colorido para decorar a vela, com as formas geométricas que preferir. E fixe sua vela no palito de dente com o próprio papel adesivo colorido, deixando uma pontinha livre para espetar o palito na rolha do meio.

CYNTHIA BARROS

CYNTHIA BARROS



Daniel Warren: vídeos diários no Instagram



TRÊS BONS PODCASTS DA PLATAFORMA OLAPODCASTS.COM



Panela Panelinha. O vovô Luigi e o neto João Pedro batem um bom papo sobre a vida enquanto preparam delícias culinárias. Os dois conversam sobre ciência, problemas amorosos e até respondem a perguntas curiosas, como "Qual é a diferença entre fumaça e vapor?". Episódios novos toda quarta.



O Pequeno Leitor. Stela Greco Loducca é autora de livros infantis e criadora do site homônimo, que incentiva o hábito de leitura desde cedo. Toda sexta, ela conta uma de suas histórias originais e depois bate um papo com um pequeno leitor. Os episódios têm em média dez minutos e apresentam curiosidades, brincadeiras e dicas de literatura. As crianças convidadas podem questionar e até reinventar os contos a seu próprio gosto.



Toca e Peteca. Criado por Stephanie Harbrich, diretora executiva do *Jornal Joca*. Apresenta histórias, informações e curiosidades sobre ciências contadas de um jeito leve e divertido. Ela responde a todo tipo de pergunta, das funções das bactérias à rotina de um elefante. Episódios novos toda quinta.

3 PRODUÇÕES PARA VER NA GLOBOPLAY

Na última segunda (16), a Globoplay liberou vários conteúdos infantis para não assinantes por um período de trinta dias. Confira algumas boas opções disponíveis na plataforma:



★★★★★ **Up – Altas Aventuras** é um grande sucesso da Pixar, que coleciona títulos como *Toy Story* e *Ratatouille*. A trama começa com a infância do americano Carl Fredricksen (voz de Chico Anysio) e a aproximação de sua futura esposa. O tempo passa em uma triste e memorável sequência sem diálogos. Aos 78 anos e já viúvo, ele decide prender sua casa a balões de gás e voar rumo a um paraíso na América do Sul. Direção: Pete Docter (Estados Unidos, 2009, 96 min). Livre.

★★★★★ Outro bom trabalho da Pixar, **Monstros S.A.** é ambientado em Monstrópolis, cidade habitada por monstros em sua melhor roupagem: sobram chifres, dentes afiados, garras e cores vibrantes. A trama acompanha os amigos Mike e Sulley, operários em uma indústria que fornece energia gerada pelos sustos dados em crianças. Como forma de proteção, nenhum dos trabalhadores deve ter contato com humanos, que são potenciais transmissores de doenças. E tudo vai muito bem no cotidiano da dupla, que é recordista de reservatório de energia. Até que, em dado momento, a garotinha Boo escapa do quarto e aparece na fábrica. Direção: Pete Docter (Estados Unidos, 2001, 92 min). Livre.



FOTOS DIVULGAÇÃO



A peça **D.P.A. – Um Mistério no Teatro** é uma das produções com temporada suspensa por causa da quarentena. A organização já anunciou que ingressos a partir de 14 de março podem ser trocados sem taxas para as novas datas, nos dias 1º, 2, 8 e 9 de agosto. Por enquanto, para matar a saudade, há onze temporadas da série disponíveis na Globoplay. Dá para lembrar, inclusive, a época em que o trio era formado por Tom (Caio Manhente), Capim (Cauê Campos) e Mila (Leticia Pedro), além de acompanhar Pippo (Pedro Henrique Motta), Bento (Anderson Lima) e Sol (Leticia Braga) crescer diante das telas. Quem maratona rápido demais poderá assistir também ao primeiro filme do trio.

FILMES

Miguel Barbieri Jr.

PARA VER EM CASA

ROMA POR CUARÓN E...



...O CINEMA MEXICANO ALÉM DE ROMA



☆☆☆ Em 19 de setembro de 1985, a Cidade do México foi abalada por um terremoto de magnitude 8,3 na escala Richter. O drama **7:19** não é um *disaster movie* – muito pelo contrário. Após a rápida cena do abalo sísmico, a história concentra-se na sobrevivência de dois homens, soterrados pelos escombros. Prestes a se aposentar, o porteiro Martin (Héctor Bonilla) conta com a ajuda do chefe (Demián Bichir, *na foto*) para pedir auxílio. Mas as diferenças hierárquicas e sociais vêm à tona em meio a uma situação claustrofóbica e angustiante. **Netflix.**



☆☆☆ Adrian Ladron (*foto*) interpreta Zambrano, um jovem de 23 anos que, deixado pela mãe num internato, foi preso, já adulto, por roubo de carro. Numa penitenciária da Cidade do México, o rapaz faz de tudo para integrar o time de futebol americano, que tem regalias e recebe tratamento especial na cadeia, além de os jogadores serem paparicados pela diretoria. **A 4ª Companhia** parte de uma história real para expor um sistema de corrupção que envolvia desde oficiais do Exército até a polícia. Embora tenha momentos confusos e muitos personagens, o filme consegue unir a denúncia ao sistema com entretenimento dramático. **Netflix.**



CANAL ÚNICO PDF O JORNALEIRO
ACESSO: t.me/jornaiserevistas



O diretor comanda a cena de abertura: lembranças da infância

FOTOS DIVULGAÇÃO

★★★★ Um dos melhores longas-metragens de 2018, *Roma* levou três prêmios no Oscar 2019: melhor filme estrangeiro, direção e fotografia, os dois últimos para Alfonso Cuarón. O cineasta mexicano relembrou no filme a história de sua babá, interpretada por Yalitza Aparicio, em meio às transformações sociais do México do início dos anos 70. Quem gostou do magnífico trabalho não pode perder o documentário **Camino a Roma**, também disponível na **Netflix**. Trata-se de um detalhista depoimento de Cuarón para os codiretores Andres Clariond e Gabriel Nuncio. O filme dura pouco mais de uma hora, é falado em espanhol e, ao contrário de *Roma*, foi realizado em cores. Cuarón rememora cenas emblemáticas

e a opção em escolher como protagonista uma atriz que não tivesse experiência profissional. Na sequência em que a personagem Cleo dá à luz o filho, Yalitza não sabia que (spoiler!) o bebê nasceria morto — o que só aumentou a carga emocional no set e nas telas. Além da opção pela fotografia em preto e branco (era assim que Cuarón enxergava suas memórias), a impecável produção de época usou móveis e objetos originais. Até uma avenida, com lojas e cafés, foi reconstituída, já que a Cidade do México mudou muito de cinquenta anos para cá. “É o primeiro filme que eu fiz que realmente abraça o tipo de cinema ao qual aspiro”, diz Cuarón. Não é à toa, portanto, que *Roma* seja sua obra-prima.



★★★★ Há um interessante conflito de gerações em **Warehoused** (ou *Almacenados*, no original), exemplificado nos personagens Nin e Lino, papéis de Hoze Meléndez e José Carlos Ruiz (foto). Em seu primeiro dia de trabalho, o rapaz é recebido friamente por seu veterano chefe. No galpão de uma fábrica de mastros e postes de alumínio, a dupla de funcionários só tem de esperar a chegada de um caminhão da empresa. Como isso nunca ocorre, o impaciente e proativo Nin questiona seu severo e incorrigível parceiro. Nasce aí uma amizade às avessas que exhibe as diferenças entre o passado e o presente de um México atolado na estagnação. **Netflix**.



★★★★ A comédia dramática italiana *Perfetti Sconosciuti* tem o roteiro mais refilmado da história recente. Há versões grega, turca, espanhola, francesa, sul-coreana e alemã. A adaptação mexicana, **Perfeitos Desconhecidos**, segue fielmente o original, mas seu desfecho se diferencia de outros por ser menos enigmático. O ponto de partida é um jantar entre amigos — três casais e um solteirão. Uma das mulheres propõe, então, um jogo: todos devem deixar o celular na mesa e mostrar aos colegas as mensagens que receberem. Começa aí uma trama que, entre risos e lágrimas, expõe segredos e mentiras. **Netflix**.

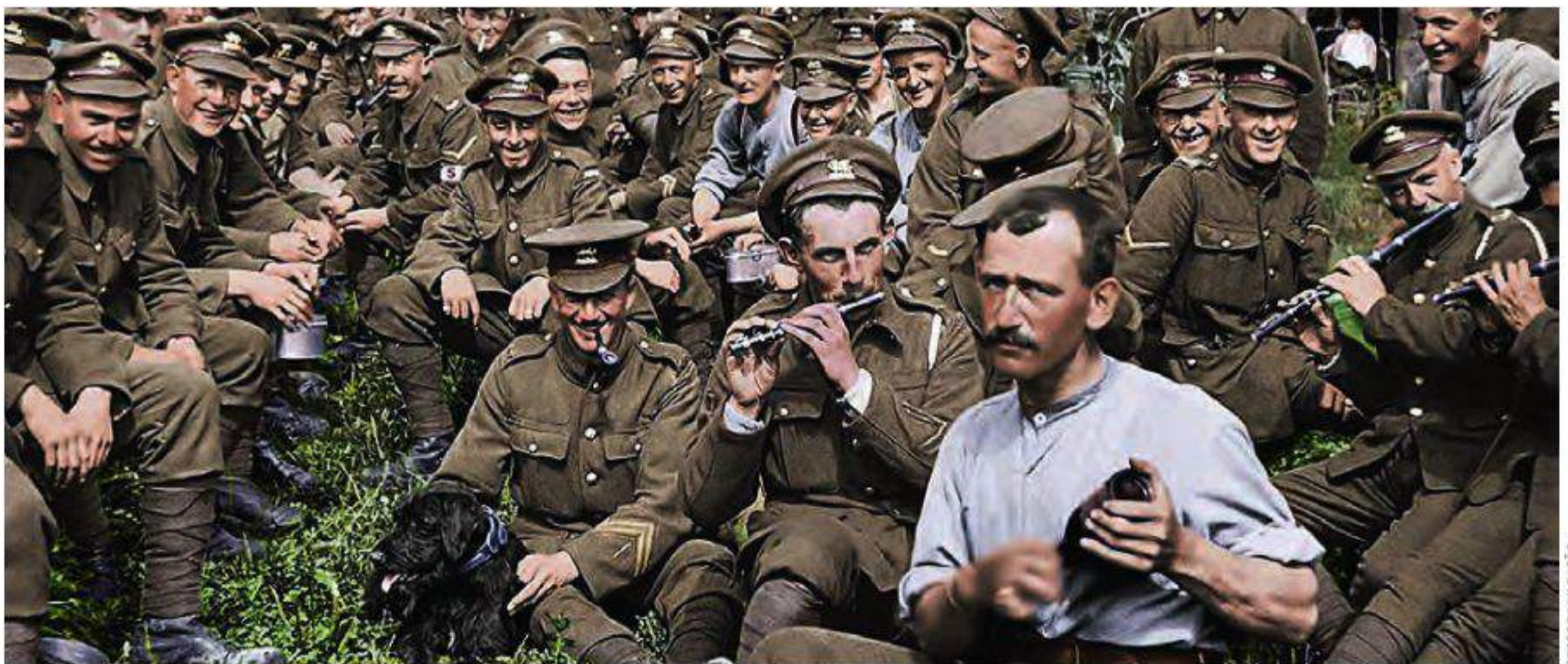
FILMES

PARA VER EM CASA

HBO E TELECINE COM SINAL ABERTO > dicas

★★★★ O último filme de ficção de Peter Jackson (da trilogia *O Senhor dos Anéis*) foi *O Hobbit – A Batalha dos Cinco Exércitos*, de 2014. Mas, quatro anos depois, ele retornou com um documentário belíssimo que foi pouco comentado. É **Eles Não Envelhecerão**, que está na **HBO**. O trabalho, magnífico e primoroso, recria a I Guerra Mundial apenas com depoimentos em off

de soldados e imagens daquela época, restauradas e colorizadas. Os ingleses narram os conflitos, desde o momento do alistamento no Exército até o caótico cotidiano nas trincheiras, tomadas pela lama, a escassez de comida e a infestação de ratos. Quem julgou realista o ficcional e oscarizado *1917* verá aqui um registro muito mais impactante e transparente.



FOTOS DIVULGAÇÃO



★★★★ **A Caminho de Casa** > Lucas adotou a cadelinha Bella, mas uma lei em Denver proíbe a raça pit bull de circular pelas ruas. O rapaz, então, é obrigado a mandar sua pet para o Novo México. Mas Bella quer voltar e empreende uma longa jornada no regresso ao lar. É fofo e cativante. **HBO pelo NOW**.



★★★★ **Projeto Flórida** > Trambiqueira, Halley (Bria Vinaite) é mãe de Moonee (Brooklyn Prince), uma garota sem rédeas que faz das largas avenidas de Orlando seu parque de distração. O lado B da terra da Disney World vem à tona numa história repleta de verdades e raríssimas fantasias. **HBO pelo NOW**.



★★★★ **Deixando Neverland** > Embora não traga provas concretas, o longo documentário põe à frente das câmeras Jimmy Safechuck e Wade Robson, que dizem ter sido abusados sexualmente por Michael Jackson na infância. Um tema explosivo para ser avaliado em meio às polêmicas. **HBO pelo NOW**.



☆☆☆ **Poderia Me Perdoar?** > Melissa McCarthy sai da comédia para abraçar uma personagem real: a introspectiva e temperamental Lee Israel, uma escritora frustrada. No início dos anos 90, ela precisa de dinheiro e decide forjar cartas de autores famosos. Richard E. Grant interpreta um senhor gay, de quem Lee vira a melhor amiga. **Telecine pelo NOW.**



☆☆☆ **Graças a Deus** > O drama tem um tema atual e verídico, abordado com seriedade e elegância. A história começa com as memórias de Alexandre (Melvil Poupaud, *na foto*), casado e pai de cinco filhos. Ele foi molestado quando criança e, ao saber que o padre assediador está de volta a uma paróquia de Lyon, decide fazer a denúncia. **Telecine pelo NOW.**



☆☆☆ **Bacurau** > Num clima de suspense e ambiência rural futurista, o povoado do título, no Nordeste, sofre com o abastecimento de água, além de um grupo de gringos estar preparando crimes em massa. A resistência de moradores, como a médica interpretada por Sonia Braga (*foto*), será a mola propulsora para um levante. **Telecine pelo NOW.**

de interessantes histórias



☆☆☆ Inédito nos cinemas, **Veloz como o Vento** é um bom exemplo do cinema comercial italiano por combinar uma história verídica de superação com cenas de ação em alta voltagem. Giulia (Matilda De Angelis) tem 17 anos e é uma esforçada piloto da Fórmula 3. Após a morte de seu pai, a garota precisa acolher em sua casa o irmão mais velho, Loris (o ótimo Stefano Accorsi, *na foto*), já que, pela lei, uma menor de idade não pode viver sozinha apenas com o caçula. Mas Loris leva uma vida desregrada, em meio às drogas e ao álcool. Ao perceber que o primogênito pode ser seu treinador, Giulia propõe que ele a torne uma campeã das pistas. Com filmagens no circuito de Monza, o longa-metragem tem certo apelo sentimental no drama familiar, mas acerta ao sair da previsibilidade com uma reviravolta próximo do desfecho. As sequências filmadas em alta velocidade nos vilarejos italianos são de tirar o fôlego. **Telecine pelo NOW.**

FILMES

PARA VER EM CASA

A vida de Shia LaBeouf

☆☆☆ Em meados dos anos 2000, Shia LaBeouf foi tido como uma das maiores revelações e promessas do cinema americano. Ele tinha estrelado *Paranoia*, *Transformers* e *Indiana Jones e o Reino da Caveira de Cristal*. No auge da carreira e da fama, o ator excedeu os limites em baladas, drogas e bebedeiras. O resultado foi um grave acidente, a suspensão da habilitação e a internação numa clínica de reabilitação. Inédito nos cinemas, **O Preço do Talento** (*Honey Boy*, no original) é uma biografia bastante transparente de autoria do próprio LaBeouf. A trama se passa em apenas dois momentos de sua vida. Shia vira Otis e, em 1998, o garoto (papel do excelente Noah Jupe, de *Um Lugar Silencioso*), de 12 anos, é a estrelinha de uma sitcom e mora com o pai (interpretado pelo próprio LaBeouf) num motel frequentado por prostitutas, em Los Angeles. A outra fase desenrola-se com o rebelde e intempestivo Otis, agora papel de Lucas Hedges, já internado e tentando se livrar dos vícios, mesmo com as tentações ao redor. No vaivém do tempo, descortina-se uma relação de amor e ódio entre um filho submisso a um pai cheio de contradições. Está, portanto, nessa inconstante figura paterna o espelho de um ex-astro mirim que não soube, até certa idade, lidar com o preço do sucesso. **NOW e outras plataformas digitais.**



TRÊS DRAMAS



☆☆☆☆☆ **A Cor Púrpura** > Talvez tenha sido o filme de Spielberg mais injustiçado no Oscar. Em 1986, concorreu a onze prêmios e saiu de mãos vazias. Danny Glover e Whoopi Goldberg estrelam a soberba adaptação do livro de Alice Walker, sobre uma mulher que, após ser abusada por anos pelo pai, é obrigada por ele a se casar com um fazendeiro tirano e mulherengo. O alento surge na figura de uma cantora de quem Celia se torna confidente.



FOTOS DIVULGAÇÃO



Ann Skelly e Jamie Dornan: romance na Irlanda de 1885

ABUSOS E TRAIÇÕES

☆☆☆ Em 1885, numa área rural da Irlanda, sob o domínio do império britânico, a jovem Beth Winters (Ann Skelly), de 23 anos, sabe que sua mãe traiu o marido e ela não é filha de Billy Winters (Matthew Rhys). O homem a quem ela chama de pai a desertou e a tem tratado como uma mulher, investindo em carícias, carinhos e beijos indesejáveis. Eis, então, que entra em cena o bonitão Liam Ward (Jamie Dornan, de *Cinquenta Tons de Cinza*), vizinho e inquilino de Billy, que vai tentar conquistar o indomável coração de Beth. **Morte e Rouxinóis**, minissérie em três episódios, de uma hora cada um, da BBC, é extraída do livro de Eugene McCabe, de 1992. Numa trama de assédios, traições e amores duvidosos, há ainda um fundo político — um movimento dos rebeldes pela independência da Irlanda. Em pegada novelesca e com um tom feminista, só faltou um desfecho de maior impacto. **Globoplay**.

CINCO-ESTRELAS NO GLOBOPLAY



☆☆☆☆☆ **A Separação** > Simin (Leila Hatami) e Nader (Peyman Moadi) está de frente para um juiz. Ela precisa do divórcio para se mudar do Irã com a filha adolescente. Mas ele se recusa a assinar os papéis. Em enredo plural e realista, o diretor iraniano Asghar Farhadi faz emergir um magnífico tratado das relações humanas. O tema da separação, enfim, torna-se um mero detonador de conflitos cada vez maiores e irresistivelmente fascinantes. Vencedor do Oscar de filme estrangeiro em 2012.



☆☆☆☆☆ **Filho de Saul** > Em uma incursão singular por um campo de concentração na I Guerra, o diretor húngaro László Nemes joga o espectador em um registro realista do Holocausto. Na trama, Saul (Géza Röhrig) tem uma função ingrata em Auschwitz: ele “trabalha” para os nazistas levando judeus para a câmara de gás. As jornadas angustiantes são feitas em arrepiantes planos-sequência com sons da agonia e do desespero dos prisioneiros. Vencedor do Oscar de melhor filme estrangeiro em 2016.



ACOMPANHE O CRÍTICO

-  Miguel Barbieri Jr.
-  miguelbarbieri
-  miguelbarbieri
-  Miguel Barbieri Jr.

FILMES

PARA VER EM CASA

Mais amor, por favor > na comédia ou no drama,



☆☆☆ **Monsieur & Madame Adelman** > A trama começa em 1971, quando Sarah (Doria Tillier) tenta namorar o escritor mulherengo Victor (Nicolas Bedos). Mas ela só consegue conquistá-lo anos depois. Durante décadas, há paixões, perdas, frustrações, danos, traição e morte. São 45 anos na vida de um casal contados de forma envolvente. **Netflix.**



☆☆☆ **A Amante** > O casamento arranjado tem o ponto de vista de um homem: Hedi, um vendedor de carros que vive à sombra da mãe e do irmão. Ele aceita, por imposição da família, a união com uma jovem. Mas se envolve com uma dançarina. É uma história com conflitos íntimos que não abre mão de abordar as tradições arcaicas. **Belas Artes à la Carte.**



☆☆☆ **Amor sem Fim** > Franco Zeffirelli (1923-2019) dirigiu, em 1981, Brooke Shields e Martin Hewitt nesta *love story* com a fórmula do amor impossível. Os pais da personagem dela são contra o relacionamento dos adolescentes e o jovem, contrariado, toma uma decisão drástica. A consequência é a internação num hospital psiquiátrico. **Amazon Prime Video.**



☆☆☆ **Ferrugem e Osso** > Alain (Matthias Schoenaerts), um cara frio e sem muita educação, se aproxima de Stéphanie (Marion Cotillard), uma mulher solitária que se apresentava em shows aquáticos com baleias, sofreu um acidente e entrou em depressão. O homem enxerga na nova amiga uma parceira sexual. Ela o vê como uma inesperada paixão. **NOW.**



☆☆☆ **Um Homem Fiel** > Em pouco mais de uma hora, o roteiro enfoca as desventuras de Abel, papel do galã francês Louis Garrel. A mulher (Laetitia Casta) o traiu com seu melhor amigo e está grávida. Eles se separam. Cinco anos depois, haverá uma boa reviravolta no reencontro deles. Cereja do bolo: a cena final é de uma delicadeza ímpar. **NOW.**



☆☆☆☆☆ **La La Land** > Vencedor de seis prêmios no Oscar 2017, incluindo melhor direção para Damien Chazelle, o romance, com Ryan Gosling e Emma Stone, é uma belíssima homenagem aos musicais do passado. A trama traz os encontros e desencontros de um pianista e uma atriz embalados por trilha sonora e números musicais fascinantes. **Netflix.**

paixões para todos os lados



☆☆☆ **Como Eu Era Antes de Você** > Lou (Emilia Clarke) é uma moça simplória que tira a sorte grande ao ser contratada como cuidadora de Will Traynor (Sam Claflin), um milionário tetraplégico. A atração entre eles caminha sutilmente e, aos poucos, a trama é pontilhada com detalhes surpreendentes até chegar a uma conclusão imprevisível e comovente. **Netflix.**



☆☆☆ **O Date Perfeito** > Noah Centineo, o jovem galã da Netflix, manda bem como o humilde funcionário de uma lanchonete que cria um aplicativo e cobra para acompanhar ou aconselhar mulheres de todas as idades. Mentindo sobre sua condição social, o simpático sedutor acaba atraindo a atenção de uma garota rica, porém rebelde (Laura Marano). **Netflix.**



☆☆☆ **Estrelas do Cinema Nunca Morrem** > Em 1979, uma estrela americana está em Londres para uma montagem teatral. Madura e em decadência, ela encontra o amor nos braços de um ator de 28 anos (Jamie Bell). Trata-se de uma homenagem à atriz Gloria Grahame (1923-1981), realizada com a intensidade de uma rara paixão. **Amazon Prime Video.**



☆☆☆ **Loev** > No raro filme gay indiano, dois ex-namorados se reencontram para passar um fim de semana juntos. Jai (Shiv Panditt) se mudou para Nova York e virou um rico empresário, enquanto Sahil (Dhruv Ganesh) ficou em Mumbai numa precária situação financeira. Entre as lembranças do passado, emerge uma convivência com calor e diferenças. **Netflix.**



☆☆☆ **Perdidos em Paris** > Também diretores, Fiona Gordon e Dominique Abel têm um estilo singular de fazer cinema, que se aproxima do clown e do minimalismo. Eles apostam na beleza da capital francesa para mostrar o inusitado encontro de uma canadense, perdida sem documentos em Paris, e um sem-teto da cidade. **Belas Artes à la Carte.**



☆☆☆ **Uma Segunda Chance para Amar** > Emilia Clarke interpreta Kate, que não suporta morar com os pais, dorme de favor na casa de amigos e só arranjou um bico numa loja de enfeites natalinos. Ao conhecer o misterioso Tom (Henry Golding), sua vida ganha um novo sabor. A trilha sonora tem hits de George Michael, como *Too Funky* e *Freedom 90*. **NOW.**

FOTOS DIVULGAÇÃO

REGISTROS DE BASTIDORES

> três documentários na Netflix para conhecer (um pouquinho) o dia a dia dos artistas

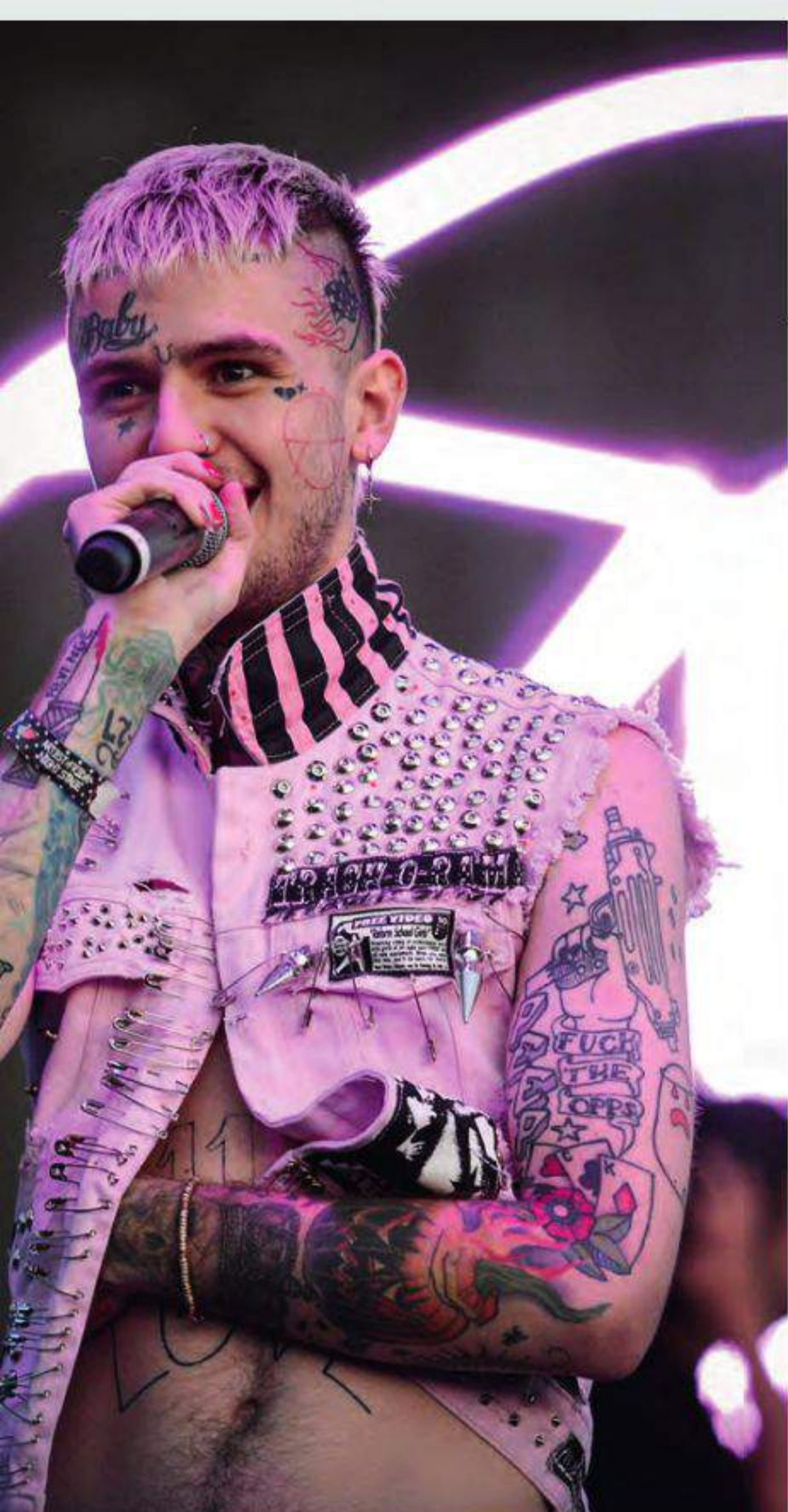


Grandes espetáculos, glamour, entrevistas, sessões de fotos, contatos, romances... Mas o que acontece quando as cortinas se fecham e é preciso organizar e produzir um novo disco? **Gaga: Five Foot Two** aborda a produção de seu quinto álbum, *Joanne*, quando a artista tinha acabado de receber o convite para participar de *Nasce uma Estrela*, com Bradley Cooper. Uma das principais cantoras do pop internacional, Gaga é vista como destemida, provocativa e cheia de bandeiras. No documentário, tenta se mostrar mais frágil. Abre a casa, cozinha, participa de um batizado entre os familiares, fala das crises de namoro, desabafa a mágoa que sente por causa das críticas de Madonna e escancara o tratamento das dores crônicas e fadiga que a acometem. Musicalmente, ela também se mostra vulnerável ao apresentar partes das produções a pessoas próximas. A câmera a acompanha o tempo inteiro, e os depoimentos são dados por meio de conversas com interlocutores ao seu redor, como o requisitado produtor Mark Ronson, que tem seu carro levemente danificado por Gaga em uma das cenas.

Apesar do sucesso nos Estados Unidos e na Europa, Lil Peep não chegou propriamente a ser conhecido por aqui e chamou mais atenção com o anúncio de sua morte, no fim de 2017, por overdose no backstage de uma casa de shows onde se apresentaria. O documentário **Everybody's Everything** conta a trajetória do garoto que se tornou uma estrela em ascensão e se apagou repentinamente. Peep, ou Gus, fazia parte de um movimento dentro do rap americano mais recente, o rap-emo, com composições mais melancólicas, que abordam ansiedade, decepções das mais variadas e abuso de ansiolíticos e antidepressivos. Peep era um dos destaques, não só pelas composições, mas pelas apresentações mais anárquicas. A narrativa flui a partir das cartas de seu avô, Pack Ack, com imagens da infância, depoimentos emocionados da mãe, Liza Womack, professoras e amigos, parceiros musicais, empresários, sequências de shows e até incursões no mundo da moda. Vêm à tona as cobranças ao artista — de todos os lados — e a vontade que ele tinha de atender a todas as expectativas. Em uma das cenas, aparece paralisado em cima do palco, depois de passar mal por causa do uso de drogas, com sua equipe olhando sem reação, torcendo para que mantivesse o espetáculo. O produtor de Peep encontrou-o morto dentro do ônibus da turnê, por overdose de fentanil e alprazolam.



FOTOS DIVULGAÇÃO



SCOTT DUELSON/GETTY IMAGES

Taylor Swift costuma ter suas ações e decisões postas em evidência, o que nem sempre leva a conclusões verdadeiras ou positivas. Não ajuda o fato de ela ser avessa a entrevistas. No documentário **Miss Americana**, ela conta suas versões das polêmicas que passaram por sua trajetória a partir dos bastidores da produção do disco *Lover*, seu último trabalho. Taylor mostra seu processo de expandir a sonoridade e o público para além do gênero da country music. Estão ali as controvérsias com outras personalidades do showbiz, como o momento da invasão de Kanye West durante seu discurso em 2009, os julgamentos da mídia (uma repórter chega a lhe perguntar quem seria o acompanhante dela naquela noite) e um processo judicial que a fez enfrentar um homem que havia feito assédio sexual a ela. Cobranças e associações políticas se mesclam com as dificuldades de se provar como compositora e artista mulher, enquanto encara o tratamento de câncer da mãe.

AS 5 MÚSICAS MAIS OUVIDAS DA SEMANA NAS PLATAFORMAS DIGITAIS

Deezer

- 1 *Liberdade Provisória*
Henrique e Juliano
- 2 *Dance Monkey*
Tones and I
- 3 *A Gente Fez Amor*
Gustavo Lima
- 4 *Com ou Sem Mim*
Gustavo Mioto
- 5 *Graveto*
Marília Mendonça

Spotify

- 1 *Liberdade Provisória*
Henrique e Juliano
- 2 *A Gente Fez Amor*
Gustavo Lima
- 3 *Graveto*
Marília Mendonça
- 4 *Litrão*
Matheus e Kauan
- 5 *Sentadão*
Pedro Sampaio





CANAL ÚNICO PDF O JORNALEIRO
ACESSO: t.me/jornaiserevistas

A SEGUNDA FASE DE LETRUX

A cantora **Leticia Novaes** possuía apenas 9 reais na conta bancária quando, desesperada, recorreu a um astrólogo. “Gastei o que tinha e ainda fiquei com 300 e tanto negativos, mas ele disse que não precisava me preocupar porque tudo ia mudar na minha vida”, afirma. E mudou. Sem uma banda, depois do fim do duo Lettuce, ela se jogou na produção de *Letrux em Noite de Climão*, de 2017, eleito um dos melhores discos do ano, com o qual ficou dois anos e meio em turnê e que traz a figura de uma mulher que, depois do fim de um relacionamento, se joga na pista. Desde 13 de março, Letrux retorna para uma nova temporada, desta vez mais introspectiva, em *Letrux em Prantos*. “O drama no Brasil deu ao trabalho o tom mais denso e intenso”, explica. Em *Abalos Sísmicos*, ela faz questão de ressaltar o fato quando em uma das frases diz que “acordou bem, mas o país não colabora”. “Não tem como eu fazer um disco só dançante e para cima, quando só se vê notícia ruim”, completa. O álbum traz diferentes sonoridades, com referências do rock, em *Eu Estou aos Prantos*, um pouco de samba, no final de *Cuidado, Paixão*, e o blues na divertida *Sente o Drama*, gravado com Liniker e os Caramelows. Reforça também a fragilidade humana e o retrato das gerações contemporâneas, com crises de ansiedade e a exigência de ser imbatível. Em *Déjà-vu Frenesi*, que abre o álbum, a compositora brinca e altera uma expressão da moda: “Se organizar, todo mundo chora, mas nem todo mundo transa”. “Existe uma autoajuda que domina o mundo de ‘seja um

campeão’, ‘seja vitoriosa’ e ‘esteja sempre bem’, mas eu nunca conheci gente forte que não fosse vulnerável”, diz.

Para um artista, há sempre a pressão do segundo álbum. O que sentiu? Vem muito mais das pessoas do que de mim. Eu não tenho problema em dizer adeus, em migrar. Sou a primeira pessoa a ir embora do bar. Tenho pavor de quem não sabe ir embora, de quem fica numa mesma situação sempre. E estou muito segura com este álbum. Se não gostarem, paciência.

As composições estão mais diretas. Você se sente mais aberta? É a maturidade. Em *Climão*, ainda estava especulando e, agora, abri a porteira da emoção. Eu tenho pavor de “fingir que está bem”, quem fica repetindo que é forte, aí é que não é. As pessoas esquecem do básico, que é chorar. Quem insiste no deboche, no cinismo, está perdendo muito. Eu me resolvo muito da minha vida compondo, como uma análise, e sinto que é universal: amor, desamores, questões existenciais... Todo mundo sente.

Como acha que as pessoas vão se conectar com esse álbum? Elas estão mais sensíveis. Não as debochadas, irônicas. Depois do processo eleitoral no Brasil, foi horrível. Eu nunca chorei tanto quanto quando o Bolsonaro foi eleito. As pessoas estão mais sensíveis, olhando para dentro e descobrindo que a verdade é a emoção. Senão é todo mundo um robô.





DIVULGAÇÃO

Novas explorações sonoras

A carioca Ana Fainguelernt, a **Ana Frango Elétrico**, de nome artístico inspirado numa brincadeira de criança, sai do padrão das revelações musicais da MPB. Aos 22 anos, foge de rimas fáceis sobre amores e desamores e investe numa linguagem poética que brinca com as sonoridades das palavras e as sensações. Com dois discos no currículo, *Mormaço Queima* (2018) e *Little Electric Chicken Heart* (2019), foi eleita revelação pela APCA no ano passado. Apesar de tocar piano desde pequena e ter frequentado a Escola de Música Villa-Lobos, não se via como cantora. “Fui fazer faculdade de pintura, e naturalmente a música começou a tomar um espaço maior, me chamavam para shows”, conta. A pintura continuou presente e é incluída em suas composições. É possível ver suas obras no videoclipe *Roxo*, por exemplo, e elementos das artes visuais costumam aparecer em suas letras. “É o nome de uma cor, que eu sugiro na mistura do magenta com o azul”, conta Ana. Em suas pesquisas mais voltadas para a poesia, descobre as

possibilidades de buscar detalhes da linguagem e dos sons das palavras. “Tenho dificuldades no fator exposição, para falar de forma direta sobre amores ou as questões político-sociais”, explica. “Ainda que no segundo álbum eu tenha mostrado mais o que sou”, diz a cantora. Foi em seus estudos também que ela encontrou a vanguarda paulista, em especial Arrigo Barnabé e Itamar Assumpção, e trouxe as rupturas para sua sonoridade. Uma faixa pode ter a levada da bossa nova, e a próxima quebrar o clima e ir para o caminho do rock. *Promessas e Previsões*, *Tem Certeza?*, *Torturadores* e *Caspa* são alguns bons exemplos dos caminhos que Ana percorre. Antes das interrupções dos shows, por causa do coronavírus, tinha apresentações marcadas não apenas em São Paulo, mas também uma turnê na Europa, que foi cancelada. Sobre seus shows, apesar de não ter roteiro fechado, afirma seguir um caminho “mais apolíneo do que dionisiaco”. “Tem muito a ver com guitarra e canto, mas não tem muito roteiro”, conclui.

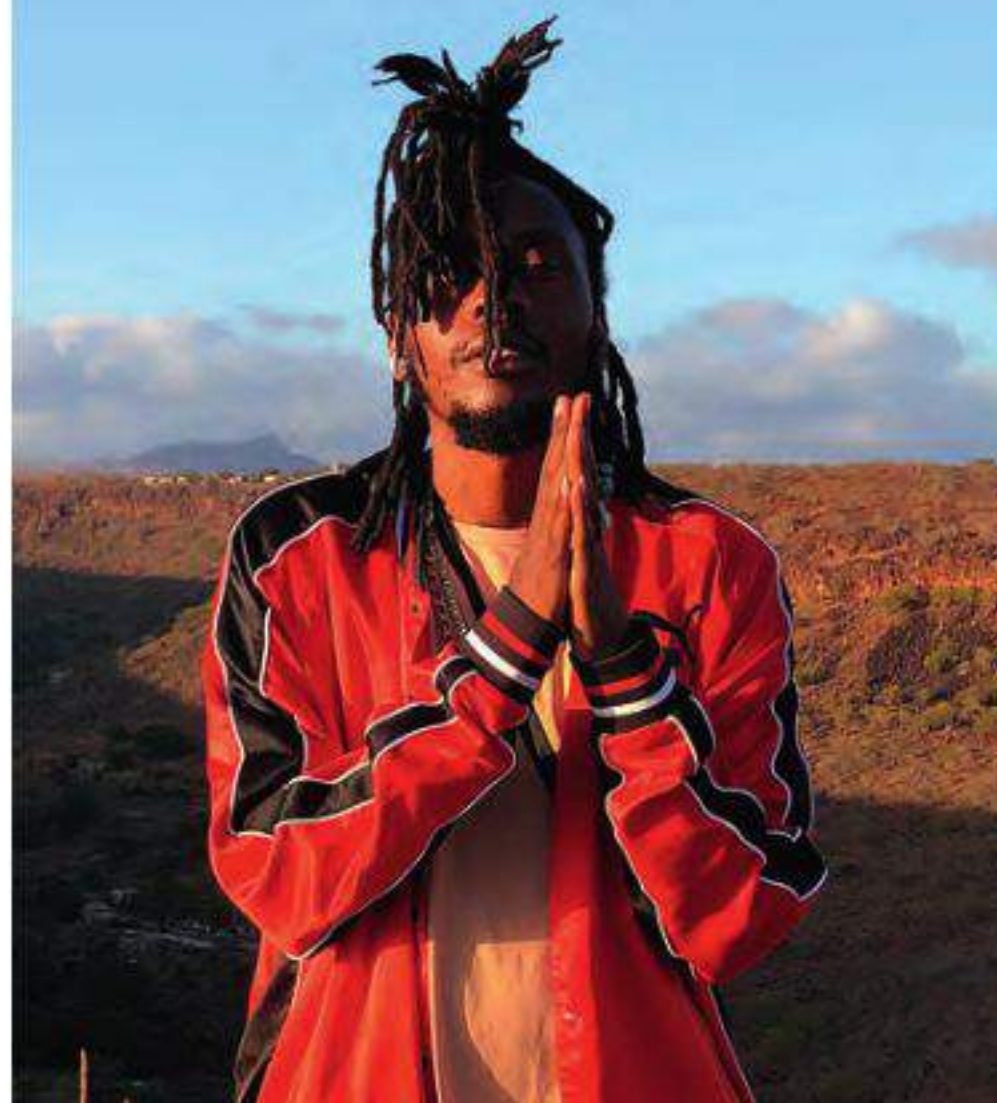
Descobrir a África

Rincon Sapiência mostra três artistas do continente africano para ouvir

> **Burna Boy, da Nigéria.** “Ele já tem um tempo na estrada e sempre me soou muito regional. Foi lançando disco, trabalhando, até chegar a este momento de artista internacional. A música dele tem um quê pop que faz com que apareça em produções de Beyoncé e Jorja Smith, por exemplo. Porém, carrega de forma explícita a influência de Fela Kuti. Ele mistura bem o pop e o ativismo, o que eu faço também no meu trabalho.”

> **Preto Show, de Angola.** “A princípio, é um kudurista, ligado à música tradicional de Angola que é como o funk aqui. Tem feito parcerias com artistas de outros países, como eu, aqui no Brasil. O artista tem gravado uma variedade de sons que vão além do kuduro, passeando pelas nuances do afrobeat.”

> **Tiwa Savage, da Nigéria.** “É uma cantora. O trabalho dela é lindo de ver, com bom gosto e talento. Me leva para um lugar comovente. Ela vem com os signos da música pop, associada a Beyoncé e Rihanna, mas fazendo a música afro e com linguagens nigerianas.”



CAROL JAFET

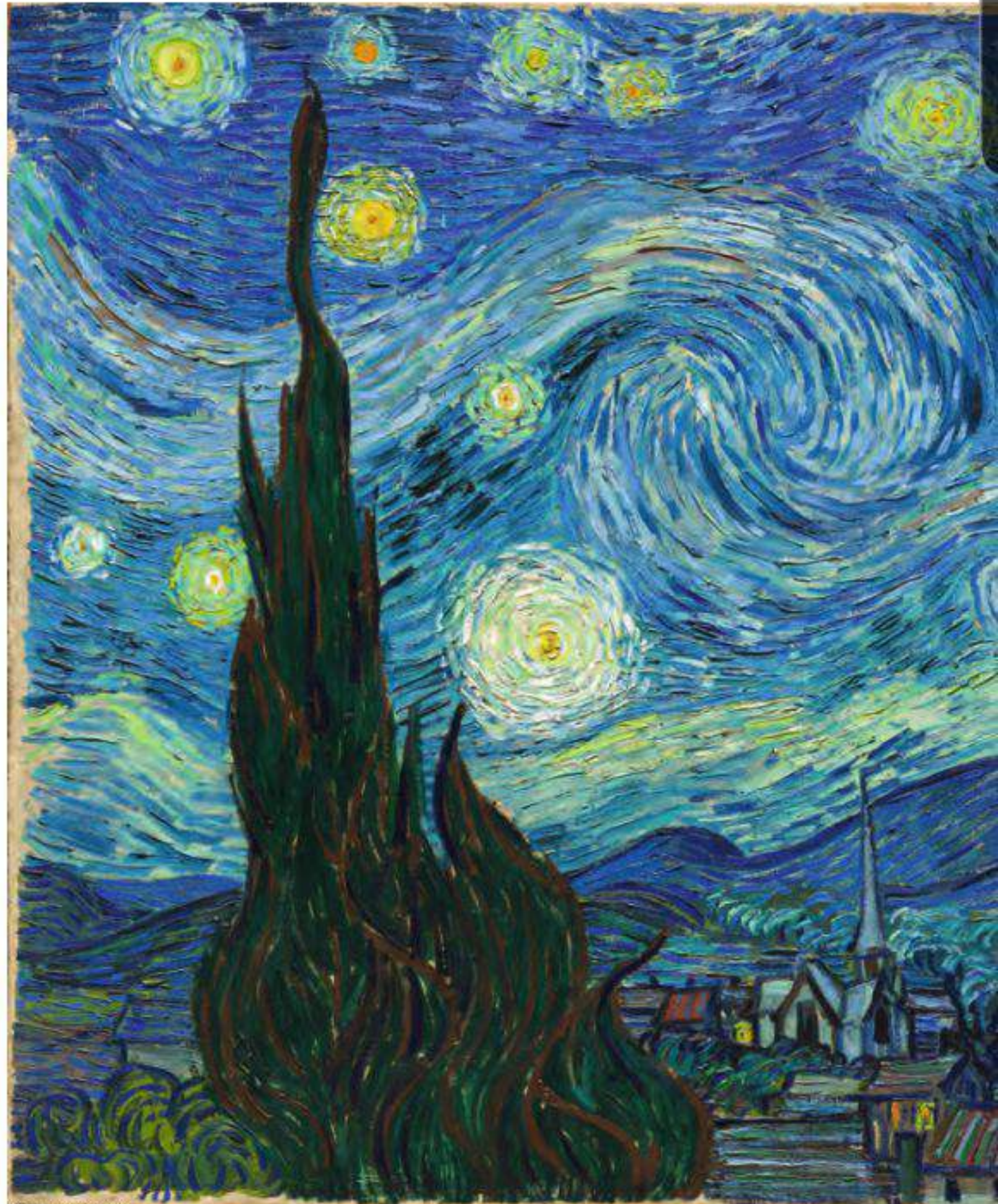
EXPOSIÇÕES

Tatiane de Assis

Arte na internet

> *museus que você pode conhecer sem sair de casa*

Com a suspensão de atividades em instituições culturais na cidade, uma boa opção para quem é apaixonado por artes visuais é visitar o acervo de museus pela internet. Sem limites geográficos, dá para conhecer mais de 1.600 obras do Masp e, na sequência, explorar as produções de 625 artistas presentes na coleção do Guggenheim Museum americano. Ainda nos Estados Unidos, que tal dar uma passada no Museu de Arte Moderna de Nova York e se deslumbrar com pinturas de Van Gogh? Na Europa, um pulinho no British Museum, na Inglaterra, ou no Reina Sofía, na Espanha, é mais do que bem-vindo. Agora que você tem uma sugestão de roteiro, que tal começar o passeio? Bons cliques.



JONATHAN MUZIKAR



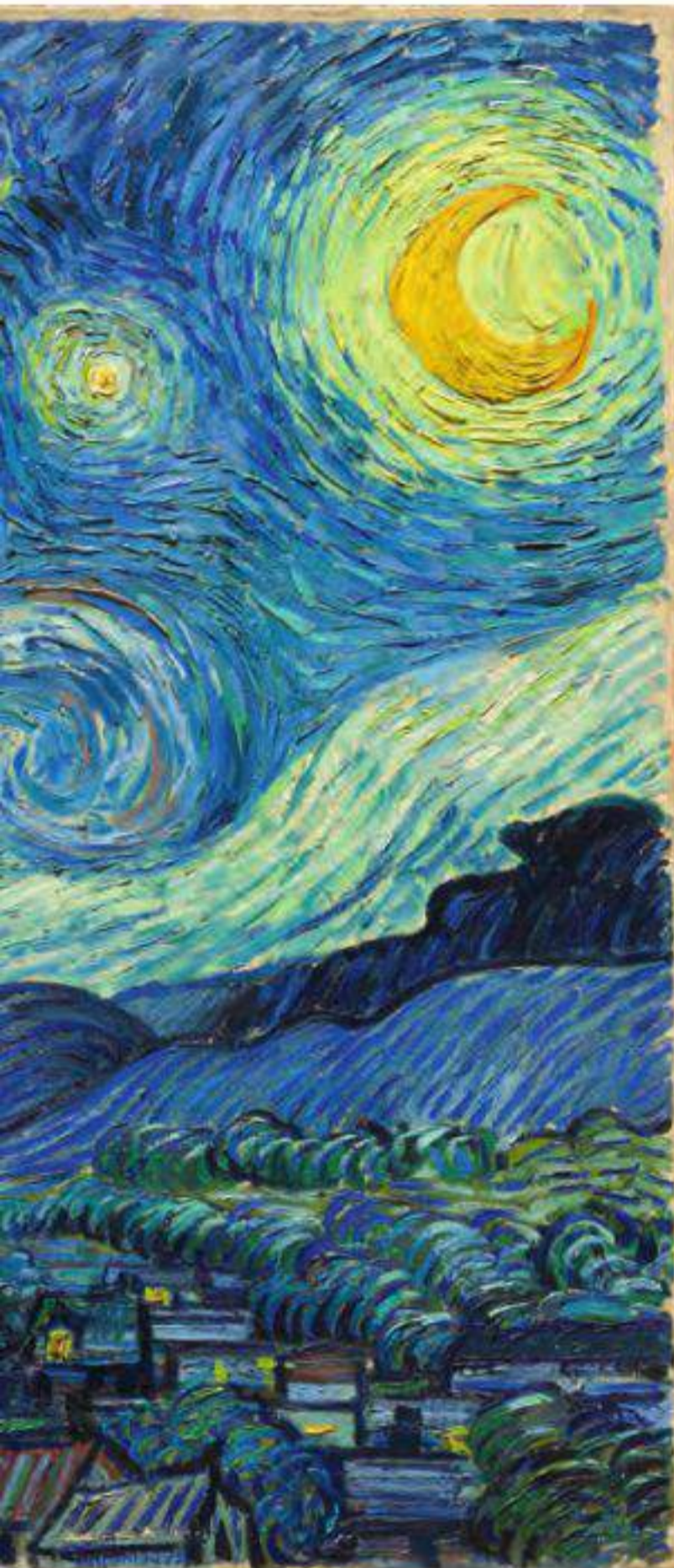
REPRODUÇÃO FACEBOOK

GUGGENHEIM MUSEUM

Conhecer 625 artistas, esse é o delicioso desafio do acervo do Guggenheim Museum, que tem mais de 1.700 obras. Sente-se perdido ao fazer a busca? Há a possibilidade de passear pelas redes sociais do museu, que também são abastecidas com trabalhos como os do *site specific* *Aten Reign* (à esq.; 2013), de **James Turrell**, que transformou, por meio de luzes de diversas cores, a cúpula do prédio, projetado pelo americano Frank Lloyd Wright (1867-1959).



REPRODUÇÃO



MUSEU DE ARTE MODERNA DE NOVA YORK

A instituição americana tem em seu acervo físico mais de 200 000 obras. Quase metade delas, 84 000, pode ser vista no site do museu. Está lá *A Noite Estrelada*, de **Vincent van Gogh** (à esq.; 1853-1890). A busca é fácil de usar e contempla nomes de artistas e de trabalhos. Uma boa é também se aventurar e encontrar nomes não tão conhecidos por aqui, como o japonês Naotaka Hiro.



MASP

Um dos cartões-postais de São Paulo, tem um acervo on-line com 1 634 obras. Nesse conjunto, há clássicos como *Retrato do Conde-Duque de Olivares* (à esq.; 1624), de **Diego Velázquez** (1599-1660), e *Quatro Bailarinas em Cena* (1890), de **Edgar Degas** (1834-1917). Para quem curte uma nostalgia, vale olhar as exposições realizadas por ali desde 2006. Só assim para minimizar um pouquinho da saudade de Tunga (1952-2016) e Guerrilla Girls.

BRITISH MUSEUM

Artificial Rock Nº 82 (à dir.; 2005) é uma peça de aço inoxidável, feita pelo escultor chinês **Zhan Wang**, inspirada em uma pedra do lago Tai, o terceiro maior de água doce da China. Se você não conhece nem o artista nem o lugar, tudo bem. Que tal buscar relações? Navegando pela web, dá para enxergar um diálogo entre essa obra e as de **Yutaka Toyota**, que mora no Brasil e pensa em efeitos ópticos nas peças.



REINA SOFÍA

O museu espanhol tem a impactante *Guernica* (1937), tela de **Pablo Picasso** (1881-1973), com mais de 7 metros de largura e 3 metros de altura. Para melhorar a compreensão do conjunto, é possível ver a coleção dividida em três grupos: *A Ruptura do Século XX: Utopias e Conflitos* (1900-1945), *A Guerra Acabou? Arte em um Mundo Dividido* (1945-1968) e *Da Revolta à Pós-Modernidade* (1962-1982).

EXPOSIÇÕES

Por dentro da obra

> **Realismo Fantástico** (2018), de Marcia de Moraes



ESTÍMULOS LITERÁRIOS

Jorge Luis Borges (1889-1986) e Julio Cortázar (1914-1984) são dois dos autores que inspiraram Marcia de Moraes na criação do título desta obra. “Passei uma temporada em 2013 na Argentina e li muitos contos do realismo fantástico, que é um movimento literário”, detalha a artista, que frequentava o mesmo bar a que Borges ia, no bairro de Palermo, em Buenos Aires.

CRIA E RECORTA

Quando começou a criar colagens, a artista paulistana utilizava excertos de desenhos que não tinham dado certo. Depois, optou por criar composições especialmente para ser desmontadas. “É um exercício de rearranjo”, afirma. Nesse processo, os elementos partem de formas figurativas. Você consegue reconhecer aí folhas, caules e pedaços de frutas?

TRANSFORMAÇÃO DE PEITO ABERTO

As formas circulares à esquerda nasceram do desenho de seios que a paulistana começou a fazer. “Eu estava amamentando”, conta. Com o processo de repetição e rearranjo da forma, feito em seu ateliê na Vila Mariana, nasceram argolas. “Elas são peitos esvaziados”, adiciona Marcia, que leva dez dias para fazer uma colagem.

“NÃO ESQUEÇA QUE EU VENHO DOS TRÓPICOS”

A profusão de cores, vindas de lápis importados, é parte importante do trabalho de Marcia. “Quando eu morava na França, as pessoas ficavam incomodadas com a quantidade de tons vibrantes. Nessa hora, eu sempre dizia: ‘Não esqueçam que eu vim dos trópicos’, que é uma frase da escultora e desenhista Maria Martins (1894-1973)”, diverte-se a artista.

FILIPPE BERNOT

ENTREVISTA

Panos vibrantes

Na série *Semaninha*, a artista goiana Débora Taiane Oliveira Alves, de 24 anos, faz uma discussão sobre sexualidade em um suporte pouco usual: os corriqueiros panos de prato



ARQUIVO PESSOAL

Quando você começou a produção dessa série? Pintei toda a série em janeiro de 2020, no ateliê do Dalton de Paula, artista do qual sou assistente. A gestação do trabalho, entretanto, vem de antes. Durante meu trabalho de conclusão de curso, comecei a pensar sobre o espaço público e o espaço privado por uma perspectiva de gênero. Li naquela época Simone de Beauvoir (1908-1986). No fim, para a faculdade, entreguei algo mais ligado ao espaço público. Contudo, devido ao estímulo dado pela minha orientadora, a professora Manoela dos Anjos Afonso Rodrigues, da Faculdade de Artes Visuais de Goiás (FAV-UFG), esse recorte intimista ficou latente em mim.

O que aconteceu quando você olhou para esse lado mais intimista? Surgiram questões da infância na minha

cidade natal, Bom Jardim de Goiás, que fica no interior. Lá, são bem retrógrados os papéis relacionados às mulheres. O espaço da cozinha é muito marcante nessa discussão, o casamento também. Lembrei da casa da minha mãe, dos panos de prato especiais, que não deveriam ser usados no cotidiano, mas sim como enfeites. Daí decidi subverter esse elemento.

De onde vieram esses panos de prato que você utilizou? Pedi que minha mãe comprasse, minha tia costurou as barras quadriculadas. Nesse processo, descobri que o conjunto com sete se chamava *semaninha*, que é o nome da série.

E que conexões você tenta fazer por meio deles? A mulher tenta buscar seus direitos, mas eles são negados. A

cozinha é um lugar que parece natural a ela, enquanto a busca pelo prazer não. A masturbação masculina é tida como algo comum, que é muitas vezes comentado. A feminina não, é vista muitas vezes como algo sujo, que não deve sequer ser mencionado. Os vibradores que eu retrato, de alguma forma, quebram esse tabu.

E as frutas? Elas fazem menção ao órgão sexual feminino e ao erotismo, como a maçã, a laranja e a romã.

Sua família gostou dos panos de prato? Eles não viram, minha mãe não tem muito interesse na minha carreira artística. Fiz uma troca com ela e minha tia. Elas me ajudaram a encontrar e costurar os panos de prato, e eu pintei alguns para elas — sem vibradores (*risos*).



FOTOS PAULO REZENDE

LIVROS

Embarque na leitura

A competição do século XXI

Poucos temas são tão fascinantes e obrigatórios para estes tempos de reflexão forçada quanto a ascensão da inteligência artificial. O livro **Inteligência Artificial** (Globo Livros, 292 páginas, R\$ 29,90 o e-book; R\$ 49,90), do taiwanês radicado em Pequim Kai-Fu Lee, ex-presidente do Google na China, ele próprio um cientista pioneiro nesse setor, demonstra a urgência de mergulharmos no assunto. O autor explica como os mundos jurídico, hospitalar, bancário, de segurança, da medicina, da mídia, da defesa, entre tantos outros, vão ser transformados de cima para baixo pelos sistemas que são capazes de ler e avaliar milhões de dados e processá-los.

Lee narra como em alguns supermercados chineses o consumidor já não paga com cartão nem com celular: o reconhecimento facial se encarrega de debitar as compras, calculadas por sensores, à conta do cliente cadastrado. O ato é chamado de “sorria para pagar”. Os pormenores dos aplicativos da China que misturam as funções de Tinder, Instagram, Facebook, WhatsApp com consultas médicas remotas são um poderoso lembrete que o país que copiava os EUA em tanta coisa aprendeu a inovar com saltos dignos de Bruce Lee.

Muito se fala nas hordas de desempregados que surgirão nas próximas décadas por causa dessa revolução, algo que é detalhado pelo cientista chinês (felizmente, ele também aponta profissões e expertises que estarão em alta nos próximos anos, para dar algum otimismo).

Lee explica que a inteligência artificial, longe de ficção dos Jetsons, é uma ferramenta que determinará em breve quem é competitivo ou não nas mais diferentes indústrias. Formado em Columbia e na Carnegie Mellon, ele tem a linguagem direta para explicar assuntos complexos de forma simples, valorizada pelas universidades americanas. Depois de ser executivo na Apple, na Microsoft e no Google, criou um fundo para startups chinesas na área — virou celebridade no país, onde o assunto da tecnologia mobiliza mais que qualquer *BBB*.

Entretanto, em alguns trechos, o livro peca por transpirar o nacionalismo chinês do autor, que menospreza algumas debilidades do modelo não democrático da potência asiática e aposta demais em sua fortaleza para competir com um “decadente” sistema americano. Como ainda é um ângulo raro por aqui, faz pensar.

Para Lee, a inteligência artificial favorece monopólios (já onipresentes no Vale do Silício, das redes sociais aos mecanismos de busca), por sua dependência de dados. “Pro-



dutores melhores atraem mais consumidores, que geram e entregam mais dados, que aperfeiçoam os produtos, o que termina atraindo mais usuários”, descreve.

O recado mais perturbador do livro é que, dadas as condições atuais, o Vale do Silício americano e a China terão domínio exclusivo no setor. O resto do mundo, sem o know-how, nem a escala, será tratado como “vassalo” desses dois impérios. Essa revolução deixará o planeta ainda mais desigual, exacerbando o contraste com as poucas regiões que vão conseguir gerar os empregos mais bem remunerados do futuro. **Raul Juste Lores**



Como lidar com as emoções

Psiquiatra, professor-colaborador da USP, médico do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas, doutor em ciências e bacharel em filosofia, Daniel Martins de Barros tem uma boa notícia em tempos de emoções conturbadas. Não é preciso buscar formas mágicas para eliminar os sentimentos ruins, mas sim aprender a ler o que raiva, medo, nojo ou tristeza, por exemplo, estão contando. Em **O Lado Bom do Lado Ruim** (Editora Sextante, 160 páginas, R\$ 24,99 o e-book; R\$ 39,90), ele foge do linguajar técnico hermético e apresenta pesquisas científicas e também experiências pessoais para ensinar o que é possível aprender com cada sensação. “As emoções são sinais. Funcionam como os alarmes da UTI. Não adianta desligar o alarme sem identificar o que está causando o problema”, afirmou Daniel em entrevista ao podcast *Jornada da Calma*. Longe de romantizar o sofrimento, Barros dedica a publicação a todos em busca de alívio. “Meu trabalho é ajudar as pessoas a lidar melhor com o lado ruim de suas histórias.” **Helena Galante**

DOS TABLADOS PARA A POLTRONA

Confira as indicações de quatro atores que estariam nos palcos da cidade nesta semana



Cleto Baccic, o Willy Wonka de *Charlie e a Fantástica Fábrica de Chocolate* e a *Fantástica Fábrica de Chocolate*
 “Neste momento, eu sugiro o *Ensaio sobre a Cegueira*, de José Saramago (Companhia das Letras, 288 páginas, R\$ 37,90 o e-book; R\$ 57,90). Além de ser uma leitura deliciosa, nos faz refletir sobre a fragilidade do ser humano. Mais atual do que isso, impossível.”

Flávia Garrafa, do monólogo *Fale Mais sobre Isso*

“Recomendo o último livro lançado em vida pela Fernanda Young, o *Pós-F: para Além do Masculino e do Feminino* (Editora Leya, 128 páginas, R\$ 24,99 no e-book; R\$ 34,90). Li depois de sua morte e parecia que estava tendo a oportunidade de conversar novamente com ela. Ouvia sua voz, seu jeito lúcido-caótico e extremamente inteligente de falar sobre a vida! Vale a leitura, pois são reflexões atuais, valiosas e vibrantes.”



JOÃO CALDAS



Irene Ravache, do monólogo *A Alma Despejada*

“Eis um bom momento para conhecer a vida de um gênio lendo *Leonardo da Vinci* (Editora Intrínseca, 640 páginas, R\$ 35,62 no e-book; R\$ 52,00). O autor é o jornalista americano Walter Isaacson. Em sua obra, ele detalha os múltiplos talentos de Da Vinci nas mais variadas áreas da arte e da ciência. E a palavra gênio, hoje tão vulgarizada, encontra seu personagem real. Minha próxima leitura, do mesmo Isaacson, será a biografia de Benjamin Franklin.”

Velson D'Souza, intérprete do papel-título no musical *Silvio Santos Vem Aí*

“Trabalhei com Aziz Ansari em sua série autoral *Master of None*, da Netflix americana. Dele, recomendo o livro *Romance Moderno* (Editora Paralela; 328 páginas; R\$ 29,90 no e-book; R\$ 39,90), sobre a evolução do romance na sociedade. Após fazer uma pesquisa científica com o sociólogo Eric Klinenberg, Aziz escreveu um tour do nosso universo romântico usando seu humor irreverente.”



CURSOS

Humberto Abdo

LIÇÕES DE CASA

Dez opções disponíveis na internet para tirar bom proveito do isolamento social



LUIS GOMES

HORTA EM PEQUENOS ESPAÇOS

A Gyn Cursos ensina todo o passo a passo para montar uma horta dentro de casa, a começar pela escolha do local e do vaso. As lições em vídeo são gratuitas e nelas é demonstrado como plantar mudas e sementes, controlar pragas, cultivar legumes, frutas e temperos e realizar a colheita.

bit.ly/pequenahorta

ANIMAÇÃO

Em parceria com a Khan Academy, o estúdio Pixar oferece um curso gratuito sobre animação, modelagem de personagens e outras técnicas inspiradas nos famosos curtas e longas-metragens lançados pela marca. Com testes de múltipla escolha e vídeos dublados, as aulas são divididas em sete capítulos, apresentados por Alex e Fran, funcionários da empresa.

bit.ly/pixaranimação

FINANÇAS PESSOAIS

Para que você aprenda mais sobre quais são os tipos de investimento, entenda sua relação com o dinheiro e saiba como organizar o orçamento pessoal e familiar, o Banco Central do Brasil disponibiliza um curso gratuito com vídeos, carga horária de vinte horas e certificado emitido pela Escola Nacional de Administração Pública (Enap).

bit.ly/GestãoFin

IOGA

Por meio de vídeos e slides, as aulas gratuitas do Learncafe explicam a origem da ioga, conjunto de práticas físicas e meditativas. Em quinze módulos, o site descreve os estilos principais e ensina algumas posturas e sequências de respiração. Um dos capítulos cita, ainda, os benefícios mentais e físicos para quem adota a prática periódica dos exercícios.

bit.ly/iogaonline

DUOLINGO

Com mais de 2 milhões de usuários no mundo inteiro, a plataforma ensina idiomas em atividades gratuitas e frases que simulam situações rotineiras, como sair para fazer compras, viajar e pedir informações na rua. Para falantes nativos de português, há seis opções: inglês, espanhol, francês, italiano, alemão e esperanto, língua artificial inventada no século XIX.

bit.ly/duocursos



DIVULGAÇÃO



TWOIMAGES/GETTY IMAGES

EXERCÍCIOS FÍSICOS

Em três unidades, as aulas gratuitas do site Cursos Escola Educação seguem um modelo simples de textos e ilustrações, que demonstram as posições de cada exercício.

A primeira parte ensina técnicas de aquecimento e alongamento, e o restante do curso é dedicado à ginástica localizada, aos exercícios de fortalecimento e musculação e às práticas aeróbicas e de relaxamento.

bit.ly/exercasa

FOTOGRAFIA

Da plataforma Udemy, o curso gratuito compreende noções básicas e avançadas de fotografia, com instruções para aprender a configurar a câmera, dicas sobre técnicas de enquadramento, foco e iluminação e uma introdução à história e evolução da prática fotográfica. O conteúdo, que inclui vídeos e artigos, é dividido em 55 aulas.

bit.ly/fotoudemy

GUITARRA

Este pode ser o momento perfeito para retomar os planos de estudar um novo instrumento musical, como a guitarra elétrica e o violão. No Coursera, a Faculdade Berklee de Música ensina os fundamentos essenciais para aprender a tocar os dois, em um programa para iniciantes com material de leitura e vídeos práticos. São cerca de dezesseis horas de aulas, divididas em seis semanas. Tudo de graça.

bit.ly/violaguitarra

MAQUIAGEM

Por R\$ 39,90, o curso conduzido por Andreia Venturini é composto de 35 aulas em vídeo. Além de dar dicas de produtos, uso dos pincéis e preparação da pele, a maquiadora ensina técnicas de iluminação, aplicação de glitter, como disfarçar olheiras e até um delineado em cores neon.

bit.ly/makeandreiave

CODIFICAÇÃO

Não faltam aulas de tecnologia e programação gratuitas na internet, muitas delas oferecidas por grandes instituições. Na plataforma Google Ateliê Digital, o curso para iniciantes é conduzido por tutoriais em vídeo, dicas práticas e avaliação no fim de cada atividade. Com uma hora de duração, nele são apresentadas as funções e princípios básicos das linguagens em código. Aulas de marketing digital, dados e desenvolvimento de carreira também integram o catálogo do site.

bit.ly/codgoogle

RESTAURANTES

Arnaldo Lorençato | alorencato@abril.com.br

DIRETO NA SUA MESA

As necessárias medidas preventivas para conter o avanço do coronavírus na capital fizeram com que alguns restaurantes tivessem de se adequar ao sistema de entregas para garantir uma sobrevivência mínima. Empresária com negócios de enorme sucesso, Renata Vanzetto colocou as marcas Matilda e McGusta, que já contavam com delivery, e até o gastronômico Ema para rodar. É possível receber em casa pratos como a costela assada por oito horas, purê de mandioquinha, farofa de biscoito de polvilho com batata palha e miniagrião (R\$ 87,00). Os ajustes foram duríssimos também nos bastidores. “Tínhamos 125 funcionários. Infelizmente, mandamos 25 embora ontem (17 de março). Das oitenta pessoas que ficaram, vinte estão trabalhando no delivery. Todas têm carro e não precisam utilizar o transporte público e não têm contato com o cliente”, revela. Rodrigo Oliveira, do premiado Mocotó, já tinha uma linha de frente dedicada a entregas. Via iFood, ele faz chegar à casa das pessoas pratos substanciosos como caldo de mocotó (R\$ 27,90), torresmo (R\$ 19,90), favada (R\$ 29,90), purê de mandioca (R\$ 13,90) e baião de dois completo (R\$ 35,90 em versão individual). “É uma maneira de ajudar o nosso pessoal, os parceiros e a comunidade”, acredita Oliveira. Também adotou a mesma forma de operação a rede Le Jazz Brasserie, que manda até o consumidor clássicos franceses como o filé ao molho de mostarda servido na companhia de espinafre e fritas ou purê de batata (R\$ 64,00). Com duas unidades na cidade, o Spot põe o cardápio para viajar. É possível escolher entre o penne oriental (cogumelo shiitake, gengibre e amêndoa; R\$ 62,00) e o steak au poivre (R\$ 71,50). O chef Marco Renzetti, do Pettiroso Ristorante, que já tinha planos de lançar um serviço de delivery, antecipou o projeto e está vendendo refeições pelo sistema *take away* e pelo iFood. “Além de pratos prontos, temos uma seção de rotisseria e é possível comprar massa e molho”, explica. Completa essa pequena lista, que vou atualizando nas próximas edições, o Corrutela, de Cesar Costa, chef revelação da mais recente edição anual VEJA SÃO PAULO COMER & BEBER, e o Tuju, de Ivan Ralston. Ainda é possível incluir o Charco, de Tuca Mezzomo, uma das melhores estreias do ano passado. Mas, neste caso, só por *take away*.



CANAL ÚNICO PDF O JORNALEIRO
ACESSO: t.me/jornaiserevistas



Quatro estabelecimentos dedicados a entregas (em sentido horário): Spot, Mocotó, Ema e rede Le Jazz Brasserie



MARIO LETTE

Informações
cheçadas até
17 de março
de 2020



FOTOS HENRIQUE PERON



FOTOS DIVULGAÇÃO



Viviane Gonçalves:
suspensão
das atividades

O EFEITO PANDEMIA: PORTAS FECHADAS E OUTRAS MEDIDAS

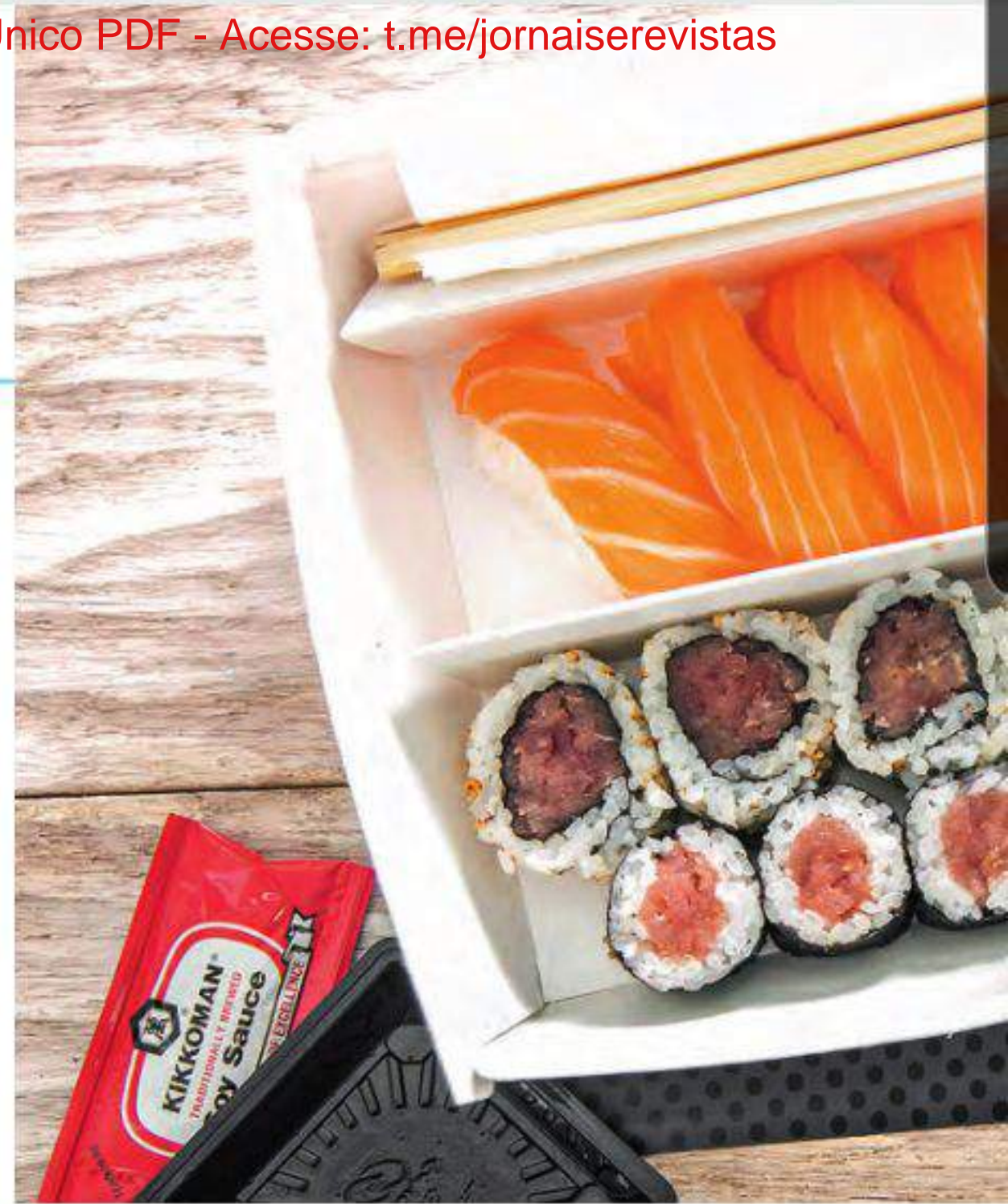
PAULO VITALE

Uma das primeiras providências mais severas, se não a primeira, em relação à pandemia de coronavírus entre os restaurantes publicados por VEJA SÃO PAULO COMER & BEBER veio do ChefVivi. A premiada casa da Vila Madalena teve as portas fechadas depois de um anúncio feito na noite do último domingo (15) e publicado nas redes sociais pela sócia Viviane Gonçalves, eleita a chef do ano na mais recente edição do guia anual. Depois de Viviane, a interrupção temporária foi adotada por vários colegas, como Helena Rizzo, com o Mani e a Padoca do Mani, no Jardim Paulistano, e Luiz Filipe Souza, com o Ewvai, no mesmo bairro. Originalmente, Salvatore Loi e Paulo Barros instituíam o sistema de *take away* no Moma — Modern Mamma Osteria, que também baixou as portas. Com a paralisação dos shopping centers, o número de casas que fizeram o mesmo explodiu. Até o fechamento desta edição, mais estabelecimentos procuravam formas de continuar. Houve uma readequação de espaço, com uma distância de pelo menos 1 metro entre as mesas, como no D.O.M., de Alex Atala. No Nino Cucina, Da Marino e em outras casas de Rodolfo De Santis, a ideia inicial era redesenhar o salão e privilegiar as mesas em áreas externas, mas o restaurateur decidiu parar as operações. Sucesso da cidade, A Casa do Porco Bar, com suas filas intermináveis na porta, adotou o sistema de reservas, para evitar aglomerações. São medidas para driblar uma crise aguda que está só no começo.

RESTAURANTES

Encomendas das dark kitchens

Uma seleção de quatro restaurantes para delivery que fazem entrega na capital



Aguzzo Trattoria

Nascido como um charmoso restaurante italiano em Pinheiros, o Aguzzo Cucina & Vino tinha um faturamento miúdo nos últimos anos. A virada aconteceu a partir de 2016 com a implantação de um eficiente sistema delivery. Entre as receitas de maior sucesso oferecidas em aplicativos está o nhoque verde de espinafre ao molho de gorgonzola e nozes (R\$ 58,00 em Pinheiros). Há uma preocupação com a padronização dos pratos, que passarão a ser elaborados na cozinha central em Pinheiros para ser finalizados nas unidades de Moema, Perdizes e Jardins. Até abril, a marca tinha planos de chegar à Mooca, onde ocuparia uma cozinha da Rappi. Um projeto que será adiado por causa do coronavírus. Funciona só até o domingo (22). Trabalha via iFood, Uber Eats e Rappi.





LIGIA SKOWRONSKI

sushi K

Roberto Nakamori, dono do NKK, braço de delivery advindo do restaurante japonês Nakka, com unidades no Itaim Bibi e nos Jardins, inaugurou recentemente o sushi K, outro serviço de entrega da especialidade oriental com preços mais razoáveis. O combinado hokkaido vem com: sashimi de salmão, sushi do mesmo peixe, hot roll, uramaki de atum spicy e hossomaki de atum. As vinte unidades saem por R\$ 35,00. Os preparos são todos feitos em uma mesma cozinha no Itaim, a partir da mesma matéria-prima. "Usamos máquinas para produzir mais rápido", explica o restaurateur. As pedidas do sushi K estão disponíveis exclusivamente através do aplicativo Rappi.



ACOMPANHE O CRÍTICO

f Arnaldo Lorençato

t alorencato

i alorencato

FOTOS DIVULGAÇÃO

Papila Deli

O poke, típico da culinária havaiana que une arroz japonês a peixe cru e outros complementos, pipocou pela cidade e, agora, aparece com força no delivery. Instalada numa cozinha fechada para o público no Itaim Bibi, a Papila Deli serve a especialidade com toques de criatividade. São seis sugestões pré-montadas, entre elas a que leva atum picado em cubos pequenos, manga, sunomono, alga nori fatiada, abacate, farofa de tempura, gergelim, edamame e uma massinha crocante de wantan temperado com páprica e alga (R\$ 54,50). Os pedidos são feitos pelo iFood.



Savage

Montado pelo restaurateur português Olivier da Costa, o Savage veio direto de Lisboa para São Paulo, mais precisamente para o Hotel Tivoli Mofarrej, onde ele mantém o restaurante Seen na cobertura. Nessa proposta de dark kitchen, ele entrega em domicílio burritos, sushis e tacos como esse de frango grelhado, maionese de ervas, alface-americana, repolho roxo, rúcula, guacamole, pico de galo, maçã verde e queijo de cabra (R\$ 12,00). São itens de sucesso que devem ter ainda mais procura. Os pedidos são feitos pela Rappi.

RESTAURANTES



MPG ARQUITETURA

MUDANÇAS NO CAPIM SANTO

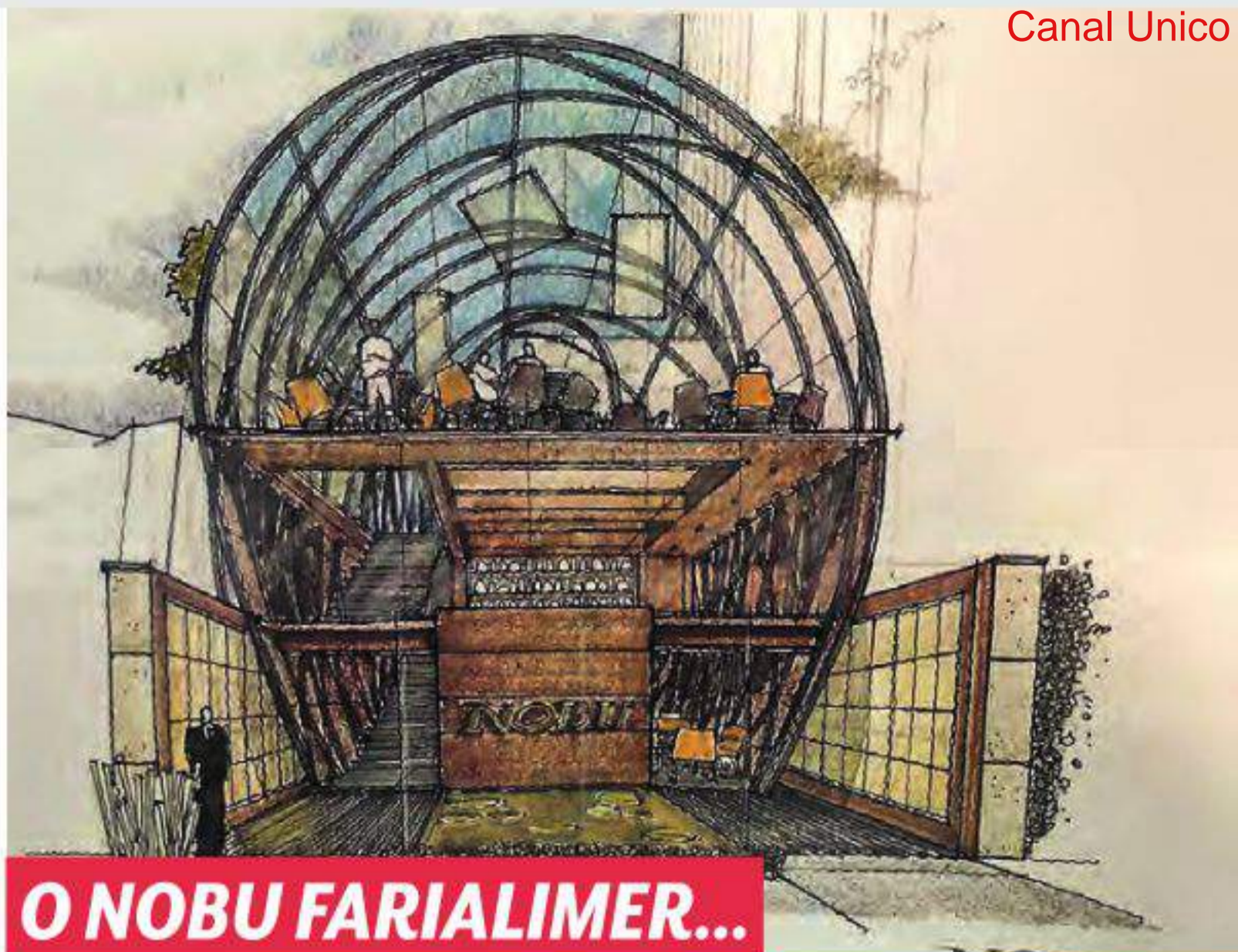
Em novembro do ano passado, entrevistei a chef Morena Leite, que na época estava com um barrigão de sete meses de sua caçula. Embora grávida, ela estava toda animada tocando a reforma do novo Capim Santo paulistano. Em 21 anos de história, o restaurante de cozinha brasileira, aberto em 1998, estava se mudando para seu terceiro endereço depois de permanecer quinze anos no mesmo ponto. Migraria da Rua Ministro Rocha Azevedo para a paralela Rua Padre João Manuel. Era prevista inclusive uma redução de área. Dos 1 000 metros quadrados do imóvel atual, que virará uma torre residencial, perderia 300 metros quadrados. Em compensação, ficaria mais bonito com o projeto do arquiteto Miguel Pinto Guimarães, que previa transformar o lugar numa grandiosa catedral de bambu. “Trouxe a inspiração de Bali, onde morei um por um ano”, contou Morena, à época, sobre o cenário que se completa com o paisagismo de Carla Oldenburg e a ilumi-

nação de Maneco Quinderé. Na terça (17) e na quarta (18), os feitos da pandemia fizeram Morena mudar completamente de planos. Ela fechou os três Santinhos, com vocação para almoço e localizados em espaços culturais: o Instituto Tomie Ohtake, o Museu da Casa Brasileira e o Teatro Municipal. Também suspendeu as atividades do Capim Santo paulistano, que deveria se entender até 30 de março. Foram encerradas ainda a unidade de Trancoso (BA), onde o negócio aberto por seus pais começou, assim como a filial carioca. “Decidir fechar um restaurante, mesmo que temporariamente, não é fácil. Não se pode cair no pânico, mas é preciso ser realista e ver que os cenários estão mudando. Estou com 70% da obra no Capim Santo pronta, mas não sei se vou ter fôlego financeiro para terminar. Estou de luto. Como vou atravessar essa onda?”, pergunta-se Morena. A mesma pergunta que se fazem muitos chefs e empresários do ramo.



DIVULGAÇÃO

Morena Leite: ainda sem previsão de retorno do restaurante que teve a reforma interrompida



O NOBU FARIALIMER...

CLAYTON VIEIRA OTAVIO DE SANCTIS ARQUITETURA



...E A EXTINTA CASA DOS JARDINS

A unidade paulistana do **Nobu** (foto) não funciona desde o fim de dezembro de 2019. Integrante de uma rede internacional de restaurantes ao redor do globo, a filial ocupava um imóvel de 1 330 metros quadrados no Jardim Paulista (Rua Haddock Lobo, 1573). A abertura causou certo frisson à época, em novembro de 2018, pelo menu de pedidas modernas do chef-celebridade Nobuyuki Matsuhisa, cuja grife culinária é mantida em parceria com o ator Robert De Niro — ambos não botaram seus pezinhos em São Paulo nem mesmo para a inauguração. Na montagem do negócio, o grupo local, liderado pela advogada Ester Endo, dos bares Trabuca, estimou ter feito à época um investimento estimado em 9 milhões de reais, como saiu em primeira mão no Blog do Lorençato. Apesar da cifra polpuda, o lugar operou por pouco mais de um ano. “O Nobu vivia cheio, mas de funcionários”, relata uma vizinha. O imóvel pertence a um fundo administrado pela gestora de investimentos Rio Bravo, que revela haver um problema com a rescisão do contrato de aluguel, “pois o locatário possui inadimplência em aberto com o fundo”. Essa versão é contestada pela antiga inquilina. “A Rio Bravo está dificultando um pouco a rescisão porque agia como se fosse dona do restaurante, mas era proprietária somente do prédio, pelo qual pagou uma fortuna”, garante a empresária, que montou uma filial temporária do Nobu em Angra dos Reis (RJ) entre dezembro e fevereiro. Ester também revela o valor salgado do aluguel mensal: 125 000 reais. “Não fechamos definitivamente. Vamos apenas mudar de endereço”, afirma. Os planos são ambiciosos. “Abriremos no segundo semestre no Itaim, na Faria Lima, bem em frente ao prédio do Google, e teremos uma arquitetura tão moderna que vamos virar ponto turístico na cidade.” **A.L.** e **S.Y.**

DETETIVE LUIZ 24H Mais de 25 anos de experiência

PARA TODAS AS FINALIDADES

11 2947-2892 | 99221-9750

ACEITAMOS TODOS OS CARTÕES DE CRÉDITO E DÉBITO

HOTEL E HOSPEDAGEM Light Life

Casas de Repouso Light Life

Acesse nossas casas de repouso:
www.casaderepousolightlife.com.br
 Ou ligue na Central de Atendimento:
(11) 3022-2162

SPA MAISON

Manequins do 42 ao 56

Nova Coleção **NEW YORK** WINTER 2020
www.maisonspa.com.br

PERDIZES Rua Dr. Homem de Melo, 438 11 2503.6503	MOEMA Rua Graúna, 332 11 2738.6188	JARDINS Al. Min Rocha Azevedo, 1076 11 2507.6284
---	---	---

SUPER INTERESSANTE

A SUPER MOSTRA QUE SIM, TEM SAÍDA PARA TODAS AS CRISES DA MENTE.

PODCAST **TERAPIA SUPER**

OUÇA NO SPOTIFY, YOUTUBE, DEEZER, GOOGLE PODCASTS, APPLE PODCASTS
 OU APONTE A CÂMERA DO SEU CELULAR PARA O CÓDIGO AO LADO:

BARES

Saulo Yassuda

LIGIA SKOWRONSKY



Negroni do Apothek e mistura do N45: para tomar em casa



Pronto na garrafa

Em tempos de bares fechados e de isolamento das pessoas em casa, o prazer de bebericar um bom coquetel não precisa ser deixado de lado. Você pode fazer o próprio drinque caseiro, mas é bom que tenha vários insumos. Caso contrário, apostar nas misturas engarrafadas pode ser uma boa saída.

O negroni, composição de gim, Campari e vermute tinto, é uma das mais populares opções prontas para servir — basta colocar uma pedra de gelo e, se quiser, uma casquinha de laranja. “Ele funciona na garrafa, os ingredientes conversam bem”, diz o bartender Alexandre D’Agostino, que pro-

duz há três anos os drinques com a marca Apothek. O clássico custa 90 reais e a versão com vinho jerez, 99 reais, sempre na garrafa de 375 mililitros (quatro doses). Tem também old fashioned, por R\$ 130,00. “O sabor das bebidas, depois de abertas, vai mudando e evoluindo até certo ponto”, diz. D’Agostino conta que, em breve, vai aumentar a produção em parceria com uma marca de destilados. Sobre a reabertura do bar Apothek, não há previsão, devido à atual situação de pandemia.

Foi pensando neste novo (e triste) cenário que a Jungle Gin, a Bitter & Co. e a Ice4Pros,

•
 Informações
 checadas até
 17 de março
 de 2020
 •



Júngle Gin e Bitter & Co.: gim e drinques prontos para beber com gelos especiais

FOTOS DIVULGAÇÃO

esta uma empresa dedicada a gelos especiais, criaram uma promoção. O público pode adquirir sua garrafa de 750 mililitros de negroni ou de rabo de galo junto de oito pedras de gelo cristalino por R\$ 129,00. Pelo mesmo preço, o dry martini vem com oito gelinhos na forma de diamante — o uso de gelo no clássico não é comum, mas neste caso praticidade é tudo. As compras poderão ser feitas pelos sites das marcas, via WhatsApp (☎ 98032-0881) ou em um espaço em Pinheiros (Rua João Moura, 1174), das 8h às 16h, de segunda a sexta.

Desde 2018 no mercado, o negroni N45 é vendido em embalagens de 500 mililitros e 1 litro, no site da marca (n45.com.br) e em redes de supermercado. Na plataforma Pão de Açúcar Adegas, a garrafa de 1 litro custa R\$ 159,99. “Estamos notando um crescimento nas vendas de bebidas on-line nos últimos dias”, diz Leandro Faria, fundador da marca.

UMA PAUSA ANTES DO “VELOSINHO”

O **Veloso** (Rua Conceição Veloso, 54, Vila Mariana, ☎ 5572-0254) entra na lista de bares que fecharão as portas como medida de segurança por causa da pandemia do coronavírus. Funciona só até o domingo (22). A ideia inicial dos sócios é voltar a operar no dia 10, data que pode ser revista. Quando retornar, o bar — que completa quinze anos no próximo dia 29 — deve ter novidade. O imóvel quase vizinho, no número 70 da Rua Conceição Veloso, onde já são vendidas as famosas coxinhas (R\$ 33,00, seis unidades) apenas para viagem, ganhará um pequeno espaço no piso superior. “As pessoas agora têm a possibilidade de comprar e subir com a coxinha para comer. Não haverá serviço de garçom”, explica o sócio Otávio Canecchio. A ideia é que o novo salão seja uma versão do Veloso para uma boquinha expressa, um Velosinho. O cardápio será praticamente o mesmo, consumido em mesinhas e bancadas coletivas. A abertura acontecerá no dia 27, mas foi adiada. “Ainda não definimos qual será a nova data”, diz o sócio. *Rua Conceição Veloso, 70, Vila Mariana, ☎ Ana Rosa (40 lugares). Não tem telefone.*



PROJETO CECILIA GARRIUX



FERNANDO MORAES

Projeto do novo salão, na sobreloja: coxinha vendida no térreo poderá ser levada para cima

BARES

Os balcões em tempos de Covid-19

A crise provocada pelo novo coronavírus está afetando pesado também o setor da gastronomia. Eventos foram cancelados, casas interromperam a operação e empresários tomam medidas para diminuir a proliferação da Covid-19 em seus negócios. No último fim de semana, já com a recomendação do Ministério da Saúde para que aglomerações sejam evitadas, alguns donos de estabelecimentos relataram a VEJA SÃO PAULO ter tido um movimento ligeiramente mais fraco que o normal, enquanto outros não notaram mudança na quantidade de fregueses. Quem circulou pela capital no sábado pôde notar que bares com áreas externas, como o Pirajá Prainha, em Pinheiros, e o recém-aberto Moela, em Santa Cecília, estavam com as calçadas bombando. Ainda que, até o fechamento desta edição, não tenha havido nenhuma ordem oficial sobre o funcionamento de bares e restaurantes em São Paulo, alguns endereços têm interrompido o funcionamento por tempo indeterminado. Um dos melhores espaços de coquetelaria, o Guillhotina, em Pinheiros, só subiu as portas até o sábado (14). "Resolvemos fechar por pelos menos quinze dias e avaliar a situação. Não vamos expor colaboradores e clientes ao contágio", diz Marcello Nazareth, sócio da casa. O Mé, de Renata Vanzetto, que fica no subsolo do bar MeGusta e não possui janelas, não abriu nesta semana e não há previsão de retorno. Depois dessa primeira medida, a chef fechou todas as casas do grupo, incluindo o gastronômico Ema (*leia mais em Restaurantes*). Também situado em um porão, o Bar do Cofre SubAstor está fora de operação desde o último dia 15 — todo o Farol Santander, es-



LIGIA SKOWRONSKI



PEDRO AUGUSTO

paço cultural onde o espaço está abrigado, fechou a visitantes. A casa é uma filial do SubAstor, bar de drinques instalado embaixo do Astor, na Vila Madalena. Não há previsão de que o Sub pause o funcionamento, mas dois eventos que aconteceriam ali, na segunda (23) e na terça (24), com a presença de bartenders internacionais, foram cancelados. Espaços com jeito de balada e com inevitável aglomeração de gente tendem a ter mais baixas. O latino Rey Castro, no Itaim Bibi, desistiu dos

festejos de seu aniversário, que seria na quinta (26). Montado nas fundações do Teatro Municipal, o Bar dos Arcos não iria parar. "Vamos trabalhar com menor capacidade de ocupação, com quase 50% a menos de lugares, pois espaçamos os assentos", disse o sócio Caire Aoas, na segunda (16). Dois dias depois, porém, o estabelecimento anunciou pelas redes sociais a pausa nas atividades. O wine bar Canaille, em Pinheiros, continua aberto mas, com o objetivo de evitar as perdas



Os ambientes do Mé e do Bar do Cofre SubAstor (abaixo): fechados temporariamente

com a possível fuga de clientes, começou a reforçar o sistema de delivery. “Os custos fixos não cairão com a queda da demanda”, acredita a sócia Marina Bertolucci. Após suspender eventos para público com mais de 500 pessoas, o governador João Doria recomendou que cinemas, teatros e casas de shows permaneçam fechados por, no mínimo, trinta dias. Uma cidade que vive em estado de emergência, como decretou o prefeito Bruno Covas desde o dia 17.

RECEITA DE BARTENDER

Gim-tônica larangin

Aprenda a fazer o drinque que é um hit no Boteco Paramount, em Pinheiros

Rendimento

1 coquetel

Ingredientes

- > Geleia de laranja
- > Pedras de gelo
- > 50 mililitros de gim

> 250 mililitros de água tônica

> 1 fatia de laranja-baía

> Três grãos de café

Modo de preparar

Lambuze a geleia nas pare-

des de uma taça. Coloque pedras de gelo e, em seguida, despeje a dose de gim. Acrescente a água tônica, a fatia de laranja e finalize com o café. Misture tudo delicadamente e sirva.



CLAYTON VIEIRA



CANAL ÚNICO PDF O JORNALEIRO
ACESSO: t.me/jornaiserevistas

COMIDINHAS

Gabrielli Menezes



FOTOS RICARDO D'ANGELO



Gero Panini on-line

★★★★★ Marcas que antes pouca gente imaginava que enviassem comida à residência dos clientes agora estão realizando essa prática — ainda mais em tempos como este, em que a melhor conduta é ficar isolado no conforto do lar. Para comer sozinho sentado no sofá ou à mesa de jantar com a família, o **Gero Panini**, da grife Fasano, disponibiliza o cardápio on-line num aplicativo próprio que pode ser baixado nos sistemas Android e iOS. Aberta em junho passado e vencedora de um prêmio VEJA SÃO PAULO COMER & BEBER, a marca já nasceu com essa ideia de delivery. São levados ao público marmitas de massas como penne alla vodka (R\$ 49,00) e sanduíches com embutidos como salame, que recheia a piadina, pão fininho preparado na chapa, junto de

queijo pecorino, tomate e orégano (R\$ 56,00). A ciabatta crocante serve de base para a saborosa combinação de porchetta, tomate, alface e molho de azeite, ovos, salsa, anchova e alcaparra (R\$ 46,00). O ótimo cheeseburger (R\$ 49,00), com queijo cheddar inglês e 180 gramas de alcatra e peito, é uma exceção em meio às pedidas de pegada italiana. Todos os sandubás acompanham saladinha ou fritas. Na sobremesa, são acertos tanto a torta de pera com creme de confeitiro servida ao lado de chantili (R\$ 22,00) quanto a levíssima cheesecake ao estilo nova-iorquino (R\$ 26,00). Os pedidos também podem ser feitos à moda antiga, por telefone. Dois motoboys trabalham exclusivamente fazendo as viagens, cuja taxa varia de acordo com a distância.

Informações
cheçadas até
17 de março
de 2020



Penne alla vodka
e sanduíche
de porchetta:
entre as opções
disponíveis no app

BRUNO GERALDI

COMO APRENDER CONFEITARIA SEM SAIR DE CASA

Jurado do programa *Que Seja Doce*, veiculado no canal fechado GNT, e expert em sobremesas, **Lucas Corazza** lançou um curso on-line para os fãs de açúcar que desejam aumentar os dotes ou mesmo se especializar. O workshop tem vinte videoaulas de quarenta minutos em média cada uma, nas quais o confeito ensina receitas de brownie, cheesecake, bolo em camadas e outros doces. Técnicas como a temperagem de chocolate, que dá brilho e textura ao ingrediente, serão contempladas no material, assim como uma parte voltada para os negócios, com conteúdos de marketing, higiene, ficha técnica e armazenamento. O pacote, que conta ainda com um e-book, custa R\$ 797,00. A partir da data de compra feita pelo site www.semanadoce.com/curso, o aluno tem um ano para desfrutar o curso.



ARQUIVO PESSOAL

DIVULGAÇÃO

BAGUETE ALÉM DO BÁSICO

- 🔴🔴🔴 O que se espera de uma boa baguete? Casca firme e miolo úmido. Na **Fabrique Pães Artesanais** há exemplares assim. Um deles conta com ainda mais dois predicados que podem ser resumidos em: azeitonas pretas e azeite de alho e ervas. Ambos os ingredientes valorizam a especialidade francesa e fazem da pedida um verdadeiro achado. A unidade, mais fininha que o usual, custa R\$ 12,00 e pode ser pedida em casa caso você esteja num raio de 2 quilômetros de distância de uma das três unidades da padaria. O contato é feito pelo telefone das lojas ou via WhatsApp.
- > Santa Cecília: Rua Conselheiro Brotero, 860, ☎ 2339-4374, WhatsApp 94389-8689;
 - > Higienópolis: Rua Itacolomi, 612, ☎ 4801-4318, WhatsApp 95210-7347;
 - > Vila Romana: Rua Faustolo, 553, ☎ 3863-9352, WhatsApp 95951-6650.

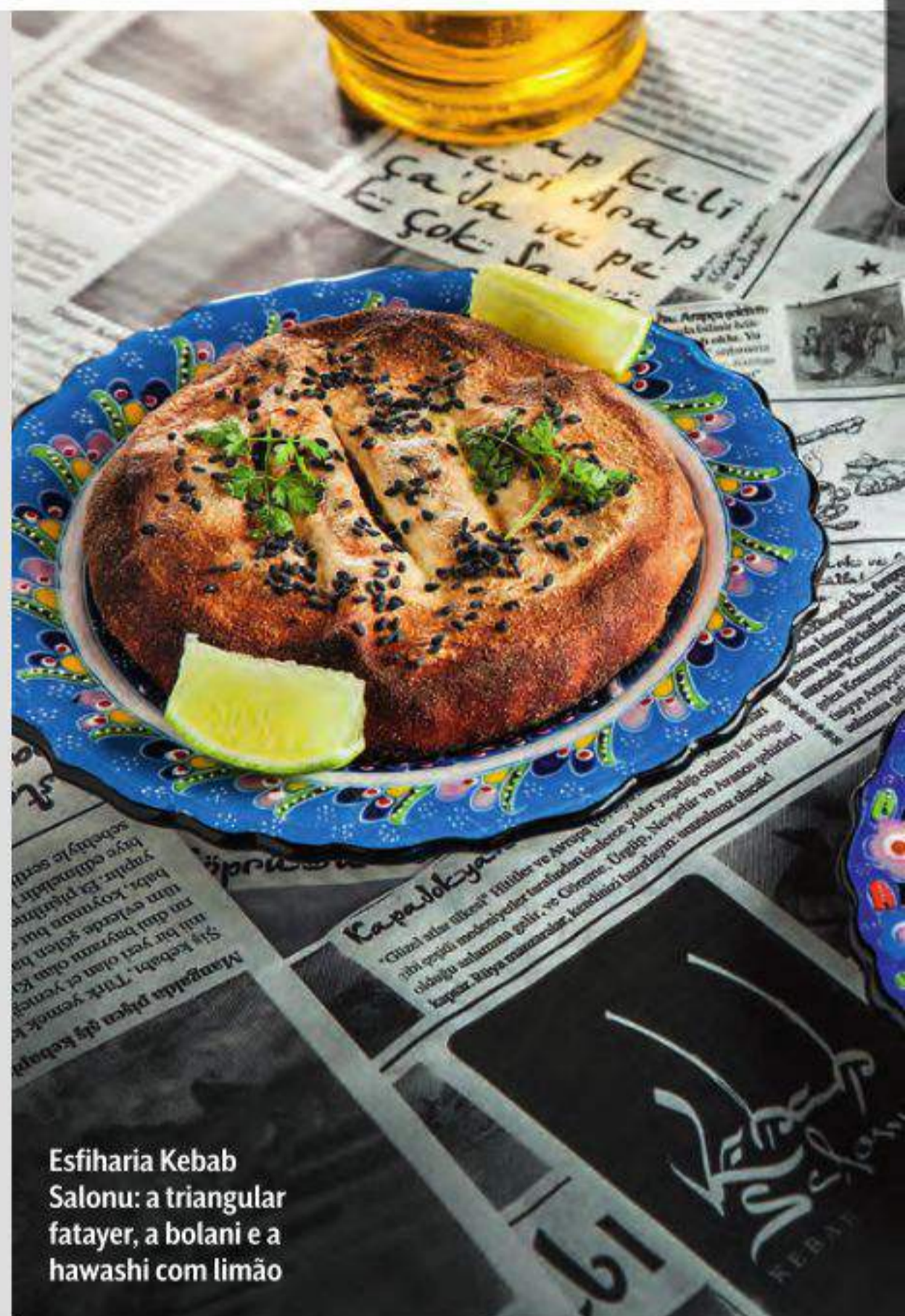
COMIDINHAS

3 CASAS ONDE SABOREAR ESFIHAS DE QUALIDADE

☆☆☆ **Dozza.** A rede de Osasco, conhecida por preparar receitas armênias, montou seu quarto endereço, agora na capital. Especialidades, as esfihas abertas são produzidas diariamente na loja e têm a massa quase crocante. Entre as coberturas está a de mix de queijos (ricota, mussarela e minas frescal; R\$ 6,70), que pode ser combinada a bastmá, carne bovina curada e seca (mais R\$ 1,30). *Entregas são feitas por telefone (☎ 3031-8050), iFood e app próprio.*

☆☆☆☆ **Esfiharia Kebab Salonu.** O cardápio do chef Fred Caffarena apresenta o salgado em diferentes receitas, todas populares no Oriente Médio. A hawashi fechada e de formato redondo é recheada de frango com dukkah, mix de tempero com castanhas e especiarias. A triangular fatayer leva ovo, queijo e espinafre no recheio, e a bolani, batata com cebola caramelada. Cada uma delas custa R\$ 12,00. *Entregas são feitas por Rappi e UberEats.*

☆☆☆☆ **Yokoyama.** Há quem não tire os olhos dos pastéis, que aparecem em versões como pizza e frango (R\$ 10,00 cada um), sempre com a massa sequinha. Mas permita-se também apreciar as esfihas, daquelas bem recheadas e de massa macia. Invista na de queijo branco, na de carne e na de frango com muuuito catupiry (R\$ 10,00 cada uma). *Entregas são feitas por telefone (☎ 2578-5070), Rappi, iFood e Uber Eats.*



Esfiharia Kebab Salonu: a triangular fatayer, a bolani e a hawashi com limão



A fachada e a xícara: tudo para lembrar um foguete

Café vegano para

☆☆☆ No **Astronauta Café**, tudo é vegano. A casa, que ainda permanecia aberta e pretendia ingressar no sistema de delivery, faz um cappuccino (R\$ 10,00) sem leite e com gosto bem diferente do convencional. No preparo, usa um blend de grãos especiais e uma bebida obtida de castanha-de-caju e amendoim. Depois de algumas goladas no conjunto, fica fácil acostumar-se com o sabor, menos neutro e mais amen-



CLAYTON VIEIRA

todos os públicos

doado se comparado ao da versão animal. O mesmo acontece em outras sugestões que levam o ingrediente, como o latte (R\$ 11,00) e o macchiato (R\$ 7,00). Quem prefere não arriscar encontra alternativa nos puros e em métodos filtrados. Há sete opções, entre elas prensa francesa e aeropress (R\$ 8,50, R\$ 10,00 e R\$ 12,00 cada uma). Nas comidinhas, faz bonito o pão de fermentação natural na chapa (R\$ 7,00), que fica

dourado graças à gordura de manteiga de coco ou azeite. Os doces, feiosos e colocados sobre o balcão, estão longe de ser atraentes. Atrativo à parte é o ambiente, que remonta a um foguete, da fachada de metal com uma janela redonda à xícara com aletas como as da máquina espacial. *Rua Rio Grande, 139, Vila Mariana. Não tem telefone (30 lugares). 8h30/19h (sáb. 9h/17h; fecha dom.). Aberto em 2018.*

DELIVERY

Orgânicos sempre à mão

Fornecedora de insumos livres de agrotóxicos para restaurantes como o Dalva e Dito e o Le Manjue Organique, a **Raízs** pode ser uma mão na roda também para o consumidor final. A startup funciona como um site de compras no qual é possível ter acesso a frutas, hortaliças e legumes orgânicos de mais de 800 agricultores certificados. “Tudo é fresco porque a colheita é realizada após a confirmação do pedido”, explica o fundador Tomás Abrahão. Em estoque só ficam os itens secos, como arroz preto biodinâmico (R\$ 28,90, 500 gramas) e chocolate Amma (R\$ 19,60 o tablete de 80 gramas). Os pedidos realizados até as 11 horas chegam ao endereço de destino no dia seguinte. Outra opção é agendar a entrega. Para quem pretende usar o serviço com certa constância pode valer a pena o sistema de assinaturas com entregas semanais, quinzenais ou mensais. Como a oferta depende da sazonalidade, o cliente não pode escolher produtos específicos, mas apontar quantas porções de verduras, frutas, legumes e temperos deseja. “Ele pode indicar quais restrições tem. Até o fim do mês, vamos implementar uma função extra para considerar também as preferências do consumidor”, diz Abrahão. Com 1 000 assinaturas e uma média de 2 600 pedidos avulsos mensais, a empresa, que faturou 5 milhões de reais em 2019, pretende chegar a 12 milhões neste ano.



Tomás Abrahão:
fundador do projeto
que entrega produtos
sem agrotóxicos

FOTOS ROMERO CRUZ

CARRINHO ON-LINE

Com a Covid-19, sites que vendem itens de despensa, medicamentos e produtos pet são opção para comprar sem sair de casa **Mariani Campos e Rafaela Bonilla**



Ultrafarma: 22 000 pedidos em um único fim de semana

FOTOS DIVULGAÇÃO

A quarentena, medida recomendada para conter o avanço do coronavírus nas próximas semanas, pôs em evidência os serviços de delivery — antes uma comodidade, agora eles são uma alternativa tranquila e segura para comprar itens básicos como comida, bebida, material de limpeza, remédios, ração para os pets... Para fazer uso dessa opção, contudo, é preciso se programar: assim como ocorre nas lojas físicas,

o medo do desabastecimento provocou um boom de pedidos e, conseqüentemente, o esgotamento de alguns produtos. E mais: o prazo de entrega, em geral, está mais longo. No Pão de Açúcar, por exemplo, uma compra feita via site para a Vila Nova Conceição costumava chegar em um dia; agora, demora uma semana. Na página do Sonda, um aviso na última terça-feira (17) pedia a compreensão para as eventuais indisponibilida-

des de produto e o maior prazo de entrega ou seu reagendamento. Os impactos causados pelo coronavírus também atingiram plataformas especializadas na venda de itens de despensa básicos, caso da Shopper e da HomeRefill — nessa última, o número de pedidos subiu 60% nos últimos dias. “Produtos antes atípicos entre nossos clientes, como o álcool em gel e as máscaras descartáveis, entraram na lista”, conta o CEO Guilherme dos Santos. Tam-

Alimentos, insumos para casa, remédios e ração a poucos cliques



CARREFOUR
carrefour.com.br
Entrega:
em média, 4 dias

CASA SANTA LUZIA
santaluzia.com.br
Entrega:
em média, 6 dias

EXTRA
clubeeextra.com.br

Entrega: em média,
a partir de 8 dias

HOMEREFILL
homerefill.com.br
Entrega: 8 dias,
prazo fixo

ST MARCHE
marche.com.br
Entrega: 1 dia

PÃO DE AÇÚCAR
paodeacucar.com

Entrega:
em média,
7 dias corridos

SHOPPER
shopper.com.br
Entrega:
em média,
4 dias

SONDA
sondadelivery.com.br
Entrega:
em média, 8 dias



COBASI
cobasi.com.br
Entrega: em média,
2 a 3 dias úteis

PETLOVE
petlove.com.br
Entrega:
até 2 horas,
para mercadorias
leves, na cidade
ou em 1 ou 2 dias

PETZ
petz.com.br
Entrega: a partir
de 1 dia útil



DROGA RAIÁ
drogaraia.com.br
Entrega: até
6 horas na capital,
1 ou 3 dias nas
demais cidades



bém dispararam os pedidos digitais nas lojas especializadas em produtos pet e nas farmácias. A Ultrafarma, cujo crescimento foi de 20%, registrou 22 000 compras no último fim de semana. Em todos os sites consultados, o álcool em gel estava esgotado (é possível pedir para ser avisado quando estiver disponível). Ainda assim, fazer compras sem circular pela cidade nem enfrentar filas de caixa segue como a melhor pedida para o momento. ■

DROGARIA SÃO PAULO

drogariasapaulo.com.br

Entrega: em média, 2 dias úteis

DROGASIL

drogasil.com.br

Entrega: até 6 horas na capital, 1 ou 3 dias nas demais cidades

ONOFRE

onofre.com.br

Entrega: até 6 horas na capital, 1 ou 3 dias nas demais cidades

ULTRAFARMA

ultrafarma.com.br

Entrega: em média, 4 dias úteis

Joias Finas

ESPECIALISTA EM AVALIAÇÃO, COMPRA E VENDA DE JOIAS. SE VOCÊ QUER VENDER, FALE COM QUEM É DO RAMO E VALORIZA O QUE É SEU.

- Joias
- Relógios
- Pérolas
- Brilhantes
- Pratarias
- Ouro e antiguidades

Guzi Joalheiros

Atendemos Sábados, Domingos, Feriados e também em domicílio

Av. Brig. Luís Antônio, 3780 **Jardim Paulista**
Esquina com Rua Honduras. Estacionamento próprio.

11 5573-3393 / 3887-7033 / 3060-9080

1197292-4214 www.guzijoalheiros.com.br 1199610-3155

Premier Joias

Faça dinheiro com sua joia ou relógio. Compra - Avaliação

Agende já! Avaliação gratuita. Pagamento no ato

Relógios: Rolex, Patek, Hublot, entre outros. Brilhantes, joias, ouro e prataria.

R. Haddock Lobo, 1307 - Loja 10 - Estac. no local Atendemos em domicílio
(11) 2528-6445 / 2528-6448 / WhatsApp 98940-8888 • www.premierjoias.com.br

GoRead

Mais de 200 revistas por apenas R\$ 22,90/mês.

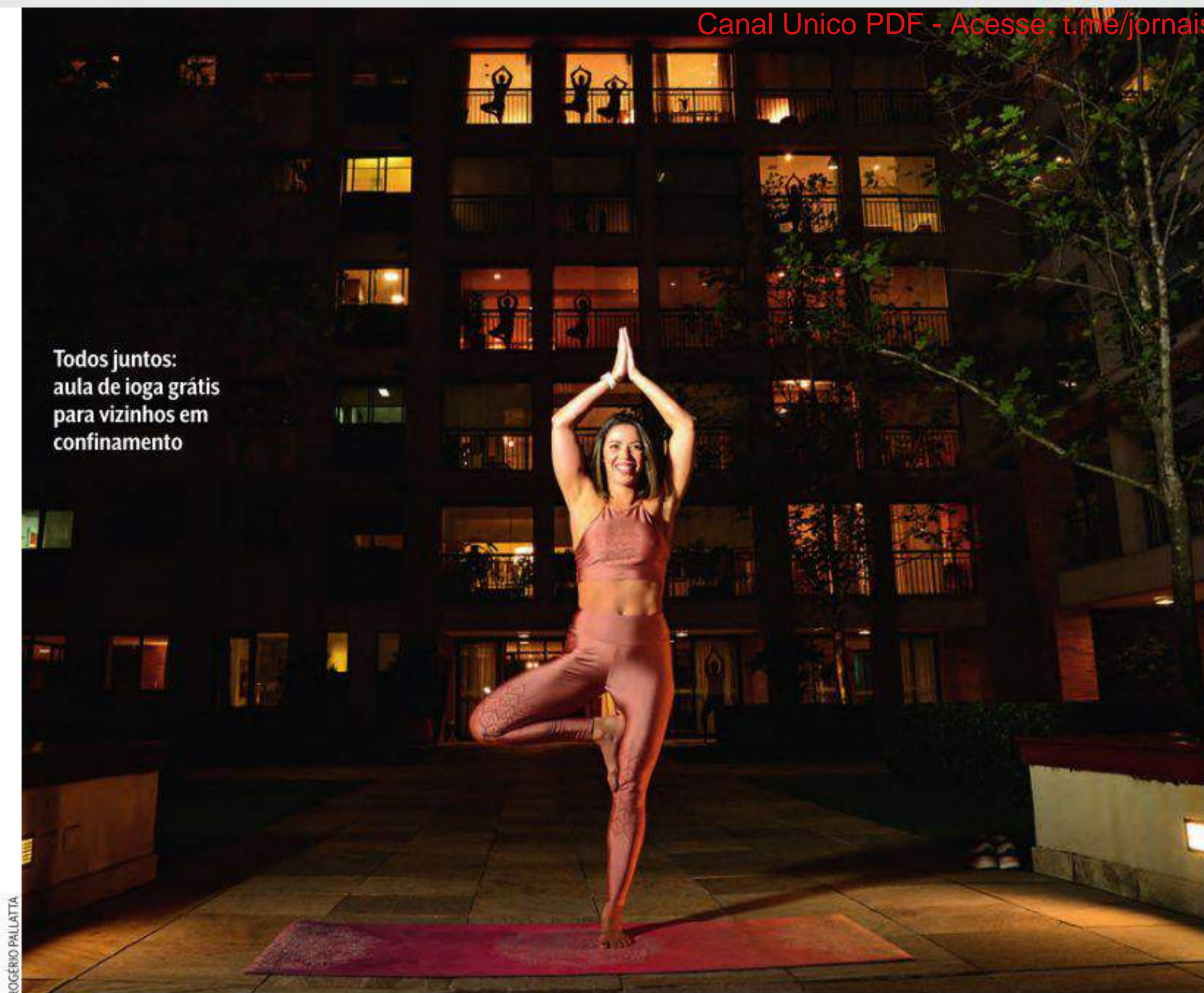
GoRead oferece acesso ilimitado a revistas de todos os segmentos. Você pode ler no seu smartphone ou tablet, ou baixar para ler quando quiser, mesmo offline.

GoRead. As melhores revistas em um único app.

EXPERIMENTE **30 DIAS GRÁTIS**

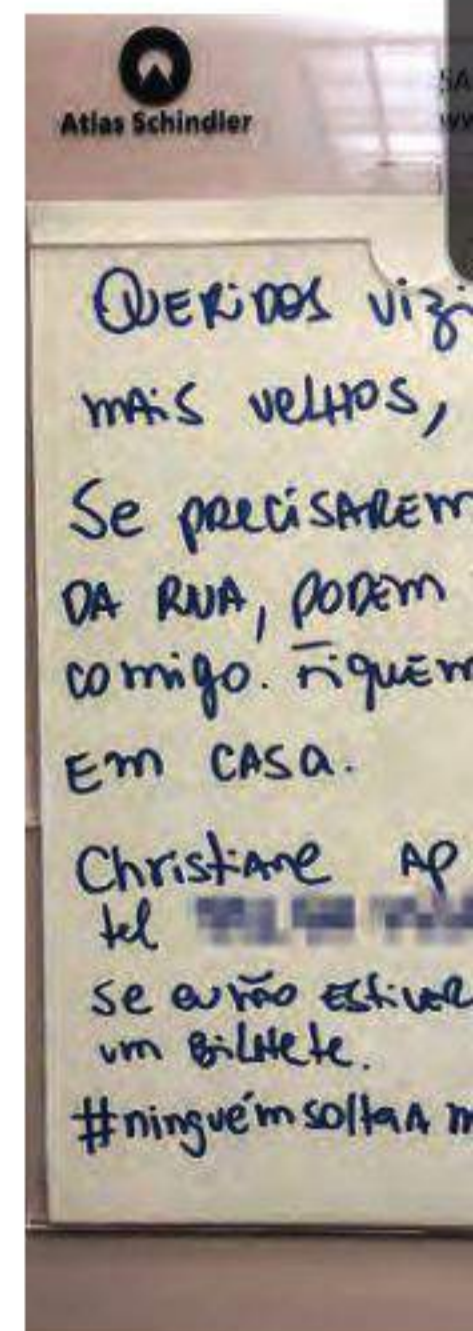
Acesse goread.com.br ou baixe o aplicativo.





Todos juntos:
aula de ioga grátis
para vizinhos em
confinamento

ROGÉRIO PALLATTA



CORRENTE DO BEM

Paulistanos criam rede de ajuda para fazer compras em mercados, distribuir álcool em gel no transporte público e até levar exercício físico a quem está mais em casa **Pedro Carvalho**

Uma das armas mais eficazes contra a Covid-19 não depende de governos ou laboratórios: é a boa e velha ajuda voluntária entre vizinhos. Em tempos de crise, as redes de solidariedade tomam as mais diferentes formas e proporções — e isso passou a acontecer em São Paulo nos últimos dias.

Iniciativas simples, como fazer compras para idosos ou grupos vulneráveis, podem ajudar a atenuar os impactos do vírus. É o que tem feito a psicóloga Andréia Freitas, 44, moradora de Santo André. Como também é cuidadora de animais, ela não deixou de circular pela cidade

nesse período — os pets, afinal, precisam ser alimentados. No domingo (15), Andreia fez um post no Twitter (ela tem 56 600 seguidores na conta @NaoInviabilize) para oferecer uma mãozinha a quem precisasse de compras. Acabou entregando a uma conhecida do Cambuci, sem custo, uma cesta com miojo, requeijão, papel higiênico e outros itens. “Na próxima semana, devo ir aos Correios para uma pessoa HIV positivo”, conta.

A executiva paulistana Christiane Calvel, 44, usou uma plataforma mais analógica: um bilhete no elevador do prédio, no bairro da Saúde. “Queridos vizinhos mais velhos: se

precisarem de algo da rua, podem contar comigo. Fiquem seguros em casa”, dizia a nota fixada no domingo (15). Dois dias depois, Christiane não tinha recebido pedidos, mas mensagens chegaram pelo WhatsApp para oferecer mais braços ao serviço. “As pessoas precisam se acostumar a cuidar mais das outras”, ela diz.

Os paulistanos também têm recorrido ao aplicativo Tem Açúcar, criado justamente para intermediar ajudas entre vizinhos. O app tem mais de 200 000 usuários, a grande maioria em São Paulo. Nele, várias postagens disponibilizam gentilezas ligadas à prevenção da Covid-19 em bairros da ci-

0800 055 1918
www.atlas.schindler.com

nhos

DE Algo
com bar
seguros

133

PODE DEIXAR
NÃO DE NINGUÉM

Mais velhos: à esquerda, bilhete em elevador no bairro da Saúde, e, nesta foto, compras feitas após pedido no Twitter



FOTOS: REPRODUÇÃO

dade. “Ofereço ajuda para pessoas com mais idade ou problemas de saúde e que precisariam sair de casa”, postou a usuária Jéssica Barcelos, da Vila Madalena. “Vi outros usuários se oferecerem para cuidar de crianças pelo app”, afirma.

O piloto paulistano Lucas Di Grassi também encontrou uma maneira de combater a Covid-19 por meio da solidariedade. Isolado com a família em um sítio em Itu (a Fórmula E, na qual compete, está suspensa), ele lançou uma vaquinha virtual para comprar álcool em gel para distribuir nos pontos de transporte público, além de outros itens emergenciais. Nos primeiros dias no ar, a iniciativa arrecadou 70 000 reais, com a colaboração de 74 doadores — o piloto doou 10 000. Com os primeiros 13 000, foi possível comprar 6 000 potes de spray para álcool diluído, 300 litros de álcool em gel e 10 000 unidades do produto em frascos de 30 mililitros. “O transporte público é um

importante vetor de transmissão da doença”, explica Di Grassi.

Outros voluntários se organizam para ajudar os paulistanos a manter os exercícios físicos em dia durante um confinamento. George Procopio, sócio da empresa Rent a Pro, que leva especialistas em atividades físicas a condomínios e colégios, reuniu profissionais desse meio para dar aulas a pessoas em quarentena. Eles visitam condomínios e demonstram os exercícios no térreo, enquanto os moradores que não podem sair de casa acompanham as aulas pela varanda. A primeira aconteceu em um condomínio próximo ao Shopping Cidade Jardim, na terça-feira (17). Da varanda, os alunos repetiam os movimentos da professora de ioga Leilane Lobo. Uma playlist compartilhada permitia que os alunos escutassem a música da aula nos aparelhos de suas casas. “Não podemos fazer barulho no pátio”, diz George. “Afinal, pode ter alguém doente.” ■



FLORESTA®

FERRAGENS & DECORAÇÃO



CRISMOE
Toalheiro
térmico queda
grande bivolt
R\$ 1.400,00



SAMSUNG
Fechadura
Digital
SHS-P718
R\$ 2.135,00



**CLÁSSICOS
FLORESTA**
Mesa Oval
Saarinen
1.80 x 1.00 mt
Freijó
R\$ 2.620,00



DIAMOND
Chuveiro
de parede
preto fosco
R\$ 890,00

NOVA LOJA BRÁS:
RUA DO GASÔMETRO, 281 T. 11 2039-0333

LOJA PINHEIROS:
RUA PAIS LEME, 238 T. 11 3093-6122

www.ferragensfloresta.com.br
vendas@ferragensfloresta.com.br
ferragensfloresta



HIGIENE DO CELULAR E OUTROS GADGETS



Limpeza de aparelhos eletrônicos, principalmente o telefone, é fundamental para evitar a propagação de doenças. Confira dicas de como fazer **Thiago Ramaciotti**

Mudar um hábito nem sempre é fácil — mas, em tempos de combate à Covid-19, trata-se de uma tarefa urgente. Junto com a incorporação de novos protocolos, como evitar tocar o rosto, trocar os beijos pelos cumprimentos a distância e lavar frequentemente as mãos com água e sabão, os paulistanos devem passar a higienizar regularmente seus celulares e demais aparelhos eletrônicos. Eles funcionam como ímãs para sujeira, no entanto, ainda que a recomendação dos fabricantes sempre estivesse lá, são poucas as pessoas que seguem a disciplina à risca. Três são as regras de ouro: 1. Não usar produtos abrasivos ou água de forma direta ou corrente. 2. Desconectar os gadgets das fontes de energia ou remover a bateria para realizar o procedimento. 3. Ficar atento ao manual de cada marca sobre instruções específicas. Para ajudar nessa tarefa, confira a seguir outras dicas úteis.

QUAIS PRODUTOS NUNCA USAR

- > Limpadores de janela ou de casa
- > Ar comprimido

- > Limpadores por aerossol
- > Solventes agressivos (acetona, benzeno)
- > Desinfetante
- > Amônia

O QUE USAR

Uma mistura de álcool 70% e água, em partes iguais, é ideal para a maioria dos aparelhos. Coloque a solução em um frasco de spray e use um pano de microfibra.

TELEFONE OU TABLET

A forma mais segura é fazer movimentos suaves com um pano úmido de microfibra com a solução acima. O cuidado se dá por causa do revestimento resistente às impressões digitais, para não danificar o aparelho. Os protetores de tela de vidro temperado podem ter o mesmo revestimento. Vale usar cotonetes para limpar entre os botões e a borda do aparelho.

CAPINHA DO CELULAR

Não há muito benefício em limpar o telefone celular



PEOPLEIMAGES/GETTY IMAGES

e reinseri-lo em uma capa suja. Seja de silicone, plástico rígido ou couro, a maioria dos modelos de capa para celulares possui bordas texturizadas. O objetivo é proporcionar uma melhor aderência ao telefone, mas o ponto fraco pode ser o acúmulo de sujeira. Muitas delas podem ser completamente submersas e lavadas em uma solução de água morna e um pouco de sabão para lavar louça, método de assepsia ideal. Use um pano macio para esfregar suavemente as bordas texturizadas. Enxágue bem a capa e deixe secar completamente antes de recolocar o telefone. Para limpeza diária, limpe a caixa com um pano de microfibra e a solução de álcool (sempre ele).

NOTEBOOK

Quem carrega o note para cima e para baixo pode levar mais bactérias, germes e vírus do que imagina. Vire seu laptop para baixo e sacuda-o com cuidado para se livrar de migalhas e partículas maiores de sujeira. Retire as peças removíveis e prossiga a limpeza com um pincel. Em seguida, molhe suavemente o pano de lim-

peza de microfibra e passe por toda a superfície. Use o mesmo pano para limpar a tela e as demais peças.

PC DE MESA

É o mesmo processo empregado na tela do laptop. Na parte de trás do monitor, utilize o pano de microfibra, que serve também para o monitor, o painel e o redor da tela. Não se esqueça de limpar a parte traseira da CPU e a poeira da mesa enquanto estiver usando o computador. Leve o teclado até a lata de lixo e agite-o para se livrar de detritos. Limpe com um pano e a solução de álcool e água. Use novamente o cotonete para tirar as sujeiras entre os botões. Limpe o mouse com um pano úmido e uma solução desinfetante.

RELÓGIO INTELIGENTE

Smartwatch acumula suor e partículas contagiosas da mesma forma que as mãos. Use o pano de microfibra umedecido para limpar a tela. Nos botões, passe uma solução de desinfetante com um pincel de cerdas macias. As pulseiras de náilon absorvem o suor com mais facilidade, então a dica é usar um pouco de detergente e um pano úmido para realizar a limpeza. Já as pulseiras de silicone devem ser limpas com uma pequena quantidade de álcool. As de couro pedem um condicionador específico para o produto para finalizar o processo.

FONES DE OUVIDO

No caso dos fones de ouvido com pontas removíveis, retire-as e limpe com água e sabão. Enxágue bem. Use o pano de microfibra umedecido em água para limpar o resto dos fones e o cabo. Para os fones tradicionais, pano úmido na solução basta. Uma escova de cerdas macias limpa os lugares mais estreitos. As pontas dos fones bluetooth devem ser limpas apenas com um pano seco para evitar danos ao aparelho internamente.

CONSOLE E CONTROLADORES DE JOGOS

Desconecte o console e os controladores antes de iniciar a limpeza. Utilize uma escova de dentes macia para limpar as entradas dos dispositivos. Para a limpeza da superfície, pano úmido de microfibra e cotonetes para as partes estreitas, pequenas e entre os botões. Para os controles, pano úmido com solução de álcool e água. Não esqueça de limpar o cabo. É importante verificar se tudo está seco antes de reconectar. ■



STRINGER/GETTY IMAGES

Covid-19 e pets: quais os riscos?

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), não há evidências significativas de que cães, gatos e outros bichinhos de estimação possam ficar doentes ou ser vetores da Covid-19 – no momento, várias pesquisas estão em andamento para averiguar como o organismo de diversas espécies de animais reagem ao vírus. Segundo especialistas, a variação do coronavírus que pode ser encontrada nos pets é diferente da que atinge os humanos. “É importante salientar que tais variações são verificadas em animais há muito tempo, mas nunca houve a transmissão zoonótica para pessoas”, afirma o médico veterinário Marco Antônio Ferreira, especialista e mestre em pequenos animais pela Universidade de Franca. Segundo ele, a informação é a melhor saída para não causar preocupação e coibir o abandono dos pets. Caso o tutor adoça, a recomendação é a mesma de sempre: evitar contato direto como “lambeijos” ou dividir cobertor e travesseiro. Mas atenção: ainda que improvável, a Covid-19 pode sofrer mutação e acabar infectando pets no futuro, como aconteceu, reversamente, com o H1N1, que infectou humanos. Por isso é importante seguir as orientações de assepsia, o que inclui lavar as mãos antes e depois de tocar nos animais, nos alimentos, nas suas fezes ou urina, e só sair de casa se realmente for necessário.

MEU PET

Crystal é uma chihuahua de 9 anos, que mora na Vila Carrão, bairro da Zona Leste da capital. Como se vê, ela gosta muito de posar para fotos. Quando não está modelando para as lentes de sua tutora, também curte entrar na farrã com seus quatro “irmãos” caninos – Yuri, Bellynha, Joy e July – e passear pelo bairro.

> Para participar, marque #vejasp no retrato publicado no Instagram e fique ligado.



REPRODUÇÃO INSTAGRAM @TURMINIS



Os gatos ficam "chapados" com catnip?

Qual foi o primeiro easter egg da história?

Por que é gostoso estourar espinhas?

SUPER

RESPONDE!

Por que não dá para fazer cócegas em si próprio?

Plantas melhoram o ar da sua casa?

Esclarecemos suas dúvidas, e provocamos muitas outras!



Toda segunda e sexta, um vídeo novo. Assista no YouTube ou em abr.ai/superesponde

Para assistir agora, aponte a câmera do seu celular para o código abaixo:



A TAL FELICIDADE

Gustavo Tanaka



Um novo olhar para uma das nossas maiores sombras: a dificuldade de viver em comunidade

Eu sempre me considerei uma pessoa muito fácil de lidar. Era bom de grupo, me dava bem com as pessoas no trabalho, nunca fui de gerar conflitos. Mas acabei percebendo que, na verdade, isso acontecia porque eu me anulava para estar bem com os outros. Nunca gostei de brigas, e o medo de entrar em desacordos sempre foi maior que a vontade de dar minha opinião. Era daqueles que preferiam passar por cima do que sentiam para não criar caso e manter tudo em paz.

Acontece que isso era apenas uma máscara para deixar as coisas aparentemente em paz, quando, por baixo disso, eu borbulhava. Era um comportamento que não se sustentava a longo prazo. Assim, com o tempo, fui percebendo a necessidade de me colocar, de me posicionar e expressar aquilo que eu sentia e em que acreditava. Se por um lado esse comportamento representava uma libertação para mim, por outro escancarava uma fragilidade gigante na minha vida: **eu não sabia me relacionar.**



GREMLIN/GETTY IMAGES

Algumas vezes me mostrava autoritário, outras arrogante, julgava o tempo inteiro e acreditava que a minha forma de fazer as coisas era sempre a melhor. Fingia ter humildade, mas na realidade eu não ouvia aqueles que não concordavam comigo. **Foi preciso viver muitas crises em grupos e relacionamentos para me dar conta de algo bastante sério na minha vida.** De fato, eu não sabia me relacionar. Não sabia me comunicar direito com as pessoas. Vivia uma eterna batalha.

Todos os dias eu precisava vencer os que estavam ao meu redor para poder fazer valer aquilo em que acreditava. Algumas vezes não conseguia e ia dormir frustrado e com raiva. E, quando conseguia “vencer” uma discussão, o sabor da vitória era contaminado com a culpa por sentir a dor da pessoa de quem tive de passar por cima. **Quando aceitei que precisava aprender a me relacionar, minha vida começou a se transformar de uma maneira impressionante.**

Fui estudar comunicação, aprendi a escutar e, aos poucos, a empatia foi crescendo dentro de mim. Com o tempo, deixei de ser aquele que se sentia dono da verdade e passei a aprender a virtude da humildade. Percebo que cada ser humano é único no mundo e tem um olhar diferente para cada situação. Conto tudo isso porque acredito que estamos vivendo um momento muito desafiador no planeta. **Estamos sendo colocados frente a frente com uma das nossas maiores sombras coletivas: a dificuldade de vivermos em comunidade.**

Nossa cultura tem sido muito baseada no cada um por si, na suposta meritocracia. Veneramos os *self made men*, homens que se realizaram sozinhos. Hoje tenho clareza de que eu não era o único que não sabia se relacionar. Percebo que essa dificuldade está em todos os níveis hierárquicos, em todas as famílias e em todas as organizações. Basta você olhar para as suas relações e vai conseguir observar. Pense em sua família e

A TAL FELICIDADE

veja se todos vivem em harmonia perfeita. Analise suas relações de trabalho e repare se as pessoas conseguem sempre se entender. Não precisamos nem fazer esforço para ver que a política representa claramente essa dificuldade.

O senso de comunidade foi se perdendo à medida que cada um de nós foi se fechando na própria bolha. Talvez a dificuldade de dialogarmos, de nos comunicarmos e de nos relacionarmos seja a principal causa disso tudo. E agora estamos sendo convidados a olhar para algo que até então não havíamos sentido a necessidade de observar. O cenário atual, que nem preciso descrever qual é, está escancarando a fragilidade das nossas relações. **Estamos vivenciando na prática o entendimento de que somos seres interdependentes.**

A transmissão de um vírus nos mostra que estamos todos conectados e que um depende do outro. Ninguém consegue viver sozinho. Não é possível viver para sempre com fronteiras fechadas, sem sair de casa ou se isolando do mundo. Não é mais possível viver desconsiderando o outro e sem a consciência de como nossos atos influenciam as outras pessoas. Não se trata mais de sair de casa, decidir se você vai ou não a algum evento. Trata-se de uma nova consciência que está emergindo. A lembrança de que somos parte da mesma espécie.

Somos seres humanos e integramos uma grande comunidade chamada humanidade. **Estamos recordando que fazemos parte de algo maior que cada um de nós.** Não é apenas uma teoria nem um discurso bonito. É uma necessidade real e uma oportunidade de transformação. Talvez algumas pessoas tenham de ficar mais tempo em casa do que gostariam. E, assim, precisem encarar alguns problemas que estavam sendo ignorados. Às vezes é mais fácil sair e fingir que o problema não existe. Isso significa aprender a conversar mais com quem mora com você. Significa aprender a se relacionar com sua família, desenvolver a comunicação em seu casamento. **Pode parecer desafiador no começo, mas pode ser também a chave da felicidade que você busca.**

Se estendermos isso para os nossos círculos de relacionamento, poderemos aprender a dialogar com as pessoas que vivem no mesmo prédio, no mesmo condomínio ou no mesmo bairro. Não se trata apenas de você ter de fazer algo que é chato e a que está obrigado. Não é como uma escola com um professor dando uma tarefa maçante que você deve entregar no dia seguinte. Pode ser uma oportunidade muito especial de aprender com quem pensa de modo distinto. De mudar a forma como cada um enxerga a vida. Uma maneira de expandir sua visão sobre como a vida funciona e perceber que tudo pode ser bem diferente.

Voltando à minha história do começo do texto, quando me dei conta de que não sabia me relacionar, começou um processo de transformação gigante dentro de mim. Porque aquela imagem que eu tinha de mim mesmo, da pessoa boa de grupo,

que se dá bem com todo mundo, passou a desmoronar. **E, se eu não era mais quem eu acreditava ser, então quem eu era?** Aos poucos fui questionando minhas certezas.

Acabei percebendo que eu também não era tão dono da verdade assim como achava. Que a minha percepção da vida não era a melhor e que existia muita gente que podia me mostrar um ângulo diferente. A dor inicial e o conflito existencial foram dando passagem para um novo olhar. Fui aprendendo a apreciar outros pontos de vista. Percebendo que, **quando eu me abro para aprender, todas as pessoas que encontro podem ser mestres.** E, quanto mais aprendo com cada uma delas, mais me conheço e me transformo. Pouco a pouco, minhas relações foram se modificando. Fui me reconciliando com aqueles com quem havia brigado, me aproximando de amigos de quem tinha me afastado, me dando melhor com minha família e sobretudo melhorando minha relação comigo mesmo.

Brigar com alguém, não conseguir se relacionar com uma pessoa de quem você gosta é bem frustrante. Dá uma sensação ruim no peito, um sentimento de insatisfação consigo mesmo. **Porque, no fundo, como seres humanos, nós só queremos estar em paz.** Queremos viver felizes. E não é possível vivenciar a paz com o peso de uma relação não resolvida. Um mundo de paz somente pode acontecer quando cada ser humano faz sua lição de casa para estar bem em suas relações. O momento atual é desafiador, mas talvez traga surpresas agradáveis para aqueles que aproveitarem a oportunidade para viver melhor em comunidade. **E quem sabe assim a gente dê alguns passos na construção de uma nova civilização, reconhecendo-nos como membros da mesma família. Somos seres humanos e vamos seguir juntos por aqui.** Nossa passagem vai ser mais bem desfrutada se aprendermos a cuidar uns dos outros.



Gustavo Tanaka, à frente do perfil @gutanaka, é autor dos livros *11 Dias de Despertar* e *Depois do Despertar*. Convidado do episódio *Como Fugir da Armadilha de Pensar Demais*, do podcast *Jornada da Calma*, conduz os projetos *Círculo de Virtudes* (@circulodevirtudes) e *Brotherhood* (@brotherhoodbrasil).

FERNANDO CARDINALI

SUPER.doc

O QUE ACONTECE NO METRÔ DE MADRUGADA

UM MINIDOCUMENTÁRIO DA SUPERINTERESSANTE

Milhões de pessoas utilizam os metrô todos os dias nas principais cidades do país. Mas o que acontece quando eles fecham as portas depois do horário de funcionamento?

▶ ASSISTA AGORA:



veja São Paulo

PODCASTS



Tranquilidade, inspiração e sabor em alto e bom som.

JORNADA DA CALMA - SEGUNDA

Helena Galante respira fundo e convida entrevistados a compartilhar decisões que podem trazer serenidade.

#SPSONHA - TERÇA

Raul Juste Lores traz boas ideias para melhorar São Paulo em um bate-papo otimista e provocativo.

COZINHA DO LORENÇATO - SEXTA

Arnaldo Lorençato entrevista os maiores chefs do Brasil e serve os bastidores da gastronomia de bandeja.

Ouçã no **Spotify, Deezer, YouTube, veja.com.br** ou aponte a câmera do seu celular para o código ao lado



Canal Único PDF O Jornaleiro



Cadê o Jornaleiro, gente?!
Acesse nosso Canal no Telegram:
t.me/jornaiserevistas ou [@jornaiserevistas](https://t.me/@jornaiserevistas)