

ISSN: 2675-4541

Distribuição Gratuita

REVISTA

PROJETO

# Auto Estima

n.4 Agosto/2020

**E MAIS**

*A youtuber Ana Paula Villar comenta como superou o preconceito racial e comemora a conquista de mais de 1 milhão e meio de seguidores*

## JOÃO SACI

O PARAOLÍMPICO FALA DE SUA HISTÓRIA DE SUPERAÇÃO E COMO VENCEU O CÂNCER 5 VEZES

**VIVA BEM  
VIVA COM SAÚDE**



www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com

# SUMÁRIO

AGOSTO DE 2020

**Editorial: por Elenir Alves, pág. 03**

**Entrevista: João Saci, atleta, autor e palestra, pág. 05**

**Dicas para leitura, pág. 09**

**Após superar preconceito racial, manicure Ana Paula Villar comemora a conquista de mais de 1 milhão e meio de seguidores na web, pág. 10**

**Glow Vibes apresenta produtos com ingredientes naturais sem abrir mão de ativos inovadores, pág. 14**

**Mercur lança nova muleta canadense focada nas necessidades das pessoas, pág. 19**

**Avon lança batom Color Trend Matte Real com fórmula hidramatte, pág. 24**

**A Roupas Nova de Doralice de Monica Stahel, pág. 28**

**Eu tinha um sonho, pág. 30**

**FEMAMA comemora 14 anos de luta pelos pacientes com câncer celebrando a disponibilização de medicamento no SUS após três anos de espera, pág. 32**

**Joia é ativo seguro nesta pandemia, pág. 35**

**Empresária, adepta da Medicina Chinesa/Medicina integrativa, Terapeuta, Homeopata, Instrutora de Pilates, Bailarina, Mentora Gestacional Parto e Puerpério, pág. 37**

**Saiba como divulgar, anunciar, patrocinar ou publicar na próxima edição da Revista Projeto AutoEstima, pág. 39**

## **EXPEDIENTE**

**Elenir Alves - Editora-Chefe - elenir@cranik.com**

**Ademir Pascale - Layout da Capa, arte e diagramação - ademirpascale@gmail.com**

**Crédito da foto de capa: Arquivo pessoal de João Saci**

**Periódico Mensal - ISSN: 2675-4541**

**A Revista Projeto AutoEstima é uma produção independente e livre de quaisquer vínculos políticos, comerciais e religiosos. Os textos publicados aqui são de inteira responsabilidade de seus respectivos autores e não dizem respeito à opinião do editor e seus conselheiros, isentos de toda e qualquer informação que tenha sido apresentada de maneira equivocada por parte dos autores aqui publicados.**

**Para baixar nossas edições, acesse:**

**<https://revistaprojetoautoestima.blogspot.com/p/edicoes-antiores.html>**

**Para ler novas matérias diariamente, acesse:**

**[www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com](http://www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com)**

**Para saber como publicar, anunciar, divulgar o seu trabalho, ser entrevistado ou patrocinar a próxima edição da Revista Projeto AutoEstima: clique aqui.**

**Para entrar em contato:**

**c/ Elenir Alves - Editora-Chefe**

**[elenir@cranik.com](mailto:elenir@cranik.com)**

**- SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS -**

**Blog: [www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com](http://www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com)**

**Instagram: [@revistaprojetoautoestima](https://www.instagram.com/revistaprojetoautoestima)**

**Fanpage: [@projetoautoestima](https://www.facebook.com/projetoautoestima)**

**E-mail: [elenir@cranik.com](mailto:elenir@cranik.com)**

# Editorial

Abrimos a 4ª edição com uma história bastante estigante e comovente. Uma história que não é contada apenas através das linhas ou da imaginação. Vai muito além disso... Uma verdadeira história de superação. E o protagonista é João Saci, o paratleta e autor do livro "Nascido para vencer". Uma bela reflexão para as nossas vidas. Essa é a segunda edição que ele participa. Mas desta vez ele nos conta a sua história com mais clareza através da entrevista que fizemos com ele.

Quero aproveitar o momento e agradecer ao João Saci, por nos prestigiar contando a sua linda história. Muito obrigada e desejo-lhe muito sucesso em tudo!! Ainda nessa edição o leitor terá muito o que apreciar, basta virar as páginas para notar mais histórias de superação, outros autores, outros temas e muitos trabalhos diferenciados e bem legais. Quero também deixar registrado aqui o nosso agradecimento sempre a todos que acompanham o nosso trabalho! O nosso muito obrigado!

Para saber como publicar, participar ou divulgar seu negócio, projeto, clínica, loja, livros, etc., na próxima edição da nossa revista: clique aqui.

**Visite o nosso blog**

[www.revistaprojetautoestima.blogspot.com](http://www.revistaprojetautoestima.blogspot.com)

REVISTA

**PROJETO**

*— Auto Estima —*



**Elenir Alves**  
Editora-chefe

Viva bem  
Viva com saúde!

bem estar

saúde

beleza

Todos os meses  
*uma nova*  
edição

revista  
projeto

# AUTOESTIMA

*edições*

Saiba como publicar, anunciar ou divulgar na próxima edição da revista digital Projeto AutoEstima, com dicas sobre saúde, beleza, gastronomia, cultura, literatura e bem estar

**Escreva para:** [elenir@cranik.com](mailto:elenir@cranik.com) - c/ Elenir Alves



Acredite sempre, tenha fé, busque ser a melhor pessoa que você pode ser, faça a diferença, deixe seu rastro como ser humano no mundo. E jamais desista!

— João Saci



JOÃO SACI - FOTO DIVULGAÇÃO

**JOÃO SACI É ATLETA E PALESTRANTE, AUTOR DO LIVRO "NASCIDO PARA VENCER - UMA VIDA DE SUPERAÇÕES". POSSUI MAIS DE 40 MEDALHAS NA NATAÇÃO, ALÉM DE TER VENCIDO O CÂNCER 5 VEZES. HOJE INSPIRA PESSOAS. SAIBA MAIS SOBRE ESSE INCRÍVEL ATLETA NA ENTREVISTA EXCLUSIVA QUE FIZEMOS.**

**Revista Projeto AutoEstima:**  
**Agradecemos por ceder essa entrevista para os leitores da nossa revista e para iniciarmos, gostaríamos de saber como teve início essa sua paixão pelo esporte.**

João Saci: Comecei no esporte no ano de 2000, o colégio onde estudava começou a ser administrado pela polícia militar, além do ensino, o colégio prezava pela prática de exercícios físicos. Comecei a fazer uma atividade que envolvia diversas modalidades, mas comecei a ter problemas no joelho, foi quando pedi para mudar de modalidade e comecei os

treinos na natação. Já no primeiro dia o professor me convidou para integrar a equipe de natação. No início não entendi muito as cobranças do professor e acabava meio que discutindo com ele. Não entendi que ele estava me cobrando porque acreditava no potencial dentro das piscinas. Foi um ano de muito aprendizado, onde comecei a gostar do esporte e fui me adaptando a essa nova rotina. Em 2001 descobri o primeiro câncer, tive que amputar a perna e acabei ficando longe das piscinas. Quando tive alta do tratamento já no início de 2002 voltei a nadar, e na época já sabia da possibilidade de competir no esporte

paraolímpico e me dediquei mais aos treinos. Desde então não parei mais de fazer atividade física. O esporte é essencial na minha vida e todos os momentos que parei de praticar, acabei entrando em depressão. Hoje faço muito por uma questão de saúde.

**Revista Projeto AutoEstima: Em 2002, você se tornou campeão brasileiro de natação, tendo obtido o  ndice paraolímpico dois anos depois. Poderia comentar?**

João Saci: Foi a minha primeira competi o nacional, estava ansioso e tinha viajado muitos horas de ônibus para competir. Quando fiquei em primeiro lugar eu não acreditei, parecia que era um sonho. A ficha são caiu quando fui chamado para a premia o. Um ano antes eu estava terminando o tratamento de quimioterapia, passando por uma das fases mais turbulentas da minha vida. A medalha foi a coroa o da volta por cima. Poderia ter me abatido muito mais, mas encontrei forças no esporte para continuar vivendo.

**Revista Projeto AutoEstima: Quais são suas próximas metas referente ao esporte?**

João Saci: amo participar de competi es, mesmo sabendo de algumas limita es que tenho, amo competir estar em uma arena e dar o máximo durante as provas. Gosto de alguns desafios, o próximo já está marcado. Na verdade já era pra ter acontecido a viagem para o acampamento base do Everest. A pandemia acabou adiantando esse projeto, mas em breve ele vai acontecer. Já está tudo pago, só falta liberar as fronteiras.

Inicialmente quero ir para o acampamento base, depois vejo qual será o novo desafio, mas posso dizer que não me contento somente com base. Tudo depende também de investimentos e patrocínios. O gastos são elevados e tem que levantar muita grana.

**Revista Projeto AutoEstima: Em 2019, você lançou o livro “Nascido para Vencer – Uma vida de Supera es”, onde conta como venceu o câncer cinco vezes. Poderia contar pra gente como foi escrever o livro?**

João Saci: Foi o nascimento de um projeto, posso dizer que a ansiedade   grande, porque você vai visualizando todo o seu esforço ficando pronto. Algo que existia somente no campo das idéias e agora esta ali na sua frente em papel. Saiu do campo da imaterial e se tornou material. A ideia veio por conta das diversas palestras que fiz pelo Brasil. Tinha que transformar as minhas experiências em um livro para ter mais alcance ao público e sabia que a história valia a pena ser contada.   gratificante receber um retorno de alguém que leu o livro e teve a sua vida impactada de forma positiva. E o bom do livro   que cada leitor têm os seus aprendizados e pode tirar as conclusões a partir de tudo que vivenciei.

**Revista Projeto AutoEstima: Poderia destacar um trecho do seu livro especialmente para os nossos leitores?**

João Saci: fazendo uma conexão com a pergunta do título nacional, mas serve também para diversos momentos em que

tive dúvidas em relação aos caminhos que tomei. Nem sempre tive a certeza que estava fazendo o certo, mas sabia que deveria seguir em frente.

"Naquele momento, tive a certeza de queria estar ali, de que todo esforço valeu a pena, de que acertei em não desistir."

A melhor escolha que fiz em todos esses anos foi nunca desistir de viver, nunca desistir dos meus sonhos e sempre acreditar que o amanhã será melhor.

**Revista Projeto AutoEstima: Como os leitores interessados deverão proceder para adquirir o seu livro e saber um pouco mais sobre você?**

João Saci: o livro é vendido em formato digital no site da Amazon. Só procurar pelo título Nascido para vencer. Caso tenha interesse em meio físico pode

adquirir através do meu Instagram @joaosaci, ou me mandar uma mensagem ali pelas redes sociais.

**Perguntas rápidas:**

Uma meta: ir para o acampamento base do Everest

Uma frase: A dor é inevitável, o sofrimento é temporário, mas a glória é eterna.

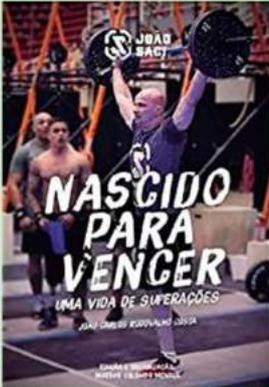
Um dia especial: todo os dias.

**Revista Projeto AutoEstima: Deseja encerrar com mais algum comentário?**

João Saci: Se eu pudesse dar apenas um conselho seria: Acredite sempre, tenha fé, busque ser a melhor pessoa que você pode ser, faça a diferença, deixe seu rastro como ser humano no mundo. E jamais desista!



# DICAS PARA LEITURA



**Nascido para vencer - Uma história de superações**  
João Saci

[Acesse](#)



**Alimente suas emoções**  
Lindsey Smith

[Acesse](#)



**O poder da autorresponsabilidade**  
Paulo Vieira

[Acesse](#)



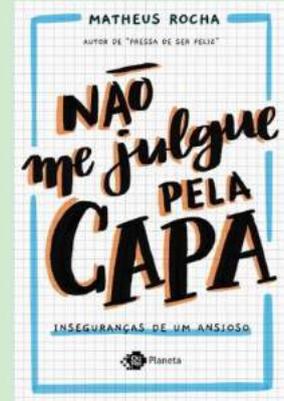
**Trabalho Organizado**  
Thais Godinho

[Acesse](#)



**Todo Santo Dia**  
Andreza Carício

[Acesse](#)



**Não me julgue pela capa**  
Matheus Rocha

[Acesse](#)

*“Que eu possa regar dentro do peito as sementes da força e da fé.”  
- Elenir Alves*



**APÓS SUPERAR PRECONCEITO RACIAL, MANICURE ANA PAULA VILLAR COMEMORA A CONQUISTA DE MAIS DE 1 MILHÃO E MEIO DE SEGUIDORES NA WEB**

## Youtuber

---

**"Me orgulho muito de carregar essa bandeira de representatividade.** Negra, manicure, de origem humilde, filha de empregada doméstica, mãe solteira e gorda", diz ela que hoje comanda o Ateliê Ana Paula Villar e ministra cursos e congressos pelo Brasil e exterior inspirando e ensinando outras mulheres a viverem de unha como ela.

Para celebrar a conquista, Villar e sua equipe promovem ações comemorativas uma live no dia 10 de agosto

Foi de maneira despreziosa que Ana Paula Villar descobriu o que iria mudar a sua vida: a manicuração. Mãe de dois filhos e moradora de Rocha Miranda, Zona Norte do Rio, Villar trabalhava em um escritório de contabilidade e para complementar sua renda vendia hambúrguer em um trailer e oferecia serviço de buffet. Um dia, quando teve ajuda de uma amiga para fazer massas das coxinhas que vendia, Ana Paula quis retribuir o gesto e fez suas unhas. E foi aí que tudo mudou: no dia seguinte toda vizinhança já queria ser atendida por ela. Hoje, aos 44 anos, Villar se torna a manicure mais amada do Brasil conquistando 1 milhão de seguidores em apenas 5 anos de canal no Youtube. Além de sua força na internet, a empresária tem um ateliê para atendimento no Rio de Janeiro, onde oferece todos os serviços da área e atende sozinha com horários concorridíssimos e viaja o Brasil e o exterior ministrando cursos e congressos. Mas para quem pensa que ela quer parar por aqui, se engana:

“São anos de muito trabalho, muito choro, um cansaço sem fim, e muitas dificuldades que tive que enfrentar. A sensação é de realização, mas com a certeza de que minha missão ainda não chegou ao fim. É uma mistura de alegria, orgulho da minha profissão e de vitória. Essa marca é muito sonhada por todos os criadores de conteúdo em geral e tenho a certeza que ajudei a dar uma cara nova ao nicho das manicures. É uma vitória minha e de toda a ‘manicurada’ que sofre junto comigo diariamente com a desvalorização do mercado. Estamos crescendo cada vez mais e sei que alcançaremos o que desejamos e merecemos”, conta.

Como em quase tudo na vida, a trajetória até aqui não foi fácil. Além das dificuldades que toda profissão requer, Villar teve que superar situações de preconceito, discriminação e descaso: “Infelizmente vivemos numa realidade onde sempre vai haver gente que se acha melhor que os outros. Me orgulho muito de carregar essa bandeira que tem o sinônimo de representatividade. Sou negra, de origem humilde, filha de empregada doméstica, mãe solteira, gorda e me orgulho muito de quem eu sou. Mas muitas vezes quando estou em lugares nobres, percebo nos olhares e cochichos a expressão: ‘Quem é ela?’, ‘Ela é famosa?’. Algumas pessoas ainda fingem que não me veem ou só se aproximam porque fuxicaram minhas redes sociais e viram que tenho números bons. Isso entristece, mas aí lembro que se estou ali, foi porque mereci, porque conquistei condições de estar e assim vou vivendo”, desabafa.



**Ana Paula Villar é a manicure mais amada do Brasil - Estúdio Bruno Jordão**

A empresária, que chegou a falir e teve que recomeçar do zero, conta que sofreu descaso também por parte de marcas e profissionais, que faziam contratos abusivos ou duvidavam de sua capacidade: “Reprovavam o meu jeito espontâneo de ser, de falar, de vestir, e isso foi muito triste. As pessoas em volta não acreditam que vai dar certo, sofri com a exploração de marcas e pessoas que se aproveitaram do simples fato de sermos pobres, talentosos e sonhadores. Mas em contrapartida foi incrível receber a aceitação do público, que às vezes nem era da área. Quebrei tabus literalmente e mostrei que não precisava fazer a ‘bonitinha’, para mostrar a grande profissional que sou. Fui dia a dia derrubando essas barreiras e conquistando meu espaço.”

### **1 milhão merece comemoração**

Para celebrar a conquista, Villar e sua equipe decidiram realizar ações comemorativas para assim contemplarem as manicures, fãs e patrocinadores que os acompanharam nesta trajetória até aqui. No dia 27 de julho houve o lançamento de um sorteio no Instagram da empresária, onde os participantes vão concorrer a vários produtos do segmento. O resultado desta ação será divulgado no dia 10 de agosto, em uma live especial no canal da Villar no Youtube. Será um programa ao vivo e totalmente interativo com música, demonstração de design de unhas, convidados e outras surpresas. A live ainda terá um caráter de solidariedade, o público e parceiros poderão doar donativos que serão doados a Casa Crescendo, uma instituição em Colégio que ajuda crianças carentes.

## **Mais sobre Ana Paula Villar:**

A carioca Ana Paula Villar virou manicure acidentalmente. Foi ganhando elogios pelas unhas que fazia e quando se deu conta sua popularidade foi se espalhando tanto pelo bairro, que houve a necessidade de chamar algumas outras manicures para trabalharem na garagem de sua casa. À medida que a demanda ia crescendo e sua equipe também, Ana Paula Villar começou a sonhar com um salão maior.

Nessa etapa, seu filho mais velho, designer gráfico teve ideia de mostrar na internet os desenhos artísticos incríveis que saíam daquela garagem, o que aumentou a procura em todos os lugares do Rio. Como o atendimento era feito por ordem de chegada, as pessoas vinham de todo o lugar madrugar na porta de sua casa. O salão existia, mas o que público queria mesmo era aquela unha perfeita que viam na internet. Mesmo o salão abrindo às 9h, 5h da manhã já existiam pessoas em pé, brigando pela vaga e às 9h já tinham de 10 a 20 pessoas em pé no portão.

Ana Paula via o poder de atração e marketing, deu um passo maior do que a perna ao sair da garagem sem capital e ir para um salão enorme, com empréstimos, ela construiu o maior salão do bairro com uma estrutura incrível e uma equipe de quase 20 profissionais. Em um ano ela quebrou e se afundou em dívidas e problemas para manter aquele salão. Ela não tinha tempo de ser "a dona" porque era a manicure mais procurada, então mesmo ela acordando e indo dormir de madrugada, não sobrava tempo para administrar o caixa. Teve 3 salões funcionando ao mesmo tempo, parecia o auge da carreira quando as dívidas a fizeram retroceder, reconhecer seu fracasso e recomeçar DO ZERO.

Em 2015, ouvindo rumores do surgimento de blogueiras e influenciadoras digitais, Villar e sua equipe tiveram a ideia de criar um canal de manicure diferente de tudo que havia no Youtube. Cheio de risadas, fofocas e histórias, unindo assim, a didática impecável da Villar com o entretenimento entre a manicure e a cliente. A maior missão da Villar hoje é VALORIZAR a profissional manicure, que antes foi desvalorizada diante de outros profissionais da área da beleza. A manicure era motivo de descaso, renda extra, bico e a Villar mostrou que é possível viver e sustentar uma família inteira sendo manicure, mostrou que dá para ganhar muito dinheiro fazendo unha.

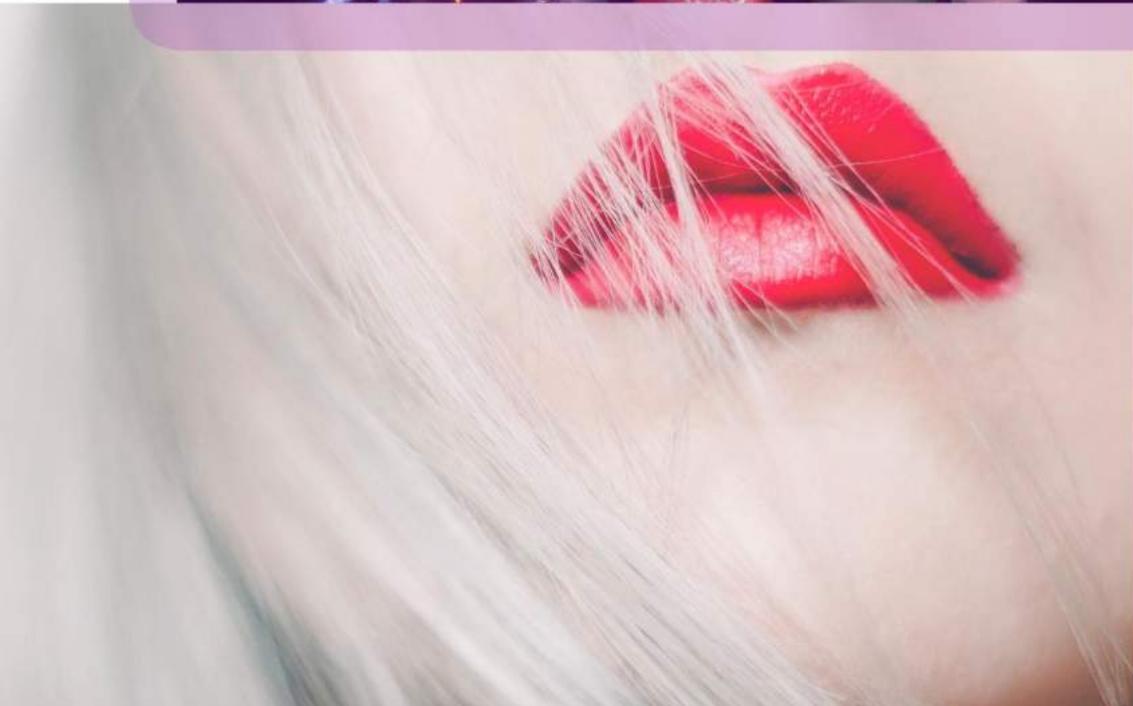
**PARA MAIS INFORMAÇÕES**

[www.youtube.com/colanavillar](http://www.youtube.com/colanavillar)

<https://www.instagram.com/colanavillar>



**NOVA MARCA DE SKINCARE ROMPE PADRÕES DO MERCADO DE COSMÉTICOS VEGANOS**



## **Glow Vibes apresenta produtos com ingredientes naturais sem abrir mão de ativos inovadores**

Chega ao mercado de cosméticos veganos a Glow Vibes, uma nova marca de cuidados com a pele preocupada em balancear ativos inovadores com ingredientes naturais. São fórmulas que aliam componentes como o esqualano, uma molécula super hidratante extraída da cana-de-açúcar, e prebióticos que estimulam o desenvolvimento de bactérias benéficas para auxiliar no combate a inflamações e acne, por exemplo. Ou, ainda, a ação antioxidante da gluconolactona ao poderoso extrato do salgueiro branco, rico em ácido salicílico. Já o hidratante facial contém um ativo alemão conhecido como “Emoliente da Felicidade” que, comprovadamente, causa sensações de bem-estar.

Mas, não é só pela sua formulação de primeira linha que a Glow Vibes busca se posicionar no mercado de skincare. A marca quebra alguns paradigmas comuns entre os produtos veganos, principalmente em relação a comunicação visual que, geralmente, usa cores neutras ou associadas à natureza. Como o próprio nome já indica, a Glow Vibes apresenta seus produtos com uma identidade mais vibrante e colorida. “Estamos lançando um novo olhar para os cosméticos veganos, mais moderno e criativo, sem deixar de lado o alto padrão de qualidade que o consumidor atual, que está super bem informado, exige”, comenta Bianca Gonçalves, diretora de marketing da Glow Vibes.

Todas as fórmulas são 100% veganas e cruelty free e foram pensadas para despertar sensações de bem-estar e uma experiência multissensorial que começam com o visual das embalagens, passando pela textura e aroma dos cosméticos. A Glow Vibes entra no mercado de skincare com cinco produtos essenciais para os cuidados com a pele feminina e masculina, além de uma vela aromática.

Hidratante facial – com alto poder hidratante e antioxidante, a fórmula devolve o brilho natural da pele e protege contra a incidência de luz artificial.

Gel de limpeza esfoliante – limpa enquanto esfolia gentilmente, removendo as células mortas e uniformizando a textura da pele sem agredi-la. A fórmula devolve a luminosidade natural e proporciona um viço instantâneo.

Sérum Controle de Acne e Poros – promove uma esfoliação química leve e um peeling natural, resultando em uma ação secativa da acne e limpeza dos poros. Contém ativos que acalmam e hidratam a pele.

Gel de barbear – desenvolvido para acalmar, hidratar e controlar a oleosidade da pele durante e após o barbear ou depilar (pode ser usado por homens e mulheres). Perfeito para contornos e desenhos, possui poderosas ações antioxidantes e hidratantes, estimulando a auto regeneração da pele e a produção de colágeno.



Hidratante labial – sua fórmula poderosa com esqualano garante uma super hidratação e toque aveludado aos lábios. Com poder cicatrizante e antioxidante, promove a reparação cutânea das regiões mais ressecadas e sensibilizadas.

Vela aromática – para completar a experiência multisensorial dos momentos de autocuidado, a Glow Vibes desenvolveu uma vela com aromas de morango e framboesa que transmitem paz e tranquilidade, criando a atmosfera ideal para dar uma pausa na

correria do dia a dia e reconectar as energias.

Para essa fase de lançamento, quem comprar o kit do hidratante facial com o Sérum ou com o Gel de Limpeza Esfoliante ganha um massagedor facial.

### **Compromisso com a comunidade e o ambiente**

A Glow Vibes é certificada pela PETA (People for the Ethical Treatment of Animals) e pelo EuReciclo. “Durante todo o processo de elaboração da Glow Vibes, sempre tivemos como foco causar o menor impacto ambiental possível e contribuir também com apoio à comunidade”, comenta Mariana Martinez, diretora de comunicação. Toda compra realizada no site da Glow Vibes tem uma parte do valor revertido para ONGs. A prestação de contas e o impacto das doações serão divulgados mensalmente nas redes sociais.

Todos os produtos podem ser adquiridos pelo site, Whatsapp ou Instagram da Glow Vibes.

[www.glowvibes.com.br](http://www.glowvibes.com.br)  
[www.instagram.com/glowvibesbeauty](https://www.instagram.com/glowvibesbeauty)

# REVISTA CONEXÃO LITERATURA

**PORQUE AMAMOS LIVROS  
LEIA E VIAJE CONOSCO**

Tudo começou com uma ideia do escritor Ademir Pascale, em julho/2015, sendo lançada de forma experimental a edição de nº 01, tendo como destaque o escritor Oscar Wilde. A Revista Conexão Literatura tornou-se um grande canal digital de entretenimento e informação para autores, leitores, editores, blogueiros e profissionais do meio literário e cultural.

**150 mil  
seguidores**



E-MAIL: [ADEMIRPASCALE@GMAIL.COM](mailto:ADEMIRPASCALE@GMAIL.COM)  
[www.revistaconexaoliteratura.com.br](http://www.revistaconexaoliteratura.com.br)

## **LITERATURA E CULTURA AO ALCANCE DE TODOS:**

A pontualidade, seriedade e profissionalismo da equipe da Revista Conexão Literatura, permitiram que suas edições chegassem até milhares de internautas por meio das redes sociais Facebook, Twitter e Instagram, que somam mais de 150.000 seguidores. Nossas edições são mensais. Os leitores poderão baixar e ler a revista digital gratuitamente.

**APROVEITE  
JÁ SÃO DEZENAS DE  
EDIÇÕES DA NOSSA  
REVISTA GRATUITAS  
PARA DOWNLOAD**



ACESSE O NOSSO SITE:

[www.revistaconexaoliteratura.com.br](http://www.revistaconexaoliteratura.com.br)



NEWTON CASSANTA - FOTO DIVULGAÇÃO

# MERCUR LANÇA NOVA MULETA CANADENSE FOCADA NAS NECESSIDADES DAS PESSOAS

**Produto aprimorado por meio da cocriação oferece mais conforto, estabilidade, autoestima e está disponível em cinco cores nas apresentações par e peça**

## **Artigo**

---

É comum que usuários de muletas, temporários ou permanentes, sintam desconfortos ou incômodos que prejudicam suas atividades diárias. Pensando em minimizar esses problemas, a Mercur decidiu redesenhar o produto, com foco nas melhorias que poderiam gerar para as pessoas, e assim lança a sua nova Muleta Canadense Fixa. Com desenho moderno e ergonômico, ela possibilita melhor distribuição do peso nos pontos de pressão, como apoio de mão e antebraço, e contém ponteira articulada com tecnologia que oferece uma passada mais natural e segura. Produzida 100% no Brasil e com 24% menos alumínio que a versão anterior, a empresa aposta na humanização do item oferecendo versões em cinco cores nas apresentações em par e peça.

A muleta foi desenvolvida a partir das experiências dos usuários e com inovações validadas pelo Instituto Brasileiro de Tecnologia (IBTeC) e pelo Laboratório de Pesquisa



do Exercício (LAPEX) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Estas inovações e funcionalidades, trazem importantes benefícios a quem faz uso do produto de forma permanente ou temporária.

“Foi muito importante ter participado desse processo, pois eu e os outros usuários pudemos apresentar questões que interferem diretamente na nossa qualidade de vida. Falamos sobre as dores que as muletas tradicionais causam nos punhos, a falta de um apoio correto, o peso excessivo, entre outros fatores” conta Andrea Schuster, 44 anos, que é usuária permanente do item e participou das oficinas de cocriação. Foi a partir dessas observações que o novo produto da Mercur conseguiu trazer inovações que representam importantes benefícios a seus usuários.

O novo formato do encosto do antebraço evita que a Muleta caia quando escorada na parede e o encaixe para acoplar uma muleta na outra permite que um dos braços fique livre em situações nas quais isso se faz necessário.

O design da manopla diminui a pressão nas mãos, melhorando o conforto e reduzindo a probabilidade de formação de calos.

A textura do apoio de mão e antebraço foi suavizada para não machucar a pele.

O novo desenho da muleta facilita a distribuição do peso e dá as pessoas a sensação de ser mais leve.

A ponteira foi redesenhada e ganhou um sistema de articulação e base ampliada que permitem maior flexibilidade e tornam a passada mais natural e segura.

O novo modelo também aposta na humanização, oferecendo cinco opções de cores para o apoio de mão e três para as ponteiros. Dessa forma, o item pode ser integrado ao visual do usuário de maneira mais harmônica.

O produto pode ser adquirido em par ou peça, flexibilizando a aquisição de um único item quando necessário.

Neste vídeo, é possível ver essas melhorias podem fazer diferença no dia a dia das pessoas: <https://www.youtube.com/watch?v=V3WGOu8NTHc>

Andrea, que foi uma das pessoas a validar o produto após o seu redesenho, entende que as melhorias foram significativas. “Desde que comecei a utilizar a Nova Muleta Canadense Fixa da Mercur senti muitos benefícios, por exemplo, não tive mais dores nos punhos e, portanto, não precisei fazer mais fisioterapia. Além disso, sinto que meu antebraço fica melhor apoiado”, conta. Ela ressalta que o item tem impactado em sua qualidade de vida. “Faz diferença total eu ter mais apoio, não sentir tanta dor e ela ser mais estável. Eu já caminho com certa dificuldade e preciso usar essa ferramenta todo o dia, portanto ela ser mais confortável é muito importante”, destaca.

“As muletas disponíveis atualmente tem um desenho muito tradicional. Neste novo modelo, buscamos traduzir as necessidades evidenciadas no processo de cocriação e acreditamos que assim vamos gerar um impacto positivo na vida das pessoas através da experiência de uso desse produto”, afirma Dayani Rabuske explicando que o desenvolvimento do item começou com o Projeto COLabora, em 2015. Nele, estudantes e profissionais de design, fisioterapia, usuários de muleta e pessoas interessadas na temática, toparam o desafio de cocriar uma muleta, a partir das reais necessidades das pessoas com mobilidade reduzida, considerando a redução dos impactos humanos e socioambientais, a diminuição do uso do alumínio, o custo acessível e a viabilidade de fabricação nacional com ou sem escala.

Após um período de estudos e testes, agora a Nova Muleta Canadense Fixa Mercur chega ao mercado brasileiro oferecendo todos esses diferenciais de conforto e usabilidade. Além disso, sua produção visa diminuir os impactos ambientais por meio de:

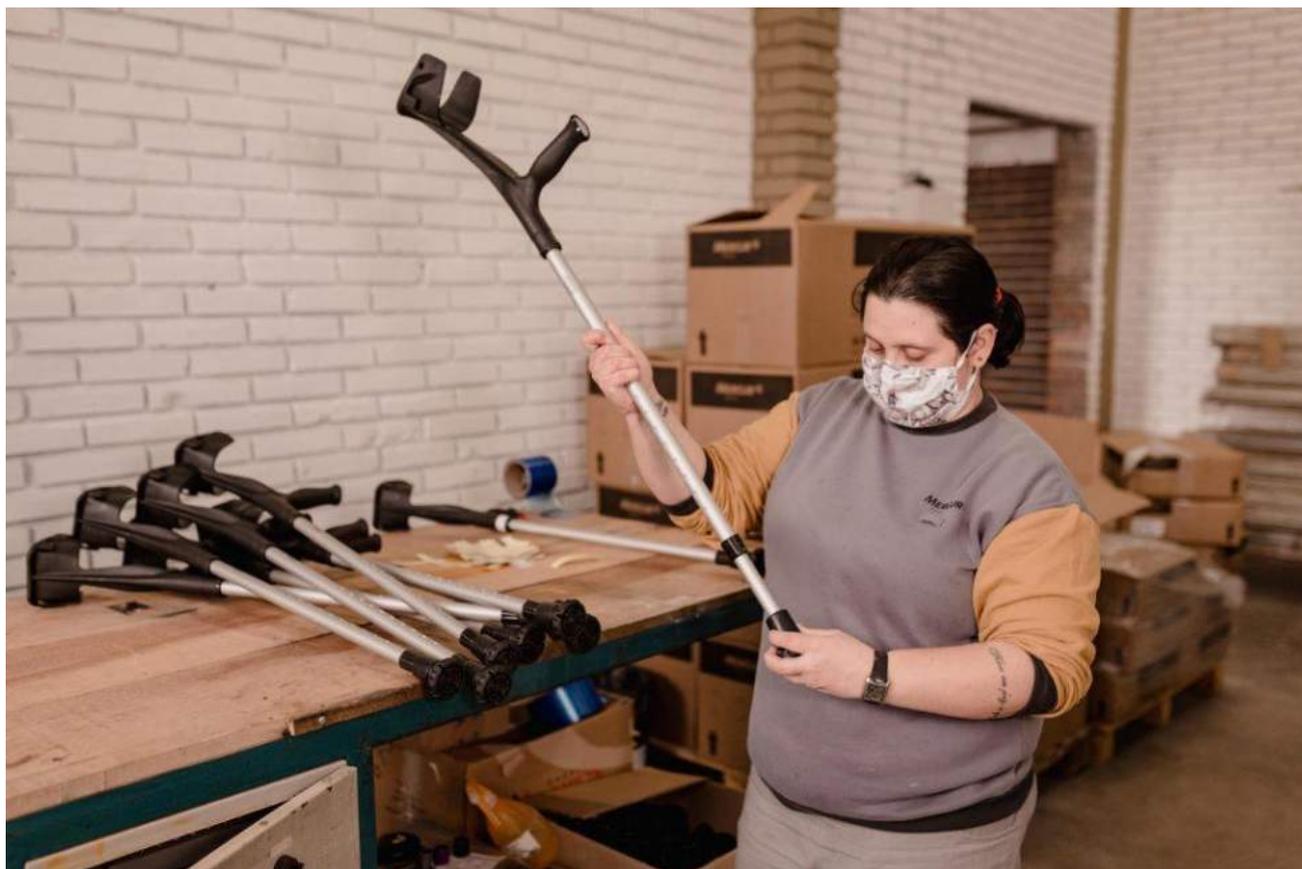
Redução de 24% no uso de alumínio, matéria prima não renovável, sem comprometer a resistência do novo produto;

Utilização de 70% de matéria-prima renovável em acessórios, como as ponteiros.

Desenvolvimento de processos mais limpos com máquinas mais automatizadas que geram um menor índice de retalho, refugo e sobras;

Priorização de fornecedores de serviços e matérias-primas nacionais e locais visando a redução da pegada de carbono.

As cores da muleta também fazem a diferença na vida dos usuários, oferecendo a possibilidade do item ser integrado no visual de maneira discreta, levando em conta seus gostos e personalidade. “Eu adorei todas as opções, é muito bom poder deixar o preto para trás. Assim, além de ser bom e leve, o produto é bonito, característica muito importante para a vaidade”, afirma Andrea.



A nova Muleta Canadense Fixa pode ser adquirida em par ou em peça única diretamente na loja virtual da Mercur ou por meio de revendedores espalhados por todo o Brasil.

### **Produzida no Brasil**

Buscando reduzir seus impactos ambientais e investir mais energia e recursos nas comunidades nas quais atua, a fabricação e desenvolvimento da nova Muleta Canadense Fixa da Mercur é 100% nacional. Desde 2008, ano de sua primeira virada de chave, a empresa estabeleceu a valorização da vida como um de seus princípios, o que inclui reduzir seus impactos ambientais e ter uma preocupação maior com a região na qual está inserida.

O processo de nacionalização da produção da Muleta Canadense Fixa é fruto desse entendimento e, para sua concretização, foi necessária muita pesquisa visando a incorporação da tecnologia de beneficiamento do alumínio na empresa e também investimentos em novos maquinários. A organização também buscou adotar práticas visando o melhor aproveitamento dos materiais e soluções que gerassem o menor número possível de resíduos ou danos ambientais.

“Buscamos conhecimento sobre tratamentos térmicos e proteções superficiais para os tubos de alumínio considerando o aspecto ambiental com a menor emissão e geração de resíduos”, afirma Dayani Rabuske, especialista em projetos da Mercur. Ela ressalta que os

equipamentos adquiridos para o beneficiamento dos tubos de alumínio – corte rebarbação e estampo – também levaram em conta, além de versatilidade e velocidade, o menor desperdício de matéria prima.

Newton Cassanta, engenheiro responsável pelo projeto, aponta que a produção da Nova Muleta na fábrica da Mercur é apenas o primeiro passo. “Nossa intenção é que nos próximos anos possamos nacionalizar toda a nossa linha apoio. Assim, fortalecendo ainda mais a economia local e nacional”, destaca.



### **Prevenção**

A Mercur também explica que a fabricação da Nova Muleta Canadense Fixa tem respeitado todas as orientações dos órgãos de saúde e decretos federais, estaduais e municipais que visam evitar a propagação do novo coronavírus. Todos os colaboradores da organização têm seguido um procedimento rígido de proteção que inclui o uso de máscaras, higienização frequente dos ambientes, disponibilização de álcool gel, além da organização das pessoas em turnos diferentes para evitar aglomerações.



AVON COLOR TREND BATOM MATTE REAL AQUELE NUDE



AVON COLOR TREND BATOM MATTE REAL MARROM FINO



AVON COLOR TREND BATOM MATTE REAL PINK CHIC



# AVON LANÇA BATOM COLOR TREND MATTE REAL COM FÓRMULA HIDRAMATTE



AVON COLOR TREND BATOM MATTE REAL ROSA BELO



AVON COLOR TREND BATOM MATTE REAL VERMELHAO



AVON COLOR TREND BATOM MATTE REAL VINHO REAL

## Para contar essa novidade, a marca será patrocinadora do clipe "Toma" da cantora Luísa Sonza e fará um ensaio virtual para revelar os bastidores da vida de influenciadores

### Artigo

A família mais querida da internet cresceu: a Avon, marca reconhecida por democratizar a beleza e a mais comprada por minuto no Brasil\*, lança o Batom Matte Real, com fórmula hidramatte - que garante hidratação aos lábios e efeito matte ao mesmo tempo. Primeiro, foi a vez do Pó Compacto Matte Real, que deixa o rosto sequinho o dia todo. Depois, a Base Matte Real conquistou o público com seu efeito matte, alta cobertura, resistência à água e fórmula amiga da pele. Agora, é a hora de uma nova paixão encontrar os fãs do batom matte.

É REAL OFICIAL que o acabamento matte pode ser hidratante sim! Com fórmula exclusiva, os compostos óleo de avocado, gergelim e alantoína, propriedades estimulantes que ajudam na renovação celular dos lábios, garantem o sucesso do novo queridinho. O Batom Color Trend Matte Real não resseca, pesa, acumula ou desbota nos lábios. Com cor intensa desde a primeira aplicação, garante até quatro horas duração sem retoque.

Para esta novidade, a Avon Color Trend busca reforçar o poder que a maquiagem – e especialmente um batom! - tem para transformar o dia e levantar a autoestima, especialmente naqueles dias difíceis em que ninguém quer ligar a câmera. E está tudo bem!

### CAMPANHA

Ressignificando o conceito REAL OFICIAL, a campanha do Batom Color Trend Matte Real inclui duas ativações: o patrocínio ao clipe "Toma", da cantora Luísa Sonza, inspirado nos anos 80 e com maquiagem Avon Color Trend assinada pelo maquiador Pedro Moreira, e um ensaio virtual, que mostrará o batom como protagonista e elemento indispensável para dar um up no look e no astral em tempos de quarentena. Produzidos pelo fotógrafo Mateus Aguiar, os cliques revelarão os bastidores do dia a dia atual das influenciadoras Sophia Abrahão, Ju Romano, Julia Rodrigues, Thamires Rangel e Thiessita. A ação também contará com um challenge no Tik Tok em parceria com Vini Freire, Maju Sanchez, Jéssica Dantas e Camila Loures.

Os batons estarão disponíveis por R\$15,99 e com preço promocional de lançamento por R\$ 12,99 com 6 cores supercampeãs: Marrom Fino, Vermelho, Aquele Nude, Vinho Real, Rosa Belo e Pink Chic no site (<https://www.avon.com.br>) e por meio das revendedoras da marca, que atualmente atendem seus clientes por meio da revista online.

## Sobre a Avon



A Avon, parte do grupo Natura &Co, é uma das maiores empresas de venda direta do mundo, presente em aproximadamente 50 países. No Brasil desde 1958, concentra no País a sua maior operação e força de vendas – mais de 1 milhão de revendedoras. Focada em construir vidas mais bonitas para todos, a Avon é mais que uma empresa de beleza: é um movimento global pelo empoderamento feminino, com seu modelo de negócios fundado na geração de oportunidades para as mulheres e na ampliação de suas habilidades empreendedoras. Seu portfólio diverso inclui produtos de beleza inovadores e de alta tecnologia, com marcas reconhecidas mundialmente como Avon True, Color Trend, Mark, Renew, Advance Techniques, Avon Care e Avon Naturals. Além disso, seu catálogo oferece peças de vestuário, como a linha de lingerie Avon Signature, e itens para a casa, como Innovaware. Para obter mais informações sobre a Avon,

visite o site: [www.avoncompany.com](http://www.avoncompany.com)

### Siga a Avon:

Instagram: @AvonBrasil

Facebook: Avon

Twitter: @AvonBR

Pinterest: Avon Brasil

# CONEXÃO LITERATURA

CONECTANDO AUTORES E LEITORES



Acesse o nosso site e fique por dentro do que acontece no mundo dos livros

[WWW.REVISTACONEXAOLITERATURA.COM.BR](http://WWW.REVISTACONEXAOLITERATURA.COM.BR)

Facebook: @conexaoliteratura

Twitter: @ademirpascale

Instagram: @revistaconexaoliteratura



# A ROUPA NOVA DE DORALICE DE MONICA STAHEL

Monica Stahel - Foto Divulgação

*Espelho, espelho meu: existe uma menina mais vaidosa do que eu?*

**Literatura**

“**A roupa nova de Doralice**”, de Monica Stahel, é uma narrativa espirituosa e divertida que conversa com o público infantil sobre vaidade e autoestima

A roupa nova de Doralice é uma alegre e moderna releitura do famoso conto “A roupa nova do rei”. Escrita pela autora e tradutora paulista Monica Stahel, a obra conta a história de Doralice, uma jovem vaidosa e autoconfiante que não perde a chance de lançar moda no vilarejo em que vive.

Tudo muda em Vilas das Luas quando uma estilista estrangeira promete costurar, exclusivamente para Doralice, um vestido com um tecido encantado: somente as pessoas de alma limpa e bons sentimentos seriam capazes de enxergá-lo. Ao acreditar que seria uma excelente oportunidade de testar as pessoas, a jovem aceita a proposta mas acaba surpreendida, já que nem ela mesma consegue ver o vestido. Ao desfilarem pela rua para exibir o seu novo modelito, todos se espantam e o motivo é um só: Doralice estava nua, foi surpreendida pela própria vaidade e pela própria soberba!

“No dia seguinte, não deu outra. As garotas foram chegando, todas sem roupa, umas mais à vontade, outras meio envergonhadas. Logo veio Doralice, toda empertigada, exibindo de novo a roupa prodigiosa. Mas, quando viu as outras moças, ficou roxa como o vestido. Pela primeira vez, deixou o orgulho de lado e soltou a voz, gritou para quem

tivesse ouvidos: – Dona Rosá me traiu, vendeu o tecido encantado para todo esse bando de gente.” (A roupa nova de Doralice, pág. 32)

Com ilustrações de Luciana Romão e publicada pela Saíra Editorial, a obra abre um diálogo desprezioso com as crianças sobre vaidade, autoestima e autoimagem... tudo isso sem perder a diversão e a leveza. Outro ponto forte da história é a naturalidade com que Monica traz a nudez, também apresentada com descontração: Vilas das Luas, enfim, torna-se Vila das Nuas, já que todas as mulheres adotaram a nova tendência e saem pelas ruas como vieram ao mundo.

Doralice aprende sua lição e, de quebra, consegue ainda transmitir aos leitores ensinamentos valiosos ao transformar o que seria sua desgraça em aprendizado.

### Ficha Técnica:

Título: A roupa nova de Doralice

Autor: Monica Stahel

ISBN: 978-65-81295-00-4

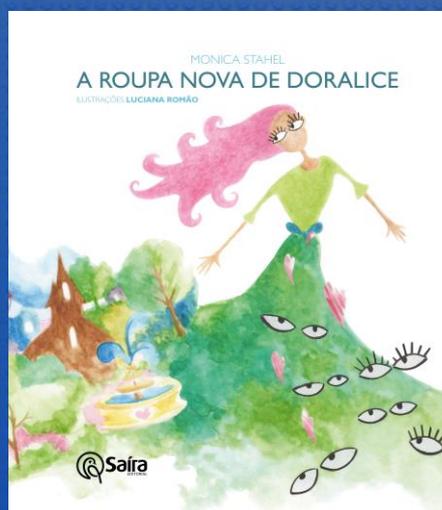
Editora: Saíra Editorial

Páginas: 21

Formato: 23x20 cm

Preço: R\$ 37,00

Link de venda: <https://amzn.to/3b48Q8O>



## SINOPSE

Doralice era antipática e pretensiosa, linda e vistosa. Todos os rapazes a cobiçavam, todas as moças a invejavam e a imitavam em tudo. Um dia Doralice mandou fazer uma roupa nova, encantada, e então as coisas mudaram... mas muito pouco.

Sobre a autora: Monica Stahel é de Santo André, São Paulo. Formou-se em Ciências Sociais e logo passou a trabalhar na área de edição de livros. Além de tradutora, busca inspiração nas duas filhas, nos quatro netos e nas pessoas que marcam sua vida para escrever alguns livros para crianças. Foi incluída, por indicação da FNLIJ, na lista de honra do ano 2000 da International Board on Books for Young People. Para o público infantojuvenil, já publicou Um saci no meu quintal, pela Martins Fontes, Tem uma história nas cartas da Marisa, pela Formato, e O leão que rugia flores, também pela Martins Fontes.



Lucia Moyses - Foto divulgação

## EU TINHA UM SONHO

### Literatura

---

Quando ingressei na faculdade de psicologia, FMU, em São Paulo, já não era mais uma jovem universitária. Já havia me formado em computação, na FATEC, e trabalhava na área há muitos anos. Amava o que fazia, mas sempre fui apaixonada pela psicologia e decidi investir em uma segunda formação. No fim do primeiro ano de curso, fui transferida, a trabalho, para Brasília. Uma vez na nova cidade, ingressei na UNB e continuei meus estudos, mas as longas horas de trabalho não me deixaram prosseguir no curso e coloquei meu sonho na estante, temporariamente.

Doze anos depois, de volta a São Paulo e já aposentada, retornei à faculdade de psicologia onde finalmente me formei.

Um sonho realizado. E agora? Parti para outro sonho que sempre tive, desde criança, que era escrever. Comecei, então, a escrever meu primeiro livro, “Você me conhece?” e, em seguida, “E viveram felizes para sempre”, tentando explicar comportamentos humanos e relacionamentos, utilizando meu aprendizado e minha experiência.

Um dia, fui apresentada ao livro “O homem que confundiu sua mulher com um chapéu”, de Oliver Sacks e, a partir de então, decidi estudar neuropsicologia. Foi um divisor de águas em minha vida pessoal e profissional. Dessa especialização, nasceu a coleção DEZequilíbrios, uma série de 10 livros onde cada um traz um transtorno mental em forma de suspense psicológico. Novamente, utilizei meus conhecimentos e experiências. Apaixonei-me por essa coleção e prossegui no meu aprimoramento, dessa vez cursando especialização em Reabilitação Cognitiva. A neuropsicologia me ajuda a descobrir qual é o transtorno. A reabilitação cognitiva me ajuda a tratá-lo ou amenizá-lo.

Agora estou cursando especialização em Inteligência Emocional e terminando meu próximo livro a ser lançado em breve.



Creio que demorei mais de 20 anos para conseguir realizar esses dois sonhos. Mas ainda não terminei. Tenho vários outros sonhos e sei que enquanto estiver viva estarei buscando por eles.

Nunca desista de seus sonhos. Não há tempo, distância ou obstáculos que possam te impedir de realizá-los.

Lucia Moyses é psicóloga, neuropsicóloga e escritora ([www.luciamoyses.com.br](http://www.luciamoyses.com.br))

Natural de São Paulo, Lucia

teve sua primeira formação em análise de sistemas pela FATEC (Faculdade de Tecnologia do Estado de São Paulo), complementando os seus estudos com curso de pós-graduação na UNICAMP (Universidade de Campinas). Atuou nessa área por mais de 20 anos e foi convidada para ser coautora em uma obra da IBM, em sua sede nos Estados Unidos. Administrou cursos e palestras, inclusive para pessoas com necessidades especiais.

A partir desta experiência, a escritora se interessou pela área de humanas. Foi então que decidiu seguir a carreira de Psicóloga, concluindo o bacharelado na FMU (Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas) e, logo depois, se especializando em Neuropsicologia e Reabilitação Cognitiva pelo (INESP) - Instituto Nacional de Ensino Superior e Pesquisa.

Em 2013, a autora lançou seu primeiro livro “Você Me Conhece?” e dois anos depois o livro “E Viveram Felizes Para Sempre”, ambos com um enfoque em relacionamentos humanos e psicologia.

Três anos após a especialização em Neuropsicologia, Lucia lançou os três primeiros livros: “Por Todo Infinito”, “Só por Cima do Meu Cadáver” e “Uma Dose Fatal”, da coleção DeZequilíbrios. Composta por dez livros independentes entre si, a coleção explora a mente humana e os relacionamentos pessoais. Cada volume conta um drama diferente, envolvendo um distúrbio psiquiátrico, tendo como elo o entrelaçamento da vida da personagem principal.

Em 2018, a psicóloga lançou mais três livros: “A Mulher do Vestido Azul”, “Não Me Toque” e “Um Copo de Veneno”, totalizando seis livros da coleção. Em 2020, Lucia, lança o livro "A Outra".



**Dra. Maira Caleffi, presidente voluntária da FEMAMA - Lenara Petenuzzo**

## **FEMAMA COMEMORA 14 ANOS DE LUTA PELOS PACIENTES COM CÂNCER CELEBRANDO A DISPONIBILIZAÇÃO DE MEDICAMENTO NO SUS APÓS TRÊS ANOS DE ESPERA**

### **Artigo**

---

Entre batalhas e avanços, instituição festeja acordo de compra de Pertuzumabe para uso em pacientes com câncer de mama em estágio avançado

“Há quase três anos essa situação se arrasta. Mesmo incorporado ao SUS desde o final 2017, até hoje o medicamento não havia sido disponibilizado por falta de acordo para sua compra. Há mais de cinco anos a FEMAMA e outros grupos de pacientes lutam para permitir o acesso à droga, que garante mais tempo e qualidade de vida para a paciente metastática. Hoje, finalmente, podemos comemorar junto a SBOC, que apresentou o pedido de incorporação da droga. Demorou, mas nunca desistimos de batalhar pelo direito e pela vida de milhares de mulheres que necessitam de um tratamento adequado”, comemora a Dra. Maira Caleffi, presidente voluntária da entidade e chefe do serviço de mastologia do Hospital Moinhos de Vento. A utilização de Pertuzumabe, associada ao trastuzumabe e docetaxel, proporciona mais benefícios em termos de controle da doença, prolongando a vida com qualidade em comparação com outras terapias.

Ao longo de todos esses anos, dentre muitas ações, a instituição destaca a campanha #PacientesNoControle, a principal mobilização em prol das pacientes com câncer de mama metastático HER2+, além de ter promovido ciclos de debates com parlamentares,

audiências públicas, articulações com ONGs parceiras, produção de documentos orientadores, eventos e projetos que estimulam ação conjunta de instituições do terceiro setor e lideranças políticas e mobilização do Executivo e Legislativo.

**A FEMAMA** atua na luta pelo direito de pacientes com câncer há 14 anos, comemorados em julho a data de sua fundação. Dra. Maira Caleffi é a voluntária responsável pelo desenvolvimento da Instituição e atua ativamente em leis e ações para mudar o cenário do câncer de mama no Brasil. “Me orgulho de toda a trajetória da FEMAMA. Nosso objetivo desde o início é mudar o cenário oncológico no país por meio de políticas públicas que proporcionem diagnóstico precoce e tratamento de qualidade para todos”, afirma Caleffi.

Enquanto celebra esse passo importantíssimo que beneficiará milhares de brasileiras, a FEMAMA não abaixa a guarda e segue chamando atenção para as demais lutas dos pacientes oncológicos. Em outubro de 2019, o projeto de lei da Câmara que ficou conhecido como “Lei dos 30 Dias”, que estabelece que os exames necessários para a confirmação do diagnóstico de câncer sejam realizados no SUS no prazo máximo de um mês, foi sancionado pelo vice-presidente Hamilton Mourão e entraria em vigor em abril de 2020, prazo de regulamentação estipulado no Diário Oficial. Por conta da pandemia, o Ministério da Saúde não se pronunciou a respeito.

Há cinco anos, a FEMAMA e sua rede de ONGs mobilizaram o Congresso Nacional para aprovação desta lei. Sua atuação envolveu o monitoramento e apoio técnico para sua elaboração, a participação em discussões sobre o tema, a realização de campanhas para orientar pacientes e denunciar os casos de não atendimento dentro do prazo estabelecido. Essa é uma grande conquista da FEMAMA, que têm como objetivo auxiliar pacientes com câncer, principalmente os que não têm como recorrer a serviços de saúde particular, a ter o diagnóstico precoce da doença. A demora na obtenção de diagnóstico faz com que cerca de 80% dos pacientes comecem o tratamento em estágios mais avançados, ou seja, com menores chances de cura.

“Esse momento que estamos vivendo – a conquista do acesso a Pertuzumabe e a busca para que a Lei dos 30 dias seja, de fato, implementada – descreve profundamente a essência da FEMAMA nesses 14 anos. Comemorar a viabilização do acesso das pacientes a esse medicamento após mais de cinco anos de luta incessante é o que nos dá forças para continuar firmes no nosso compromisso em mudar a realidade brasileira, mesmo frente ao inacreditável descaso dos nossos governantes. Nossa batalha não para, permaneceremos ao lado dos pacientes oncológicos”, defende Caleffi.

### SOBRE A FEMAMA

A Federação Brasileira de Instituições Filantrópicas de Apoio à Saúde da Mama é uma organização sem fins econômicos que trabalha para reduzir os índices de mortalidade por câncer de mama em todo o Brasil, lutando por mais acesso a diagnóstico e tratamento ágeis e adequados. Com foco em advocacy, a instituição busca influenciar a formação de políticas públicas para defender direitos de pacientes, ao lado de mais de 70 ONGs de apoio a pacientes associadas em todo o país. Conheça nosso trabalho: [www.femama.org.br](http://www.femama.org.br)

# REVISTA projeto AUTOESTIMA

*“Amar é esperar a brisa adentrar na sua alma e aquecer as paredes do seu coração.”  
— Elenir Alves*



# JOIA É ATIVO SEGURO NESTA PANDEMIA



## Turismo em baixa traz consumidor do mercado de luxo para joalherias

### Artigo

Desde os primórdios do mundo, pedras e metais preciosos nunca perdem valor. A joia é um bem material sólido, um dinheiro que não desvaloriza e, nesta pandemia, ganha destaque entre os consumidores do mercado de luxo. Esses consumidores, que tiveram suas viagens exclusivas a locais paradisíacos, cercados de um luxo inimaginável, canceladas e adiadas, destinaram seus gastos a investimentos mais sólidos, como as joias, por exemplo. “O consumo de joias teve um aumento não esperado na pandemia e isso está diretamente ligado a mudança de hábito do cliente do mercado de luxo”, afirma a joalheira Lydia Leão Sayeg, da centenária Casa Leão. “O consumo fast, de modismo, imediato, perdeu lugar para uma compra mais segura, com solidez, atemporal”, explica a joalheira.

As joias tem um significado maior, mais profundo, carregam história, que pode ser da humanidade ou pessoal e este foi um sentimento que a joalheira observou expandir no mercado de luxo, dado que confere com os dados do relatório Knight Frank Luxury Investment Index (KFLII), que aponta que na pandemia joias, bolsas e bebidas se tornaram ativos seguros.

O consumidor tem buscado peças que traduzam significados, que sejam pessoais, como o nome dos filhos ou emoções, palavras de esperança e valores. “Pulseiras com as palavras Força, Saúde, Coragem, Proteção, Respeito, Fé e Coragem, foram as mais pedidas no Dia das Mães e já são as mais pedidas para serem criadas em joias masculinas para o Dia dos Pais”, afirma.

“A compra de produtos de valor agregado nos dias de hoje tem um significado muito mais amplo e compromissado. Vejo as famílias criando patrimônio para que sejam objeto de herança”, afirma Lydia. A joia foi ressignificada nesta pandemia, ela deixou de ser um enfeite e se tornou um investimento sólido, longínquo, seguro e secular”, afirma Lydia.  
Site: <https://www.casaleao.com.br>



NATÁLIA LIMA - DIVULGAÇÃO



**EMPRESÁRIA, ADEPTA DA MEDICINA CHINESA/MEDICINA INTEGRATIVA, TERAPEUTA, HOMEOPATA, INSTRUTORA DE PILATES, BAILARINA, MENTORA GESTACIONAL PARTO E PUERPÉRIO**

**Artigo**

Profissional multifacetada com inúmeras especializações e certificados nacionais e internacionais na área do bem-estar, Natália Lima descobriu seu talento quando enxergou que a associação de todas as áreas que atua, além de melhorar, pode até curar algumas patologias. Com isso, montou um espaço, o TATVA em São Paulo, onde o conceito é melhorar a qualidade de vida das pessoas oferecendo técnicas corporais variadas para todas as idades como Pilates, Yoga, Ballet e Movimentos.

Apaixonada por Medicina Chinesa, é adepta da Medicina Integrativa que envolve influências físicas, mentais, sociais, emocionais, espirituais e ambientais. Tem como objetivo trabalhar o bem-estar sistêmico das pessoas, desenvolvendo um método mais abrangente que compreende desde exercícios físicos, às terapias, como misturar drenagem com acupuntura, por exemplo. “A união de pilates, homeopatia, massagens e acupuntura faz milagres”, explica Natalia.

Oferece apoio total à saúde da mulher, incluindo também toda a fase gestacional com programas específicos, proporcionando uma gestação equilibrada, serena e mais saudável para as mães e seus bebês, trazendo uma experiência única com o parto humanizado, adequado à realidade da genitora. Como Mentora Gestacional, associa, além dessas especialidades, sempre junto ao médico, drenagens, massagens e exercícios com acolhimento emocional e presença contínua ao lado da gestante, também no pós-parto, apoiando a mãe com a amamentação de seu recém-nascido.

**Espaço TATVA:**

O TATVA é um espaço de autoconhecimento corporal, com foco na alta performance, reabilitação e qualidade de vida. Consiste na harmonização de várias técnicas complementares, desenvolvida de forma personalizada à realidade do aluno que, quando combinadas, fortificam os resultados, potencializando a energia da mente e do corpo, flexibilidade, força, resistência, performance e conseqüentemente, longevidade.

Com duas unidades, Itaim Bibi e Vila Olímpia, conta com aulas de Pilates, Yoga, Funcional, Mindfulness e Ballet Fitness e, terapias alternativas, como medicina chinesa (acupuntura), medicina integrativa (homeopatia, drenagem linfática) e gestantes (doulagem, exercícios gestacionais), entre outras.

TATVA: o melhor do seu tempo para você!

**PARA SABER MAIS**

Site: <https://www.tatva.com.br>

IG: <https://instagram.com/oficialnatalima>

<https://www.instagram.com/tatvaoficial/>



E-MAIL: ELENIR@CRANIK.COM

 Face: @projetoautoestima

PARTICIPE  
DA EDIÇÃO  
**#05**



REVISTA **Projeto  
AutoEstima**

[www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com](http://www.revistaprojetoautoestima.blogspot.com)

## PUBLIQUE NA PRÓXIMA EDIÇÃO

Participe das edições mensais da Revista Projeto AutoEstima. Nossos leitores são interessados em saúde, gastronomia, cultura, literatura, arte, moda e bem estar.

Você também poderá anunciar em nossas edições. Solicite nosso Mídia Kit e ofereça o seu produto ou trabalho para nossos leitores.

SOLICITE MAIS INFORMAÇÕES:  
elenir@cranik.com - c/ Elenir Alves