



Marcial Gonzalez Iglesias

Um verdadeiro paizão de muitos. Sua história com certeza vai inspirar a outros muitos...

No Fit Line Pilates Studio, nosso objetivo é oferecer uma experiência de saúde **integrativa** e **transformadora**.

Através do Pilates contemporâneo, ventosoterapia, moxabustão, acupuntura sem agulhas e outras práticas, buscamos cuidar não apenas do corpo, mas também da mente e do espírito.

Estou comprometida em ajudá-los a fortalecer seus músculos, aliviar dores e encontrar equilíbrio em todas as áreas da vida.



R. Otávio Magalhães, 138
Alto da Boa Vista



+55 16 99261-2889

A Revista RP On Line é uma publicação mensal do Grupo PROFBRAS.

Ano I | Edição VII - Agosto 2024

Responsável conteúdo:
Carlos Alexandre Gomes

Contatos

16 3610-2524 // 16 3610-1056
16 9 8121-8481
contato@revistarponline.com.br

Projeto gráfico, arte e editoração:
Carlos Alexandre Gomes

Não nos responsabilizamos pelos conceitos emitidos nos artigos assinados ou por qualquer conteúdo publicitário e comercial, sendo estes de inteira responsabilidade dos anunciantes e colunistas.

Reservamo-nos o direito de não publicar conteúdo não condizente com a linha editorial definida.

Ninguém além do responsável pelo conteúdo tem autorização pra falar em nome da Revista RP On Line.

É proibida a reprodução total ou parcial por qualquer meio sem autorização escrita do Responsável pelo Conteúdo.

REVISTA RP ON LINE

É uma das ferramentas on line de uma conceituada empresa fundada em 2008 de forma oficial com o objetivo de estreitar e facilitar que empresários micros, pequenos e ou médios, assim como profissionais liberais e autônomos se comuniquem de uma forma mais objetiva e direta, além do benefício financeiro pelo menor custo x benefício fazendo chegar ao perfil desejado com mais rapidez.



Marcial Gonzalez Iglesias

Um verdadeiro joia de caixa. Sua história começa no negócio e acaba muito.

Realizamos campanhas diárias, semanais e ou mensais em períodos contratados de 6 ou 12 meses, período estes que acreditamos haja um melhor fortalecimento e fidelização para nossos anunciantes e seus clientes, além de abrir possibilidades para novos clientes...

Atualmente oferecemos um MIX com 09 ferramentas, **são várias as possibilidades de se fazer o menor caminho e chegar ao seu cliente final.**

Para maiores informações, visite o nosso site: www.revistarponline.com.br ou entre em contato pelo nosso WhatsApp +55 (16) 3610 2524, deixe seu recado que entraremos em contato.



Vanessa Resende “Van Resende”

Mineira de Passos, iniciou suas atividades ligadas ao esporte pela paixão que desde tenra idade a acompanha, principalmente na modalidade natação, onde participou e vem participando de várias competições, tanto nas piscinas como em águas abertas, por este Brasil.

Em sua jornada profissional, de 24 anos de formada, Van Resende acumulou conhecimentos através de sua graduação, especializações, mestrado e atualmente retornou para seu doutorado que foi interrompido a quase vinte anos atrás. Toda essa dedicação aos estudos e aplicação desses conhecimentos na prática, reflete nos excelentes resultados que vem obtendo com os tratamentos de Pilates e Saúde Integrativa.

Formada em Educação Física pela UNESP, Especialista em Fisiologia Cardiorrespiratória e Exercício Físico pelo InCor/USP, Especialista em Pilates e em Reabilitação Ortopédica pelo Instituto AICA, Mestre em Atividade Física, Educação e Saúde pela UNICAMP, Doutoranda em Saúde da Mulher pela Universidade da Flórida/FUUSA, proprietária da **Fit Line Pilates, Studio de Saúde Integrativa** desde 2009.

Além de sua dedicação a seus alunos e pacientes que lhes confiam suas “dores”, exerceu suas atividades profissionais nas cidades de Passos, Sertãozinho, São Paulo, Campinas e agora em Ribeirão Preto, com sua Clínica localizada à Rua Otávio Magalhães, 138 - Alto da Boa Vista, onde oferece também sessões de Ventosoterapia, Liberação Miofascial, Kinesiotape, Massoterapia, Moxabustão e Acupuntura sem agulhas (Haihua).

Desenvolveu métodos próprios, o que deu origem a seus cursos, onde oferece às pessoas que buscam uma formação e aprimoramento nesta área.

Desde a graduação, Van Resende tem um carinho especial em trabalhar com a **“Melhor Idade”**, o que lhe traz muita satisfação e reconhecimento em seu meio profissional. Atua também no desenvolvimento motor de crianças e adolescentes, no tratamento de dores e lesões, na melhora da performance esportiva dos atletas.

Para saber mais sobre a Van, seus resultados com seus métodos inovadores, agende um momento e venha conhecer o Fit Line Pilates, Studio de Saúde Integrativa.



Fit Line Pilates, Studio de Saúde Integrativa
Rua Otávio Magalhães, 138 - Alto da Boa Vista



Meu pai era marceneiro, então aprendi a trabalhar nas coisas da marcenaria. Fazia meus próprios brinquedos, os carrinhos, pião e tudo mais.

Para “alimentar” a serraria ia com meu avô dentro do mato para derrubar árvores com transador, também ajudava na roça, no plantio do milho, roçava o mato e na carpintaria. Trabalhava nos moinhos sob a supervisão do papai e também ajudava a mamãe nas tarefas domésticas porque não tinha irmãos. Éramos três irmãos, eu era do meio, então precisava ajudar a mamãe a lavar roupas e outras coisas, além de trazer água da mina que ficava um pouco mais distante para abastecer a cozinha e cuidar também das galinhas e muitas vezes um monte de atividades.

Tinha tempo também para lazer como trepar em árvores, balançar em copas, brincar na areia, brincar na represa desafiando jacaré, andava de charrete e muito mais.

A prioridade era escola do que meus pais não abriam mão por nada.

Nasci em 28 de outubro de 1929 meus pais eram da Letônia. Em 1922 fizeram uma viagem com mais 2.400 pessoas que saíram da Letônia em vários grupos, atravessaram o mar em navios e chegando em Santos, subiram para São Paulo onde cumpriram a quarentena no museu do imigrante, depois, viajaram 22 horas na Maria fumaça da Sorocabana até a última estação Sapezal, hoje Paraguaçu Paulista, de onde caminharam 31 km pela mata nativa até hoje chamada distrito de Varpa, hoje município de Tupã, na margem direita do Rio do Peixe e começaram a vida ali, construindo, plantando e derrubando a mata que era toda nativa.

Meus pais casaram em 1925. Eles e os demais vieram da Letônia por uma mensagem de Deus que eles tinham que sair da Letônia e depois eles descobriram o por quê.

Minha infância foi muito eclética, legal como até hoje. Tinha muitas atividades desde criança, papai com meu avô construíram dois açudes para alimentar a roda d'água com mais de 6 metros que alimentava o moinho de espiga de milho para o gado e também um moinho para fazer fubá e quirela de milho. Além disso, serra circular, plaina, furadeira, serra de fita, torno e mais tarde também uma serraria, tudo isso foi feito pelo meu pai e avô.



Case de Sucesso

Sr. João Grimberg (94)

Foi no campeonato Brasileiro de Natação Master em 2022, que tive o imenso prazer de conhecer João Grimberg. Nadador, com seus invejáveis 92 anos, cabelos prateados e olhos cheios de experiência. Seu sorriso era contagiante e sua paixão pela água era evidente.

Sentei-me ao seu lado com a minha prancheta e um questionário que poderia ser rapidamente preenchido e ali ficamos por mais de duas horas. Seu João compartilhou comigo sua história de vida, suas origens e suas grandes conquistas na Natação!

Seus pais vieram da Let nia e se estabeleceram em uma comunidade leto-brasileira em Varpa, no interior de São Paulo. Crescendo em meio à cultura e tradições let s, seu João aprendeu a valorizar a perseverança e a resiliência desde cedo.

Apesar das dificuldades para estudar, ele nunca desistiu. Formou-se em odontologia na primeira turma da universidade de São Paulo (USP) em Ribeirão Preto. Sua carreira foi marcada por sucesso e dedicação e ele se tornou um cirurgião dentista muito respeitado na cidade de São Paulo.

Além da odontologia, João também foi Consul da Let nia no Brasil, representando suas origens neste país e em todo o mundo. Sua conexão com as suas raízes culturais permanece forte até hoje e ele tem uma convivência muito próxima e afetuosa com a comunidade de Letos no Brasil.

Aos 60 anos de idade, seu João enfrentou uma Bursite no ombro devido aos esforç s repetitivos da profissão e aconselhado pelo médico foi fazer aulas de natação. Assim, o que começ u por uma necessidade médica se transformou em uma paixão. Desde então, ele tem conquistado medalhas, batido recordes e desafiando os limites da idade na piscina.

Desde que nos conhecemos na competição, criamos um vínculo muito grande de amizade, não são por uma similaridade de ideais, mas também senti uma grande vontade de ajudá-lo no tratamento de suas lesões e poder v -lo na sua melhor forma, participando das competições, conquistando suas medalhas e estando ao lado de seus amigos atletas.

Então, mesmo após fraturas sequenciais, na tíbia, na cervical e no f mur, num prazo de três anos, ele não desanimou por um segundo sequer e seguiu à risca todas as recomendações médicas e de reabilitação.

Ano passado, 2023, fui algumas vezes até Botucatu, cidade que ele reside atualmente, para visitá-lo e passar orientações sobre exercícios que pudessem ajudá-lo na sua recuperação. E agora, que voltou a dirigir, ele tem vindo a Ribeirão, pelo menos uma vez por mês, para passar um período de 7 a 10 dias em treinamento comigo fazendo aulas de Pilates, de natação e de treinamento funcional, todos esses com a minha orientação.

Estamos extremamente satisfeitos com os resultados do treinamento, pois além da reabilitação em tempo muito abaixo do esperado, ele também tem melhorado seus tempos nas competições de natação.

A cada competição, João Grimberg não ganha apenas medalhas de ouro, ele ganha também algo muito mais valioso: o respeito e a admiração de todos nós que acompanhamos sua jornada. Ele nos ensina que a natação não é apenas sobre velocidade; é sobre coragem, perseverança e amor pelo esporte.



Damaris Stabile

Nascida em Apucarana/PR, morou nos Estados Unidos por 10 anos juntamente com sua família, nos estados de New Jersey e Califórnia o que a tornou fluente no inglês.

Regressando ao Brasil, voltou para Londrina também no Paraná, onde exerceu a função de professora de Inglês no Yagizi.

Tradutora particular, trabalhou na Cia Heringer na área de importação e exportação.

Concursada no Banco do Brasil, assumiu função em área do Comércio Exterior em Ribeirão Preto.

Morando em Ribeirão Preto há mais de 40 anos, é uma ribeirão-pretana de coração e ações com certeza.



Após deixar as funções no Banco do Brasil, fez parte da área de captação de negócios da Tov Corretora e Câmbio, onde contribuiu e muito juntamente com sua diretoria em diversos negócios com empresas importadoras e exportadoras em vários estados do Brasil, auxiliando principalmente na área do câmbio e documentações.

Atuante em causas beneficentes, com arrecadação de roupas, cestas básicas, e também em algumas organizações filantrópicas que auxiliam famílias carentes entre outras necessidades que se façam necessárias.

Damares vem exercendo a caridade com amor a todos os seres vivos, uma verdadeira "Pet Lover". Possui 4 gatos adotados e ainda ajuda de forma financeira na aquisição de rações e na busca de novos lares para os animais "sem donos".

Tem como missão ajudar as pessoas sem se importar qual sua religião, opção sexual ou política.

“Fazer o bem não importando a quem e que Deus abençoe a todos!”

MOBILIDADE PÚBLICA X TRÂNSITO

Na esteira das palavras mais usadas, atualmente, para atualizar conceitos já conhecidos, temos a MOBILIDADE, que é sinônimo de movimento.

Mobilidade é, em essência, a propriedade que um ser vivo ou mecanismo possui para poder de deslocar.

No aspecto social MOBILIDADE só pode ser entendida se estiver acompanhada do adjetivo PÚBLICA, ou seja, aquilo que é de todos ou decorre da vontade de todos.

Portanto MOBILIDADE PÚBLICA pode ser entendida como sendo a capacidade que pessoas, animais e mecanismos possuem para se moverem em determinado espaço que, neste caso, é eminentemente público. Porém, essa capacidade tem seus limites: o homem caminha só e tem a sua velocidade de deslocamento.

Alguns animais idem, mas, quando comparados com o homem, possuem velocidade maior, à exemplo do cavalo, de modo explicar porque alguns animais eram considerados sagrados, na antiguidade muito distante, pois substituíam o homem em atividades perigosas ou fisicamente desgastantes.

Assim, a inteligência humana, reconhecendo nossa limitação física, buscou usar animais e construir mecanismos para o auxílio humano, principalmente nas tarefas mais difíceis.

Do surgimento da espécie humana - aproximadamente 2,5 milhões de anos atrás - até o meio do século 19, quando então se deu a 1ª fase da Revolução Industrial.

Nós humanos, seguimos na busca incessante de diminuir nossos esforços físicos na execução de trabalhos ou deslocamentos, usando animais e depois mecanismos que, neste caso, conhecemos pelo nome de veículos, sejam marítimos (barcos) aéreos (aviões) e terrestres (automóveis e suas espécies).

Contudo, quando pensamos na MOBILIDADE PÚBLICA nos deparamos com situações comportamentais que implicam em perigo abstrato, momento que as sociedades modernas se organizaram e seguem uma regra geral, também pública, para viabilizar esse movimento, de forma segura e eficaz. Nesse momento surge uma outra palavra, bem desgastada e que por si só traz receio e atenção: TRÂNSITO!



E essa palavra tem a ver com comportamento, estrutura viária, tecnologia, educação, saúde, meio ambiente e outras mais.

Na cidade de Ribeirão Preto, atualmente, vivemos um momento ímpar e voltado aos deslocamentos, principalmente aquele voltado atender a coletividade.

Resultado de uma política pública iniciada há 14 anos, a cidade escolheu seguir um único modal para encabeçar a mudança e promover uma MOBILIDADE PÚBLICA melhor.

Pelo menos esta é a proposta que já está na fase final de execução, em termos de obras viárias. E, nesta penúltima semana do mês de julho, a frota de ônibus foi renovada em 100%

Significa dizer que os transportados passam a viajar em veículos novos, modernos, mais seguros, menos poluentes e com recursos para a atual tecnologia da comunicação, via dispositivos e telefones celulares.

Definido e garantido o meio de transportar os munícipes e visitantes - o ÔNIBUS - agora o teste maior é saber se a mobilidade, de fato, acontecerá de forma eficaz e segura.

Assistimos a inversão do uso da pista de rolamento da esquerda, que é, pela lei, a pista de velocidade. Em muitos locais a pista da esquerda passou ser EXCLUSIVA para ônibus do transporte coletivo.

Noutros, foi a pista da direita que passou ser EXCLUSIVA. E tem avenida onde isso acontece das 2 formas, sobrando, apenas, uma pista de rolamento para os demais veículos (todos).

Temos, ainda, os pontos de ônibus no canteiro central, obrigando os usuários atravessarem das calçadas para lá. E, por essa travessia, seguem as pistas exclusivas e/ou preferenciais por onde passam os ônibus.

Em breve teremos uma visualização contínua, por via de câmeras de monitoramento. Claro, um pouco mais à frente, elas servirão para constatar infrações de trânsito praticadas pelos motoristas.

Em breve toda alteração viária estará concluída e será possível dizer se teremos mobilidade, com segurança e conforto, que é o que todos querem e esperam.

Até lá prevalece o pensamento do grande físico, matemático e cientista que foi Albert Einstein :

“Toda teoria pode acabar assassinada, mais cedo ou mais tarde, pela experiência”



ADHEMAR GOMES PADRÃO NETO
ADVOGADO – OAB/SP 303.920

Avenida Costábile Romano – 2926 – sala 314 / 2º pavimento
Bairro de Ribeirania – CEP 14.096-275
Ribeirão Preto – SP (16) 9 9125 1555



Celebre o Dia dos Pais com estilo!

A moda pode estar relacionada ao Dia dos Pais de várias maneiras. Muitas pessoas optam por presentear seus pais com roupas ou acessórios elegantes para celebrar a data. Além disso, a moda é uma forma de homenagear os pais, escolhendo peças que refletem seu estilo ou que possam ser usadas juntos em ocasiões especiais. Pode ser uma maneira de expressar amor e apreciação, criando momentos especiais e memórias através do vestuário permitindo que pais e filhos expressem seu estilo e personalidade através das roupas.



Começando com a base do look; O conjunto de roupas que refletirá o estilo do seu pai. Opte por peças casuais e elegantes, uma mistura harmônica entre conforto e sofisticação. Um par de tênis e uma camisa de botões bem ajustada são uma escolha sólida. Escolha tons neutros como: azul-marinho, cinza ou cáqui. Para dar um toque de elegância discreta.



Jessica Merton

+55 16 99426-6316

ORIENTAÇÕES SOBRE O CULTIVO DE ORQUÍDEAS

Caro leitor, tenho certeza de que estas orientações irão ajudar no cultivo das suas orquídeas, pois são de extrema importância para que sempre tenha belas plantas e flores.

1º) Plantio

As orquídeas epífitas podem ser plantadas em qualquer lugar, seja em árvores, vasos, troncos, mas nunca em terra. Já as terrestres sim, mas lembre-se que estas precisam de bastante material orgânico.

2º) Substrato

Compre sempre um substrato de boa qualidade, e sempre lave-o antes de usar, para eliminar resto de tanino, que é extremamente prejudicial para o crescimento das raízes.

3º) Rega

Regue suas orquídeas sempre que o substrato delas estiver seco, independente da estação do ano. Onde regar: Regue suas orquídeas diretamente nas raízes, sempre no período da manhã, evitando de molhar as flores.

4º) Adubação

Use um adubo de boa qualidade (procure adquirir nos orquidários), ideal 20-20-20 com micronutrientes. Nunca use “adubos” muito diferentes como xixi de cavalo, esterco de vaca ou galinha, pois eles trazem muitas doenças para as orquídeas, como fungos, bactérias e nematoides.

5º) Iluminação

Pela coloração das folhas podemos observar se elas estão recebendo a quantidade correta de luz.

**Verde escuro = Falta de luz // Verde amarelado = Luz ideal
Verde muito amarelado = Quantidade excessiva de luz.**

6º) Pratinho

Nunca coloque pratinhos embaixo de vasos de orquídea, pois isso fará com que as raízes fiquem muito úmidas, causando a podridão delas e, conseqüentemente, matando as orquídeas. Também lembre-se da dengue)

7º) Troca de lugar

Evite, sempre que possível, mover as suas orquídeas. Lembre-se de que, como elas se desenvolvem na natureza, nascem e vivem sempre em um único lugar, pois cada lugar tem iluminação, umidade etc. diferente e elas se ressentem dessas mudanças.

8º) Água de arroz

Se possível, faça uma rega, a cada 2 meses com água de arroz. Isto fornecerá alguns nutrientes que irão fortalecer as raízes, e ajudará a orquídea a crescer de uma forma mais saudável.

9º) Paciência

Essa é a maior característica de um orquidófilo, pois orquídeas novas não geram flores. Lembre-se de como crescem as plantas, todas elas precisam de um tempo para se tornarem adultas e, posteriormente fornecerem flores e frutos.

Visite o orquidário do professor Luigi!

**Rua Luis Antônio Musa Julião 80 – Jardim Sumaré - Ribeirão Preto
Fone (16) 991348660**

(Decoramos semanalmente seu escritório e loja só com orquídeas – Informe-se)

Como Portugal está vendo a Política e as atitudes de Rodrigo Pacheco



Em Portugal, as atitudes e a política de Rodrigo Pacheco, presidente do Senado brasileiro, são vistas de maneira mista, refletindo um contexto de controvérsias e desafios políticos no Brasil.

Pacheco é reconhecido por sua atuação em temas importantes, como a regulamentação da inteligência artificial, onde ele promoveu um projeto de lei focado na governança e na supervisão dessa tecnologia (Senado Federal). Além disso, ele tem trabalhado em reformas significativas, como a reforma eleitoral e a reoneração da folha de pagamento (Senado Federal).

No entanto, sua gestão enfrenta críticas significativas. Há um sentimento de paralisia no Senado brasileiro sob sua liderança, com acusações de inação frente à invasão das prerrogativas do Legislativo pelo Judiciário, especialmente pelo Supremo Tribunal Federal (STF). Essa percepção é intensificada por alegações de que o Senado, sob Pacheco, não tem atuado adequadamente para proteger os direitos dos parlamentares e

para supervisionar os atos dos ministros das cortes superiores (Folha Política).

Recentemente, Pacheco anunciou que planeja deixar a política, o que também gera especulações sobre o futuro da liderança no Senado e o impacto de sua saída (Folha Vitória).

Em suma, a visão portuguesa sobre Rodrigo Pacheco é composta por um reconhecimento de seus esforços legislativos em áreas tecnológicas e econômicas, ao mesmo tempo em que há uma crítica sobre sua capacidade de gerenciar conflitos políticos e proteger a integridade do Legislativo brasileiro.

De que maneira a inatividade do Senador Pacheco pode interferir em Portugal?

A inatividade do senador Rodrigo Pacheco no Brasil pode ter implicações indiretas em Portugal, principalmente em três áreas: relações diplomáticas, investimentos econômicos e cooperação jurídica.

1. Relações Diplomáticas:

Estabilidade Política: A inatividade de Pacheco no Senado pode contribuir para uma percepção de instabilidade política no Brasil. Isso pode afetar a imagem do país no exterior e influenciar as relações diplomáticas com Portugal. Uma liderança fraca ou inativa pode dificultar a implementação de acordos bilaterais e cooperações inter-nacionais.

Diálogo Político: A falta de uma liderança ativa no Senado pode limitar o diálogo político entre o

dois países. Portugal e Brasil compartilham laços históricos e culturais profundos, e a cooperação política é fundamental para manter essas relações fortes. A inatividade pode levar a uma menor troca de ideias e projetos entre os legisladores dos dois países.

2. Investimentos Econômicos:

Confiança dos Investidores: A instabilidade política e a inatividade legislativa podem diminuir a confiança dos investidores portugueses no Brasil. Investidores buscam um ambiente estável e previsível, e a falta de ação no Senado pode criar incertezas econômicas. Projetos de investimento e parcerias comerciais podem ser adiados ou cancelados devido a essa falta de confiança.



Wendel Douglas de Mello
Lisboa - Portugal

Acordos Comerciais: A inatividade pode atrasar a aprovação de acordos comerciais que beneficiariam empresas portuguesas operando no Brasil ou interessadas em expandir para o mercado brasileiro. Isso pode resultar em oportunidades perdidas e crescimento econômico mais lento para ambos os países.

3. Cooperação Jurídica:

Segurança Jurídica: A inatividade no Senado pode impactar a segurança jurídica no Brasil, afetando a cooperação jurídica com Portugal. Questões como a proteção de investimentos, direitos empresariais e resolução de disputas podem ser prejudicadas pela falta de legislação clara e atualizada.

Combate ao Crime: A colaboração em áreas como o combate ao crime organizado e a lavagem de dinheiro pode ser afetada. A inatividade legislativa pode impedir a aprovação de leis necessárias para fortalecer essa cooperação, prejudicando os esforços conjuntos de segurança entre os dois países.

Em resumo: enquanto a inatividade do senador Rodrigo Pacheco é um problema interno do Brasil, suas consequências podem ressoar em Portugal, influenciando relações diplomáticas, investimentos econômicos e a cooperação jurídica entre os dois países. A estabilidade e a eficácia legislativa são essenciais para manter e fortalecer as relações bilaterais, e qualquer percepção de fragilidade nesse aspecto pode ter efeitos significativos.

Saúde Mental Masculina

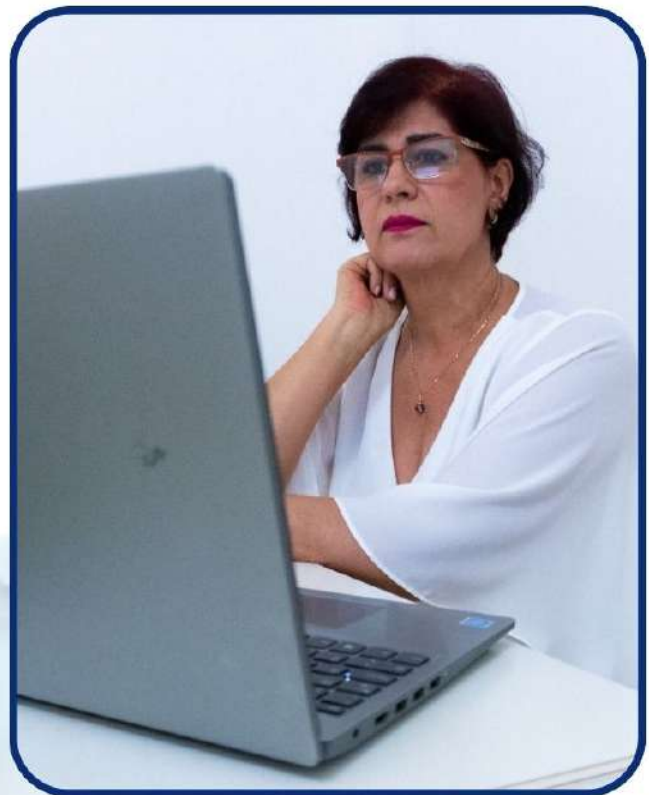
A saúde mental masculina é um tema de extrema importância, que precisa ser discutido e compreendido. Embora muitos estereótipos de gênero tenham sugerido que os homens são mais fortes emocionalmente e menos propensos a problemas de saúde mental, a realidade é que qualquer pessoa, independentemente do gênero, pode enfrentar desafios em relação à sua saúde mental.

O preconceito em se falar sobre emoções e saúde mental ainda impera em nossa sociedade. No entanto há um número crescente de suicídios, e é significativamente maior que o feminino.

É fundamental tratar esse assunto com urgência.

Homens tem maior dificuldade de tratar esse assunto. Isso se deve em parte, a uma cultura que valoriza a masculinidade tradicional, que enfatiza a força e a independência emocional.

No entanto, a negação ou a supressão das emoções pode ter consequências prejudiciais para a saúde mental masculina.



Rosa Maria Seabra
Psicoterapeuta CITRG 10183
+55 16 98122-9136

É importante encorajar os homens a buscar ajuda quando necessário e a se envolver em práticas de autocuidado. Isso pode incluir atividades como exercícios físicos regulares, alimentação saudável, sono adequado, hobbies, meditação e terapia.

Além disso, é fundamental combater o preconceito sobre o assunto, promovendo uma cultura de apoio e compreensão. Educar-se sobre as questões relacionadas à saúde mental masculina e compartilhar informações com amigos, familiares e comunidade é uma forma eficaz de ajudar a quebrar barreiras e promover uma maior conscientização.

Lembrando que a saúde mental é um aspecto importante da saúde geral de qualquer pessoa, e não deve ser negligenciada. Portanto, é essencial que todos, independentemente do gênero, sejam incentivados a cuidar de sua saúde mental e buscar ajuda quando necessário. A saúde mental masculina merece toda a atenção e apoio necessários para garantir o bem-estar emocional e psicológico de todos os homens.

Acupuntura na Saúde do Homem

Revista **RP**
online



A acupuntura, técnica milenar da Medicina Tradicional Chinesa, tem se mostrado uma aliada eficaz na promoção da saúde masculina. Através da estimulação de pontos específicos do corpo com agulhas finas, eletroestimulação, laserterapia e outros estímulos, atuam em diversos níveis, proporcionando benefícios como:

* **Alívio da dor:** A acupuntura é reconhecida por sua eficácia no tratamento de dores crônicas, como as nas costas, articulações e enxaquecas.

* **Melhora da fertilidade:** Estimulando a circulação sanguínea e o equilíbrio hormonal, a acupuntura pode auxiliar no tratamento de problemas como disfunção erétil e infertilidade masculina.

* **Fortalecimento do sistema imunológico:** Ao estimular o organismo, a acupuntura contribui para uma maior resistência a doenças e infecções.

* **Redução do estresse e ansiedade:** A acupuntura promove o relaxamento e o bem-estar, auxiliando no controle do estresse e da ansiedade, que podem afetar a saúde sexual e emocional do homem.



* **Auxilia no tratamento de doenças crônicas.**

Para quem a acupuntura é indicada?

A acupuntura pode ser indicada para homens que buscam:

* **Alívio da dor: seja ela aguda ou crônica.**

* **Melhora da qualidade de vida: com mais energia e disposição.**

* **Auxilia no tratamento de problemas sexuais:** como disfunção erétil e ejaculação precoce.

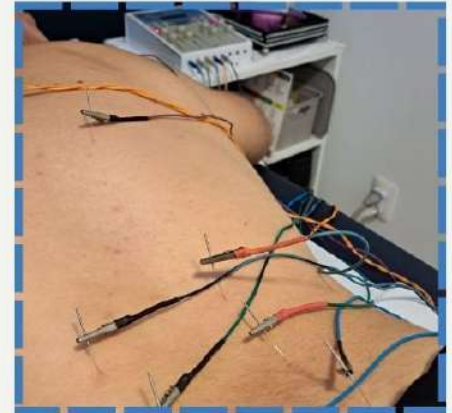
* **Complementar tratamentos convencionais:** para diversas doenças.

Como funciona uma sessão de acupuntura?

Durante a sessão, o acupunturista avalia as queixas do paciente e identifica os pontos a serem tratados. Os estímulos são inseridos em pontos específicos do corpo, promovendo a estimulação energética e o equilíbrio do organismo.

Quais os benefícios da acupuntura para a saúde masculina?

* **Aumento da libido:** através da melhora da circulação sanguínea e do equilíbrio hormonal.



* **Melhora da qualidade do sono:** promovendo o relaxamento e reduzindo a insônia.

* **Fortalecimento da musculatura:** auxiliando no tratamento de dores musculares e articulares.

* **Prevenção de doenças:** através do fortalecimento do sistema imunológico.

Conclusão

A acupuntura é uma terapia natural com diversos benefícios para a saúde masculina. Permita-se este cuidado!



Fisioterapeuta, Acupunturista, Aromaterapeuta e Instrutora de Pilates.

Pós graduada em Ortopedia e Traumatologia com especialização em Acupuntura e Auriculoterapia. Especialista em RPG (Reeducação Postural Global)

Contatos:

@nagilaalvespacoterapeutico
(16) 98113-2224

Condições Propícias

A curiosidade infantil sempre será digna de observação. Uma vez, um garoto perguntou-me o porquê de se estudar história, coisa enfadonha! Então, eu lhe respondi com um exemplo fácil, desde que se tenha algum conhecimento: o Império Romano estendeu-se da Bretanha até o Oriente Médio e caducou por negligenciar a logística e as dificuldades de comunicação. Os franceses de Napoleão basicamente cometeram o mesmo engano e Hitler dizimou boa parte de seus exércitos pelo mesmo motivo. Simplismo? Outros tantos fatores colaboraram para os incidentes que precipitaram estes e tantos outros fatos, que aceleraram tais desastres. O principal fator de insucesso foi a falta de conhecimento da história, pois muitos enganos foram repetições atribuladas de logros passados, fatos que poderiam ter modificado os rumos dos acontecimentos.

O mundo moderno, nas disputas pela supremacia de poder, criou, cria e sempre criará meios para o aparecimento de líderes incontroláveis, despóticos e insanos. Através de discursos populistas e brioches amanhecidos, conseguem aglutinar as frustrações materiais e sociais, transformando-as em falsa esperança, até porque a miséria espiritual adora discursos... e neles crê!

O mundo está se polarizando política e religiosamente. Extremistas de plantão assumem posições caóticas, retrógradas e violentas, provocam a bestialidade estatal, social e religiosa; chegam a assumir a propriedade de um deus, uma cor, símbolo ou o que o valha. Sob o manto de um estado seguro, agem como agiram todos os carrascos da humanidade, encobertos pelo espectro da firmeza administrativa ou patriótica, sob a sombra de símbolos pátrios ou na pseudodefesa de minorias étnicas ou maioria sociais abandonadas à própria sorte.

Assim, essa proliferação de ídolos é a repetição de fatos históricos passados e preocupantes, os quais brotam no terreno fértil da desesperança, ignorância e das mentiras. O mais interessante é que sempre é dito que a história é cíclica. Em determinado momento histórico, cria-se o adubo para a explosão de alguma convulsão fraticida ou entre povos diferentes, a qual tem o cheiro de sangue e o ruído da dor!

O cargo de máximo mandatário de uma nação confere o direito de alguém ser o servidor público número um, mas não lhe passa a escritura de propriedade de um país. A interpolação de fatos voltadas para o respeito e equilíbrio dos aspectos sociais deveria ser o veneno para a erva daninha, que nasce do populismo, da ignorância e da tirania.

Utopia? A religião ao invés de convergir para a paz, diverge para a violência. A ninguém foi conferido a propriedade de um deus. Ao contrário, a universalidade do direito à fé é colocada em um canto mofado e empoeirado, enquanto a espada impõem uma mentirosa verdade, ou ainda empresas utilizam a suntuosidade para criar esperança de uma morte santa.



Enfim, os estertores da sociedade moribunda caminham novamente para um ponto sem volta, onde zumbis patéticos ressuscitarão com o eterno discurso sacrílego, aglutinarão os anseios impossíveis, mostrarão a pirita e o vidro como ouro e pedra preciosa, oferecerão sopas de barro para saciar a fome dos crédulos, que festejarão.

Temperando este espectro opaco, o contingente abandonado ou proscrito de pessoas impotentes são jogadas à própria sorte, sem uma preocupação de inclusão social, cultural e econômico, impondo-lhes um regime de esmolas, controlando seus votos e produzindo pessoas à margem da lei.

Mas existe esperança!

Basta que acreditemos na nossa capacidade individual, que aceitemos o coletivo, que discutamos as dificuldades, que abandonemos o opróbrio e por fim aceitemos o nós.



Mario Sérgio Úbeda

ESPAÇO SAÚDE NATURAL

DICAS DE SAÚDE

CHÁS PARA GRIPE

CONHEÇA OS 5 MELHORES



Chá de limão e gengibre

- 1 xícara de chá de água;
- 1 pedaço de gengibre descascado e fatiado;
- Suco de ½ limão;
- 1 colher de sopa de mel.

Ferva a água com o gengibre por cerca de 10 minutos, desligue o fogo, adicione o mel e o suco de limão. Se desejar, pode acrescentar umas folhinhas de hortelã. Beba ainda quente.



Chá de sabugueiro

- 1 xícara de chá de água;
- 1 colher de sopa de flores de sabugueiro;
- 1 colher de sopa de mel.

Ferva a água e adicione as flores de sabugueiro. Deixe a mistura abafada por alguns minutos, adoce com o mel e beba em seguida.



Chá de laranja

- 1 xícaras de chá de água;
- 1 limão;
- 2 laranjas;
- 2 colheres de mel.

Descasque as laranjas e o limão e ferva as cascas com a água por cerca de 15 minutos. Depois extraia o suco das frutas e acrescente à mistura fervendo por mais 10 minutos. Retire do fogo,coe o chá, misture o mel e beba em seguida.



Chá de eucalipto e alecrim

- 1 ½ xícara de água;
- 2 folhas de eucalipto;
- 1 colher de chá de alecrim;
- Folhas de hortelã a gosto.

Ferva a água com todos os ingredientes e deixe cozinhando por cerca de 10 minutos. Desligue o fogo, abafe a mistura durante alguns minutos e beba em seguida.





Marcial Gonzalez Iglesias, nascido em Ribeirão Preto, 6 de julho de 1958.

Filhos: Alexandre Franceschi Iglesias, e Leonardo Franceschi Iglesias.

Iniciou suas atividades profissionais aos 13 anos na editora - Editora Servir -, aqui mesmo em Ribeirão Preto, como auxiliar administrativo. Nesse período executou muitas tarefas: controle de estoque, recebimento e entrega de mercadoria, atendimento aos vendedores.

Foi um período em que os livros eram vendidos de porta em porta e a equipe de vendedores trabalhavam em diversas cidades. Efetuava cobranças naqueles municípios aonde os livros eram vendidos...

Foi uma experiência muito importante para a evolução de seus trabalhos como vendedor.

Em 1975, mudou de emprego, indo trabalhar na antiga Companhia Penha de Máquinas Agrícolas, na avenida Brasil, Vila Elisa, próximo do aeroporto. Lá desempenhou as tarefas de Auxiliar de Departamento Pessoal e encarregado de folha de pagamento (primeiro em processamento manual, depois em mecanografia e, em seguida, pelo ano de 1976, informatizada). Isso, a implantação em informática, no futuro, pelos entrelaçamentos que a vida dá, experiência que lhe seria de muita valia.

Em 1979, migrou para a empresa Renk-Zanini - Equipamentos Industriais, na rodovia Anhanguera, na cidade de Cravinhos, exercendo as mesmas atividades de antes: Auxiliar de Departamento Pessoal.

Em 1981, resolveu mudar de atividade e se tornou vendedor de uma pequena empresa de convênio odontológico - SERDINCO - Serviços Dentários para a Indústria e Comércio. Esse trabalho durou pouco tempo pois foi convidado a trabalhar na área de informática pela empresa CETIL - Processamento de dados, empresa com sede em Blumenau/SC, que estava abrindo filial em Ribeirão Preto no mesmo ano de 1981/início de 1982.

Nela exerceu as funções de implantador de sistemas de folha de pagamento, aproveitando a experiência obtida anteriormente...

O trabalho consistia em implantar, via birô de serviços, o sistema de informática em clientes, ensinando-os a operarem com eles. Atividades que eram novidade e estavam chegando ao país..



A modalidade birô consistia do processamento das tarefas administrativas na sede da prestadora de serviços. A empresa, que queria seus trabalhos "modernizados" e executados por computador, terceirizava as tarefas e, com os dados a serem processados, preenchia planilhas, enviava para o birô que processava as informações e as devolvia em forma de relatório.

Para relembrarmos isso, basta pensarmos como eram os processamentos de pagamento pelos antigos cheques (artigo em extinção, senão já extintos...) pela rede bancária. O banco recebia os cheques do movimento diário e, ao final do expediente, colocava-os em uma grande bolsa, chamada Malote, entregava ao Maloteiro que os transportavam para algum CPD - Centro de Processamento de Dados (distante ou não), durante a noite / madrugada, os Digitadores registravam os cheques no sistema, Operadores de computadores processavam as informações, Conferencistas, chamados Consistentes, conferiam os resultados, aprovavam e devolviam aos Operadores que imprimiam todos os relatórios, devolvendo-os ao Maloteiros que levavam de volta à base do banco (Dá pra imaginar isso?!!!)...

Voltando ao nosso personagem; depois de implantador, passou a auxiliar na análise dos softwares, apoiando os programadores nas manutenções dos softwares, para depois se transferir para a área comercial.

Foi um período de inovações na área de informática pois chegavam no Brasil os PC's - Computadores Pessoais, e eram adotados pelas empresas para o processamento dos seus serviços,

Segundo ele: "Tempo bom para aprendizado e evolução (sem saudosismo ingênuo). Hoje melhor! Mais ágil, mais confiável, etc... Mas uma fase anterior necessária!"

Nesse período formou-se em Direito pela UNAERP, na 24ª Turma de 1985. Não exerceu as atividades de advogado posto sua inclinação/tino comercial (de até hoje), em que acredita que "metade o mundo vive de comprar e a outra metade de vender", nas suas palavras.

Pelos anos de 1990 mudou, mais uma vez, para a empresa SMAR APD - Informática, na mesma área comercial.

Nela permaneceu até 1994/1995, quando montou a empresa IBRAP - Instituto Brasileiro de Administração Pública - <https://www.ibrap.org.br/>. O primeiro curso foi em 21 de julho de 1994.

Antes, muito antes, trabalhou vendendo "coisas": de relógios **Orient**, roupas e sapatos à joias e publicidade. Tudo que caía na sua mão e que poderia faturar algum, com aquilo, virava negócio e objeto de venda...

O primeiro relógio vendido (usado) foi para fazer um favor a um grande (até hoje) amigo: Luiz Fernando Salomão, que precisava de uma graninha e pediu que ele tentasse vendê-lo. Como trabalhava na Penha e lá tinha muitos empregados, facilitaria a venda - fato concretizado com certa facilidade. Gostou de ter vendido fácil o tal relógio e, em conversas com Dirceu, seu amigo, da Boutique Dirceu, no centro de Ribeirão, que vendia produtos importados passou a pegar com este alguns relógios para venda. Com o passar do tempo e fazendo clientela e fama, passou a ir para São Paulo, na Galeria Pagé, na rua Barão de Duprat e adjacências, buscando relógios novos e mercadorias eletrônicas. Lembra-se viajava à meia noite/uma hora no ônibus que saía para São Paulo e chegava lá às seis horas, que saía da antiga rodoviária de lá, seguindo pela rua Santa Ifigênia, atravessando o Viaduto do mesmo nome e chegava na 25 de março/Galeria Pagé bem cedinho para fazer as compras, com o dinheiro "contadinho" para tal. Que sua única alimentação do dia era um copo de iogurte natural batido com açúcar, para dar sustento e voltava no começo da tarde/noite. Quando muito, na sobra de dinheiro, comia uma barra de chocolate, na parada da estrada, com o mesmo objetivo de alimentação. Com o passar do tempo, começou a vender, também roupas e acessórios.

Tudo isso até que montou, pelos anos 1979/1980 juntamente com uma sócia uma boutique na rua Barão do Amazonas, no número 880, a Marcial Jeans, que durou até 1981/1982. Era um luxo, a Barão! Os mais longevos vão se lembrar disso.

Depois da Marcial Jeans, montou em 1982/1983, uma floricultura, a Orquídea Negra Flores que durou um bom tempo. Inicialmente trabalhou em casa, e depois foi montada na rua Goiás, pertinho da avenida Saudade, nos Campos Elíseos. Nessa empreitada teve o grande apoio de seu Irmão, Adilson!

Como nos explica: "essas atividades sempre foram praticadas em paralelo ao trabalho fixo, com carteira assinada, como se diz..."

Só quando decidiu se bandear de vez para seu próprio negócio, para o IBRAP é que realmente sua alma e atividade de empresário aflorou.

A empresa se mantém em plena atividade e é focada

em treinamento e consultora em todas as áreas administrativas de Prefeituras e Câmara Municipais, empresas públicas e autarquias de forma geral no Brasil todo, oferecendo treinamentos nas principais capitais do país, tendo treinado ao longo do tempo, aproximadamente, 300.000 servidores públicos de todos os níveis.

Depois de ter viajado pelo Brasil todo com o IBRAP, retomou a iniciativa de se aventurar por outras atividades e montou, novamente outra floricultura, com o amigo / Irmão José de Freitas Junior, no dia 22 de setembro de 2016, às 11h-21min (data e hora da entrada da estação primavera) a "Pétallas Flores" - <https://petallasflores.com.br/>.

Uma nova floricultura/prestadora de serviços, espelhada nas atividades e experiências da anterior e focada em um atendimento personalizado e diferenciado das demais.

Nesse mesmo ano - 2016 -, doze dias antes, no dia 10, criou por uma brincadeira entre amigos um Grupo de negócios comerciais no WhatsApp e pra ele deu o nome de Chibarro Grei - <https://chibarrogrei.com.br/>

Acontece que essa atividade, cresceu de maneira exponencial e tornou-se uma Comunidade com 46 Grupos, agrupando uma multidão de aproximadamente 10.000 pessoas. Tornou-se na verdade uma agência de publicidade e veículo de divulgação comercial dos empresários interessados...

Suas atividades vão desses grupos de WhatsApp à Redes Sociais, culminando com sua atual "menina dos olhos": um Aplicativo para celulares - Índice comercial, lançado há 3 anos, que pode ser encontrado e baixado, no mundo inteiro, nas lojas de aplicativos das duas grandes plataformas: Android e Apple. Nesse aplicativo as pessoas, podem cadastrar / divulgar suas empresas e serem encontrados por consumidores em qualquer lugar do mundo.

Vale a pena conhecer!

No momento, é essa sua história que (ainda) vai sendo construída!

Ele se lembra do que aprendeu com a mãe, sua "Rainha Elizabeth" e seu saudoso pai, Miguel, que: "contra trabalho duro e honestidade não há resistência!" Que o sucesso/realização podem até serem mais demorados, mas, com certeza, chegam!

Diz ele: "Você deita a cabeça no travesseiro e dorme ou anda na rua de cabeça erguida; não precisa defender-se de quem quer que seja, tendo a certeza de que, em plena consciência, não fez mal, deu "passa moleque" ou lesou/enganou alguém."

Ele não se aquieta e diz: "todos os dias acordo pensando em algo que possa fazer melhor do que já fiz; melhorar minhas atividades e ser uma pessoa melhor para os amigos próximos, pra minha cidade, pra comunidade / humanidade. Bato o pé três vezes no chão e exclamo: - "Vamos lá!"

Não se considera perfeito, sabe que tem muitos defeitos e falhas, mas, sua história é de muita garra e dedicação, na busca de ensinar (tentar ensinar) seus filhos, e aqueles que o cercam, os caminhos do trabalho duro, dedicação, honestidade, fidelidade, etc... tentando fazer e ser melhor do que fez e foi ontem!

Diz: "Se toda essa história/aventura puder servir de referência ou ajudar uma só pessoa no mundo a ser melhor ou arriscar no empreendedorismo, já vai ter valido a pena!"

Terminando, faz uma adaptação e nos deixa para reflexão a frase de Thomas Alva Edison:

"Sorte, sucesso ou talento é 1% inspiração e 99% transpiração."

Ele repete sempre: "Eu vou fazendo a minha parte! ...Quem sabe logo invento mais alguma coisa!"

Um grande, afetuoso e forte abraço a você meu amigo de todas as horas, Carlos Alexandre.

Marcial - agosto 2024



**ESPAÇO KIDS - FAÇA O DOWNLOAD PELO SITE
WWW.REVISTARPONLINE.COM.BR E DIVIRTA-SE**

CAÇA-NÚMEROS

ENCONTRE O NOME DE CADA NÚMERO DO QUADRO E
ESCREVA-O NO LUGAR CORRETO.

Q	W	R	T	Y	P	S	D	F	T	R	Ê	S	G
D	E	Z	E	S	S	E	I	S	R	L	K	J	H
E	Z	Q	T	Q	N	R	S	E	E	Ç	X	C	Q
Z	X	C	I	N	C	O	D	I	Z	Z	B	V	U
O	C	W	G	R	B	T	F	S	E	N	N	S	I
I	V	R	H	D	Q	O	G	Q	G	O	M	S	N
T	B	S	J	F	U	I	H	W	H	V	Q	P	Z
O	N	E	K	C	A	T	O	R	Z	E	W	Ç	E
Q	M	T	L	G	T	O	J	R	L	S	R	L	P
W	P	E	Ç	H	R	P	Z	E	R	O	T	K	Ç
R	Ç	T	O	J	O	Ç	K	T	D	O	I	S	L
T	L	S	N	K	V	L	L	P	Ç	D	P	J	K
Y	D	O	Z	E	C	K	U	Y	H	F	Ç	H	J
P	K	D	E	L	X	J	M	S	J	G	D	E	Z
S	J	F	Q	Ç	Z	H	Ç	D	K	H	L	G	H
D	H	D	E	Z	E	N	O	V	E	J	K	F	G
F	G	G	P	P	S	G	W	F	R	K	J	D	F
G	F	H	L	M	D	E	Z	E	S	S	E	T	E

15 - _____	18 - _____	10 - _____
8 - _____	14 - _____	16 - _____
12 - _____	6 - _____	11 - _____
4 - _____	5 - _____	3 - _____
1 - _____	2 - _____	0 - _____
7 - _____	9 - _____	13 - _____
17 - _____	19 - _____	



MURILO NOVAIS - ENGENHEIRO



Murilo Novais é engenheiro civil e atua no ramo da construção desde 1997 quando ainda era técnico em agrimensura.

É graduado em engenharia de agrimensura e engenharia civil e pós-graduado em Gerenciamento de Projetos e Engenharia Estrutural. A competência e profissionalismo de Murilo faz com que seu trabalho seja cobiçado em todo o Brasil.

Ele trabalhou por quase 20 anos em grandes empresas no Brasil e exterior, a exemplo da Camargo Corrêa, uma das maiores empresas no segmento de engenharia, que atua em projetos obras de metalurgia, mineração e concentração de minérios, edificações de grande porte e indústrias de base.

Seu trabalho rompeu barreiras geográficas e foi na Africa que ele aperfeiçoou ainda mais suas habilidades trabalhando na área de infraestrutura urbana em Angola, suas experiências profissionais são verdadeiras referências para o setor da engenharia.



Em 2015, para a felicidade e sorte dos baianos, resolveu retornar para região sul da Bahia, pois viu grande crescimento na área de construção civil. Hoje é CEO da marca **MNOVAIS ENGENHARIA** e atua como responsável técnico na Rochedo Lajes (@rochedolajes) situada na zona sul de Ilhéus-BA tendo já alguns projetos e construções de edificação residenciais e comerciais no litoral sul baiano como Ilhéus, Itabuna, Itacaré, Serra Grande e cidades circunvizinhas, têm como um dos parceiros a @CasaEcotech um método alternativo e inovador de construção de edificações sustentáveis e inteligentes de pequeno a grande porte com parede monolítica usando como matéria prima o EPS(isopor).

Os serviços disponibilizados por Murilo Novais e equipe envolvem consultoria, projetos (estrutural, elétrico e hidrossanitário), construção de edificações (residencial e comercial) e demais serviços complementares como levantamento topográficos, referenciamento de imóveis rurais e urbanos, desmembramento remembramento de imóveis, usucapião, etc.

Murilo Novais trabalha com financiamento para AQUISIÇÃO DE TERRENO E CONSTRUÇÃO através da CAIXA ECONÔMICA FEDERAL com algumas obras em andamento.



CONTATOS:
@MNOVAISENGENHARIA
CONTATO@MNOVAIS.COM.BR
(73) 9 9965-0996

**ESPAÇO KIDS - FAÇA O DOWNLOAD PELO SITE
WWW.REVISTARPONLINE.COM.BR E DIVIRTA-SE**

$2 \times 7 =$
 $5 \times 5 =$
 $3 \times 9 =$
 $0 \times 6 =$
 $7 \times 8 =$
 $1 \times 5 =$
 $4 \times 7 =$
 $5 \times 6 =$
 $4 \times 8 =$
 $0 \times 7 =$
 $6 \times 9 =$
 $8 \times 5 =$
 $7 \times 9 =$
 $6 \times 6 =$

$\begin{array}{r} 8 \\ \times 6 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 2 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 1 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 5 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 3 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 9 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 3 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 6 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 9 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$

$\begin{array}{r} 9 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 5 \\ \times 9 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 7 \\ \times 6 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 4 \\ \times 9 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 6 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 2 \\ \times 6 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 6 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$

$\begin{array}{r} 2 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$

$\begin{array}{r} 0 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 8 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 1 \\ \times 6 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 8 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 2 \\ \times 9 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 5 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 0 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$

$\begin{array}{r} 9 \\ \times 9 \\ \hline \end{array}$

$\begin{array}{r} 1 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$

$\begin{array}{r} 7 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 7 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 9 \\ \times 6 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 3 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 0 \\ \times 9 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 4 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$
 $\begin{array}{r} 3 \\ \times 6 \\ \hline \end{array}$

$4 \times 6 =$
 $1 \times 9 =$



QUEM É O ANDRÉ??

- Engenheiro Civil
- MBA em Gestão de Obras
- Especialista em modelagem 3D
- Especialista em BIM
- Perito Judicial
- Assistente Judicial
- Avaliador
- Vistoriador

- Mais de 25.074,38m² de área construídas/reformadas
- Mais de 53 imóveis regularizados
- Mais de 70 imóveis Avaliados/ laudados

ANDRÉ QUEIROZ FERREIRA
 ENGENHEIRO CIVIL

CREA-SP: 5071158780



Bom, esses são os meus números que constituem uma pessoa que é feliz e se vê feliz em poder ajudar outras pessoas a conquistarem seus objetivos.

Meu papel na sociedade é mostrar para as pessoas formas de se obter mais dinheiro, mais recursos, mais finanças para que essas pessoas possam desfrutar de mais tempo e qualidade com suas famílias e seus entes queridos.

Consigo proporcionar para as pessoas uma das melhores opções de investimento do mundo que é o mercado imobiliário.

Perceba o seguinte...

Quando você está na sua casa, você está dentro de um imóvel... Então, você sai da tua casa e vai para o seu trabalho que está dentro de um imóvel. Você vai ao supermercado comprar mantimentos para sua casa e nota que o supermercado está dentro de um imóvel...

Quando você compra um produto na internet, esse produto, foi ou será fabricado, será armazenado e distribuído dentro de imóveis, tais como (usinas, fábricas, galpões logísticos, lojas e afins), percebeu que sempre precisamos de imóveis para nosso ecossistema funcionar?

Da mesma forma que precisamos de imóveis para funcionar, precisamos também de dinheiro...

Mas, você pode se perguntar...

Mas eu não tenho dinheiro para investir no mercado imobiliário...

E quem disse que precisa???

Quando nos propomos a investir em algo, precisamos entender que o investimento é proporcional à nossa capacidade financeira. E isso podemos aplicar a todos os segmentos, principalmente na construção.

Um exemplo...

Jorge, 36 anos, casado com Paula, pai de família, tem 2 filhos, é empresário do ramo de vestuário há 6 anos. Sua esposa, Paula, 32 anos, trabalha como funcionária pública na prefeitura da cidade há 12 anos.

Moram casa própria, mas querem ter mais tempo para cuidar dos filhos, mas não podem desprender desse tempo, pois tem obrigações a cumprir com o trabalho e não podem abrir mão de trabalhar para conseguir honrar com as obrigações e despesas da casa.

Paula e Jorge então descobrem que podem investir no mercado imobiliário, mas não tem dinheiro suficiente para construir algum imóvel. E eis que surge o Eng. André e apresenta a seguinte proposta para ambos.

Paula e Jorge, juntos possuem R\$50.000,00 aplicados no CDB do banco do Sidnelson, que rende para eles, em torno de 12% ao ano. Juntos eles comprovam em torno de R\$15.000,00 de renda mensal.

Considerando essas informações, o Eng. André, lhes oferece a seguinte proposta.

Com os R\$50.000,00 que está rendendo no banco + R\$450.000,00 que será tomado de crédito junto ao banco, somam R\$500.000,00. Com esse valor, será adquirido um terreno, construído a casa e ao término do empreendimento, será vendida essa casa. Sobrando um lucro livre de R\$200.000,00.

Com esses R\$200.000,00 que sobraram da venda da casa, Jorge e Paula, pegaram metade do valor e foram para Disney com seus filhos e a outra metade, investiram novamente em outro empreendimento.

Lembra que falei que os R\$50.000,00 estavam rendendo 12% ao ano?

Neste caso da Paula e do Jorge, eles fizeram 50 virar 200 em 18 meses...

O Retorno do investimento deles foram de 400% em 18 meses.

Em raríssimas exceções, temos mercados que nos rendem 20, 30% livres ao mês.

E o mercado imobiliário, através da construção financiada, pode nos proporcionar isso.

Ah André, tenho que me preocupar com obra, com pedreiro, com piso, cor de tinta....

Esquece tudo isso... Seu papel é apenas entender como o negócio funciona e como isso pode te gerar retorno, esses problemas, são do engenheiro civil, do arquiteto e do construtor. Você como investidor, precisa saber o que vai receber de retorno do seu investimento e em quanto tempo.

**Quer saber mais?
venha comigo para um café construtivo.**



Contatos

E-mail
fqa.eng@hotmail.com
contato@flechaengenharia.com

Redes sociais
@andreferreira

Telefone
16 98148-6932

FEROZ
CONSTRUTORA
ENGENHARIA

MEC-TOCA

• Papelaria • Informática

**MATERIAIS DE QUALIDADE
DAS MELHORES MARCAS.**

Suprimentos para escritório,
informática, engenharia,
arquitetura, artes e decoração,
descartáveis, limpeza, etc.



**E RECEBA O
MATERIAL RAPIDAMENTE**

CADASTRE SUA EMPRESA

(16) 99712-6675 (16) 2111-7896
contato@mectoca.com.br



3ª CORRIDA
Amigos Contra o Câncer
2024

3ª CORRIDA

Amigos Contra o Câncer

2024



27 de outubro

5k **RECRA CAMPO RIBEIRÃO PRETO**

Caminhada 2k / Corrida kids

Inscrições: ticketsports.com.br

CUPOM EXCLUSIVO!

Utilize o cupom REVISTARPONLINE e ganhe 10% de desconto na sua inscrição!