

Set/23 - Semana 37  
REVISTA DIGITAL

# Villa **UP**

**DESAFIO  
ÉPICO**

**Humano**

versus

**Máquina**

**PÁG36**



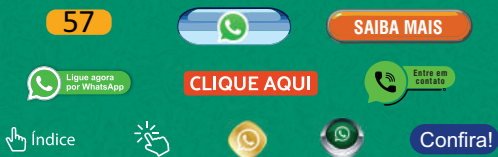
# importante!

*i*

A interatividade digital pode tornar a experiência de leitura da revista mais **envolvente e memorável.**

Por isso, **experimente** usar os elementos interativos na revista!

Os botões podem ser usados para iniciar ações, como entrar em contato com um anunciante, baixar um arquivo ou comprar um produto, além de navegar entre as páginas.



Os ícones de redes sociais ou de aplicativos podem ser usados para navegar até as diferentes páginas de um determinado colaborador ou anunciante.



# Índice

Interatividade	2
Editorial	4
Técnica Pomodoro	6
Vídeos curtos na Rede Social	11
Técnico Textil	16
Musicoterapia	20
Caminhoneiro	25
Corrida de Rua	30
Humano X Máquina	36
Fotografia	44
Orquídeas	51
Fale conosco	58

## Expediente

Revista VillaUp, edição digital, é uma publicação da Produz Comunicação e Editora Ltda, inscrita no CNPJ sob o número 11.973.150/0001-06. Jornalista Responsável: Davison José Rossatto, Mtb 72.116/SP. Encaminhada por meio eletrônico de aplicativos de mensagens e redes sociais, Distribuição Gratuita. Periodicidade: Semanal. Não enviamos cobranças ou mensagens solicitando dados sensíveis por nenhum meio de comunicação e não comercializamos dados. Não nos responsabilizamos por matérias, opiniões, textos ou informações contidas nas publicidades, o que é de exclusiva responsabilidade do autor ou da empresa anunciante. Contato: villaupclub@gmail.com e WhatsApp (19) 99917-8937.

# Editorial

Amigos leitores, É com imenso prazer e gratidão que apresentamos mais uma edição da revista digital interativa VillaUp! Estamos de volta para compartilhar com vocês o que há de interessante no mundo do conhecimento.

Nesta edição, trazemos algumas mudanças sugeridos por vocês, nossos leitores incríveis que interagiram através do botão de mensagem da edição anterior. E as dicas continuam chegando.

Em momento oportuno, teremos entrevistas com personalidades, além de trazer novas formas de inte-

ratividade como quizzes, enquetes, likes e espaço para comentários em nossas matérias, fazendo assim um canal participativo entre vocês e comunidade Villa Up!

Agradecemos a cada um de vocês por fazerem parte dessa jornada conosco.

Continue nos inspirando com suas sugestões. Estamos ansiosos pelo futuro e por crescer junto com vocês, construindo uma revista que reflete nosso amor pelo conhecimento e empatia pela vida.

Equipe VillaUp. 

# Precisando de Cartão de Visitas?



100, 500 ou mais,  
Reto, com faca especial  
ou verniz localizado?

**SAIBA MAIS**



# técnica **POMODORO**

ADMINISTRANDO  
O TEMPO PARA  
GANHAR  
DINHEIRO

# TÉCNICA POMODORO

Você já ouviu falar da técnica Pomodoro? Criada por Francesco Cirillo nos anos 1980, essa abordagem de gerenciamento de tempo tem um nome curioso: “Pomodoro”, que significa “tomate” em italiano. Mas por que “tomate”? Cirillo usava um temporizador de cozinha em forma de tomate quando era estudante universitário para dividir seu tempo de estudo em intervalos concentrados.

A essência da técnica Pomodoro é simples, mas incrivelmente eficaz. Escolha a tarefa que deseja realizar, defina um temporizador para 25 minutos, chamado de “Pomodoro”, e trabalhe intensamente nessa tarefa, minimizando distrações. Após os 25 minutos, faça uma pausa curta de 5 minutos. Após quatro Pomodoros seguidos, você terá direito a uma pausa mais longa, de 15 a 30 minutos.

A técnica Pomodoro oferece diversos benefícios:

## **FOCO INTENSO**

Os intervalos de 25 minutos incentivam a concentração total, tornando mais fácil evitar distrações.

## **GESTÃO DE TEMPO**

Dividir o trabalho em segmentos permite avaliar com precisão quanto tempo uma tarefa realmente leva, melhorando a estimativa de prazos.

## **EVITAR A PROCRASTINAÇÃO**

A ideia de se concentrar por apenas 25 minutos torna tarefas aparentemente assustadoras mais simples, ajudando a superar a procrastinação.

## **RECOMPENSA E DESCANSO:**

Pausas de criatividade regulares permitem descansar, relaxar e recarregar energia, melhorando a produtividade e a produtividade.

## **ACOMPANHAMENTO**

Registrar atividades com Pomodoros ajuda a manter o controle do progresso e permite ajustar a abordagem conforme necessário.

Essa abordagem simples e altamente eficaz melhora a produtividade, a qualidade do trabalho e a gestão do tempo. Além disso, é facilmente adaptável às suas necessidades e às demandas específicas do seu trabalho, tornando-se uma ferramenta versátil para profissionais de diversas áreas.

Se você está lutando para manter o foco e o ritmo de trabalho, experimente a técnica Pomodoro. Pode ser a solução que você precisa para alcançar seus objetivos de maneira mais eficaz.

A beleza da técnica Pomodoro está em sua simplicidade e adaptabilidade. Personalize-a de acordo com suas preferências, seja você uma pessoa matinal ou noturna. O desafio de com-

pletar tarefas em 25 minutos aumenta o foco e a concentração, enquanto as pausas regulares evitam a procrastinação. Além disso, ao registrar seus Pomodoros, você terá uma noção mais precisa do tempo necessário para concluir diferentes tipos de tarefas, o que é fundamental para melhorar a gestão de projetos e a precificação do trabalho.

A técnica Pomodoro não é apenas uma ferramenta de produtividade; é uma filosofia que pode transformar sua relação com o trabalho e o tempo. Portanto, se você busca um método comprovado para melhorar seu desempenho, a técnica Pomodoro é uma opção que vale a pena tentar.

É uma abordagem flexível para aprimorar a produtividade e a gestão do tempo. Adapte-se às suas necessidades pessoais e descubra como ela pode contribuir para seus objetivos de maneira eficaz. Experimente e surpreenda-se com o impacto positivo de que um simples temporizador pode ter na sua produtividade.

Não perca tempo, mergulhe na técnica Pomodoro e transforme sua maneira de trabalhar e estudar. Você está prestes a desbloquear todo o potencial de sua produtividade.

Vamos lá!

# TODA A SOFISTICAÇÃO QUE SUA OBRA MERECE!



**GESSATO**  
DRYWALL

- Gesso (Forro, Sanca, Parede, Moldura, Boiserie)
- Piso Laminado e Vinílico
- Pintura e Elétrica
- Papel de Parede
- Box e Espelho

**SOLICITE SEU ORÇAMENTO**  
**19 99144.2421**

# Vídeos curtos

na rede social



# Vídeos curtos na rede social

Será o Fim dos Vídeos Curtos na rede social?

Dizer adeus aos vídeos curtos pode parecer prematuro, mas uma revolução está em andamento nas plataformas de mídia social. Para compreender essas características, voltamos à origem dos vídeos curtos, um movimento que ganhou força com o TikTok, notadamente durante a pandemia. Embora tenha mudado significativamente a forma como as pessoas consomem conteúdo, essas características também deixaram sua marca em nossa sociedade, tornando-a mais ansiosa e imediatista, muitas vezes à custa do fim da concentração em conteúdo educacional e enriquecedor.

No cerne dessa transformação encontra-se um motivo central: o faturamento das empresas. As plataformas de mídia social dependem da atração de grandes marcas para anunciar e gerar suas receitas. No entanto, as pessoas estão cada vez mais pulando anúncios em vídeos curtos, criando um desafio significativo para os anunciantes e empresas envolvidas.

Internautas criadores de conteúdo indicam que o TikTok, percebendo essa tendência, tomou uma decisão ousada e estratégica. Começou a monetizar vídeos com duração superior a um minuto, incentivando os criadores a produzirem conteúdo mais longo e substancial. Esse movimento repercutiu em outras plataformas, como Instagram e YouTube, que também passaram a buscar conteúdo mais longo para atrair anunciantes.

Aqui está a reviravolta intrigante: nossos cérebros foram condicionados a preferir vídeos curtos, mas, gradualmente, estamos sendo reeducados sem que percebamos. O foco está mudando em direção a conteúdos mais extensos e autênticos.

Em suma, a era dos vídeos curtos está chegando lentamente ao fim? Talvez, mas aqueles que se interessam por se destacar nas redes sociais, seja como criadores de conteúdo ou para fins comerciais, devem estar atentos a essas mudanças.

A revolução está em andamento, e o cenário das redes sociais está se transformando diante de nossos olhos. Aqueles que se adaptarem a essa mudança serão os mais bem-sucedidos na próxima fase da evolução digital.

# Triunfo Lanches



LANCHES

PORÇÕES

SUCOS

BEBIDAS

**HORÁRIO DE ATENDIMENTO**

**TERÇA À DOMINGO - 18h às 23h**

Rua Silvio de Paula, 894 - N.S.Fátima - N.Odessa

**DISK-ENTREGA**

**(19) 99408 2914**

**Quero receber seu cardápio digital**



**2 PASSOS**  
para receber  
gratuitamente  
toda semana a

REVISTA DIGITAL

**VillaUP**

1-Mande uma msg através  
do botão abaixo;

2-salve o contato em seu  
celular.

Clique aqui e  
envie mensagem  
pelo Whatsapp



# Técnico e Tecnólogo Têxtil

# PROFISSÃO

## Técnico e Tecnólogo

### TEXTIL

#### Dia do Profissional Têxtil

Técnico ou Tecnólogo Têxtil, em 12 de setembro é celebrado o Dia do Profissional Têxtil que atua na imensa e complexa Cadeia Têxtil espalhada por todo o Brasil.

Esse profissional dedica-se a indústria têxtil trabalhando nos seus mais variados elos, entre eles estão a fiação, tecelagem, malharia, beneficiamento de fios e tecidos e a confecção.

A transformação das fibras naturais ou químicas em fios é o princípio do processo, se tornarão matéria-prima para criação de tecidos, malhas e não tecidos para diferentes aplicações. Já prontos, os tecidos são beneficiados em processos de tinturaria, estamparia e acabamento tornando-se itens fundamentais para confecção, seja para produzir vestuário ou produtos técnicos, como por exemplo nos setores de decoração, calçado, automobilístico, uniformes, hospitalar e muitos outros.

Com apoio da FATEC Americana os profissionais são formados para trabalhar em diversas empresas desenvolvendo e produzindo com criatividade e qualidade artigos têxteis que utilizamos cotidianamente, afinal de contas Têxtil está em tudo!

*Frederico Faé,  
empreendedor e professor FATEC*

#### DA REVISTA VILLA UP:

Neste dia 12 de setembro, vamos comemorar e agradecer aos técnicos e tecnólogos têxteis pelo seu compromisso em nos mantermos bem vestidos, seguros e em harmonia com o ambiente. Sua paixão pela textura, cor e conforto molda o nosso mundo de maneiras que nem sempre percebemos.

Portanto, na próxima vez que você vestir sua camiseta favorita, sentar em um estofamento macio ou se beneficie de materiais têxteis inovadores, lembre-se dos técnicos têxteis e da dedicação deles para tornar isso possível. Eles merecem todo o nosso reconhecimento e gratidão.



Setembro  
Amarelo

# Não sofra em silêncio

*Falar é a melhor solução!*





# *Musicoterapia*



# MUSICOTERAPIA

## 15/09 - DIA DA MUSICOTERAPIA MÚSICA: A CURA QUE VOCÊ OUVE

Você sabia que a música pode ser um santo remédio? Quando tocamos um instrumento ou ouvimos uma canção, diversas áreas do cérebro são trabalhadas. Em outras palavras, regiões responsáveis por nossos movimentos, memória, linguagem e sentimentos interpretam estímulos sonoros.

Muitos experimentos vêm testando e reconhecendo os poderes terapêuticos da música. Até a concentração pode ser melhorada pela música! Tanto que ela já está sendo considerada um remédio.

Ansiedade, estresse e depressão são exemplos de condições que já são tratadas na musicoterapia. Por essa razão, é uma importante área da saúde.

### **Mas afinal, o que é musicoterapia?**

Musicoterapia são técnicas utilizadas através da audição, recriação de sons, composição e o ato de tocar um instrumento com objetivo

terapêutico. Isso tudo, levando em consideração o histórico e o tipo de música que o paciente prefere. Muito utilizada, principalmente no tratamento de crianças com necessidades especiais, como, por exemplo, os autistas. Também praticada como auxílio nos casos de Acidente Vascular Cerebral (AVC), Parkinson e Alzheimer. Além de ser útil em casos de dor, hipertensão e como recurso de aprendizado ou para aumentar a concentração nos estudos.

Em um estudo publicado pelo Cochrane Library, a música melhora a frequência cardíaca e respiratória, pode reduzir a pressão sanguínea e diminuir os níveis de estresse. Além disso, ela pode melhorar o quadro de Doença Arterial Coronária. Estudos recentes indicam que a musicoterapia tem efeito no tratamento de vítimas de traumas que desenvolveram o quadro de TEPT (O transtorno do estresse pós-traumático), além disso, a musicoterapia tem se mostrado eficaz na recuperação de pessoas que tiveram derrames, recuperando sua comunicação social, no tratamento da amnésia, pois estimula a memória, e de problemas para dormir, já que a música relaxa e proporciona higiene do sono. Ademais, a musicoterapia atua também na recuperação de parte

do cérebro pouco desenvolvida em casos de afasia, sendo a perda parcial ou total da capacidade de expressar, ou compreender a linguagem falada ou escrita.

Na musicoterapia trabalham-se também os movimentos corporais, a memória e raciocínio, além da percepção espacial.

Estudos que observam os efeitos da música no cérebro apontam que as mesmas partes da comunicação do cérebro são ativadas com estímulo musical. São muitos os benefícios da musicoterapia, e ela pode contribuir para melhorar a qualidade de vida das pessoas, sendo em grupo ou pacientes individuais. Esse tipo de técnica comprova que há muitas outras formas de se tratar um problema além do mero uso de remédios.

A musicoterapia é uma terapia promissora que aproveita o poder da música para promover a saúde e o bem-estar. Ela pode ser usada para ajudar as pessoas a superar desafios físicos, mentais e emocionais.



# Reformas EM GERAL



**Atenção:** reformamos  
sua casa inteira!

REFORMA EM GERAL

ALVENARIA, HIDRÁULICA  
ELÉTRICA, CALÇADA e PORTÃO

*trocamos e limpamos caixa d'água*

**Entre em contato conosco e agende seu orçamento!**

Americana e Região

**SENA** SERVIÇOS

(19) 98996-7503



Ligue agora  
por WhatsApp

# Profissão

# Caminhoneiro



# CAMINHONEIRO

16 DE SETEMBRO, DIA DO CAMINHONEIRO

Sem sombra de dúvidas sabemos o quanto somos significativos no dia a dia das pessoas e das mais diversas instituições que compõem esse universo chamado nação, a categoria caminhoneiros é tão importante que faz parte do seleto nicho de serviços classificados como essenciais, temos que estar diuturnamente em atividade, nosso trabalho é de suma importância e impactamos diretamente em todos os setores sociais.

A malha rodoviária brasileira é tão representativa, que sozinha é responsável direta pelo escoamento de 75% da produção nacional, interligando a indústria, o agro e diversos setores, perante a cadeia varejista.

Parabéns a todos os motoristas profissionais, que diariamente passam a maior parte do seu tempo longe de casa se dedicando em servir. Só quem está cotidianamente atrás do volante sabe o quanto ser caminhoneiro é um trabalho árduo, muitas das vezes atrelados a

uma carga horaria de trabalho excessiva, como parte do ofício enfrentamos diversas dificuldades durante o trajeto, seja ela pela má condição das rodovias, ou por manutenção mecânica apresentada no veículo durante a viagem.

No vai e vem da estrada, os cargueiros seguem firme enfileirados sempre se reposicionando entre subidas e descidas, cada um rumo seu ao próximo destino.

*Claudemir Ramos - Motorista*

DA REVISTA VILLA UP: O Dia do Caminhoneiro representa uma ocasião especial para reflexão e expressar nossa gratidão a esses profissionais que são as artérias do Brasil em um pulsar constante. São verdadeiros heróis das estradas, enfrentando desafios diários para garantir a eficiência de nossa sociedade e o acesso de todos os produtos essenciais. Obrigado caminhoneiros!



Contrate para sua  
festa ou evento

Chopp/locação de mesas e cadeiras

msg whatsapp



Villa Up - Revista Digital semanal e interativa

# QUER ANUNCIAR?



## Vantagens

**SEGMENTAÇÃO.** A mídia que permite melhor segmentação hoje em dia é a internet.



**CUSTO REDUZIDO.** Quando comparada às mídias tradicionais, a propaganda online é claramente mais em conta



**DINAMISMO.** Facilidade para alternar o anúncio com ofertas e promoções ou a arte em si.



**INTERAÇÃO:** Facilidade do cliente entrar em contato através de botões de ação disponibilizados na Revista



**VISIBILIDADE:** Aparecendo toda semana fica mais fácil atrair clientes e fortalecer sua imagem no mercado.



**CLIQUE AQUI**





# 3º DESAFIO DA INDEPENDENCIA

corrida de Rua

3º Edição da  
CORRIDÁ DE RUA

# DESAFIO DA INDEPENDÊNCIA

Pelo terceiro ano consecutivo, a Corrida de rua “Desafio da Independência” é sucesso em Nova Odessa.

Aconteceu nesta quinta-feira (07/09) feriado da Independência do Brasil a corrida de rua “3º Desafio da Independência”, com percurso de 7 km, largada e chegada na Praça Central José Gazzetta, com organização da Equipe Top Training Team, parceiros e patrocinadores e com total apoio da Prefeitura Municipal de Nova Odessa, setor de Cultura, Secretaria de Esportes e demais secretarias.

A corrida contou com a participação de 350 atletas, de várias cidades da Região Metropolitana de Campinas, da capital e até do litoral paulista. aproximadamente 1.200 pessoas estiveram prestigiando o evento.

Foram arrecadados 255 kg em alimentos que serão doados ao Fundo Social de Solidariedade do município de Nova Odessa.

## CONFIRA OS CAMPEÕES:

### Geral Masculino

- 1° Lucas Bissoli - 21:04
- 2° Fernando A. R. da Silva - 21:33
- 3° Luan Bissoli - 21:45
- 4° Antônio M.P. Araújo - 22:12
- 5° Edson Tiburcio Alves - 22:19
- 6° Rodrigo Dantas - 22:38
- 7° Pascoal de Jesus Santos - 23:03

### Geral Feminino

- 1° Elisangela Fernando - 26:58
- 2° Mirian de Farias - 28:04
- 3° Luciana Piza - 28:22
- 4° Andreia R. dos Santos - 29:17
- 5° Andreia de O. da Silva - 28:37
- 6° Lara N. Fernandes - 29:41
- 7° Sueli Marques de Melo - 30:08

### Moradores de Nova Odessa Masculino

- 1° Guilherme S. de Brito - 25:18
- 2° Cicero P. da Silva - 25:48
- 3° Leonardo da S. de Oliveira - 26:36

### Moradores de Nova Odessa Feminino

- 1° Alessandra Wenzel - 30:43
- 2° Meria A. S. de Jesus - 34:38
- 3° Graciele Quaino - 35:54

### Forças de Segurança Masculino

- 1° Billy Joe da S. Queiroz - 25:35
- 2° Abel Luiz Pego - 25:46
- 3° Vinicius Oliveira Cotias - 26:22

4° Paulo Roberto Valentim - 27:44

5° Carlos Henrique Nunes - 27:45

### Forças de Segurança Feminino

1° Thamara C. S. S. Riberiro - 35:07

2° Alba V. S. de Moraes - 42:21

3° Erica Cristina de Oliveira - 46:07

4° Aline Rodrigues de Souza - 57:56

Agradeço a todos os envolvidos diretamente e indiretamente na organização do evento, órgãos de apoio e executores, administração municipal, patrocinadores que colaboraram para a realização desse evento, em especial as assessorias e principalmente o atleta, pois sem ele não haveria essa tão sonhada corrida.

*Organização: Equipe Top Training Team.*



# 3º DESAFIO DA INDEPENDÊNCIA

7K

NOVA ODESSA  
SÃO PAULO

07/SET  
2023



Apoio



SECRETARIA DE  
ESPORTES, CULTURA  
E TURISMO



FOTOP

ANDRÉ  
DINIZ



Fotografia oficial

Locução Oficial

Realização

Produz Comunicação e Editora



# CATÁLOGO

DIGITAL

*atualizado!*

Conheça nossos serviços de

**Gráfica**  
**Comunicação Visual**

Confira!





Humano  
X  
Máquina

# HUMANO VERSUS MÁQUINA

## DESAFIO ÉPICO

Nas décadas de 1950 e 1960, ocorreram diversas inovações importantes que moldaram a vida dos seres humanos. A televisão, por exemplo, tornou-se uma parte central da vida doméstica, alterando a maneira como as pessoas obtêm informações e consomem mídia. Além disso, a música vivenciou uma transformação com o surgimento do rock and roll. Na área da informática e eletrônica, destacou-se a invenção do microprocessador. Em 1955, o desenvolvimento da vacina contra a poliomielite por Jonas Salk marcou um avanço importante na medicina, juntamente com progressos na cirurgia cardíaca e na pesquisa médica.

Já nas décadas de 1970 e 1980, houve uma evolução tecnológica contínua com o desenvolvimento da tecnologia de fibra óptica, que revolucionou a transmissão de dados em alta velocidade. O lançamento do primeiro computador pessoal, o Altair 8800, popularizou a informática, e os videocassetes permitiram que as pessoas assistissem a filmes em casa. O movimento ambiental ganhou força devido à

preocupação com a poluição e o esgotamento dos recursos naturais. No entretenimento, a música disco se destacou, assim como o cinema de ação com filmes como “Rambo” e “O Exterminador do Futuro”.

Nas décadas de 1990 e 2000, o avanço das inovações foi notável, com o desenvolvimento da internet e o surgimento da World Wide Web (www). Essas mudanças revolucionaram a comunicação, a educação e o acesso à informação, criando novas oportunidades de trabalho, entretenimento e aprendizagem.

A partir da década de 2010, testemunhamos a rápida implantação de tecnologias como Mapeamento e Navegação GPS, Streaming de Mídia, Educação Online, Tecnologia de Veículos Autônomos, Redes Sociais, Internet móvel, inteligência artificial, inteligência virtual e realidade aumentada.

Essas inovações nos ajudaram, trazendo velocidade para descobrirmos cura para algumas doenças e agilizando novos estudos de medicamentos, auxiliando o tratamento médico, diversificando a cultura e abrindo possibilidades de expressão na arte e entretenimento. Na área social e de lazer, lembramos de como a tecnologia

nos aproximou das pessoas que amamos, mesmo estando distantes, e nos proporcionou novas formas de nos divertir e aprender.

## **TECNOLOGIA E SAÚDE MENTAL: UM EQUILÍBRIO NECESSÁRIO**

Pesquisas apontam que essa revolução também pode afetar negativamente a saúde mental.

Um estudo recente publicado no Journal of the American Medical Association (JAMA), em 2017, já revelava que o uso excessivo de dispositivos móveis estava associado ao aumento do risco de depressão, ansiedade e outros problemas de saúde mental. Além disso, a tecnologia pode contribuir para a solidão, isolamento e falta de propósito na vida, à medida que as pessoas passam mais tempo nas telas e menos tempo interagindo pessoalmente.

A vida contemporânea é caracterizada pela hiperconexão constante, com redes sociais e estímulos digitais. No entanto, é essencial encontrar um equilíbrio saudável entre o mundo digital e o mundo real.

## IMPACTO DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E DOS ROBÔS NA SAÚDE MENTAL

A chegada da inteligência artificial (IA) e dos robôs humanoides tem o potencial de influência profunda na saúde mental humana. Por um lado, essas tecnologias podem melhorar a qualidade de vida, oferecendo apoio emocional e auxiliando em tarefas diárias para pessoas que vivem sozinhas ou têm deficiências. Por outro lado, podem ser usados de maneira indireta, aumentando a ansiedade e o estresse com a falta de calor humano que é insubstituível.

Os robôs humanoides também podem levar ao isolamento social, prejudicando a interação humana significativa e aumentando o risco de depressão e solidão. É crucial usar essas tecnologias com responsabilidade, conscientes dos riscos e benefícios que representam. Algumas dicas para um uso saudável da tecnologia como um todo incluem estar ciente dos riscos de manipulação, não substituir o contato humano, estabelecer limites de tempo de uso e buscar ajuda profissional se necessário.

## A EVOLUÇÃO DO TRABALHO NA ERA DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Com o avanço da IA, haverá uma adaptação nas ofertas de empregos, surgindo novas oportunidades. A IA pode automatizar tarefas repetitivas, mas não substituirá o pensamento crítico e a criatividade humana, onde muitos sonhos nascem do nada e já a IA precisa de um humano para desenvolver um algoritmo para tal procedimento. Profissões relacionadas ao treinamento e consultoria de IA, desenvolvimento e manutenção de IA, investigação e orientação de IA, reparo de robôs, desenvolvimento de tecnologias como realidade virtual e ampliada, e serviços de bem-estar e saúde mental surgirão.

Os seres humanos são mais que trabalhadores; somos seres sociais, criativos e empáticos. Precisamos nos adaptar ao mundo tecnológico, mantendo nosso bem-estar emocional e espiritual em foco. É nosso dever garantir que a tecnologia beneficie a qualidade de vida das pessoas, equilibrando-a com a nossa humanidade. Afinal, a tecnologia deve servir ao nosso progresso, mas nossa saúde mental, espiritual e bem-estar emocional devem sempre ser priorizados.



IMAGEM GERADA PELA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL BING

Em um mundo cada vez mais digital, nosso papel é encontrar esse equilíbrio e deixar um legado de uma vida digna, empática e participativa para as gerações futuras.

O que você pode fazer para isso se concretizar? Chorar em um canto qualquer ou aplicar a inteligência e a empatia nata do ser humano para com você mesmo e com outros?

Você decide!

# MANICURE E NAIL DESIGNER

USE SUA MÁXIMA  
POTÊNCIA E TENHA O  
SUCESSO QUE MERECE!



Você quer se tornar uma referência no mercado nail e aumentar seus lucros? Então você precisa conhecer a minha mentoria personalizada ou os meus cursos online, que vão te ensinar as técnicas mais avançadas e as tendências do momento. Com a minha ajuda, você vai se destacar da concorrência e conquistar mais clientes satisfeitos. Não perca essa oportunidade e garanta já a sua vaga!



ME SIGA NAS REDES SOCIAIS



# Fatias do Tempo



# FOTOGRAFIA

Vou confessar. Esse conceito do tempo poder ser fatiado me agrada. Imaginar o tempo como uma infundável peça de queijo parece deixar a vida um pouco menos tediosa, um pouco mais previsível. Não que ela seja.

Hoje o tempo vem sendo modificado, questionado. A física quântica está sempre brigando com o tempo. Muitos vão concordar comigo que esse conceito da linearidade do tempo é confortável, principalmente se não quisermos pensar muito nisso. Hoje, ontem, anteontem, amanhã, depois, naquele dia, naqueles bons tempos. É agradável saber quando foi, quando será, sem atalhos, fórmulas e complexos conceitos.

Me perdoem os físicos quânticos.

Sempre que tenho na mão alguma foto antiga em papel, olho além da imagem que está impressa. Fico imaginando o momento, a técnica utilizada, situar aquela imagem no tempo, o que passava na cabeça do fotógrafo e qui-

çá qual equipamento ele poderia estar usando. Em alguma estação do tempo, um filme de grande formato, um filme de 120 mm, que foram muito usados em determinado momento da fotografia. Ou já seria mais moderno, usando um filme de 35 mm ? E uma foto acaba virando uma história, um sentimento.

A partir daí, então, ficou fácil chegar nas fatias do tempo. Elas nada mais são do que as fotografias tiradas naqueles momentos. Finos pedaços de papel, definidos pela velocidade do obturador. Fatias quase transparentes, ínfimas frações do tempo, congeladas e imortalizadas, as quais nos apossamos e acreditamos serem nossa propriedade. Como se fosse possível ser dono do tempo.

Para realizar este ensaio chegaram às minhas mãos três máquinas fotográficas. Cada uma delas com uma forte história.

A primeira delas, uma Exakta, alemã. Produzida no início da década de 60, essa máquina é uma obra-prima da engenharia, muito avançada para aquele momento. Ela pertenceu ao pai do meu cunhado e fotografou pessoas que pertenciam a quatro gerações diferentes. Filhos, netos, irmãos, avós. Viagens, festas, mo-

mentos especiais dentro daquela família. Muitas histórias foram preservadas através dela, momentos, incontáveis fatias de tempo preservadas em papel, memória e sentimento.

A seguinte, uma Olympus Trip, talvez a máquina mais utilizada por amadores na década de 70 e começo da década de 80. Desenhada e produzida no Japão, trazia uma simplicidade muito grande, exigindo quase nenhum conhecimento do fotógrafo. Essa máquina pertenceu ao pai de um professor, que me cedeu para este ensaio. Essa máquina também fotografou algumas gerações daquela família, fatiando os momentos e colocando-os no papel para que a memória fosse preservada.





A última é uma Vrede Box, também fabricada na Alemanha. Uma máquina bastante simples, utilizava filme de 120 mm, que era carregado na sua parte posterior, rente à tampa. Um equipamento de extrema simplicidade. Obviamente barato, fez muito sucesso nas décadas de 50 e 60. Suas fotos, geralmente, não eram ampliadas. Eram feitas somente cópias de contato, já que seu filme permitia essa prática. Essa máquina pertenceu ao meu pai. Temos muitas fotos que foram feitas através de suas lentes. Posso estar enganado, mas a primeira foto em que eu apareci, foi muito provavelmente feita por ela. Apenas alguns cobertores com uma criança

dentro, no colo da minha madrinha de batismo, com meu padrinho solenemente posado ao lado. E essa pequena caixa esquisita foi a responsável pelas muitas memórias do início da minha vida. Responsável através das mãos do meu pai, que sabia da importância de fazer o tempo, para que as memórias fossem mantidas nas finas fatias de papel.

*Fernando Zavarelli - [www.fzdesign.com.br](http://www.fzdesign.com.br)  
[fernando.zavarelli@fzdesign.com.br](mailto:fernando.zavarelli@fzdesign.com.br)*

Fatias do Tempo é um ensaio sobre fotografia. Um exercício de memória.

Suas protagonistas são câmeras que criaram memórias em fatias de papel.

Para ver o ensaio completo é só clicar no botão abaixo:

**Abrir PDF**

# ESCORPELI

arquitetura



Ligue agora  
por WhatsApp





*Orquídeas*

# Orquídeas

## 7 DICAS PARA CUIDAR EM CASA

Quem gosta e pratica a jardinagem sabe que cada planta tem as suas peculiaridades e, por consequência, exige cuidados específicos. As orquídeas, por exemplo, são bastante delicadas, mas o principal ponto para mantê-las sempre bonitas e saudáveis é a observação. Com elas você deve redobrar a atenção com a quantidade de luz, água e adubo.

O crescimento da orquídea é mais lento e por isso não é preciso entrar em desespero se as flores desaparecerem.

Para aqueles que adoram essa espécie, a seguir relacionamos 7 cuidados necessários para que ela fique sempre bonita.

Confira:

# 1

### TENTE RECRIAR O AMBIENTE NATURAL

Em seu ambiente natural, dentro da mata, as orquídeas costumam ficar apoiadas nas árvores, debaixo de folhas e galhos para garantir luminosidade suficiente, mas sem ficar exposta

diretamente ao sol. Elas também crescem em locais úmidos e retiram a água que precisam da umidade do ar. Por conta disso, procure colocar a sua orquídea em local arejado, úmido, mas com luminosidade boa, criando um ambiente propício para que ela cresça com saúde.

## **2 UTILIZE VASOS DE BARRO**

As orquídeas gostam de umidade, mas não em excesso. Aliás, é a grande quantidade de água uma das causas mais frequentes de sua morte. Por isso, o vaso de barro é mais propício para o seu plantio já que absorve melhor o líquido. Ao colocar a orquídea em um vaso de plástico, a água pode ficar acumulada e se você não perceber, ela morre.

## **3 CUIDADO NA HORA DE REGAR A SUA PLANTA**

Apesar de gostar da umidade, é preciso ter cuidado na hora de regar a sua orquídea. No verão, de duas a três vezes por semana será o suficiente, enquanto no inverno a dica é de uma a duas vezes.

Nos dias mais quentes, você ainda pode jogar água no chão e deixar que o vapor umedeça o ar, garantindo a quantidade necessária de água para a orquídea. Uma maneira prática de saber se ela está precisando de mais líquido é verificar com o dedo indicador o quão seca está a terra dentro do vaso para saber se será necessário regar.

## 4

### EVITE A GRANDE EXPOSIÇÃO AO SOL

Como já abordamos anteriormente, a orquídea gosta de boa luminosidade. Por isso, coloque o vaso em um local onde bata sol suficiente para garantir o enraizamento e a floração. A preferência é que fique em um lugar que não bata diretamente e excessivamente a luz do sol. Se não tiver jeito de afastar a planta da luz solar excessiva, tente vedar essa iluminação ao máximo durante a exposição de pico da luz solar, fazendo uma sombra com algum objeto, uma cortina talvez. Para saber se sua orquídea está recebendo muita luz fique de olho nas folhas, pois elas apresentarão uma coloração amarelada.

## **5 NADA DE EXAGERAR NO ADUBO**

A orquídea exige alguns nutrientes, mas assim como a água, eles não devem ser absorvidos em grande quantidade para não matar a planta. Em uma loja especializada, procure conversar com os vendedores para saber quais os produtos mais adequados como fungicidas, inseticidas e bactericidas, além de adubos especializados para a planta.

Em casa, dissolva o adubo em água e vá borrifando a terra com essa mistura aos poucos. Outra dica é colocar o produto no canto do vaso para que, a cada nova irrigação, ele possa se espalhar por todo recipiente. Para que a planta absorva o adubo com mais eficiência, pulverize a orquídea com água uns 15 minutos antes de aplicar a mistura.

## **6 OS VASOS DEVEM ESTAR DISTANTES UNS DOS OUTROS**

Os vasos de planta devem ficar, pelo menos, cerca de 20 centímetros de distância uns dos outros. Isso pode evitar que uma espécie doente contamine a outra. No caso de pulgões ou cochonilhas aparecerem, use produtos adequados, evitando prejudicar a planta e as demais orquídeas ao redor.

# 7

## MATERIAIS PARA MANUSEIO

Para evitar doenças é importante que as tesouras ou facas usadas para o corte de folhas e pequenos galhos estejam esterilizadas. Para tanto, depois de lavar o material é importante que ele ainda passe por um enxágue de água fervente.

Jardinagem exige carinho e atenção. Portanto coloque essas dicas em prática e tenha em casa flores sempre bonitas e saudáveis.

Se você gostou das dicas mande uma mensagem para que possamos atendê-lo melhor!



### S.O.S. ORQUÍDEAS

Marcelo Simeão (19) 991439114

VENDAS, VISITA TÉCNICA, MONTAGEM DE  
PAINÉIS E ESTUFAS DE PEQUENO PORTE

**2 PASSOS**  
para receber  
gratuitamente  
toda semana a

REVISTA DIGITAL

**VillaUP**

1-Mande uma msg através  
do botão abaixo;

2-salve o contato em seu  
celular.

Clique aqui e  
envie mensagem  
pelo Whatsapp



# SE LIGA!



*Nós envie sua mensagem!*

Não quero mais receber gratuitamente a Revista Digital Villa Up. Obrigado!



Recebi a Revista Villa Up por um amigo e peço para me incluírem na lista de transmissão para receber gratuitamente.



Minha sugestão para melhorar a Revista Villa Up é..



Esta é minha mensagem de apoio para a equipe da Revista Villa Up...





**SEJA.**  
**FAÇA**  
**AME.**  
**CRIE.**  
**SONHE.**