

Semana 45 - 2023

# VillaUP

**Natal**  
**JÁ CHEGOU**  
**HO HO HO!**



# Índice

DATAS COMEMORATIVAS

3

TECNOLOGIA: Educação inclusiva

5

MASSOTERAPIA: A técnica relaxante

11

CLIMA: Será que vai chover?

17

EDITORIAL

21

ESPORTE: Nosso clube do coração

24

URBANISMO: A influência em nosso dia!

32

CAPA: Festa Natalinas

38

CULTURA: Festa das Nações SBO

46

CULTURA: Hip Hop, pura inspiração!

48

HISTÓRIA: Fim da guerra em Novembro

54

QUADRINHOS: Reflexão

61

SUPERA: Escuta ativa

67

FALE CONOSCO

75

FRASE DA SEMANA

76

## 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.

# Agenda COMEMORATIVA

O PERDER - SALVE PARA VÃO  
06 á  
12 de  
NOV

SEG

06

Dia Nacional do Amigo da Marinha do Brasil

TER

07

Dia do Radialista

QUA

08

Dia do Radiologista  
Dia Mundial do Urbanismo

QUI

09

Dia do Hoteleiro  
Dia Nacional dos Clubes Esportivos Sociais

SEX

10

Dia Mundial da Ciência pela Paz e pelo  
Desenvolvimento  
Dia Nacional do Trigo  
Dia Nacional de Prevenção e combate à surdez

SÁB

11

Fim da primeira guerra mundial

DOM

12

Dia dos Supermercados  
Dia do Diretor de escola  
Dia Mundial da Pneumonia  
Dia Mundial do Hip Hop  
Dia Nacional do inventor  
Dia da Indústria automobilística  
Dia Mundial da Qualidade

 Índice

VillaUP

# VillaUP

## EXPLORE A INTERATIVIDADE

Ao navegar pelas páginas de nossa revista, você depara em meio às matérias e anúncios com botões e links interativos, eles são guias para você se aprofundar no conteúdo, assistir a vídeos exclusivos, acessar informações adicionais como sites e redes sociais, falar conosco ou e até mesmo falar diretamente com nossos anunciantes.

**É fácil, dinâmico,  
é interativo!**

**GRATUITAMENTE** em seu celular  
para receber toda segunda feira

SALVE O NÚMERO EM SEU CELULAR  
CLIQUE NO BOTÃO ABAIXO  
e mande mensagem

(19) 9 9917-8937

**"EU QUERO"**

# TECNOLOGIA: Educação inclusiva



Índice

# TECNOLOGIA E EDUCAÇÃO INCLUSIVA

Quando o assunto são os filhos, logo pisca a luz de alerta e a preocupação chega, principalmente quando se pensa em educação e em como acontece a aprendizagem. É importante compreender que cada criança é única, possui especificidades e tem seu próprio tempo para aprender.

A aprendizagem é contínua e não se restringe apenas a escola, a família tem papel fundamental e quando ambas trabalham colaborativamente a criança apresenta sucesso. Em relação às crianças com deficiência, dificuldades de aprendizagem e a Educação Inclusiva, a palavra de ordem é estímulo, quanto maior o estímulo, mais chances de sucesso ela terá.

Os processos de aprendizagem são uma infinita busca não só de conhecimentos, mas, de significados que ocorrem a partir dos acontecimentos já vividos pelas crianças, e o que elas procuram construir neste caminho por meio da concepção do mundo em que vivem. A

partir de suas próprias experiências, elas criam novas possibilidades e adquirem novas habilidades e quão melhor é este processo quando elas contam com instrumentos que facilitam e aprimoram esse processo.

Uma dica para as famílias auxiliarem as crianças em casa é a utilização supervisionada das Novas Tecnologias da Informação e Comunicação (NTDIC) por meio do uso de Tablet, Smartfone e Softwares Educacionais que são recursos que atraem a atenção e auxiliam no processo de construção do conhecimento.

Os APPs “LER E CONTAR” e “PARTES DO CORPO PARA CRIANÇAS” são bons exemplos de Softwares Educacionais e podem ser utilizados por todas as crianças, eles apresentam atividades com alfabeto, vogais, consoantes, sílabas, língua de sinais, formas geométricas, cores, animais, instrumentos musicais, números, atividades de soma e subtração, atividades sobre o corpo humano, suas partes, órgãos, ossos, seus sistemas de funcionamento, sua estrutura, características físicas e cuidados como higiene e roupas adequadas as estações climáticas.

Reserve um tempo com sua criança, estimule-a e divirtam-se aprendendo.

Estes APPs são livres e gratuitos e o download para sistemas operacionais Android.

Acesse os botões de links abaixo:



[https://play.google.com/store/apps/details?id=com.bergman.lerecontar&hl=pt\\_BR](https://play.google.com/store/apps/details?id=com.bergman.lerecontar&hl=pt_BR)



<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.appsbergman.corpohumano&hl=ptBR>



<https://www.androidlista.com.br/item/android-apps/610311/read-and-count/>



<https://www.androidlista.com.br/item/android-apps/914688/body-parts-for-kids/>

*Colaboração:*



*Ariana Regina das Dores é professora de Atendimento Educacional Especializado, Especialista em Autismo, Mestre e Doutoranda em Educação pela Unicamp e sua área de pesquisa é a utilização de Inteligência Artificial na Educação.*



Clique e fala  
com Ariana

**PRÉDIO  
NOVO**

SALAS 100%  
CLIMATIZADAS

INÍCIO DAS  
AULAS EM 2024

Graduação em gestão de:  
**RECURSOS HUMANOS  
NEGÓCIOS E INOVAÇÃO  
LOGÍSTICA INTEGRADA - NOVO**



# VESTIBULAR FATEC SUMARÉ

**FACULDADE PÚBLICA - PRESENCIAL - 100% GRATUITO**

**INSCRIÇÕES ABERTAS**  
DE 16/10 ATÉ 12/12 PELO SITE:

**VESTIBULARFATEC.COM.BR**

Realização: **CPS**  
Centro  
Paula Souza

**Fatec**  
Sumaré

Apoio: **grupoepj**

 **FATECSUMAREOFICIAL**

 **FATECSUMARE.COM.BR**

 **(19) 9 9218-7436**



# TROCA de ÓLEO É no Posto Meta



Novos horários de  
atendimento no **JetOil**:

**Segunda à sexta 08h00 às 18h00**

**Sábado 08h00 às 15h00**

📍 Av. de Cillo, 752 Americana / SP

☎ (19) 9 8286-9899

# MASSOTERAPIA: A técnica relaxante



Índice

# MASSOTERAPIA

## **Descubra o Caminho para o Bem-Estar e a Qualidade de Vida**

A Massoterapia está em ascensão na sociedade, e a procura por essa prática intensifica-se a cada dia, com pessoas buscando melhorar sua qualidade de vida. A massagem não se limita à aparência física, mas vai além, promovendo equilíbrio físico e emocional. A massoterapia é uma prática muito antiga e conhecida principalmente por seu estímulo relaxante. No entanto, está em ascensão, pois é muito mais do que uma massagem relaxante, a massoterapia é capaz de tratar diversas condições crônicas e auxiliar no tratamento de doenças. É mais do que um conjunto de técnicas de massagem; é uma verdadeira arte que tem o poder de melhorar vidas.

A prática da Massoterapia tornou-se uma parte integrante da vida de muitos brasileiros nos dias de hoje. Não se trata apenas de cui-

dar da estética, mas sim de alcançar um estado de equilíbrio físico e emocional, que é essencial para o nosso bem-estar. Com o toque das mãos, os Massoterapeutas desvendam os segredos do corpo humano, identificando os pontos de tensão e desequilíbrio.

Essa arte terapêutica permite a utilização de técnicas manuais variadas para restabelecer o equilíbrio, promovendo um alívio notável e uma sensação de bem-estar. O toque das mãos é capaz de aliviar a tensão muscular, reduzir dores, melhorar a circulação sanguínea, combater a depressão e a ansiedade, fortalecer o sistema imunológico e liberar os remédios naturais que nosso corpo produz.

A “Massagem Topcorpus” é um exemplo notável dessa prática. É uma massagem humanizada, onde cada detalhe é cuidadosamente considerado, garantindo que o paciente seja tratado de maneira única e empática. Quando o amor ao próximo é o foco, a abordagem à Massoterapia se torna ainda mais eficaz.

A Massagem Topcorpus tem o incrível poder de drenar, relaxar e reduzir medidas em apenas uma sessão. Os benefícios são notáveis, proporcionando uma experiência única que redefine a noção de cuidado e qualidade de vida.

A Massoterapia é mais do que uma terapia;

é uma expressão de carinho através das mãos, uma busca constante pelo seu bem-estar. Descubra o poder transformador da Massoterapia.

Por isso, convidamos você a conhecer nossa colaboradora, que gentilmente escreveu essa matéria, a profissional em Massoterapia, Patrícia Anselmo. Ela é uma especialista na arte do toque terapêutico e está pronta para guiá-lo em uma jornada de equilíbrio e bem-estar e descubra o poder transformador da Massoterapia!

*Colaboração: Patrícia Anselmo*



Clique e mande mensagem



Siga no Instagram

# QUEM VÊ CARA NÃO VÊ EHLERS DANLOS

SAIBA MAIS



Mensagem

agora

## Para Você:

As doenças não visíveis são reais, alguém do seu lado pode ter e precisar de ajuda!



ZBRA RARA

**O DESTINO  
MAIS  
ESPERADO**



**SÃO ROQUE**

**ROTA DO VINHO**

[clique aqui](#)

**19 DE NOVEMBRO**



# CLIMA: El niño



Índice

# EL NIÑO

## **Turbulência Climática no Brasil: Novembro de Surpresas**

Quem já experimentou a imprevisibilidade do clima brasileiro sabe que novembro é um mês cheio de surpresas. O calor escaldante repentinamente se transforma em chuvas torrenciais, seguidas de ventos fortes. Essa montanha-russa meteorológica tem relação direta com um fenômeno global chamado El Niño, que afeta todas as regiões do Brasil.

### **Entendendo o El Niño**

O El Niño é um fenômeno climático que ocorre de forma cíclica, caracterizado pelo aquecimento anormal das águas do oceano Pacífico, próximo ao litoral do Peru. Embora seu início seja tipicamente associado ao mês de dezembro, ele não segue um cronograma fixo. Esse fenômeno influencia tanto a atmosfera quan-

to os oceanos, modificando os padrões climáticos em todo o mundo.

## **Por que o El Niño Acontece?**

A principal causa do El Niño é o aquecimento das águas do oceano Pacífico ao longo da costa oeste da América do Sul. Esse aumento de temperatura é resultado de mudanças na circulação dos ventos alísios, que normalmente ocorrem no início do verão. As razões exatas por trás desse aquecimento ainda são objeto de estudo científico, e muitos mistérios permanecem por desvendar.

## **Consequências do El Niño**

As mudanças climáticas provocadas pelo El Niño afetam diversas regiões do mundo. No Brasil, as consequências são amplamente variadas. No Norte e Nordeste, o El Niño traz secas severas e aumenta o risco de incêndios florestais. Na região Sul, ocorrem chuvas abundantes, às vezes resultando em alagamentos e deslizamentos.

No entanto, quando se trata do Sudeste, as previsões são tão variadas quanto o próprio El Niño. Não há um padrão claro, mas as temperaturas médias tendem a aumentar moderadamente.

## O que nos espera?

Com o El Niño, no mês de novembro, você nunca sabe se vai precisar de um guarda-chuva ou de um protetor solar. Às vezes, a única coisa constante é a surpresa. Mas uma coisa é certa, no Sudeste, o clima vai esquentar - pelo menos, a temperatura. Afinal, como o El Niño não segue um calendário rigoroso, a melhor maneira de se preparar para essas mudanças climáticas é manter um guarda-chuva, um protetor solar e um bom senso de humor à mão. Afinal, o clima brasileiro gosta de manter todos nós alertas e nos surpreendendo. Então, aproveite a montanha-russa climática de novembro e lembre-se: o importante é se adaptar e rir com as reviravoltas do tempo.



Imagem:pexels-edanur-sonkaya-14516257

Caros amigos da Revista Villa UP!

É com grande alegria que agradecemos a todos vocês por sua dedicação e apoio contínuo à nossa revista. Suas sugestões de pauta são inestimáveis e estamos empenhados em atendê-las sempre que possível.

Nesta edição, navegue pelas páginas, leia cada assunto que pensamos para você, pois há algo especial em cada uma, seja na informação do conhecimento histórico ou nas pequenas dicas.

Entramos em novembro, e é hora de nos prepararmos para o Natal. Convidamos você a explorar a magia das festividades, mergulhando na tradição de enfeites e iluminação de fachadas que tornam essa época do ano ainda mais mágica. E refletir sobre o verdadeiro sentido do natal, a celebração do

nascimento de Jesus Cristo.

As festividades, as confraternizações e as compras são sazonais, mas nossas condutas de amor e respeito ao próximo deve ser contínuas.

Não hesite em usar os botões de interação disponíveis em nossas páginas e se envolver conosco. Nossa intenção é facilitar! E saiba que ao interagir conosco, podemos tornar a Revista Villa UP um espaço de conexão e de comunidade.

O espírito natalino nos inspira, e esperamos que esta edição também inspire vocês. Aproveitem a leitura e compartilhem o amor e a alegria deste período com seus entes queridos.

Feliz leitura!

Com gratidão,  
**A equipe da Villa UP**

Aumente em até

**60%**

a sua geração de  
novos negócios!



**F2W**MARKETING

[www.f2wmarketing.com.br](http://www.f2wmarketing.com.br)

# QUER ANUNCIAR?

Conheça algumas das 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.



quero mais informações

# ESPORTE: Nosso clube do coração

G I R O N A F C

ESTRELLA DAMM GIRONA FC GIRONA FC 1 0 AT MADRID GIRONA C.F. 1970 MARATHONBET



# CLUBES ESPORTIVOS

## **DIA NACIONAL DOS CLUBES ESPORTIVOS SOCIAIS**

No próximo dia 9 de novembro, o Brasil comemora o Dia Nacional dos Clubes Esportivos Sociais. É um momento de celebração das paixões esportivas que unem multidões, dos títulos memoráveis e das histórias que moldaram a identidade de muitas cidades. Nesta data especial, mergulhamos no rico universo dos clubes esportivos sociais, explorando não apenas o futebol, mas uma variedade de esportes que conquistaram corações em todo o país.

### **O Coração da Paixão Nacional**

O futebol, sem dúvida, é a paixão nacional. E, quando falamos de clubes, nomes como Flamengo, Palmeiras, Cruzeiro, Atlético Mineiro, Corinthians e São Paulo não podem ser ignorados. São equipes que colecionam títulos nacionais e internacionais, como a Taça Liberta-

dores e a Copa Intercontinental, e conquistam milhões de corações. Sem contar a polêmica em volta do Palmeiras se é ou não campeão mundial. Brincadeiras a parte, a história desses clubes é marcada por momentos épicos e jogadores lendários.

No Rio de Janeiro, o Flamengo brilha como uma estrela, conquistando corações com seu carisma e títulos expressivos. O “Mengão” é um dos clubes mais vitoriosos do Brasil, e sua torcida é gigantesca, sendo reconhecida mundialmente por seu apoio incondicional.

São Paulo, a terra da garoa, abriga o São Paulo FC, uma das equipes mais bem-sucedidas do país. O Tricolor Paulista é conhecido por suas conquistas na Taça Libertadores e no Campeonato Mundial de Clubes.

Ainda em São Paulo, não podemos esquecer o Palmeiras, que é um dos clubes mais antigos do Brasil e um dos mais vitoriosos também. O Verdão tem um histórico de títulos nacionais e internacionais que o coloca no topo da hierarquia do futebol brasileiro.

E não podemos deixar de mencionar o Corinthians, que tem uma base de fãs apaixonada e uma história rica, com conquistas notáveis no cenário nacional.

## **Além das Quatro Linhas**

Mas o Dia Nacional dos Clubes Esportivos Sociais não se limita apenas ao futebol. A beleza dessa data está na diversidade de esportes que essas instituições oferecem. Muitos clubes, como o Clube de Regatas do Flamengo, o Fluminense Football Club e o Clube Atlético Mineiro, também se destacam em esportes como o remo, natação e atletismo, mostrando que a paixão pelo esporte é multifacetada.

Os clubes sociais brasileiros são verdadeiros centros de promoção da saúde e bem-estar, oferecendo atividades como tênis, vôlei, basquete, e até mesmo esportes menos tradicionais, como o polo aquático e o badminton. Muitos clubes também investem em categorias de base, moldando atletas jovens e preparando-os para competições de alto nível.

## **Um Legado de Diversão e União**

Além dos esportes, os clubes sociais desempenham um papel fundamental na construção de laços sociais. Eles são locais onde amigos se reúnem para partidas de tênis no final de semana, onde famílias desfrutam de piscinas e churrascos, e também onde eventos sociais e culturais ganham vida. Esses clubes são parte integrante da comunidade, fortalecendo laços entre as gerações e proporcionando momentos memoráveis.

É importante destacar que, apesar de todas as rivalidades esportivas, os clubes promovem valores como respeito e amizade. São espaços onde a diversão e a competição podem andar de mãos dadas.

## **Celebrando a Paixão**

Neste Dia Nacional dos Clubes Esportivos Sociais, convidamos você a celebrar a paixão pelo esporte e pelos clubes que fazem parte de nossa história. Seja você um fanático por futebol ou um amante de esportes menos tradicionais, os clubes sociais têm algo a oferecer a todos.

Então, vista a camisa do seu clube favorito, reúna-se com amigos e familiares, e aproveite um dia de diversão, esporte e união. O Brasil é uma nação que ama o esporte, e os clubes esportivos sociais são o coração dessa paixão.

Neste 9 de novembro, celebremos juntos a riqueza e a diversidade dos clubes sociais que nos unem em torno de nossas paixões esportivas. E que venham mais títulos, conquistas e momentos inesquecíveis!

# 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**

**Clique aqui**



CHEGOU A

# BLACK FRIDAY

◆ EM NOVA ODESSA! ◆

A ACINO te convida para a  
Black Friday mais especial do ano  
no comércio de Nova Odessa!

 **ACINO**  
Associação Comercial e Industrial de Nova Odessa

Quem é daqui, compra aqui!



12 de novembro



DIA DO  
**DIRETOR  
ESCOLAR**



Parabéns por todo o  
seu trabalho e dedicação.



# URBANISMO:

## A influência em nosso dia!

# URBANISMO

O urbanismo é uma ciência multidisciplinar, onde estuda o planejamento e desenvolvimento das cidades e que envolve diversas áreas correlatas como a sociologia, geografia, arquitetura, economia entre outras.

Desta forma sua grande ação é vista nos conglomerados urbanos hoje, mas no período da antiguidade das cidades clássicas (Roma e Grécia), o urbanismo sempre foi fundamental para organizar as polis, ou seja, cidades, com suas organizações entre fórum, termas, acrópole.

Nos dias atuais o urbanismo estabelece grande relevância na organização das cidades e planejamento estratégico de crescimento e adensamento. O urbanismo contemporâneo é composto de diversos conjuntos ordenados como: Plano Diretor, Mobilidade Urbana, Infraestrutura, controle e regulação entre zonas, ou seja, zoneamentos. Enfim é um caminho composto por diversos colaboradores que juntos constroem uma cidade melhor para todos.

Hoje o Urbanismo encara grandes desafios do mundo contemporâneo, entre eles conseguir planejar e acompanhar mudanças bruscas seja do meio ambiente como das cidades adensadas e populosas. Tendo sua participação direta na mobilidade urbana, moradia, qualidade de vida, infra estrutura, saneamento básico, meio ambiente e principalmente tornar as cidades caminháveis.

O Urbanismo é um movimento de planejamento urbano que promove estilos de vida mais saudáveis e sustentáveis, fortalecendo o senso de comunidade e coletivismo entre seus habitantes. Este conceito, por meio de suas práticas, efetua uma transformação na sociedade.

Não é surpreendente que atualmente as pessoas estejam em busca de um estilo de vida mais equilibrado e centrado no ser humano. O cenário atual acelerou a necessidade de reconectar-se com a convivência, saúde mental e física, sustentabilidade e comunidade. Já observamos essa tendência em evolução em diversas áreas, sobretudo na crescente valorização dos pequenos empreendimentos, e os urbanistas têm acompanhado atentamente essa evolução. Na verdade, esse enfoque mais “humanizado” em projetos urbanos tem sido uma realidade mundial há algum tempo.

Outra linha é o Urbanismo Produtivo, con-

ceito que vem fortalecer economicamente e ambientalmente a questão de ter um ambiente produtivo seja na cidade ou no campo.

O urbanismo não é apenas uma ciência distante; é uma oportunidade para todos participarem da construção de uma cidade melhor. Tornar as cidades mais caminháveis e sustentáveis é um esforço colaborativo que envolve todos, tornando o urbanismo uma prática acessível e envolvente em nosso dia a dia.

Assim é notório que o urbanismo faz parte do nosso dia a dia, pensar elaborar e participar da construção de uma cidade melhor é praticar parte do urbanismo.

*Colaboração: Heliton Escorpeli*

**ESCORPELI**

**arquitetura**



Clique e mande mensagem para Heliton Escorpeli



Siga no Instagram



Precisando um lugar para deixar  
**seu filho enquanto cuida dos**  
compromissos da vida cotidiana  
como ir ao mercado, banco  
ou até ao médico?

**NÓS PODEMOS AJUDAR...**




**RECREAÇÃO**  
COM HORÁRIO AVULSOS


**ENTRE EM CONTATO**  
**E FAÇA SEU CADASTRO.**



[clique aqui](#)



**Cantinho da Pro**  
Av Ampélio Gazzetta, 3752  
Matilde Berzim - Nova Odessa



# BOISERIE

DECORAÇÃO EM GESSO

DEIXE SEU ESPAÇO MAIS SOFISTICADO



SOLICITE SEU  
ORÇAMENTO

  
**GESSATO**  
— HOME DECOR —



# Festa Natalinas



# FESTA NATALINA

## **Preparativos para a Festa de Final de Ano: Celebrando o Espírito Natalino**

Ah, a festa de final de ano, tão aguardada por todos nós! É um momento de alegria, união e reflexão, quando famílias se reúnem, amigos se abraçam e as ruas se iluminam. Mas você já parou para pensar em como toda essa celebração começou? Vamos mergulhar na história e nos preparativos que tornam essa época tão especial.

### **A Origem da Festa de Final de Ano**

A festa de final de ano, para ser mais específico o Natal, tem raízes profundas na história da humanidade. O Natal, em particular, tem origens que remontam a mais de 2000 anos. Essa celebração tem suas raízes na tradição cristã, marcando o nascimento de Jesus Cristo, o Filho de Deus.

A data escolhida para o Natal, 25 de dezembro, é uma adaptação de festivais pagãos de

inverno, como o solstício de inverno. A igreja cristã optou por celebrar o nascimento de Jesus nesse período para atrair as pessoas para a nova fé. Com o tempo, a festa ganhou uma identidade própria, repleta de simbolismo e tradições.

## **Adereços e Suas Histórias**

A festa de Natal é repleta de adereços que carregam histórias e significados especiais. O presépio, por exemplo, é uma representação do nascimento de Jesus. Ele foi criado no século XIII por São Francisco de Assis, como forma de lembrar as origens humildes do Salvador. Montar um presépio em casa é uma tradição que persiste até hoje em alguns lares.

As árvores de Natal também são elementos icônicos dessa festa. Elas têm origens germânicas e eram decoradas com frutas, nozes e velas. Hoje, as árvores são enfeitadas com bolas coloridas, luzes piscantes e outros ornamentos que simbolizam a alegria e a esperança.

Você já se perguntou sobre a origem da árvore de Natal? Vamos explorar algumas fascinantes histórias sobre a sua evolução ao longo dos séculos, embora a data exata de sua aparição permaneça um mistério. Vamos começar com uma tradição antiga que remonta a tempos anteriores ao nascimento de Jesus Cristo, onde as árvores e plantas que permaneciam

verdes e saudáveis durante os invernos rigorosos eram consideradas especiais. As pessoas costumavam pendurar ramos verdes em suas portas e janelas como uma forma de afastar maus espíritos e doenças, algo semelhante ao uso de guirlandas hoje em dia.

Deslocando-nos no tempo, os romanos antigos também tinham sua versão de decoração, usando ramos e galhos durante o festival dedicado a Saturno, a quem atribuíam a proteção da agricultura e a abundância nas colheitas. Outra história nos leva ao século 16 e ao monge protestante alemão Martinho Lutero, que teria sido o pioneiro na decoração de pinheiros com luzes dentro de casa, relacionando a presença de estrelas entre as árvores a Jesus. Os primeiros registros de árvores de Natal na América surgiram na Pensilvânia, uma colônia de origem alemã.

Entretanto, a versão que realmente popularizou a árvore de Natal como a conhecemos hoje ocorreu em 1846 na Grã-Bretanha, quando uma imagem da família real, com a influente Rainha Victoria e o príncipe alemão Albert, foi publicada no Illustrated London News e se tornou viral, tanto no Reino Unido quanto nos Estados Unidos. Foi somente em 1917 que os pisca-piscas coloridos fizeram sua entrada, graças a Albert Sadacca, um jovem de Nova York, que os criou após um incidente de explosão de uma árvore com velas. Essa inovação marcou

o início da NOMA Electric Company, a principal fabricante de luzes de Natal por muitos anos.

Por fim, em 1931, a tradição de árvores de Natal gigantes iluminadas ganhou destaque com a instalação de uma imensa árvore no Rockefeller Center, em Nova York, que rapidamente se tornou uma tradição adotada em cidades de todo o mundo. Cada uma dessas histórias contribuiu para a evolução da decoração natalina que tanto apreciamos hoje.

## **O Verdadeiro Sentido do Natal**

No meio de tantos preparativos e presentes, é importante lembrar o verdadeiro significado do Natal. Para os cristãos, esta é a celebração do nascimento de Jesus Cristo, o Salvador. É um momento de gratidão e fé, uma oportunidade de refletir sobre o amor e a bondade e a misericórdia de Deus para conosco.

Independentemente de suas crenças religiosas, o Natal pode ser um período para espalhar o amor e a generosidade. A mensagem de paz e harmonia que a data carrega é universal, inspirando todos a serem melhores uns com os outros.

## **Decoração de Fachadas de Casas e Apartamentos**

Uma das tradições mais cativantes do Natal é a decoração de fachadas de casas e apar-

tamentos. Muitas pessoas aguardam ansiosamente o momento de enfeitar suas residências com luzes cintilantes, guirlandas e outros ornamentos festivos.

Além de criar uma atmosfera mágica, a decoração de fachadas serve como um convite à comunidade para compartilhar o espírito natalino. Ao ver as casas decoradas, as pessoas se sentem envolvidas na celebração, e isso fortalece os laços entre vizinhos e amigos.

Aqui vão algumas dicas para decorar a fachada de sua casa ou apartamento e tornar sua residência parte da mágica natalina. Comece escolhendo um tema ou esquema de cores que reflita sua personalidade e estilo. Em seguida, ilumine a fachada com luzes LED econômicas, criando padrões e desenhos encantadores. Guirlandas, laços e enfeites natalinos podem ser baratos estrategicamente, dando um toque acolhedor. Não se esqueça de adicionar plantas ou árvores iluminadas para um visual ainda mais encantador. Por fim, lembre-se de que a simplicidade muitas vezes é a chave: menos é mais, e a beleza está nos detalhes. Com um toque de criatividade e dedicação, sua fachada brilhará como uma estrela na noite de Natal.

Lojas de variedades oferecem muitas opções de produtos natalinos para você adquirir e soltar a criatividade, dando seu toque, deixando a sua marca e gosto.

## **Decoração Pela Cidade e o Sentimento de Amizade e Amor**

Nas cidades, a magia do Natal se espalha pelas ruas. Praças e avenidas são adornadas com iluminações deslumbrantes, árvores decoradas e cenários natalinos são apresentados a população. É um espetáculo visual que nos faz lembrar o poder da luz e da esperança.

Mas o que torna o Natal verdadeiramente especial é o sentimento de amizade e amor que envolve o ser humano. É um período em que as pessoas estão mais dispostas a ajudar, compartilhar e se preocupar com os outros. A empatia e a solidariedade se tornam ainda mais presentes em nossos corações.

Além de decorar nossas casas e apartamentos, também é fundamental que as lojas se juntem à celebração e enfeitam suas fachadas. A decoração das lojas não cria apenas um ambiente festivo e acolhedor para os clientes, mas também estimula as compras, tornando a experiência de compra ainda mais agradável. Luzes cintilantes, vitrines temáticas e decorações criativas podem atrair mais consumidores, incentivando-os a entrar e explorar os produtos oferecidos. Essa atmosfera natalina não apenas celebra o espírito festivo, mas também impulsiona a economia local e fortalece os laços entre as empresas e a comunidade. Portanto, convidamos as lojas a se unirem

à magia do Natal e a transformarem suas fachadas em vitrines encantadoras que atraem a todos para celebrar e compartilhar o amor e a alegria desta época do ano.

## **Incentivo à Decoração e à Generosidade**

Neste Natal, convidamos você a se juntar à festa e decorar sua casa ou apartamento com carinho e logicamente com muito cuidado no momento da instalação dos enfeites e dando muita atenção para a iluminação ou outro material que necessita de energia elétrica. Portanto, deixe a luz brilhar, pendure guirlandas e principalmente compartilhe o espírito natalino com todos ao seu redor. Além disso, lembre-se de que a verdadeira magia do Natal está em fazer o bem, seja através de pequenos gestos ou de ações solidárias.

Então, mãos à obra! Vamos aos preparativos e decorar nossas casas e corações, espalhando alegria, generosidade e amor. Que este Natal seja repleto de momentos especiais e que o espírito natalino permaneça conosco durante todo o ano e já desejando um Feliz Natal!

Governo do Estado de São Paulo, por meio da Secretaria de Cultura, Economia e Indústria Criativas e Supermercados São Vicente, apresentam

# FEIRA DAS NAÇÕES

SANTA BÁRBARA D'OESTE



**DUDU NOBRE**



**MELIM**



**MARIA CECÍLIA  
& RODOLFO**

## PROGRAMAÇÃO



**10, 11 E 12 • NOVEMBRO**  
Complexo Usina Santa Bárbara

**2023**

Rua Aristeo Carlos Pereira, s/nº, Residencial Dona Margarida



Clique e  
assista

Shows musicais  
Intervenções circenses  
Espetáculos teatrais  
Apresentações de dança  
Gastronomia de 11 países

A 31ª Feira das Nações de Santa Bárbara d'Oeste é uma realização da Prefeitura, por meio da Secretaria Municipal de Cultura e Turismo, e do Governo do Estado de São Paulo, por meio da Secretaria da Cultura, Economia e Indústria Criativas.

# ENCONTRO DE NEGÓCIOS

APRESENTE SUA EMPRESA,  
FAÇA NOVOS NEGÓCIOS  
E AMPLIE SUAS OPORTUNIDADES!



**EM NOVA ODESSA**  
**22 DE NOVEMBRO DE 2023**  
a partir das 09h30

**50% de desconto para associados!**

## **LOCAL:**

Espaço Mundial Eventos  
Estrada Vicinal Rodolfo Kivitz, 3800  
Parque dos Pinheiros  
Nova Odessa - SP

## **VAGAS LIMITADAS**

O convite é extensivo aos empresários da região.

## **MAIS INFORMAÇÕES:**

Diretoria Regional do CIESP Americana  
19 3478-1105 | atendimento.americana@ciesp.com.br

# HIP HOP



# HIP HOP

## A Batida que é pura inspiração

O Hip Hop é muito mais do que apenas música e dança; é uma cultura que surgiu nas ruas de Nova York, na década de 1970, como um grito de expressão. Hoje, o Hip Hop é uma força global que barreiras culturais e é uma ferramenta de autoexpressão. Neste artigo, exploraremos a história e o contexto do Hip Hop, sua chegada ao Brasil e suas benfeitorias para a sociedade, desmistificando preconceitos e valorizando sua natureza artística.

### Qual é a definição do hip hop?

O termo Hip Hop designa um conjunto cultural amplo que inclui **Música** (*rap - MC: o cérebro*), o **Grafite** – (*a expressão da arte, comunicação*) o **DJing** (*a arte de mixar músicas - a alma, essência e raiz*) e **Dança** (*break - representa o corpo com dança*).

O rap, sigla derivada de “rhythm and poetry” (ritmo e poesia), é a música do Movimento e constitui o seu elemento de maior destaque.

## **Chegada ao Brasil**

O Hip Hop chegou ao Brasil na década de 1980, trazido por jovens e rapidamente se espalhou por todo o país, encontrando um solo fértil para florescer. Apesar de termos músicas próximas do gênero lançadas antes do Rap chegar ao Brasil, como as faixas de **Jair Rodrigues**, considerado o primeiro rapper do Brasil por seu pioneirismo nas batidas e flow, foi chamado de “mestre” e de “professor” por Mano Brown, Emicida e Rael, o consagrado artista faleceu em 2014.

## **A Arte do Hip Hop**

O Hip Hop é uma forma de arte que incorpora palavras e movimento, permitindo que os artistas expressem suas histórias e opiniões de maneira única, através de sonoridades com influência de estilos musicais de origem afrodescendentes, como o funk, RnB, o blues, rock, reggae e jazz.

## **A dança do Hip Hop:**

O Breakdance, ou apenas Break, ou ainda B-Boy (para os dançarinos masculinos) e B-Girl

(para as dançarinas femininas). É a dança do movimento Hip-Hop, é a dança de rua, sendo um elemento fundamental da cultura Hip-Hop. Mãos no chão, corpo no ar, rodopios e saltos fazem parte da coreografia. É uma dança que engloba vários estilos com Looking, Popping, Freestyle, Breaking, House dance, Krump e Funk.

Em resumo, enquanto o Breakdance é uma forma específica de dança urbana que se encaixa sob a guarda-chuva do Street Dance, o Street Dance engloba uma variedade de estilos de dança urbana, como Hip Hop, Popping, Locking e outros. Portanto, Breakdance é um subgênero do Street Dance, mas não é a mesma coisa.

### **Benefícios:**

Este tipo de atividade física desenvolve além da disciplina, a coordenação motora, o ritmo, a flexibilidade e a força muscular. Melhora a postura corporal através dos exercícios preparatórios, ajudando a queimar calorias e fortalecendo a musculatura, aumentando a capacidade cardiorrespiratória, dando porte, elegância e segurança aos movimentos.

Portanto, o Hip Hop é mais uma forma de arte poderosa e uma ferramenta de transformação. No dia 12 de Novembro é comemorado o dia Mundial do Hip Hop. Vamos nos divertir com o ritmo eletrizando do Hip Hop.

# PRÉ BLACK FRIDAY

CAMISETA DRY FIT



100%  
ESTAMPA  
EXCLUSIVA

VOCÊ FAZ SUA

ESTAMPA

FRENTE, COSTA E MANGA

15% OFF  
PEDIDO ACIMA  
DE 3 PEÇAS

COM DADOS VARIADOS

FEMININA  
BABY LOOK

MASCULINA  
MANGA CURTA  
E LONGA

[MAIS INFORMAÇÃO](#)

BLACK FRIDAY

BLACK FRIDAY

BLACK FRIDAY

BLACK FRIDAY

BLACK FRIDAY

BLACK FRIDAY



**24  
NOV  
19:00**

# **IV** **MARKETEC**

EMPREENDEDORISMO  
ENTRETENIMENTO E NEGÓCIOS

EVENTO GRATUITO  
INSCREVA-SE



NO PRÉDIO NOVO DA FATEC SUMARÉ

Realização:



**Fatec**  
Sumaré

Apoio:





# 1° Guerra MUNDIAL

11/11 - o fim



Índice

Villa**UP**

# HISTÓRIA

## **O FIM DA A PRIMEIRA GRANDE GUERRA**

No dia 11 de novembro, comemoramos o fim da Primeira Grande Guerra Mundial, um conflito que mudou o curso da história e marcou o início do século 20. Nesta matéria, vamos explicar por que essa guerra aconteceu, como os países ficaram divididos e destacar alguns eventos e figuras importantes desse período, e se no final das contas o ser humano aprendeu alguma coisa de bom. Se preferir, temos ao final desta matéria, um botão que te encaminha para um vídeo de um pouco mais de quinze minutos, de autoria do Brasil escola (youTube com propaganda). Assista!

### **O Porquê da Guerra:**

A Primeira Guerra Mundial, que ocorreu de 1914 a 1918, teve suas raízes em uma complexa rede de alianças, rivalidades e tensões entre

as grandes potências europeias. O assassinato do arquiduque Francisco Ferdinando da Áustria-Hungria em Sarajevo, em 28 de junho de 1914, foi o estopim que desencadeou o conflito. As alianças militares, como a Tríplice Entente (França, Reino Unido e Rússia) e as Potências Centrais (Alemanha, Áustria-Hungria e Império Otomano), foram cruciais para a propagação da guerra.

### **Divisão dos Países:**

Como término da Primeira Guerra Mundial, o Tratado de Versalhes, assinado em 28 de junho de 1919, desempenhou um papel fundamental na reorganização geopolítica. Alguns pontos-chave incluíram:

1. ***Desmantelamento de Impérios:*** O Império Austro-Húngaro e o Império Otomano foram desfeitos, dando origem a vários estados independentes na Europa Oriental e no Oriente Médio.

2. ***Reparação de Danos:*** A Alemanha foi forçada a pagar reparações de guerra e aceitar a culpa pelo conflito, o que gerou tensões que posteriormente contribuíram para a Segunda Guerra Mundial.

3. ***Fronteiras Redesenhadas:*** As fronteiras europeias foram redesenhadas, criando novos países, como a Tchecoslováquia e a Polônia.

4. **Liga das Nações:** A Liga das Nações, precursora da ONU, foi criada com o objetivo de promover a paz e a cooperação internacional.

## QUE LADO FICOU O BRASIL?

Durante a Primeira Guerra Mundial, o Brasil optou por permanecer inicialmente neutro, evitando envolver-se diretamente no conflito. No entanto, em 1917, o Brasil rompeu relações diplomáticas com a Alemanha, motivado por ataques a navios brasileiros por submarinos alemães. O país acabou por se alinhar com as nações da Entente, lideradas pelo Reino Unido, França e Estados Unidos. Embora a contribuição do Brasil para o fim da guerra não tenha sido militarmente significativa, sua decisão de apoiar a Entente ajudou a fortalecer a pressão internacional sobre as Potências Centrais, contribuindo indiretamente para o desfecho do conflito.

### Figuras Importantes:

- **Woodrow Wilson:** O presidente dos Estados Unidos desempenhou um papel crucial na criação da Liga das Nações e na promoção dos Quatorze Pontos, que visavam a paz e a prevenção de futuros conflitos.

- **Georges Clemenceau:** O líder francês, co-

nhecido como o “Tigre”, desempenhou um papel decisivo nas negociações do Tratado de Versalhes.

- ***David Lloyd George***: O primeiro-ministro britânico teve um papel fundamental nas discussões de paz.

### **Lições do Passado:**

A Primeira Guerra Mundial nos lembra das terríveis consequências da guerra, com milhões de vidas perdidas e um mundo em caos. É uma lição sobre como conflitos podem surgir de rivalidades, nacionalismo extremo e alianças complexas.

### **Incentivo à Paz e ao Respeito pela Vida:**

Ao lembrar o fim da Primeira Guerra Mundial, também devemos renovar nosso compromisso com a paz e o respeito por qualquer vida. A história nos mostra que o terror que a guerra traz, não é o caminho para resolver as diferenças. A imposição de alguns conceitos ou preconceitos só trazem ainda mais guerra.

A Primeira Guerra Mundial é um lembrete de como a humanidade pode sofrer quando o ódio e a intolerância prevalecem. Ouvimos e vemos guerras entre nações, facções, grupos

radicais em nossos dias. Não aprendemos nada com as guerras? O ser humano é egoísta a ponto de se matar e praticar brutalidades contra crianças, mulheres e idosos?

Talvez, você tenha entre seus familiares aquele que viveram durante esse conflito ou mesmo perdeu a vida por causa de rivalidades econômicas e ideológicas. Muitas vezes, perdemos alguém ou morremos por ideias que nem são as nossas, mas de pessoas que manipulam bem as palavras e nos induzem a acreditar que determinadas ações justificam atrocidades e absurdos inconvenientes contra outros seres humanos. A pergunta que fica é: O que cada um de nós podemos fazer e realizar para melhorar a vida em nossa comunidade local e conseqüentemente a mundial? Nossa opinião: 1) Tenha paz com você mesmo, 2) Não cobre de outro o que você não faz, 3) Faça você, algo de bom para o outro, sem esperar retorno e 4) Tenha certeza que o que você pensa é o correto para a sociedade em um todo e não esta sendo manipulado por interesses ocultos e gananciosos de pessoas com índole tirânica e possessiva.



# WEEK FREE WIND BANNER



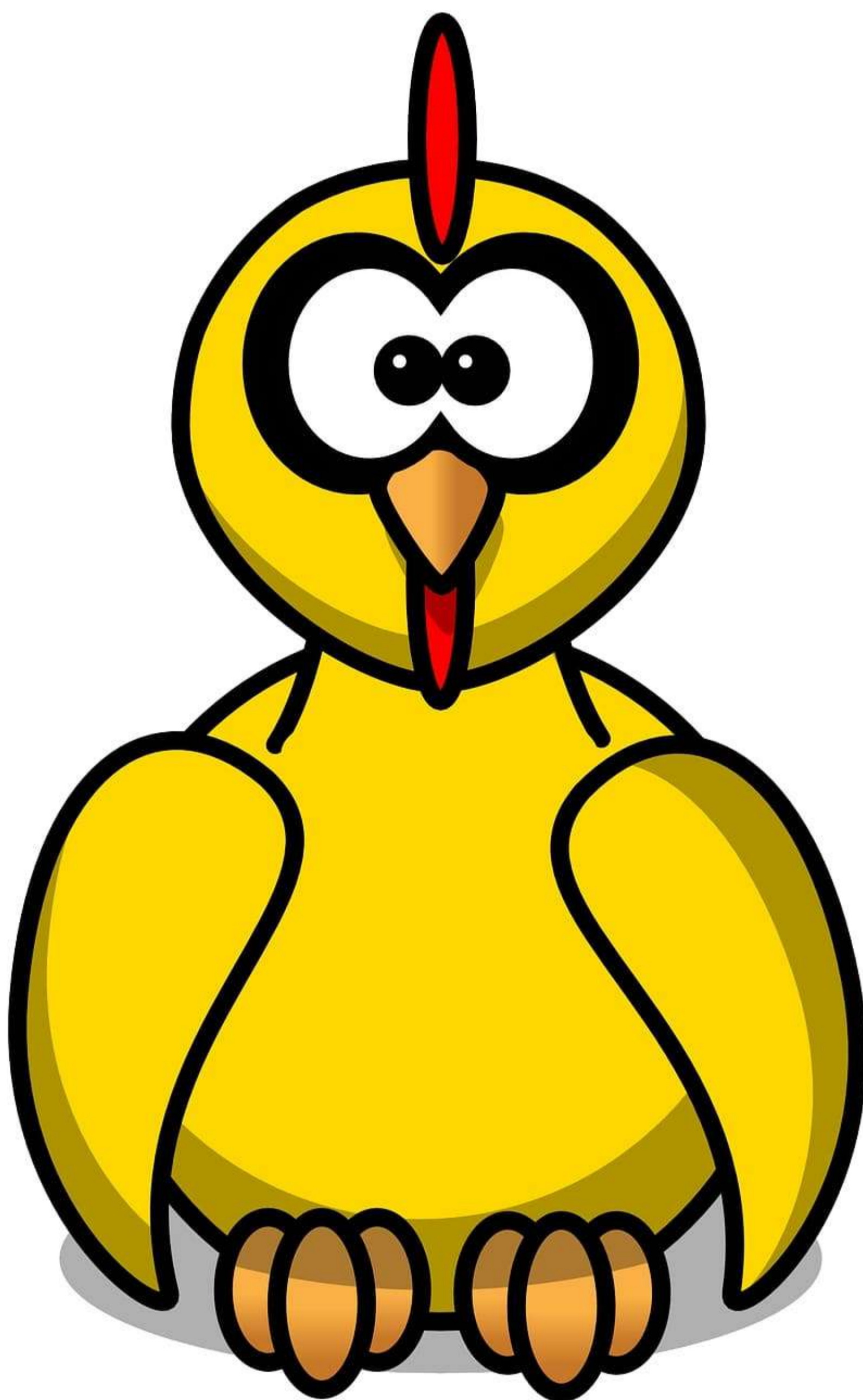
4 modelos  
disponíveis

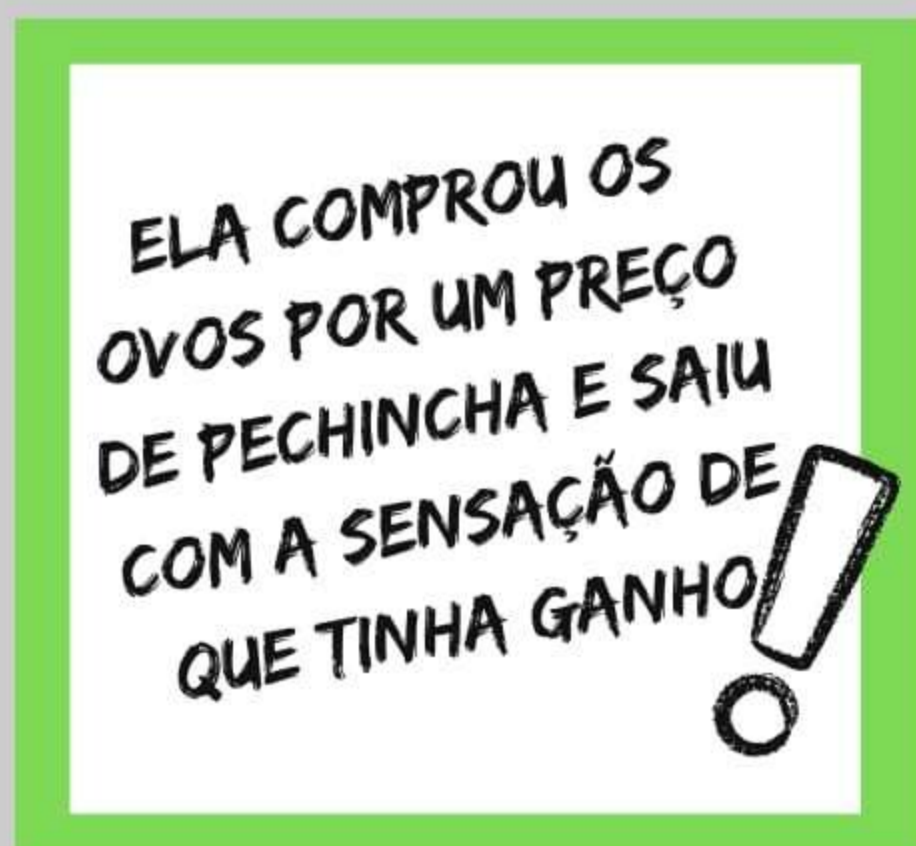
BANNER, BASE, HASTE  
E ARTE PERSONALIZADA

**\$ 302,20**  
cada

Quero mais informações

# REFLEXÃO





ENTROU NO SEU CARRO CHIQUE E FOI A UM RESTAURANTE CHIQUE COM A SUA AMIGA. ENTRARAM E PEDIRAM O QUE QUERIAM. COMERAM POUCO E DEIXARAM MUITO DO QUE TINHAM PEDIDO.



ELAS PAGARAM A CONTA, QUE ERA \$150. AS SENHORAS DERAM \$200 E DISSERAM AO DONO DO RESTAURANTE CHIQUE PARA FICAR COM O TROCO COMO GORJETA.

Esta história pode parecer bem normal para o dono do restaurante chique, mas muito injusta para o vendedor de ovos.

A questão que levanta é: Por que precisamos sempre mostrar que temos poder quando compramos ou conversamos com pessoas mais simples?

E por que somos generosos com aqueles que nem precisam da nossa generosidade?

Uma vez li isto em algum lugar, que um pai costumava comprar produtos de pessoas mais simples a preços um pouco mais elevado, mesmo não precisando das coisas.

Um dia o seu filho perguntou-lhe "Por que está fazendo fazendo isto pai?" Seu pai respondeu: "É caridade embrulhada em dignidade, filho."

**FIM...**



# Gráfica Comunicação Visual

Conheça nossos serviços

# CATÁLOGO DIGITAL



para falar conosco

[clique aqui](#)

Produz Comunicação e Editora

# RECEBA GRÁTIS



Salve o número

(19) **9 9917-8937**

em seu celular e clique no botão  
abaixo para receber grátis  
toda semana a  
**REVISTA DIGITAL INTERATIVA**

# VillaUP



**QUERO RECEBER GRÁTIS A REVISTA  
VIA WHATSAPP**



**GESSATO**  
— HOME DECOR —

DRYWALL (FORRO, DIVISÓRIAS),  
PISO VINÍLICO E LAMINADO, PAPEL  
DE PAREDE, ELÉTRICA E PINTURA

| De uma nova cara  
| para seu negócio

SOLICITE SEU  
ORÇAMENTO



SIGA-NOS

# ESCUITA ATIVA

# ESCUITA ATIVA

As pessoas aprendem muito umas com as outras, e uma boa parte desse aprendizado vem da troca de informações feita por meio do diálogo. Por isso, é tão importante praticar a escuta ativa, que pode ser considerada uma habilidade.

Essa interação entre indivíduos também pode fazer toda a diferença no ambiente de trabalho, promovendo uma relação positiva entre os profissionais. Ao mesmo tempo, permite alcançar um melhor desempenho.

Sendo assim, é fundamental entender a importância da escuta ativa para começar a colocá-la em prática. Explicamos tudo isso para você neste artigo. Continue lendo para conhecer a escuta ativa, seus benefícios e como você pode desenvolvê-la.

## **O que é a escuta ativa?**

A escuta ativa se relaciona à atitude adotada por uma pessoa de prestar atenção àquilo que a outra está falando. Envolve também a tentativa de entender o que está sendo falado, re-

fletir sobre essas informações, assimilar cada uma delas e gerar as suas próprias opiniões. Ou seja, o ouvinte pode concordar ou não com aquilo que escutou.

Para entender o que é a escuta ativa, precisamos apresentar as diferenças entre ouvir e escutar. Os conceitos parecem iguais, mas referem-se a duas práticas muito diferentes.

O ouvir consiste em um processo mecânico, que acontece independentemente da vontade do indivíduo. Refere-se ao sentido da audição. Sendo assim, aqueles que não têm nenhum problema auditivo são capazes de ouvir, e só não o fazem se taparem os ouvidos.

Já o escutar é uma ação. Por isso, depende da vontade de uma pessoa prestar atenção naquilo que está acontecendo ao seu redor e pode ser percebido pelo sentido da audição.

Muitas vezes, ouvimos alguém falar alguma coisa, mas alguns segundos depois já não sabemos mais do que se tratava. Isso acontece porque não foi praticada a escuta ativa. Quando ela é posta em ação, o cérebro guarda a informação, pois desperta o interesse ou nos afeta de alguma maneira. Assim, pode trazer algum tipo de contribuição ou reflexão.

### **Quais são os seus benefícios?**

Naturalmente, praticamos a escuta ativa durante o dia a dia. Ela aparece quando conver-

samos com familiares e nas demais interações sociais e profissionais. Também é exercitada a escuta ativa na educação, quando aquele que está aprendendo presta atenção nas informações que estão sendo passadas.

Voltando à questão profissional, a prática da escuta ativa no ambiente de trabalho é indispensável. Afinal, é preciso haver o engajamento e o entendimento de todas as partes que atuam em conjunto, a fim de garantir o alinhamento das tarefas realizadas. É esse processo que permitirá alcançar metas e objetivos coletivos.

Praticar a escuta ativa no trabalho promove uma série de benefícios, e nós listamos os principais a seguir.

### **Gera confiança**

Quando percebemos que uma pessoa presta atenção e tem interesse por aquilo que falamos, a tendência é de passarmos a confiar mais nela. Os colaboradores têm uma confiança maior nos líderes que praticam a escuta ativa, e confiam mais nos colegas que têm essa mesma postura.

### **Desenvolve a empatia**

Quando alguém se atenta àquilo que a outra pessoa está falando, consegue compreender melhor seus pensamentos, suas crenças e seu comportamento. Com isso, há o desenvolvimento da empatia, por passar a entender as ações e decisões do outro.

## **Diminui conflitos organizacionais**

A falta de comunicação dentro das empresas é um dos grandes motivos para a ocorrência de conflitos. A prática da escuta ativa favorece o entendimento entre as partes. Dessa forma, os problemas e as discordâncias são resolvidos de maneira pacífica.

## **Garante o fluxo de informações**

Quando todos prestam atenção naquilo que cada pessoa fala, as informações conseguem fluir de uma forma mais livre dentro da empresa. Elas são compreendidas e chegam íntegras a cada um dos envolvidos, evitando as falhas na comunicação e mal-entendidos.

## **Favorece a absorção de informações**

Ao praticar a escuta ativa, também desenvolvemos uma habilidade emocional muito importante, que é o aprendizado ativo [incluir link da LP do e-book em produção sobre esse tema]. Isso porque absorvemos as informações que a outra pessoa está passando, o que favorece nossas próprias ideias.

Essa é uma forma de alcançar crescimento profissional, aprendendo com o conhecimento e a experiência dos outros.

## **Incentiva o trabalho em equipe**

Uma vez que a comunicação acontece de uma forma mais fluida, existe melhor relacio-

namento entre os colaboradores. Dessa forma, o trabalho em equipe tende a ser fortalecido. É possível estreitar relações e gerar um maior engajamento, além do senso de colaboração e de pertencimento.

## **Como desenvolver a escuta ativa?**

Veja nos tópicos a seguir algumas dicas para você aprimorar essa competência e alcançar uma melhor performance no seu trabalho.

### **Tenha empatia com o colega**

É verdade que a escuta ativa desperta a empatia. Entretanto, ao mesmo tempo, é importante que ela já esteja presente para darmos atenção para o outro. É algo muito simples. Basta inverter a situação e pensar no tipo de tratamento que você gostaria de receber se você fosse a pessoa que está falando.

### **Demonstre interesse pelo que a pessoa fala**

A demonstração de interesse é a base para praticar a escuta ativa, afinal, é preciso voltar nossa atenção para o outro. Procure, de fato, compreender a mensagem e pensar na informação que está sendo passada. Entenda a maneira como ela afeta você ou de que forma pode ser aproveitada em prol do seu crescimento profissional e desenvolvimento. Podemos aprender com todas as situações.

## **Escute as respostas com atenção**

É importante lembrar que todas as pessoas têm sempre algo para nos ensinar. Vale ressaltar ainda que ninguém é o dono da verdade e, por isso, a opinião dos demais também é válida. Em um diálogo, dê espaço para o outro falar, escute as respostas com muita atenção e reflita sobre as informações.

## **Evite julgar a fala do outro**

Nem sempre concordamos com tudo aquilo que nos falam e não temos essa obrigação. Porém, existe uma grande diferença entre discordar e julgar. Você pode oferecer a sua opinião contrária, mas sempre com respeito pela opinião do outro e lembrando de praticar a empatia.

## **Interaja mais com a outra pessoa**

Uma forma de demonstrar interesse durante a escuta ativa é interagir mais com a pessoa que está falando. Lançar uma pergunta curta é um incentivo para que ela traga informações e dê continuidade ao seu pensamento. Isso mostra que você está prestando atenção naquilo que é falado.

## **Aprimore a comunicação não verbal**

A interação também pode acontecer por meio da comunicação não verbal. Trata-se, por exemplo, de olhar para a pessoa quando ela

está falando, de acenar com a cabeça e das expressões faciais ao reagir a cada informação passada. Podemos demonstrar contentamento, espanto, admiração, entre outras emoções.

Como você pode ver, a escuta ativa é importante para todas as áreas da nossa vida. Porém, praticá-la no ambiente de trabalho é fundamental para você ter um melhor relacionamento com colegas, líderes, gestores e outros. Dependendo da sua área, faz toda a diferença para gerar bons resultados, ter uma performance eficiente e, quem sabe, conquistar uma promoção!

Vale destacar que a autoconfiança também ajuda nesse processo, pois permite que você se torne uma pessoa aberta, receptiva, empática e comunicativa durante a interação com os outros.

*Por Assessoria de Imprensa SUPERA*  
<https://metodosupera.com.br/escuta-ativa/>



SE

LIGA!



*Nos envie sua mensagem!*

Clicando no ícone do whatsapp  
ao lado da opção desejada

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



Recebi o Link de um amigo e peço para  
me incluírem na lista que recebe a  
Revista Villa Up semanal gratuitamente



Minha sugestão para melhorar  
a Revista Villa Up é..



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



Anuncie sua marca em nossa revista digital!

**QUERO ANUNCIAR**

Ótima semana



"Porque para Deus nada é impossível"

Lucas 1:37

VillaUP