

# VillaUP

## O futuro da convivência

Melhorando a vida em comunidade.

Pág 40

O PODER DO LIVRO INFANTOJUVENIL 15

O CÉREBRO DEPOIS DOS 40 ANOS 28

CRIPTOMOEDAS EM QUEDA 55



03

**AGENDA SEMANAL**  
*Datas Comemorativas*

04

**COPA DO MUNDO 2026**  
*Novos desafios e polêmicas*

09

**CINEMA EM 2026**  
*Blockbusters e Grandes Lançamentos*

15

**PODER DO LIVRO INFANTOJUVENIL**  
*Estimulando a imaginação e o aprendizado através da leitura para crianças e jovens.*

20

**SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA**  
*Incentivando hábitos saudáveis para uma vida mais equilibrada*

24

**DIA NACIONAL DO PARKINSONIANO**  
*Avanços, Conscientização e Desafios*

28

**O CÉREBRO DEPOIS DOS 40 ANOS**  
*Mudanças Cognitivas e Como Preservar a Memória*

33

**EDITORIAL**

35

**TECNOLOGIA EM 2026: O FUTURO**  
*Avanços em IA, computação quântica e segurança digital estão moldando o futuro de forma impressionante*

40

**O FUTURO DA CONVIVÊNCIA**  
*Melhorando a vida em comunidade.*

46

**BARULHO E LIMPEZA APÓS OBRA**  
*Respeitando as regras do condomínio*

51

**O CONDOMÍNIO COMO HISTÓRIA VIVA**  
*Descubra como cada apartamento carrega*

55

**CRÍPTOMOEDAS EM QUEDA**  
*O Que está por trás da baixa?*

60

**COMPORTAMENTO DO CONSUMIDOR**  
*Como as marcas estão moldando suas decisões de compra*

CONTÉÚDO

# Agenda COMEMORATIVA

01  
QUA

Dia da Mentira - 1º de Abril  
Dia da Abolição da Escravidão dos Índios

02  
QUI

Dia Mundial da Conscientização do Autismo  
Dia Internacional do Livro infantojuvenil

03  
SEX

04  
SÁB

Dia Nacional do Parkinsoniano

05  
DOM

Dia do Propagandista farmacéutico

06  
SEG

Dia Mundial da Atividade Física  
Dia Internacional do Esporte para o Desenvolvimento e pela Paz  
Dia Nacional de Mobilização pela Promoção da Saúde e Qualidade de Vida

07  
TER

Dia do Corretor em geral (de imóveis, de seguros, de valores, de frete, mercadorias entre outros)  
Dia do Jornalista  
Dia Mundial da Saúde  
Dia do Médico Legista  
Dia Internacional para Reflexão do Genocídio de 1994 contra os Tutsi em Ruanda  
Dia Nacional de Combate ao Bullying e à Violência na Escola

# COPA DO MUNDO DE FUTEBOL 2026

NOVOS  
DESAFIOS E  
POLÊMICAS

A Copa do Mundo de 2026 promete inovação no formato, mas também gerou controvérsias no Brasil com o design da nova camisa da seleção.

Este ano será a maior edição da história, com 48 seleções divididas em 12 grupos de quatro times cada. A competição acontecerá entre **11 de junho e 19 de julho de 2026**, nos Estados Unidos, México e Canadá, oferecendo uma experiência única aos fãs do futebol. Esta será a primeira vez que o torneio será realizado em três países e a primeira edição com 48 seleções.

### **Principais destaques do formato:**

· **Fase de Grupos:** Na primeira fase, cada seleção disputará três partidas. Os dois primeiros colocados de cada grupo e os oito melhores terceiros avançam para a fase eliminatória, formando um mata-mata com 32 times.

· **Mata-mata:** A fase eliminatória contará com 32 equipes, iniciando com oitavas de final, seguidas de quartas, semifinais e a final.

·Ao todo, a competição terá 104 jogos.

·**Jogos por equipe:** Para ser campeão, uma seleção precisará disputar 8 partidas, uma a mais que no formato anterior, quando o time campeão jogava 7 vezes.

## **O grupo do Brasil na Copa de 2026**

O Brasil ficou no Grupo C, ao lado de Marrocos, Haiti e Escócia. Este é um grupo que mistura um adversário mais forte tecnicamente, um rival de menor tradição e uma seleção europeia capaz de endurecer a disputa. Na prática, a Seleção entra como uma das favoritas à classificação, mas sem margem para tratar a fase de grupos como mero protocolo. Em uma Copa do Mundo, basta uma rodada ruim para deixar a conta mais apertada do que parecia no papel.

Além das inovações no formato, a Copa de 2026 também foi marcada por uma polêmica no Brasil.

A Nike, fornecedora oficial de uniformes da Seleção Brasileira, tentou emplacar um design de camisa para o torneio que não agradou aos fãs. O modelo foi criticado por não representar as cores tradicionais da seleção. Após o descontentamento da torcida e pressão da CBF, a Nike recuou e anunciou que um novo modelo seria desenvolvido, respeitando as cores verde e amarela da seleção.

A Copa de 2026 será um marco para o futebol mundial, trazendo mudanças significativas no formato e também no relacionamento entre esporte, tradição e marketing.



pexels-bia-santana-331490324-16162211.jpg

# 2026

## AGENDA CULTURAL SANTA BÁRBARA D'OESTE

Divulgação

<b>CARNAVAL DE SBO</b> 14, 15, 16 E 17 FEVEREIRO	<b>SEMANA DO ARTESÃO</b> 16, 17, 18, 19, 20, 21 E 22 - MARÇO	<b>ESPETÁCULO VIA CRUCIS</b> 31 - MARÇO 1, 2, 3, 4 E 5 - ABRIL	<b>FESTIVAL GASTRONÔMICO</b> COMIDA DE RUA 11 E 12 - ABRIL	<b>ENCONTRA CONTO</b> 23 A 26 - ABRIL
<b>RECITAR</b> A PALAVRA EM VERSO VIVO 5, 6 E 7 - MAIO	<b>FESTIVAL RAÍZES</b> DESFILE DE CAVALEIROS E MULADEIROS 30 E 31 - MAIO	<b>FESTIVAL DAS ORQUÍDEAS</b> 13 E 14 - JUNHO	<b>ENCONTRO DE CORAIS</b> 20 - JUNHO	<b>FESTA DA NEGADINHA</b> DA USINA SANTA BÁRBARA 28 - JUNHO
<b>FESTIVAL LITERÁRIO</b> FLISB PERÍODO DE FÉRIAS	<b>FESTIVAL GASTRONÔMICO DE INVERNO</b> 6 E 7 - JULHO	<b>FESTIVAL TRADIÇÕES</b> FESTA DA CULTURA NORDESTINA 25 E 26 - JULHO	<b>CIRCUITO HIP HOP</b> 02 - AGOSTO	<b>SANTA BÁRBARA ROCK FEST</b> 21, 22 E 23 - AGOSTO
<b>DESFILE CÍVICO</b> 07 - SETEMBRO	<b>ENCONTRO DE VEÍCULOS ANTIGOS</b> 12 E 13 - SETEMBRO	<b>MOSTRA DE TEATRO CENA BÁRBARA</b> 19 A 27 - SETEMBRO	<b>ENCONTRO ORQUESTRAS DE VIOLAS</b> 3 - OUTUBRO	<b>FÉSTIVAL</b> 17 - OUTUBRO
<b>FEIRA DAS NAÇÕES</b> 7 E 8 - NOVEMBRO	<b>CIRCUITO HIP HOP</b> 15 - NOVEMBRO	<b>FEIRA AFRO BÁRBARA</b> NOVEMBRO NEGRO 20 - NOVEMBRO	<b>NATAL DAS ÁRVORES</b> 04 - DEZEMBRO	<b>CASA DO PAPAÍ NOEL</b> 05 - DEZEMBRO

ENTRADA 1kg DE ALIMENTO NÃO PERECÍVEL



MOSTRA  
**JAPÃO**  
FESTIVAL JAPONÊS

**SANTOS**  
**17 a 19**  
**ABRIL DE 2026**

Local: **PARQUE VALONGO**  
AVENIDA ANTONIO PRADO - VALONGO, SANTOS- SP  
SEXTA - FEIRA, DAS 18H AS 22H  
SÁBADO E DOMINGO, DAS 11H AS 22H

Divulgação

# CINEMA EM 2026

**Blockbusters  
e Grandes  
Lançamentos**

O ano de 2026 promete ser um marco para os fãs de cinema, com blockbusters e filmes de franquias já estabelecidas dominando as bilheteiras. Entre as produções mais aguardadas, destaca-se o lançamento de "Vingadores: Doutor Destino" (Avengers: Doomsday), que promete trazer o retorno de Robert Downey Jr. ao universo cinematográfico da Marvel, aumentando ainda mais as expectativas dos fãs. A Marvel Studios segue sua expansão, trazendo mais um capítulo emocionante para a franquia dos Vingadores.

Outro grande destaque é a continuação da épica franquia de "Duna" com "Duna: Parte 3" (Dune: Messiah). Dirigido por Denis Villeneuve, o filme encerra a trilogia baseada na obra clássica de Frank Herbert, com sua estreia prevista para dezembro de 2026. Os fãs da saga aguardam ansiosos para ver como Villeneuve irá concluir essa ambiciosa adaptação cinematográfica.

Além disso, a Pixar continua sua saga com "Toy Story 5", explorando novos desafios tecnológicos enquanto mantém a magia e a emoção da história que encantou gerações. No lado da DC, "Supergirl: Mulher do Amanhã" promete ser uma nova adição ao universo DC, com Milly Alcock no papel principal, e um tom "punk rock" trazido pelo diretor Craig Gillespie.

O universo Star Wars também ganhará novos horizontes com "The Mandalorian & Grogu", que expandirá ainda mais a saga nos cinemas sob a direção de Jon Favreau, trazendo mais aventuras para os fãs da franquia.

Além dos grandes blockbusters, 2026 também promete uma série de lançamentos emocionantes em gêneros como ação e suspense, com "28 Anos Depois" retornando com sua mistura de terror e distopia, e a nova animação de

de Super Mario Galaxy. A franquia "Nárnia" também voltará com um reboot, sob a direção de Greta Gerwig, trazendo a magia dos livros para uma nova geração.

Em 2026, o cinema continua a ser uma fonte inesgotável de aventuras épicas, emoções intensas e surpresas, com filmes de ação, ficção científica e fantasia dominando o mercado e atraindo fãs ao redor do mundo.



07 de Abril

# *Dia do Jornalista*

**A data homenageia o  
médico e jornalista Líbero  
Badaró, assassinado em  
1830 por defender a  
liberdade de imprensa, e  
celebra o papel  
fundamental do  
profissional na  
democracia, verdade e  
informação**

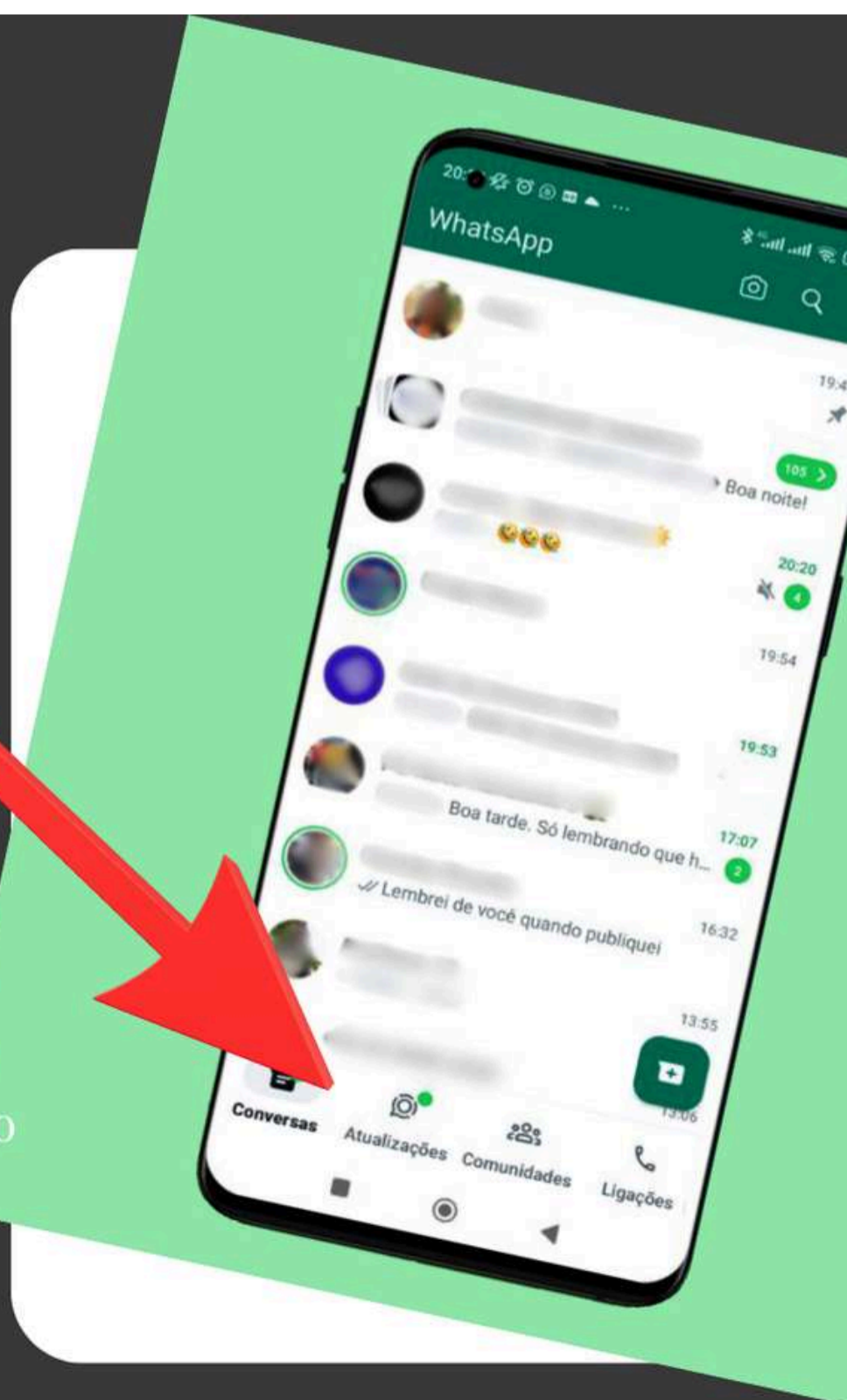





## Canal Whatsapp

Para não perder nenhuma novidade, vá até o espaço 'Atualizações' clique, pesquise por REVISTA VILLA UP. Clique em 'Seguir'. e participe do nosso CANAL.

Receba gratuitamente nosso conteúdo exclusivo e fique sempre por dentro de tudo!





**O PODER DO  
LIVRO**

**ESTIMULANDO A  
IMAGINAÇÃO E O  
APRENDIZADO ATRAVÉS DA  
LEITURA PARA CRIANÇAS E  
JOVENS.**

O Dia Internacional do Livro Infantojuvenil, celebrado em 2 de abril, é uma data dedicada a promover o hábito da leitura entre crianças e adolescentes, ressaltando o papel fundamental dos livros no desenvolvimento cognitivo, emocional e social das novas gerações. Essa data também é uma oportunidade para refletir sobre a importância da literatura infantojuvenil na formação de cidadãos críticos e criativos.

A leitura é uma ferramenta poderosa na expansão do vocabulário, no desenvolvimento da imaginação e na reflexão sobre questões sociais e culturais. Além disso, a literatura infantojuvenil proporciona uma experiência de empatia, permitindo que os jovens se conectem com personagens e histórias que expandem suas perspectivas sobre o mundo.

Livros infantis abordam, de forma lúdica e acessível, temas como amizade, solidariedade e respeito ao próximo, moldando a forma como as crianças veem e interagem com a sociedade.

Fábulas clássicas como "A Cigarra e a Formiga" de Esopo e "O Leão e o Rato" são exemplos perfeitos para ensinar valores importantes de maneira envolvente e criativa.

Já a poesia infantil, como os versos de Vinícius de Moraes e Cecília Meireles, é uma excelente forma de estimular a linguagem poética e rima, enquanto desenvolve a imaginação das crianças. Através dessas obras, as crianças aprendem a valorizar a língua portuguesa e a explorar as possibilidades criativas da linguagem.





Entre os livros mais recomendados para essa faixa etária, estão as obras clássicas de autores como Monteiro Lobato, com sua icônica coleção do Sítio do Picapau Amarelo, e J.K. Rowling, autora de Harry Potter, que tem encantado gerações com suas aventuras fantásticas.

Neste Dia Internacional do Livro Infantojuvenil, é fundamental incentivar as crianças a explorar o universo literário, seja através de livros impressos ou digitais, e promover um ambiente que valorize a leitura como fonte de aprendizado e diversão.

# HORMÔNIOS DA FELICIDADE



## DOPAMINA

- > Cuidar de si
- > Melancia
- > Música



## ENDORFINAS

- > Exercícios
- > Cacau
- > Rir



## OCITOCINA

- > Animais
- > Abraços
- > Mel



## SEROTONINA

- > Banho quente
- > Luz do sol
- > Frutas

@revistavillaup

VillaUP

# PROMOÇÃO DA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

pexels-tiago-bellato-1677269835-33575872.jpg

**Dia Nacional de Mobilização  
06 de Abril  
Incentivando hábitos  
saudáveis para uma vida  
mais equilibrada.**

**Índice →**

O Dia Nacional de Mobilização pela Promoção da Saúde e Qualidade de Vida, celebrado em 6 de abril, tem como objetivo conscientizar a população sobre a importância de adotar hábitos saudáveis, visando não apenas a ausência de doenças, mas a promoção do bem-estar físico, mental e social.

A data reforça a necessidade de cuidar da saúde de forma integral, buscando equilíbrio em todos os aspectos da vida.

Este dia é uma oportunidade para refletirmos sobre nossas escolhas diárias, como a prática de atividade física regular, uma alimentação balanceada, o cuidado com a saúde emocional e a criação de um ambiente saudável, seja em casa ou no trabalho. Além disso, o dia também chama atenção para a importância de prevenção, como a redução do consumo de álcool e tabaco, e o incentivo ao bem-estar mental.

A promoção da saúde é um processo coletivo, que depende de políticas públicas, educação comunitária e da capacitação individual para tomar decisões mais saudáveis. A mobilização vai além de um dia de celebração, sendo um convite contínuo à mudança de hábitos e à criação de espaços que favoreçam a saúde no cotidiano.

É importante lembrar que a saúde vai além do físico; ela envolve bem-estar social e emocional, fatores essenciais para uma vida de qualidade. No Dia Nacional de Mobilização, convidamos você a refletir sobre suas práticas diárias e a agir para um futuro mais saudável para você e para a comunidade.

Essas experiências criam uma geração mais consciente financeiramente, preparando jovens para o futuro do mercado financeiro e contribuindo para uma economia mais sólida.

@revistavillaup

# REVISTA VILLA UP

Leitura digital  
e interativa

*desfrute ao máximo  
da sua experiência!*

GRATUITA



Índice →

# Dia Nacional do Parkinsoniano

picsbyannyk-parkinsons-6855683.jpg

**Avanços,  
Conscientização  
e Desafios**

Índice →

O Dia Nacional do Parkinsoniano, celebrado em 11 de abril, é um momento importante para refletir sobre os avanços científicos, a conscientização e os desafios enfrentados por quem convive com a doença de Parkinson. Com uma projeção alarmante de aumento de casos globalmente, especialmente com o envelhecimento da população, o dia serve também como uma oportunidade para destacar novas pesquisas e tratamentos inovadores.

Pesquisas recentes mostram que, até 2050, os casos de Parkinson podem dobrar no Brasil e no mundo. Este aumento enfatiza a necessidade de políticas públicas eficazes e estratégias de apoio tanto para os pacientes quanto para suas famílias. O envelhecimento da população é apontado como o principal fator para essa projeção, além da falta de acesso a cuidados adequados em muitos locais, principalmente em países em desenvolvimento.

Em março de 2026, o Japão deu um passo importante ao aprovar o primeiro tratamento do mundo baseado em transplante de células-tronco para tratar o Parkinson. Esse tratamento utiliza células-tronco pluripotentes induzidas (iPS), que são reprogramadas a partir de células adultas, como as da pele, para agirem como células embrionárias. Essas células têm o potencial de se transformar em neurônios dopaminérgicos funcionais, que são implantados no cérebro do paciente para restaurar as funções motoras afetadas pela doença. Embora esses tratamentos mostrem resultados promissores, ainda existem desafios para que essas terapias sejam amplamente acessíveis aos pacientes ao redor do mundo. O Dia Nacional do Parkinsoniano também é uma oportunidade para a conscientização sobre a doença e seus impactos sociais. Além dos tratamentos médicos, o suporte psicológico e a integração social são essenciais para o bem-estar dos pacientes, que frequentemente enfrentam o estigma associado ao distúrbio neurodegenerativo.

A+ B

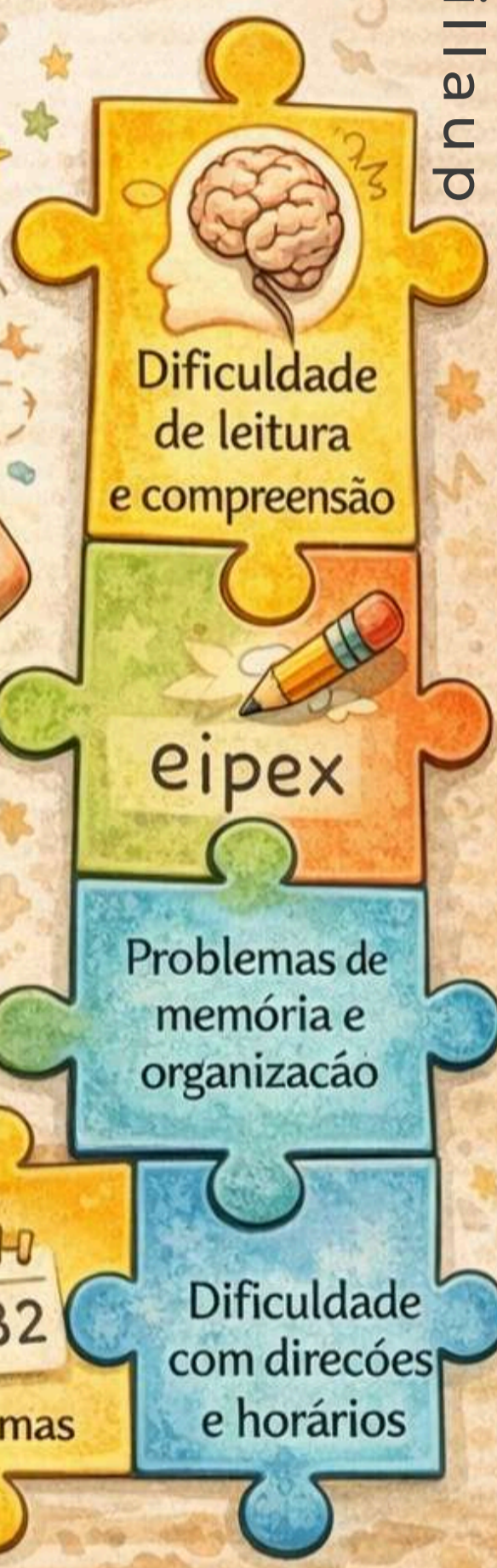
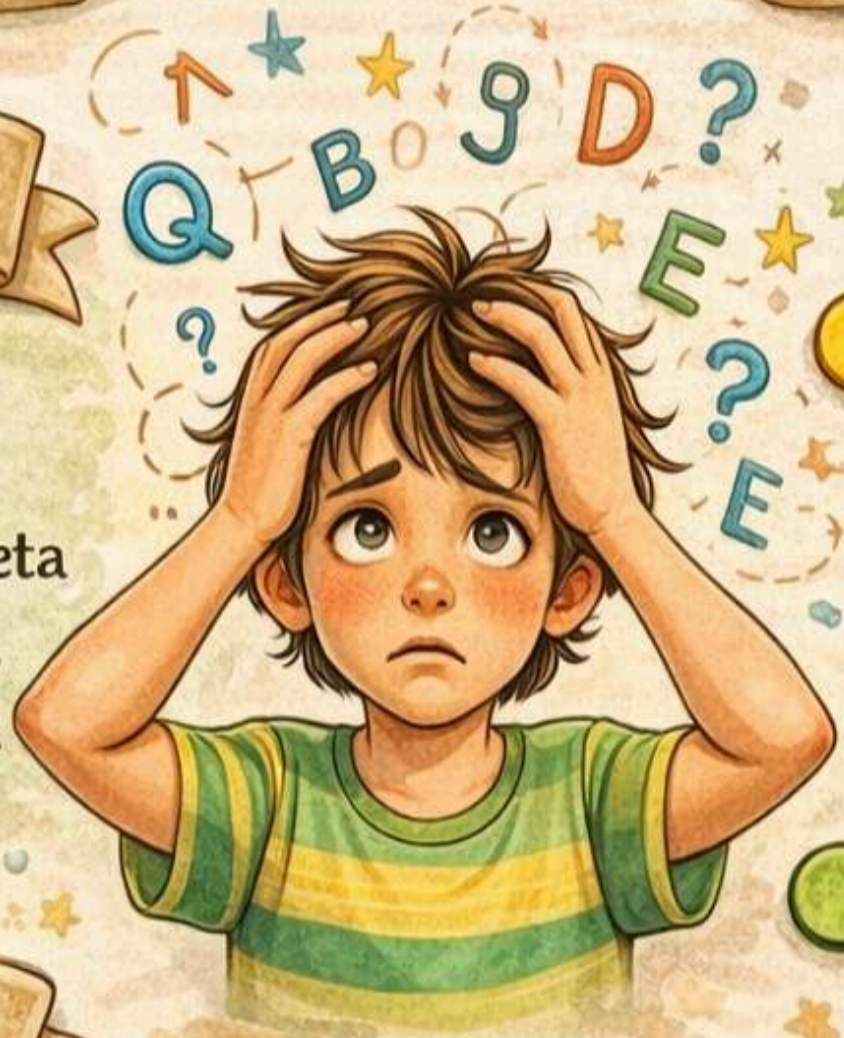


# DISLEXIA

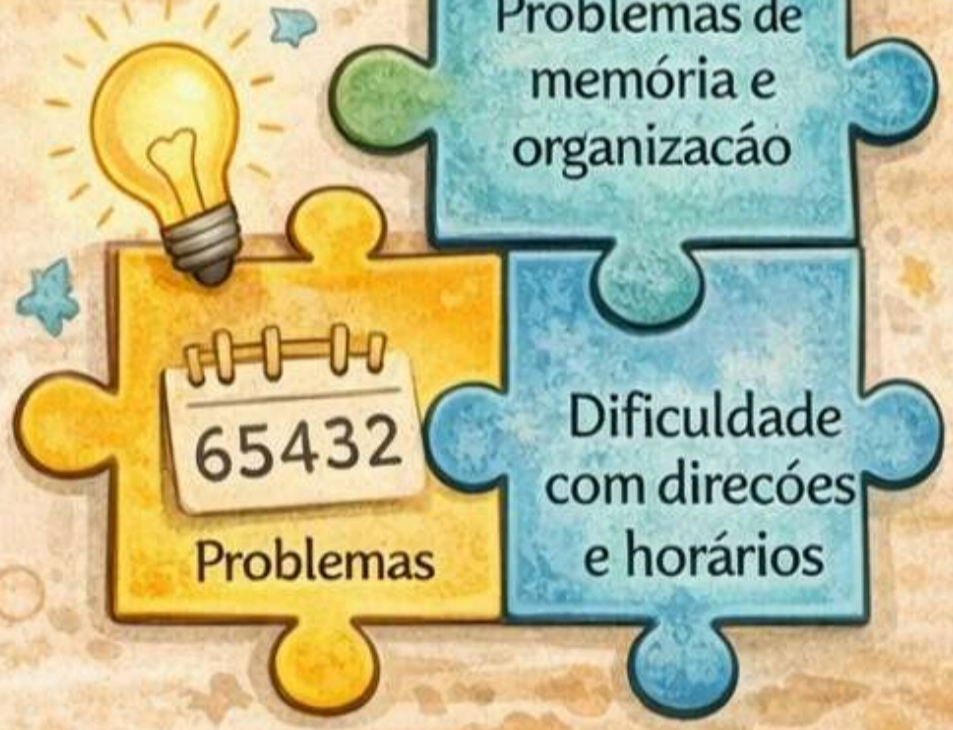
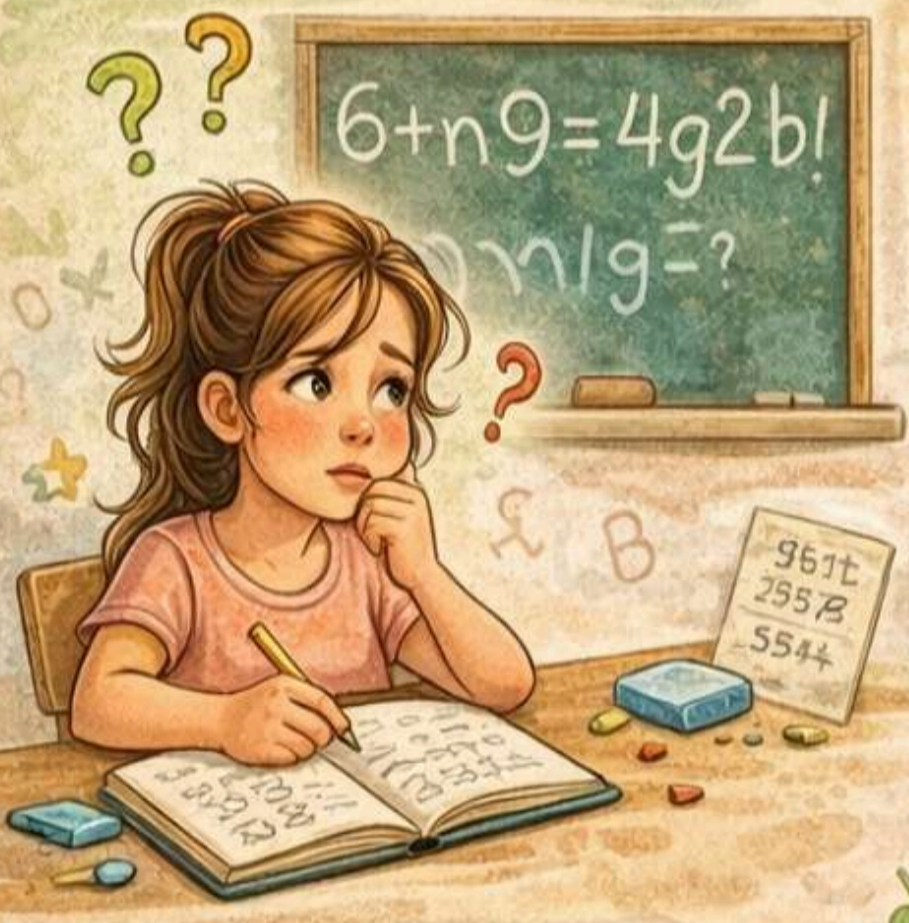


## O que é?

A dislexia é um transtorno de aprendizagem que afeta a capacidade de ler, escrever e soletrar.



## Sintomas



## Diagnóstico



- Entrevistas
- Testes Psicológicos
- Avaliação Educacional

## Como ajudar?



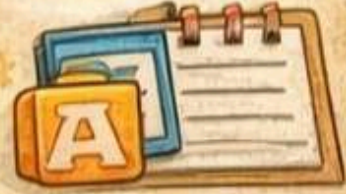
Apoio na leitura



Metodos Multissensoriais



Tempo Extra em Testes



Alividades de Reforço

# O CÉREBRO DEPOIS DOS 40 ANOS

**Mudanças Cognitivas e  
Como Preservar a Memória**

À medida que envelhecemos, o cérebro passa por mudanças naturais, especialmente após os 40 anos, quando muitas pessoas começam a notar pequenas dificuldades de memória e concentração. Essas mudanças são um reflexo do envelhecimento, mas com a abordagem certa, é possível manter a mente afiada e preservar a memória por muitos anos.

## MEMÓRIA

A memória pode começar a ser mais afetada após os 40, com lapsos ocasionais ou dificuldade para recordar informações rapidamente. Isso ocorre porque, com o tempo, o hipocampo — a área do cérebro responsável por armazenar e recuperar memórias — pode diminuir de tamanho. Embora esse processo seja natural, existem formas de atenuar os efeitos, como manter a mente ativa por meio de atividades cognitivas (leitura, jogos de raciocínio, palavras cruzadas) e aprender algo novo, como um idioma ou instrumento musical



## CONCENTRAÇÃO

A concentração também pode ser um desafio com o passar dos anos, pois o cérebro tende a ser mais suscetível a distrações. No entanto, a prática de meditação e técnicas de relaxamento pode melhorar o foco e reduzir a ansiedade, facilitando a concentração. Manter uma rotina de exercícios físicos também tem mostrado aumentar a oxigenação cerebral, o que resulta em melhor desempenho cognitivo.

## HÁBITOS QUE AJUDAM

Adotar hábitos saudáveis pode ser crucial para preservar as funções cognitivas.

Alimentação balanceada com alimentos ricos em antioxidantes e ácidos graxos essenciais, como peixes, oleaginosas e frutas vermelhas, pode proteger o cérebro contra o estresse oxidativo. Além disso, o sono de qualidade e a prática de atividades físicas regulares são aliados poderosos para um cérebro saudável e ativo.

Manter o cérebro em forma depois dos 40 anos é possível com a adoção de hábitos saudáveis que envolvem desafios mentais, atividade física e autocuidado, promovendo longevidade cognitiva.



# COMPORTAMENTO de AMIZADE

Dicas para fortalecer suas amizades.



**SEJA UM BOM OUVINTE**



Escute com atenção e empatia.



**SEJA SINCERO E LEAL**



Seja honesto e de confiança.

**APOIE SEUS AMIGOS**



Esteja presente nos momentos difíceis.

**DIVIRTA-SE JUNTO**



Compartilhe momentos de alegria.



**RESPEITE  
AS DIFERENCAS**

Acete as diferenças e peculiaridades.



**DÉ VALOR  
À AMIZADE**

Demonstre que se importa com seus amigos.

@revistavillaup

VillaUP

Amizade é cuidar, apoiar e compartilhar momentos!

## Bem-vindo à Revista Villa UP!

Chegamos à edição número 70 da Revista Villa UP e, com ela, uma seleção de matérias que exploram temas relevantes e atuais, sempre com a intenção de informar, inspirar e provocar reflexões. Nesta edição, discutimos o futuro da convivência em comunidade com o conceito de cohousing, que vem ganhando força no cenário habitacional. Também celebramos o Dia Nacional de Mobilização pela Promoção da Saúde e Qualidade de Vida, destacando a importância do autocuidado e da saúde mental. O Dia Nacional do Parkinsoniano traz uma reflexão sobre os desafios de viver com Parkinson e a importância da inclusão.

Em nosso espaço cultural, exploramos o impacto do livro infantojuvenil na formação de jovens leitores e ainda discutimos as novas polêmicas e desafios da Copa de 2026. A tecnologia e o futuro dos blockbusters no cinema também estão em pauta, além de um olhar atento sobre o cérebro após os 40 anos e a queda do mercado de criptomoedas. Agradecemos profundamente por sua presença em nossa jornada e, para receber mais conteúdos, adicione 9 9917-8937 ao seu WhatsApp e entre no nosso canal!

Equipe Villa UP!



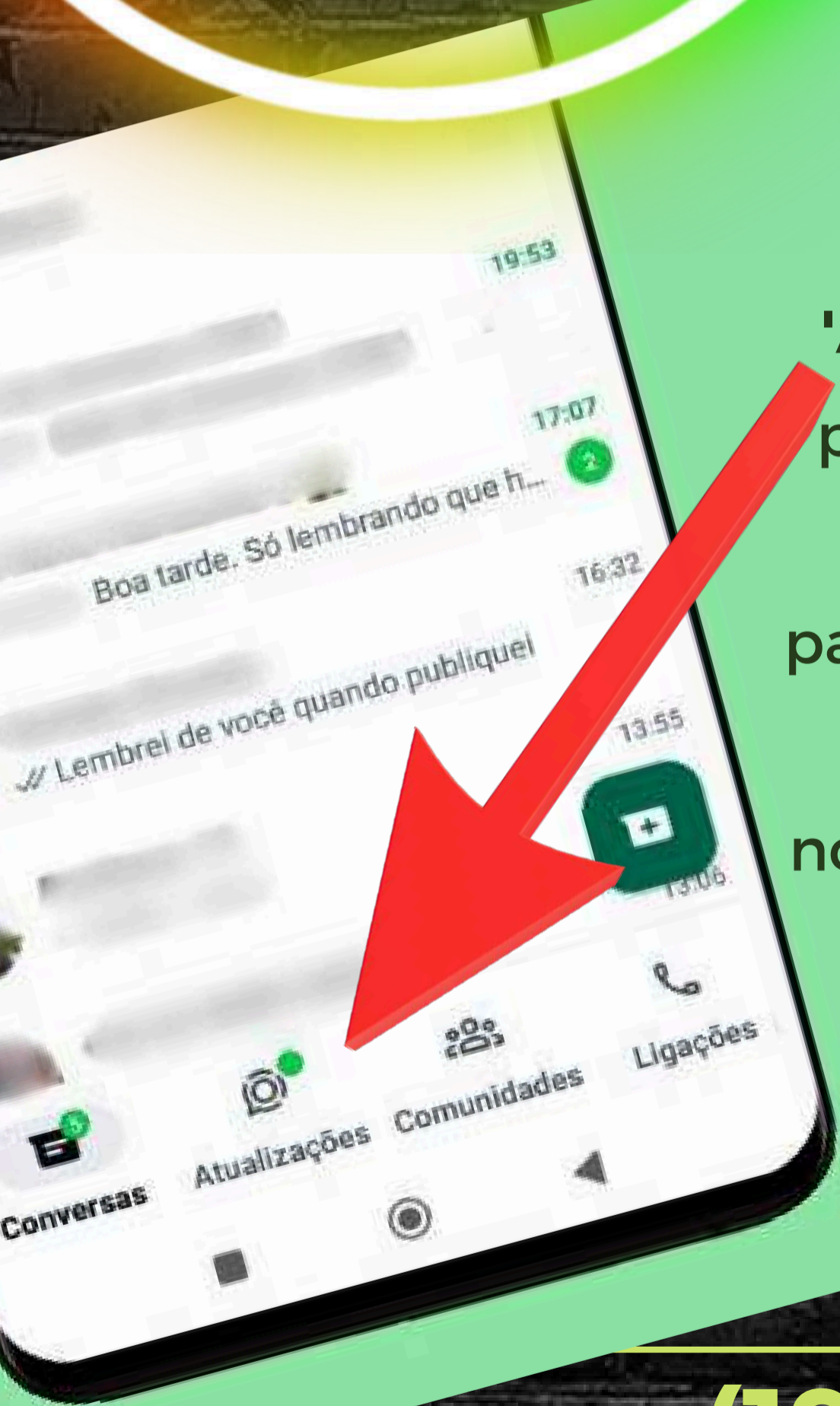
RECEBA  
GRÁTIS

REVISTA  
DIGITAL  
INTERATIVA  
+ INFORMAÇÕES

VillaUP

Para não perder nenhuma novidade, vá até o espaço 'Atualizações', pesquise por **REVISTA VILLA UP** e clique em '**Seguir**'. e participe do nosso **CANAL**.

Receba gratuitamente nosso **conteúdo exclusivo** e fique sempre por dentro de tudo!



(19)  
9 9917 8937

Índice →

# TECNOLOGIA EM 2026: O FUTURO CHEGOU

Avanços em IA, computação quântica e segurança digital estão moldando o futuro de forma impressionante.



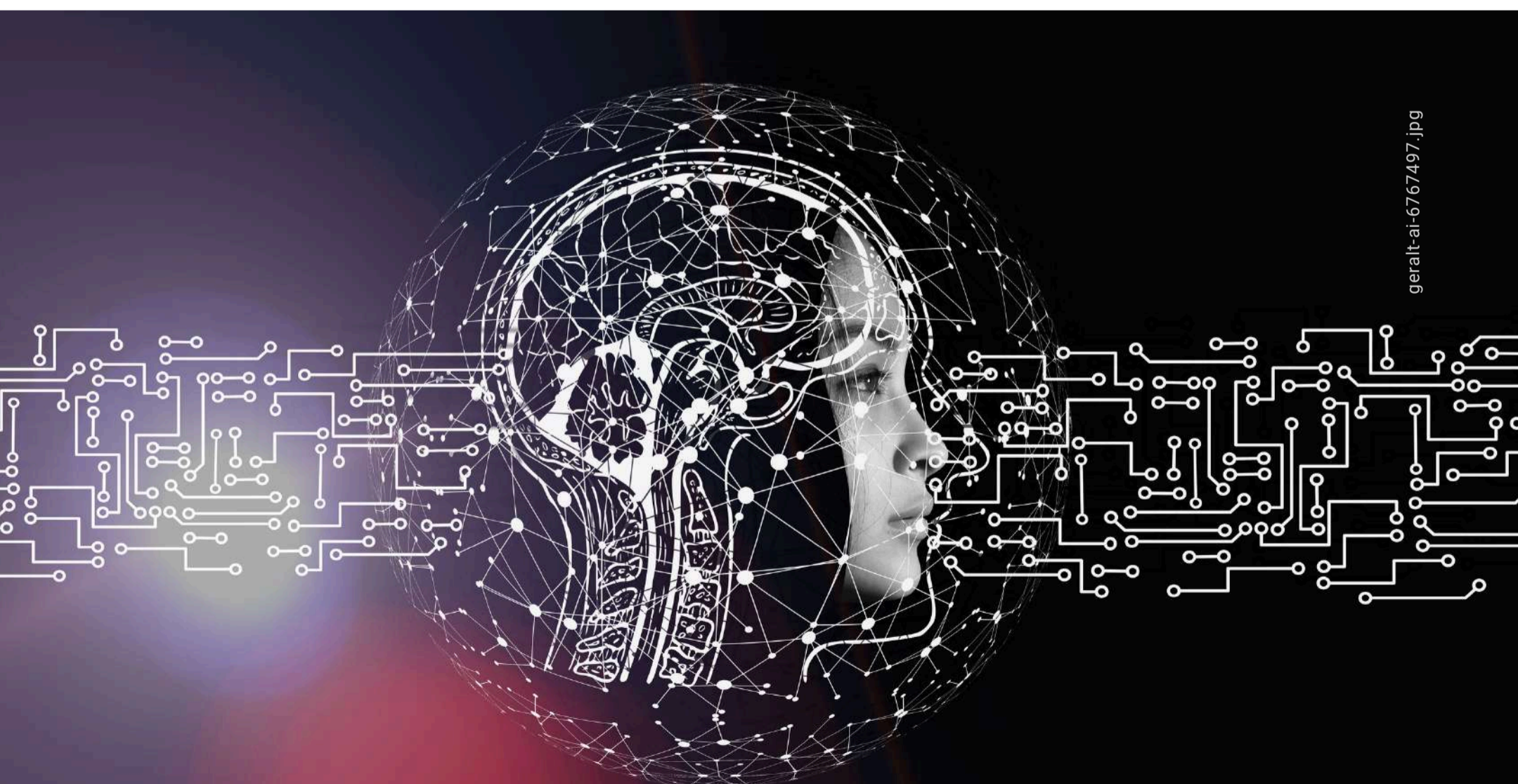
Em 2026, o mundo da tecnologia alcançou marcos significativos, com inovações que estão transformando indústrias e moldando o nosso dia a dia. De inteligência artificial (IA) a computação quântica, passando pela segurança digital e avanços em biotecnologia, a evolução tecnológica é uma realidade que já está impactando a maneira como vivemos, trabalhamos e interagimos.

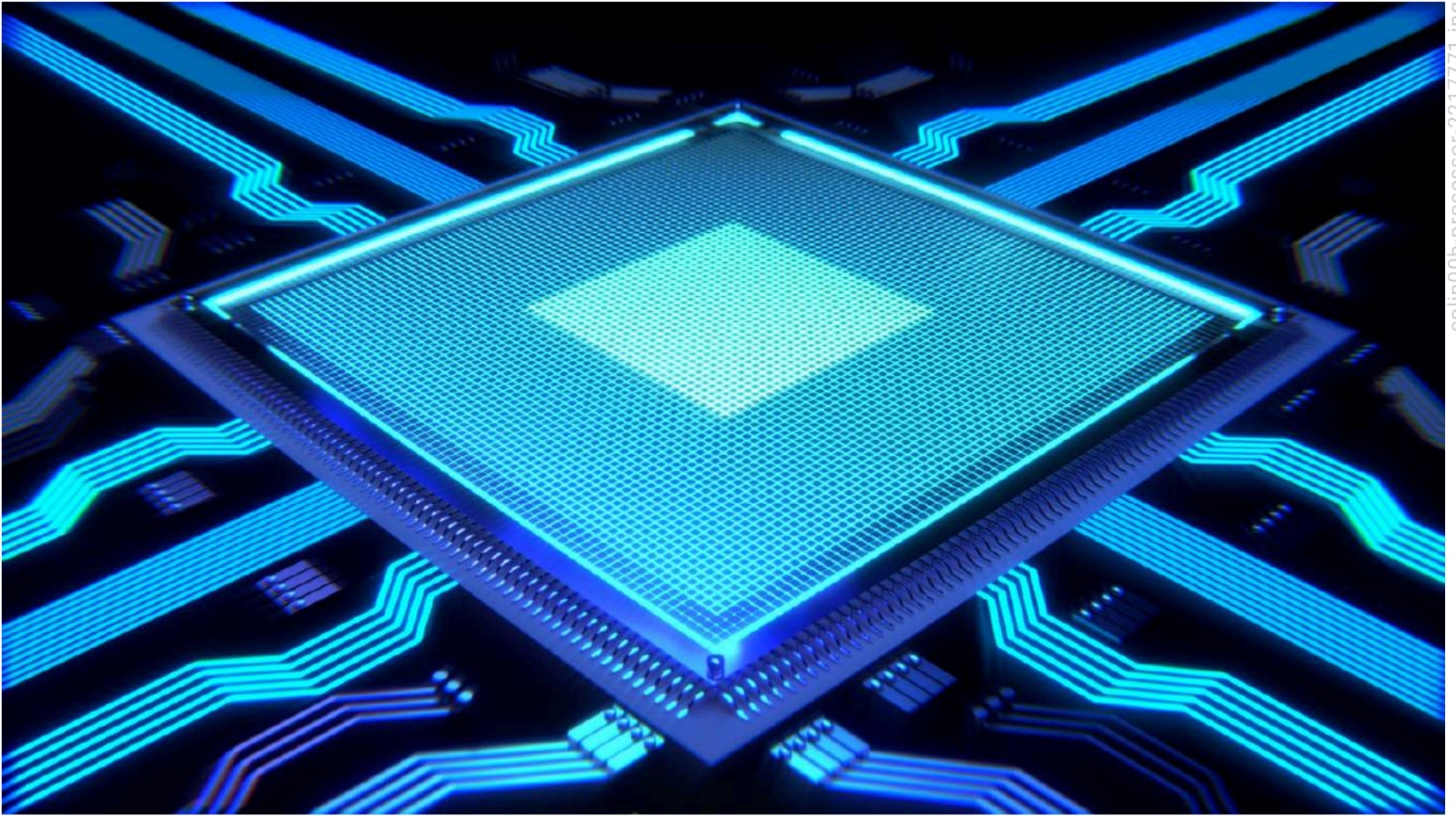
A IA continua a ser o motor da inovação, não apenas no campo dos assistentes virtuais e automação, mas também na tomada de decisões estratégicas em empresas e na otimização de processos industriais. Ela também está presente em agentes autônomos, capazes de executar tarefas sem supervisão humana, o que promete revolucionar ainda mais a forma como lidamos com a produtividade.

Outro grande avanço é a computação quântica, com empresas como IBM alcançando marcos importantes na simulação de materiais complexos.

Essa tecnologia tem o potencial de transformar áreas como segurança cibernética, energia e medicina, proporcionando novas soluções para problemas complexos que antes seriam impensáveis de resolver.

A segurança digital também tem avançado com tecnologias preditivas, utilizando IA para detectar e prevenir ataques em tempo real, um passo fundamental em um mundo cada vez mais digital. A robótica física está igualmente em expansão, com máquinas inteligentes trabalhando de forma cada vez mais eficiente e autônoma em ambientes industriais.





colin0b-processor-2217771.jpg

Além disso, em biotecnologia, a edição genética e a fermentação de precisão (*tecnologia biotecnológica que utiliza microrganismos como leveduras, fungos ou bactérias modificados geneticamente para produzir ingredientes específicos e complexos, como proteínas, gorduras ou sabores*) estão criando novas formas de tratamento e produção sustentável de alimentos, enquanto novas gerações de redes 6G prometem transformar ainda mais a conectividade global.

Em 2026, a tecnologia não é mais uma promessa, mas uma realidade que está transformando as indústrias, a economia e o cotidiano de todos.

# SANCA

## SOFISTI CAÇÃO

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

DE UM NOVO AR  
PARA SUA CASA  
OU NEGÓCIO



**GESSATO**  
— HOME DECOR —



19- **99144-2421**

*Matéria de Capa*

# O FUTURO DA CONVIVÊNCIA

pexels-arpitjaketia-9661840.jpg

**Melhorando a vida em comunidade.**

**Índice →**

Nos últimos anos, morar em condomínio deixou de ser apenas uma questão de segurança e praticidade. Os condomínios modernos estão se tornando espaços de convivência dinâmicos, inovadores e de qualidade de vida. O conceito de cohousing, que incentiva a interação constante entre os moradores, está ganhando destaque e transformando a maneira como vivemos.

Como viver melhor em condomínios modernos: Aqui entra o COHOUSING.

## **O que é cohousing e como ele impacta a convivência?**

O cohousing envolve a criação de comunidades onde os moradores compartilham espaços comuns, como cozinhas e salas de estar. Aqui no Brasil, ainda é algo muito novo e, atualmente, a convivência é mais restrita a espaços como áreas de lazer, piscina e jardins. A ideia central é que as interações diárias fortaleçam os laços sociais, promovendo um ambiente colaborativo e equilibrado.

Esse conceito pode ser adaptado para pequenas comunidades de bairros, com 5 ou 6 moradias próximas a um jardim com playground, criando um ambiente mais íntimo e acolhedor. Essas comunidades aplicam os princípios do cohousing de forma simples, compartilhando áreas de lazer e promovendo encontros informais entre os moradores.

O papel dos eventos fora do condomínio  
Uma chave para o sucesso do cohousing é a interação constante entre os moradores. Participar de eventos fora do condomínio pode ser uma maneira eficaz de criar uma rede de apoio mais ampla, conectar-se com a comunidade ao redor e enriquecer a experiência de convivência.

Pequenas comunidades podem se reunir para participar de eventos no bairro, como feiras, festivais ou eventos de voluntariado, promovendo o engajamento e a integração. O Villa UP, como hub de eventos, pode ser um grande aliado na organização desses

encontros, ajudando a promover atividades que tragam as pessoas para fora de suas casas e criando novas oportunidades de interação.

## **Como a tecnologia apoia essa mudança?**

Embora a tecnologia ajude na comunicação e organização de eventos, as redes sociais muitas vezes funcionam como um isolante frio para a sociedade. As interações digitais não substituem a participação presencial, que é essencial para a verdadeira conexão social. É o contato físico e as atividades dentro da comunidade que promovem um sentimento de pertencimento e uma convivência mais saudável.

## **O impacto do cohousing no bem-estar social**

O cohousing contribui para o aumento da qualidade de vida, pois fortalece os laços sociais e combate o isolamento.

Ao promover um estilo de vida colaborativo, o cohousing pode ser um impulsionador de práticas sustentáveis e de bem-estar social, pois as pessoas tendem a se preocupar mais com o que acontece ao seu redor.

## **Conclusão:**

*Transformando a convivência no condomínio*

Os condomínios modernos estão evoluindo para ambientes mais dinâmicos e colaborativos. O cohousing resgata o sentido de comunidade e promove a interação saudável. Ao incentivar a participação em eventos fora do condomínio, essa dinâmica melhora a convivência interna e cria conexões mais profundas com a comunidade.



# EHLERS-DANLOS

## O que é?

O síndrome de Ehlers-Danlos é um grupo de doenças genéticas hereditárias que afetam a produção de colágeno, resultando em articulações hipermóveis, pele elástica e outros sintomas.

@revistavillaup



VillaUP

## Sintomas



Problema no Colágeno



Articulações  
Hiperflexíveis

Pele Extremamente  
Elástica

Hematomas  
e Cicatrizes Fácil

Dor Crônica e Fadiga

## Diagnóstico



Exame Físico  
Hist. Familiar  
Testes Genéticos

## Tratamentos



Fisioterapia



Medicação  
para Dor



Apoios e Órteses



Acompanhamento  
com Especialistas

# MAIS INFORMAÇÕES

@ZBRARARA

# OBRAS EM CONDOMÍNIOS:

Menos Barulho e  
Mais Conforto

**Sistemas de drywall e gesso oferecem soluções modernas para reduzir impacto e facilitar a limpeza durante reformas.**

Obras e reformas em condomínios são cada vez mais comuns, mas ainda geram dúvidas e conflitos, principalmente quando envolvem barulho e limpeza. Nesse cenário, a escolha do método construtivo faz toda a diferença no impacto causado aos moradores.

O sistema drywall e o uso de gesso têm se destacado como alternativas mais modernas em comparação à alvenaria tradicional. Um dos principais benefícios está na redução de ruído durante a execução.



**Por se tratar de um processo mais leve e com menor necessidade de ferramentas de alto impacto, o nível de barulho tende a ser significativamente menor, além de diminuir o tempo total da obra.**



Explica Laerte Moreira, proprietário da Gessato Home Decor

Outro ponto importante é a limpeza. Diferente das obras convencionais, que geram grande volume de entulho e poeira, o drywall e o gesso utilizam um método construtivo mais seco e organizado. Isso resulta em menos resíduos, menor circulação de sujeira nas áreas comuns e maior facilidade na manutenção da limpeza ao longo da reforma.

Além disso, esses sistemas oferecem vantagens como agilidade na execução, versatilidade no design de interiores e bom desempenho térmico e acústico, contribuindo para ambientes mais confortáveis.



Parede interna de drywall

Forro de Drywall



Acabamento em Boiserie de gesso



Mesmo com métodos mais eficientes, é fundamental respeitar as regras do condomínio, como horários permitidos para obras, uso adequado das áreas comuns e comunicação prévia com a administração e vizinhos.

Para garantir uma obra alinhada com essas exigências, a Gessato Home Decor atua seguindo rigorosamente as normas de cada condomínio, entregando projetos em drywall e gesso com organização, limpeza e respeito à rotina dos moradores.



**19- 99144-2421**

# O Condomínio como História Viva

ryelalexandre-silva-1235684-8578732.jpg

Descubra como cada apartamento carrega vestígios do passado, de objetos antigos a mistérios que atravessam gerações.

Cada condomínio, assim como uma escavação arqueológica, carrega uma história única. Cada apartamento, corredor e área comum pode revelar segredos do passado, seja por meio de descobertas durante reformas ou pelos objetos e memórias deixadas pelos moradores.

Em condomínios mais antigos, reformas muitas vezes desenterram vestígios do passado: pisos, azulejos originais ou até documentos e objetos antigos, que ajudam a contar a história do lugar. Esses achados não são apenas curiosidades, mas peças de um quebra-cabeça que trazem à tona as memórias da construção e das gerações de moradores que ali viveram.

Além dos vestígios materiais, alguns condomínios guardam histórias misteriosas e até fantasmagóricas. Há quem fale de estranhos ruídos à noite, passos em corredores vazios ou portas que batem sozinhas. Em prédios antigos, moradores afirmam ter sentido a presença de antigos

habitantes, com odores de flores secas ou a visão de sombras vagando pelos corredores. Essas histórias, transmitidas de geração em geração, acabam se tornando parte da memória coletiva do lugar, dando um toque de mistério e encanto ao cotidiano do edifício.

Esses vestígios históricos, sejam materiais ou imateriais, convidam a uma reflexão sobre o valor da memória no local onde vivemos. A história de um condomínio é coletiva e construída ao longo do tempo por seus moradores, que deixam suas marcas, hábitos e histórias. Preservar esses elementos históricos, como detalhes arquitetônicos ou até lendas antigas, pode fortalecer o vínculo com o passado e enriquecer a convivência no presente.

Assim, como em uma escavação, cada descoberta no condomínio é uma peça importante da construção do que somos e do que seremos.

# O COLÁGENO NÃO SERVE SÓ PARA DEIXAR A PELE BONITA

ele está presente no tecido conjuntivo, que é muito importante para o funcionamento do organismo

E QUANDO TEM UMA DEFICIÊNCIA NESSA ESTRUTURA, AFETA MUITO A VIDA DA PESSOA

## A SÍNDROME DE EHLERS DANLOS É RARA MAS EXISTE

### ALGUNS DOS SINTOMAS

- FADIGA E DOR CRÔNICA
- POUCA FORÇA MUSCULAR
- PELE ELÁSTICA E SENSÍVEL
- MOVIMENTO AMPLO DOS MEMBRO

PARA SABER MAIS



@zbrarara



# Criptomoedas em Queda

## O Que Está Por Trás da Baixa?



# **Entenda os fatores que estão pressionando o mercado de criptomoedas para baixo e os impactos dessa instabilidade no cenário global.**

Nos últimos meses, o mercado de criptomoedas tem enfrentado uma forte baixa, o que tem gerado incerteza e apreensão entre investidores e entusiastas. A queda acentuada nos preços das principais moedas digitais reflete uma série de fatores econômicos, regulatórios e ambientais que influenciam diretamente o desempenho do setor.

A falta de clareza nas regulamentações, especialmente em países como os Estados Unidos, tem gerado um clima de desconfiança. O receio de que os governos possam adotar medidas mais rígidas, como a proibição de transações ou a taxaçoão pesada sobre as criptos, tem afastado muitos investidores.

Isso é agravado por casos de falência de grandes players do setor, como exchanges e plataformas de negociação, que aumentam a volatilidade e fragilizam ainda mais o mercado.

Além disso, o medo de que as criptomoedas não cumpram suas promessas de segurança e independência financeira tem levado muitos investidores institucionais a recuarem. Grandes corporações que antes viam as moedas digitais como uma alternativa de investimento estão, gradualmente, distantes desse setor devido ao alto risco e à volatilidade extrema.

O impacto ambiental também tem se tornado uma preocupação crescente, especialmente no que diz respeito ao processo de mineração de criptomoedas, que consome uma quantidade significativa de energia. Isso tem sido alvo de críticas por parte de reguladores e investidores conscientes da sustentabilidade.

Em um cenário de alta inflação e possíveis recessões globais, muitos investidores têm se afastado das criptos, buscando alternativas mais tradicionais e seguras. A baixa das criptomoedas é um reflexo desse momento de incerteza, onde a instabilidade e o risco tornaram-se protagonistas no mercado financeiro.



pexels-ds-stories-7267500.jpg

# IMPULSIONE SEU NEGÓCIO!

Tenha sempre seu cartão de visita em mãos!

## POR QUE TER UM CARTÃO DE VISITA?



### Networking Eficiente

Troque contatos rapidamente.



### Marketing Pessoal

Divulgue sua marca e serviços.



### Imagem Profissional

Passe credibilidade.

## VANTAGENS DO CARTÃO DE VISITA:



### Informação Sempre à Mão

Seus dados sempre disponíveis.



### Facilidade e Praticidade

Entrega rápida e direta.



### Impressão de Qualidade

Cartões personalizados.

## NÃO PERCA OPORTUNIDADES!



(19) 99145-3806

Faca já seus  
**CARTÕES DE VISITA!**

# Comportamento do Consumidor

Como as Marcas Estão Moldando Suas Decisões de Compra

Nos últimos anos, o comportamento do consumidor tem sido cada vez mais moldado por estratégias de marketing e personalização. Com o uso crescente de dados, as empresas têm conseguido identificar preferências e antecipar necessidades, criando campanhas altamente segmentadas que impactam diretamente as decisões de compra.

A personalização é uma das principais ferramentas utilizadas pelas marcas para atrair consumidores. Por meio da coleta de dados em tempo real, como histórico de navegação, comportamento em redes sociais e interações com aplicativos, as empresas conseguem oferecer ofertas customizadas, tornando a experiência de compra mais atraente e, muitas vezes, irresistível.

Um exemplo clássico disso são os anúncios personalizados que vemos em redes sociais, que são baseados nas nossas preferências, até mesmo nas que nem sabíamos que tínhamos.

Além disso, a psicologia do consumo também desempenha um papel fundamental na maneira como os consumidores tomam decisões. Estratégias como escassez (ex.: “últimas unidades”) e urgência (ex.: “promoção por tempo limitado”) são constantemente usadas para gerar um senso de urgência, levando os consumidores a agirem rapidamente, sem refletir profundamente sobre a compra. Isso cria uma sensação de "perda" se não houver ação imediata.

Outro fator que tem ganhado força é a influência das redes sociais na decisão de compra. Influenciadores digitais, que têm um vínculo emocional com seus seguidores, conseguem impactar as escolhas de seus públicos de maneira muito mais efetiva do que a publicidade tradicional. A recomendação de um produto ou serviço por alguém que a audiência confia pode ser o suficiente para transformar um consumidor potencial em um cliente fiel.

No entanto, nem tudo é feito à força de dados e influências externas. A crescente preocupação com a ética e a sustentabilidade tem levado muitos consumidores a se questionarem sobre o impacto de suas escolhas. Marcas que adotam posturas mais responsáveis, que se preocupam com questões ambientais e sociais, estão ganhando o coração dos consumidores conscientes, que estão cada vez mais dispostos a pagar um preço maior por produtos que alinhem qualidade e valores.

O comportamento do consumidor, portanto, está se tornando mais complexo, dinâmico e exigente. As marcas precisam estar cada vez mais atentas aos sinais que o mercado envia, adaptando suas estratégias para criar uma experiência de compra que seja personalizada, ética e, acima de tudo, humana.

VillaUP

canva

FAÇA DOS SEUS

Sonhos

UM OBJETIVO

