

REVISTA DIGITAL INTERATIVA

VillaUP

pexels-cottonbro-5371683 (1).jpg

Edição 74 | 29 Abril à 05 Maio 2026

SUA VIAGEM VIGIADA

Novo Check in
do Governo Federal

GamesCom **19**
Supercarro elétrico **23**
Dança e Jazz **43**



03

AGENDA SEMANAL

Datas Comemorativas

04

ELEIÇÕES 2026

RegularizE ou tire seu título de eleitor até 06/05.

09

CICLISMO MAIS SEGURO

Traje com Airbag

14

EL NINO

El Niño se aproxima com chances de ser o mais forte

19

GAMESCOM LATAM

O Maior Evento de Games da América Latina

23

SUPERCARRO ELÉTRICO

promessa de desempenho e recarga ultrarrápida

28

QUE A FORÇA ESTEJA COM VOCÊ

o legado de star wars

33

EDITORIAL

34

SUPER MARIO GALAXY

a jornada pelo cinema

38

SUA VIAGEM VIGIADA

Novo check-in digital e como ele pode afetar seu passeio

43

A DANÇA E JAZZ EM FOCO

Celebre a arte do movimento e do ritmo

ÍNDICE

CONTÉÚDO

Expediente : Direção e Redação: Davison J. Rossatto – MTB n.º 72116

A Villa UP é uma publicação digital semanal e gratuita, focada em promover a reflexão sobre a convivência humana e o autoconhecimento, incentivando o desenvolvimento pessoal. Comprometida com valores de ética e transparência, a revista busca oferecer conteúdo relevante e enriquecedor, estimulando o pensamento crítico e o engajamento da comunidade.

As matérias assinadas são de responsabilidade exclusiva de seus autores e não refletem, necessariamente, a opinião da revista. Todos os direitos são reservados, sendo proibidas as alterações e a reprodução total ou parcial sem a devida autorização do responsável pela revista.

As matérias podem ser produzidas por IA.

Agenda Semanal Comemorativa

29
QUA Dia Internacional da Dança
Dia em Memória de todas as Vítimas de Armas Químicas

30
QUI Dia **Nacional** da Mulher
Dia do Ferroviário
Dia Internacional do Jazz

01
SEX **Feriado Nacional**
Dia do Trabalho
Dia da Literatura Brasileira

02
SÁB Dia Nacional de Combate ao Assédio Moral
Dia Mundial do Atum

03
DOM Dia Internacional da Liberdade de Imprensa
Dia do Parlamento
Dia do Sertanejo
Dia do Pau-Brasil
Dia Nacional do ex-Combatente
(Primeiro domingo de Maio)

04
SEG Dia do Taquígrafo
Dia do Calculista Estrutural
Dia de Star Wars

05
TER Dia do Campo
Dia da Língua Portuguesa
Dia Nacional do Líder Comunitário
Dia Nacional das Comunicações
Dia Nacional do Expedicionário
Dia do Marechal Rondon
Dia Nacional sobre o Uso Racional de Medicamentos
Dia Mundial de Higienização das Mãos
Dia Internacional da Parteira
Dia Mundial de Combate à Asma
(Primeira terça feira de Maio)

**JUSTIÇA
ELEITORAL**



ELEIÇÕES 2026

**REGULARIZE OU
TIRE SEU TÍTULO
DE ELEITOR ATÉ
06/05.**

**CABINA DE
VOTAÇÃO**

O prazo para regularizar o título de eleitor e cadastrar a biometria termina no dia 6 de maio de 2026. Até essa data, eleitores podem tirar o primeiro título, atualizar dados pessoais, transferir o domicílio eleitoral e quitar débitos com a Justiça Eleitoral. Após essa data, o cadastro será fechado para a organização das eleições.

Nas Eleições de 2026, que ocorrerão no 1º turno em 4 de outubro, serão escolhidos os seguintes cargos:

- **Presidente da República:**
- **Governadores e Vice-Governadores:**
- **Senadores:**
- **Deputados Federais:**
- **Deputados Estaduais/Distritais:**

Somente para o senado estaremos escolhendo 2 candidatos.

Caso nenhum candidato a presidente ou governador obtenha maioria absoluta no 1º turno, um 2º turno ocorrerá em 25 de outubro.

Para regularizar ou tirar o título, é necessário apresentar:

- **Documento de identificação com foto (RG, CNH, Passaporte)**
- **Comprovante de residência (conta de luz, água ou telefone)**
- **Certificado de quitação militar (para homens que completam 19 anos em 2026)**

Lembre-se de que a coleta biométrica é obrigatória para quem vai tirar o primeiro título ou atualizar a biometria após 10 anos. O prazo para completar a coleta será também até 6 de maio.

Não deixe para última hora. Regularize seu título para garantir seu direito de voto e participar da escolha dos futuros governantes do Brasil.



zbrarara

A nova cartilha já está disponível...

JA ESTÁ DISPONÍVEL!

Cartilha gratuita para baixar no site

SED na escola: adaptações e inclusão no dia a dia

Um guia prático para professores e escolas entenderem e apoiarem crianças com Síndrome de Ehlers-Danlos.



Informação clara e baseada em evidências



Dicas práticas para o dia a dia escolar



Mais inclusão, compreensão e acolhimento



Download gratuito em nosso site



BAIXE GRÁTIS NO SITE!



www.zbrarara.com.br





Dia Nacional sobre o Uso Racional de Medicamentos

Celebrado em 5 de maio, visa conscientizar sobre os riscos da automedicação e promover o consumo seguro de fármacos.

A data alerta para perigos como intoxicações, resistência bacteriana e efeitos colaterais graves, incentivando a consulta a profissionais de saúde.



CICLISMO MAIS SEGURO

Traje com Airbag

Inovação no esporte promete
proteção sem perder
desempenho

A segurança dos ciclistas profissionais acaba de ganhar um grande aliado. A marca francesa Van Rysel anunciou o lançamento de um traje inovador com airbag integrado, projetado para proteger atletas durante quedas. A tecnologia tem como objetivo minimizar os impactos em regiões vulneráveis do corpo, como coluna, pescoço e tórax, sem comprometer o desempenho aerodinâmico necessário no circuito competitivo.

Assim como nas corridas de carros, onde a segurança dos pilotos evoluiu significativamente com o uso de trajes e sistemas de proteção, o ciclismo profissional também está adotando tecnologias para garantir a proteção dos atletas. O sistema de airbag funciona de maneira automatizada: ao detectar movimentos atípicos durante a pedalada, como perda súbita de estabilidade, o dispositivo infla em apenas 60 milissegundos, o tempo crítico para evitar lesões graves. Sensores inerciais e algoritmos analisam os dados em tempo real, permitindo que o traje seja acionado antes mesmo da queda completa.

Esse mecanismo se baseia em mais de 450 milhões de quilômetros de dados coletados para treinar o sistema, proporcionando maior precisão na detecção de riscos.

Diferente de outros equipamentos de segurança, o traje com airbag é integrado ao uniforme, o que permite que ciclistas de alto nível não precisem abrir mão de desempenho aerodinâmico e ventilação. A Van Rysel afirma que o uso de airbag não afeta o peso do traje, um desafio tradicional no ciclismo de alta performance, onde a adição de qualquer equipamento extra é geralmente rejeitada.

Com dados que indicam uma taxa de 20% de lesões por temporada no ciclismo profissional, a tecnologia promete uma revolução na proteção dos atletas. O traje está em fase de testes finais com ciclistas, e sua adoção dependerá dos resultados em competições oficiais.

A inovação visa não só proteger, mas também salvar vidas nas disputas de alto risco do ciclismo competitivo.



GESSATO

— HOME DECOR —



FORRO E SANCAS



DIVISÓRIAS EM DRYWALL



DECORAÇÕES



GERENCIAMENTO DE OBRAS

SOLUÇÕES INTELIGENTES!

- Planejamento Detalhado
- Materiais de Alta Qualidade
- Mão de Obra Especializada
- Garantia de Acabamento

→ ideal



SOLICITEI SEU ORÇAMENTO
19 991442421

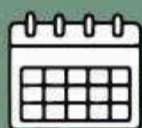
 GESSATOHOMEDECOR

Reserve já!



CONHEÇA MONTE SIÃO

*reconhecida como a Capital Nacional
do Tricô e um grande polo de produção
de porcelana azul e branca*



16/05

R\$ 150,00

SEGATUR PASSEIOS



9 9371-0263



SEGATUR
Passeios

6^º DESAFIO DA INDEPENDÊNCIA

SAVE The Date

Nova Odessa | SP

06-09-2026

El Niño: Intensidade Crescente

O fenômeno El Niño se aproxima com chances de ser o mais forte em anos

O fenômeno El Niño está se aproximando novamente, e as projeções indicam que ele pode ser ainda mais intenso do que o esperado. Recentemente, a temperatura no Pacífico Equatorial central atingiu 0,5°C acima da média, sinalizando que o El Niño pode se formar já em 2026. Embora os modelos climáticos ainda não possam prever com certeza a intensidade do fenômeno, há 25% de chances de ser um super El Niño – um dos mais fortes já registrados.

O super El Niño ocorre quando a temperatura do oceano supera os 2°C acima da média, um patamar raro que já foi alcançado apenas cinco vezes desde 1950. O intervalo entre esses episódios de forte intensidade está diminuindo, o que preocupa a comunidade científica. Entre os anos 1970 e 1990, os super El Niños ocorriam a cada 10 anos, mas agora, esse período caiu para cerca de 8 anos, e se o próximo realmente ultrapassar os 2°C, o intervalo pode ser inferior a 5 anos.

O El Niño ocorre quando o aquecimento da superfície do Pacífico acelera a evaporação e a formação de nuvens carregadas, gerando chuvas intensas no sul do Brasil e outros efeitos globais. Em 2023, o fenômeno resultou em enchentes devastadoras em estados como Rio Grande do Sul e Santa Catarina, aumentando a frequência de eventos hidrológicos como alagamentos e deslizamentos.

A Organização Meteorológica Mundial alertou que, com o El Niño de 2026, as temperaturas globais podem atingir novos recordes, agravando a crise climática. Meteorologistas apontam que a elevação das temperaturas do oceano vai intensificar desastres naturais, afetando diretamente a vida das populações ao redor do mundo. O ritmo acelerado do aquecimento nos preocupa e exige atenção urgente.



PROJETO ZBBRA RARA

Divulgação

A SUA VOZ É RARA E IMPORTANTE

≡ **SÍNDROME DE** ≡
EHLERS-DANLOS (SED)

**TRANSTORNO DO ESPECTRO
DA IMPERMEABILIDADE**

 @ZBRARARA



 **CONSCIENTIZAÇÃO | APOIO | VISIBILIDADE**

**FALAMOS SOBRE DESAFIOS,
FORÇA E CONEXÃO.**

**ÚNA-SE À NOSSA
JORNADA!**

WWW.ZBRARARA.COM.BR



CAMPANHA DO
agasalho
2026

**O inverno passa.
O carinho que você doa, fica.**

Arrecadação nos pontos autorizados,
de 22 de abril a 5 de junho.

LOCAIS DE ARRECADAÇÃO

Sua doação é mais que proteção contra o frio,
é o abraço de Nova Odessa para quem mais precisa.

- | | |
|---------------------------------|------------------------|
| ♥ Prefeitura de Nova Odessa | ♥ Biblioteca Municipal |
| ♥ Fundo Social de Solidariedade | ♥ Parque das Crianças |
| ♥ Secretaria de Educação | ♥ Coden |
| ♥ Secretaria de Saúde | ♥ C.T.V.P |
| ♥ Secretaria de Esportes | |

Doe apenas **peças limpas, secas e em bom estado de uso**. O que está em boas condições e não serve para você, aquece o próximo!



GAMESCOM LATAM

O Maior Evento de Games da América Latina

Divulgação

A Gamescom Latam 2026 promete ser o maior evento de games da América Latina, reunindo mais de 400 jogos, lançamentos exclusivos e experiências imersivas de 30 de abril a 3 de maio de 2026 no Distrito Anhembi, em São Paulo. Este evento se consolidou como o principal ponto de encontro para profissionais da indústria de jogos, criadores de conteúdo e fãs de diversas partes do mundo, promovendo um ambiente de entretenimento e negócios.

Entre os destaques da edição de 2026, o público poderá testar jogos inéditos, como o MARVEL Tōkon: Fighting Souls (com demo exclusiva), e explorar novas formas de combate em títulos como kungfupunk. O evento será dividido em áreas temáticas que proporcionam experiências únicas: Hero Zone para fantasias épicas, Open Zone para mundos abertos, Shadow Zone para o gênero terror e Neo Zone para o melhor da ficção científica.

Além disso, a Gamescom Latam contará com uma Arena de E-sports para competições de alto nível, encontros com influenciadores e criadores de conteúdo (em sessões de Meet & Greet) e uma área dedicada a Card Games, ampliando ainda mais as opções para os visitantes.

O evento também é uma oportunidade estratégica para o setor, com o Preview Day em 29 de abril, exclusivo para a indústria, além de áreas de negócios e a presença do BIG Festival, um dos maiores festivais de jogos independentes da região. Grandes nomes do mercado, como NVIDIA, também marcam presença, destacando o papel crescente da Gamescom Latam no fortalecimento do mercado de games na América Latina e na conexão de fãs com as últimas novidades tecnológicas.



TERRITÓRIO AMERICANA

QUALIFICAÇÃO PROFISSIONAL E INCENTIVO
À INOVAÇÃO NO SETOR CULTURAL E CRIATIVO

Venha participar e ter acesso a orientações
para atuação no setor

7 de maio (quinta-feira) ▀ 18h30

Auditório do CCL (Centro de Cultura e Lazer)
Avenida Brasil, 1.293 - Jardim São Paulo

INSCRIÇÕES GRATUITAS
WWW.AMERICANA.SP.GOV.BR

Uma iniciativa do Governo de São Paulo voltada a artistas, produtores culturais e população em geral, interessados em atuar no setor criativo, como maquiadores, cabeleireiros, costureiros, entre outras profissões.

É no dia 7 de maio (quinta-feira), às 18h30, no Auditório do CCL (Centro de Cultura e Lazer): Avenida Brasil, nº 1.293.

O formulário para inscrições está no site da Prefeitura:
www.americana.sp.gov.br

A classificação indicativa é de 16 anos.

Saiba mais sobre as iniciativas do CULTSP PRO
Escolas de Profissionais da Cultura em @cultspbro

Supercarro Elétrico



**Novo modelo
da BYD
promete
desempenho e
recarga
ultrarrápida**

O Salão Internacional do Automóvel de Pequim 2026 (Auto China 2026) acontece de 24 de abril a 3 de maio no China International Exhibition Center. O evento apresenta inovações em mobilidade elétrica e novos modelos que estarão no Brasil.

Entre os destaques, a BYD apresentou o supercarro elétrico Denza Z, mais rápido que modelos de luxo como a Ferrari, com previsão de chegada ao Brasil em 2026. A marca também confirmou o desenvolvimento do Dolphin híbrido e a produção do SUV Song Pro híbrido flex na Bahia.



A GWM (Great Wall Motor) trouxe o SUV Wey G9 de 6 lugares e o Tank 300 híbrido plug-in flex, que já está à venda no Brasil por R\$ 342 mil. A marca também revelou o Ora 05, modelo elétrico compacto, ampliando sua presença no mercado brasileiro.



TANK 300 - Divulgação

A IM Motors (SAIC) anunciou sua chegada ao Brasil em 2026, e a Caoa Changan revelou novos SUVs focados em tecnologia e performance.

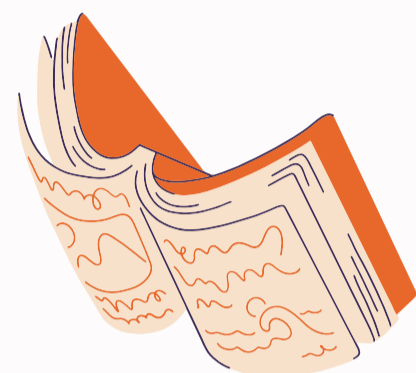
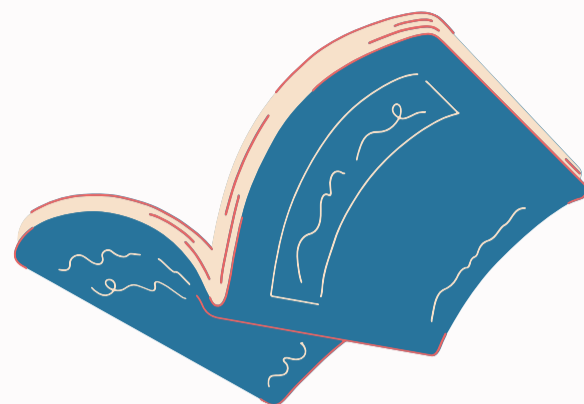
Outras marcas também marcaram presença: a Peugeot apresentou dois carros-conceito com visão de eletrificação, a Volkswagen introduziu um novo sistema híbrido pleno, e a Nissan anunciou o NX8, um SUV de luxo com autonomia de até 1.450 km.

A Jetour mostrou o G700, um híbrido plug-in de 761 cv, focado em desempenho.

Com a China batendo recordes de produção e a crescente exportação, o Brasil se torna um mercado chave para essas montadoras, que estão investindo pesado em novos modelos e tecnologias para o país.

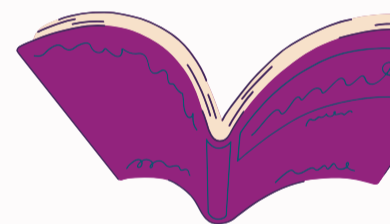


BYD - Divulgação



01 DE MAIO

Dia da Literatura Brasileira



Celebração da literatura
nacional e dos seus escritores!



QUE A FORÇA ESTEJA COM VOCÊ

O legado de Star Wars

O Dia do Star Wars, celebrado no 4 de maio, é uma data especial para os fãs da saga criada por George Lucas. A escolha do dia é um jogo de palavras com a famosa frase da franquia: "**May the Force be with you**" (Que a Força esteja com você), que se pronuncia de forma semelhante a "May the Fourth" (4 de maio, em inglês).

Desde o lançamento do primeiro filme em 1977, Star Wars não apenas se tornou um dos maiores fenômenos da cultura pop, mas também ajudou a moldar a indústria cinematográfica, com efeitos especiais inovadores, trilha sonora épica e um universo que cativa gerações. A saga de Luke Skywalker, Darth Vader, Leia Organa e outros personagens imortais conquistou milhões de fãs ao redor do mundo e deu origem a uma vasta gama de filmes, séries, livros, quadrinhos e produtos.

O Dia do Star Wars se tornou uma celebração global, com fãs organizando eventos, maratonas de filmes, cosplay e discussões sobre o legado da franquia. Redes sociais e plataformas de streaming se tornam pontos de encontro para discussões sobre os detalhes mais profundos da série e teorias sobre o futuro da saga, incluindo os novos projetos da Disney, como as produções do universo expandido de *The Mandalorian*, *Ahsoka* e *Andor*.

Além de sua influência no cinema, a saga Star Wars também marcou profundamente a cultura geek e nerd, com referências sendo feitas em praticamente todos os cantos da cultura popular, de memes a influências em outros filmes e séries. Para os fãs, o Dia do Star Wars é mais do que uma data: é um momento de conexão, celebração e reflexão sobre o impacto duradouro dessa icônica franquia.

A COR DA **GEMA**

passa informações sobre a alimentação da galinha, e reflete diretamente na qualidade do ovo!

GEMA

AMARELA CLARA

Alimentação: Ração simples, com menor diversidade de nutrientes.

Produção: Geralmente mais industrial.



GEMA

AMARELA INTENSA

Alimentação: Ração equilibrada com fontes naturais.

Produção: Semi-natural.



GEMA

LARANJA FORTE

Alimentação: Natural, com capim, insetos e restos vegetais. Rica em carotenoides.

Produção: Ovo mais nutritivo e valorizado



Incorporar ovos na alimentação diária é uma excelente escolha para a saúde, pois são fontes ricas de nutrientes essenciais para o nosso bem-estar

VillaUP

REVISTA DIGITAL

SEMANAL E GRATUITA



Estamos só começando!

VillaUP
VillaUP
VillaUP

VillaUP
VillaUP
VillaUP

VillaUP
VillaUP
VillaUP

VillaUP
VillaUP
VillaUP

Reafirmamos nosso compromisso com a liberdade de expressão e com a missão de levar aos nossos leitores não apenas conteúdos informativos, mas também fontes de reflexão e aprendizado. Em um mundo em que a informação está ao alcance de todos, acreditamos que o valor está em entender, questionar e discutir os temas que nos cercam, sempre com base na verdade e no respeito. Cada página da revista é uma oportunidade de ampliar horizontes, explorar diferentes perspectivas e, acima de tudo, oferecer um conteúdo que ajude a formar cidadãos mais conscientes e críticos. Nosso objetivo é entregar mais do que fatos: queremos proporcionar uma verdadeira compreensão dos eventos e das ideias que moldam o nosso tempo. A Villa UP é para aqueles que buscam mais do que informações passageiras, é para quem deseja se aprofundar, se desenvolver e contribuir para um mundo mais justo e informado.

Boa leitura!

SUPER MARIO GALAXY

Uma Nova Jornada
no Cinema



A continuação de "Super Mario Bros." (2023), "Super Mario Galaxy: O Filme", promete expandir o universo do famoso encanador com visuais ainda mais impressionantes, graças ao estúdio Illumination, responsável pelos "Minions". O filme leva os irmãos Mario e Luigi, juntamente com a princesa Peach, a uma missão cósmica para enfrentar um novo e misterioso inimigo. A história segue o estilo clássico dos jogos, misturando ação, aventura e momentos de diversão, com o objetivo de agradar tanto aos novos fãs quanto àqueles que cresceram com a franquia.

Ao contrário de seu antecessor, que apostou em uma série de referências aos jogos, "Super Mario Galaxy" busca uma narrativa mais coesa, com começo, meio e fim claros. No entanto, a ênfase na história e nos personagens deixa de lado o ritmo frenético e a nostalgia, que marcaram o primeiro filme, deixando alguns fãs da franquia com a sensação de que faltou um pouco mais de "diversão pura".

Apesar disso, o filme segue fiel ao seu público-alvo – crianças e famílias – com uma animação colorida e dinâmica. Para os fãs mais exigentes, a falta de momentos mais intensos pode ser sentida, mas a riqueza do universo de Mario, com suas referências e personagens icônicos, garante a diversão e o entretenimento para diferentes gerações.

"Super Mario Galaxy: O Filme" pode não ter a mesma energia descomplicada de seu predecessor, mas certamente cumprirá seu papel em expandir o legado de um dos maiores ícones dos videogames para o cinema, deixando uma base sólida para os próximos capítulos dessa jornada

Embora a Nintendo tenha brincado com a ideia ao longo dos anos, o "nome completo" do personagem é amplamente considerado como Mario Mario e Luigi Mario

03 de MAIO

Dia Mundial da Liberdade de Imprensa



O Dia Mundial da Liberdade de Imprensa é celebrado em 3 de maio, instituído pela ONU para defender a independência da mídia e homenagear jornalistas.

No Brasil, o Dia Nacional da Liberdade de Imprensa é comemorado em 7 de junho, marcando o manifesto de 1977 contra a censura.

Matéria de Capa

pexels-cottonbro-5371683 (1).jpg

SUA VIAGEM VIGIADA

**Novo check-in
digital e como ele
pode afetar seu
passeio**

Com a chegada das novas exigências do check-in digital em hotéis e outros meios de hospedagem, o processo de viagem no Brasil passou por uma transformação significativa. Desde 20 de abril de 2026, todos os estabelecimentos, incluindo hotéis, pousadas, resorts e até empresas de turismo de pequeno porte, são obrigados a adotar a Ficha Nacional de Registro de Hóspedes (FNRH) em formato digital. Antes, o procedimento de check-in exigia o preenchimento manual das fichas de registro, muitas vezes feito nas próprias plataformas dos meios de hospedagem ou por sistemas variados de empresas de turismo. Agora, o processo se tornou centralizado e digital, integrado ao Gov.br.

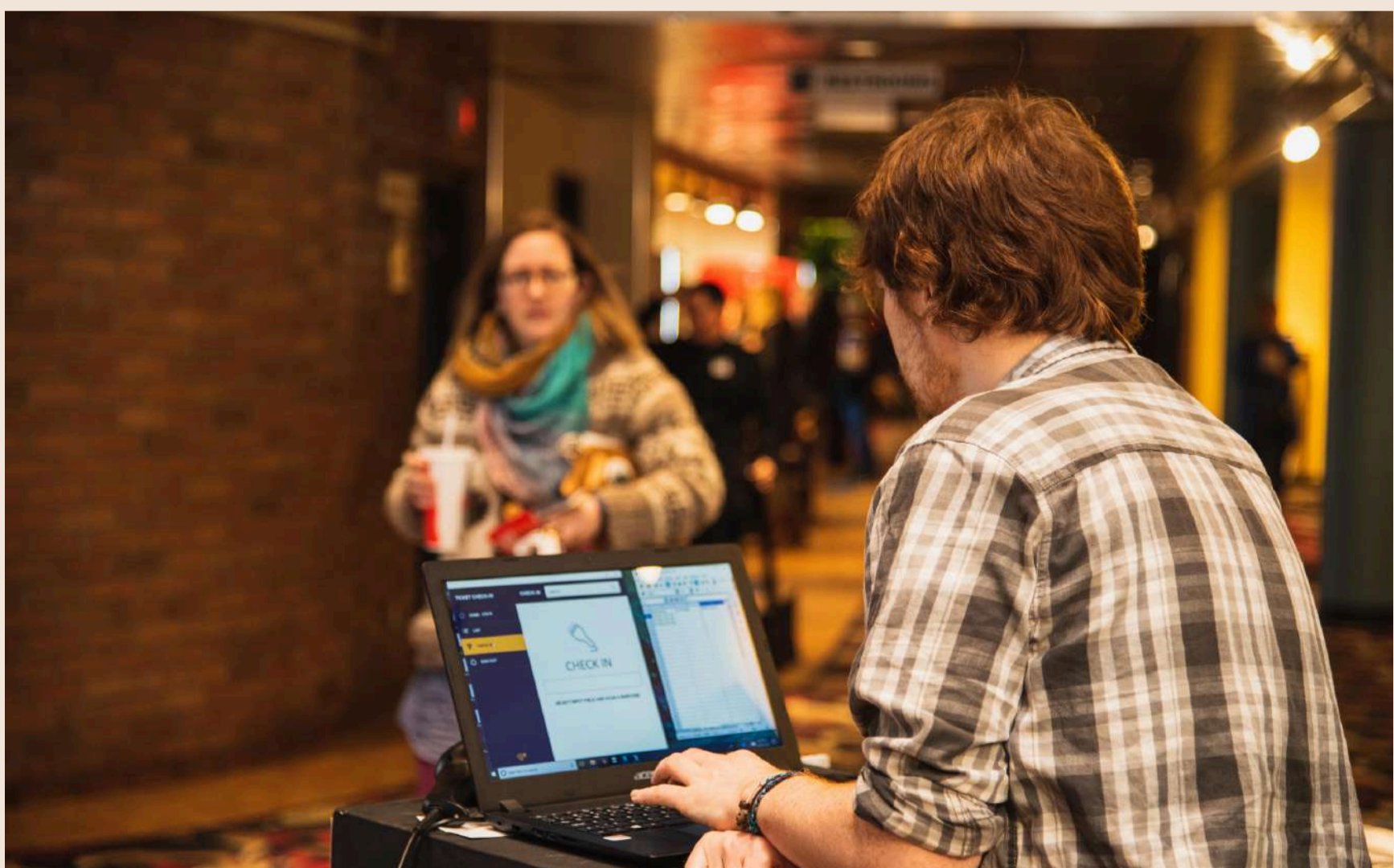
O objetivo do Governo Federal com essa mudança é simplificar e agilizar o processo de check-in, permitindo que os hóspedes registrem seus dados antes de chegar ao hotel. Isso reduz filas e facilita o atendimento, especialmente em períodos de alta demanda. Contudo, a exigência de utilizar a conta Gov.br

para realizar o cadastro tem gerado desconforto, principalmente entre aqueles com dificuldades em lidar com a tecnologia, como idosos e pessoas menos familiarizadas com plataformas digitais. Além disso, muitos se preocupam com a privacidade e o uso de seus dados, temendo o monitoramento excessivo. Há receios sobre a segurança de serem rastreados por meio de informações sensíveis, com o governo tendo mais controle sobre os deslocamentos dos cidadãos, o que pode gerar um sentimento de vigilância constante.

Com a adoção obrigatória do novo sistema, os meios de hospedagem poderão sofrer ajustes nos custos operacionais, especialmente os pequenos estabelecimentos que precisarão investir em infraestrutura tecnológica para adaptar-se à plataforma digital. Isso pode resultar em aumentos nas tarifas, o que pode impactar diretamente o bolso dos turistas. Embora a modernização seja necessária, é importante que o governo forneça suporte técnico e treinamento para

para garantir que todos os estabelecimentos, independentemente do porte, consigam se adaptar sem repassar custos elevados aos clientes.

As férias desempenham um papel essencial na saúde mental. Viajar oferece não apenas um descanso físico, mas também uma pausa emocional que pode ser fundamental para reduzir o estresse, a ansiedade e até melhorar o humor. No entanto, ao transformar o check-in em um processo mais complexo e com exigências tecnológicas, o risco é que a experiência de viagem se torne mais uma fonte de frustração e desconforto.



A intenção do check-in digital é tornar o processo mais rápido e eficiente, mas, para isso, é fundamental que as mudanças não excluam ou causem transtornos, principalmente para os grupos mais vulneráveis, como idosos ou aqueles com baixa familiaridade com tecnologia.

A adaptação dos viajantes e a infraestrutura oferecida pelos estabelecimentos será crucial para garantir que todos possam viajar com mais comodidade e segurança, e é obrigação do Governo Federal garantir a segurança dos dados pessoais durante todo o processo.

A Dança e Jazz em Foco

**Celebre a arte do
movimento e do ritmo**

Muitos de nós já reviveram os passinhos do passado em festas de Flashback, onde os clássicos da discoteca e do rock dos anos 80 e 90 dominam as pistas de dança. Esses eventos não só nos conectam com nossa memória afetiva, mas também proporcionam uma maneira divertida e saudável de nos expressarmos. O Flashback é apenas uma das muitas formas de dança que fazem parte da nossa rotina e cultura, que vai desde o samba no Brasil até a dança moderna, o ballet, e o hip-hop. Cada estilo tem seu próprio ritmo e energia, mas todos oferecem os mesmos benefícios: ajudam na saúde física, aumentam a autoestima e fortalecem a socialização. O dia Internacional da dança é celebrado no dia 29 de Abril.

A dança é uma forma de expressão que pode acontecer de várias maneiras: sozinha, em grupo, ou colada com o parceiro. Existem estilos como o forró e a salsa, que exigem mais proximidade e sintonia entre os

dançarinos, criando uma conexão especial e íntima ao ritmo da música. Essa troca energética é um dos aspectos mais fascinantes da dança, que traz ao público a chance de se expressar de forma única, seja nos passinhos animados do Flashback, no romantismo do tango ou na intensidade do hip-hop. Cada cultura tem suas próprias danças que representam identidade e tradição, mas o que todas têm em comum é a capacidade de nos conectar com os outros e com nós mesmos.

Por falar em movimento, no dia 30 de abril, celebramos o Dia Internacional do Jazz, um gênero musical que, assim como a dança, tem o poder de conectar culturas e gerar expressão livre. O jazz, nascido nas comunidades afrodescendentes dos Estados Unidos, revolucionou a música mundial com sua ênfase no improviso e na liberdade criativa.

Assim como na dança, o som do jazz também é uma excelente base para movimentos. O swing e a cadência do jazz inspiram danças como o lindy hop, que é caracterizado por seus passos rápidos e fluidos, e outras modalidades que permitem ao dançarino se expressar livremente ao som da música.



Tanto a dança quanto o jazz são formas artísticas que celebram a liberdade de expressão e a conexão humana. Ao celebrar esses dias, temos a chance de refletir sobre o impacto positivo dessas práticas na nossa saúde mental e física, além de nos lembrarmos da importância de nos mantermos em movimento — seja ao som dos clássicos do Flashback ou ao ritmo envolvente do jazz.



mohamedmatar-dance-2989824.jpg

boa semana



Lembrete:

Um passo de
cada vez rumo
ao extraordinário.

VillaUP

@revistavillaup