

O MARISCO

ISSN 2446-8843 Ano XVI Nº 236



Lá vem ele...

SARAPIÃO

um filme de Ivan Therra



REALIZAÇÃO

Casa da
Cultura
do Litoral





Escritos da Vó Menilde

2019

“Saudades... Será que alguém já entendeu esse sentimento que nos acompanha quando estamos separados dos nossos que amamos e também ela nos perturba em outros assuntos que pensamos ao longo de nossa vida: lugares que moramos filhos em casa, pequenos, jovens, é assunto sem fim. Quem nunca sentiu saudade que possa dar o endereço para todos os sofrendores desse sentimento ausente”.



**ESCRITÓRIO
CONTÁBIL**
ELZO RAMOS SILVEIRA

Av. Fausto Borba Prates, 4763 ☎ 51.3681.3195 email: elzosl@gmail.com

Valeu Vó Menilde!

Foi num dia desses caminhando pela praia que encontrei a minha amiga e vizinha Beth Mother. Ela me contou que sua mãe, a Vó Menilde, como carinhosamente era chamada por todos, tinha alguns escritos muito bonitos e que o amigo Luizinho da Élio Imóveis, teria sugerido que falasse comigo para ver da possibilidade de publicação dos textos, pois estes continham lindas mensagens e por certo muitas pessoas gostariam de ler.

Então pedi que a Beth mandasse os escritos para que a nossa equipe pudesse também conhecer. Quando vimos o conteúdo dos escritos da Vó Menilde nos apaixonamos de pronto, pois os textos eram suaves, carinhosos, repletos de experiências de vida, e principalmente passava aos leitores uma sensação de positividade e incentivo.

E foi assim que, às vésperas do Natal, na Edição nº216, de 23 de dezembro de 2017, publicamos a primeira coluna com os Escritos da Vó Menilde. Que trouxe uma linda mensagem de suas vivências e sentimentos natalinos. O retorno foi imediato, muitos dos nossos leitores escreveram para a nossa redação, dizendo que adoraram ler os Escritos da Vó Menilde que aquelas palavras acarinharam o coração e deixaram o dia muito mais feliz.

Estava formada uma parceria que durou por estes dois anos e que agora se perpetua no que já foi registrado, dos sentimentos, das experiências, das lindas mensagens de carinho e alegrias que a nossa Vó Menilde escreveu para todos nós enquanto esteve nos dando o privilégio da convivência.

Valeu Vó Menilde!

O MARISCO

Edição Digital - Ano XVI N° 236
30 de setembro de 2019 - I de Primavera
ISSN 2446-8843

O Marisco é uma ferramenta de eco comunicação comunitária da Casa da Cultura do Litoral
CNPJ: 03.671.776/0001-21

Inscrição Municipal N°008/06 - Inscrição Estadual Isento
Associação de Utilidade Pública - Lei N°1517/2007

Rua Caubi da Silveira, 286 - Casa da Mansarda
Cidreira - CEP: 95.595-000 - RS - Brasil

Os textos assinados são de responsabilidade de seus autores
Assinatura gratuita para associados e simpatizantes

Editor / Projeto Gráfico / Arte
Ivan Therra
Projeto Pedagógico
Lizzi Barbosa
Colunistas
Lizzi Barbosa
Wilson Menezes

Fotografias (nesta edição)
Capa: Ivan Therra
Jas Vasconcelos
Lizzi Barbosa
Pedro Gonçalves
Carmen Bürgel
Rafael Rocha

 www.omarisco.com.br



jornalomarisco@gmail.com

 [facebook /jornalomarisco](https://facebook.com/jornalomarisco)



[YouTube /jornalomarisco](https://youtube.com/jornalomarisco)



[/jornalomarisco](https://twitter.com/jornalomarisco)

 **51.99981.5593**

www.elioimoveis.com



Elío Imóveis
CRECI 0150

 **(51)999.931.180**





Tá na Rede!



Começam nesta sexta, dia 11, as filmagens do "Sarapião". Mais um filme com a marca do Marisco Cinevídeo produtora, feito pela nossa gente da beira. Participe das Filmagens!



É inaugurado o ECO PONTO de Cidreira! Na rua Padre Caruso Nº223. Agora nossa comunidade tem lugar certo para descartar os resíduos sólidos.

Bora jogar lixo no lixo!



Foi de muito trabalho e ótimos resultados o Dia Mundial de Limpeza das Praias aqui em Cidreira. Comunidade e instituições fazendo a parceira em favor da nossa natureza! Muito Bom!



O Comitê Gestor do Cultura Viva esteve reunido com a secretária da cultura de Estado para avaliar os novos métodos de trabalho.



O CTG Piaçito do Litoral sediou a 4ª Etapa do Circuito Regional de Danças Tradicionalistas da 23ª RT. Um evento muito bonito que trouxe cultura e alegria para a nossa praia.

CONSELHO TUTELAR

O nosso colunista Wilson Menezes, na qualidade de presidente do COMDICA, acompanhou o processo de votação dos conselheiros tutelares. Lista dos Eleitos: 1ºMalu 268. 2ºFábio 215 3ºNara 210 4ºNausa 172 e 5ºMartinez 132.

Eles fazem a Festa sem um dos maiores artistas do Pinhal e depois é o Camarão que tem M na cabeça...



Rasgou a Rede!



Quando a politicagem é maior do que a história, do que a cultura e do que a arte, então é hora de voltar, porque deu tudo errado.



Os contêineres foram pensados como paliativos, para que a nossa cidade não ficasse tão suja, enquanto se construíam os eco pontos. E funcionou. Alguns vereadores acharam irregularidades, e no lugar de arrumar o que estava errado, acabaram com os contêineres?! E a cidade voltou a ficar ainda mais suja?! Mas que pensamento é esse?

CPI

Os denunciastas estão mais interessados em atingir a imagem do prefeito do que com o dinheiro do contribuinte. Se há irregularidade esta deve ser investigada, responsabilizados os seus autores e restituídos os valores.

O Camarão



daí vem a branca de neve...
e vem o lobo mau...
e vem o capitão américa...

...e da nossa praia vem alguém?!



Cidrelar
móveis e eletrodomésticos



Eletrodomésticos - Móveis - Som
Imagem - Celular

☎3681.2176

Av. Giacomo Carniel, 347

Professora Pedagoga Mestra em Educação

Papo de Marisqueira com Lizzi Barbosa



A Educação e o Amor

Muito se ouve sobre amor e educação. Uns acham que professor tem que trabalhar por amor, outros que precisa amar ser professor. Tem, ainda, aqueles que pensam que amor, nada tem a ver com a educação. Um dos maiores pesadores da educação, também foi Mestre em falar de amor: Paulo Freire. Para ele “O amor é uma intercomunicação íntima de duas consciências que se respeitam. Cada um tem o outro como sujeito de seu amor. Não se trata de apropriar-se do outro”. Diante disso, é possível conceber a educação como um ato de amor. Não o amor romântico que foi inventado para aprisionar e insiste em ser justificativa para sacrifícios desumanos. O amor que compartilha e interliga dois olhares, o amor que liberta, que abre portas e que mais que mostrar caminhos, os cria.

Tenho pensado muito no que significa trabalhar com amor. Sou professora. Não tenho regalias, ganho mal, trabalho muito, atendo crianças em realidades que, mesmo nas minhas piores dificuldades, eu jamais pensei em ver ou sentir. Compro meu próprio material e também o material de muitos alunos. Também tenho perdido a voz, as vezes a sanidade e uma imensa falta de vontade me invade. Mas eu estou lá, todos os dias.

Brigo para sentar direito, para lavar o nariz, para colocar o casaco, para não bater no coleguinha e nem levar pra casa materiais que não lhes pertençam. Ensino a sentar e comer, no refeitório, a pedir licença e a dizer “boa tarde” para as Tias da Merenda, para o Tio que cuida o pátio e para todo o visitante. Ouço os problemas familiares; oriento nos relacionamentos precoces. Peço para que façam fila, quase imploro por silêncio. Mas nunca, em muitos anos de magistério, pedi amor, ou neguei amor. Amor é um elo sustentador da ação docente. Sempre aparece de forma gratuita, recíproca, espontânea. Sou uma professora banana, sem domínio de turma, sem pulso, molenga... tantos adjetivos descrevem minha incapacidade de manter meus alunos quietos, parados e silenciosos. Mas sei que sou amorosa e sou amada, mesmo sem entender muito bem como isso acontece. Isso faz valer a pena? Nem sempre, mas faço questão de ser a professora amada e bobalhona, que não dá conta de suas turmas, mas que dá espaço para florescimentos.

“Quem começa a entender o amor, a explicá-lo, a qualificá-lo e quantificá-lo, já não está amando”.

Paulo Freire.



**Livros Cristãos Grátis faça o seu pedido
impressos e-books ou audio books
www.bjnewlife.org**

Boizinho da Praia

Cidreira RS

Página

O MARISCO

5



Foi tudo simplesmente maravilhoso! Assim que o Mestre Ivan Therra definiu a sua participação, juntamente com toda a gurizada do Grupo de Cultura Popular Kikumbí, no Galpão Crioulo que foi gravado direto da 8ª Festa do Camarão de Cidreira. A apresentação levou para a gauchada de todo o estado o ritmo e o instrumental peculiar da região praieira gaúcha. Os tambores praieiros voaram!



Fica como destaque o empenho e o olhar qualificado e comprometido com a história da nossa gente e com a nossa cultura praieira, do secretário de Turismo, Fábio Santos, que juntamente com o diretor de Turismo Diego Costa, garantiram que a nossa cultura praieira fosse representada de modo magnífico e ganhasse vulto através das milhares de telas ligadas em todo o Brasil, para ver a grande Festa do Camarão, promovida em nossa cidade.

A gravação do Galpão Crioulo na 8ª festa do Camarão foi a melhor atração que aconteceu durante a festa. Simplesmente lotou todos os espaços disponíveis e ainda ficou gente de fora querendo entrar. Estava bonito demais ver a cultura praieira da nossa gente da beira sendo executada com muita alegria e cantada por uma platéia de milhares de pessoas. Nossa cidade fica sendo lembrada como o local onde as culturas são potencializadas, produzidas e mostradas como referência turístico cultural de nosso estado. Um grande evento!



ADVOCACIA

OAB/RS:35170

Viviane Siqueira da Silva

ASSESSORIA JURÍDICA

IMOBILIÁRIA - DOCUMENTAL - DECLARAÇÕES - CONTRATOS

Rua João Neves, 211 - ao lado da Prefeitura
Rua Jorge Moisés Gil - ao lado do Banrisul

51.3681.3177 / 51.99967.4042



Agafarma 
Sinta-se bem, sinta-se em casa.

tele entrega
3681.1725

Av. Mostardeiro, 3404

Página
6
0 MARÇO



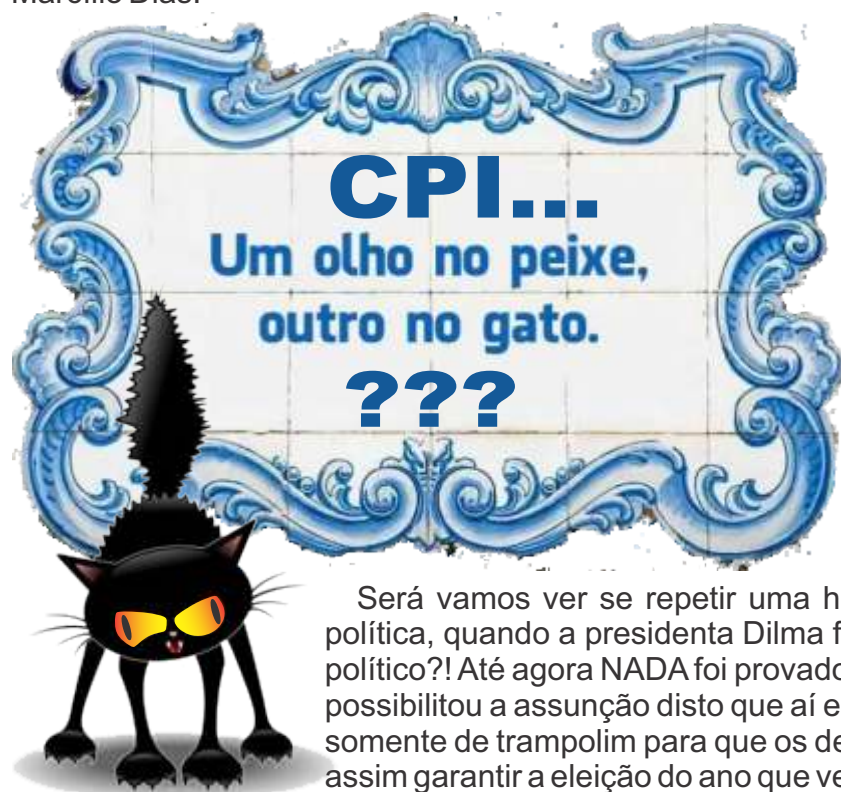
Instaladas as CPIs da SAÚDE e do MEIO AMBIENTE

Reunida em sessão específica para este fim a Câmara de Vereadores de Cidreira decidiu, por maioria simples, instalar as CPIs da Saúde e do Meio Ambiente. Os vereadores que votaram pela instalação e a favor da CPI da Saúde e do Meio Ambiente foram: Paulo Catarina, Milico, Edair, Jerry Adriani e Altair. Votaram contra a instalação das CPIs os vereadores: Carlão, Gugu, Gilmar e Sueli. Ainda foi solicitada a instalação da CPI da Educação, porém o vereador Edair, votou contra, dando maioria simples a negativa de instalação desta CPI.

A CPI da Saúde vai investigar pagamentos feitos a determinados médicos, além de licenças e horas suplementares. Os vereadores denunciistas defendem que foram feitos pagamentos irregulares para alguns médicos, trazendo prejuízos aos cofres públicos.

Na CPI do Meio Ambiente a denúncia é sobre irregularidades nos processos de contratação das empresas que alugam os banheiros químicos, usados nos eventos e principalmente disponibilizados durante o verão para os turistas, veranistas e visitantes de nossa praia. É investigada ainda as locações dos contêineres que serviram durante algum tempo como depósito para o recolhimento dos resíduos sólidos em nossa praia.

A CPI da Educação, que foi negada, dizia das contratações feitas para a restauração do ginásio da Escola Marcílio Dias.



O murmurinho em torno dessa assunto de CPI tá bem grande na cidade. Enquanto alguns poucos crédulos pensam que a CPI de fato está tão somente investigando o gasto irregular dos recursos públicos. Existe uma grande maioria que está vendo esta CPI como um modo de os vereadores denunciistas suarem a imagem do Prefeito Alex, visto que eles mesmo são os prováveis candidatos ao cargo máximo do executivo. Como o Prefeito Alex vem fazendo uma gestão que está agradando às comunidades, este seria um meio, um tanto quanto desleal, de colocar em dúvida o trabalho até agora realizado pela gestão Alex Contini e Beto do Litoral.

CPI E IMPEACHMENT DE NOVO?!

Será vamos ver se repetir uma história que aconteceu agora a pouco em nossa vida política, quando a presidenta Dilma foi afastada do cargo para que se cumprisse um golpe político?! Até agora NADA foi provado contra a presidenta, mas ela perdeu o cargo e o golpe possibilitou a assunção disto que aí está. O que está sendo falado é que esta CPI servirá tão somente de trampolim para que os denunciistas possam tirar o prefeito para tomar o poder e assim garantir a eleição do ano que vem.



 **9950.58036**

assessoria financeira e imobiliária
documentos, empréstimos consignados

Rua Jorge Moisés Gil 3058 sala 3 Cidreira RS



Comunidade apoia a gestão do Prefeito Alex

A comunidade de Cidreira lotou as dependências da Câmara de Vereadores para apoiar com palmas, cartazes e palavras de ordem a gestão do prefeito Alex Contini. Algumas pessoas declararam que estavam ali pois não concordavam com essa CPI, pois o prefeito estava fazendo muitas melhorias e a cidade está muito melhor do que estava a três anos. Muitos lembraram que alguns desses vereadores que agora denunciam irregularidades acharam normal as lixeiras que custaram mais de mil reais cada e agora querem discutir o salário dos médicos. Outros lembraram que a falta de médicos se deve as trapalhadas do governo federal que tirou o nosso médico cubano do programa Mais Médicos. Outros ainda disseram que é importante investigar e que se de fato houveram irregularidades que sejam responsabilizados os autores, mas não vêem necessidade alguma de afastamento ou impeachment do Prefeito Alex.



Estudantes da Escola Marcílio Dias resgatam feito histórico.

Por iniciativa dos estudantes da Escola Municipal Marcílio Dias a centelha crioula foi buscada de carroção, em alto estilo, no CTG Piaçito do Litoral e levada até a escola, onde os demais estudantes esperavam para fazer o acendimento da chama crioula, começando assim as festividades alusivas à Semana Farroupilha 2019. Este ato remonta ao movimento feito, também por estudantes, na época da Escola Estadual Júlio de Castilhos, entre eles o memorável Paixão Cortes. Este culminou com a criação do primeiro CTG da nossa história. Uma maravilha rever estudantes em movimento no RS.



A Cultura Praieira na UERGS

III Seminário Internacional de Educação a Uergs

A nossa gente da cultura, a convite do Professor Eduardo e da Professora Helena Sardagna, esteve participando do 3º Seminário Internacional de Educação da UERGS - Universidade do estado do RS. Apresentando os temas, ritmos e tambores praieiros, o Mestre Ivan Therra acompanhado da Mestra Lizzi Barbosa, do Contra Mestre Rogério Pulga e dos percussionistas praieiros Jas Vasconcelos e Grégory Caruccio. Na ocasião foi feita uma demonstração do auto folclórico do Boizinho da Praia, resgatado da memória popular da gente da beira.

As Berga da Dona Pequena



Olá Marisqueira.

Estamos naquela época de fim de inverno e chegada da primavera e com isso praticamos aquele exercício salutar chamado de lagartear. Os viventes ficam pelas quebradas se protegendo dos ventos frios vindos do sul e aproveitando o velho e bom sol. Ai não tem como deixar de saborear umas bergas pra modo de adquirir de forma simples a tal vitamina C, aquela que nos livra dos resfriados e afins. E falando em bergamotas, eu lembro de um caso acontecido aqui na nossa Cidreira que envolveu bergamotas e suas sementes. Pois lá pelos anos sessenta do século passado, a Rua do Arroio era a última rua antes dos cômodos aqui pelo centro. Nessa época, Cidreira ainda era um distrito de Osório e nossas ruas sequer tinham calçamento irregular. Ali onde hoje cruza a Gen. Osório pela atual Pedro Ribeiro da Silva, a antiga Arroio, havia o chalé de um baixinho e magrinho conhecido pela vizinhança como Seu Maninho e sua esposa Dona Pequena. Chegavam em novembro só iam embora lá pela segunda quinzena de março depois de Seu Maninho consumir pela temporada uns doze garrafões daquela canha azulzinha de Santo Antônio, já Dona Pequena, não bebia mas é necessário dizer que ela era só pequena no nome, pois pesava seguramente no mínimo uns cento e cinquenta quilos. Lá para as bandas do Nazaré, outra senhora que seguramente pesava mais que Dona Pequena, também veraneava de dezembro a março. Era Dona Miloca que tinha um chalé muito grande quase a beira mar. O chalé de Dona Miloca foi construído bem alto do chão e tinha uma grande e reforçada escadaria de madeira que dava acesso ao interior da casa por um espaçoso corredor que terminava num grande salão. Dona Pequena e Dona Miloca eram unha e carne, pois as duas não se desgrudavam e se visitavam diariamente e com isso era comum o fato de quando as duas se encontravam lá salão da casa de Dona Miloca, as madeiras do assoalho estalarem caso a concentração do peso das duas no local. Ambas promoviam encontros e chás de confraternização o que fez com que elas se tornassem muito populares entre veranistas e os poucos moradores aqui da região. Sucede que Dona Pequena teve que ir à porto Alegre para resolver uns problemas familiares e não sabia quantos dias ficaria na capital. Pois foi exatamente nesses dias que Dona Miloca teve um siricutico fatal sem que ninguém soubesse a razão, pois apesar da obesidade ela esbanjava saúde. E foi com muita tristeza que ao anoitecer do primeiro sábado de fevereiro daquele ano correu o óbito que Dona Miloca. Os familiares resolveram que o velório seria aqui em Cidreira na

casa que ela tanto amava e depois o corpo seria levado para Porto Alegre onde seria sepultado. Claro que foi um velório com a presença de muita gente que foram sendo acomodadas pelo grande salão. No corredor foram colocadas muitas cadeiras para que as pessoas que ali chegavam tivessem onde sentar enquanto passava a noite. Alguém preparou um café no capricho, e claro que alguns descobriram que havia um licor que foi prontamente liberado pelos familiares pra aquecer os presentes, já que fazia um friozinho trazido por um vento sul. Também bolachinhas e biscoitinhos ficaram a disposição dos presentes e não se sabe de onde apareceram umas bergamotas muito deliciosas que foram sendo distribuídas e consumidas para quem quisesse. Quando passou da meia noite, uma das tantas amigas da falecida lembrou da Dona Pequena. Foi uma epopéia para aviso chegar até Dona Pequena. Naqueles tempos não havia telefones por aqui, mas um veranista era rádio amador e conseguiu fazer um contato com um colega que se comprometeu ir até a casa de Dona Pequena em Porto Alegre levar a triste notícia. Ninguém sabe como mas era ainda madrugada quando surgiu no primeiros degraus da escadaria a Dona Pequena aos prantos e gritando em desespero o nome de Dona Miloca. Era uma gritaria de Miloca não pode ser, Miloca querida porque tu fizeste isso comigo, Miloca meu amor não me deixe pelo amor de Deus! Depois da escadaria o pessoal que estava pelo corredor tratou de dar espaço para que Dona Pequena pudesse passar. Ela então olhou para o fundo do corredor e avistou no centro do salão o caixão de Dona Miloca. Como um bólido arrancou a toda velocidade em direção ao caixão da amiga aos gritos de: Querida não me deixe! Querida não pode ser! Foi nesse momento que as sementes de bergamota fizeram a sua parte. Dona Pequena naquele embalo, pisou em algumas e deslizou seu pesado corpo feito uma bailarina em direção ao caixão da amiga. Caiu abraçada sobre a defunta e a concentração de peso num único lugar do assoalho ocasionou um colapso estrutural de todo salão fazendo com que ele e parte da casa afundasse em direção do porão levando todos que ali se encontravam juntamente com cristaleiras, castiçais, coroas de flores, etc. Em meio a confusão e muito pó a gritaria era geral. Mas a voz que mais se ouvia era a da Dona Pequena que desesperadamente gritava: Socorro! Tirem essa gorda de cima de mim! Miloca sua maldita, sai daqui! Eu sou o marisqueiro Wilson Freitas e se me permitirem vou estar no próximo Marisco contando mais casos de nossa Cidreira. Até lá marisqueiros e marisqueiras.



Brayam é Campeão Estadual



O atleta Brayam di Carvalho do Túnel Verde - Balneário Pinhal, filho da Bia e do Badá do Túnel, é o Grande Campeão Estadual de Salto em Distância.

O JERGS - Jogos Estudantis do Estado do Rio Grande do Sul, evento que reúne os melhores atletas de todas as escolas do Estado, ocorreu no CETE - Centro Estadual de Treinamento Esportivo em Porto Alegre, contando com a participação dos classificados de todas as regiões gaúchas.

Tendo como treinador o Professor Vagner Andrade da Escola Barão de Santo Ângelo, o atleta Brayam di Carvalho teve um desempenho brilhante, saltando incríveis 6,09 metros e conquistou a medalha de ouro do JERGS. Parabéns!

Página
O MARISCO
9



Pedro Luz Ferreira representa a 23ª RT

Pois o gaúcho que representa a 23ª RT no Tiro de Laço Comprido é o Pedro Luz Ferreira, filho da Bianca e do Xandi Braço de Pedra, e neto do Luli Luz. O guri de uma descendência bárbara da mais pura estirpe do gauchismo praieiro está classificado para representar a nossa 23ª RT - região Tradicionalista no FECARS - Evento que reúne os melhores de todas as categorias e modalidades do nosso Estado do Rio Grande do Sul.

Pedro Luz Ferreira aparece pedindo porta e metendo corda em grande estilo e espetacular precisão e trazendo ao peito o brasão do PTG Recanto da Amizade de Cidreira.

As expectativas são as melhores com o guri Pedro Luz Ferreira, laçador dos mais gaúchos!



Bombeiros de Cidreira

Programa Bombeiro Orienta

A partir de 14 de agosto de 2019, sempre às quarta feiras, no Quartel de Bombeiros de Cidreira, será feito o atendimento à proprietários ou responsáveis pelo uso de edificações, orientando como fazer o licenciamento de sua edificação junto ao Site do Corpo de Bombeiros Militar (CBMRS). Podendo assim o proprietário ou responsável fazer o cadastro do seu Plano Simplificado de Prevenção e Proteção Contra Incêndio (PSPCI) ou o Certificado de Licenciamento do Corpo de Bombeiros (CLCB).

apoio:



Imagem O MARISCO

Casa da
Cultura
do Litoral



Comercial Avenida

ferragem.enunes@terra.com.br

Av. Fausto Borba Prates, 3200

S51.3681.1500



Um momento mágico que reuniu no galpão do Ponto de cultura Flor da Areia muitas alegrias, boas energias, música da melhor qualidade, pessoas queridas, artes e artistas para comemorar os 6 anos de realizações do Projeto Dandô.

Dandô é uma corruptela do verbo andar, no linguajar dos pretos velhos.

(...)Ô dandei../ Olha o vento que brinca de dandar/ Ele vem pra levar as andorinhas/ E quem sabe a canção pra uma janela/ Saciar o ipê que se formou/ E roubar suas flores amarelas (...).



O circuito, idealizado pela cantora Kátia Teixeira, é desenvolvido e realizado por uma rede de diversos coletivos, mobilizadores locais, artistas, instituições, produtores culturais e afins. Promove uma verdadeira interação musical por todo o país, por meio do intercâmbio entre artistas de vários rincões, objetivando mostrar as diversas sonoridades regionais e gerar também novos públicos. Seguindo o exemplo deixado por Dercio Marques, o Dandô reúne cantadores e músicos de várias gerações, estilos, e culturas de diferentes lugares do Brasil. O circuito promove: encontros; trocas e reflexões sobre a música de forma coletiva e colaborativa; busca uma interação musical entre artistas e público; proporciona às pessoas o acesso à música de qualidade produzida fora da indústria cultural de massa, além de promover espaços de reflexão e formação a cada apresentação.

A iniciativa da comemoração dos 6 anos do Dandô, aqui no RS, foi da Mestra Giselle Frufrek, coordenadora do Dandô no Litoral Norte. O Mestre Ivan Therra, a Mestra Lizzi Barbosa e a percussionista Jas Vasconcelos receberam com uma cantoria praieira apresentando o Boizinho da Praia, o resgate de um auto folclórico que estava em desuso há mais de 60 anos. Léo Monassa apresentou sua arte diferenciada e em seguida a voz mágica da Beatriz Farias e o Tambor Congueiro do Marcelo Taynara, de Minas Gerais, o cristal das notas da viola do Valdir Verona de Caxias do Sul e a alegria e a energia boa de Cardo Peixoto de Pelotas fizeram voar os pensamentos deixando encantados os sentidos do nosso povo da beira, o galpão virou gigante para a recepção das artes e culturas populares do Brasil.



Caminhada, corrida ou andar de bicicleta o que é melhor?

Normalmente as pessoas ficam na dúvida sobre qual a melhor atividade física para sair do sedentarismo e ficar em forma. Primeiramente faz-se necessário definir claramente qual o objetivo com tal atividade, como por exemplo: perder peso, aliviar as dores articulares e musculares, controlar problemas no sistema músculo esquelético, interação. Enfim, há muitas metas a serem alcançadas, entretanto as mesmas só poderão ser traçadas pelo próprio praticante, iniciante ou não.

Fundamental não esquecer que o êxito só será alcançado com o próprio empenho da pessoa e não ocorre rapidamente, mas segue uma sequência visando um resultado positivo. Lembrar sempre que toda atividade física começa do mais simples para o mais complexo. Condicionamento físico se constrói com empenho e dedicação sem esquecer que acima de tudo deve-se preservar a saúde, sendo precavido, portanto antes de qualquer atividade física é prudente que o praticamente passe por uma avaliação médica a fim de detectar algum problema assintomático que possa por em risco sua vida. Manter o foco no objetivo desejado e por último, partir para prática.

Importante destacar que tanto a corrida quanto a caminhada ou o ciclismo, além de outras atividades promoverão o emagrecimento, o bem estar, a interação, ajudarão e manterão o equilíbrio físico e mental e ainda auxiliarão na coordenação motora, na atenção e na memória.

Há inúmeros benefícios psicológicos, sociais, biológicos e físicos com as atividades físicas, mas todos estão entrelaçados. Quando você decide se movimentar para emagrecer por exemplo, é importante pensar que não basta só sair por aí correndo, caminhando ou pedalando, mas sim ter em mente que a perda de peso está ligada a intensidade do exercício e a ingestão calórica, portanto é necessário refletir da seguinte forma:

Qual o fundamento de fazer um exercício extenuante e exagerar nos alimentos?

Será que os objetivos serão alcançados?

Pense nisso se não quiser ver seu treino se transformar em frustração e abandono, reavalie seus objetivos e escolha a atividade que seja mais prazerosa para você, ambas são atividades aeróbicas, portanto auxiliarão no emagrecimento e no bem estar.



Um Encontro da Cultura Praieira na UFRGS - Litoral Norte

Atendendo ao convite do Professor Felipe Comunello, coordenador do Departamento Interdisciplinar do Campus Litoral Norte, a nossa gente da cultura praieira foi ao campus para um encontro super agradável com os acadêmicos da universidade. Os alunos apresentaram um trabalho musicado comandado pelo excelente Pedrinho Guerra, compositor e músico laureado em vários festivais, expoente da nossa música nativista. As gurias do movimento negro também fizeram uma ótima apresentação de seus poemas e a finaleira ficou por conta dos nossos tambores praieiros. Mestre Ivan Terra contou da pesquisa realizada na memória popular e do resgate do auto folclórico do Boizinho da Praia, que estava em desuso há mais de 60 anos. Uma noite de boas trocas e vivências.



COMCultura define a data da Conferência Municipal de Cultura

O COMCultura - Conselho Municipal de Cultura de Cidreira se reuniu no Galpão do Ponto de Cultura Flor da Areia para tratar da realização da Conferência Municipal de Cultura de Cidreira. A reunião foi conduzida pelo presidente Caio Rodriguez, sendo secretariado pelo Wilson Freitas.

Ficou decidido que a Conferência de Cultura de Cidreira acontecerá no dia 23 de novembro, dentro das comemorações da Semana da Consciência Negra. O local ainda está sendo pleiteado pelo conselho, com forte tendência a acontecer na plenária da câmara de vereadores.

A Conferência Municipal de Cultura vai produzir o Plano Municipal de Cultura, um documento norteador das metas, ações e prioridades a serem realizadas, bem como as políticas públicas de cultura a serem adotadas pela administração pública em favor da nossa cultura da gente de Cidreira.

MAIS SAÚDE E QUALIDADE PARA TODA A FAMÍLIA

- TELE-ENTREGA
- CONDIÇÕES FACILITADAS
- ATENDIMENTO PERSONALIZADO

ENVIE SUA RECEITA PELO WHATSAPP E FAÇA UM ORÇAMENTO!

051 996573697 (51) 3684.1860

Fórmula da Praia

ABRILHIA DE MANEIRAS

VENHA NOS VISITAR!

Av. Emancipação, 745, Sala 06 - Tramandaí
frente ao estacionamento do supermercado Nacional.



Um dos melhores momentos da 8ª Festa do Camarão foi o “Cantos da Praia” um momento pensado pelo Secretário Fabio Santos e pelo diretor Diego Costa para a manifestação artística da nossa gente de Cidreira. É exatamente nestas ações que destaca-se o diferencial dos que tem compromisso com a história, com a cultura, com a gente da nossa



Encontro do Boizinho da Praia no Palco Cultural da 8ª Festa do Camarão. Nossa gente da cultura ensinando as batidas e levadas dos tambores praieiros, massacaia e repuxos. Uma aula de cultura praieira na festa da nossa cidade. Muito Bom!



cidade. Dos que demonstram toda a sua capacidade de realização ao garantir qualidade de espaço para que a nossa gente de Cidreira se manifeste de modo artístico cultural. É fortalecendo a nossa história, a nossa cultura e a nossa arte que estamos construindo novas bases para a produção turística de Cidreira.



No ArteCafé em Tramandaí, as cantorias da gente da beira e os tambores praieiros encantaram todos os sentimentos. O Tertúlias é um projeto da UFRGS Litoral Norte, coordenado pela Profa. Dra. Rejane Kalsing, que está aproximando os fazeres universitários do cotidiano da gente da beira. O convidado da edição foi o Mestre das Culturas Populares Ivan Therra que cantou a música da praia. A Mestre em Educação Lizzi Barbosa falou das vivências da gente da beira com a universidade e junto com a percussionista Jas Vasconcelos apresentaram as mágicas levadas dos tambores praieiros. Noite boa!



Pensar o turismo fortalecendo a cena cultural e mostrando as singularidades da nossa arte da beira da praia é ter um olhar qualificado, que consegue transpor o simples turismo de eventos e shows de verão. É fazer mais do que já foi feito e conquistar espaços de



destaque para a nossa cidade, fazendo-a verdadeiramente um destino turístico, com qualidades a serem mostradas e atrativos qualificados para que as pessoas queiram vir fazer turismo em Cidreira.