



Turismo



Cinco destinos nacionais que promovem bem-estar e contato com a natureza

Uma pesquisa divulgada pela consultoria Cap Amazon e pelo portal Mercado & Eventos, mostra que o momento atípico está impactando na forma como os turistas brasileiros pretendem viajar, após o fim da pandemia. O estudo, realizado com 400 agentes de viagem de São Paulo, Rio de Janeiro, Porto Alegre e Curitiba, revela que os destinos procurados deverão ser os destinos nacionais após o fim das restrições por conta da pandemia. Outro fator apontado por 55% dos entrevistados é uma retomada mais rápida nos destinos e serviços que proporcionem bem-estar e contato com a natureza. Especialistas afirmam que essa categoria de turismo oferece aos viajantes novas perspectivas, além de afetar positivamente a capacidade de lidar com o estresse, resolução de problemas e criatividade, aliando cuidados com o corpo e a mente.

Confira cinco destinos nacionais para conhecer, que promovem bem-estar e contato com a natureza:

Ekôa Park

Localizado em Morretes, no litoral do Paraná, o Ekôa Park já retomou suas atividades implementando medidas para garantir a segurança dos visitantes e colaboradores, durante a pandemia. O paraíso ecológico fica a uma hora de Curitiba e ocupa uma área de 238 hectares, localizado dentro da maior área contínua remanescente de Mata Atlântica, denominada Grande Reserva, com atividades destinadas a: Lazer, Entretenimento, Educação Ambiental e Desenvolvimento Profissional. Entre as atrações estão arborismo, tirolesa, trilhas com diferentes níveis de dificuldade, túnel sensorial pela mata, rapel e voo cativo de balão. O restaurante Oka Gastronomia, localizado no interior do parque, fez a transição do bufê para pratos a la carte e, lançou opções de cestas de piquenique para as famílias aproveitarem o ar livre.



Ekôa Park, localizado em Morretes (PR), retoma as atividades com experiências para todas as idades

Pantanal

Se o objetivo turístico for a imersão na fauna e na flora brasileira, um dos destinos mais procurados é o Pantanal. São mais de mil espécies entre peixes, aves, mamíferos e répteis. Além da popularidade no Brasil, o destino de turismo ecológico possui grande fama internacional, considerado como Patrimônio Natural Mundial pela Unesco. A melhor época para o turismo na região é entre os meses de julho e outubro, no período de seca, quando o clima é mais ameno. Neste período, a locomoção entre um ponto ao outro é mais fácil, além de ser ideal para observar animais. Nos safáris fotográficos é possível ver animais como: piranhas, onças-pintadas, jacarés-do-pantanal e sucuris. O acesso principal se dá pela cidade de Aquidauana, no Mato Grosso do Sul.

Estância do Lago

Para descansar o corpo e a mente, a Estância do Lago - Spa & Wellness é uma opção que deve ser incluída no roteiro. Localizada em Almirante Tamandaré, a 15 minutos da capital do Paraná, o local oferece múltiplas opções de métodos terapêuticos e estéticos, piscinas, e gastronomia saudável, cercadas da paisagem natural e do silêncio que não se encontra em

destinos mais agitados. Com o acompanhamento de uma equipe multidisciplinar, é possível optar por atividades de emagrecimento ou relaxamento, de acordo com a demanda de cada hóspede. Categorizado como "spa de verdade", o local prevê ainda a prática de atividades físicas ao ar livre, para somar os benefícios do esporte e do contato com a natureza.

Águas termais

Aquecida pelo calor da própria terra, pelo processo de geotermia, as águas termais brotam do solo com temperaturas maiores que a do corpo humano, reunindo grandes quantidades de minerais, como: potássio, selênio, cálcio, zinco, cloretos e magnésio. A presença dos sais minerais traz um efeito terapêutico às águas termais, relaxando os músculos e aliviando dores musculares. Além de hidratar a pele, as águas ajudam a tratar alergias e doenças cutâneas, estimulando a renovação da pele e promovendo o rejuvenescimento. As cidades de Caldas, São Bento e Rio Quente, em Goiás, são conhecidas pelas águas termais, com temperaturas que variam entre 26 e 50 graus.

Chapada Diamantina

Indicada para os fãs do ecoturismo e do turismo de aventura, a Chapada Diamantina reúne cachoeiras, diamedas de águas transparentes, grutas e trilhas, com destaque para as belezas naturais, cidades históricas e gastronomia rica. A Chapada ocupa grande parte do estado da Bahia, mas pode ser acessada, principalmente pela cidade de Lençóis. Entre os cartões postais mais famosos da região estão o Morro do Pai Inácio, localizado há 1.120 metros de altitude, proporcionando uma vista paradisíaca de toda a Chapada. Com mais de dezenas de quedas d'água, as mais populares são a Cachoeira do Buraco e a Cachoeira da Fumaça. Outra opção são os poços de água transparente, conhecidos pelo fenômeno da luz do Sol, que entra pelas frestas das grutas, atingindo a água em um lindo fascio de luz, característico da Chapada.

Foto: iStockphoto / Alexander David



Pantanal promove imersão na fauna brasileira

Foto: Vem pra Caxias Novas



Águas termais têm efeito terapêutico, com diversos benefícios para a pele



Videoteipe



Fotos: Divulgação

Na última segunda-feira (24), a ex-apresentadora de TV **XÊNIA BIERI**, 85 anos, morreu. A jornalista e atriz, de origem alemã, havia dois anos e faleceu após meses de internação em uma clínica particular na capital paulista, de acordo com a filha, Dani Barreto. Xênia foi batizada com o nome de Wilma Barreto, ela participou como atriz, de produções como: "Escrava do silêncio", "As professorinhas" e "O moço loiro", onde começou a carreira. A jornalista e apresentadora ficou conhecida nos anos 80 ao apresentar programas femininos em várias emissoras de TV, passou por várias emissoras ao longo da carreira, participou do programa "TV Mulher", entre 1981 e 1984, na TV Globo, o "Mulher 88", na antiga TV Manchete, "Xênia e você", na TV Bandeirantes, além do programa "Mulheres", da TV Gazeta, ao lado de Ione Borges. A pedido da própria Xênia o corpo será cremado, em cerimônia íntima, só com a presença de parentes. A causa da morte não foi revelada.



Na noite de segunda-feira (24), o jornalista **WASHINGTON NOVAES**, 86 anos, morreu, após passar por uma cirurgia para a retirada de um tumor no

intestino, em Aparecida de Goiânia, na Região Metropolitana da capital Goiana. Washington era referência em jornalismo ambiental, nesse setor, recebeu diversos prêmios, como: o Esso especial de Ecologia e Meio Ambiente (1992) e o Professor Azevedo Netto (2004). O jornalista foi responsável pela direção e roteiro da série documental "O desafio do lixo", que foi ao ar pela TV Cultura em 2001.



WILSON SIMONINHA se une a Péricles em regravação introspectiva de "Mais um Lamento", faixa do segundo disco do herdeiro de Simonal, intitulado "Sambalund Club", lançado em 2002 pela gravadora Trama. A releitura entra em rotação nas plataformas de streaming e lojas digitais, além de ganhar registro visual interpretado pela modelo Tatiana Trindade, disponibilizado no YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=XXAN0Q5-OYE>.

RIONEGRO E SOLIMÕES na última sexta-feira, dia 21 de agosto, divulgaram a música

"Refêm da Madrugada". O novo single ganha também clipe a ser divulgado na mesma data no canal oficial do YouTube da dupla. Por conta do atual momento em que estamos passando, a Festa do Peão de Barretos promove um evento virtual, que marca o mês que acontecerá o evento. A live "Barretos Pra Sempre" terá, no próximo sábado, dia 29 de agosto, o show de Gustavo Lima que receberá no palco montado na arena do Parque do Peão algumas duplas, entre elas Rionegro e Solimões. A live contará ainda com rodeio nos dias 29 e 30 de agosto, com a participação de grandes competidores. A transmissão do rodeio acontecerá pelo YouTube /festadopeao debarretos. Toda estrutura de palco e de rodeio já estão sendo montadas, respeitando todos os protocolos de segurança para prevenção do novo coronavírus.



COMO NÃO CAIR NOS BOATOS DE INTERNET

A notícia parece bizarra ou absurda? Então há uma boa chance de que não seja verdadeira.

Há páginas especializadas em inventar e divulgar boatos. É preciso evitá-las.

As vezes o título é distorcido só para chamar a atenção. Quando você vai ler, não é nada daquilo.

Use o bom senso, seja um pouco cético em relação ao que lê.

Confira a fonte da notícia. A fonte tem credibilidade? É reconhecida?

Leia a notícia completa.

Não caia no alarmismo.

Veja se não é notícia velha.

BOMBA! Notícias em tom alarmista não costumam ser verdadeiras!

Algumas notícias são verdadeiras, mas estão desatualizadas.

NÃO COMPARTILHE MENSAGENS DUVIDOSAS. SEJA SENSATO!

Guloseimas para Você

Frente fria pede sopa para esquentar

O inverno está aí e, com as temperaturas baixas o corpo precisa estar aquecido. Para ajudar a esquentar o corpo e o estômago, Ana Maria Braga separou 4 receitas de sopas muito rápidas e fáceis de fazer. Todas as receitas e muitas outras, estão disponíveis no site: anamariabraga.globo.com. A sugestão é sopa de abóbora com cenoura e também a opção fica por conta da sopa cremosa de mandioca.

calabresa em flocos para salpicar.

Modo de preparo: Em panela grande, aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho até dourarem levemente. Junte os demais ingredientes e deixe cozinhar até a abóbora e a cenoura ficarem macias e, ainda restando líquido suficiente para bater. Bata a mistura no liquidificador até homogeneizar e, se necessário, reaqueça. Sirva salpicada com pimenta calabresa e regada com 1 fio de azeite.

Sopa cremosa de mandioca

Nível fácil - preparo em 50 min. Rende 6 porções.

Ingredientes: 2 litros de água, 2 tabletes de caldo de carne, 500 g de mandioca descascada e cortada em pedacinhos, 2 tomates maduros sem sementes picadinhos, 5 colheres (sopa) de azeite de oliva, 2 cebolas médias picadas, 4 colheres (sopa) de cheiro-verde picado, 1 pimenta dedo-de-moça sem sementes picada, sal, 100 g de bacon cortado em cubinhos, 1 paio cortado em cubinhos (cerca de 150 g), 1 linguiça calabresa defumada cortada em cubinhos (cerca de 150 g), 5 dentes



Fotos: site Ana Maria Braga

de alto amassados, 250 g de coxão mole cozido com temperos e desfiado.

Modo de preparo: Junte a água com os tabletes de caldo de carne e a mandioca e leve ao fogo médio até levantar fervura. Cozinhe por cerca de 25 minutos, ou até a mandioca ficar macia. Deixe esfriar. Transfira o conteúdo da panela para o copo do liquidificador e bata até obter um creme. Reserve. Em uma tigela, misture o tomate com o azeite, metade da cebola, metade do cheiro-verde e a pimenta e tempere com sal a gosto. Reserve. Em panela grande, frite o bacon com o paio, a calabresa, o alho e a cebola restante por 15 minutos ou até dourarem. Adicione a mistura de tomate (reserve um pouco para decorar) e o coxão mole desfiado e misture bem. Acrescente o creme de mandioca reservado e cozinhe por cerca de 5 minutos, mexendo sempre, até aquecer bem. Salpique o cheiro-verde restante e sirva em seguida, decorada com o tomate temperado reservado.

