

# Curso gratuito oferece 1.000 vagas para mulheres negras empreendedoras na área de Gastronomia

A Escola de Negócios Empreende Aí lançou nova edição do curso gratuito Despertando o Empreendedor na Gastronomia. A iniciativa conta com apoio do Ministério da Cultura e vai oferecer 1.000 vagas presenciais para mulheres negras que queiram abrir ou fortalecer negócios no setor de alimentação na capital.

O curso tem 40 horas de duração, com aulas presenciais duas vezes por semana, em diferentes regiões da cidade, como Butantã, Vila Nova Cachoeirinha e centro. Podem participar mulheres negras que moram em São Paulo, com renda familiar de até quatro salários mínimos, que já tenham um negócio ou uma ideia para tirar do papel.

Para receber o certificado, é preciso ter pelo menos 75% de presença nas aulas. As inscrições são gratuitas

e devem ser feitas pelo site do projeto (<https://de.empreendeai.com.br/gastronomiasp/>), onde também estão disponíveis informações sobre conteúdo, datas e locais. O curso é realizado pela Empreende Aí com apoio do Ministério da Cultura, por meio da Lei de Incentivo à Cultura e tem patrocínio da Comgás, FTD Educação e Stone.

**Serviço:**

**Casa de Cultura do Butantã** - Av. Junta Mizumoto, 13 - Jardim Peri Peri  
Terças e quintas, das 13 às 18 horas

**Sebrae 24 de Maio** - Rua 24 de Maio, 32  
Segundas e quartas, das 8 às 13 horas

**CCJ Ruth Cardoso** - Av. Dep. Emílio Carlos, 3.641 - Vila Nova Cachoeirinha  
Quartas e sextas, das 9 às 14 horas

## LIVROS NOVOS

**MENOPAUSA, MUITO PRAZER** (Latitude). O livro propõe um novo olhar sobre essa fase da vida feminina, afastando a ideia de perda e desconforto para apresentar a menopausa como um período de transformação, autoconhecimento e qualidade de vida. Com linguagem acessível e embasamento científico, a obra da autora, Andréa Rufino, médica ginecologista, especialista em Sexologia Clínica, explica como as mudanças hormonais impactam o corpo, a mente, as emoções e a sexualidade, ajudando as leitoras a compreenderem melhor seus sintomas e necessidades. O livro aborda temas como: perimenopausa, terapias hormonais e não hormonais, saúde do sono, alimentação, prevenção de doenças cardiovasculares e ósseas, cuidados com o assoalho pélvico e bem-estar sexual. Ao destacar que grande parte das mulheres não recebe tratamento adequado, a publicação reforça a importância da informação, do acompanhamento médico



e da escuta do próprio corpo, defendendo a menopausa como um tempo de fortalecimento da saúde, ampliação do prazer e conquista de autonomia.

### LETROX

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

© Revistas COQUETEL

Considerando a dica ao lado do diagrama e seguindo as instruções de posicionamento das letras, você deve descobrir quais completam as casas em branco no final do quadro, para desvendar a palavra da resposta. Fique atento, pois há casos em que uma ou mais letras não constam no quadro e devem ser descobertas por dedução e/ou lógica. Letra branca em fundo preto significa que ela está certa e está na posição correta; letra preta em fundo cinza significa que a letra está certa, mas ela está na posição errada; letra preta em um fundo branco significa que a letra está errada e não faz parte da palavra.

**DICA:** Escutar

D	R	O	G	A
M	O	L	A	R
P	I	N	H	O
I	R	A	D	A
M	O	V	E	L

Q	W	E	R	T	Y	U	I	O	P
A	S	D	F	G	H	J	K	L	
Z	X	C	V	B	N	M			

Resposta: JUVIL

23

### PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

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

© Revistas COQUETEL

Filósofo marxista italiano, autor de "Cadernos do Cárcere"	Negro, Madeira e Solimões Carol Nakamura, atriz e bailarina	Problema no coração que leva à morte Dificuldade do deficiente auditivo	Encher totalmente (o teatro)
Rival do Peñarol, do Uruguai (fut.)	Sistema de TV analógico dos EUA	Em + outro (Gram.)	Ajusto o violão para tocar
Oposto de "off" (ing.) Enfadada; aborrecida	Respirar com dificuldade	Vitaminas lipossolúveis	Indícios seguidos pelo detetive
Argila rica em óxido de ferro	Provir; proceder (?) Pill, atriz	O prazer do "voyeur"	Comida saudável (ing.)
Letra símbolo do medicamento genérico	Sistema de freios antitratamento	Prefixo presente em "coautor"	
Empresa como a Warner Music			
Pequeno agrado dado em datas comemorativas			
Marcar com X			
Fernando Meirelles e Guel Arraes	Isaac Bardavid, ator e dublador		

BANCO 2/on. 3/ade — fit. 6/allison. 14/antonio gramsci.

57

### 10 DICAS PARA NÃO CAIR EM GOLPES FINANCEIROS

Federação Brasileira de Bancos preparou lista com medidas para população se proteger



- 1 cuidado com as suas senhas
- 2 cuidado com seu cartão
- 3 confira seu cartão após uma compra
- 4 ative autenticação de 2 fatores
- 5 atenção com ligações
- 6 nunca clique em links desconhecidos
- 7 cuidado em compras online
- 8 cuidado nas operações bancárias
- 9 não fotografe a tela do caixa eletrônico ao usá-lo
- 10 cuidado com o que compartilha nas redes sociais

fonte: Febraban (Federação Brasileira de Bancos)

#FaçaCoquetel  
Assine e receba no conforto da sua casa  
[www.coquetel.com.br](http://www.coquetel.com.br)

**Solução**

S	V	I	S	V	E	N	I	C	
O	C	B	R	I	O	C			
R	V	T	V	N	I	S	S	V	
I	L	I	E	O	M	I	W		
S	D	E	Z	T	V				
V	R	O	D	V	V	R	G		
R	V	N	V	W	E	G			
R	C	I	V	R	C	O			
R	V	F	E	V	S	I			
V	D	V	I	D	E	T	N	E	
I	V	A	S	N	O				
O	R	T	O	N	I				
T	V	N	O	I	C	V	N		
P	R								