

meon

TURISMO

Publicação do Grupo Meon de Comunicação

Junho 2020 • nº 21



CIRCUITO DA MANTIQUEIRA *OS SETE ENCANTOS DA SERRA PAULISTA*



e mais:
TAUBATÉ A CAPITAL
NACIONAL DA LITERATURA
INFANTIL



Circuito Turístico da RMVale



SICOOB CRESSEM

Há **35** anos, a melhor opção de crédito consignado para o servidor municipal.

Ligue agora mesmo:
12 3904 9555

sicoobcressem.com.br

A RMVALE TEM 39 CIDADES QUE VOCÊ NÃO PODE DEIXAR DE CONHECER



Praias no ranking Internacional



Serras com charme europeu



Trilhas exóticas



Gastronomia surpreendente



2,5 milhões de pessoas e culturas diferentes



www.meon.com.br/circuitoturisticoarmvale

Siga-nos:



@circuitoturisticoarmvale



O

meon
www.meon.com.br

vai com você!

Turismo pós-coronavírus

“O turismo pode ser uma plataforma para superar a pandemia. Ao reunir as pessoas, o turismo pode promover solidariedade e confiança – ingredientes cruciais para o avanço da cooperação global que é tão urgentemente necessária no momento.”, com as palavras, do secretário-geral da ONU, Antonio Guterres, começamos esta edição possível e determinante da **Meon Turismo**, sua revista de que dialoga com o melhor da RMVale em convergência com o turismo no Brasil e no mundo. O turista, este personagem tão importante de nossa economia, por enquanto continua em casa preparando suas próximas viagens. O setor está passo a passo retomando suas práticas, dentro do país, já no turismo internacional os principais destinos seguem fechados para os brasileiros. A pandemia do novo coronavírus deve impor perdas de até R\$ 161,3 bilhões ao setor turístico brasileiro no biênio 2020/2021, segundo um estudo da Fundação Getulio Vargas Projetos (FGV Projetos), obtido com exclusividade pelo Estadão/Broadcast. A estimativa é que o período de interrupção das atividades de turismo seja de cinco meses, contra uma projeção inicial que era de três meses. A partir de agora precisamos como nunca estimular o turismo doméstico recuperando a capacidade ociosa que estamos enfrentando desde o dia 24 de março. **Meon Turismo** preparou uma viagem pela Serra da Mantiqueira e todos os encantos e belezas deste patrimônio natural da RMVale. Você verá também os segredos do Pará, da confluência mais celebrada dos rios brasileiros e a cozinha tradicional da Paraíba. Fique conosco e em breve novas rotas.

Regina Laranjeira Baumann
Diretora-Executiva

EXPEDIENTE



Diretora Executiva
Regina Laranjeira Baumann

Editor Convidado
Fabrício Correia

Reportagem
Fabrício Correia e Vanessa Menezes

Colunistas
Fabrício Correia

Arte e Diagramação
Adriano Augusto

Departamento Comercial
Fabiana Domingos

Departamento Administrativo
Sabine Baumann e Pedro Alves

Circulação
Região Metropolitana do Vale do Paraíba e Litoral Norte de São Paulo e principais representantes do trade turístico nacional

Distribuição
Edson Amaral

Site: www.meonturismo.com.br
Diário da Metrópole LTDA
CNPJ 18.859.803/0001-61
Avenida São João, 2.375
Conj. 2009 a 2013 - Jardim das Colinas
Para anunciar: 12 3204-3333
Email: meonturismo@meon.com.br

A revista Meon Turismo é um produto do Grupo Meon de Comunicação

Tiragem auditada por:



ÍNDICE

08
Visitando Taubaté: A capital nacional da literatura infantil



18
Circuito da Mantiqueira: os sete encantos da serra paulista



50
Os encantos e belezas do Pará



36
Rubacão, o prato paraibano que encanta do Oiapoque ao Chuí



- 40 ART GALLERY** Edson Braga
- 42 HARMONIA** Weightless
- 44 ARQUIDECOR** O luxo do resort que abrigou a seleção alemã
- 46 LAND&SEA** Jay Jay: Buggy para caminhos irados
- 56 NEGÓCIOS E POLÍTICAS** São Paulo ganha cinema drive-in
- 58 NEGÓCIOS E POLÍTICAS** Governo do Rio prepara retomada

57
Turismo ferroviário começa a voltar aos trilhos



VISITANDO TAUBATÉ

A CAPITAL NACIONAL DA LITERATURA INFANTIL

Vanessa Menezes

O município fica a 130 km da capital e oferece uma diversidade de atrações com um riquíssimo acervo histórico-cultural. A cidade natal do famoso escritor infantil Monteiro Lobato, recebe o título de “Capital Nacional da Literatura Infantil” e abriga o museu histórico e pedagógico em homenagem à sua obra. Devido a grande presença de imigrantes italianos, que tanto contribuíram para o desenvolvimento da região, a cidade também é conhecida pela tradicional Festa Italiana.

A origem do nome Taubaté está ligada à denominação de uma tribo de índios guaianás que habitava uma região nas proximidades onde hoje é parcialmente as ruas Capitão Geraldo, Coronel João Afonso, travessa São José e Largo do Chafariz, por nome TABA-YBATÉ, que significa aldeia (taba) elevada (ybaté). ▶

ALTO DO CRISTO REDENTOR

Inaugurado na década de 50, o local é um dos cartões-postais da cidade, com uma belíssima vista panorâmica e ainda oferece aos visitantes uma Capela dedicada a Nossa Senhora da Paz.

Figureiro

CASA DO

É considerada uma das principais expressões culturais da cidade, com exposições de diversas obras. No espaço acontecem aulas da arte de esculpir para crianças e jovens da comunidade.



Fotos: Aniello de Vita

Distrito DE QUIRIRIM

O local é o principal representante da comunidade italiana no Vale do Paraíba, do final do século XIX. É no distrito que acontece a tradicional Festa Italiana, que apresenta os principais pratos da gastronomia da Itália. Em Quiririm ainda é possível visitar durante todo o ano diversas cantinas existentes.



HORTO

Municipal

Para quem gosta de natureza, o local é repleto de árvores, plantas e flores, além de um lago natural e um mini zoológico, que atrai crianças e adultos.

Fotos: Aniello de Vita



Catedral DE SÃO FRANCISCO DAS CHAGAS

A Catedral da cidade nasceu da primeira igreja construída no local, em taipa e pilão no ano de 1645. Reserva, atualmente, poucas características da arquitetura original devido a ampliação, mas ainda mantém alguns traços do estilo barroco paulista.

Fotos: Aniello de Vita



MUSEU Mazzaropi

No espaço, onde foi produzido a maioria dos filmes de Amácio Mazzaropi, fãs e curiosos podem conferir um acervo cinematográfico com 32 filmes do artista, além de fotos de situações vividas por ele.



Museu DE HISTÓRIA NATURAL

Passeio ideal para quem quer compreender a história do planeta Terra, por meio dos períodos geológicos. O local possui desde gigantes dinossauros, até mini insetos, e oferece ao visitante diversos objetos que retratam a evolução dos animais e do homem.

Fotos: Aniello de Vita



O complexo que abriga diversos museus e hemeroteca, é instalada em um antigo casarão da áurea época do café, e possui acervo com jornais brasileiros a partir do ano de 1861, além do MISTAU (Museu da Imagem e do Som) que resgata os arquivos iconográficos e sonoros da história da cidade.

DIVISÃO DE MUSEUS, PATRIMÔNIO E ARQUIVO HISTÓRICO MUNICIPAL DE Taubaté



MUSEU DA IMIGRAÇÃO Italiana

O espaço construído, entre 1897 e 1903, foi declarado de utilidade pública na década de 80 para manter a história da colonização italiana na região. O museu retrata a história da chegada dos italianos para substituição da mão de obra escrava.



Fotos: Aniello de Vita



SÍTIO DO PICAPAU Amarelo

O espaço está marcado na história da literatura do Brasil e funciona como museu histórico, folclórico e pedagógico, com exposição iconográfica da vida e obras de Monteiro Lobato, além de biblioteca e toda a obra literária do autor

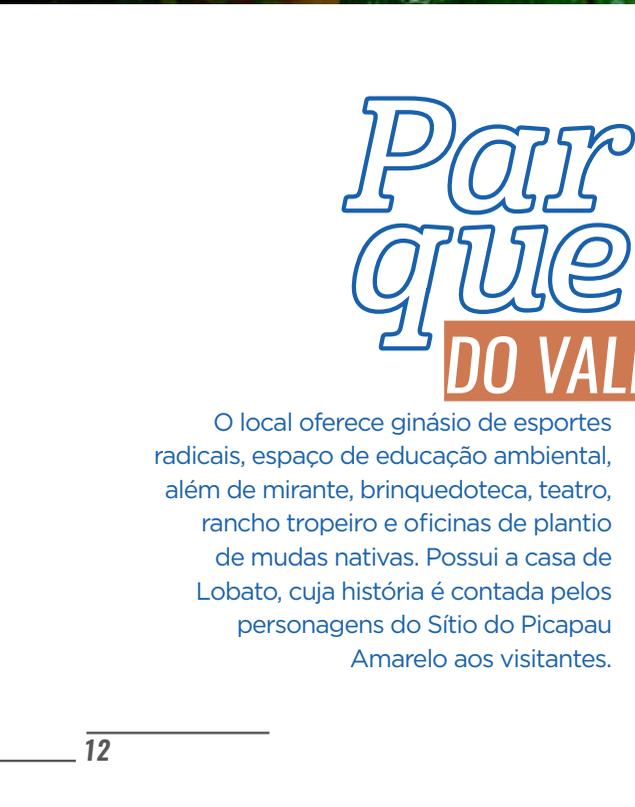


Santuário

E PRAÇA DE SANTA TEREZINHA

Construído para homenagear Santa Terezinha, o Santuário apresenta arquitetura em estilo neogótico. Também oferece aos visitantes o Relicário da Santa de Lisieux, com imagens confeccionadas na Espanha.

Fotos: Aniello de Vita



Parque DO VALE DO ITAIM

O local oferece ginásio de esportes radicais, espaço de educação ambiental, além de mirante, brinquedoteca, teatro, rancho tropeiro e oficinas de plantio de mudas nativas. Possui a casa de Lobato, cuja história é contada pelos personagens do Sítio do Picapau Amarelo aos visitantes.



Teatro METRÓPOLE

Inaugurado em 1921, o prédio mistura a arquitetura nouveau ao neoclassicismo. O local, era o Cine Metrópole, em 1939, e abriga atualmente, um belo espaço que é palco de vários eventos artísticos e culturais. ■



Aponte a câmera
do seu celular para a
imagem ao lado.
turismoilhabela.com

CALMA, VAI PASSAR. O MUNDO VAI MUDAR.

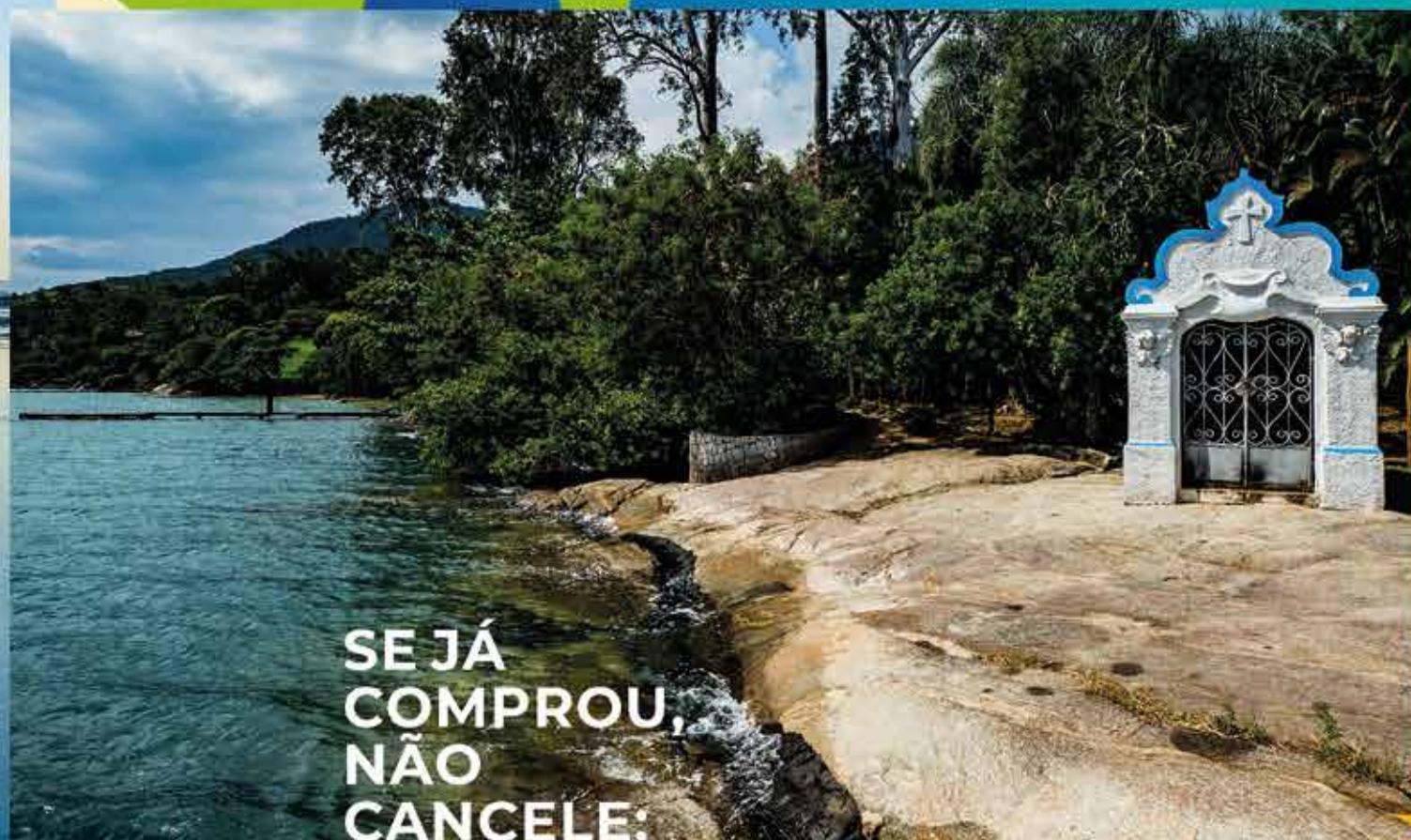


E VOCÊ VAI VER
QUE A BELEZA ESTÁ
NA TRANSFORMAÇÃO.



A gente gostaria que a vida fosse sempre feita de mar calmo, vento no rosto e pôr-do-sol. Mas às vezes a natureza se agita e muda tudo. E o melhor a fazer nessas horas é planejar os momentos bons que estão por vir.

ILHABELA TEM VÁRIOS PACOTES TURÍSTICOS PARA VOCÊ COMPRAR AGORA E SÓ VIAJAR ENTRE SETEMBRO DESTE ANO E DO ANO QUE VEM.



**SE JÁ
COMPROU,
NÃO
CANCELE:
PREFIRA
ADIAR.**

A NATUREZA NA ILHA MUDA O TEMPO TODO. MAS A BELEZA É SEMPRE PRESERVADA.

Ilhabela
VIDA NATURAL

PARA VIAJAR DEPOIS TURISMOILHABELA.COM

OS SETE ENCANTOS DA SERRA PAULISTA **CIRCUITO DA MANTIQUEIRA**

Vanessa Menezes

Circuito turístico Mantiqueira de São Paulo apresenta um dos mais deslumbrantes cenários turísticos do Brasil, formado por estâncias climáticas da Serra da Mantiqueira com montanhas, rios e vales.

Inclui Campos do Jordão, Monteiro Lobato, Pindamonhangaba, Piquete, Santo Antônio do Pinhal, São Bento do Sapucaí e São Francisco Xavier, distrito de São José dos Campos.

As sete cidades paulistas formam uma rota de destinos muito atraentes, principalmente no inverno. Num misto de sofisticação e natureza com opções de aventura, cultura e turismo rural.

A Serra da Mantiqueira, apresenta lindas trilhas e cachoeiras, picos elevados com vistas belíssimas, em área preservada de Mata Atlântica. ▶

CAMPOS DO JORDÃO

O município é um dos quinze considerados estâncias climáticas pelo governo paulista. Com a inauguração do Palácio Boa Vista, em 1964, e do Festival de Inverno de Música Clássica, em 1970, a cidade passou a ser considerada referência no turismo de inverno no Brasil, posição que mantém até hoje, graças à sua cultura, gastronomia, tradição hospitaleira e suas incomparáveis belezas naturais, além do clima, considerado o melhor do mundo no Congresso de Climatologia de Paris, em 1957.

Pico do Itapeva

Passeio imperdível para os amantes da natureza, o local apresenta uma das vistas mais bonitas da Serra da Mantiqueira.



Foto: Juliano Chaves

Palácio Boa Vista

O local, que já foi a casa de veraneio do governador do Estado de São Paulo, promove excelente passeio para quem gosta de artes. O espaço conta ainda com obras de famosos artistas contemporâneos, como Tarsila do Amaral e Cândido Portinari.



Foto: Ken Chu



Vila Capivari

O centro abriga lojas de grandes grifes, além de excelentes restaurantes, chocolaterias, cafeterias, bares e diversas atrações nas ruas.

CAMPOS DO JURUAU



Amantikir

Aos apaixonados por paisagens exuberantes, o Parque Amantikir Garden oferece vários jardins com uma ampla diversidade de espécies de plantas, em uma área de 35.000 m².

Foto: Ken Chu

MONTEIRO LOBATO

O nome Monteiro Lobato foi dado em 1949, em uma homenagem ao grande escritor paulista que vivia no local, mas já foi chamada de Aldeia do Buquira e Distrito de Paz no decorrer do século XIX. Pertenceu a Taubaté, depois a São José dos Campos e emancipou-se em 1948. Como o próprio nome já diz, é um município rico em cultura e muitas das atrações estão ligadas às obras literárias do saudoso escritor. A pequena cidade também abriga natureza exuberante, com destaque para o ecoturismo em: trilhas, cachoeiras e o turismo rural em antigas fazendas de café que mostram um pouco da vida do campo e possuem ótima infraestrutura para acolher o visitante.



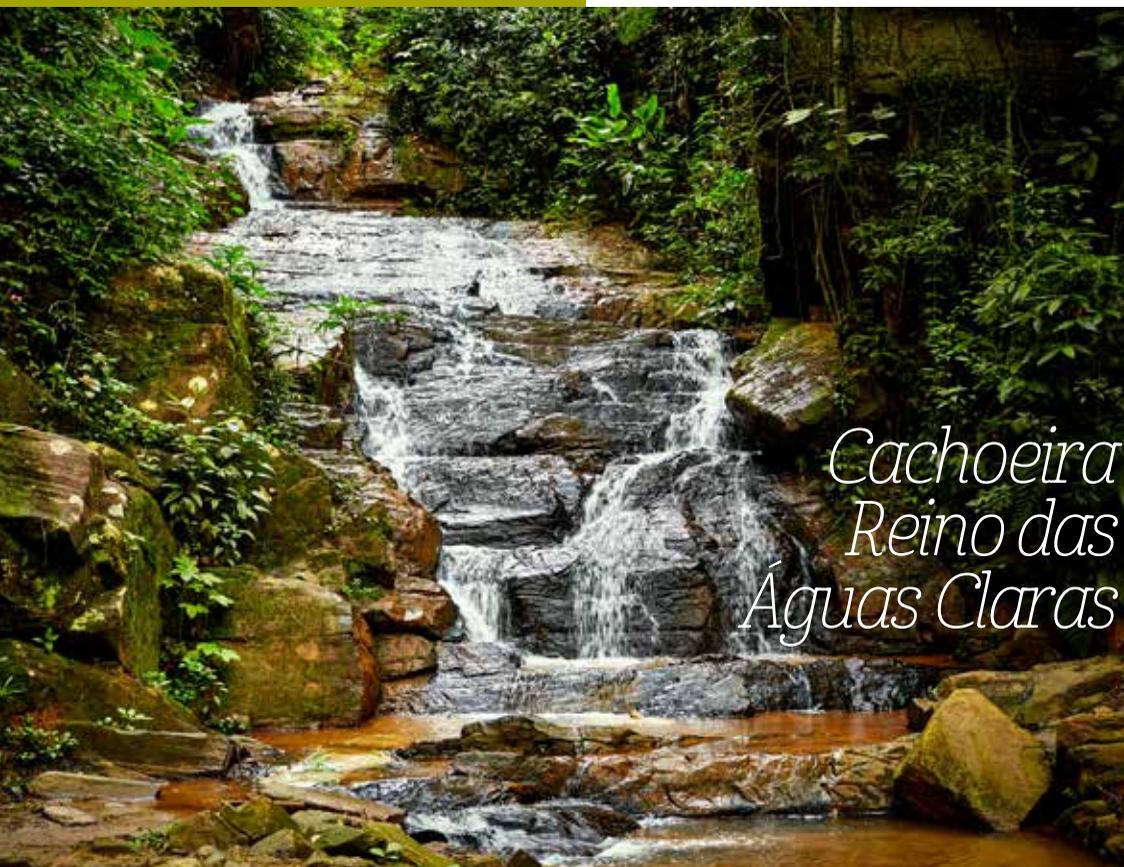
Fotos: Aniello de Vita

Sítio do Picapau Amarelo

A bela casa de Monteiro Lobato tornou-se um riquíssimo museu, onde há em seu entorno um cenário com muitos recursos naturais, como uma cachoeira e um pomar que abriga dezenas de espécies de pássaros.

Muitos turistas e devotos a procuram o local para acenderem suas velas e aproveitarem da água pura que jorra de sua fonte. A gruta é um monumento artificial construído em 1959, em homenagem à devoção popular à Nossa Senhora de Lourdes.

Gruta Nossa Senhora de Lourdes



Cachoeira Reino das Águas Claras

Ótima opção para quem aprecia a natureza, a cachoeira tem uma belíssima queda de água, incrivelmente transparente que pode ser apreciada como uma piscina natural.



Paróquia Nossa Senhora do Bonsucesso

A Igreja fundada em 1849 possui paredes revestidas com extraordinárias pinturas em estilo barroco e vitrais decorativos. As pinturas foram realizadas pelo artista Antônio Limones, que concluiu seu trabalho no ano de 1952.

PINDA MONHANGABA

Quem chega na cidade, logo se depara com o céu colorido de asas-delta, paraquedas e balões. Além destes esportes, o visitante pode desfrutar da exuberante natureza entre picos e o ar bucólico de seus pesqueiros, propriedades rurais e ótima gastronomia da tradicional cozinha caipira ou internacional. Outro ponto de destaque, são as belas edificações de arquitetura rebuscada com seus palacetes, centros culturais, igrejas e santuários, que contam um pouco do percurso histórico do município desde sua fundação no século XVIII. O local também abriga a maior comunidade do movimento Hare Krishna da América Latina.

Inaugurado no início do século XVIII, após a emancipação da cidade, a atração ainda preserva detalhes da arquitetura da época.

Santuário Mariano Diocesano de Nossa Senhora de Bonsucesso

Pico do Itapeva

A área de preservação ambiental, com paisagens deslumbrantes, fica na divisa entre Pindamonhangaba e Campos do Jordão.

Foto: Aniello de Vita



Foto: Aniello de Vita

Fazenda Nova Gokula

Localizado no bairro Ribeirão Grande, o maior templo Hare Krishna da América Latina oferece ao visitante belas paisagens, interação com a natureza, árvores exóticas e trilhas.



Foto: Aniello de Vita



Foto: Aniello de Vita

Bosque da Princesa

Para quem gosta de natureza, a atração localizada às margens do Rio Paraíba do Sul oferece ao visitante muito verde, variedade de espécies de árvores, parque infantil, entre outros atrativos.

PINDA MUNCHANGABA

PIQUETE



Foto: Ken Chu

Conhecida como Cidade Paisagem, o município mantém grande diversidade de fauna e flora e abriga espécies em extinção. Os visitantes podem se aventurar em meio às montanhas, ao verde das matas, com suas plantas nativas, trilhas e córregos em passeios inesquecíveis. Também podem apreciar suas belas paisagens, florestas, cachoeiras, além de sua tradição cultural, com museus, arquitetura colonial, música e artesanato.

Estação Estrela do Norte

Construída em 1906, o imponente local tem arquitetura francesa que chama a atenção dos visitantes. O local possui uma antiga locomotiva, jardim com espelho d'água e chafariz.

Pico dos Marins

Considerado o ponto mais alto do Estado de São Paulo, o visitante pode escalar a atração por trilha ou trekking. O percurso de ida e volta demora em média 8 horas. No pico é possível ter visão panorâmica do Vale do Paraíba, Sul de Minas e as serras paulistas.

Cachoeira Jaracatiá

Um dos cartões postais da cidade e muito visitado pelos turistas, a atração é a maior cachoeira da cidade, com 200 metros de queda.

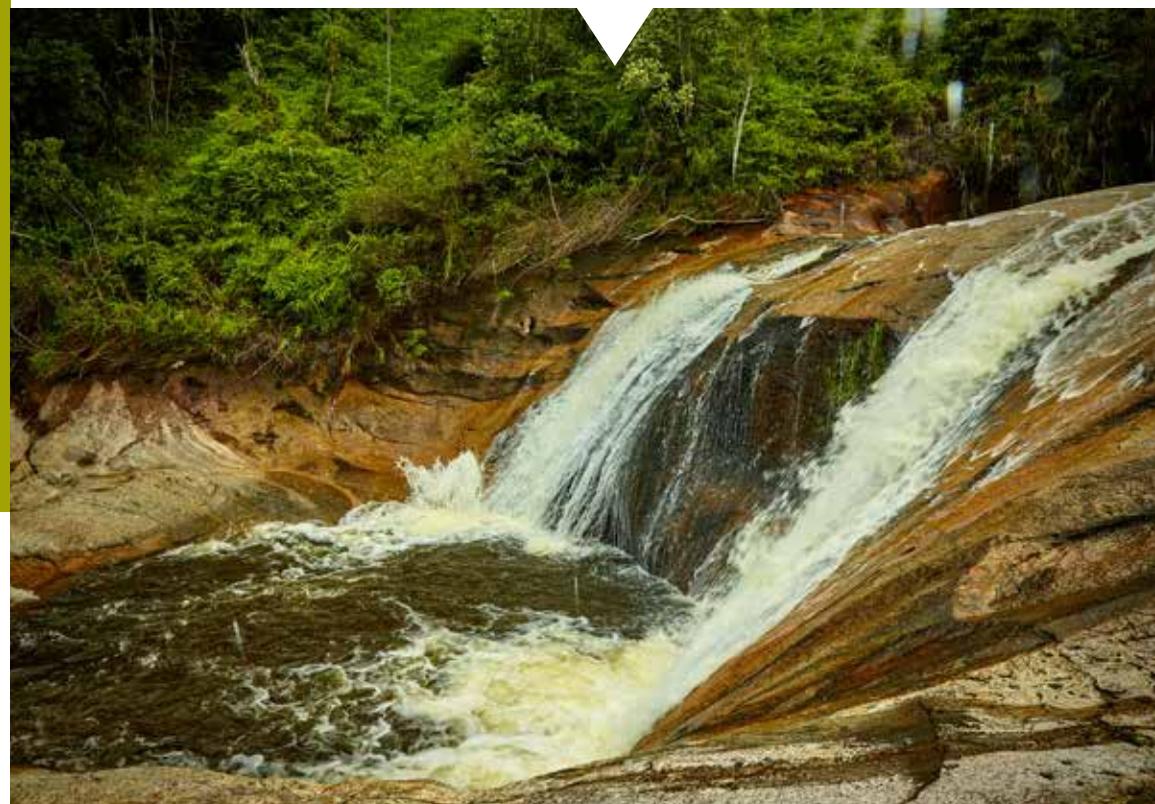


Foto: Ken Chu

Sua arquitetura diferenciada, atrai visitantes de todas as partes do Brasil. Confeccionada pelo artista Prometeu da Silveira na década de 70 tem características modernas e ainda apresenta um acervo de santos de madeira.

Igreja Matriz de São Miguel Arcanjo



Foto: Ken Chu

SANTO ANTÔNIO DO PINHAL

Conhecida como “Charme da Serra”, a estância climática é rica em atrativos naturais e diversidades culturais. O visitante pode conferir montanhas, picos, rios, vales e ecoturismo junto à natureza. Para quem busca aventura, opções não faltam, como escalada, rapel, arvorismo, trilhas, off-road, voo livre, entre outros.



Pico Agudo

Espaço ideal para os praticantes de voo livre, oferece rampa aos praticantes do esporte, que terão uma visão privilegiada de 360 graus da região. É propício também para quem apenas gosta de apreciar o esporte ou a bela vista panorâmica.

Foto: Ken Chu

Cachoeira do Lageado

Uma das mais visitadas pelos turistas, a atração fica localizada a 7 km do centro.

Sua queda forma uma piscina natural em meio às pedras e fundo de areia.

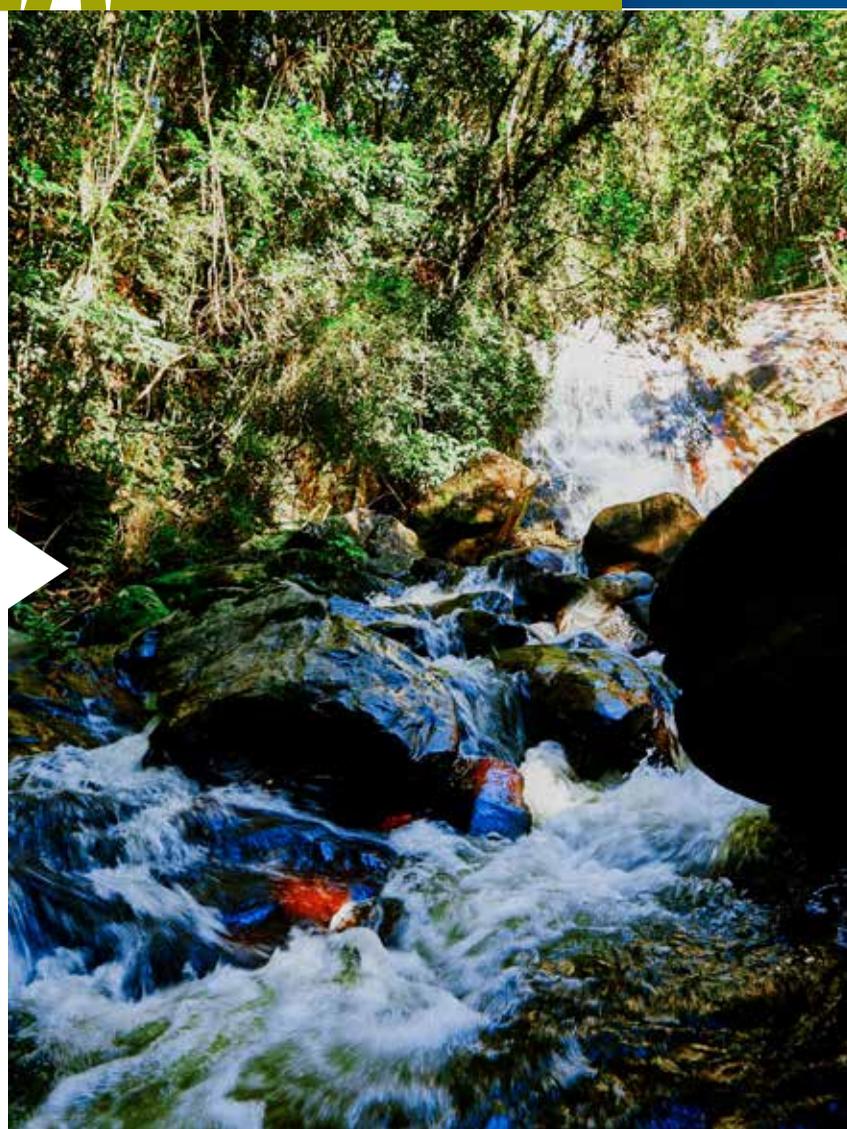


Foto: Ken Chu

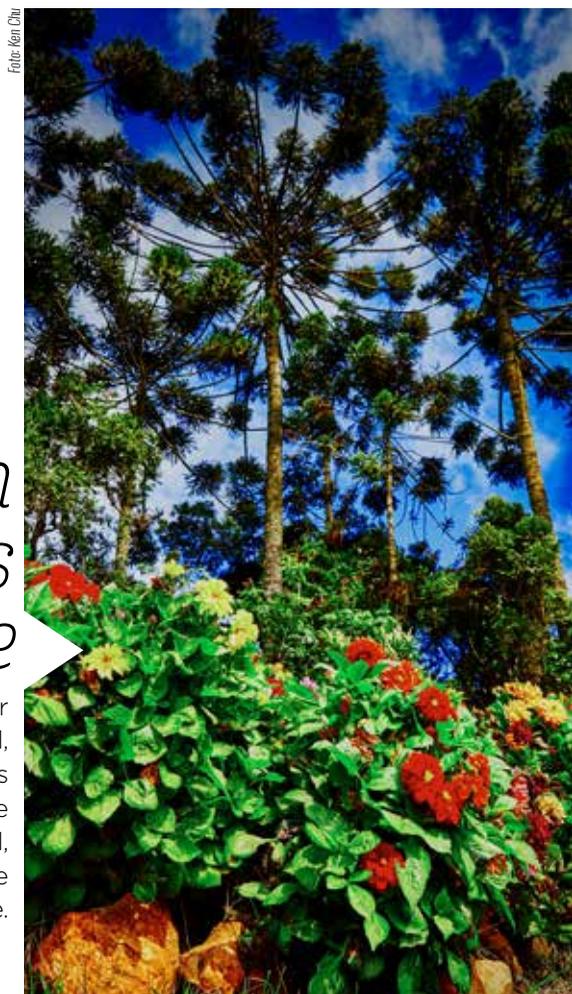
Mirante do Cruzeiro

Passeio ideal para quem gosta de caminhar e ter uma vista panorâmica da cidade. A atração fica a mais de 1.100 metros de altitude e, ao chegar, o visitante pode avistar toda a região.

Foto: Ken Chu

Jardim dos Pinhais Ecco Parque

Para quem busca tranquilidade, caminhar ao ar livre e desfrutar da beleza natural, a atração oferece circuito de belíssimos jardins temáticos com 1.200 metros de extensão, em um percurso leve e agradável, que atende a todas as idades e oferece acessibilidade.





SÃO BENTO, DO SAPUCAÍ

Monumento Natural Estadual da Pedra do Baú

Local certo para a prática de esportes radicais, a atração é formada por três complexos rochosos: Baúzinho, Pedra do Baú e Ana Chata. Além do visual, o turista pode praticar rapel, escalada e voo livre.

Fotos: Ken Chu

O visitante vai conferir sua paisagem rústica com ar bucólico formado pelas casinhas simples, ruas de terras e encantos naturais. Há também pousadas charmosas e confortáveis escondidas em meio à vegetação nativa. Para quem gosta de esportes radicais pode praticar rapel, escaladas, caminhadas, voo livre, entre outras atrações.

Matriz de São Bento

Construída aproximadamente em 1850, o espaço ainda mantém a construção da época feita pelos escravos em adobe e barro.



Capelinha de Mosaicos

Localizada no centro da cidade, o visitante vai apreciar a decoração e arquitetura da atração que é revestida em mosaico confeccionado pelos artistas plásticos Ângelo Milani e Claudia Villar.



Fotos: Ken Chu



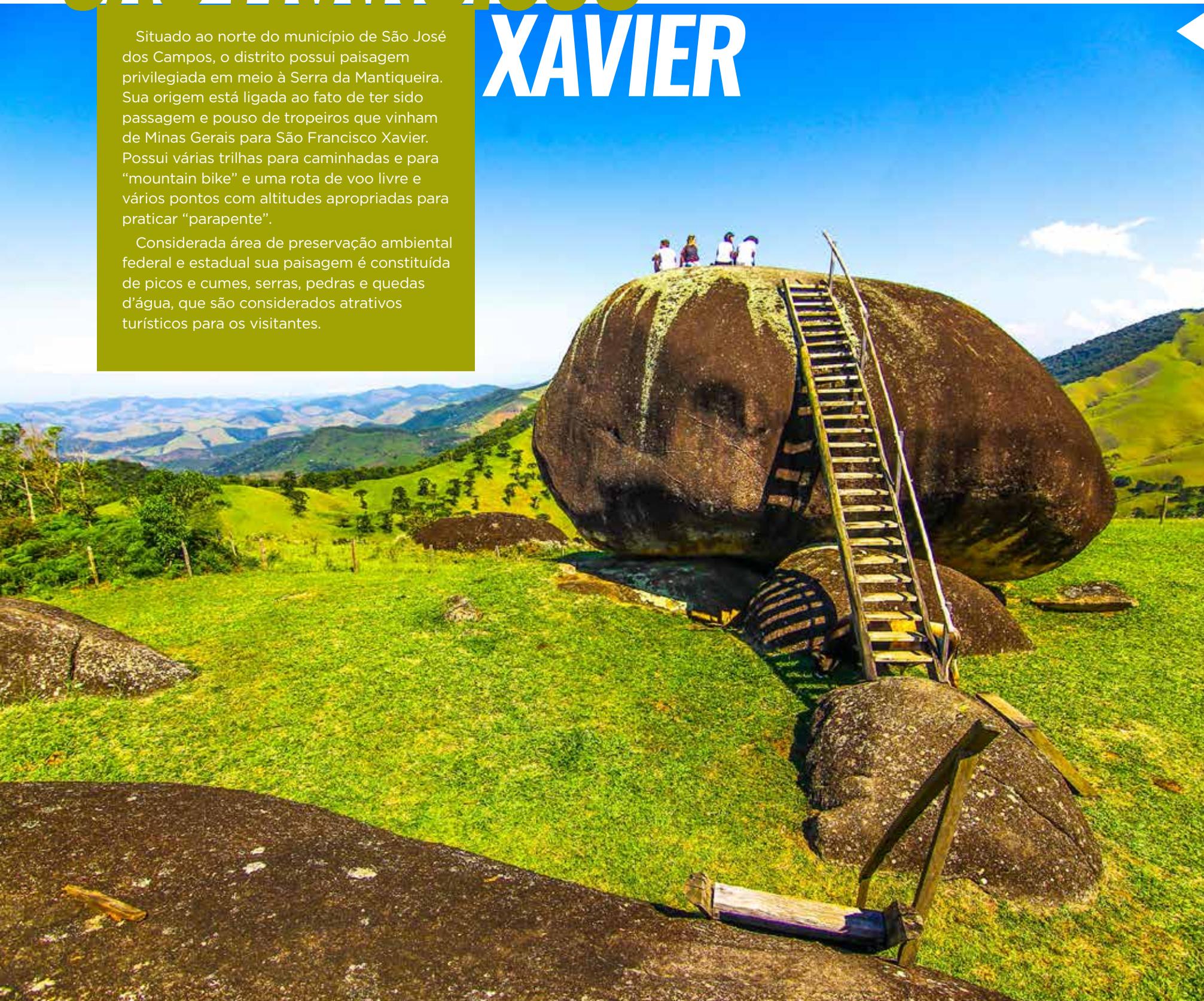
Cachoeira do Toldi

Localizada no meio da Serra do Baú, a atração é a mais alta da cidade, com uma queda de 20 metros. Você pode conferir toda a beleza e a água cristalina da bela cachoeira.

SÃO FRANCISCO XAVIER

Situado ao norte do município de São José dos Campos, o distrito possui paisagem privilegiada em meio à Serra da Mantiqueira. Sua origem está ligada ao fato de ter sido passagem e pouso de tropeiros que vinham de Minas Gerais para São Francisco Xavier. Possui várias trilhas para caminhadas e para “mountain bike” e uma rota de voo livre e vários pontos com altitudes apropriadas para praticar “parapente”.

Considerada área de preservação ambiental federal e estadual sua paisagem é constituída de picos e cumes, serras, pedras e quedas d’água, que são considerados atrativos turísticos para os visitantes.



Mirante Pedra São Francisco (Pedra do Porquinho)

Além da vista de 360º, no local existe uma pequena gruta onde se encontra uma imagem de São Francisco e uma das grandes atrações são as pedras com escadas para acessar o cume e ampliar a visão do horizonte.

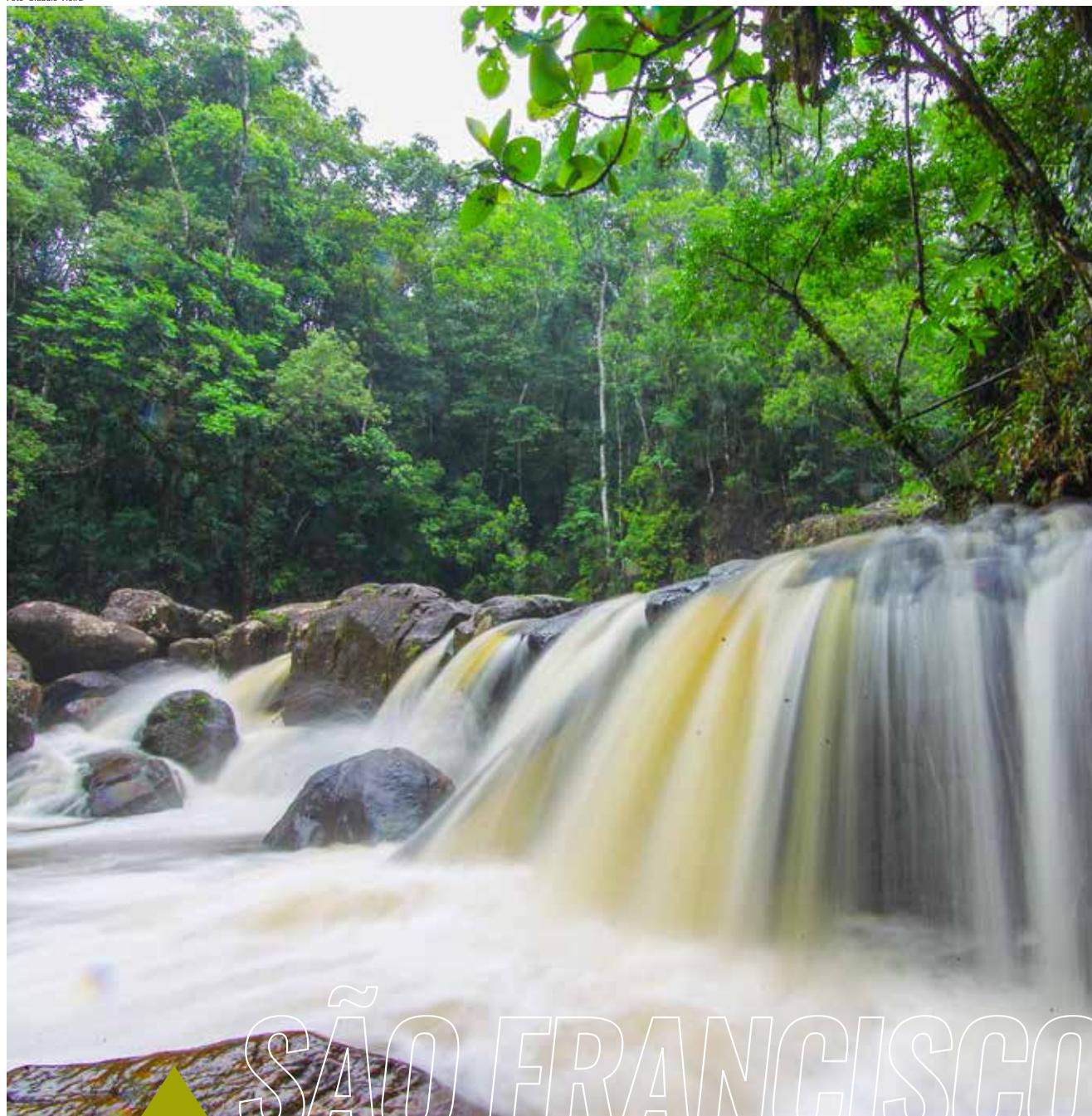
Fotos: Claudio Vieira



Festa do Tropeiro

A tradicional festa resgata a tradição do tropeirismo e valoriza as pequenas comunidades da Serra da Mantiqueira, onde os tropeiros paravam para descansar quando vinham de Minas Gerais e aproveitavam para comercializar produtos no Vale do Paraíba.

Foto: Claudio Vieira



Cachoeira Pedro Davi

Com 15 metros de altura em várias quedas, o local tem estrutura com vestiários, banheiros, área para alimentação e playground.

SÃO FRANCISCO XAVIER



Foto: Fabio Funaki

Mirante do Cruzeiro

A 2 mil metros de altitude, é o melhor mirante da Serra da Mantiqueira na região de São Francisco Xavier. Para chegar ao Mirante do Cruzeiro é recomendável iniciar o circuito antes do almoço, por volta do meio-dia. Assim você terá pelo menos 5 horas para fazer todo o percurso com calma, apreciando cada cachoeira, bosque da castanheira, bicas de água potável, respirando o ar puro deste santuário ecológico bem pertinho de São Paulo. ■

QUEM CONHECE, CONHECE BDO

Nossa equipe é composta por profissionais experientes de diversas áreas, todos treinados e capacitados para entender o seu negócio e levar soluções de acordo com sua necessidade.

Auditoria | Consultoria | Tax | Outsourcing
(12) 3941 4262
www.bdo.com.br

RUBAÇÃO,

O PRATO PARAIBANO QUE ENCANTA DO OIAPOQUE AO CHUÍ



Foto: Divulgação

Da Redação

Rubação mantém sua primazia na lista dos pratos preferidos pelos paraibanos. Segundo a história, é uma adaptação de uma receita árabe com o incremento de toda a riqueza dos sabores nordestinos. Centro plural da gastronomia brasileira, o Nordeste é rico em cores, aromas e sabores e as receitas apresentadas misturam história, cultura e tradições. O rubação lembra, em alguns momentos, o processo do famoso baião-de-dois. A principal diferença, além de alguns dos ingredientes, está no preparo e na característica ▶

mais primitiva da receita.

Na literatura gastronômica há histórias que o prato veio do mujadarrah ou mijadra – receita árabe elaborada com arroz, lentilhas, cebola frita e iogurte. Na versão paraibana, sai a lentilha e entra o feijão macassar ou feijão-verde, típico do sertão paraibano.

Já os antigos contam que o rubação é uma mistura do resto de arroz, feijão, naco de carne, toucinho e uma quantia de leite e era um prato de viagem dos sertanejos quando voltavam do trabalho distante. Das arábias ou do sertão não importa, o prato é uma delícia. Há versões do prato que levam queijo coalho, carne-seca desfiada ou carne de sol, bacon ou toucinho, nata,



manteiga de garrafa e leite. **Meon Turismo** apresenta uma receita do chef Onildo Rocha com um toque especial, o arroz vermelho.

O chef Onildo Rocha tem uma história de amor com a Paraíba. Estudando com um dos maiores expoentes da gastronomia no país, Laurent Suaudeau, pôde trabalhar o respeito ao alimento em cada etapa do processo, construindo uma visão única, poética e profissional na cozinha. Levando consigo a bandeira da Paraíba, já cozinhou em diversos estados brasileiros, além dos Estados Unidos e Espanha. Indicado a Chef Revelação, foi eleito com a Cozinha Roccia ao título de Melhor Restaurante do Nordeste da revista “Prazeres da Mesa”.

FIQUE EM CASA.

#TodosContraCoronavírus

Para informações, ligue

0800 12 000 12

EM CASO DE FEBRE, TOSSE E FALTA DE AR AO MESMO TEMPO, PROCURE ATENDIMENTO NA UPA CENTRAL.
R. DR. BENEDITO CURSINO DOS SANTOS, 101 – CENTRO

VAMOS CUIDAR UNS DOS OUTROS!

taubate.sp.gov.br/coronavirus

CIDADE DE
TAUBATÉ
ORGULHO DE VIVER AQUI

RUBACÃO

Onildo Rocha

INGREDIENTES:

- 1/2 kg de arroz vermelho
- 1/2 de feijão verde
- 300g de carne de sol
- 200g de queijo coalho
- 250g de nata fresca
- 1 cebola roxa
- 1/2 pimentão vermelho
- 1/2 pimentão amarelo
- 2 tomates
- manteiga de garrafa
- coentro, sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARAR:

Prepare o arroz vermelho refogado e reserve. Em uma outra panela cozinhe o feijão. O truque para que ele fique bem verdinho e com mais nutrientes é cozinhá-lo de um jeito diferente. Coloque o feijão em água fervendo por dois minutos. Em seguida, dê um choque térmico, tirando da panela e colocando em um recipiente com água e gelo. Faça esse processo por quatro vezes.

Com o feijão e arroz prontos, prepare a carne. Em uma panela coloque um pouco de manteiga de garrafa e acrescente a carne de sol. Deixe selar a carne. Depois coloque os outros ingredientes (nessa ordem): cebola, pimentões e tomates. Deixe refogar e unir os sabores, em seguida coloque o queijo de coalho cortado em cubos. Por fim coloque o arroz, o feijão, e a nata. Acerte o ponto do sal (cuidado, porque a carne de sol já é salgada), coloque a pimenta e o coentro. Está pronto, agora é só servir. ■



Foto: Divulgação

 **RICO**
MOTORS

☎ 12 98266-7630

📷 @ricomotors

🌐 ricomotors.com.br



“

Top demais, facilitação na negociação.
Rapaziada top demais, super indico!
Obrigado por realizar o meu sonho!

(Igor Fava, cliente)

”

Comentário do cliente Igor Fava que adquiriu o veículo VW Amarok, negociação toda feita via WhatsApp para a comodidade do cliente. O mesmo viajou de Lapa/SP até SJC para realizar o seu sonho, finalizou a negociação pessoalmente, fez o test-drive, assinou contrato e no mesmo dia voltou para casa de carro novo.

NA **RICO MOTORS** CONTAMOS COM UMA EQUIPE DE CONSULTORES DE VENDAS EXPERIENTES, CAPACITADOS PARA ATENDER A NECESSIDADE DE CADA CLIENTE, SUPERANDO SUAS EXPECTATIVAS E COM QUALIDADE E EXCELÊNCIA NO ATENDIMENTO PROPORCIONAR-LHE A MELHOR EXPERIÊNCIA NA AQUISIÇÃO DE SEU VEÍCULO. PARA NÓS É DE SUMA IMPORTÂNCIA MANTER NOSSO **PADRÃO DE QUALIDADE**, POR ISSO TODOS OS NOSSOS VEÍCULOS SÃO REVISADOS E COM GARANTIA DE PROCEDÊNCIA.

VIDOCA
shopping do carro

Av. Jorge Zarur, Nº 4000 - Box 7 - SJC



TRAÇO E OLHAR



Edison Braga

Estilo: Eclético

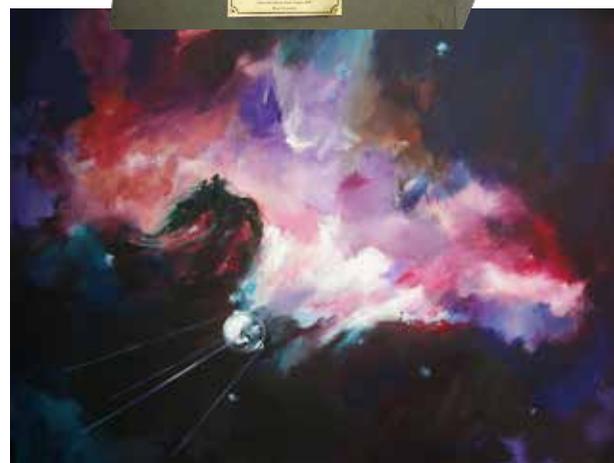
Produção: Pintura, escultura, artes médicas, restauro, design, caligrafia, desenho, criações cênicas.



Aurora Boreal



Estátua de São João Bosco



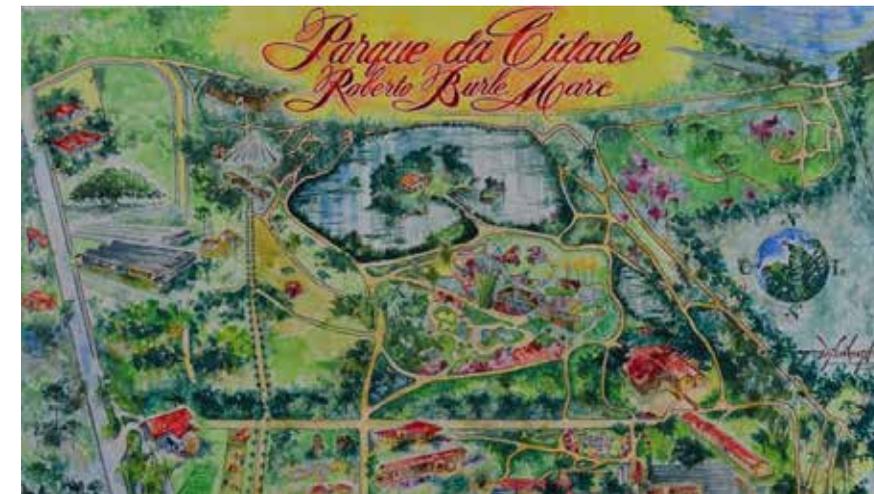
Sputnik



EDISON BRAGA

Artista plástico nascido em Santos, litoral sul do estado de São Paulo, completará 80 anos no próximo dia 31 de outubro. Apaixonado pela RMVale, adotou São José dos Campos como sua cidade. Professor e escritor, tem em sua obra desenhos, pinturas, esculturas, artes médicas, restauro, design, caligrafia, criação e artes cênicas, tendo se destacado pela densidade apresentada em suas pinturas à óleo.

Com diversas condecorações e premiações, possui obras pelo Brasil e exterior, além de ter participado de inúmeras exposições pelo país. Folclorista, empenha-se na preservação da memória da região, definindo-se como artista múltiplo com pinturas. Define sua arte como

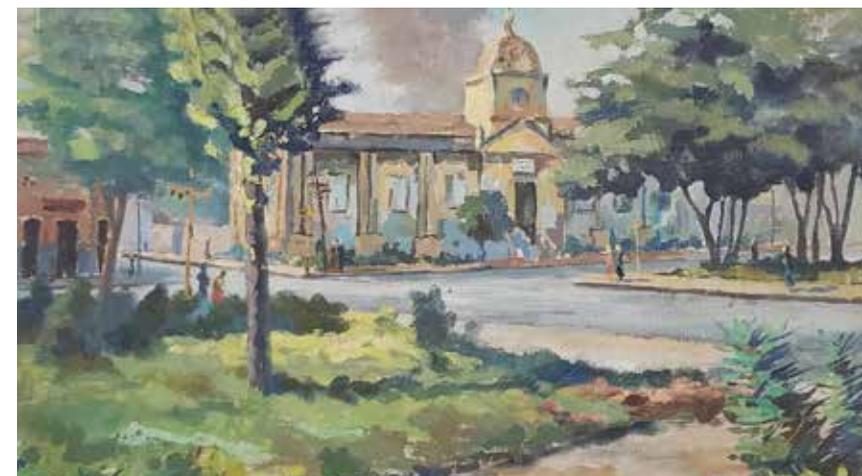


surrealista na concepção, mas com impressionismo na execução.

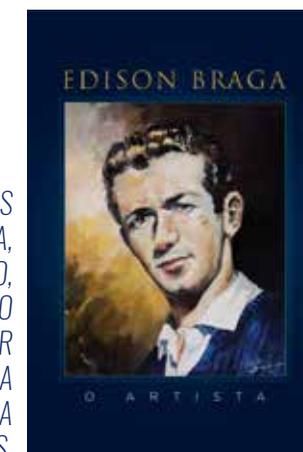
Em outubro de 2009, sua exposição "A Rússia no Espaço", que contou com 12 obras em acrílico sobre tela de 1,20 cm X 0,80, retratando releitura de

eventos e personagens russos sobre a questão da conquista do espaço pelo homem, levou muitos admiradores ao Colinas Shopping.

Recebeu a cidadania joseense por outorga da Câmara Municipal de São José dos Campos.



EM COMEMORAÇÃO AOS 80 ANOS DO ARTISTA, FOI LANÇADO O LIVRO, "EDISON BRAGA - O ARTISTA", ESCRITO POR EDIE BRAGA, LINA BRAGA E MARA BRAGA PARA A EDITORA MARTINS FONTES.



WEIGHTLESS

A música que faz a ansiedade diminuir e você relaxar.

EM EXPERIMENTO CONDUZIDO POR NEUROCIENTISTAS DA MINDLAB INTERNATIONAL, CANÇÃO REDUZIU A ANSIEDADE DOS VOLUNTÁRIOS EM ATÉ 65%

Fabricio Correa

Se disser que entre tomar um lorazepan ou ouvir uma música para relaxar fico com a segunda opção, que inclusive faz mais efeito, você acredita? Ouvir música é um gatilho de fácil acesso para o relaxamento. A banda Marconi Union, especialista em música ambiente, incorporou teorias científicas para criar uma canção que já é considerada a música mais relaxante do mundo.

O título foi conferido em análise do estudo da Mindlab International, que desenvolveu uma playlist onde a canção está em primeiro lugar. Neurocientistas pesquisaram e descobriram que a música “Weightless”, da banda britânica é a mais relaxante do mundo. No experimento com participantes, basearam-se em uma simples relação de música e concentração. Conectados a sensores que mediam a atividade cerebral, os participantes resolveram um quebra-cabeças considerado difícil e capaz de causar estresse.

Por meio de diversos sensores, os pesquisadores mediram

atividade cerebral, frequência cardíaca, e pressão arterial à medida que solucionavam o teste. Enquanto tudo isso acontecia, os cientistas estabeleceram uma playlist com diversas músicas e a do grupo reproduziam diferentes tipos de músicas. Foi aí que a equipe descobriu que a música do grupo britânico Marconi Union foi imbatível.

Em matéria publicada na revista “Época Negócios”, o líder do estudo, pesquisador David Lewis-Hodgso, afirmou que a canção foi capaz de produzir um estado de maior relaxamento do que qualquer música testada. Para se ter uma ideia a canção reduziu em 65% a ansiedade dos voluntários.

Outra médica, Lyz Cooper, fundadora da Academia Britânica de Terapia de Som, ao jornal “Daily Mail”, afirmou que a música tem um ritmo que começa com 60 batimentos por minuto e, gradualmente, chega a 50. “À medida que a pessoa escuta, os batimentos cardíacos se sintonizam”, registra em sua fala para o periódico. ■

PLAYLIST PARA DIMINUIR O ESTRESSE

A Mindlab também montou uma playlist para diminuir o estresse e a ansiedade, em casa e no ambiente de trabalho, que neste momento da pandemia, acabam se confundindo visto a super demanda por home office. Para eleger as 10 músicas, cientistas analisaram um grupo de voluntários enquanto eles realizavam tarefas de lógica o mais rápido possível.



Confira a playlist completa, ouça em seu Spotify e relaxe lendo a **Meon Turismo**.

Fotos: Divulgação



As quatro Villas Ocara são as pérolas do Campo Bahia. Aproveite o olhar para o mar aberto e tenha uma experiência única.



7X1

O luxo do resort que abrigou a seleção alemã na Copa do Mundo do Brasil



RESTAURANTE CAJU

Com sua sofisticada culinária contemporânea, o restaurante apresenta nas criações de seu chef ingredientes frescos entregues diariamente de Porto Seguro e região, enquanto as ervas e vegetais são cultivados na própria horta do hotel. Campo Bahia é um lugar para gourmets avançados. Bom apetite! ■

Da Redação

Nascido do espírito de equipe, o Campo Bahia representa o novo luxo, descanso, relaxamento como também revitalização - um lugar de retiro chiquérrimo, na atmosfera idílica da costa brasileira, no estado da Bahia. Os donos do hotel criaram um oásis dos sonhos com muito conforto e privacidade.

Tudo começou a partir de uma incrível história, em junho de 2014 o espaço tornou-se um

centro de treinamento para os campeões do futebol da seleção da Alemanha. Os "meninos" de Jogi Löw carregaram energia e força para as partidas, nesse ambiente harmonioso. A hospitalidade brasileira junto com a alegria de jogar dos alemães, os conduziu para a vitória do título, massacrando o Brasil em um jogo que todos querem esquecer.

Ao contrário do hotel, visto que quem se hospeda aqui jamais esquecerá os momentos

vivenciados. 14 vilas, unidades, luxuosas e cuidadosamente decoradas em frente a praia, com ambientes amplos, regados pela luz do sol e integrados na paisagem baiana. Obras de arte de renomados artistas alemães e brasileiros são detalhes que completam o ambiente sofisticado e estiloso. É o lugar perfeito e predestinado para suas férias - no qual Wellness, atividades esportivas e culturais são unidas em um mesmo lugar.

SANTO ANDRÉ

Com seus 800 habitantes, Santo André é um vilarejo de pescadores, que fica na união do rio "João de Tiba" com o mar. Aqui você pode passear pela vila - com seus barzinhos e lojinhas e mergulhar no estilo de vida baiano com toda sua simplicidade. O Campo Bahia - com todo o seu luxo - está integrado em uma comunidade protegida no qual o tempo parece ter parado.



Fotos: Divulgação

JAY JAY BUGGY PARA CAMINHOS IRADOS



**DO SEU
JEITO**

DIVERSOS OPCIONAIS PARA MONTAR O SEU JAY DO SEU JEITO, COM A SUA CARA: RODAS, AR CONDICIONADO, TAPEÇARIA, SOM, FECHAMENTO TOTAL COM CAPOTAS E VIDRO ELÉTRICO.

**É PARA
VOGÊ**

QUAL VAI SER A DO FINAL DE SEMANA? VAI DAR PRAIA? NÃO IMPORTA QUANDO E ONDE, JAY JAY É UM CARRO PARA PEGAR A ESTRADA DESPREOCUPADO E CURTIR DA MELHOR MANEIRA POSSÍVEL.



Há meio século os buggies nacionais fazem a festa dos aventureiros de plantão. Agora um veículo recreacional desenvolvido pela K2 Concept, ganha adeptos e admiradores, trata-se do Jay Jay.

Definido pela fabricante como um "fun activity vehicle", similar em conceito a clássicos do passado como o Mini Moke e Citroën Méhari, buggy é forte e de mecânica confiável.

Tem chassi tubular e carroceria em plástico reforçado com fibra de vidro. A novidade, de mercado,

fica por conta dos componentes da GM: motores (1.0 e 1.4 quatro-cilindros flex), câmbio (manual de seis marchas), suspensão (McPherson e eixo de torção), freios (discos ventilados na dianteira e tambores na traseira) e a direção elétrica, que é adaptada do modelo Onix.

O painel tem desenho exclusivo, e as saídas de ar são oriundas do modelo Audi A3. A configuração 1.4 flex de 106 cv e 13,9 mkgf com etanol é a mais recomendada para as aventuras em dunas. ■

- Direção elétrica
- Tração dianteira
- Câmbio Manual de 6 marchas

DIMENSÕES

Comprimento: 3.630 mm
Largura: 1.810mm
Altura: 1.650mm
Distância entre eixo: 2.400 mm

FREIOS

Dois freios à disco com dois discos ventilados na dianteira e sistema de tambor na traseira.

SUSPENSÃO DIANTEIRA

Suspensão tipo McPherson e dianteira com barra estabilizadora, roda tipo independente e molas helicoidal.

SUSPENSÃO TRASEIRA

Suspensão tipo eixo de torção, roda tipo semi-independente e molas helicoidal

15^a
EDIÇÃO

Caraguá
a Gosto

**MELHOR DO
QUE NUNCA.
SABOROSO
COMO SEMPRE.**

Prepare-se, o Caraguá a Gosto 15^a edição já está no forno. Ainda em 2020, você poderá degustar aqueles pratos tradicionais que só a gente sabe fazer. Tudo recheado com cultura, entretenimento e segurança. Estamos organizando e alinhando as normas da saúde para oferecer a você um dos maiores espetáculos gastronômico do litoral.

CARAGUÁ A GOSTO.

O maior festival gastronômico do litoral não pode parar.

Para mais informações:

(12) 3897-7910



CARAGUATUBA
PREFEITURA

A gente faz. A gente cuida.

OS ENCANTOS E BELEZAS DO PARÁ

Portal da Amazônia, Belém, capital do Pará está situada na confluência do rio Guamá com a Baía de Guajará. Fundada em 1616, a cidade foi sede do Grão-Pará, de onde Portugal controlava suas possessões no Norte de nosso país, sua colônia.

Até os dias de hoje muitos vestígios resistem no cenário urbano da cidade, como os casarões que margeiam a Baía de Guajará e nas ruas estreitas da cidade velha. Belém, é hoje uma metrópole cosmopolita que converge em harmonia com o sofisticado, mantendo sua história e rústicas características sem perder os olhos do futuro.

Na “Cidade Morena” um dos mais emotivos e deslumbrantes eventos religiosos acontece anualmente no segundo domingo de outubro, a celebração do Círio de Nazaré. É sem dúvida, uma das grandes marcas da devoção religiosa no país.

Belém também se destaca

como uma das capitais gastronômicas do mundo, com sabores amazônicos unidos às mais variadas tendências internacionais. Muitos consideram a culinária paraense como sendo genuinamente brasileira, por contar quase que exclusivamente com ingredientes nativos. ▶

BELÉM TAMBÉM SE DESTACA COMO UMA DAS CAPITALS GASTRONÔMICAS DO MUNDO, COM SABORES AMAZÔNICOS UNIDOS ÀS MAIS VARIADAS TENDÊNCIAS INTERNACIONAIS.

O teatro é um dos mais belos do país, palco do Festival de Ópera do Pará. Com linhas neoclássicas, foi inaugurado em 1878. Mais um testemunho da opulência vivida no Ciclo da Borracha. Foi a primeira casa de espetáculos construída na Amazônia e tem características grandiosas: 1.100 lugares, acústica perfeita, lustres de cristal, piso em mosaico de madeiras nobres, afrescos nas paredes e teto, dezenas de obras de arte, gradis e outros elementos decorativos revestidos com folhas de ouro.

THEATRO DA PAZ

Foto: Tiago Silveira/MTUR



Foto: Bruna Brandão/MTUR



Foto: Bruna Brandão/MTUR

ESTAÇÃO DAS DOCAS

Os velhos galpões do Cais do Porto foram transformados em um complexo turístico que abriga o principal centro gastronômico de Belém, além de feiras de artesanato, museu, shows e eventos. Após a pandemia da COVID-19 grandes apresentações estarão programadas.



CASA DAS ONZE JANELAS

Foi residência de Domingos da Costa Bacelar um dos barões do açúcar no séc. XVIII, hoje abriga o Museu de Arte Moderna.

Foto: Bruna Brandão/MTUR



MANGAL DAS GARÇAS

O espaço que pertencia à Marinha foi transformado em parque, com borboletário, jardins, píer, museu e restaurante. Imperdível a visita.

Foto: Bruna Brandão/MTUR



MERCADO VER-O-PESO

Quatro séculos atrás, é o período que remonta ao Mercado Ver-o-Peso, cerne de Belém e de toda região amazônica. Antes da pandemia, não havia espaço mais movimentado na região que o mercado pela manhã. Junto ao porto da cidade, são comercializados peixes de variados tamanhos, frutas de todos os gostos, cerâmicas, cestarias e colares. De lá se pode visitar as Olarias, os muitos parques da cidade, fazer passeios fluviais ou ainda visitar as praias e estâncias hidrominerais.



Foto: Bruna Brandão/MTUR



MEON TURISMO APRESENTA EXATAMENTE OS OPOSTOS QUE EM UNIÃO GERAM O ENCANTAMENTO DESTA VIAGEM EXTRAORDINÁRIA. DESDE A BELÉM HISTÓRICA E SUA RICA ARQUITETURA DAS IGREJAS, DO MERCADO VER-O-PESO, DA NOITE VIBRANTE ATÉ A ESTAÇÃO DAS DOÇAS, TODOS OS ROTEIROS POSSIBILITAM VIVÊNCIAS FASCINANTES. ALÉM DA CAPITAL, APRESENTAMOS AS ROTAS DE SANTARÉM, ALTER-DO-CHÃO E ILHA DO AMOR.

Fotos: Tiago Silveira/MTUR



ALTER-DO-CHÃO

Na viagem aventura, a Serra Piroca, destaca-se como o ponto mais alto da região, 360 graus de vista extraordinária; comunidade de Maguary - um exemplo de manejo sustentável da floresta, onde se pode conhecer a vida das populações ribeirinhas. Os turistas vão ao êxtase ao nadar nas águas azuis do Rio Tapajós e saborear o piracaja, peixe assado na brasa servido sob o céu amazônico.

A vila de Alter do Chão, a cerca de 35 quilômetros de Santarém,

é conhecida como o “Caribe amazônico”. O local é descrito até em publicações internacionais — já tendo sido citado pelo “The Guardian”, entre as melhores praias do Brasil. O Rio Tapajós é de um azul cristalino, a água é morna e a areia, branca. E sem mosquitos a incomodar, devido à acidez da água, resta aos visitantes relaxar em suas praias, passear de barco e, para quem quiser, explorar a Floresta Nacional do Tapajós.

ILHA DO AMOR

A praia que faz mais sucesso é a Ilha do Amor, localizada bem em frente à vila e seu cartão-postal. A travessia é feita em barquinhos a remo, leva cerca de cinco minutos. No mês de novembro as águas baixam ainda mais e é possível chegar lá a pé.



SANTARÉM

Fotos: Tiago Silveira/MTUR

Localizada na junção de dois lindos e grandes rios, o Amazonas e o Tapajós, Santarém é um paraíso possível. Depois de se encantar com o espetáculo do encontro das águas dos dois rios, um dos roteiros mais cultuados do Brasil, sobra encanto para as demais belezas. “Pérola do Tapajós”, Santarém tem variedades de praias de areia branca e fina, com águas límpidas e azul-esverdeadas. Acabou? Imagine, você poderá desfrutar de cachoeiras, entre rios, igarapés e corredeiras, igapós, matas alagadas, enfim um encontro primoroso com as entranhas do Brasil. Há ainda trilhas pela floresta, chegando à serra.

Encontro das águas - Encontro das águas dos rios Amazonas e Tapajós, que seguem sem se misturar por vários quilômetros, é um espetáculo que pode ser apreciado de barcos que saem do Terminal Fluvial Turístico.

PRAÇA DO MIRANTE DE TAPAJÓS

Praça do Mirante de Tapajós, localizado em frente ao fenômeno do encontro das águas, é um dos pontos mais ativos de Santarém.

PRAIA DO MARACANÃ

Na Praia do Maracanã, com larga faixa de areia e sob a sombra de árvores, é possível avistar com frequência os botos, sim alguns são cor-de-rosa, nadando em suas águas.

IGREJA NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO

Inicialmente feita em taipa, em 1661, atualmente exhibe a construção de 1761. Contém relíquias da época da colônia. ■



LAVANDERIA DELIVERY / (11) 3131.4242

Consulte a disponibilidade em seu bairro.

SÃO PAULO GANHA CINEMA DRIVE-IN PARA INCENTIVAR CINÉFILOS DURANTE A PANDEMIA



NOVO ESPAÇO INICIA ATIVIDADES EM 16 DE JUNHO E SEGUIRÁ SÉRIE DE PROTOCOLOS DA COVID-19 PARA RETOMADA DAS ATIVIDADES DO SETOR CULTURAL

Programação

Mantendo suas principais características, o Belas Artes iniciou as atividades em formato drive-in no dia 16 de junho, com programação que inclui filmes como “Batman, O Cavaleiro da Noite” e “A Origem”, de Christopher Nolan, “Laranja Mecânica”, “O Iluminado”, “2001 – Uma Odisseia no Espaço” e “De Olhos Bem Fechados”, de Stanley Kubrick.

O espaço promoverá também uma semana temática com filmes de Tim Burton e seu universo, em que serão exibidos quatro filmes do diretor e “O Gabinete do Dr. Phibes”, com Vicent Price, e o ainda inédito nos cinemas brasileiros “Apocalypse Now – Final Cut”, obra-prima de Francis Ford Coppola, totalmente restaurado e com som remasterizado, com 30 minutos a mais do que a versão original lançada em 1979. ■

Serviço Belas Artes Drive-In

- Onde:** Memorial da América Latina - Av. Auro Soares de Moura Andrade, 664 - Barra Funda
- Quando:** a partir de 16 de junho, de terça a domingo
- Horários:** definidos de acordo com a duração dos filmes

Ingressos e combos deverão ser adquiridos antecipadamente através do site do Petra Belas Artes

Da Redação

O governador João Doria anunciou a primeira ação de retomada das atividades do setor cultural no Estado de São Paulo. Em parceria com o Petra Belas Artes, o Memorial da América Latina inaugurou, no dia 16 de junho, o Belas Artes drive-in, espaço destinado à exibição de filmes em que o público assistirá à sessão dentro de seu próprio carro, respeitando o isolamento social.

“Teremos aqui em São Paulo a inauguração do primeiro cinema em modelo drive-in para as pessoas assistirem filmes de forma segura e correta, como manda os protocolos”, ressaltou o Governador João Doria.

Sob orientação da área da saúde e do Centro de Contingência do Coronavírus, o Belas Artes drive-in seguirá protocolos rigorosos de saúde, com regras de distanciamento social, higiene, limpeza de ambientes, comunicação e monitoramento. Entre os cuidados obrigatórios, estão a distância mínima de 1,5

metro entre pessoas e carros em todos os ambientes, máximo de quatro ocupantes no carro, pagamentos via aplicativo, exigência do uso de máscaras e aferição de temperatura de funcionários e clientes. O cine drive-in terá capacidade para 100 carros por sessão.

Para garantir o distanciamento, o acesso ao áudio dos filmes será obtido por meio do rádio do próprio carro, sintonizado via ondas FM. Há também a opção de escutar a exibição por meio do próprio smartphone, segundo os organizadores do evento. A posição dos carros em fila será organizada pela equipe do projeto, que posicionará os veículos maiores, do tipo utilitários, na lateral do espaço, para melhor visibilidade dos demais. Os banheiros disponibilizados durante a exibição serão higienizados a cada uso. As sessões também terão dispositivos de álcool em gel, segundo o Governo de São Paulo.

TURISMO FERROVIÁRIO COMEÇA A VOLTAR AOS TRILHOS

Autorização para viagens atenderá protocolo sanitário recomendado pelo Ministério do Turismo



Foto: Divulgação

Da Redação

No dia 10 de junho, o Ministério do Turismo, em articulação com a Agência Nacional de Transporte Terrestre (ANTT) atendendo pleito da Associação Brasileira das Operadoras de Trens Turísticos e Culturais (ABOTTC) autorizou uma importante ação rumo à volta gradual do turismo no país, a autorização de funcionamento de todos os trens turísticos do País.

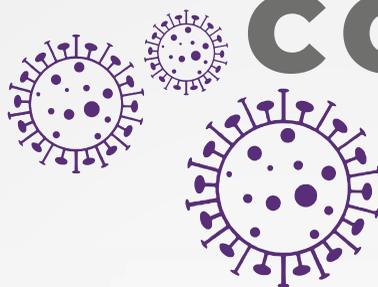
Alguns trens que já estavam retomando as atividades, como os de Bento Gonçalves (RS) e os da Serra Verde (PR), tiveram de suspender a venda de bilhetes e a operação. O retorno se tornou possível porque o segmento de trens turísticos se comprometeu a aderir aos protocolos de biossegurança apresentados no início de junho pelo Ministério de Turismo: o selo “Turismo Responsável – Limpo e Seguro”.

No caso dos trens turísticos, foi gerado o protocolo destinado a “Transportadora Turística”. O documento traz orientações gerais e específicas como: organizar horários de clientes de forma a evitar aglomeração de pessoas e manter, sempre que possível, portas e janelas abertas para melhorar a circulação do ar, auxiliando na ventilação natural do ambiente.

Para a agência de notícias do MTur, o ministro Marcelo Álvaro Antônio disse; “O Ministério do Turismo tem trabalhado em diferentes frentes para assegurar que a retomada de nossa atividade ocorra de maneira segura para turistas e trabalhadores do segmento. O selo é um diferencial importante para esse novo turismo que surgirá com o fim da pandemia. O Brasil sai na frente de vários concorrentes mundiais ao estabelecer esses protocolos de biossegurança”. ■

CORONAVÍRUS

COVID - 19



PREVENIR É MAIS IMPORTANTE

AMIGO IDOSO,
EVITE AGLOMERAÇÕES

FIQUE EM CASA!

MAIS INFORMAÇÕES ACESSE
▶ saosebastiao.sp.gov.br

SÃO SEBASTIÃO



SP - BRASIL



São
Sebastião

GOVERNO MUNICIPAL

Juntos é Possível!