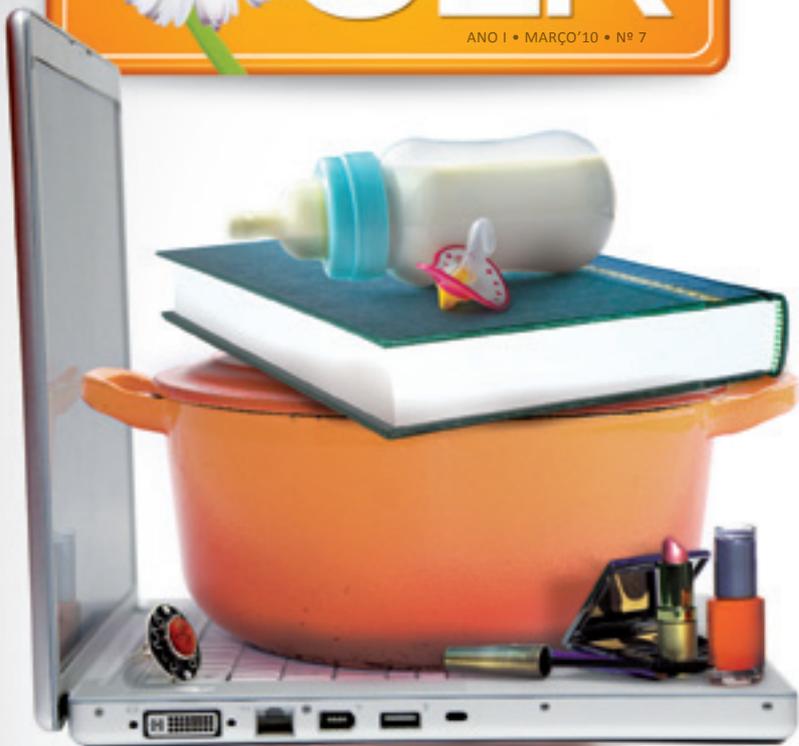


PERFIL | FLÁVIO DEL MESE

A história do fotógrafo que transformou a vida de viajante em um negócio



Sobra trabalho, falta poder

Trinta e cinco anos depois da criação do Dia Internacional da Mulher, elas ainda lutam para conquistar posições tão importantes quanto o papel que desempenham na sociedade



GASTRONOMIA

Uma aventura de aromas, sabores e cultura pelo país

Po compacto e fino bronzeador, Sombra cremosa Soft e Rose - Secret, Delicador - Rose Shine, Bázom - Secret Romance, Máscara volume e alongadora preta.

Look by
Fernando Torquato

Se ela perguntar o que vai ganhar no Dia Internacional da Mulher, diga a verdade: que é segredo.

Glamour Secrets nas versões Black e Rose. Seu novo segredo de beleza.

Mais de 2.800 lojas esperando por você. 0800 41 3011. Visite nossa loja virtual www.boticario.com.br.



O Boticário®

Acredite na beleza

6

VIVER MELHOR

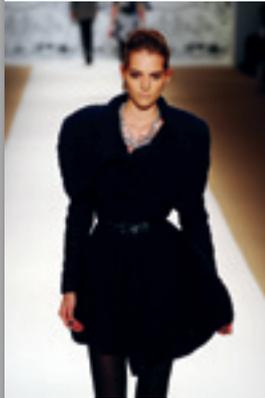
Está em dúvida sobre deixar crescer a **barba**? Saiba o que fica bem no seu rosto



10

VIDA URBANA

New York Fashion Week revela o **charme** da moda outono/inverno 2010/2011



18

CAPA

Bem Me Quer comemora o Dia Internacional da **Mulher** com três reportagens em que elas são o tema principal



VIVER MELHOR

8

Os cuidados com a **pele** depois dos banhos de sol do verão

GASTRONOMIA

14

Os segredos de uma **receita** sueca, que faz sucesso nos Estados Unidos e que agora chega ao Rio Grande do Sul

PERFIL

28

Flávio Del Mese, piloto de automobilismo que se tornou um **fotógrafo** de talento e com um trabalho pioneiro no Estado



Publicação mensal da Associação dos Diários do Interior do Rio Grande do Sul (ADI)

Circulação gratuita encartada nos principais jornais do Interior

DIRETOR-EXECUTIVO

Eladio Dios Vieira da Cunha

SECRETÁRIA EXECUTIVA

Magda Rocha

PROJETO E EXECUÇÃO

pública
comunicação

www.agpublica.com.br

atendimento@agpublica.com.br

EDITOR E JORNALISTA RESPONSÁVEL

Poti Silveira Campos (REG. 8.407)

editor@revistabemmequer.com.br

REDAÇÃO | redacao@revistabemmequer.com.br

Cleidi Pereira | Débora Gama

Euclides Torres | Fraga | Janaína Rolim Díaz

Magali Barbiani | Sílvia Lago

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO

Chiquinha | Daniela Ferreira

Rodrigo Rosa | Rubem Penz

REVISÃO

Press Revisão

CONSELHO EDITORIAL

Ivan Rodrigues | *Diário Popular*, Pelotas

Romeu Neumann | *Gazeta do Sul*, Santa Cruz do Sul

Zulmara Colussi | *O Nacional*, Passo Fundo

PROJETO E EDIÇÃO GRÁFICA

Evaldo Farias Tiburski | Tiba

DIAGRAMAÇÃO

Luiz Nogueira

TIRAGEM DESTA EDIÇÃO

111.900 exemplares

AUDITADA POR

PRICEWATERHOUSECOOPERS

COMERCIALIZAÇÃO

Rua Garibaldi, 659/102

Bairro Floresta - Porto Alegre - RS

Fones (51) 3272.9595 e 9323.0452

comercial@grupodediarios.com.br

BEM ME QUER CIRCULA NOS SEGUINTE JORNAIS:

Em Questão

Alegrete

Minuano

Bagé

Semanário

Bento Gonçalves

Jornal do Povo

Cachoeira do Sul

Tempo Todo

Caxias do Sul

Voz Regional

Erechim

Jornal da Manhã

Ijuí

O Diário

Ivoti

O Informativo do Vale

Lajeado

Jornal Ibiá

Montenegro

O Nacional

Passo Fundo

Diário Popular

Pelotas

Diário Popular

Rio Grande

A Tribuna Regional

Santo Ângelo

Gazeta do Sul

Santa Cruz do Sul

A Plateia

Santana do Livramento

A Razão

Santa Maria

Diário da Fronteira

Uruguiana

AD ASSOCIAÇÃO DOS DIÁRIOS DO INTERIOR DO RS

DIRETORIA

Virginia Fetter Gomes | Presidente

Jones Alei da Silva | Vice-Presidente

Kamal Zuheir Badra | Secretário

Múcio de Castro Neto | Tesoureiro

SEDE EM PORTO ALEGRE

Rua Garibaldi, 659/403

Bairro Floresta - CEP 90035-050

Fone (51) 3026.8833

adi@adi-rs.org.br

Tão antigas quanto a Segunda Revolução Industrial, no início do Século 20, as reivindicações simbolizadas pela comemoração no Dia Internacional da Mulher, em 8 de março, estão longe de perderem a atualidade. É bem verdade que muita coisa mudou – felizmente, trancar operárias em greve em uma fábrica e depois atear fogo ao prédio, provocando a morte de 130 tecelãs, como ocorreu no dia 8 de março de 1857, em Nova York, parece ser coisa relegada ao passado, apesar da brutalidade e violência de nossos tempos. As condições de igualdade social, política e econômica entre os gêneros, no entanto, ainda se encontram mais no campo das ambições humanas do que no da realidade. Os números evidenciam: mundo afora, as mulheres continuam trabalhando tanto ou mais do que os homens, mas recebendo menos, mandando menos e influenciando menos os rumos das sociedades.

No 35º ano da criação do Dia Internacional da Mulher, *Bem Me Quer* comemora a data com um especial de três reportagens nas quais elas constituem o tema principal. Examinamos o acesso feminino ao poder, fomos ao município de Cotiporã, na Serra Gaúcha, onde eles são minoria na população, e ouvimos histórias sobre um período um tanto complicado que boa parte das mulheres enfrenta a cada mês: a tensão pré-menstrual, mais conhecida pela sigla TPM. São nove páginas que mostram diferentes aspectos da existência delas.

Assim como a mulher, a gastronomia tem sido uma pauta constante da revista nestes sete meses de existência. A partir do próximo mês de abril, o assunto irá ganhar uma abordagem totalmente nova. Colaboradora de *Bem Me Quer* desde a segunda edição, a chefe de cozinha Daniela Ferreira – responsável pela coluna Chef Dani Ferreira – irá embarcar, junto com o colega Adriano Farina, em uma viagem pelo Brasil com o objetivo de pesquisar a identidade gastronômica do país. A expedição, a bordo de uma Kombi, tem o apoio de *Bem Me Quer*. As descobertas do casal serão acompanhadas mês a mês em nossas páginas, revelando que a diversidade e a riqueza do Brasil também se refletem na mesa posta todos os dias.



Você também pode acessar o conteúdo da revista pelo endereço www.revistabemmequer.com.br

CARTAS E E-MAILS

redacao@revistabemmequer.com.br

BEM ME QUER

Sou leitora de Bem Me Quer na Internet. Descobri a publicação por meio de amigos. É bom navegar por suas páginas, admirar a edição caprichada. Depois de um dia pesado de trabalho, é prazeroso curtir a leitura leve proporcionada pela revista. Parabéns!

Angela Aguiar | Gravataí - RS

Ser ou não ser

um homem com barba?

Barba, cavanhaque ou bigode? Um rosto liso, talvez? Como escolher o estilo que melhor combina com o rosto e, seja qual for a escolha, que cuidados tomar para manter o visual com aparência bonita? Barba fica bem em homens com rosto quadrado ou triangular. Para quem tem rosto quadrado, a barba de pelos baixos – aquela de três dias – é perfeita. Evite a barba, porém, se tiver rosto arredondado, pois os pelos dão a impressão de aumento de volume. O cavanhaque pode ser utilizado por todos os tipos e formatos de rostos. O bigode, por sua vez, saiu de moda, mas é imprescindível para homens de buço largo. Leia a seguir as dicas de Roberto Mesones, cabeleireiro fundador da Pássaro Hombre, rede espanhola de salões para homens

Sem pelos

“Barbear é um ato agressivo à pele. As lâminas podem causar ardor, irritação e até mesmo hematomas nos poros”, explica Mesones. Assim, o ideal é fazer a barba no máximo duas vezes por semana. Calor e umidade favorecem a penetração da espuma ou do creme, facilitando o corte do pelo – o barbear depois do banho é uma ótima opção. Outra sugestão é cobrir o rosto com uma toalha quente umedecida por 30 segundos. Utilize uma boa navalha e realize o trabalho de corte na direção do crescimento do pelo, sem fazer muita pressão. Isso evita inflamações. Existem cremes e gel pós-barba com propriedades calmantes, muito recomendáveis para manter a pele hidratada e para fechar os poros, evitando que impurezas penetrem no rosto recém-barbeado.



Com pelos

Ter barba, bigode ou cavanhaque exige tantos cuidados quanto manter um rosto livre de pelos. “É preciso procedimentos quase diários quando a intenção é afastar uma aparência suja e desleixada”, explica Mesones. O barbear contínuo é indispensável para conservar as linhas do desenho. E o desenho bem delineado é o que garante o aspecto harmônico dos pelos do rosto.

Apare os pelos depois do banho. Corte-os com máquina – a mesma utilizada para o corte de cabelos, com o pente um pouco mais fino. A pele não é tão agredida, e o resultado harmônico da barba crescida está na moda. Na hora de barbear também é possível estilizar formatos. Basta ser criativo e perceber o que mais combina com você.



MOISÉS MORAES | BSG | BMQ



Receita que dá certo

Produtos à base de matérias-primas simples e naturais. Essa é grande tendência da indústria mundial dos cosméticos. Para acompanhar o desejo dos consumidores, a Panvel ajuda a difundir ainda mais o conceito de Beleza Natural, através da união das Linhas Mel, Leite de Cabra e Erva Doce. Antigas fórmulas utilizadas para manter a saúde da pele são incrementadas e transformadas em sabonetes, cremes hidratantes e esfoliantes com fragrâncias suaves e refrescantes.

Sem retoques

Batom é a maquiagem que mais vende no mundo. Além da cor, outro detalhe para o qual as consumidoras ficam atentas é a durabilidade. A linha Intense, de O Boticário, já atende a esta demanda e lança mais seis produtos que garantem colorir os lábios femininos por quatro horas, sem a necessidade de contínuos retoques. As novas opções são cor-de boca, cobre, rosa, rosa-boca, vermelho-fechado e vermelho-dourado. Todas elas vêm com FPS 15, vitamina E e manteiga de Cupuaçu.



Barbas e bigodes que fizeram história



Leonardo da Vinci (1452 – 1519) – de cabelos e barbas longas, suspeita-se que a imagem mais difundida do artista e cientista seja um autorretrato.



Luiz Inácio Lula da Silva (1945) – antes do presidente Lula, o último dirigente do país a exibir barba no rosto foi Prudente de Moraes (1841 – 1902), que governou o Brasil entre 1894 e 1898, mais de cem anos antes do atual mandatário subir a rampa do Palácio do Planalto.



Charles Chaplin (1889 – 1977) – o famoso bigodinho, conhecido como bigode-de-broxa, do Carlitos, personagem criado pelo ator inglês, ganhou o mundo pela simpatia e graça do personagem. O bigode de Carlitos, porém, perdeu o carisma com o ditador Adolf Hitler (1889 - 1945).



Che Guevara (1928 – 1967) – a imagem do argentino que se tornou um símbolo revolucionário, fotografado pelo cubano Alberto Korda (1928–2001) em março de 1960, mostra uma das barbas mais famosas do século 20.

Passa o sol, ficam as manchas

Depois dos dias de descanso à beira-mar, chega o momento de se despedir do verão. O desfecho da estação, no entanto, pode vir acompanhado de indesejáveis manchas de pele, resultantes da exposição ao sol. Quem esqueceu de utilizar o filtro solar regularmente ou apenas exagerou na exposição pode sofrer com a descamação da pele, que deixa um aspecto nada agradável nas áreas mais atingidas.

Consultora médica da Natura, Raquel Toyota explica que, para uniformizar a cor e manter o órgão saudável, são necessários procedimentos diários, como limpeza, hidratação e proteção à exposição solar. E salienta: *“Os cuidados básicos de limpeza e proteção valem para todos os tipos de pele”*.

Como fazer

Limpeza: ajuda a eliminar impurezas e resíduos que acumulam na pele ao longo do dia. Para lavar o rosto, o ideal é que seja utilizado sabonete neutro.

Hidratação: Feita à base de cremes, a hidratação é indicada principalmente para peles mais ressecadas. É importante consultar um dermatologista para ver qual produto é mais indicado para o seu tipo de pele.

Proteção: O uso do filtro solar é essencial todos os dias. Mesmo que a pessoa não fique o dia inteiro tomando sol, ela é atingida pelos raios maléficos ao organismo e que aceleram o envelhecimento da pele.

Muito betacaroteno

Para manter a saúde da pele, Bruna Rizzi, 21 anos, de Tapera, usa protetor solar com fator de proteção solar (FPS) 50 no rosto e 30 no restante do corpo, enquanto descansa em Rainha do Mar, no Litoral Norte. O bronzeado é acentuado com a ingestão de alimentos ricos em betacaroteno, como a cenoura. Para completar, muita água e também cautela: *“Evito horários próximos ao meio-dia. E não dispenso óculos escuros”*.



Linha Leve Santa Clara.
Bem-estar para toda a família.

AGL/10



Muito sabor aliado a uma vida saudável. Sempre pensando no seu bem-estar, a Santa Clara preparou uma linha de produtos que ajudam a tornar o dia a dia mais leve. São alimentos saudáveis, funcionais, muito nutritivos e que trazem benefícios para toda a família.



New York Fashion Week

A Semana da Moda de Nova York foi palco para apresentação das novidades da estação outono-inverno 2010/2011, no Bryant Park, em Manhattan. Um dos destaques foi o jovem designer Alexander Wang, que mostrou casaco com corte em tiras. O designer Jason Wu – criador do vestido usado pela primeira-dama norte-americana, Michelle Obama, no baile de inauguração presidencial dos Estados Unidos – trouxe peças mirabolantes, como o vestido quadrado e o balonê exagerado. Lacoste marcou pela alegria do colorido da coleção e da decoração da passarela

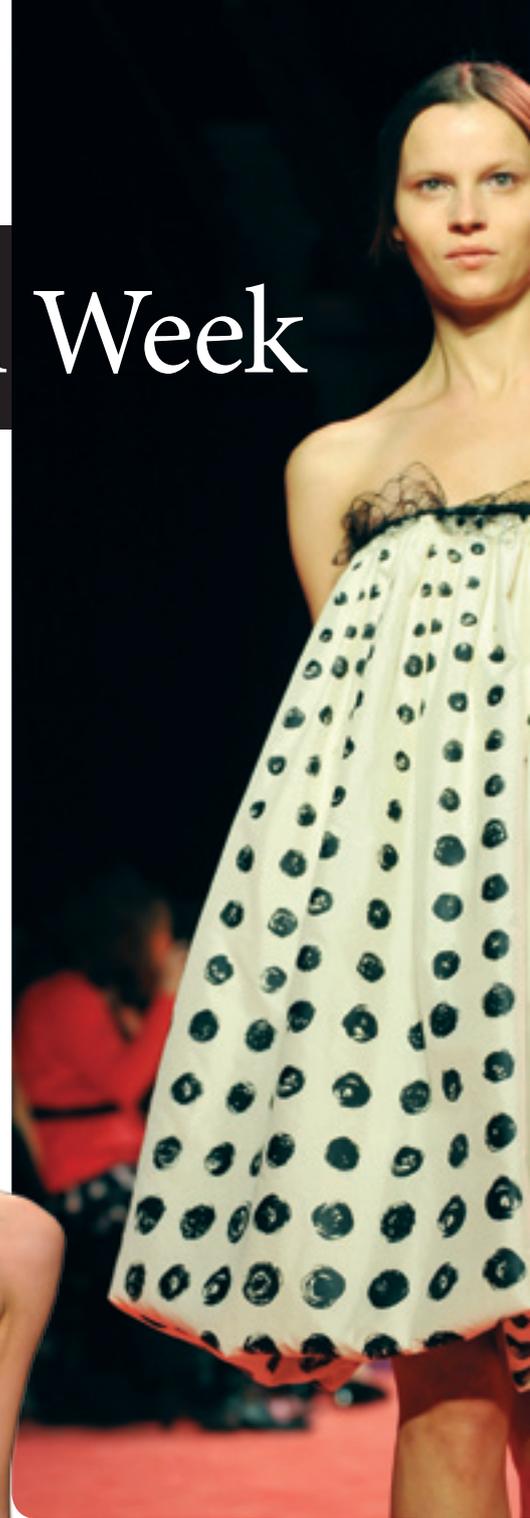


Carolina Herrera trouxe luxúria e originalidade em peças criadas em pele

FOTOS: DIVULGAÇÃO | B/MQ



Formas geométricas: formatos simétricos e assimétricos estiveram nas estampas e nos cortes das coleções de Nova York. Arise, BCBG Max Azria e Herve Leger confirmaram essa tendência.





A despedida de McQueen

Sempre polêmico, Alexander McQueen surpreendeu até mesmo na morte. O anúncio do suicídio do designer, em Londres, na Inglaterra, abalou a abertura da Semana de Moda de Nova York. O estilista era conhecido por quebrar regras, ultrapassar limites, apresentar criações provocantes e causar controvérsias nas passarelas. McQueen foi assunto da última coluna Vida Urbana pela exuberância da coleção de sapatos que apresentou na primavera/verão 2010.

O designer, de 40 anos, fez sua última aparição em público em Milão, na Itália, em janeiro deste ano, durante o lançamento da coleção outono/inverno 2011.



Irina Shabayeva deu toque especial com penas de pássaros pintadas à mão no interior e exterior de casacos.



JANAÍNA ROLIM DÍAZ, DE NOVA YORK
vidaurbana@revistabemmequer.com.br





Outono de estilo sóbrio e colorido

Ombros bem marcados e golas volumosas são tendências da moda outono/inverno 2010. Coordenadora técnica de moda do Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (Senac) de Canoas, Patrícia Cuozzo sugere a aposta em cores diferentes no guarda-roupa para a estação. *“As vestimentas masculinas vão explorar tons de verde-oliva e verde-militar, enquanto o vermelho-cereja deve dominar as opções de roupas femininas”*



DESFILE ALEXANDRE HERCHOVITCH | MARCIO MADEIRA | BMQ

Pernas de fora

Os vestidos curtos continuam em alta, principalmente quando se fala em roupas de eventos mais casuais. Para dar uma mãozinha contra o frio, muitos modelos virão com mangas longas. Além dos comprimentos mini, o toque de sensualidade fica com modelos com costas de fora, decotes profundos e “bobos”, daqueles que ficam bem soltos.



De tudo um pouco

Tons sóbrios, estamparias clássicas – como o xadrez inglês – e cortes retos continuam com lugar garantido em 2010, *“mas brilhos e estamparias coloridas, numa alusão aos anos 80, são algumas das novidades para a estação”*, diz Patrícia. Sobre os modelos, eventos glamorosos pedem os clássicos vestidos longos e ternos com abotoamento duplo.



O charme da estação

Um dos grandes destaques do outono/inverno 2010 são os blazers com ombros bem marcados, pontudos, tanto para homens quanto para mulheres. As produções masculinas ficam ainda mais interessantes com charmosas mantas e bolsas tipo pasta ou transversais, como as de carteiro. O toque de sensualidade das roupas femininas fica por conta dos espartilhos, *“o abre-alas de uma tendência que começou meio tímida no inverno passado e aparecerá com tudo neste ano”*, analisa Patrícia.

TEMPORADA DO

TÊNIS



Tênis Flik Bord. para Menina Bebê 7X
R\$ **4,27**
à vista R\$ 29,90



Tênis Lona Feminino Adulto 7X
R\$ **7,13**
à vista R\$ 49,90



Tênis Tryon Capri Feminino Adulto 7X
R\$ **11,41**
à vista R\$ 79,90



Tênis Tryon Aston Masculino Adulto 7X
R\$ **14,27**
à vista R\$ 99,90



Tênis Running Masculino Adulto 7X
R\$ **9,99**
à vista R\$ 69,90



7x

SEM ENTRADA E SEM JUROS



PRESENTEIE MAIS COM O CARTÃO PRESENTE POMPEIA

Condição Temporada do Tênis: 7x sem entrada e sem juros no cartão Pompéia, válida de 01/03/2010 a 31/03/2010. Ofertas válidas enquanto durarem os estoques e somente para produtos cadastrados na promoção. Fotos meramente ilustrativas.

Pompéia

É fácil ser fashion

Dos Estados Unidos para Porto Alegre

Finas fatias sobrepostas e recheadas com canela importada da Índia e açúcar, cobertas por um suave molho de nata. Isso é o *cinnamon roll* – rolinho de canela, em inglês –, delícia produzida pelo médico veterinário e gourmet nas horas vagas José Luciano Bonetti, de Porto Alegre. Para acertar a receita, Bonetti pesquisou durante mais de dois meses. Ele desejava servir em Porto Alegre o mesmo sabor e consistência que lhe deixava com água na boca nos quiosques de Denver, nos Estados Unidos, durante um período de estágio em clínicas norte-americanas. “A calda foi o mais demorado”, revela. Ao retornar à Capital gaúcha, Bonetti buscou ajuda do confeitiro Alexandre Barbosa para descobrir os segredos da receita, que tem origem sueca. Barbosa e Bonetti prosseguem juntos na empreitada do *cinnamon roll*.

Hoje, além de vender para cafés de Porto Alegre – como o Café Santo de Casa, na Casa de Cultura Mario Quintana, importante ponto turístico da cidade –, os rolinhos de canela são servidos no café da manhã do Hotel Sheraton, um dos mais sofisticados da Capital. Também é possível fazer encomendas pela Internet em cinnamonroll@portoweb.com.br. Os rolinhos são fornecidos congelados e prontos para ir ao micro-ondas. Sir-



TÂNIA MEINERZ | BMO

va quente. Perfeito para dias frios. Em tempos de calor, a pedida é o acompanhamento de uma bola de sorvete de creme. “O contraste entre temperaturas fica maravilhoso”, diz Bonetti.





Uma viagem em busca de sabor e cultura

A partir de abril, os leitores de *Bem Me Quer* irão embarcar em uma aventura gastronômica e cultural pelo país. Com o apoio da revista, os chefes de cozinha Daniela Ferreira, 27 anos – que assina a coluna Chef Dani desta publicação –, e Adriano Farina, 28 anos, já partiram de Porto Alegre, a bordo de uma Kombi, para pesquisar aromas, sabores, costumes e histórias de diferentes regiões do Brasil. Sem data definida de retorno, a dupla irá contar na seção Trip dos Paneleiros, mês a mês, o que de melhor encontraram estrada a fora.

Formados na primeira turma do curso de gastronomia oferecido pela Unisinos, Daniela e Farina começaram a sonhar com esta viagem ainda nos tempos de faculdade. “Desde aquela época, percebemos a carência de sistematização da identidade culinária do próprio país. Sabíamos mais sobre a culinária francesa ou espanhola do que a brasileira. Descobrimos, então, que não conhecíamos nosso país”, diz Daniela.

POTI SILVEIRA CAMPOS | BMQ



CHEF DANI FERREIRA

chefdani@revistabemmequer.com.br

A cozinha asiática do Galangal

Há seis meses, Canela, na Serra Gaúcha, ganhou uma nova e interessante alternativa para quem deseja escapar do café colonial ou da sequência de fondue – trata-se do restaurante Galangal. Guilherme Lahm, ex-chef do estrelado Restaurante Tigre Asiático, na Praia do Rosa (SC), a mulher, Magda Correa, natural de Canela, e o sushiman Barreto uniram talentos e fazem o maior sucesso na cidade com pratos típicos da culinária indiana, tailandesa, chinesa, coreana e japonesa. Decoração apropriada – inclusive com tatame – e atendimento por garçons que parecem ter experimentado o cardápio que apresentam fazem parte da receita. Bonito de ver. A carta de vinhos é acessível, e as opções de cervejas artesanais são fartas.

Os preços dos pratos variam entre R\$ 25 e R\$ 50. Experimente o couvert indiano composto por pãezinhos chapatis e diferentes chutneys. Como prato principal, o Tom Yum Goong é uma ótima pedida ou o tradicionalíssimo Pad Thai, que segue à risca o modo de preparo trazido da Tailândia. De sobremesa, Apple Passion, bananas quentinhas ao leite de coco e maracujá com sorvete de creme ou gengibre para contrastar. Um arraso!



Serviço

HORÁRIO

- ☉ De terça a domingo, das 19h às 24h
- ☉ Sábados e domingos, almoço das 12h às 16h

ENDEREÇO

- ☉ Avenida Osvaldo Aranha, 321
- ☉ Canela – RS
- (54) 3282.8205



Bar doce bar

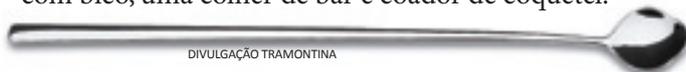
Preparar um bom coquetel depende de conhecimento, prática e produtos de qualidade. O pernambucano Julio Romário Pascoal, residente em Curitiba (PR), professor de coquetelaria há 36 anos, apresenta aos leitores de Bem Me Quer o que é necessário para montar um bar na própria residência, além de receitas de drinques consagrados. Para preparar uma grande variedade de drinques, é importante ter, pelo menos, um representante de cada tipo de bebida. A marca escolhida depende do gosto e do investimento que está disposto a fazer. O custo total, incluindo os gastos com utensílios, fica entre R\$ 540 e R\$ 1 mil.

Utensílios

Para drinques batidos com ingredientes consistentes como cremes, sucos, sorvetes, ovos, mel e leite, é necessária uma coqueteleira de qualidade. Uma sugestão é a Tramontina Millenium.

Nas receitas com ingredientes mais finos, como destilados, vermute, bitters, vinhos e espumantes, o drinque é normalmente preparado no copo em que será servido.

Mixing Glass: composto por um copo grande de vidro com bico, uma colher de bar e coador de coquetel.



DIVULGAÇÃO TRAMONTINA



DIVULGAÇÃO TRAMONTINA

As bebidas

Vodka

Nacionais – Smirnoff, Orloff, Eristoff
Importadas – Stolichnaya, Absolut

Rum

Nacional – Bacardi carta branca
Rum composto – Bacardi Lémon, Bacardi Big Apple
Rum importado – Negrita, Havana

Gim

Nacionais – Seager's, Gilbey's
Importados – Bombay, Beefeater, Gordon's, Tanqueray

Conhaque

Nacionais – Domecq, Macieira
Importados – Fundador, Lepanto, Carlos I

Tequila

Sauza ou Jose Cuervo

Aguardente

Branças, para caipirinhas – Caninha 51, Pitú
Envelhecida – Terra Brasilis

Vermute

Nacionais – Martini, Cinzano, Contini
Importados – Martinis Italianos, Noilly Prat Francês

Uísque

Nacionais – Grampar, Wall Street
Importado – Johnnie Walker

Licor

Nacionais – Curaçau Branco, Curaçau Blue, Mandarino, Cacau, Cassis, Café, Menta. Todos da marca Stock.
Importado – Cointreau

Especiais

São bebidas adocicadas, normalmente ingeridas sem mistura.
Amarula, Tia Maria, Frangélico, Bailey's Irish Cream e Malibu

Xarope

Muito utilizado em coquetéis.
Sabores – granadine, maçã verde, framboesa, tangerina, violeta e amêndoas. Todos nacionais, da marca Kaly.

Bitter

Campari ou Mezzamaro

O bar ainda deve ser complementado com vinhos, espumantes e cervejas.

Receitas de verão

As bebidas mais refrescantes são chamadas, em inglês, de long drinks e têm baixo teor alcoólico.

Lagoa Azul

- ⊙ 40 ml de vodka Eristoff
- ⊙ 20 ml de Curaçau Blue
- ⊙ 15 ml de suco de limão
- ⊙ 65 ml de refrigerante de limão

Bata a vodka, o Curaçau Blue e o suco de limão na coqueteleira. Sirva em copo alongado e fino até a metade. Complete com refrigerante. Decore com rodela de limão e cereja.

Gin Fizz

- ⊙ 3/4 gim
- ⊙ 1/4 suco de limão

Uma colher de bar de açúcar
Água tônica ou água com gás

Bata o gim, o suco de limão e o açúcar na coqueteleira. Sirva até a metade de copo fino e alongado. Complete com tônica ou água com gás.

Mojito

- ⊙ 50 ml de Rum Bacardi branco
- ⊙ 20 ml de suco de limão
- ⊙ 70 ml de água tônica ou água com gás
- ⊙ Uma colher de sobremesa de açúcar
- ⊙ 8 folhas de hortelã
- ⊙ Um galho de hortelã

Canudo

Prepare em copo fino e alongado. Coloque as folhas de hortelã e o açúcar. Macere as folhas, adicione o limão e mexa. Encha o copo com gelo em cubos, acrescente o rum e complete com água tônica ou água com gás. Mexa lentamente e decore com o galho de hortelã.



Os clássicos

Aprenda a fazer drinks e impressionar os convidados:

Dry Martini

- ⊙ 80 ml de gim Seager's ou importado
- ⊙ 10 ml de Dry Martini ou Noilly Prat
- ⊙ Um limão
- ⊙ Uma azeitona verde sem recheio

Prepare em um copo separado com cubos de gelo. Coloque primeiro o gin, depois o Dry Martini. Coe para uma taça de coquetel. Torça uma casca de limão verde sobre a bebida e decore com azeitona verde espetada no palito.



Sex on the beach

- ⊙ 40 ml de Vodka Eristoff
- ⊙ 20 ml de Licor Peach
- ⊙ 10 ml de Grenadine Kaly
- ⊙ 60 ml de suco de laranja
- ⊙ 1/2 de fatia de laranja
- ⊙ Uma cereja

Prepare em copo fino e alongado com gelo em cubo. Sirva a vodka, acrescente licor e mexa. Complete com suco e mexa novamente. Decore com a laranja e cereja. Adicione Grenadine Kaly.

Vem para Porto Alegre!

Tenha um final de semana de cultura, lazer e compras.

Show Franz Ferdinand | 18.03
 Show Rita Lee | 12.03 e 13.03
 Show Nelly Furtado | 25.03
Aniversário de Porto Alegre
 | 26.03 - Baile da Cidade
 Corrida do Aniversário de Poa | 28.03
e muito mais!

Aproveite as diárias promocionais de final de semana para duas pessoas a partir de R\$ 70,00 nos hotéis conveniados, e ganhe um city-tour pela capital na Linha Turismo.

RESERVAS:

www.rotametropole.com.br

SAT - MAIORES INFORMAÇÕES

0800 51 7686



ROTAMETRÓPOLE

Porto Alegre em fim de semana



Hotéis participantes:



O longo caminho par

Trinta e cinco anos depois de a Organização das Nações Unidas (ONU) instituir o Dia Internacional da Mulher, o acesso de representantes do gênero às instâncias de poder registrou significativo progresso, mas ainda deixa a desejar

Na América Latina, a participação feminina nos principais cargos de comando, tanto na iniciativa privada quanto no setor público, é tímida. Somente em 2006, por exemplo, uma mulher assumiu a presidência de uma nação, com Michelle Bachelet, no Chile (veja quadro na página ao lado). No Brasil, mesmo com a adoção da política de cotas desde 1997 – legislação que determina um mínimo de 30% de candidaturas para mulheres –, o sucesso do gênero em eleições cresce lentamente.

O melhor desempenho ocorreu no mesmo ano da vitória de Bachelet: entre os 26 Estados do país, mais o Distrito Federal, três Unidades da Federação passaram para as mãos de governadoras – Ana Júlia Carepa (PT), no Pará, Wilma Faria (PSB), no Rio Grande do Norte, e Yeda Crusius (PSDB), no Rio Grande do Sul. Yeda se tornou a primeira mulher a tomar posse no Palácio Piratini. No Brasil, Roseana Sarney (PMDB) foi a primeira a ser eleita governadora, no Maranhão, em 1994. Foi reeleita em 1998.



© Chiquinha!

a o poder

Voltou ao cargo em 2009, depois da cassação do governador Jackson Lago.

Também nos legislativos federais e estaduais, o número de vagas conquistadas por mulheres está longe de refletir a importância social e econômica que elas detêm hoje no país. Das 513 cadeiras da Câmara dos Deputados, apenas 8,7% foram destinadas a mulheres em 2007. No Senado, entre 81 senadores, 15%. Nas câmaras municipais, 12%. Nas prefeituras, 9%.

Na iniciativa privada, o quadro é

semelhante. Ou seja, muito trabalho para elas, mas os cargos principais – presidência e direção-executiva – ainda estão nas mãos deles. Segundo levantamento da Catho Online, que atua no ramo de classificados de empregos, as mulheres ocupam apenas 21,4% das posições mais elevadas. A pesquisa foi realizada em fevereiro de 2009, com 89 mil empresas. A boa notícia é que registrou um crescimento significativo. Estudo promovido 12 anos antes apontava 10,4% de mulheres naqueles cargos.

O número

De acordo com o Tribunal Superior Eleitoral, existem no Brasil

4 milhões

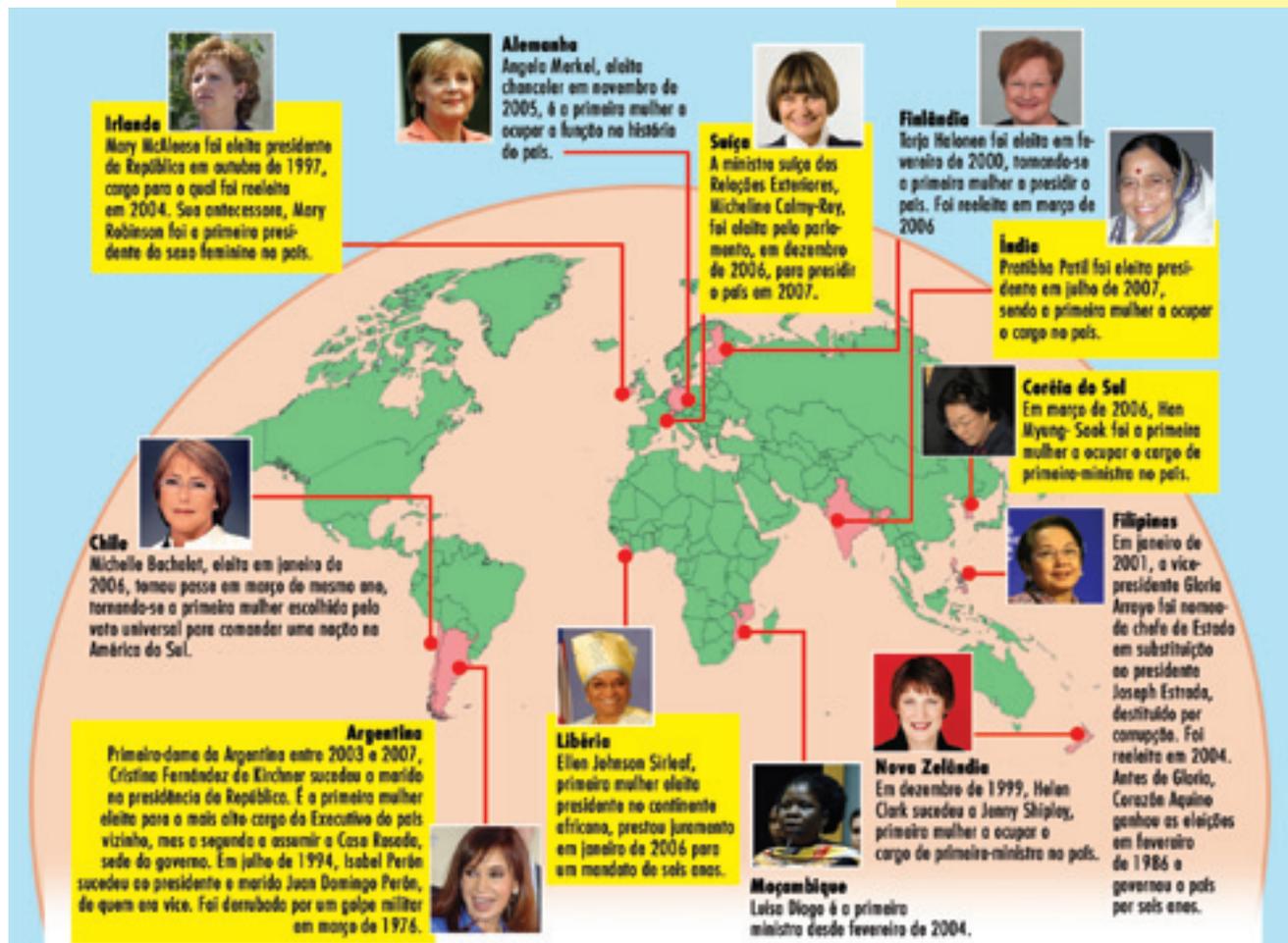
de mulheres eleitoras a mais do que homens aptos a votar. Mesmo assim, elas têm pouca representação nos legislativos. Na Câmara dos Deputados, apenas

8,7% das **513** cadeiras.

No Senado, **15%** das **81** vagas.

Nas assembleias dos Estados, **9%** são deputadas.

Observação: os percentuais se referem aos resultados das eleições de 2006.



Comando bem feminino



Simone Mariano da Rocha, 52 anos, de Nova Prata, primeira mulher a assumir o cargo de Procuradora-Geral da Justiça do Rio Grande do Sul.

No Rio Grande do Sul, onde a supremacia masculina é exaltada aos quatro ventos, a presença de mulheres nas principais instâncias de poder obteve uma conquista importante em 2006, com a eleição da governadora Yeda Crusius (PSDB). Ainda assim, seguindo a tendência geral, é lenta a ascensão feminina aos postos máximos. A pouca presença, no entanto, é compensada pela qualidade das escolhidas

“A participação feminina ainda está muito aquém do que representamos na sociedade”, diz a Diretora de Relações Institucionais da Secretaria da Justiça e do Desenvolvimento Social, Nadine Dubal, que mantém o charme e a beleza dos tempos em que foi eleita Garota Verão, em 1995. É que, diferentemente do que ocorria em 1968, quando o Movimento de Libertação Feminina negava a vaidade das mulheres como meio de conquistar direitos iguais entre os gêneros, as gaúchas que mandam ver no Estado estão atentas ao salto alto e às unhas bem feitas. “Ir ao salão, fazer as unhas, arrumar o cabelo ajudam na autoestima e no bem-estar feminino”, afirma Simone Mariano da Rocha, a primeira mulher a ocupar o cargo de procuradora-geral da Justiça do Rio Grande do Sul.

“Competência não está ligada a questões de gênero. Homens e mulheres têm a mesma capacidade”, diz a procuradora, que indicou uma mulher para a segurança do gabinete, tarefa costumeiramente atribuída a um homem: “Sinto-me mais à vontade com uma capitã. E é uma mulher bonita. Volta e meia escuto comentários, brincadeiras de colegas a respeito dela. É divertido”.

Segurança também é a área da major Nádía Gerhard, única mulher a comandar um batalhão da Brigada Militar no Estado. “É preciso achar tempo para tudo. O que não podemos fazer é deixar de lado filhos, marido ou a própria autoestima”, diz. A empresária Carmem Ferrão destaca a validade das diferenças entre homens e mulheres, que “se refletem na forma como lidam com o poder”.

Quem são elas



Nádía Gerhard, 41 anos, de Porto Alegre, major da Brigada Militar, única mulher a comandar um batalhão da corporação no Estado.



Nadine Dubal, 31 anos, de São Borja, diretora de Relações Institucionais da Secretaria da Justiça e do Desenvolvimento Social do Rio Grande do Sul.



Carmem Ferrão, 52 anos, de Camaquã, superintendente de Marketing e Vendas da rede de lojas Pompéia, com 54 lojas distribuídas em 53 municípios do Estado.



Bisnaguinha Seven Boys. O sabor da nossa infância.

Há mais de seis décadas, a Seven Boys fabrica pães, bolos e biscoitos com um ingrediente especial: carinho. Afinal, estar à mesa junto com a sua família é um ritual de amor que atravessa gerações e muito nos orgulha.



UM RITUAL DE AMOR NA SUA VIDA

Elas são minoria em Cotiporã

POTI SILVEIRA CAMPOS

Na pequena Cotiporã, a “Joia da Serra Gaúcha”, a 173 quilômetros de Porto Alegre, os números reverterem o dito corriqueiro de que “sobra mulher e falta homem” no Estado e no país. De acordo com dados da Fundação de Economia e Estatística (FEE), o município lidera o ranking gaúcho de cidades onde a razão demográfica – a proporção entre os sexos na população – pende para o lado deles. Sim, em Cotiporã, há mais homens – 57,7% dos habitantes – do que mulheres

“Dois anos atrás, não era assim”, diz a comerciária Nisalva Zardo, 18 anos. A garota desconhece o que mudou, mas uma possível explicação se ergue sobre as águas dos rios das Antas e Carreiro: três pequenas centrais hidrelétricas, construídas a partir de 2002, e cujas obras chegaram a levar mais de 1,5 mil homens para a região no auge dos trabalhos, em 2006. Também é preciso considerar o êxodo rural feminino, fenômeno que atinge Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul (*veja o quadro*).

De qualquer forma, os números da FEE confirmam: desde 2001, pelo menos, a proporção entre homens e mulheres no município vem se distanciando. No início da década, eram 2.178 homens para 1.977 mulheres. Hoje, são 2.691 homens para 1.967 mulheres. Nos cálculos da razão demográfica, o índice saltou de 1,1 homem por mulher para 1,3.

Entre elas, a supremacia masculina é pouco percebida. “Nunca parei para pensar nisto”, diz a princesa da Fest in Veneto Patrícia Renata Cenci, 18 anos, considerada uma das moças mais bonitas de Cotiporã. A estudante de fisioterapia Priscila Simioni, 26 anos, ressalta que as mulheres circu-

lam menos pela cidade, uma comunidade italiana, de costumes e moral mais rígidos, principalmente para o sexo feminino. “Uma menina de 18 anos não viria sozinha aqui”, diz Priscila, sentada junto a uma das mesas ao ar livre do Bodega’s Bar, o principal ponto de balada, ao lado do namorado, o marceneiro Adilson De Marco, 30 anos.

Na mesa ao lado, seis rapazes, com idades entre 19 e 30 anos, têm certeza de que falta mulher e sobra homem na joia da Serra Gaúcha. “Como podem ver, a proporção é parelha”, brinca um deles, salientando a presença de Priscila, a única mulher no local, no início de uma noite de quarta-feira, com céu estrelado e agradável temperatura, entre o Natal e Ano-Novo.

O padre Adelar Zanetti, 42 anos, três deles no município, também percebe o déficit na população feminina. “No interior, encontramos muitos homens solteiros, em busca de uma

companheira. Casamentos entre familiares são comuns”, afirma o pároco responsável pela Paróquia de Nossa Senhora da Saúde de Cotiporã. No total, a paróquia reúne 20 comunidades, cada uma delas com sua própria igreja.



Nos números, os sexos estão mais próximos

Elas ainda são maioria no país. Há um Uruguaí e meio de mulheres a mais do que homens no Brasil. A população feminina supera em 5,1 milhões de pessoas o contingente masculino – o Uruguaí tem 3,4 milhões de habitantes. Ainda assim, a proporção entre os sexos vem se aproximando no território nacional, de acordo com Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio, divulgada em setembro de 2009 pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.

De acordo com o levantamento, no Brasil há 0,95 homem para cada mulher – elas representam 51,3% da população. Na Região Norte, porém, a proporção chegou à paridade, confirmando a tendência de aproxima-

ção numérica entre os gêneros. Os especialistas, no entanto, advertem: dificilmente haverá uma inversão, com os homens se tornando maioria.

“Nascem muito mais homens do que mulheres, provavelmente por uma questão genética. Mas eles também morrem muito mais, por questões ligadas ao estresse da sobrevivência e, entre os jovens, por causas violentas”, explicou o demógrafo e diretor de pesquisas sociais da Fundação Joaquim Nabuco – ligada ao Ministério da Educação –, Morvan Moreira, em reportagem do site UOL.

LUCIANA MENA BARRETO | BMQ

Liga
Feminina
Regional
de Combate ao Câncer
Anópolis
Cotiporã
Flores
Varela

Onde fica



Princesa da Fest in Veneto, Patrícia Cenci diz nunca ter percebido a supremacia masculina na demografia de Cotiporã.



© Chiquinha!

Bem longe da namorada

Há um ano e meio em Cotiporã, o agricultor Jucemar Soares, 23 anos, percorre pelo menos 600 quilômetros até Campo Erê (SC), na divisa com o Paraná, para namorar. “*Aqui não é fácil*”, diz. Para matar a saudade da moça que deixou na terra natal, Soares faz uso do celular. O agricultor chegou a Cotiporã para trabalhar na viticultura, na localidade de Morro do Céu. Futebol, nos fins de semana, é a única diversão. Soares pensa em ficar na região, mas já sabe: “*Vou ter que dar um jeito de trazer a namorada*”.



Momento de decisão

O marceneiro Adilson de Marco, 30 anos, e a estudante de Fisioterapia Priscila Simioni, 26 anos, namoram há seis. Nascidos em Cotiporã, o casal terá em breve de tomar uma decisão. É que Priscila irá se formar em meados deste ano, mas sabe que terá dificuldade para trabalhar na cidade – um problema que Marco não enfrenta. “*Aqui é meio complicado para minha profissão*”, diz Priscila.

Sem chance de retorno

Em Cotiporã, o Bar do Salão é o mais tradicional ponto de encontro para homens acima de 40 anos. Não há mulheres no estabelecimento, instalado no prédio do Monte Veneto Palace, o único cinema da cidade, há décadas com as portas fechadas. Atrás do balcão, Armindo Benetti, 53 anos, suspira de saudade de duas moças: as próprias filhas, com idades de 22 e 23 anos. Uma delas está em Bento Gonçalves, estudante de Farmácia na Universidade de Caxias do Sul. A outra, em Porto Alegre, no curso de História da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Três anos atrás, elas deixaram Cotiporã. “*Retornar? Nem pensar. Elas vêm de vez em quando. E olhe lá*”, diz Benetti. O pai sabe que as filhas teriam poucas oportunidades de trabalho e de diversão no município. “*Convivi muito pouco com elas*”.





Cresce a evasão feminina no campo

Pequenos municípios do Paraná, de Santa Catarina e do Rio Grande do Sul, com estrutura socioeconômica baseada principalmente na agricultura familiar, enfrentam hoje o fenômeno da evasão feminina. Em desvantagem profissional – a elas cabem somente as atividades domésticas –, preteridas na administração e na sucessão de propriedades – os herdeiros são preferencialmente os homens – e, conseqüentemente, com pouco reconhecimento social, moças entre 15 e 29 anos trocam o campo pelos grandes centros urbanos. Pesquisa desenvolvida pela professora do Programa de Pós-Graduação em Sociologia na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) Anita Brumer, em 2007, indica que naquela faixa etária o número de rapazes em regiões rurais do Estado superava o de moças em quase 18,4 pontos percentuais: 59,2% contra 40,8%. A situação se repete nas outras duas unidades da federação. No Paraná, a proporção é de 54,9% de rapazes para 45,1% de moças. Em Santa Catarina, de 54,6% para 45,4%.

O número

Entre os jovens que vivem no campo,

71%

dos rapazes preferem morar no meio rural, mas somente

45%

das moças têm a mesma preferência

Sopram ventos desgarrados carregados de saudade, (...) Mas o que foi, nunca mais será.

NAPP & BARBARÁ

Desgarradas

Uma das marcas mais representativas dos tempos atuais é a mobilidade. A noção de Aldeia Global, que se acelerou com o advento das comunicações via satélite, do rádio e da TV, ganhou um caráter definitivo com a internet – instrumento que leva para qualquer lugar do mundo algo acontecido dentro da nossa casa e, principalmente, o inverso. A telefonia se tornou acessível para a quase totalidade da população e, pelo meio eletrônico, pode-se ter amigos íntimos morando em outras cidades, estados e países. Quando somamos isso à facilidade de deslocamento, na medida em que seu custo está cada vez menos oneroso, permanecer no município natal é nada além de uma das inúmeras possibilidades de vida para muitas pessoas. E, para grande parte delas, a menos atrativa.

Outra mobilidade experimentada é menos literal: a dos papéis. Depois do impulso conferido pela revolução feminista, a libertação daquela prisão domiciliar que significava ser mãe em tempo integral modificou profundamente a estrutura da sociedade. E ninguém pode ser acusado de ser pego de surpresa: tal fenômeno já perdura por, no mínimo, meio século. Educadas para buscarem sua realização através do estudo e do trabalho, ou influenciadas por trajetórias de mulheres vencedoras, as meninas passaram a vislumbrar horizontes muito mais amplos do que aqueles oferecidos pela janela de casa. Assim, casarem-se com um pretendente capaz de lhes garantir segurança financeira se tornou apenas um entre vários caminhos. E, no que pesa o valor social, nem sempre o mais atrativo.

Quando somamos essas duas mobilidades, a real e a metafórica, o resultado pode explicar muito sobre o êxodo rural da população feminina no Rio Grande do Sul – fenômeno que chega a influenciar o cada vez maior número de homens solteiros em diversas regiões. Com uma escolaridade média superior à nacional, e vivendo em uma das unidades da federação mais avançadas em termos culturais, nada parece impedir que as moças nascidas no Interior migrem na direção dos grandes centros. Basta não frear o ímpeto que as fizeram abandonar os limites da cozinha para que a vida lhes imponha novos e atraentes desafios. Além do mais, como poucas se inscrevem na linha sucessória das propriedades rurais – lida associada aos filhos homens –, outras profissões passam a ser alternativas, com destaque para o setor terciário. E, logicamente, este grande empregador é forte nos aglomerados urbanos.

Neste panorama, parece que os homens que habitam a zona rural do nosso estado precisarão revisar rápida e profundamente seus valores, atitudes e projetos de vida para fazerem subir suas cotações com as fugidias pretendentes. De alguma maneira, oferecer a elas horizontes mais amplos, mesmo sem abandonar a terra. Afinal, o coração das moças pode estar batendo em outra frequência, muito mais acelerada do que a dos rapazes. Ou, depositando fé em uma nostalgia que parece ser cada vez menos provável, resta aos solitários esperar que algumas desgarradas se inuntem de saudade do tempo em que eram meras coadjuvantes na rotina de bravatas masculinas. Pior: apostando na improvável hipótese de que elas, como dizem os versos de Sérgio Napp, “faziam planos e nem sabiam que eram felizes”. Será?



À beira de um ataque de nervos

Quem consegue encontrar lógica nos pensamentos de uma mulher em tensão pré-menstrual (TPM)? “Além de ficar chorona e irritada, me dá neura por limpeza”, diz a relações-públicas Rossana Vecchio, 39 anos. Ela ri, mas, em pelo menos uma ocasião, o ex-marido não achou graça. Rossana estava naqueles dias quando tiveram uma briga à toa. “Fiz minhas malas, peguei um ônibus e saí da cidade. Na primeira parada, depois de pensar um bocadinho, liguei e pedi que ele fosse me resgatar”, lembra.

O educador físico Gustavo Rego, 33 anos, e a jornalista Aline Marques, 25 anos, aprenderam a lidar com o problema. “Nada que eu diga terá valor. A única tática que funciona é o

- *Amor, seja sincero. Estou gorda?*
- *Não. Você está linda assim.*
- *Assim como? Gordas?*
- *Gorda nada! Acho até que você emagreceu...*
- *Quer dizer que eu estava gorda antes?!*

chocolate”, diz Gustavo. “Ele traz um doce, me acalmo e conseguimos dar risada”, confirma Aline. Nem sempre foi assim, porém. Um celular esquecido em casa resultou em 32 ligações e quatro mensagens de texto num intervalo de 30 minutos. Mesmo depois

de elucidado o mistério, a jornalista custou a ceder. “Criei mil histórias enquanto ele não atendia o bendito telefone.”

Rosani Azevedo, 38 anos, tira de letra a tarefa de lidar com o público no consultório médico em que trabalha. Em dias de TPM, porém, Rosani toma precauções. “Se chego ao limite, vou ao banheiro respirar fundo. Os pacientes não têm obrigação de aguentar descontrolado de minha parte.” Ela está certa. Para quem perde o controle com frequência no período pré-menstrual, a dica é procurar um especialista. “Pode se tratar de fragilidades psíquicas mais sérias, como transtorno bipolar e depressão”, alerta a psicóloga Verônica Chaves.



Direto da redação de *Bem Me Quer*

A literatura médica chega a contabilizar cerca de 150 sintomas relacionados ao período pré-menstrual, mas a Organização Mundial da Saúde não define TPM como uma patologia. “Acredita-se que 80% das mulheres em idade reprodutiva têm algum sintoma”, diz a ginecologista Miriam Trentin. A publicitária Luana Rodrigues, 27 anos, colaboradora de *Bem Me Quer*, se considera incluída no percentual. “Tenho de tomar cuidado naqueles dias.” Luana adotou uma xícara para lembrar a si própria – e aos demais – dos perigos que rondam uma mulher em TPM.

Para ficar bem naqueles dias

O mal-estar da TPM está associado à oscilação hormonal do ciclo menstrual. No período, a liberação de um importante neurotransmissor, a serotonina, fica prejudicada. E é justamente esta substância a responsável por causar a sensação de bem-estar. Com menos serotonina no cérebro, a mulher fica propensa à tristeza, à irritabilidade e ao choro quase sem explicação.

Embora o tratamento da TPM deva ser individualizado, de acordo com os sintomas de cada mulher, é possível adotar hábitos diários que ajudam a enfrentar o problema com maior facilidade. A ginecologista Miriam Trentin sugere o aumento da ingestão de proteínas, a redução do consumo de açúcar, sal, café e álcool, a suplementação da dieta com vitaminas B6 e E, além de cálcio e magnésio, e a prática de exercícios regularmente.



O prazer de estar onde

DÉBORA GAMA

“Cuidado com os crocodilos”, adverte a placa, mas não há répteis pavorosos na casa no Bairro Cristal, Zona Sul de Porto Alegre. A suposta ameaça à segurança do visitante são quatro pequeninos cães da raça Dachshund – conhecida no Brasil por salsicha ou linguicinha: Polenta e Radicci, mais afobados, latem desesperadamente junto ao portão. “Não escuto direito a campainha, mas estes dois...”, diz o fotógrafo Flávio Del Mese, 75 anos, que se tornou famoso na Capital gaúcha pelos documentários que produziu e exibiu durante mais de duas décadas. O tema dos audiovisuais, invariavelmente, foram as viagens que realizou mundo afora. O fotógrafo, casado com a advogada Eliana Donatelli, perdeu a conta dos países que visitou, nos cinco continentes: “Não faço a menor ideia”



TÂNIA MEINERZ | BMQ

Fundado em 1980, o Studio Flavio Del Mese se tornou um dos principais pontos culturais da Capital. Com capacidade para 147 pessoas, o teatro funcionava em um antigo casarão da Cidade Baixa, muito antes de o bairro se tornar refúgio agitado da boemia mais descontraída. Del Mese viajava, fotografava, redigia o texto, montava o documentário com slides e abria as portas do Studio para o público pagante. O empreendimento tornou-se seu ganha-pão. “Amigos vinham na minha casa para conhecer detalhes das

viagens mais incomuns e acabavam com a adegas. Tive que pensar em uma alternativa”, brinca. A alternativa durou 22 anos e 48 documentários. “Passava o fim de semana envolvido com as exibições. Não podia marcar um jantar com os amigos. Teve um dia que cansei.” Em casa, Del Mese preserva as 30 últimas produções. “As mais antigas acabaram estragando.”

Numa época em que o mundo era um lugar distante, sem Internet para assegurar comunicação instantânea, sem telefonia móvel e de viagens cer-

ceadas pelas rígidas fronteiras do período da Guerra Fria (1945-1991), entre os Estados Unidos e a antiga União Soviética, Del Mese esteve em países cujo cotidiano era um mistério para a população brasileira. A produção sobre a China, país comunista visitado em 1973, por exemplo, ele considera uma das mais marcantes. “As pessoas ficavam impressionadas com a realidade do lado de lá do planeta. Pouco era dito, escrito ou falado sobre a região. Tudo era novo e diferente. E o diferente instiga.”

as coisas acontecem

FOTOS FLÁVIO DEL MESE | BMQ



Início aos 35 anos

Nascido em Caxias do Sul, na Serra Gaúcha, Flávio Del Mese começou a se dedicar profissionalmente à fotografia aos 35 anos. Antes, foi piloto de carros. Durante oito anos e seis meses, arriscou a vida em corridas com pouca ou nenhuma segurança, até a atividade ser proibida. Depois do automobilismo, Del Mese se tornou correspondente internacional de um jornal diário de Porto Alegre. Na estreia, acompanhou o início de carreira dos irmãos e pilotos de Fórmula 1 Wilson e Emerson Fittipaldi, em Londres, na Inglaterra. Emerson foi o primeiro brasileiro a se sagrar campeão mundial na categoria.

Em 1971, a trabalho para uma agência de notícias estrangeira, seguiu para Vietnã e Camboja. Os dois países, palco das guerras mais violentas da época, foram o lar do fotógrafo por oito meses. *“Gosto de estar no lugar onde as coisas acontecem. Acho que todo mundo tem um pouco disso.”*



Venezuela não

Aos 25 anos, Flávio Del Mese havia conhecido quase toda América do Sul. “Só faltou a Venezuela.” A lacuna permanece no currículo do fotógrafo até hoje. “Com Hugo Chávez lá, prefiro ficar longe”, diz, referindo-se ao presidente do país.

Decepção em Galápagos

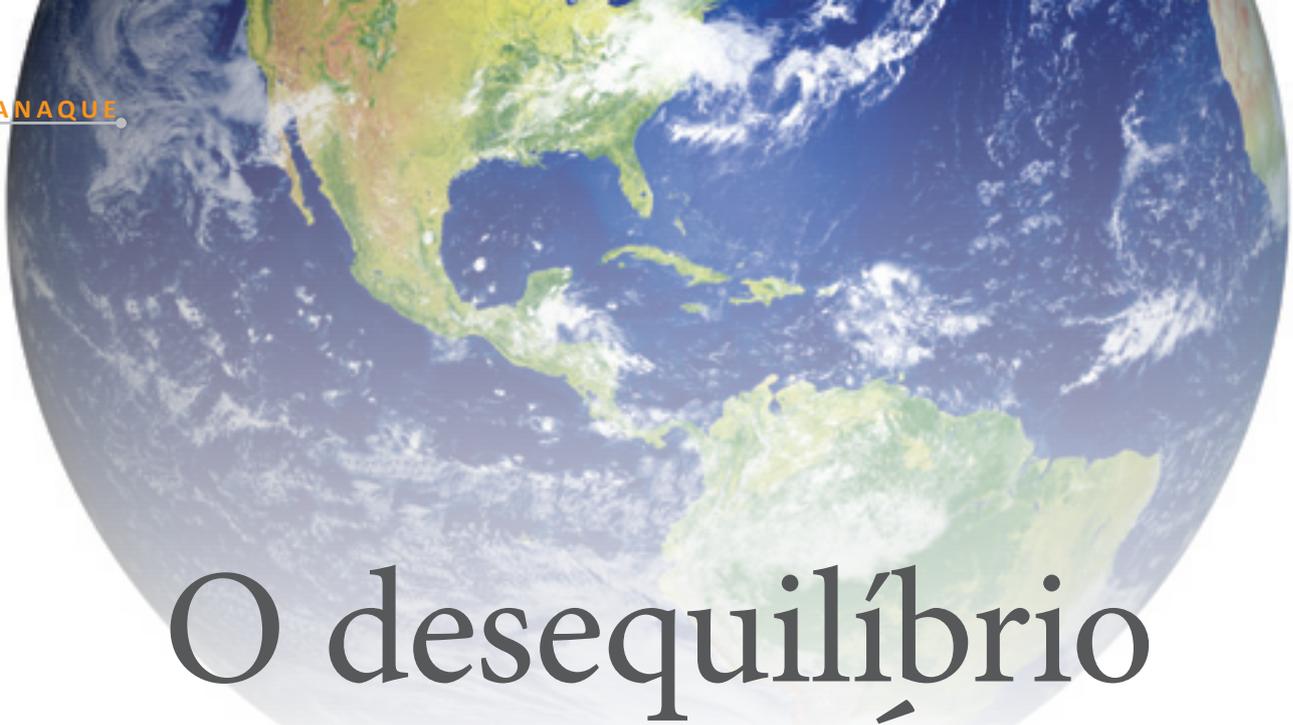
Em meados da década de 2000, Del Mese foi para Galápagos, arquipélago equatorial composto por 58 ilhas, famoso pela biodiversidade. Empolgado para fotografar as belezas naturais da região, encontrou um mar de pássaros mortos. “Devido ao El Niño, os peixes ficam longe da Costa. Muitos bichos, que se alimentam deles, morrem de fome”, diz, referindo-se ao aquecimento fora do normal das águas do Oceano Pacífico. Ainda assim, tartarugas, iguanas e outros animais foram registrados pelas lentes de Del Mese.

Sugestão de destino

Para Del Mese, a Turquia é um país surpreendente, “rico em beleza e cultura. As pessoas não esperam muito de lá. Por isso, ficam embasbacadas quando se deparam com a grandiosidade de cidades como a capital, Istambul.”

Conselho de viajante

“Leve pouca coisa na mala. Se faltar algo, é só comprar e voltar para casa com mais uma lembrança da viagem.”



O desequilíbrio do Planeta Água

No próximo dia 22 de março ocorre a data anual consagrada ao mais importante bem mineral da Terra – a água, elemento que domina o globo de tal forma que o mesmo ganhou a alcunha de Planeta Água

Os oceanos preenchem dois terços da área total. Aparentemente, estaríamos todos bem servidos do líquido indispensável à vida. A realidade, porém, é diferente. “Apenas 1% de todo esse azul é água doce e potável, e ela está muito mal distribuída”, explica o Secretário do Meio Ambiente do Estado do Rio Grande do Sul, Berfran Rosado.

Para o secretário, a má utilização dos recursos hídricos, principalmente em locais menos privilegiados, como o nordeste brasileiro, representa uma séria ameaça. As regiões mais áridas são justamente aquelas mais propensas a sofrer danos irreversíveis. “O Mar de Aral,

no Cazaquistão, por exemplo, secou em função do uso desmedido para a irrigação de lavouras e transformou-se no deserto Karakum”, diz Berfran.

A consciência ambiental é fundamental para evitar que tragédias, como a do Mar de Aral, se tornem mais frequentes. “O grande desafio concentra-se na mudança de cultura, de atitudes. A população precisa entender que a responsabilidade pela preservação ambiental é de todos e não apenas dos governos”, salienta o secretário.

Esforços nesse sentido têm sido cada vez mais comuns em todo o país. No Estado, por exemplo, a Associação Brasileira de Engenharia Sanitária e

O calendário

O Dia Internacional da Água é comemorado em 22 de março. A data foi instituída pela Organização das Nações Unidas em 1992.

Um ano depois, foi instituída a Semana Interamericana da Água, a ser celebrada no início de outubro. Nesse mesmo período, o Rio Grande do Sul comemora a Semana Estadual da Água. Em 2010, devido às eleições, a programação será realizada de 25 de setembro a 2 de outubro.

Ambiental (Abes-RS) promove há 16 anos, no mês de outubro, a Semana da Água. Nesse período, são realizados mais de 800 eventos relacionados ao tema. “A mídia também ajudou a popularizar a necessidade de preservar os recursos hídricos”, destaca Rosado.

Quanto custa

Compare os preços de táxi em quatro municípios do Rio Grande do Sul. Os valores são referentes ao quilômetro rodado dentro das cidades. Bandeirada corresponde ao valor da arrancada.

PORTO ALEGRE

Bandeirada R\$ 3,36

Bandeira 1 R\$ 1,68

Bandeira 2 30% a mais

SANTO ÂNGELO

Bandeirada R\$2,88 para

bandeira 1 e 20% a mais para
bandeira 2

Bandeira 1 R\$ 1,60

Bandeira 2 R\$ 1,80



EUGENIO THOMAS NETTO | A TRIBUNA REGIONAL | BMO

CACHOEIRA DO SUL

Bandeirada R\$ 3,20

Bandeira 1 R\$ 2,30

Bandeira 2 10% a mais

URUGUAIANA

Bandeirada R\$ 3,60

Bandeira 1 R\$ 1,85

Bandeira 2 R\$ 2,23

Pós-Graduação UniRitter. Faz sucesso entre quem quer fazer sucesso.

LATO SENSU - Inscrições abertas

ARQUITETURA E URBANISMO

- Turismo no Patrimônio Cultural - Novo
- Urbanismo Contemporâneo - Novo

INFORMÁTICA

- Tecnologias Aplicadas a Sistemas de Informação com Métodos Ágeis - 4ª Edição
- Jogos Digitais - Novo

DIREITO - campus Porto Alegre

- Direito Civil - 7ª Edição
- Direito do Trabalho e Previdenciário - 5ª Edição
- Direito Empresarial - Novo
- Direito Penal e Processo Penal - 5ª Edição

DIREITO - campus Canoas

- Direito Imobiliário - 6ª Edição
- Direito do Estado - 9ª Edição
- Advocacia Privada - Novo
- Direito Notarial e Registral - 2ª Edição
- Direito Processual Civil - 2ª Edição
- Direito do Trabalho e Previdenciário - 5ª Edição

LETRAS

- Assessoria Linguística, Produção e Revisão Textual - 5ª Edição
- Ensino-aprendizagem de Língua Inglesa - 5ª Edição

PEDAGOGIA

- Psicanálise e Educação - 2ª Edição
- Psicopedagogia Clínica - 6ª Edição
- Ciclo I - Abordagem Institucional
- Ciclo II - Abordagem Terapêutica
- Interdisciplinaridade no Ensino Médio - Novo

Informações e inscrições em
www.uniritter.edu.br/posgraduacao

(51) 3027.7329 - *Campus Porto Alegre*
(51) 3464.2024 - *Campus Canoas*

 **UniRitter**
Muito além do que se vê.
www.uniritter.edu.br

Fim de férias, tudo em ordem

É hora de desfazer as malas e colocar tudo no lugar. Para quem traz na bagagem apenas roupas, a tarefa é relativamente simples: o que está sujo vai para lavar e o que está limpo vai para o guarda-roupa. Os aventureiros têm mais trabalho. Equipamentos de camping, pranchas de surfe e bicicletas, por exemplo, exigem cuidados especiais para estar em condições de uso no ano que vem

Para rodar bem

Bicicleta parada e sem manutenção é sinal de prejuízo na próxima voltinha com a magrela. Cuidados básicos na hora de guardar evitam gastos desnecessários.

☉ Na volta da praia, use água moderadamente durante a limpeza e lubrifique a bike com produtos específicos para este fim.



☉ Antes de usar, confira a lubrificação da corrente.

☉ O peso de uma bicicleta parada há mais de 15 dias pode prejudicar os pneus. O ideal é guardá-la pendurada em ganchos.

☉ O contato com lama, chuva ou areia exige que a bicicleta seja levada a um mecânico, que deverá cuidar da correta limpeza e lubrificação de peças e componentes como câmbio, cubos, corrente, catraca e movimento central, cujo funcionamento e estado são bastante afetados pela sujeira.

Tudo limpo

O segredo para manter os equipamentos de camping em dia é limpar as peças antes de guardá-las na sacola:

☉ Com a barraca ainda montada, use um pano úmido ou uma escova macia para limpar a parte externa. Limpe também a parte interna. O equipamento deve secar à sombra. Guarde quando estiver bem seco.

☉ A sacola deve ser guardada na posição horizontal.



À espera da onda

- ☉ A prancha deve ser lavada com água doce para evitar ressecamento e envelhecimento. O leash deve ser lavado separadamente.
- ☉ Para retirar restos de parafina, jogue pó de poliuretano – o material da prancha – e passe um pano.
- ☉ Depois de guardada na capa, o ideal é que a prancha fique em um suporte próprio.



Comadre Miguelina



comadremiguelina@revistabemmequer.com.br



PEIXES | 19/2 a 19/3

As moças nem precisam levantar da cadeira porque vão sobrar pretendentes, daqueles que até as sogras elogiam, mais limpos que panos de altar e de guaiaca recheada. Só são exagerados dizendo que tem dinheiro até para as porcas fazerem ninho.



ÁRIES | 20/3 a 20/4

Algumas situações requerem precaução e poucas pessoas podem intervir. Por exemplo, bêbado, louco e criança cagada só mãe agarra. Evite encrencas. Convém ter bastante cautela. Quanto mais cautelas mais chance de ganhar prêmios, não é?



TOURO | 21/4 a 20/5

O lema dos taurinos é trabalho, mas não precisam exagerar. Alguns se espreguiçam antes de adormecer para ganhar tempo ao despertar. E tem uns que se fazem de porco vesgo só para comer em dois cochos.



GÊMEOS | 21/5 a 20/6

Modéstia é uma das virtudes que mais fazem falta no mundo, especialmente para o pessoal deste signo. Nunca pense que sabe tudo, afinal, você não é eu. Está com muita vontade de confirmar o rumo da sua vida? Uma bússola ajuda, mas bom mesmo é comprar um GPS.



CÂNCER | 21/6 a 21/7

Acomodem o rabinho no sofá e escutem. Vocês nasceram para serem inquietos da felicidade e vão cruzar o ano amontoando alegrias. Parem de se olhar com esses olhos tão enganadores. Assim, não veem seus erros. Pintar tudo colorido ou preto-e-branco depende do pintor e não do pincel.



LEÃO | 22/7 a 22/8

Felicidade é viver o presente. Se hoje não conseguir nada, apresse o passo amanhã, mas cuidado para não tropeçar. Lembre-se: um dia é da caça e outro da pesca. E deixem desta mania de viver querendo mandar nos outros.



VIRGEM | 23/8 a 22/9

É conveniente refletir bastante antes de assumir compromisso de papel passado. Muitos casamentos começam em sesteadas em hotéis e logo acabam em pensão. Seus pés correm para a felicidade, mas quem anda a galope atrás de ilusões cansa o cavalo, gasta as botas, perde tempo e desperdiça alegria.

*Aquela que tudo sabe, tudo sente.
Quando não sabe tudo, tudo mente.*



LIBRA | 23/9 a 22/10

Valorizem as boas amizades, pois tem muita gente com a mão aberta para receber e fechada para dar. Minhas amigas lá do Cerro do Bugio ensinam que “amigo que não serve, caneta que não escreve e faca que não corta, que se perca, pouco importa”.



ESCORPIÃO | 23/10 a 21/11

Os astros indicam que vocês são mais obedientes que ajudante de missa, mas a gauchada mais antiga ensina que ‘quem muito se abaixa rasga a bombacha’. Também não é preciso andar por aí só olhando pra cima de boca aberta, como quem pretende beber água da chuva.



SAGITÁRIO | 22/11 a 21/12

Não acredite tanto nas promessas que andam fazendo por aí, garantindo mundos e fundos para o futuro. É muito melhor um toma do que dois te darei. Não fique com medo em situações de risco. Para acalmar mulher em véspera de parto, uma comadre minha costuma dizer: “Não te assusta que a parreira é boa”.



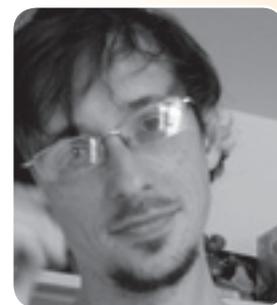
CAPRICÓRNIO | 22/12 a 21/1

A situação anda meio encardida, mas tende a melhorar. Tenham paciência que vocês conseguem tudo o que querem. É só seguirem minhas orientações. Por exemplo, se sentirem vontade de beber leite fresco é só colocar a vaca na sombra.



AQUÁRIO | 21/1 a 18/2

Desânimo não ajuda ninguém e por isto é conveniente manter o alto-astral, mesmo quando tudo parece sem graça e a comida sem tempero. Lembre-se que capina com sol alto é a que mata melhor a erva daninha. Quando Deus quer ajudar alguém, até o vento lhe junta lenha.



AUTOR
Rodrigo Rosa

EVENTO
Salão Nacional de Humor
Carlos Drummond de
Andrade/MG

DATA
Agosto de 1999

TÍTULO
Homem-Pedra

CLASSIFICAÇÃO
1º lugar

PREMIAÇÃO
R\$ 3 mil

TÉCNICA
Aquarela

E-MAIL
rodrigodesenhos@terra.com.br

SITE
<http://rodrigorosa.com>

DETALHE
Em comemoração ao
centenário do poeta
Carlos Drummond de
Andrade, o Salão
promoveu o tema
"A Pedra". A ideia,
o autor a teve uns três
anos antes. Caiu como
uma luva.

Vida de artista

Rodrigo Rosa nasceu em Porto Alegre, em 1972. Nas artes gráficas, atua como cartunista, ilustrador e quadrinista. Seus talentos podem ser admirados em mais de 30 títulos ilustrados, que já arrebatarem mais de 20 prêmios em salões de humor nacionais e internacionais.

PÓS-GRADUAÇÃO | SENAC

INSCRIÇÕES ABERTAS

Este sobrenome
faz toda a diferença.

UMA DAS MAIORES INSTITUIÇÕES DE ENSINO DO PAÍS.
Especializações nas áreas de Comunicação, Educação,
Gestão, Marketing, Moda, Recursos Humanos e Tecnologia
da Informação.

Presencial ou a distância.

www.senacrs.com.br/pos

PREÇOS DIFERENCIADOS PARA COMERCIÁRIOS
NOS CURSOS PRESENCIAIS.

FACULDADES
COMPETÊNCIA FAZ DIFERENÇA **senac**

Aproveitar um
momento perfeito
é tudo.



Um jantar perfeito começa com a companhia certa
e termina com Banri Compras: o cartão que é tudo.