

# On

Revista



#38 MAR/ABR 2025 DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

## Dr. André Salustiano

*O trirriense que é referência na medicina e na vida com sua trajetória inspiradora*



### Entrevista

*Prestes a completar uma década na Vila Isabel, padre Júlio Maia fala sobre fé, vocação e sociedade*

### Beach tennis

*O projeto social que ensina a modalidade aos jovens em Três Rios de forma gratuita*

### Inteligência artificial na saúde

*Proscan investe em equipamento inédito na região com tecnologia de ponta que garante mais qualidade aos exames de imagem*

[ Pág. 24 ]

# O MAIOR HUB DE SERVIÇOS DO BRASIL



Advocacia &  
Seguros &  
Contabilidade &  
Imóveis &  
Investimentos &  
Marketing

UM GRUPO,  
DIVERSAS SOLUÇÕES.

AGORA TAMBÉM EM  
JUIZ DE FORA!

Rua Marcus Frederico B. de Oliveira, nº130, Bosque Imperial  
V-M Imperador, Juiz de Fora - MG | CEP.: 36036-476



## BASTOS & SAMPAIO

ADVOGADOS ASSOCIADOS

Transformando desafios jurídicos em soluções modernas, confiáveis e de alta credibilidade.

### ÁREAS DE ATUAÇÃO:

- Direito Administrativo
- Direito Empresarial
- Direito Imobiliário
- Direito do Trabalho
- Direito Previdenciário
- Consultoria Jurídica
- Direito Tributário
- Registro de marcas e patentes
- Direito Bancário
- Assessoria em licitações
- Direito Médico
- Direito Civil

(24) 98839-5752

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

Rua Prefeito Joaquim José Ferreira,

(24) 2252-3651

[secretaria@bastosesampaio.com.br](mailto:secretaria@bastosesampaio.com.br)

246, Centro, Três Rios - RJ

## #38 Editorial

O que você sonha para o futuro? E quanto se dedica para que os sonhos sejam realizados? André Salustiano prova, na prática com a própria história, que é possível alcançar objetivos e sempre ter novos planos que movam seus dias. A trajetória do neurologista trirriense, um dos médicos mais reconhecidos dentro e fora da cidade, está na capa da edição #38 da Revista On. Uma jornada cheia de vontade de vencer, mas com muitos desafios pelo caminho, como você poderá ler nas próximas páginas e conhecer o André além da medicina e dos consultórios.

Por falar em trajetórias e histórias, a edição está cheia de muitas outras. Assim que virar a página você já vai conhecer um pouco mais o Bloco da Barão, tradição trirriense que abre o Carnaval quando ainda é Réveillon. Seguindo o ritmo da folia, já conhece o carnaval de maquete?! Três Rios tem uma escola de samba de maquete com importantes conquistas na breve história construída por seus jovens organizadores. Então, “abre alas” que essas histórias já vão desfilar.

Diz o clichê que futebol e religião não se discutem, certo?! Mas ambos têm espaço nas próximas páginas enquanto entrelaçam com as histórias de vida e opiniões de duas pessoas. No futebol, contamos a vida dedicada à comunicação esportiva de Zanon Moreira; na religião, uma entrevista com o padre Júlio Maia sobre fé, sociedade e vocação.

O que você sonha para o futuro? Nosso sonho, agora, é que você devore a revista, mas com calma. Afinal, ela está cheia de sonhos realizados e em realização. Do sonho de ser sacerdote ao sonho de criar uma escola de samba; do sonho de que mais pessoas pratiquem beach tennis ao sonho de ter poesias publicadas em um livro. Essas e outras histórias estão contadas e registradas para você.

Boa leitura!

## Índice

06	História	38	Olhares
11	7 Perguntas	39	Porta aberta
12	Gente	43	Esporte
16	Entrevista	49	Colunista convidada
22	Região	51	Arte
26	Capa	55	Guia
37	Opinião	57	Cultura





# BLOCO DA BARÃO:

## O ABRE-ALAS DO CARNAVAL

POR TIAGO TAVARES FOTOS ARQUIVO PESSOAL

Assim que o ano começa, um bloco carnavalesco agita as ruas de Três Rios. Há quase meio século, o Bloco da Barão encanta gerações com espontaneidade, alegria e homenagens.

Poucos eventos traduzem tão bem a força da tradição carnavalesca de Três Rios quanto o Bloco da Barão. Preste as completar 50 anos de história, ele é mais do que um simples desfile: é um símbolo de resistência cultural e de amor ao samba. Desde a década de 1970, o bloco conquista foliões e mantém viva a chama do carnaval, abrindo oficialmente a temporada de festejos da cidade.

O bloco chega a reunir cerca de 700 foliões em um desfile

A história do Bloco da Barão começou quase por acaso, como relembra José Roberto Padilha, seu fundador. “No

Natal daquele ano, fizemos um samba no quintal da nossa casa, na Rua Barão de Entre-Rios. A música atraiu os vizinhos e o quintal ficou lotado. Resolvemos sair pela rua e repetir a ideia no Réveillon, com todos de branco e uma imagem de Iemanjá. Nunca mais paramos”, conta.

Inicialmente, o evento tinha um tom familiar. “Por dez anos foi algo restrito aos moradores da rua e amigos. Mas, no 11º ano, um caminhão chegou trazendo



**JOEL SÃO TIAGO**  
Entusiasta do carnaval e da cultura, ele foi homenageado em 2019



**JOSEMO**  
O fundador do Grupo Mil também recebeu homenagem do bloco



**CAMISAS**  
A cada homenagem, como essa feita ao Vauzinho, o bloco tem uma nova estampa para os abadá

peças de todos os cantos. Foi quando percebemos que o Bloco da Barão já não era só nosso, mas da cidade”, conta Zé Roberto. O crescimento espontâneo marcou uma nova fase na história do bloco, que chega a reunir cerca de 700 foliões em um desfile que mistura alegria, espiritualidade e muita música.

A imagem de Iemanjá tornou-se um símbolo do Bloco da Barão. No início, a rainha do mar ocupava um espaço discreto no carro alegórico, enquanto meninas eram escolhidas para representá-la. Porém, em 1996, a simbologia ganhou outra dimensão. “Naquele ano, uma chuva forte atrasou o desfile. Quando finalmente conseguimos sair, uma mulher embriagada ocupou o pedestal. Na segunda-feira

“O Bloco da Barão fortalece e confirma a força do samba em Três Rios”

Joel São Tiago

seguinte, um grupo de mulheres de um terreiro nos explicou que não fomos nós que escolhemos Iemanjá, mas ela que nos escolheu. Desde então, só ela desfila no carro alegórico, soberana”, conta Padilha.

Além da espiritualidade, o Bloco da Barão é conhecido por suas homenagens anuais a figuras importantes da cidade. A prática começou em um momento delicado da

história do bloco, quando era preciso atrair novos foliões para evitar seu enfraquecimento. “Decidimos homenagear quem nos ajudava para atrair suas famílias e reforçar o público. Foi assim que superamos os tempos difíceis”, explica o fundador.

Entre os homenageados estão nomes como Mestre Amaro, Jorge Camburão, Carlo Sola, Vauzinho e Josemo Corrêa de Mello, cujo legado foi transformado em enredo por uma escola de samba.

Joel São Tiago, produtor cultural e um dos principais foliões do bloco desde os anos 1980, foi um dos homenageados e guarda com carinho a memória do momento. “Foi um dos dias mais emocionantes da minha vida. A cada rua, o carinho e os aplausos das pessoas me



**ENSAIO E DESFILE**  
Tradicionalmente, as atividades do bloco acontecem nos dois últimos dias de cada ano



**PARTICIPAÇÕES**  
Músicos e intérpretes das escolas de samba da cidade participam dos desfiles



#### EM FAMÍLIA

Registro cedido por Zé Roberto de suas filhas e amigas em um dos desfiles do bloco



#### IEMANJÁ

A imagem tem lugar de destaque nos desfiles posicionada no carro alegórico



#### PARTICIPAÇÃO

O bloco chega a reunir 700 foliões a cada ano pelas ruas do Centro

marcaram profundamente. É uma honra fazer parte dessa história”, afirma.

Joel também destaca o papel único do bloco na cena cultural da cidade. “O Bloco da Barão fortalece e confirma a força do samba em Três Rios. Mesmo nos anos em que as escolas de samba não desfilaram, o bloco manteve viva a chama do carnaval”, ressalta. Para ele, a conexão com as pessoas é o que torna o bloco especial. “Ao desfilarmos pelas ruas, você encontra amigos, vizinhos e desconhecidos que compartilham o mesmo entusiasmo. É uma energia que não se compara a nada. Mais do que um desfile, é um laço de comunhão e amizade”, reflete.

“Levar alegria pelas ruas e manter essa tradição é nossa missão”

*José Roberto Padilha, fundador*

Manter o bloco na rua, no entanto, não é uma tarefa fácil. “Adotamos o lema: ‘Se organizar, acaba!’, porque a essência do bloco é a espontaneidade e a alegria despreziosa. Mas, enfrentamos desafios, como a falta de renovação entre os jovens. Sem eles, fica difícil garantir o futuro dessa tradição tão bonita”, lamenta Padilha.

Os recursos para o bloco vêm da venda de camisetas, de eventos beneficentes e, também, com apoio da Prefeitura. “É muito gratificante ver a cidade abraçando o Bloco da Barão. Esses recursos são fundamentais para que possamos seguir levando alegria e tradição às ruas”, afirma o fundador.

O bloco também é um marco para quem participa pela primeira vez. “Desfilarmos na Barão é uma experiência única. É como se a cidade inteira estivesse ali vibrando junto. A imagem de Iemanjá, o som do samba e o entusiasmo dos foliões criam uma atmosfera mágica que só o Bloco da Barão consegue proporcionar”, descreve Joel.

Com quase meio século de história, o Bloco da Barão transcendeu seu papel como um evento festivo e se tornou parte da identidade de Três Rios. “Levar alegria pelas ruas e manter essa tradição é nossa missão. Quando desfilamos, sentimos que estamos carregando a história e a cultura de nossa cidade”, reflete José Roberto Padilha.

Apesar dos desafios, a paixão pelo samba continua a guiar o bloco. “É incrível como o samba conecta as pessoas. Ele é mais do que música. É um traço da nossa cultura e da nossa identidade de trirrienses. Enquanto houver samba, haverá Bloco da Barão”, conclui Zé Roberto.

O Bloco da Barão é um símbolo de resistência cultural e prova que Carnaval não é apenas festa, mas memória, história e um ato de celebrar o que há de melhor na cultura local. Ou, como diz uma frase usada anualmente na divulgação: atrás do bloco só não vai quem não nasceu.



#### ZÉ ROBERTO PADILHA

Conta que o bloco começou com um samba no quintal de casa que atraiu a vizinhança

# Unimed Amplo

## O plano que você pediu, a Unimed Três Rios atendeu!

- Atendimento em Três Rios e Juiz de Fora com + de 1.600 médicos
- Único com atendimento de urgência e emergência 24h em 90% do território nacional

#### E ainda:

- 3 hospitais: Três Rios, Paraíba do Sul e o Hospital Unimed Juiz de Fora
- Maior rede credenciada da região
- Clínica de Infusão e Laboratório próprios
- E, em breve: Espaço Saúde Unimed em Três Rios e Centro de Especialidades em Sapucaia.

Plano a partir de

# R\$ 133,54

\*Consulte condições comerciais.

(24) 99941-7696

(24) 2251-6279

HOSPITAL



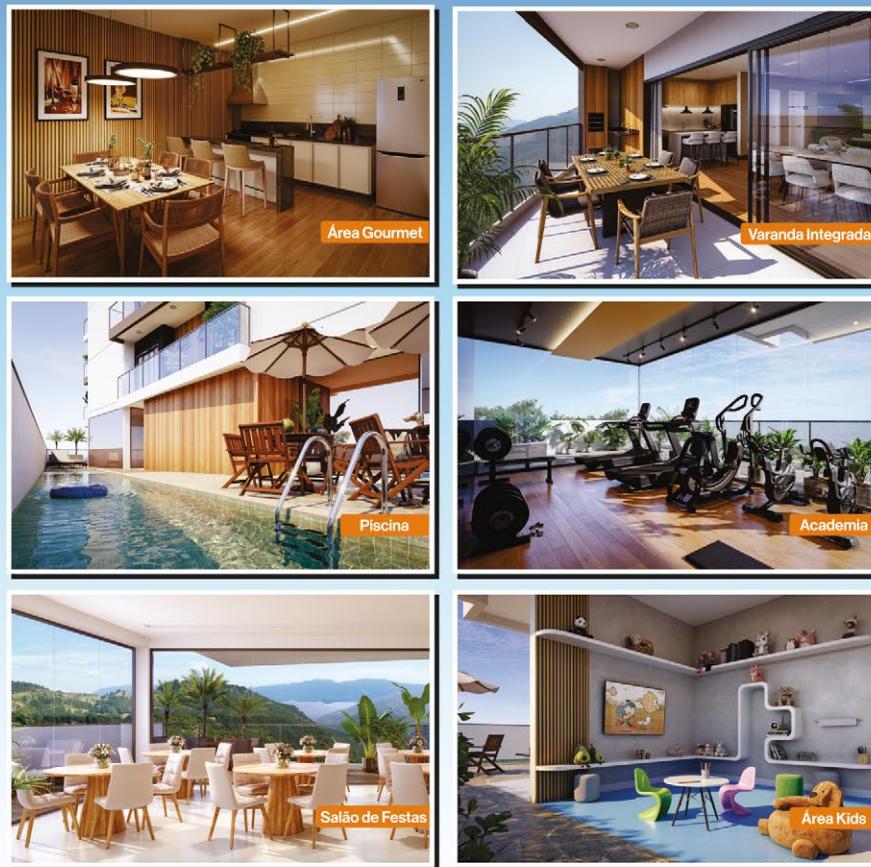
**Unimed**  
Três Rios

PRONTO ATEN

Seu novo lar, no endereço mais nobre de Três Rios.

LANÇAMENTO

**CHAMONIX**  
RESIDENCIAL



ÚLTIMAS UNIDADES

01 apartamento linear de até 213m<sup>2</sup> por andar

- 3 ou 4 quartos c/ suite
- 2 vagas de garagem por Apt.
- Vista de 360° da cidade
- Piscina
- Sauna
- Academia
- Área Kids
- Área Gourmet

Avenida Alberto Lavinias - Centro - Três Rios/RJ  
(em frente ao Independência Clube)

Mais informações e vendas:

**ORIZZONTE**  
CONSTRUTORA

orizzonte.construtora  
 24 99278-2235

# Netinho Gambit

POR FREDERICO NOGUEIRA

FOTO ARQUIVO PESSOAL

## 1- O que representa, para um atleta como você, participar da São Silvestre?

A participação na São Silvestre é um sonho de toda pessoa que corre, com certeza. É uma das maiores corridas da América Latina. Então era um sonho.

## 2- Houve alguma preparação específica para a prova?

Tive uma preparação específica, sim. Desde o meio do ano já estava me preparando. Fiz sessões de treino de tiro longo e treino de dois períodos. Usei os equipamentos da Avanutri e minha recuperação foi muito boa, eles foram essenciais. Não consegui ir para altitude, mas esse ano eu vou.

## 3- Quais foram as principais dificuldades?

As principais dificuldades são a largada e o meio do percurso. Tem muito sobe e desce. Muitas subidas e descidas. Um trecho são 2km subindo e é muito difícil. A prova tem que ser bem estudada para ter uma estratégia.

## 4- E para quais pontos da prova você sentiu que estava mais preparado?

Nas descidas e algumas partes planas eu estava bem, me sentindo confortável. Achei pontos mais tranquilos e estava mais preparado para elas.

## 5- Você já fez a prova dois anos antes. Essa experiência ajudou a melhorar a preparação e a classificação?

Em 2022 fiz aquele percurso e isso ajudou demais. Você conhecer o percurso, sentir e correr nele faz toda a diferença em uma corrida de alto nível. Foi essencial para eu pegar a 39ª colocação nessa edição. Em 2022 eu fui 79º na classificação geral.

## 6- Qual é a sensação de estar em uma prova internacionalmente conhecida que atrai atletas de todo o mundo?

É uma sensação maravilhosa. Eu correndo do lado dos quenianos me senti como se estivesse em primeiro ou entre os cinco. Porque correr no meio dos melhores é muito gratificante. Os melhores do mundo estão ali. Me senti muito bem mesmo. Foi muito importante para mim.

## 7- No final de 2025 vamos te ver novamente na prova?

Com certeza. Vou me inscrever novamente e bolar um esquema de treinar na altitude para igualar aos quenianos. A preparação vai começar no meio do ano. Vou fazer poucas provas, priorizando aquelas maiores, e mirando a São Silvestre para arriscar um top 20, top 10 ou, quem sabe, um pódio.



José Nogueira é trirriense, tem 25 anos e é atleta. Conhecido como Netinho Gambit, participou, no último dia do ano passado, da 99ª edição da Corrida de São Silvestre, em São Paulo. Concluiu os 15 Km do percurso em menos de uma hora e já se prepara rumo à próxima edição para conquistar posições ainda melhores no ranking.

“Correr no meio dos melhores é muito gratificante”





REVISTA ON

# A VOZ QUE ECOA **GERAÇÕES**

POR TIAGO TAVARES

FOTOS ARQUIVO PESSOAL

A simbiose entre Zanon Moreira e o microfone da rádio é tão forte que é impossível separá-los. Sua voz é a trilha sonora de uma cidade, um elo entre gerações de ouvintes que cresceram acompanhando suas análises, opiniões e histórias.

**E**ncontrar Zanon Moreira na Rádio 3 Rios é como acompanhar um reencontro diário entre dois velhos amigos. Aos 88 anos, ele se senta diante do microfone com a mesma naturalidade de quem conversa em casa. Sua voz é inconfundível, carregada de força. Nem parece que o tempo passou. Zanon ajeita os cabelos brancos com o pente que carrega no bolso, atento ao preparo para as fotos que fizemos. Detalhes

Zanon é um dos maiores comentaristas esportivos da história da cidade

como esse simbolizam a dedicação de um homem que, há mais de 50 anos, é a alma da comunicação esportiva em Três Rios.

Zanon é um dos maiores comentaristas esportivos da história da cidade, mas sua trajetória não se limita ao futebol. Além de ser um nome icônico no rádio, foi servidor público, é comerciante e, acima de tudo, um homem que fez da comunicação sua paixão e propósito. Acompanhando o futebol local desde os tempos áureos, sua carreira se confunde com a própria história da imprensa esportiva regional.



REVISTA ON

## O HOMEM E O RÁDIO

Zanon Moreira em seu ambiente de trabalho que o tornou conhecido e reconhecido

Nascido em Bom Jesus do Itabapoana, Dejalma Zanon Moreira começou no rádio quase por acaso. Um alto-falante comunitário em sua cidade despertou a curiosidade e um editor de jornal, ao ouvir sua voz, o convidou para um teste na Rádio Cultura de Bom Jesus. “Eu não sabia nada sobre rádio, mas fui lá e passei no



## CONFETARIA GUARANI

Registro na histórica confeitaria entre amigos e colegas

teste”, lembra com um sorriso. Anos depois, Zanon mudou-se para Três Rios, em 1956, à procura de oportunidades e crescimento. A cidade o abraçou e a Rádio 3 Rios se tornou sua segunda casa.

Foi em uma eleição municipal que Zanon teve sua primeira oportunidade como comentarista esportivo. José Moa-

cir Pereira, então candidato a vereador e comentarista da Rádio 3 Rios, pediu que Zanon cobrisse os jogos. “Foi assim que comecei. E nunca mais parei”, conta. Desde então, Zanon participou de transmissões históricas, incluindo a vitória do Botafogo em 1995, quando o clube foi campeão brasileiro. “Transmitimos



“O ouvinte merece uma visão justa do que acontece em campo”,

diz Zanon Moreira



todos os jogos daquele ano. Foi uma experiência única estar no Maracanã e levar a emoção do título para os ouvintes”, relembra com entusiasmo.

A imparcialidade é uma de suas marcas registradas. Apesar de ser botafoguense declarado, Zanon nunca deixou suas preferências influenciarem nas análises. “É preciso respeitar o ouvinte. Ele merece uma visão justa do que acontece em campo”, diz.

Seu amigo e colega de comentários esportivos Klécio Peralta, que começou no rádio por acaso durante uma transmissão ao lado de Zanon, afirma: “Ele sempre foi sincero nos comentários, honesto com os colegas e comprometido com o público. Trabalhar com ele foi um sonho realizado”.



## RECONHECIMENTO

Zanon coleciona homenagens recebidas ao longo dos anos



## PROFISSIONALISMO

Os documentos comprovam a participação na imprensa esportiva

Outro grande parceiro de Zanon foi Gilmar Borsato, que começou na Rádio 3 Rios como operador de som em 1979 e, mais tarde, tornou-se narrador e repórter esportivo. “Trabalhar ao lado dele foi uma satisfação e uma oportunidade de aprendizado. Sua opinião abalizada trouxe credibilidade às transmissões, tanto no campeonato local quanto nos profissionais, com América, Entrenriense e Três Rios FC”, diz.

Gilmar também relembra momentos históricos, como as conquistas da Seleção Amadora de Três Rios no



#### INTERAÇÕES

As conversas informais também são fontes importantes para as análises esportivas

“O maior legado do Zanon é seu profissionalismo com humildade”,

*Gilmar Borsato*

campo do Petropolitano, em Petrópolis, e a ascensão dos clubes locais à elite do futebol estadual. “O maior legado do Zanon é seu profissionalismo com humildade. Ele nunca deixou a fama superar suas origens de pessoa do povo”.

A evolução tecnológica do rádio é algo que Zanon acompanhou de perto. Ele lembra das dificuldades do início da carreira, quando os cabos usados para transmitir a partir dos estádios eram imensos e complicados. Hoje, mesmo com as facilidades da internet, ele continua fiel ao que mais importa: a conexão com os ouvintes. “O rádio é democrático. É só sintonizar e ouvir”, afirma.

Nos últimos anos, Zanon também passou a atuar na TV, pelo Canal 5, lidando com a relação entre voz e imagem. “No rádio é a voz que conta. Na TV você tem que se preocupar com tudo, até com a forma como olha para a câmera”, reflete. Sua transição foi tranquila, mas a essência permanece a mesma: comunicar com paixão e autenticidade.

Além de sua longa trajetória no rádio, Zanon construiu uma história sólida ao lado de sua família. Casado com a professora Tereza da Costa Zanon,



#### ENCONTROS

Dr. Agostinho Souza Leite; Alberto da Silva Lavinias; Zanon e Zezinho, ex-prefeito e vice de Alberto

o casal teve três filhos. “Tenho muito orgulho da minha família. Eles sempre me apoiaram em tudo”, conta.

Para Elder Ázara, âncora do programa matinal que conta com a participação de Zanon, o comentarista é muito mais do que uma referência profissional. “Ele nos inspira todos os dias. Sua humildade, mesmo com tanta bagagem, é o que mais admiro. Zanon é um pilar de honradez e sua presença eleva nossa credibilidade junto ao público”, destaca. Elder também relembra um fato curioso: “Um amigo de infância, que ficou 30 anos fora de Três Rios, se surpreendeu ao descobrir que Zanon ainda estava ativo na rádio e na TV. Isso mostra o impacto e a longevidade de seu trabalho”.

Zanon Moreira não é apenas um comentarista esportivo; é uma lenda viva do rádio, um homem cuja voz



#### FEDERAÇÃO ESPORTIVA

Zanon sempre foi ativo também nas participações em reuniões da FFERJ

ecoa pelas ruas de Três Rios, imortalizando momentos, conectando pessoas e deixando um legado que será lembrado por muito tempo. Quer aprender como atravessar o tempo com relevância e entusiasmo? Sintonize no Zanon e confirme que a paixão pelo que faz é o segredo de tudo. 



# Tresauto



SUA CONCESSIONÁRIA VOLKSWAGEN DE TRÊS RIOS E REGIÃO

**Está na hora de conhecer o Novo Volks da sua vida!**

Agende seu Best Drive no Novo T-Cross, o SUVW ideal para quem valoriza conforto, segurança e tecnologia.



**Tresauto. O melhor atendimento e o menor preço!**



**Tresauto**

Rua Nelson Viana, 212, Centro, Três Rios/RJ

☎ (24) 2251-5200 / 📞 (24) 99959-5200

Venha pra Tresauto! O carro dos seus sonhos está esperando por você!

 Desacelere. Seu bem maior é a vida



# “UMA PALAVRA MAL COLOCADA PODE COLOCAR TUDO A PERDER EM UMA PESSOA QUE JÁ ESTÁ NO LIMITE DA VIDA”

POR FREDERICO NOGUEIRA  
FOTOS ARQUIVO PESSOAL

O padre Júlio Cesar Maia de Almeida completará, no segundo semestre, uma década em Três Rios como uma das principais lideranças religiosas do município. À frente da Paróquia Santa Luzia, no bairro Vila Isabel, o padre divide sua rotina entre atendimentos à comunidade, organização dos movimentos, estudos e atividades de lazer necessárias para manter corpo e mente preparados para a missão. No bate-papo, ele conta seu processo de discernimento vocacional e os desafios do ofício, além de visões sobre a Igreja, a fé e a sociedade.

## Quem era o Júlio antes de ser padre?

Um jovem normal e sempre muito tranquilo. Assumi responsabilidades cedo. Gostava de praticar esportes, trabalhar em casa. Aos 12 anos já comecei a trabalhar para ganhar meu próprio dinheiro, como em uma padaria e com venda de produtos de limpeza. Não queria ficar dependente de pai e mãe. O primeiro relógio que comprei foi com 13 anos com meu dinheiro. Na infância, aos sete anos, também comecei a acontecer o despertar na Igreja ajudando como coroinha. Havia um padre, já muito senhor, de batina preta que foi me despertando interesse e procurei saber o que teria que fazer para ser padre. Fui terminando os estudos. Trabalhei com meu pai no táxi em Valença por um tempo e comecei a faculdade de fisioterapia. Mas, sempre com aquele sonho de ser padre. Nesse período, participei de processos vocacionais da diocese de Valença e, em Belo Horizonte, na Congregação dos Orionitas. Quando me chamaram não pensei duas vezes. Deixei a faculdade e fui para o seminário em Nova Iguaçu.

## O que chamava atenção no sacerdócio para ter esse desejo de ser padre?

Tinha aquele padre muito senhor, com batina preta e chapéu preto, e o jeito dele me encantava. No seminário, certa vez, a psicóloga me perguntou o que me levava até lá. Falei exatamente sobre esse padre e ela disse que quem devia me conduzir ao seminário seria Deus. Eu concordei, mas disse que por intermédio de outras pessoas. E ele foi um intermediário. Eu não tinha muita noção, era um jovem ainda muito imaturo na fé, apenas queria ser como ele.

## Como foi o período no seminário? Pensou em desistir em algum momento?

Nunca pensei em desistência. Tive muitas dificuldades morando em Nova Iguaçu, local muito diferente de onde fui criado, em Valença. Estranhei por um tempo essa diferença, mas fiz amizades muito boas com outros seminaristas. Eram 60 quando cheguei. Cada vez mais me estimulava e desejava, de fato, ser o que hoje sou.

## Lembra do dia da ordenação presbiteral e de como acordou naquele dia?

Foi um momento sublime. Dia 2 de agosto de 2009. A preparação foi tranquila, mas, naquele domingo, acordei muito cedo e ansioso para chegar a hora. Foi a ordenação de dois padres filhos de Valença, eu e o padre Waldir, então aconteceu na quadra da Fundação Dom André Arcoverde porque a catedral seria pequena. Foi um momento de muita graça. O dia posterior foi com ainda mais emoção. Não tenho palavras para descrever esse momento muito esperado e realizado.

## E em que momento conseguiu parar e se ver ou se entender como padre?

Eu me olhava no espelho, olhava minhas mãos ungidas para ter a consciência de que aquilo já estava realizado em minha vida. Um bipo, já falecido, Dom Henrique Soares, contava que seu irmão médico sempre dizia que teve que fazer estágios longos para exercer a medicina, enquanto Dom Henrique se deitou diácono e levantou padre já podendo fazer todas as coisas. Dom Henrique dizia que o que o irmão fazia era obra dele, mas, como sacerdote, era competência do Senhor. Ali é a diferença do sacerdote para o médico. O que o médico faz precisa da habilidade das suas mãos e da experiência dele. O que nós fazemos precisa da nossa formação e do nosso conhecimento, claro, mas sobretudo é uma experiência que o Senhor faz em nós. Quem age é Deus. Por isso o termo “in persona Christi” que indica que você age na pessoa do próprio Cristo. Isso é belo, uma experiência surreal.

## Isso é fácil entender de uma hora para outra?

Não. Com o tempo você precisa ir assimilando isso. Por exemplo, estava como diácono ajudando o bispo em uma paróquia e, depois, também continuei como sacerdote. Certo domingo, o despertador tocou e eu me perguntava o motivo dele estar tocando naquela hora para levantar da cama. Aí veio a realidade. Era a hora da missa e eu estava lá. As pessoas ficariam sem a missa se eu não levantasse. Ali começou uma realidade que dependia de mim. Eu já não estava como um mero ajudante, mas tudo dependia de mim. Ali começou a cair a ficha. Outra coisa que me estranhava muito era quando um senhor ou senhora com mais de 80 anos

tomava bênção de mim. Eu estava com 28 anos quando fui ordenado. Assim comecei a ter a maturidade do exercício do sacerdote em uma comunidade. Não importa a idade, mas o ministério que você exerce. É um ministério que está acima de você, acima da sua idade e das suas condições.

## Lembra dos seus primeiros batizados e casamentos?

Lembro bem daquele início ainda muito nevoso, muito inexperiente. Mas, você vai fazendo e vendo quanto a graça de Deus supera as nossas limitações. Hoje, já cerca de 15 anos depois, vejo as crianças que peguei no colo como jovens. Aqui na paróquia mesmo, vejo crianças que batizei e já estão grandinhas. Me sinto, de fato, pai dessas crianças. Vi crescer, tomei no colo e participei da vida delas. A vida de um sacerdote não é uma vida vazia. Pelo contrário. É uma vida muito rica, muito cheia e você vê os frutos. É uma graça ter inúmeros filhos espirituais e ver o crescimento humano, espiritual, profissional. Isso é gratificante demais.

## Como foi a trajetória até mudar-se para Três Rios?

Fiquei seis meses como vigário na Paróquia de Santa Rosa de Lima, em Valença. Até que houve transferências e fui para a Paróquia de Nossa Senhora do Patrocínio, em Barão de Juparanã, também em Valença. Uma comunidade bem menor que a que estou hoje, com pessoas muito boas e receptivas. Ali me possibilitou ter consciência do meu ministério. Meu ministério teve a sua primavera. Barão de Juparanã me ajudou a entrar no estudo do mestrado em direito canônico. Após cinco anos, houve a possibilidade de vir para Três Rios. O bispo conversou comigo dizendo que a Vila Isabel ficaria vacante porque o padre Geraldo havia pedido a renúncia do ofício de pároco e fez o convite. Aceitei. Fiquei triste por deixar Juparanã, local que criei laços de amizade muito grandes, mas vim com o coração aberto e surpreso com o que encontrei na Vila.

## E como foi a mudança para a Vila Isabel?

Foi um pouco difícil. Em Barão de Juparanã a paróquia era menor e conseguia estudar com mais facilidade, ter uma vida mais próxima da minha família, havia me-

nos atividades. Quando cheguei à Vila, em julho para tomar posse em agosto, as coisas já estavam acontecendo e eu no estudo ainda do mestrado. Tive dificuldade de entrar no ritmo da paróquia que tinha muitos encontros e atividades. E, com isso, fui aprendendo novamente como se padre, agora de uma paróquia grande. Tive que entrar na dinâmica da paróquia. A comunidade da Vila foi muito compreensível porque eu precisava ficar fora de segunda a quinta em virtude do mestrado. Chegava por volta de 18h às quintas, tomava um banho e rezava a missa com adoração às 19h. Essa era uma prática que eu já tinha em Juparanã e aqui deu muito certo. A Vila foi uma grande mãe na minha vida também porque foi muito solícita ao desejo que eu tinha de estudar. É uma paróquia que passei a amar de coração. Me sinto uma parte integrante dessa “família Luziana”.

## Com tantos movimentos na Paróquia, quanto depende do pároco e quanto ela funciona sozinha com seus membros?

Não vou dizer que a paróquia da Vila não dependa do padre porque o pároco é fundamental na vida de uma comunidade, mas é uma paróquia de leigos muito maduros. Pessoas que assumem com responsabilidade aquilo que pegam para executarem. Em muitas atividades não consigo estar presente. Claro, no que depende diretamente de mim, como sacramentos, missas, batismo e funerais, que dependem do ofício, além da gestão e administração da paróquia, estou sempre presente. Mas os próprios leigos que estão à frente de pastorais e movimentos vão preenchendo as atividades porque sabem como fazer. São grandes colaboradores para que os movimentos e pastorais tenham suas dinâmicas próprias. Temos grandes encontros, como para casais, para jovens, para adolescentes, para casais em nova união. Agora o terço dos homens que está tendo uma repercussão grande, a pastoral bíblica e tantos grupos de reflexão... E tudo tem uma dinâmica própria. Eu coordeno, auxilio e encaminho, mas temos muitos leigos que estão à frente e ajudam os irmãos no caminhar da fé. Uma igreja não pode depender do padre. Cada um tem que assumir sua responsabilidade. É a proposta do Concílio Vaticano II de ter uma igreja em saída. Cristãos leigos que vão, no seu apostolado diário, evangelizando e assumindo coisas

“A vida de um sacerdote não é uma vida vazia. Pelo contrário. É uma vida muito rica, muito cheia e você vê os frutos.”



dentro e fora da Igreja. É muito pobre uma igreja que pensa que somente o padre manda, só o padre faz, só o padre sabe. Cada um, nos seus diferentes ministérios, sabe o que deve fazer e tem seu grau de conhecimento. Isso vai expandindo a vida eclesial, a vida da paróquia e do evangelho.

**Com tantas pessoas envolvidas nas atividades, possivelmente há divergências. O padre precisa intervir em casos assim?**

O que vejo mais dificuldade, que não é só na Igreja, mas em todo campo social, é a convivência de umas pessoas com as outras. As pessoas precisam entender que são diferentes. No campo eclesial, o outro não é alguém que compete comigo ou está oposto a mim, mas todos somos irmãos e estamos em uma frente de batalha juntos para alcançarmos o reino dos céus. Não são pessoas que chegam para tirar o lugar de outras. Isso não é uma demanda apenas da paróquia, mas algo que a Igreja enfrenta para perceber que todos estamos unidos. Se não houver essa mútua cooperação entre as pessoas, cada vez fica mais difícil a convivência em um mundo cada vez mais egoísta e individualista. O projeto de nosso Senhor foi de fazer algo diferente. Por isso Jesus chama os 12 e uma multidão vai seguindo. Jesus não quer algo individual ou individualista. Pelo contrário. O desejo de Cristo é formar uma comunidade para que as pessoas estejam juntas. É um desafio que cada um deve superar a cada dia. Quando estivermos à porta do céu, o Senhor perguntará “cadê seu irmão?”. Então, temos que dar conta da vida do irmão, temos uma responsabilidade na vida do outro. Não vamos nos salvar sozinhos.

**Essa família Luzia é grande. São quantos movimentos e comunidades?**

Temos oito comunidade. Nossas pastorais e movimentos chegam a 50 grupos. É uma família muito grande, mas uma família muito boa e abençoada. A diversidade que você encontra aqui faz com que aquilo que eu não tenho, outro tenha e venha a somar para a evangelização. Essa paróquia é uma beleza extraordinária de dons e carismas concedidos pelo Espírito.

**E como foi chegar a uma paróquia que estava com um padre há bastante tempo?**

O Padre Geraldo ficou aqui 12 anos. Foi um pároco muito bom, o que mais tempo ficou na paróquia. Ele ajudou, de fato, essa paróquia a mostrar o zelo pela liturgia, pela eucaristia, o valor eucarístico. Padre Geraldo, pela sua idade, é um padre de outro tempo que ajudou muito a disciplinar a conduta das pessoas, da oração, de como portar-se diante do sagrado. Ele traz isso com ele. Não vi grandes dificuldades quando cheguei porque encontrei uma organização extraordinária. Claro que algumas coisas precisavam melhorar e isso foi sendo feito.

**Nos nove anos que está na paróquia, quais são as principais marcas que ela já te deixou ou seu ministério deixou nela?**

Primeiro pelas pessoas que são maravilhosas. O povo de Três Rios é maravilhoso, o povo da Vila é muito especial. Pessoas que demonstram um amor pelos sacerdotes de forma extraordinária. Um grande avanço que a paróquia teve com minha contribuição, que não depende só de mim, foi quando o Santo Padre, Papa Francisco, em 2017, lançou um documento direcionado aos casais em nova união. O Papa pediu que as paróquias no mundo dessem atenção a esses casais. Propus a alguns que estavam na paróquia a implantar o que, hoje, é o Bom Pastor, esse movimento que ajuda os casais em nova união a orientar a vida. Havia um preconceito muito grande com casais separados e, graças a Deus, essa concepção foi mudando. Hoje eles são partes integrantes da paróquia. Creio que isso foi um salto qualitativo. Também tivemos a edificação de comunidades e uma das coisas mais belas foi incluir a participação de crianças e jovens, como coroinhas e cerimônias, na liturgia. Isso tem despertado muitas vocações na comunidade paroquial e gera uma satisfação naqueles que servem ou serviram.

**Você falou sobre ser pai, orientar e ajudar. As dores que as pessoas levam a você mudaram ao longo do tempo como sacerdote?**

A pandemia trouxe um grande vazio à vida das pessoas. Uma lacuna que não sei explicar bem, mas as pessoas saíram muito fragilizadas espiritual e emocionalmente. Isso tem formado uma geração muito fraca. Muitas pessoas que não sabem controlar

seus impulsos, suas vontades. Uma geração de pessoas maduras que está perdida. A sociedade e o tempo que estamos vivendo é um tempo de pessoas fracas. Aparecem as primeiras dificuldades e não conseguem enfrentar. Aparecem os primeiros problemas na vida matrimonial e não sabem como resolver, acham que o primeiro passo é a separação. As pessoas estão com dificuldade de convivência no próprio lar. Sem contar os filhos que, às vezes, não têm pais com essa maturidade e ficam perdidos. Pais que delegam filhos a terceiros pela formação com as redes sociais, assistindo coisas que não estão educando. Você vê crianças totalmente vulneráveis. Sábias de um lado, mas fracas psicologicamente, sem amparo familiar. A sociedade tem muito que buscar a Deus porque cada vez mais chegam pessoas pedindo ajuda. Muitas vezes não são atendimentos de confissão, mas pessoas que não estão conseguindo educar seus filhos, não conseguem lidar com seus próprios problemas. Como pai espiritual, a gente acaba sendo quase psicólogo para essas pessoas. A sociedade e as autoridades precisam dar esse suporte a essas pessoas também.

**Chega um momento que vai além da religião e indica auxílio profissional?**

Sim, muitas vezes indico psicólogos e outros profissionais na área. Tenho que me restringir ao meu limite sacerdotal. Nem tudo consigo resolver. Nem tudo somente a fé vai resolver. Muitas vezes recebo até pessoas que não são católicas porque sabem da questão do sigilo e me procuram em busca de opiniões, para tomarem um rumo na vida.

**E como fica o padre ouvindo tudo diariamente? Só hoje foram 11 atendimentos em duas horas antes do nosso encontro...**

Desse número foram só duas confissões, os outros foram demandas de orientações para a vida. Precisamos de pessoas que nos ajudam, de profissionais, diretores espirituais, vida de oração boa. Sobretudo uma base familiar boa. Ter meus pais aqui perto me ajuda muito. De fato, chega uma hora que a gente entra no cansaço de tanta escuta. É preciso separar o que você consegue ajudar do que não consegue. Tento ter foça através de uma vida espiritual, vida de oração, mas gosto de ir à academia, dar

uma volta de bicicleta. Isso ajuda a relaxar, deixar um pouco os problemas de lado. Se você assume os problemas como seus, você acaba não vivendo e não conseguindo dar respostas. Buscar uma vida com descanso e lazer é fundamental.

**Tem situações que você fica sem resposta para oferecer?**

Existem situações muito delicadas de pessoas que passam por situações muito difíceis. Às vezes me frustro por não ter condições de ajudar. Não depende de mim exclusivamente, são demandas que dependem do poder público ou outras autoridades. Procuro ajudar como posso, mas, algumas vezes chego a não ter resposta diante do tamanho sofrimento daquela pessoa. Você fica tão impactado com a situação que precisa primeiro tomar fôlego para entender qual caminho melhor a orientar. Qualquer palavra mal colocada você pode colocar tudo a perder em uma pessoa que já está no limite da vida.

**Existe um movimento visível de pessoas buscando igrejas e, também, voltando ou buscando a fé católica. Isso tem acontecido na paróquia?**

Temos uma ajuda da mídia com pessoas muito sérias que estão nas redes ensinando a fé. Chegam em lugares que não conseguimos chegar e isso tem levado pessoas à conversão. Pessoas que, muitas vezes por certa falta de conhecimento, deixaram a fé católica em busca de outras questões para sua vida. Muitas vezes chegaram ao vazio espiritual. Outras, buscando uma seriedade diante daquilo que não encontraram diante de tantas outras lideranças, têm feito um apelo muito grande de conversão à fé católica. Temos aqui um número muito grande de pessoas convertidas, tanto que deixaram outros caminhos e estão retornando como pessoas que nunca foram católicas, mas conheceram a verdade da fé, o que a Igreja sempre manteve no seu magistério

**Nunca pensou em um padre influenciar?**

Não, não gosto muito da mídia, não é meu campo. Gosto mais de uma vida paroquial, mais contato com as comunidades e pessoas. Temos tantas outras pessoas com esse dom e isso tem ajudado muito. Pessoas em comunhão com a Igreja que fazem um

bom trabalho. Claro que você encontra muitos que acabam saindo das bases da proposta da Igreja no Brasil, acabam sendo um sinal de divisão, marcham ao contrário e parece que formam sua própria Igreja Católica. Mas, ao contrário disso, muitos trabalham a vida paroquial, a vida de fé, indicam que procurem os párocos. Um que gosto muito é o professor Eduardo Faria, de Juiz de Fora.

**Também é visível, pelas ruas, o grande número de igrejas. Como observa esse crescimento e as outras religiões?**

Existem dois fatores. Existem muitas igrejas sérias, com pessoas sérias, pastores sérios. Pessoas que, de fato, estão buscando a salvação. A Igreja mesmo afirma que são conduzidas à salvação. Mas há muitos projetos também que se parecem um verdadeiro coach espiritual. É o que as pessoas querem ouvir. Digo no geral, não só na cidade, há muitos que levam pessoas a esse “oba oba” da fé sem um compromisso mais sério. Aquilo que, com palavras do Evangelho, levam a uma satisfação espiritual. Muito mais que isso: levam a uma satisfação pessoal. Enquanto a palavra está agradando, está bom. E a fé não é isso. Ela deve ser uma fé exigente que tem as coisas boas, mas que mostra caminhos que não estão certos.

**Falando sobre seus estudos, por que seguir para o mestrado e o doutorado?**

Quando já estava com quatro anos de pároco, senti a necessidade de estudar um pouco mais. A diocese sempre oferece muitas formações, mas via que queria mais. E gosto muito da área do direito. Via pessoas com muitas situações, como em segundo matrimônio e querendo nulidade, mas sem muito acesso a isso. Tentei elencar aquilo que juridicamente era bom pra mim, que eu gostava de forma pessoal, e que de forma pastoral ajudaria a vida da igreja e da diocese. Então resolvi entrar para o mestrado em direito canônico. Me aprofundei naquilo que é um pouco mais voltado à vida clerical, que é a questão do celibato.

**Que deu origem ao seu livro...**

Isso. Muitos, dentro ou fora da Igreja, têm essa questão em discussão. Muitas vezes por aqueles que não fazem o celibato. Muitos dizem “que pena que o padre não pode se casar”. Se você pegar na sagrada escritura,

“Tenho consciência que nossa vida é contribuir por um determinado tempo com aquelas pessoas e com aquela Igreja paroquial”



muitos se casaram. Mas, quando o Senhor começa a chamar aqueles para que pudessem seguir, muitos deixaram família. Aos poucos foi se dando esse conceito na Igreja, com muitos querendo viver como o Senhor, que teve uma vida casta e celibatária, algo que não era compreensível no judaísmo daquele tempo. Ele fez algo diferente em vista do reino dos céus. A vivência do celibato em uma vida religiosa é algo que viveremos de forma definitiva no céu. Aos poucos a igreja vai tomando essa consciência. A Igreja não vem impor como um castigo, mas salvar o que era uma prática. Você vê muitos jovens, hoje, querendo viver isso, tanto no ministério sacerdotal como meninas em comunidades religiosas. Você vê muitos virgens consagrados, homens e mulheres, o que é um carisma dado à Igreja. A graça do celibato nos dá o direito de sermos muito mais fecundos do que tantos outros homens, na fecundidade espiritual, na graça de tantos filhos para a Igreja e para o reino

**Algumas perguntas mais diretas. Para começar: quem é Jesus?**

É o nosso salvador. É o rosto humano de Deus nesse mundo.

**Qual seu livro preferido na Bíblia?**

Atos dos Apóstolos. Ele marca as vivências das primeiras comunidades. Se os evangelhos nos mostram a vida e a ação do Senhor no mundo, Atos dos Apóstolos nos mostra como aqueles que ouviram a palavra colocaram em prática.

**Algum versículo marcou sua vida?**

Sim, do Evangelho de São Mateus: “todo aquele que tenha deixado casa, irmãos, irmãs, pai, mãe, esposa, filhos ou campos, por causa do meu nome, receberá cem vezes mais e herdará a vida eterna”. Ou seja, o Senhor promete, não só como uma promessa, mas como uma realidade em nossa vida.

**Consegue escolher uma música que tenha marcado sua vida e sua caminhada?**

Uma que marcou muito a minha infância é a que “Senhor quem entrará no santuário para te louvar? Quem tem as mãos limpas e o coração puro”. É o que Jesus vai dizer muitas vezes no Evangelho. Não adianta honrar

com os lábios se o coração está cheio de impurezas ou maldades. Por mais frágeis que sejamos, mais dificuldades que tenhamos, temos que tentar ter a pureza de coração.

**Além de Jesus, quem é a pessoa que aparece na Bíblia que mais te agrada?**

Gosto muito da experiência de João. Embora diferente daquele que escreveu Atos dos Apóstolos, São Lucas, gosto muito do evangelho de São João. O inclinar-se no peito de Jesus na última ceia. João é muito jovem, então se deixa modelar pelo Senhor. Aquele que estava aos pés da cruz, que de fato mostrou um amor incondicional. Embora, claro, Pedro também me encante muito, um homem que deixou toda a sua ignorância para abrir seu espírito e ter sua vida transformada.

**Pelas características conhecidas dos apóstolos, qual mais se aproxima da sua vida?**

Pedro. Acho que Pedro. Tem horas que sou cabeça dura e que sou meio difícil, não nego isso. Mas, quando inclino a cabeça no travesseiro ou me coloco de joelhos diante do Senhor, repenso aquilo e sou capaz de voltar atrás. Quando vejo que errei, não tenho vergonha de pedir desculpa.

**O que mais te marcou nesses nove anos na Santa Luzia?**

De tantas coisas boas que tivemos, o que mais marca é a unidade das pessoas. Esse afeto e carinho de umas pelas outras. O que muito me marcou também foram vidas que perdemos, tanto na pandemia quanto ao longo desses anos. Pessoas boas que marcaram a vida dessa Igreja paroquial e que foram importantes na minha vida.

**Em algum momento é possível que deixe a paróquia. Estaria preparado?**

Sim, estaria. Gosto muito daqui, mas tenho consciência que nossa vida é contribuir por um determinado tempo com aquelas pessoas, com aquela Igreja paroquial. Muito ainda precisa ser feito em Santa Luzia, mas aqui não começou comigo nem vai terminar comigo ou com tantos fiéis. A vida da gente é somar e acrescentar naquilo que já foi feito. Tenho consciência que não estou a serviço de uma Igreja paroquial. [on](#)



Proteja o que é mais importante para você.

 Seguro de Vida

 Seguro de Carga e Transporte

 Seguro Acidente

 Seguro Equipamentos Portáteis

 Seguro Viagem

 Planos de Saúde e Odontológicos

 Seguro Imóvel

 Diária de Incapacidade Temporária

 Seguro Veicular

 Capitalização

Endereço:  
Rua Presidente Vargas, 54, Centro - Três Rios, RJ

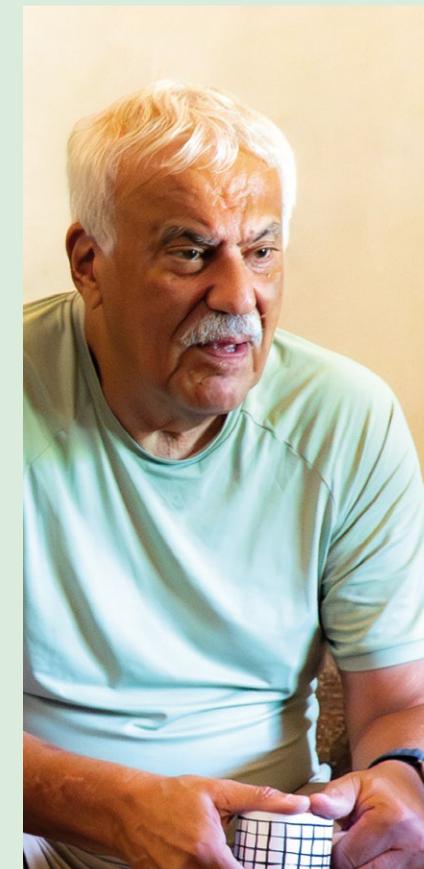
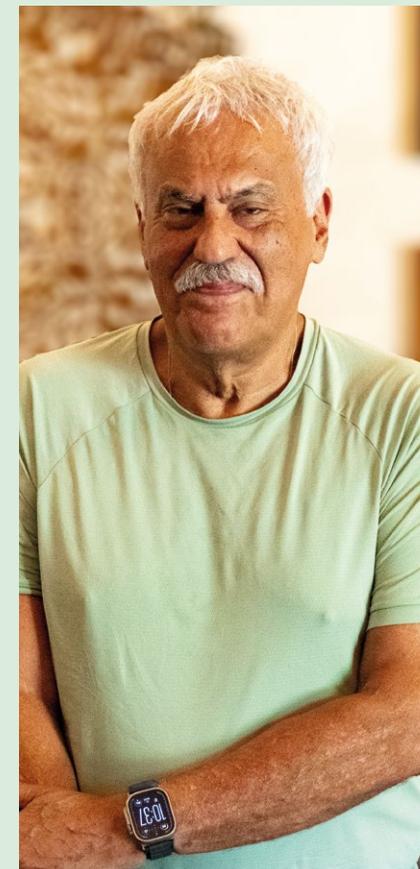
Confira nosso instagram:  
[@comsegseguros](#)

Fale conosco:  
☎ 24 98881-6327

# AS ANDANÇAS DE **DANILO CAYMMI** PELA REGIÃO

POR TIAGO TAVARES FOTOS REVISTA ON

Reconhecido internacionalmente como cantor e compositor, presença contante em palcos de todo o mundo, é em Comendador Levy Gasparian que Danilo Caymmi se reconecta com suas raízes familiares e recarrega energias.



**D**anilo Caymmi chega a Comendador Levy Gasparian como quem retorna a um lugar de aconchego e memórias. Todos os anos, o cantor e compositor, de 76 anos, encontra na tranquilidade da cidade do interior do Rio de Janeiro um refúgio para pausas em sua movimentada rotina artística. Embora resida em Curitiba, no Paraná, é nesta região, próxima à pequena Pequeri, em Minas Gerais, local de nascimento da mãe, que Danilo se sente profundamente conectado às suas origens.

“Meu pai [o cantor e compositor Dorival Caymmi] adorava Pequeri. Era um lugar de passagem para nossa família e as conversas sempre giravam em torno desse pedaço do Brasil. Hoje, eu também venho buscar essa paz”, conta Danilo com um sorriso sereno, enquanto descreve as lembranças de sua infância e a ligação emocional que carrega até hoje.

Pequeri, distante pouco mais de 30 quilômetros de Levy Gasparian, é mais que um ponto no mapa para Da-

---

Danilo chega a Levy Gasparian como quem retorna a um lugar de aconchego e memórias

nilo: é um lugar em que as raízes familiares deixaram marcas profundas.

O artista gosta de falar da tranquilidade da região, algo que ele considera essencial para recarregar as energias. “Venho para ouvir o silêncio, desligar o celular e aproveitar o que há de mais simples. É um detox para a alma”, diz. Nos dias em que se hospeda na cidade, ele fica na casa do tio da esposa, Patricia, o prefeito Claudio Mannarino. O ambiente acolhedor reforça a sensação de estar em família, algo que sempre teve um papel importante em sua vida.

Com uma carreira marcada por momentos icônicos, Danilo lembra com orgulho dos mais de dez anos em que traba-

lhou com Tom Jobim, entre 1983 e 1994. Durante esse período, fez parte da Banda Nova, grupo que acompanhava o maestro em turnês e gravações. “Estive com ele em todos os discos dessa fase. Foi um aprendizado constante. Tom era um gênio, mas também uma pessoa generosa e acessível”, relembra. A convivência era quase familiar e Danilo ainda recorda com carinho os momentos ao lado de Tom e de sua família.

Foi com Tom que Danilo interpretou músicas como “Samba do Avião” e “A Felicidade”, canções que marcaram sua trajetória e se tornaram símbolos de sua conexão com o repertório da bossa nova. Além de cantar, ele também tocava flauta, um instrumento que reflete sua formação musical e sua paixão pela improvisação. “A música de Tom me dava liberdade criativa. Ele confiava na minha interpretação e isso foi muito marcante”, afirma.

Danilo também carrega consigo o legado de sua família, especialmente o de seu pai, um dos maiores nomes da música brasileira. Crescido em um ambiente em que a arte estava sempre presente, teve

contato desde cedo com a música, a literatura e a pintura. Para ele, essa vivência moldou não apenas sua carreira, mas sua visão de mundo. “Cresci rodeado por grandes artistas e ideias. Isso me ajudou a entender a importância da arte na vida das pessoas”, reflete.

Hoje, ao observar o impacto que a formação cultural teve em sua vida, Danilo acredita que ela é essencial não apenas para quem se torna artista, mas para todas as pessoas. “É importante que as crianças tenham contato com coisas que as inspirem. Isso ajuda a formar a base do que elas vão valorizar e buscar no futuro”, comenta, sem deixar de apontar a necessidade de oferecer mais acesso à cultura desde cedo.

Mesmo com a agenda cheia, Danilo não abre mão dos momentos de introspecção e pausa, como os que encontra em Levy Gasparian. Recentemente realizou uma turnê com a cantora de jazz Stacey Kent, passando por Londres e cidades de Portugal, como Lisboa e Porto. A parceria com Stacey, que começou com um ál-

---

“Minha vida sempre foi de andanças, como a música que me consagrou”

bum em homenagem a Tom Jobim, agora avança para novos projetos, incluindo shows nos Estados Unidos.

“Foi uma experiência incrível levar a música brasileira para públicos tão diferentes. Stacey é uma artista impressionante e tem um respeito enorme pela nossa cultura, comenta Danilo. Para ele, a música brasileira continua despertando admiração no exterior, especialmente pelo seu repertório rico e original. “Fizemos shows com plateias majoritariamente estrangeiras e isso é muito especial. É uma maneira de mostrar o que temos de melhor”.

Além das apresentações internacionais, Danilo planeja gravar um álbum com canções de sua autoria que foram interpretadas por outros artistas ao lon-

go dos anos. É um projeto que, segundo o compositor, vai revisitar sua obra e apresentá-la sob uma nova perspectiva. “É uma forma de reconectar o público com a minha história musical”, explica.

Entre as raízes familiares de Pequeri, as pausas em Levy Gasparian e os palcos do mundo, Danilo Caymmi mantém uma trajetória marcada pela capacidade de transformar vivências em arte. Ele encara a música não apenas como profissão, mas como uma forma de viver. “Minha vida sempre foi de andanças, como a música que me consagrou. Cada lugar por onde passo me ensina algo novo e me inspira”, diz.

Com serenidade e entusiasmo, Danilo segue trilhando o caminho que começou décadas atrás. Para ele, mais importante que o destino são as histórias que encontra pelo caminho. Seja no aconchego da casa de familiares em Levy Gasparian e Pequeri, em sua casa em Curitiba, nos grandes palcos internacionais ou nas lembranças de Tom Jobim e Dorival Caymmi, sua música continua a ecoar como um reflexo das andanças de sua alma. **On**



# TECNOLOGIA E INOVAÇÃO

## ALIADAS PELA SAÚDE

Proscan Diagnóstico por Imagem investe em tecnologia e proporciona mais conforto aos pacientes de Três Rios e região.

Para muitas pessoas, a ressonância magnética é um exame que desperta ansiedade. Em Três Rios, essa realidade está mudando! Agora, a população de toda a região tem acesso ao exame de forma rápida e tecnológica, por meio de um novo e moderno equipamento projetado para proporcionar conforto e tranquilidade ao paciente durante o procedimento. A Proscan Diagnóstico por Imagem, responsável pelo empreendimento, projetou um espaço inovador, onde luzes de LED e um painel que simula o fundo do mar criam uma atmosfera acolhedora, proporcionando maior bem-estar ao paciente.

A proposta vai além da estética. A humanização do espaço foi pensada

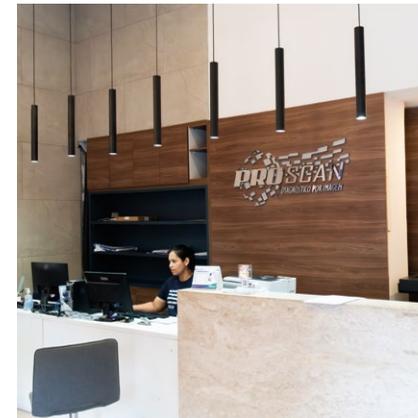
O ambiente acolhedor tranquiliza o paciente e torna o exame menos desgastante

para minimizar o desconforto, especialmente para pessoas ansiosas ou com medo de lugares fechados. Segundo o Dr. Fernando Mariz, CEO da Proscan, médico formado pela UFPE e especializado em radiologia e diagnóstico por imagem pela Unicamp, o objetivo é transformar a experiência do paciente. “Muitas pessoas têm receio de fazer ressonância magnética

porque a sensação de clausura pode ser desconfortável. Com essa sala, conseguimos criar um ambiente que tranquiliza o paciente e torna o exame mais agradável”, explica.

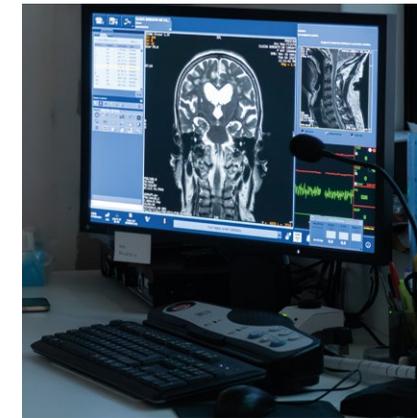
Trata-se do moderníssimo aparelho Signa Victor 1.5 Tesla, fabricado pela GE (General Electric), que conta com bobinas mais leves e ergonômicas, além de uma estrutura interna 6 cm mais ampla, reduzindo significativamente a sensação de aperto dentro da máquina.

O equipamento, considerado um marco para o diagnóstico por imagem



### REFERÊNCIA

A clínica conta com duas unidades em Três Rios



### TECNOLOGIA

A inteligência artificial melhora a resolução das imagens



### DR. FERNANDO MARIZ

O CEO da Proscan destaca o compromisso da empresa com a saúde da região

em Três Rios e região, apresenta tecnologia de ponta, com inteligência artificial de última geração, que otimiza a qualidade das imagens e reduz o tempo de exame em até 50%.

“Com o novo aparelho, exames que levavam entre 12 e 13 minutos passaram a ser realizados em até 6 minutos, no máximo. Aqueles que demoravam meia hora hoje são feitos em 15 minutos. A redução no tempo de exame melhora a experiência do paciente e permite que a equipe mé-

“Essa redução do tempo faz toda a diferença para o paciente”,

*Dr. Fernando Mariz*

dica amplie sua capacidade de atendimento com mais eficiência”, destaca o Dr. Fernando Mariz.

O investimento de R\$ 6 milhões no equipamento colocou Três Rios na vanguarda dos exames por imagem, ao viabilizar a realização de um procedimento inédito no Centro-Sul Fluminense: a ressonância magnética do coração. Esse exame possibilita diagnósticos precisos de condições cardíacas, oferecendo à população um serviço que antes só era encontrado nos grandes centros.

“Pacientes que precisavam desse tipo de exame tinham que viajar para cidades maiores. Agora, contamos com essa tecnologia avançada aqui mesmo em Três Rios, o que representa um grande avanço para toda a região”, ressalta o médico.

A novidade está disponível na unidade da Proscan na Rua 15 de Novembro, no Centro, enquanto a empresa mantém os demais atendimentos que a tornaram referência na unidade anexa ao Hospital das Clínicas Nossa Senhora da Conceição, na Rua Maestro Costa Barros.

Fundada em 2011, a Proscan Diagnóstico por Imagem foi pioneira na introdução da ressonância magnética em Três Rios e, desde então, consolidou-se como referência em diagnóstico por imagem na região. Com uma equipe formada por profissionais altamente qualificados, a clínica atende pacientes de mais de dez cidades do entorno, sempre priorizando qualidade e precisão nos exames.

“Esse novo investimento reafirma nosso compromisso com a inovação e a excelência em diagnóstico por imagem, consolidando-nos como referência na região. Trouxemos um equipamento que não só melhora os diagnósticos, mas também eleva o padrão de atendimento, proporcionando mais conforto e agilidade para o paciente. Nosso objetivo é continuar evoluindo e oferecendo o melhor serviço possível”, finaliza o Dr. Fernando Mariz

**DR. FERNANDO MARIZ**  
CEO da Proscan

DESDE 2011  
**PROSCAN**  
DIAGNÓSTICO POR IMAGEM

@proscandiagnostico

proscandiagnostico.com.br

(24) 2251-1220

Unidade 1 - Rua Maestro Costa Barros, 642, Centro, Três Rios - RJ

Unidade 2 - Rua 15 de Novembro, 340, Centro, Três Rios - RJ

# DE CABEÇA ERGUIDA PARA A VIDA

POR FREDERICO NOGUEIRA FOTOS ARQUIVO PESSOAL

Quando a banda de rock inglesa Dire Straits lançou o álbum “Brothers in Arms”, André Salustiano era um adolescente que já havia entendido que “theres’s so many different worlds / So many different suns”. Os versos estão na música que dá nome ao álbum e dizem, na tradução, que existem tantos mundos e sóis diferentes.

Foi assim que, com muitos sonhos a serem realizados e pés no chão, de cabeça erguida para não desistir dos desafios, ele buscou o próprio sol e construiu um mundo cheio de novas possibilidades.

**P**ode até não parecer, mas usar versos de Dire Straits faz sentido quando é a história do André Salustiano que será contada. Entre boas horas de conversas acompanhadas por café (o dele sempre em um copo estampado com o escudo do Botafogo), as preferências musicais também tiveram espaço. “A música sempre foi uma das maneiras que tinha para me concentrar nos estudos. Minha vó me deu um toca fitas da CCE e a primeira que comprei foi a ‘Brothers in Arms’, do Dire Straits. Sempre gostei de rock, de progressivo. Depois conheci Scorpions, Yes e tantas outras bandas”, recordou certo momento. Pronto: um “preâmbulo” para começar a entender que estudos e família são bases fortes dessa trajetória...

Nascido em maio de 1971, André Salustiano Araújo Ramos é filho da Anícia e do Júlio. Chegou ao mundo praticamente de forma inesperada. “Minha mãe perdeu dois filhos antes de mim. Ambos nasceram, mas um viveu poucas horas e o outro por duas semanas. Quando ela desistiu de ter filho, engravidou aos 40 anos e eu nasci”, conta

ao lembrar da mãe, que faleceu há sete anos. Já as lembranças do pai foram construídas por meio das fotografias, uma vez que ele faleceu quando André estava com apenas dois anos de idade.

Enquanto se destacava na escola entre os melhores alunos, André foi professor em casa e alfabetizou a avó

Sua criação ficou por conta da mãe e da avó materna, dona Erotildes, ambas que, já viúvas, dividiam a mesma casa. “A origem ali é a origem do pobre. Meu avó era carvoeiro, trabalhava em Maria Fumaça”, conta ao apresentar a família. A infância e a juventude foram vividas na Rua Orozimbo Flores, no bairro Vila Isabel, em Três Rios. “No lugar que chamamos de Grota. Nossa casa ficava na Servidão Vitalina Ramos, um beco nessa rua.

Era uma área muito pobre e lembro de ter hepatite por conta do esgoto a céu aberto que tinha por ali”, recorda com detalhes.

A infância também foi marcada pela relação com os primos que viviam na vizinhança. “O Deco acabou se tornando uma referência para mim. Voltei a andar de bicicleta porque queria andar como ele”, conta a prima Cristiane que recorda, ainda, ter contraído hepatite naquele mesmo momento. A música também marca presença em suas lembranças com o primo. “Com ele diversifiquei meu gosto musical na adolescência. Saí dos Menudos e encarei U2, Dire Straits, Rolling Stones, Titãs, Paralamas do Sucesso... Ele comprava o CD, ouvia e me emprestava, normalmente com alguma dica ou uma tarefa a ser aprendida com o estilo musical ou grupo”.

A relação com a avó era especial. “Uma ligação que transcendia nosso conhecimento aqui nesse plano”, resume. Os estudos começaram no Jardim de Infância Carlos Ribas e seguiram no Colégio Ruy Barbosa com uma bolsa que considerava a frequência e as boas notas para ser mantida. Enquanto aprendia e se destacava entre os melhores da turma, André virou professor em casa.

“Eu alfabetizei a minha vó, que não sabia ler nem escrever. Chegava da escola e falava que daria aula. Uma brincadeira. Minha vó aceitou a ideia. Minha tia, Arlete, apoiou e comprou quadro, giz, cartilha... Tudo o que aprendia na escola, logo ensinava em casa. Quando cheguei ao segundo grau já estávamos lendo Dostoiévsi juntos. Quando entrei na faculdade, ela escrevia cartas para mim”, lembra com emoção e orgulho dos resultados.

Naqueles anos, dividia o tempo entre esportes, como o futebol e a natação, brincadeiras em casa e os estudos. Sonhava entrar para a Marinha e fez diversas provas para o colégio naval. “Tenho três tios que foram para o Exército e via que eles melhoraram de vida por esse caminho. Achava legal que eles viajavam. Sempre gostei de rotina e sabia que me adaptaria fácil. Mas, busquei a Marinha, não o Exército, pela relação que sempre tive com o mar. Cheguei a fazer cursos preparatórios pelos Correios. Algumas vezes bati na trave, em outras não vi nem a cor da bola”, comenta com bom humor.

## A caminho da medicina

O tempo passou e a ida para a Marinha não aconteceu. Chegou ao final do Ensino Médio e precisava decidir pelo curso superior. Um dos motivos que o levou a sonhar com a medicina foi acompanhar de perto os primeiros sinais do Mal de Alzheimer na avó.

A escolha pelo vestibular para a Universidade Federal do Rio de Janeiro foi calculada. “Tinha que ser uma federal e com lugar para morar de tão duros que éramos”. No último dia de inscrição, recalculou a rota com ajuda de conselhos valiosos da tia Arlete.

“Eu tinha vergonha de não passar, não ser aprovado e ter que ficar um ano parado em Três Rios. Tinha um nível interno gigantesco de cobrança. Minha tia, vendo a correria nos estudos, ficou preocupada de eu não passar e dar uma pirada. Então

pensamos no seguinte: faço vestibular para farmácia bioquímica, vou para o Rio de Janeiro e, estando lá, estudo mais para entrar na medicina no ano seguinte”, lembra.

Foi exatamente isso que aconteceu. Iniciou o curso na Ilha do Fundão e mudou-se para o alojamento da universidade. “Fiquei no mesmo quarto de um primo, Gilson, que estava no último ano do curso. Ele foi o primeiro da família a ter curso universitário”, conta André.





#### ESTUDOS INICIAIS

André foi aluno bolsista do Colégio Ruy Barbosa até concluir o Ensino Médio

Enquanto cursava farmácia pela manhã, buscou, logo no início, um cursinho preparatório para o vestibular de medicina. “O Bahiense tinha histórico de aprovar muitos alunos e fui até eles. Expliquei tudo, entenderam minha situação, viram que eu queria passar de verdade e o próprio dono me ajudou congelando o valor das mensalidades naquela época. Teve muita luta no caminho, mas também encontrei muita gente que nem me conhecia e ajudou, como nesse caso”.

No meio daquele ano, porém, a rota precisou mudar levemente de direção. “Deu uma pane na minha cabeça. Estava indo mal nas matérias da universidade e não conseguia me dedicar ao cursinho. Achei que seria melhor estar em casa estudando, conversei com a minha mãe e ela entendeu. Montei uma estrutura para estudar em paz”.

O resultado chegou: André passou em sétimo lugar para o curso dos sonhos e foi o 51º colocado na lista geral de todos os cursos oferecidos pela UFRJ naquele vestibular. Hora de voltar para o alojamento e iniciar a jornada...

#### Médico em formação

Diferente dos sustos com os cálculos nas matérias iniciais da farmácia bioquímica, a medicina agradou logo de cara. Já o contexto do cenário encontrado gerou um impacto. “O sarrafo era muito alto para entrar. A maior parte dos alunos eram pessoas muito ricas que estudaram a vida inteira nos melhores colégios possíveis; uma pequena parte era de classe média e, por fim, outra pequena parte de pessoas que saíam do interior, como meu

caso. Eu era o único preto na turma de 80 alunos, não frequentava os mesmos lugares que essas pessoas por não ter dinheiro nem roupa e, ainda, tinha vergonha de falar que morava no alojamento. Não é fácil para um cara de 17 ou 18 anos”

A rotina inicial de estudos foi pesada, intensa e difícil. Artigos e mais artigos em inglês, finais de semana no alojamento sem voltar para casa por falta de dinheiro, três reprovações na disciplina de bioquímica... “Fiquei meio tonto nos primeiros quatro períodos. Entrei em uma terapia de graça que foi o ponto de virada. Sentia dor no corpo, fadiga e, hoje, entendo que tratei uma depressão com terapia e atividades físicas que comecei a praticar todos os

“Tinha vergonha de não passar no vestibular e ficar parado. Meu nível de cobrança era gigantesco”,

conta André

dias. Cheguei ao fundo do poço naquele momento”, recorda o médico sobre os dois anos mais difíceis do período de formação.

Com a virada de chave e novas motivações, conta que deixou de ser um “aluno mediano para baixo” e passou a tirar notas 9 e 10 em todas as disciplinas. Foram oito anos de curso, três turmas pelo caminho e oportunidades de descobrir qual área seguir no futuro.

Por morar na própria universidade, passava a maior tempo possível no centro cirúrgico do hospital. “Nas cirurgias cardíacas vi algo muito bacana que não tinha visto em nenhuma outra. Quando o médico tirava da extracorpórea e o coração precisava voltar a bater depois de terem feito tudo certo, eles também faziam uma oração”, conta sobre a curiosidade que chamou atenção.

O primeiro interesse de qual especialidade seguir foi pela psiquiatria. “Pessoalmente, não gostei muito do que vi na época”, revela. Ainda com foco na cabeça, voltou as atenções para a neurocirurgia. “Mas, vi que as cirurgias levam muito tempo e com o médico de pé, então pensei que não

aguentaria, no futuro, fazer uma operação de seis horas seguidas em pé”.

Foi quando conheceu mais profundamente a neurologia e decidiu que ela seria sua especialidade, o que só aconteceu alguns anos após se formar, quando fez a pós-graduação na PUC-RJ/Santa Casa de Misericórdia.

A felicidade da formatura foi acompanhada e celebrada de perto por quem acompanhou toda a jornada. A prima Liene Araújo lembra daquele dia. “Foi um momento que marcou por ver como ele estava feliz pela realização do sonho que



TÚLIO FRACTA



#### BASE FAMILIAR

Registros históricos da família de André Salustiano, sua base de formação para a vida

conseguiu com muito esforço e determinação. André sempre foi muito estudioso. A carreira de sucesso que ele desfruta agora é resultado de muito estudo, dedicação e amor pela profissão”, completa.

#### Plantão médico

Antes da neurologia, porém, André Salustiano viu de tudo um pouco (e muito também) nos primeiros anos como médico. “Estava tão exausto da vida de dureza que precisava ver a cor do dinheiro, comprar um carro, sair do alojamento”, resume sobre o início profissional. Voltou para Três Rios e foi morar junto com a mãe na mesma casa da infância e adolescência. O primeiro emprego foi com plantão no hospital de Areal. Ainda no primeiro mês de formado conseguiu plantões em Três Rios e Sapucaia. “Com três meses de salário, dei entrada em um Pálio e financiei em 60 vezes”, comenta sobre o início de novos sonhos que estavam em fase de realização.

Os plantões nas emergências da região não causaram medo ou tensão no médico então recém-formado. André passou, durante a formação, por locais que renderam experiência, como o Hospital Salgado Filho, na capital. “Lá tem tanta emergência que tem

um centro cirúrgico dentro da própria emergência. Acho que todo médico precisa passar por uma vivência em hospital assim”, analisa.

André conta que, por isso, nunca teve medo de assumir plantões. “O médico da emergência não precisa cravar o diagnóstico, mas precisa saber qual paciente pode mandar para casa e qual tem que internar para saber o que tem”, define.

“Emergência leva o médico ao extremo. Salvar uma vida não tem preço”,

Dr. André Salustiano

Foram 10 anos seguidos em emergências, com passagens também por outros municípios, tempo suficiente para viver incontáveis histórias com finais felizes e outras tantas com desfechos tristes. “Emergência leva o médico ao extremo. Salvar uma vida não tem preço. E, nos casos de perdas, quando chegam pacientes que não há muito ou nada a fazer, as perdas são sempre difíceis. É como se cada caso levasse um pedaço seu embora”.

#### Dr. André, o neurologista

“A neurologia veio da empatia, de entender o perfil do paciente, de ver a pessoa atrás da dor. Hoje não me vejo fazendo outra coisa”. É assim que André Salustiano resume sua área de especialização.

As consultas longas, aliás, são reflexos do que viveu como paciente. “Gostar de conversar com o paciente vem desde a clínica médica e é algo que veio de quando comecei a fazer terapia. Falando de mim, comecei a me entender melhor. Então, a ideia de perfilar o paciente é para entender melhor o caso dele. Tem pessoas que chegam ao consultório com dor de cabeça e, na conversa, entendo que a vida dela está de cabeça para baixo e é isso que gerou a dor”, exemplifica.

Os atendimentos como neurologista começaram em 2006. Seus primeiros pacientes em Três Rios foram aqueles que já o conheciam dos plantões de emergência. “Tenho gerações de famílias que trataram comigo na rede pública e viraram pacientes do consultório particular. São pacientes que não abandonam e vem até mim mesmo quando o caso não tem relação com a minha área”, comenta o médico.

Ele explica, ainda, que nem sempre as pessoas entendem quando buscar um neurologista. “Geralmente quando chega até



#### FORMATURA

Celebração em família na conquista do diploma universitário



#### GRADUAÇÃO

Momento do juramento na formatura do curso de medicina



#### ANDRÉ E VINÍCIUS

O filho conta que o pai é sua maior referência para tudo na vida



#### MOMENTOS DE LAZER

André com Mikael, para quem também é exemplo



#### CASAMENTO

Daniela destaca que André não tem medo de lutar pelos ideais

mim já passou por outras especialidades. Hoje, temos visto uma procura crescente de adultos que descubrem o TDAH e querem lidar melhor com ele, uma redescoberta para autoconhecimento”, conta Salustiano.

André conta que o dia a dia no consultório é dinâmico. Atualmente, o médico atende nas clínicas próprias em Três Rios e no Rio de Janeiro, a Neuroclin, além de Paraíba do Sul, em uma rotina que começa às 5h30 para praticar atividades físicas e se preparar para o dia. “Neurologia é muito pesada. Vejo casos que dão nós na garganta. Quando chega um paciente, por exemplo, com situação que tem prognóstico complexo e a pessoa nem sabe o que

vai acontecer com ela nos próximos dois anos, é difícil. É uma área que o médico precisa ter alguma válvula de escape.

#### André, a referência

Se durante a semana a rotina é pesada, com dedicação integral aos pacientes, aos finais de semana André encontra suas válvulas de escape. “Preciso dos meus dias de andar de chinelo, bermuda e camiseta no meio das pessoas na praia”, conta sobre um dos momentos de lazer preferidos. Quem está ao lado dele todos os dias pode confirmar a dedicação à profissão. “Embora saiba separar bem a vida pessoal da profissional ele está sempre à disposição de seus pacientes quando a situação se faz necessária, afirma a esposa, Daniela Gibaldi Salustiano.

Juntos há oito anos, ela acompanhou de perto uma das mais recentes realizações da carreira do marido: a inauguração do consultório próprio no Rio de Janeiro. “A luta foi grande. Encontrou vários obstáculos, mas nenhum que não fosse vencido já que a vontade de seguir em frente era muito maior. Com muita luta e esforço, conseguiu realizar mais esse sonho pois sabia que precisava dar esse passo para crescer profissionalmente”, lembra Daniela.

### O médico atende em Três Rios, Paraíba do Sul e no Rio de Janeiro

Os consultórios, inclusive, André elenca entre os principais sonhos realizados, junto com a formatura e a especialização, e faz questão de mantê-los sempre impecáveis. “Tenho que me sentir bem no lugar que estou trabalhando. Passo mais tempo no consultório que na minha casa, então cuido dos detalhes por mim e para meus pacientes”.

Ainda que a rotina seja intensa, sempre consegue tempo para a base familiar. “André é uma pessoa preocupada com a família. Sempre podemos contar com ele presente nas situações da vida cotidiana”, comenta a prima Valéria Cristina que conta, ainda, uma curiosidade: “Ele é apaixonado pelos seus cachorros, que são muito



#### CONQUISTAS PESSOAIS

O carro comprado poucos meses após formado foi um sonho realizado

bem cuidados e lindos”. São seis cães da raça Rotweiler. “Minha fêmea teve 11 filhotes alguns meses atrás e eu fiz o parto que durou seis horas”, conta o médico.

Também coloca na agenda duas viagens por ano. “Gosto de conhecer outras culturas e não vou para ficar em hotéis nem busco guias. Gosto de ser um desconhecido e viver o lugar de verdade. O mais legal dessas viagens são as relações humanas”, diz o médico que ainda mantém sonhos que cruzam a vida pessoal com a profissional. “Quero ter experiência no exterior como médico. Tenho vontade de fazer um curso de verão em Paris e, também, conhecer a sede dos Médicos Sem Fronteiras”.

Amigo, companheiro, protetor, preocupado e carinhoso são alguns adjetivos que Daniela usa para explicar, com admiração, quem é André. “Ele é homem inteligentíssimo, sem medo de lutar pelos seus ideais, trabalhador, esforça-

do, excelente profissional, um chefe de família que cuida dos seus, um exemplo para os nossos meninos, sempre nos oferecendo o que há de melhor”. Os meninos citados pela esposa são os filhos, hoje já adultos, que André ganhou como verdadeiros presentes. Vinícius Salgueiro, do primeiro casamento, e Mikael Lucio, que chegou em sua vida no relacionamento com Daniela.

“Quero ter experiência no exterior como médico, conhecer a sede dos Médicos Sem Fronteiras”,

Dr. André Salustiano

“Lembro muito bem dele me levando para tomar sorvete na Praça dos Peixinhos e ensinando a rezar”, conta Vinícius sobre as primeiras lembranças que tem da relação com o pai. Ao longo do tempo, acompanhou de perto o crescimento profissional de André. “Eu vi meu pai crescer. Vi vender carro para investir em clínica, segurar as finanças. Toda a questão empreendedora que tenho hoje vem muito dele. Minha maior referência para tudo é ele. É para quem conto dos maiores podres da vida até as conquistas”, comenta o filho.

Ao longo do tempo, André Salustiano também virou referência para outras pessoas na medicina e na vida. Quem está ao redor sabe disso muito bem. “É uma pes-

soa que batalhou para chegar aonde chegou. Foi capaz de ultrapassar todas as barreiras e se tornar essa referência”, resume Valéria. “Fico feliz quando encontro pessoas que sabem do nosso grau de parentesco e o elogiam com palavras afetuosas e muita gratidão pela atenção e dedicação aos pacientes”, completa Liene.

Para Cristiane, o nível de excelência alcançado não foi uma surpresa. “Sempre foi dedicado aos estudos. Ser um médico preto, de uma família não tradicional em uma cidade que valorizava muito um sobrenome, tendo que construir a carreira tijolo por tijolo... Ser reconhecido é fruto da disciplina e perseverança dele, do diferencial como pessoa e do conhecimento técnico”, enfatiza a prima que também ressalta uma característica que também o coloca em posição de destaque. “Ele é acolhedor. Diante de uma doença, principalmente uma doença neurológica, o que mais precisamos é de acolhimento e isso, em um momento desafiador e de vulnerabilidade, aquece os corações mais duros”, completa.

“Nunca fui de pegar atalho pronto”, resume André sobre a própria trajetória e a conquista por aquele sol que tanto buscou e o mundo de possibilidades que construiu. A partir de um momento comecei a entender minha posição. Entender que represento muita gente. Tem uma representatividade para o jovem de periferia entender que é possível. Sou alguém que saiu de uma infância muito pobre e conseguiu fazer o que queria. É importante sonhar acordado todos os dias porque, em algum momento, esse sonho vai se materializar”, finaliza.



TÚLIO FRACTA



# SHOPPING AMÉRICO SILVA

**+ 90**

Operações entre lojas e quisques.

**+ 4,4 mi**

Fluxo anual de pessoas.

**+ 500**

Empregos diretos e indiretos.

**8.610 Kg**

De materiais recicláveis anualmente, poupando 146 árvores.

**480**

placas solares instaladas em nosso telhado que significam : 253 🌱 cultivadas e 62,52 toneladas de CO<sub>2</sub> reduzidos anualmente.

## Inclusão e Diversidade

Projetos e práticas sociais que visam a inclusão e o desenvolvimento social.

## Pet Amigo

Seu pet é super bem vindo aqui. Temos ações e operações voltadas para o seu pet amigo.

**15**  
anos

Acesse nosso site através do QR code.



Shopping Américo Silva - A melhor experiência em compras de Três Rios e região.

americanas

BELL'ART  
Decorações

CASA & VIDEO

ÉD MAIS

Magalu

AREZZO

BODY PRIME

BRASIL CACAU

CacauShow

conserta smart

cozechos

CVC

Clare SHOW

Chiquinho sorvetes

Claro

dimare PLANEJADOS

Moderna DROGARIA

FÁBRICA DE B@LO  
ró alzira

VOZ ACADEMI

FC First Class Home

Universidade Cruzeiro do Sul

fapate

Kopenhagen

loucas por Make

Light

Lurman

mahogany

MAPA DA MINA acessórios

melissa CLUBE

MR.CAT

franquia natura

OBOTICÁRIO

ÓTICAS CAROL

Ortobom

sensiform

south & Co.

TACO

LOJAS TIM GRUPO DATAFOR

Santander

Touti Perfumes

via mia

SHOPPING AMÉRICO SILVA

Rua Barão do Rio Branco, 303  
Centro - Três Rios / RJ



# OLHARES ATENTOS PARA A SAÚDE DOS OLHOS

Como a tecnologia avançada, o atendimento humanizado e o compromisso com a saúde ocular tornaram o Hospital do Olho de Três Rios referência em oftalmologia na região.



## ESPECIALISTAS

Os médicos Adilson Novaes e Gabriela Novaes são os responsáveis pelo Hospital do Olho de Três Rios



## EQUIPE

O atendimento e a atenção com cada paciente são destaques na clínica



## LOCALIZAÇÃO

A clínica está na Galeria Manira Esteves, no Centro de Três Rios

Qual foi a última vez que você cuidou especificamente da saúde dos seus olhos? Sim, eles merecem e precisam de atenção regularmente, assim como todas as demais partes do corpo, seja para prevenção de problemas ou tratamento daqueles já existentes. Em Três Rios, quase 10 mil pessoas já foram atendidas no Hospital do Olho nos últimos três anos, período que o município conta com a clínica, demonstrando o interesse de boa parte da população pelo cuidado com os olhos.

O Hospital do Olho de Três Rios, que consolidou-se como referência em oftalmologia ao oferecer tecnologia de ponta, atendimento humanizado e compromisso genuíno com a saúde ocular da comunidade, foi criado após análise cuidadosa das necessidades da população. “Percebemos que Três Rios carecia de um centro oftalmológico completo que fosse capaz de unir consultas de rotina, exames avançados e tratamentos especializados. Queríamos criar uma estrutura que realmente fizesse a di-

ferença”, explica a Dra. Gabriela Novaes, especialista em retina clínica.

Com formação sólida no Instituto Benjamin Constant, reconhecido como centro de referência nacional em deficiências visuais, a equipe proporcionou avanços importantes na região, como tratamentos para retina,

“Nosso objetivo é oferecer o melhor que a oftalmologia pode proporcionar”

*Dr. Adilson Novaes*

glaucoma e catarata. “Nosso objetivo é oferecer o melhor que a oftalmologia pode proporcionar, sempre com um cuidado que vai além da técnica, priorizando o bem-estar dos nossos pacientes”, acrescenta o Dr. Adilson Novaes, especialista em cirurgias de catarata e glaucoma, que já realizou mais de 5 mil procedimentos ao longo da carreira.

As consultas oftalmológicas de rotina desempenham um papel essencial no trabalho do Hospital do Olho. “A oftalmologia é, acima de tudo, sobre prevenção. Muitas condições não apresentam sintomas no início, como o glaucoma, por exemplo, que pode evoluir silenciosamente. Por isso, consultas regulares são indispensáveis”, ressalta a Dra. Gabriela Novaes.

Segundo o relatório “As Condições de Saúde Ocular no Brasil”, realizado pelo Conselho Brasileiro de Oftalmologia, 80% das causas de deficiência visual no mundo poderiam ser prevenidas ou tratadas com diagnóstico precoce e acompanhamento regular. Esse dado reflete a importância do trabalho desenvolvido pela clínica.

A saúde ocular da população idosa é uma prioridade no Hospital do Olho. “Com o envelhecimento da população, doenças como catarata, glaucoma e degeneração macular tornam-se mais frequentes. Nosso papel é garantir que os idosos possam acessar tratamentos modernos e seguros, preservando sua autonomia e qualidade de vida”, destaca o Dr. Adilson No-

vaes, reforçando o compromisso do hospital com esse público.

Entre os tratamentos mais procurados estão as cirurgias de catarata e de correção de grau, além de cuidados para ceratocone e glaucoma. A adaptação de lentes especiais também se destaca, oferecendo uma solução eficiente para pacientes que enfrentam desafios na visão. “Ver a alegria de um paciente que recupera sua independência após o tratamento é o que nos motiva todos os dias”, relata a Dra. Gabriela Novaes, lembrando histórias emocionantes de pacientes que realizaram sonhos, como o de dirigir, após receber o cuidado adequado.

Para tornar o atendimento mais acessível, o Hospital do Olho tem parcerias com os principais planos da região, como Unimed, Saúde Caixa, Plan Minas, Faria e Schmitz, além de condições facilitadas de pagamento, incluindo parcelamento no cartão de crédito. “Nossa intenção é garantir que todos tenham acesso a um cuidado oftalmológico de alta qualidade, independentemente de sua condição financeira”, reforça o Dr. Adilson Novaes.

O cuidado com a saúde ocular infantil também é destaque do hospital. “Tratar e prevenir problemas de visão na infância é essencial para garantir que as crianças cresçam com todo o seu potencial. Dedicamos atenção especial a essa etapa tão importante do desenvolvimento”, explica a médica.

“A oftalmologia é, acima de tudo, sobre prevenção”,

*Dra. Gabriela Novaes*

Com uma estrutura moderna e acolhedora, além de equipamentos de última geração, o Hospital do Olho de Três Rios consolidou-se como sinônimo de confiança e qualidade. O vínculo criado com os pacientes, que retornam e indicam a clínica para amigos e familiares, é a maior prova da relevância do trabalho realizado. “Ver pacientes voltando e trazendo seus entes queridos para serem cuidados por nós é uma das maiores recompensas do

nosso trabalho. É isso que nos dá certeza de que estamos no caminho certo”, conclui o Dr. Adilson Novaes.

A oftalmologia desempenha um papel essencial na qualidade de vida. Consultas regulares e o cuidado preventivo são passos indispensáveis para proteger a visão e garantir bem-estar em todas as fases da vida.



**HOSPITAL DO OLHO TRÊS RIOS**

@gabriela\_vescovi

Hospital do Olho Três Rios

(24) 99989 1234

(24) 2029-4901

Avenida Condessa do Rio Novo, 1773  
Galeria Manira Esteves - Salas 8 e 9  
Centro - Três Rios

em parceria com:

Unimed

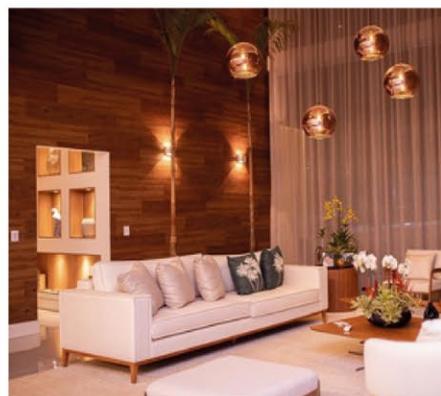
SAÚDE CAIXA

  
**JÚLIA SERPA**  
 — ARQUITETURA —

Projetos de alto padrão: do conceito à entrega, criando um lar único que reflete a sua essência.



Escaneie para mais informações



## Endoempreendedorismo: o empreendedorismo dentro das empresas

POR DELTON PEDROSO BASTOS JUNIOR

O endoempreendedorismo não é apenas um benefício para a empresa. Ele representa também uma via de crescimento profissional acelerado.

**E**m um mundo empresarial cada vez mais dinâmico, onde inovação e adaptação são palavras de ordem, o conceito de endoempreendedorismo surge como um diferencial estratégico para empresas e profissionais que desejam se destacar. O termo, que se refere ao espírito empreendedor dentro das organizações, vai além da simples proatividade. Ele exige visão, determinação e um olhar estratégico para transformar desafios internos em oportunidades de crescimento.

Tenho uma crença profunda na capacidade de criar soluções e gerar valor a partir de qualquer cenário, o que reflete diretamente no endoempreendedorismo. Em minha trajetória, percebo que o sucesso dentro das empresas não vem apenas de seguir processos estabelecidos, mas de questioná-los, aprimorá-los e, quando necessário, reinventá-los. O verdadeiro endoempreendedor não espera por oportunidades; ele as cria.

Para quem deseja prosperar como endoempreendedor, três características são fundamentais:

### Visão Estratégica

O endoempreendedor precisa enxergar além do óbvio. É preciso ter uma percepção apurada do mercado, das necessidades da empresa e das tendências do setor. Identificar oportunidades que podem gerar mais eficiência, reduzir custos ou abrir novos caminhos de receita é um diferencial indispensável. No meu dia a dia, aplico essa visão ao analisar novos modelos de negócio e buscar conexões entre diferentes áreas, criando sinergias que potencializam resultados.

### Resiliência

Nem toda ideia será aceita de imediato, e muitos obstáculos surgirão pelo caminho. A resiliência é o que permite continuar aprimorando as propostas, aprendendo com os erros e buscando novas abordagens. No empreendedorismo – seja dentro ou fora das empresas –, é essencial entender que falhas fazem parte do processo e que a capacidade de persistir diferencia os bem-sucedidos dos que desistem no primeiro não.

### Capacidade de Execução

Uma boa ideia sem execução é apenas um pensamento interessante. Endoempreendedores precisam ir além da teoria e serem capazes de colocar planos em prática, engajar equipes e demonstrar resultados concretos. Na minha experiência, percebo que a melhor forma de ganhar credibilidade dentro de uma organização é transformar ideias inovadoras em ações que impactam positivamente o negócio.

O endoempreendedorismo não é apenas um benefício para a empresa - ele representa também uma via de crescimento profissional acelerado. Aqueles que demonstram essa mentalidade acabam se tornando referências, líderes e, muitas vezes, pioneiros dentro de suas áreas.

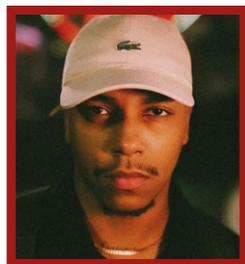
Finalmente, o futuro pertence a quem tem coragem de inovar, seja como empreendedor independente ou como peça-chave dentro de um grande projeto. E você, está pronto para empreender de dentro para fora?

Delton Pedroso Bastos Junior é CEO do Grupo Bastos Juris com especialização em Direito Empresarial, Tributos e desenvolvimento de novos negócios



# A COLUNA FOTOGRÁFICA DA ON

PARA COMPARTILHAR OLHARES ÚNICOS SOBRE O COTIDIANO



DEIVID MEDEIROS / 2D

Artista visual e criador de projetos culturais, Deivid Medeiros, conhecido como 2D, apresenta uma janela para a arte que transforma e inspira. Apaixonado por mobigrafia (a arte de fotografar com o celular), ele acredita que o olhar sensível tem um valor inestimável. Suas fotos capturam a essência do cotidiano, transformando momentos simples em narrativas que emocionam e convidam à reflexão.

@mob2d



CONVERSAS FINAS, ELEGANTES E SINCERAS COM A EQUIPE ON



## Identidade visual: entre a originalidade e a cultura do CTRL+C, CTRL+V

A originalidade vem da profundidade do conceito, não da superfície do design.

Vivemos em uma era em que a facilidade de acesso a ferramentas de design tem permitido que qualquer pessoa, com alguns cliques, crie algo visualmente “bonito”. Plataformas como Canva e CapCut oferecem soluções rápidas e, aparentemente, eficazes. Mas, será que isso representa, de fato, uma identidade visual sólida e original?

A nova geração, criada na era digital, cresceu com a possibilidade de “futucar” programas, testar templates e modificar elementos pré-prontos. O problema é que muitos não aprofundam seus conhecimentos sobre design e acabam acreditando que trocar cores, elementos e fontes é o bastante para tornar algo original. O ponto é que originalidade não se resume a escolher um template pronto e apenas substituir informações. O design não é apenas a estética, mas estratégia, conceito e diferenciação.

O reflexo disso pode ser visto no mercado. Quantas vezes você já saiu na rua e viu empresas completamente diferentes usando logotipos praticamente idênticos? Recentemente recebi em três grupos de WhatsApp (de lugares diferentes) o mesmo post de “Feliz Aniversário”. O layout, as imagens e até a tipografia eram os mesmos. Somente as cores e o texto mudavam. O que deveria ser uma expressão única tornou-se um produto de linha de montagem, como nas fábricas.

Outro equívoco frequente é pensar que identidade visual se resume ao logo. Na realidade, trata-se de um ecossistema

visual e conceitual completo que abrange cores, tipografias, elementos gráficos, aplicações digitais e físicas, filosofia da empresa e experiência do consumidor. Uma identidade forte não se faz apenas com um símbolo bonito, mas com um conjunto de elementos que comunicam a essência da marca de forma coerente e diferenciada.

Então, como garantir que a identidade visual da sua empresa seja verdadeiramente original em tempos de soluções padronizadas? A resposta está no processo. Criar uma identidade visual do zero exige estudo, pesquisa e criatividade. É necessário compreender a empresa, seus valores, seu público-alvo e seu posicionamento de mercado antes de pensar em qualquer elemento gráfico. A originalidade vem da profundidade do conceito, não da superfície do design.

Negócios que almejam destaque no mercado precisam investir em empresas e profissionais capacitados que vão além do óbvio e buscam soluções que realmente representem a essência da marca. Isso significa fugir do comodismo dos templates prontos, sites de “crie sua própria logo”, da mera repetição de tendências e do abuso de sistemas de inteligência artificial. É necessário entender que design de verdade não se copia - se constrói.

No final das contas, a identidade visual não deve ser apenas algo bonito e padronizado, mas um reflexo fiel do que a marca representa. E isso só se consegue com autenticidade, estratégia e um olhar atento à diferenciação.



NEILSON F. DOS SANTOS JÚNIOR  
Diretor de Arte da Revista On



# OBRAS COM MAIS FACILIDADE

## E MENOS BUROCRACIAS

Com determinação e visão empreendedora, Matheus Azevedo está à frente das empresas que chegaram a Três Rios para revolucionar o segmento de obras e contribuir com profissionais do setor.

**C**onstruir uma trajetória de sucesso exige mais do que estratégia e planejamento. Exige paixão, dedicação e uma visão clara do futuro. É exatamente essa mistura que impulsiona Matheus Azevedo, diretor das empresas Mestre da Obra e Mafercon.

Jovem, determinado e com um olhar inovador, Matheus carrega um legado familiar de trabalho e excelência reconhecidos em diversas cidades. Seu pai é o fundador da Itaipava Tintas, o empresário Guilherme Azevedo, fato que o fez crescer imerso no universo do empreendedorismo. Desde pequeno, acompanhava o pai nos negócios e absorvia cada ensinamento sobre gestão e mercado. Agora, aos 20 anos está cursando Engenharia de Produção pela Universidade Católica de Petrópolis (UCP), sua missão é expandir a empresa e consolidá-la como referência no mercado de construção civil. “Meu pai sempre sonhou em construir uma rede de lojas de máquinas e ferramentas que fosse referência no mercado, assim como fez com a Itaipava Tintas. Agora, minha missão não é apenas dar continuidade a esse sonho, mas levá-lo além”, afirma Matheus.

Com maturidade e visão estratégica, seu primeiro desafio à frente da empresa foi modernizar a comunicação e aproximar-se ainda mais dos clientes. A era digital transformou a forma como os consumidores interagem com os negócios e Matheus não perdeu tempo em adaptar a Mestre da Obra e a Mafercon a essa nova realidade.

Matheus Azevedo tem como missão consolidar as empresas como referências no mercado de construção civil

de. “Nossos clientes estão cada vez mais conectados e exigentes. Buscamos a inovação não apenas nos equipamentos e produtos que oferecemos, mas na forma como atendemos. Queremos que a experiência de locação e compra seja prática, eficiente e sem burocracia”, destaca o jovem empreendedor.



### LOCALIZAÇÃO

A loja fica próxima ao Viaduto, na entrada do Pátio da Estação

A empresa se diferencia e destaca no mercado ao oferecer equipamentos novos e de última geração, garantindo revisão na entrega e na retirada dos produtos. Além disso, um dos grandes diferenciais está na agilidade no suporte técnico. “Nós não paramos sua obra. Se algum equipamento apresentar falha, enviamos um técnico na



### MATHEUS AZEVEDO

O empresário assume a missão de transformar as empresas em referências no mercado

mesma hora. Se o problema não puder ser resolvido no local, trocamos imediatamente para que o cliente não tenha nenhum prejuízo”, reforça Matheus sobre a capacidade de resposta rápida e eficaz que já é considerada um dos pontos altos de sua gestão.

Com um catálogo diversificado que inclui mais de 1.500 itens entre aluguel e venda, temos equipamentos, máquinas, ferramentas elétricas e manuais, EPIS, tintas imobiliárias e industriais, impermeabilizantes, acessórios para pintura, soldas e abrasivos. Matheus tem apostado na expansão da linha de produtos e no fortalecimento da relação com fornecedores estratégicos. “Queremos que nossos clientes tenham acesso às melhores soluções do mercado, sempre com qualidade e preços competitivos”, afirma.

Além do compromisso com a qualidade, Matheus também tem um olhar atento para a sustentabilidade. “A locação de equipamentos está diretamente alinhada com práticas sustentáveis, pois promove o uso consciente e eficiente dos recursos. Esse é um dos aspectos que levamos muito a sério porque queremos crescer sem deixar de lado nossa responsabilidade ambiental e social”, explica.

A visão de futuro do empresário não para por aí. Está nos planos para os próximos três anos a expansão para as regiões Serrana e Sul fluminenses, consolidando ainda mais a presença da Mestre da Obra



### CONHECIMENTO

Matheus garante eficiência, qualidade e atendimento eficaz aos clientes

e Mafercon no mercado. Para Matheus, inovar significa não apenas investir em tecnologia, mas no desenvolvimento da equipe. “A inovação passa pelo conhecimento. Investimos na capacitação constante dos profissionais para oferecer um atendimento cada vez melhor sem perder a essência e os valores que herdei de meu pai”.

O aprendizado que Matheus conta ter herdado do pai reflete no dia a dia da empresa. “Trabalho, honestidade, comprometimento e lealdade. Essas foram as principais lições que aprendi com ele. São valores que carrego comigo e que guiam todas as decisões que tomamos na empresa. Nosso compromisso vai além do mercado da construção civil. Queremos impactar positivamente a vida das pessoas, oferecendo soluções que facilitem suas obras e projetos. Afinal, como gostamos de dizer: Aluga que fica mais fácil”, conclui.



(24) 2029-4040

Rua Domingos dos Anjos, S/N  
Pátio da Estação, Três Rios - RJ  
(próximo ao viaduto)

Evite custos altos e atrasos na obra.

Alugue equipamentos para otimizar



**MESTRE DA OBRA**  
LOCAÇÃO DE EQUIPAMENTOS

Compre para ter sempre à mão



**MAFERCON**  
Construa. Pinte. Inove.

ou

São + de

**3000**

equipamentos disponíveis



Acesse os nossos canais através do Qr Code



## AREIAS COM DIVERSÃO, APRENDIZADO E INCLUSÃO

POR TIAGO TAVARES

FOTOS REVISTA ON

A cidade famosa por ter um encontro de três rios não tem mar ou praia. Isso não é barreira para o crescimento do beach tennis em terras tririenses, inclusive com um projeto social que ensina o esporte aos jovens.

**R**aquetes nas mãos e bolinhas espalhadas pela quadra. Sob o sol do verão, que frequentemente ultrapassa os 30 graus, os alunos do Projeto Superação seguem firmes, desafiando o calor e a areia que re-

O Projeto Superação oferece aulas gratuitas para adolescentes de 12 a 17 anos

flete a luz nos olhos. Entre risadas e movimentos ágeis, eles correm de um lado para o outro, brincando enquanto recolhem as bolinhas e comentam os lances do dia. Assim é a rotina animada no projeto que acontece na TR Beach Arena, no bairro Triângulo.

Mesmo sem praias, a cidade encontrou na areia um espaço para inclusão e transformação social. O beach tennis, que ganhou força na região, tornou-se a atividade principal do Projeto Superação, que oferece aulas gratuitas para adolescentes de 12 a 17 anos. Para muitos, a experiência está mudando o modo como encaram o esporte e suas rotinas. “Eu não conhecia o beach tennis. Só ficava em casa, no celular. Agora, minha vida está bem melhor. Estou mais ativo e até fiz novos amigos”, conta Jonathan da Silva Lima, de 14 anos, morador do bairro Vila Isabel, que antes era apaixonado por basquete.

O projeto é liderado por Marcela Cardoso, que sonhou em democratizar o acesso a uma modalidade ainda vista como elitizada no Brasil. “Três Rios nunca terá uma praia, mas isso não significa que não podemos viver o espírito dos esportes de areia. Quando vi as primeiras quadras surgindo na cidade, tive certeza de que o beach tennis poderia ser um diferencial aqui. Meu sonho sempre foi tornar esse esporte acessível para todos”, explica Marcela, que idealizou o projeto para proporcionar mais inclusão e diversidade esportiva na cidade.

Criado na Itália na década de 1980, o beach tennis combina elementos de esportes como tênis, vôlei de praia e badminton. As partidas são disputadas em quadras de areia com raquetes próprias e bolinhas mais



#### ESPAÇO

O projeto é realizado nas quadras de areia da TR Beach Arena

“Meu sonho sempre foi tornar esse esporte acessível para todos”,

*Marcela Cardoso*

leves que as do tênis tradicional. O objetivo é devolver a bola ao lado adversário sem deixá-la tocar o chão, em uma dinâmica que exige agilidade, concentração e reflexos rápidos. Embora simples de entender,

a modalidade é desafiadora e atualmente uma das que mais crescem no Brasil.

Na TR Beach Arena, os instrutores são essenciais para tornar o aprendizado acessível e divertido. Luan de Barros Soares, um dos professores, explica como as aulas têm impactado os jovens. “A gente começa mostrando as regras e os movimentos básicos, como o forehand e o backhand. Com o tempo, eles aprendem rápido e já conseguem fazer joguinhos. É gratificante ver como eles se envolvem, mesmo com tanto calor”, conta. Ele também des-



#### INSTRUTORES

Democratizar a modalidade é um dos objetivos de quem está à frente do projeto



#### MOVIMENTOS

As técnicas do esporte são ensinadas a todos os alunos



#### PRÁTICA

O esporte exige movimentação ágil e muita atenção



#### APRENDIZADO

A cada aula, os alunos conquistam novos conhecimentos sobre a modalidade

taca a importância social do projeto. “Os equipamentos de beach tennis são caros e muitos jovens nunca teriam contato com o esporte se não fosse por essa iniciativa. Aqui, eles têm acesso gratuito e podem aprender em um ambiente seguro”.

Mesmo enfrentando as altas temperaturas do verão, os adolescentes mostram entusiasmo e determinação. Para João Pedro Ribeiro, de 15 anos, o esporte foi além da diversão. “Eu só jogava futebol antes, mas o beach tennis é bem diferente e muito maneiro. Já conheci muita gente nova e



#### EVOLUÇÃO

Os primeiros jogos começam logo após conhecerem as regras e movimentos

aprendi bastante. Agora, acho que já estou até melhor que o professor Luan”, brinca, destacando como o esporte tem ajudado a criar novas amizades e habilidades.

Marcela acredita no potencial do esporte para transformar vidas. Atleta desde a infância, com experiência em diversas modalidades como futebol e natação, ela viu no beach tennis a oportunidade perfeita para oferecer algo inovador aos jovens. “Quero que esses adolescentes percebam que existem outras opções além do futebol e que o esporte pode ser um caminho para



#### OPORTUNIDADES

O projeto leva novas possibilidades esportivas aos jovens praticantes

“Eu só jogava futebol antes, mas o beach tennis é bem diferente e muito maneiro”,

*João Pedro Ribeiro, de 15 anos*

desenvolvimento pessoal e social. Isso é o que me motiva todos os dias”, afirma.

A inclusão social também é uma bandeira forte do projeto, que reúne jovens de diferentes bairros e classes sociais. “Aqui, todos têm acesso, independentemente da condição financeira. Misturamos pessoas de diferentes realidades e isso agrega valores, cria amizades e forma cidadãos melhores”, analisa Marcela.

Com o apoio da TR Beach Arena e da comunidade, o Projeto Superação já impactou a vida de muitos adolescentes e continua crescendo. “Nosso objetivo é atingir ainda mais pessoas e, quem sabe, até formar atletas no futuro. Mas, acima de tudo, queremos dar aos jovens um lugar onde eles se sintam bem, aprendam e cresçam”, conclui Marcela.

Mesmo sem praias, Três Rios prova que a areia pode ser palco de grandes transformações. Entre o calor do sol e a determinação dos alunos, o cenário é um convite para sonhos maiores. Ali, com raquetes nas mãos e passos firmes na areia, os adolescentes descobrem que o esporte pode ser o começo de uma vida mais saudável, feliz e cheia de possibilidades.

# DIAS DE LUTA, DIAS DE GLÓRIA

POR FREDERICO NOGUEIRA FOTOS ARQUIVO PESSOAL

O atleta trirriense Gabriel Magregis realizou um sonho ao ser convidado para viver 24 horas por dia exclusivamente do esporte, sua paixão desde a adolescência, do outro lado do mundo. De volta a Três Rios, compartilha os aprendizados enquanto segue a rotina de treinos com o objetivo de ser um atleta cada vez melhor.

“Ficar lá vivendo do MMA foi um sonho realizado”. É assim que o trirriense Gabriel de Castro Freitas da Silva resume a experiência que teve durante cinco meses na China. Aos 28 anos de idade, Gabriel Magregis, como é conhecido, aceitou o convite para treinar e participar de eventos de artes marciais mistas (MMA) no país asiático de junho a novembro de 2024. Um convite prontamente aceito por quem se dedica às lutas e artes marciais desde a infância.

O primeiro contato foi com o taekwondo, aos 8 anos de idade, na academia ATS. Após uma pausa nas lutas e contatos intensos com futebol e basquete, uma combinação de fatores o levou de volta ao que mais gostava. “Sempre vi muitos filmes de luta e, certa vez, um deles me impulsionou a querer voltar. Por coincidência, uma visita da minha turma na escola

à ATS me fez, de fato, retornar. Foi quando comecei a treinar muay thai e luta livre, com 16 anos, e não parei mais”, lembra o atleta.

“Foi uma pequena parte do que Deus tem preparado para mim”,

diz Gabriel

Ao longo do tempo, somou o boxe, o jiu-jitsu e a capoeira às práticas regulares, o que levou Gabriel a participar de diversas competições pelo país e fora dele, com uma luta realizada no Peru. Passou por uma cirurgia no joelho, ficou um ano parado e, pouco tempo após vol-

tar a treinar surgiu o convite inesperado. “Não tive dúvida quando surgiu a oportunidade. Estava aqui trabalhando, vendendo doces e descarregando caminhão, mas isso é o que eu sempre quis. Então foi muito bom. Sempre pensando em poder dar um futuro melhor para minha família, claro”, conta o lutador.

A proposta inicial seria ficar na China por seis meses em um intercâmbio que combinava rotina de treinos com participação em eventos que acontecessem no período. “Todo mundo ficou feliz porque todos sabem da luta do dia a dia, da realização de um sonho. Foi uma pequena parte do que Deus tem preparado para mim”, comenta sobre a reação da família ao convite recebido e aceito.

Logo na chegada ao país, Gabriel conta que o choque de cultura foi enorme, mas gerou boas impressões. “O atleta é tratado como uma cele-



## VIDA DE CELEBRIDADE

Gabriel conta que chegou a ser abordado para fotos durante a estadia



## EVENTOS

O trirriense participou dos principais da modalidade no país asiático



## VITÓRIA

Gabriel ganhou uma luta em categoria acima da que costuma competir

bridade lá. Ao mesmo tempo que vi pessoas com certo preconceito por sermos de fora, vi muitas outras que chegavam e pediam pra tirar foto”.

A rotina começava todos os dias às 6h, quando acordava para o primeiro treino. Era um pela manhã, outro à tarde e, o último, ao anoitecer. No período, participou de lutas no WLF e na Chinese MMA Super League. “Ganhei a última luta, mas foi a mais difícil. Tive que lutar uma categoria acima da minha contra um atleta maior que eu e forte. Lembro que tomei um

chute na costela que precisei respirar para continuar. Quando joguei o cara para baixo, logo vi que minha experiência seria importante e venci a luta”, comenta orgulhoso.

Na jornada chinesa, Gabriel também viveu a derrota e já voltou ao Brasil trabalhando para melhorar os pontos fracos. “Vi que tenho que aperfeiçoar meu tempo de entrada de golpe, minhas mãos, meu boxe. Ele é bom, mas vi que os caras usam muita finta e isso ajuda muito. Já tenho treinado e evoluído”, destaca o atleta.

Além das experiências nas lutas, Gabriel ainda colocou na bagagem momentos inesquecíveis vivenciados do outro lado do planeta. “Gostei demais de ter conhecido a cultura. Ir à Muralha da China foi muito ‘brabo’. Foi lá que comi arroz pela primeira vez, algo que não fazia no Brasil. Experimentei grilo e, por incrível que pareça, foi muito bom. E, claro, encontrei lutadores do mundo todo, fiz amizades com muitas pessoas e isso foi muito especial”, conta.

Se ele aceitaria um novo convite para mais um tempo na China? “Existe, sim, essa possibilidade. Mas, o que já vivi por lá foi suficiente. Ficar longe da minha família foi um castigo para mim. Ligava todo os dias por vídeo para ver meu filho e, quando voltei para casa, ele me abraçou por uns dois minutos sem soltar, foi emocionante. Meu plano agora é treinar e esperar as oportunidades chegarem. Quero evoluir e estar pronto para elas”, resume sobre o atual momento.

Além do aprimoramento pessoal, Gabriel ainda faz questão de compartilhar sua bagagem com alunos do projeto social que realiza na própria casa. É o projeto “Meninos do Brooklyn”, criado há três anos e que oferece aulas gratuitas de lutas a 12 crianças e jovens. “Hoje, me sustento vendendo meus doces e com algumas aulas, enquanto o projeto continua firme e forte. Como eu saí de um projeto social, também quero dar oportunidade para que essas crianças descubram o esporte e os lugares que cada uma delas pode chegar por meio dele”, finaliza Gabriel. [on](#)



## TREINOS

A rotina na China incluiu treinamentos três vezes por dia



## PASSEIOS

O atleta aproveitou a oportunidade para visitar pontos turísticos



CLÍNICA  
**Dr. José Ricardo**  
PEDIATRIA E ESPECIALIDADES

letsgrau

## Saúde é coisa SÉRIA!

Pensando nisso, a Clínica Dr. José Ricardo se preocupa em oferecer a você e à sua família o mais completo atendimento em um só lugar.



Aqui você encontra atendimento em:

- Pediatria • Neuropediatria • Alergia • Psicopedagogia • Otorrinolaringologia
- Nutrição • Psicologia • Nefrologia pediátrica • Laboratório de análises clínicas
- Vacinas para todas as idades • Fonoaudiologia (Teste da linguinha e da orelinha)

Aplicamos vacinas em domicílio!

Descontos especiais para familiares, empresas e grupos!



(24) 2252-2750 (24) 98831-7061 (24) 99233-3498 (Vacinas)

R. Prof. Joaquim José Ferreira, 318, 2º Andar - Três Rios @clinicadrjoser Ricardo | @jricardonb



## O yoga cura?

POR DANIELA SAMIRA

A prática constante, com aprofundamento e entrega é o que vai demonstrar tudo o que o yoga pode proporcionar ao praticante

Esses dias me perguntaram se yoga era um tipo de exercício físico e eu, imediatamente, respondi que não. E logo me lembrei do meu mentor dizendo que o yoga deve entregar aquilo que o praticante veio buscar para, em seguida, oferecer tudo mais que o praticante pode levar do yoga, mas nem imagina. É difícil explicar a amplitude do yoga porque estamos falando de uma prática integrativa que busca união entre corpo, mente e espírito, sem envolver, necessariamente, questões religiosas e filosóficas.

Já imaginaram uma prática simples e acessível que promete trabalhar corpo, mente e espírito ao mesmo tempo? Não parece mentira? Por isso, é tão difícil explicar a totalidade do yoga e a recomendação é experimentar! Se você quer realmente conhecer o yoga e suas potencialidades, experimente! A prática constante, com aprofundamento e entrega é o que vai demonstrar tudo o que o yoga pode proporcionar ao praticante, surpreendendo até os mais céticos.

O yoga parte de uma tradição oral indiana, de mais de cinco mil anos, e chega aos nossos dias, no Ocidente, com status de modinha, ainda mais depois das redes sociais permitirem a veiculação em massa de imagens acrobáticas exibidas por corpos considerados perfeitos em cenários paradisíacos. Mas yoga não é isso! Yoga não é o que a blogueira posta: um corpo se contorcendo enquanto veste roupas e acessórios da moda, em cima aquele tapetinho caríssimo numa varanda com vista pro mar. Essa não é a essência do yoga (e talvez a blogueirinha nem saiba disso!), mas é o que atrai a atenção da maioria das pessoas no Ocidente. E tudo bem chegar por esse caminho, ainda assim, a caminhada surpreende.

O yoga é uma prática física, sim. Também é uma prática de exercícios respiratórios. E também é meditação. Por isso, considero o yoga uma prática de cura. Em apenas uma aula,

podemos alcançar algum nível de cura. Em apenas uma aula, podemos conseguir equilibrar algum tipo de energia estagnada, bloqueada, em escassez ou excesso, que está te causando problema há anos e você sequer sabia. E talvez continue sem saber porque nem sempre teremos a percepção clara do que foi feito para liberar aquele ponto de tensão ou dor ou aquele pensamento negativo que insistia em ficar ali. De repente, você simplesmente percebe que não está mais ali. Na maioria das vezes, vamos apenas perceber a cura. A cura de uma insônia persistente, de uma enxaqueca que só passava com determinado medicamento, de uma dor de garganta ou alergia por causa do ar condicionado, a cura de uma insegurança no trabalho, ou com o corpo, que acaba te limitando ou a cura de outro processo de autossabotagem.

A prática regular do yoga proporciona liberação de energias e permite alcançar níveis profundos de consciência, liberando o corpo de dores e limitações físicas, permitindo que a mente se reorganize e desenvolva plasticidade cerebral ao trabalhar, por exemplo, a busca incessante por conforto no desconforto. No auge da suposta dificuldade física da postura, é recomendado que você respire e busque conforto no desconforto. Respire e lembre-se de que é um desconforto controlado e passa em poucos minutos. Respire e abstraia o que está fora do momento presente. Respire e observe as tensões do corpo. Respire e libere cada uma dessas tensões. Respire e observe o ar que entra e sai pelas suas narinas. Respire e observe a sua mente, sem se julgar, busque apenas se (re)conhecer.

A partir de práticas físicas, exercícios respiratórios (e) ou meditação, o yoga busca, a todo momento, te conduzir num caminho para dentro, te lembrando que você não é o corpo, você não é a mente, você não é o conjunto de emoções que sente. O yoga cura. Namastê!

Daniela Samira é yogui, linguista, pesquisadora e professora da UFRJ

@danielasamira



# CUIDADO QUE FAZ BEM

Conheça a trajetória inspiradora de Patrícia Souza e o SPA que transforma vidas em Três Rios

A história de Patrícia Souza é daquelas que inspiram e emocionam. Com 12 anos de experiência na estética, ela transformou desafios em oportunidades, criando um espaço que vai além de cuidados faciais e corporais: o SPA Patrícia Souza, um refúgio de bem-estar no centro de Três Rios já reconhecido pela qualidade dos serviços e atendimento humanizado.

Patrícia começou a trajetória com um sonho e uma promessa: tornar-se referência na profissão, assim como a mãe, Tânia Mara, foi no ramo da confeitaria. “Perder minha mãe foi a maior dor da minha vida, mas prometi a ela que seria reconhecida pelo meu trabalho. Foi isso que me deu força para continuar, mesmo diante das dificuldades”, conta.

As dificuldades não foram poucas. No início, Patrícia dividia-se entre trabalhos diversos que iam de garçoneiro a cerimonialista para sustentar os filhos e investir na sua paixão pela estética. “Eu não tinha dinheiro para comprar um kit completo de produtos. Trabalhava com o que tinha e sempre orava para conseguir entregar o melhor resultado”, relembra. Essa determinação moldou sua trajetória e fez dela a profissional que é hoje.

O divisor de águas aconteceu durante a pandemia, quando, com o fechamento das clínicas, Patrícia começou a atender em casa. Um espaço simples que logo atraiu clientes. Foi ali que desenvolveu o Dreno SPA, um protocolo exclusivo que combina drenagem linfática, mode-

“O bem-estar não tem limite”, diz Patrícia Souza

ladora e relaxamento adaptado para as necessidades dos clientes. “Pensei em algo que pudesse unir estética e bem-estar para desinchar, modelar e, ao mesmo tempo, proporcionar relaxamento. É isso que faz do método um sucesso”, explica.

Além disso, Patrícia se especializou no atendimento a gestantes, criando o Dreno SPA Gestacional, um protocolo também exclusivo que proporciona bem-estar às futuras mães, alivia inchaços e dores, enquanto fortalece a conexão entre mãe e bebê. “É um trabalho que faço com muito carinho. Ver as gestantes saindo mais leves e felizes é muito gratificante. Inclusive, muitas obstetras indicam meus serviços para suas pacientes”, destaca.

Outro diferencial do SPA Patrícia Souza é a versatilidade: além do atendimento na clínica, Patrícia leva seus serviços para hotéis, pousadas e fazendas da região, atendendo cidades como Petrópolis, Paraíba do Sul, Bemposta e Itaipava. “O bem-estar não tem limite. Por isso, adaptei o SPA para atender em lugares que oferecem conforto aos clientes”, comenta.

Hoje, o SPA Patrícia Souza é reconhecido não apenas pela qualidade dos tratamentos, mas pelo ambiente acolhedor, pensado para oferecer uma experiência completa de relaxamento. “Não é só um local de estética.

As pessoas dizem que parece um flat, onde podem se desconectar do mundo e cuidar de si mesmas”, descreve Patrícia.

Com uma trajetória marcada por superação, dedicação e amor pela profissão, Patrícia Souza é exemplo de como o autocuidado pode transformar vidas - tanto a de seus clientes quanto a sua própria. “Cada dificuldade que enfrentei me fez crescer e me trouxe até aqui. Meu maior objetivo é continuar proporcionando bem-estar e autoestima às pessoas”, finaliza.

## Spa

Patrícia Souza

### Conheça os serviços

- Limpeza de pele • Dermaplaning
- Tratamento facial personalizado
- Nutrigloss • Peelings • Spa Facial
- Drenagem Linfática • Cartão Presente
- Experiências de Spa (Spa Gestante, Spa Noiva) • Clareamento Íntimo
- Terapia Relaxante Holística
- Depilação (método espanhol)
- SPA para aniversariantes

### Acompanhe nas redes:

@esteticapatriciasouza



## QUANDO A ARGILA GANHA ALMA

POR TIAGO TAVARES FOTOS REVISTA ON

Entre memórias e inquietações, o artista trirriense Madson Tavares transforma a argila em esculturas que ressignificam a humanidade e emocionam pela sensibilidade dos detalhes.

A arte tem o poder de dar forma às emoções mais profundas e, ao mesmo tempo, ressignificar a vida. Para Madson Tavares, artista plástico de Três Rios, essa expressão ganha corpo e alma por meio da argila. Em seu ateliê, as esculturas parecem respirar, contar histórias e expressar o inominável. São rostos, partes do corpo, artes sacras, detalhes minuciosos e surpreendentes. Criador e criações se fundem em um só, como se o espaço fosse sagrado e, a arte, uma extensão de sua própria existência.

Ele conta que nunca se viu fora do lugar de artista. Ainda na infância, seus primeiros desenhos eram tentativas de entender o mundo ao redor. Antes de mergulhar na arte, ele trabalhou na indústria. Até que, em 2017, após a empresa que trabalhava entrar em processo de falência, Madson viu a vida mudar. Foi nesse momento de recomeço que decidiu investir em equipamentos para trabalhar com madeira e transformar sua paixão pela criação em profissão. As primeiras peças nasceram nesse período de transição e redescoberta pessoal. A madeira tornou-se sua aliada.

No entanto, foi há dois anos que Madson encontrou na argila uma conexão ainda mais profunda com suas emoções. “Encontrei algo que me conecta mais profundamente às minhas memórias

e inquietações. É um material que transcende o tempo e as culturas”, explica.

“Cada obra minha é um pedaço do meu ser. Escolher uma predileta seria esquartejar a minha alma”

diz Madson Tavares

Ao visitar o ateliê, o impacto é imediato: as peças apresentam rostos expressivos, fragmentos do corpo humano e detalhes tão precisos que parecem congelar sentimentos no tempo. Cada escultura carrega uma história, uma emoção latente. A qualidade e o cuidado em cada criação revelam um artista apaixonado pelo processo e comprometido com a verdade de sua arte.

A inspiração surge das inquietações mais profundas. “Minha inspiração submerge daqueles cantos mais recônditos da minha alma. Eu tento expressar aquelas emoções que nos inquietam. As minhas mãos são as batutas da orquestra dos meus movimentos e das minhas criações”, afirma. Ao observar as obras é possível per-

ceber que há muito mais do que apenas técnica: existe alma. Cada peça transmite a humanidade que Madson tanto busca ressignificar, como ele mesmo explica: “Os meus temas são aqueles que tentam significar e ressignificar a humanidade”.

Para o artista, a relação com suas esculturas é íntima e profunda. Ao ser questionado sobre sua obra favorita, ele se emociona: “Cada obra minha é um pedaço do meu ser. Escolher uma predileta seria esquartejar a minha alma”.

O processo criativo é um mergulho nas memórias afetivas e nas inquietações internas. Cada obra nasce do suor, das lembranças e da transformação. “Às vezes, algumas esculturas me mergulham na melancolia das lembranças. Quando eu emergo delas, saio sempre transformado”, diz. Madson revela, ainda, que nunca vê suas obras como finalizadas por completo. “Sempre acho que ficou algo inconcluso, em aberto. Com o tempo, os sentidos mudam e, às vezes, bastante”.

O ateliê do artista é um ambiente carregado de significados. Ao entrar no espaço, a sensação é de que tudo faz parte de um único organismo: as esculturas, a argila e o artista formam um só. Há uma simbiose entre criador e criação que transforma o lugar em algo quase sagrado.

Madson descreve sua rotina como intensa e profunda, sendo o trabalho físico



#### CONEXÕES

Segundo Madson, cada obra leva tempo por depender de um processo de imersão



#### O ARTISTA

Madson Tavares iniciou os trabalhos com argila há apenas dois anos

com a argila apenas uma parte do processo. “A produção artística não se limita ao trabalho das mãos. Há todo um processo de imersão que leva tempo. Três Rios é a minha cidade natal, nela eu tenho as minhas afetividades e os meus lugares de memória”, reflete. Esse vínculo com a cidade e suas raízes é fundamental para Ma-

dson, que busca impactar não só o cenário artístico, mas a comunidade ao redor.

Uma de suas experiências mais marcantes foi uma oficina que realizou na APAE, um momento que ele descreve como transformador. “Eu aprendi, ao invés de ensinar. Sai de lá outro, tocado por aquelas pessoas”. Ele acredita que a arte é essencial para a vida

humana. “Todos precisam de arte para viver, para melhor viver”. Para ele, as esculturas são formas de traduzir a existência, transformar inquietudes em beleza e compartilhar histórias que tocam o coração das pessoas.

Seu trabalho já ultrapassou as fronteiras de Três Rios, com peças expostas em diversos lugares do Brasil. Além disso, o ateliê atrai visitantes de diferentes cidades, o que comprova a força e a qualidade de suas obras. É gratificante perceber que a minha arte fala com as pessoas, independentemente de onde elas vêm”, comenta o artista que também expõe suas criações nas redes sociais [@madsontavaresartistaplastico], quebrando ainda mais as barreiras e limites geográficos.

Madson Tavares é um artista que vive e respira a arte. Seu trabalho vai além da escultura: é uma maneira de se entender. Ao moldar a argila, ele ressignifica a humanidade e convida a enxergar o mundo através de suas criações. No ateliê, entre rostos, corpos e detalhes esculpidos com perfeição, Madson e suas obras nos mostram que a arte é, acima de tudo, uma extensão da vida. Ela traz alma, transforma, emociona e, como ele mesmo reforça, ajuda a “viver melhor”.



#### EXPRESSÕES HUMANAS

Os detalhes nas esculturas chamam atenção e se destacam nas obras de Madson Tavares



#### EXPOSIÇÃO

O ateliê do artista reúne algumas de suas criações feitas nos últimos anos



Transformando ideias em arte gráfica



Solicite um orçamento:



(24) 2255-9007  
 graficabouniaio@gmail.com  
 @graficabouniaio  
 Rua José Kalil, 85 - Boa União

Aqui nós buscamos o que é  
**ideal para  
você.**

Serviços:

- Administração de Imóveis e Condomínios
- Assessoria e Consultoria Imobiliária
- Corretagem & Locação de Imóveis
- Legalização

Venha nos fazer uma visita!

**Growup**  
IMÓVEIS

(24) 99316-2662

(24) 2030-1783

@growupimoveis\_

contato@growupimoveis.com

www.growupimoveis.com

Rua Bandeira, 41. Centro - Três Rios - RJ



## PARA ASSISTIR



LÁGRIMAS NEGRAS

Realizado por professores e alunos do Colégio Estadual República do Líbano, em Sapucaia, o curta conta o triste comércio de escravizados para o Brasil. O objetivo do filme é mostrar o processo penoso e doloroso que os escravizados tiveram até chegarem ao país e foi a adaptação forçada ao trabalho.

Com direção de Leandro Marcelino, a produção faz parte das atividades da Formação Inicial e Continuada, uma parceria entre a Secretaria de Estado de Educação do Rio de Janeiro e o Senai. Todas as etapas da produção, como filmagem, maquiagem e edição, foram feitas pelos alunos.

Disponível em: [youtube.com/republicadolibano](https://youtube.com/republicadolibano)

## PARA OUVIR



MARVET

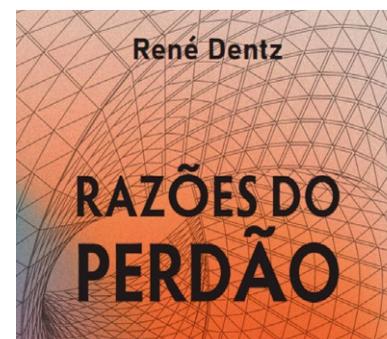
O cantor e compositor Marvet acaba de lançar o videoclipe de “Canção da despedida” em seu canal no Youtube. Além de conhecer e ouvir a novidade, o canal está repleto de conteúdos que mostram a arte e a versatilidade do cantor.

Em “Rock ballads”, apresenta as melhores baladas do rock de todos os

tempos; em “Meu Brasil”, trechos da turnê; “em Três Rios, ao vivo”, com gravação realizada na Casa de Cultura, ele apresenta suas composições e conta com participações de artistas como Gustavo Boná, Felipe Carretero e Guilherme Farah. Vale “maratonar” para conhecer e curtir cada som.

Disponível em: [youtube.com/marvetmusica](https://youtube.com/marvetmusica)

## PARA LER



RAZÕES DO PERDÃO  
René Dentz

O perdão é um tema que instiga e intriga. Perdoar não é uma obrigação, pois não passa por uma relação lógica e nem sempre racional. É um dos eventos humanos que podem superar a nossa racionalidade. Perdoar é da ordem do

extraordinário, não da banalidade. É difícil, mas possível! O perdão liberta e, ao mesmo tempo, é um ato advindo pela liberdade. Está inserido nos grandes paradoxos humanos. Apesar de todos os males, há o perdão!

Disponível em: [amazon.com.br](https://amazon.com.br) e [editoraideiaseletras.com.br](https://editoraideiaseletras.com.br)

é fácil  
encontrar  
de tudo no  
Jardim Norte.



SALSA PARRILLA



Rellicário  
sabores que abraçam



cinemais  
Cinema além da tela



VIVARA

CONSTANCE



# MAQUETES

COM ALEGRIA, SAMBA E PAIXÃO

POR FREDERICO NOGUEIRA FOTOS ARQUIVO PESSOAL

Escolas de samba em tamanho reduzido com desfiles, alas, jurados de quesitos e apuração das notas. O Carnaval de maquete tem fãs por todo o país e pelo mundo. Em Três Rios, cidade que a festa popular já conquistou milhares de corações e foliões, uma escola de samba de maquete chama atenção pela qualidade das apresentações e conquista cada vez mais reconhecimento.

**C**arros alegóricos, mestre-sala, porta-bandeira, ala das baianas... Uma escola de samba trirriense tem tudo isso, já conquistou títulos e coleciona fãs apaixonados sem sequer ter cruzado a Avenida Condessa do Rio Novo ou a Avenida Beira Rio em uma noite de Carnaval. O motivo é simples e pode surpreender: ela é totalmente feita em maquete.

O Grêmio Recreativo Escola de Samba de Maquete Império Trirriense leva o nome da cidade para todos os cantos do Brasil e do mundo a cada desfile que participa. São desfiles apresentados por meio da internet, mas com regras bem definidas e muito trabalho antes da apresentação. Exatamente como acontece nas escolas “da vida real”.

A Império Trirriense existe desde 2018

Um trabalho que começou com a curiosidade de Lucas Almeida, que é fundador, presidente e carnavalesco da escola. “Ao pesquisar sobre a Rosa Magalhães, carnavalesca, vi que ela fazia miniaturas. Segui na pesquisa em busca de alegorias em maquetes e encontrei a UESM (sigla da União das Escolas de Samba de Maquete). Vi que faziam desfiles, estavam com inscrições abertas e decidi me inscrever”, lembra Lucas.

Isso aconteceu em 2018, ano que marca, portanto, o nascimento da Império Trirriense. Além do nome, a escola ainda

recebeu suas cores por inspiração na cidade de origem. “O nome foi com o objetivo de mostrar nossa cidade para outros lugares. E temos dois tons de azul e o branco como cores. Primeiro porque não são cores das escolas tradicionais da cidade. Segundo porque, no inverno, nosso céu fica com exatamente esses dois tons de azuis”, explica o fundador que, naquela época, tinha apenas 20 anos de idade.

A montagem do primeiro desfile foi praticamente um trabalho solitário. Embora tenha relação com o carnaval desde a infância, aquela foi a primeira empreitada com uma escola de samba de maquete.

Pelas regras das ligas, as escolas de maquete podem usar um enredo, inclusive o samba, de escolas do Carnaval real. Porém todo o desenvolvimento deve ser inédito e



exclusivo. Naquele ano, Lucas apresentou com a Império Trirriense um enredo sobre perfume, originário do desfile do Bom das Bocas alguns anos antes.

Foram dois meses e meio desenvolvendo o desfile. Se dedicava à escola de maquete nas horas livres, seja buscando materiais que poderiam ser úteis, montando os elementos ou fazendo as fotografias para a apresentação. Sim, as escolas precisam passar por uma avenida, também em maquete, com movimentos e evoluções que acontecem por meio de fotografias e vídeos.

Das 17 escolas participantes, a Império Trirriense conquistou a quarta colocação.

“Você distrai a mente e esquece dos problemas enquanto está montando as maquetes”,

Lucas Almeida

“O resultado me deixou feliz. Foi uma coisa que fiz na brincadeira, sem saber se teria continuidade. Como o resultado foi muito bom, então me animei a continuar”.

No ano seguinte, conheceu outra liga e decidiu participar. Com isso, a escola apresentou dois desfiles em 2019: um sobre a fé, pela UESM, que rendeu o vice-campeonato; e um sobre Nossa Senhora Aparecida, pela LAIMES (Liga Atualmente Independente das Mini Escolas de Samba), que proporcionou o primeiro título. “Conseguir um título já no segundo ano da escola foi muito bom”, comenta o presidente.

Foi nesse período que outro trirriense, também apaixonado por Carnaval e atuante em escola de samba, conheceu o carnaval de maquetes. Pedro Henrique Lavinhas se encantou com o trabalho ao ver uma reportagem com Lucas e a Império Trirriense na TV. “Não o conhecia pessoalmente e começamos a conversar pelas redes sociais. Logo em seguida fui chamado pra ser jurado na LAIMES e, pouco depois, me aproximei mais da escola. Foi quando ele me convidou para participar da Império Trirriense”, lembra Pedro.

Lucas também recorda o momento do convite: “Acho que, quando a gen-



#### MINIATURAS

O trabalho chama atenção pelos detalhes em cada peça

te pode dar oportunidade para alguém aparecer e mostrar seu talento, a gente tem que dar essa oportunidade. Foi o que aconteceu quando chamei o Pedro para ser carnavalesco da escola”.

Duas cabeças pensam melhor que uma. Quatro mãos trabalham melhor que duas. Foi o que aconteceu na escola naquele momento na visão de ambos, o que proporcionou divisão de tarefas e o aperfeiçoamento dos desfiles seguintes. Hoje, além de Lucas e Pedro Henrique, a Império Trirriense ainda conta com Mateus Medeiros como diretor de carnaval.

Em 2020, a conquista foi o vice-campeonato pela LAIMES. Em 2021, um novo marco na história da escola: enquanto o carnaval de rua e das escolas estava cancelado em virtude da pandemia, o público voltou as atenções àquele carnaval possível. “Foi um ano de crescimento, principalmente com a chegada de novos públicos, de mais gente conhecendo o carnaval de maquete. Gravamos uma reportagem que passou no Fantástico (programa da TV Globo), foi uma visibilidade muito boa”, comenta Lucas.

Pela UESM, apresentou o enredo “A fábrica de sonhos” no grupo de elite e, embora cotada para ser campeã, ficou com a sexta posição. No mesmo ano, estreou na Liga Mini Sapucaí e foi campeã. “Não temos patrocinadores, não temos apoio do Poder Público, mas temos bastante reconhecimento e apoio de pessoas da cidade que conhecem a escola, reconhecem o trabalho e ajudam como podem, como com a doação de materiais, e isso nos ajuda a melhorar sempre”, analisa o fundador da escola.



#### LUCAS ALMEIDA E PEDRO HENRIQUE LAVINHAS

Os trirrienses são apaixonados por Carnaval e desenvolvem os desfiles da escola de samba de maquete

Em 2022, uma inovação: a Império Trirriense foi a primeira escola de maquete a apresentar um enredo com homenagem a uma pessoa. “Decidimos fazer um desfile contando a história da atriz Marília Pera. Tivemos autorização da presidente da Mocidade Alegre, de São Paulo, para usar o samba e conseguimos contato com a família da Marília”, comenta Lucas sobre o desfile

apresentado na Liga LAIMES que a consagrou como campeã do Carnaval.

No mesmo ano, mas pela UESM, a escola apresentou o enredo sobre Oxum, divindade africana que representa as águas doces, uma forma de falar sobre as águas de Três Rios de forma inédita. “Entendo que foi nesse ano que tivemos a nossa mudança radical de média escola para uma potência na maquete. Passamos a ser uma

escola que inspira outras. Ouvimos muitas pessoas dizendo que é possível levar pra avenida de verdade o que apresentamos na maquete”, conta Pedro Henrique.

Nos desfiles mais recentes, o grupo apresentou enredos sobre Petrópolis e sobre a história do vinho. Neste último, em 2024, foram confeccionados itens ainda mais grandiosos. O abre-alas, por exemplo, teve 1,27m de comprimento e 50cm de altura. “Ao mesmo tempo que fica mais fácil fazer pela experiência, também fica mais difícil porque precisamos e queremos inovar nos desfiles”, enfatiza Lucas Almeida.

Para 2025, ideias não faltam e o início dos trabalhos está previsto para os próximos meses. “Mais que maquete, uma paixão” é o slogan da Império Trirriense, mas também representa a dedicação de Lucas, Pedro Henrique, Mateus e todos aqueles que um dia fizerem parte dessa história. “Mais pessoas seriam bem-vindas. Lógico, se for para ajudar de verdade. O carnaval de maquete é muito bom. Você consegue distrair sua mente e se divertir enquanto esquece os problemas”, finaliza o fundador.

## O CENÁRIO PERFEITO PARA SUAS CELEBRAÇÕES!



#### DISPONIBILIDADE PARA:

- CASAMENTO;
- MINI WEDDING;
- BATIZADO;
- ANIVERSÁRIO;
- FESTA INFANTIL;
- FORMATURA;
- ENSAIO FOTOGRÁFICO;
- EVENTO CORPORATIVO;
- PALESTRAS;
- WORKSHOPS.

Visite nossas redes

@fazendaaquidaban

(24) 99939-1904

# A POESIA PREVALECE!

POR FREDERICO NOGUEIRA FOTOS ARQUIVO PESSOAL

Em iniciativa inédita, livro reúne poesias escritas por mais de 30 autores da região com uma proposta que vai muito além da literária, mas de alcançar sentimentos como afeto e carinho com a valorização dos escritores.

“A poesia não existe para comunicar, mas para comungar”. É com esses versos de Manoel de Barros que Joel São Tiago inicia seu texto presente na contracapa do livro “Poemas Esparsos - Antologia”, uma publicação que sonhou por anos e, agora, vê realizada e pronta para chegar ao público com o apoio e a participação de dezenas de artistas da região.

Com envolvimento na cultura local há mais de quatro décadas, Joel montou um acervo amplo que envolve diversas manifestações artísticas, entre elas estão as poesias. “Foi por meio dos festivais do Sesc, do Grupo de Amadores Teatrais Viriato Correa e do meu contato com esses poetas. São obras de cerca de 85 poetas da região

em um acervo com o material enviado pelos próprios autores ou que descobri em alguma publicação”, conta.

A antologia conta com 94 poesias e reúne obras de 34 escritores da região

A região citada pelo organizador da obra é formada por Três Rios, Paraíba do Sul Comendador Levy Gasparian e Areal. Ele tem uma justificativa para a delimitação da área. “São quatro municípios inter-

ligados em sua origem geográfica. Todos foram, no passado, territórios de Paraíba do Sul e até hoje mantêm um vínculo indissociável, em especial no que diz respeito à cultura”, afirma ao mesmo tempo que também faz questão de deixar a explicação registrada no próprio livro.

Embora o sonho fosse antigo, a organização para chegar à publicação começou em outubro de 2024 e, em menos de seis meses, todas as etapas foram realizadas até o lançamento. “Quando cheguei aos 34 nomes selecionados para a antologia, logo fiz contatos individualmente com cada um deles por telefone para fazer o convite. Muitos ficaram emocionados, felizes pela lembrança e pela oportunidade de terem seus trabalhos em um livro”, lembra o organizador.

Para transformar o sonho em realidade, Joel São Tiago encontrou um apoio fundamental no meio do caminho. Bruno Miranda, proprietário da CL Prime, garantiu as impressões dos livros sem quaisquer custos aos autores participantes. “O papel da livraria na sociedade é muito mais que a simples venda do livro. Temos que ter como objetivo o fomento à cultura. Então, considero como dever o apoio aos projetos literários”, resume Bruno.

O empresário conheceu o projeto pela amizade e parceria que tem com Joel, sendo o assunto recorrente em conversas após a pandemia, e está animado com os resultados que o projeto pode proporcionar aos autores e ao cenário literário da região. “Eu tenho certeza que essa obra é o início de um trabalho. Dentre os 34 participantes, temos muitos em condições plenas de lançar uma obra própria. A publicação é extremamente necessária para um registro de um período literário da nossa região, pois vamos ter nessa coletânea três gerações em diferentes gêneros” comenta.

Joel conta que o livro vai além da “função” literária, mas encontra o afeto, o carinho e a valorização de cada escritor. “É interessante porque o livro reúne pessoas com as mais diversas re-

lações com a escrita. Tem quem escreveu suas poesias há mais de 40 anos e só agora terá possibilidade de publicar; tem quem não escreve há décadas e o projeto motivou a voltar a escrever; tem até quem já não tinha a própria poesia e pode reencontrá-la no meu acervo”.

As páginas reúnem 94 poesias escritas em momentos diversos das vidas dos autores e, também, em diferentes tempos da história. O mesmo livro tem textos escritos por Irene Rivello, de 93 anos, e Anna Clara Souza Vieira da Costa, de 21 anos, por exemplo, comprovando a diversidade que estará à disposição dos leitores. Em comum, além da paixão por poesia, está o fato de ser a primeira vez que terão seus textos publicados.

“A publicação é extremamente necessária para um registro de um período literário da nossa região”,

Bruno Miranda

“Estou feliz com a publicação. Acredito que ela acabe por estimular outras pessoas a se interessarem por literatura e a criar cada vez mais um espaço para um debate literário na região”, acredita Anna Clara, que escreve desde a infância e atualmente está concluindo a graduação em Letras/Estudos Literários.

A jovem escritora conta que sempre gostou de ler e escrever, mas um encontro com Marina Colassanti em um evento Sesc em Três Rios foi um marco importante na trajetória. “Ela me fez uma bela dedicatória na qual disse para que eu nunca deixasse de viver de poesia. Acho que carrego um pouquinho disso comigo desde então”, lembra Anna Clara que conta, ainda, ter selecionado poemas que fazem conexão entre eles e aqueles pelos quais tem maior apreço.

Para o livro ganhar forma, Joel ainda montou um time de peso formado por pessoas também da região



IRENE RIVELLO E JOEL SÃO TIAGO  
Uma das autoras com poesias no livro ao lado do organizador da antologia

que são referências em suas áreas. O prefácio ficou por conta de Helena Arruda, enquanto a apresentação coube ao Affonso Henrique. A capa é assinada por Ulisses Araújo e toda a diagramação do material foi feita por Fernando Ferreira.

Bruno Miranda garante que as expectativas são as melhores possíveis. “Trabalhamos para entregar uma obra de qualidade gráfica de ponta, com valores atraentes, para atingir o objetivo de fazer a obra circular. Vamos trabalhar para que esse livro chegue aos mais diversos públicos das nossas quatro cidades envolvidas”, afirma o proprietário da CL Prime.

Como tantas poesias no acervo de Joel São Tiago ficaram fora desta antologia, os leitores podem aguardar outras edições? Bruno afirma que a possibilidade está viva. “O nosso objetivo como empresa é de incentivar esse movimento para estimular voos solos e, quem sabe, de uma nova antologia. Nossa empresa está preparada para dar esse suporte para novos autores, seja na orientação da publicação ou até mesmo na realização do projeto”.

Para encerrar, nada melhor que as palavras de Joel gravadas em seu mais novo “filho” cultural: “Que esse livro/encontro seja um prenúncio de outras iniciativas destinadas a dar maior visibilidade aos talentos desta região que desenvolve uma atividade cultural tão fecunda”. ■



ANNA CLARA

Aos 21 anos, ela é a escritora mais jovem com textos publicados no livro

## # JOGO DOS 7 ERROS



RESPOSTAS:

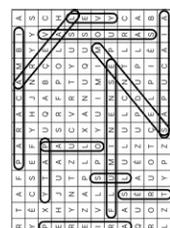


## # CAÇA PALAVRAS

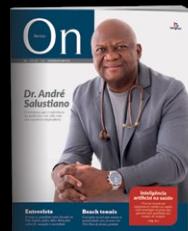
Municípios que fazem parte da Região Centro-Sul **FLUMINENSE: AREAL**, Comendador **LEVY** Gasparian, Engenheiro **PAULO** de Frontin, **MENDES**, Miguel **PEREIRA**, **PARACAMBI**, Paraíba do **SUL**, **PATY** do Alferes, **SAPUCAIA**, **TRÊS Rios** e **VASSOURAS**.

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

RESPOSTAS:



# #38



### Direção

Tamiris Santana  
Delton Bastos

### Edição

Frederico Nogueira

### Redação

Frederico Nogueira  
Tiago Tavares

### Direção de arte

Neilson Júnior

### Criação

Neilson Júnior  
José Luiz Veríssimo

### Financeiro

Fernanda Cristine da Silva Leles

### Novos negócios

Amanda Ingrid

### Foto de capa

Túlio Fracta

### Colaboração

Myriam Brito

### Fale com a redação

jornalismo@arevistaon.com.br

### Revista On

Rua Presidente Vargas, nº 54, Centro  
Três Rios - RJ | CEP: 25802-200

(24) 9 8833-6032

comercial@arevistaon.com.br

@arevistaon



# O PLANO DE SAÚDE MAIS BARATO DO BRASIL ESTÁ AO SEU ALCANCE!

Plano de saúde

a partir de:

**R\$133,54**

Plano odontológico

a partir de:

**R\$16,99**

Seguro de vida +  
Assist. Funerária

a partir de:

**R\$13,99**

## PLANOS QUE GARANTEM A SUA TRANQUILIDADE.

CUIDAR DA SUA SAÚDE E DA SUA FAMÍLIA NUNCA FOI TÃO FÁCIL! COM A BENEFIT VIDA E SAÚDE, VOCÊ GARANTE ACESSO À MAIOR REDE DE SAÚDE DO PAÍS COM PREÇOS QUE CABEM NO SEU BOLSO.

## POR QUE ESCOLHER A BENEFIT?

• ATENDIMENTO RÁPIDO E SEM BUROCRACIA

• PLANOS ACESSÍVEIS PARA TODOS OS PERFIS

• SEGURANÇA E SUPORTE PARA VOCÊ E SUA FAMÍLIA

• HOSPITAIS, CLÍNICAS E LABORATÓRIOS DE EXCELÊNCIA

BENEFIT VIDA E SAÚDE – CUIDANDO DO QUE REALMENTE IMPORTA: VOCÊ!



Revista **On**

Para quem busca algo  
além do comum

Anuncie aqui!



**Benefit**  
SAÚDE E VIDA



Planejamento estratégico • Gestão de redes sociais • Gestão de tráfego pago  
Marketing de influência • Endomarketing • Identidade visual

**Uma  
agência  
diferente**

**De tudo  
que você  
já viu!**

