

Ilustre Magazine[©]

Número 223 - 10 de Abril 2025

**A rainha
das rainhas,
Idê Guimarães
comemora o
título de Miss
Queen Beauty
Universe 2025**

O MOSQUITO SÓ QUER UMA DISTRAÇÃO PARA ENTRAR NA SUA VIDA.



► **VOCÊ JÁ SABE O QUE FAZER, NÃO DÊ CHANCE PA**



RETIRE ÁGUA
ACUMULADA
EM VASOS
DE PLANTAS



GUARDE GARRAFAS
SEMPRE DE CABEÇA
PARA BAIXO



MANTENHA
CAIXAS D'ÁGUA
E PISCINAS
COBERTAS



MANTENHA
AS LIXEIRAS
BEM FECHADAS

► **EM CASOS MAIS GRAVES, A DENGUE E A CHIKUNGUNYA PODEM MA**
SE TIVER ALGUM SINTOMA, PROCURE UMA UNIDADE DE SAÚDE.

mt.gov.br



govmatogrosso



RA O MOSQUITO



GUARDE PNEUS
SEMPRE
COBERTOS

TAR.



Governo de
**Mato
Grosso**



Editorial

Março é um mês repleto de eventos dedicados às mulheres, por isso decidimos realizar o Damas de Mato Grosso em abril, o que considero uma escolha acertada, pois evita a coincidência com outras programações voltadas exclusivamente para o público feminino. O evento chega ao nosso estado por meio de Aninha Monteiro, embaixadora do Turismo de Maceió e presidente de honra dos Colunistas Sociais do Brasil, idealizadora do projeto Damas das Alagoas, que já está em sua 5ª edição em Maceió. A iniciativa agora se expande para outros estados, levando reconhecimento e certificação a mulheres de diversas regiões. Em Mato Grosso, abracei esse projeto com entusiasmo para promover o Damas de Mato Grosso, ocasião especial em que algumas mulheres serão homenageadas com o certificado Damas de Mato Grosso. Na próxima edição, traremos toda a cobertura desse evento incrível. Vamos ao roteiro desta edição:

Capa: A rainha das rainhas. Idê Guimarães, após ganhar o concurso Miss Queen Beauty Universe 2025 em Punta Cana, foi recepcionada no aeroporto pelos familiares, amigos e fãs. Você vai ver tudo nesta edição, inclusive os doze anos de união, amor e cumplicidade com João Júnior, seu companheiro de vida. Confira!

Por Dalva Costa: Aconteceu, passou por aqui: acontecimentos empresariais, sociais e políticos.

Aniversário: Flávio Campos comemorou seu aniversário em alto estilo, em Angra dos Reis, ao lado de sua mãe, a empresária de moda Cleuzete Bernardez, que também celebrou mais um ano de vida, e com amigos queridos. Confira nas páginas seguintes.

Aniversário: O advogado, escritor e membro da Academia Mato-Grossense de Letras, Eduardo Mahon, abriu seu espaço social, dentro do seu escritório, para receber convidados em torno do grande jornalista Onofre Ribeiro, que completou 81 anos, com direito a parabéns e uma succulenta feijoada.

Inauguração: Empresário José Aroldo de Almeida fortalece presença no mercado de estágios em Cuiabá. A Super Estágios, referência nacional na intermediação entre estudantes e o setor corporativo, inaugurou sua nova sede em Cuiabá, no Centro Comercial Cuiabá, no bairro Bosque da Saúde.

Rainha: A Rainha Diambi Kabatusuila chegou à capital baiana, acompanhada da comitiva especial, a assessora diplomática e intérprete, Uiara Zagolin, e a responsável pela agenda, Dra. Patrícia Pinheiro. Recebeu um convite da primeira-dama da cidade de São Paulo para um delicioso almoço na prefeitura da cidade. E com imensa alegria recebeu o convite da Estação Primeira de Mangueira para desfilarmos no carro de número três na passarela do samba. Confira!

Dia da Síndrome de Down: A Síndrome de Down é uma condição genética causada quando há um cromossomo a mais no par 21, a chamada trissomia do 21, afirma o Pós PhD em neurociências e especialista em genômica, Dr. Fabiano de Abreu Agrela.

Dia da felicidade: Ser feliz é bom para a saúde, afirma especialista.

O bem-estar mental é fundamental para vários aspectos da saúde integral, afirma a médica endocrinologista Dra. Jacy Alves.

Cansaço ou fadiga: Como identificar a diferença e recuperar sua energia antes que seja tarde.

Lembrete: mensagens eficazes de lembrete de pagamento para clientes. Dicas para abordar o cliente sobre esses assuntos delicados.

Artigo: Papéis da mulher na sociedade, desafios e lutas, e atuação do Estado. Leia nesta edição.

Dalva Costa

Uma boa leitura e até o próximo mês



CUIABÁ
CANAL 5.1 HD

PROGRAMA
**Sávio
Pereira**

AQUI VOCÊ ACONTECE!

23 ANOS DE SUCESSO



@saviopereiraoficial



65 99983-8231



Expediente

Diretora:
Dalva Costa

Redação:
Dalva Costa
Giordanna Santos

Capa:
Idê Guimarães

Foto Capa:
Kelly Lelis

Visual Gráfico:
Daniel Maranhão

Revisão:
Doralice Jacomazi

Comercial:
Dalva Costa

Endereço:
Rua Luis Carlos Pinheiro,
nº 657-H,
esquina com a rua Xavantes.
Bairro Santa Helena - Cuiabá-MT
CEP: 78045-000
Tel.: (65) 3028-4980
magazineilustre@gmail.com



08 Matéria de Capa
A rainha das rainhas, Idê Guimarães, comemora o título de Miss Queen Beauty Universe 2025

20 Por Dalva Costa
Aconteceu, passou por aqui: acontecimentos empresariais, sociais e políticos

22 Aniversário
Flávio Campos comemorou seu aniversário em alto estilo, em Angra dos Reis, ao lado de sua mãe, a empresária de moda Cleuzete Bernardes

24 Aniversário
O advogado, escritor e membro da academia mato-grossense de letras Eduardo Mahon, abriu seu espaço social, dentro do seu escritório, para receber convidados em torno do grande jornalista Onofre Ribeiro, que completou 81 anos

Índice



26 Inauguração

Empresário José Aroldo de Almeida fortalece presença no mercado de estágios em Cuiabá

28 Rainha

A Rainha Diambi da República Democrática do Congo, celebrou o Carnaval Carioca e foi recebida na prefeitura de Salvador

32 Síndrome de Down

Entenda tudo sobre a condição

34 Felicidade

Dia da felicidade: Ser feliz é bom para a saúde, afirma especialista

36 Cansaço

Você pode estar apenas cansado ou sofrendo de uma fadiga persistente
Entenda os sinais do seu corpo

40 Lembrete

Mensagens eficazes de lembrete de pagamento para clientes

42 Mulher

A mulher tem um papel diversificado e fundamental na sociedade, desempenhando múltiplos papéis

Miss Queen Beau

Idê Guimarães, de 81 anos, foi eleita Miss Queen Beauty Universe 2025 em fevereiro de 2025. O concurso aconteceu em Punta Cana, na República Dominicana.

Idê é natural de Penápolis, São Paulo, mas vive em Cuiabá, Mato Grosso, há 52 anos. Ela é empresária e fundou uma empresa de calcário na capital mato-grossense.

Idê é a única mulher brasileira a vencer esse concurso de Miss Queen Beauty Universe. Ela disse que sua força de vontade, simpatia, beleza interna e externa foram determinantes para a vitória.

O concurso Miss & Mister Beauty Universe é dedicado a todas as mulheres.

Ela é mãe de dois filhos, avó de cinco netos e bisavó de três.



Idê Guimarães chega em Punta Cana para disputar o título



Foto: Kelly Leles



Idê com as crianças do Miss Mirins



Idê com a Miss Brasil Mirin

ty Universe 2025



Desfile de Traje Típico



Entra na passarela para desfilr



Apresentação Pantanal



Candidatas de diversas categorias



A expectativa do resultado



Anunciado o título de Miss Queen Beauty Universe 2025



Foto: Kelly Leis

Chegada no aero

A empresária Idê Guimarães levou centenas de pessoas ao aeroporto para recepcioná-la. A primeira-dama do estado de Mato Grosso, Virginia Mendes, amigos, clubes de senhoras, escola de samba, foi uma alegria contagiante! Confira nas fotos.



Foto: Kelly Leils



A primeira-dama do estado, Virginia Mendes foi recepcioná-la no aeroporto

porto em Cuiabá



Amigas de Poconé



Idê com a neta e o marido e os bisnetos



Bateria Show do Mestre Munir



Idê Guimarães e o marido JJúnior



Foto: Kelly Lelis



Idê com a filha Adriana Guimarães e o neto Carlos Eduardo

JJúnior & Idê

A história de amor de JJúnior e Idê já fazem doze anos. Se conheceram no Rio de Janeiro, em um carnaval, desde então estão juntos, compartilhando momentos inesquecíveis, idéias, desejos, sonhos, alegrias, desfrutando juntos

a cada dia. Um complementa o outro, um amor que transcende, vai além, uma cumplicidade que só quem conhece o amor verdadeiramente sabe, entrelaçados estão por laços de ternura, amizade e carinho.



O início de tudo

O ano era 2013, pra ser mais preciso, fevereiro daquele ano, carnaval, Rio de Janeiro...

JJúnior, já era profissional da dança de Salão há mais de 15 anos, tinha um sonho, desfilar em uma escola de samba na Marquês de Sapucaí.

Por coincidência ou não, como nada é por acaso, o destino já estava traçando futuro do casal. Naquele ano, no Rio de Janeiro, a escola de samba Estação primeira da Mangueira estava homenageando Cuiabá como seu Samba enredo, e Junior recebeu o convite para participar do desfile, sonho dele estava sendo realizado, mas o melhor estava por vir...

Após passar por uma das experiências fantásticas da vida de JJúnior, que era passar pela Marquês de Sapucaí, pela Mangueira homenageando a capital de Mato Grosso, foi algo inexplicável, segundo ele.

Quando o chegou ao final do desfile saiu por

uma área específica e como marinheiro de primeira viagem ele, o Júnior, não sabia como retornar para o meu setor, então teve que ir ao hotel, trocar e voltar pro sambódromo.

O problema é que ele havia deixado a credencial com a mãe,

E por pouco não conseguiu retornar pra dentro do complexo.

Enfim conseguiu entrar e quando chegou no setor, teve uma enorme surpresa, Idê estava lá...

Olha como é o destino, Idê tinha ido pro carnaval a convite da sua filha de coração, Virgínia Mendes (primeira dama de Cuiabá na época) Convidou para ficar no camarote, mas naquele dia Idê resolveu ficar nas arquibancadas a convite de um amigo em comum, o Sávio Pereira, que foi quem apresentou naquele momento Idê para o Júnior.

E assim começou a história, há 12 anos...





Declaração de JJúnior a Idê

No aniversário de 82 anos da Idê, JJúnior faz uma lindíssima homenagem a ela, declara seu amor:

Idê, hoje no seu aniversário quero te fazer uma homenagem...

Quero te dizer o quanto você é importante para mim!

Este ano você faz 82 anos de vida, de muita vida!

Me sinto muito cheio de alegria por fazer parte de parte destes anos!

Há 12 anos Deus te pôs no meu caminho... e hoje entendo os seus desígnios...

Ele quis que eu estivesse ao seu lado em todos os momentos da sua vida, a partir daquele momento que eu te vi pela primeira vez no Rio de Janeiro.

Você e eu não sabíamos os desafios que iríamos passar nestes últimos doze anos... Mas hoje

consigo entender que nosso encontro foi de almas, almas que ajudariam um ao outro a vencer todos os obstáculos que a vida nos impôs.

Mas o que eu não sabia era o presente que ele me deu ao estar ao lado de uma Estrela, uma estrela tão brilhante que sua luz se espalha por onde passa.

Sua energia é cativante,

vc entra em um lugar e ele se ilumina.

Quando você sorri então, não tem quem não fique feliz, não tem quem não queira te abraçar.

Então, percebi que minha missão era te ajudar a levar seu brilho para o mundo todo.

E daí em diante ele nos colocou em um caminho cheio de luz e esperança. Conhecendo lugares e pessoas .

Olha onde estamos hoje, as pessoas com quem nos conectamos, verdadeiras amizades de pessoas que querem nosso bem e torcem por nos.

Bebê , adoro ver seu brilho, amo quando você sorri, me sinto o homem mais feliz do mundo em te fazer feliz.

Sou seu fã incondicional, bato palmas pra você e te admiro por tudo que você e... Mulher, esposa, amiga, mãe, avó, bisavo, religiosa e tudo mais.

Hoje sei que o meu presente maior é estar ao seu lado, e aproveitar cada momento, cada segundo, pois sei o quanto o nosso tempo é valioso.

Peço a Deus todos os dias para que ele me abençoe com sua presença por muitos anos mais.

Viver ao seu lado é um eterno aprendizado, não só o o homem, mas como ser humano que evolui e cada dia. Parabéns, parabéns por ser quem você é, e que você tenha muitas bênçãos

Te amo eternamente
JJúnior



Empresária Idê Guimarães reúne famosos e escola de samba na sua festa de aniversário em São Paulo



Idê Guimarães

Fotos: Kelly Lélis

A elegante Idê Guimarães Sócia-proprietária do grupo Reical, empresa referência na indústria do calcário, também é Rainha e Chanceler da Ordem da Rosa JK da Cidade de Cuiabá/MT e, recentemente, foi coroada como “Queen Beauty Universe”, em um concurso de beleza na República Dominicana, recebeu inúmeros amigos de Cuiabá em São Paulo e amigos famosos da terra da garoa, para comemorar seu aniversário de 82 anos. A grande surpresa da festa foi a presença da bateria da escola de samba “Rosas de Ouro”, campeã do Carnaval 2025 em São Paulo, que fez a alegria dos convidados. A “Noite de Gala da Rainha” contou com o lançamento da edição especial da Revista Network, com o tema “O Brasil tem um Rei e uma Rainha!”, fazendo referência e homenagem ao jogador Rei Pelé e à Idê, que é conhecida como a Rainha do Calcário.

Idê, sempre muito carismática, recebeu os convidados com um sorriso radiante, uma coroa dourada, um colar do Marcio Designer e um vestido de gala brilhante nas cores preto e dourado, com curadoria realizada pelo Marieta Studio e ainda um segundo look verde, também com muito brilho, para o momento dos parabéns.

Entre os convidados que marcaram presença, estavam diversas personalidades importantes e famosos, como Kika Sato (mãe de Sabrina Sato), Marcello Camargo (filho de Hebe Camargo), a primeira dama do Mato Grosso, Virginia Mendes, o Comendador Regino Barros, o personal stylist Carlos Saade e os cantores Alexandre Arez e Allisson Rodrigues, além de outros amigos e familiares que prestigiaram a aniversariante em um momento de alegria e celebração. Confira as fotos clicadas pela fotógrafa Kelly Lélis.



**Idê com Marcello Camargo
(filho de Hebe Camargo)**



**Idê Guimarães com a primeira-dama
de MT, Virginia Mendes**



Kika Sato e Idê Guimarães



**O casal JJúnior
e Idê**



**Daniel Amabile
e Idê**



**Leopoldo Nigro, Idê e
Maria de Lurdes Nigro**



**Idê e o Comendador
Regino Barros**



**Idê com a neta Camilla Nunes Guimarães Kuhn
e o esposo Ernani Kuhn e os bisnetos: Serena e
José Bernardo**



**Denise Miller, Idê,
Hadassah Prez e
Katia Sena**



**Rafaelly Medeiros,
Idê e Marggoh**



**Idê e Zilda
Zompero**



Idê e Claudia Aquino



O apresentdor Sávio Pereira, Idê e Júnior



Idê e Miriã Fabrine



Mulheres BPW



Marizete, Idê, Zilda e Tânia Zompero



O casal JJúnior e Idê receberam a primeira-dama de MT, Virginia Mendes na festa em São Paulo



Derli Miranda, Idê e Marcio Roberto Pereira



Cantor Alexandre Arez e Idê Guimarães



Dr. Antonio Carlos Gogoni e Idê



Comendadora Josiane Dresh e Idê



Natasha Silhessarenko e Idê



Idê e Marcia Stival



Pamera Alencar Lima e Idê



Cantor Allison Rodrigues e Idê



Guilherme Boaventura e a esposa com Idê



Silvia Lino e Idê



José Renato, Idê e Stephanie Castro Cordovez



Idê e Sueli Batista



Randala Lopes e Idê



Luciana de Freitas, Christian Eduardo, Idê, Marlene Machado de Almeida e JJúnior



Alexandre Arez, Cristiane Marques, Idê, Sonia Pineda, Regina Fernandez e JJúnior



Idê e Francisco Aguerro

Noite de Gala da Rainha!

No jantar, na Mansão dos Comendadores, no salão nobre, Idê Guimarães recebeu os convidados e condecorou alguns com homenagens ao lado do Comendador Regino Barros.



Idê Guimarães, Virginia Mendes e Sueli Batista



Idê Guimarães e Virginia Mendes

Fotos: Kelly Leles



Idê e seus homenageados



Idê com os homenageados da noite



A bateria da Escola de Samba Rosas de Ouro, que foi um show a parte



Na hora do Parabéns



Idê e JJúnior



Cantor Alexandre Arez e o cantor Allison Rodrigues



Cantor Allison Rodrigues

A somellier Alessandra Nery apresentou para convidados a nova safra de vinhos e espumantes da Syrah, parabéns!



Carla Gomes Complementos completou 25 anos! Para comemorar Carla reuniu as clientes para uma mega palestra sobre Essência. A palestrante foi Dijanira Silva.



A primeira-dama de Mato Grosso Virgínia Mendes, recebeu o Diploma Bertha Lutz do Senado Federal, em reconhecimento às ações que tem desenvolvido em defesa das mulheres, como ocorre com o programa SER Família Mulher. A indicação foi da senadora Margareth Buzetti. Merecidíssimo o reconhecimento. Parabéns a Virgínia.

A empresária Denise Gomes completou mais um ano de vida! Um jantar que transformou em balada. Denise recebeu os amigos e alguns políticos que passaram para cumprimentá-la, no Azuri restaurante.



Aniversário e



Cleuzete Bernardes



Cleuzete Bernardes, Josy Sanches, Valéria Godoy!



Cleuzete Bernardes e Jadete Repiso Trojan



Cleuzete com as sobrinhas netas: Antonella e Isabella e a neta Olivia



Valéria Godoy, Flávio Campos, Fábio Campos e Adrian D'Agostino



Cleuzete com o filho Fábio Campos



Flavio Campos, Fábio Campos e Adrian D'Agostino



Flavio Campos, Valéria, Priscilla Lino e Ricardo



Dra Ivonete Bernardes Lopes, Dra Jaqueline Oliveira, Joaly, Maria Mendonça, Priscila Lino, Dra Priscila Lopes, Jadete Trojan



Jadete Trojan, Gisela Trojan, Dra Ivonete Lopes, Priscila Lino, Priscila Bosco, Valéria Godoy, José Sanches, Dra Jaqueline Oliveira e Joaly

m dose dupla



Cleuzete Bernardes com os filhos e a neta



Os aniversariantes: Flávio com a mãe Cleuzete Bernardes

Flávio Campos comemorou seu aniversário em alto estilo, em Angra dos Reis, ao lado de sua mãe, a empresária de moda, Cleuzete Bernardes, que também celebrou mais um ano de vida, e, também, com amigos queridos que foram para comemorar juntos. Foram três dias intensos de festa, num lugar com cenário paradisíaco, onde os convidados desfrutaram de momentos inesquecíveis. No dia do aniversário, o cardápio, elaborado com muito talento pelo chef, chamou a atenção dos convidados, com pratos sofisticados e, claro, rótulos de vinhos exclusivos e outras bebidas sofisticadas, que renderam elogios de todos que estavam presentes neste dia marcante.



Narcizo, Ivonete Lopes, Joaly, Cleuzete, Priscilla Bosco, Leonardo Queiroz



Adriana, Fernando Campos, Olivia, Cleuzete, Fábio Campos, Flávio Campos e Adrian



Jadete Trojan, Gisela Trojan, Priscilla Bosco, Cleuzete, Joaly, Dra Jaqueline Oliveira



Cleuzete Nora Adriana Soares e a neta Olivia



Raimar, Adriana e Rogério Pinheiro e Flávio Campos



Raimar, Renato, Flávio, Michel, Nanam, Ricardo e Wancley



Leonardo, Will, Flávio, Michel, Rogério, Murilo e Eduardo



Letícia, Cleiton, Flávio, William e Rebeca



Fernando, Flávio e Fábio



Letícia, Cleiton, William e Rebeca

Eduardo Mahon abre seu espaço para come



morar o aniversário do jornalista Onofre Ribeiro



O advogado, escritor e membro da Academia Mato-grossense de Letras, Eduardo Mahon

O advogado, escritor e membro da Academia Mato-Grossense de Letras, Eduardo Mahon, abriu seu espaço social dentro do seu escritório, para receber convidados em torno do grande jornalista Onofre Ribeiro, que completou 81 anos no último sábado, com direito a parabéns e uma succulenta feijoada.

Foram contabilizados: 120 jornalistas; o presidente da ALMT, deputado Max Russi; o prefeito da capital, Abilio Brunini; dois conselheiros do TCE; três deputados; um senador; quatro vereadores; dois secretários estaduais; e quatro secretários municipais.





Empresário José Aroldo de Almeida fortalece presença no mercado de estágios em Cuiabá

A Super Estágios, referência nacional na intermediação entre estudantes e o setor corporativo, inaugurou sua nova sede em Cuiabá, no Centro Comercial Cuiabá, no bairro Bosque da Saúde. A mudança acompanha o crescimento da empresa na região e visa fortalecer a captação de estagiários, otimizar processos e oferecer um suporte mais estratégico às empresas parceiras.

A reinauguração contou com a presença de exe-

cutivos da empresa, empresários e representantes do setor. Para o diretor executivo da unidade, José Aroldo de Almeida, a nova estrutura permite um atendimento mais próximo e personalizado às empresas. "Nosso diferencial é a humanização do atendimento. Com essa nova estrutura, reforçamos a proximidade com os clientes e ampliamos o impacto do estágio no crescimento das empresas, oferecendo soluções personalizadas que realmente fazem a diferença", afirma.



O diretor operacional da unidade, Felipe Lessa Dias, destaca que a nova localização favorece a visibilidade da marca e facilita a prospecção de novos parceiros. "Estar em um ponto estratégico amplia nossas conexões e facilita o acesso de empresas que buscam otimizar seus processos com estagiários qualificados", explica.

Cuiabá como polo estratégico na expansão nacional

Com mais de 80 unidades no Brasil, a Super Estágios segue um plano de expansão focado no fortalecimento da marca e na ampliação da rede de empresas atendidas. O diretor institucional de expansão, João Ferraz, destaca que Cuiabá tem papel fundamental nesse crescimento. "A cidade é um polo econômico importante, especialmente no agronegócio e no setor de serviços. O crescimento da nossa atuação aqui reforça nossa presença no Centro-Oeste e amplia a captação de talentos para diferentes segmentos do mercado", afirma Ferraz.

O executivo também ressalta que a expansão da empresa acontece por meio do modelo de franquias e pelo fortalecimento das unidades locais. "A nossa rede cresce tanto pela abertura de novas unidades quanto pelo aumento da base de clientes em cada região. Isso acontece através de um trabalho estratégico de prospecção e atendimento personalizado às empresas", pontua.

Tecnologia e inovação no recrutamento de estagiários

Além da nova estrutura física, a Super Estágios

investe constantemente em inovação para tornar o processo de recrutamento mais eficiente para empresas e estudantes. Ferraz explica que a plataforma digital da empresa utiliza inteligência artificial para otimizar a seleção de candidatos. "Hoje, oferecemos soluções tecnológicas que agilizam o recrutamento, garantindo mais assertividade para as empresas. Nossa plataforma conta com ferramentas de match de perfil, módulos de seleção personalizados e assinatura digital de documentos, reduzindo burocracias e tornando todo o processo mais acessível", destaca.

Essa digitalização também beneficia os estudantes, tornando o ingresso no mercado mais rápido e intuitivo. "A jornada do estagiário na Super Estágios é totalmente adaptada à realidade digital, facilitando o acesso às oportunidades e garantindo mais segurança na contratação", complementa.

Oportunidade para empresas e estudantes

Com a nova sede, a Super Estágios reforça seu compromisso em conectar empresas a talentos qualificados, contribuindo para o desenvolvimento profissional e para o aumento da produtividade no ambiente corporativo. "O estágio não é apenas uma etapa de aprendizado para o estudante, mas também um investimento estratégico para as empresas. Ele impulsiona a inovação, melhora processos internos e forma profissionais alinhados com a cultura organizacional", destaca José Aroldo.

Empresas interessadas em estruturar programas de estágio podem buscar mais informações diretamente na unidade da Super Estágios em Cuiabá ou acessar o site www.superestagios.com.br.



Rainha Diambi é recebida pela prefeitura de Salvador

A Rainha Diambi Kabatusuila chegou à capital baiana acompanhada da comitiva especial, a assessora diplomática e intérprete, Uiara Zagolin, e a responsável pela agenda, Dra. Patrícia Pinheiro. Foi recepcionada pelos representantes do Conselho Municipal de Políticas Culturais de Salvador (CMPC), a Dra. Tatiane Boulhosa Mônaco e seu esposo Dr. Hilário Mônaco (presidente do Instituto Provida Sinai), o produtor cultural Sr. Jotta D. Amorim, e sua esposa, Gláucia Sena (farmacêutica e assessora de comunicação), além da equipe do cerimonial da prefeitura, que a conduziu até a sala de reunião. Ela fez questão de cumprimentar com beijos e abraços todos os presentes, admiradores que já esperavam no local.

Com a chegada da vice-prefeita Ana Paula Matos, foram iniciadas as devidas honrarias. A prefeita fez questão de reconhecer a importância de recepcionar a rainha na sede da prefeitura, como também a valiosa conexão histórica e ancestral que Salvador tem com a África. Em seguida, a majestade falou um pouco sobre a história do seu povo, reverenciou a Bahia, ao se considerar baiana. Fez um discurso emocionado, falando em inglês, enquanto Uiara Zagolin fazia a tradução. Estavam presentes também ao lado da vice-prefeita Ana Paula a secretária da Reparação Isaura Genovena e o subsecretário Walter Pinto, da Secretaria de Cultura de Salvador.

"Com emoção tenho dito ser uma honra estar aqui na Bahia, local que é como se fosse minha casa, minha terra. Esse momento é a representação de todo o povo de Salvador, na Bahia. Essa cidade, em particular, que tem uma história muito

grande com o Congo, com a África e pra mim é uma honra... agora me sinto como em família, me sinto baiana", disse. Como Embaixadora da Herança Africana, esta é a quarta vez que a majestade visita a capital baiana. Com uma vasta agenda oficial, após a visita à prefeitura, a rainha seguiu com a comitiva para as demais atividades. Após as tratativas, a rainha recebeu uma Moção de Aplausos do Conselho Municipal de Política Cultural de Salvador, das mãos dos conselheiros Jottad Amorim, Patrícia Pinheiro e Tatiane Mônaco - em reconhecimento ao seu relevante trabalho em prol da cultura africana. Em conversa particular com o representante do Conselho Municipal de Políticas Culturais de Salvador (CMPC), Jotta D. Amorim, que representa o segmento audiovisual, a realza apresentou o desejo de manter relações comunitárias e direta com a sociedade civil organizada, uma relação para além dos tratos institucionais, por acreditar na potência que existe nas relações direta com as pessoas, independentemente de posição de autoridade. A assessora de comunicação, que também é jornalista e editora, Uiara Zagolin, reiterou o dito pela congolesa.

Na oportunidade, o conselheiro de Cultura manifestou o desejo de validar a relação através de possíveis intercâmbios por meio de caminhos prováveis para que a relação não seja enfraquecida. No diálogo, a Lei 10.639/2003, que tornou obrigatório o ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Africana na educação básica brasileira, foi mencionada como base legal para prováveis ações para estreitar a relação de Salvador e o país do continente africano, República Democrática do Congo.

Variedades com

Uiara Zagolin



Vanessa Sperandio, Daiane Lima, Uiara Zagolin, Queen Diambi, Regina Nunes, Gil Gondim

Rainha Diambi em almoço com a primeira-dama de São Paulo

A rainha Diambi Kabatusuila recebeu um convite da primeira-dama da cidade de São Paulo para um delicioso almoço na prefeitura da cidade

A primeira-dama da cidade de São Paulo - Sra. Regina Carnovale Nunes, recebeu no gabinete do prefeito Nunes, a Sua Alteza Real Rainha Diambi Kabatusuila para um almoço de boas-vindas. Para a surpresa de todos, o prefeito Ricardo Nunes também compareceu alegrando ainda mais o evento.

A matriarca bantu, Diambi Kabatusuila aproveitou o momento para agradecer ao convite da primeira dama e também comentou sobre cooperação e intercâmbio para fomentar negócios entre Brasil e República do Congo. Durante o encontro, a rainha Diambi recebeu da Sra. Regina Nunes uma bolsa confeccionada pelo grupo de mulheres artesãs vítimas de violência doméstica, cujos produtos são produzidos por meio das oficinas realizadas pela entidade e, ainda, um livro "São Paulo Vista De Cima" de Cássio Vasconcellos elegendo a beleza desta cidade.

Em tempo, a primeira dama convidou a rainha e sua delegação para conhecer o jardim suspenso da Prefeitura onde existem várias espécies de plantas originárias da África. No dia seguinte, a convite do prefeito, a Rainha foi conhecer as instalações do SMART SAMP localizado no centro de São Paulo.

O Smart Sampa é mais uma das iniciativas da gestão municipal em reforço a segurança da cidade. O objetivo é garantir uma pronta resposta na segurança a população de São Paulo. O Programa prevê integração com diversos outros órgãos, como SAMU, Corpo de Bombeiros, dentre outros. Até o momento estão integrados ao Smart Sampa, a Secretaria Municipal de Direitos Humanos e Cidadania (SMDHC) com seu banco de dados de pessoas desaparecidas, que já trouxe muitos êxitos em ocorrências dessa natureza, permitindo a localização dessas pessoas por meio do reconhecimento facial, como também a Secretaria de Segurança Pública do Estado (SSP), que firmou parceria com o Smart Sampa em 5 de setembro deste ano, com a integração de seu banco de dados de foragidos da justiça e também já possibilitou êxitos na localização dessas pessoas.

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



Rainha Diambi, com imensa alegria, recebeu o convite da Estação Primeira de Mangueira para desfilir no carro de número três na passarela do samba



A Sapucaí foi palco de grande alegria para a Sua Majestade Real Rainha Diambi Kabatusuila Mukalengna Mukaji wa Nkashama (Rainha da Ordem do Leopardo) da República Democrática do Congo, que celebrou o Carnaval Carioca de 2025.

A escola de samba Estação Primeira de Mangueira encerrou a primeira noite de desfiles na Sapucaí, homenageando a influência bantu (tronco étnico-linguístico de escravizados trazidos de onde hoje estão Angola, o Congo, a República Democrática do Congo e Moçambique) na construção da identidade carioca no Carnaval de 2025, sendo seu enredo "À Flor da Terra – No Rio da Negritude entre Dores e Paixões", do carnavalesco paulista Sidnei França.

Rainha Diambi Kabatusuila desfila na Mangueira



Asaber, os bantus, um agrupamento linguístico do continente africano, representaram a maioria dos negros que adentraram de forma forçada pelo Cais do Valongo, cuja localização fica no que hoje se entende como Pequena África. A Mangueira retratou a vivência dessa população em toda a cidade, a partir da sua chegada a essa região, revelando sua história à flor da terra,

dando novo significado à expressão, exaltando as vidas negras que florescem no solo carioca.

Repensando a negritude do Rio de Janeiro, que geralmente é centralizada na experiência nagô-iorubá, este enredo tem como base a percepção de mundo. Assim como a forma das populações bantus pensarem o ciclo da vida, a morte e a adaptação do seu modo de viver a diferentes realidades e lugares.

Com esse olhar, a agremiação contou como os bantus se estabeleceram no território carioca. Assim, dialogando com diferentes religiões, influenciando a cultura. Igualmente, a sua fundamental presença na vivência da cidade, apesar de tantas tentativas de apagamento da sua contribuição à negritude do Rio de Janeiro.

Verde e rosa

A saber, o desfile começou com a água, representando o oceano que conecta os dois continentes, África e América, em uma história de dor e transformação. Assim, seguindo até os dias atuais, moldado pela memória dos antepassados, em busca da construção de uma sociedade com justiça social. Ainda, um dos carros alegóricos trouxe diversas caixas de som empilhadas, remetendo aos sons e danças que hoje ecoam nas ruas, como o passinho, o samba e o funk.

Ayla foi uma das crianças que desfilou na ala infantil, chamada "É preciso um quilombo para criar um moleque".

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Dia da Síndrome de Down: Entenda tudo sobre a condição

“A Síndrome de Down é uma condição genética causada quando há um cromossomo a mais no par 21, a chamada trissomia do 21”, afirma o pós PhD em neurociências e especialista em genômica, Dr. Fabiano de Abreu Agrela



Variedades com

Uiara Zagolin



No dia 21 de março, celebra-se o Dia Nacional da Síndrome de Down, uma data dedicada à conscientização e à promoção da inclusão das pessoas com essa condição genética. A Síndrome de Down, ou Trissomia do 21, ocorre quando há uma cópia extra do cromossomo 21, fazendo com que o indivíduo tenha 47 cromossomos ao invés dos 46 habituais.

Essa alteração afeta o desenvolvimento físico e cognitivo, mas, com o acompanhamento adequado, é possível garantir mais qualidade de vida e autonomia aos portadores da síndrome.

Como a Síndrome de Down afeta o organismo?

Os efeitos do desenvolvimento físico são os mais evidentes, incluindo traços faciais característicos, hipotonia muscular e um crescimento mais lento. Além disso, podem surgir complicações cardíacas, alterações gastrointestinais e problemas auditivos ou visuais.

O desenvolvimento cerebral e de funções cognitivas da pessoa com Síndrome de Down também

é afetado, mas com acompanhamento correto é possível realizar algumas tarefas cotidianas normalmente”, explica o pós PhD em neurociências, Dr. Fabiano de Abreu.

Estudos indicam que as atividades cerebrais das pessoas com Down são diferentes nas regiões frontal e temporal, responsáveis por fala, memória e emoções.

“Isso pode desencadear transtornos como déficit de atenção e hiperatividade durante a infância e alterações de personalidade e perda de memória são comuns em fases mais avançadas da vida”, destaca Dr. Fabiano.

Sinais comuns da Síndrome de Down:

- Rosto arredondado e olhos puxados para cima;
- Hipotonia (diminuição do tônus muscular);
- Desenvolvimento motor e cognitivo mais lento;
- Problemas cardíacos congênitos;
- Maior propensão a dificuldades auditivas e visuais.

Tratamentos e qualidade de vida

A Síndrome de Down não tem cura, mas há diversas formas de estimular o desenvolvimento e melhorar a qualidade de vida dos portadores.

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



Dia da felicidade: Ser feliz é bom para a saúde, afirma especialista



O bem-estar mental é fundamental para vários aspectos da saúde integral, afirma a médica endocrinologista Dra. Jacy Alves.

No Dia da Felicidade, 20 de março, é essencial aproveitarmos a data para refletirmos sobre o impacto positivo que o bem-estar mental tem em nossa saúde.

Para a médica endocrinologista com vasta experiência na área de saúde integral, Dra. Jacy Alves, a felicidade vai além de uma simples sensação de prazer, sendo fundamental para o equilíbrio do corpo e da mente.

"A felicidade não é um estado passageiro, mas sim um fator crucial para o bom funcionamento do organismo, ela está diretamente relacionada ao aumento da produção de hormônios, como a

serotonina e a dopamina, que contribuem para a nossa sensação de prazer, além de impactar positivamente a nossa saúde física", explica Dra. Jacy.

A ideia de que a felicidade é um bom investimento remonta a filósofos como Aristóteles, que em sua ética defendia que a eudaimonia, frequentemente traduzida como felicidade ou bem-estar, é o fim último de toda ação humana. Aristóteles acreditava que a busca pela virtude e o equilíbrio nas ações levavam ao verdadeiro florescimento humano. No contexto moderno, estudos em psicologia positiva, como os de Martin Seligman, sustentam que a felicidade não só melhora a qualidade de vida, mas também traz benefícios tangíveis para a saúde e a produtividade.



A relação entre felicidade e saúde

Quando estamos felizes, o corpo experimenta uma série de benefícios. A Dra. Jacy explica que o aumento de neurotransmissores relacionados ao bem-estar tem efeitos diretos sobre a imunidade, o controle do estresse e até mesmo sobre o funcionamento cardiovascular. Ela ressalta que essa sensação de bem-estar pode prevenir doenças crônicas e promover um envelhecimento mais saudável.

"Manter um estado emocional equilibrado pode reduzir o risco de doenças como hipertensão, diabetes e até problemas de saúde mental, como a depressão", afirma a endocrinologista.

"Quando estudamos felicidade, a primeira pergunta que devemos nos fazer é: por quê? Uma resposta plausível - apesar de simples - seria: "porque é bom se sentir bem", no entanto, podemos ir além. Estudar a ciência da felicidade é importante porque o aumento dos seus níveis, mesmo que em índices baixos (como 3, 4 ou 5%) nos trazem uma série de benefícios".

- Aumento na criatividade e inovação, importante em um mundo que cada vez mais se utiliza da automatização e das inteligências artificiais;
- Aumento do engajamento e motivação;

- Aumento de performance de forma geral;
- Aumento nos índices de saúde física e expectativa de vida;
- Melhora nas relações, sejam pessoais ou profissionais.

5 dicas para estimular a felicidade no seu dia a dia:

- Pratique a gratidão diariamente

"Reservar alguns minutos do seu dia para agradecer pelas coisas boas que você tem ajuda a aumentar a sensação de felicidade e diminuir o estresse".

- Exercite-se regularmente

"A prática de atividades físicas libera endorfinas, hormônios que aumentam a sensação de bem-estar e reduzem a ansiedade".

- Conecte-se com os outros

"Relacionamentos saudáveis são essenciais para o bem-estar mental. Manter contato com amigos e familiares fortalece o apoio emocional e estimula a felicidade".

- Estabeleça metas e comemore as conquistas

"O simples ato de traçar objetivos e comemorar suas vitórias, por menores que sejam, contribui para a sensação de realização e satisfação".

- Cuide da sua saúde mental

"Procurar ajuda quando necessário, seja através de terapia, mindfulness, yoga ou outras formas de apoio emocional, é fundamental para manter o equilíbrio psicológico e físico", afirma a Dra. Jacy Alves.

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

Variedades com

Miara Zagolin



Cansaço ou fadiga? Como identificar a diferença e recuperar sua energia antes que seja tarde

Você pode estar apenas cansado ou sofrendo de uma fadiga persistente que afeta sua saúde sem que perceba. Entenda os sinais do seu corpo e descubra como restaurar sua energia de forma eficaz



A exaustão se tornou um dos grandes desafios da vida moderna. Rotinas intensas, noites maldormidas e o peso do estresse cotidiano levam muitas pessoas a um estado de esgotamento que, muitas vezes, é ignorado. Mas quando o cansaço deixa de ser apenas uma consequência natural do dia a dia e se transforma em um sinal de que algo está errado?

O médico nutrólogo Dr. Gustavo de Oliveira Lima

explica que a diferença entre cansaço e fadiga pode parecer sutil, mas é essencial para entender o que seu corpo está tentando comunicar. O cansaço é um estado passageiro, que surge após esforço físico ou mental e melhora com descanso. Já a fadiga é um esgotamento persistente, que não se resolve com uma boa noite de sono e pode estar relacionado a deficiências nutricionais, desequilíbrios hormonais ou doenças subjacentes.



Se você sente que sua energia está sempre baixa e que nenhum descanso parece suficiente, talvez seja hora de investigar a fundo a causa do problema.

Cansaço ou fadiga? como saber qual está acontecendo com você

O cansaço é algo que todos experimentamos após um longo dia de trabalho ou uma atividade intensa. Ele é temporário e pode ser resolvido com descanso adequado, alimentação balanceada e hidratação.

A fadiga, por outro lado, é um estado de exaustão profunda e prolongada, que pode impactar não só a energia física, mas também a cognição, o humor e o funcionamento do metabolismo.

Sinais de cansaço comum:

- Surge após esforço físico ou mental intenso.
- Melhora com sono e descanso.
- Não afeta drasticamente o humor ou a concentração.
- Pode ser resolvido com ajustes simples na rotina.

Sinais de fadiga:

- Sensação de exaustão constante, mesmo após uma boa noite de sono.

- Irritabilidade, desânimo e variações de humor.
- Dores musculares frequentes e sensação de fraqueza.

- Queda de cabelo, unhas quebradiças e pele seca (indicativos de deficiências nutricionais).

- Desequilíbrios hormonais e desregulação do metabolismo.

Se você percebe que seu cansaço se tornou persistente e começou a interferir na sua rotina, sua saúde pode estar pedindo socorro.

As principais causas da fadiga e como elas afetam seu corpo

A fadiga pode ser o resultado de diversos fatores, desde deficiências nutricionais até condições médicas mais sérias. Aqui estão as causas mais comuns:

Deficiências nutricionais

Baixos níveis de ferro, vitamina B12, magnésio e vitamina D podem comprometer a produção de energia no corpo e levar à exaustão.

Desregulação hormonal

Distúrbios na tireoide, resistência à insulina e desequilíbrios no cortisol podem provocar fadiga crônica,



afetando o metabolismo e a capacidade do organismo de produzir energia.

Distúrbios do sono

Apneia do sono, insônia e sono de baixa qualidade fazem com que o corpo não consiga se recuperar adequadamente.

Síndrome da fadiga crônica

Uma condição caracterizada por exaustão extrema e persistente, sem causa aparente, que pode ser incapacitante.

Estresse crônico e sobrecarga mental

A fadiga mental pode ser tão debilitante quanto a física, pois leva a um estado constante de alerta e esgotamento emocional.

Inflamação sistêmica e excesso de radicais livres. Alimentação pobre, consumo excessivo de ultra-processados e estilo de vida sedentário contribuem para inflamação crônica, um dos principais gatilhos da fadiga prolongada.

Como recuperar a energia e combater a fadiga de forma eficiente

O Dr. Gustavo de Oliveira Lima destaca que, se o seu cansaço for temporário, ajustes simples na rotina podem restaurar sua disposição. Mas se você está enfrentando uma fadiga persistente, será necessário adotar estratégias

1. Regule sua alimentação

- Aumente a ingestão de proteínas magras e gorduras saudáveis para melhorar a produção de energia.

sem sobrecarregar o corpo, como caminhada, yoga e musculação moderada.

4. Gerencie o estresse e o equilíbrio mental

- Práticas como meditação, respiração profunda e momentos de lazer ajudam a reduzir o impacto do estresse na produção de energia.
- Diminua a sobrecarga mental, estabelecendo pausas estratégicas durante o dia.

5. Hidrate-se adequadamente

- A desidratação pode levar à fadiga e à falta de concentração.
- Beba pelo menos 2 litros de água por dia e evite o excesso de cafeína.

6. Faça exames e monitore sua saúde

- Se a fadiga persistir, procure um médico para investigar deficiências nutricionais e alterações hormonais.
- Exames como hemograma completo, perfil de ferro, vitaminas e função tireoidiana podem revelar desequilíbrios que precisam ser corrigidos.

Sentir-se cansado depois de um dia difícil é algo natural. Mas quando essa exaustão se torna um estado constante, sem melhora com o descanso, algo está errado. A fadiga não é apenas um sintoma passageiro – muitas vezes, ela é o primeiro alerta de que seu corpo precisa de ajuda.

O Dr. Gustavo de Oliveira Lima conclui: “Aprender a diferenciar cansaço e fadiga é essencial para evitar complicações maiores e recuperar a qualidade de vida. Identificar os sinais, ajustar a rotina e buscar ajuda médica quando necessário são os passos fundamentais para restaurar a energia e o equilíbrio do organismo”.

Se seu corpo está falando, escute. Ele pode estar pedindo socorro antes que seja tarde.

Uiara Zagolin
Editor, Na Mídia
55-11-98586 7022 (whatsapp)
uiarazagolin@gmail.com
www.namidia.com.br
redacao@namidia.com.br

- Reduza o consumo de açúcares e ultraprocessados, que geram picos de glicose seguidos de queda abrupta na disposição.

- Inclua ferro e vitamina B12 na dieta para prevenir a anemia e otimizar a oxigenação do organismo.

2. Priorize o sono e a recuperação

- Mantenha um horário fixo para dormir e acordar.
- Evite a exposição a telas pelo menos uma hora antes de dormir.
- Invista em um ambiente escuro e silencioso para melhorar a qualidade do sono.

3. Exercite-se com inteligência

- Evite excesso de exercícios intensos se já estiver em um quadro de fadiga.
- Priorize atividades que estimulem o metabolismo



Mensagens eficazes de lembrete de pagamento para clientes

Existem vários tipos de mensagens de lembrete de pagamento que você pode usar, dependendo da situação e do cliente específico. Com base nas pesquisas que fiz para trazer um conteúdo relevante para você, separei as mensagens de lembrete de pagamento em três categorias:

Lembrete de pagamento para clientes com dívidas recentes:

Mensagens gentis e educadas para lembrar os clientes sobre o pagamento pendente. Geralmente, são casos pontuais de clientes que esquecem de um pagamento esporádico;

Lembrete de pagamento para clientes com dívidas antigas:

Mensagens que enfatizam a importância do pagamento imediato devido a atrasos ou consequências negativas.

Lembrete de pagamento para clientes especiais:

Mensagens que lembram aos clientes sobre o pagamento pendente, mencionando detalhes específicos da transação. Nesses casos, você pode inclusive oferecer facilidades e condições especiais para que o cliente realize o pagamento.

Lembrete de pagamento para cliente com dívidas recentes ou próximas

Olá [Nome do Cliente], lembramos que o pagamento da fatura número [Número da Fatura] vence amanhã — ou venceu ontem. Agradecemos sua atenção;

Prezado cliente, a fatura de número [Número da Fatura] está próxima do vencimento.

Prezado cliente, a fatura de número [Número da Fatura] está próxima do vencimento. Por favor, efetue o pagamento para evitar cobranças adicionais;

Caro cliente, seu pagamento da fatura de [Data da Fatura] está pendente.

Olá, [Nome do Cliente]. Não se esqueça de quitar a fatura de [Data da Fatura] até a data de vencimento.



Outro ponto que você deve estar sempre atento é como cobrar juros dos clientes. Afinal, você não pode sair no prejuízo por conta desses atrasos.

Mensagem de lembrete de pagamento para clientes com dívidas antigas

Prezado(a) cliente, sua fatura de [Data da Fatura] ainda está pendente. Solicitamos a regularização imediata para evitar medidas adicionais;

Caro cliente, estamos entrando em contato novamente sobre a fatura de [Data da Fatura] em aberto.

[Nome do Cliente], sua fatura de [Data da Fatura] permanece em aberto. Por favor, efetue o pagamento para evitar ações de cobrança.

Quando você receber o pagamento, é importante manter uma boa relação com os clientes e manter um contato para incentivar possíveis transações com mais pontualidade. Para isso, você pode usar as mensagens de pós-venda para agradecer os seus clientes.

Mensagem de lembrete de pagamento para clientes exigentes

Prezado(a) [Nome do Cliente], gostaríamos de lembrar que a fatura de [Data da Fatura] está próxima do vencimento. Sua prontidão no pagamento é fundamental;

Caro cliente, a fatura de [Data da Fatura] está pendente.

[Nome do Cliente], o prazo para pagamento da fatura de [Data da Fatura] está próximo. Contamos com sua colaboração para manter sua conta em dia.

Lembrete de pagamento amigável para clientes

“Prezado [Nome do Cliente],

Gostaríamos de lembrá-lo gentilmente sobre o pagamento pendente de R\$ [Valor Pendente] referente à fatura n.º [Número da Fatura].

Agradecemos a sua atenção e pedimos que efetue o pagamento o mais rápido possível para evitar qualquer inconveniente. Caso já tenha efetuado o pagamento, por favor, ignore este lembrete.

Lembrete de pagamento urgente para clientes

“Prezado [Nome do Cliente],

Urgente: Seu pagamento de R\$ [Valor Pendente] referente à fatura n.º [Número da Fatura] está atrasado. Gostaríamos de lembrá-lo da importância de efetuar o pagamento imediatamente para evitar quaisquer consequências negativas.

Benefícios de usar mensagens eficazes de lembrete de pagamento

As mensagens de lembrete também podem ajudar a melhorar o relacionamento com o cliente. Ao abordar a questão de pagamentos pendentes de forma educada e respeitosa, você demonstra que valoriza o relacionamento com o cliente e deseja resolver qualquer problema de forma amigável. Por fim, as mensagens de lembrete de pagamento podem ajudar a acelerar o processo de cobrança, incentivando os clientes a pagarem suas faturas pendentes o mais rápido possível.

Fonte: Veja o conteúdo completo em: <https://blog.grupobrandili.com.br/mensagens-de-lembrete-de-pagamento-para-cliente/>





Sobre a Mulher:

A mulher tem um papel diversificado e fundamental na sociedade, desempenhando múltiplos papéis e contribuindo para o progresso da sociedade.

Papéis da mulher na sociedade

- Educadora e cuidadora, transmitindo valores e conhecimentos às futuras gerações
- Líder e agente de mudança, participando ativamente da vida política, econômica, social e cultural
- Empreendedora, destacando-se em diversas áreas, como a política, a ciência, a arte e o empreendedorismo

Desafios da mulher na sociedade

- Apesar dos avanços, as mulheres enfrentam desafios como taxas de desemprego mais altas,

salários inferiores e concentração em setores que pagam menos

- A maioria das mulheres trabalha na economia informal, sustenta o trabalho de cuidados em casa e está concentrada em empregos com menor qualificação e que pagam salários mais baixos

Atuação do Estado

A atuação do Estado e governos é necessária para transformar estruturas sociais e reduzir desigualdades.

Luta das mulheres

As mulheres precisam se unir e lutar por mais espaço na ocupação dos cargos de poder, cargos políticos, continuar na luta para a consolidação de suas conquistas.

Fonte: <https://www.google.com.br/>

Programa Estilo com Hebert Mattos é na Band!



PROGRAMA
ESTILO 15^{anos}

De segunda à
sexta às 13h

Canal 15.1 HD
NET e CLARO - 518 HD
VIVO - 519 HD



#bandmatogrosso

Siga nossas redes sociais:

   [programa.estilo](https://www.youtube.com/programa.estilo)



ANTONIO
MATTOZZO

Alfaiate Antonio Mattozzo



Atendimento exclusivo

Sob medida



AS MELHORES MARCAS



WhatsApp 65 9 9982-9420