FOLHA DA LAGOA

O JORNAL DA LAGOA

999885625 folhadalagoa

Ano 8 - edição nº 82 - Florianópolis, Agosto de 2017 - Distribuição gratuita

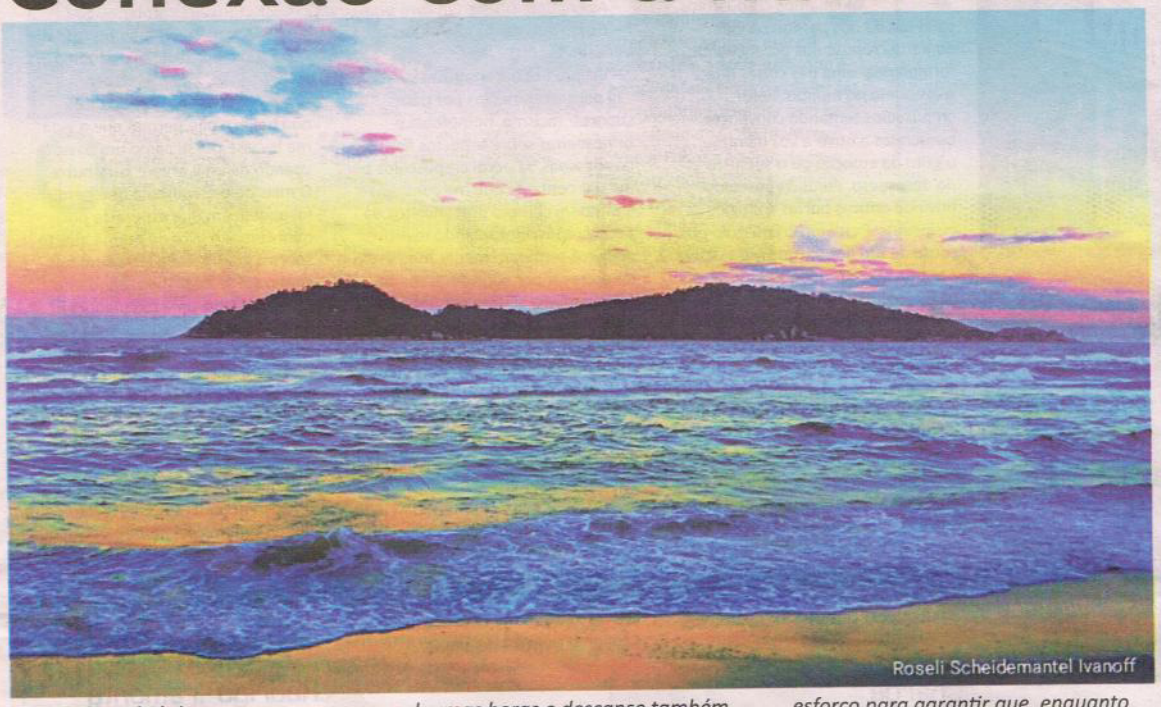
EMPÓRIO DAS MARIOLA

Fone: (54)99608.5707

Rodovia Antônio Luiz Moura Gonzaga, 3.101 (estrada geral do Rio Tavares) junto ao posto Ale - SC 405

Comportamento:

Conexão com a natureza!



Roseli Scheidemantel Ivanoff

Você já deve ser um especialista em conexão com a natureza dirigindo seu carro próprio. Se não dirige ou se não tem carro próprio, deve sonhar com o 'carrão' naquelas estradas incríveis!

Só que não! Esta não é uma matéria sobre financiamento de veículos a juro zero! É uma proposta de circuitos que você pode fazer a pé, caminhando. Deixe seu carro descansando por algumas horas e descanse também de dirigir. Fique tranquilo, a bateria, do carro, não vai descarregar. A sua bateria, em compensação ...

Por segurança, quando começar, você não deve ir muito longe dos locais que freqüenta no seu dia-a-dia. Garanta que seu carro fique em um local seguro. De preferência onde você costuma guardá-lo todos os dias.

Você vai precisar rever seu conceito de tempo. Vai precisar fazer um esforço para garantir que, enquanto estiver conectado, não se sinta tentado a correr de volta, abraçar seu carro e dirigir correndo para o próximo compromisso estressante. Dê a você mesmo o tempo de presente.

Para facilitar nas primeiras vezes, leve junto seu celular super top. O ideal seria deixá-lo descansar também. Mas isso já é assunto para as nossas próximas matérias sobre conexão com a natureza.

E mais:

Segurança:

CONSEG é membro do CONSEM

Pag. 3

Desenvolvimento:

CODELI tem participação municipal

Pag. 3

Av. Afonso Delambert Neto, 315- ao lado do TILAG - 3065.9868

PET'S Veterinária

www.petsveterinaria.com.br

Rações - Acessórios - Medicamentos

Lagoa: Afonso Delambert Neto, 315 Lj: 2 - Fone: 3232.1347

PIZZARIA ESTRELA DA ILHA

DELIVERY 3234 0800

Atendemos todos os dias 18h30 às 23h30

CONHEÇA AS NOVAS INSTALAÇÕES

ROD SC 405, Nº 3.611 - Campeche - Florianópolis (Próximo a Polícia Rodoviária)

PAES IMÓVEIS

(48) 3232-0833 www.paesimoveis.com

Alugue com a gente!

Rua Henrique Veras do Nascimento, 208 Ao lado do Shopping da Lagoa.

PIZZA NA PEDRA DESDE 1986 LAGOA

Em Breve Novidades

Na Pizza na Pedra com Recreação infantil

TELE-ENTREGA 3232-0912

Vendas Aluguéis

Aldo Imóveis

Av. Afonso Delambert Neto, 514 Lagoa da Conceição

www.aldoimoveis.com.br

Fone 3232.0329

Creci 1261j

Comportamento:

Conexão com

Você já deve ser um especialista em conexão com a natureza dirigindo seu carro próprio. Se não dirige ou se não tem carro próprio, deve sonhar com o 'carrão' naquelas estradas incríveis!

Só que não! Esta não é uma matéria sobre financiamento de veículos a juro zero! É uma proposta de circuitos que você pode fazer a pé, caminhando. Deixe seu carro descansando por algumas horas e descanse também de dirigir. Fique tranquilo, a bateria, do carro, não vai descarregar. A sua bateria, em compensação ...

Por segurança, quando começar, você não deve ir muito longe dos locais que freqüenta no seu dia-a-dia. Garanta que seu carro fique em um local seguro. De preferência onde você costuma guardá-lo todos os dias.

Você vai precisar rever seu conceito de tempo. Vai precisar fazer um esforço para garantir que, enquanto estiver conectado, não se sinta tentado a correr de volta, abraçar seu carro e dirigir correndo para o próximo compromisso estressante. Dê a você mesmo o tempo de presente.

Para facilitar nas primeiras vezes, leve junto seu celular super top.

Roseli Scheidemantel Ivanoff

O ideal seria deixá-lo descansar também. Mas isso já é assunto para as nossas próximas matérias sobre conexão com a natureza.

Durante o planejamento do seu tempo de conexão com a natureza você vai precisar do seu celular e de todos aqueles aplicativos maravilhosos que estão à disposição para que você aprenda tudo sobre o caminho que vai fazer. Uma dica de partida: deixe descansando, junto com seu carro, os aplicativos, como o Whatsapp, que tomam conta do número do seu celular para você. Se você vai se conectar com a natureza não quer que, a todo o momento, alguém fique desconectando você. Claro que selfies são importantes. Reserve um tempo para eles. Você saberá quando. O ideal é sempre no começo do seu circuito. No final você pode já não estar assim tão aprumado para o selfie!

Com a ajuda do seu celular, do seu conhecimento e experiência selecione um lugar de apoio, uma padaria, uma delicatessen, um supermercado. Sanitários limpos podem ser uma bênção quando você coloca seu corpo em movimento. Avalie as distâncias. Programe-se para caminhar no máximo 3.200 metros. Se acreditar que vai precisar se mover por distâncias maiores use a criatividade. Vale considerar barco, carona ou qualquer transporte público. Além de táxi você pode usar todas aquelas opções que o seu celular já oferece. Lembre-se que, se você resolver radicalizar e não levar seu celular, pode não conseguir acionar algumas das alternativas no caminho.

Fazer o primeiro circuito perto dos locais que frequenta é altamente recomendável nas primeiras vezes. Quando estiver com mais prática e mais seguro programe circuitos alternativos, mais distantes. Vá até o ponto de partida utilizando uma das opções de transporte mais em conta.

Reserve as opções mais onerosas para a volta. Não deixe de pensar também na sua sustentabilidade! Considere que aquele avião foguete que te deixa bem na frente da porta de entrada da sua casa pode estar fora de cogitação! A companhia de super-heróis também já custa um pouco mais caro!

Ok, criou coragem? Vai fazer um circuito? Reservou o tempo? Explicou para o seu carro e para o Whatsapp que não é um adeus mas apenas um até logo? Vamos em frente então!

Você pode ter combinado o circuito com amigos e familiares. Nesse caso, procure adaptar seu tempo ao deles. Mesmo que isso signifique ter que abrir mão de alguns itens que você havia selecionado. Deixe-se aprender novidades com seus parceiros.

Explique a eles qual é seu plano e deixe que eles indiquem alternativas. Procure chegar a um acordo que garanta que tudo poderá ser realizado no tempo estabelecido e sem que seja necessário caminhar mais que 3.200 metros. Reserve tempo para contingências, aquelas eventualidades que podem acontecer ou não. Verifique o aplicativo de clima. Se acreditar que pode chover leve seu guarda-chuva! É melhor levar e não chover do que não levar e tomar aquele banho de chuva que você não tomava desde a adolescência! Não leve muito peso. Uma mochila pequena com uma garrafa de água, poucos cartões de banco, um pouco de dinheiro, bilhetes de ônibus. Um casaco leve se acreditar que pode esfriar. Afinal estamos no inverno! Finalmente verifique se seus parceiros têm restrições de saúde.

a natureza!

Texto e fotos: Roseli Scheidemantel Ivanoff

Os 3.200 metros são para pessoas em plenas condições. Para aqueles que têm dificuldades, combine o encontro no lugar de apoio, aquela padaria ou supermercado de que falamos lá no início. Os que têm restrições vão se encher de energia enquanto esperam para a conversa que vai rolar!

Você já escolheu pontos que quer alcançar no seu circuito e onde planeja se encontrar e conectar com a natureza. Pode ser um parque, uma rua arborizada, lagoa, praia ou uma vista.

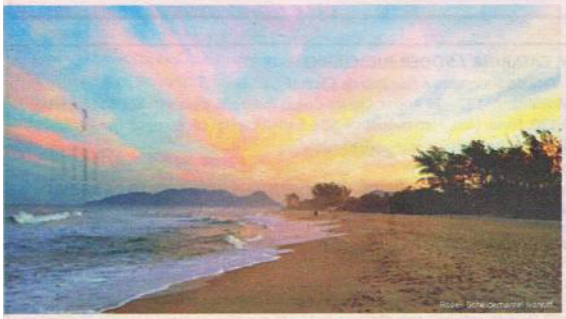
Entenda que cada época tem sua energia. Agora no inverno, pode fazer frio e ter vento. Pode estar quente e sêco. Se for uma praia, pode ser que a areia não esteja como você a conhece no verão e seja mais difícil caminhar.

Suas experiências de conexão vão fazer milagres com seu dia-a-dia. Vão deixá-lo mais solto, mais ativo, mais criativo, mais antenado. Você pode encontrar pássaros adornando árvores locais ou voando em bando. Garanta que se deu o tempo de ver e observar pelo menos um!

Ok, você está no caminho. Desligue-se do seu dia-a-dia mas mantenha a atenção para questões de segurança. Seus compromissos urgentes vão esperar você voltar. Talvez alguns deles até se resolvam sozinhos!

Roseli Scheidemantel Ivanoff

Caminhe com calma até o ponto em que deseja se conectar. Você não vai ter muito tempo lá. Talvez pare e observe. Talvez faça uma caminhada curta. Vai depender do momento, de você, dos que estão com você. Saiba a hora de encerrar a conexão. Você precisará de energia para fazer o retorno até o ponto de apoio ou até o ponto que escolheu para retornar usando um transporte.



Reserve energias também para reacender sua rotina quando retornar para sua casa.

Essas dicas e experiências vão te ajudar nos locais que frequenta e em locais onde não esteve ou costuma não estar, seja em uma época, seja em um horário.

Para inspirar seguem algumas sugestões de circuitos selecionados do bairro do Campeche, em Florianópolis, no sul da Ilha de Santa Catarina. A energia da natureza é inesgotável. Sabemos o quão importante ela é para cada ser humano. Bom passeio! Invista no seu bem estar!

Circuito Novo Campeche

Escolha seu ponto de apoio e referência. A região tem boas opções de padarias. Você pode levar no passeio algo leve para comer e beber. Descarte as embalagens nas lixeiras.

Já está calçando as suas havaianas coloridas? Existem vários acessos e trilhas para a praia do Campeche. Todas as trilhas colocam você em contato com a vegetação e as dunas. São trechos mais selvagens da praia. Você estará imerso na natureza! Sabe aquele cheiro de vegetação e mar? Já estará revigorando sua energia no caminho. O visual é paradisíaco!

Na praia, o mar de águas limpas tem uma cor de encantar os olhos e a alma. A região é frequentada por surfistas e kitesurfistas. Para banhar-se é necessário cautela. As ondas batem com força.

As gaivotas sobrevoam o mar a procura de peixes. Com sorte poderá observá-las degustando o petisco.

Faça uma caminhada na direção do Morro das Pedras. Durante a caminhada fique atento às saídas da praia pelas dunas. Geralmente encontram-se perto de prédios, postos de salva-vidas e ranchos dos pescadores. Todas elas levarão você até a Av. Campeche.

Circuito Av. Pequeno Príncipe

O trajeto mais tranquilo é caminhar pela avenida principal, a Pequeno Príncipe, até a praia. Você terá à sua disposição lan-house, restaurantes, docerias, supermercado e comércio local. Ao chegar na praia estará de frente à Ilha do Campeche, conhecida pelas suas águas cristalinas e inscrições rupestres nos costões rochosos. A praia é extensa e se junta à esquerda com a praia da Joaquina. À direita, ao Morro das Pedras.

Faça uma agradável caminhada pela praia. Aproveite e pegue conchas. O lado direito da praia, em direção ao Morro das Pedras, é um lindo trajeto para ser feito. Se optar por seguir para o lado oposto, chegará no Point do Riozinho. O lugar, de agito, é frequentado por surfistas, praticantes de kitesurf, jogadores de vôlei e de frescobol.

Caminhe ao sol nos horários mais apropriados. O amanhecer e o pôr do sol são opções maravilhosas pois possibilitam a contemplação das cores. Ao entardecer, entre as 17hs e 18hs, você pode se surpreender com um espetáculo de cores. No horizonte as cores misturam-se com a água do mar e refletem na areia da praia. É um momento mágico, de encantamento. O contato com essa natureza aumentará a sua percepção e sensibilidade. Vai nutrir a sua alma!