

**E**ntre as prendas com que a  
natureza  
Alegrou este mundo onde há  
tanta tristeza  
A beleza das flores realça  
em primeiro lugar  
É um milagre  
De aroma florido  
Mais lindo que toda as graças do céu  
E até mesmo do mar

**O**lhem bem para a rosa  
Não há mais formosa  
É a flor dos amantes  
É a rosa-mulher  
Que em perfume e nobreza  
Vem antes do cravo  
E do lírio e da hortênsia  
E da dália e do bom  
crisântemo  
E até mesmo do puro e gentil  
malmequer

**E** reparem no cravo  
O escravo da rosa  
Que flor mais cheirosa  
De enfeite sutil  
E no lírio que causa o delírio da rosa  
O martírio da alma da rosa  
Que é a flor mais vaidosa e mais  
prosa  
Entre as flores do nosso Brasil

**A**bram alas pra dália garbosa  
Da cor mais vistosa  
Do grande jardim da existência das  
flores

Tão cheio de cores gentis  
E também para a hortênsia inocente  
A flor mais contente  
No azul do seu corpo macio e feliz

**S**atisfeita da vida  
Vem a margarida  
Dos que têm paixão  
E agora é a vez  
Da papoula vermelha  
A que dá tanto mel pras abelhas  
E alegra este mundo tão triste  
Com a cor que é a do meu coração

**E** agora aqui temos o bom  
crisântemo  
Seu nome cantemos em verso  
e em prosa  
Porém que não tem a beleza da rosa

**Q**ue uma rosa não é só uma flor  
Uma rosa é uma rosa é uma rosa  
É a mulher rescendendo de amor

RANCHO DAS FLORES  
VINICIUS DE MORAES



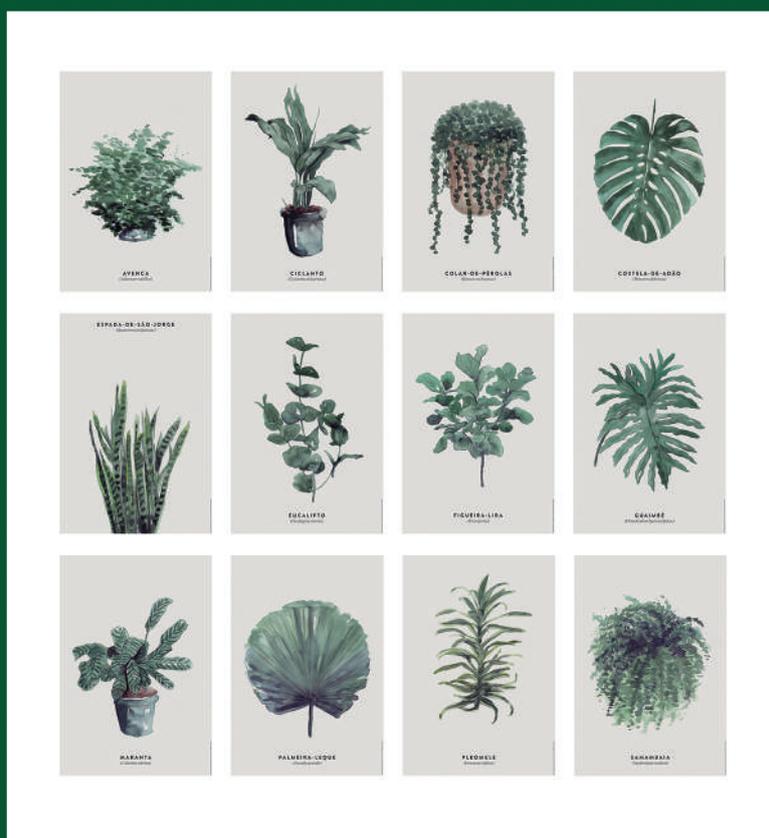
# Espada de São Jorge, Costela de Adão e outras plantas para imprimir

Uma seleção de plantas para emoldurar ou pesquisar antes de planejar o jardim

Costela-de-Adão, avenca, espada-de-são-jorge e muitas outras espécies estão em voga na decoração, nos jardins e nas varandas. Mais do que nunca, as pessoas se descobriram "loucas por plantas" neste período de isolamento social, trazendo o verde para dentro do lar, como uma forma de sentir um pouco de "vida" e, inconscientemente, um sinal de esperança para um futuro mais consciente com a natureza.

Além de inserí-las no lar em vasos, suspensas e diversos outros tipos de arranjos, o verde pode fazer parte da decoração de outras maneiras, em estampas, tecidos, fotos e, inclusive, em aquarelas, servindo como obra de arte botânica e também como um guia de espécies à vista.

Pensando nessa última opção, mostramos uma aquarela exclusiva para você poder imprimir, emoldurar e conferir um charme a mais na sua parede (ou onde quer que queira usar).



Formato maior na próxima página.



**AVENCA**  
*(Adiantum species)*



**CICLANTO**  
*(Cyclophilus species)*



**COLAR-DE-PÉROLAS**  
*(Scaevola species)*



**COSTELA-DE-ADÃO**  
*(Monstera species)*

**ESPADA-DE-SÃO-JORGE**  
*(Sansevieria species)*



**EUCALIPTO**  
*(Eucalyptus species)*



**FIGUEIRA-LIRA**  
*(Ficus species)*



**GUAIMBÉ**  
*(Philodendron species)*



**MARANTA**  
*(Maranta species)*



**PALMEIRA-LEQUE**  
*(Livistona species)*



**PLEOMELE**  
*(Pleomele species)*



**SAMAMBAIA**  
*(Nephrolepis species)*

# Quadros Botânicos

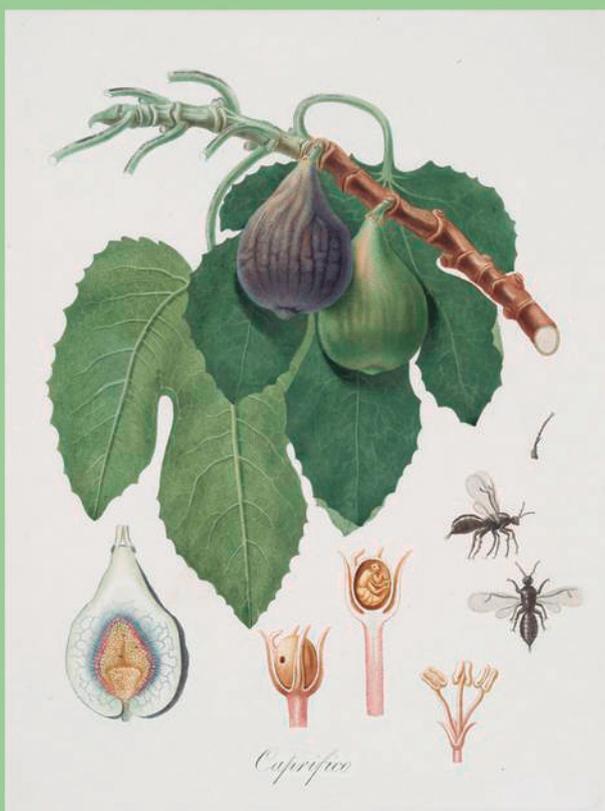
Enfeitar as paredes com prints botânicas traz uma dose de charme, que é quase irresistível. Criadas entre os anos 1817 e 1839, as ilustrações do italiano Giorgio Gallesio, por séculos, serviram de referência para cientistas interessados nas frutas cultivadas no sul da Itália.



Uva Barbarossa.  
[*Vitis vinifera* ; Grape Barberossa]



Pesca Damnaschina duracina.  
[*Persica julodermis* ; Peach]



Uva Barbarossa.  
Caprifico. [Fico ; Fig]



Mela Carla. {Melo Carlo



Pera Perla. [Pyrus Perla ; Pear]



Ciliegia visciola.  
[Cerasus visciola ; Sour cherry]



Uva moscadella nera.  
[Moscadella black grapes]

# Vamos Recordar? 2011

Visita ao Sítio Cedro Velho em Bragança Paulista.



# Vamos Recordar?

## Passeio para Maria da Fé.



# As plantas recomendadas para cada signo, segundo o feng shui

Quem nunca ficou em dúvida de que planta comprar para casa? A resposta para essa pergunta pode estar no feng shui, técnica milenar chinesa, que se propõe a harmonizar indivíduos com o ambiente ao seu redor. Para isso, é necessário equilibrar os cinco elementos da natureza (fogo, terra, madeira, metal e água), tarefa que envolve os signos dos moradores e a disposição adequada de móveis, objetos e plantas em um espaço.

Segundo a consultora de feng shui Cris Ventura, as plantas devem ser posicionadas em lugares de destaque para emanar a energia. Isso é válido para todos os signos e inclui ambientes como living, sala de TV, hall de entrada, sala de jantar, área externa ou sacadas. Sempre vale lembrar que, além disso, é preciso levar em consideração condições como iluminação e temperatura de cada cômodo.

Além da disposição das plantas, existem espécies e dicas específicas de acordo com o elemento de cada signo. Isto é, para os signos de Ar (Gêmeos, Libra, Aquário), a recomendação é ter plantas pendentes, com macramés, ou em suportes com rodinhas. Já os de Terra (Touro, Virgem, Capricórnio) devem apostar nos canteiros com terra, vasos grandes e pesados ou de cerâmica.

Para signos de Água (Câncer, Escorpião, Peixes), Cris incentiva o uso de plantas em vasos, garrafas de vidro com água ou vasos de cristal. Por fim, aconselha aos de fogo ter plantas em vasos com cores quentes, como laranja ou vermelho, ou em suportes com formatos geométricos.



## As plantas recomendadas para cada signo, segundo o feng shui

### Peixes

“São encantadores, intuitivos, imaginativos, criativos e sensíveis”, afirma a especialista. Por isso, suas indicações são a Angélica e a flor de Lótus, que, segundo ela, são ligadas a intuição e espiritualidade. “O bambu da sorte e o trevo-de-quatro-folhas também são ótimos para os piscianos pela simbologia de sorte.”

### Aquário

Ela define os aquarianos como inventivos, originais e visionários. “Eles gostam do diferente, belo e simples, ao mesmo tempo, como as flores íris e dalias”, comenta. A zamiculca também é indicada pelo formato exótico de sua folhagem e sua resistência. Outra opção é a samambaia, cuja quantidade de folhas lembra a coletividade, que está relacionada à missão dos aquarianos.

### Capricórnio

“Capricornianos são reconhecidos pela persistência, esforço e busca pela riqueza por meio do trabalho”, diz Cris. Duas plantas associadas à prosperidade são a romã e a dinheiro-em-penca. Plantas com flores duráveis, como as orquídeas, e raízes expostas também são indicadas. Ainda vale apostar nos lírios pela elegância.

### Sagitário

“Para os originais, pensadores, aventureiros e inspiradores sagitarianos, hortênsias e agapantos são indicadas por serem grandes e duradouras”, pontua a consultora. Outra dica é a jiboia, pela forma de coração e por se espalhar, “assim como as amizades e a festividade”. As gérberas coloridas também combinam com o signo pela alegria das cores.

### Escorpião

De acordo com Cris, escorpianos são misteriosos, intensos, intuitivos, sensuais e magnéticos. Por isso, ela indica o hibisco, pela beleza suave e delicada, principalmente o hibisco vermelho, por expressar sensualidade. Outras recomendações são: arruda, por trazer proteção, violeta, pela conexão com espiritualidade e intuição, e antúrio, por ser considerada uma planta exótica e ligada a sensualidade.

## As plantas recomendadas para cada signo, segundo o feng shui

### Libra

“O signo da gentileza, do charme, da beleza, do equilíbrio”, define a especialista em feng shui. Por valorizarem a beleza, ela sugere as rosas e o lisianto. Os librianos também podem optar pelo lírio-da-paz, que transmite bem-estar, harmonia e tranquilidade, e a costela-de-adão, que transmite equilíbrio pela simetria de sua folhagem.

### Virgem

Virgem é o signo popularmente conhecido pela sua conexão com perfeição, organização e praticidade. “As frésias simbolizam confiança e a verbena pode amenizar a ansiedade dos virginianos causada pela busca pela perfeição”, afirma Cris. A dracena e a zamiculca também são recomendadas por não demandarem grandes cuidados.

### Leão

A consultora afirma que Leão é o signo regido pelo Sol. “Leoninos são estilosos, luxuosos e generosos”, aponta. Pela ligação solar, invista no girassol e na boca-de-leão, plantas que precisam do Sol. A bromélia, que é cheia de estilo e “reina no ambiente”, é mais uma opção, além da ráfia, ligada ao sucesso e espírito de liderança.

### Câncer

“Câncer é o signo da família, dos sentimentos, das memórias. Eles adoram a casa e cuidam para que todos ao seu redor se sintam bem”, explica Cris. Avenca e renda portuguesa são recomendadas por simbolizar o clima de família unida. Além disso, cancerianos devem apostar no ciclame, que representa pureza e doçura, e em espécies de ervas e temperos que inspiram cuidados, como o manjeriço, que simboliza amor.



## As plantas recomendadas para cada signo, segundo o feng shui

### Gêmeos

Comunicativos, os geminianos são conhecidos por serem curiosos e cheios de engenhosidade. Por isso, Cris indica as flores do campo para eles. “Por ser um signo duplo, a árvore-da-felicidade, que tem macho e fêmea no mesmo vaso, também é indicada”, afirma. Outras recomendações são as margaridinhas, pela quantidade de flores, que simboliza a amizade, e o filodendro, que se adapta bem às condições ambientais.

### Touro

Segundo Cris, Touro é um signo estável e ligado a materialidade, riqueza e durabilidade. Por isso, flores de longa duração, como begônias e flores-da-fortuna, são as mais adequadas. Os lírios também são recomendados por serem muito elegantes, assim como a planta-jade, pela aparência forte e pela simbologia de prosperidade.

### Áries

“Quem é de Áries vibra com a energia da paixão, da ação, da rapidez, do impulso”, diz a consultora. Plantas com representação de lanças e espadas têm a tendência a agradar os arianos. É o caso da espada-de-são-jorge e a espada-de-santa-bárbara. Suculentas também são indicadas, pela simbologia de força e resistência, e as pimenteiras, por serem ardentes e afastarem a negatividade.



# Receitas

## Ingredientes

- 20 g de manteiga;
- 2 colheres (sopa) de cream cheese;
- 2 fatias de pão de fermentação natural;
- 3 fatias de queijo brie;
- 3 fatias de presunto cozido bem fininhas.

## Molho pesto

- 200 g de castanha do Pará;
- ½ maço de manjericão;
- 6 colheres (sopa) de azeite;
- Suco de um limão espremido;
- 2 talos de alho poró cortados em rodela;

Misto quente leva  
queijo brie,  
presunto cozido  
e molho pesto



## Modo de preparo

1. Passe a manteiga no lado de fora do sanduíche.
2. Dentro dele, passe o cream cheese e inclua o queijo brie e o presunto.
3. Feche o sanduíche e coloque-o na máquina de tostex ou na frigideira.
4. Para acompanhar, bata todos os ingredientes do molho pesto no liquidificador até atingir a textura desejada. Caso necessário, inclua mais azeite.

Amargo, azedo, sinônimo de coisas negativas, o limão é um injustiçado na cultura popular. Contudo, ao contrário do que muitos imaginam, ele não serve apenas para temperar a salada, fazer uma caipirinha, a limonada das crianças, ou, eventualmente, uma tortinha. A fruta pode emprestar o seu sabor para muitos pratos doces e salgados.



## Ingredientes da massa

- 500 g farinha comum;
- 100 g manteiga sem sal;
- 10 g sal (uma pitada);
- 5 g açúcar;
- 1 ovo;
- 1 limão espremido;
- Raspas limão;
- Água gelada.
- 1 dente de alho.

## Ingredientes do recheio

- 600 g frango desfiado;
- 40 g cebola;
- 10 g manteiga;
- 10 g salsinha;
- 10 g caldo de galinha;
- 10 g alho;
- 5 g páprica;
- 5 g óleo;
- Cream cheese e parmesão a gosto.

# Receitas

## Fácil e deliciosa: receita de torta de frango com cream cheese



### Modo de preparo da massa

1. Esfarele a manteiga com a farinha e uma pitada de sal acrescentando logo após um pouquinho de açúcar, o suco e as raspas de limão.
2. Acrescente os ovos à mistura.
3. Coloque a água gelada aos poucos, até obter uma massa homogênea. Embale e leve à geladeira por 1 hora.
4. Retire a massa da geladeira e prepare-a sobre uma bancada.
5. Com um rolo de massa, abra-a em formato circular.
6. Em uma forma de 25 cm de fundo falso envolva toda a base e a altura, moldando-a.
7. Leve a forma com a massa e asse por 20 minutos a 250 graus.
8. Reserve a massa para processo da montagem.

### Recheio de frango

1. Refogue o alho, a cebola, o óleo e a manteiga.
2. Deixar caramelizar.
3. Acrescente o frango desfiado e o caldo de galinha, a páprica, a salsinha e o sal

### Montagem

1. Em uma base de massa já pronta (aproximadamente 500 g) e assada envolva em uma assadeira de fundo falso, faça uma camada de cream cheese por toda a base e altura.
2. Coloque o recheio de frango e acrescente uma camada de cream cheese.
3. Finalize com parmesão em todo topo da torta.
4. Leve ao forno a 260 graus por aproximadamente 20 minutos, até gratinar.

# Curiosidades

## Artista japonês esculpe folhas e cria cenários incríveis

Lito Leaf Art encontrou na técnica uma forma de lidar com TDAH



A arte é diversa e capaz de explorar infinitas possibilidades, escapando do óbvio constantemente. No Japão, um artista usa desta máxima para se expressar ao seu modo particular: esculpindo folhas de plantas.

Com uma técnica de recorte muito precisa, Lito Leaf Art cria as mais diferentes e oníricas narrativas talhando folhas. Em suas obras, aparecem histórias variadas e ocasionais referências à cultura popular, como um rinoceronte escovando os dentes do seu filhote, ovelhas pulando a cerca, parques de diversão, mercearias habitadas por animais etc.

Para além de divertida, a arte de Lito é um escape para ele mesmo. "Eu faço uso positivo do meu transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDAH) para criar trabalhos de recorte de papel usando folhas", comenta ele em seu perfil no Instagram.

Segundo o portal da Associação Brasileira de Déficit de Atenção, o TDAH é o transtorno mais comum em crianças e adolescentes encaminhados para serviços generalizados.

É caracterizado por sintomas de desatenção, inquietude e impulsividade. Nesse sentido, a arte vem como uma maneira de focar no processo criativo e no momento do fazer, estimulando a concentração em algo prazeroso.

Hoje, Lito se dedica à escultura de folhas, mas nem sempre foi assim. O seu Instagram revela que, no ano passado, o artista se expressava através de desenhos meticulosos e esculturas tradicionais e multicoloridas. A inspiração parecia surgir do mesmo lugar – os animais. Mesmo hoje, com seus novos suportes e seu novo estilo, Lito continua homenageando a fauna em suas produções.

Ironicamente, seu trabalho modesto e pequeno conquistou a atenção de uma gama de admiradores. Lito possui 28,8 mil seguidores no Instagram e 21,3 mil no Twitter. Ao longo dos anos, criou centenas de peças esculpidas em folhas e não planeja parar em breve.



# Dicas de Filmes

## ANTES DO AMANHECER (1995)

Jesse (Ethan Hawke), um jovem americano, e Celine (Julie Delpy), uma estudante francesa, se encontram casualmente no trem para Viena e logo começam a conversar.

Ele a convence a desembarcar em Viena e gradativamente vão se envolvendo em uma paixão crescente. Mas existe uma verdade inevitável: no dia seguinte ela irá para Paris e ele voltará ao Estados Unidos.

Com isso, resta aos dois apaixonados aproveitar o máximo o pouco tempo que lhes resta.

## ANTES DO PÔR-DO-SOL (2004)

Jesse (Ethal Hawke) e Celine (Julie Delpy) se conheceram por acaso em uma viagem de trem que ia de Budapeste a Viena, passando o dia juntos e se separando no início do dia seguinte. Nove anos depois eles se reencontram, novamente por acaso. Jesse agora é um conhecido escritor, enquanto que Celine trabalha para uma organização de proteção ao meio-ambiente. Jesse agora está em Paris para promover seu mais novo livro e, após reencontrar Celine, passa com ela algumas horas, onde discutem o que aconteceu em suas vidas em todos estes anos.





## Dica de Série

### **The Marvelous Mrs. Maisel (Amazon Prime)**

Uma série engraçada, empoderadora e visualmente linda!

Midge Maisel é a esposa perfeita: cuida da casa e dos filhos, é linda, divertida e está sempre ao lado de seu marido.

Mas tudo muda quando Mrs. Maisel é surpreendida pelo divórcio. Ela então resolve transformar suas frustrações em piada e fazer do stand-up sua forma de sustento, desafiando todas as expectativas e rótulos que carrega.

## Dica de Livro

### **Um Quarto com Vista (A Room With a View) Autor: Edward Forster**

Em *Um Quarto com Vista*, conta a história de Lucy Honeychurch, uma jovem de classe média que viaja para Florença, na Itália, com sua prima Charlotte. Essa viagem mudará os olhos da jovem Lucy, que conhecerá pessoas fora do seu convívio social, incluindo um jovem apaixonante chamado George.

Ao voltar para a sociedade repressora inglesa, Lucy vai questionar suas escolhas de vida e questionar se deve seguir o seu coração.



*Dicas e Sugestões para os próximos Boletins*  
Whatsapp 11 99553-2627