

O turista sustentável

#23



Turismo e meio ambiente sabem que precisam caminhar juntos.

Afinal, tudo o que envolve a indústria do turismo impacta o ambiente natural, cultural e econômico de um lugar. Turismo Sustentável é aquele que tenta minimizar os efeitos negativos do turismo e ainda deixar um saldo positivo. Mas, e você?

Suas escolhas e atitudes como turista também podem impactar o meio e a vida das pessoas. Hoje vamos lhe mostrar o que é ser um turista sustentável.



Ao escolher o destino, procure conhecer sobre sua cultura, se há alguma limitação (de água ou energia, por exemplo), e quais as riquezas da região.

Mala sustentável é leve. Tente não levar aquilo que você pode comprar no lugar e evite embalagens que só servirão para acumular lixo no local.



Dê preferência ao comércio local e aos pequenos produtores para que o dinheiro do turismo circule pela comunidade.

Muito importante é escolher um meio de transporte menos poluente. Entre os transportes coletivos, o ônibus é a melhor opção! É centenas de vezes menos poluente do que o avião (fonte: portal EcoDesenvolvimento), transporta dez vezes mais pessoas que o carro, além de ser mais seguro.



Ao chegar, visite locais de conservação ambiental, museus e prestigie a gastronomia. Tudo isso ajuda na manutenção dos espaços e projetos.



Durante a viagem aja como se estivesse em casa. Desligue as luzes e o ar condicionado quando sair do quarto, e não desperdice água.



Por último, espalhe estas ideias com os amigos.

E parabéns se você já é um Turista Sustentável!

Enganando seu Cérebro

O Cérebro e seus trilhões de conexões levaram o homem a dominar a Terra e a alcançar o espaço. Mas esse órgão, tão impressionante quanto complexo, cria atalhos e padrões que o tornam relativamente fácil de ser enganado.

Conheça algumas "pegadinhas" cerebrais.

- Quando uma música não sair de sua cabeça, pense no final da canção para se livrar dela. O cérebro tem a tendência de retornar a elementos inacabados.
- Para fazer alguém aceitar uma tarefa faça uma pergunta onde "pareça" que ela pode ter opção. Por exemplo, quando uma mãe quer que seu filho tome leite: Você quer tomar seu leite em um copo azul ou vermelho.
- Quer aprender algo de forma eficiente? Faça isso pouco antes de dormir. O sono vai fixar melhor a informação. Dizem que este era um dos segredos de Leonardo Da Vinci, que tirava vários cochilos durante o dia.
- Comer devagar dá uma sensação de saciedade. É que o cérebro entende que se você demorou para comer é porque comeu uma boa quantidade.
- Se estiver com dor de dente passe gelo na palma da mão entre o polegar e o indicador. Essa área reflete os receptores da face, aliviando a dor. Mas depois vá ao dentista!

CULTURA DE
ALMANAQUE



Artesanato pelo Brasil

Nosso país tem um artesanato rico e variado. Sempre que viajar, procure conhecer o artesanato local e, se possível, leve algo com você. Será uma lembrança da viagem e uma forma de ajudar a população local (isto é turismo sustentável!). Vamos a uma viagem ao nosso artesanato:

Na região Norte encontramos a belíssima cerâmica marajoara, reconhecida mundialmente. As fibras e sementes abundantes na floresta são matéria-prima para criar belos adornos, como colares.

No Sul, da influência portuguesa destacamos a cerâmica açoriana que cumpre a função utilitária e decorativa. Ali também encontramos artesanato fabril com mantas e ponchos e também o trabalho com couro, fruto da cultura dos pampas.

Já no Sudeste, as namoradeiras (esculturas que fazem uma referência às mulheres interioranas) e as moringas (jarros de barro) são encontradas em quase todos os estados. Em Minas, tapetes e colchas feitas em tear manual e painéis de pedra sabão são muito valorizadas.

O Centro-Oeste se destaca com peças em madeira representando os animais locais, principalmente na região do Pantanal. Artigos de prata e pedras semipreciosas também são muito procuradas, além da tapeçaria.

O artesanato é uma parte relevante da produção cultural do Nordeste e, devido à variedade regional, é difícil enumerar. Mas destacam-se as redes tecidas e bordadas a mão, garrafas de areia colorida, os produtos feitos de argila e a renda renasença.

Cuidado com as fraudes na venda de passagens

Agora, uma dica importante para VOCÊ não ser enganado! Muita gente já sabe que não é seguro comprar passagens em redes sociais. Bilhetes falsos, ônibus piratas e passagens adquiridas com cartões donados são alguns dos riscos para as vítimas dos golpistas. Além disso, quem compra passagens que foram fraudadas também pode responder por crime. Para comprar de forma segura na internet use apenas os sites das empresas e sites reconhecidos. Viaje de forma segura em todos os sentidos. Viaje de ônibus!



Por uma viagem mais leve: Malas

Uma mala enxuta, além de ser mais prática e econômica, também faz parte de uma atitude sustentável. Claro que vai depender da viagem, mas para qualquer trajeto algumas regras simples vão aliviar suas costas e seu bolso.

1. Escolha da mala pequena e leve.
2. Confira a previsão do tempo para não levar roupas que não vai conseguir usar.
3. Separe tudo o que pretende levar. Se amassa, se aperta, se não combina com tudo, não leve.



4. A peça mais pesada, um casaco por exemplo, leve com você fora da mala.
5. Já a bolsa pode ser um pouco maior para ajudar nos itens pessoais.
6. Leve as opções mais compactas dos produtos de higiene beleza e o que puder compre na viagem.
7. Se comprar está fora de cogitação, a mala pequena vai ser um consolo, mas se você tem algumas compras "programadas" leve uma sacola fina e de zíper para ajudar na volta para casa.

Festas Juninas

"É muito divertido", "Vou Comer mais que no Natal", "Época de botar meu Santo Antoninho de ponta cabeça". Foi assim que alguns passageiros de ônibus definiram as festas de São João: alegria, fartura e fé! Não podemos garantir a diversão nem o(a) namorado(a), mas vamos te ensinar a fazer uma das comidas mais gostosas do São João: a canjica de milho. A receita é da canjica amarela, que em algumas regiões é conhecida como cural. Anota aí:

Canjica amarela

- 10 espigas de milho verde
- 2 xícaras (chá) de leite
- 1 lata de leite condensado
- 1 vidro de leite de coco (200ml)
- canela em pó.

Se você quiser a versão curta, pode trocar o milho verde por 2 latas de milho em conserva sem a água.

Modo de Preparo:
debulhe o milho verde, bata no liquidificador com o leite e passe por uma peneira, apertando bem. Coloque em uma panela com o leite condensado e leve ao fogo, mexendo até obter um creme. Adicione o leite de coco, mexa mais um pouco e retire do fogo. Despeje em um recipiente e leve para gelar. Polvilhe canela em pó ao servir.

Festas de Norte a Sul

Mas, espera, a gente pode te dar também algumas sugestões de diversão para curtir o período das festas juninas.

No Sul: São João Borja e Bento Gonçalves, ambas no Rio Grande do Sul. No Norte: Parintins, no Amazonas, e Belém, no Pará. No Nordeste: Caruaru, em Pernambuco, e Campina Grande, na Paraíba. No Sudeste: Belo Horizonte (MG) e Caçapava, no Vale do Paraíba paulista. No Centro-Oeste: Corumbá,

no Mato Grosso do Sul, e Goiânia (GO). Se não concorda com a nossa lista ou quer divulgar o São João da sua cidade, escreve pra gente (juntos@abrati.org.br).

Sua sugestão será compartilhada em nossas redes sociais!

EXPEDIENTE

COM A GENTE,
O BRASIL CHEGA LÁ!



Publicação da Associação Brasileira das Empresas de Transporte Terrestre de Passageiros - ABRATI
SAUS Sul - Quadra 01 - Bloco J - Edifício CNT - 8ª andar - CEP: 70070-944 - Brasília-DF - Fone: (61) 3322 2004
Diretora de Criação: Maria Fernanda Mota - Edição de Arte / Design Editorial: Glaymerson Moises-GMS Studio
Acesse nossas redes sociais! Mande sugestões, críticas e dúvidas para juntos@abrati.org.br ou escreva para a gente.



[www.twitter.com/JuntosaBordo](https://twitter.com/JuntosaBordo)



www.facebook.com/JuntosaBordo



www.juntosabordo.com.br

Sudoku

Sudoku é um quebra-cabeça criado a partir da ordenação dos números. Seu objetivo é colocar um número (de 1 a 9) em cada quadrinho vazio do jogo, de maneira que não se repita nenhum algarismo nas colunas ou linhas. Será que você consegue resolver todos os quebra-cabeças de números?

		3	6		4	2		
	6	1	7		2	5	8	
7		8				6		9
	3	6	9		5	7	2	
	4		2		1		9	
2	7						6	4
		4				3		
			7					

Anagramania

Descubra qual é a palavra que está escondida em cada uma das palavras bagunçadas. Utilizando todas as letras de cada palavra, forme o anagrama correspondente. Para facilitar, mostramos algumas dicas: uma letra nas palavras de 3, 4 e 5 letras, duas nas de 6 letras, e três nas de 7, 8 e 9 letras. As letras foram bagunçadas de tal forma que elas soam como palavras de verdade. Isso confunde seu cérebro e deixar o jogo mais desafiador.

ENAL _ E _ _

TASU _ U _ _

ÓTOR _ O _ _

IARA _ A _ _

ARAR _ A _ _

RAPOT _ _ _ T _

ALSAM _ A _ _

UROSM _ _ _ O _

ZICAN C _ _ _

UTARAL _ L _ _ A _

FREROS _ E _ R _

REMESV _ E _ _ S _

TOMARAD _ _ _ A D _ R _

ÕETASENÇ A _ N _ _ E _

Caça-Palavras

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

APARTAMENTO
BICICLETA
OCEANO
RESTAURANTE

AREIA
BRANCO
PADRE
SUÇO

ARROZ
GAIVOTA
PETECA
TARTARUGA

BANANA
MONITOR
REDE

Respostas

Sudoku

2	5	1	6	7	9	4	8	3
8	1	4	5	2	9	3	7	6
7	2	5	3	1	8	9	6	4
5	4	7	2	3	1	8	9	6
1	9	2	8	6	7	4	3	5
8	3	6	9	4	5	7	2	1
7	2	8	1	5	3	6	4	9
4	6	1	7	9	2	5	8	3
9	5	3	6	8	4	2	1	7

Anagramania

NELA
TORO
RAIA
RARA
MALAS
MURROS
CINZA
FERROS
MATAFOR
ATENÇÕES

Caça-Palavras

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