



HELLOWEEN SE CONSAGRA COMO UMA
DAS MELHORES FESTAS TEMÁTICAS DO
ROCK AND ROLL CATARINENSE!

BALACO NEWS

NOVEMBRO 2023

Edição 04



WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR

— *Intro*

Música, cultura, informação, esportes e entretenimento.

O informativo “Balaco News” é a revista digital da web rádio É do Balacobaco, a maior rádio rock do planalto norte de Santa Catarina!

Nele estão disponíveis conteúdos exclusivos criados especialmente para que você “fã da boa música” tenha uma leitura agradável e despretensiosa.

São mais de 50 colunistas compartilhando informação e opinião! Entre as principais temáticas estão mundo rock, cultura popular, esportes e variedades que vão desde turismo regional a bem estar.

Uma ótima leitura!



— Destaques

— mundo rock

Backstage

HELLoween confira o que rolou nesse evento que se tornou sucesso de público e crítica!

(página 32)



Let's rock! Let's roll!

Dr. Roger Marcondes conversa com o músico Leonardo Sieves.

(página 08)

O rock e a psicodelia

Os Novos Baianos e o Cantinho do Vovô!

(página 21)



O underground é isso aí!

Farofa bate-papo com a banda Profana no subterrâneo da Balacobaco!

(página 41)

— Destaques

variedades



Road Trip

Conheça os atrativos da Fazenda Evaristo em Rio Negrinho.

(página 51)

Mundo Pet

A importância da interação entre crianças e animais!

(página 67)



esportes



Movimento Rosa e Azul: 1° Corrida e caminhada pela saúde!

Confira a cobertura completa do mais recente evento da RFCC de Rio Negrinho!

(página 87)

Resenha da News

Deja Bastos conversa com Everaldo Gaúcho.

(página 71)



Let's Rock! Let's Roll! Conversa com Leonardo Sieves.	08
Gods of rock: Stevie Nicks a fada madrinha do rock and roll!	10
Brutality: A volta de Portnoy ao Dream Theater.	11
Radar Brasil indica Far From Alaska e Pense.	14
Cross Road Time: Sobre Leadbelly e seus anos na prisão.	15
Novos Clássicos apresenta "Death From Above 1979".	17
Lançamentos do mês destaca "Now and Then" dos Beatles.	20
O rock e a psicodelia: Os Novos Baianos e o Cantinho do Vovô.	21
"Só me resta o rock!" exalta Wucan.	22
Hard is Good traz o melhor da moda rock and roll.	26
Crônicas Lupinas: Você já teve MEDO do ROCK?	28
Backstage mostra os bastidores do HELLoween.	32
O underground é isso aí conversa com a banda Profana.	41
Músicas autorais, ego e preconceito.	43
In class traz dicas para bateristas iniciantes.	44
Agenda Cultural: Confira os principais eventos de novembro.	45
Sabor em cada gole: a arte dos coquetéis! Explorando o refrescante e clássico Tom Collins.	50
Road Trip apresenta a Fazenda Evaristo.	51
Radio Waves: Qual é o conteúdo preferido no rádio?	52
Let's fly! Entre um voo e outro! O que são aqueles rastros brancos que alguns aviões deixam no céu?	53
"Rock & Brasa" ensina como fazer farofa de cebola e bacon.	56
Rango and roll: Aprenda como preparar manteiga clarificada.	57

Sumário



Big Clay Blues



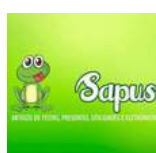
Everaldo Lobo



Alex Rodrigues



Rafael Etelvino





Sumário

Rock Beer: Cerveja é tudo igual!	58
Fora de série: O último grande faroeste!	59
Segurança na internet: Como manter sua família segura on-line!	63
Geek rock club: Battlefield 2042: Um Resurgimento Impressionante no Steam!	64
Punch! Dr. Roger Marcondes aborda a tortura psicológica como o primeiro passo da violência doméstica.	65
Trocando ideias com Dr. Vicente: Os homens e o pensamento mágico!	66
Mundo Pet: A importância da interação entre crianças e animais!	67
Djonisio Castilho: Imagine.	68
Resenha da News conversa com Everaldo Gaúcho.	70
Kick-off analisa as semanas 8 e 9 da NFL.	76
Giro Esportivo destaca os principais acontecimentos do esporte local e nacional.	78
Jeep Clube Rio Negrinho: Rally Solidário 4x2.	80
Velocidade em foco! Jhonas Correa analisa os principais campeonatos automobilísticos.	82
Emoções no Triathlon.	85
Movimento Rosa e Azul: 1º Corrida e caminhada pela saúde!	87
Eliezer Soares: O que é L-carnitina?	93



Alpine Tecnologia



Dr. Vicente Caropreso



Everton Gnewuch



Eliezer Soares



MUNDO ROCK



LET'S ROCK! LET'S ROLL!



O músico Leonardo Sieves é o convidado do Let's Rock! Let's Roll! deste mês. Conheça um pouco da trajetória desse artista que vem se destacando no cenário regional:

Léo: Comecei na música no meu próprio caminho mesmo, apenas depois dos 21 anos que resolvi pegar um violão velho e largado que era da minha irmã e começar a tocar, me apaixonei na hora, aí logo fui tentando cantar e percebi que levava jeito pra coisa, depois já comecei a tocar e cantar pros meus amigos e conquistar uma certa confiança, que me serve ainda hoje toda vez que me apresento.

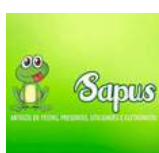
Dr. Roger: Teu acústico vem se destacando como um dos mais atraentes da nossa região, como sente esse reconhecimento e como trabalha o processo de escolha do teu set list?

Léo: Me sinto muito honrado e grato por ver que minha dedicação, meu esforço e claro, o constante apoio dos meus amigos geraram um bom resultado, e quando vou escolher músicas pra minha set list sempre tenho uma condição primordial, a de eu gostar da música que vou tocar, o que transparece toda vez que eu consigo essa conexão com a obra durante uma performance, aí depois disso vou tentando misturar um pouco do velho com o novo e tentando trazer músicas diferentes das que já estão sendo tocadas em outros acústicos.

Dr. Roger: Ainda sobre teu set list, ele é marcado pela influência do indie, gênero com nomes importantes como Arctic Monkeys, Strokes, Cage the Elephant e tantos outros. Como vê a aceitação do público por trabalhar mais focado em um segmento não tão usual e como é a interação da galera mais velha com essas escolhas?

Léo: Em razão do foco ser diferente, acabo atraindo um público diferente do usual, de gente mais jovem em grande parte, que busca um estilo diferente do que vem sendo tocado na maioria dos casos, então inevitavelmente agrada alguns e desagrada outros, é um risco a se correr mas mesmo assim em alguns momentos vai ter alguma daquelas clássicas que todo mundo conhece e ama.

Dr. Roger: Outra marca da tua apresentação é o britpop de bandas como Oasis, Blur e afins. Gênero muito ligado aos anos 90. O indie, por sua vez, tem esse perfil mais atual, porém é originário dos anos 70 e 80. Para aqueles que estão começando a descobrir esses estilos quais músicas ou bandas indicaria?



LET'S ROCK LET'S ROLL

Léo: Oasis e Blur são os reis do Britpop mesmo, muita coisa boa saiu dessa rivalidade, mas pra mim Oasis ainda é a melhor, com seus dois primeiros discos com todas as músicas muito boas, quanto ao Indie Rock, pra mim as melhores são Arctic Monkeys e The Strokes mesmo, mas além desses gigantes existem outras bandas com um excelente repertório como Interpol, Cage The Elephant e Queens of Stone Age, e mesmo essa última não sendo tanto do estilo do Indie Rock, com certeza influenciou muitas bandas dali.

Dr. Roger: Além do acústico também tem trabalhos paralelos com banda. Comente um pouco sobre o teu trabalho como frontman da Regular Sounds?

Léo: Sobre minha banda, fizemos nosso primeiro show oficial em outubro no Beco Complexo do Rock, dia que ficou marcado por todos nós por uma apresentação muito gratificante, que mesmo num dia chuvoso trouxe um grande público que veio nos prestigiar e contagiar com uma energia muito boa, tornando o show em um momento muito especial e memorável.

Dr. Roger: No mais, em nome da rádio agradeço tua disponibilidade em sempre participar dos nossos eventos, como por exemplo o Tributo ao Rock desse ano. Fique a vontade para divulgar teus contatos e sua agenda de shows.

Léo: Queria agradecer a rádio por novamente fornecer oportunidade de dizer algumas palavras e contar um pouco sobre minha história, ao meu público que, sempre fiel, marca presença em todas minhas apresentações, e também agradecer o Rodrigo Lunelli, dono do Beco Complexo do Rock que sempre me deu muitas oportunidades de expressar minha arte. Para quem quiser me acompanhar nas redes sociais para ficar informado sobre shows que virão, podem me seguir no Instagram **@leosieves**, e dia 11 de Novembro estarei fazendo um acústico na cervejaria Montserrat, em Campo Alegre, quem quiser comparecer será mais que bem vindo



Léo Sieves em show acústico no @beco_complexodorock em São Bento do Sul.



Léo foi um dos artistas que se apresentaram no Tributo ao Rock 2023 da web rádio É do Balacobaco (transmitido ao vivo da @loja_mundodorock em Rio Negrinho).

Acesse o instagram @radioedobalacobaco e confira recortes da participação do talentosíssimo @leosieves.

GODS OF ROCK!

Dr. Roger Marcondes Carvalho

Stevie Nicks

A edição de novembro traz não um Deus mas sim uma Deusa, Stephanie Lynn Nicks! Dona de um dos rostos mais lindos do rock and roll e com uma intensa trajetória no mundo da música, completou 75 anos no dia 26 de maio de 2023. Stevie Nicks foi a voz do Fleetwood Mac e passou a ser redescoberta por toda uma nova geração após o sucesso da série Daisy Jones & The Six.



Stevie Nicks, beleza, talento e muita atitude!

Considerada a fada madrinha do rock teve uma vida conturbada (seja por seu relacionamento explosivo com Lindsey Buckingham ou por seu quase vício fatal em drogas e álcool!)

Com uma voz inconfundível e um talento nato para compor, escreveu clássicos como “Dreams” do icônico disco Rumours de 1977, música esta que se tornou a única canção na carreira da banda a conquistar o nº 1 da Billboard nos Estados Unidos.

Com a explosão do Tik Tok diversos hits de décadas passadas voltaram a ficar famosos entre as novas gerações, e “Dreams” foi uma delas, gerando memes e muita atenção para Stevie e o Fleetwood.

Muito mais do que apenas um rosto bonito, Stevie Nicks continua sendo uma das mais populares cantoras do seu tempo. É lembrada por sua voz característica, seu estilo visual místico (onde muitas teorias atribuem a ela ser uma autêntica bruxa) e letras simbólicas que tratam da superação de vícios, momentos de solidão e é claro muita superação.

Stevie Nicks sem nenhuma dúvida é uma das deusas do rock que habitam o panteão da web rádio É do Balacobaco!





BRUTALITY

A volta de Portnoy ao Dream Theater

O Dream Theater é uma das bandas expoentes da vertente do metal chamada prog metal (metal progressivo), que utiliza, com mais peso, os elementos do rock progressivo.

A banda, já detentora de um Grammy Awards (2002) e que desde o início chama a atenção pela qualidade técnica de seus membros, foi formada na década de 1980 por três estudantes da aclamada escola de música Berklee College of Music: John Petrucci (guitarra), John Myung (baixo) e Mike Portnoy (bateria), todos referenciais em seus instrumentos no mundo musical.

Ocorre que, em 2010, após diversas mudanças de integrantes, um dos pilares deixou o grupo: Mike Portnoy. Então, o Dream Theater realizou uma seleção com vários bateristas de renome, o que inclusive foi documentado e está disponível no Youtube com o nome "The Spirit Carries On" (cuidado na busca, pois é o nome título de uma excelente música da banda), foi escolhido o sensacional Mike Mangini.



Mike Portnoy e Mike Mangini

Mangini permaneceu com a banda até outubro/2023, quando foi anunciado o (por muitos celebrado) retorno de Portnoy às baquetas do Dream Theater, notícia que foi muito repercutida no mundo musical. Felizmente, não houve acusações ou coisas do gênero na mudança, mas sim uma demonstração de cavalheirismo, profissionalismo e respeito entre todos.

Assim, com o retorno de um de seus pilares, por certo haverá boas novidades, até porque Mike Portnoy sempre esteve envolvido em todas as etapas da produção musical do Dream Theater, inclusive fazendo várias das letras da banda. Porém, Portnoy terá trabalho, pois Mangini fez um excelente trabalho durante sua passagem, o que demandará umas gotas de suor extras do baterista originário para perfeita execução de suas composições de seu então substituto.



SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS!

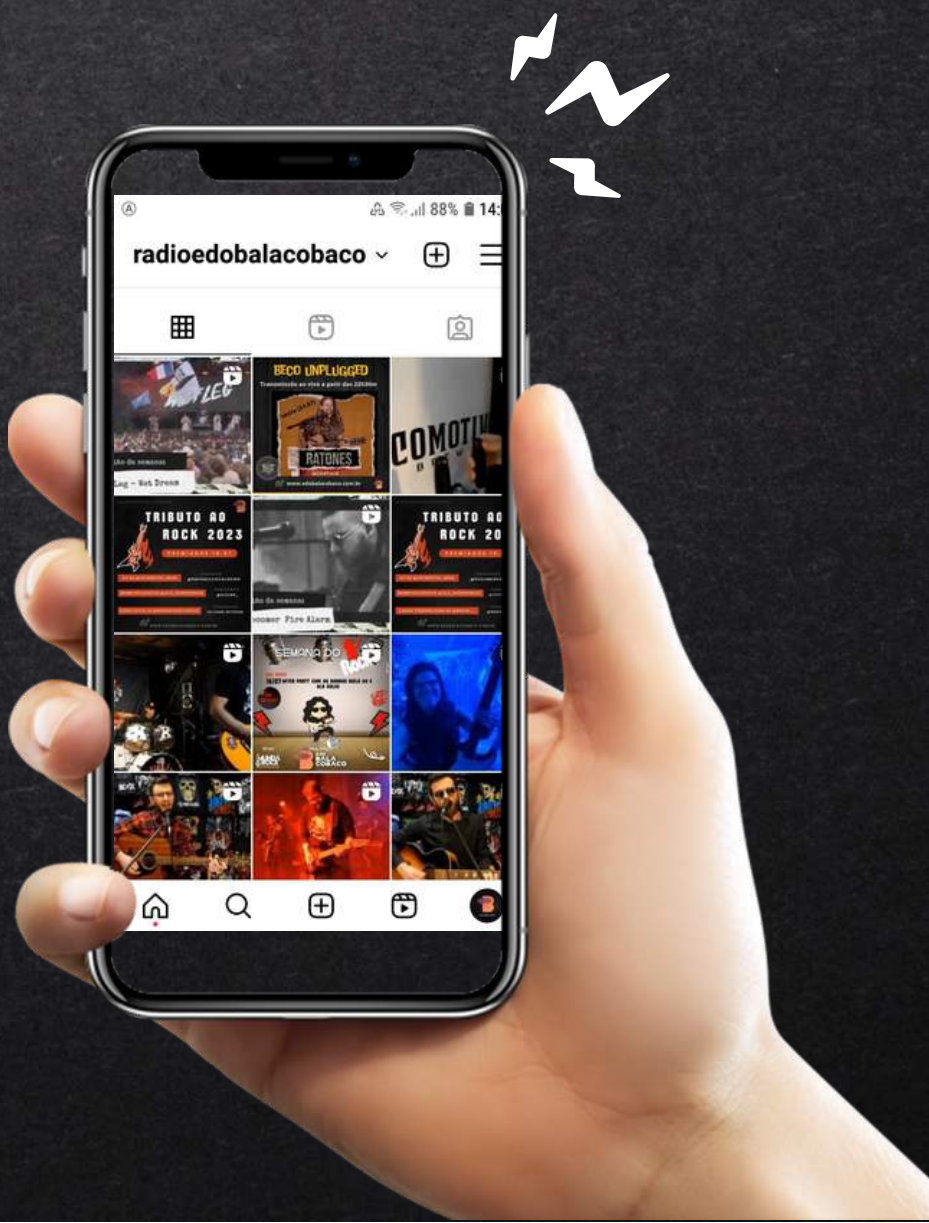
Curtindo nossa página no instagram você recebe todas as informações da sua web rádio preferida!

Ao acompanhar nossas redes sociais você fica atento a nossas promoções, tem acesso a conteúdos exclusivos e participa das nossas transmissões esportivas e culturais.

É do balacobaco, a rádio rock do planalto norte de Santa Catarina!



@RADIOEDOBALACOBACO



ALPINE

TECNOLOGIA

alpine.tec.br

(47) 98466 1577

(47) 98441 1578

ESPECIALIZADOS NA CRIAÇÃO DE SITES E E-COMMERCE, ALÉM DE HOSPEDAGEM WEB PARA E-MAILS CORPORATIVOS E ADMINISTRAÇÃO DE DOMÍNIOS!

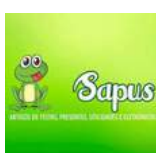


A ALPINE é uma Agência de Desenvolvimento DIGITAL! Trabalhamos em todos os setores do ambiente digital, desde a pesquisa e criação do Domínio (seu nome na internet) e principalmente atuamos no desenvolvimento de Blogs, Páginas Estáticas, Sites Institucionais, E-commerce e outros.

Contamos com profissionais capacitados para gestão e desenvolvimento de conteúdo, tanto para as Mídias Sociais, quanto Blog e Email Marketing.

A gestão de Mídias (facebook, instagram e linkedin) vem se tornando um dos principais pontos de atuação, visto que esse canal de comunicação cresce cada dia mais. Todos os nossos trabalhos visam criar uma identidade específica, de acordo com a necessidade e o desejo do nosso cliente.

Na Alpine Você Imagina e a Gente Cria! Orgulho em ser rio negrinhense!



RADAR BRASIL

Well Rock



Salve rockeiros e roqueiras, Well Rock trazendo só as melhores indicações do novo rock brasileiro. Aqui você encontrará palpites certos para redescobrir o rock nacional e seus novos nomes. Este mês minhas indicações são:



Far From Alaska (Música: Dino vs. Dino)

Far From Alaska foi formada em 2012 em Natal (Rio Grande do Norte), inicialmente criada como um projeto de Cris e Emily para que a última pudesse cantar. O quinteto potiguar baseado em São Paulo tocou em festivais grandes, fez parcerias com outras potências emergentes do rock nacional, foi elogiado por músicos e jornalistas estrangeiros e multiplicou sua população de fãs. Com um pouco mais de 10 anos de estrada é um dos principais nomes do novo rock nacional. Minha primeira sugestão é "Dino vs. Dino" de Far From Alaska!

Pense (Música: Revitalizar)

Pense é uma banda de rock/hardcore de Belo Horizonte (MG) criada em 2007 e formada por nomes bem conhecidos e experientes da cena mineira. Em outubro de 2011 lançaram seu primeiro disco, intitulado Espelho da Alma. O álbum recebeu diversas críticas positivas da mídia especializada, por ser o primeiro trabalho de estúdio da banda e já apresentar grande maturidade sonora e na composição das letras. O grupo tem experimentado ótima recepção da mídia e do público, que tem festejado a banda com resenhas positivas dos shows e bastante intensidade na frente dos palcos. A segunda sugestão deste mês é "Revitalizar".





Sobre Leadbelly e seus anos na prisão

De 1889, Leadbelly foi um dos pioneiros "Country Blues", ele gravou suas músicas mais conhecidas sob a tutela de Alan Lomax, um folclorista da biblioteca do congresso americano que entre os anos 30 e 40 viajava os EUA com um gravador atrás de um Fusca, está aí outra aventura que podemos falar por aqui...

Leadbelly, apesar de fazer muito Blues, teve uma abordagem muito mais ampla na música estadunidense, transitando desde os worksongs, baladas, spirituals, folk, country e praticamente todas as vertentes da música popular da época.

Sua música era particular e cheia de personalidade, Leadbelly influenciou muitos artistas, entre os mais notáveis eu diria que foi Kurt Cobain, um exemplo disso é a canção "Where Did You Sleep Last Night" que é uma regravação da música "Black Girl" também conhecida como "In the Pines" lá do início de século passado, que por sua vez, Leadbelly teve a influência de uma velha canção dos nativos apalaches que era entoada em meados de 1850.

Na gravação lendário unplugged de 1993 MTV do Nirvana, onde Kurt deixa de lado as suas distorções e power cords para fazer um som mais cru, ao estilo de Leadbelly, trazendo

aquela pegada baseada nos acordes cheios de violão e um vocal bastante expressivo, com efeitos de vibrato fazendo uma das melhores versões de "Where Did You Sleep Last Night" da banda.

Porém seu apelido Lead (Chumbo) Belly (Barriga), traz muitos outros motivos que Kurt Cobain adorava o velho contador de histórias, que ganhou esse apelido por ter levado alguns tiros na barriga e continuar vivo e há quem diga sair andando, tanto o grunge ou o pioneiro do country Blues tiveram uma vida de gênio indomável, marcada por prisão, álcool e mulheres.

O temperamento volátil de Leadbelly algumas vezes o colocou em problemas com a lei. Em 1915, ele foi sentenciado a passar um tempo na Harrison County Jail por carregar uma arma, prisão da qual escapou, encontrando trabalho no condado de Bowie com o nome falso de "Walter Boyd".



Leadbelly teve diversas passagens pela polícia.





Em janeiro de 1918, ele foi preso pela segunda vez, desta vez por ter matado um parente, Will Stafford, em uma briga por causa de uma mulher. Em 1918, ele foi preso em Sugar Land, no Texas, onde, provavelmente, aprendeu a música "Midnight Special" que conta uma lenda local sobre um trem que libertaria os presidiários, essa canção por sua vez foi immortalizada pelo Creedence Clearwater Revival.

Em 1925, ele foi perdoado e solto, tendo servido por sete anos, o mínimo de sua sentença de 35 anos, depois de ter escrito uma canção apelando ao governador Pat Morris Neff para a sua liberdade. Lead Belly influenciou a decisão de Neff apelando para sua forte fé religiosa, em combinação com seu bom comportamento (incluindo entreter os guardas e os outros prisioneiros tocando violão).

Em 1930, Leadbelly foi preso novamente, após um julgamento em Louisiana, com a alegação de tentativa de homicídio - ele tinha esfaqueado um homem branco em uma briga o que naquela época havia um peso bem maior devido as Jim Crown Laws (Leis de segregação racial que vigoraram nos EUA até 1960) que já falamos por aqui. Três anos depois, em 1933, ele foi "descoberto" por John Lomax e seu filho Alan Lomax durante uma visita à Angola Prison Farm.

Muito impressionados pela voz de Leadbelly e seu imenso repertório, eles fizeram gravações em discos de alumínio para a Biblioteca do Congresso, mais tarde retornaram com um equipamento novo e melhor em julho de 1934, e gravaram centenas de suas músicas. Em primeiro de agosto, Leadbelly foi solto (novamente tendo servido quase toda a sua pena mínima) desta vez, depois de Lomax ter feito uma petição ao governador de Louisiana, Oscar K. Allen, pela soltura urgente de Leadbelly, a petição estava no outro lado de uma gravação da música "Goodnight Irene", de Lead Belly.

Tendo no mínimo 40% de sua vida na prisão, Leadbelly teve muito tempo para se dedicar a música, sabia tocar violão de 12 cordas, piano, bandolim, gaita de boca (harmônica), violino, concertina e acordeão. Em algumas de suas gravações, assim como em uma de suas versões da balada folk "John Hardy", ele toca acordeão em vez de violão. Em outras gravações ele apenas canta batendo palmas e batendo os pés. Seu imenso círculo social underground e o tempo para contar e ouvir histórias deixavam seu repertório muito rico com músicas que iam do gospel, Blues sobre mulheres, bebida, temas sociais e racismo, músicas folk sobre cowboys, prisão, trabalho, marinheiros, colheita e dança, também escreveu canções sobre atualidades da época como o presidente Franklin Roosevelt, Adolf Hitler, Jean Harlow, The Scottsboro Boys, e Howard Hughes.



Prisão nos EUA onde Leadbelly passou boa parte da vida.



NOVOS CLÁSSICOS

Toda semana postamos em nosso site (www.edobalacobaco.com.br) cinco dicas pra você fã da boa música!

São clássicos e novidades de todas as vertentes do rock and roll que rolam diariamente em nossa programação.

A sugestão desse mês é "Trainwreck 1979" do Death From Above 1979, mais uma dupla canadense do novo rock!

Formada por Jesse F. Keeler no baixo e sintetizador e Sebastien Grainger nos vocais e na bateria, tem como característica uma mistura de música pesada e dançante.

Cruzando elementos da eletrônica com a crueza do punk rock, Sebastien e Jesse encontraram a base para o debut *You're a Woman, I'm a Machine*, um dos álbuns mais intensos de 2004.

A boa recepção da crítica aos seus discos os levou a uma extensa turnê, inclusive excursionando com o Queens of the Stone Age.

Vale a pena conferir!





**NÃO DEIXE
O ROCK
SAIR DE
VOCÊ!**



WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR



TODOS OS ESTILOS EM UM SÓ LUGAR

LANÇAMENTO

BODY
PIERCING

LANÇAMENTOS!



NOW AND THEN" REÚNE OS
BEATLES COM USO DE INTELIGÊNCIA
ARTIFICIAL

Criada através de IA "Now and Then" teve como base uma demo de baixa qualidade deixada por Lennon e que parecia impossível de ser reutilizada. O novo single já está disponível nas plataformas digitais e conseguiu reunir a formação original da banda (inclusive com John Lennon e George Harrison que morreram respectivamente em 1980 e em 2001).

Chamada de a "última música" dos Beatles, o clipe de Now and Then já está disponível no YouTube e reúne John Lennon, Paul McCartney, George Harrison e Ringo Starr também por meio de Inteligência Artificial.

JUDAS PRIEST - PANIC ATTACK

As lendas britânicas do heavy metal Judas Priest lançaram seu novo single "Panic Attack". A faixa integrará o próximo álbum de estúdio da banda "Invincible Shield", com previsão de lançamento para março de 2024.

O décimo nono disco de inéditas da banda chegará ao público por meio da Epic/Sony e encerrará um hiato de seis anos sem material inédito (o trabalho mais recente era "Firepower" de 2018).

A produção é assinada por Andy Sneap, que atua também como guitarrista do grupo em turnês. A formação é complementada por Rob Halford (voz), Richie Faulkner (guitarra), Ian Hill (baixo) e Scott Travis (bateria).



O ROCK E A PSICODELIA



@chriis_hacke

Os Novos Baianos e o Cantinho do Vovô

Fala galera! Na última edição falamos um pouco sobre o álbum *Acabou Chorare* e o início de carreira dos Novos Baianos, grupo que teve seu auge entre os anos de 1969 e 1979, revolucionando a psicanalítica brasileira. Hoje, o tema é o Cantinho do Vovô, sítio onde os artistas e alguns amigos viveram em comunidade entre os anos de 1971 e 1975.

Logo no portão do sítio, localizado em Jacarepaguá (RJ), uma bandeira do Brasil havia sido pintada com a frase 'Cantinho do Vovô' ao invés do tradicional Ordem e Progresso. O local serviu como espécie de reduto neo-socialista em um período onde a Ditadura Militar censurava e exilava artistas que se opunham ao regime.

Além dos integrantes do Novos Baianos, viviam naquele reduto artistas da banda A Cor do Som, motorista, empresário, esposas, crianças e outros agregados, como um argentino e um índio boliviano. Também, recebiam frequentes visitas de amigos, como Caetano Veloso, Gilberto Gil, Tom Zé e etc.

Conforme Galvão, autor do livro *Anos 70: Novos e Baianos* (1977), o sistema de gerenciamento do sítio era bem dividido. Alguns se responsabilizavam pela cozinha e lavanderia, outros pelos instrumentos musicais, pelo sagrado futebol e etc. Logo na porta da cozinha havia um saco chamado de mocó, onde depositavam um dinheiro para servir de uso comunitário. "Somos crianças brincando de casinha", disse, certa vez, Baby Consuelo.

O modo de vida era tão diferente que excursões escolares chegaram a visitar o sítio para conhecer o sistema. Além dos alunos, quem visitava regularmente o local era a polícia, que era chamada para averiguar a posse de drogas (a quais diziam os artistas ser utilizada para se livrar das ideias opressoras), ou simplesmente abordavam os moradores por serem demasiadamente cabeludos.

O dia a dia era marcado pelos afazeres do cotidiano, como as refeições, e por crianças brincando soltas no quintal.

Além das rodas de ensaio, onde surgiu o álbum *Acabou Chorare* (1972), havia a prática do futebol, inclusive com torneios. A maior rivalidade era o time de Ipanema, que tinha Evandro Mesquita (Blitz) e Vinícius Cantuária (O Terço) na meiuca. O 'profissionalismo' era tanto que chegaram a criar o Novos Baianos Futebol Clube, nome utilizado no álbum de 1973 da banda.

A espécie de comunidade hippie deixou o sítio após cinco anos e se mudou para São Paulo, vivendo no mesmo esquema em um casarão no Pacaembu. Atualmente, é possível alugar o hoje chamado Sítio Sominho pelo próprio site do espaço, seja para festas ou hospedagem. Apesar de não ter mais os ares rústicos dos anos 1970, a propriedade possui vista para as mesmas montanhas e agora está equipada com piscina, churrasqueira e um campinho de futebol de verdade.

As informações deste artigo foram extraídas do Almanaque Brasil, publicadas no dia 25 de julho de 2018.

A renovação do rock sempre dependeu do vigor de novos nomes, bandas formadas geralmente de forma despreziosa e que acabaram tomando proporções inesperadas. Entre aquelas que atualmente mais chamam minha atenção está a germânica Wucan. Banda que tem como líder a multi-instrumentista e talentosíssima Francis Tobolsky, que ao meu ver é um dos melhores (se não o melhor) talento de sua geração. Dona de uma presença de palco única, uma voz marcante e com habilidades para tocar com maestria desde guitarra até flauta.

Vindo de Dresden, Alemanha, os Wucan são ideia de Francis que (de acordo com a Wikipedia) postou um anúncio de desejo em uma revista



Wucan tem como característica um som forte e envolvente!



Francis Tobolsky multi-instrumentista e bandleader do Wucan.

estudantil em 2011 com a manchete “Procuram-se irmãos do Blues”. Isso é significativo porque, entre outras coisas, sua música parece definitivamente baseada no blues, pelo menos filtrada pelo blues-rock. Outros sons que são evidentes em suas músicas são o metal estilo anos 80 e folk-rock dos anos 70. Como Tobolsky toca flauta em um estilo ofegante, à lá Ian Anderson, há evidentes comparações constantes com Jethro Tull.

Extremamente criativa e com músicos incríveis, torna-se óbvio que são artistas atuais, multifacetados e que entregam riffs psicodélicos,

com estruturas musicais progressivas e com elementos do folk. Definitivamente Wucan não teme nem as melodias suaves, nem o ritmo mais forte.

Falando em força é exatamente o som da banda que inspira a superação dos problemas diários e da necessidade de extravasar através de boa música. Em referência ao nome desta coluna, são momentos como este que nos fazem ver que “Só me resta o rock!”.



Vindo de Dresden (Alemanha) Wucan é uma mistura de rock clássico com psicodelia e metal.

SÓ ME RESTA O ROCK!

No geral, Wucan oferece um som mais direto e pesado, com faixas hard da década de 1970 muito modernas e ricas em flauta, como "Kill the King" ou mais sabáticas como "Don't Break the Oath", sem falar no vocal em alemão na pesadíssima "Fette Deutsche" e em "The Rat Catcher" que muitos consideram ser influenciada por Jethro Tull devido a presença marcante da flauta.

Por fim, é perceptível que a vibração do Wucan está alinhada com algumas bandas de rock pagão, embora eles não pareçam defender isso externamente. Há uma vaga vibração hippie, mas há também a clara influência do metal. Em resumo um som único!

Como sugestão indico "Wucan - Full Performance (Proberaum Sessions)" disponível no YouTube. Um material muito legal que demonstra a apresentação energética e a vibe positiva da banda.

Wucan é hoje "a melhor banda de todos os tempos da última semana"!



Francis Tobolsky é a personificação do termo "rockstar". Talentosa, carismática e agressiva domina o palco com maestria e naturalidade.



Wucan é formada por Francis Tobolsky (flauta, guitarra base e voz), Tim George (guitarra solo), Patrik Dröge (baixo) e Leo Vaessen (bateria).

Dr. Roger Marcondes Carvalho



DEM SER FELIZ COM A GENTE!

MUITO MAIS MÚSICA, MUITO
MAIS ROCK AND ROLL!

24 HORAS NO AR

WWW.EDOBALACOBACO.OCM.BR

BAR DO GALO

AOS DOMINGOS

Frango Assado

RECHEADO
COM FAROFA

SERVIMOS TAMBÉM
PORÇÃO DE MAIONESE



FAÇA SUA ENCOMENDA

98400-0640



LANCHES

pedidos10

DE TERÇA A DOMINGO A PARTIR DAS 17h

ACOMPANHE NOSSAS REDES SOCIAIS
E CONFIRA NOSSAS PROMOÇÕES

@bardogalorionegrinho

QUIRERA COM DEFUMADOS
TAINHA RECHEADA
SOPA DE BUCHO
E MUITO MAIS!

Rua Adolfo Olsen, 582, Cruzeiro, Rio Negrinho.SC



Débora Dziedicz

HARD IS GOOD!

Olá Roqueiros,

“Now And Then” a nova música dos Beatles acaba de ser lançada e com ela as mais doces lembranças dos quatro garotos de Liverpool. Talvez muitos não conheçam, até pela escassez de imagens, mas os Beatles já ditaram muita moda no Rock durante sua trajetória. Os meninos já tiveram um estilo rebelde antes da fama. Ele foi inspirado pelo filme “Juventude Transviada”.



Visual Boy Band com os cabelos tigela, e ternos pretos.



Jaqueta de couro, camiseta, calça jeans justa e botas sem meia eram o uniforme dos Beatles no final dos anos 50, quando ainda eram apenas uma banda desconhecida.

No entanto tudo mudou após serem “descobertos”. Com isso sai o estilo rebelde e vem os cabelos tigela, no início dos anos 60 e com ele ternos pretos e gravatas todos iguais. O visual Boy Band, foi tendência em outras bandas que vieram depois, não necessariamente com roupas iguais, porém todos vestidos iguais.

Mas os meninos queriam mais. Eles queriam algo diferente e inspirados por um modelo criado por Pierre Cardin, surgiram os históricos ternos cinza. Os blazers sem gola eram completados com uma gravata mais fina que os modelos tradicionais.

HARD IS GOOD!

@deby_dz



Pierre Cardin foi o criador dos históricos ternos cinza com blazers sem gola.

Foi neste exato momento que a banda conseguiu inovar dentro do estilo usado e passou a ser vista com mais atenção dentro do mundo da moda.

Com a chegada do álbum "Rubber Soul", veio uma verdadeira revolução no estilo dos Beatles, eles deixam de se vestir iguais, e passam a mostrar um pouco mais da individualidade de cada um. Apesar de não serem roupas similares já tinham cores diferentes escolhidas por cada um. Camisas com gola alta, blazers descoordenados, blusas de veludo, botas, passam a definir o estilo dos quatro, trazendo mais identidade a cada um deles.



Rubber Soul é o sexto álbum lançado pelo grupo. É citado por muitos críticos como o disco em que os Beatles começaram a tornar seu som mais eclético e sofisticado. O que também refletiu na forma em que se vestiam.

Apenas dois anos depois, em 1967, já seguindo um movimento de contracultura, os Beatles aderiram de vez ao psicodelismo, trazendo um estilo inovador. Agora entram os visuais com cores gritantes, brilhantes, mas ao mesmo tempo, com inspirações em uniformes militares.



Roupas criadas para o álbum Sgt Peppers.

Entretanto isso não passou perto do que o período sabático deles na Índia traria. Fascinados com a cultura local, eles adotaram batas, pantalonas, coletes artesanais entre outras roupas que vieram a ser peças fundamentais no movimento hippie.

Finalmente chega a fase final, marcado pelo disco "Abbey Road", a própria capa do álbum traz os quatro adotando estilos próprios, do mais sóbrio ao mais despojado. Entre elas calças "boca de sino", que se tornou um legado ao mundo da moda que os Beatles deixaram para todos nós.

Não deixe de conferir as próximas matérias. Um abraço, até a próxima!



@everaldolobo

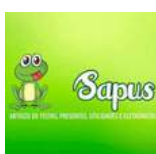


Você já teve MEDO do ROCK?

Olá caros leitores e leitoras da É DO BALACOBACO e da minha coluna mensal CRÔNICAS LUPINAS. Imbuído do melhor espírito do HALLOWEEN, assistindo A QUEDA DA CASA DE USHER, na NETFLIX, não pude me furtar a pensar: O ROCK, em algum momento, lhe assustou? Evidentemente, já estava pensando no nosso encontro mensal.

Lembro-me da primeira excursão do KISS aqui em terras tupiniquins. Os jornais televisivos falavam sobre os supostos pintinhos que a banda pediu para pisotear no palco nos meios dos shows. Tal absurdo nunca se confirmou, mas bastou pra me deixar um tanto apavorado, sendo eu ainda um tanto carola, religiosamente falando, na pré-adolescência. Mal sabia eu que as letras românticas da banda de Hard Rock soavam como a atual sofrência sertaneja. Que perda de energia. Havia um mal maior: O sensacionalismo midiático. Injusto não citar OZZY OSBOURNE com sua degustação de morcegos em plena apresentação. Este sim deveria ser coisa do cramunhão sanguinolento. Mas quer saber? Que nada! Há pouco tempo eu li numa entrevista que ele achava que o mamífero voador era de plástico. Droga! Uma bela lorota de quase quarenta anos. Terror com humor? TERRIR!

E quanto às canções? Nenhuma, pelo que lembre, me fez perder o sono, mas algumas, por certo, me impressionaram com sua força sombria, assim por dizer. Já ouviram THE KILLING MOON da espetacular banda inglesa ECHO and THE BUNNYMAN? Com um letra que diz que A LUA MORTAL VIRÁ MUITO CEDO, era impossível não usar numa cena de um conto de terror. E foi exatamente o que fiz numa montagem no Campus da Universidade Tuiuti do Paraná. Era uma apresentação acadêmica do Conto de Edgar Allan Poe que inspirou a série citada no início deste texto. Ramones, com sua contagiante PET CEMETARY é citação evidente, assim como o EDDIE do IRON MAIDEN dava calafrios em suas aparições. E o que dizer de EXORCISM (Irônico, não?) do KILLING JOKE? O peculiar JAZ COLEMAN chega a pigarrear durante a gravação. E já que o assunto é esse, ouvir o álbum de Hard Industrial PANDEMONIUM da banda é psicotécnico de psicopatologia. Depois da audição, se alguém ainda permanecer sereno, um show de ENYA de graça para o miserável.





@everaldolobo



Encerro estas mal téticas linhas recomendando que também se beba MAN OR ASTRO-MAN (Parecem saídos de um filme de ROGER CORMAN em plena invasão alienígena), coma ROB ZOMBIE (Diga-se de passagem, também um interessante diretor de filmes de terror) e cheire a clássica SYMPATHY FOR THE DEVIL, dos ROLLING STONES que, aliás, estão lançando álbum novo. E não, não tema. Não são zumbis de JAGGER e do KEITH RICHARDS.

OBS: O parágrafo final foi uma paráfrase de CHICO BUARQUE. Quem conhece, sabe. E o nosso grande poeta e escritor não tem nada a ver com HALLOWEEN (A não ser quando canta, claro). Abraços!



Jaz Coleman, do Killing Joke.

Coleman é conhecido por sua voz rouca de barítono única e intensa presença de palco. A maior parte das pessoas que aprecia o rock oitentista ou que gosta do vasto universo pós-punk certamente tem pelo menos um disco do Killing Joke dentre os seus favoritos. Ao longo do tempo, o trabalho de Coleman no Killing Joke evidenciou o apreço e o conhecimento do músico por temas como ocultismo e magia.



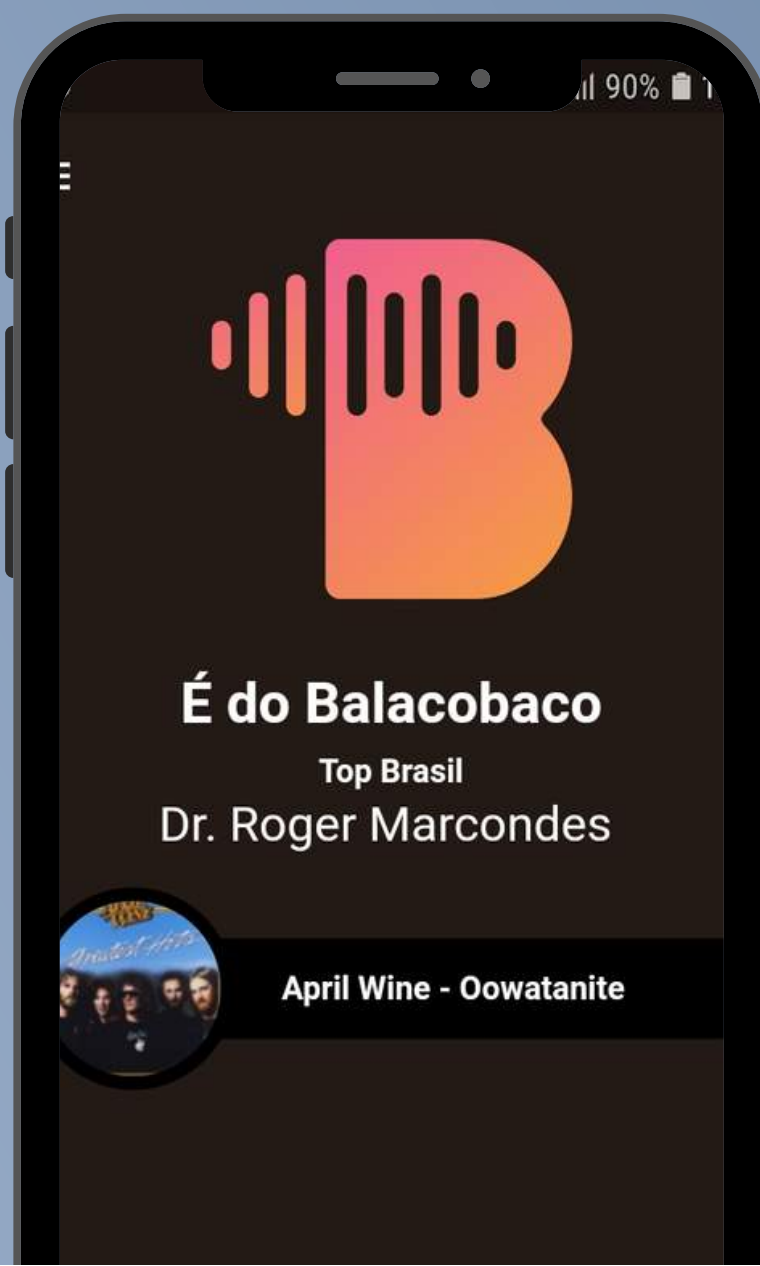
BAIXE NOSSO APP

Quer ouvir nossa web rádio em qualquer lugar do mundo?

Baixe nosso aplicativo e tenha acesso exclusivo a notícias, entretenimento, esportes e muito rock and roll!

O app é gratuito e está disponível para android e IOS.

[HTTPS://PLAY.GOOGLE.COM/STORE/APPS/DETAILS?ID=BR.COM.RADIOSAPP5.DOBALACOBACO](https://play.google.com/store/apps/details?id=BR.COM.RADIOSAPP5.DOBALACOBACO)



VEM AÍ...

A MAIOR PREMIAÇÃO DO ROCK AND ROLL REGIONAL



MELHORES DO ANO

2023

edobalacobaco



É DO BALACOBACO, A RÁDIO ROCK
DO PLANALTO NORTE DE SC!

HELLOWEEN SUCESSO DE PÚBLICO E CRÍTICA!

Nesta edição do *Backstage* compartilhamos um pouco do que rolou no HELLoween idealizado pelo empresário Rodrigo Lunelli. Um evento que vem se firmando como uma das melhores festas temáticas do rock and roll catarinense!

O Beco, já renomado pelas atrações que traz a São Bento do Sul e região, apresentou no dia 04/11 um *line up* formado pela “Mein Teil” banda curitibana que dedica seu repertório a um tributo do Rammstein e a “Wakeup Soad”, também de Curitiba, porém com um tributo voltado ao System of a Down.

Entre o entusiasmo e a perplexidade da criatividade e dedicação do público para com seus trajes conversamos com os músicos que se apresentaram. Entre eles Markos Franzmann, baterista da Wakeup Soad que compartilhou a experiência de se tocar no HELLoween:

Dr. Roger: Sábado foi a estreia da banda em São Bento do Sul e de passagem com a casa completamente lotada, como foi para vocês se apresentar no Beco?

Markos: Por já ter tocado no Beco em outras oportunidades com os meus outros tributos a Rammstein e Slipknot, já conhecia a casa e o potencial do seu público. É sempre um prazer tocar em São Bento, temos grandes amigos na cidade e o Beco serviu para reforçarmos ainda mais os laços com essa galera.

BACKSTAGE

HELLoween do Beco o Complexo do Rock vem fazendo história não só pela qualidade das bandas que se apresentam mas também pelo envolvimento do público que investe em caracterizações dignas de produções hollywoodianas!

Confira ao fim da matéria alguns registros do fotógrafo @tomcajaty, referência na fotografia de shows e eventos e que sempre está presente no @beco_complexodorock.





BACKSTAGE

Rodrigo Lunelli idealizador do Beco o Complexo do Rock.

Dr. Roger: A interação e receptividade do público ao evento e a Wakeup Soad era nítido. Qual música vocês acham que a galera mais curtiu no show?

Markos: Eu citaria duas músicas nesse caso, Chop Suey e B.Y.O.B. Chop Suey foi cantada do começo ao fim com muita intensidade, por ser uma música agitada porém com um refrão muito marcante. B.Y.O.B é aquele momento do show onde a gente sabe que o mosh rola solto, a galera entrega a alma nessa música.

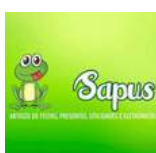
Allan Gaspar, vocalista da Mein Teil, banda curitibana que como dito dedica seu repertório a um cover sensacional da Rammstein, também compartilhou a experiência de se apresentar no HELLoween:

Dr. Roger: Vocês já se apresentaram outras vezes em São Bento, conversando com o Lunelli ele nos confidenciou que esse foi o maior show da casa. Como se sentem sabendo disso?

Allan: Nós sentimos Honrados e realizados, a questão não é apenas o evento estar cheio, com bastante público, mas a energia desse público, foi insano, era um arrepio na alma atrás do outro.

Dr. Roger: Ainda sobre o público, conseguem perceber alguma diferença comparado a outros? A galera do Beco vem junto no show?

Allan: Vem junto?! (risos) O público quem deu o show, a galera canta junto, aplaude, grita, mosh, dava pra ver o sorriso no olhar de cada um(a). O público nos deu um gás incrível!





Wakeup Soad no palco do Beco.

BACKSTAGE

“Gostaria de agradecer primeiramente ao Rodrigo e toda equipe do Beco pela recepção que, como de costume, sempre é muito calorosa. Agradecer a galera da É do Balacobaco “a melhor rádio rock do planalto norte” pela cobertura e principalmente ao público que curtiu nosso show e a oportunidade de participar do maior HELLoween da história. Não vemos a hora de voltar a tocar no Beco pra essa galera maravilhosa.” - MarKos Franzmann

“Beco Complexo do Rock se tornou nossa casa em São Bento do Sul e Santa Catarina, somos tratados com respeito, com carinho, com atenção e somos até mimados, poxa, o Rodrigo é um amigo nosso, não mede esforços para nós dar toda infraestrutura e para nós agradar. Não só ele, mas cada funcionário do Bar, não vi um de cara feia ou de cansaço, sempre com um sorriso no rosto e isso cativa. Sempre um prazer enorme tocar no Beco, já estamos com saudades.” - Allan Gaspar



Allan Gaspar, vocalista da Mein Teil.



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



Créditos: @tomcajaty





41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



41

TRA 400



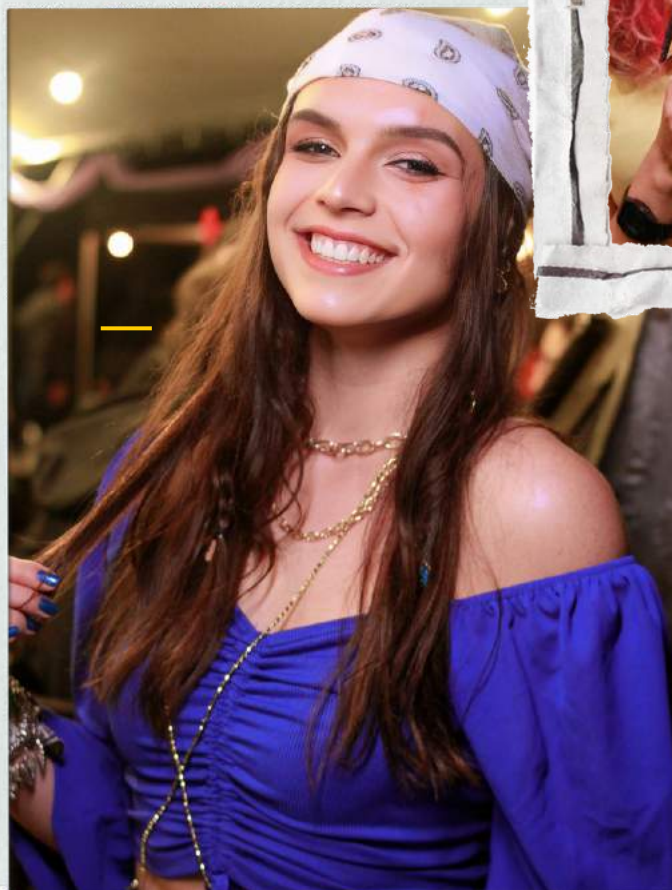
41

TRA 400



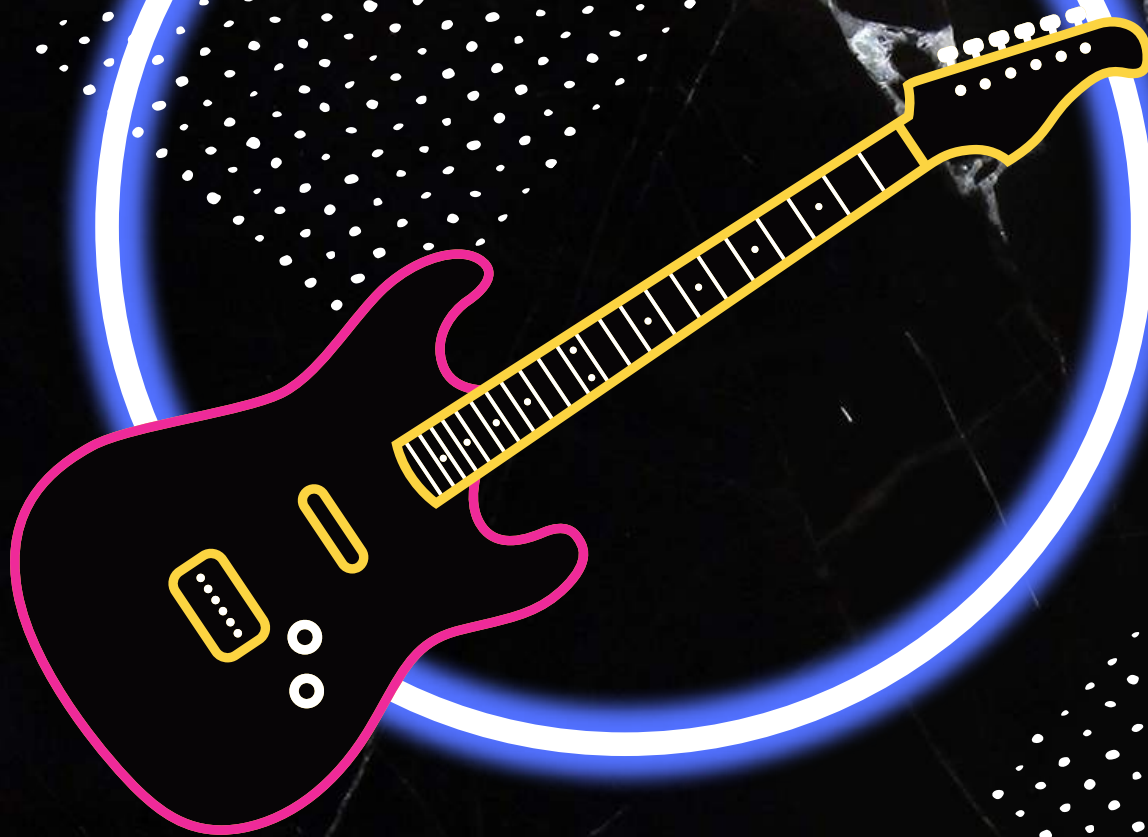
41

TRA 400



Créditos: @tomcajaty





É DO BALACOBACO:
ROCK

EM TODAS AS SUAS VERTENTES!

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR

SEJA VOCÊ TAMBÉM UM

APOIADOR

da web rádio É do Balacobaco



ANUNCIE AQUI!

O underground é isso aí!



Nessa edição iremos conhecer a banda Profana uma representante do Heavy Metal Clássico e em português, Power Trio composto por Jeve de Lima (baixista, vocalista e principal compositor), Thiago Bublitz (guitarra) e Alex Rodrigues (bateria), que juntos fazem o que a escola do metal pede, um som energético, visceral e como o nome já diz Profano.

A Profana teve início em 2011 quando o Jeve, que resolveu convidar seus amigos para compor o projeto, inicialmente a banda era um quarteto e com o passar do tempo e mudanças na formação à banda decidiu seguir como um trio e assim começaram a compor suas primeiras músicas, com um enfoque conceitual,

voltado para o heavy metal, tendo como suas principais influências as bandas nacionais e internacionais dos anos 80, época de grande efervescência do estilo no país e no mundo, graças a NWOBHM (New Wave Of British Heavy Metal), que lançou grandes bandas que até hoje estão no cenário nacional e internacional. Já a parte lírica permeia temas como a influência da religião na sociedade e as guerras causadas por essa grande influência, tudo isso envolto com elementos de misticismo, a escolha de compor em português se deve ao fato de a banda considerar os temas muito complexos e assim tornando-os mais acessíveis ao público, pois conseguem compreender o que a banda está querendo falar, fazendo disso um diferencial.

Devido às mudanças de formação, eles tiveram dificuldade em gravar suas músicas, que já estavam sendo executadas em público a um bom tempo e sendo sempre bem aceitas, pois as apresentações ao vivo são sempre destruidoras e viscerais, o que agrada muito aos fanáticos por Heavy Metal.



Profana em show realizado no Beco o Complexo do Rock em São Bento do Sul.



@fabiotschoekebnp3

O underground é isso aí!

Agora com o trio fechado e consolidado estão na fase final de produção de seu primeiro registro em estúdio, com os instrumentos e vozes já gravadas agora estão em fase de mixagem e masterização, todo esse trabalho está mais uma vez a cargo da Marmota Record's sobre os comandos de Daniel Stiegler. Assim que tudo estiver pronto a banda vai lançar o material de forma física em formato de CD para os colecionadores e também promete lançar nas plataformas digitais.

Você pode encontrar material da banda ao vivo no YouTube, FaceBook e Instagram onde conseguirá acompanhar a agenda e conferir ao vivo essa grande representante do Heavy Metal Rio Negrinho.



Entre os conteúdos disponibilizados pela banda está a íntegra de um show gravado no Magos Bar.

Destaque também para as músicas Fumaça Branca, Profana e Refém do Pecado. Todas do álbum autointitulado "Profana" com lançamento previsto para o dia 18/11 no Metal Militia.

Redes sociais da Profana:

Instagram

https://instagram.com/profana_heavy_oficial?igshid=OGQ5ZDc2ODk2ZA==

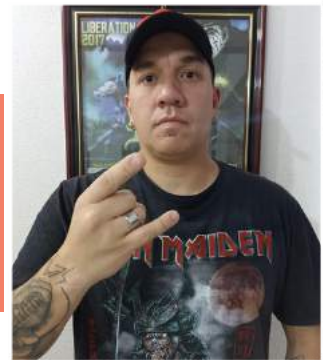
YouTube

<https://www.youtube.com/watch?v=5dMezZtXGC4>



MÚSICAS AUTORAIS, EGO E PRECONCEITO.

@mamutemetal



O roqueiro por vezes é preconceituoso quando o tema é banda autoral, o chamado som próprio. Já notei muitas pessoas assistindo ao show de uma banda tributo e quando o vocalista anuncia que tocarão um som próprio a pista rapidamente esvazia.

A pergunta que sempre fica é: Por que isso acontece? E eu respondo: porque temos medo do novo.

Quando escutamos algo que conhecemos nos deleitamos em nossa zona de conforto. Curtimos aquele som e isso faz sentido total. Afinal, foi para isso que saímos de casa. Esquecemos que todas as músicas que curtimos são autorais e algumas nem gostamos na primeira vez. É aquele sentimento que antecede o álbum novo da banda que somos fã.

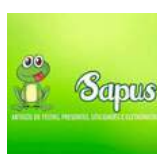
O que proponho é simples:

- Quando assistir ao show de uma banda tributo não vá ao banheiro ao anunciarem uma música própria.
- Ao final do show converse com os músicos e seja sincero sobre o que achou da música deles.

Dê sua opinião e, se não gostou do som, não seja grosseiro ao ponto de desestimular a criação de novas músicas.

Essas atitudes simples podem nos presentear com músicas que lembraremos do dia em que eram apenas músicas próprias de uma banda cover.

Sugestão do autor: "Canção do homem Morto" da banda autoral Fantasmas do Velho Oeste de Campo Largo (PR). Disponível no Spotify ou nas redes sociais da @fantasmasdovelhooeste.



IN CLASS

@felipeszabunia
@imfszabuniaoficial



Se você é um baterista iniciante, não há dúvida que escolheu o melhor instrumento musical! A bateria é um instrumento extremamente importante porque encontra seu lar em todos os estilos de música. Outros músicos dependem do baterista para manter o ritmo e manter todos juntos no ritmo da batida.

Sejamos honestos. Nenhum outro instrumento é tão divertido quanto tocar bateria. É muito divertido explorar e experimentar uma ampla gama de sons em uma bateria e combiná-los com todos os diferentes tipos de ritmos.

Neste artigo, compartilharei minhas principais dicas para bateristas iniciantes para ajudá-lo a encontrar o rumo mais rápido e desenvolver bons hábitos desde o início. É essencial evitar as armadilhas comuns e os assassinos do progresso desde o início. Então vamos direto ao assunto!

1- *Certifique-se de que sua bateria seja confortável de tocar.* A configuração adequada do kit de bateria é um aspecto muito esquecido da bateria. A maioria dos bateristas iniciantes tende a construir suas baterias de qualquer maneira que pareça remotamente aceitável. A realidade é que a maioria dos bateristas iniciantes configuram mal seus sets. É essencial certificar-se de que todos os tambores e pratos são facilmente acessíveis. Vire o rack toms em sua direção e a caixa deve ficar confortavelmente entre suas pernas, um pouco acima da altura do joelho. Passe algum tempo pesquisando conjuntos de bateria e veja como seus bateristas favoritos configuram seus conjuntos. Ter uma bateria configurada corretamente permitirá que você toque no seu melhor – puro e simples.

2 - *Sente-se com a postura correta de tocar bateria.* Enquanto estamos no tópico de tocar uma bateria construída corretamente, uma das minhas dicas mais importantes para bateristas iniciantes é aprender a sentar-se com a postura correta de tocar bateria. Tocar bateria com forma e postura corretas evita o risco de lesões, ao mesmo tempo que oferece uma experiência de tocar mais relaxada e agradável. Defina o trono do seu tambor na altura certa. Como um guia, tente ter suas coxas ligeiramente inclinadas para baixo em direção aos joelhos. Essa altura manterá uma posição saudável para sua coluna e parte inferior das costas. Posicione o suporte do chimbal e o pedal do bombo onde os pés caem naturalmente, com um ângulo de 45 graus entre as pernas.

Nas próximas edições apresentarei mais dicas como estas. Fique atento!

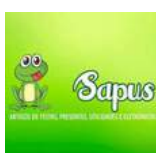




Dia 18.11 se apresenta no @becoocomplexodorock direto de SP a @therhcxperience eleita o melhor cover brasileiro do Red Hot. nasceu da seleção dos melhores e únicos músicos no mundo capazes de reproduzir todos os detalhes e nuances dos shows do RHCP em sua integralidade. A banda contém integrantes com experiência de décadas de estrada em turnês nacionais e internacionais, somando mais de 20 países e 100 cidades, além de mais de 20 anos de estudo sobre os Peppers. Abertura por conta dos brothers da @projeto23_band, tocando clássicos do Rock N' Roll e Heavy Metal, passando por AC/DC até Megadeath e Ozzy. Ingressos antecipados já estão disponíveis para venda no Beco ou on line.

AGENDA CULTURAL

Dia 11/11 o Magos bar vai trazer para o seu palco o melhor do Heavy/Thrash Metal regional e nacional. Com início previsto para as 20h e ingressos ao custo de R\$ 30,00. O evento contará com as bandas Metralion do Rio de Janeiro, formada em 1986 e que irá se apresentar pela primeira vez em Rio Negrinho, os cariocas apresentarão um Thrash Metal furioso e com fortes críticas sociais em sua música. Outra representante do estilo é a Tressultor de São Bento do Sul, que faz uma mistura de Thrash e Death Metal que torna a banda ao vivo uma pedrada na orelha, trazendo junto muita fúria, técnica e velocidade. Já as bandas que vão representar o Heavy Metal são a Atlantis de Jaraguá do Sul, que faz um Heavy Metal Clássico, fazendo das apresentações ao vivo muito energéticas e com vários elementos do estilo, sempre agradando aos amantes do bom e velho Heavy Metal. A outra representante do estilo é a Profana, bem conhecida do público do Magos Bar e que fará o lançamento oficial do disco autointitulado "Profana".



Também no dia 18 /11 rola o evento de lançamento do álbum autoral de músicas da banda Pimenta Sinatra, além da Pimenta sobem ao palco a renomada @bandaretrorockrockn responsável pelo esquentar. Os ingressos são limitados e podem ser adquiridos na @loja_mundodorock ou através das redes sociais da @pimentasinatra.



AGENDA CULTURAL

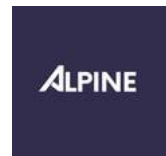
Já no início de dezembro acontece a 2ª Canoagem da Equipe Olho de Lince e Amigos. O evento busca valorizar a conscientização ambiental, história, cultura e belezas naturais de Rio Negrinho. A novidade deste ano é a apresentação da banda Old Goles que irá fazer um rock nervoso para os canoheiros. O evento terá cobertura exclusiva da @radioedobalacobaco.



A nível nacional destacamos o encontro entre Os Paralamas do Sucesso e Humberto Gessinger no dia 11/11 na Arena Opus em São José (SC). Já no dia 13 de Novembro, em Curitiba, os californianos do Red Hot Chili Peppers se apresentam no Estádio Couto Pereira, a banda tocará os discos que lançou em 2022 com o retorno de John Frusciante, "Unlimited Love" e "Return of the Dream Canteen".



Arte promocional do show dos Paralamas do Sucesso e Humberto Gessinger.



ON AIR



É MUITO BOM FAZER PARTE DA SUA VIDA!

**NA INFORMAÇÃO, NA COMPANHIA, NO RECADO,
NA MÚSICA, EM TODA A PROGRAMAÇÃO SEMPRE
EM BUSCA DO MELHOR.**

ESSA É A SUA RÁDIO ROCK!

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR

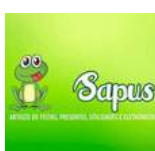


Que tal realizar o seu sonho de tocar um instrumento musical?

A @imfszabuniaoficial tem o curso personalizado para você!

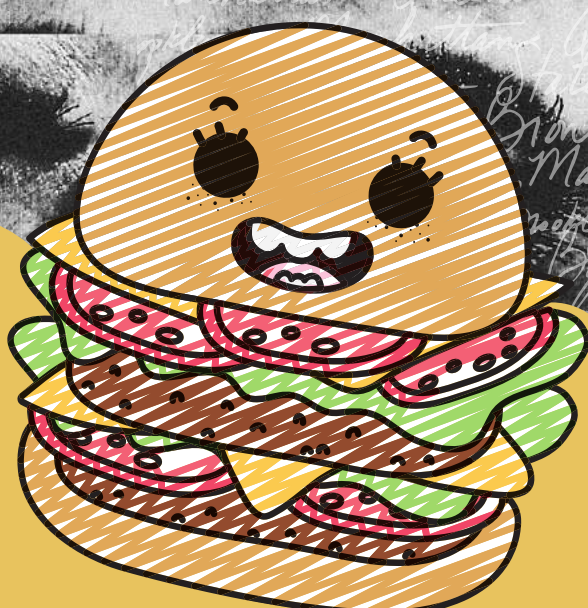
Não importa sua idade, o que importa é a sua vontade em realizar o sonho de tocar um instrumento ou cantar.

Marque já sua aula experimental gratuita através do whats app (47) 9.9230-1063.





STYLE



VARIEDADES!



SABOR EM CADA GOLE: A ARTE DOS COQUETÉIS!

Alex Rodrigues



Explorando o Refrescante e Clássico Tom Collins

Há algo de mágico na simplicidade de um coquetel clássico. Um gole pode transportá-lo no tempo e no espaço, evocando a elegância de eras passadas. Hoje, convidamos você a explorar o Tom Collins, uma bebida atemporal que combina frescor e sabor de forma sublime.

O Tom Collins é um coquetel que tem suas raízes na América do século XIX. É uma versão refinada do que era originalmente conhecido como "John Collins", que era feito com gim, água com gás, suco de limão e açúcar. A história por trás do nome "Tom" em vez de "John" permanece obscura, mas uma coisa é certa: o Tom Collins tem resistido ao teste do tempo!

Aprenda a fazer seu próprio Tom Collins:

Receita Clássica do Tom Collins:

- 60 ml de gim
- 30 ml de suco de limão fresco
- 15 ml de xarope de açúcar
- Água com gás
- Gelo
- Fatia de limão e cereja maraschino para enfeitar

Forma de fazer:

1. Em um copo alto, adicione o gim, o suco de limão e o xarope de açúcar.
2. Adicione gelo ao copo e mexa suavemente.
3. Complete o copo com água com gás.
4. Decore com uma fatia de limão e uma cereja maraschino.

O Tom Collins é conhecido por seu sabor refrescante e equilibrado. O gim proporciona uma base herbal, o suco de limão traz a acidez necessária, e o xarope de açúcar suaviza o conjunto. A água com gás adiciona efervescência e torna o coquetel ainda mais refrescante.

O Tom Collins é um clássico que continua encantando apreciadores de coquetéis em todo o mundo. Sua simplicidade e sabor atemporal fazem dele uma escolha perfeita para qualquer ocasião. Portanto, da próxima vez que você estiver procurando um gole refrescante e elegante, não hesite em pedir um Tom Collins. Sua história rica e sabor inigualável o tornam uma escolha verdadeiramente icônica



Clássico Tom Collins.



Já falamos um pouco sobre caminhadas e sobre pedaladas aqui na região. Mas se você não é tão aventureiro, mas ainda assim quer uma atividade diferenciada, você irá gostar de conhecer a Fazenda Evaristo.

Antes conhecida pelos grandes eventos, como rodeios tradicionalistas, campeonatos de motocross e Jeepcross, além de grandes acampamentos, a Fazenda se transformou durante a pandemia.

A Fazenda Evaristo está localizada na região do Rio dos Bugres, em Rio Negrinho, e se apresenta como uma ótima alternativa para quem busca um dia de lazer no campo.

Além de possuir um espaço muito grande, lá você encontra diversas atividades, como 02 trilhas para cachoeiras (Trilha do Cipó e Cachoeira do Índio), Mirante e Balanço do Sol, Observatório de Pássaros, Passeios a Cavalo, Passeios de Quadriciclo, Pesca Esportiva, Tirolesa, Voo de Avião e Voo de Balão.

Essas são as atividades disponíveis tanto para hóspedes quanto para os clientes na modalidade de Day Use. Outro item interessante são as diferentes opções de hospedagens, que vão de suítes, cabanas rústicas familiares, até trailers que ficam montados para os clientes.



Foto promocional da Fazenda Evaristo.



Foto promocional da Fazenda Evaristo.

E se sua pegada é o campismo, na Fazenda Evaristo existem várias opções de locais para acampamentos, com toda estrutura de apoio, como cozinhas compartilhadas, banheiros e duchas. Os valores para acampar iniciam em R\$ 55 por pessoa, mas diminuem quanto maior a estadia no local. E ainda é possível levar seu Motorhome para passar alguns dias lá.

Essa é uma ótima opção de lazer para visitantes e para moradores, principalmente para ter um contato com a natureza sem abrir mão de atividades! Mais informações vocês podem encontrar no site oficial da Fazenda: <https://www.fazendaevaristo.com.br/inicial>

Essa viagem é do Balacobaco!



@nicolasnering

@conectasolucoesemturismo



Qual é o conteúdo preferido no rádio?

O conteúdo preferido dos ouvintes, disparado em primeiro lugar, é música! Isso mesmo. A pesquisa mais recente sobre o assunto indica que 94% dos ouvintes preferem a música. Em segundo vem as notícias locais. Os demais conteúdos, como noticiários nacionais, trânsito, futebol e entrevistas estão abaixo deste parâmetro.

Em pleno 2023 o rádio segue firme e forte na questão musical. Um pouco antes de 2010 começaram a surgir os streamings de música, como o Spotify (fundado em 2009).

E quando novas tecnologias aparecem, surgem em torno dela os “mensageiros do apocalipse” para preconizar a morte deste ou aquele segmento. Muito se falou que tudo isso viria a substituir o rádio. Mas não foi assim.

É bem verdade que os streamings mudaram muito a indústria fonográfica. A música online engoliu CDs, DVDS, Discos e Fita K7. Mas não o rádio!

A informação mais recente da IFPI (Federação Internacional da Indústria Fonográfica diz que 443 milhões de pessoas no mundo usam uma assinatura paga em algum streaming de música. É um número significativo. Mas se comparado aos nossos 8 bilhões de habitantes, ainda é pequeno. E a grande maioria deste público tem entre 16 e 24 anos.



Mauricio Baier

Radialista, youtuber e aficionado por boa música!

Não existem dados oficiais mundiais sobre o número de pessoas que ouve rádio regularmente. Mas, existe uma pesquisa brasileira da Inside Radio (Kantar Ibope Media) que afirma chegar a quase 80% da população em 13 regiões metropolitanas do Brasil. É um indicador sólido de que o número de ouvintes de rádio ainda é imensamente maior que o dos streamings.

É claro que a mudança vem. Está acontecendo. Não se tem dúvida disso. Mas demorará gerações para ser efetiva.

Quer me contar o que você pensa sobre isso? Visite o canal @djmaunoar no Youtube. Estou postando muitas informações lá sobre esse assunto e você pode comentar.

@djmaunoar



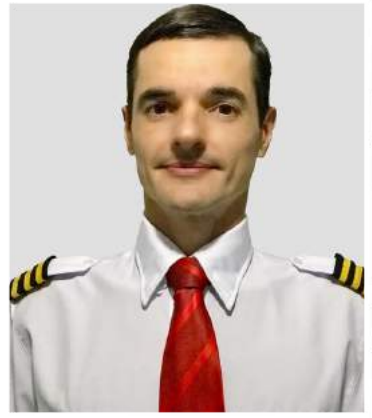
Além de sua participação na web rádio É do Balacobaco e do canal @radiowaves no YouTube, Mauricio apresenta semanalmente o "Programa X" nas manhãs de sábado da 90.3 FM em São Bento do Sul. Também é visto em várias emissoras com seu "Master DJ" programa dedicado a fazer radialismo à moda antiga, usando recursos digitais simula músicas rodando em vinil com mixagens manuais!



LET'S FLY!

Entre um Voo e Outro

Tulio Rodrigues



O que são aqueles rastros brancos que alguns aviões deixam no céu?

Desta vez, voando mais alto podemos encontrar o fenômeno conhecido como "trilha ou esteira de condensação". Geralmente, essas nuvens aparecem quando o avião está em uma altitude acima de 8 km e com uma temperatura externa abaixo de -40°C .

Normalmente, a temperatura externa dos aviões quando atingem grandes altitudes é bastante baixa, chegando a -50°C .

Ao mesmo tempo, as turbinas das aeronaves produzem uma descarga de gases quentes, com mais de 300°C . Quando esses gases entram em contato com o ar extremamente frio, o vapor de água se resfria rapidamente e se condensa, formando pequenas gotas de água.

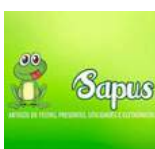


Trilhas de condensação deixadas por um A38 Airbus.

A formação das nuvens da esteira de condensação ocorre com mais frequência em áreas com grande quantidade de voos, como em rotas de aproximação de aeroportos, e estima-se que menos de 10% dos voos gerem rastros do tipo.

Em Rio Negrinho, muitas vezes é possível ver as trilhas de condensação, pois existem aerovias que passam sobre a cidade.

"O sol nunca deixa de brilhar, às vezes você só tem que olhar para além das nuvens, para vê-lo." Diego Silva



Você sabia

que a maioria das pessoas ouve
web rádio diariamente?

Seja você também um apoiador da web rádio É do Balacobaco!

Entre as principais vantagens destacamos:

Grande visibilidade devido ao amplo alcance;

Requer um investimento acessível e de grande retorno; e

Comerciais chamam a atenção do ouvinte e despertam o interesse em consumir o produto ou serviço divulgado.

Invista você também na @radioedobalacobaco, a rádio rock do planalto norte de Santa Catarina!



WWW.EDOBALACOBACO.COM





O Novembro Azul é uma campanha de conscientização instituída para o mês que novembro, em favor da prevenção do câncer de próstata e de outras doenças que afetam diretamente os homens.

O objetivo da data é estimular o diagnóstico precoce, juntamente com o tratamento eficaz, a fim de garantir a manutenção da saúde masculina.

A FisioRine apoia esta causa! Previna-se!





Rock & Brasa

Este mês trago uma farofa de cebola e bacon, um dos principais acompanhamentos para um bom churrasco. Vamos a receita:

Ingredientes

- 400 gramas de bacon picado
- 100 gramas de manteiga
- 2 cebolas médias picadas
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 250 gramas de farinha de mandioca torrada
- Tomilho fresco a gosto

Modo de preparo

1. Reúna todos os ingredientes;
2. Em uma panela aquecida, coloque o bacon e frite até dourar. Reserve;
3. Depois, na mesma panela, adicione a manteiga, deixe derreter e acrescente a cebola. Tempere com sal e pimenta-do-reino e deixe refogar até murchar e dourar;
4. Assim que a cebola dourar, abaixe o fogo, coloque a farinha de mandioca, mexa por vezes para não queimar;
5. Em seguida, adicione o bacon e misture novamente. Se necessário, acerte o sal e os temperos, mexendo sempre até os temperos e a umidade incorporarem;
6. Finalize com tomilho fresco e sirva.

saborosa vai apreciar a dica desse mês, além de extremamente fácil de ser feita, a farofa de cebola e bacon pode ficar armazenada por alguns dias em um pote bem fechado.

Sirva ela com assados ou até mesmo com carnes cozidas em caldos.

Se quiser um sabor mais tostado, deixe a cebola dourar bastante até caramelizar mais.

Caso o bacon solte muita gordura, descarte o excesso que sobrar na panela. Se preferir, pode guardar essa gordura para outros preparos, como por exemplo usar no feijão.

A farinha de mandioca pode ser substituída por uma farofa pronta, mas fique atento a quantidade de sal que for colocar para não salgar o seu preparo.

E se não gostar de tomilho, troque por cebolinha ou salsinha.

Quem gosta de incrementar as refeições do dia a dia com uma opção mais seca e muito

@rafael.et



Rango and roll!



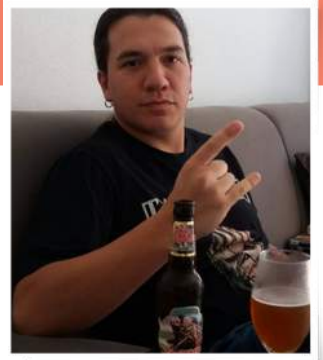
Manteiga Clarificada

Hoje vou falar sobre a utilização de gorduras para o preparo de carnes, ao invés do uso do óleo de soja que tem um ponto de resistência ao calor onde facilmente queima, pode ser utilizado a manteiga para clarificar em um simples processo.

Vamos a dica:

Coloque a manteiga em uma panela com fogo baixo, com uma escumadeira vá retirando a espuma que se forma na superfície (soro do leite) após retirar toda espuma escolha o nível de clarificação que pode ser mais claro até um pouco mais escuro, onde poderá obter um leve sabor de castanhas.

Ao utilizar essa gordura preparo dos alimentos se torna mais saboroso e saudável!



Ulisses Rodrigues

Rock Beer

Cerveja é tudo igual!

Já ouvimos muitas vezes essa afirmação e muitos nunca pensaram sobre isso. O requisito sempre é tomar a que estiver mais gelada. E se eu te falar que existem mais de 150 estilos?

Ha' uma entidade internacional chamada BJCP (Beer Judge Certification Program) que descreve estilos de cerveja, organiza concursos, forma juízes e hasteia a bandeira da cerveja artesanal. O guia descreve os parâmetros de estilos de cerveja. Temos cervejas cítricas, amargas, ácidas, fortes, parecidas com vinho, que usam frutas, de chocolate, café e até salgadas. É um mundo de sabores, cores, texturas e harmonizações.

O brasileiro é consumidor nato de cerveja que a grande indústria chama de Pilsen, estilo originário da República Tcheca. Esse nome tem tanto apelo que quando pedimos chopp a única exigência é que seja pilsen e esteja estupidamente gelado.

A pandemia e o confinamento fizeram com que muitos comesçassem a fabricar suas próprias cervejas e houve um aumento imenso de cervejarias artesanais que nos brindaram com muitos estilos que o brasileiro nunca tinha ouvido falar.

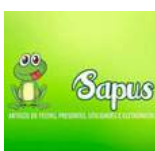
A grande queridinha foi a Ipa (India Pale Ale), uma cerveja amarga em que o lúpulo é utilizado em grandes quantidades. Foi a porta de entrada e muitos começaram a conhecer novos estilos e descobrir que nem tudo é Pilsen. E esse, amigos, é um caminho sem volta.

Quando você bebe uma cerveja artesanal é transportado para um mundo de possibilidades, onde a imaginação do cervejeiro é o limite. Seu paladar avança para um novo patamar.

Quando for ao mercado não olhe apenas para as que você toma sempre. Experimente outros estilos. Permita-se!

E lembre: nem tudo é Pilsen.

Ulisses Rodrigues é cervejeiro caseiro, juiz BJCP em concursos de cerveja e maníaco por fermentações.





FORA DE SÉRIE!

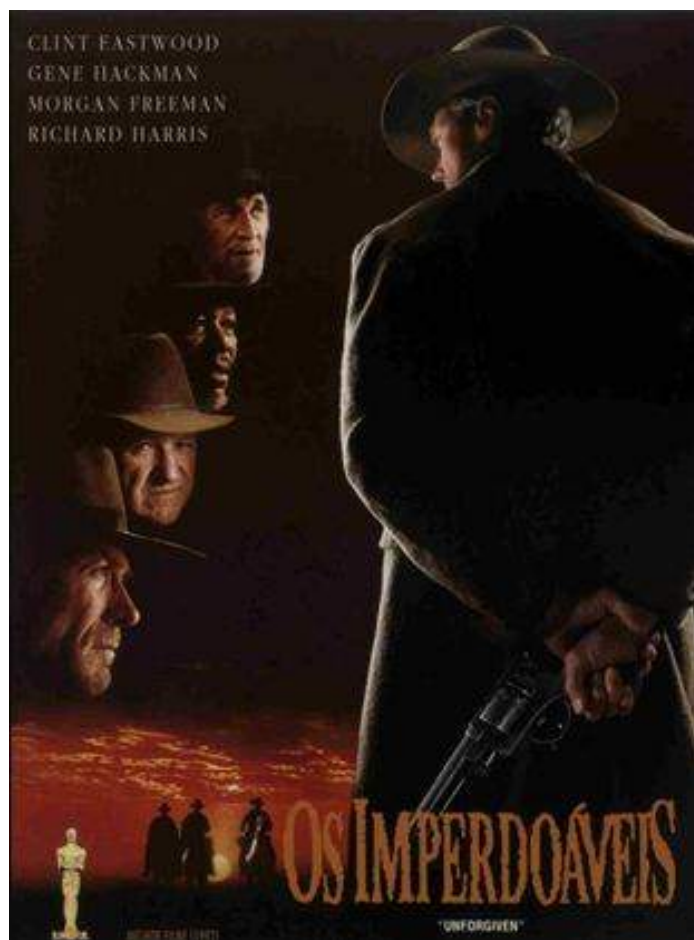
O último grande faroeste!

Os Imperdoáveis é um dos filmes que mais marcou minha infância, lançado em 1992 a obra reuniu três gigantes do cinema: Clint Eastwood, Morgan Freeman e Gene Hackman.

Eastwood, um dos mais importantes nomes do gênero faroeste ajudou a construir o que hoje entendemos como sendo a imagem do pistoleiro perfeito, sempre calado, durão e invencível nos duelos.

Os Imperdoáveis é icônico do início ao fim, a cena de abertura traz a silhueta de um homem cavando uma cova embaixo de uma árvore e próximo a uma casa enquanto o sol se põe ao fundo, em um belíssimo, mas melancólico contraste. Muito por conta da visão de Eastwood (que além de atuar foi também diretor) que via na obra a oportunidade de mostrar “o fim de uma era”.

William Munny (interpretado por Eastwood) vinha de uma vida desregrada e sem lei que dominou o então Velho Oeste e que agora se tornava mais civilizado. Munny (Eastwood), o protagonista que era no passado um pistoleiro que largou tudo para seguir o amor da sua vida passou a aderir os valores cristãos de sua esposa, ou seja, uma vida regrada longe dos vícios e confusões. Contudo o passado de Munny, fora-da-lei de renome e conhecido por seu sangue frio e por sua crueldade, o chama de volta. Agora viúvo e pai de dois filhos, Munny não parece ser a sombra do que era, o agora fazendeiro não consegue resistir a proposta de uma grande quantia em dinheiro. O jovem pistoleiro Schofield Kid (Jaimz Woolvett) oferece metade de uma recompensa de mil dólares caso Munny o ajude a matar dois cowboys que retalharam uma prostituta no vilarejo de Big Whisky. Munny declina da oferta de início, mas decide aceitar a parceria, não sem antes convidar seu antigo parceiro Ned Logan (Morgan Freeman).



Indicado a nove Oscars “Os Imperdoáveis” venceu nas categorias melhor filme, melhor direção (Eastwood), melhor ator coadjuvante (Gene Hackman) e melhor montagem. Se tornando um verdadeiro clássico do *Western*!



FORA DE SÉRIE!

Do lado dos “mocinhos” está o xerife Little Bill Daggett (Gene Hackman), um bandido com uma estrela no peito, sempre dono da verdade e impondo a sua visão distorcida de justiça, como por exemplo deixar impunes os bandidos que retalharam o rosto da prostituta, os forçando apenas a indenizar o “dono” dela pelo evidente “prejuízo” que sofrera, o que, ironicamente, catalisa a recompensa que traz Munny e sua trupe para a cidade de Little Bill.

O roteiro de David Webb Peoples, é enganosamente simples: três pistoleiros se juntam para vingar uma dama desfigurada por bandidos. No entanto, nada, absolutamente nada é simples em “Os Imperdoáveis” e muito da profundidade narrativa da obra se mistura à direção e atuação de Eastwood.

Com diálogos emblemáticos que permeiam até hoje minha memória “Os Imperdoáveis” é sem dúvidas o último grande filme de faroeste genuinamente americano! Fato facilmente comprovado na transcrição de uma das últimas cenas do filme onde Little Bill confronta William Munny:



Clint Eastwood é um dos mais importantes nomes do gênero faroeste.

Little Bill - “Você é William Munny, assassino que matou mulheres e crianças!”

William Munny - “Isso mesmo, já matei mulheres e crianças, já matei quase tudo que anda ou rasteja e estou aqui para matar você, Little Bill.”

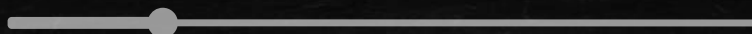


Clint Eastwood se consolidou como um diretor coerente e diversificado ao mesmo tempo. No auge de seus 93 anos ainda continua ativo fazendo jus a uma carreira de ator, cineasta, produtor, diretor e compositor de jazz (uma de suas maiores paixões).

24 HORAS DE
PURO

• **ROCK** •

O QUE TOCA VOCÊ TOCA AQUI!



WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR



Receita Federal alerta para golpistas que oferecem falsos descontos para pagamentos de tributos via PIX.

A Receita Federal alerta para mensagens enviadas por golpistas via whatsapp oferecendo falsos descontos para a realização de pagamentos de tributos via PIX.

A instituição não envia boletos ou DAS para pagamento por e-mail ou WhatsApp, e também não condiciona a concessão de isenções/reduções de multa/juros ao pagamento por PIX.

A emissão de DAS ou DAS-MEI para pagamento de débitos em cobrança é feita no Portal do Simples Nacional ou no Portal e-CAC com acesso via código de acesso ou certificado digital ou ainda conta gov.br nível prata ou ouro.

Fonte: Receita Federal do Brasil - RFB

@contabilidaderuthes

SEGURANÇA DA INTERNET: COMO MANTER SUA FAMÍLIA SEGURA ON-LINE!



A segurança na Internet para crianças é fundamental – para proteger as crianças de conteúdo e contatos danosos ou inadequados, bem como de software malicioso ou de ataques. Ensinar dicas de segurança on-line aos seus filhos pode ajudar a mantê-los seguros.

Dicas de segurança na Internet para crianças

As crianças estão passando cada vez mais tempo na Internet, e é importante falar com elas sobre como se manterem seguras na rede. É essencial certificar-se de que as crianças sabem quais informações manter privadas on-line; por exemplo, explicando por que elas precisam manter suas senhas privadas e não dar informações pessoais. Manter o computador em uma área comum, onde você pode observar e monitorar o uso, também pode ser um modo útil de garantir que as crianças usem a Internet com segurança.

Muitas crianças se divertem assistindo a vídeos no YouTube. Por isso, para tornar essa experiência mais segura, você pode usar o controle de pais do YouTube. Você também pode usar o aplicativo do YouTube dedicado a crianças, o YouTube Kids. Ele oferece uma interface mais amigável para crianças, e os vídeos no aplicativo são verificados por uma combinação de moderadores humanos e filtros automatizados para garantir que os vídeos sejam adequados para crianças mais novas.

De acordo com a pesquisa TIC Kids Online Brasil realizada pelo Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação divulgada no dia 25 de outubro, 95% das crianças e adolescentes dos 09 aos 17 já estão online. Isso demonstra que as crianças brasileiras estão acessando a internet de forma cada vez mais precoce.





@awaynopc



Battlefield 2042: Um Resurgimento Impressionante no Steam!

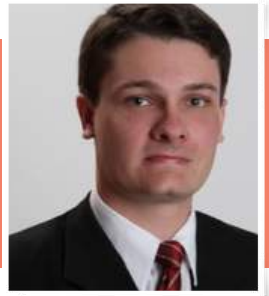
Nos últimos dias, a comunidade gamer foi surpreendida por uma reviravolta emocionante no universo de Battlefield 2042. O título, lançado no ano passado, experimentou um crescimento espetacular de jogadores na plataforma Steam, alcançando a incrível marca de 104 mil jogadores simultâneos. Uma estatística que praticamente empatou com o pico anterior de 105 mil jogadores, registrado no lançamento do jogo em 2021.

Esse marco representa não apenas uma impressionante demonstração de força da comunidade Battlefield, mas também um sinal claro de que o jogo continua atraindo e cativando uma audiência dedicada. Com uma jogabilidade intensa e cenários incrivelmente detalhados, Battlefield 2042 se destaca como um dos títulos mais envolventes do gênero FPS da atualidade.

Aumento do número de jogadores é um reflexo direto do trabalho árduo da equipe de desenvolvimento, que tem se empenhado em ouvir a comunidade e implementar atualizações que aprimoram a experiência de jogo. As correções de bugs, melhorias de desempenho e novos conteúdos têm mantido os jogadores envolvidos e ansiosos por mais.

Para os que ainda não experimentaram as batalhas frenéticas e ação sem igual de Battlefield 2042, este é o momento perfeito para se juntar à luta. Com uma comunidade vibrante e um suporte contínuo da equipe de desenvolvimento, o jogo promete horas intermináveis de diversão e adrenalina.

PUNCH!



TORTURA PSICOLÓGICA O PRIMEIRO PASSO DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

As conquistas individuais e coletivas das mulheres iniciaram novos tempos, determinaram uma nova sociedade e definiram um novo conceito de família. Contudo, ainda é constante a divulgação de matérias que relatam a violência doméstica sofrida por elas.

Muitos ao iniciar a leitura desta coluna já devem estar concluindo que as agressões somente persistem, pois a maioria das vítimas simplesmente perdoa o agressor ou registra o abuso o retirando posteriormente.

Diante desta conclusão precipitada trago a tona critérios importantes não percebidos pelo senso comum, razão pela qual a submissão feminina ainda se mantém.

É importante destacar que a Lei Maria da Penha além de fixar os conceitos de violência doméstica trouxe em seu texto legal a definição de violência psicológica. Conforme se verifica através da transcrição literal do artigo 7º, inciso II, da referida norma, vejamos:

Art. 7º São formas de violência doméstica e familiar contra a mulher, entre outras:

(...)

II - a violência psicológica, entendida como qualquer conduta que lhe cause dano emocional e diminuição da auto-estima ou que lhe prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento ou que vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões, mediante ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação,

isolamento, vigilância constante, perseguição contumaz, insulto, chantagem, ridicularização, exploração e limitação do direito de ir e vir ou qualquer outro meio que lhe cause prejuízo à saúde psicológica e à autodeterminação;

Esta acepção de violência psicológica revela um dos principais motivos que levam a mulher a se sujeitar aos excessos cometidos pelo companheiro. Cabe, portanto, as autoridades competentes inibirem os atos que possam destruir seu amor próprio e os valores da mulher como pessoa.

É preciso retirar a invisibilidade da violência psicológica motivando discussões públicas no sentido de orientar e conscientizar os males desse tipo de agressão.

A Lei Maria da Penha representa grandes avanços na proteção das mulheres, proporcionando uma melhor tipificação dos crimes bem como procedimentos judiciais e policiais específicos e efetivos. Todavia, a legislação por si só não conseguirá acabar com o problema de violência doméstica atual.

Sendo assim, ciente de que o papel das mulheres na sociedade não é passividade, dever e obrigação, não podemos admitir também a tortura psicológica, uma vez que não existe liberdade de escolha para quem se vê acuada e intimidada por pura manipulação emocional.

Dr. Roger Marcondes Carvalho - OAB/SC 28.305

TROCANDO IDEIAS COM DR. VICENTE CAROPRESO

@drvicentecaropreso



OS HOMENS E O PENSAMENTO MÁGICO

O pensamento mágico é a prática de fugir da verdade. O pensamento mágico promove um estado mental no qual o indivíduo acredita criar a realidade na qual ele vive. Nessas condições, a imaginação oculta a realidade, a realidade não é a "da experiência, mas a do pensamento" conforme afirmava Sigmund Freud.

Na hora de cuidar da própria saúde, é comum os homens aplicarem o pensamento mágico para deixar de ir ao médico e manter os maus hábitos como se o simples fato de acreditar que aquilo não faz mal fosse evitar os problemas decorrentes e seus efeitos perniciosos na saúde.

Há também fatores culturais ligados ao comportamento masculino que são entraves na hora de procurar o médico. O homem se acha forte o suficiente para não precisar tomar esse cuidados com a saúde, é uma espécie de síndrome de super-herói, uma masculinidade tóxica. Com isso, o homem pode se achar forte, que não adoce e não pode demonstrar sinais de fraqueza.

Seis em cada dez homens no Brasil só procuram um médico quando os sintomas já estão insuportáveis e as doenças muito avançadas, dificultando o tratamento e a cura.

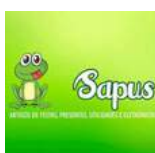
Para cada oito mulheres que frequentam regularmente o ginecologista para exame de rotina, somente um homem vai ao médico com o mesmo objetivo. É cultural. As mulheres têm este hábito desde a adolescência, fazendo acompanhamento com um ginecologista a partir da primeira menstruação.

Esse também é um dos motivos que fazem os números serem tão diferentes na hora de medir a expectativa de vida de homens e mulheres.

O catarinense nascido hoje tem a expectativa média de viver 80,9 anos: os homens, 77,7 anos; e as mulheres, 84,1 anos. As mulheres vivem quase 7 anos a mais do que os homens em Santa Catarina.

Para mudar este quadro, é necessário uma profunda mudança na consciência masculina. É preciso abandonar o pensamento mágico e encarar a realidade.

A prática de exercícios físicos, uma dieta balanceada, evitar o excesso de álcool, deixar de fumar e consultar o médico regularmente é a receita para que os homens vivam mais.



MUNDO PET

Dr. Guilherme Augusto Tureck



A importância da interação entre crianças e animais!

Ter um pet na infância, além de ser algo marcante, pode trazer diversos benefícios para o desenvolvimento dos pequenos. A ciência já comprovou que a interação entre pets e crianças é capaz de impactar positivamente em diversos aspectos, desde a saúde mental até a física. Confira alguns benefícios:

Desenvolvimento motor

Ao brincar e repetir essas brincadeiras, a criança acaba desenvolvendo sua coordenação motora. Por isso, ao ter um pet, invista sempre um tempo do dia para essas interações, pois isso irá trabalhar naturalmente as conexões neurais do pequeno, aperfeiçoando suas habilidades como força, equilíbrio e flexibilidade.

Controle do estresse

Segundo estudos, os pets também são ótimos companheiros para acalmar e aliviar o estresse das crianças. De acordo recentes pesquisas, ao interagir com um cachorro é possível aumentar os níveis de ocitocina, conhecido como “hormônio do amor”, que traz sensação de bem-estar, promove laços sociais e diminui níveis de estresse e ansiedade.

Ajuda nas habilidades sociais

Ao socializar com pet, a criança desenvolve habilidades sociais que são muito importantes, pois a ajudam a ter mais empatia, respeito e companheirismo ao se relacionar com outras pessoas. Os pets possuem sentimentos e necessidades, que serão percebidos pela

criança ao longo do convívio. Isso fará com que o pequeno tutor tenha uma noção maior sobre ter respeito e empatia com as pessoas ao seu redor.

Fortalecimento do sistema imunológico

Ao contrário do que algumas pessoas pensam, ter pets não acarreta alergias ou problemas de saúde nas crianças. Na verdade, esse convívio prepara o corpo naturalmente para combater agentes externos como os pelos e poeira, por exemplo. Com isso, esse contato ajuda no fortalecimento do sistema imunológico da criança, prevenindo dermatite atópica, problemas respiratórios, alergias e infecções.

Senso de responsabilidade

Sabemos que cuidar de um pet não é super fácil, por isso, antes de tudo é preciso ter responsabilidade. Ajudar a criança a ter senso de responsabilidade e autonomia desde cedo é possível por meio do cuidado com o bichinho. Dar comida e água, escovar, respeitar e brincar são tarefas que o pequeno irá aprender no dia a dia e levará para sua vida ao fazer outras tarefas.

Melhorias físicas e emocionais

Muitas crianças gostam de brincar usando o celular, por isso, é importante encontrar atividades físicas que despertem o interesse dos pequenos. Pensando nisso, passeios com cachorro e brincadeiras com gatinho são ótimas formas de exercitar a criança, afastando do sedentarismo e da obesidade infantil.



Imagine

No momento em que este artigo é publicado, o mundo testemunha pelos menos dois conflitos de grande escala e complexidade: a guerra entre russos e ucranianos e o conflito entre Israel e Palestina. Isso sem mencionar dezenas e dezenas de outros conflitos "anônimos" que estão em curso em nosso mundo. Em tempos tão conturbados, a música tem o poder de transmitir mensagens de esperança, unidade e paz. Uma canção que ressoa com uma força atemporal e que se torna uma voz de apelo à paz é "Imagine", escrita por John Lennon, um dos ícones da música do século XX. A música é mais do que uma mera canção; é um hino à paz, um chamado à fraternidade global e à imaginação de um mundo melhor.

"Imagine" foi lançada por John Lennon em 1971 como a faixa-título de seu álbum icônico. Escrita por Lennon e coproduzida por ele e Yoko Ono, a canção imediatamente cativou o público com sua mensagem simples e poderosa. Lennon escreveu "Imagine" como uma reflexão sobre o mundo em que vivia, que era marcado por conflitos, divisões e desigualdades. Ele sonhava com um mundo onde a humanidade vivesse em harmonia, sem barreiras, divisões de nações, religiões ou propriedades. Suas palavras, "Imagine all the people living life in peace" (Imagine todas as pessoas vivendo a vida em paz), ecoaram um desejo profundo por um mundo melhor.

A mensagem de "Imagine" continua a ser profundamente relevante em tempos de conflito. Essa canção ecoa com a promessa de um mundo onde a paz é possível e, mais importante, alcançável se buscarmos a mudança em nossas ações. O impacto duradouro da música é evidente em sua influência contínua nas gerações posteriores e na maneira como ela inspira indivíduos a se levantarem em busca da paz e da justiça.

Não! Não estou sugerindo que uma música resolverá conflitos cuja origem é milenar e absurdamente mais complexa do que qualquer erudito pode explicar. No entanto, o valor de músicas como "Imagine" reside no seu poder de transcender o tempo e inspirar gerações. "Imagine" continua a ser um farol de esperança e um lembrete de que a paz é um objetivo pelo qual todos devemos lutar. À medida que o mundo enfrenta desafios e divisões, é importante lembrar das palavras de Lennon: "You may say I'm a dreamer, but I'm not the only one" (Você pode dizer que sou um sonhador, mas não sou o único). É hora de nos unirmos e tornar esse sonho de paz uma realidade. "Imagine" é mais do que uma canção; é um chamado à ação para a humanidade, um apelo à paz e à imaginação de um mundo melhor.





CHAMA
NO

ZAP!

Você pode deixar nossa programação
ainda melhor!

Mande sua mensagem, deixe seu recado,
ou faça seu pedido musical.

Participe, interaja!

08:56 ✓✓

Basta clicar no ícone whats app em
nosso site e sua participação já está
confirmada!

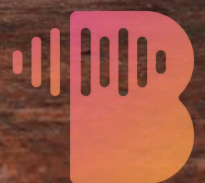
Compartilhe conosco sua opinião e sua
paixão pelo rock and roll!

08:57 ✓✓

(47) 99240-3668



ESPORTES E BEM ESTAR



RESENHA DA NEWS

Na edição deste mês tenho a oportunidade de conversar com uma das maiores referências esportivas de Rio Negrinho, Everaldo Alves Medeiros, o Everaldo Gaúcho!

Dono de uma carreira ímpar como jogador e técnico Everaldo até hoje alimenta a nostalgia de várias gerações, seja para com atletas que jogou ou para com jovens e adultos que treinou. Vamos conhecer um pouco mais sobre essa figura fantástica que permeia o imaginário popular de todo o planalto norte de Santa Catarina:

Adejair Bastos
conversa
mensalmente com
as principais
personalidades
esportivas da região!



Everaldo com o Juvenil do Grêmio de Porto Alegre.

Deja: Como jogador profissional você defendeu algumas equipes, como foi sua carreira até chegar em Rio Negrinho?

Everaldo: Minha carreira começou aos 15 anos quando sai de casa para jogar no juvenil do internacional. Depois minha trajetória foi em equipes do interior do RS como Esportivo, Pelotas, São José, São Luis, Taquariense, Pratense. Em Minas gerais no Flamengo de Varginha, em São Paulo no Novo Horizontino e em Santa Catarina no Hercílio Luz. Parei de jogar profissionalmente em 1995. Já em 1996 fiz o concurso

público na Prefeitura Rio Negrinho para técnico desportivo na FME . Em Rio Negrinho comecei minha trajetória no futsal no Cruzeiro onde fui muitas vezes campeão municipal, e no futebol de campo joguei no E. C. Continental e no Ipiranga campeão municipal e da região em várias oportunidades, e também no Vila Nova campeão municipal em 2000.

Deja: Como técnico do moleque bom de bola e joguinhos abertos, você teve bons resultados em microrregionais, regionais e estaduais. Mostrando que nossa cidade poderia competir como igual, com cidades como Joinville, Chapecó, Blumenau... Na sua opinião, qual foi a vitória, ou a campanha que você considera como o mais expressiva desse trabalho?

Everaldo: Em termos de Técnico da FME revelamos e participamos de muitas conquistas no Moleque Bom de Bola fomos 3º lugar na etapa estadual na Cidade de Canoinhas. Onde poderíamos ter decidido o moleque com Florianópolis porque Fraiburgo colocou 5 meninos irregulares e foram desclassificados devido a essa irregularidade descoberta após o campeonato. Onde acredito que Rio Negrinho foi o maior prejudicado por jogar a semifinal contra



Everaldo foi campeão municipal em 2000 com o G. E. Vila Nova.

RESENHA DA NEWS

Fraiburgo. Tivemos vários jogos e campeonatos, nos joguinhos abertos e depois no sub 23 onde colocamos Rio Negrinho no cenário do futebol de base do futebol catarinense. Mas um jogo memorável quando fomos campeões regionais dos joguinhos em 1998, quando fizemos 5x 0 em Blumenau. Dentre todas as campanhas com minhas equipes, a que considero como a minha melhor foi sem dúvida com a equipe 1982/1983, a melhor safra de atletas que tive em Rio Negrinho, com todo respeito às outras com quem trabalhei. Certamente tivemos várias equipes que representaram muito bem essa cidade, a qual tenho o maior carinho e respeito por tudo que me proporcionou no futebol em meu início de carreira.



Everaldo comandando equipe da FME de Rio Negrinho em torneio no Rio de Janeiro.

Deja: Atualmente, você está trabalhando em Portugal. Nos conte como é esse novo projeto profissional.

Everaldo: Atualmente estou trabalhando como coordenador Técnico em uma equipe da 4 divisão do campeonato português, clube de boa estrutura o qual é filiado a Federação Portuguesa de Futebol. E estudando, fazendo curso UEFA de treinador em Portugal. Nossa equipe tem como objetivo, mapear e posteriormente vender atletas brasileiros em Portugal. O Clube oferece a estrutura, e faz a transição entre as equipes consideradas grandes em Portugal.



Everaldo em curso de Formação de Treinadores pela Federação Portuguesa de Futebol.



Everaldo e comissão técnica do F.C. Carrazeda de Ansiães de Portugal.



RESENHA DA NEWS

Deja: Em nossa cidade, você sempre jogou em grandes times de sua época. Isso significa que sempre teve bons companheiros. Para encerrar, se você fosse montar o seu time, quem seriam os seus 11?

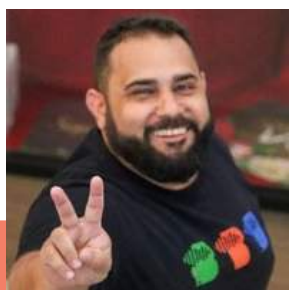
Everaldo: Antes quero agradecer o convite feito por você, um aluno que se tornou companheiro de time, um grande atleta, e hoje um pai de família e um incentivador do esporte respeitado. Da mesma forma estendo a lembrança ao Roger que também foi meu atleta e hoje além de advogado empreende através da rádio e da revista. É gratificante ver a trajetória de vários jovens que pude treinar, o esporte mais do que competição é um caminho para uma vida pautada no respeito e na boa conduta. Minha seleção das equipes que joguei é:



Destaques de Everaldo com base nos companheiros com quem jogou em Rio Negrinho e região.



Em meu time, destaco ainda grandes nomes, como Osmair, Toninho, Neco, Geraldo, Baiano, Celinho, Canário, Paulo César, Ciro, Carlão, Haroldo, Acir, Josmar e Maneco. Certamente foram grandes jogadores que ajudaram em minhas conquistas em Rio Negrinho.”



@dejajun



@radioedobalacobaco



www.edobalacobaco.com.br

É DO BALACOBACO

Referência em transmissão esportiva!



Coberturas exclusivas
com pré e pós jogos e
é claro, com o melhor
custo benefício do
mercado!

Não passe vontade,
transmita também o
seu evento!





TUDO COMEÇA
COM UMA ESCOLHA.
QUAL A SUA?



@estacaosaudern

Kick-off



Kirk Cousins dos Vikings é mais uma baixa por contusão.

As semanas 8 e 9 da NFL foram marcadas por alguns desfalques importantes, que impactaram diretamente as equipes. Os Vikings perderam seu Quarterback, Kirk Cousins, enquanto os NY Giants viram Daniel Jones se ausentar. Já os LA Rams tiveram que lidar com a perda de Matthew Stafford, que foi substituído por Carson Wentz. Essas ausências representaram um desafio considerável para essas equipes.

Minnesota, que vinha de uma sequência de quatro vitórias consecutivas, teve um revés significativo ao perder seu quarterback titular. Isso foi como um balde de água fria para a equipe, que estava se destacando.

Os Rams também enfrentaram uma situação complicada, sofrendo derrotas consecutivas e perdendo seu MVP do Super Bowl, Matthew Stafford. Isso colocou a equipe em uma posição delicada em Los Angeles.

Enquanto isso, as Eagles continuaram com a melhor campanha da NFC, com um impressionante recorde de 8-1, e parecem não enfrentar ameaças significativas até o momento, à medida que se aproximam dos playoffs. Na AFC, os Chiefs mantiveram a melhor campanha e consolidaram sua posição como a principal equipe da conferência, após controlar e vencer os Dolphins de Miami. É importante destacar que os Dolphins ainda não conseguiram superar equipes com campanhas positivas neste ano.

Em resumo, as semanas 8 e 9 da NFL foram marcadas por desafios e mudanças significativas para várias equipes, enquanto outras continuaram a se destacar no caminho para os playoffs.



@gnewuch

Everton Gnewuch



KICK-OFF



TEMPORADA 2023

Apresentação:
Everton Gnewuch e
Rodrigo Mota



TODA QUARTA

20 HORAS

www.edobalacobaco.com.br



Era uma vez no Esporte de Rio Negrinho

O ano era 1997, e nesse dia a Sociedade Esportiva Ipiranga realizava um amistoso internacional em seu estádio, recebia a seleção sub23 da China. Equipe essa que estava fazendo intercâmbio no CT do Atlético -PR e possuía como gestor desse projeto de desenvolvimento do futebol chinês o experiente treinador Zequinha. Contando com uma base que havia sido campeã do integração de 1996, e com alguns meninos da F.M.E o time de Rio Negrinho foi superado pelo placar de 5 x 2, sendo que os dois gols do Ipiranga foram anotados pelo então menino Joel (Pacuerinha). Uma grande recordação, sendo que alguns desses jogadores da China, enfrentaram a seleção brasileira na fase de grupos da copa 2002, no caminho do nosso penta.



Amistoso entre Ipiranga e a seleção Chinesa.

BRASILEIRÃO 23

No brasileirão tudo é possível, do líder Botafogo ao quinto colocado Flamengo são apenas 3 pontos de diferença. Restando 5 rodadas é difícil prever quem tem o melhor caminho até o título, mas no momento o Botafogo parece ser o menos capaz de confirmar um título que para muitos, inclusive eu, já estava decidido. Palmeiras, Flamengo e Grêmio vem muito forte, após períodos de turbulências, e o Bragantino corre por fora, sem alarde deve garantir vaga nos libertadores.

Copa Norte Futebol

O Vila Nova, busca nesse dia 12/11 a classificação a semifinal da Copa Norte. A equipe de Rio Negrinho recebe o Aliança F.C de Mafra, precisando reverter o placar adverso do jogo de ida dos playoffs, onde na cidade de Mafra foi derrotado pelo placar de 2 a 1. O time do técnico Rato, não possui desfalques e convoca a torcida para empurrar a equipe nesse momento decisivo da competição.



Equipe do G.E Vila Nova que disputa a Copa Norte de Futebol 2023.

Libertadores 23

Enfim, a américa é do Tricolor carioca, o Fluminense de forma mais sofrida do que o esperado, conseguiu a tão sonhada glória eterna, ao derrotar o Boca Juniors no Maracanã. Jogando um futebol diferente do que vinha jogando, o time do técnico Diniz, se adaptou a um jogo mais amarrado, truncado, deixando de lado o futebol vistoso, mas foi competitivo acima de tudo, e espantou o fantasma de 2008, com gols de Kano e John Kennedy foi o grande campeão, agora o time se prepara para o mundial de Clubes na Arábia Saudita, de 12/12 à 22/12. Esse mundial marca, a entrada dos fortes investimentos dos times árabes, onde o FLU deve encarar o Al-Ittihad, do craque Benzema, e dos brasileiros Romarinho (ex Corinthians) e Fabinho (ex Liverpool)



Wolff Express transporte rápido e eficiente!

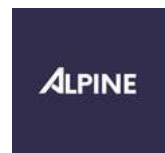
Informações através do whats app (47) 9 9115-1470.

Wolff Express a sua transportadora de confiança a mais de duas décadas!



Encomendas Rápidas
Transportes Rodoviários

Cidades Atendidas
Curitiba e Região Metropolitana,
Joinville, Guaramirim, Jaraguá do Sul,
Corupá, São Bento do Sul, Rio Negrinho
e Mafra.



JEEP CLUBE RIO NEGRINHO

RALLY SOLIDÁRIO 4X2

O Jeep Clube Rio Negrinho realiza no dia 12 de Novembro o Rally Solidário de Regularidade 4x2, para qualquer tipo de carro e destinado para Duplas (Piloto e Navegador) que já tenham ou não alguma experiência no esporte e que também queiram viver um dia de diversão, aprendizado, adrenalina e emoção, por estradas diversas de Rio Negrinho e dentro da legislação de trânsito vigente, daí a necessidade dos carros e pilotos estarem com a documentação em dia e que serão devidamente vistoriados pela organização.

O evento tem também Caráter Solidário, sendo que as Cestas Básicas correspondentes as inscrições serão destinadas para famílias necessitadas e para a APAE.

O Rally terá as seguintes Categorias:

Mista: Um homem e uma mulher, independentemente de quem pilota ou navega.

Feminina: Somente mulheres no carro, inclusive Zequinhas (Caronas).

Livre: Duplas com qualquer formação, com muita ou alguma experiência em Rally de Regularidade.

Novatos: Duplas com qualquer formação, com pouca, ou nenhuma experiência em Rally de Regularidade.

PROGRAMAÇÃO:

- Data: 12 de Novembro
- Local Largada: Posto Mires – Rua Dom Pio de Freitas, 874, Centro – Rio Negrinho – SC
- Horário Largada: 9:00 h
- Local Chegada: CTG Casa de Pedra – Estrada Casa de Pedra – Interior – Rio Negrinho – SC
- Horário Chegada: A partir das 12:30 h
- Valor da Inscrição: 1 (uma) Cesta Básica
- Premiação: Após almoço
- *** Serão Premiados Pilotos e Navegadores de todas Categorias com Troféu do 1º ao 10º Lugar
- Horário Almoço: 12:30 h (Servido também para o público)

*** Maiores Informações e Inscrições: Fone/Whatsapp - 47 - 99986-0069



JEEP CLUBE RIO NEGRINHO

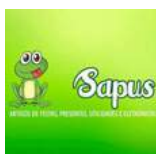


RALLY RIO NEGRINHO

O Rally Rio Negrinho, 5ª Etapa do Campeonato Brasileiro de Rally de Velocidade, realizado em setembro se firma ainda mais como um grande evento de nível regional, nacional e até internacional no cenário do esporte motor, tendo sido muito elogiado por competidores, equipes, apoiadores, patrocinadores, imprensa e de maneira muito especial pela Dupla Uruguaia Frederico Ensslin (Piloto) e Martin Vilette (Navegador), vencedora da Categoria R2.

O Jeep Clube está ultimando o fechamento das contas do Rally, para poder informar oportunamente o resultado financeiro do evento e o valor que será destinado para o Hospital da cidade, aproveitando para mais uma vez agradecer a todos que apoiaram e trabalharam para o evento ser o sucesso que foi. Mais uma vez.

Ezequiel Piccinini
Diretoria de Comunicação e Assessoria de Imprensa
Jeep Clube Rio Negrinho



VELOCIDADE EM FOCO

Jhonas Rodrigo Correa



FORMULA 1: O holandês Max Verstappen conquistou o título mundial da Fórmula 1 no GP do Qatar, disputado em Lusail. Em uma etapa marcada por uma série de deslizamentos envolvendo problemas com os pneus, calor excessivo, saídas de pista e pilotos que terminaram exaustos. E o campeonato parte para as últimas cinco provas, entre elas a etapa de interlagos, ocorrida no dia 5 de novembro.

DTM: O Campeonato Alemão de Turismo chega a última rodada dupla em Hockenheim, com o austríaco Thomas Preining, da Manthey Porsche, e o italiano Mirko Bortolotti, da SSR Lamborghini brigando pelo título. A diferença entre os dois é de apenas 10 pontos.

MOTOGP: A temporada vai chegando as últimas 4 provas, com o italiano Francesco Bagnaia da Ducati e o espanhol Jorge Martin da Pramac, se engalfinhando pelo título do mundial, com Bagnaia vencendo a última na Indonésia. E o Brasil fez história nesta etapa, com Diogo Moreira vencendo na Moto3.

SUPERBIKE: O campeonato chega a última prova, em Jerez na Espanha, com o espanhol Álvaro Bautista perto de ser o campeão da temporada, atrás dele está o piloto da Turquia Toprak Razgatlioglu com 60 pontos atrás, e em terceiro e sem chances de título, o inglês Jonathan Rea.

WRC: A disputa chega a penúltima prova do ano, com o rali da Europa Central, que vai ser disputado em Passau, na Alemanha, com direito a estradas na Áustria e na República Tcheca. O finlandês Kalle Rovanperä está próximo do título, mas o inglês Elfyn Evans tenta reverter o prejuízo se quer ser campeão.

NASCAR: A temporada está acirrada, com os pilotos que se classificaram através da temporada regular. O campeonato vai para as três últimas provas do campeonato, em Homestead na Flórida, Martinsville na Virgínia e a decisão em Phoenix no Arizona, para definir os quatro finalistas.

STOCK CAR BRASIL: Com três provas para o fim da temporada, o piloto Gabriel Casagrande está próximo do título, com Rubens Barrichello e Thiago Camilo no seu encalço. Agora é ver o que acontece nesse final de campeonato.

COPA TRUCK: Após a rodada dupla de Tarumã, o campeonato chegará a última prova da temporada em Interlagos no dia 10 de dezembro. Com os dois campeonatos em aberto, Roberval Andrade e Felipe Giaffone vão esquentando a briga pelo título na Pro, enquanto na Super, Felipe Tozzo e Thiago Rizzo vão disputando palmo a palmo pela conquista do campeonato.



A EQUIPE ESPORTIVA MAIS TRADICIONAL DE RIO NEGRINHO E REGIÃO ESTÁ AQUI!



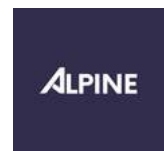


Nada como ficar tranquilo sabendo que tudo o que você mais preza está protegido. Sua família, sua casa, seu comércio, seu patrimônio!

Garras da Noite Vigilância, uma empresa sólida que oferece segurança com profissionais treinados e capacitados.

Ligue agora para o telefone/whats app (47) 99120-4476 e durma sossegado.

Garras da Noite Vigilância: sempre protegendo o seu maior bem!



EMOÇÕES NO TRIATHLON

Eurico Mendes



Cheio de emoções é como pode ser descrito a última etapa do brasileiro de Triathlon Sprint, Aquathlon, Triathlon longa distancia, Aquabike, Cross Triathlon, Duathlon Standard e como o "grand finale" no último dia, World Triathlon Cup Brasília 2023 ou Mundial de Triathlon Standard etapa Brasília.

Brasília sediou em uma semana 7 eventos multisports, sendo 6 Campeonatos Brasileiros e uma etapa do mundial de Triathlon, iniciando-se no dia 07 de outubro e finalizando dia 15 de outubro.

Após longos 19 anos de espera Brasília sediou esta, que ficaria marcada na história do triathlon brasileiro, emoção é a palavra que mais descreve o quanto foi esta etapa, duas emoções pessoais e acredito que uma coletiva.

A pessoal inicia-se a longos anos atrás quando comecei no triathlon, com um sonho de ser campeão catarinense da categoria, assim que foi conquistado, elevou-se a régua, com sonhos maiores, ser campeão brasileiro e participar de um ou mais mundiais de triathlon na categoria (como na natação, bike e corrida, as categorias são divididas por idades de 4 em 4 anos, ex.20 a 24 anos, 24 a 28 anos e assim por diante, como forma de nivelar os participantes, tem-se também as categorias distintas de para-triathlon). Já havia conquistados terceiro lugar e



Eurico Mendes – Campeão Brasileiro de Triathlon e Aquathlon

vice-campeão em alguns brasileiros de triathlon e participado de 2 mundias, porém foi em Brasília que realizei o sonho de ser realmente Campeão Brasileiro de Triathlon Sprint na categoria (750 metros de natação + 20 Km de bike + 5 Km de corrida) e de quebra conquistei outro 1º lugar, o de campeão brasileiro de Aquathlon na categoria (1000 metros de natação + 5 Km de corrida), para ficar mais difícil ainda, foi no mesmo dia, com um intervalo de 3 hrs entre uma competição e outra, devido ao fato do Aquathlon ser previamente no dia anterior, porém o mau tempo exigiu a transferência para o outro dia, que seria depois do Triathlon, 3 hrs após.

E a emoção coletiva: O campeão mundial elite (elite assim são chamados os atletas que vivem do esporte, pelo menos a grande maioria, e são os "alienígenas", podemos assim dizer) de triathlon,

EMOÇÕES NO TRIATHLON

Eurico Mendes



sim, foi um Brasileiro e sendo a sua primeira vitória num mundial, Miguel Hidalgo conquistou o lugar mais alto no pódio entre 47 atletas de todos os continentes.

Com uma natação saindo em 2º lugar da água, uma bike pedalando sempre com os atletas da frente e uma corrida espetacular conquistou a vitória e lançou passos longos para a olimpíada de 2024 na França, já que é o atual 14º do ranking olímpico e os 50 primeiros se classificam.



Miguel Hidalgo – Campeão Mundial
Triathlon Etapa Brasília Elite

Vale ressaltar também a brilhante Djenyfer Arnold, atleta catarinense oriunda da natação (com recordes da natação catarinense) e que migrou-se para o triathlon em 2018 e vem evoluindo a cada competição conquistando um excelente 12º lugar e atualmente sendo a 40º do ranking olímpico. Manoel Messias, atleta de um elevado nível inquestionável, atual 13º e Vittoria Lopes, atual 29º, todos com reais chances de participação na olimpíada França 2024.

Para todos que amam o triathlon assim como eu, posso dizer que foi com muita alegria no coração

ver ao vivo um brasileiro conquistar um mundial e ouvir o hino nacional ser cantado pela barulhenta e muita emotiva torcida.

Seguem site com resultados detalhados de tempos:

https://www.triathlon.org/results/result/2023_world_triathlon_cup_brasilia/589215 e <https://cbtri.org.br/resultados-2023/>

“Muitos anos de treinos diários para chegar neste sonho, se você leitor tem um sonho, seja qualquer que seja. Acredite no seu sonho, trabalhe focando no seu máximo e irá realizar!”

Eurico Mendes





1º Corrida e Caminhada da RFCC de Rio Negrinho

No dia 29 de outubro aconteceu a 1º Corrida e Caminhada da Rede Feminina de Combate ao Câncer de Rio Negrinho. A iniciativa teve o objetivo de incentivar a atividade física e alertar a comunidade quanto à importância da prevenção do câncer.

Antes de partir para o aspecto esportivo, é importante lembrar que a Rede Feminina de Combate ao Câncer de Rio Negrinho, é uma entidade sem fins lucrativos e dedicada a diversas ações relacionadas ao câncer e ao bem-estar de pacientes. Com mais de 17 mil pacientes cadastradas, a entidade vai além da prevenção e oferece apoio a pessoas em tratamento oncológico.

Atualmente é presidida pela voluntária Rossandra Brocco Wantowsky, que está à 30 anos na entidade. Ao todo são 43 voluntárias sempre motivadas a ajudar o próximo, acolhendo pacientes e prestando atendimento a todos que são acometidos por câncer.

Entre os trabalhos realizados pela RFCC estão exames preventivos de colo de útero e exames clínicos de mama gratuitamente, bem como campanhas de prevenção, palestras educativas em empresas, escolas e para todos que as procuram. São mais de dez setores que prestam atendimento aos pacientes oncológicos.

Para cumprir essa missão, a organização da RFCC opera em diversos setores, incluindo visitas domiciliares conduzidas por



A diretoria do biênio 2023/2024 é composta pela presidente Rossandra Brocco Wantowsky, vice presidente Rosane Moreira Nossol, primeira secretária Iria Silvane Reinert Cristof, segunda secretária Diacui Maria Tavares, primeira tesoureira Marciane Carla Battistella, e pela segunda tesoureira Danieli Cristiane Oliveira Venturi.

assistente social e visitas de apoio moral, grupo troca de saber e grupo esperança, bem como serviços de fisioterapia e aparelho angeotron, auriculoterapia, barra de access, além de acompanhamento psicológico, exercícios funcionais, e visitas a unidades oncológicas nos hospitais de São Bento do Sul e na retaguarda de Rio Negrinho.



Doações para construção da nova sede da RFCC de Rio Negrinho podem ser feitas através deste QR Code.

Vale destacar que a Rede Feminina está empenhada em realizar um antigo sonho, a continuidade e finalização de sua sede própria. Essa nova sede não apenas proporcionará um ambiente mais seguro para atender a comunidade, mas também permitiria expandir e melhorar os serviços oferecidos. No entanto, para que isso seja possível é necessária à ajuda financeira do poder público, do comércio local, dos empresários e da comunidade em geral.

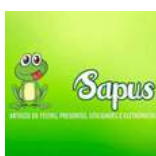
Apesar dos desafios, a associação continua a desempenhar seu trabalho com dedicação, amor e comprometimento. A paixão pela missão de prevenir e apoiar pacientes com câncer é evidente em cada voluntária e nas ações realizadas.

Falando especificamente do caráter esportivo, a corrida foi aclamada por público e participantes. Reunindo atletas amadores e de alto rendimento, o que se viu foi um ambiente muito receptivo com evidente companheirismo.

Para compreender melhor nada mais justo do que ouvir aqueles que vivenciaram ativamente o evento. Vejamos alguns depoimentos:

“Iniciei na corrida de rua no ano de 2019, hoje tenho acompanhamento de profissionais me ajudando a evoluir. Tive o privilégio de participar da 1ª Corrida do Movimento Rosa e Azul aqui na cidade de Rio Negrinho, foi uma prova sensacional! Não pude deixar de reparar na organização, mesmo com chuva a prova foi um sucesso, eu estava liderando o 5km feminino e desde o início da competição tive apoio da organização com ciclistas me orientando. Fiquei impressionada com tanto capricho. Nossa cidade merece mais momentos assim!”

Dandara Ribas - Vencedora da categoria Geral Feminino.





Dandara Ribas - Vencedora da categoria Geral Feminino.



Carlos Martins - Vencedor da categoria Geral Masculino



Entrei na corrida cerca de nove meses apenas, comecei a correr na rua normalmente, sem intenção de competir. Comecei a postar nas redes sociais os meus resultados e o Ricardo Pries começou a me incentivar e me convidou a participar da 1ª Corrida do Fogo também em Rio Negrinho. Com essa experiência e alguns ajustes nos meus treinos pude fazer um tempo mais baixo, mas vários conflitos internos sobre os tempos acabaram me desanimando. Porém eu vejo a importância de buscarmos o convívio com pessoas que nos questionem e mostrem a necessidade de reflexão e superação. Com isso passei a ver a corrida não como um meio de buscar pódio e ser melhor do que os outros, vejo como um propósito de realização interna.

Para a corrida do Movimento Rosa e Azul eu consegui a terceira colocação, o que me surpreendeu, pois treino por conta, apenas pego conselhos de amigos. Essa corrida foi um diferencial que me mostrou um processo de persistência, que para uma corrida tem todo um esforço anterior para se obter bons resultados. O próximo evento que vou participar é a Corrida da Saúde em São Bento do Sul, também organizada pelo Ricardo e minha expectativa é de ter um resultado ainda melhor.

Ednilson Oribka - Terceiro colocado na categoria Geral Masculino

Entre as unanimidades do evento está o trabalho de Ricardo Pries, profissional com passagens marcantes pelo Serviço Social da Indústria (SESI) e hoje a frente da Academia Estação Saúde Ricardo acumula uma vasta experiência na organização de eventos esportivos.



Estávamos ansiosas por conta da chuva, mas o evento foi um sucesso, foi além das nossas expectativas. Uma semana antes já encerramos as inscrições e contamos com total apoio da Academia Estação Saúde e do Ricardo Pries que ficou responsável por toda a parte técnica da prova. Agradecemos a ele o empenho destinado e adianto em nome da RFCC de Rio Negrinho que já está confirmada para 2024 a 2ª edição da Corrida Movimento Rosa e Azul.

Rossandra Brocco Wantowsky - Presidente da RFCC de Rio Negrinho



Indagado sobre o evento e seu envolvimento na organização Ricardo Pries assim se manifestou:

“

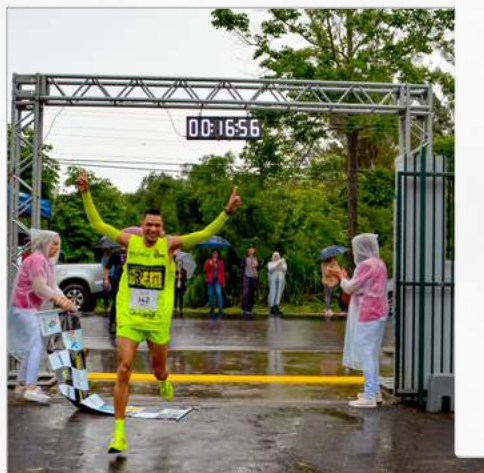
Organizo eventos esportivos desde o ano de 2011, de diversas modalidades como futebol, truco, voleibol e corridas, esse ano tivemos a parceria com o Corpo de Bombeiros de RN, onde realizamos a Corrida do Fogo, em seguida recebi o convite para coordenar a corrida da RFCC, onde organizamos a 1º Corrida e Caminhada Pela Saúde, alusivo ao outubro rosa e o novembro azul. A experiência incrível e gratificante por ajudar uma instituição que auxilia toda a comunidade. No dia 10/12 teremos a 1 corrida amigos da saúde, evento esse em prol do Hospital Sagrada Família de São Bento do Sul.

Ricardo Pries - Organizador da 1º Corrida e Caminhada Pela Saúde.

E para encerrar a cobertura desse evento histórico, compartilhamos alguns registros feitos pela fotógrafa Myctherow Thabatta da Rosa da **@focoradical** que gentilmente nos cedeu parte de seu acervo.



Largada com a saída dos mais de 570 inscritos.



Carlos Martins, primeiro a cruzar a linha de chegada.



Ricardo Pries da Academia Estação Saúde, responsável pela organização do evento.





Destaque publicitário



Saiba mais
☎ 47 3644 0504
📞 47 98831 7875

NATAÇÃO

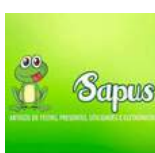
SOCIEDADE
MUSICAL
RIO NEGRINHO

Horários disponíveis de
Segunda a quinta

A natação é um esporte que melhora a força, tonifica os músculos e trabalha todo o corpo, estimula as articulações e ligamentos e ajuda no controle de peso e na queima da gordura.

✓ Seja um sócio e participe da **@musicalsociedade!**

Sociedade Musical Rio Negrinho, um clube completo para você e sua família!!



O que é L-carnitina?

Eliezer Soares



A L-carnitina é um composto natural produzido pelo organismo a partir dos aminoácidos lisina e metionina. Ela desempenha um papel fundamental no metabolismo energético, auxiliando no transporte de ácidos graxos de cadeia longa para as mitocôndrias, onde são convertidos em energia.

A principal função da L-carnitina é facilitar a oxidação dos ácidos graxos, ou seja, promover a quebra das gorduras para gerar energia. Isso é especialmente importante durante a atividade física, quando o corpo necessita de uma maior quantidade de energia disponível.

Além disso, a L-carnitina também desempenha um papel importante na recuperação muscular após o exercício, ajudando a reduzir a fadiga e melhorar a resistência. Ela também pode auxiliar na melhora da performance atlética, pois contribui para a utilização eficiente dos ácidos graxos como fonte de energia.

A L-carnitina tem sido amplamente estudada e utilizada como suplemento alimentar, especialmente por pessoas que buscam melhorar a composição corporal e aumentar a queima de gordura. No entanto, é importante ressaltar que a suplementação com L-carnitina não é um substituto para uma alimentação equilibrada e um estilo de vida saudável.

É sempre recomendado buscar a orientação de um profissional de saúde antes de iniciar qualquer tipo de suplementação. A dosagem e a forma de uso podem variar de acordo com as necessidades individuais de cada pessoa.

Em resumo, a L-carnitina desempenha um papel importante no metabolismo energético do corpo, auxiliando no transporte de ácidos graxos para a produção de energia. Ela pode ser encontrada naturalmente em alguns alimentos, como a carne vermelha, mas também está disponível como suplemento alimentar. No entanto, é sempre importante buscar orientação profissional antes de iniciar a suplementação.

Eliezer é personal trainer e
proprietário da Formanutri
Suplementos.



Destaque publicitário



Completa linha de roupas e acessórios do infantil ao adulto!

Localizada na BR 280 (Bairro Vila Nova), nº 1032, no Prédio do Turco.

Vendedor autorizado da Trimania Cap!





ROCK PARTY

SEXTA 21 HORAS

www.edobalacobaco.com.br

> WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR



RANGO AND ROLL

SEG A SEX
10:00 AM



PUNKS NOT DEAD

MOSH!

SEGUNDA 20:00 HORAS

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR



SABADÃO SEM SERTANEJO

SAB 09:00 AM

 É DO BALACOBACO
A sua rádio

DESTAQUES DA PROGRAMAÇÃO

Fique ligado na programação diária da web rádio É do Balacobaco!

São 24 horas com o melhor do rock and roll!



ROCK DA MADRUGADA

TOCOS OS DIAS 2PM

WWW.EDOBALACOBACO.COM.BR



Impressão de blocos, cartões de visita, folders, panfletos, sacolas, embalagens para delivery, caixas personalizadas e impressos em geral!

Whats App (47) 9 9131-1138.

A EXPERIÊNCIA DO SEU PRODUTO COMEÇA PELA EMBALAGEM!

