



MARIANA CAMPOS
mari.vivabrasilia@gmail.com

Viva Brasília

MIGUEL JAVOUR
miguel.vivabrasilia@gmail.com

Embaixada da Itália recebe convidados para festival de enogastronomia

Fotos: Mariana Campos/CB/D.A Press

Na noite de ontem, a Embaixada italiana na capital sediou a 5ª edição do Vini D'Italia - Salão do Vinho Italiano no Brasil, evento criado para reforçar os laços comerciais e culturais com o Brasil, sob a condução do embaixador Alessandro Cortese e curadoria da crítica enogastrônoma Sueli Maestri. Realizado no contexto da IX Semana da Cozinha Italiana no Mundo, o Salão do Vinho 2024 celebrou também os 150 anos de imigração italiana para o nosso país. Em seu discurso, o embaixador ressaltou que, por isso, o evento foi ainda mais especial. "Qual seria o melhor país do mundo para celebrar a cozinha e o vinho italianos senão o Brasil, um país que sempre foi amigo da Itália?", refletiu.



Davi de Castellani, a embaixatriz Elsie Macris Cortese, o embaixador Alessandro Cortese e Sueli Maestri



Os embaixadores da Hungria, Miklós Halmaj, de Malta, John Aquilina, e de Portugal, Luis Faro Ramos



Antonello Monardo, Sérgio Pires, Neide Pimenta e Petrus Elesbão



O chef Rosário Tessier e Marcela Fiorese



Flavio Marcílio, Janete Vaz, Viviane Maestri e João Mendes



Benjamin Osland, Sílvia Rejane, o embaixador da Macedônia do Norte, Igor Popov, e Rogério Santos

Evento Deguste! reúne público no Pontão

O evento Deguste!, realizado ontem no Gran Bier, no Pontão do Lago Sul, reuniu apreciadores de vinhos em uma feira de degustação no terraço do restaurante. De 15h às 22h, convidados, chefs e sommeliers puderam explorar uma seleção criteriosa de vinhos, espumantes e sucos de uva, além de conversar diretamente com produtores sobre as características únicas de cada rótulo e os seus processos de produção. A experiência também contou com frios, antepastos e petiscos da casa.



Leninha Camargo e Ivone Carvalho



Mayla Araujo, Alexandre Azevedo e Ana Victoria Neddermeyer

VALE O REGISTRO



Arquivo pessoal

Em um evento realizado na Câmara Legislativa do DF, mulheres colocaram o empreendedorismo feminino em pauta para comemorar o mês dedicado à causa. O encontro foi promovido pela deputada distrital Paula Belmonte (D), em parceria com o Conselho da Mulher Empreendedora e da Cultura (CMEC), e reuniu empresárias, especialistas em inovação, tecnologia e autoconhecimento. Na ocasião, as convidadas também assistiram à palestra Inteira para Empreender, da indiana Nilima Bhat.

Agenda

Clássico de Shakespeare revisitado

» O clássico *Rei Lear* de William Shakespeare ganha novos contornos no espetáculo *Outro Lear*, que estreia em 28 de novembro no Mercado Sul, em Taguatinga. O monólogo aborda temas como envelhecimento, solidão e memória e estará em cartaz até 8 de dezembro. Posteriormente, em 21 e 22 de dezembro, será apresentado no Teatro Paulo Autran, no SESC de Taguatinga. Entrada gratuita.

Festival de turismo e cultura local

» O Parque da Cidade está recebendo hoje o Festival Qualifiturismo, um evento gratuito dedicado à valorização do turismo e da cultura local. O festival oferece programação diversa, incluindo feira de artesanato e gastronomia, onde o público pode apreciar produtos típicos do Cerrado e o trabalho de artesãos locais. Também haverá palestras e shows, com destaque para a dupla Willian e Marlon. Saiba mais no perfil do evento no Instagram, @qualifiturismo.

Para amantes do Natal

» De 13 a 15 de dezembro, o Sudoeste será tomado pelo clima natalino com a 1ª edição do Natal Mix, evento gratuito que vai unir compras, gastronomia e diversão para toda a família. No estacionamento do Edifício Belas Artes, visitantes poderão encontrar uma feira de roupas, brinquedos, joias, flores, artigos decorativos e delícias como pernil, cordeiro e rabanada. Além das opções para os preparativos de Natal, a programação contará com shows ao vivo, a visita do Papai Noel em horários especiais e a peça infantil *Grinch e o Natal*.

Um reino encantado na capital

» A partir de 17 de janeiro, o Reino Encantado transformará a capital em um cenário de contos de fadas, em uma experiência inédita que combina teatro imersivo e gastronomia criativa no formato Magic Dining. Destinado a crianças de 0 a 12 anos e seus familiares, o evento ocorrerá em um espaço decorado como um castelo encantado, na Asa Sul. O evento seguirá até 17 de maio, de sexta a domingo. Mais informações e reservas no perfil @reinoencantadoobsb no Instagram ou em bilheteriadigital.com.br.

Confira mais fotos e eventos no blog Viva Brasília. Acesse: newblogs.correiobraziliense.com.br/vivabrasilia



Especialistas ouvidos pelo **Correio** dão dicas aos candidatos de como manter o controle emocional durante a prova; professores sugerem algumas atividades que podem aquecer o cérebro e técnicas para gerir bem o tempo

Começa o vestibular da UnB

» CAIO RAMOS*

A Universidade de Brasília (UnB) realiza hoje e amanhã o vestibular tradicional. Os candidatos têm 150 questões para responder em capara cada dia. Serão ofertadas 2.112 vagas, para os 14.528 inscritos que vão fazer as provas no Distrito Federal, em Goiânia, Formosa (GO), Valparaíso (GO) e Uberlândia (MG). O **Correio** conversou com psicólogos, professores e candidatos para saber como administrar as emoções e realizar as questões em cinco horas, tempo disponibilizado para a prova. Em cada dia de prova, os candidatos deverão responder 150 questões. Para a psicóloga clínica e social Lara Nepomuceno, as expectativas dos estudantes podem desencadear sintomas, como a taquicardia, falta de ar, dor no peito, pensamentos acelerados e sensação de angústia. Segundo a psicóloga, técnicas de respiração para diminuir a frequência cardíaca, meditação e reconhecer a ansiedade como parte do processo são estratégias essenciais para assumir a autoconfiança do seu corpo e autonomia na tomada de decisões durante a prova. "Perceber

estes sinais e concentrar no corpo ajudam a canalizar o momento de ansiedade e auxiliam o jovem a recuperar o foco. Utilizar a concentração para fazer o que está ao seu alcance, dividir a prova em etapas menores, separando em blocos por temas, tudo isso ajuda a organizar melhor a mente", explicou. Leonardo Menegoto, 17 anos, quer cursar medicina, e está na expectativa para fazer a prova. "Prefiro fazer logo. Se a ansiedade falar mais alto na hora da prova e eu ficar cansado, faço uma respiração pausada, resolvo questões de outra área de conhecimento, soluciono as que tenho preferência, acho que assim dá certo", planeja. O autocontrole sobre o corpo na véspera de prova, como regular o sono, ter uma boa alimentação, chegar com antecedência e desligar o celular, é um fator que contribui para diminuir a ansiedade na hora da prova, de acordo com o professor de matemática do curso pré-vestibular Academia das Específicas, Luis Bogado. "Além disso, eu recomendaria aquecer o cérebro antes com um jogo do sete erros para estimular a atenção, palavra cruzada para intensificar a memória, ou

Kayo Magalhães/CB/D.A Press



Leonardo Menegoto usa técnica de respiração contra a ansiedade

um sudoku para aquecer o raciocínio lógico", explicou.

Tempo de prova

Hierarquizar as questões entre fáceis, medianas e difíceis, priorizar os conteúdos da sua zona de domínio e manter o foco e a concentração são passos largos para gerir bem as cinco horas de prova. Coordenador e professor de história e de filosofia do curso pré-vestibular Academia das Específicas, Rodrigo

Caetano recomenda que os candidatos marquem direto no gabarito as questões de absoluta certeza. Depois, ele indica que sejam feitos os itens que geram dúvidas no final da prova. Por fim, o estudante deve desconstruir as perguntas sobre as quais ele desconhece.

Renato Pinheiro, 20 anos, quer cursar medicina, estuda para o vestibular e para o Enem há três anos e planeja o tempo de prova especificamente para o vestibular da UnB, por causa do método

Serviço

Local da prova: https://www.cebraspe.org.br/vestibulares/vestunb_25

Abertura dos portões: 11h30

Fechamento dos portões: 12h30

Início da prova: 13h

Término da prova: 18h

O que levar:

- » Caneta esferográfica preta, com tubo transparente
- » Carteira de trabalho; carteira de identidade; carteira nacional de habilitação (somente o modelo com foto), documentos digitais com foto

e assinatura (CNH digital e RG digital ou qualquer outro documento digital, com foto e assinatura).

O que não levar:

- » Aparelhos eletrônicos, óculos escuros, protetor auricular, lápis, lapiseira/grafite, marca-texto, borracha, chapéu, boné, gorro, garrafa de água, suco, refrigerante e embalagem de alimentos (biscoitos, barras de cereais, chocolate, balas etc.) que não sejam transparentes.

de "uma errada anular uma certa". "Gosto de fazer tudo em seguida e pular as que eu não tenho certeza. Eu não volto muito nas questões que eu sei para revisar. Eu só retorno nas questões que fiquei com dúvida para tentar resolver e conseguir o máximo de pontos possível. Como tem aquele fator de correção, é melhor não arriscar em todas que não tem certeza", explicou.

Quanto ao primeiro dia de prova — de humanas, linguagens e de redação —, o professor de

história e filosofia recomenda ler o tema da redação primeiro e depois passar para a prova. "Olhar o tema e os textos motivadores, por alto, no primeiro momento, é bom porque o cérebro trabalha aquela informação e o tema pode ser abordado em textos ao longo da prova. Um bom horário para o aluno fazer o rascunho da redação e passar para o gabarito é no meio da prova", sugeriu.

* **Estagiário sob a supervisão de Márcia Machado**