

Tire agora suas maiores dúvidas sobre como montar uma horta

Então que tal começar 2019 montado sua própria horta em casa ou em jardins comunitários? Mesmo quem mora em apartamento ou quer plantar em lugares com pouco espaço também pode começar hoje mesmo

Mariana Chagas (*)

Cultivar uma horta pode trazer diferentes benefícios, pois permite o consumo de alimentos mais frescos e com maior valor nutricional, já que é você quem cuida de cada detalhe, desde a escolha das sementes até os produtos que serão usados no plantio. Também ajuda crianças e jovens da comunidade a terem acesso à experiência prática na produção de alimentos, o que os ensinam a cuidar mais da natureza e saber um pouco mais sobre como ela funciona.

Isso sem contar as melhorias à saúde, visto que podem servir como terapia para quem sofre de estresse ou depressão causados pela vida corrida na cidade. Até mesmo quem possui problemas de hipertensão ou diabetes, a produção de ervas aromáticas pode auxiliar na substituição de sal e açúcar nas produções culinárias, levando a uma vida de maior qualidade.

Então que tal começar 2019 montado sua própria horta em casa ou em jardins comunitários? Mesmo quem mora em apartamento ou quer plantar em lugares com pouco espaço também pode começar hoje mesmo. E para te ajudar nessa nova empreitada, o Biólogo e Técnico Agropecuário da Secretaria de Agricultura do Estado, Alexandre Moreira, explica como produzir esses alimentos de forma adequada:

Qual o local mais adequado para montar uma horta? - Observe se o local escolhido recebe luz suficiente exigido pela



maioria das plantas (no mínimo 7 horas por dia), se não tem encharcamento do solo nos dias de muita chuva, se não ocorre muitas plantas daninhas no local escolhido, plantar as espécies de acordo com a sua época adequada de plantio (cada uma tem sua época correta para se plantar). E não esqueça de fazer adubação, correção do solo com calcário e alguns cuidados básicos diários.

Como posso saber se a terra onde vou plantar é produtiva? - No site (<http://www.iac.sp.gov.br/produtos/eservicos/analisedosolo/analisefisica.php>) há informações sobre como mandar uma análise do solo. Coletada uma porção do solo, com as técnicas corretas para essa coleta, tais são enviadas para um laboratório onde serão feitos testes de fertilidade desse solo. O custo é baixo, algo em torno de 30,00 a 50,00 por análise.

Posso usar algum tipo de adubo? - Sim, de acordo com as recomendações que serão baseadas na análise do solo.

Onde posso conseguir sementes ou mudas de qualidade para plantar? - Na página (<http://www.cati.agricultura.sp.gov.br>) você confere informações, diretamente do Departamento de Sementes, Mudas e Matrizes, sobre onde comprar, os preços de cada uma e como fazer o recebimento pelo correio.

Quais materiais eu preciso para montar uma horta vertical e sem gastar muito? - Você vai precisar de:

- Tesoura
 - Garrafa pet ou balde velho
 - Argila expandida (em pedra) ou areia
 - Substrato de cultivo (terra)
 - Muda ou semente à sua escolha
- E para uma horta em terreno?**
- Considerando que o espaço já esteja cercado, com acesso a água, algum lugar para guardar as ferramentas e os insumos, seria preciso algumas coisas básicas como carrinho de mão, enxada, enxada, pá, regador, rastelo, cavadeira, bandejas de isopor ou plástico para sementeira mangueira de jardim e alguns baldes plásticos.

Onde se pode conseguir terra para fazer o plantio? - Para as sementeiras pode-se comprar o substrato próprio para isso nas agropecuárias ou floriculturas. Pode-se substrato para sementes de hortaliças.

(*) - AI/Secretaria de Agricultura do Estado de São Paulo.

Como interagir de forma eficiente com o cliente

Yuri Fiaschi (*)

Não há dúvida de que a sobrevivência das marcas está diretamente relacionada à forma com que elas se comunicam com seus clientes

A consolidação dos dispositivos móveis e das redes sociais oferece grandes oportunidades para que empresas façam campanhas personalizadas, exatamente de acordo com as necessidades dos consumidores. Essa é uma oportunidade que nunca deve ser desperdiçada, porque, cada vez mais, ter estratégias de marketing eficientes significa fazer o cliente se sentir único e especial.

A partir dessa premissa é que entra em cena a comunicação omnichannel, uma estratégia simples, mas altamente eficaz em termos de personalização de conteúdo e marketing móvel, considerando que há 236 milhões de linhas de celulares em operação no Brasil, o que revela um mercado de grande potencial.

O omnichannel também oferece muitas possibilidades de personalização de conteúdo de acordo com os hábitos do cliente e da mensagem a ser transmitida. Enquanto o público mais idoso prefere mensagens por voz, os mais jovens gostam de ser contatados por meio de Facebook Messenger e notificações via push. Já as mensagens por SMS são a melhor opção para enviar cupons de desconto, ao passo que o e-mail é o canal ideal para enviar documentos.

Para realizar campanhas personalizadas e eficientes usando omnichannel, é necessário que as organizações trabalhem com inteligência os seguintes aspectos:

Timing - Entregar a mensagem certa no momento certo é cada vez mais crucial para campanhas de marketing de sucesso. Um meio surpreendentemente eficaz para alcançar essa meta é o SMS. Com a ajuda

de uma funcionalidade conhecida como geolocalização, é possível mandar mensagens de acordo com a localização do seu cliente. Outra ferramenta muito eficiente nesse aspecto são as notificações via push.

Canal de contato - De maneira geral, todas as empresas precisam se comunicar com seus clientes para fazer ofertas e mensurar taxas de satisfação. Com o omnichannel, seu público consumidor pode entrar em contato com sua marca por meio de diferentes canais, e o contrário também é verdade. Dessa forma, a omnicanalidade ajuda as empresas a oferecer sempre um conteúdo feito sob medida para seus clientes, ao mesmo tempo em que lhes permite receber suporte rapidamente, o que aumenta a satisfação do consumidor.

Rastreabilidade de dados - Utilizando uma plataforma integrada, a comunicação omnichannel permite que as equipes de marketing e vendas obtenham métricas para avaliar a penetração de suas campanhas. É possível rastrear esses dados utilizando técnicas simples, como a adição de uma UTM no fim de um link. Métodos mais sofisticados de análise de dados incluem big data e inteligência artificial. De qualquer forma, o objetivo é o mesmo: aproximar-se do cliente e fidelizá-lo.

Por fim, podemos concluir que a comunicação omnichannel é uma estratégia que tem potencial enorme, porque oferece diversos canais de contato eficientes e personalizados, com a possibilidade de obter métricas para aperfeiçoar ainda mais suas campanhas de marketing.

(*) - É head das Américas da Infobip, uma das maiores plataformas próprias de mensageria e comunicação do mundo, com receita anual de US\$ 430 milhões.

Reflexões

Os pensamentos têm grande poder. Eles são como sementes que você planta na mente. Quanto mais você mantém um pensamento, mais poder ele terá. Pensamentos positivos dão energia e força. Pensamentos negativos roubam poder e nos fazem sentir cansados. Somos positivos por natureza. Negatividade é resultado de um pensamento falho. Você pode mudar se quiser. Você não pode controlar os outros e as situações, mas você pode controlar o que está acontecendo dentro de você. Leva tempo para transformar esses padrões de pensamento. Seja paciente consigo. Comece com um pensamento: "

Brahma Kumaris

Lamborghini registra recorde de vendas em 2018

A marca italiana de carros de luxo Lamborghini registrou em 2018 seu recorde histórico de vendas, com 5.750 carros vendidos. O resultado representa um aumento de 51% com relação a 2017, quando a marca comercializou 3.815 unidades. O mercado norte-americano foi o principal consumidor no período, com 1.595 automóveis adquiridos, seguido por Reino Unido (636), Japão (559), Alemanha (463), China (342), Canadá (316) e Itália (295).

Com aumento de 5% nas vendas em 2018, o V10 Huracán foi o modelo mais comercializado do ano, com 2.780 veículos. O SUV Urus, lançado no último mês de julho, vendeu 1.761 unidades em todo mundo e ficou entre os modelos com melhor desempenho. O V12 Aventador foi outro destaque, com 1.209 unidades, o que representa um aumento de 3%.

"Não estabelecemos apenas um novo re-



O mercado norte-americano foi o principal consumidor no período.

corde, mas atingimos um nível jamais visto antes, superando com folgas a marca de cinco mil Lamborghini vendidas. Este grande salto demonstra o valor do nosso produto e da nossa estratégia comercial", comemorou o presidente da companhia, Stefano Domenicali (ANSA).

Horóscopo

Cícero Augusto - <http://ciceroaugusto.areavip.com.br>

Nesta sexta Mercúrio passa para o signo de Capricórnio e a comunicação fica mais realista e até econômica. Após muito discurso é hora de buscar mais objetividade. No início da manhã a Lua faz conjunção com Júpiter, o que nos deixa mais confiantes e expande as emoções. A Lua em bom aspecto com Plutão e em conjunção com Marte ajuda nas decisões dando mais coragem, mas sem dramas. As emoções podem vir à tona, sendo importante agir. O Sol em bom aspecto com a Lua dá maior vitalidade. A boa comunicação facilita os contatos. Perto da uma da tarde a Lua fica fora de curso e o resto da tarde será um bom momento para reflexão e mudanças de ponto de vista sobre qualquer situação.

Aries (21/3 a 19/4)
A Lua minguante em Escorpião ajuda a pôr um fim as situações pendentes e aquilo que já não dá mais. Mas é preciso acreditar em suas aspirações que ainda podem se realizar neste final de mês. Cultive o alto-astral e intensifique as atividades físicas. 91/891 - Amarelo.

Touro (20/4 a 20/5)
A Lua minguante ajuda a por um fim nos assuntos e colocar as responsabilidades em dia. Neste momento deve controlar a avaliação, a palavra e a crítica, ter muito tato. Faça algo novo guiado pela intuição e sensibilidade. Na vida a dois, o desejo é de novidade. 42/742 - Azul.

Gêmeos (21/5 a 21/6)
Mercúrio passa para o signo de Capricórnio e a comunicação fica mais realista e até econômica. Após muito discurso é hora de buscar mais objetividade. O dia dá uma inspiração para a genialidade e a busca pela liberdade e pela independência. 54/154 - Azul.

Câncer (22/6 a 22/7)
Perto da uma da tarde a Lua fica fora de curso e o resto da tarde será um bom momento para reflexão e mudanças de ponto de vista sobre qualquer situação. As atitudes egoístas e individualistas estão reforçadas e prejudicam suas relações sociais e amorosas. 96/496 - Branco.

Leão (23/7 a 22/8)
As emoções podem vir à tona, sendo importante agir. O Sol em bom aspecto com a Lua dá maior vitalidade. A boa comunicação facilita os contatos. Controle as emoções e use de tato nas palavras que geram situações tensas no trabalho. 56/256 - Amarelo.

Virgem (23/8 a 22/9)
Muita habilidade e sensibilidade ao tratar as pessoas ajudarão a fazer e a manter bons relacionamentos. O momento é de dificuldades que poderão ser superadas usando de tato e diplomacia, seguindo seu coração e a intuição ao tomar atitudes e não irá errar. 12/312 - Branco.

Libra (23/9 a 22/10)
Certas dúvidas provocam dificuldades e podem trazer perturbações. Antes de negociar, veja se não vai comprometer as suas condições financeiras e provocar perdas. Procure aceitar conselho ou sugestões sem questionar os pontos de vista diferentes. 25/625 - Azul.

Escorpião (23/10 a 21/11)
A Lua em bom aspecto com Plutão e em conjunção com Marte ajuda nas decisões dando mais coragem, mas sem dramas. O Sol vai para a casa quatro, a casa da família, o aproxima de suas raízes e leva a contato mais próximo com as coisas do passado. 98/598 - Cinza.

Sagitário (22/11 a 21/12)
No início da manhã a Lua faz conjunção com Júpiter, o que nos deixa mais confiantes e expande as emoções. Situações difíceis serão resolvidas usando de tato e calma. Ao final da tarde, vamos nos sentir revigorados e animados. Noite propícia a bons relacionamentos. 97/597 - Azul.

Capricórnio (22/12 a 19/1)
Todos ficam mais espontâneos e irão querer mais movimento, o que vai fazer que no final de semana seja ótimo para passeios, caminhadas ou outras atividades. Um novo ciclo de vida começará com o Sol na casa dois, melhorando seus ganhos e dando maior motivação. 36/336 - Verde.

Aquário (20/1 a 18/2)
Desde as primeiras horas da manhã cultive o alto-astral e intensifique as atividades físicas. A sua boa disposição ajuda a contatos intensos e amizados que ficarão mais próximas. Pode realizar viagens e fazer mudanças importantes na vida depois do aniversário, desde prepare tudo. 55/355 - Cinza.

Peixes (19/2 a 20/3)
Evite tomar atitude baseada na sua própria individualidade, pois isso será responsável por problemas no amor. Dedicar-se a execução do seu trabalho inteiramente, sem restrições. Use a intuição para não errar na fase mais delicada do ano que vai começar este mês. 23/523 - Branco.

Dicionário dos sonhos

INUNDAÇÃO - Ver uma grande, abandono no amor. Ser vítima dela, doença grave. Afogar-se nela, traição. Salvar-se, tem amigo leal. Outras pessoas nela, terá dificuldades no amor. Perder bens, felicidade no jogo. Ver números da sorte: 16, 24, 32, 44 e 79.

Simpatias que funcionam

Para melhorar no seu emprego ou conseguir um emprego novo: Comece por pegar em uma folha virgem de papel verde. Trate de escrever sete vezes: "meu anjo da guarda me venha ajudar, para um novo emprego arrumar ou o meu emprego conservar ou meu salário aumentar". Com o papel deverá embrulhar sete dentes de alho e guardar tudo muito bem escondido em uma gaveta no seu local de trabalho ou no lugar onde guarda os seus documentos relacionados com a sua vida profissional. Se você procurar um novo emprego, pode esconder tudo num local bem próximo da empresa onde quer trabalhar, para que ninguém encontre essa simpatia de emprego.

Comemorações e aniversariantes do dia

SEXTA 11 de Janeiro de 2018. Dia de São Teodósio, São Sálvio, Santa Honorata e Dia do Anjo Lelahel, cuja virtude é o idealismo. Dia do Enfermo. Hoje aniversaria o ator e diretor de cinema Alfonso Arau que completa 87 anos, o poeta Carlos Nejar que nasceu em 1939 e a atriz Patrícia Pillar que completa 54 anos.

O nativo do dia

O **Capricorniano** deste dia e grau é tenaz e insistente em seus propósitos, podendo obter o êxito pelo esforço e pela correta utilização de seus talentos. Dinâmico e empreendedor com capacidade comunicativa e pensamento independente. Gosta de viagens e aventuras, pois tem necessidade de estar sempre em ação. Apesar da aparência ousada sofre de confusão interior, pois oscila entre a fé e a dúvida tornando-se indeciso. A grande possibilidade de tornar-se uma pessoa admirada poderá ser transformada em uma liderança positiva e respeitosa. Possui muita energia e vitalidade. Deve evitar a ansiedade e falta de praticidade.

Adquira seu MAPA ASTRAL - Previsão Anual - SINASTRIA ou mapa de relacionamento e o SEXO DO BEBÊ - fone (11) 5585-4000. Pedidos na Internet: <http://areavip.com.br/ciceroaugusto>.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Representante de um país em outro	A mais fria e a mais quente estação do ano, respectivamente	Dona (?), esposa de D. Pedro I	Augusto (?), teatrólogo brasileiro	Abreviatura de "advérbio"	Sinal de envelhecimento
Região da Mata Amazônica (abrev.)	Arvore comum nas ruas do Rio	Petisco; quitute	Que não têm condições de se eleger	(?) na garganta: sensação de angústia	Ratazana, em inglês
Esporte praticado com assadelta		Achar engraçado			
O indivíduo sensível a baixas temperaturas	"(?) e Stitch", animação	Fonte de sal			Enchido de origem italiana
A madrinha, para os pais do afilhado			Congelar (orvalho)		A terra de Elba Ramalho (sigla)
(?) Johnson, ator e comediante	É lida no jornal	Fúteis; frívolo			
Símbolo bíblico da sedução			Bernardo Cabral, político brasileiro		Entidade infantil da Umbanda
Política romana que garantia alimento e diversão		(?) Gees, banda australiana			Carbono (símbolo)
Orquestra Sinfônica Brasileira			Que lhes pertencem		

BANCO. 3/atl. 4/11ho — vãos 5/p/ntê 9/pão e círcio. 32

PASSATEMPOS COQUETEL: OS MAIS VARIADOS FORMATOS E NÍVEIS PARA VOCÊ

COQUETEL revistascocquetel @cocquetel www.cocquetel.com.br #FAÇAOCOQUETEL

Solução

S	U	E	S	B	S	O
O	C	R	E	C	E	O
N	O	E	B	V	A	R
N	O	A	V	A	E	
V	I	C	I	O	N	A
M	V	E	R	I	R	E
B	J	E	H	O	V	M
S	O	T	I	T	I	N
O	I	N	E	B	O	I
T	V	N	I	A	I	E
E	H	A	I	T	O	A
B	O	V	E	O	N	
V	I	V	O	T	A	D
C		B				