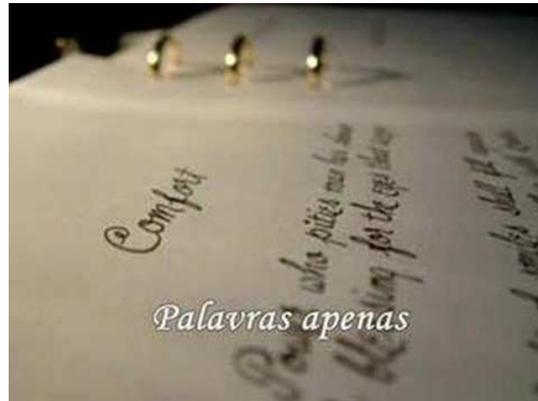


À LA CARTE
Vera Ribeiro de Carvalho
(você poderá ver a explicação desse título clicando [aqui](#))

PAROLE, PAROLE, PAROLE!...



Vem aí...



E, com ele, as...



Como eu disse na semana passada... só esta coluna, escrevo desde 2009... e muitos finais de ano também já se passaram...

Escrever sobre é sempre desafiador!

Todo ano é a mesma coisa: repensamos nossa vida, determinamos o que queremos mudar e colocamos como meta para o Ano Novo.

Aí... desta vez, resolvi falar dessas promessas que quase todos nós fazemos todo final/começo de ano, imbuídos das melhores intenções. Afinal... ano “novo” supõe um “renovar”... Eu terminei a coluna

passada pedindo isso pra vocês, lembram? Que vocês selecionassem da lista que expus algumas coisas de que gostou e ainda não fizeram...

As minhas giram, invariavelmente, sobre estas intenções... em algumas, eu consegui. Outras, acho que nunca... e as demais... estou tentando e vou conseguir! :

- 1) "No próximo ano vou ser mais organizada, nada de bagunça."
- 2) "Eu juro que vou reclamar menos e agradecer mais"
- 3) "Este ano vou viajar mais"
- 4) "Dormir melhor"
- 5) "Me tornar uma pessoa melhor" - "Eu vou ser mais social"
- 6) "Não vou mais discutir nem perder meu tempo com postagens políticas no face".

Alguém aí se identificou com alguma? rrsrrs!

"Destrinchando":

1) "No próximo ano vou ser mais organizada, nada de bagunça." - Eu juro que tento! E, aí há um contraste: sou hiper organizada com meus arquivos no computador: tenho tudo separadinho... Duvido você me pedir alguma foto de evento passado que eu não tenha... Mas... ai, ai! Estão vendo esta foto?



Foi de uma SEVIA, quando minha filha veio estudar aqui em Goio, no PREMEN II. Eu achei estranho que, algum tempo antes, vire e mexe ela estava na minha sala (eu era a diretora...). Depois, entendi: ela estava fazendo um "laboratório" para a peça que iriam representar, em que ela fazia "eu"... a mesa é exatamente como foram todas as que eu usei um dia... e mais ou menos como é hoje a do meu computador: bagunça total! Mas... haverá quem me entenda: era (é) uma "bagunça organizada", pois eu sabia (sei) exatamente onde estava (está) cada coisa que eu colocava (coloco) lá. Tanto, que uma das falas dela, ironizando, foi: "Cadê aquele clipe que eu coloquei exatamente aqui???" kkkk! Então... faz parte de mim! Mas – juro! – tenho pena de quem tiver que fazer aquela "faxina" em minha casa, depois que eu me for... há "séculos" que prometo a mim mesma revisar todas as gavetas de todos os armários... todos os guarda-roupas... estantes... tudo!, e jogar fora e doar um monte de coisas... às vezes até consigo... mas paro nos primeiros 30... 40%. Aff!!

2) "Eu juro que vou reclamar menos e agradecer mais". Isso eu tento também... Acredito que já "avancei um monte", mas... às vezes, lá vem uma recaída! rrsrs!



Não sei bem por que, isso... Resquícios da minha mãe, acho! É uma luta minha constante... estou conseguindo aos poucos!

3) "Este ano vou viajar mais" – Isso, sim... é sonho, é meta de vida. Já andei muito por aí... e hei de continuar. Infelizmente, por enquanto, não depende só de mim... Mas, um dia... “chuto o balde” e vou “caminhando contra o vento, sem lenço, sem documento”...



4) “Dormir melhor” - Essa é minha maior angústia... (não... a segunda maior. A primeira vem vindo aí...). Já fiz de tudo... algumas terapias alternativas, inclusive... mas ainda não conseguimos localizar a causa. AMO a noite, e fico “enrolando” para não ir dormir. (com quantos de vocês já fiquei conversando de madrugada? rrsrs!). Depois que vou pra cama, durmo até muito bem... Porém... é uma coisa que sinto que, se AINDA não está me fazendo mal (ao menos aparentemente), vai acabar fazendo, segundo TODAS as teorias que conheço e TODAS as matérias que li. Preciso de forças... que não sei direito onde irei achar!



5) “Me tornar uma pessoa melhor” - “Eu vou ser mais social” - Eis a minha MAIOR meta... a que persigo desde que tomei consciência de como eu sou...

Este foi e está sendo o meu maior desafio!



Quem convive comigo sabe o quanto eu já mudei. Eu sei o quanto tenho perseguido essa meta, incansavelmente!

**AINDA NÃO SOU
QUEM GOSTARIA
DE SER, MAS
GRAÇAS A DEUS
JÁ NÃO SOU
QUEM EU ERA.**

Primeiro, porque acredito piamente que todos viemos para este mundo com essa missão de evoluirmos, senão, não teria sentido a nossa passagem por aqui. O problema maior é tomarmos consciência de onde estamos e onde devemos chegar para conseguir isso... Não é nada, nada fácil!

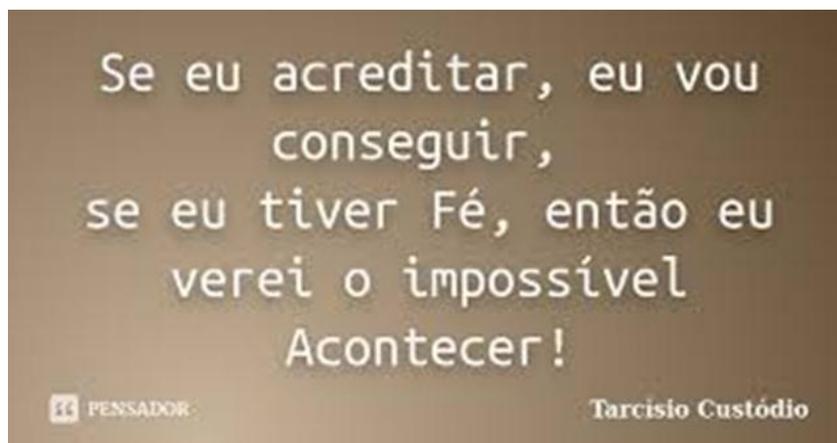
O problema todo está em aprender com esse ser que, da lagarta... à crisálida... chega, enfim, ao mais lindo dos insetos!

As borboletas nos ensinam que para evoluir é preciso passar por uma grande metamorfose.

Eis a questão-mor: essa metamorfose! Por mais que eu sempre tenha dito que “prefiro ser esta metamorfose ambulante do que ter aquela velha opinião formada sobre tudo”... quando chega na hora de mudar uma atitude... aí, meus caros, “a coisa pega”!

Por isso tenho feito tantas coisas... Microfisioterapia, Constelação familiar individual e em grupo, BEM School, coaching, enfim... Tenho lido tanto a respeito... Há poucos dias estive em Piracicaba para mais uma etapa dessa busca. Foi maravilhoso!

Não quero mais ficar achando culpados. Sei bem como foi que tudo aconteceu comigo. O que importa, atualmente, são o meu “hoje”, meu “amanhã”... e o que farei para “consertar” tudo. Não me assusta o “menos tempo agora do que antes” que terei pela frente... Por isso peço paciência... eu vou conseguir!



6) “Não vou mais discutir nem perder meu tempo com postagens políticas no face”. – Esse tem sido um enorme desafio, também. Já comecei e recomecei a fazer isso várias vezes. “Tá” bom que eu já melhorei muito. Uns 90 %. O que “matam” são esses 10% restantes... rrsrrs! Graças a eles, vivo “caindo em tentação”! Confesso: é difícil resistir a tantas “verdades absolutas de um lado só”! É difícil ficar vendo a manipulação correr solta e envolver tanta gente incauta. Então... chega uma hora em que a gente acaba explodindo! Está errado, isso! Por mais que eu mesma viva dizendo que as opiniões têm que ser respeitadas... que ninguém é “dono da verdade” – nem eu! – fica sempre a questão: como aceitar certas posturas provocativas, ofensivas, desrespeitosas?



O pior é que sempre acabo me arrependendo... por isso ando “felizinha” comigo, ultimamente: acho que achei o caminho: escrevo, escrevo, escrevo... falo tudo o que eu penso e... na hora de dar o enter, delete tudo! Kkkk!!! FINALMENTE acho que estou conseguindo internalizar o óbvio: se eu não mudar 100%, este será o meu fim:



Estão rindo, né? Exagero?

Talvez...

Enfim... voltando ao título... as minhas – tenho certeza! - NÃO SERÃO apenas palavras... palavras... palavras... “paroles”... “paroles”... “paroles”...

E as suas?



♪♪ Meu bem, você me dá...



... água na boca! ♪♪



Sabe a semana em que está todo mundo ocupado com final de ano... coisas de Natal? Então! O jeito foi consultar meus arquivos e escolher uma das minhas receitas. Resolvi postar uma que não foi inventada por mim, mas virou tradição aqui em casa e “pegou” um apelido: arroz verde. Eu nunca entendi por quê, já que ele, como veem na foto abaixo, é amarelo, pela cor do tempero principal. Vai entender! (A Sandra Maia que o diga... diz que sente a maior saudade dele... né, Sandra? rrsrs!). Então, lá vai:

Arroz com curry e cebolas



Ingredientes: 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
2 cebolas pequenas, cortadas em fatias de 1/2 cm de espessura (eu corto em meias fatias)
1/2 colher de chá de caril (curry) em pó (às vezes coloco mais. Como é um pouco apimentado, “vai do gosto do freguês”! Aliás... é a única coisa meio apimentada que eu como e gosto. Detesto pimenta!)

sal a gosto

1/8 de colher de chá de noz moscada

2 xícaras de arroz cozido e quente

1/2 xícara de creme de leite

Modo de preparar: Derreter a manteiga ou a margarina numa panela com capacidade para 2 litros, adicionar a cebola, o caril, o sal a gosto e a noz moscada e cozinhar até que as cebolas estejam macias – cerca de 7 minutos – mexendo.

Acrescentar o creme de leite, juntar o arroz, mexer bem e deixar no fogo até que esteja bem quente.



*Bom
apetite!*

Obrigada a
mim mesma !

CURIOSIDADES



Da série “As ruas mais encantadores do mundo”

Avenue des Champs-Élysées – Paris



Como canta Joe Dassin na famosa canção francesa, “a Champs-Élysées tem tudo o que você quer”. É nela que ocorre a grande festa de Réveillon em Paris, bem como as principais celebrações de conquistas militares ou esportivas. Os cerca de 2 km de extensão vão da Place de la Concorde ao Arco do Triunfo, que foi encomendado por Napoleão Bonaparte no auge da abundância imperialista de seu país no início do século 19. No primeiro domingo de cada mês, ela fica fechada aos carros e com uso exclusivo de pedestres.



viesses passar todos aqui, com os netos e nora. Nossa! Que felicidade foi isso! Então, primeiro, vamos aos pratos (que... falando sinceramente, até já foram mais bonitos...):
... e depois... NETOS! Família! Precisa mais de quê, mesmo?

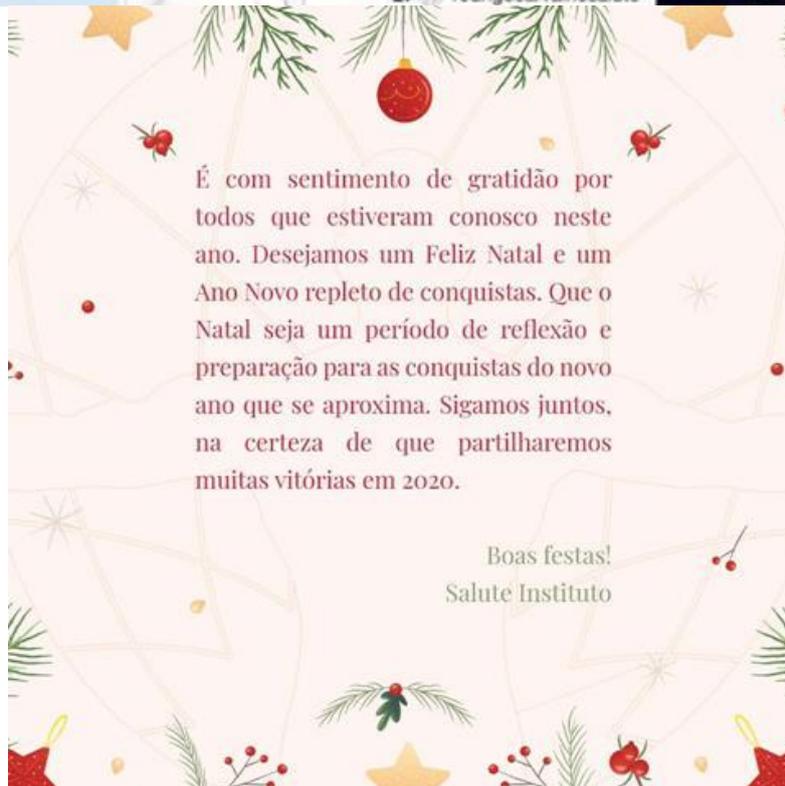


Nada! Felicidade completa!

(Agora, um segredinho, cá entre nós... também serviu para me mostrar... me dar certeza de que aquela “jovem senhora” que fazia tudo isso não existe mais... fiquei exausta, “acabada”! kkkk! (mas faria tudo de novo!!)

GRATIDÃO!!

Espaço Saúde



Clique no link abaixo para ler a coluna de hoje do Dr. Rodrigo:
<https://goio.news/noticias/249/6594/e-logico-e-biologico>

Ótica e Relojoaria Orient





A ÓTICA E RELOJOARIA ORIENT deseja um 2020 de muitas realizações para todos seus clientes, amigos e parceiros!

ÓTICA E RELOJOARIA ORIENT, à Av. Daniel Portela, 694. Fone 3522 1881 ou 9829-6116

Dr. Eduardo M. Otani
CRM: 7668

www.otani.med.br

Atendimento Geral
Cirurgia Geral
Endoscopia Digestiva Alta

HOSPITAL
SANTA MARIA

Quem trabalha em casa, ao final do dia caminhou 1000 metros, mas essa caminhada não foi de uma forma contínua e não é tão eficiente. Dê preferência, portanto, às caminhadas na rua ou parques.

Floricultura
**QUATRO
ESTAÇÕES**



Recadinho da Neusa Cavalcante: “*Feliz Natal e um Ano Novo cheio de prosperidade, a todos nossos clientes, amigos, e parceiros, muita alegria e sucesso não só agora, mas sim todos os dias!*”

FLORICULTURA QUATRO ESTAÇÕES - 44 3522 5265. Whats 999603098

Você tem certeza?



Assinale a alternativa em que as expressões destacadas nas três frases abaixo tenham sido corretamente pronominalizadas: *Puseram **as cartas** na mesa. Deduziu **os gastos com saúde** do imposto de renda. Ao repor **as taças** na caixa, notou que uma estava lascada.*

- a) Puseram-as - Deduziu-os - repor-nas
- b) Puseram-las - Deduziu-hes - repor-lhes
- c) Puseram-nas - Deduziu-os - repô-las
- d) Puseram-lhes - Deduziu-los - repor-nas
- e) Puseram-nas - Deduziu-nos - repôs-las o

<https://sitenotadez.net/portugues-gramatica/>

[Clique aqui e veja a resposta da questão](#)



MoldurasGratis.com