

Editora **via**



Ano XI - 2022. Edição 43

Melhor **viagem**

Turismo na maturidade



MATO GROSSO DO SUL

**DESBRAVE CENÁRIOS DE NOVELA NO PANTANAL
EM PARAÍSO COMO BONITO, CORUMBÁ E MUITO MAIS**

CALDAS NOVAS, CUNHA E HOLAMBRA

Os eventos estão de volta em grande estilo

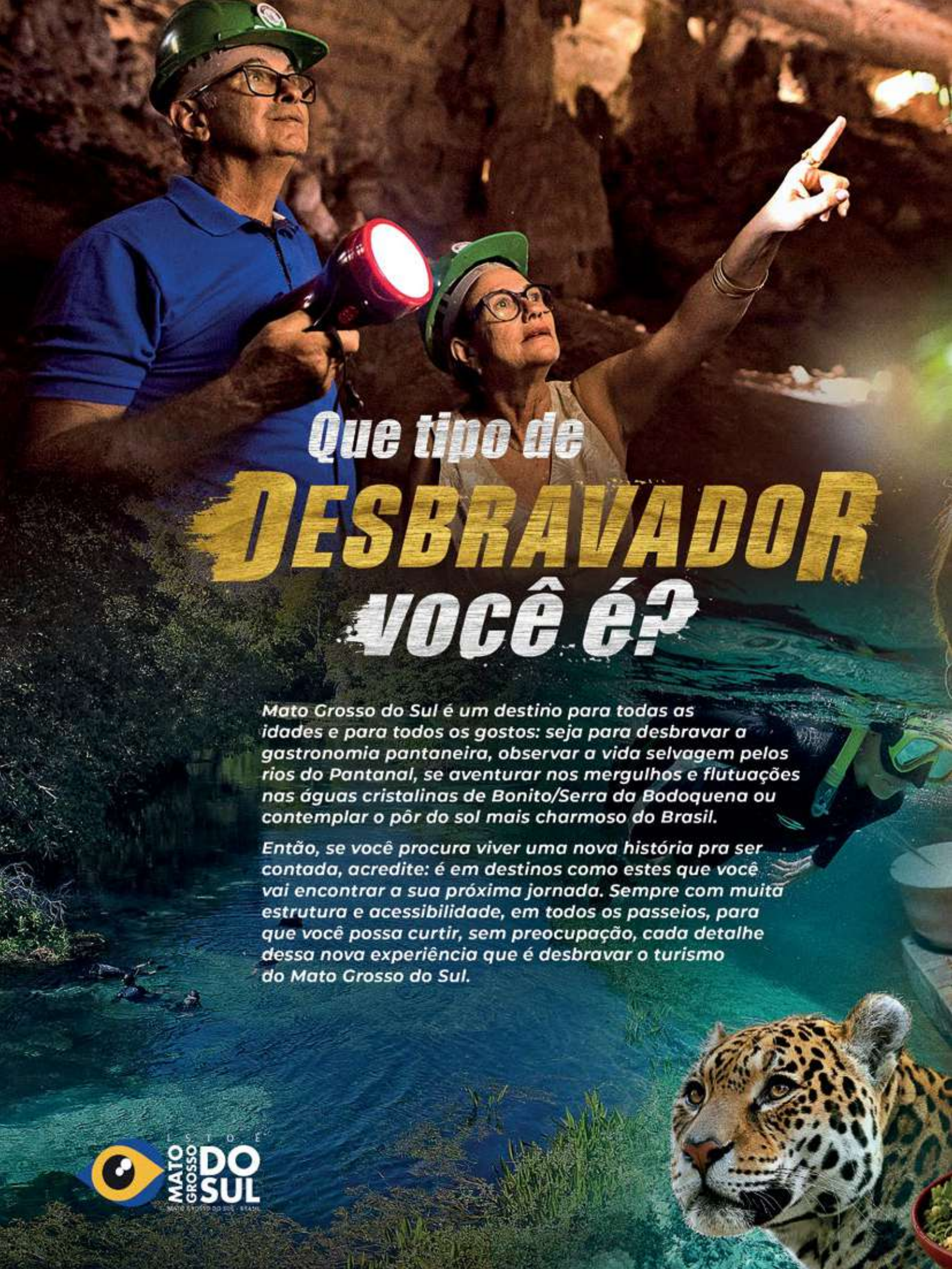
SAÚDE E BEM-ESTAR

Descubra os benefícios do açaí, ovos e alimentos que comprometem o humor

CRUZEIROS

O navio MSC Seashore viaja este ano de Miami ao Rio, com parada nas Bahamas

A única revista brasileira de turismo e entretenimento para leitores 60+. Assine já!



Que tipo de
DESBRAVADOR
você é?

Mato Grosso do Sul é um destino para todas as idades e para todos os gostos: seja para desbravar a gastronomia pantaneira, observar a vida selvagem pelos rios do Pantanal, se aventurar nos mergulhos e flutuações nas águas cristalinas de Bonito/Serra da Bodoquena ou contemplar o pôr do sol mais charmoso do Brasil.

Então, se você procura viver uma nova história pra ser contada, acredite: é em destinos como estes que você vai encontrar a sua próxima jornada. Sempre com muita estrutura e acessibilidade, em todos os passeios, para que você possa curtir, sem preocupação, cada detalhe dessa nova experiência que é desbravar o turismo do Mato Grosso do Sul.



Mato Grosso do Sul.
O destino para todos
os desbravadores.
O destino para você.

SIGA A GENTE
NO INSTAGRAM

[visitmsoficial](https://www.instagram.com/visitmsoficial)

UNIDADE DE TURISMO
DE MATO GROSSO DO SUL

SEMAGRO
 Secretaria do Estado de Produção,
 Desenvolvimento Econômico,
 Meio Ambiente e Agricultura Familiar



ANA MELO
PUBLISHER

É DO BRASIL

A cada viagem que fazemos pelo nosso País, temos sempre uma grata surpresa e felicidade de saber o quão rica, linda e abençoada é esta terra.

A variedade de roteiros distintos existentes de Norte a Sul é capaz de agradar todos os gostos e bolsos de turistas sedentos – mais do que nunca – por viajar, depois de dois anos reclusos, em função da pandemia do covid-19. A nossa dica é: explore o Brasil!

Sol, praia, montanhas, gastronomia, cultura, história e até neve temos aqui. Ainda que o sonho de muitos seja de atravessar o continente e desbravar outros países, vale ressaltar que a crise econômica tem atingido os principais destinos turísticos mundo a fora, com os juros em alta e a nossa moeda mais desvalorizada. Aquelas comprinhas que brasileiros adoram fazer nos Estados Unidos não tem valido tanto a pena, sem contar os custos de aéreo e hospedagem.

Se é praia, temos quase 7.500 quilômetros de litoral, uma mais bela que outra. Se quer montanhas, também de Norte a Sul há cânions, cachoeiras e uma vida silvestre invejável.

Nesta edição da revista Melhor Viagem oferecemos uma excelente opção entre as grandes riquezas naturais do Brasil: o Mato Grosso do Sul. Vamos provar porque este estado precisa fazer parte da sua lista de desejos. Se enganam aqueles que acham que só o Pantanal e Bonito são as grandes estrelas. O MS tem muito mais de beleza para surpreender. São atrativos que incluem cânions, arquitetura rupestre, artesanato, pesca, natureza, animais silvestres e linda história para contar aos seus visitantes. Tudo isso é possível conhecer nas cidades de Costa Rica, Rio Verde, Alcinoópolis e Campo Grande sem, no entanto, deixar fora do roteiro a consagrada região de Bonito e do Pantanal de Corumbá.

Desafiamos vocês, leitores, a terem experiências novas e se jogarem nesta viagem de aventura, contemplação e muita emoção. Trata-se do destino perfeito para quem precisa recarregar as energias, respirar ar puro, tomar banho de rio e cachoeira e ainda registrar todos os momentos em fotos e vídeos incríveis. Basta ter boa condição de mobilidade física e tempo para aproveitar tudo que Mato Grosso do Sul oferece.

Tenham todos uma boa leitura!

●	TUR RELIGIOSO	5
●	NOTÍCIAS	6
●	CRUZEIROS	8
●	ESPECIAL	10
●	LITERATURA	38
●	SAÚDE E BEM-ESTAR	40
●	PET	42

Editora

Via

MELHOR VIAGEM

é uma publicação de
responsabilidade da Editora Via Ltda.

Av. Angélica, 321- Cjs. 92 e 93
Higienópolis - CEP: 01227-000 - São Paulo - SP
Tel.: (11) 3255 4956
@revistamelhorviagem

Periodicidade: Bimestral
CEO: Amanda Leonel

Editora-Chefe: Ana Melo
anamelo@editoravia.com

Chefe de redação:
Leonardo Neves
leonardo@editoravia.com

Redação:
Ana Melo, Nina Marciano e Cecília Fazini
redacao@editoravia.com

Diagramação: Diego Siliprando
arte@editoravia.com

Financeiro: info@editoravia.com

PUBLICIDADE:
Amanda Leonel: amanda@editoravia.com
Vanessa Leal: vanessa@editoravia.com

REPRESENTAÇÃO COMERCIAL:
Brasília - IBIS: Ivone Camargo
Tel.: (61) 3349 5061 / 99666 7755 / 98430 7755

SUGESTÕES E ASSINATURAS:

Tel.: (11) 99446 6633
info@editoravia.com

INAUGURADA A MAIOR ESTÁTUA DE CRISTO DO MUNDO

Foram finalizadas as obras do Cristo Protetor, um monumento de 43,5 metros de altura, localizado em Encantado, cidade a 145 km de Porto Alegre, no Rio Grande do Sul.

A construção começou em 2019, no Morro das Antenas, na região do Vale do Taquari, e terminou no dia 22 de abril deste ano. A estátua é a primeira etapa de um complexo turístico, com lojas, restaurantes e mirantes, que tem previsão de inauguração no primeiro semestre de 2023.

O Cristo Protetor é o maior do mundo, com 37,5 metros de altura, mais seis metros do pedestal, somando 43,5. Depois dele, está



o Cristo Rei, na Polônia, com 36 metros, seguido do Cristo de La Concordia, na Bolívia, com 34. O Cristo Redentor, no Rio de Janeiro, possui 30 metros de altura e 38 metros com o pedestal.

O seu entorno não está completamente finalizado, mas já pode ser visitado pelos turistas aos sábados e domingos, das 9 às 17 horas, e é pedido uma contribuição para o acesso de R\$ 20.

As obras têm apoio da Asso-

ciação Amigos de Cristo de Encantado (AAE), organização sem fins lucrativos que viabilizou os recursos financeiros para o projeto.

Além da proximidade de Porto Alegre, a cidade de Encantado fica a 180 km de Gramado e 80 km de Bento Gonçalves.

A obra pesa 1.700 toneladas com 39 metro de envergadura dos braços e á 436 metros do nível do mar.

NOVO SANTUÁRIO TERÁ RÉPLICA DA CASA DE SANTA RITA DE CÁSSIA

O Santuário de Santa Rita de Cássia ocupa uma área de 180 mil metros quadrados e será inaugurado nos dias 20, 21 e 22 de maio na cidade de Cassia (MG). "Foi um longo caminho até chegar aqui. Mas, tudo foi pensado e preparado com muito carinho. Estive em Cássia na Itália, para pegar todas as referências. A casa de Santa Rita, da qual estamos fazendo uma réplica é cheia de detalhes. Ela foi construída na época de 1200, 1300, quando viveu Santa Rita de Cássia", conta o empresário e idealizador do Santuário,

Paulo Flávio de Melo.

Além da casa da Santa, o novo Santuário, parte de um complexo religioso, abriga um Centro Comercial, a Casa para o Clero, um Velário, sanitários, vestiários, fraldário, praça de alimentação, heliponto e estacionamento para 200 ônibus e até mil carros. São 5 mil pessoas sentadas e 2 mil em pé.

O Santuário de Santa Rita de Cássia será o maior dedicado à Santa no mundo. "Cássia está de



portas abertas para todos os fiéis e peregrinos. Serão dias de grandes emoções e bênçãos", conta o padre Michel Pires.

A data dos eventos foi escolhida pois, dia 22 de maio, é celebrado o Dia de Santa Rita de Cássia, que ficou conhecida como a padroeira das causas impossíveis, a protetora das viúvas e a santa das rosas.



Parada das Flores



Exposição de arranjos florais

Fotos: Juliana Lazzerini

EXPOFLORA ESTÁ DE VOLTA E COM NOVIDADES

A Expoflora já colocou à venda os ingressos promocionais, com até 70% de desconto para a sua 39ª edição. O evento será realizado em Holambra, interior de São Paulo, no período de 2 a 25 de setembro, de sexta-feira a domingo, e nos dias 7 e 8 de setembro (quarta e quinta-feira, aproveitando o feriado da Independência do Brasil), sempre das 9h às 19h. A 39ª edição teve que ser adiada por dois anos devido à pandemia da covid-19. A Expoflora é maior exposição de flores e plantas ornamentais da América Latina.

Na bilheteria, nos dias do evento, os ingressos serão vendidos por R\$ 80,00. As entradas promocionais, no entanto, já estão à disposição dos visitantes nos sites (para compras individuais) e www.expoflora.com.br (para grupos acima de 15 pessoas). O primeiro lote, válido para as compras efetuadas até o dia 24 de junho, está sendo comercializado com 50% de desconto. No entanto, ainda é oferecido mais 20% sobre o desconto do preço promocional para quem optar pela visita nos dias 2, 3, 4, 8, 9, 16 e 23 de setembro. Não



Gastronomia holandesa

há meia-entrada nos valores em promoção.

No site da Ingresso Rápido também é possível adquirir, até 24 de junho, pacotes promocionais contendo 4 Ingressos + estacionamento por preços especiais. Os convites adquiridos pelo site Ingresso Rápido para a edição que aconteceria em 2020 serão válidos para a festa deste ano, bastando a troca no guichê da empresa de tickets no saguão de acesso ao parque. O visitante poderá escolher a data em que deseja participar do evento, sem a necessidade de contato prévio.

ATRAÇÕES PARA 2022

A Expoflora pretende manter todas as atrações de suces-

so junto ao público, como a Exposição de Arranjos Florais, a Mostra de Paisagismo e Decoração, a Parada das Flores, a Chuva de Pétalas, a gastronomia holandesa e as danças típicas, o Shopping das Flores e shopping para compras, minissítio e

parque de diversão, entre outras. E já anuncia novidades para o Passeio Turístico, que manterá o city tour pelos pontos turísticos de Holambra, mas inovará com a visita ao Magic Garden, um local especialmente preparado para que os turistas se emocionem ainda mais ao caminhar por entre os campos de flores, como o de girassóis, e possam imortalizar momentos mágicos nos canteiros temáticos de flores e plantas ornamentais.

O Magic Garden fica a apenas 6 quilômetros do parque da Expoflora, o que reduz em 50% o tempo e o percurso do passeio anterior, e conta com 70 mil m² de área - contra 7 mil m² do local da visita anterior. O Passeio Turístico será realizado das 9h às 17h, em todos os dias do evento.

ENCONTRO SÊNIOR DAS ÁGUAS QUENTES, EM CALDAS NOVAS

Shows musicais, baile, oficina de dança, yoga, palestras e hidroterapia nas piscinas do hotel Thermas diRoma: A 6ª edição do evento marca o retorno dos encontros presenciais para a 3ª idade promovidos pelo Grupo diRoma de Caldas Novas (GO).

Os encontros para a terceira idade se tornaram clássicos em destinos com águas termais, especialmente na capital mundial das águas quentes, Caldas Novas, no sudeste de Goiás. Esse ano, o Encontro Sênior será especial por marcar o retorno voltado ao lazer combinado com termalismo, entretenimento e uma experiência de hospedagem completa no Thermas diRoma.

A viagem pode ser programada com antecedência, já que o VI Encontro Sênior das Águas Quen-



23/08 - Renato e seus Blue Caps



22/08 - Golden Boys

tes acontecerá entre os dias 22 e 25 de agosto. Além da hospedagem no Thermas diRoma, onde a infraestrutura conta com parque de piscinas termais, sauna, bar molhado, ampla área verde, restaurante com culinária diversa,



quadras para esportes e outras atrações, as atividades do evento serão divididas entre o salão no hotel e o Centro de Eventos e Convenções diRoma. A programação começa pela manhã e preenchem o dia até as 22h30 (exceto dia do check-in e check-out), incluindo hidroterapia, yoga, palestras, sessão de massagem e shows com Renato e seus Blue Caps, Golden Boys e Tony Angeli.

SERVIÇO

VI Encontro Sênior das Águas Quentes

De 22 e 25 de agosto de 2022

www.diroma.com.br

0800-648-9800 / (64) 3455-9393

PACOTE ESPECIAL PARA O CORPUS CHRISTI EM CUNHA

A Estância Climática de Cunha, a aproximadamente 200 quilômetros de São Paulo (SP), é uma boa opção para quem quer viajar, relaxar e ainda curtir atrações religiosas relacionadas ao feriado de Corpus Christi, que este ano será celebrado em 16 de junho.

A cidade é conhecida por organizar programações tradicionais. Os destaques ficam por conta da procissão (programada para o próprio dia 16/6, às 16h) e dos tapetes de serragem, que são espalhados pelas ruas e exibem belíssimos desenhos católicos.

Os viajantes que pretendem passar o feriado em Cunha também podem aproveitar o passeio para descansar e conhecer os pontos turísticos da região. A dica é se

hospedar na Pousada Candeias, que oferece diárias com café da manhã incluso e condições especiais para viagens realizadas de 15 a 19 de junho.

Com apenas 10 chalés, a Pousada Candeias conta com piscina e opções de trilha pela mata. O empreendimento oferece fácil acesso a bares e restaurantes. Além disso, é possível conhecer locais como Lavandário, Contemplário e Parque Estadual Serra do Mar.

Cunha também é reconhecida como a Capital Nacional da Cerâmica de Alta Temperatura.

SERVIÇO

www.pousadacandeias.com.br

@pousadacandeiascunha

(12) 3111-2775 / 99603-5892 /

98149-0870



Café da manhã na pousada Candeias





MSC Seashore na Ocean Cay MSC Marine Reserve



Fort de France, em Martinica

DE MIAMI AO RIO DE JANEIRO, PASSANDO PELAS ILHAS DO CARIBE

O cruzeiro a bordo do novo navio MSC Seashore de 19 noites, partirá de Miami, em novembro de 2022, e visitará a ilha privativa da companhia nas Bahamas, a Ocean Cay MSC Marine Reserve

O MSC Seashore, o mais novo navio da MSC Cruzeiros, fará uma viagem que partirá de Miami, nos Estados Unidos, visitará oito ilhas no Caribe, dois destinos brasileiros, e chegará na cidade do Rio de Janeiro no início de dezembro. Com embarque em Miami, no dia 20 de novembro, o cruzeiro visitará a Ocean Cay MSC Marine Reserve, a ilha privativa da companhia nas Bahamas; San Juan, em Porto Rico; Charlotte Amalie, nas Ilhas Virgens Americanas; St. John's, em Antigua e Barbuda; Philipsburg, em St. Maarten; Fort de France, na Martinica; Bridgetown, em Barbados; e Porto da Espanha em Trinidad e Tobago.

Depois de alguns dias de navegação, o cruzeiro visitará Salvador e Búzios, e chegará no Rio de Janeiro, no dia 09 de dezembro, concluindo seu roteiro de 19 noites.

O MSC Seashore é o primeiro navio da classe Seaside EVO

da MSC Cruzeiros e famoso por seu design inovador, destinado a conectar, mais profundamente, os hóspedes com o mar. O navio oferece novos espaços, recursos e experiências, além de possuir o maior espaço ao ar livre da frota, com quase 13 mil metros quadrados de área, onde os hóspedes podem desfrutar de amplas áreas externas à beira da piscina, tomando um coquetel refrescante em um dos bares, relaxando em uma hidromassagem borbulhante ou simplesmente aproveitando o sol e a brisa na varanda de suas cabines.

São 11 tipos diferentes de cabines e suítes com varanda, seis piscinas, incluindo um novo parque aquático interativo e uma piscina com borda infinita na popa do navio, bem como duas hidromassagens também com borda infinita. Além disso, o navio possui diversas opções de entretenimento, como produção teatrais originais, discoteca, SPA, academia, área in-

fantil e ampla variedade de bares e restaurantes, incluindo cinco restaurantes de especialidades, como Butcher's Cut, que conta com uma área ao ar livre localizada na promenade à beira-mar. Além do exclusivo Top 19 Solarium para os hóspedes da experiência Aúrea, com seu elegante lounge ao ar livre e bar, boutiques e um MSC Yacht Club, área premium do navio, de três mil metros quadrados.

O navio está equipado com as mais recentes tecnologias para minimizar sua pegada ambiental, reduzir continuamente o seu impacto e garantir emissões atmosféricas ainda mais limpas, incluindo sistemas híbridos de limpeza de gases de escape (EGCS) de última geração, um sistema de redução catalítica seletiva (SCR) de ponta para reduzir em 90% o óxido de nitrogênio, e um sistema avançado de tratamento de águas residuais (AWTS) para dar aos efluentes uma qualidade muito alta.



Área ao ar livre do restaurante Butcher's Cut



Piscina coberta Jungle Pool



Hidromassagem com borda infinita



Suíte com varanda

OCEAN CAY MARINE RESERVE

A Ocean Cay MSC Marine Reserve, a ilha privativa da MSC Cruzeiros, tem o objetivo de fazer com que os hóspedes vivenciem a beleza natural das Bahamas. A ilha, um antigo local industrial de extração de areia, foi restaurada pela companhia para suas condições originais, incluindo a restauração de corais ameaçados de extinção e a implementação de outros programas de conservação e educação.

O local traz um pedaço do paraíso com praias de areia branca, onde cadeiras, guarda-sóis e cabanas os aguardam para um dia relaxante, absorvendo o espírito vibrante das Bahamas, enquanto é cercado por vistas arrebatadoras de águas azuis cristalinas.

A ilha também oferece aos hóspedes diversas opções de diversão como esportes aquáticos, excursões, lojas, spas e restaurantes ao redor da ilha. Como os navios atracam diretamente na Ocean Cay, os hóspedes podem facilmente embarcar quando quiserem e retornar à noite para aproveitar as festividades noturnas.

No local, é possível realizar excursões para descobrir de perto a vida marinha como mergulho com snorkel, stand up paddle e caiaque; um luxuoso tratamento de spa ou relaxar em uma cabana privativa; passear por uma autêntica vila das Bahamas com artes e artesanatos da região feitos por artesãos locais; fazer uma refeição no Seakers Food Court incluso na reserva ou em um dos seis food trucks localizados ao redor da ilha e desfrutar de coque-

téis e outras bebidas em vários bares da ilha.

SERVIÇO

As tarifas são em Reais e podem ser parceladas em até 12 vezes, sem entrada e sem juros. Quanto mais antecedência na reserva do cruzeiro, são mais vantagens, incluindo melhores preços, maior disponibilidade no navio e tipos de cabines.

MSC Seashore

Embarque: Miami, Estados Unidos 20/11/2022

Desembarque: Rio de Janeiro -- 09/12/2022

Acomodação em cabine interna dupla, Experiência Bella
www.msccruzeiros.com.br

DESTINO ENCANTADOR

No coração do Brasil, Mato Grosso do Sul dá um banho em atrativos, diversidade de cenários que inspira novela, acolhida, boa gastronomia, acessibilidade na maior parte da visitação, tudo para a imersão com a natureza única e exuberante, a ser registrada, definitivamente, na retina dos olhos


TEXTOS: NINA MARCIANO E CECÍLIA FAZZINI
FOTOS: VICTOR HUGO SANCHES

Platinados, com vocês: Mato Grosso do Sul, cravado no mapa turístico do País com muito a ser desbravado! Nas próximas páginas, um extrato que nossa reportagem registrou do muito que esse pedaço surpreendente de terra tem a oferecer ao visitante. Foram 3.200 quilômetros, numa viagem de 12 dias, a convite da Fundação de Turismo de Mato Grosso do Sul – FUNDTUR, que apresentou a pluralidade arrematada com a Rota Norte, uma oferta que permite ao turista comungar de dois biomas: Cerrado e Pantanal. Desfrutem da visão ampla e irrestrita da biodiversidade, da rica flora e fauna, do jeito caloroso e incomparável com que os locais – que fazem questão de serem chamados de sul-mato-grossenses – recebem o visitante, da comida levada à mesa com generosidade e capricho, aos meios de hospedagem, enfim em cada canto e detalhe. Mato Grosso do Sul tem na essência a gar-

ra da independência, já que foi desmembrado de Mato Grosso, em 1977.

Bonito, cidade, com justiça, consagrada capital nacional do ecoturismo, dispensa qualquer apresentação, pois trata-se de um destino maduro e com todos os predicados à seu favor para recepcionar o viajante, de todas as idades. Das profundezas de grutas e lagos cristalinos à revoada das araras vermelhas e o canto característico do Udu – o pássaro símbolo de Bonito, os elementos se orquestram num show de beleza e experiência.

Na chegada à Corumbá, o Pantanal - bioma cujos 70% da área pertencem ao MS. A maior planície inundada do mundo abre as portas e serve de forte inspiração para novela homônima, no ar em sua segunda edição, após 30 anos, agora na TV Globo. Com rios atravessando seu território e brindando o homem com a preciosidade e imponência de



seu curso, suas águas se prestam a meio de subsistência, transporte de pessoas, corredor fluvial por onde navega carga que é parte relevante da economia regional, deleite dos aficionados pela pesca esportiva ou, simplesmente, para a contemplação de aves e animais que vivem nas zonas ribeirinhas. O pôr do sol na orla portuária, com o casario centenário e colorido e embarcações perfiladas à margem do Rio Paraguai como testemunha, significa algo como comungar com o sagrado e torna-se cartão postal natural. O pantaneiro, que pode ser considerado genuíno guardião da natureza, merece um capítulo à parte. Seja pela originalidade de seu jeito de ser ou pelo orgulho de ter nascido nesse pedaço de chão, uma espécie de território sem fronteiras, escolhido igualmente por brasileiros de origens diversas e até bolivianos e paraguaios.

A capital do MS, Campo Grande, que beira hoje

a 1 milhão de habitantes, reserva um espetáculo único. O asfalto e altos edifícios da metrópole não intimidam a vida silvestre, presente na arara Canindé – referência máxima nos céus pantaneiros – que não se priva de pousar sobre os fios de energia, que atravessam largas avenidas. Tampouco impede a convivência amistosa de quatis e capivaras que, entre tantas espécies, ocupam espaço na cena urbana. Em direção ao Norte do Estado, Costa Rica, Alcinópolis e Rio Verde completam o percurso em grande estilo. Tudo é fascinante. De quedas d'água, verdes e infindáveis campos que abrigam culturas como as da soja, cana-de-açúcar e algodão, até formosos cânions e arte rupestre, sinal evidente da presença de antigas civilizações por aquelas paragens.

Está feito o convite à essa emoção em forma de destino turístico!

“AH, MEU DEUS! EU SEI, QUE A VIDA DEVIDA SER BEM MELHOR E SERÁ! MAS ISSO NÃO IMPEDE QUE EU REPITA...”

**É BONITO!
É BONITO!
E É BONITO!**



Gruta do Lago Azul

Quem chega à cidade de Bonito poderia dizer que é bonito, é bonito e é bonito, plagiando Gonzaguinha em sua música “O que é? O que é?”

Fundada em 1927, distante 300 quilômetros da capital Campo Grande, na região da Serra da Bodoquena, é considerada o paraíso do ecoturismo e reconhecida internacionalmente. Integra a lista dos “1000 Lugares pra conhecer antes de morrer”, livro de autoria da norte-americana Patricia Schultz e, em 2013 recebeu o prêmio World Responsible Tourism Awards (melhor destino turístico responsável do mundo), pela Feira World Travel Market, em Londres.

Mas o que a cidade tem de especial para ser tão famosa? A região de Bonito-Serra da Bodoquena possui mais de 50 atrativos voltados para o Ecoturismo e Turismo de Aventura. A lista é



Trilha com infraestrutura segura para os turistas apreciarem a paisagem

grande: possui belas paisagens, infraestrutura adequada, profissionais qualificados para oferecer uma viagem segura, rios de águas transparentes, cachoeiras, grutas, trilhas, balneários, mergulho, flutuação, cavalgadas, passeios de bote, diversas atividades radicais, arvorismo, rapel, boia cross e tirolesa.

Gruta do Lago Azul

Local inserido em todos os roteiros turísticos. Antes de aden-

trar à gruta, ainda na recepção, os turistas (em grupos de 15 a 20 pessoas) recebem instruções e material de proteção pessoal (capacete e máscara). Após caminhar por uma pequena trilha (sempre com acompanhamento de guia), é preciso descer 300 degraus dentro da gruta para chegar bem próximo ao belíssimo lago, que tem a coloração de um azul intenso. Os banhos são proibidos para preservação de



Flutuação na Gruta do Mimoso



Todas as atividades contam com instrutores e os praticantes são devidamente paramentados



O Buraco das Araras possui platô para observação das aves



camarões albinos existentes no local. Segregadas há milhões de anos em um local de pouquíssima ou nenhuma luz, oxigênio reduzido e alimentação rara, algumas espécies tiveram que sofrer profundas transformações para continuar sobrevivendo nas profundezas dessas águas.

BURACO DAS ARARAS

Buraco, sumidouro, dolina. Não importa o termo para definir. Importante é ser o maior da América do Sul, com 500 metros de circunferência e 100 metros de profundidade. Fica no municí-

pio de Jardim, próximo a Bonito. Em seu interior há um lago habitado por jacarés do papo amarelo. Mas a grande atração são as centenas de aves que ali habitam, principalmente as belíssimas araras vermelhas e as da espécie canindé. Após pequena caminhada por trilha chega-se ao platô, local para avistar, contemplar, se encantar e até se emocionar com o espetáculo protagonizado pelas araras. Voam em bandos, em duplas ou sozinhas. Circulam a área emitindo um som peculiar e pou- sam nas árvores. Haja fotos!

GRUTA DO MIMOSO

Visitar e praticar as diferentes opções de atividades é uma novidade nesta gruta que reabriu há poucos meses, após estar fechada por 15 anos. Considerada uma das mais famosas do Brasil, em 1991 recebeu os primeiros mergulhadores: um grupo de franceses.

O acesso aos três grandes salões e ao lago para mergulho é feito por uma trilha de 300 metros e 78 degraus. É possível visitar a gruta apenas para contem-

plar suas águas azuis cristalinas no fundo da caverna, acumuladas pelas chuvas, além das belíssimas formações rochosas, ou para viver a incrível experiência da flutuação. Nesta, os grupos de até 7 pessoas – com roupas adequadas, inclusas já na compra do voucher– boiam de barriga para baixo enquanto observam o mundo subaquático em um percurso de 130 metros de comprimento, 20 m de largura e 7 m de profundidade. Há, ainda, opção de mergulho com cilindro.

PARQUE DAS CACHOEIRAS

O passeio tem início com uma trilha de 1700 metros, em meio à mata ciliar, ou seja, às margens do Rio Mimoso. Nesse percurso, entre árvores nativas e ancestrais, com acompanhamento de guias preparados é possível ver de perto a paisagem característica da região da Serra da Bodoquena, avistar aves, conhecer plantas medicinais e deliciar-se com a melhor das atrações: tomar banho nas sete cachoeiras existentes dentro do parque. O local também possui em sua estrutura, piscina com borda infinita e restaurante que serve comida típica, preparada em fogão à lenha.

BALNEÁRIO DO SOL

Em área de 100 hectares, fica à beira do Rio Formoso. Nas piscinas naturais é possível nadar e interagir com muitos peixes de diversas espécies. Possui restaurante, área de churrascueira, tirolesa, trampolim, salões de jogos (pingue-pongue, pebolim e sinuca), xadrez gigante, quadra de vôlei e de futsal de areia, redário, dois parques infantis e trilha de 250 metros. Na entrada o visitante pode fazer fotos com animais vivos (arara vermelha,



Parque das Cachoeiras: piscinas naturais e trilha ecológica



Lazer completo e contato com animais

búfalo, pônei e lhama). O acesso se dá com taxi, aplicativo de transporte, carro próprio e, através de agências de viagens, em ônibus e micro-ônibus.

AQUÁRIO

Apresenta a riqueza e a variedade das principais espécies encontradas nos rios da região. São mais de 3 mil peixes, em aquários e lagos, totalizando mais de 200 mil litros de água. Um tour guiado leva o turista para conhecer piraputangas, pacus, tambacus, jaús pintados, dourados, peixe-



-cobra, peixe-cachorro, peixe albino, arraias, piranhas e muito mais. Em alguns dias da semana também é possível interagir mais e participar da alimentação dos peixes.



O aquário abriga mais de três mil peixes



Praça da Liberdade

PRAÇA DA LIBERDADE

As enormes esculturas do peixe piraputanga, símbolo de Bonito, o chafariz e o lago ficam no centro da praça e são fotografados por todos que ali chegam, durante o dia e a noite. O

ambiente, tranquilo e seguro, é indicado para relaxar, principalmente após um dia de atividades na área rural. Também é local reservado a eventos culturais como apresentações de música ao vivo. Já em seu entorno

a movimentação é grande nos diversos restaurantes, bares, sorveterias e lojas. Próximo da praça está o Projeto Jiboia, local para se aprender sobre a vida dessa espécie de cobra não venenosa e tirar foto.

PARAÍSO EM FAMÍLIA

A possibilidade de visitar um destino completo, com boa estrutura local, bem servido por voos, e ainda ter o contato tão próximo com a natureza em seu estado mais puro é o diferencial de Bonito para Berenice Trevisan, 61 anos, e José Roberto Trevisan, 68 anos, ambos do interior paulista. Com duas visitas ao destino, em menos de três anos, o casal já se declara fiel apreciador dos atrativos do paraíso do ecoturismo e leva, a cada visita, as melhores lembranças e impressões.

Conheceram o destino em setembro de 2019, um pouco antes da pandemia e retornaram em março de 2022. Desta vez, acompanhados por mais três integrantes da família: filha, genro e neto. "O desejo era apresentar a eles essa maravilha e repetir a experiência que é sempre muito agradável. Amo essa aproxi-

mação com a natureza", declara Berenice, nascida em Atibaia, sentada num banco de descanso sob as árvores próximas à entrada da trilha da Gruta do Lago Azul – um dos mais requisitados pontos turísticos da cidade. De acordo com ela, sempre que decidem viajar à Bonito reservam uma semana para conhecer mais e mais do destino.

As belezas naturais da Serra da Bodoquena conquistaram o casal, apaixonados pelos banhos de cachoeira, flutuação e visita às grutas. Para José Roberto, de Jundiá, o Balneário da Figueira foi uma grata surpresa nessa viagem recente. Ele ressalta o prazeroso contato com as piscinas naturais, num cenário autêntico de praia fluvial. Na sua opinião, Bonito é ponto turístico muito recomendável para o público 60+, ao destacar a gastronomia peculiar, que proporciona um



Mais unidos pelo prazer de revisitar o destino

brinde ao paladar. "O melhor para quem é aposentado é escolher um período fora da alta temporada, quando tudo é mais tranquilo na cidade", recomenda.

Envoltos em suas rotinas de empresários em Jarinú, ele, dono de um açougue conjugado com uma casa de massas e, ela, no comando de um auto serviço de chope planejam retornar mais vezes ao marcante destino, templo do ecoturismo de Mato Grosso do Sul.



ROTA CERRADO - PANTANAL

MAIS AO NORTE, INUSITADOS CENÁRIOS

Numa predominância de atrativos de natureza, a Região Norte do Mato Grosso do Sul é rica em oferta turística e tem muito ainda a ser descoberto. Os amantes da pesca esportiva, hoje em maior número, encontram estruturas bem montadas de hotelaria e transporte rio acima. A milenar arte rupestre, que atrai tanto brasileiros como estrangeiros, pela particularidade das pinturas distribuídas em grandes monumentos naturais de pedra, aguça a curiosidade do visitante, que percorre quilômetros em busca dessa experiência.

Com forte apelo para iniciativas do turismo rural e contemplação de aves – cerca de 800 espécies diferentes são registradas na região – esse corredor natural e pouco explorado ainda conta

com 6 mil árvores de diferentes classificações botânicas. É formado por 11 municípios e atende pelo nome de Rota Cerrado-Pantanal, um destino combinado e surpreendente.

Criada em 2018, por iniciativa da FUNDTUR, o órgão de promoção turística do MS, denominada também Instância de Governança Regional (IGR), a nova Rota se insere nos planos do turismo nacional de privilegiar a regionalização da oferta ao viajante. Na prática, agrega municípios com similaridades culturais e de produto, além da proximidade geográfica, forma de crescerem baseados na atividade turística como um só bloco. A região toda conta com 3 mil leitos de uma hotelaria de padrão variado.

A reportagem da Melhor Viagem pelo Mato Grosso do Sul vi-



Cânion do Engano no Parque Estadual Nascentes do Taquari

sitou três localidades: Costa Rica, Alcinoópolis e Rio Verde do Mato Grosso.

COSTA RICA OS TESOUROS ESTÃO QUASE SEMPRE EM SUAS ÁGUAS

Não, você não está no homônimo país caribenho. Mas sim, no norte de Mato Grosso do Sul, onde José Ferreira da Costa chegou, por volta de 1926, procedente de Nioaque (município do mesmo estado) e fundou a fazenda Imbirussú. Em 1961, decide implantar um povoado e destina área de pouco mais de 236 hectares de sua fazenda. Já impressionado com a riqueza da região, não pensa duas vezes em



O espetáculo do entardecer no cerrado

As águas do complexo Parque do Salto do Sucuriú se apresentam em diversas formas

se homenagear. Utiliza seu sobrenome e denomina o povoado de Costa Rica. Não levou muito tempo para surgirem algumas edificações à margem direita do rio Sucuriú. O povoado torna-se Distrito de Camapuã, em 1964, e é elevado à categoria de município 1980.

Há registros sobre a colonização da região que teriam iniciado nos anos 1800, com o Major Martim Gabriel de Melo Taques e sua esposa, que fugiam da Guerra dos Farrapos, no Rio Grande do Sul e, chegando ao Chapadão de Baús pelo Rio Taquari tomam posse da área e fundam a Fazenda Santo Antônio dos Dois Córregos. A região torna-se fundamental como ponto de passagem e abastecimento para os colonizadores oriundos do Triângulo Mineiro e de Goiás, que se dirigiam aos Campos de Vacarias, Coxim e Cuiabá.

Costa Rica hoje, com 30 mil habitantes, é conhecida como a Capital Estadual do Algodão e dos Esportes de Aventura. Pacata e hospitaleira, a cidade ostenta paisagens deslumbrantes, com seus mais de 50 tons de verde em sua área rural. E é aqui que se localizam importantes atrativos turísticos do estado:





Em breve, Parque Natural da Lage terá chalés



Agradável praia fluvial da Estância Maranata



Sede de atendimento ao turista no Parque Estadual Nascentes do Taquari

Fotos: Reprodução/Facebook

PARQUE ESTADUAL NASCENTES DO TAQUARI

Com mais de 30 mil hectares de área, abrange também o município de Alcinópolis e forma importante corredor ecológico entre o Cerrado e o Pantanal. Criado em 1999, abriga outros dois parques municipais – o Sucuriú e o da Lage, e ainda dá acesso ao Parque Nacional das Emas. Florestas, campos, nascentes d'água, chapadas e cânions formam sua paisagem, além da diversidade de animais silvestres como araras, antas, tamanduás-bandeira, primatas e felinos.

CÂNION DO ENGANO

Sem dúvida, é um dos mais cativantes atrativos do Parque Estadual Nascentes do Taquari. Local de natureza exuberante, ideal para contemplação e recolhimento dado o silêncio reinante. O acesso ao mirante é por estrada de terra e uma caminhada relativamente pequena. Mas há quem prefira fazer a trilha de 4 horas de duração. Nas duas opções, é fundamental contar com o acompanhamento de um guia. Momento para apreciar uma vista deslumbrante.

PARQUE MUNICIPAL SALTO DO SUCURIÚ

Localizado na Bacia Hidrográfica do Paraná, possibilita diversas atividades, entre elas, trilhas em meio à vegetação típica do cerrado. Possui lanchonete, banheiros, quadra de areia para prática de vôlei e futebol, além de quiosques. Para os mais aventureiros, as corredeiras do rio Sucuriú são ideais para a prática de rafting. Já a descida de rapel é realizada nos saltos Majestoso (com 64 metros de altura) e Saltinho (com 36 metros de queda d'água). Um circuito de tirolesas – considerado o maior do estado e o segundo do Brasil – complementa o leque de



Capela Senhor do Bom Jesus: local de peregrinação

atrações. Na tirolesa da Libélula são percorridos 70 metros; na do Tucano, 230 metros; e na da Andorinha, 400 metros.

PARQUE NATURAL MUNICIPAL DA LAGE

Um balneário natural, formado por piscinas do Ribeirão de Lages, com dois tobogãs, uma piscina exclusiva para biribolum, cânion com queda d'água, grutas sob pedras e corredeiras no interior da mata. Indicado para passar um dia, utilizando-se de sua infraestrutura: quiosque com churrasqueira, restaurante, lanchonete, área para motor home e outra para os que gostam de acampar, com banheiros e chuveiros. Há um projeto para construção de chalés.

PARQUE NACIONAL DAS EMAS

Patrimônio Natural da Humanidade pela Unesco, possui área de 132 mil hectares de cerrado, abrangendo também os muni-

cípios de Mineiros e Chapadão do Céu (estes localizados no estado de Goiás). Criado em 1961 por decreto do presidente Juscelino Kubitschek, é habitat de animais como cachorro do mato, lobo guará, veado campeiro e tatu, além de mais de 600 espécies de aves, entre elas, emas, avestruz, corujas, gaviões e, claro, araras. Vale destacar a bioluminescência dos cupinzeiros, raro fenômeno que ocorre nessa região. Denominado "As luzes dos Chapadões", é explicado pela irradiação de luzes fosforescentes de cor azul-esverdeada, produzidas por pequenas larvas que se hospedam nos cupinzeiros.

RANCHO MARANATA

Em contato com a natureza, a beira do rio Sucuriú, o local é sob medida para lazer, banho de praia fluvial e, certamente, saborear no restaurante, pratos à base da culinária regional como costela de pacú, filé de tilápia, moqueca de peixe e frango com gueiroba (tipo de palmito, também conhecida como garioba).

ÁGUA SANTA

Já se imaginou estar dentro de uma lagoa e, indiferente do

peso do seu corpo, não afundar em hipótese alguma? Assim é a experiência na Água Santa, localizada na Comunidade da Capela. Além de conseguir flutuar, o contato com a água de cor escura proporciona sensação de relaxamento e, ao mesmo tempo, de energização. Por estar em propriedade privada, é necessário o acompanhamento de guias autorizados. Localiza-se a poucos quilômetros da cidade e o acesso se dá, parte de carro e outra a pé. A água é proveniente de um profundo lençol freático e, acredite se quiser, se agita ao barulho de palmas. Ah! e a areia, em atrito com as mãos, gera um som parecido ao de uma cuíca. Vale a pena comprovar in loco esses fenômenos.

SANTO FUJÃO

Alguma vez ouviu falar de um santo que fugia e sumia? Pois em Costa Rica existiu um. Ficava na capela de uma fazenda e quando foi levado para uma outra, construída especialmente para ele, simplesmente sumia e era encontrado no mesmo local de origem. Diz a lenda que isso aconteceu várias vezes, até o dono se cansar de resgatá-lo e decidir cortar os pés do santo. Para "ilustrar" a lenda, na Capela Senhor do Bom Jesus, a

26 quilômetros da cidade, há uma imagem sem os pés. Os moradores, devotos do santo, realizam no início do mês de agosto uma festa em sua homenagem, com procissão, romaria a pé e à cavalo, comidas típicas e apresentação de música regional.

MUSEU INTERATIVO

Proporciona ao visitante uma experiência virtual, em três etapas: a Terra (geologia e biodiversidade do cerrado), o Homem (arqueologia), e a Cultura (fundadores da cidade e sua evolução cultural). Os atrativos são vistos através de jogos interativos, realidade virtual, projeção mapeada e imersão 360 graus. O projeto é do pesquisador, museólogo, urbanista, arquiteto e ambientalista paulista Nivaldo Vitorino. Com seu falecimento, uma equipe de profissionais assumiu os trabalhos até sua conclusão. Na parede do museu, uma de suas frases: "Para mudar o mundo, é preciso mudar a forma de ver o mundo".

RICA TRAMA

Um espaço dedicado à criatividade. É nos teares manuais que os artesãos produzem peças mul-



Museu interativo

ticoloridas, comercializadas em alguns pontos da cidade e em barracas, durante as festas populares. A matéria prima empregada valoriza ainda mais os trabalhos, confeccionados com fios do algodão plantado na região e beneficiado pelos próprios artesãos. No local são oferecidas aulas de tear e de pintura em tecido.



CASA DO ARTESÃO

Trabalhos manuais como bijuteria, bolsa, toalha, avental, chinelo, chaveiro e muitos outros artigos podem ser adquiridos na lojinha instalada na praça da cidade.



Algodão é a matéria-prima no ateliê Rica Trama



Casa do artesão, arte na praça





Templo dos Pilares

ALCINÓPOLIS PINTURAS RUPESTRES E CONTEMPLAÇÃO DA NATUREZA

Sob o rótulo de Capital Estadual da Arte Rupestre, Alcinópolis registra a passagem pela localidade de civilizações ancestrais que remontam – sem precisão absoluta – entre 7 mil e 10 mil anos. O município abriga 24 sítios arqueológicos e à entrada da cidade um monumento em forma de praça registra a importância dos povos primitivos na formação do município que não tem mais do que 5 mil habitantes e foi emancipada há 30 anos apenas. De beleza cênica, as trilhas adentro que acessam os locais de monumentos rochosos reservam visual panorâmico, por onde é possível se deparar com vida silvestre em seu habitat natural e contemplar aves. O ecoturismo levado a sério prevê o olhar atento sobre as Unidades de Conservação.

PARQUE NATURAL MUNICIPAL TEMPLO DOS PILARES

Principal atrativo de Alcinópolis, pilastras naturais gigantes sustentam uma espécie de templo, repleto de pinturas rupestres. Uma Unidade de Conserva-

ção, com 100 hectares, de área, convida o turista a ver de perto vestígios de antigos habitantes ou povos que tão somente atravessaram e fizeram pouso provisório naquele território. Templo dos Pilares é visita obrigatória e de baixa dificuldade de acesso, rende fotografias de beleza ím-



par e se resume à uma experiência a ser desfrutada pelo turista da melhor idade. O Parque está situado dentro de outra Unidade de Conservação: o Monumento Natural Municipal Serra do Bom Jardim.



Paredões rochosos do Sítio Arqueológico do Barro Branco

SÍTIO ARQUEOLÓGICO GRUTA DO BARRO BRANCO

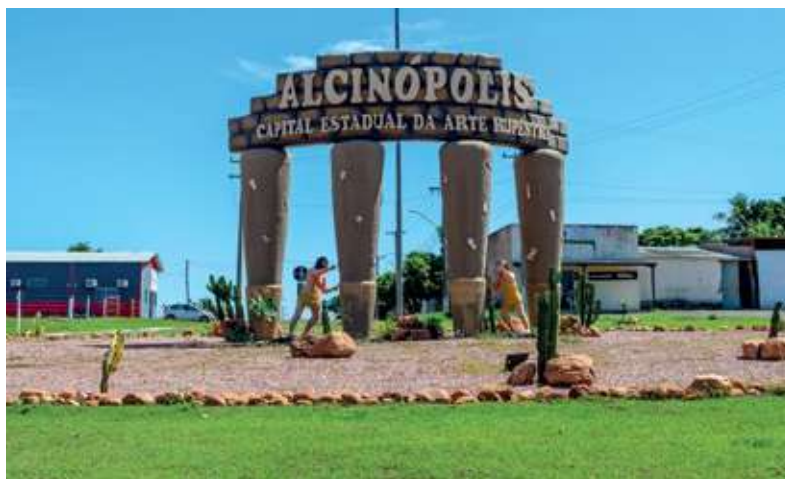
Distante aproximadamente 12 quilômetros do centro de Alcinópolis, é outro importante acervo de pintura rupestre. Paredões que se formam em espécie de cavernas gigantes são indicativos de que o local, num passado muito distante, foi utilizado como abrigo ou voltado à sociabilização de tribos ancestrais. Sempre acompanhada por guia, a trilha até o ponto mais alto do atrativo é de dificuldade média, requer relativa disposição e calçado adequado. No final vale muito a pena o moderado esforço. O momento da volta à cidade é brindado pelo pôr do sol e uma luz especial que ajuda a registrar fotos com maestria de um profissional.

MUSEU HISTÓRICO, ARQUEOLÓGICO E PALEONTOLÓGICO

O passado da jovem cidade de Alcinópolis está registrado em fotos, fatos e objetos nesse museu que foi criado em 2013. Artesanato e artefatos indígenas e da vida da localidade como hábitos, moda, rotinas domésticas de seus moradores, além de um acervo histórico e político podem ser conferidos nesse espaço cultural, de visita gratuita.



A memória do local no Museu Arqueológico e Paleontológico



O portal da entrada da cidade reproduz figuras do homem primitivo

RIO VERDE

CACHOEIRAS, CAMPING, PRODUÇÃO DE CHAPÉU E ARTESANATO EM ARGILA

Melhor começar com uma explicação. Rio Verde de Mato Grosso, até 1977, pertencia ao estado de Mato Grosso. A partir dessa data, quando foi criado Mato Grosso do Sul, passou a integrar esse novo estado, mas não teve alterado seu nome original. Portanto, Rio Verde de Mato Grosso é uma cidade de Mato Grosso do Sul, mas a maioria se refere à ela somente como Rio Verde.

Distante 194 km da capital, Campo Grande, tem parte de seu território na zona serrana e outra no chamado baixo Pantanal.

Suas principais atrações são a Cachoeira das Sete Quedas e o Balneário Sete Quedas. Mas a exemplo de outros destinos do estado, também é referência em turismo rural e de aventura: rapel, trilhas, passeios a cavalo e ordenha, caminhadas em meio à fauna e flora, mirantes, bica d'água e sítio arqueológico.

REFÚGIO SANTA TERESA

Camping rural e local para estacionamento de motorhome, às margens do Rio Taquari Mirim, acesso realizado pela BR 163, num cenário de plena contemplação, sossego e lazer. Assim é o Refúgio Santa Teresa, numa área de 5 hectares que mantém pequena sede, com cozinha compartilhada (é possível ainda a contratação de uma cozinheira, se assim o hóspede desejar) e banheiros com chuveiro. Um misto de simplicidade e muita modernidade, o lugar tem coleta seletiva de lixo e sinal de internet. O projeto surgiu há



Cachoeira das Sete Quedas

um ano quando os proprietários – o casal Eva Ferraz e Diogo Carneiro – forçados pela pandemia a se afastar de seus ambientes de trabalho resolveram partir para o novo negócio. O local está dentro de uma fazenda da família, de 330 hectares, banhada por três quilômetros de rio. Além de animais silvestres, que convivem amigavelmente com os campistas e visitantes, possui estrutura para a prática de pesca recreativa (qualquer tipo e atividade de caça e pesca predatória é proibida) e prolongados banhos em pequenas praias fluviais. Em breve, será incluída entre as atividades a descida de boia pelas corredeiras. No futuro,

os proprietários planejam construir número reduzido de chalés. O Refúgio Santa Teresa – que tem capacidade atualmente para 50 pessoas – é apropriado, sobretudo, para o turista 60+ e famílias, inclusive com crianças pequenas.

RIVERARTE

O artesanato em argila cotto, ou argila vermelha é uma tradição em Rio Verde, o que explica o grande número de artesãos, inclusive mulheres. O grupo Riverarte se formou em 2003, após um curso de modelagem em argila promovido pelo Sebrae/MS em parceria com o Senai. A capacita-



Refúgio Santa Teresa

ção foi realizada para incentivar a diversificação da economia local e a geração de renda no município, por meio da prática de artesanato cerâmico na comunidade. A associação Riverarte tem apoio da prefeitura, que cede um espaço no Centro de Comercialização da BR 163; e de empresas cerâmicas do município, que doam argila semi-

pronta, além de disponibilizar seus fornos para a queima dos produtos que são comercializadas em lojas e hotéis da cidade.

CHAPÉU KARANDÁ

Utilizando como matéria-prima a carnaúba, de palmeiras cultivadas no Ceará e Piauí, a fábrica Karandá é atração em Rio Verde. Três gerações se sucederam, desde a revenda de chapéus na região até a linha de montagem – que também utiliza as palhas do karandá e do buriti. Uma história de duas décadas e que hoje emprega 70 funcionários.

A carapuça, parte da peça que encaixa na cabeça, é feita por uma comunidade de 500 artesãos dos dois estados do nordeste. Há uma loja de fábrica que funciona ao lado do galpão.

Ao todo são 300 modelos diferentes, entre feminino, masculino e infantil, com produção de 28 mil unidades/mês. Os chapéus agradam a todos os gostos, do country (com assinatura de astros da música sertaneja) ao modelo ideal para a cidade, ou indicado para praia ou piscina, em palha natural ou colorida. Há também os confeccionados em lona de caminhão reciclada e até personalizados, a exemplo da marca Globo Rural, que distribui para os assinantes como brinde.

Os chapéus também são comercializados em lojas de grife e pela internet – o canal para chegar a todos os pontos do País e alguns no exterior, como localidades dos Estados Unidos e a Galeria Lafaiete, em Paris.



Grupo Riverarte



Fábrica Karandá

CORUMBÁ

TURISMO DE PESCA E MUITA VIDA SILVESTRE

A qualquer hora, do dia ou da noite, seja qual for o ângulo escolhido para apreciar as águas do Rio Paraguai, que atravessa a cidade de Corumbá como uma gigante serpente (1.520 quilômetros até o Paraguai) tudo beira à perfeição. Considerado o QG do bioma Pantanal, pela relevância que tem para o turismo de pesca esportiva, concentração da vida silvestre e a relação intensa com a hidrovia, a localidade é parada obrigatória para o turista que viaja ao Mato Grosso do Sul. E aviso aos navegantes: o pôr-do-sol da área portuária – Porto Geral – é de tirar o fôlego e há, inclusive, passeios programados com a única finalidade de apreciar essa cena. Preparem-se para o calor: a temperatura durante o dia é de quase 40 graus, mas nada que um bom chapéu pantaneiro não amenize.

Fundada em 1778, Corumbá – que em tupi guarani significa lugar distante – tem registrado no casario secular o significativo papel econômico como porto fluvial de mercadoria, de onde partiam e chegavam gêneros, num intenso comércio, mantido inclusive com a Europa. Essa veia mercantilista é orgulho dos moradores locais que se envaidecem, por exemplo, da cidade abrigar a agência de número 14 do Banco do Brasil, uma das mais antigas daquela instituição financeira.

Um passeio de voadeira (lança leve e rápida), especialmente na do Zé Leôncio, figura conhecida no cais do porto, é programa inesquecível. Porque é certo que aves das mais diversas espécies estarão bem ao alcance dos olhos, assim como às margens do rio podem ser vistos jacarés, capiva-



Orla de Corumbá: pôr-do-sol e o casario secular

ras, ariranhas e outras variedades de animais bastante confortáveis em seu habitat natural. A melhor época do ano para ver os jacarés é de agosto a janeiro e nos meses de julho e agosto eclodem os ipês. Ao visitante se recomenda além de celular e máquina fotográfica, incluir na mochila, se possível, um binóculo. Sobre a pesca, que atrai as atenções dos amantes do esporte, vale lembrar que fica fechada de novembro a fevereiro para a Piracema, que é o período de reprodução dos peixes do Pantanal.

A infraestrutura em Corumbá não deixa a desejar, com hotéis, restaurantes e bares de qualidade e bom gosto para receber o visi-

tante. As noites são embaladas pela música sertaneja e o Carnaval, em fevereiro, é o ponto alto do calendário da cidade, cativando pessoas de todo o estado, outras localidades do País e até estrangeiros. A pesca esportiva continua a ser o carro-chefe, atraindo homens e também mulheres (em novembro deste ano 500 representantes do sexo feminino embarcam para uma experiência com esse tipo recreativo de captura dos peixes – veja os detalhes nesta matéria). O sobe e desce de embarcações pelo rio está incorporado à vida do município, via de transporte que tem múltiplas finalidades: subsistência, lazer – pesca espor-

tiva e contemplação de espécies da flora e da fauna, ida e vinda de pessoas e movimentação de cargas diversas, o que ressalta a sua importância para a economia local.

MUSEU DA HISTÓRIA DO PANTANAL

Mantido pela Prefeitura de Corumbá, a história de conquistas vividas e da ocupação humana na região é contada em cenas ilustradas, esculturas e tópicos da arqueologia pantaneira, que remonta há 8 mil anos. O museu, inaugurado em 2008, está instalado num dos prédios históricos de Porto Geral, construído em 1876, com piso e vários degraus de uma escada de ferro com arabescos que vieram da Inglaterra. O objetivo é resgatar a saga dos primeiros ocupantes do Pantanal, com uma exposição permanente de 190 peças arqueológicas intitulada “Da pré-história do Pantanal à colonização europeia”, conexão entre a memória do passado remoto e o presente. O museu funciona de segunda-feira a sábado, das 8 às 13 horas e a entrada é gratuita.

INSTITUTO MOINHO CULTURAL

Denominado Instituto Moinho Cultural Sul-Americano, é uma referência na cidade. Empresa sem fins lucrativos, inaugurada em 2004, tem como missão reduzir a situação de vulnerabilidade de crianças e adolescentes na região de fronteira através do acesso a bens culturais e conhecimento tecnológico. O projeto conta com a parceria da gigante da mineração, a Cia. Vale do Rio Doce, que contribui para o fomento da ação social que cuida da inclusão de crianças e adolescentes, por meio da arte, dança, música, leitura entre outras iniciativas culturais. A



Museu da História do Pantanal - MUHPAN



Instituto Moinho Cultural, modelo de inclusão

abrangência vai além dos municípios pantaneiros de Corumbá e Ladário, já que alcança alunos vindos das cidades fronteiriças de Puerto Suarez e Puerto Quijarro, totalizando 360 crianças beneficiadas pela entidade. A edificação – um antigo moinho de trigo – está dividida em salas para aulas de balé, instrumentos musicais, idioma espanhol. Já numa fase mais avançada de preparação para a arte estão: a Orquestra de Câmara do Pantanal, a Cia de Dança do Pantanal e o NUTEC- Núcleo de Tecnologia do Moinho Cultural, com apresentações até mesmo no exterior. Em fevereiro deste ano, 15 músicos do Instituto se apresentaram em Dubai, em dois concertos.

HOTEL PESQUEIRO DA ODILA

Lugar para muita conversa de pescador, no melhor sentido da frase. Um ponto de hospedagem e saída de barcos para a pesca esportiva, o local recebe hóspedes do Brasil e do exterior. Construído às margens do Rio Paraguai, a 67 quilômetros de Corumbá, as instalações mesclam descontração com conforto. Amplas e boas acomodações em 33 apartamentos, piscina, wi-fi, restaurante próprio com pratos bem elaborados que agradam a todos os paladares, guias da região especializados em pescaria, orientação nas



No passeio pelo Rio Paraguai é possível observar animais nativos da região. A Lu é a guia e mestre do barco (voadeira) do Zé Leôncio



A empresária Odila oferece hospedagem, passeio de barco e pesca esportiva em sua propriedade

CRISTO REI

Novamente um ponto de observação – este em 360 graus – plena do rio e da cidade de Corumbá. O Complexo Cristo Rei do Pantanal é um ponto turístico

que além da escultura de 12 metros de altura tem ainda outras 72 imagens de representação da via sacra. As obras são de autoria da artista plástica Izulina Xavier e foram recentemente revitalizada por uma neta dela.



saídas para o pesque e solte, consultoria e amplo suporte ao visitante. Pelas áreas do local – que mais se assemelha a um resort de rio – circulam adeptos da pesca esportiva, famílias inteiras e grupos de amigos que buscam o deleite que a atividade proporciona. No comando do hotel uma mulher apaixonada por pescaria, Odila Silveira.

Cristo Rei com 12 metros de altura





ANZOL ROSA, MULHERES A BORDO

Quem jura que pesca é coisa de homem se engana. De 1 a 5 de novembro deste ano, nada menos do que 500 mulheres embarcam em barco hotéis para uma experiência denominada Anzol Rosa. Serão 15 embarcações que levarão as pescadoras, em sua maioria iniciantes na pesca esportiva. Navegarão com todo o conforto e assistência e, segundo os organizadores, não correm o risco de misturar isca com batom. As representantes do sexo feminino que reservaram lugar nessa expedição inédita – que esgotou os lugares 10 meses antes da sua realização – contarão com todo o suporte de especialistas, estrutura de hospedagem de alto padrão e, em algumas das paradas programadas, com churrasco na beira do rio, além de shows de renomados artistas da música sertaneja e popular do País. Tudo a bordo de barcos hotéis da Joice Pesca & Tur, empresa com larga experiência na oferta de pesca esportiva local. O evento tem pretensões de entrar para o livro dos recordes – Guinness Book.

PANTANEIRO, O GUARDIÃO DA NATUREZA

Um ser cultural, assim é o pantaneiro. Desde suas origens, influenciando saberes e fazeres, a partir de sua formação, resultado da mistura indígena, com bandeirante paulista, africano escravizado e paraguaios. A assimilação desse conceito surge na visita ao Memorial do Homem Pantaneiro, aberto em dezembro de 2021, na região portuária de Corumbá. O espaço mantém um acervo de peças doadas por descendentes dos pioneiros pantaneiros que expressam o modo de vida, alegria, festas e religiosidade desse nativo. Há um cantinho que reproduz a cena da parada de uma comitiva para comer e descansar, com todos os objetos utilizados, do fogão à rede de dormir. “O pantaneiro é um sonhador e guardião da natureza”, afirma Luiz Ricardo Julião Rocha, gestor de turismo do Instituto do Homem Pantaneiro, criado há



Memorial do Homem Pantaneiro

20 anos. Ele, que também está à frente do Memorial, informa que o conjunto cultural, hoje aberto à visitação no térreo de um edifício histórico, vai ser ampliado. O segundo andar será dedicado à mulher – que tem importância social máxima na vida pantaneira, porque ela é quem cuida da

gestão da casa e da família enquanto o peão se ausenta para longos dias na lida da comitiva. É difundido que a figura feminina na constituição da sociedade pantaneira é de suma importância, inclusive na defesa da propriedade, quando da ausência frequente do companheiro.

COM A PALAVRA, DOIS PEÕES NASCIDOS NO PANTANAL SUL-MATO-GROSSENSE

Nilton César Aleixo Gamarra, de Anastácio. “Sobre as minhas origens me orgulho e sinto alegria de ser um homem pantaneiro, pra mim é gratificante. O contato com a natureza é uma das melhores coisas que existe, principalmente no nosso Pantanal. Sobre a preservação do meio ambiente ainda há muito a ser feito, fala-se muito e falta ação e conscientização, até mesmo da parte dos pantaneiros. Procuo transmitir para os meus filhos um pouco do que eu sei e da nossa cultura, e conversamos muito sobre o respeito à natureza. Meus avós e pai eram pantaneiros, sou a terceira geração e quero que meus filhos sigam ligados ao campo”

Elmo da Silva Santos, de Miranda. “Tenho muito orgulho mesmo de ser pantaneiro, o legado que meu pai deixou: o que é meu é meu, o que é seu é seu, isso vou levar para a vida toda. Ser pantaneiro é um privilégio, o povo pantaneiro é feito de pessoas de caráter, de palavra e muita alegria. A honestidade e a gentileza do pantaneiro precisam ser preservadas. Meu pai me educou tirando o que eu e meus irmãos mais gostávamos – andar a cavalo por exemplo – para forçar os filhos a estudar, porque a gente queria seguir os passos dele, que era se tornar peão de comitiva. Mas eu insisti e consegui. Sobre o cuidado com a natureza, é necessário mais consciência para preservar os animais silvestres e fazer de tudo para impedir as queimadas. Procuo mostrar para as minhas duas filhas pequenas o jeito da vida no campo. Sempre que possível, nos finais de semana, elas acompanham meu trabalho na fazenda”.



Nilton e Elmo são devotados à lida e a receber o visitante



UM DIA NA FAZENDA, PARA AGUÇAR OS SENTIDOS

Na chegada ao município de Miranda, o Pantanal já se apresenta em verso e prosa. Verde a perder de vista na estrada e, na chegada, um dia inteiro, numa autêntica experiência de turismo rural, na Fazenda Hi-Fish. O local, antes vinculado à atividade de pesque e solte, já providencia mudança na sua identidade, em breve vai passar a chamar “Experiência Pantanal”. De partida, o convite a aguçar os cinco sentidos.

A recepção calorosa é feita pelos proprietários e peões de verdade, que assumiram bravamente o papel de guias turísticos. Trilhas, cavalgada, pesca, rede de descanso, artesanato elaborado com restos de galhos, cascas de



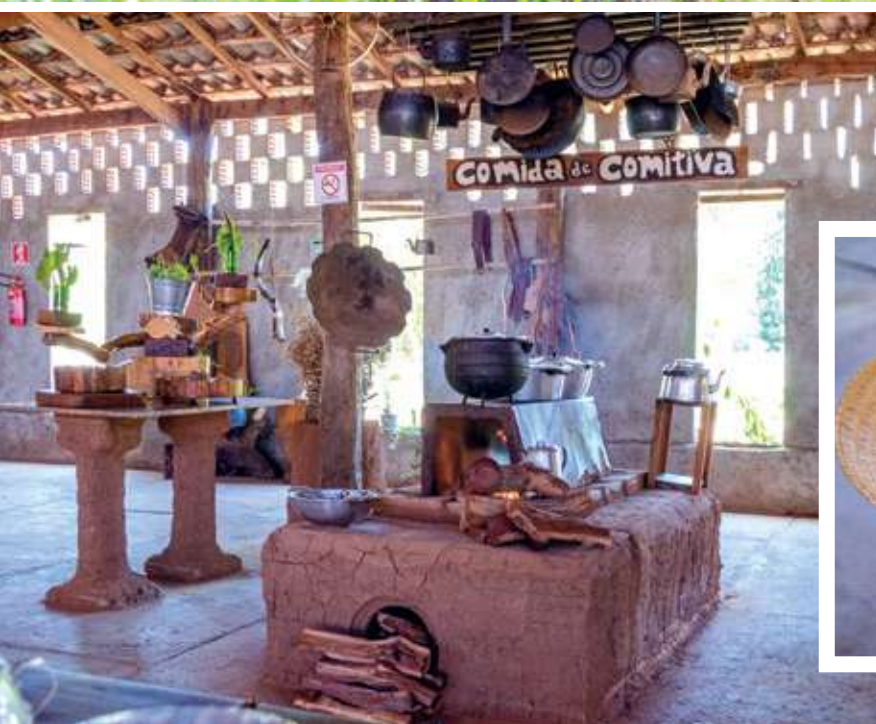
Experiência Pantanal é reprodução da vida no campo



A bravura do pantaneiro

árvore e sementes, a reprodução abreviada da rotina de uma comitiva, com direito a tocar a boiada, experiência que convida a um mergulho no modo de vida rústico e até poético do pantaneiro. Um percurso onde se pode encontrar ervas aromáticas e plantas medicinais em meio a espécies regionais de árvores. Tudo arrematado pela comida simples, mas inigualável no sabor, fartura e apresentação – chapéus pantaneiros servem de apoio para os pratos, tal qual como na comitiva, características genuínas do jeito de bem receber da região. E a fazenda ainda mantém uma horta orgânica, na qual o visitante pode colher hortaliças.

Da sede administrativa até a cozinha, e outras áreas da estrutura da fazenda estão instaladas no prédio de uma antiga olaria, onde os fornos, utilizados no passado para secar tijolos e telhas, são agora usados como espaço de descanso.



Reprodução do preparo e do modo de servir da comida de comitiva



Interação com a rotina dos animais e pescaria estão entre as atividades da fazenda

CAMPO GRANDE

INDÍGENAS E ANIMAIS SILVESTRES
FAZEM PARTE DO VISUAL URBANO

Andar de automóvel em meio a um trânsito razoável de uma metrópole brasileira e, repentinamente, se deparar com uma família de capivaras ou quatis atravessando o asfalto. Eis que motoristas, motociclistas e ciclistas se rendem à situação e param para dar a vez para os animais silvestres seguirem o seu curso. E o que dizer de araras Canindés, emblema da região pantaneira, mais de uma, pousadas em fios que ligam postes na rua? Isso seria ficção, mas é realidade em Campo Grande, capital de Mato Grosso do Sul, cidade que possui população hoje próxima a um milhão de habitantes. É desse jeito que a vida natural, a diversidade existente nos biomas Pantanal e Cerrado do estado do Centro-Oeste do País, convive com o ambiente estritamente urbano.

A cidade é acolhedora e amplas avenidas convidam a percorrer seus atrativos turísticos. À chegada, do lado de fora do aeroporto local, três esculturas do Tuiuiú, ave de porte grande, entre as maiores do mundo, símbolo do Pantanal. Uma estátua de Manoel de Barros, o poeta das miudezas e da consagração à simplicidade e à natureza, sentencia que a arte tem lugar ali. Ele nasceu em Cuiabá (MT) mas mudou-se para Campo Grande na adolescência para estudar e um colégio interno. A capital não foge às suas origens. Acomoda, ainda, a aldeia urbana Marçal de Souza e Memorial da Cultura Indígena Cacique Enir Terena (da etnia Terena), onde foram erguidas 135 casas, numa área de 340 m². Registros dão conta de que na capital sul-mato-grossense vivem, hoje, cerca de 15 mil indígenas.

Não faltam espaços públicos de lazer ou monumentos para homenagear as espécies, como a Praça das Araras, criação de Cleir Ávila, o mesmo artista que concebeu, na praça principal de Bonito, dois peixes Piraputanga.

Para um passeio mais completo, a dica é contar com os serviços de guias. Uma boa opção é o guia Carlão (@carlosiracycoelhonetto) que enriquece ainda mais a história de cada lugar.



Praça das Araras, esculturas criadas pelo artista plástico Cleir Ávila



O monumento Carro de Boi simboliza a ocupação urbana



Oferta de produtos regionais no Mercado Municipal

MERCADO

Local para degustar, comprar ou apenas ter contato com produtos regionais como frutas, doces caseiros, condimentos, utensílios típicos dos hábitos pantaneiros entre outros. Curiosidade e disposição para consumir itens que são novidade para o turista podem até gerar sobrepeso na bagagem de volta, mas são capazes de render a preparação de boas receitas inspiradas nos ingredientes sul-mato-grossenses.

FEIRA CENTRAL

Imagine um ponto onde é possível fazer compras e contar com praça de alimentação. Não, não é um shopping. É a Feira Central, lugar para o turista “bater o ponto”. Souvenirs típicos podem ser encontrados em cada um dos quiosques e o passeio fatalmente terminará numa tigela de Sobá, sopa oriental trazida pelos imigrantes japoneses, que pode ser encontrada também em outros restaurantes da cidade, já que é um prato muito típico de Campo Grande. A visita à feira se incorpora, quase que automaticamente, ao programa turístico na capital.



O Tereré é mais do que uma bebida, é a forma de celebrar a amizade, descontrair e aplacar o calor. Nada mais, nada menos do que a erva mate consumida gelada pelo sul-mato-grossense, ao contrário do modo gaúcho que é sempre quente



Escultura gigante do Sobá na fachada da Feira Central



Foto: @chricoribeiro

Bioparque, o novo atrativo da cidade tem projeto arquitetônico de Ruy Ohtake

PARQUE DAS NAÇÕES INDÍGENAS

Homenagem à ancestralidade, a visitação a esse atrativo é a oportunidade de contemplar a natureza num parque urbano. Concha acústica, Museu das Culturas Dom Bosco e Museu de Arte Contemporânea de Mato Grosso do Sul – MARCO, são opções dentro da área total de 116 hectares, onde acontecem os eventos. O Monumento ao Índio ou Monumento à Zarabatana celebra as etnias e a sua participação na formação do MS e cada uma das seis entradas do parque leva o nome de uma nação indígena. Muito verde, onde habitam pássaros e animais silvestres, e um grande lago convidam ao relaxamento. Adequado para corridas e caminhadas, o parque é administrado pelo Instituto de Meio Ambiente de Mato Grosso do Sul (Imasul) e fica aberto ao

público todos os dias, das 6 às 21 horas.

AQUÁRIO DO PANTANAL

Com o nome de Bioparque Pantanal – Espaço de Experiência e Conhecimento e localizado no perímetro do Parque das Nações Indígenas, a atração foi recém inaugurada, após a complexidade de uma obra que demandou uma década para ser concluída. São 19 mil m² de área construída, 33 tanques, sendo 23 internos e oito externos, incluídos os tanques de abastecimento e de descarte de efluentes o volume de água soma 5 milhões e litros. Centro de Pesquisa, o local terá 220 espécies de peixes neotropicais: cerca de 151 espécies pantaneiras; 55 da Amazônia; 14 africanas e outras da Oceania, Ásia e América Central. O projeto arquitetônico foi assinado por Ruy Ohtake.

SUSTENTÁVEL SIM!

Iniciativas que reforçam a responsabilidade ambiental e social fazem parte da realidade de Bonito

CASA DO VIDRO: Há 8 anos, em Bonito, Carlos Cardinal criou a Casa do Vidro, certamente um exemplo a ser seguido por outras localidades. A receptividade da população foi surpreendente e, hoje, quase 100% dos vidros da cidade são reaproveitados. Reconhecido também por entidades do setor de Turismo, o projeto mereceu destaque no “Parceiros do Trade” do Prêmio Braztoa de Sustentabilidade. Gina Felix e a designer Laura Sherer estão, atualmente, na direção.

Com muita criatividade e utilizando-se das técnicas de jateamento, cola e corte, o material recolhido transforma-se em novas peças decorativas e utensílios domésticos. Há vasos, copos, jarras, xícaras, castiçais, taças, relógios de parede, luminárias, lustres, abajures e arandelas, alguns com temática da diversidade da fauna local.

Durante a visita é possível conhecer todas as etapas da produção e ainda encomendar peças personalizadas. Os produtos são comercializados no ateliê, na loja que fica no centro da cidade e pela internet.

GOL: 100% carbono neutro – Empenhada em se tornar uma referência em aviação sustentável no País, a GOL inaugurou com seu voo São Paulo / Bonito / São Paulo sua segunda rota 100% carbono neutro no Brasil. A primeira foi a Recife / Fernando de Noronha / Recife. A medida visa contribuir com a preservação do espaço aéreo e do ambiente que envolve os aeroportos e o combate às mudanças climáticas que tanto ameaçam a vida na Terra. Os clientes podem, voluntariamente, compensar a emissão de carbono



de seus voos, uma possibilidade estabelecida pela companhia com ineditismo na América Latina, por meio do MCO2, primeiro token verde totalmente global lastreado em blockchain, criado pela MOSS – uma das maiores plataformas ambientais de créditos de carbono do mundo. O valor da neutralização em reais é destinado a projetos de conservação da Floresta Amazônica. A iniciativa e a campanha receberam a denominação #MeuVooCompensa.

INSTITUTO FAMÍLIA LEGAL: Atende diariamente 50 crianças e adolescentes com idades entre 7 e 15 anos, de famílias residentes na área urbana de Bonito, que se encontrem em situação de risco e vulnerabilidade social e familiar, e/ou direitos violados. Desenvolve diversos projetos e programas.



Margareth Maneta à frente do projeto



ARTE QUE TRANSFORMA: confecção de quadros com temáticas literárias e temas livres, utilizando a técnica de mosaico com materiais descartados, revistas, entre outros.

PROJETO FIBRA VIVA: bolsas de vários estilos e tamanhos, confeccionadas com lona reciclada de malotes doados pelos Correios, Banco do Brasil e Caixa Econômica. Podem ser temáticos, com figuras estilizadas da fauna do Pantanal e também customizadas com logotipo de empresas. Os artigos são comercializados em lojas da cidade e pela internet.



GASTRONOMIA

O SABOR QUE APAIXONA

A começar pela comida de comitiva, simples, mas saborosa e repleta de energia e tradição, passando pela variedade de pratos à base de peixes e permitindo-se apreciar a alta gastronomia que faz a releitura da culinária local. Estrelas de maior grandeza na elaboração dos cardápios, a mandioca e a carne soleada (uma versão pantaneira da carne-seca do Nordeste brasileiro), e a deliciosa costela de Pacu. Todas presentes em grande parte das receitas, do trivial ao sofisticado.



Casa do João (Bonito): Paella pantaneira, feita com arroz, carne suína, filé mignon, calabresa, frango, champignon, azeitona, tomate e pimentão



Juanita (Bonito): Pacu na brasa



Costela de Pacu



Miguéis (Corumbá): para paladares mais atrevidos, a premiada coxinha de carne de jacaré



Misturas Boteco (Costa Rica): Panelinha, arroz carreteiro sempre servido em porções generosas, vencedor na eleição do júri do Rally dos Sertões, em 2019



Bufê do Restaurante Rodeio



O pintado ao molho de urucum leva queijo derretido e molho de tomate, especialidade dos restaurantes: Balneário do Sol (Bonito), Rodeio e Miguéis (ambos em Corumbá)



Cozinha do Kallel (Campo Grande): Cachorrada, sorvete de receita própria de ambrosia sem ovo, com farofa de bolacha doce, criação do chef Ricardo Mereb

Espaço Jack (Bonito): bufê farto de comida caseira sob o comando da simpática Jacqueline



Pantanal Grill (Bonito): coquetel de Guavira, fruta nativa e queridinha da região



O chocolate artesanal da Angi, em Campo Grande, combina produtos regionais em sua formulação. O cacau é transformado em barras, bombons e até chás pela designer Beatriz Branco



Feira Central (Campo Grande): Sobá, sopa de origem oriental, servido numa grande tigela

JUANITA E JOÃO TORNAM BONITO AINDA MAIS GOSTOSO

Exemplos de superação em suas vidas, dois empresários de sucesso na movimentada Bonito. Donos de restaurantes muito frequentados que batizaram com os próprios nomes.

Juanita Maria Palmieri Battilani, desfila pelo salão de 220 lugares do Juanita sempre em busca de ouvir a opinião dos clientes do restaurante sobre os pratos e qualidade do atendimento. Atualmente a casa, emprega 59 funcionários entre os quais alguns indígenas. Dona de simpatia além de qualquer medida ela enfrentou intempéries, mas hoje é uma chef e empreendedora que tem muitos projetos pela frente. Quem chega à localidade turística vai ouvir falar dela e da sua cozinha, de onde saem bolinhos de mandioca e carne seca e o pacu assado. Entre as pessoas que influenciaram o seu caminhar, ela destaca uma tia de nome Gilda, que a iniciou na arte com as painéis.

João Roza Viscaino, da Casa do João é outra figurinha carimbada da terra do ecoturismo sul-mato-grossense. Iniciou o restaurante em 1986 com apenas 8 mesas, agora em dias de ocupação plena acomoda até 280 pessoas, servidas por 65 funcionários num atendimento impecável. Entre os pratos da casa – que tem seu filho como chef – está a paella pantaneira.

Obs. A Casa do João que têm loja e museu conjugado, fecha às segundas-feiras e o Juanita, também com museu, fecha às terças-feiras.





YGARAPÉ

Todas as agências em Bonito trabalham com o recurso tecnológico (voucher único) que permite operar as reservas e vendas de pacotes turísticos interligadas, em tempo real ao sistema dos atrativos das localidades, assegurando maior segurança e agilidade à contratação dos serviços. Entre os atrativos mais apreciados pelo cliente Ygarapé – que antes da pandemia prevaleciam famílias e casais – estão flutuação, cachoeiras e grutas. Uma dica é visitar a região nos períodos de baixa temporada.

A Ygarapé foi a agência escolhida para realizar o roteiro.

VALE LEMBRAR - BONITO

- Os passeios têm preços tarifados e os ingressos são adquiridos exclusivamente nas agências de turismo da cidade.
- O acesso aos atrativos pode ser feito em transporte compartilhado (agendado nas agências), táxis ou carros particulares.

PARA UMA VISITA VIRTUAL

Turismo do estado - Fundtur-MS

www.visitms.com.br

@visitmsoficial

DESTINOS

Campo Grande

www.cgdestination.com

Bonito

www.turismo.bonito.ms.gov.br

Corumbá

www.corumba.ms.gov.br

Costa Rica

www.costarica.ms.gov.br

Alcinópolis

www.alcinopolis.ms.gov.br

Rio Verde

www.rioverde.ms.gov.br

HOTÉIS

Bonito – Hotel Marruá

www.marruahotel.com.br

Corumbá – Hotel Santa Mônica

www.hsantamonica.com.br

Hotel Pesqueiro da Odila

www.hotelpesqueirodaodila.com.br

Campo Grande – Indaiá Park Hotel

www.indaiahotel.com.br

Costa Rica – Hotel Ives

www.iveshotel.com.br

Alcinópolis – Hotel Pilares

www.hotelpilares.com.br

Rio Verde – Pousada Quedas D'Água

@quedasdaguaoficial

RESTAURANTES

Juanita (Bonito)

www.juanita.com.br

Casa do João (Bonito)

@casadojoaorest

Espaço Jack (Bonito)

@espacojackbonito

Pantanal Grill (Bonito)

@pantanalgrillgourmet

Misturas Boteco (Costa Rica)

@misturasboteco

Rodeio (Corumbá)

@ChurrascariaRodeioDoPantanal

Miguéis (Corumbá)

www.restaurantemigueis.com.br

O Casarão Churrascaria Grill (Costa Rica)

Pizza em Casa, Resenha Bar e Restaurante

Bonatto (Alcinópolis)

ATRAÇÕES

Refúgio Santa Teresa

@refugiosantateresa

Fazenda Hi-Fish

www.fazendahifish.com.br

Casa do Vidro

@casavidrooficial

Instituto Família Legal

www.familialegal.org.br

Chapéu Karandá

@Karandaoficial

Moinho Cultural

www.moinhocultural.org.br

Aquário de Bonito

@aquariodebonito

Museu Interativo de Costa Rica

@museuinterativocostaricams

Museu da História do Pantanal

@MuseudeHistóriadoPantanal-Muhpan

Memorial do Homem Pantaneiro

www.institutohomempantaneiro.org.br

COMO IR

AZUL - www.voeazul.com.br

- Campinas / Ponta Porã / Campinas: 1 diário
- Campinas / Três Lagoas / Campinas: 1 diário
- Campinas / Campo Grande / Campinas: 3 voos diários às segundas, terças, quartas-feiras, sábados e domingos
- 4 voos diários às quintas e sextas-feiras
- Curitiba / Campo Grande / Curitiba: 1 voo diário de segunda à sábado
- Cuiabá / Campo Grande / Cuiabá: 1 voo diário
- Corumbá / Campo Grande / Corumbá: 1 voo diário aos sábados
- Campinas / Bonito / Campinas: 1 diário às sextas-feiras, sábados e domingos

- Corumbá / Bonito / Corumbá: 1 diário às sextas-feiras, sábados e domingos

GOL - www.voegol.com.br

- São Paulo (Congonhas) / Bonito / São Paulo (Congonhas): 1 voo às quintas-feiras e sábados
- Em julho haverá também 1 voo às terças-feiras
- São Paulo (Congonhas) / Campo Grande / São Paulo (Congonhas): 3 voos diários
- São Paulo (Guarulhos) / Campo Grande / São Paulo (Guarulhos): 1 diário
- Campo Grande / Salvador: Dias 1º, 8, 15, 22, 29 de julho e 5 de agosto
- Salvador / Campo Grande: Dias 2, 10, 16, 23, 30 de julho e 6 de agosto

LATAM - www.latamairlines.com

- São Paulo (Congonhas) / Campo Grande / São Paulo (Congonhas): 17 voos semanais
- São Paulo (Guarulhos) / Campo Grande / São Paulo (Guarulhos): 13 semanais
- Brasília / Campo Grande / Brasília: 7 semanais

PARA COLOCAR NA MALA

- Roupas leves e confortáveis
- Trajes de banho
- Jaqueta ou capa impermeável
- Calçados para trilha e cachoeira
- Óculos escuros
- Chapéu ou boné
- Repelente
- Binóculo

A revista Melhor Viagem viajou a convite da Fundtur MS com seguro viagem Affinity e apoio Gol Linhas Aéreas

Fotos: Victor Hugo Sanches (@victorsanchesfotografia)

E O OFÍCIO DA REPORTAGEM SE COBRIU DE EMOÇÃO...

“Nos meus 46 anos de profissão (40 entre reportagens e assessoria de imprensa, na área de Turismo), felizmente posso dizer que viajei muito. Visitei 18 estados brasileiros e 24 países. Mas nunca tive a oportunidade de conhecer Mato Grosso do Sul. Sendo uma pessoa extremamente urbana, sempre afirmei que o meu espírito aventureiro era um 5 estrelas em Nova York. No entanto, ao ser convidada pela Melhor Viagem, decidi embarcar nesta experiência com fé, coragem e, claro, muita expectativa. Fiquei de queixo caído! Que destino incrível! A natureza me cativou. Cheguei a me emocionar ao contemplar tanta beleza em seus rios, cachoeiras, grutas, imensidão de verde e vida silvestre. Um dia ainda volto lá!”

(Nina Marciano, 70 anos, paulista de nascimento e paulistana de coração, bacharel em Comunicação Social/Jornalismo)

“Classifico a reportagem sobre a turística Mato Grosso do Sul como a descoberta de um novo horizonte para o viajante da melhor idade, assim como eu. Uma experiência que foi além das paradisíacas paisagens..., que transbordou em emoção ao ver refletida a minha imagem num rio, ao respirar fundo numa das inúmeras trilhas, ouvir o eco da minha voz numa gruta, enfim se me auto descobrir.”

(Cecília Fazzini, 63 anos, paulista, caiçara de Ilhabel, mas que adora o campo e viajar. Jornalista há quatro décadas)



AMAR PARA VIVER... E VIVER PARA AMAR-COM DUAS ASAS PODEMOS VOAR

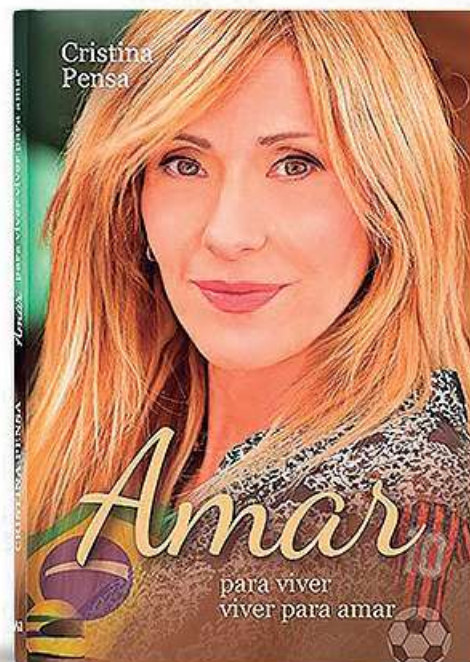
Com Ayrtton Senna, Cristina acreditava ter encontrado a verdadeira felicidade, porém o mundo (e as pessoas ao redor) não estavam dispostos a colaborar com esse romance. “O mundo estava contra o nosso amor. E eu deveria ter lutado mais por ele”, desabafa a autora.

As dificuldades que encontrou pelo caminho só aumentaram depois que ela começou a se relacionar com o piloto e, embora eles tivessem tudo para dar certo, foram surpreendidos pelos caminhos imprevisíveis da vida.

Mas a trajetória de Cristina não ficaria restrita apenas

à Fórmula 1. Ao começar a trabalhar na televisão, um mundo novo e cheio de possibilidades se abriu diante dela, trazendo também um novo amor. O casamento com Ruud Gullit e os filhos tornaram-se sua razão de viver, mas logo ela se viu diante de novas dificuldades.

O caminho da fé e da espiritualidade mostrou-se a melhor alternativa diante de tantas reviravoltas, e Cristina, ao escrever esse livro, revela aos leitores uma reflexão sobre questões – e amores – que ultrapassam todos os limites da existência física.



AMAR PARA VIVER... E VIVER PARA AMAR – COM DUAS ASAS PODEMOS VOAR

Autora: Cristina Pensa

Editora: Editora Via

www.amazon.com.br

www.editoravia.com.br/cristina-pensa



DONA DE SI

Editora: DVS Editora

www.amazon.com.br

DONA DE SI

Suzana Pires convida as mulheres a serem #DONADESI. Dona de Si: o manual da mulher que faz acontecer, publicado pela DVS Editora, traz reflexões importantes para quem se questiona sobre como equilibrar carreira e vida pessoal. E que está em constante busca do protagonismo, independentemente da posição que ocupa ou do tipo de ofício que exerce.

Luiza Helena Trajano, que assina o prefácio, destacou a história visionária de Suzana e o entusiasmo da atriz que também é filósofa em convidar as mulheres a serem protagonistas da própria vida. “Impossível não nos enxergamos nas histórias de vida contadas no livro, pois nossas dúvidas e questionamentos encontram eco e conforto em muitas delas, fortalecendo-nos”, ressalta Luiza Helena.

Entremeando histórias pessoais e profissionais, a multiartista identifica cinco etapas da construção da mulher empreendedora de si mesma: estudar, experimentar, provar-se, pertencer e legado.

A obra é resultado do projeto de uma vida da artista, que iniciou em 2017, com uma coluna assinada por ela e com passagem em várias revistas nacionais. Ao longo desses cinco anos, Suzana escreveu seus pensamentos, experiências e pontos de vista sobre a dificuldade que uma mulher encontra para desenvolver uma trajetória profissional própria.

ADEUS, ZONA DE CONFORTO

Empreendedora social, palestrante, estrategista de branding e fundadora do canal Hello Fears, a venezuelana Michelle Poler viralizou no YouTube ao enfrentar um medo por dia, durante 14 semanas. O desafio intitulado #The100DayProject deu origem ao livro *E aí, Medo?*, publicado no Brasil pela Editora Hábito.

As lições de coragem e resiliência de Michelle também chamou atenção de grandes marcas como Google, Netflix, Microsoft, Facebook, TEDx, Tinder e Coca-Cola, que a convidaram para compartilhar experiências e ajudar pessoas em busca de mais coragem. A escritora ensina como sair do 'piloto automático' e enfrentar seus temores para viver plenamente.

Com objetivo de inspirar outras pessoas a saírem da zona de conforto, ela explica que o segredo não é ser destemido, e, sim, corajoso. Afinal, a coragem não é a ausência de medo, mas um modo de lidar com ele.

Com uma escrita bem-humorada e intimista, o livro é um verdadeiro guia para aqueles que desejam viver com coragem. A autora mostra o quanto a vida pode decolar quando se sai da comodidade para assumir riscos e descobrir o seu verdadeiro "eu" – sem se preocupar com julgamentos ou rótulos. Composto por dez capítulos, que podem ser lidos na ordem que desejar, Michelle apresenta ferramentas comportamentais, emocionais e cognitivas para desenvolver a determinação e enfrentar o que cada um mais teme.

Confira algumas dessas dicas, que inspirou mais de 70 milhões de pessoas ao redor do mundo:

1) SAIA DA ZONA DE CONFORTO: quando planejamos experiências que são familiares, e repetidas,

provavelmente: (1) elas não serão muito marcantes e (2), no meio, você não prestará muita atenção no processo. Mas, se planejarmos algo que nunca fizemos antes, pode não ser tão fácil, porém, essa experiência será única e a mente ficará tão ocupada com a novidade que não terá escolha senão prestar atenção plena. Isso ajuda a sair da zona de conforto e enfrentar novos desafios, foi isso que Poler fez ao descer Montanhas Rochosas no interior de Nova York ou quando ela aprendeu a pilotar um avião.

2) APROVEITE A VIAGEM, SEJA QUAL FOR O DESTINO:

para a autora, a vida não consiste em uma série de realizações, mas no caminho para chegar lá e as metas estabelecidas para que aconteça. Pois, o destino é apenas uma desculpa para começar a caminhar. Essa maneira de encarar a vida não serve só para viagens, é possível aplicá-la também no trabalho e nos estudos. Ao invés de pensar "eu tenho que fazer", pense "eu quero fazer", "eu decidi fazer" ou "tenho o privilégio de fazer". Pensar nas coisas como um privilégio ajuda a valorizar o que temos e a ter prazer em fazer, em vez de ficarmos tenso e querer logo terminar. Curta o processo.

3) TRATE ESTE MOMENTO COMO SE FOSSE O ÚLTIMO:

após enfrentar 100 medos, Michelle soube que seu maior temor é perder algum ente querido e ter que continuar a levar a vida. Para enfrentar este medo, a escritora escreveu uma carta muito sincera para os pais que estão vivos e com saúde. A ideia era dizer-lhes não só



quanto eles são importantes para ela, mas também o que ela gostaria de mudar em seu relacionamento para aproveitar ao máximo o tempo que eles têm juntos. Ou seja, não deixe para aproveitar no fim da jornada, faça como se fosse seu último dia para que não viva com arrependimentos. Valorize os momentos, eles são únicos.

4) NÃO SUBESTIME O TEMPO: o tempo é a coisa mais preciosa do ser humano e quando desperdiçado, não pode ser recuperado. Para viver totalmente no presente, Michelle Poler leva seu tempo muito a sério. Segundo a autora, é preciso fazer algo que dê entusiasmo e o faça pensar "aí, SIM!" e não "então tá". Pois, não ligue muito para as coisas que faz, a vida passará num piscar de olhos. É necessário descobrir quais atividades que tenha vontade de executar para dedicar um bom tempo a elas, sem se tornar algo cansativo.

E AÍ, MEDO?

Autora: Michelle Poler

Editora: Hábito

www.michellepoler.com

www.amazon.com

OS BENEFÍCIOS DO AÇAÍ PARA A MATURIDADE



O açaí é uma fruta popular brasileira, oriunda da região norte do País. Seu consumo é bastante diferenciado em cada parte do Brasil, no Amazonas e no Pará ele é consumido puro, como guarnição para as refeições, acompanha muito bem peixes e todo tipo de carne.

Nas demais regiões, principalmente as litorâneas, o açaí é consumido como sobremesa.

Seja em pratos salgados ou doces, é fato que o açaí é uma fruta riquíssima em nutrientes e traz uma série de benefícios para a saúde na terceira idade, confira alguns deles:

COMBATE O ENVELHECIMENTO

Por ser rica em vitaminas C e E, o açaí atua como antioxidante, reduzindo a ação de radicais livres e a oxidação das células, combatendo o envelhecimento precoce.

MELHORA DO INTESTINO

O açaí é rico em fibras e ajuda a regular o intestino, evitando a diarreia e prisão de ventre.

COMBATE DOENÇAS DEGENERATIVAS

Os antioxidantes do açaí reduzem o acúmulo da proteína Beta-amilóide no cérebro, que está diretamente ligada a doenças degenerativas, como por exemplo o Alzheimer, que acomete um número maior de mulheres do que homens.

FAZ BEM PARA A SAÚDE DO CORAÇÃO

Por possuir quantidades significativas de antocianina, nutriente que dá a cor roxa a fruta, o açaí é

considerado um importante aliado do coração. Pois essa substância evita a degeneração celular, impedindo o surgimento de problemas cardiovasculares. Além disso, a fruta possui uma concentração de polifenóis, que aumentam o fluxo sanguíneo do coração, fazendo com ele se mantenha saudável.

ENERGIA PARA PRATICAR ATIVIDADES FÍSICAS

Por ser rica em calorias e por conter carboidrato, o açaí é extremamente energético e garante energia para a prática de atividades físicas, o ideal é que o consumo da fruta seja antes das atividades, já que sua digestão é rápida.

OVO PARA A SAÚDE OCULAR

Você sabia que comer de um a quatro ovos por dia ajuda a retardar o processo degenerativo da visão, reduzir o risco de catarata e fortalecer a retina?

O ovo contém proteína de alto valor biológico (fornecendo todos os aminoácidos essenciais), vitaminas (riboflavina, vitamina E, vitamina B6, vitamina A, ácido fólico, colina, vitamina K, vitamina D e vitamina B12), minerais (zinco, cálcio, selênio, fósforo e ferro), ômega 3 e compostos ativos (luteína e

zeaxantina).

E quando se pensa em saúde ocular, o destaque fica por conta dos nutrientes denominados de carotenoides, como a luteína e a zeaxantina presentes nos ovos, que possuem funções antioxidantes. A luteína e a zeaxantina são pigmentos amarelos que se localizam na mácula, região central da retina dos olhos, e que, por isso, também são chamados de pigmentos maculares.

“Os pigmentos maculares



atuam como um filtro que protege a mácula, por reduzir a quantidade de luz de comprimento de onda curta, além de neutralizar espécies reativas de oxigênio liberadas tanto por dano luminoso como pelo metabolismo retiniano interno”,

explica Dra. Milena Cornacini, Nutricionista Clínica, Esportiva e Ortomolecular, Mestre e Doutora em Nutrição e Consultora Técnica da Kata-yama Alimentos. Nosso organismo não sintetiza estes pigmentos e, por isso, precisamos obtê-los através da alimentação ou suplementação, sendo a gema do ovo uma potente fonte contra a degeneração das células e redução da acuidade visual, reduzindo, inclusive, os riscos de doenças oftalmológicas, como degeneração macular e catarata.

DÊ PREFERÊNCIA AO OVO COZIDO OU FRITO

De acordo com a Dra. Milena, atualmente, não há pesquisas suficientes para indicar um nível ou quantidade ideal exato de ingestão de luteína e zeaxantina para proteção contra doenças oculares, mas estudos já realizados indicam que o consumo de 1 a 4 ovos por dia é capaz de promover e garantir a saúde ocular, pois aumenta os níveis de carotenoides no sangue e a densidade óptica do pigmento macular. Entretanto, para potencializar os efeitos benéficos dos ovos, é importante considerar a técnica dietética aplicada durante seu processamento e consumo.

Dentre as três formas de preparo, os ovos mexidos (com ruptura das gemas) apresentaram menores teores de luteína e zeaxantina, se comparados aos ovos cozidos ou fritos (com as gemas intactas), sendo que os cozidos ainda são superiores aos fritos em relação aos níveis de ambos os compostos, com a vantagem de não conterem gorduras trans.

Por fim, é fundamental buscar orientação de um profissional nutricionista, a fim de obter uma prescrição personalizada, visando as necessidades nutricionais de cada paciente, e priorizando a melhor técnica dietética e biodisponibilidade dos compostos ativos.

3 TIPOS DE ALIMENTOS QUE PODEM COMPROMETER O HUMOR

O mau humor costuma ter relação com inúmeros fatores diferentes. Pode, inclusive, ser um estado passageiro, ou algo que costuma aparecer com frequência e merece ser investigado profundamente. É inegável que quase todo mundo tem aqueles dias ruins, onde as coisas teimam em dar errado e isso acaba nos abalando de alguma maneira. Mas, existem algumas atitudes e hábitos que conseguem reduzir e aliviar esses momentos desagradáveis.

Um deles, ao contrário do que algumas pessoas imaginam, é justamente a alimentação. Ter uma dieta equilibrada e saudável não gera benefícios apenas para o corpo - como redução do excesso de gordura e prevenção de doenças - como também favorece a saúde mental e pode afastar aquele mau humor chato.

“Os alimentos que são ausentes de triptofano, aminoácido responsável pela produção da serotonina - o hormônio do humor - causam o efeito contrário da felicidade, principalmente se consumidos em exagero. O triptofano está presente em alimentos como soja, leite, iogurte, banana, oleaginosas e feijão. Além disso, incluir na alimentação produtos vegetais também auxilia na melhora do ânimo como, laranja, cereais e verduras”, explica o médico nutrólogo, Dr. Thiago Volpi.



Confira alguns tipos de alimentos que pode prejudicar a saúde mental:

1. PROCESSADOS - «Alimentos que possuem alto teor de gordura e processados, tendem a aumentar o processo inflamatório no corpo, elevando o nível de açúcar no sangue. A opção é sempre recorrer a mais alimentos naturais para diminuir o colesterol ruim LDL, conta o médico.

2. CHOCOLATE - De acordo com o nutrólogo, também é preciso ter cuidado com os alimentos conhecidos por provocarem a sonhada sensação de felicidade, como é o caso do chocolate. Os que possuem baixo teor de cacau são muito calóricos e gordurosos, trazendo a sensação de mal-estar. A recomendação é optar por versões acima de 70% cacau, para estimular a produção de serotonina no corpo.

3. CAFÉ - Para o especialista, o café, também é considerado um dos vilões da felicidade. Apesar de a cafeína ajudar o corpo a se manter acordado, o excesso dela causa irritação. Isso acontece por causa do aumento da adrenalina e pode causar incômodos como insônia, ansiedade e até problemas gastrointestinais.

HIGIENE BUCAL PREVINE DOENÇAS NOS RINS E NO CORAÇÃO



Quantas vezes você levou seu pet ao dentista veterinário? Os animais, assim como os humanos, devem fazer a limpeza dos dentes periodicamente. Problemas como tártaro e gengivite são comuns em cães e gatos. A falta de higiene pode fazer com que o acúmulo da placa bacteriana seja responsável por uma série de problemas na saúde do pet. Se no ser humano essa questão pode causar infecções graves, nos animais não é diferente.

“Se o caso se agravar, a possibilidade de penetração das bactérias na corrente sanguínea do animalzinho é grande. Diante disso, problemas renais, intestinais, hepáticos e cardíacos podem afetar o seu melhor amigo. Além disso, dor e falta de apetite são indicativos de que é preciso higienizar os dentes do pet. Essa condição pode levar à anemia e outros problemas relacionados à alimentação”, revela a veterinária da Nutrire, Cecílie Papais.

Uma pesquisa da Animal Foundation revela que 80% dos cães com 3 anos de idade possuem doença periodontal. “Esse dado é preocupante, visto que a consequência disso é a saúde do animal como um todo e que, muitas vezes, em casos mais severos, pode levar à extração de dentes”, acrescenta a especialista da Monello Select.

A premissa de que a prevenção é o melhor remédio serve também para os animais de estimação. “A escovação diária do dente de cães e gatos é o que pode evitar doenças graves e o que provê a saúde e o bem-estar bucal do seu pet”, diz. Cecília completa que para identificar a presença de tártaro, basta observar sintomas como mau-hálito, dentes escuros e sangramentos na gengiva.

“Quem leva o pet frequentemente ao veterinário é orientado conforme a necessidade de cada animal. A periodicidade da limpeza vai ser determinada pela idade e condição de saúde de cada pet. Somente o especialista pode fazer o diagnóstico e orientar as medidas de prevenção e/ou correção do problema”, alerta.

Cecílie tranquiliza os tutores que tem medo do procedimento de limpeza, “Muitas pessoas acreditam ser arriscado fazer a higienização bucal do seu pet nas clínicas, mas é mais arriscado ainda deixá-los sem esse atendimento. A sedação é necessária para que o animalzinho seja controlado e o médico possa limpar cantos mais escondidos. Ademais, são realizados exames

prévios para verificar a saúde geral do pet. Vale ressaltar que diversas técnicas sedativas podem ser utilizadas, opções cada vez mais seguras”, explica.

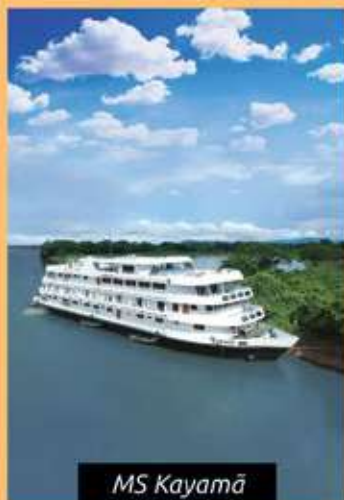
Escovar os dentes dos cães e gatos em casa também faz parte da prevenção. “A primeira dica é a mais importante: utilize apenas pastas específicas para animais, qualquer outra pode causar intoxicação. Depois, introduza a escovação dentária aos poucos, sem pressão”, indica.

Alguns pets demonstram resistência à escovação, por isso, iniciar aos poucos faz toda diferença. “Uma gaze antes da introdução da escova é fundamental, mais ainda no processo de adaptação do pet. Escolha um momento tranquilo. O cuidado com a gengiva é importante, pois a boca do animal é mais sensível do que a do ser humano”, acrescenta.

Há escovas próprias para animais de estimação, anatomicamente feita para a estrutura bucal deles. Chame-o carinhosamente pelo nome antes de iniciar o processo de limpeza e parabeneze-o ao final. Dessa forma, tem grandes chances do bichinho associar esse momento com algo muito bom.

PANTANAL

o melhor do Brasil



MS Kayamã



Na maior planície inundável do planeta, cenário de uma incrível biodiversidade, o Pantanal sul-mato-grossense é a combinação harmoniosa entre água, fauna, flora e Seres Humanos.

O Pantanal é um paraíso para os amantes da natureza, da fauna e flora, onde encontramos mais de 230 espécies de peixes, 650 de aves, 80 de mamíferos e 50 de répteis. Oferecemos agora uma imersão neste verdadeiro paraíso, com todo o conforto, comodidades e segurança.

Vem com a gente!



MS Comodoro

**Venha conhecer o Coração do Brasil,
solicite já a sua reserva!!**

www.transmundi.com.br
contato@transmundi.com.br
Tel: (21) 2262-6262
WhatsApp: (21) 96533-5566
Endereço - Matriz: Av. Rio Branco, 143 - 7º andar

DESBRAVE

PAISAGENS DIGNAS DE NOVELA

Se você é fã de novelas, sabe como um bom cenário faz toda a diferença. Não é à toa que o Pantanal e outros destinos de Mato Grosso do Sul são lugares escolhidos para roteiros de novelas e filmes, mas também são perfeitos para os roteiros de viagem.

No Pantanal, você vai encontrar muita ação e aventura fazendo os safáris e muito romance ao contemplar paisagens com um pôr do sol de tirar o fôlego. Mas o mais importante é que você terá muita estrutura e acessibilidade para viver tudo isso. Porque tudo aqui é feito por profissionais e guias preparados para que você possa curtir cada passeio. Então, comece já a planejar o próximo capítulo da sua história desbravando o turismo do Mato Grosso do Sul.

ASSISTA NOSSO VIDEO
E DESCUBRA QUE TIPO DE
DESBRAVADOR VOCE É.



Mato Grosso do Sul.

O destino para todos os desbravadores.

O destino para você.



visitmsoficial



GOVERNO DO ESTADO
Mato Grosso do Sul