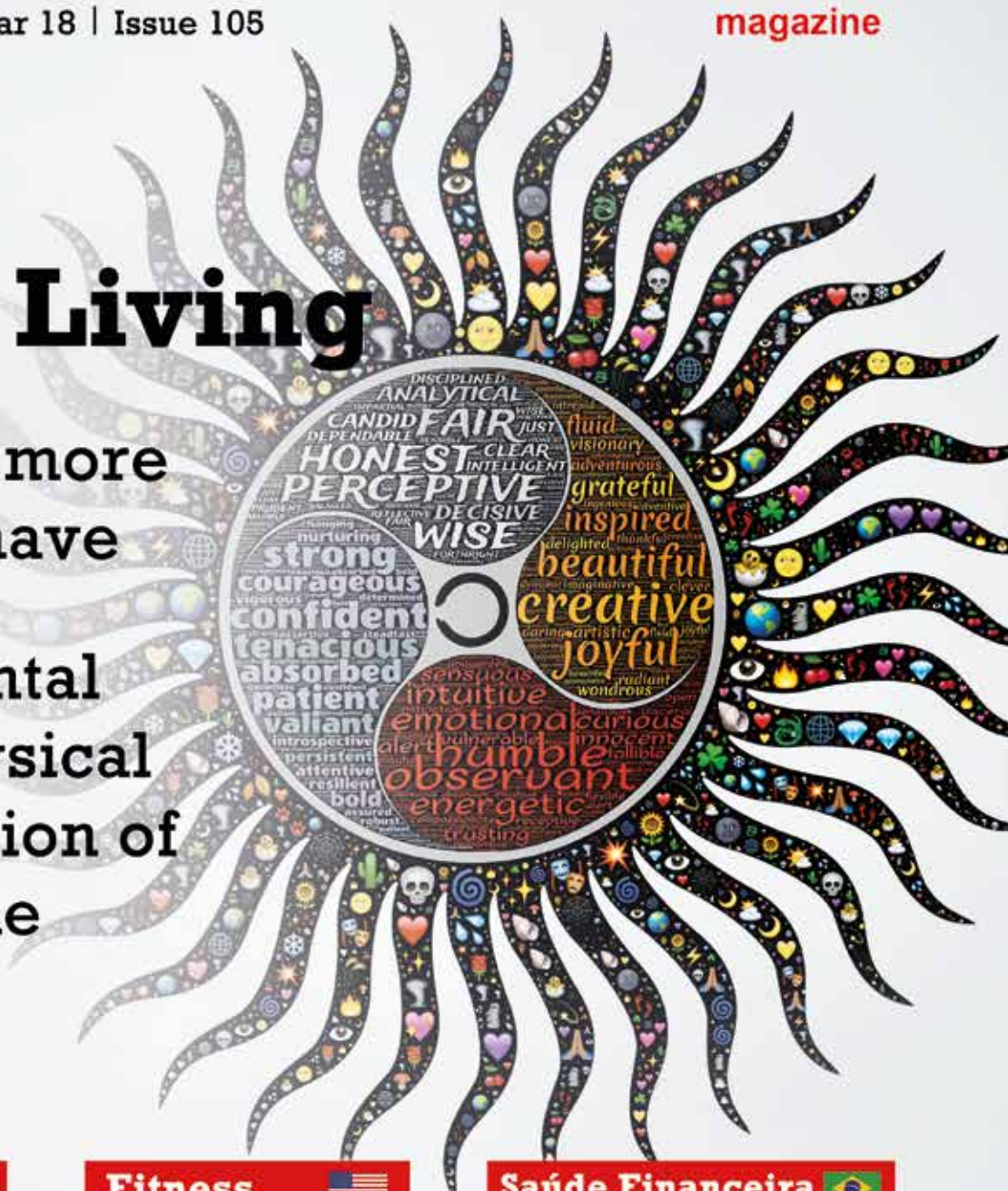


FREE

Art of Living

- To be is more than to have

- The mental and physical connection of gratitude



Comunidade

Filantropia como
tendência no apoio
ao jornalismo

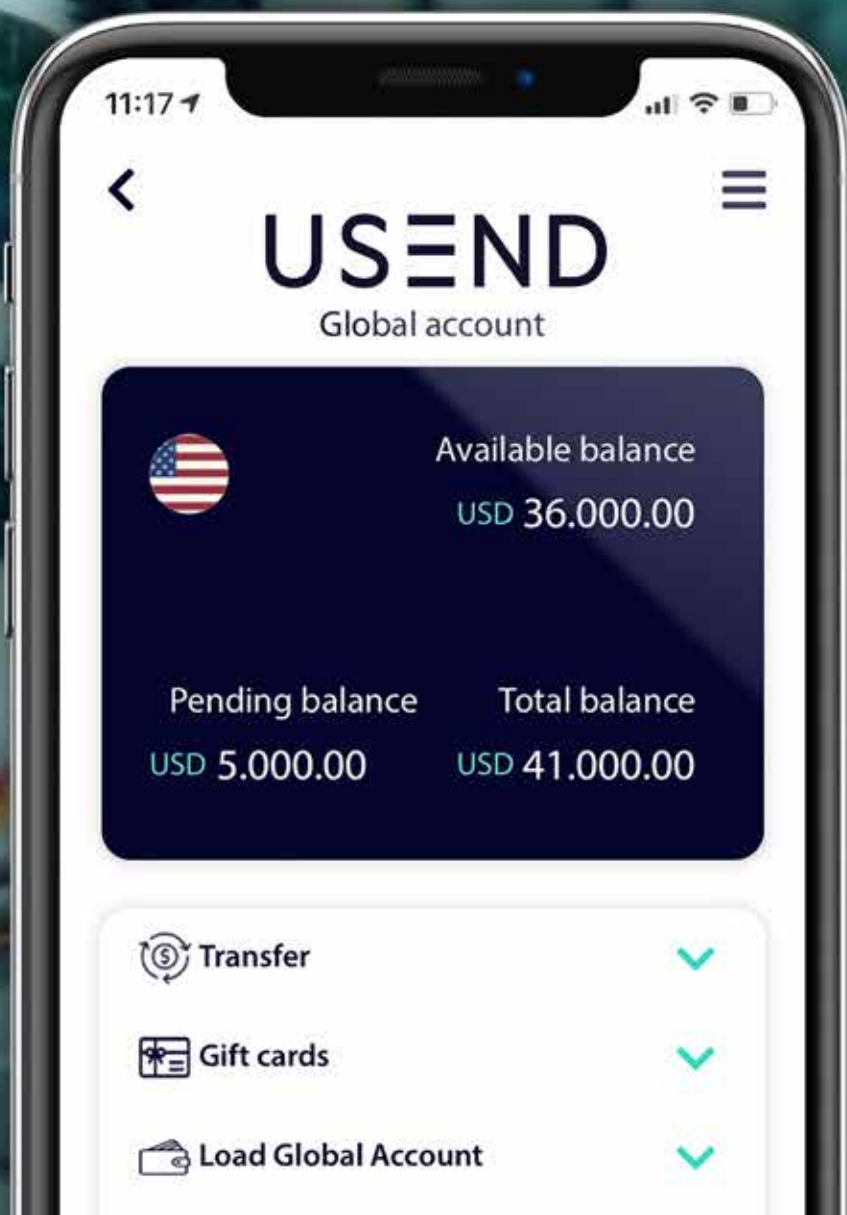
Fitness

Setting achievable
goals in 2021

Saúde Financeira

Mais \$ vendendo coisas
que você já não precisa

Chegou
**Usend
Global
Account**
YEAAAH



USE O PROMO CODE

SOUL

desconto de \$4.99 na taxa de envio!



Good Business Checklists Serie



ONLY \$15 EACH.
ORDER NOW:
WWW.KISUCCESS.COM

One of the most basic types of marketing plans is a checklist.
It identifies a broad range of elements or steps required for
typical marketing initiatives in an easy way to follow the plan!

For advertising and article marketing opportunity ☎ (424)206-0538
We offer different options using different platforms and tools.

Editor's Note

The year 2020 could be like 1969, celebrated for the moon landing and remembered for discovery. Or what about 1896, when the first modern Olympics were held in Athens? You could have been remembered for daring dreams. But no. 2020 will be remembered by the wildfires, murder hornets, riots, and for sure, the Covid19. Instead of discovery or dreams or daring, the year will be remembered for the plague and the consequences of all this health crisis.

But I would like to add that 2020 is/was the year of reinvention, to moving ahead, being ready for new opportunities, and what is needed to set that process in motion starting soon and in the months to come looking forward to 2021. 2020 has upended life as we know it, including the way we think, we do business, we care about others and family, and many people learn to be grateful.

Thank you for reading my editor's letter, for supporting our business. Your support means a lot to me and is much important for we continue to offering valuable content for you. No doubt, this year's been a true test of patience and resilience to the circumstances we live in. We've come to realize what's really important in our lives and to really cherish the ones closest to us. Despite the negatives, which for the most part have been out of our control, what we can do is to give thanks. Gratitude is the way out.

Sending you good wishes and an awesome 2021!



Lindenberg Junior

We produce web content daily!
Check our exclusive articles on our website:

www.soulbrasil.com

JOIN US ON SOCIAL MEDIAS



TO CONTACT US

By phone/whatsapp: 1 (424)206-0538
By email: info@soulbrasil.com
By mail: 10480 National Blvd #208
Los Angeles, CA 90034

ADVERTISING INFO/MEDIA KIT

www.soulbrasil.com/advertise-info

SOUL BRASIL TEAM / CONTRIBUTORS

Editor in Chief: Lindenberg Junior.
Copy Editor: Giovanni DaSilva.
Writers: Isabela Jordão, Lais Oliveira
and Lindenberg Junior.
Contributor Writer(s): Sandra Domingos and Julia Melim.
Translators: Amanda Peter and Isabela Jordão.
Photographer: Claudia Passos.
Videographer: Andrei Litinov.
Video Host(s): Amanda Peter and Gabriela Nader.
Art & Design: Gustavo Teodoro and Pâmella Firmo.
Webmaster: Alexandre Loyola.
Administration Support: Magali da Silva.
Social Media Support: Isabella Felicetti

OUR MISSION

Inform and educate our readers as well as build relations and networking with Brazilians, Brazilian culture lovers and the conscious living community. Also, offering exposure to the products and services of our advertisers and partners.

DISTRIBUTION/CIRCULATION

In June 2020 we completed 18 years on the road and since the last issue of 2015, we stop printing large quantities and distributing the magazine for free. Since then we are working with printing on demand company and started to charge a flat fee for the printed cost. We still print 500 magazines with each issue but our power of outreach with no doubt is through different and innovative digital platforms such as the flip digital format with ISSUU, the eBook format in PDF. Together, with each issue, we expect a total outreach of approximately 35 to 45 thousand readers worldwide, with more readers located in California.

SUPPORT US

Use your purchase power with our advertisers and sponsors. They support us and you will help us supporting them! Let them know you are a Soul Brasil reader and supporter, and that you have seen their AD or message in our pages.

SOUL BRASIL MAGAZINE IS PUBLISHED BY KISUCCESS PUBLISHING

All rights reserved. Advanced written permission must be obtained from Soul Brasil magazine or Kisuccess Publishing for the contents. The opinions and recommendations expressed in articles are not necessarily those of the publisher. Copyright 2002-2020 Soul Brasil magazine and Kisuccess Publishing.



Hold the joy
that spreads
around the
world in your
own hands



Here at Contemporânea, we believe that great instruments can only be made through a combination of serious dedication, heightened sensibilities and outstanding talent. Backing up this belief is the fact that, for over 65 years, our percussion instruments have made their way to the hands of the greatest musicians in Brazil and abroad, bringing the infectious joy of our music and country to the world.



www.contemporaneamusical.com.br

Setting Achievable Fitness Goals in 2021



As a rule, New Year's resolutions are notoriously prone to failure as every year so many of us set goals for ourselves with the great intention only to find them unfulfilled when the end of December rolls around. For whatever reason, the fiery motivation and enthusiasm felt in January begins to wane and we fall off the wagon.

Many resolutions have something to do with fitness, health, and physical improvement in general. This is abundantly evident by the wave of new people flooding the gym each January and the endless television commercials pushing the latest piece of fitness equipment promising that with their product, your body transformation will be a piece of cake (no pun intended).

The problem with many New Year's resolutions, especially pertaining to fitness, is that people set goals that are either not specific enough, not sustainable or based on unrealistic expectations. In this article, we are going to breakdown some of the more common fallacies regarding fitness goals that will hopefully set you on the right path to sticking to your fitness resolution for the new year.



Baby Steps Are Okay

So, you are all geared up to charge headfirst into a year full of quality

workouts, clean eating, and endless workout selfies on social media. You have purchased a shiny new pair of trainers, armed yourself with flashy gym outfits, and maybe even acquired some sleek new headphones. There is nothing wrong with any of these things but let's hit pause for a second and talk about your plan for structuring your new workout and diet routine.

Often times, the enormous amount of motivation felt when starting a fitness routine leads to attempting drastic changes to an individual's lifestyle. People try things like being determined to go to the gym seven days per week or immediately cut out every bite of junk food from their diet. The problem with this mentality is that it is not sustainable.

Any kind of change is hard; therefore, it is important that you ease into the process. Start small with your plan and go from there. For instance, make it a point to workout 2-3 times per week, only give in to that bowl of ice cream on the weekends, etc.



Fitness requires playing the long game

The media makes it seem like physical transformations should be an expedited process and that noticeable results can be an overnight process. This notion is far from the truth. Buying into these

ideas will only leave you discouraged and burnt out in a short amount of time. It is crucial that you understand that transforming your body can certainly be an enjoyable, fulfilling process, but it takes a lot of time and effort!

The people that you see on magazine covers and infomercials didn't get their physique by knocking out a few sets on whatever product they are pushing "15 minutes per day, twice a week." Having a sound understanding of the investment required to achieve your fitness goals is a must if you plan on sticking with your resolution and avoiding the disappointment of not seeing the results you are looking for overnight.



Enjoyment promotes consistency

The biggest determining factor of your success in any goal you set for yourself, especially regarding fitness, is consistency. Without it, the workout routine you choose, and the diet plan you follow doesn't mean a thing. That being said, your fitness journey needs to be one that you enjoy. Human nature is inherently prone to avoiding unpleasant experiences and seeking enjoyment whenever possible. Going to the gym and eating healthy can't be a miserable endeavor, or you will not be consistent. Having fun while being disciplined and working hard can undoubtedly happen simultaneously!

GETTING MORE SALES WITHOUT SELLING YOUR SOUL!



We all need more sales and know we have to market our services or products, but we run into a few problems:

- * There doesn't seem to be enough time
- * We're not sure our marketing activities are very effective
- * It causes us stress for all the reasons above

WE HAVE PUT TOGETHER A GREAT 4 PART E-COURSE THAT SHOWS HOW TO

Boost Your Marketing without Boosting Your Stress

1 TIME MANAGEMENT AND TIME BLOCKING – becoming more efficient in all the activities you do in your business.

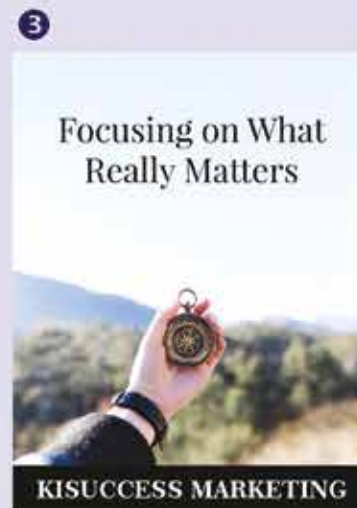
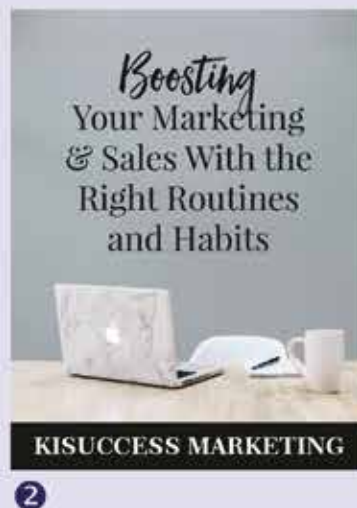
2 BOOSTING YOUR MARKETING AND SALES WITH THE RIGHT ROUTINES AND HABITS – imagine doing less work, but getting more sales.

3 FOCUSING ON WHAT REALLY MATTERS – sometimes we get distracted in busy work. Here we will show you how to get focused on what works to grow your business without all the hard work.

4 TIPS AND TRICKS TO BOOST YOUR PRODUCTIVITY – by now, we will help you get your productivity through the roof.

INCLUDING...

Printable 4 **Checklists** with a summary of what steps to take based on each of the instructional guides as well 4 **Worksheet** to help you stay on track while you work on growing your business.



GET IT HERE: www.kisuccess.com



Discernimento:

Atributo Para Viver Melhor

Por Sylvia Silk

Em um mundo de possibilidades infinitas, por que escolhemos nos apegar a apenas uma? E então, se essa possibilidade não der certo, ficamos muito chateados! Podemos realmente ficar doentes quando não alcançamos a única possibilidade a qual nos fixamos.

Não nos serviríamos melhor se não nos apegássemos a nenhum resultado, mas aguardássemos com grande expectativa a possibilidade que a Vida/Amor/Alegria está nos enviando? E se fôssemos abertos o suficiente para receber e aceitar com amor a possibilidade que surgiu para nós?

Ao concentrarmos toda a nossa energia no medo, na preocupação, na ansiedade de um resultado futuro que não queremos, fechamos, sem saber, a porta para o bem que está chegando até nós. Desviamos nossa energia para manifestar o que não queremos. Para manifestar o que queremos, precisamos

aprimorar nossas habilidades de discernimento.

Uma resposta a essa ideia é: “Oh, não, eu não poderia fazer isso. Posso obter um resultado que não gostaria. Então, vou me desgastar e me preocupar com todos os resultados que posso obter mas não quero, e rezar para não manifestar nenhum deles”. Este é um exemplo de pensamento baseado no medo. Pensamentos baseados no medo nos decepcionam e nos deprimem.

Um pensamento baseado no amor responderia como uma criança animada na véspera de Natal: “Eu me pergunto que maravilhas estão vindo até mim. Eu me pergunto o que Papai Noel/Deus/Amor está trazendo para mim”. Fico toda animada e feliz só de pensar no bem que deseja ser entregue a mim.

Passei por uma livraria e o título de um livro chamou minha atenção. É um livro escrito por Byron Katie, a criadora de

The Work, chamado Loving What Is. É nisso que se estabelece um pensamento baseado no amor: amar o que é e o que está por vir. É uma maneira estimulante e não estressante de pensar.

O discernimento é um atributo de quem aprendeu a diferenciar um pensamento baseado no medo e um pensamento baseado no amor, e um mestre é aquele que escolhe o pensamento baseado no amor. Pratique a escolha de pensamentos baseados no amor em vez dos baseados no medo.

**Sylvia Silk é praticante de Cura Reconectiva treinada pelo Dr. Eric Pearl e pelo Diretor Executivo do Institute For Balanced Living, um lugar para ir em busca de cura, apoio e transformação em sua jornada de evolução para viver a vida em equilíbrio – www.thereconnection.com*



DIRETÓRIO
BRASILEIRO

Busque ou Adicione
GRATUITAMENTE
Um Profissional ou Empresa

- ✓ Listagem protegida por SSL
- ✓ Mais exposição para o seu negócio
- ✓ Otimizado para mecanismos de pesquisa

Uma iniciativa:

kiSuccess

• Marketing • Publishing • Design • Printing

www.diretoriobrasileiro.com

Costa Oeste - EUA

The Mental and Physical Connection of Gratitude

We have already published at least two other articles on the same topic, but here we will focus on how it is a powerful thing, in particular, when we discover the various mental and physical effects it has on us. Let's look at a few of those to give you an idea of what you can expect if you start to make feeling gratitude a daily focus.

The Mental Benefits Of Gratitude

Practicing gratitude helps your overall mental health because you instantly have a better outlook on life. Don't be surprised to walk away from your latest gratitude

meditation with a big smile on your face. Of course the benefits don't stop at increased happiness. Feeling more gratitude has been linked to a better self-image, less anxiety and even a reduction of depression. This comes as no surprise to scientists who have recorded increased levels of dopamine and serotonin after intentional gratitude meditations.

The Physical Benefits Of Gratitude

This is where it gets interesting. It's one thing to feel better emotionally, but the release of these "feel-good" hormones affects your physical body as well. Gratitude reduces stress and with it, you're sleeping better, your blood

pressure lowers, and you have more energy. As a result, you move more, leading to even better overall physical health. Maybe your gratitude exercise motivates you to go out for a walk, getting more oxygen into your body and loading up on Vitamin D. Being able to sleep soundly reduces appetite and less stress helps you make smarter food choices. All these things work hand in hand to turn you into a healthier and stronger version of yourself.

Gratitude is particularly important for heart health. Between the lower blood pressure and reduced stress, you are putting less strain on your heart. The added exercise and sleep strengthen your heart muscle and give this most

important organ time to recover and heal overnight. With heart disease one of the leading causes of death in modern society, there's never been a better time to practice gratitude and let go of stress.

How can you tap into both the mental and physical benefits of gratitude?

By feeling more of it. Of course that's easier said than done. A great place to start is by creating a habit of thinking of at least one person or one thing you are deeply grateful for each morning as soon as you wake up. It sets the tone for the whole day and gets you off to a great start to reap these powerful benefits. Give it a try!





GO RAVEL Please!

Vacations, Tours, Cruises, Expeditions, 5 Continents

And if you would like to Travel to Brazil..
The country of Samba is our specialty

Improves your Health.

Let you Create Lifetime Memories.

Makes you Feel Like an Adventurer.

Expands your (Real) Social Network.

*Improves your understanding of
Other Cultures, and Makes you
Love your Home Even More!*

*makes you smarter
and More interesting*

TRAVELING

WWW.GOTRAVELPLEASE.COM

TIME FOR CHANGE

Adeus, 2020: O Ano de Recomeços e Reinvenções

Por Julia Melim

Se você é como eu e muitas outras pessoas, talvez tenha sentido que dezembro é o mês de recomeços. É como se em 2020 o ano novo tivesse chegado antes pra todo mundo. Normalmente as pessoas esperam até o último dia do ano, ou o primeiro dia do novo ano, para rever as suas vidas, mas esse foi o ano de abraçar o desconhecido e se jogar sem saber no que vai dar. Em 2020 começamos a reescrever o nosso destino, os nossos sonhos, nossos objetivos de vida e a reinventar a nós mesmos.

O ano de 2020 é (ou foi) o ano da reinvenção. Todos tivemos que nos adaptar, desenvolver e evoluir. E, assim, perceber como a vida é frágil, como Elton John canta, “Como uma vela ao vento”.

As estruturas antes criadas começaram a desmoronar na nossa frente e tivemos que buscar soluções inovadoras. Às vezes, deixando pra trás relacionamentos, trabalho, carreira e situações que não estavam mais dando certo. Deixar ir. Mas, como em toda crise, sempre há um lado bom. Esse foi o ano de seguir o coração, redescobrir novas paixões e fazer o que amamos. O ano de finalmente seguir a vida que sempre sonhamos – e que para alguns se tornou a única opção.

Essas mudanças todas trouxeram uma segunda chance para muitos, uma chance de olhar para dentro de

si mesmo, como uma renovação da casa que estava precisando ser feita há muito tempo. Nós tivemos que desentupir o encanamento, refazer o telhado e dar uma segunda mão de tinta fresca. E no sentido figurado também, uma renovação da alma, que é a nossa casa, nosso templo. Esse foi o ano de “Desculpa, meu amor, eu te amo, por favor, me perdoa e obrigada (o)”. Foi o ano de ser grato por todas as lições e nos incentivar a dar o próximo passo pro autoconhecimento: a nova fase das nossas vidas.

Encontramos a coragem escondida, perdida, que nem sabíamos mais onde tínhamos deixado. Coragem para mudar de país, de cidade, deixar o trabalho de anos e ter força para seguir em frente mesmo com tantas incertezas. Esse foi o ano da coragem, fé e amor. O ano de confiar mais no universo e ter fé. Permitir que a Lei da Atração eleve as nossas vibrações e acreditar na jornada. Foi o ano de mudar as rotinas, incluir meditação, tirar o diário da gaveta e fazer caminhadas na natureza. Foi o ano de finalmente parar e contemplar a beleza à nossa volta.

2020 foi um ano de reflexão. Refletir no legado que você quer deixar para as gerações futuras. Pode ser aquela paixão que você tinha deixado guardada e sempre quis recomeçar. Ou aquela carreira dos sonhos que você queria seguir e agora finalmente está tendo tempo. Esse tempo de levar a vida

que você sempre quis. A hora é agora de mostrar as suas ideias pro mundo. Essa é a última chamada para viver os seus sonhos!

Para mim, como muitos outros, foi o ano de me reinventar. De apresentadora no tapete vermelho para ter o meu próprio show viajando pelo mundo, a não poder sair de casa por seis meses. Foi o ano de refletir como podemos mudar as nossas vidas, apreciando cada momento, sendo mais gratos, servir mais ao próximo e ajudar de verdade os outros. Em particular, no meu caso, as mulheres, nesse momento de crise, que querem mudar de vida ou carreira.

Agora podemos focar naquilo que sempre quisemos fazer ou descobrir novas paixões, mesmo de casa. Às vezes não seguimos os nossos sonhos porque ficamos com medo, vergonha, insegurança ou porque achamos que não estamos prontos. Mas deixa eu contar um segredo: Ninguém nunca está pronto, mas fazemos mesmo assim. O importante é começar.

** Julia Melim é apresentadora, escritora, produtora e coach para mulheres que estão mudando de vida e carreira – descobrindo suas paixões e buscando uma voz amiga e compreensiva. A catarinense já viveu em Los Angeles, Miami, NYC e atualmente vive em Las Vegas - www.juliamelim.com*



"Pampas Grill
is one small step away
to experience
the best of Brazilian
style homemade food"
Soul Brasil Magazine





Traditional Brazilian Cuisine

Homemade Food and Churrasco By The Pound

L.A (Farmers Market)
6333 W 3rd Street #618
Los Angeles, CA 90036
Phone: (323) 931-1928

L.A/Culver City
3857 Overland Ave
Culver City, CA 90232
Phone: (310) 836-0080

Visit our website: www.pampas-grill.com

Like us on  + Follow us on 



If Travel is your Passion... Brazil is your Destiny!
If Business is your Priority for Now... Brazil Should Be in your Planning!



GO TRAVEL PLEASE
Phone/Whatapp (323)428-1963

Travel to Brazil with Us!
Personal Travel & Tour Services by Magali Da Silva
www.soulbrasil.com/travel



The Importance of Japanese Immigration to Brazil: More than a Century of History



In 1908, the Kasato Maru ship arrived in Brazil with the first generation of those who would become Japanese immigrants. More than 700 Japanese people arrived at that time to work, essentially, in the coffee plantations of the state of São Paulo. Between conflicts of the first and second world wars, little by little, new immigrants left Japan and settled in Brazil, strengthening the exchange between these two countries.

From that first wave of Japanese immigrants, from 1908 to 2020, 112 years have passed and today the Japanese descendants population in Brazil has reached almost two million people, making it the largest Japanese community out of Japan. In the of São Paulo is speculated the existence of more than 1.3 million Japanese and descendants, and the “Bairro da Liberdade”, city’s Japantown, a strong reference of this community with gift shops, supermarket, etc, including a famous Sunday street market selling everything from food to handicrafts.

In the 50’s, in commemoration of the 50th anniversary of Japanese immigration, members of the Imperial Family visited Brazil, including the Mikasa princes couple. Since then, celebrations have been held every decade and, with interactive and engaging performances, the celebration of the immigration anniversary pays homage to Brazil’s cultural plurality,

as well as the relationship of harmony and respect built so many decades ago between Brazil and Japan.

In 2018, celebrations took place in several states in Brazil, in particular São Paulo, the state where the largest Japanese community in the country is concentrated, to celebrate 110 years with cultural, artistic, sporting and



Bairro da Liberdade: a strong reference of Japanese community in Sao Paulo.



culinary events that symbolize Japan's contribution to the Brazilian society. As an example, the Historical Museum of Japanese Immigration in Brazil, located in São Paulo (SP), reopened after almost three months of works for structural modernization and its collection - for those who want to know more about the history of Japanese immigration in Brazil, the museum exhibits two models of the ship Kasato Maru (which brought the first Japanese in 1908), 97,000 documents, objects and newspapers from the time that brings together moments lived by immigrants during the First and Second World War periods.

At business, the relationship built between the two countries over the past few years is of equal respect and value, so much so that, from January to September 2018, for example, the 700 Japanese companies with offices or factories in Brazil applied around US \$800 million on investments in the country. From the development of jiu-jitsu to the agricultural expansion of the Brazilian cerrado, from the introduction of eggplant in national cuisine to judo, it is difficult to list all the contributions that Japanese immigrants made to Brazil.

In the urban landscape, neighborhoods such as the mentioned Bairro da Liberdade, and cities like Bastos (São Paulo) and Assaí (Paraná) are still characteristic of the Eastern country. In the field of religions inherited by Japanese immigrants, Buddhism stands out, which arrived in Brazil in the early 20th century, but was persecuted because of prejudice against Eastern religions and because of the language barrier.

But Brazilians living in Japan also leave their mark. According to the Japanese ambassador, Akira Yamada, in an interview with a Brazilian government vehicle in 2018, Brazilian people living there contributed to enrich Japanese culture and customs. As examples, we can mention the ex-player Zico, who was important for the development of soccer in Japan. Samba and pagode, as well as Brazilian barbecue, are much appreciated by Japanese people. There were about 200 thousand Brazilian workers living in Japan until 2018, and it is speculated that they are responsible for the dissemination of Brazilian art and culture in that country.

Like any reciprocal and bilateral relationship, there are gains for both

sides. Japanese immigration made an important and inestimable contribution to Brazil: from the introduction of more efficient techniques in agriculture in the early 20th century, through scientific contribution and installation of large Japanese multinational companies in that tropical country, in addition to investments in all sectors of the Brazilian economy. According to data from Brazilian Central Bank, approximately US \$28.4 billion were invested by Japanese companies in Brazil from 2008 to 2018.

To further strengthen the relationship between these two countries, we mention an important sports event as Copa America, which was held in Brazil in 2019, and that received the Japanese national team as a guest country. In addition, exchanges of ideas about the Olympic and Paralympic Games, which will take place in Tokyo in 2021, are being held between the two countries, and it is estimated that further exchange in the sports area is expected. Brazil and Japan have been united by cordiality and cooperation for several decades, and each year this relationship, by history, grows stronger.



Salt Lake City: no Calor ou no Frio, Sempre uma Ótima Escolha

Experimente um refúgio cheio de estilo nesta cidade montanhosa e que com certeza acelera o pulso de qualquer amante da natureza. Na capital de Utah, você encontra uma cultura próspera com bons restaurantes e bares, apesar da história de leis peculiares com restrições ao álcool no estado. Embora “A Cidade dos Santos” possa ter ganhado essa reputação (e apelido) de suas raízes religiosas, a acessibilidade e o rápido crescimento de Salt Lake a transformaram no “segredo mais bem guardado do Oeste”.

Durante o verão (especialmente para a maioria dos brasileiros), a cidade pode ser uma ótima opção de escape no fim de semana se você mora em qualquer estado da costa oeste dos EUA. Uma viagem rápida para um fim de semana diferente pode custar apenas US\$300 - mais alguns US\$ para a gasolina.

Você pode aproveitar muito do que SLC tem a oferecer desde a culinária moderna a paisagens deslumbrantes em todas as direções. Deixe-nos sugerir um possível roteiro para um fim de semana inesquecível e dentro do orçamento de US\$300 (valores de 2020, antes da pandemia).

Para hospedagem, embora não seja tão majestoso quanto o equivalente palaciano, The Grand America Hotel, o [The Little America Hotel](#) oferece

comodidades como piscina interna e externa, business center e tarifas acessíveis tão baixas quanto \$109 por noite em uma localização no centro da cidade, perto de tudo, e que pode ser percorrida a pé.

Para um bom café da manhã, tem o [The Park Café](#), uma instituição de Utah que serve refeições de primeira por menos de US\$10! Você pode se servir de uma caneca de café quente de cortesia enquanto espera por uma mesa, e passear nas proximidades do Liberty Park depois de terminar sua refeição.

O [Beltex Meats](#), um açougueiro sustentável vende uma deliciosa variedade de carnes de origem local e criadas com ética. Por US\$10, compre alguns frios para viagem e faça um piquenique no Liberty Park.

Quer um local dentro do orçamento para se divertir enquanto bebe uma cerveja artesanal? Está garantido! Por US\$3 na [Fisher's Brewing Co.](#) Aqui onde estamos, na Califórnia, é quase impossível conseguir uma cerveja artesanal em um bar por menos de US\$6 (com sorte). Aqui, é acessível e delicioso, tornando o lugar uma parada especial.

Para relaxar, viaje até o deslumbrante Little Cottonwood Canyon para chegar ao The Cliff Spa, no Snowbird Resort,

onde você encontra muito luxo por um pequeno preço. Por US\$35, você tem acesso ao vestiário, sauna e banho turco a vapor de eucalipto. Faça uma aula de ioga gratuita e relaxe à beira da piscina na cobertura, com uma vista imbatível das montanhas Wasatch. Outros serviços de spa podem ser adquiridos por um custo adicional. Confira em [Nowbird.com/spa](#).

Para jantar, reserve uma mesa com antecedência no [The Copper Onion - New American cuisine](#), e que rivaliza com bons restaurantes de qualquer cidade costeira como L.A. e San Diego. Um jantar com direito a vinho custará menos de US\$45 por pessoa.

No dia seguinte, um lugar para ver a natureza e outro para caminhar. No Red Butte Garden você encontra um labirinto aparentemente infinito de percursos e plantas com vista para a cidade. Se gosta de caminhar? Caminhe na Faixa de Wasatch - a 20min de carro do centro da cidade. É incrível a rapidez com que você pode sair da cidade e ficar sozinho lá. Se você tem filhos, experimente o Museu de História Natural de Utah. Ele tem uma exibição incrível da população de dinossauros que vivia em Utah!

Boa diversão!

RC Business Services

The Income Tax Specialist

CONSULAR SERVICES

- Emissão e Renovação de Passaporte;
- *Issue and Renewal of Passport;*
- Legalização de Documentos;
- *Document Legalization;*
- Vistos;
- *Visa;*
- Procurações;
- *Power of Attorney;*
- Qualquer outro Serviço Consular;
- *Any other Consulate Service.*

FINANCEIRO

- Imposto de Renda (USA e Brazil);
- *Income Tax (USA and Brazil);*
- Abertura de Empresa;
- *Opening a Business;*
- Bookkeeping e Payroll.



OUTROS SERVIÇOS

- Traduções Certificadas;
- *Certified Translations;*
- Transferência de Dinheiro para e do Brasil;
- *Money Transfer to and from Brazil;*
- Homologação de Divórcio no Brasil;
- *Divorce Recording in Brazil;*
- Reconhecimento de Firma;
- *Notary Public Services.*

RC Business Services

8484 Wilshire Blvd., Suite 430, Beverly Hills, CA 90211

Tel: (323) 651-2185 – Fax: (323) 651-2730

www.rcbusiness.net



Elassar Insurance Services

Os Espertos em Seguros de Carros!

Desde
Apenas **\$1** por Dia



Sem Carteira ou com Acidentes ou Multas?

Entre em Contato. Nós Podemos ti Ajudar!

Carteira de Motorista Internacional

SR-22 Imediato

Oferecemos Seguros Para: Carros e também Motos,

Casas e Negócios. E em breve, Seguro de Vida.

Estamos Para Servir a Comunidade Brasileira

Ligue Para uma Cotação: (310)237-1107

10826 Venice Blvd. #108 A, Culver City, CA 90232



“Year of Abundance” Calendar 2021

- Free Download;
- Printing Quality;

Visit: www.soulbrasil.com
 (“Free Gift” on the right column)



Ganhe Dinheiro Vendendo Coisas Usadas com a Ajuda de Startups de Tecnologia

Está precisando vender itens usados? Existem aplicativos e sites que facilitam a sua vida ao transformar itens que você possui, mas não usa ou quer mais, em dinheiro. Seja qual for, copilamos uma lista com os melhores aplicativos e sites que facilitam o processo de venda e compra de itens usados nos states.

[Letgo - we.letgo.com](https://www.letgo.com)

Esse app conecta compradores e vendedores sem fornecer informações pessoais de contato e é possível usar o bate-papo próprio do aplicativo para falar sobre os itens e negociar preços. Para ter ainda mais segurança antes de fechar uma venda, é possível analisar os perfis dos usuários para ver se eles foram verificados e têm avaliações positivas. As transações são feitas pessoalmente.

[Facebook Marketplace - facebook.com/marketplace](https://www.facebook.com/marketplace)

No marketplace, depois de carregar uma imagem do item e outros detalhes, a própria plataforma escolhe a categoria

do seu item e sugere um preço. É possível encontrar pessoalmente os compradores para a transação ou vender para pessoas a uma certa distância. Um bônus de usar o Marketplace é que você se sente mais seguro para saber com quem está lidando, pois pode visualizar o perfil do interessado.

[Poshmark - poshmark.com](https://www.poshmark.com)

Esse é o lugar perfeito para vender roupas, sapatos e acessórios de marca usados. A criação da conta é gratuita, mas você tem que pagar uma taxa quando a venda é feita. Os ganhos são depositados em sua conta para sacar a qualquer momento, seja pelo aplicativo, por depósito direto ou solicitando um cheque.

[The RealReal - therealreal.com](https://www.therealreal.com)

Site especializado em revender marcas de estilistas sofisticados. Você pode ganhar até 85% do preço da negociação com o restante indo para o therealreal. A grande vantagem é que eles tiram fotos de seus produtos, definem preços,

monitoram cada venda e enviam os produtos para os compradores. O site também autentica cada item - o que aumenta a probabilidade de venda.

[Mercari - mercari.com](https://www.mercari.com)

Aqui você vende praticamente qualquer coisa e sem a preocupação de se encontrar pessoalmente com os compradores, pois todas as vendas são enviadas por serviço postal. A Mercari tem uma parceria com a UPS - se você levar seu item vendido para uma loja local da UPS, um associado irá embalá-lo e enviá-lo para você. A criação da conta é gratuita, mas a Mercari cobra uma comissão fixa de 10%.

[Decluttr - decluttr.com](https://www.decluttr.com)

O Decluttr oferece pagamento instantâneo após a venda. Você começa inserindo o código de barras do item ou pode usar o leitor de código do aplicativo para obter uma estimativa de preço gratuita garantida por 28 dias. Depois de aceitar o lance e o site assinalar o recebimento do seu item, o



Earn Coin to Redeem Amazon Gift Card

amazon Gift Card

Download 5miles App to Earn Now

\$20

Imagem: Site 5Miles

pagamento é enviado no dia seguinte por meio de depósito direto, PayPal ou cheque. A empresa também tem uma opção de frete grátis.

[5MILES - 5miles.com](https://5miles.com)

Este app usa o GPS do seu celular para alcançar compradores próximos. Os interessados podem fazer uma oferta pelo bate-papo. No momento do acordo, use a ferramenta "safe exchange area location" para localizar delegacias de polícia próximas e marcar um encontro para a entrega. O app também oferece uma opção de pagamento e envio online, e permite a exibição dos produtos por vídeo, além de facilitar o compartilhamento deles via FB, Twitter, SMS ou e-mail.

[Chairis - chairish.com](https://chairish.com)

O site permite que você combine com o comprador para que ele busque a compra pessoalmente, e te ajuda a coordenar envios para revendedores. O preço mínimo dos produtos listados é US\$25, os pagamentos são via PayPal e há um período de 48 horas para devolução. O app também confirma que o pagamento está sendo processado quando um item é sinalizado como entregue, e fornece mecanismos para ajudar a impulsionar as vendas.

[OfferUp - offerup.com](https://offerup.com)

O OfferUp é gratuito e permite que você venda quase tudo e tanto para compradores por perto ou morando mais longe - se puder entregar o item.

Há opções de definir um preço final ou permitir que os compradores façam ofertas. Por uma taxa adicional, é possível usar um recurso que aumenta a visibilidade do seu produto. Se pode ganhar US\$5 cada vez que indicar um amigo, desde que ele baixe o app e compre um item. Em 2020 eles se associaram com o Letgo.

[Swappa - swappa.com](https://swappa.com)

Específico para quem deseja comprar e vender eletrônicos como smartphones, laptops, videogames e muito mais. Cada produto publicado é analisado por uma equipe de suporte para garantir que atenda aos padrões da empresa - e no caso dos smartphones, que estejam prontos para serem ativados na operadora escolhida no momento da venda. Para isso, as fotos são usadas para verificar se o dispositivo corresponde à descrição e os números de série são analisados para garantir que o dispositivo não foi declarado como perdido, roubado ou colocado na lista negra. É possível enviar os itens ou entregar pessoalmente.

[ThredUp - thredup.com](https://thredup.com)

O site se encarrega de tirar fotos, listar e gerenciar vendas. Você precisa apenas solicitar uma "Clean Out Bag", ou seja, uma sacola que você preenche com quantas peças de roupa e acessórios couber. Em seguida, envia a sacola de volta com a etiqueta pré-paga fornecida pela ThredUp. Alguns itens são comprados diretamente pelo site, enquanto outros são consignados. O site fica com uma parte dos lucros. Seus

ganhos podem ser sacados via Paypal ou cartão de débito pré-pago.

[CardCash - cardcash.com](https://cardcash.com)

Uma opção para aqueles que recebem um "gift card" e não conhecem ou não gostam de certas marcas ou estabelecimentos. Com o cardcash é possível transformar esses cartões-presente em \$\$\$ - eles oferecem até 92% do real valor do cartão ou permite trocá-lo por outro varejista de sua preferência por até 9% a mais.

[StillWhite - stillwhite.com](https://stillwhite.com)

Perfeito para vender vestidos de noiva usados. Por uma taxa de US\$20, o site inclui análises ao vivo e quatro fotos. Já por US\$30 (premium) o vestido fica na página inicial, com direito a até oito fotos e um vídeo. Você pode ganhar US\$5 cada vez que indicar uma pessoa e essa pessoa comprar ou colocar à venda um vestido.

Não faltam boas opções para se vender todo tipo de coisa nos EUA. Para quem reside no Brasil as plataformas mais conhecidas são a Enjoei, Mercado Livre e OLX.





Eight Costly Mistakes and How to Avoid them When Booking Flights



Everyone wants to find cheap flights, but travel experts know that finding deals takes more than plugging in your dates and clicking “buy.” There are extensive booking strategies, but some - even ones you may be using, are completely outdated.

“The ‘rules’ of travel evolve as travel itself evolves,” said Magali DaSilva, a Brazilian travel agent with over 25 years of experience and a California resident for three decades.

“Not only are there more options for consumers, such as low cost carriers in an increasing number of markets and new fare classes like basic economy, but there is also much more transparency around flight pricing that previously didn’t exist before”, said Magali. That transparency is helping debunk commonly held travel myths, which, according to Magali, could be holding you back from saving up to \$300 on flights in 2019. Here we have selected eight mistakes you might be making when booking a flight.

1. Always booking the cheapest fare

In the United States, United, American, and Delta for example, all offer basic economy fares, which are a cut lower than the standard economy class and often don’t allow you to bring a carry-on, choose your seat, or change your ticket. These fares may look like the cheapest flight option, but you’ll have to either play by their rules or anticipate paying extra for things that

are included in the economy fare. If you’ve got bags or need to sit with a family member (or hate the middle seat), you may actually save money by booking the standard economy fare upfront..

2. Booking too early (or too late)

The belief that you can find the best rate by buying flights as early as possible is outdated. You can book flights 10 months prior to departure, but this isn’t the time to book if you want the lowest ticket price in some cases. Booking more than six months ahead can cost you since airlines set their initial prices conservatively. On the flip-side, booking at the last minute is still going to cost you a premium. Prices typically start spiking in the two weeks leading up to a trip, and it’s very unlikely that you’ll find a better deal in that window than if you had purchased at an earlier date. The 2019 Travel Pricing Outlook from ARC and the Expedia Group reported that booking three weeks in advance is usually where the best prices are found, but to make sure you don’t miss a fare drop, is important have in mind apps like Google Flights that will track the flights you want and notify you when it’s time to book.

3. Buying tickets over the weekend

Buying tickets over the weekend may work with your schedule, but could hurt your wallet. By shopping for flights at predictable times – or when everyone else is buying, you’ll hurt your chances of finding a good deal. There are significantly fewer deals available on the weekend for both domestic and international trips. Instead of hoping to find a deal on a Sunday or Tuesday, set alerts for the trips you want to take using the type of apps mentioned above.

4. Avoiding early morning flights

The redye is often thought to be the cheapest fare of the day, but flying at 5 a.m. is the true sweet spot. Travel industry data confirms this finding, noting that spring and fall travelers are seeing marginal savings by flying between 4 and 8 a.m. in the morning as most people want to fly after 8 a.m. and return home from a trip in the afternoon – that means you’re more likely to save if you book an early morning return flight too. Early morning flights are also airspace is relatively quiet. Airports are also less crowded in the early mornings



with Google traffic data showing that LAX (Los Angeles) and JFK (New York) airports are busiest between noon and 10 p.m.

✈ 5. Plugging in specific travel dates

According to the 2019 Travel Pricing Outlook, flights departing on Thursdays or Fridays tend to offer the lowest rates (with up to 10 percent in savings), while flights departing on Sundays were found to be the most expensive. While this is important to keep in mind, the cheapest days to travel vary by flight and destination. Using a booking engine allows you to compare rates over several days or an entire month to see when the cheapest travel days are, but a travel agent can also do this work smoothly for you, better, avoiding you headaches, saving money and time. Just give them the necessary time to work for you and not hurry. They usually also are able to take advantage of airline errors or sale fares, resulting in crazy-cheap tickets.

✈ 6. Flying home before the weekend

Air travel is almost always less expensive when you fly midweek (the same as a hotel), and with that rationale in mind, flexible travelers often fly home before the weekend to avoid a perceived increase in fare. Depending on where you will go, in some cases, savings maybe are minimal, but as an example, if you're looking at international flights, including a Saturday night stay and flying on Sunday will save you up to 40% on average.

✈ 7. Forgetting budget airlines

It's easy to plug in your travel dates and let big search engines do the work, but if you go this route you might miss out on budget airline fares. A report from Thrifty Nomads in 2018 reported that most budget airlines appear in broad flight searches, but there are some exceptions. For example, American airline Southwest (and other airlines) fares often do not appear in apps like Google Flights. If you know a budget airline flies to your destination,

head to their site directly to review rates.

✈ 8. Not trying out flight hacking

If you just aren't finding an affordable flight, you might consider alternative booking methods like flights to a city near your destination. For example, in Los Angeles area you can fly from/to Burbank or John Wayne (Orange County) airports instead of the LAX or in New York area you can fly from/to La Guardia or Liberty (New Jersey) airports. Depending on where you live, an extra hour in the car may save you hundreds in airfare. Another strategy is one-way ticket. Most people steer away from one-way tickets but in some cases, they work pretty well. Consider flying into one airport and out another, and keep an eye on airline sales.

**For airline tickets from the U.S to Brazil or Latin America, custom travel packages, hotels and alternative stays, as well as cruises in the United States, contact our travel agent and tour organizer, Magali DaSilva. Phone/WhatsApp 1(323)428-1963 - www.gotravelplease.com*



Conheça as Vantagens Fiscais de se ter uma Casa Própria nos EUA

Além da óbvia tranquilidade de não ter que pagar aluguel, a posse de uma casa na terra do Tio Sam também pode te livrar de uma série de taxas. Caso você não saiba, o código fiscal americano é planejado para incentivar a posse de imóveis. A seguir, você confere um panorama geral dos créditos e deduções fiscais mais comuns relacionados a residências. Confira os elementos que se adaptam à sua situação e aproveite para diminuir sua responsabilidade fiscal.

Juros sobre hipoteca e/ou refinanciamento com base em home equity

O maior benefício fiscal para a maioria dos proprietários são os juros que você paga sobre a hipoteca - você pode deduzir todos os juros pagos em um ano em hipotecas de até US \$1,1 milhão. Você não precisa calcular esse valor sozinho. Anualmente, seu credor lhe envia um formulário (Form 1098) que informa o valor dos juros da hipoteca que você pagou no ano. Se você comprou uma casa nova dentro do ano fiscal, certifique-se de incluir todos os juros que você pagou na verificação de fechamento de sua declaração de

liquidação para descobrir o valor, se não estiver descrito em seu formulário.

Os juros da hipoteca sobre uma segunda casa também são dedutíveis de impostos, desde que a soma das dívidas de ambas as casas não exceda US \$1,1 milhão. De modo geral, você também pode deduzir os juros ao refinarciar sua hipoteca. Além dos juros da hipoteca, se você fez um empréstimo usando o “home equity” com valor de até US\$100.000 para comprar sua primeira ou segunda casa (ou para reforma) os juros também podem ser deduzidos.

Imposto predial

Se você mora em um estado que cobra imposto predial, saiba que eles também são dedutíveis, contanto que junto com os impostos pagos ao estado e de propriedade não ultrapasse o limite de \$10,000 por ano. Caso você pague esses impostos por meio de uma conta de garantia, o valor pago vai estar incluído no formulário (Form 1098) de seu empréstimo. Se você comprou sua casa no ano passado, verifique o fechamento da declaração de liquidação para conferir se pagou algum imposto predial nesse respectivo ano.

Pontos de hipoteca ou home equity

Você comprou sua casa, refinanciou ou obteve uma linha de crédito baseada no home equity no decorrer do ano? Nesse caso, você pode ter pago pontos ao credor, e então pode conseguir uma taxa mais baixa sobre o seu empréstimo. Esses pontos são geralmente dedutíveis e vão aparecer no formulário (Form 1098) a ser enviado pelo credor, juntamente com os juros que você pagou pelo empréstimo.

Incentivos de eficiência energética

Você instalou painéis solares ou aquecedor solar de água no ano passado? Se a resposta for sim, você provavelmente terá direito a um crédito de imposto federal, equivalente a 30% do custo do sistema até um máximo de \$500. Alguns estados também oferecem créditos fiscais para melhorias em eficiência energética nas residências - verifique energy.gov/savings para ver quais créditos ou descontos estão disponíveis.

Despesas de home office

Você tem um “home office” ou administra algum negócio desde sua casa? Nesse caso, você pode deduzir



uma parte das despesas, como juros de hipotecas, imposto sobre propriedade, serviços públicos e reparos domésticos de seus impostos. No entanto, sua empresa deve atender a algumas exigências rígidas para se qualificar para deduções de home office:

Seu home office deve ser um local onde você conduz seus negócios regularmente. Seu home office deve estar localizado em uma área definida de sua casa. Isso significa que “a ponta da mesa da sala de jantar” não conta como escritório para fins fiscais. O espaço deve ser usado apenas para negócios; não pode funcionar como um quarto de hóspedes ou GYM doméstico.

O IRS (o leão americano) permite que você escolha entre duas formas de calcular suas despesas, conhecidas como “opção simplificada” e “método regular”. Com a opção simplificada, você receberá uma dedução direta de US\$5 por pé quadrado de espaço

do home office, sendo o máximo de 300 pés quadrados. “No cálculo pelo método normal, sua dedução será baseada na porcentagem da casa usada como home office. Você vai precisar calcular as despesas totais, como juros de hipotecas, despesas com serviços públicos, seguro residencial, custos de manutenção ou reparos e depreciação, e multiplicar a soma pela porcentagem da sua casa ocupada como home office”, nos lembra o esperto em impostos e contador Ricardo Coutinho.

“Considerando-se dois fatos, primeiro que um investimento imobiliário deve ser pensado como um investimento de longo prazo e, segundo, que uma compra imobiliária é geralmente o maior investimento na vida de uma pessoa, chegamos a conclusão que os benefícios fiscais são enormes e não devem ser menosprezados”, nos diz o corretor Vladimir Bellemo.

Lembre-se de que estas informações estão condensadas e que não devem ser consideradas como uma orientação completa, uma vez que as leis são bem complexas, e podem mudar a medida que se passam os anos. Mas serve para você ter uma idéia das deduções e vantagens de quando se possui um imóvel nos EUA. Se recomenda consultar um profissional especialista em imposto de renda (income taxes) nos EUA antes de tomar qualquer decisão.

** Esse artigo teve a consultoria de Ricardo Countinho, esperto em contabilidade e imposto de renda nos EUA - www.rcbusiness-services.com, e Vladimir Bellemo, um corretor de imóveis com mais de duas décadas de experiência - www.bellemo.com. Ambos profissionais atuam no Sul da Califórnia.*



To Be is More Than to Have

By Nelson Tanuma

We live today in an extremely competitive world, in which people desperately and at all costs seek to accumulate material goods, have a perfect body, have more time, have status and power and, thus, we live within a context of stressful, narcissistic, and insatiable life. We often forget that, despite the fleeting nature of life, what comes first is being, then doing, and then having it. If you seek to be a better professional and human being and have been carrying out your work with love and dedication, the positive financial result will be inevitable and a mere consequence of your thoughts and attitudes.

I once heard a definition of status that I kept in mind because I found it interesting and hilarious, which is why I transcribe it below: "status is buying what you don't need, with the money you don't have to show to those you don't like what you are not". I think there is great truth in that sentence. As the person matures, he tends to be less concerned with the search for status and starts to look more for his self-realization. However, there are people who cannot get rid of the so-called "Peter Pan Syndrome"; which are those who, despite their age, refuse to mature.

It is important to be healthy, and it is not worth losing health to accumulate wealth so that in the near future you will have to spend your entire fortune trying to recover lost health; and while this is an absolute lack of intelligence, many people today do this. Life is a beautiful

trip and it is more important to enjoy the trip well than worrying about the final destination.

It is essential to invest in your personal and professional structure, having an objective in mind, and then taking action. The important thing is not just the goal itself, but what the goal does to us, how it affects us and affects our emotions. This is what gives us the motivation to wake up happy in the morning and makes us feel grateful for another day of life and willing to face new challenges.

Have big dreams, set goals. If you have a direction, it makes sense to organize your schedule. The important thing is not what happens to us, but the meaning we give to what happens in our lives. Know that failure does not exist, what exists are results that we consider satisfactory or not. It is important for us to be learning every moment within our organization or our own business. If we are not learning and growing, it is because it is time to change.

We all know that changing is not easy. It is so difficult to change that research shows that the human being is less afraid of death than of change. The change makes us uncomfortable and fearful precisely because it takes us out of the so-called comfort zone. It is necessary to renew each day. Medicine teaches us that, physically, we are no longer the same person we were seven years ago since in that time all the cells in our body have been renewed. We

need to realize that everything has changed and will change.

It takes creativity and courage to change, grow, and develop each day. To be crazy is to always do the same thing, in the same way, and to want to get a different result, however daily we observe insanity to command the paralyzing routine in the lives of many people. One must be open to change; it is necessary to unblock and vent the flow of life. Seek meaning in your life and the direction to follow will become clearer and more visible to you. If you have a goal, a great dream, everything starts to make sense to you, and you start to love yourself more and more.

Manage your time well, because time is an irreplaceable asset, if you don't take care of your life, surely someone will take care of you. The daily life of all people is very similar, what makes the difference are the small details. It is quite true that habit makes the monk. Take care, because time doesn't stop, it doesn't come back, money is something very important when used well, however, know that no money will be able to make us recover lost and misused time. Have more fun, but also love and forgive more, yourself and others. And use your money and time wisely!

** Nelson Tanuma is the director of the VITA business education company in São Paulo, Brazil. He has a postgraduate degree in human potential development - www.nelsontanuma.com.br*



CENTURY 21. Award

1021 W Bastanchury Rd, Suite 140, Fullerton, CA 92833

**HOME PRICES ARE RISING...
DON'T UNDERSELL YOUR HOME.
CHOOSING THE RIGHT REALTOR®
MAKES ALL THE DIFFERENCE.**



VLADIMIR BELLEMO
REALTOR®

714.932.5335

Vlad@Bellemo.com

www.Bellemo.com

DRE License #01200312 (since 1995)

"You'll be glad you chose Vlad!"



Andrea Orsi
BEAUTY LOUNGE

Proud Third Generation European Hair
Stylists Creating Beauty in Newport Beach

**HAIRCUTS | MAKE UP
HAIRSTYLES | NAILS**

2817 Villa Way, Newport Beach, CA 92663
(949) 432.5568 | WWW.ANDREAORSIBEAUTYLOUNGE.COM



5 Dicas Efetivas Para Colocar Suas Finanças no Trilhos



Por *Lindenberg Junior*

Estabeleça uma meta

Esta parece ser uma maneira estranha de começar, mas dará a você (e ao seu cônjuge) um objetivo em comum para alcançar e trará uma motivação conjunta para continuar. Uma meta pode ser aquela viagem tão sonhada, bem como uma conta de poupança para situações inesperadas. O próximo passo é saber exatamente para onde o dinheiro está indo. Você se surpreenderá se controlar seus gastos por dois meses a fio. Sugiro que você controle cada dólar (ou real) gasto, especialmente as despesas pequenas - as devoradoras de orçamentos.

Controle o que você come (e onde)

Comer fora tem se tornado um hábito para muita gente. Estabelecer um limite ou cortar essa despesa em parte pode ajudar e muito. Tente fazer suas refeições em casa ou leve sua “marmita” para o trabalho. Mantenha o “tracking” do quanto você pode economizar por semana. Essa economia pode se tornar uma ferramenta de motivação para você continuar economizando. Lembre-se sempre de ir às compras com uma lista e nunca vá quando estiver com fome. Sim, acredite, uma excelente tática! Se tiver tempo, compre em diferentes mercados. Por exemplo, um determinado mercado pode ter excelentes preços de verduras e frutas,

mas não para carnes. Enfim, seja um comprador inteligente aproveitando as promoções e melhores locais de compra.

Pague suas contas pontualmente

Preste muita atenção às datas de vencimento para não gastar desnecessariamente com multas por atraso. Aqui nos EUA, onde vivo, um atraso no pagamento de um cartão de crédito pode gerar uma multa de \$35 e até mesmo a perda de uma taxa de juros promocional. Como um segundo exemplo, uma multa de estacionamento por lavagem de rua em Los Angeles pode triplicar se você não pagar na data do vencimento.

Venda algo

Todo mundo tem algo que não quer ou não precisa. Vender algo que não usamos mais pode ser um bom começo. Hoje em dia existem vários sites e aplicativos que nos ajudam com essa tarefa - que pode nos gerar rendimentos extra. Podemos vender quase que de tudo, de brinquedos que nossos filhos já não usam a um vestido de noiva que você usou apenas uma vez e não sabe o que fazer com ele - temos um artigo nesta edição com algumas dessas opções. Considere também utilizar o eBay ou o Mercado Livre (no Brasil). Se possível,

coloque esses ganhos em uma conta de poupança.

Consiga um segundo emprego

Dois empregos pode ser algo fora dos seus planos, mas é uma forma de você alcançar sua meta! Considere o que os americanos chamam de um “part-time job”, um segundo emprego nem que seja por um tempo ou apenas durante alguns dias da semana. Duas boas estratégias: solicite que a empresa do segundo emprego deposite seu salário diretamente em sua conta de poupança. Solicite também que qualquer aumento ou bônus do primeiro emprego vá para esta conta.

Palavras finais

Cada estratégia aqui mencionada tem como foco alcançar uma meta – aumentar os recursos (\$) e reduzir as despesas. Faça um plano de custos. Ao estabelecer metas você define seu orçamento. Agindo dessa forma você terá um poderoso fator motivador e melhores condições de possuir o que você planeja ter. Se você gostou do artigo e tiver interessado em obter mais detalhes, temos um eBook sobre o assunto em nosso outro [website](#) clicando em “products” no menu do topo. Boa sorte!

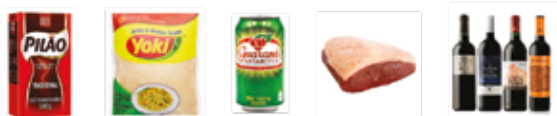
El Mambi Super Market

"Visite-nos e veja o que você pode economizar!"



* **Produtos Brasileiros**

* Produtos Latinos e Espanhois



* Vinhos Finos, Cerveja e Mais

* Moderna Frigorífico com Cortes a seu Gosto

* 8am-8pm de Segunda a Sábado

* 9am-6pm nos Domingos

328 E. Chavy Chase Dr
Glendale, CA 91205
(818)246-6016

PIZZA • BRAZILIAN BITES • SALADS • PIZZA SUBS



The authentic Brazilian Pizza in LA at:

**ALL YOU
CAN EAT**
TUE - SUN
LOMITA

Sampa's gourmet
PIZZA CO

Follow Us!



Soul Brazil's Customers get
10% OFF any Purchase

With this coupon. Offer good for dine-in & take-out only. Offer valid on orders over \$10. Excludes taxes & tips. Limit one per customer. See website for details.

2413 Pacific Coast Hwy - Lomita, CA 90717 • 534 Washington Blvd. - Marina del Rey, CA 90292

See Our Menu, Hours & Order Online At: **SampasPizza.com**

GLOBAL SOUL[®] MOVEMENT *Com Tamara Lopes*

CHEGOU A SUA HORA DE TER UMA VIDA COM MAIS
SIGNIFICADO E PROPÓSITO MORANDO NO EXTERIOR!

UM CHAMADO ESPECIAL PARA VOCÊ, MULHER IMIGRANTE E EXPATRIADA!

Jornada Terapêutica, Autoconhecimento,
Reconexão, Cura, Sororidade e Transformação.

Círculo de
Mulheres | Mensal
e Gratuito em
Irvine, California



- Atendimento Individual e em grupo
 - Círculo de mulheres
 - Workshops
 - Retiros
 - Mentoria
- ONLINE E PRESENCIAL

COMECE A SUA JORNADA E VENHA FAZER PARTE
DA NOSSA COMUNIDADE.

@TAMARA_LOPES_OFFICIAL
WWW.TAMARALOPES.NET
TAMARA@TAMARALOPES.NET

**Você tem uma
pequena empresa
e deseja atrair
mais clientes locais?**

A otimização do **Google Map** e
do **Google My Business** além da
inclusão em **diretórios locais** relevantes
pode ser o que você precisa.

**POR APENAS
US\$175**



KiSuccess
Marketing • Publishing • Design • Printing

(424)206-0538

www.kisuccess.com



Despite the Crisis, Brazilian Tourists Focus on the U.S is Shopping

By Laís Oliveira

Translation: Isabela Jordão



The data is not a novelty: the most usual activity for more than half of Brazilians that travel to the USA is shopping. Even with the economical crisis, the country is going through and with the decrease in the number of trips, what Brazilians really like is to spend some bucks when in the States. But there is some relevant information about that habit.

Orlando, for instance, exceeded Miami and, according to a survey made in February 2018, the host city of Disney World is the most sought after destination by Brazilians. The fact of having Disney as an attraction, along with promotional flight fares and a growing Brazilian community that includes business owners, has made Orlando the new “little darling” of Brazilians.

In 2016, the Brazilian economic crisis and political uncertainties caused many people to postpone their vacation trips. However, the sales of travel packages to Orlando increased by 50% in 2017, and the exchange rate was one of the main reasons for tourists to go to Florida. With the fall in dollar price, the demand

for Orlando increased a lot, and many Brazilians were able to travel there for the first time.

Following Orlando, Miami is in second place on Brazilians’ route, and Las Vegas in third. Other US destinations preferred by Brazilians are New York, San Francisco, and Los Angeles. According to the Brazilian Association of Travel Agencies (Abav, in Portuguese initials), these are the most popular destinations for combining tourist attractions with good shopping places.

Leisure is in the planning of the trip, but the low prices (compared with the prices in Brazil) on electronics, clothing and accessories, beauty products, household items, and jewelry is what most draws the attention of Brazilians. Branded clothing and accessories, for example, may differ by 50% from the Brazilian price. Child and baby clothes even more. Already targeted since a long time ago, electronics can reach up to 40% cheaper. Women, in particular, are attracted by the low prices of fashion and beauty items such as bags, perfumes, and makeup.

Miami has always attracted people from all corners of Brazil for its beautiful beaches and cheap prices at commerce. Las Vegas attracts for the exuberance of the big casinos and the bargain in the daily rates of the 5-star hotels (or is that 6 stars?). New York, on the other hand, because it is the “capital of the world” - and it is so chic for Brazilians to say “I have been in NY”. San Francisco, in particular, because is the sweet spot of the LGBT people, and attracts by its charm, history, and by being small and easy to get to know and get around. Last but not least, Los Angeles, of course, attracts for the famous beaches, the surf culture, Beverly Hills and Hollywood (including the variety of theme parks and visits to production studios).

Despite the great demand of Brazilians for Orlando, experts say that the flow is still far from what it was in the not-so-distant past. Until 2015, many Brazilians traveled up to twice a year or more to the USA, whereas after 2016, many traveled only once or not at all, as they understand that the moment on Brazilian economy is complicated, so a trip can compromise the budget.



Latin American *Gourmet Grocery Store*

Specialty Food & Catering
**Two (2) Locations
For Better Server You!**



- * The Famous Empanada
- * Variety of Products
- * Fresh "Pao Frances"/French Rolls (Until 10am)
- * Meats including "Picanha" and "Carne Seca"
- * Full Deli and Star Sandwiches Like the Milanese, Prosciutto Ham, Matambre and the Churrasco Steak.
- * All Favorites Desserts Like the Dulce de Leche Flan
- * Wine from South of the Border / Star Selection

www.continentalgourmetmarket.com

12921 South Prairie Ave.
Hawthorne, CA 90250
310-676-5444

25600 Narbonne Ave.
Lomita, CA 90717
310-530-3213



Ampla Variedade de Produtos Brasileiros!

- . Preços Imbatíveis e Ambiente Acolhedor
- . Frigorífico
- . Padaria
- . Cerveja e Vinho
- . Produtos Sul-Americanos

11742 Central Ave. Chino - CA 91710
(909) 628-8215



DoBraza

**California 619-300-1832
Hawaii 808-2651954**

MUSIC FESTIVALS . EVENTS . CATERING . DELIVERY . WHOLESALE



Welcome to a chang

A Filantropia e o Apoio ao Jornalismo Sem Fins Lucrativos Deverão Ser Tendências Para a Sobrevivência de Mídias Locais e Comunitárias

Por Lindenberg Junior

Ao passo que a internet se tornou uma bênção para algumas publicações de grande porte e de alcance nacional, seja nos Estados Unidos ou no Brasil, para pequenas mídias locais ou comunitárias, ao contrário, a revolução digital tem sido tão destrutiva quanto temida.

Para gigantes nos EUA como o New York Times, L.A Times e Washington Post, por exemplo, nunca tantas pessoas se tornaram assinantes ou leitores - inclusive com aumento de ofertas para empregar jornalistas. O que notamos é que os primeiros anos da internet pareciam ter o potencial de esmagar a mídia impressa tradicional, mas a história, com o passar dos anos, terminou mostrando que o impacto sofrido foi menor devido à capacidade dessas grandes corporações de investir pesado em novas tecnologias e também em pessoal mais capacitado.

Milhares de pequenas empresas de mídia faliram à medida que suas receitas de publicidade desaparecem de forma progressiva nos últimos anos. Em 2020, com a pandemia, diversas mídias com esse perfil ainda resistem à crise como podem. Aqui nos Estados Unidos, mais de 60 redações de jornais locais fecharam desde março (2020), de acordo com Poynter Institute. Alguns deles tinham mais de um século, como é o caso do The Eureka Sentinel, em Nevada; The Mineral Wells Index, no Texas; e The Morehead News, em Kentucky.

Segundo o mesmo Poynter, mais de 1800 jornais e revistas fecharam suas portas desde 2004. A nível de mídia brasileira

impressa nos EUA, na primeira década desse século, tínhamos mais de 100, sendo que até o final de 2019 (e antes da pandemia) esse número não chegava a 40. Na Califórnia por exemplo, constatamos o encerramento do jornal Brazil Today em São Francisco e da revista Brazil Explore em Los Angeles.

Mas é bom frisar que esses casos não se encaixam no que os americanos chamam de “creative destruction”, no qual novas empresas de um mesmo nicho substituem empresas mais antigas. E esses acontecimentos tem consequências para a sociedade, pois quando um jornal de uma cidade pequena ou um jornal ou revista comunitária fecha, desaparece com ele os canais de fontes de informações locais ou comunitárias. Por outro lado, segundo o Poynter Institute “essas pequenas mídias, têm um papel super importante tanto em manter suas comunidades informada quanto em democratizar e diversificar as fontes de notícias”.

E o que pode ser feito? Eventualmente, os empresários que ainda resistem à crise podem tentar tornar suas notícias locais lucrativas. Muitos já tentaram nos últimos anos, sem sucesso. Com minha experiência de anos em marketing de fusão e em, particular, marketing de conteúdo, posso dizer que uma das saídas seria o que no Brasil se chama de artigo institucional ou corporativo, ou seja, artigos pagos, bem produzidos e que podem ser veiculados offline e online, com táticas de SEO.

Mas em um futuro próximo, a nova tendência e talvez única confiável parece

envolver a filantropia. Pelo menos nos EUA, os americanos há muito tempo aceitaram esse formato para dar apoio às artes, à religião e mesmo ao ensino acadêmico. Muitas dessas iniciativas dependem de doações de pessoas que abraçam uma causa ou iniciativa ou trabalho; é o caso por exemplo, de várias estações de rádio ao redor dos EUA, como a KPFK 90.7FM de Los Angeles e a KQED 88.5FM de São Francisco. Segundo alguns experts, o jornalismo local e comunitário de mídias impressas com versões digitais deve seguir esse formato para a sobrevivência.

“Precisamos de filantropos em todo o país para abraçar o jornalismo local e comunitário”, afirmou Sarabeth Berman, executiva-chefe do American Journalism Project, em uma entrevista recente ao New York Times. Podemos chegar à conclusão que isso se tornará uma tendência para 2021 e anos posteriores. De nossa parte, torcemos muito que esses filantropos (indivíduos e empresas) brasileiros nos EUA abracem essa causa para a sobrevivência das mídias comunitárias e o apoio ao jornalismo sem fins lucrativos.



A revista Brazil Explore marcou época no Sul da Califórnia.



**EM GLENDALE,
El Mambi Market**
28 E. Chavy Chase Dr.
(818)246-6016

EM NORTH HOLLYWOOD
Carniceria Argentina
11740 Victory Blvd.
(818)762-9977

EM SOUTH BAY,
Continental Gourmet Market
(3 Localizações) – cheque:
www.continentalgourmetmarket.com

EM CHINO (Leste de L.A.)
Latimex Market
11742 Central Ave.
(909)628-8215

Uma Variedade de Produtos Incluindo Carnes Para os seu Churrasco!
Visite. Compre. Curta. Volte. Apoie Nossos Anunciantes.



**INFORMAÇÃO É
O MELHOR REMÉDIO**

Apoie: #issopassa



Fazeta BRASILIA



FOCUS BRASIL FOUNDATION



65.7% of the Unemployed in Brazil are Black and Race-Mixed: What Does This Data Reflect?

By Laís Oliveira

Translation: Isabela Jordão

Brazil was the last country in the American continent to abolish slavery and, unfortunately, this historical heritage is still present more than a century later, when we verify the data. In this country, even though they represent the largest labor force, blacks and browns (classification used by the Brazilian Institute of Geography and Statistics, or IBGE) are more affected by unemployment and earn little more than half of the earnings of white workers in the country.

According to the most recent (2019) data from IBGE, of the 12.8 million unemployed in Brazil, 65.7% are black. Data from the National Continuous Household Survey (PNAD, in Portuguese initials), released in November 2019, point out that 8.2 million of the 12.8 million unemployed in Brazil are black or brown - this is equivalent to two out of three unemployed in the country. The unemployment rate among this section of the population reached 14.6%, against 9.9% of white workers;

in addition, the proportion of blacks and browns with a formal contract is lower than that of whites (71.3% against 75.3%).

Even though it corresponds to 66% of the country's domestic workforce, unemployment is higher in this portion of the population and, in addition to these alarming data, it was found that, even in the 21st century, blacks and browns also receive less than white workers. Historical social differences generate a wage gap of 31% between blacks and whites - in part because blacks and browns have less access to good schools and then, can't reach good jobs.

Also according to IBGE data, black and brown workers receive, on average, R\$10.1 per hour worked in Brazil. Among whites, this value is R\$17 per hour. The result of this is a much lower income of blacks at the end of the month, compared to whites, since informal work pays less than formal

work. On average, the black worker receives R\$1,608 per month - just 57.5% of the average income of the white worker, of R\$2,796 per month.

And what does this data reflect?

The survey carried out by IBGE shows how much social inequality is still present in Brazil. It is reflected in all fields: financial, opportunities in the job market, access to education and leisure, good living conditions, among other data. For IBGE's work and income coordinator, Cimar Azeredo, inequality in the Brazilian labor market comes from the country's colonization and needs to be eradicated or reduced as soon as possible. "We are talking about a population of African descent, who entered the country through slavery. In more than 100 years of liberation from slaves, this research shows that there is still significant inequality in the country", said Azeredo. "Among the several factors that influence these data are the lack of experience, schooling,



and the formation of a large part of the population of black or brown color. Many do not have access to school, quality education, and higher education, and this has different consequences”, he added.

Unfavorable market, more informality

The survey also pointed out that the proportion of black and brown employees with a formal contract is 71.3%, lower than the 75.3% registered among whites. With an unfavorable market, many move to informality to earn money and survive. According to IBGE, a quarter (25.2%) of all black or brown workers worked as a street vendor in the third quarter of this year.

How to get to the job market to compete equally with the white and privileged population if education is not the quality for those with few resources? Proof of this lack of experience in jobs and occupations that require higher education is that, according to the survey, the occupation of the black and brown population exceeded that of the white population in four of the ten activity groups surveyed by the institute: agriculture, construction, accommodation and food services and, mainly, domestic services. The need for public policies in Brazil and quality education for all

In Brazil, the inheritances of social inequalities accumulate throughout its

historical formation. One of the main examples of this fact can be seen in the way that blacks were excluded from the labor market right after the post-slavery period. This process of social exclusion through race meant that blacks were marginalized and pushed to situations of poverty and misery that are still perpetuated today and seen in the peripheries, slums, and hills of the country.

Despite the economic development that occurred after the president Fernando Henrique Cardoso administration, inequalities have not diminished, and make life difficult for Brazilians today. It would be naive to think that changes would occur quickly and effectively, but for that to happen it is necessary to create universal policies and policies focused on the intention to alleviate the problems generated by inequality.

According to “Todos pela Educação” (All for Education) movement, the lack of quality education is what increases this inequality, as whites concentrate the best indicators and are the portion of the population that attends school the longest. And the most vulnerable students are those who have access to schools with the worst infrastructure and education.

“If we have a historic debt to the black population, it is not enough just to have equal rights, it is no use just giving equal rights to blacks and browns, we have to have specific policies initially in basic education”, said the president of the Todos pela Educação movement, Priscila Cruz. In this context, it is necessary to provide better schools for the black and brown population since elementary school and, further ahead, places at the public university. Only education will be able to break the cycle of exclusion and poverty in which they have been trapped for generations.



Ser Positivo + Determinado: o Passo Número 1 para Realizar Sonhos

Por Lindenberg Junior

Mais do que nunca, hoje se sabe que o pensamento positivo ajuda em nossa saúde física e mental. Mas se torna inútil se você não faz nada para realizar o que deseja. É simples assim: precisa-se adicionar a ação positiva e somar a determinação nessa equação, é preciso agir. Não dá pra simplesmente ficar sentado no chão de olhos fechados pensando em como seria ter uma BMW e depois seguir a sua rotina. É preciso dar esse primeiro passo, que é imaginar como seria possuir o carro, mas depois partir para alguma ação que o leve a obter esse objeto de desejo. Assim as chances dele se materializar aumentam consideravelmente.

Pense assim: a maioria das pessoas que fazem promessas de mudanças pessoais costuma fazê-las apenas uma vez ao ano, e é no dia de réveillon, certo? Agora, se você tem um objetivo e a única vez que resolve checar se está mais próximo dele é no dia 31 de dezembro, quais as chances de conseguir chegar até ele? Pouquíssimas.

Mas e se todo mês (ao invés de todo ano) você fizesse a mesma coisa? Será que isso aumentaria as suas chances? Pode apostar que sim.

E se o processo de se saber o quão perto se está de sua meta fosse feito semanalmente? As chances aumentariam ou diminuiriam? Resposta fácil, não? Imagine então fazer isso diariamente, ou até duas vezes por dia. Você definitivamente pode conseguir chegar ao seu objetivo porque ele vai estar bem ali na sua frente, apenas acenando até que você o conquiste.

✓ Fazendo Acontecer

Uma das melhores formas de focar num objetivo é fazê-lo logo pela manhã e diariamente. Uma dica bem simples aqui é fazer uma listinha de perguntas que você pode usar para começar bem o seu dia. Aqui vai um rápido exemplo do que você pode ter nela:



- 1 – Quais são as duas ou três coisas da minha vida pelas quais sou mais grato?
- 2 – Como eu posso marcar um golão hoje?
- 3 – O que posso fazer para melhorar a vida do maior número possível de pessoas no dia de hoje?
- 4 – Como melhorar hoje meu rendimento no trabalho em 1%?
- 5 – O que eu não quero fazer, mas que caso o faça terá, mais do que qualquer outro ato, um impacto positivo na minha vida pessoal ou profissional?

Ao responder a essas questões todas as manhãs assim que acordar e antes de começar o seu dia, você estará em uma posição mais cômoda de viver não apenas com mais felicidade, mas com maior disposição e força de vontade para fazer mais coisas também. Coloque em prática e observe os resultados. Boa sorte!

TORNE-SE UM PARCEIRO E PATROCINADOR DA SOUL BRASIL!



Entre Alguns dos Benefícios:

- ◆ *Consultoria Grátis;*
- ◆ *Produção de Artes;*
- ◆ *Produção de Conteúdo;*
- ◆ *Apoio em Mídias Sociais;*
- ◆ *Exposição Preferencial;*
- ◆ *Um Sócio Especialista em Comunicação e Marketing;*

“Se eu tivesse que dar um único conselho sobre marketing, diria para entender seu público e saber onde seu cliente em potencial está”.

- Lindenberg Junior
Soul Brasil Publisher
Kisuccess Marketing Founder

www.soulbrasil.com/become-a-sponsor



VIDEO PRODUCTION AND MARKETING

Our business is to promote your business.
Our success is to get your word to reach out effectively.

KiSuccess
• Marketing • Publishing • Design • Printing

Are You Missing Out On This Incredible Opportunity?



More than 1 billion unique users visit YouTube each month

Over 6 billion hours of video are watched each month on YouTube



100 hours of video are uploaded to YouTube every minute

CROSS PROMOTION:



We specialize in video development and marketing for local businesses.

Our goal is to make sure each and every one of our clients maximize their business and achieve the greatest return on their investment as possible.

CALL US TODAY
(424)206-0538
www.Kisuccess.com

The essence of the "new media" is producing effective, interesting ways to increase consumer exposure for your brand!

Falamos Português

Hablamos Español