

**OLÁ COMUNIDADE BRASILEIRA DE NAGAHAMA!!**

Já estamos quase em Agosto!! A chuva está nos dando uma trégua, e, às vezes, até nos ajuda a enfrentar esse calor intenso que aumenta a cada dia. E por falar em calor, como vocês estão passando esse verão nesta época em que a economia de energia é essencial para a atual situação do país?

**Economia de Energia - 節電**

A economia de recursos naturais sempre fez parte da cultura dos japoneses. Entretanto, esse assunto se tornou prioridade devido ao acontecimento do dia 11 de março deste ano, quando ocorreu o forte terremoto, seguido de um gigantesco tsunami no Nordeste do país e o acidente na usina nuclear de Fukushima. Devido ao ocorrido e ao fato de outras usinas do restante do país estarem em revisão e manutenção, o Japão está agora em uma campanha acirrada para que todos nós colaboremos com a economia de energia, principalmente para que não ocorram apagões repentinos no resto do país, causando inconvenientes. Por isso, vocês vão ouvir muito a palavra *setsuden* (節電) que significa economia de energia.

Hoje vivemos num mundo cercado de aparelhos eletrônicos que tornam a nossa vida muito prática e confortável. Não conseguimos nem imaginar um mundo sem energia elétrica! Para que isso não aconteça e que sempre tenhamos energia em nossas casas, temos que colaborar com a campanha e abraçá-la com todas as forças neste momento em que o país mais precisa.

E qual o período em que devemos poupar energia?

Devemos economizar energia durante os meses de julho, agosto e setembro, das 9:00 da manhã às 8:00 da noite, sempre que possível.

**Que tal seguirmos algumas dicas para colaborar com o *setsuden*:**

- ☞ programar a temperatura do ar condicionado para 28°C (10% de redução de energia);
- ☞ colocar cortinas nas janelas para diminuir a claridade (isso diminui o consumo de energia do ar condicionado);
- ☞ se possível usar o ventilador nos cômodos menores (50% de redução de energia);
- ☞ limpar o filtro do ar condicionado periodicamente (uma vez a cada duas semanas);
- ☞ apagar a luz durante o dia e de noite deixá-la no mínimo;
- ☞ trocar a lâmpada incandescente pela fluorescente ou LED;
- ☞ diminuir a claridade do monitor da televisão e quando não a estiver usando, desligá-la;
- ☞ evitar o uso do secador de cabelo das 9 hr da manhã às 8 hr da noite;
- ☞ ao lavar a roupa, junte o máximo de peças e lave-as de uma vez só, porém, evitando os horários de pico;
- ☞ programar a temperatura da geladeira para temperatura média e evite abri-la toda hora;



Dicas para aproveitar a estação do Sol

Apesar de toda essa economia de energia, ainda assim podemos aproveitar o verão!! Mas não se esqueça de beber muita água e manter-se hidratado!!

Segue abaixo algumas dicas:

☞ aproveite o sol e vá tomar um banho de piscina perto de sua casa ou nas piscinas públicas da cidade. Use bastante protetor solar!

☞ participe dos festivais de verão da cidade, inclusive dos famosos festivais de fogos de artifício;

☞ aprecie os pratos e as frutas da estação;

☞ aproveite também para curtir a cultura japonesa, vestindo um *yukata* bem alegre. E não se esqueça do *geta*!!

☞ refresque-se com os deliciosos *kakigouri* (raspadinhas) de vários sabores!



Para quem gosta de café, que tal preparar uma deliciosa sobremesa: **pudim de café com calda de caramelo!**

Confira a receita abaixo:

☞ Ingredientes:

[Pudim]

1 lata de leite condensado

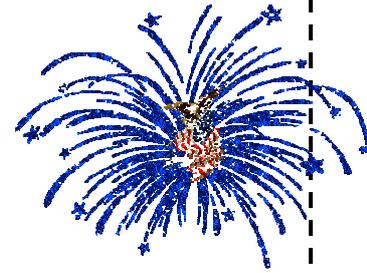
A mesma medida de café coado bem forte, sem açúcar;

3 ovos

[Caramelo]

2 xícaras de açúcar

1 xícara de água



☞ Preparo

Bata todos os ingredientes do pudim no liquidificador por dois minutos.

Em uma panela em fogo médio, derreta as duas xícaras de açúcar com a xícara de água mexendo sempre, até que fique em ponto de caramelo.

Com ele, caramelize uma forma metálica para pudim (com buraco no meio).

Despeje a mistura do pudim na forma caramelizada e leve para assar em banho-maria por 45 minutos em forno a 180°C.

Deixe esfriar, desenforme, decore e sirva. Acompanha muito bem um expresso curto.



Com o tema “*GANBAROU NIPPON*” (Força Japão!!) a prefeitura de Nagahama está promovendo o seu último *Hanabi Taikai* (Festival de Fogos de Artifício) que será realizado no próximo dia 4 de agosto (Nagahama Kita Biwako Oohanabitaikai). O evento está entre os 20 melhores do país e conta com cerca de 10 mil disparos. Não deixem de conferir!!!

Data: 4 de agosto (5ª feira), a partir das 19:30 (Em caso de chuva o evento será adiado para o dia 5 de agosto)

Local: próximo ao porto de Nagahama.

Observação: Vamos conservar o local limpo, levando o lixo embora para casa.



Caso tenha alguma dúvida, crítica ou sugestão, entre em contato conosco pelo e-mail ou telefone:

✉ cir@city.nagahama.lg.jp
☎ 0749-65-8711

Departamento de Promoção da Autonomia dos Cidadãos Secretaria de Planejamento Municipal de Nagahama