Revista hadar®
www.revistahadar.com.br
Desde 2007
DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R$ 9, 90
ANO 14 • EDIÇÃO 157 • DEZEMBRO DE 2020

Novos negócios:

Mesmo havendo a pandemia a população está buscando soluções

editora camargo

Revista Hadar:
Há 13 anos: informação até você

Cultura do Estupro:
Combate ao ato implica investimento em educação

Natal Solidário:
Ajudar quem precisa não tem data

Mural hadar

Muito agradecido pela nossa revista, que tenho a honra de ler no conforto do meu escritório. Sempre fui privilegiado mesmo! Deus abençoe!

João Levi
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Bernadete, ótimo trabalho como sempre; revista com ótimos conteúdos. Revista completa nota 10! Parabéns!

Reginaldo
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Bom dia, Bernadete!
Sempre onde eu ia, procurava a Revista Hadar para ler.
Hoje, recebo-a no meu celular.
Maravilha! Tempos modernos! Vocês sempre inovando.
Obrigada pelo carinho para com seus leitores e anunciantes.
A revista, como sempre, ótima de ler!
Abraço a você e a toda a equipe.

Cláudia Pettinelli
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Linda edição, sempre!
Beijo

Veridiana
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Boa noite, Bernadete! Quero desejar muito sucesso pra Revista Hadar! Ou melhor, que continue o sucesso que é! Parabéns a você e também a todos os participantes!

Lúcia Varo
(Fazendo alusão ao aniversário de 13 anos da Hadar)

Bom dia, Bernadete!
Ficou ótimo!!!!!
Abraços!

Akira Koza
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Parabéns! Feliz Aniversário para a Hadar!
Que Deus os abençoe muito!

Padre Edvilson de Godoy
(Fazendo alusão ao aniversário de 13 anos da Hadar)

Parabéns, parabéns...! Mil vezes parabéns!!!
Parabéns a você, Bernadete! Parabéns à sua equipe! Parabéns à sua garra! Parabéns à sua determinação! Não me cansaria de ficar aqui, escrevendo "mil vezes", parabéns! Chegar onde você chegou?! Não é para qualquer um! A Hadar é hoje referência em nossa região! Todos os meses, fico ansioso esperando a minha edição. E ela chega-me, através do WhatsApp, do Facebook, do site, da revista impressa. Que a nossa "estrela" continue brilhando por muitos e muitos anos!
Aquele abraço!

Júlio Carrascoza
(Fazendo alusão ao aniversário de 13 anos da Hadar)

Parabéns, Bernadete, muito boa essa edição!

Roberto
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Bom dia, lindinha! Você sempre surpreendendo a todos! Abraços e sucesso com a sua revista.

Antônio Bicudo
(Fazendo alusão à edição de novembro)

DATAS COMEMORATIVAS 2020 | Dezembro

01 - Dia Internacional da Luta contra a AIDS/ Dia do Numismata
02 - Dia Nacional das Relações Públicas/ Dia Nacional do Samba/ Dia da Astronomia/ Dia Panamericano da Saúde
03 - Dia Internacional da Pessoa com Deficiência/ Dia Internacional do Deficiente Físico/ Dia de São Francisco Xavier
04 - Dia Mundial da Propaganda/ Dia do Pedicuro/ Dia do Orientador Profissional/ Dia do Perito Criminal Oficial
05 - Dia Mundial do Solo/ Dia Internacional do Voluntário/ Aniversário de Maceió
06 - Dia Nacional de Mobilização dos Homens pelo Fim da Violência contra as Mulheres
08 - Dia da Família/ Dia da Justiça/ Dia da Imaculada Conceição
09 - Dia do Fonoaudiólogo/ Dia do Alcoólico Recuperado
10 - Dia da Declaração Universal dos Direitos Humanos/ Dia Universal do Palhaço
11 - Dia do Engenheiro
12 - Dia de Nossa Senhora de Guadalupe/ Aniversário de Belo Horizonte
13 - Dia de Santa Luzia/ Dia Nacional do Cego/ Dia do Marinheiro/ Dia do Ótico/ Dia do Engenheiro Avaliador e Perito de Engenharia/ Dia do Pedreiro
14 - Eclipse Solar Total/ Dia Nacional do Ministério Público
15 - Dia do Arquiteto/ Dia Nacional da Economia Solidária
16 - Dia do Reservista
17 - Dia de São Lázaro
18 - Dia do Museólogo/ Dia de São Zózimo
20 - Dia do Mecânico
21 - Dia do Atleta
23 - Dia do Vizinho
24 - Dia do Órfão/ Véspera de Natal
25 - Natal/ Aniversário da cidade de Natal
26 - Dia de São Estevão
28 - Dia do Salva-vidas/ Aniversário de Rio Branco
31 - Dia de São Silvestre

Mas não se esqueça: todo dia é dia de ser feliz!

Carta ao leitor

Prezado leitor:

O ano de 2020 está acabando (há quem acredite que nem sequer começou.) e se você está com uma sensação de *Dejá Vu*, ou, como dizem por aqui, "já vi esse filme", não se assuste! Estamos, de fato, vendo um filme pela segunda vez. É o filme da Covid-19, provocada pelo já famoso (e insuportável) coronavírus.

Esse vírus amolante que insiste em permanecer onde não é bem-vindo! Está certo que ele tem recebido uma ajudinha das pessoas que, por sua vez, insistem em desrespeitar as normas de distanciamento social e minimizar o perigo de uma doença que já matou mais de 170 mil brasileiros.

Porém, para algumas pessoas, a pandemia significou uma oportunidade para mudar de vida; um novo começo. Os negócios e atividades que estão crescendo com a pandemia são o assunto de nossa reportagem de capa. Não deixe de ler!

Mas, como sempre, a Hadar traz inúmeros assuntos interessantes a você, à sua família, aos seus amigos... Lembrando-se que, neste mês de dezembro, à sua, a nossa Hadar completa 13 anos de caminhada... Trajetória essa que começou com a vontade, a determinação e o objetivo de fazer um jornalismo voltado para a nossa região, mas sem esquecer os grandes temas do país. E jornalismo é isso! É Vida! É registrar a história para as futuras gerações. Que venham muitos anos e muitos assuntos! Estamos prontos para os próximos desafios!

Estamos entrando em nosso **Décimo Quarto** ano, mais um ciclo inicia-se! Foi dada a largada! Agora, cabe-nos tentar vencer mais uma maratona. Temos a certeza de que, com a confiança, o carinho e a força que temos recebido dos leitores, clientes, amigos e equipe, executaremos com êxito nossa missão, que é, foi e sempre será: **A informação!**

Aqui, na Hadar, tudo é feito com muito carinho, profissionalismo, ética e respeito, especialmente para você, **caro leitor**, que tem nos acompanhado há mais de uma década e motiva-nos a continuar cada dia mais e melhor!

Nosso muito obrigado por estar conosco em cada linha, ilustração, informação e vitória! Esperamos encontrar você no próximo ano, ainda mais forte! É isso aí, que o Ano-Novo comece com muita saúde, brilho... Que haja paz entre os homens!

Agora, agora pode devorar a revista! Ela é nossa!

Boas Festas e um Ano-Novo que seja Novo, de verdade!!

Até janeiro!

MODA
Christian Dior: O Francês que tornou a moda sinônimo de *glamour* e de sofisticação. 10

QUALIDADE DE VIDA
Vacina contra o câncer: Uma esperança na medicina (para a VIDA!). 26

CULTURA
Cinema brasileiro: Documentário de Hector Eduardo Babenco em busca da estatueta mais cobiçada. 31

AUTOS & CIA
Lewis Hamilton: Vencendo nas pistas, encantando o mundo. 43

UNIVERSO TEEN
Tatuagem: Valorizada por muitos – expressa sentimento ou apenas exibição? 39

Visão: Como Revista regional, objetiva valorizar o interior paulista com uma publicação de qualidade e que, realmente, atinja nosso público, satisfatoriamente.

Missão: A Revista Hadar tem o propósito de entreter e informar seus leitores, com qualidade. Todo dia é um desafio para que, quando você abrir seu exemplar, consiga identificar-se com as matérias, com o equilíbrio de beleza nas imagens e com a qualidade de informação, inovação, e ética.

Valores: Comprometimento com anunciantes e leitores; qualidade em tudo que fizermos; valorização da revista como um todo; cumprimento de datas/prazos.

EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte
Bernadete Camargo Elmec
editora@revistahadar.com.br

Jornalista/Redação
Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705 e
Maria Eliza Rosa MTB 0083950/SP
jornalismo@revistahadar.com.br

Atendimento
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Maria Eugênia Voss Campos Bacha

Criação/Diagramação
Elmec Comunicações
Leonardo Manis Casarini
arte@revistahadar.com.br
diagramacao@revistahadar.com.br

Site
Elmec Comunicações
www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade
Elmec Comunicações
(15) 99789-5266/99789-5267
Rua Sete de Setembro, 270, Dr. Laurindo, Tatuí, SP
(15) 3259-7014/3259-4543
comercial@revistahadar.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br

Empresa Responsável
Editora Camargo & Cia Ltda.
Rua Sete de Setembro, 270, Dr. Laurindo, Tatuí, SP
(15) 3259-4543
editora@revistahadar.com.br

Colaboradores
Luiz Carlos Magaldi Filho, Maria do Carmo Marques Ramos, Pacco e Veridiana Pettinelli,

Agradecimentos
Maria Eugênia Voss Campos Bacha, José Francisco Tomaz, Pamela Nóbrega Stape, Bruna Bertolai Honório Avallone, Gabriela Ramos de Souza, Jéssica Leme, Akira Koza, Eliton Rodrigues Machado, Lucas de Oliveira Corrêa, Nathália Soares, Valquiria Oliveira, Paulo Roberto Lourenço, Everton Dias e site: www.x-pres.com.br

Distribuição
Boituva, Capela do Alto, Cerquilho, Cesário Lange, Iperó, Araçoiaba da Serra, Pereiras, Quadra, Tatuí, Tietê e Porangaba.

Tiragem
8.000 exemplares

A Revista Hadar não se responsabiliza por conceitos e opiniões emitidos por entrevistados e colaboradores da revista; não refletem necessariamente a opinião da redação e editores, assim como não se responsabiliza pelo conteúdo de informes e anúncios publicitários.

Uma estrela que brilha cada vez mais forte

A revista Hadar completa 13 anos de estrada

A nossa revista Hadar está completando, neste mês de dezembro, 13 anos de história. Uma história que, a cada dia, concretiza-se como a realização de um sonho; porém um sonho sonhado junto com outras pessoas torna-se real.

E o sonho da nossa editora, Bernadete do Carmo Camargo Elmec, também é o sonho de muita gente que colabora para que a revista chegue mensalmente aos leitores. São jornalistas, diagramadores, anunciantes, parceiros em diversas áreas.

Tenho certeza de que a Hadar registrou momentos importantes de acontecimentos ocorridos em nossa Região e até do país, sempre abordando temas de interesse da sociedade brasileira. Uma sociedade, que tem estado em permanente situação de mudança. Estamos amadurecendo enquanto nação, e também, como seres humanos. Este processo nem sempre é fácil nem indolor. Ao contrário! Amadurecer é um processo extenuante; por vezes, doloroso, que deixa fundas marcas no corpo e na alma. Mas o prêmio ao final da jornada, é muito bom! Amadurecemos como seres humanos quando conseguimos compreender que não há necessidade de todos pensarem da mesma maneira, que a diversidade é salutar, pois cada pessoa é única e cada indivíduo é uma pequena peça neste enorme quebra-cabeças o que chamamos de vida em sociedade.

Nestes treze anos, a nossa Hadar também amadureceu. Tem abordado grandes temas nacionais, porém mostrando-os sob o ponto de vista regional, a revista consolida-se como um importante e dinâmico veículo de comunicação, antenado com as principais tendências e assuntos do momento.

Assim como a sociedade em que vivemos, a sua Hadar também está evoluindo, aprendendo e aprimorando-se. A revista está amadurecendo, está entrando na adolescência. Logo, estaremos comemorando os 14 anos, depois 15... (se fosse uma menina estaria debutando!)

No entanto, estamos apenas no começo dessa jornada; a estrela que brilha desde o começo e sempre norteou nosso caminhar, ainda vai brilhar por muitos anos, a depender da dedicação de todos que colaboram com a revista.

Que esta estrela nos guie sempre para um futuro melhor! Para sairmos das trevas do radicalismo, do racismo, do ódio, da negação da ciência e do desprezo pela vida do outro!

A imprensa livre é um dos pilares da democracia e a voz de uma sociedade que não pode calar-se diante de injustiças, do preconceito, da corrupção e dos desmandos de líderes que não possuem a menor empatia com o próximo.

Como já disse, a jornada está apenas começando; entretanto, a Hadar já fez e vai continuar fazendo história, sempre focando nas coisas positivas, mas sem medo de pôr o dedo na ferida, como diz um ditado popular. Sou grato e honrado por fazer parte desta equipe/família! Obrigado a todos!

Marco Antonio Vieira de Moraes, jornalista

Celebração hoje

NATAL SOLIDÁRIO

Grupos mobilizam-se para a transformação da vida de famílias menos favorecidos

Natal é sinônimo de amor, esperança e solidariedade. Pensando nisso, o grupo Ceres, nascido em abril deste ano, em Tatuí, está se mobilizando para arrecadar alimentos e brinquedos para doar a famílias carentes.

A ideia de criar a ONG (Organização Não Governamental) surgiu no início da pandemia. Foi aí que começaram as lives e as campanhas "emergenciais".

"Nossa organização pretende atender as famílias que possuem vulnerabilidade social, nutricional, psicológica e qualquer demanda de que necessitarem. Vamos atender as famílias cadastradas em nossa OSC (Organização da Sociedade Civil) e as que vêm através de nossos voluntários", explica a assistente social Gabriela Ramos de Souza.

A meta, segundo a entrevistada, é ajudar 150 famílias. "Estamos organizando uma feira de Natal, em que, uma porcentagem das vendas será revertida em alimentos para nossa campanha", conta a profissional.

Além disso, produtos de higiene e limpeza, brinquedos, roupas e fraldas também estão sendo aceitos. Os interessados podem entrar em contato pelas redes sociais ou levar até um dos pontos de coleta que estão no Instagram (@Ceres.osc).

"Pesquisas indicam que trabalhos voluntários altruístas estimulam a alegria, aliviam as tristezas e aumentam a imunidade, evitando doenças. **Ajudar** significa **ir onde o outro encontra dificuldade de ir sozinho**", ressalta Gabriela.

Como é bom fazer o bem sem olhar a quem! É também o caso do grupo Nós por Eles, que tem o objetivo de auxiliar pessoas desprivilegiadas, através de doações de alimentos.

"Atendemos às mais diversas necessidades deles. Em menos de 4 meses, auxiliamos mais de 280 famílias, com a ajuda de 42 voluntários em Tatuí e 65, em São Paulo. Neste Natal pretendemos fazer como no ano passado e serão em média 150 a 200 cestas básicas com panetone e chocotone", explica Jéssica Leme, fundadora e presidente do grupo.

Além disso, o grupo realizará a ceia das pessoas em vida de rua. "Estamos tentando arrecadar ainda, começamos a pedir alimentos não perecíveis e os itens natalinos", adianta a entrevistada.

Entretanto, não é somente no Natal que o Nós Por Eles atua. "Distribuímos marmitas para as pessoas em situação de rua toda quinta-feira, sem exceção. Também há doações semanais, além do que este ano mandaremos 600 ovos de Páscoa para o sertão (onde as crianças comem bolacha de barro). Na verdade, eles já deviam ter recebido, mas por causa da pandemia, não conseguimos e a produção dos ovos foi retomada em novembro", explica Jéssica.

Se você se interessou, também pode tornar-se um voluntário ou ajudar através de doações. "Sempre digo que recebemos ajuda de qualquer pessoa, órgão, instituição, desde que não se queiram promover através do nosso trabalho, pois fazemos com amor e por amor. Não recebemos nada por isso. É 100% voluntário. O nosso lema é: tem AMOR? Então, vem", finaliza a presidente.

Conheça e ajude o Nós Por Eles: Instagram.com/nosporelescomamor ou Facebook.com.br/nosporelescomamor.

E fique sempre atento ao ajudar, garantindo que suas doações cheguem ao destino correto e para quem realmente precisa.

Doar é um gesto de amor! Faça a sua parte!

Corrida de São Silvestre

Maior prova de pedestre acontecerá somente em 2021

A pandemia causada pelo vírus da Covid-19 transformou o cotidiano de todas as pessoas do mundo, assim como alterou e até cancelou eventos tradicionais do calendário brasileiro.

É o caso da Corrida Internacional de São Silvestre, que acontece por determinado circuito desde 1924, e foi idealizada pelo jornalista Cásper Líbero, cuja inspiração veio de uma corrida noturna francesa. A primeira Corrida de São Silvestre, realizada em 1925, contou com a inscrição de 60 atletas, sendo que apenas 48 compareceram e realizaram a prova.

Um fato interessante é que nem mesmo em 1932, ano da Revolução Constitucionalista Paulista, nem no período da Segunda Guerra Mundial, a São Silvestre deixou de ser disputada. Este ano, porém, com o objetivo de evitar aglomerações, a prova que seria realizada em 31 de dezembro, foi cancelada e deverá acontecer em 11 de julho de 2021, sendo a 96ª edição da história. Espera-se que a 97ª edição seja realizada em 31 de dezembro do ano que vem.

Para a prova, é montado um percurso de 15 quilômetros, com início e fim na Avenida Paulista, em São Paulo. É permitido que pessoas de todos os sexos, quando devidamente inscritas, participem da prova, que acontece, independentemente da condição climática do dia que será feita a prova.

Até a 20ª edição, era permitida apenas a participação de atletas brasileiros. Porém, em 1945, a prova ganhou as primeiras participações internacionais, com competidores vindos do Chile e Uruguai. Desde então, a corrida passou a receber atletas do mundo inteiro. Atualmente, cerca de 30 mil pessoas de diversos países participam da prova. No atual percurso, a competição tem **largada** no período da manhã, na Avenida Paulista com a Rua Augusta, e **chegada** na mesma Avenida Paulista, em frente ao Edifício Cásper Líbero.

Nem todo mundo sabe, mas São Silvestre faz referência ao Dia de São Silvestre, um Papa católico que comandou a Igreja do dia 31 de janeiro de 314 d.C. ao dia 31 de dezembro de 335 d.C. Por esse motivo, a corrida foi batizada em homenagem ao santo.

Na categoria masculina, o Brasil é o país que lidera o ranking de títulos da São Silvestre, com 29 campeões. Em segundo lugar, está o Quênia, com 14 vencedores. Já na categoria feminina, o Quênia domina o ranking com 12 conquistas. O vice-líder é Portugal, com sete vitórias.

Já nas vitórias individuais, a portuguesa Rosa Mota é recordista de títulos, foi hexacampeã consecutiva de 1981 a 1986. O queniano Paul Tergat está à frente das conquistas da prova masculina. Ele foi o mais veloz em cinco edições da São Silvestre (1995, 1996, 1998, 1999 e 2000). O maior campeão brasileiro é o atleta Marilson Gomes dos Santos, que venceu a São Silvestre três vezes (2003, 2005 e 2010).

A São Silvestre é aberta para diversos públicos, incluindo pessoas portadoras de deficiências (deficientes visuais, amputados de membros inferiores, deficientes andantes de membros inferiores, deficientes intelectuais, deficientes de membros superiores, deficientes auditivos, cadeirantes com guias).

Os atletas cadeirantes e portadores de outros tipos de deficiência têm largadas específicas na competição, e só depois é permitida a largada das elites feminina e masculina e do pelotão geral.

Também existe a São Silvestrinha, competição infanto-juvenil, que nasceu em 1994, com o objetivo de despertar o interesse das crianças e dos jovens pelo esporte. Esta competição é disputada dias antes da prova adulta e permite a participação de competidores de 6 a 17 anos de idade. Os percursos variam de 50 m a 800 m, de acordo com cada categoria.

Para participar da maior corrida de Rua do Brasil, basta acessar o site oficial da São Silvestre, pagar a taxa de inscrição e escolher a categoria indicada. Os inscritos recebem um *kit* com número de peito e *chip* de cronometragem.

A premiação é bem recheada e os primeiros colocados recebem valores próximos de R$ 3 mil a R$ 90 mil.

Pizzaria
Ebo & Lima

NÓS LEVAMOS ATÉ VOCÊ

Segunda a quinta, das 18h30 às 23h
Sexta e sábado, das 18h30 às 24h

Serviço Delivery:
(15) 3251-9688/ 99669-6390

Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, 977 | Tatuí/SP | Pizzaria Ebo & Lima

Compras *on-line*

Compras pela internet on-line – com o advento do Covid19: Direitos do consumidor

E assim, o ano de 2020 vai entrar para a história como o ano em que fomos obrigados a mudar todos os hábitos, em quaisquer segmentos da vida, especificamente, da forma como passamos a fazer compras. Ano em que o crescimento de venda on line pela internet bateu todos os Recordes, ano em que o brasileiro passou a comprar sem ver o produto e, diga-se de passagem, está comprando muito.

É importante, então, saber quais os direitos da compra *on-line*, qual prazo de devolução do produto, onde reclamar, e para não acabar descontente em todas as circunstancias. Para as compras pela internet, o Código de Defesa do Consumidor garante o direito de arrependimento: o consumidor tem sete dias a contar da data da entrega, para avaliar se o produto recebido atende às suas expectativas. Nesse prazo, ele pode desistir da compra e receber seu dinheiro de volta, sem que tenha que arcar com custo alguém, inclusive de frete e outras taxas: é o chamado direito do arrependimento. Para que o consumidor utilize a lei em seu favor, deve documentar todas as ligações, e-mails trocados com o site, bem como se tiver telefone de contato para Ouvidoria da loja, deve fazê-lo e gerar número do protocolo. Essas atitudes garantirão a eficácia de ação judicial, se necessário for, para resolver a questão. Normalmente, as ações em relação ao direito do consumidor que se perdem são aquelas em que a produção de prova é inexistente. Então estando, tudo documentado, haverá menos insatisfação, caso você seja enganado em sua compra.

Quanto ao prazo de entrega do produto, é outro problema, visto que em mais de 30% das compras on-line, há o atraso na entrega do produto. O Código de Defesa do Consumidor determina que, não havendo sido estipulado prazo, esse será de sete dias. Mas se o site já informa data para a entrega do produto não há que se falar em atraso. Normalmente, as reclamações junto ao PROCON são justamente sobre atraso na entrega do produto. Ainda mais em tempos como os que estamos vivendo, o aumento das compras pela internet tem gerado um atraso ainda maior nas entrega. Então se precisar do produto com urgência, o mais recomendado ainda é comprá-lo em uma loja física.

O Art.18 do CDC permite que o consumidor reclame do produto no caso de o mesmo apresentar defeito, o consumidor pode reclamar tanto ao fabricante, quanto à loja onde comprou a mercadoria. De acordo com o artigo 26 do CDC, quando o defeito é aparente, o prazo para reclamação é de 30 dias para produtos não duráveis e 90 dias para os duráveis, contados a partir da data da compra. Se o problema for oculto, os prazos são os mesmos, mas começam a valer no momento em que o defeito é detectado pelo consumidor.

Outro fator importantíssimo: é a segurança do site em que você esta adquirindo os produtos. Navegue em sites seguros. Os sites que mais lesam o consumidor são aqueles que anunciam ótimas ofertas, com o único intuito de atrair vítimas, porque, não existe milagre em relação a preço do produto que você deseja; existe um parâmetro. Então, quando desconfiar do preço, faça pesquisa sobre as reclamações daquele site na internet, e logo vai deparar-se com a verdade; há todos os tipos de informações seguras – desde o site que vende e não entrega o produto, como outros que enviam produtos falsificados, alegando serem de segunda linha de fabricação. Atenção: apesar da segurança que todos os sites oferecem, vários deles têm problemas.

Desconfie sempre do site que pede seus dados pessoais. Ao fornecê-los facilmente, você com certeza terá problemas. A melhor dica sobre comprar pela internet é utilizar o Cartão de Crédito com menor valor de limite. Assim, caso seja furtado em seus dados para outras compras, rapidamente você tomará conhecimento, pois o cartão será recusado e você poderá cancelar junto à operadora de cartão as compras feitas com seu cartão.

A internet é um dos principais meios de atuação de *hackers* e pessoas mal-intencionadas. Por isso, é importante ficar atento à credibilidade dos sites visitados e, principalmente, utilizar uma boa ferramenta antivírus.

A melhor forma de se proteger é desconfiar sempre! Há informações, na internet, sobre quais são as empresas com maiores números de reclamações, assim como há informação sobre as melhores. Então, Bom Natal e boas compras!

Dra. Ranuzia Coutinho

Advogada, Professora, Palestrante, pós graduada em Direito Constitucional, Direito Processual Civil e Ciências Criminais.

caderno de MODA

Christian Dior

Em uma só marca (grife): moda e sofisticação

A Alta-Costura ou Haute Couture, uma moda exclusiva, de alta qualidade, muito *glamour* e feita à mão. A Federação da Alta-Costura e da Moda (antiga Chambre Syndicale de la Haute Couture) define as marcas que vão carregar esse título e só pode usar esse termo por designação do Ministro da Indústria na França.

É o caso da Dior, uma das marcas mais conhecidas mundialmente. O estilista francês Christian Dior (1905-1957) é o responsável pela fundação da marca. Ele nasceu em Granville, França, no dia 21 de janeiro de 1905. Sempre interessado pelas artes, começou a frequentar ateliês de pintura e desenho, ainda quando criança.

Filho de pai comerciante, Christian começou a desenhar croquis (layouts) para a seção de alta costura do jornal parisiense "Figaro Illustre" em 1935, durante uma crise financeira familiar. Foi aí que, depois de vender uma coleção de desenhos de chapéus, passou a fazer croquis de roupas e acessórios para várias Maisons de Paris. Em 1938, começou a trabalhar como assistente do estilista suíço Robert Piquet.

No ano seguinte, Dior foi convocado para servir na Segunda Guerra, e após dois anos, integrou a equipe da Maison de Lucien Lelong, e entre 1941 e 1946 criou coleções em a colaboração com Pierre Balmain.

Ainda em 1946, criou sua própria Maison, na Avenida Montaigne, em Paris. No dia 12 de fevereiro de 1947, apresentou sua primeira coleção, que causou verdadeira revolução na moda, pelo luxo e elegância de suas peças.

Christian Dior lançou modelos direcionados ao público feminino, cheios de sofisticação e glamour, com saias amplas e cinturas bem marcadas. Na época, o modelo que se tornou o símbolo do New Look foi o "Tailleur Bar", um casaquinho de seda bege bem acinturado, com ombros naturais e ampla saia preta plissada quase na altura do tornozelo. Para acompanhar o *look*, luvas, sapato de salto alto e chapéu.

Christian Dior faleceu, durante suas férias, na estação termal de Montecatini Val di Cecina, na Itália, no dia 23 de outubro de 1957. No entanto, a marca veio conquistando o *closet* e o coração dos consumidores, com produtos que vão desde gravatas, meias, perfumes, echarpes, lenços, luvas, bijuterias, lingeries, até roupas sofisticadas. A marca Christian Dior abriu sucursais de luxo em diversos países e mais de 20 ateliês.

Como acontece anualmente, a semana de Alta-Costura, com desfiles em Paris, tem o objetivo de mostrar o que está em alta, no mundo da moda. Porém, devido à pandemia, o evento aconteceu digitalmente.

No entanto, a Christian Dior encantou a todos com a beleza de suas peças, que tiveram inspiração nas obras de três artistas mulheres surrealistas: Lee Miller, Dora Maar e Jacqueline Lamba.

A coleção outono/inverno 2020/2021 reviveu uma tradição do Pós-Segunda Guerra Mundial chamada de "Théatre de la Mode" ("Teatro da moda"), em que uma exibição itinerante de estilos de costureiros franceses viajou por toda a Europa e América, já que os desfiles ainda não estavam ocorrendo.

Elmec

Rua Santa Cruz, 86 . Tatuí/SP . (15) 3205-2758/WhatsApp (15) 99665-8565
atendimento@modagigo.com.br . www.modagigo.com.br . facebook.com/marilsagigo

Moda Praia

Verão brasileiro: que se deve usar?

Foi-se o tempo em que ir à praia era sinônimo de simplicidade. Isso porque vestir somente roupas de banho e chinelos deixou de ser realidade. É que a moda, agora, é investir em biquínis, maiôs, sungas e shorts mais sofisticados, ricos em detalhes e com tecidos cada vez mais ousados, além disso, há os acessórios!

A moda praia deste ano traz o clássico biquíni branco, com modelagens diversas, fendas e calcinha estilo asa-delta. Quem também deu as caras foi a estampa animal *print*, em maiôs, biquínis, saídas de praia.

Uma tendência lá dos anos 60 e 70 voltou com tudo: o aro. Além de dar um ar retrô, o modelo com ferrinho valoriza os seios. Outro *remember* é o modelo asa-delta, uma releitura das roupas de banho mais cavadas.

O *hot pants* veio para ficar, não só em biquínis e maiôs, mas em shorts. Neste verão, a modelagem está super em alta e, ainda por cima, combinada a outras tendências, como: amarrações e recortes.

Para dar um charme aos cabelos, lenço neles! O acessório é tendência para o verão 2020 e pode arrematar penteados clássicos, como o rabo baixo de cavalo ou tranças.

As correntes dão um toque sofisticado para o seu *look* praiano. A dica é sobrepor os acessórios de diferentes estilos para criar um *mix* e valorizar o seu colo.

Os indispensáveis óculos de sol são clássicos para os dias ensolarados, pois protegem os olhos da luminosidade e raios UV. Além disso, dão um toque charmoso ao *look*.

Há inúmeros modelos disponíveis no mercado, desde os mais despojados aos mais elegantes e sofisticados. Porém, para esta temporada, os modelos coloridos terão sua vez, em modelos retrôs, formatos divertidos ou clássicos.

E você? Já preparou seu *look* para enfrentar o verão?

Toda penúltima terça-feira do mês, no Buffet e Gastronomia Claudia Rauscher, em Tatuí, acontece a reunião do GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí), às 19h.

GAATA
DESDE 2002

(Estamos em recesso a partir de dezembro/2020.
Retornaremos às nossas atividades em 16 de fevereiro/2021).

Avenida Coronel Firmo Vieira de Camargo, 171 | Centro | Tatuí/SP | (15) 3251-8520 | @GaataDeTatui

Elmec

Thiago Martins
SALÃO CASA

"Consultoria de Beleza e Dia da Noiva"

Praça Manoel Guedes (Praça do Museu), 94 | Centro | Tatuí, SP
(15) 3251-9372 | (15) 99697-2448 | @ThiagoMartinsHair

Final de Ano

Hora de repaginar!

Para fechar o ano com chave de ouro, não é preciso muito palavreado porque se sabe que é momento de relaxar. Então, deixar-se-ão algumas dicas para dar uma cara nova em algum ambiente que esteja um tanto carente de um up de baixo custo.

QUARTO

- Quadrinhos encontrados nos homecenters dão um charme para o ambiente. Escolha um tema que lhe agrada, e ao invés de usar pregos, use adesivos. Fique atento ao peso que ela suporta.

- Escolha uma parede de destaque e mude-lhe a cor.

- E que tal um abajur novo? Existem modelos de fácil execução, na internet, que dão um efeito bárbaro à noite, criando ambientação especial.

SALA

- Almofadas coloridas, com estampas variadas, trazem alegria e conforto.

- Plantas em cachepôs remetem a um ambiente que traz paz e tranquilidade: este é um investimento que não tem erro.

WC

- As cestas para guardar itens de higiene e beleza, deixar o espaço organizado e a palha dá um toque relaxante.

- Plantinhas penduradas em várias alturas sugerem sensação de proximidade com a natureza, que fazem toda a diferença na rotina pesada do dia a dia.

- As esteiras de praia dão um toque rústico para substituir aquele tapetinho do banheiro e trazem um cheirinho de praia único.

COZINHA E LAVANDERIA

- Os adesivos são os grandes aliados para transformar os ambientes e são de fácil aplicação. São vendidos nas grandes lojas de material de construção.

- As plantas também são uma boa pedida. Quanto mais plantas espalhadas por todos os ambientes, melhor.

Veridiana Pettinelli
Arquiteta e Paisagista

S.O.S. ELETRICISTA
Sem tempo e com problemas elétricos?
ADINALDO CAMARGO
ELETRICISTA
Atendimento Residencial
Somente nos finais de semana
(15) 99670-7108| adinaldo.camargo

Seu sonho: a casa própria

Um imóvel pessoal – facilidades e beneficios

Hoje em dia, há inúmeras formas de realizar a compra de uma casa ou apartamento próprio, seja através de consócio (a longo prazo) ou financiamento imobiliário com taxas de juros diferenciadas, o que acaba facilitando a realização do sonho de muitas pessoas.

Um exemplo é o Programa Casa Verde e Amarela do Governo Federal, criado para ajudar na conquista do primeiro imóvel, com a menor taxa de juros do mercado. Ele proporciona facilidades para realizar um financiamento, permitindo que a casa ou apartamento seja quitado em até 360 meses. "Também possui a menor taxa de juros com valores bem abaixo dos praticados pelo mercado, facilitando a aquisição do imóvel (Essa taxa pode variar de acordo com sua renda familiar, além de ser diferente também, dependendo do estado e cidade em que você deseja comprar o seu imóvel), contando ainda com subsídio do Governo Federal, auxiliando a pagar parte do seu imóvel", explica o consultor imobiliário, José Francisco Tomaz.

Entre os requisitos para participar do programa Casa Verde e Amarela, está a aquisição do primeiro imóvel e renda familiar bruta de até R$ 7.000,00 (sete mil reais).

Também há outras modalidades de financiamento, como os disponíveis em agências bancárias.

Para aquisição de imóvel financiado, é necessário apresentar documentos pessoais, como RG e CPF, comprovante de estado civil, comprovante de endereço, contracheque, cópia da carteira de trabalho, extrato de FGTS e declaração do Imposto de Renda (caso declare).

"Lembrando-se de que não é necessário ter registro em carteira para comprar um imóvel, até porque nem todos os trabalhadores com renda informal trabalham da mesma forma, pois alguns são microempreendedores individuais (MEI), outros pagam contribuição individual, além de ter também os trabalhadores informais que não possuem CNPJ (cadastro nacional de pessoa jurídica), em que é possível utilizar a declaração de imposto de renda", afirma Tomaz.

É importante destacar que é possível utilizar o FGTS na compra do imóvel, seja para pagar uma parte da aquisição ou amortizar o valor do financiamento, a cada 2 anos.

"No caso de demissão do trabalhador, o programa Casa Verde Amarela é parceiro do Fundo Garantidor da Habitação (FG-Hab), que cobre parcialmente o valor das parcelas em episódios de perda de capacidade de pagamento por diversos motivos. Vale ressaltar que vai depender do seguro que a instituição financeira oferecer. Isso requer muita atenção e alinhamento entre o comprador e a instituição financeira", orienta o consultor imobiliário.

Porém, antes de qualquer decisão, é bom considerar que adquirir um imóvel é um passo muito importante e isso consiste na análise de vários fatores. "Tenha certeza de que você está adquirindo uma casa ou apartamento que atenda às necessidades de sua família, garanta segurança, ofereça conforto e que seja próximo de mercados, parques, escolas e transporte público", diz José Francisco Tomaz.

Também é bom lembrar que, na hora de dar um grande passo, é preciso estar acompanhado de um bom profissional especializado no assunto, para auxiliar nas dúvidas e dar confiança nessa grande realização. Buscar um corretor de imóveis com registro no CRECI (Conselho Regional de Corretores de Imóveis) é sempre importante para não ter possíveis transtornos no caminho.

Pandemia: pode proporcionar oportunidades

Momentos de crise profunda estimulam a busca por soluções

A história humana está repleta de episódios e exemplos de superação em que, crises profundas, apesar de trágicas, contribuem para o desenvolvimento humano. A chegada do Homo Sapiens, por exemplo, significou o fim da era dos Neandertais. (Mas se assim não fosse, nenhum de nós estaria aqui).

Quando Cristóvão Colombo chegou ao Novo Mundo, decretou o fim de antigas civilizações que por aqui existiam, como os incas e os maias. Colombo pode não ter tido esta intenção, mas foi isso o que aconteceu. O que significou terrível tragédia para alguns, para outros (colonizadores e exploradores europeus) era a chance de uma nova vida, novas descobertas e, talvez, novas riquezas. Riquezas estas que, de fato, existiam no Novo Mundo e foram levadas, em grande parte, para a Europa.

A humanidade tem uma capacidade quase infinita de superar grandes crises e tragédias. Por vezes, essas tragédias são causadas pelo próprio homem, como, por exemplo, a devastação do Meio Ambiente.

A pandemia da Covid-19, que já ceifou mais de 170 mil vidas brasileiras e está obrigando a sociedade a repensar seu modo de vida, também pode significar uma oportunidade para inúmeras pessoas. Trabalhadores que perderam empregos formais e tradicionais devido ao isolamento social, precisaram reinventar-se para poder sobreviver e alimentar sua família.

Pessoas que acalentavam um antigo sonho ou projeto viram-se, de certa forma, impulsionadas a dar o pontapé inicial para realizar o sonho. É lamentável que muitas vidas tinham sido perdidas (até por despreparo de algumas autoridades). Assim como a Fênix, a ave mitológica que ressurge das próprias cinzas, a humanidade irá se reerguer. Espera-se que renasça melhor, mais igualitária e tolerante, mais justa e com oportunidades para todos, que valorize mais a vida, o ser, e menos o ter.

Pode-se ter a certeza de que esta crise pandêmica vai passar. Sairemos dela renovados e, se o Universo permitir, pessoas melhores. Só não podemos nos esquecer das vidas que se foram. Este é o preço a ser pago pela insensatez da própria humanidade.

Nesta matéria especial da Hadar, você conhecerá negócios e pessoas que superaram a crise. Boa leitura!

Negócios

O site **montarumnegócio.com** listou **sete negócios** e atividades que estão crescendo com a pandemia. Segundo o site, "existem negócios que cresceram com a pandemia e vêm não só atingindo um faturamento maior, mas também se tornando mais populares. Visando a um crescimento contínuo, no mercado, como ocorre com plataformas digitais. Além delas, existem também negócios tradicionais que são essenciais para o dia a dia de todas as pessoas e que acabam tendo um impacto fortemente positivo. Então, enquanto algumas empresas estão passando por momentos mais difíceis, existem outros setores que estão crescendo com a pandemia e faturando ainda mais".

Em alta

Entre os negócios que estão em alta, neste período, está o da fabricação de álcool em gel. Com o enorme crescimento da demanda, "as indústrias do segmento estão tendo muito trabalho para atender aos pedidos. Novos funcionários estão sendo contratados e as fábricas

já estão trabalhando 24 horas por dia. O crescimento é tão grande, que a produção de 1 dia chega a equivaler à produção anterior de 1 mês.

"Segundo a Companhia Nacional de Álcool, que é a maior fabricante do produto no Brasil, eles tiveram um aumento de mais de 6000% nas vendas, em Março. Só nesses números dá para notar o quanto as indústrias desse segmento tiveram de aumento na produção e venda", afirma o site **montarumnegócio.com**, ressaltando que, "mesmo assim ainda não conseguem dar conta de abastecer todo o mercado, já que a procura é imensa pelo produto".

Supermercados

Esse é um dos negócios que tem crescido bastante, durante essa crise. Principalmente em alguns setores, como o de alimentos e bebidas, assim como no setor de beleza e saúde. Segundo o jornal Folha de São Paulo, os supermercados já notaram um crescimento de aproximadamente 10%, mesmo durante a pandemia. Porém, alguns supermercados podem ter um aumento maior ainda. Dentro dessa mesma área, algo que tem crescido ainda mais são as compras nos supermercados virtuais. Assim, quem possui supermercado físico e oferece também a possibilidade do cliente comprar on line, notou ainda mais o crescimento.

Somente durante esse período de crise do Coronavírus, os supermercados virtuais vêm tendo um crescimento nas vendas de aproximadamente 180%. Então, é ótima solução para se pensar em implementar, para quem atua no ramo.

Farmácias

Outro setor que tem crescido bastante é o de farmácias, principalmente por causa da procura por álcool e máscaras. Também pela compra de remédios essenciais que muitas pessoas necessitam ou que preferem ter em casa. O crescimento é tanto, que as farmácias passaram a contratar ainda mais funcionários. A taxa de contratação de novos funcionários e estagiários para o setor é de 20%.

***Delivery* de comida**

Com certeza, esta é uma das áreas que mais cresceu, durante a pandemia. Afinal, com mais pessoas em casa, sem poder sair para restaurantes, lanchonetes e bares, aumentou os pedidos através do *delivery*. Dessa forma, quem vendia de forma tradicional, no próprio estabelecimento, teve uma queda enorme nas vendas, com o fechamento das lojas. Porém, aumentaram bastante os pedidos por aplicativos de entrega e também diretos pelo telefone e WhatsApp.

Sendo assim, quem estava preparado para o *delivery* ou conseguiu organizar-se e divulgar o serviço, vem conseguindo manter-se com esse modelo de venda. Há casos de aumento nas vendas por aplicativos que chegam a 30% ou mais. As comidas mais pedidas no *delivery* são pizzas, hambúrgueres, comida japonesa, comidas saudáveis, sorvetes e outros.

Fábricas de máscaras

Existem algumas fábricas de máscaras, no Brasil, que sempre trabalharam com uma produção controlada, porém devido à pandemia e o aumento na procura, elas tiveram um crescimento muito grande, na produção.

Algumas indústrias no setor relatam aumento na produção em cerca de 30% a 40%. Mas, mesmo assim, ainda não conseguem suprir toda a demanda pelas máscaras no mercado.

Por outro lado, tem aumentado sensivelmente o preço destes produtos e algumas empresas e Profissionais da Saúde relatam que o preço de algumas empresas aumentou em mais de 400%. Então, este é mais um dos negócios que cresceram com a pandemia e pode continuar tendo bons resultados, com o decorrer do tempo. Tanto visando ao mercado nacional quanto à exportação de seus produtos.

Plataformas digitais para trabalho

Muitas empresas estão trabalhando no modelo ***home office*** devido a pandemia. Por causa disso, aumentou a necessidade de usar plataformas que facilitem a comunicação entre os integrantes da equipe de trabalho.

Com isso, duas plataformas vêm se destacando bastante. É o caso do Zoom, que é uma plataforma de videoconferências ideal para realizar reuniões on line. Outra é o Slack, que é uma plataforma de comunicação para empresas.

Esse setor tende a ter um crescimento ainda maior enquanto todas as pessoas estiverem trabalhando de casa. Mas também há a expectativa de manter boa parte dos usuários. Afinal, muitas empresas podem adotar o trabalho re-

moto para alguns dos colaboradores depois.

Fábricas de papel higiênico

Os produtos de higiene e limpeza tiveram um aumento excessivo na procura, devido à pandemia do Coronavírus no Brasil. O produto mais procurado nos mercados é o papel higiênico.

Desde quem possui uma pequena fábrica, até as grandes empresas, neste setor, sentiram um crescimento muito grande. O aumento nas vendas está em cerca de 30%. Muitos supermercados estão comprando ainda mais esse tipo de produto para repor as prateleiras, já que o nível de compras aumentou bastante.

Fonte: site montar um negócio.com

Oportunidade e pioneirismo

O jornalista Everton Dias não se intimidou diante da pandemia e resolveu investir em um **site de notícias em Itapetininga**, uma iniciativa pioneira e ousada, já que é o primeiro do gênero na cidade.

"O nosso foco são notícias locais", diz o jornalista/empreendedor, acrescentando que o trabalho é árduo. "Tentamos atualizar o site todo dia, com várias notícias. É muito trabalhoso".

Ele não revela o investimento feito, mas garante que a repercussão do site tem sido muito boa. "A aceitação está superando nossas expectativas", disse Dias. Ele acredita que a evolução tecnológica e o isolamento social provocado pela pandemia ajudam a impulsionar o site. "As pessoas ficam em casa e estão mais conectadas, buscando serviços e informações através do celular e isto nos ajuda bastante", observou.

"Tenho vontade de sair correndo daquele lugar", diz funcionário de hospital.

Depois de passar nove meses desempregado e vivendo de bicos, um homem de 50 anos – que pediu para não ser identificado – conseguiu emprego em um hospital público de Itapetininga.

"Estava desempregado há nove meses e fazendo bicos há dois meses, quando o hospital me chamou e aceitei a vaga de controlador de acesso", contou o homem, que é casado e pai de quatro filhos. Segundo ele, outras pessoas também foram contratadas, durante a pandemia.

"Não quero parecer ingrato, porém às vezes tenho vontade de sair correndo daquele lugar (do hospital). Vejo a situação (pandêmica) de perto e não é fácil; vários colegas contaminando-se. Existe muita pressão e cobrança", finalizou o funcionário.

Agronegócio

Este é um setor que passa praticamente incólume, frente à crise mundial provocada pela pandemia da Covid-19. O estrago causado pelo vírus na economia mundial é grande, mas isto nem se compara às vidas perdidas, sendo que muitas dessas perdas poderiam ser evitadas se a população – e algumas lideranças mundiais – não menosprezassem o potencial letal do vírus.

Para se ter uma ideia, as duas maiores economias mundiais (EUA e China), no primeiro trimestre deste ano, encolheram 9,5% e 9,8% respectivamente. A China já dá sinais de recuperação, mas a americana ainda patina.

Já no Brasil, a expectativa é de aumento de 4% na produção de carne de frango, superando 13,7 milhões de toneladas. As exportações também devem crescer ainda mais neste ano de 2020, atingindo 5% ou 4,45 milhões de toneladas, segundo a Associação Brasileira de Proteína Animal (ABPA). A carne suína também deve ter alta de produção este ano, cres-

cendo quase 7% em relação ao ano de 2019.

Somente em junho deste ano, as exportações de carne suína alcançaram 96,1 mil toneladas, ou mais de 50% do ano mesmo período em 2019. A receita deste ano foi 43m4% superior a do ano passado e atingiu US$ 198 milhões.

Soja

Impulsionada pela China (maior comprador mundial), a produção de soja deve crescer 8%, no Brasil. Em outubro, as importações chinesas de soja dos EUA aumentaram quase três vezes em relação ao mesmo período do ano passado. A informação consta de dados alfandegários divulgados em novembro último.

Com relação ao Brasil, os processadores chineses compraram a soja brasileira no início deste ano, buscando beneficiar-se de margens de esmagamento atraentes em meio à demanda firme de um rebanho suíno em franca recuperação. Mas, durante o ano, houve redução na compra da soja.

Confiança

O Índice de Confiança do Agronegócio (ICAgro) alcançou o recorde de 127 pontos no terceiro trimestre deste ano, alta de 15,3 pontos ante o trimestre imediatamente anterior, com melhora na percepção de recuperação econômica do país em meio à pandemia. A informação é do portal G1.

O resultado do indicador foi divulgado no dia 24 de novembro pela Federação das Indústrias do Estado de São Paulo (Fiesp) e a CropLife Brasil.

Comparado ao desempenho do mesmo período de 2019, o ICAgro registrou alta de 11,9 pontos. Segundo a metodologia do indicador, resultados acima de 100 pontos demonstram otimismo no setor e abaixo deste patamar, pessimismo.

Segundo técnicos, até setembro deste ano,

crescia a percepção de que os problemas causados pela Covid-19 estavam sendo superados e isto refletiu no aumento da confiança no agronegócio. No entanto, a análise ressalta que é "fundamental" considerar a influência de instabilidades que podem mudar o cenário econômico.

O segmento das indústrias do Agronegócio manteve a trajetória de crescimento iniciada na análise anterior, com alta de 13,8 pontos, para 122,9. A confiança das empresas de insumos agrícolas aumentou pelo terceiro trimestre consecutivo, saindo do pessimismo observado no primeiro trimestre (86,2 pontos) para 122 pontos no atual levantamento. Dentro da porteira, o índice do produtor agropecuário (que inclui o pecuarista e o agricultor) fechou o terceiro trimestre em 132,7 pontos, com alta de 17,5 pontos.

A percepção a respeito das condições do próprio negócio melhorou, devido a uma série de aspectos, como o aumento dos preços dos produtos agropecuários e a disponibilidade de crédito.

Nem tudo são flores

Apesar das boas notícias, o Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea) revisou para baixo as projeções de crescimento do PIB agropecuário de 2020 e 2021, segundo carta de conjuntura divulgada no final de novembro. As novas estimativas apontam para altas do PIB agro de 1,5% e 1,2%, em 2020 e 2021, respectivamente. As projeções anteriores indicavam crescimentos maiores, de 1,9% e 2%, respectivamente.

A revisão da estimativa de 2020 é explicada por quedas nas projeções de novembro em itens como **lavoura e pecuária**. Para 2021, as novas projeções no PIB agropecuário foram justificadas por revisões em estimativas feitas por Conab, IBGE e FAO e outros órgãos.

O Natal de Jesus

"Do ponto de Luz na Mente de Deus,
Que flua Luz às Mentes dos Homens,
Que a Luz desça à Terra.
Do ponto de Amor no coração de Deus,
Flua Amor aos corações dos Homens,
E que o Cristo retorne à Terra".

Neste mês, o mundo cristão celebra a vinda do Salvador, e surge fremente existe muita energia de paz e boa vontade circulando pelo planeta. É uma época para nos entregarmos às vibrações sublimes, oriundas das Esferas Celestiais, aproveitando para emitirmos pensamentos e sentimentos de amor pela melhora da atmosfera psíquica do planeta, para que haja mais justiça, mais honestidade, mais respeito, mais fraternidade, mais compaixão; que as pessoas pensem mais e tomem decisões mais acertadas no dia a dia, atraindo mais amor e harmonia para si e para seus semelhantes; que o Anjo da Serenidade guie nossos pensamentos e sentimentos, em todos os instantes.

Vamos nos imaginar juntos, 2.000 anos atrás, como pastores e camponeses, nos campos da Galileia, sentindo em nosso coração uma atração misteriosa, sem sabermos de onde ela vinha, que nos fazia caminhar, com leveza e serenidade, a uma estalagem perto de nossa casa. Essa mesma atração misteriosa e amorosa já pusera em marcha, seis meses antes, três Reis de Sabedoria procedentes do Oriente, atraídos pela energia que emanava de uma criança (ainda se encontrava em gestação, no ventre de sua mãe), os quais agora também se encontravam bem próximos de um local humilde em suas acomodações, mas repleto da vibração de esperança que convergia de todo o Universo sobre a Terra, pois as mais altas entidades espirituais sabiam que nascia, naquele momento, Aquele que acenderia o farol que iria iluminar toda a humanidade, rumo a um caminho sem volta, à presença do Pai.

Vamos nos ver entrando naquele estábulo luminoso, repleto de calor espiritual. Vamos entrando, e Maria ergue os meigos olhos para nós. Com um sorriso, convida a nos aproximarmos de seu filho recém-nascido, que chegara ao planeta em missão de amor e redenção.

Vamos nos aproximando do menino, sentindo o maravilhoso perfume das almas puras; vendo seus bracinhos gordinhos, sua pele rosada (ou negra, mulata, amarela, como qualquer um quiser). Abalados no mais profundo de nosso ser, murmuramos:

- Glória a Deus nas alturas! Obrigado, Pai!

O Grande Enviado. Aquele que se fez carne para nos trazer o Evangelho, o grande guia espiritual que veio nos tirar das trevas do rancor e do julgamento implacável, que encheu de Luz a evolução dos espíritos que encarnariam no planeta, mostrando que a única forma de comunhão com o Pai é através do Amor e da caridade.

Um homem chamado Amor nasceu em nosso coração, naquele dia. Ele também respondia pelo nome de Jesus, mas em nosso coração, ele prefere ser chamado por seu verdadeiro nome: Amor.

Por isso, o Natal deve ser compreendido como a Grande Bênção de Deus para nós. E a grande esperança de Jesus, conforme fala Emmanuel, é que nós sejamos o 5º Evangelho, completando com ações ao nosso redor a mensagem de fraternidade e harmonia que Ele deixou, transformando definitivamente o planeta e trazendo o Reino de Deus até a Terra.

Confundirmos o Natal com um momento comercial é nos esquecermos de nós mesmos; negarmos a nós mesmos todo o Amor contido na vinda de Jesus, em Seu Evangelho.

Neste Natal, vamos dar para as pessoas o presente mais valioso do mundo – um minuto, realmente doado, de nosso tempo. Olhar a pessoa nos olhos, falar "eu a amo" e ter toda a atenção voltada para ela, nesse momento, e nada mais importa. Preparemo-nos, então, para entrar no Universo em toda a sua profundidade – pois o que será compartilhado, neste momento, unirá as almas.

No Natal, lembre-se do aniversariante: **Jesus!**

Luis Carlos Magaldi Filho

Qualidade de Vida

Estresse e problemas dentais

Orientação de especialista sobre cuidados contra desgaste e perda dos dentes

Nos dias atuais, com a modernidade, excesso de trabalho, rotina massacrante, a maioria das pessoas acaba ficando estressada. Assim, principalmente durante a noite, elas apertam ou rangem os dentes. Por isso, por vezes, estes ficam abalados, podendo produzir algum tipo de desgaste ou mesmo fratura de restauração ou de dentes.

"Um exemplo disso é o bruxismo, que é o ato contínuo ou desordem funcional, que se caracteriza pelo ranger dos dentes durante o sono, de forma involuntária, levando ao desgaste, podendo abalar a raiz deles, consequentemente levar à perda, se não tratados a tempo. Nos casos mais severos, pode causar problemas na articulação (ATM) e isso está relacionado ao estresse, ansiedade e tensão", explica o dentista Akira Koza (CRO 92361).

No caso do bruxismo, por ter origem multifatorial, o tratamento de casos mais graves deve se multidisciplinar, mas um dos tratamentos paliativos seria o uso de placas de mordida em acrílico (placa miorrelaxante), que têm como objetivo controlar as forças que agem no sistema mastigatório, promovendo o alívio dos sintomas da Disfunção Temporomandibular (DTM) e protegendo os dentes das cargas traumáticas provenientes de hábitos parafuncionais.

"Recomendamos que as visitas ao dentista sejam realizadas a cada 6 ou 8 meses para medidas preventivas. Como eletivo prevenção, o ideal é realizar exames clínicos e radiográficos quando necessário, para identificar problemas inicias, tais como cáries ou perda óssea, profilaxia (limpeza dos dentes)", recomenda o profissional.

Além dos problemas citados acima, outros comportamentos podem danificar os dentes, como diabetes descompensada, tabagismo, roer unhas, morder canetas, entre outros.

Por isso, é demasiado importante cuidar também da saúde mental, para que outros problemas não surjam e acabem afetando outras diversas áreas do corpo.

Em paralelo, é indispensável cuidar da higiene bucal, já que doenças periodontais são uma das principais causas da dor de dente. Uma boa higiene deve incluir escovação regular, uso de fio dental diariamente e também um creme dental adequado.

Odontologia Koza

Não perca o seu sorriso!
Há gerações, cuidando da saúde bucal.

TRATAMENTOS
Facetas Laminadas
Lentes de Contato
Clínica Geral
Carga Imediata
Implantes
Próteses

imagem meramente ilustrativa.

Dr. Naomi Koza
CRO 108096
Odontopediatria
Clínica Geral

Dr. Akira Koza
CROSP 92361
Cirurgião Dentista e
Técnico em Próteses Dentárias

www.odontologiakoza.com.br

Tatuí
Rua Brigadeiro Jordão, 140 - Centro
(15) 3259-6343
São Paulo
Rua Tirso Martins, 100 - 2° andar CJ.202 (próximo ao metrô Santa Cruz)
(11) 2532-5177

(15) 99187-1627
(11) 99217-3076
Odontologia Koza
Odontologia Koza

Vamos viver!

Histórias de quem se transformou para ser feliz

"Eu tinha um emprego estável, uma rotina estabelecida, mas vivia na correria. Meus finais de semana eram praticamente cronometrados. Se as coisas saíam da linha, eu ficava totalmente desmotivada. Um certo dia, eu resolvi jogar tudo para o alto. Deixei meu trabalho pela oportunidade de trabalhar em casa, deixei o relógio de lado. Hoje em dia, sou muito mais feliz. Estar presa faz mal, não gera crescimento ou amadurecimento", conta Nathália Soares, ex-empresária e atual confeiteira, dona de duas lojas de doces e realizada profissionalmente e pessoalmente.

Mudar significa **alterar ou modificar o estado normal de algo**. No entanto, para mudar, é preciso ter muita vontade e coragem. É preciso soltar as amarras, os grilhões!

"Repensei minha vida toda. Vi que seria necessário mudar para ser feliz. Eu estava com 110 quilos, um filho pequeno disposto a conhecer o mundo, e eu, com medo de morrer. O médico me disse que, se eu não mudasse meus hábitos, minha saúde estaria em risco. Foi aí que comecei a me transformar. Mandei embora 30 kg. Foi por mim, por minha família, por amar viver", afirma Valquíria Oliveira, mãe, manicure e apaixonada pela vida.

"Eu era uma pessoa fechada, achava que isso era conveniente. Entrava e saía dos lugares sem ser incomodado, sem perder tempo conversando com os outros. Há dois anos, sofri um acidente de carro, fui salvo por um motorista, no meio da estrada. Fiquei dias em coma e acordei com outro olhar sobre as pessoas e a vida. Agradeço todos os dias por viver, por ter oportunidade de conversar com todos e conhecer histórias", diz Paulo Roberto Lourenço, vendedor e grato.

E você, como está vivendo? Está somente passando por fases ou aproveitando cada aprendizado? Está agradecendo por mais uma oportunidade ou reclamando? Viver é uma oportunidade única e aproveitar cada segundo é uma opção sua!

Vamos viver cada minuto como se fosse o último!

Skin Care

Benefícios para a pele: cuidados diários (rotina)

Skin care, traduzido do inglês significa **cuidado com a pele**. É uma rotina diária com o uso de cosméticos ou dermocosméticos específicos para cada pessoa. Tal rotina também é recomendada para o início de qualquer procedimento, invasivo ou não, desde uma limpeza de pele, até um microagulhamento, toxina botulínica, preenchedores, entre outros.

"Na adolescência, já é recomendado o início do ***skin care***, pois já surgem os temerosos cravos e também espinhas. Porém, deve-se sempre pedir ajuda a um especialista na área, sendo estetas, esteticistas ou dermatologistas", explica a empresária da área da beleza, Bruna Bertolai Honório Avallone.

A profissional explica que os benefícios dos cuidados diários são: melhora no aspecto da pele, diminuição de cravos e espinhas, ação antienvelhecimento, proteção da pele contra raios UVA e UVB e até mesmo ação rejuvenescedora.

"Não há restrições, a não ser a indicação feita por um médico dermatologista em casos extremos, estetas especializados em pele, ou a sua (seu) esteticista", ressalta Bruna.

Falando de um ***skin care*** mais básico ou para quem quer começar, entre os produtos indicados, estão: um sabonete específico para o tipo de pele, esfoliante (1 a 2 vezes por semana), sérum ou hidratantes em caso de peles mais secas, e o indispensável protetor solar.

Um grande coringa no ***skin care*** é a famosa vitamina C que, além de ser um ótimo hidratante, combate os radicais livres gerados pela exposição aos raios ultravioletas, favorecendo o clareamento da pele, e também, prevenindo o envelhecimento.

"Uma dica que deixo para vocês é na escolha do protetor solar. Sendo assim, procure usar um protetor com cor, pois ele deixará sua pele ainda mais protegida contra a radiação visível. Nós levamos tempo demais para compreender os cuidados de que nossa pele precisa para se manter jovem e saudável. Lembrando que o que comemos tem total influência sobre o aspecto de nossa pele, mas precisamos entender que o ***skin care*** e a alimentação andam juntos. Comece já, cuide-se já, nutra-se por dentro e por fora", finaliza Bruna.

Vacina contra o câncer

Medicina: árdua luta buscando solução contra essa terrível doença letal

O **câncer de mama** acomete 66.280 mulheres por ano e o **câncer de próstata** atinge 65.840 homens anualmente; o Brasil deve registrar cerca de 625 mil novos casos de câncer por ano de 2020 a 2022, numa estimativa divulgada pelo Instituto Nacional de Câncer (Inca). Somente entre a população infanto-juvenil, são esperados 8.460 novos casos por ano, no mesmo período.

Um a cada três casos de câncer poderiam, segundo o INCA, ser evitados pela redução ou eliminação de fatores de risco, como, por exemplo, **tabagismo** e **obesidade**. Atividades físicas, cuidados com a exposição ao sol e alimentação saudável com frutas, vegetais e hortaliças frescos, evitando alimentos ultraprocessados, também podem ajudar a evitar o câncer.

Atualmente, existem alguns meios para tratar os diversos tipos de câncer, como através de cirurgia, quimioterapia, radioterapia ou transplante de medula óssea. Em muitos casos, faz-se necessário combinar mais de uma modalidade.

Porém, a parte boa é que pesquisadores do Harvard's Wyss Institute, da Universidade de Harvard, nos Estados Unidos, desenvolveram e estão testando uma vacina personalizada e revolucionária contra o câncer agressivo, a chamada vacina "implantável", do tamanho de uma aspirina, que é colocada perto do local do tumor e evita a quimioterapia no corpo todo. Uma vez aplicada, ela faz uma reprogramação do sistema imunológico para atacar as células cancerosas, não só naquele local, mas no corpo inteiro.

A nova vacina é baseada em biomaterial e combina quimioterapia e imunoterapia para tratar tumores resistentes. Ela foi testada em ratos e "100% deles sobreviveram".

Em entrevista, um dos autores e líder da plataforma de Immuno-Materials no Wyss Institute, Robert P. Pinkas, disse que a capacidade desta vacina de induzir respostas imunes potentes sem exigir a identificação de antígenos específicos do paciente é uma grande vantagem, assim como a capacidade da administração de quimioterapia local de contornar os graves efeitos colaterais da quimioterapia sistêmica, o único tratamento atualmente disponível contra doença.

Esta vacina não apenas ativa as células dendríticas com TAAs específicos do tumor in situ, mas também remodela o microambiente do tumor para permitir ao sistema imunológico um maior acesso ao tumor e cria uma memória imunológica que evita novas recorrências.

A equipe continua a explorar a combinação de quimioterapia com vacinas contra o câncer e espera melhorar sua eficácia antitumoral para outros modelos de tumor de difícil tratamento.

E pretende fazer estudos futuros para compreender mais e otimizar o sistema para que ele avance pra testes pré-clínicos e, eventualmente, pacientes humanos.

Uma excelente notícia e uma nova esperança para tantas pessoas que lutam anualmente para vencer o câncer!

É necessário exercitar-se

Na academia ou fora dela: movimente-se sempre!

O exercício físico é fundamental para a boa qualidade de vida. Está associado à forma de prevenção e tratamento para muitas doenças. Seus benefícios são inúmeros como, por exemplo, a melhora da circulação sanguínea, da capacidade física e cardiorrespiratória, auxilio no fortalecimento muscular, além da redução dos riscos de doenças, como diabetes e pressão alta. Além de citar o impacto positivo na redução de casos de obesidade, depressão e ansiedade.

Segundo a profissional em Educação Física, Pamela Nóbrega Stape (163144-G/SP), os exercícios físicos devem ser feitos todos os dias. "Eu defendo a tese de que nós precisamos manter o corpo ativo diariamente, evitando, sempre que possível, o comportamento sedentário. Claro que um programa de treinamento mais específico deve ter seu período de descanso; porém, pensando em qualidade de vida, exercícios de intensidade leve e moderada podem estar presentes no dia a dia, como uma caminhada, corrida ou exercícios com o peso do próprio corpo", afirma a entrevistada.

Porém, há alguns cuidados. "Independente da faixa etária, o ideal é estar com exames em dia para maior segurança. A restrição para a realização de exercícios pode ser desde a presença de uma dor em articulações, até alguma doença metabólica (diabetes, hipertensão), ou outra doença já instalada. Nesses casos, a liberação médica para a prática é indispensável", alerta Pamela.

Vale lembrar que exercícios em casa geram resultados, inclusive, os resultados da profissional entrevistada foram conquistados treinando em sua residência também. "O importante é buscar um profissional qualificado que irá acompanhar e orientar o aluno, seja no ato presencial ou no on line. Isso é fundamental para que os exercícios sejam prescritos atendendo às necessidades individuais e que o aluno consiga alcançar os objetivos específicos", orienta a professora.

O importante, de acordo com Pamela, é estar apto para treinar e se dedicar, e claro que também conhecer os limites do próprio corpo, evitando qualquer tipo de lesão e desconforto.

Lembrando que o mais importante é não ultrapassar o limite do corpo, tomando sempre muito cuidado na hora de realizar qualquer tipo de exercício físico. "Prestar atenção na postura corporal e evitar exercícios complexos que possam levar a uma lesão ainda que pequena, são algumas das cautelas a serem tomadas. A parte boa é que existe grande variedade de exercícios para se fazer em casa; e optar por aqueles de fácil execução ajuda a evitar acidentes", diz a entrevistada.

Também é importante destacar que vários objetivos são buscados quando se fala de exercício físico, como emagrecimento, hipertrofia muscular (ganho de massa magra), maior disposição, melhora da qualidade do sono, entre outros.

"Resultados como disposição, melhora do sono e do humor, por exemplo, são notados, nos primeiros dias. Já um treinamento específico para ganho de massa leva mais tempo e exige mais paciência. Nosso organismo adapta-se relativamente rápido aos estímulos, por isso que iniciantes conseguem notar de forma mais evidente os resultados, justamente pelo fato de que qualquer estímulo é novidade para o corpo. Uma variável de treinamento ímpar para obter bons resultados é a intensidade de execução dos exercícios; é nisso que por vezes as pessoas falham", explica Pamela Stape.

Voltando aos treinos em casa, é possivel fazer qualquer tipo de exercício, seja este aeróbico, alongamentos ou resistido (que envolvem alguma resistência, seja ela o peso do próprio corpo ou algum material que traga uma resistência maior à atividade). Existe uma variedade enorme desses exercícios, por exemplo, exercícios aeróbicos: corrida no lugar (trote leve), corrida elevando os joelhos, polichinelo, exercícios com o peso do próprio corpo/resistido, como agachamentos, abdominais, flexão de braço.

Os materiais para auxílio nos exercícios em casa podem ser todos adaptados, como, por exemplo, encher garrafas pet com água ou terra/areia para deixá-las mais pesadas, bem como a utilização de mochilas ou bolsas acrescentando-lhes objetos.

Outra opção é fazer um investimento em sites e comprar acessórios como mini bands para intensificar e dar uma resistência externa aos exercícios.

"Aproveito para reafirmar ainda mais a importância da prática da atividade física. Hoje, há um leque enorme de possibilidades para experimentar e tentar. Buscar atividades prazerosas vão gerar um bem-estar muito maior e, consequentemente uma constância naquilo que se faz. Ao cuidar da saúde física, igualmente cuida-se de todo o resto, do bem-estar, da saúde mental, aumenta-se a disposição, além de ser ótimo momento que é dedicado a cada um de nós" – finaliza a profissional.

E você? Já movimenta-se desde o momento em que sai da cama...

Krav Maga

Numa modalidade: defesa pessoal e condicionamento físico

O **Krav Maga** é um sistema de defesa de origem israelita, que consiste num método de combate corporal muito eficaz. Trata-se de uma forma de luta e defesa pessoal, cujo objetivo principal: a salvaguarda de interesses e a defesa da honra de seus praticantes.

Krav designa **combate** e Maga significa **contacto**. "É, atualmente, o sistema de defesa mais eficiente do mundo, sendo que, hoje em dia, inúmeras forças militares de segurança pública e privada treinam o **Krav Maga**, devido à facilidade dos movimentos e rapidez de aprendizagem e, principalmente, pela resposta às necessidades operacionais", explica Lucas de Oliveira Corrêa, instrutor de Krav Maga caveira e professor de Jiu Jitsu.

De acordo com o profissional, atualmente existem vários tipos de violência, desde assaltos, raptos, violações e uma série de acontecimentos que colocam em risco a integridade física de uma pessoa; cabe a cada um em particular saber defender-se e estar o melhor preparado possível e pronto para o combate.

"No Krav Maga, não existe regulamentação e é por isso que todos os golpes são permitidos, com o intuito de lidar e ultrapassar qualquer tipo de situação de perigo", ressalta Corrêa.

Segundo o especialista, o Krav Maga traz diversos benefícios para quem o pratica, como condicionamento físico, autoconfiança, desenvolvimento motor, autocontrole, boa respiração, entre outros.

"Não existe um número certo de aulas para que o aluno esteja apto a praticar, isso varia. E depende muito das situações em que ele se encontra também; porém, com um treino certo e dedicação, em dois meses mais ou menos, esse aluno já estará apto para algumas situações", orienta Lucas Corrêa.

Os primeiros ensinamentos envolvem conceitos básicos da defesa pessoal, movimentações e noções de espaço e distância em que o cidadão possa estar em perigo. Daí em diante, começam os socos, chutes, esquivas, cotoveladas e lutas de chão.

"Não existe restrição alguma para esta prática. Todo cidadão pode e deve treinar o Krav Maga", finaliza o profissional.

CULTURA

“POR TODOS OS LADOS”

Por todos os lados,
Vejo teu rosto plácido,
Teu olhar quente,
Teu sorriso redolente.
Por todos os lados,
Sinto tua pele macia;
Sinto teus braços
Me enlaçando,
Tua boca que me sacia;
Sinto teu coração
Junto ao meu, pulsando.
Por todos os lados,
Ouço tua voz
(Minha perdição!)
Vejo, sinto, ouço,
Por todos os lados,
Teu amor
Me buscando.

Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)

Amar-te

Amar-te é trespassar os horizontes:
Dos mares, Céus... — dos Superuniversos...
Co’a lua a flamejar ‘ste amor mui terso —
Mui deslumbrante e olente, em nobres fontes!...

Mergulho nessa alvura, em infindos montes...
Nu’a serra verdejante, onde eu, imerso, —
Flamante em teus encantos — qual universo,
Nas chamas desse ardor extremozonte!

E estonteante, fico assim, tão louco...
Ao deslumbrar tuas flores mais formosas,
De todas as donzelas — que ‘inda é pouco,

Ao ver tua virgindade esplendorosa!
E almejo a essência ardente em teu arcabouço,
Sonhar e flutuar... — num mar de rosas!...

Pacco

DOCUMENTÁRIO SOBRE HECTOR BABENCO É INDICADO PARA REPRESENTAR O BRASIL NO OSCAR

Obra é dirigida pela atriz Bárbara Paz, que foi casada com o diretor

O cinema brasileiro pode deixar sua marca no Oscar 2021, com o documentário *Babenco – Alguém tem que ouvir o coração e dizer: parou*. Dirigido pela atriz Bárbara Paz, este é o primeiro documentário indicado pela Academia Brasileira de Cinema para representar o Brasil na disputa por uma vaga na categoria melhor filme internacional.

Bárbara Paz foi casada com Babenco de 2010 a 2016 (ano de sua morte, aos 70 anos) e registrou os últimos anos de vida do diretor. Este nasceu na Argentina, mas deixou sua marca no cinema brasileiro, com filmes como *Pixote* e *O Beijo da Mulher Aranha*. O documentário já ganhou prêmios nos festivais de Veneza (um dos mais importantes do mundo) e Mumbai, na Índia. E as expectativas de sucesso no maior prêmio do cinema mundial são grandes, apesar de ser um trabalho de estreia na direção pela atriz Barbara Paz.

Amores

Babenco morreu em 2016, aos 70 anos, após uma parada cardíaca enquanto estava internado para tratar de uma sinusite. Cineasta consagrado por filmes como *Pixote, a Lei do Mais Fraco* (1980) e *O beijo da mulher aranha* (1985), pelo qual foi indicado ao Oscar de direção, contou uma versão de sua batalha contra um câncer linfático em 1990 em sua última obra, *Meu Amigo Hindu* (2015). Neste último, trabalhou com o ator americano Willem Dafoe.

Babenco permitiu que Bárbara Paz filmasse os últimos anos de sua vida, parte de seu desejo de ser o protagonista de sua própria morte. "Acho que é um casamento de tudo. Foi um fechamento de uma coisa muito bonita, uma história de amor muito bonita. De um encontro de almas", afirma Paz.

Indicação ao Oscar

O longa sobre o cineasta é uma coprodução GloboNews e foi premiado como melhor documentário em Mostra do Festival de Veneza de 2019 e no Festival de Viña Del Mar, no Chile, em 2020.

O documentário pode fazer história e igualar-se ao clássico *O Pagador de Promessas*, dirigido por Anselmo Duarte e ganhador da Palma de Ouro do Festival de Cannes, em 1962 (único filme brasileiro a conseguir tal feito) e indicado ao Oscar de melhor filme estrangeiro em 1963, mas não conseguiu.

Também pode igualar outro sucesso: "Central do Brasil" (1998), o longa dirigido por Walter Salles ganhou o Urso de Ouro no Festival de Berlim e foi indicado para o Oscar de melhor filme estrangeiro; a atriz Fernanda Montenegro, que interpreta a personagem principal, foi indicada para melhor atriz, sendo a primeiro latino-americana a receber esta indicação e a primeira, em língua portuguesa.

Já se percebeu que é só questão de tempo para que o cinema brasileiro ganhe um Oscar. É a sétima arte nacional fazendo história em um país em que a cultura fica (quase) sempre em segundo plano. Vamos torcer!

Pequenos Notáveis

O pequeno notável deste mês é o Breno Rodrigo de Camargo Rosa. Um lindo garoto de apenas 8 anos. Ele nasceu na cidade de Tatuí. Está cursando o 3º ano do Ensino fundamental I. Ele é bastante alegre, adora desenhar, praticar artes marciais como judô, andar de bicicleta, jogar vídeo game, nadar. Adora animais; seus filmes preferidos, geralmente, são com cachorros.

Ama ouvir música, no momento, gosta de Justin Bieber. Gosta muito de passear em shopping, comer hambúrguer, no Burger king, macarronada. Aliás, ele se alimenta muito bem!

Segundo a mãe, Breno "é uma ótima companhia para passeios, é muito carinhoso e muito querido pelos seus amigos. Adora estar rodeados de pessoas, principalmente em ambiente familiar".

Ela ainda nos relatou que "Notei que ele adora desenhar, pois pelo YouTube começou a desenhar. Foi então que decidimos matriculá-lo no Estúdio do Deivid Leite. Em Janeiro (próximo), ele completa 1 anos de estudos lá. E o Breno não pretende parar". Além de gostar de desenhar, ele também gosta muito dos professores que dão aulas para ele.

Breno é um garoto calmo, inteligente, esperto, determinado, não tem vergonha de dizer não! Se ele não gostar de algo, vai logo dizendo que não gostou.

Parabéns, Breno! Foi um enorme prazer falar com você! Nós, da Revista Hadar, desejamos-lhe todo sucesso do mundo! Feliz Natal e um excelente e abençoado Ano-Novo!

Seu filho também é um pequeno notável?
Então, mande seu trabalho para o e-mail: *jornalismo@revistahadar.com.br*
para que ele possa brilhar nas páginas da Revista Hadar.

Você sabia?

"AGORA, INÊS É MORTA"

Um pouco da história da nobre Inês de Castro e de onde vem a expressão - titulo

"Agora, Inês é Morta"! Você já ouviu esta expressão, caro leitor?! Sabe como surgiu e o que ela significa?

Hoje, quando se quer dizer que uma situação é "irreversível", "não adianta mais" é "muito tarde para tal atitude", "já era", usa-se essa expressão. Porém, muitos não sabem que se refere ao trágico destino de Inês de Castro, certa nobre de Portugal. Sua história é a de um amor impossível, como o de Romeu e Julieta. A diferença é que Inês existiu de verdade: ela e Pedro viveram no século 14.

Oitavo rei de Portugal, Pedro reinou de 1357 a 1367. Quando príncipe, em 1340, ele se casou com Constança, princesa de Castela, num acordo político comum na época. Porém, Pedro e Inês, dama de companhia de Constança, mantiveram um romance por anos e chegaram a ter quatro filhos.

"Não eram raros os casos de adultério de reis e nobres", afirma o historiador Jaime Corrêa, da Universidade de Lisboa. O romance, no entanto, nunca contou com o apoio do pai de Pedro, Afonso IV, e do clero, os fiadores do acordo entre Castela e Portugal. Após a morte de dona Constança, no entanto, a ligação

DICAS DOMÉSTICAS

Como retirar Super Bonder, adesivo instantâneo, da pele, das unhas e até mesmo dos cabelos.

Sabão e água morna: molhe a pele com água morna e sabão para amolecer a supercola. Em seguida, esfregue com a mão e a cola desgruda da pele.

Suco de limão: forte aliado que pode ser usado para substituir o sabão. Caso tenha uma pele sensível, misture uma parte do suco com água esfregue com as mãos, a cola desgruda.

Margarina e azeite: A gordura reage com a cola e a faz desgrudar da pele.

Acetona: caso suje as unhas, um simples frasco deve resolver o problema. Mas se tiver a pele sensível, cubra o entorno das unhas com vaselina. Molhe um algodão com o produto e esfregue na unha até a cola se desprender.

Xampu e Condicionador: caso espalhe pelos cabelos, lave-os com xampu e passe o condicionador. Em seguida, passe um pente-fino no local onde a cola caiu até que ela se desprenda. Cuidado para não forçar demais o pente e quebrar os cabelos.

FRASES DOS **FAMOSOS**

"Quando me perguntam se eu não acho ruim ser taxada como latina, eu falo 'o oposto'. Eu tenho muito orgulho. Eu como brasileira, quero ser reconhecida como latina, porque somos latinos. Sinto-me privilegiada e honrada de estar aqui (Los Angeles, na Califórnia), quando os latinos estão com uma força muito grande, não só na política, mas também no entretenimento".

Alice Braga, atriz brasileira, que está no elenco dos filmes estadunidenses Novos Mutantes e Esquadrão Suicida 2, falando sobre a representatividade na indústria do cinema durante entrevista ao programa 'Conversa com Bial', da Rede Globo.

entre o casal tornou-se mais forte e a nobreza passou a temer que um dos filhos de Inês reivindicasse o trono.

Em 1355, essa tensão aumentou e, aproveitando-se da ausência de Pedro para participar de uma caçada, o rei Afonso ordenou a morte de Inês, em uma emboscada. Pero Coelho, Álvaro Gonçalves e Diogo Lopes Pacheco executaram a sentença, cortando a garganta de Inês.

Quando Pedro recebeu a notícia, avançou célere em direção à cidade do Porto; pretendia enfrentar o próprio pai. Foi impedido pela mãe, dona Beatriz, e por seu primo, o bispo de Braga. Inconformado com tal situação teria dito a frase, ainda hoje repetida: "Agora, Inês é morta".

Logo que coroado rei, Pedro mandou prender os assassinos. Pacheco escapou para a França, mas Coelho e Gonçalves foram capturados em Castela e depois torturados (ambos tiveram o coração arrancado) na presença do rei. A segunda providência foi ainda mais macabra.

Alegando ter se casado com Inês às escondidas, Pedro fez com que ela fosse coroada rainha. Seu corpo foi escumado e colocado no trono. "Durante a cerimônia, Pedro teria ordenado que toda a nobreza e membros do clero presentes ajoelhassem diante do cadáver e beijassem os ossos da mão de Inês", diz Corrêa. Como se possível fosse haver um "beija-mão real".

Esta é a dolorosa e trágica trajetória da "Rainha-Cadáver" de Portugal. Uma história de amor, paixão, morte, vingança e, de certa forma, macabra e até pitoresca. O amor de um príncipe e uma plebeia, em terras de além-mar, no século XIV.

A triste história de Inês de Castro tornou-se mais conhecida ao ser imortalizada por Camões no Canto III d' Os Lusíadas, uma das melhores e mais conhecidas obras literárias da língua portuguesa. Nesta passagem, Camões faz referência a Inês de Castro: "... Aconteceu da mísera e mesquinha, que depois de ser morta foi rainha...". ("...da miserável e infeliz...")

https://aventurasnahistoria.uol.com.br/

Encrenca

Tal palavra: supostamente ligada à exploração de mulheres judias

A etimologia é parte da gramática que estuda a origem e a história das palavras – seus significados originais, as transformações que recebeu, no tempo, e os elementos que foram acrescentados a ela e formaram, no passado, e que ainda formam uma determinada palavra.

Boa parte dos estudos etimológicos, em suas buscas pela raiz de um termo, retorna a idiomas e povos ancestrais, descobrindo origens no sânscrito, latim, no chinês antigo ou em dialetos árabes.

Dessa forma, por vezes, a etimologia de uma palavra conta não só a história daquele termo, como também parte da própria história do local ou época em que foi cunhado – de migrações, mudanças, guerras, e mais. Existem, porém, palavras jovens, que surgiram recentemente a partir de neologismos ou empregos supostamente errados de termos em outras línguas – e que ganham novos sentidos.

Ao que tudo indica, a palavra "encrenca", termo normalmente usado para sugerir algum desentendimento, teve sua origem na língua iídiche. (um ramo da língua judaica).

São várias as palavras utilizadas para expressar o nosso desespero ou infelicidade. Às vezes, o desejo de exteriorizar a infelicidade causada pela situação leva-nos a utilizar certas palavras de que nem imaginamos a origem ou significado. Talvez esse seja o caso da palavra "encrenca" que, de tão corrente em nosso vocabulário cotidiano, acabou se transformando em verbo.

Para recuperar a história desta palavra, faz-se necessários nos deslocarmos para o Brasil, na passagem dos séculos XIX e XX. Nesse período, os portos brasileiros receberam vasto numero de europeus que fugiam das conturbações causadas pelo fim do Antigo Regime e as crises econômicas do próprio sistema capitalista. Vale lembrar que inúmeros imigrantes chegaram até aqui com a esperança de enriquecer, trabalhando nas crescentes lavouras de café.

Nesse contexto de transformação e instabilidade, incontáveis famílias de judeus pobres da Europa ainda sofriam com as primeiras ondas antissemitas. Em alguns casos, tais famílias entregavam as suas filhas para agenciadores que lhes prometiam arranjar um bom casamento com um rico comerciante que prosperava em terras americanas. Tomados pelo desespero, os chefes de família acabavam deixando-se levar pelas enganosas promessas.

Em muitos casos, já durante a viagem, essas jovens descobriam que estavam sendo contrabandeadas como escravas sexuais para diferentes cidades do continente americano. Chegando ao Brasil, essas "prostitutas" judias ficaram conhecidas como "polacas" e, mediante a sua recorrência, integraram a vida e o imaginário de vários bairros que compunham a vida noturna carioca e paulista.

Naturalmente, essas mulheres sofreram enorme discriminação devido à posição marginalizada que ocupavam, na sociedade da época. Tanto as autoridades oficiais, como as comunidades judaicas do Brasil reservavam um grande silêncio sobre a situação dessas mulheres. Contudo, tais prostitutas buscaram vínculos de solidariedade que lhes pudessem lhes oferecer algum tipo de garantia.

Em muitos casos, elas utilizavam o iídiche – língua bastante utilizada pelos judeus da Europa Central e Oriental – para darem recados entre si. Durante o seu trabalho, ao suspeitarem de que um cliente portava algum tipo de doença venérea, elas chamavam o sujeito de **"ein krenke"**. Na língua iídiche, o termo era comumente utilizado para definir a ideia de "doença". Naturalmente, a popularização do termo acabou ficando abrasileirada para a nossa conhecida "encrenca".

Pois o fato de uma palavra possuir uma etimologia recente e circunscrita a somente um local não quer dizer que ela não possua uma história vasta e importante – que não conte também a história de seu contexto. A juventude de um termo, em particular se originalmente ele era considerado grosseiro... – como no caso da **encrenca** – pode tornar a determinação correta de sua etimologia até mais difícil. Há quem creia que a palavra **"encrenca"** veio da Argentina, numa reciclagem da gíria catalã *enclenque*, que significa "acamado por doença", "deitado", "sem forças". Outros, por sua vez, creem no nascimento da **"encrenca"** a partir de uma versão abrasileirada do latim ***clinicare***, que se referiria a "doente acamado" – a partir de tais origens, a palavra teria ganhado, por aqui, o sentido de "tumulto, intriga, dificuldade".

Há, no entanto, um terceiro e mais elaborado apontamento da origem etimológica da palavra **encrenca**, confirmado pela jornalista canadense Isabel Vincent no livro "Bertha, Sophia e Rachel: a sociedade da verdade e o tráfico das polacas nas Américas" (Editora Relume Dumará, 2006), que se afirma como a mais provável e mais simbólica das raízes da **"encrenca".** Confirma o parágrafo já citado anteriormente, que tudo teria começado quando o Brasil recebeu, justo na virada do século 19 para o século 20, um sem-fim de imigrantes europeus – que fugiam da turbulência da época para tentar melhorar de vida no eldorado, que seria o Brasil.

Portanto, não é possível confirmar se essa é a única origem da palavra, e é provável, como em tantos casos, que a verdade seja uma mistura imprecisa de algumas das histórias sugeridas. O fato é que, se levantarmos o tapete da história do Brasil, em qualquer nível – mesmo para descobrirmos a história de uma gíria supostamente banal – parece que quase sempre iremos nos ver diante de terríveis tradições de exploração e miséria, mas também da luta de pessoas, quase sempre ligadas a minorias, de transformar tais durezas e melhorar, na menor medida do possível, a realidade que as cerca. Contornar a **encrenca** é, portanto, o ofício da maioria dos brasileiros, desde a época em que essa palavra ainda nem existia.

O fato é que há duas lápides no Cemitério Israelita de Cubatão, onde muitas "polacas" foram enterradas separadas de suas famílias, como mulheres "esquecidas", que se tornou o primeiro cemitério tombado em definitivo, no Brasil.

MINUTO DE REFLEXÃO

"Não podemos impedir que um pássaro pouse em nossa cabeça, mas podemos impedi-lo de nela fazer um ninho."

Martinho Lutero

MINUTO DE SABEDORIA

"Falar sem aspas, amar sem interrogação, sonhar com reticências, viver sem ponto final".

Charles Chaplin

O Mundo Pós-Pandemia

Autor: José Roberto de Castro Neves
Editora: Nova Fronteira

Já não há dúvidas: nosso tempo se dividir-se-á entre o antes e o depois da Covid-19. De fato, dificilmente houve acontecimento tão determinante, neste século, quanto a pandemia e as consequências das recentes ações políticas, sanitárias e econômicas mal começaram a ser vislumbradas. O que, então, pode-se esperar para o futuro e o futuro das próximas gerações? Uma transformação drástica em toda a espécie do que é humano? Ou apenas o retorno ao mundo, tal como ele sempre foi? O que se sabe é que uma previsão bem fundamentada não pode passar ao largo, neste livro. Afinal, nomes de peso aqui se reúnem para opinar sobre as principais esferas da atuação humana, levando em consideração cada uma de suas complexidades e dilemas. Transitando da arte e do humor ao poder judiciário e à economia, estas páginas constituem o que há de mais qualificado a respeito do mundo que nos espera.

A Cantiga dos Pássaros e das Serpentes

Autor: Suzanne Collins
Editora: Rocco

É a manhã do dia da colheita que iniciará a décima edição dos Jogos Vorazes. Na Capital, o jovem de dezoito anos Coriolanus Snow prepara-se para sua oportunidade de glória como um mentor dos Jogos. A outrora importante Casa Snow passa por tempos difíceis e o destino dela depende da pequena chance de Coriolanus ser capaz de encantar, enganar e manipular seus colegas estudantes para conseguir mentorar o tributo vencedor. A sorte não está a favor dele. A ele foi dada a tarefa humilhante de mentorar a garota tributo do Distrito 12, o pior dos piores. Os destinos dos dois estão agora interligados – toda escolha que Coriolanus fizer, pode significar sucesso ou fracasso, triunfo ou ruína. Na arena, a batalha será mortal. Fora da arena, Coriolanus começa a se apegar à já condenada garota tributo... E deverá pesar a necessidade de seguir as regras e o desejo de sobreviver – custe o que custar.

As Agentes Secretas de Paris

Autor: Pam Jenoff
Editora: Harper Collins

1946 – Manhattan – Um ano depois do fim da Segunda Guerra Mundial, Grace Healey encontra uma mala debaixo de um banco da Grand Central Station, em Nova York. Incapaz de resistir à própria curiosidade, ela abre a bagagem e descobre uma dúzia de fotografias de mulheres com os respectivos nomes escritos no verso. Em um momento de impulso e sem saber muito bem por que, Grace pega as fotos e rapidamente deixa a estação. Ela logo descobre que a mala pertencia a Eleanor Trigg, líder de uma rede de agentes secretas inglesas, durante a guerra. Doze delas foram enviadas para a França ocupada pelos nazistas como mensageiras e operadoras de rádio para ajudar a Resistência, mas nunca voltaram para casa. Na tentativa de descobrir a verdade sobre as mulheres nas fotografias, Grace vê-se envolvida na história de uma jovem mãe e agente chamada Marie, cuja missão desafiadora revela uma surpreendente história sobre amizade, bravura e traição.

Amor Garantido

Em **Amor Garantido**, para salvar seu pequeno escritório de advocacia, a séria advogada Susan (Rachael Leigh Cook) aceita pegar o caso de Nick (Damon Wayans Jr.), um cliente novo e encantador que está decepcionado com o app de namoro Love, Guaranteed (daí o nome do filme) e quer processar um site de namoro que garante encontrar o amor verdadeiro em até mil encontros. Como alguém que já está no 986º (nongentésimo octogésimo sexto) encontro, ele se sente indignado e acaba procurando a advogada Susan para buscar justiça. Susan reluta em pegar o caso, pois acredita que Nick seja um cafajeste oportunista. A trama reúne dois personagens que, inicialmente, não se dão muito bem, mas que, durante caminhadas pelo parque, ou até o carro, descobrem que são mais parecidos do que imaginavam!

Bad Boys 3 – Para Sempre

Terceiro episódio das histórias dos policiais Burnett (Martin Lawrence) e Lowrey (Will Smith), que devem encontrar e prender os mais perigosos traficantes de drogas da cidade. Já no começo, vê-se que Mike e Marcus continuam parceiros na polícia de Miami. Eles são amigos, mas vivem realidades diferentes; agora, eles têm que lidar com a chegada de um novo grupo de policiais de elite. Só que Mike não contava que, em seu caminho, iria ressurgir uma pessoa importante de seu passado: a perigosa Isabel Aretas (Kate Del Castillo), esposa de um poderoso traficante de drogas. Ela o culpa por sua prisão e pela morte de seu marido. Disposta a ter sua vingança depois de deixar a cadeia, Isabel conta com o apoio de seu filho, Armando (Jacob Scipio) para tentar matar todos os envolvidos no caso. Temendo por sua vida, Mike pede ajuda a Marcus para impedir que o plano de Isabel seja realizado.

Uma Vida Oculta

Em **Uma Vida Oculta**, Franz Jägerstätter (August Diehl) é um fazendeiro austríaco que se torna herói em circunstâncias um tanto quanto inusitadas. Quando ele é convocado a lutar junto ao exército alemão, durante a Segunda Guerra Mundial, seu primeiro requisito é prestar juramento de fidelidade a Adolf Hitler e ao Terceiro Reich. Ele se recusa e então percebe que, lutando com o conhecimento de que sua decisão significará prisão e até morte, Jägerstätter encontra força no amor e apoio de Fani. Jägerstätter é levado para a prisão, primeiro em Enns, depois em Berlim; espera meses por seu julgamento. Durante seu tempo na prisão, ele e Fani escrevem cartas um para o outro e dão forças um ao outro. Fani e suas filhas são vítimas de crescente hostilidade no vilarejo, devido à decisão do marido de não ir à luta.

CULTURA DO ESTUPRO

No país: mais de 100 vítimas diárias de estupro

Ocorrem em média 180 estupros por dia, no Brasil, de acordo com dados do Anuário Brasileiro de Segurança Pública. O ato é reconhecido pela Legislação Brasileira como um crime contra a dignidade sexual, sendo uma das violências que mais atingem as mulheres deste país. É um crime sexual em que uma pessoa força outra, por meio de violência ou ameaça, a ter qualquer tipo de contato sexual, podendo ser tanto o toque em partes íntimas e sexo oral, quanto penetração. O que caracteriza o estupro é a ausência de consentimento e de qualquer sensibilidade.

Apesar da lei reconhecer o **estupro simples**, em que é forçado o contato sexual, desde 1830, em que o texto trazia o termo "mulher honesta", retirado apenas no Código Penal de 1940, tal ato criminoso acabou tornando-se "comum", em muitos dos casos. É o que chamamos de Cultura do Estupro, em que os homens imaginam ter o direito de cometer violência sexual. Este termo refere-se a um pensamento coletivo que resulta de crenças e normas comportamentais que banalizam, legitimam e toleram a violência contra a mulher (violência = tortura).

Às vezes, nem todos se dão conta, porém a mulher é constantemente subjugada e, principalmente, tratada como objeto sexual para satisfazer os desejos masculinos, quaisquer sejam eles.

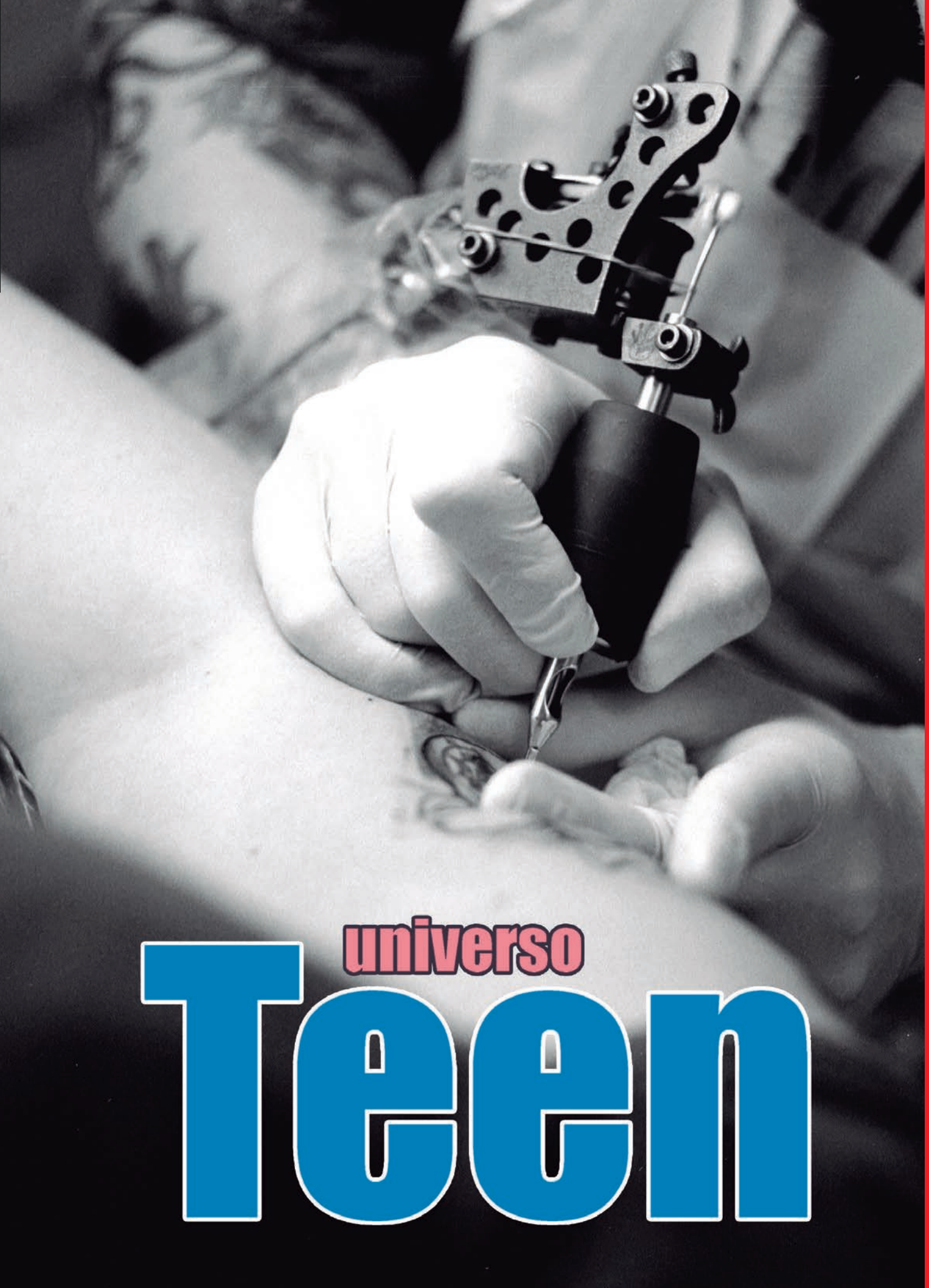
De acordo com a ONU Mulheres, da Organização das Nações Unidas, o termo **"cultura do estupro"** é usado para identificar atos e comportamentos machistas, sexistas e misóginos que estimulem violências sexuais e as naturalizem, fazendo com que a própria vítima sinta-se culpada pelas agressões que sofreu. Faz parte da chamada "**cultura do estupro"**, por exemplo, responsabilizar uma mulher por ter sido estuprada, ao justificar o ataque pelas roupas que ela vestia. Piadas, comentários constrangedores, ameaças, assédios de todo tipo também fazem parte dessa cultura, que deixa as mulheres em constante estado de medo e vigilância.

Porém, apesar de tantos casos registrados diariamente, os números poderiam ser ainda maiores, se todas as vítimas denunciassem a agressão.

Um levantamento da Secretaria Nacional de Segurança Pública mostrou que apenas 7,5% das vítimas de estupro vão à polícia. Especialistas apontam que a baixa notificação está relacionada à vergonha que a vítima sente após ser estuprada, ao receio pelo tratamento que receberá na delegacia — onde muitas mulheres dizem ouvir perguntas como "Que roupa estava usando?" e sentem-se culpadas pelos atos sofridos —, à dificuldade de especificação de provas e ao medo do agressor.

Para o **estupro simples**, a pena é prisão de seis a dez anos. Se a vítima for menor de 18 anos e maior de 14, a pena passa a ser de 8 a 12 anos. Se for menor de 14 anos, a pena vai de 8 a 15 anos. Se o estupro for classificado como **coletivo ou corretivo**, a pena aumenta de um terço a dois terços da punição original.

O medo é um dos grandes inimigos, na hora de denunciar. Por isso, combater a cultura do estupro implica estarmos atentos a toda e qualquer atitude cotidiana que agrida a liberdade sexual das mulheres.



universo

Teen

Fique antenada: há varias tendências para o Verão 2020/2021

Saiba o que vai deslumbrar nas passarelas e nas ruas!

O verão 2020/2021 começa pouco antes do Natal (em 321 de dezembro) e vai até 20 de março. Mesmo com a pandemia ainda por aqui, a vida não para. Por isso, é necessário estar ligada às tendências da moda para a estação mais quente e esperada do ano que, desta vez, deve ser aproveitada com maior cuidado!

Tendo isso em mente, prepare-se para brilhar com as dicas das tendências que vão fazer a cabeça de muita gente neste verão. Bora lá conferir o que vai encantar por aí!!!

Looks neon

Para brilhar na balada (e fora dela), o neon é tendência que veio para ficar, assim como aconteceu em outras temporadas. O tom que retornou firme dos anos 1980 e 2000, já caiu no gosto das fashionistas de plantão.

Looks com pequenos detalhes em neon, de maneira pontual, aquecem as produções do verão. Visuais monocromáticos em tom fluorescente também serão destaque.

Conjuntinhos

Outra tendência que também já foi destaque em temporadas anteriores e continuará a marcar a moda verão 2021 são os conjuntinhos. Por serem bastante versáteis, eles podem ser usados tanto durante o dia, quanto à noite. Seja em tecidos mais leves e casuais, até os mais arrumadinhos, em tecidos mais nobres e imponentes. Os conjuntos são sempre uma aposta com sucesso garantido! Além do mais, ainda podem ser separados e combinados com outras peças, o que permite criar vários *looks* coordenados.

Floral

Atemporais e super versáteis, as estampas florais também estão dentre as principais trends (tendências) da moda verão 2021. Super delicados, *looks* florais esbanjam romantismo, elegância e feminilidade. A estampa confere um ar alegre e vibrante à produção. Tudo do que o momento que estamos vivendo (pandemia) necessita!

Mangas Bufantes

Uma das trends que bombou na temporada passada e continuará gloriosa no próximo verão são as mangas bufantes. A tendência retornou dos anos 80 e já dominou as vitrines e guarda roupas das mais antenadas da moda. Com releituras diferentes, as mangas bufantes aparecerão repaginadas e mais modernas.

Foto: nicoletaionescu

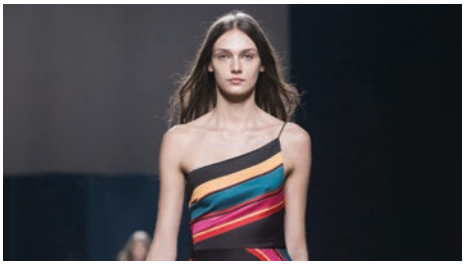
Tie dye

A estampa *tie dye* voltou com tudo dos anos 90 e promete ser um dos hits da moda verão 2021. Com um estilo mais moderno e sofisticado, a estampa aparecerá em shorts, saias, vestidos, blusas, viseiras, sandálias, bolsas e bijus – até em conjuntos.

Listras

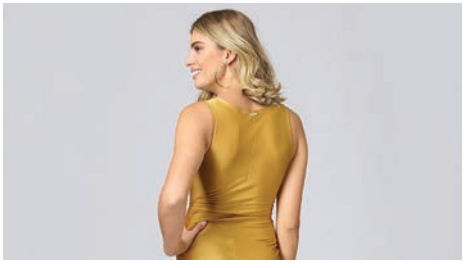
As listras também serão destaque, neste verão. Coloridas, mescladas com off-white e branco serão uma das principais pedidas para fugir do clássico e dar um ar repaginado e refrescante à produção.

Aqui vale tudo, listras fininhas ou largas. O importante é escolher as que mais combinam com você e arrasar!



Visual metalizado

Produções metalizadas, com muito brilho, pedras e paetês que, antes eram restritas a eventos noturnos, prometem brilhar sob o sol do verão, na próxima temporada. *Looks* metálicos e com brilho, leves e cheios de estilo serão destaques, na estação.



Poá

Seguindo a tendência da moda retrô, o poá também ganhará as ruas e será uma das tendências da moda verão 2021. É possível combinar as clássicas "bolinhas" em produções modernas e sofisticadas, em todos tamanhos possíveis.

Além dessas dicas, o *Top Cropped* (aquelas peças com cós alto) e os looks monocromáticos também devem "das as caras" no verão.

Fonte: site beleza e moda

Tatuagem

Mais e mais comum, elas revelam diferentes maneiras de se expressar

Em meio a inúmeras possibilidades de expressar, a tatuagem é espécie de destaque. Demostrando cultura ou expressão de gostos particulares, variados desenhos e símbolos; por vezes, fugindo à beleza dos traços e cores.

Eternizar um momento, uma frase, um desenho... Tatuar vai muito além de deixar registrado para sempre algo que lhe agrada. É uma arte (Quase sempre!).

Eliton Rodrigues Machado é tatuador há quase três anos; e afirma que, muito antes de escolher o tema a ser tatuado, é preciso ter certeza de esse desejo de manter algo para sempre na pele.

"Pense bem e escolha um profissional que entenda o que você quer e que tenha um estilo que lhe agrade", afirma o profissional.

Eliton conta que, apesar de muitas pessoas torcerem o nariz para quem é tatuado, hoje em dia, isso está se tornando mais aceitável, tanto que quase tudo acaba virando tatuagem. É uma amizade que vem da infância, um jogo ou o time do coração, nomes de pessoas especiais, entre outros.

E se você tem certeza daquilo que quer eternizar, deve sempre manter a pele limpa e hidratada, seja antes ou depois de fazer o procedimento.

Lembrando-se de que se deve evitar o consumo exagerado de comidas gordurosas durante 10 dias e, é claro, não se expor ao sol por um tempo para não prejudicar a cicatrização. E é indispensável que menores de idade tenham autorização de um responsável para terem sua tatuagem.

Depois de terminada, a tatuagem começa a cicatrizar e, como uma "ferida" aberta, precisa de cuidados, como ser lavada corretamente e, em alguns casos deve ser, envolta em plástico filme por, pelo menos, 24 horas.

É comum que a área tatuada fique dolorida e inchada. Uma crosta por cima do desenho também será criada, como se fosse um machucado com casquinha. Depois, vem a coceira: por isso, o ideal é hidratar a área.

Mesmo depois de cicatrizada, uma tatuagem precisa de cuidados, como uso de protetor solar e limpeza adequada.

A título de curiosidade, está registrado no "Guiness Book" o recorde de homem mais tatuado do mundo. É do australiano Lucky Diamond Rich, que tem 100% do corpo coberto por tatuagens, inlucindo o interior dos ouvidos e a pele entre os dedos.

DESIMAX
design gráfico e web
Sites - Lojas Virtuais - Blogs
FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:
19 99159.9124
WWW.DESIMAX.COM.BR

Pelos pubianos

A puberdade é um período de transição entre a **infância** e a fase **adolescente** e depois a **adulta**; surge em meninas entre os 8 e 13 anos de idade, e em meninos, entre 9 e 14 anos. Esse processo conduz o corpo humano à maturidade sexual, tornando o indivíduo capaz de se reproduzir. Também implica uma série de mudanças corporais e emocionais.

Uma dessas alterações está relacionada ao surgimento de pelos pubianos e, consequente, ao engrossamento deles, em função do hormônio da testosterona: este faz com que os pelos tornem-se mais visíveis.

Como algumas pessoas preferem menos pelos ou nenhum deles, o indicado é que se faça a raspagem ou depilação deles somente após o início da puberdade, lembrando que, caso o procedimento seja feito em clínicas, é indispensável a autorização dos pais e que o individuo esteja ciente se o desejo de se livrar dos pelos é de si próprio ou se é imposição dos colegas e grupos. Os cuidados estéticos devem estar presentes, em qualquer idade, mas não podem ser invasivos e, sim, de forma a melhorar as funções e os aspectos do corpo.

Também é importante destacar que os pelos pubianos são uma barreira contra vírus ou bactérias externas; mantêm uma temperatura tépida para garantir o funcionamento correto da área genital, previnem a irritação durante a relação sexual, pois atuam como contenção.

Geralmente, ao iniciar a depilação, as adolescentes optam por fazer o procedimento nas axilas, seguidos da virilha, das pernas, do buço e do rosto. Já entre os meninos, a decisão por fazer isso, na maioria das vezes, acontece somente na fase adulta.

Hoje em dia, há diversas formas de eliminar os pelos de qualquer parte do corpo. A depilação com a lâmina de barbear é o método mais rápido e cômodo. A vantagem é que não precisa de preparação ou disposição de tempo.

Depilá-los ou não?

A desvantagem é que os pelos crescem em poucos dias e isso pode irritar ou causar pequenos cortes, se não for feita com cuidado.

A depilação com cera quente pode ser dolorosa nas primeiras vezes, mas garante uma pele lisa e suave por cerca de três semanas. Porém, pode ser desconfortável e causar vermelhidão na área, que desaparece em horas.

No caso da depilação com cremes, é indolor; e não possui contraindicações. É rápida e indolor, mas não arranca o pelo, corta-o. Por isso, ele crescerá em poucos dias novamente.

Na depilação a laser, demora cerca de oito sessões para o pelo desaparecer definitivamente, fazendo retoques de tempos em tempos. A desvantagem é que pode ser um pouco cara, mas o resultados é a longo prazo.

Resumidamente, seja para eliminar os pelos pubianos ou de qualquer outra parte, o importante é respeitar o procedimento e cuidar bem do seu corpo.

AUTOS
HUMMER
GMC
KUMHO
& CIA

Uso de aplicativos: facilidade no atendimento pós-venda

Aplicativos: agendamento de serviços e atendimentos

Com os carros – e a vida – cada dia mais conectados e tecnológicos, o uso de aplicativos para atender clientes interessados em conhecer algum modelo, ou mesmo auxiliá-los no atendimento pós-venda em concessionárias. Como a pandemia ainda parece longe do fim, e cuidados como distanciamento social e higienização ainda devem fazer parte do cotidiano das pessoas por um longo tempo, os aplicativos ganham mais importância, a cada dia.

As concessionárias mais modernas controlam até a entrada de pessoas, fornecendo informações, por exemplo, da porcentagem de ocupação do local, em painéis colocados na entrada da loja, além, é claro, de disponibilizar álcool gel para os clientes, entre outros protocolos de segurança.

Funcionários treinados usam um tablet para fotografar um veículo deixado para revisão, por exemplo, e no mesmo instante, podem gerar uma nota do serviço. Ainda através de aplicativos, o proprietário pode saber quantas revisões (gratuitas e/ou pagas), precisam ser feitas no veículo. Ele também pode acompanhar os serviços realizados.

Alguns aplicativos trazem o selo digital, espécie de certificado que atesta os serviços realizados e o estado em que o carro se encontra, sendo uma garantia de que o serviço foi feito de maneira correta e na hora certa. O interessado pode obter um histórico do automóvel e saber, com exatidão, praticamente tudo que aconteceu com o veículo.

A tecnologia permite que o proprietário planeje despesas, incluindo agendar serviços previstos e recomendados, como balanceamento e alinhamento.

De olho na higiene

A tecnologia permite que se use um aparelho para higienizar o interior do carro antes de ele sair da oficina, eliminando vírus, bactérias e fungos. Em tempos de pandemia. Este é um serviço muito bem-vindo.

A oxi-sanitização é feita com um equipamento que dispersa gás ozônio no interior do veículo, eliminado odores, por exemplo, era um método já conhecido por quem transporta animais no carro. O poder de higienizar eliminando agentes como fungos e bactérias chamaram a atenção para este serviço, que pode ser feito em cerca de 30 minutos. É usado também para higienizar o ar-condicionado. (De tempo em tempo).

SERRALHERIA
CASARINI
Portão Basculante | Portão de Correr | Vitrôs
Corrimão | Instalação de motor para Portão
e muito mais
Rua Joaquim Silvério de Almeida, 290 | Parque Santa Maria | Tatuí/SP
(15) 99707-9907 | serralheriacasarini@hotmail.com
Elmec

Lewis Hamilton marca com firmeza sua atuação na história

Primeiro negro na F1: consegue seu Sétimo Título Mundial!

Aos 35 anos, o britânico Lewis Hamilton fez sua marca na história, no último dia 15 de novembro, tornando-se o segundo piloto a conquistar sete campeonatos (o primeiro é Michael Schumacher) e o primeiro negro a realizar tal feito na principal categoria do automobilismo mundial: a Fórmula 1.

Hamilton é um exemplo de superação. De origem humilde, enfrentou diversos obstáculos; sofreu bullyng na escola e precisou aprender arte marcial para se defender. A paixão pela velocidade começou ainda criança, com carrinhos de controle remoto. Ele também é envolvido em causas como preocupação com o Meio Ambiente e chegou a vender um jato particular para viajar menos de avião. Atualmente, ele é o esportista britânico mais bem pago do mundo.

No domingo, 15 de novembro, ele venceu o GP da Turquia e conquistou a **94ª (nonagésima quarta) vitória na categoria**, superando o alemão, que possui 91 vitórias. Outro recorde: **sete pole *positions* em sequência em 2015**, do **GP de Mônaco ao GP da Itália**. Mesmo ele não está livre de falhas. Estreou em 2007, ano em que poderia ser campeão, mas errou no GP da China, na pista de Xangai. Um erro bobo! Seu ídolo é Ayrton Senna; e ele conquistou seu primeiro título justamente no Brasil (Interlagos), em 2008. Ele usava um capacete com as mesmas cores das do Ayrton.

EUA e Mônaco

Hamilton tem residência nos Estados Unidos, onde venceu, em 2007, a última corrida de F1 em Indianápolis, após acirrado duelo com o então companheiro Fernando Alonso. O espanhol frequentemente acusava a equipe de favorecer o piloto, já que ambos são britânicos. Lewis Hamilton também vive em Mônaco, palco da sua 44ª (quadragésima quarta) vitória na F1. **44** também é o número usado pelo piloto na F1, que vem desde os tempos de kart.

Aliás, engana-se quem pensa que o primeiro título dele veio em corridas de kart. O primeiro troféu foi com carrinhos de controle remoto, quando o **piloto tinha cinco anos**, o mesmo número de companheiros que Hamilton teve em toda a carreira.

Em seu capacete, Hamilton carrega o Cristo Redentor, símbolo da cidade do Rio de Janeiro, onde o piloto visitou a escola Grande Rio e entendeu um pouco mais de samba e carnaval.

Acidente e recorde

Palco do seu primeiro acidente impressionante, em 2007, o autódromo de Nurburgring (Alemanha) também foi o local onde o piloto igualou, neste ano, o recorde histórico de 91 vitórias de Michael Schumacher e recebeu uma réplica do capacete do alemão, entregue pelas mãos do filho Mick. Britânico, o piloto está acostumado com a pista de Silverstone. Tão acostumado que é o maior vencedor de GPs no circuito inglês, com 7 triunfos.

Esta é a 14ª temporada de Hamilton na F1, a mesma quantidade de anos que o piloto tinha quando já havia assinado com a McLaren de Ron Dennis após impressiona-lo no kart, onde ele corria desde os oito anos. Aliás, 8 é também o recorde de vitórias em uma mesma pista na F1. Mais uma das marcas que Hamilton (Hungria) divide com Schumacher (França). Os números comprovam que **ele é mesmo um fenômeno**.

Bicicleta: transporte seguro

Modo correto: sem acidentes nem multas

Se você é um aficcionado por bicicletas e gosta de pedalar sempre que pode, incluindo-a quando viaja (seja para a praia ou para algum sítio), transportar a magrela com segurança e de modo correto evita acidentes e multas. Até o Meio Ambiente agradece quando se opta por pedalar, em vez de andar de carro. Por isso mesmo, o transporte deve ser feito de maneira correta.

Existem algumas maneiras de levar a *bike* consigo em viagem, com segurança. *Racks* de teto, suportes traseiros, engates, reboques e até porta-malas. Estas são maneiras de se transportar a bicicleta.

As opções são muitas. Por isso, a pessoa deve saber como fazer tal transporte. Afinal, nem sempre o usuário da ***magrela*** sabe como proceder para evitar possíveis multas. As dúvidas mais comuns são relacionadas à segurança, ao limite de altura para o transporte no teto e como proceder com os suportes traseiros, já que eles podem cobrir a placa e as luzes, e render-lhe uma infração e a perda de pontos na carteira de habilitação.

De acordo com o Conselho Nacional de Trânsito (Contran), para se transportar a bike no carro, não basta ter apenas **uma placa extra**. A Resolução 349 diz que é obrigatório o uso de **segunda placa** traseira de identificação nos veículos quando houver encobrimento total ou parcial da placa traseira. A segunda placa deverá ser oficial. Poderá ser requerida no Órgão de Trânsito local e lacrada em uma posição visível, ao lado direito da traseira do veículo, podendo ser instalada no para-choque ou na carroceria. As luzes traseiras não podem ser encobertas e as bicicletas não podem ser arrastadas pelo chão.

Alguns ciclistas acreditam haver maior segurança ao realizar o transportar a *bike* no carro usando o teto, pois, em caso de colisão traseira, a *bike* não sofre danos. Segundo a norma, válida em todo o país, é permitido transportar bicicletas na parte posterior externa ou sobre o teto do veículo. Para tanto, é preciso que ela seja fixada em dispositivo apropriado, móvel ou fixo, aplicado diretamente ao veículo ou acoplado ao gancho de reboque. A norma diz que, na hipótese de a *bike* ser transportada sobre o teto, não se aplica a altura especificada no parágrafo 2º do artigo 5°, ou seja, a lei a exclui do limite de altura.

O modelo ideal

A melhor forma de transportar a *bike* no carro depende de cada usuário. O condutor ou o ciclista deve buscar soluções condizentes com o tipo de bicicleta, o uso que será dado a ela e o tipo de carro usado. Altura e biotipo físico também devem ser analisados na escolha, pois fazem a diferença para quem vai colocar a ***magrela*** sozinho no suporte de teto. A marca do suporte também é importante. Vale a pena gastar um pouco mais e adquirir um modelo de uma empresa renomada, que oferece garantia e possui selos de certificação nacional ou internacional. Isso reforça ainda mais a segurança e assegura a aquisição de um produto de qualidade. Com todos cuidados, é só aproveitar a viagem.

Nos automóveis: parte elétrica apresenta evolução incrível!

Emaranhado de fios pode passar de 3 km

Não há o que discutir sobre a evolução dos automóveis nos últimos anos. O avanço da tecnologia está produzindo veículos cada vez mais sofisticados, com comandos que podem ser acionados a um simples toque.

Mas, para que tudo funcione direito, você já parou para pensar **quantos cabos, conexões e fios** são usados em um carro moderno? O número impressiona, principalmente em modelos de luxo. É o caso do BMW serie 3: a primeira versão, lançada em meados dos anos 70, tinha cerca de **60 conexões**; o modelo atual tem mais de **mil e mais de 3 km de fios**. Afinal, são sensores, painéis e telas multimídia para todo o lado! Haja fio para tanta ligação!

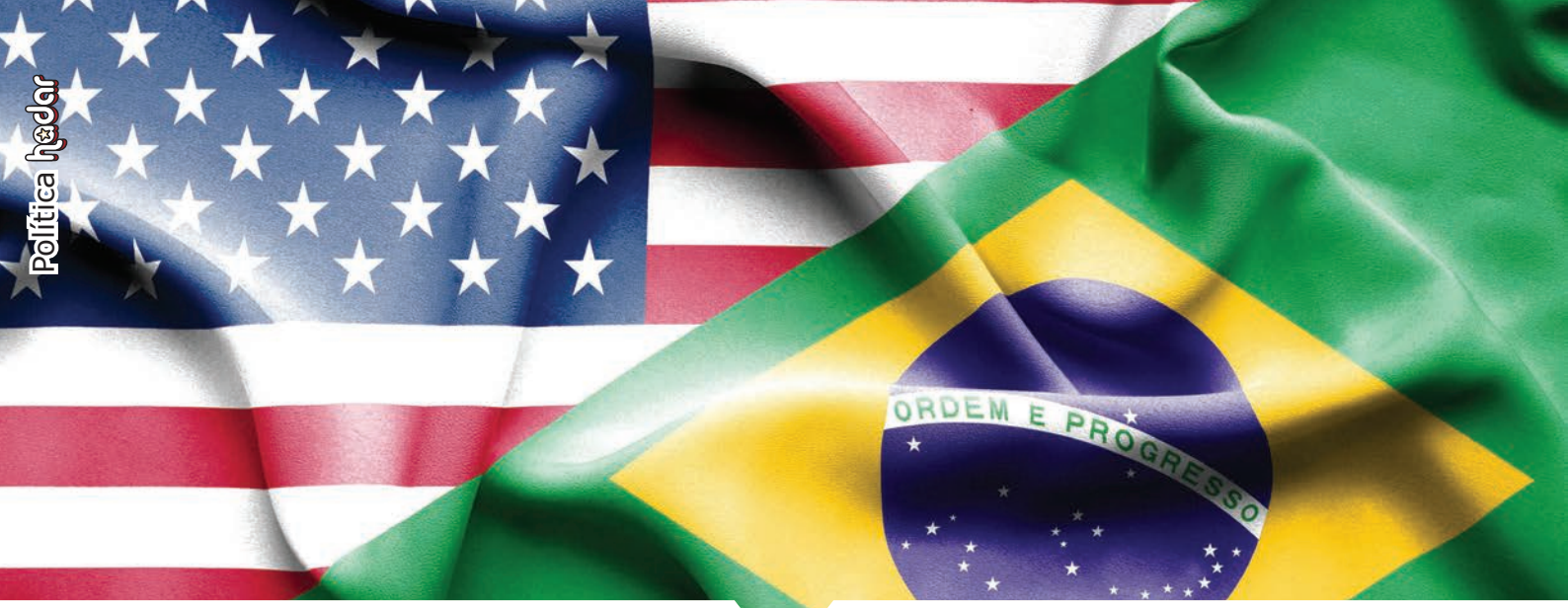
Quanto mais avançado o veículo, mais complicada fica a parte elétrica e a utilização dos chamados Chicotes, que são partes compostas por cabos, conectores e terminais, montados de maneira a conduzir energia e transmitir dados. A conexão de todos esses componentes, para transmitir a energia e os dados, é feita por módulos.

Tudo bem diferente de algumas décadas atrás, quando a parte elétrica do carro era bem mais simples. Sem a direção elétrica, hoje tão comum, os carros dos anos 40 e 50 tinham volante bem mais pesado dos que os atuais. Você já se imaginou dirigindo um carro sem este tipo de direção?

Mais de 200 kg

Alguns **modelos topo de linha** usam e abusam da tecnologia, é o caso do jaguar I-Pace, que possui um motor elétrico com cerca de 400 cavalos de força. São 260 kg só de fios, ou seja, cinco vezes mais do que um compacto. Além disso, portas e tampas do motor e porta-malas são abertas eletronicamente. Na parte da frente, onde deveria estar o motor, está um revestimento que esconde toda a fiação e um lugar para guardar um cabo para carregar a energia.

Com tanta tecnologia, os diagnósticos de defeitos nos carros são bem mais rápidos; já os consertos... pense na quantidade de fios que têm de ser mexidos!! Por isso, a tendência para os próximos anos é reduzir o número de fios e o peso do equipamento.



NOVA AMÉRICA?

Eleição de Joe Biden acende inesperada luz no final da escuridão

Todo império, um dia, acaba. Foi assim com os babilônicos, os persas, os egípcios e os romanos. E assim será que os impérios da nossa era, sejam eles nações ou conglomerado de empresas poderosas. Um dia acaba. Ou simplesmente muda para sobreviver, mas com a mudança e o nascimento do novo, o antigo perece. Simples assim.

O poderoso império romano, que chegou a influenciar ¼ do globo terrestre quando no auge, sucumbiu às hordas bárbaras (que nem eram tão bárbaras assim) que, aos poucos, foram invadindo suas fronteiras. O império britânico, hoje, é pálida lembrança do que fora, no passado.

Porém, nos últimos 246 anos, uma nação tornou-se o mais poderoso império da história. Um império sem imperador, mas com um sistema de governo conhecido como democracia. Esta nação é chamada de Estados Unidos da América.

Embora a democracia (governo do povo) pareça nem sempre ser realmente do povo, ou para o povo, este ainda é o melhor sistema de governo, (pelo menos, por enquanto).

As eleições presidenciais americanas deste ano tiveram uma participação recorde de eleitores. Um fato extraordinário, se for considerado que o voto não é obrigatório, naquele país. Também foram as eleições mais polarizadas dos últimos anos, demostrando o quão profunda é a divisão, na terra do Tio Sam. Uma polarização que se espalha pelo mundo, inclusive aqui no Brasil.

O presidente que está de saída, Donald Trump, é o representante máximo de uma ideologia de direita que nega inúmeros aspectos da ciência e do conhecimento, como por exemplo, a relação que há entre a atividade humana e o aumento da devastação ambiental em todo planeta, bem como o perigo de uma pandemia provocada por vírus que não é chinês, embora Trump costumeiramente diga que o é. O coronavírus existe na natureza, quer o presidente negue ou não. Ponto final.

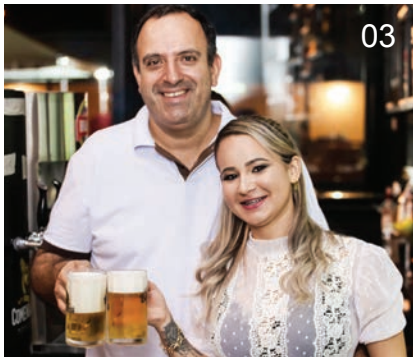
Como o homem mais poderoso do mundo, Trump acaba influenciando, de maneira questionável, líderes de todo o planeta. É saudável, em uma democracia, haver opiniões divergentes e alternância no poder, mas não é saudável negar o conhecimento científico, simplesmente porque alguém pensa diferente, ou questionar a eficácia de uma vacina. Alguém se arrisca a não vacinar seu filho contra a poliomielite? Ou o sarampo? Neste último caso, muitos arriscaram e o sarampo ressurgiu, neste país.

A grande contradição, no negacionismo de Trump e seus adeptos, é que muito da grandeza americana se deve à educação e ao conhecimento científico. Algumas das melhores instituições de ensino do planeta estão lá. Um conhecimento que é para o bem da humanidade, mas muitas vezes foi usado para o mal, como criação de bomba atômica.

Trump nega até a sua derrota e insinua fraude no sistema que o elegeu, há quatro anos. Um discurso de quem realmente não sabe perder. E assim coloca em xeque o próprio establishment, ou seja, a democracia americana, que apesar das eleições complicadíssimas, ainda é a mais sólida do planeta...

O democrata Joe Biden assume em janeiro/2021 e terá por missão reunificar a América, como frisou em seu discurso da vitória. Uma tarefa sem dúvida árdua, mas Biden é conhecido por sua capacidade de diálogo e negociação. Um governante equilibrado que poderá trazer de volta aquela imagem de um país forte e unido, cheio de possibilidades para todos, ainda que haja problemas incontáveis.

Sim, o império continuará por mais algum tempo, até passar o bastão para o próximo, que muito provavelmente deverá ser a China, não por acaso o alvo preferido de Donald Trump. Quem viver, verá! Será?



01 - Formatura 2019 do Colégio Portinari, Boituva; 02 - Festa da Padroeira – 2018; Tatuí; 03 - Boteco do Bodega - 2020, Tatuí; 04 - Casa do Papai Noel - 2019, Tatuí

Cervejas: você encontra em todas as CONVENIÊNCIAS da REDE COMENDADOR
Chopps: você encontra nas CONVENIÊNCIAS MARAPÉ e VALINHOS
Pilsen
Vienna Lager
APA
IPA
Session IPA
CERVEJARIA
COMENDADOR
SUA DE FINAL DE ANO VAI FICAR MELHOR COM AS CERVEJAS ARTESANAIS COMENDADOR
Barril | Growler 1 litro | garrafas
Reserve já o seu pelos telefones
(15) 3205-7890
(15) 99109-5936
Baixe o Tatuí Delivery, e faça a sua escolha!
Beba com moderação. Se beber, não dirija.
São proibidas a venda e a entrega de bebidas alcoólicas a menores de 18 (dezoito) anos
(Art.81, II do Estatuto da Criança e do Adolescente.)

Fotos: Bernadete Camargo Elmec, Junior Oliveira, Godoy Nogueira e Ilza Eleutero

05 - Doação de mesas e bancos ao COSC feita pelo Rotary Club de Tatuí; 06 - Boteco do Bodega - 2020, Tatuí; 07 - Revelação de Amigas Secretas -2017, Tatuí; 08 - Confraternização de Final de Ano - 2019, Tatuí; 09 - Confraternização da Associação de Engenheiros e Arquitetos de Tatuí - 2019

10 - Entrega do "Prêmio Chico Penteado – o melhor companheiro" - 2020, Rotary Club de Tatuí; 11 - Confraternização da Associação de Engenheiros e Arquitetos de Tatuí - 2019; 12 - Niver Claudia Rauscher - 2019, Tatuí; 13 - Casamento Gustavo e Cris - 2019, Boituva; 14 - Segundo encontro de Vanera com a participação da banda Mate Quente, Grupo Tradição e Gaúcho da Fronteira, Espaço Recreativo Corujão -2018, Quadra

15 - Música na Praça - 2017, Tatuí; 16 - Boteco do Bodega -2020, Tatuí; 17 - Segundo encontro de Vanera com a participação da banda Mate Quente, Grupo Tradição e Gaúcho da Fronteira, Espaço Recreativo Corujão - 2018, Quadra; 18 - Festa da Padroeira - 2019, Tatuí

Chocotone com recheio de Leite Ninho

A sobremesa deste mês está muito gostosa e bem típica, caro leitor! Para resgatar a magia do Natal, nossa leitora, amiga e jornalista Maria Eliza Rosa, da cidade de Tatuí, preparou deliciosa receita de Chocotone recheado com Leite Ninho! Uma ótima sugestão para servir na noite de Natal! Certamente, sua família, amigos e convidados vão amar! Anote aí, caro leitor! Nós, provamos e aprovamos! Uma delícia!

Ingredientes:

- 1 kg de farinha de trigo
- 90 g de fermento fresco para pão
- 1 xícara de água morna
- 200 g de manteiga
- 6 gemas
- 1 xícara (chá) de açúcar
- ½ xícara (chá) de mel
- 1 colher (chá) de sal
- Casca ralada de 1/2 limão galego
- Casca ralada de 1/2 laranja pera
- 1 pitada de baunilha
- 500 g de chocolate picado

Recheio e cobertura

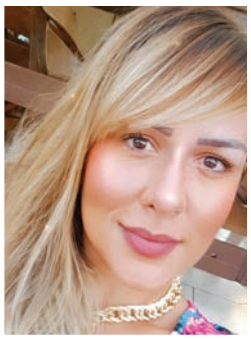
- Ninho cremoso
- 1 lata de leite condensado
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 3 colheres (sopa) de Ninho
- 1 lata de creme de leite
- Leve tudo ao fogo e mexa até ficar massa consistente. Espere esfriar e derrame sobre o chocotone.

Modo de fazer:

Misture 100 g de farinha, o fermento e um pouquinho de água. Deixe descansar por 15 minutos. Na batedeira, coloque a manteiga, as gemas, o mel e o açúcar. Bata... Misture todos os ingredientes, colocando por último o chocolate. Faça uma massa macia. Cubra com um pano e deixe descansar por 20 minutos. Então, coloque a massa em formas de papel para panetone. Cubra-a e deixe-a crescer até praticamente dobrar de volume. Faça cortes na parte de cima em forma de cruz. Leve ao forno médio, pré-aquecido, por aproximadamente 40 minutos.

Tire do forno os chocotones e espere-os esfriarem

Bom apetite!



Quer ver sua receita aqui, nas páginas da Revista Hadar? Então, mande um e-mail para: ***jornalismo@revistahadar.com.br*** ou mensagem, através do ***(15) 99789-5267*** e seja o próximo a brilhar com a gente!

FAESB
FACULDADE DE ENSINO SUPERIOR
SANTA BÁRBARA
Tatuí-SP

A FAESB DESEJA A TODOS
FELIZ NATAL
E UM PROSPERO ANO NOVO!

VESTIBULAR
INSCRIÇÕES ABERTAS 2021

- ADMINISTRAÇÃO
- CIÊNCIAS CONTÁBEIS
- DIREITO
- ENFERMAGEM
- ENGENHARIA AGRONÔMICA
- PSICOLOGIA
- MEDICINA VETERINÁRIA

FAÇA JÁ SUA INSCRIÇÃO

MAIS INFORMAÇÕES
(15) 99804-6889
(15) 3259-3838

faesbtatui
www.faesb.edu.br