



Revista

hadar

www.revistahadar.com.br

A proteção aos mananciais impacta positivamente o meio ambiente

DISTRIBUIÇÃO GRAT

ANOS • EDICAO 51 • FEVEREIRO DE 2012



Zé da bota

Uma pessoa que faz o bem, sem olhar a quem

Península Ibérica

Prepare sua viagem para o velho continente

2012

Será o final de uma era ou um novo começo?

Bernadete, eu gostaria de falar que gosto muito da sua revista, ela é maravilhosa, com muito conteúdo, bem diferente das revistas que a gente costuma comprar pra ler. Mandei uma mensagem de Natal para uma pessoa muito querida e me inspirei na Hadar para escrever. Parabéns!

Cristina Monteiro - São Paulo

Parabéns pela revista de janeiro, equipe Hadar! Ela está muito linda. Vocês são show!

Ricardo Sampaio

Bernadete, a revista Hadar, como sempre, está linda, com muito conteúdo, assuntos variados. Leio todas, aliás, coleciono, tenho desde a primeira edição. Parabéns!

Eloisa Oriolo

Equipe Hadar! Adorei todas as matérias, a capa, qualidade de vida, enfm, tudo está muito rico, mas a de "intimidade Teen", achei muito interessante. É muito legal abordar assuntos assim. Mais uma vez vocês mandaram bem. Parabéns!

Elenice Coelho - Capela do Alto

Adorei a capa da revista da edição de janeiro, achei muito linda! Todo mundo está falando. Parabéns!

Marco A. Vieira de Moraes

Nossa! Fiquei famosa, todo mundo falou que me viu na revista. Adorei a edição. Parabéns!

Lídia

DATAS COMEMORATIVAS

2012 Fevereiro

- 01 - Dia do Publicitário
- 02 - Dia do Agente Fiscal/ Dia de Iemanjá
- 05 - Dia do Datiloscopista
- 07 - Dia do Gráfico
- 09 - Dia do Zelador
- 10 - Dia do Atleta Profissional
- 11 - Dia Mundial do Enfermo
- 14 - Dia da Amizade
- 16 - Dia do Repórter
- 19 - Dia do Esportista
- 21 - Dia da Conquista do Monte Castelo (1945)/ Data Festiva do Exército
- 23 - Dia do Rotariano
- 24 - Promulgação da 1ª Constituição Republicana (1891)
- 25 - Dia da criação do Ministério das Comunicações
- 27 - Dia do Agente Fiscal da Receita Federal/ Dia Nacional do Livro Didático

...Mas não se esqueça: todo dia é dia de ser Feliz!

Carta ao leitor

Moro num País tropical... Abençoado por Deus e bonito por natureza... Mas que beleza... Em Fevereiro, tem Carnaval...

É com esse espírito que a revista Hadar traz até você mais esta edição, caro leitor! Fevereiro, um dos meses mais queridos pelos brasileiros. E olhe que não é só por eles não, é pelo mundo todo, mês em que recebemos muitos turistas, todos vêm ao Brasil para comemorar o grande espetáculo da Terra, o carnaval! Momentos que precisamos deixar os nossos problemas de lado, dançar, sorrir, extravasar...

Gostando ou não de samba, todos esperam ansiosos por esse momento... Mas precisamos ser bem conscientes, pois sem esperar, essa euforia poderá transformar-se em tragédia, devemos levar com seriedade o que realmente importa: a vida! Por isso, cuide-se, aproveite o que a vida tem de melhor, divirta-se muito, mas com segurança e responsabilidade.

Para você que vai aproveitar para cair na folia ou descansar, a Hadar está cheia de informação, entretenimento, curiosidade... Especialmente porque você merece todo o nosso respeito e compromisso, com tons de carinho e satisfação de quem faz uma revista totalmente pensada no leitor.

Malhar, respirar ar puro, ficar em forma e investir em qualidade de vida, a Hadar preparou uma reportagem especial sobre malhação ao ar livre e a importância de praticar esporte, de preferência acompanhado por um profissional qualificado.

Além disso, há também dicas para as meninas que têm dúvida em relação ao tipo de roupa que "fica" melhor em seu corpo, dicas para a escola, para blogs e até dicas sobre como cuidar de uma calopsita.

Não podemos nos esquecer também da nossa matéria de Capa, trata-se de um assunto muito importante para todos nós, estamos falando sobre os rios e mananciais da região, afinal, como estão os rios da região?

A seção "Mais Info" vai falar sobre um assunto muito importante, "o crescimento do mercado imobiliário". Não deixe de conferir!

E para saber mais sobre "um bem sem olhar a quem", é isso mesmo que você leu, conversamos com o Zé da Bota, um homem com muito bom humor, alto astral que conversou com a nossa equipe. Confira na seção "Perfil!"

É isso aí, caro leitor, esta edição está espetacular e imperdível, preparamos com todo amor, carinho e suor para você!

		MODA	
		A arte da sedução	12
QUALIDADE DE VIDA			
As vantagens de malhar ao ar livre			
			30
		CULTURA	
		A religiosidade africana influenciando a cultura de um povo	50
AUTOS&CIA			
Sem placas de aviso, motorista tem de estar atento ao radar			
			67
		UNIVERSO TEEN	
		Saiba como lidar com a gravidez precoce	62

EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte
Bernadete Elmec

Jornalista/Redação
Vanessa Cancian
Marcos A. Vieira de Moraes - MTB 026705
jornalismo@revistahadar.com.br

Atendimento
Gabriela Simonsen
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Marry Calvino

Criação/ Diagramação
Elmec Comunicações
Cláudio S. dos Santos
André B. Montel
arte@revistahadar.com.br
diagramação@revistahadar.com.br

Site
Danilo Cassemiro de Campos
www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade
Claudio Elmec
Rua 7 de Maio, 150 sala 03- Tatuí
(15) 3259-7014 / 9144-8747/ 3259-4543
(15) 7812-6172 ID 119*76172
comercial@revistahadar.com.br
elmeccomunicacoes@yahoo.com.br
elmeccomunicacao@terra.com.br

Empresa Responsável
Editora Camargo & Cia Ltda.
Rua 7 de Maio, 150 - sala 03 - Tatuí
CNPJ: 09.343.183/0001-12
(15) 3259-4543 / (15) 7812-8350 ID 119*63894
revistahadar@gmail.com

Colaboradores
Veridiana Petinelli, Davidson Pinheiro, Luis Carlos Magaldi Filho, Maria do Carmo M. Ramos, Patrícia Mariah, Mariana Medeiros Cardenas, Josué Mota, Isabel Miranda, Ivan Maia, Carolina Lopes e equipe Soberano

Agradecimentos
Josieli Cristina Soncim Camargo, Tatiane de M. Camargo Covre, Célia A. Camargo, Samuel e Elen

Distribuição
Boituva, Capela do Alto, Cerquilha, Cesário Lange, Iperó, Itapetininga, Laranjal Paulista, Pereiras, Quadra, Tatuí, Tietê e Porto Feliz.

Tiragem
8.000 exemplares

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

Entre os dias 23 a 27 de janeiro, foi realizada a 13ª Caminhada com Saúde na cidade de Cerquillo. O evento é realizado pela Coocerqui em parceria com a Prefeitura de Cerquillo e a Secretaria Municipal de Esportes, Turismo, Lazer e Juventude.

O Fundo Social de Solidariedade (FSS) de Porto Feliz realizou no dia 27 de janeiro, a "Noite Tropical". O evento beneficente foi realizado na quadra da Escola Municipal de Ensino Fundamental "Professor Domingos de Marco" e contou com o lançamento do calendário "Mulheres em Destaque".

A Prefeitura de Tatuí, através da Secretaria de Cultura, Turismo, Esporte, Lazer e Juventude, realizou o Projeto "Agita Verão" na Praça do Carroção (Avenida Zilah de Aquino, em frente à creche Municipal "Joaquim da Silva Campos"). As primeiras atividades realizadas foram nos dias 27 de janeiro e 03 de fevereiro. No dia 27 de janeiro, as atividades programadas e as atrações foram: Academia Estação A, Grupo de Dança Raízes, Grupo de Pagode Um Tom a Mais, Campeonato de Futsal de Rua e Aulas de Capoeira. No dia 03 de fevereiro foram: Aulas de Condicionamento Físico com os professores Mesquita e Mina, Aulas de Dança de Salão com a professora Eunice Marques, Academia Ritz, Visel MC + DJ Celso, Campeonato de Futsal de Rua e Aula de Capoeira.

Em Tatuí, na Praça da Matriz, no dia 28 de janeiro, apresentação do Projeto "Criança na Banda", composto por 74 crianças, oriundas da rede pública de ensino, sob a coordenação do maestro Marcelo Afonso. O evento foi organizado pela Prefeitura de Tatuí, através da Secretaria de Cultura, Esporte, Lazer e Juventude.

No dia 28 de janeiro, foi inaugurada a casa noturna "TAPE" de Tatuí. O local da casa noturna é na Rua Vice Prefeito Nelson Friúza, 1300.

A programação do Carnaval 2012 em Tatuí teve seu início no domingo, dia 29 de janeiro, com a primeira edição do "Esquentando Carnaval 2012", na Praça da Matriz. A atração principal foi a Bateria da Escola de Samba 28 de Setembro, de Sorocaba. Além disso, o público pôde conhecer a Corte Carnavalesca: Rei Momo, Rainha do Carnaval e Princesas. Mais de 500 pessoas estiveram presentes.

Ainda em Tatuí, no dia 5 de fevereiro, na Praça da Matriz, aconteceu o "Esquentando Carnaval 2012" que trouxe os sambistas e bateristas da Escola de Samba Corações Unidos de São João Novo, da cidade de São Roque.

Outro destaque da programação carnavalesca em Tatuí está sendo a exposição de Carnaval "Tatuí, Carnaval de Todos os Tempos". A abertura aconteceu no dia 2 de fevereiro, no Centro Cultural, que fica na Praça Martinho Guedes nº 12. Com entrada gratuita, e permanecerá até o dia 21 de fevereiro, de segunda a sexta, das 10 às 21h e aos sábados, domingos e feriados, das 10 às 14h.

Em Tatuí, no dia 31 de janeiro, inaugurou a loja Ruivo Telecom-Claro Empresas, mais uma empresa do grupo Ruivo.

Atenção: O horário de verão 2011/2012, que começou no dia 16 de outubro de 2011, vai acabar à 0h do terceiro domingo do mês de fevereiro de 2012, o dia 19 de fevereiro. Isso significa que da noite de sábado, 18 de fevereiro, para domingo, 19 de fevereiro, os relógios onde o horário de verão vigora deverão ser atrasados em uma hora.

Em Tatuí, no dia 10 de fevereiro, na Praça do Carroção (Avenida Zilah de Aquino, em frente à creche Municipal "Joaquim da Silva Campos") acontece o projeto "Agita Verão", as atrações e as atividades programadas são: Academia Performance, Academia Ritz (Hip Hop), Grupo de Pagode Sambazue, Campeonato de Futsal de Rua e Aulas de Capoeira. As atividades serão realizadas das 19 às 21h. Mais informações pelo telefone: (15) 3259-8400.

A Escola de Eletricistas, uma parceria da Prefeitura de Tatuí, Elektro e Fatec, abriu inscrições para o processo seletivo do curso de capacitação na área. Para se inscrever, o candidato precisa ter entre 18 e 35 anos, ensino médio completo e carteira de habilitação. A inscrição é de graça e pode ser feita até o dia 17 de fevereiro no prédio da Fatec, em Tatuí, que fica na Rodovia Mário Batista Mori, nº 971, no Jardim Aeroporto. Ao todo são 40 vagas. Informações: (15) 3205.7780.

Em Cerquillo, até o dia 3 de março, estarão abertas as inscrições para o 11º Salão de Humor. Elas podem ser feitas por artistas profissionais e amadores. Não é permitido inscrever trabalhos que tenham sido premiados até o último dia de inscrição (3 de março). Serão aceitas obras nas categorias: charge, cartum, caricatura e tiras. Cada artista pode inscrever, no máximo, duas obras por categoria. Informações: (15) 3384-5027.

O 11º Salão de Humor de Cerquillo terá este ano a mostra paralela "O Fantástico Mundo dos Super Heróis em Quadrinhos". A exposição do desenhista Durval Lino Moraes explora em suas obras o fantástico mundo dos heróis dos quadrinhos. A exposição acontecerá de 15 a 20 de março no saguão das Secretarias Municipais de Trânsito e Educação e Cultura. A visitação será gratuita e estará aberta ao público das 8h às 12h e das 13h às 17h, exceto no final de semana. Informações: (15) 3384-5027 ou pelo e-mail: cultura@cerquillo.sp.gov.br.

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 19 horas. Informações: (15) 3251-8520.

Em Tatuí, todas as quintas-feiras, das 13h às 17h, acontece o bazar do asilo no "Lar São Vicente de Paulo" em prol da instituição. As doações podem ser encaminhadas para a recepção do Lar. Informações: (15) 3251-4286.

No dia 11 de fevereiro, será realizada mais uma edição do Vermelho e Preto, o tema deste ano é "cinema". O evento será na A. A. XI de Agosto e tem início às 22 horas. Informações: (15) 3251-3840.

Em Cerquillo acontece o tradicional carnaval de rua. A farra começa no dia 17, a partir das 23h no Convívio, com a presença dos trios elétricos. Os dias 18 e 19 já estão mais agitados, das 16h às 19h acontece a matinê no Convívio, às 21h tem o desfile concurso dos carrões na Avenida do Samba (Avenida Presidente Washington Luiz) e para finalizar o dia, acontece o carnaval no Convívio a partir das 23h. No dia 20 de fevereiro a festa começa às 16h e vai até as 19h na matinê no Convívio, às 21h tem o desfile da Escola de Samba, União Nova Cerquillo e apuração dos carrões e desfile de bloco na avenida do Samba, às 23h começa o carnaval no Convívio. Na terça-feira dia 21, último dia de carnaval, acontece apenas o carnaval no Convívio que começa às 16h e acaba às 3h. Informações: (15) 3384-9111.

Em Tatuí, no dia 18 de fevereiro, a partir das 12h, acontece a tradicional Feijoada do Realmatismo, no Parque Residencial Colina das Estrelas.

Tatuí estima que terá um público de 15 mil pessoas para curtir o "Carnaval 2012". Toda a programação estará concentrada na Praça da Matriz e Rua Onze de Agosto. Um dos destaques será o "Festival Regional de Escolas de Samba", que pretende reunir as principais escolas regionais na "Passarela do Samba". Nanda Bel também animará o fim de noite dos foliões tatuianos todos os dias. Confira abaixo!

No dia 12, a atração será a bateria da Escola de Samba "Mocidade Independente", de Itu.

Vai Quem Quer: Nos anos 70, Jorge Rizek e Vera Holtz, entre outros foliões, criaram em Tatuí um jeito popular e animado de pular carnaval: o "Vai Quem Quer". Não precisa de muita coisa não. É só animação e samba no pé para acompanhar os músicos que tocam pelas ruas, as tradicionais marchinhas. O desfile de rua deste bloco popular, que deverá reunir mais de 5 mil pessoas, irá acontecer no dia 17 de fevereiro, a partir das 21h, na Rua Onze de Agosto. Premiações irão acontecer para as melhores fantasias.

Carnaval da Criançada: De 18 a 21 de fevereiro, uma das atrações da programação do carnaval tatuiano, é o "Carnaval da Criançada", que irá acontecer das 16 às 18h, na Praça da Matriz. Nestas matinês irão acontecer premiações para as melhores fantasias infantis.

Passarela do Samba: O primeiro desfile de rua em 2012 do carnaval tatuiano será no dia 18 de fevereiro, sábado, a partir das 21h, na Rua Onze de Agosto, a "Passarela do Samba". Entre as atrações, estarão "Corte Carnavalesca", Cordão dos Bichos, Cordão dos Bichos Mirim e Escolas de Samba da Região, além dos blocos da chamada "Farra Carnavalesca": Bloco da Latinha, Tudo Junto e Misturado, Clube de Campo e Bonde da Banda, da Associação Atlética XI de Agosto.

No dia 19 de fevereiro, domingo, o desfile de rua na "Passarela do Samba" também terá seu início às 21h. Desfilam: "Corte Carnavalesca", Cordão dos Bichos, Escolas de Samba da Região e os blocos da cidade: Projeto Envelhecer com Qualidade de Vida, Associação Renascer Tatuense, Raízes Quilombolas, Bloco da Juventude e Bloco do Waguinho.

Na segunda-feira, dia 20 de fevereiro, o carnaval de rua, a partir das 21h, terá como atrações: "Corte Carnavalesca", Cordão dos Bichos, Cordão dos Bichos Mirim e Escolas de Samba da Região, além dos blocos da chamada "Farra Carnavalesca": Bloco da Latinha, Tudo Junto e Misturado e Clube de Campo.

Na terça-feira, dia 21 de fevereiro, o carnaval de rua, a partir das 21h, terá como atrações: "Corte Carnavalesca", Cordão dos Bichos, Escolas de Samba e da Região e os blocos da cidade: Projeto Envelhecer com Qualidade de Vida, Associação Renascer Tatuense, Raízes Quilombolas, Bloco da Juventude e Bloco do Waguinho.

vai ter vai ter vai ter



**Um compromisso com sua saúde !
Há gerações
cuidando dos seus dentes**

**Cirurgião Dentista
& Técnico em
Prótese Dentária**

- TRATAMENTOS**
- Implantodontia
 - Carga Imediata
 - Prótese
 - Clínica Geral



Dr. Akira Koza
CROSP 92.361

www.clinicakoza.com.br

Tatuí - 15 3259.6343
Rua Brigadeiro Jordão, 140
Centro - Tatuí - SP

São Paulo - 11 2532.5177
Rua Tirso Martins, 100
2º andar Cj.202
Próximo ao metrô Santa Cruz

Novo sistema de armazenamento utiliza a Internet

Possibilidade de guardar dados na rede atrai empresas e consumidores

O disco rígido do seu computador e as pastas onde você guarda seus arquivos podem estar com os dias contados. Em um futuro não muito distante, você poderá armazenar tudo na própria Internet e acessar de onde quiser desde que tenha uma conexão com rede. É o chamado "armazenamento em nuvem".

Embora ainda seja uma novidade, alguns serviços já vinham utilizando este tipo de armazenamento, como o Picasa, usado para guardar e compartilhar fotos. A Apple saiu na frente mais uma vez e seu sistema operacional IOS já disponibiliza o armazenamento nas nuvens.

Segundo o site techtudo (www.techtudo.com.br) "a ideia de nuvem é mudar o foco do usuário para sistemas digitais de armazenamento e gerenciamento de dados. Se hoje você precisa de um disco rígido com inúmeras

pastas e partições para dar conta de seus arquivos, em um futuro, usando um serviço na nuvem, será capaz de guardar tudo na própria internet".

Diante deste novo conceito, os analistas do techtudo entendem que os "serviços na nuvem podem ser compreendidos como toda e qualquer plataforma que permita armazenamento e gerenciamento de dados na rede. É o caso, por exemplo, do seu email. É um tipo de caixa postal na nuvem. Ou a plataforma do Google Docs. O Dropbox, onde você pode guardar diversos arquivos e compartilhá-los, o Picasa para fotografias e assim por diante".

Os técnicos afirmam ainda que este tipo de armazenamento é uma estratégia das empresas para estreitar os laços com o consumidor, vender outros produtos e conquistar novos mercados.

Segunda maior fabricante de computadores pessoais do mundo, a Lenovo entende que o sistema *Lenovo Cloud* reforça a estratégia da empresa de espalhar seus produtos em outros nichos de mercado, motivando as pessoas a comprem *smartphones* e *tablets*, pois o armazenamento nas nuvens permite que os arquivos sejam acessados por todos esses equipamentos. A Acer, outra grande fabricante de computadores, segue o mesmo caminho.

Com essa estratégia, as empresas permitem que seus clientes sejam "capazes de acessar o mesmo conteúdo nos mais diversos produtos. Vale para *notebooks*, *PCs*, *tablets*, *smartphones* e até mesmo *TVs*, no caso da Lenovo", afirma o techtudo.

Mais sobre a nuvem

"Também já existe um console de videogame que funciona na nuvem. O OnLive permite que você jogue o game que quiser, onde quiser, sem precisar comprar um Xbox, um PS3 ou um PC poderoso. Você compra o aparelho, paga um valor para jogar e pode desfrutar de qualquer lançamento das três plataformas. A grande questão é que serviços pesados de computação na nuvem, como o OnLive ou a plataforma da Lenovo, que oferece 200 GB e possibilitaria que você sincronizasse um filme em Full HD para ver na TV em casa, demandam de algo que, ainda, é um luxo distante do brasileiro: rápidas conexões de Internet. E isso vale para os serviços fixo e móvel. Em ambos os casos, o Brasil está muito atrás de outros países e isso pode comprometer qualquer iniciativa mais séria do mercado em termos de computação em nuvem no País. Mais vale limitar os serviços do que oferecê-los irrestritamente em uma Internet lenta e que causará irritação nos consumidores", afirmam os técnicos do site Techtudo.



Sem tempo e com problemas Elétricos?

**Adinaldo Camargo
Eletricista**

[Atendimento Residencial]

**S.O.S.
ELETRICISTA**

**SOMENTE
nos finais de semana**

15. 9620-7952

15. 9647-6958



Península Ibérica

O turismo encantador no velho continente



Sair para viajar pode ser mais do que relaxar e desfrutar das férias e daqueles prazerosos e esperados momentos. Uma viagem, principalmente para outros países, representa um mergulho em uma cultura diferente, aprendendo e conhecendo povos e costumes a cada momento. Se você está buscando algo diferente para sua próxima viagem, a dica desse mês da Revista Hadar é para um destino muito conhecido por nós, brasileiros, mas que muitas vezes é deixado de lado, principalmente pelo fato de as pessoas não conhecerem as maravilhas e belezas existentes por lá.

Estamos falando de uma viagem pela península ibérica, ou seja: Portugal e Espanha.

Os dois países possuem cidades “sur-

preendentes” como define Ana e Ubirajara Seltrin que há pouco tempo, viajaram pela *Antuérpia Turismo* para conhecer os países. De acordo com ele, passear, principalmente, pelas ruas de Portugal representou algo como voltar no tempo e na história. “Conhecer outra versão de nossa história e principalmente verificar “in loco” o que a colonização levou de nosso país” completa Ubirajara.

As cidades de Lisboa, Porto, Coimbra e Fátima são opções de destinos imperdíveis pelas construções históricas, a arquitetura provinciana. Mas, um outro lugar de paisagens paradisíacas e que deve estar presente no seu roteiro de viagem é a Ilha da Madeira.

Banhada pelo oceano atlântico, a ilha pos-

sui falésias e praias rochosas mescladas a montanhas verdes a sua volta que deixam a paisagem ainda mais incrível. Além de uma gastronomia única, o ano todo se pode visitar esse lugar encantador, pois possui verões suaves e invernos amenos.

A Espanha também reserva lugares espetaculares para o turista. Arte, música e cultura são as palavras que definem as ruas de Madri, Barcelona, Valência. Além disso, a famosa Santiago de Compostela onde acontece a histórica peregrinação religiosa que milhares de fiéis do mundo todo participam. Mas foi a cidade de Salamanca, conhecida por suas igrejas e catedrais monumentais, que mais encantou o casal com quem conversamos, segundo eles realmente é um passeio fantástico.

Antuérpia
turismo

4 de Maio de 2012

Lisboa, jardim florido, Fátima, altar do mundo, a Universidade de Coimbra, Porto, cidade de ricas tradições, Santiago de Compostela, a tradicional Salamanca, Madrid, a bela e exuberante capital espanhola, a imponente Barcelona e a encantadora Ilha da Madeira.

Ilha da Madeira



www.antuerpia.com.br

I - Tatui-SP (15) 3205-7777

Rua Capitão Lisboa, 684

II - Tietê-SP (15) 3282-2928

Rua Tenente Gelás, 361

Um bem sem olhar a quem

Zé da Bota e os sorrisos contagiantes.



Nesta edição, a revista Hadar vai falar de um personagem que quer apenas fazer o bem, ser amigo, companheiro, e proporcionar a felicidade para todos que estão ao seu redor. Encontramos o "Zé da Bota", realmente um personagem que nos chamou muita atenção e nos deixou de queixo caído pela sua força de vontade.

Zé da Bota, mais conhecido como Elidson (seu verdadeiro nome), é um personagem com estilo de caipira, fala alto, não é nada tímido, amigo de todos, preocupa-se em transmitir alegria para as outras pessoas, gosta de se relacionar com os outros, de alguma forma sempre ajuda os que precisam e, além de tudo, é muito engraçado.

Conversando com Elidson, ele nos contou como surgiu a ideia de criar o "Zé da Bota". Nascido em Santa Helena, uma pequena cidade do Paraná, e de família humilde, ele nos contou que essa vontade de querer fazer o bem para o próximo já vem de seus pais. Elidson já morou em muitos lugares, pois seus pais gostavam de trabalhar com pessoas que precisavam, e esse fato foi o incentivando cada vez mais para começar a fazer algo diferente.

Elidson é um homem calmo, quieto, é ao contrário do Zé da Bota, extremamente tímido. E não dá pra negar, ele realmente vira outra pessoa quando coloca sua "fantasia". Mas, mesmo tímido, Elidson sempre gostou de se fantasiar e fazer graça nas reuniões em família, nos retiros em que já participou e muitos outros lugares. Até que ele começou a pensar diferente! Começou a prestar mais atenção nas pessoas que existem ao seu redor. Junto com o grupo de oração que frequenta, Elidson foi até o Asilo (Lar São Vicente de Paulo em Tatuí) e percebeu que lá existem muitas pessoas, as quais ele poderia ajudar, proporcionando um pouco de alegria. Elas precisam de carinho, de alguém para poder contar suas histórias, uma pessoa para estar ali sempre visitando, e ao perceber isso, ele quis mudar as coisas.

Foi aí então que surgiu o Zé da Bota! O nome surgiu porque sua mãe sempre falava, em sua casa, de uma pessoa com esse nome. Elidson sempre fantasiava coisas, imaginava como seria o tal Zé da Bota. Então, quando teve que criar um personagem, ele decidiu colocar todas as suas imaginações em um só lugar, e usar o nome que fez com que a imaginação brotasse, por isso ficou como Zé da Bota.

Como todas as pessoas, Elidson de Oliveira Batista Gomes tem uma vida fora do personagem, tem 36 anos, casado há 12 anos e tem um filho. Então, no momento, o único lugar em que ele atua, é no asilo, todas as quartas-feiras. Já foi convidado para outros trabalhos, mas tudo tem de se ajeitar para que nada fuja da rotina e dê errado.

A ideia que Elidson quer passar para todo mundo, é que não precisa necessariamente se fantasiar, passar maquiagem ou alguma coisa assim para fazer bem para os outros. É preciso um pouco de paciência e força de vontade. Para fazer alguém feliz, não é necessária uma fantasia, e sim um tempo para escutar o que os outros têm vontade de dizer, dar um abraço e até mesmo contar uma piada para ver o sorriso no rosto do outro.



BÍSCARO

ODONTOLOGIA ESPECIALIZADA

PROF. DR. SANDRO LUÍS BÍSCARO

Mestre em Ortodontia

Doutor em Radiologia

Faça como a Débora,
use Aparelho Lingual
e sorria sem medo.

"Não pensei que conseguiria usar aparelho novamente, mas a Ortodontia Lingual superou minhas expectativas. Nem meus amigos mais próximos sabem que estou de aparelho. Posso comer em restaurantes tranquilamente sem ter medo de ficar com coisas penduradas no aparelho. Com relação à adaptação, achei muito mais fácil de me acostumar. Muitas vezes eu até me esqueço que estou de aparelho. Estou muito satisfeita com os resultados, parece que os dentes movimentam mais rápido e o interessante é que as pessoas percebem as mudanças, mas não sabem que estou de aparelho. Fenomenal. Muito Obrigada, Dr. Sandro."

Ortodontia **Invisível**

Não tenha vergonha de sorrir!

Agende sua consulta pelos telefones:

(15) 3263 - 2192

(15) 7835 - 3275

ID 89*12624

Sorocaba: Rua Padre Manoel de Nóbrega, 231 - Vergueiro

Boituva: Rua Angelo Gianotti, 32 - Centro

Cerquillo: Av: Corradi II, 1.178 - Portal dos Pilares

***Desejamos a todos
um Feliz Natal e
um Ano-Novo
com muitos motivos
para sorrir!***

CULTURA e MODA

ao alcance da população

Instituto de Cerquilho é exemplo para a região.



Uma associação civil não-governamental e sem fins econômicos da cidade de Cerquilho vem realizando um trabalho diferente e mudando a vida de adolescentes da nossa região. O ICAP – Instituto da Criança e do Adolescente Profissionalizante atua complementando a formação da educação oferecida pelas escolas tradicionais com conhecimentos em diferentes áreas.

Entre elas estão: moda, culinária, comunicação e expressão, inglês, eletricidade, manicure, desenho e pintura, entre outros. A iniciativa visa dar início a formação cultural e profissional dos jovens preparando-os para o mercado de trabalho e proporcionando o conhecimento mais aprofundado para um futuro próximo.

A revista Hadar conversou com Fernanda Basseto, estilista e voluntária no projeto, responsável pela formação dos jovens que participam do curso de oficina de moda oferecida pelo instituto.

Ela foi responsável pela organização de um desfile de moda produzido pelos alunos que teve como inspiração releituras de consagrados estilistas das décadas de 40 a 90. Fernanda também fala sobre a importância de um instituto que realize um trabalho como o do ICAP.

Revista Hadar>> Na visão de profissional, qual a importância de um instituto como o ICAP para os jovens de hoje?

Fernanda>> A importância é que o ICAP funciona como um “direcionador” de profissionais, oferecemos diversas oficinas, sendo assim o aluno pode se inscrever em na qual mais se identifica, aí cabe ao monitor despertar, desenvolver e aprimorar cada a com sua verdadeira vocação.

Revista Hadar>> Colocar a moda ao alcance de crianças “carentes” faz com que o assunto se torne mais palpável e real para esses jovens?

Fernanda>> Sim, com toda certeza, pois a moda está aí em tudo o que vemos e fazemos, e essas ações influenciam diretamente a mesma, por isso não há como negar algo tão real e presente em nosso cotidiano.

Revista Hadar>> Como foi organizar o desfile e qual foi o desempenho e trabalho dos alunos?

Fernanda>> Organizar foi uma tarefa fácil, pois tudo dependeria somente dos alunos. A minha parte como monitora foi direcioná-los com relação aos temas. O desfile foi o desfecho de 4 meses de oficina, no qual os alunos aprenderam a desenhar, criar, fazer a relação entre moda e mundo e transpor para o papel e posteriormente para as vestimentas do tema proposto, que no caso foram décadas, cada um fez uma extensa pesquisa sobre uma determinada década citando fatos importantes da mesma.

Revista Hadar>> O projeto dessas aulas continua nesse ano? Qual é a procura?

Fernanda>> Continua. O projeto conta com 6 módulos desenvolvidos em forma de apostilas por mim mesma com base nos meus estudos dentre eles graduação e cursos de aperfeiçoamento. As inscrições já estão abertas, os alunos do ano passado continuam o curso partindo para o módulo II, e uma nova turma com o módulo I se inicia em paralelo. A procura é muito intensa, porém poucos continuam, temos que levar em consideração que estamos lidando com adolescentes e estão se descobrindo, então muitos desistem no meio da oficina e muitos são aceitos (mediante uma prova) onde é avaliado pelo monitor se está apto a acompanhar a turma já em andamento.

Revista Hadar>> O que vocês esperam para o futuro e qual a maior gratificação desse trabalho?

Fernanda>> Espero que realmente eu os tenha ajudado a encontrar seu rumo profissional, que eles ao ingressarem no mercado de trabalho tenham certeza que serão bons profissionais, amando cada trabalho realizado e sendo o mais fiel e responsável possível, pois além de passar conhecimentos de moda, compartilho com eles minha vida profissional e o quanto ela me faz feliz, pois fiz a escolha certa. Sobre a gratificação, essa só vivendo a experiência do voluntariado para se saber, mas uma coisa posso garantir: a felicidade e as recompensas são infinitas!





caderno de
MODA

A lingerie e a a

Mais do que peça de roupa íntima, a lingerie

Se o seu relacionamento não é mais o mesmo e você sente falta da magia e sedução do começo, uma boa dica é caprichar na lingerie. Importante ferramenta na arte da sedução, a roupa íntima feminina ajuda a criar aquele clima romântico e sensual, elevando a temperatura da relação e resgatando o frescor do início do affair.

Afinal, que homem já deixou de notar uma cinta liga ou um sutiã meia taça? A relação entre o erotismo e a roupa íntima é tão forte, que até Sigmund Freud a estudou, chegando à conclusão de que isto é um fetiche, ou feitiço. Nada mais justo! Afinal, os homens costumam ser enfeitiçados por mulheres de lingerie.

Mas é possível que uma mulher em roupa íntima seja mais atraente e sedutora do que uma mulher nua? A resposta é sim, principalmente entre os homens mais velhos, e a razão é simples: ao evitar mostrar-se por inteiro, usando uma roupa sensual, a mulher

conserva um certo mistério sobre seu corpo, alimentando a imaginação e a fantasia dos marmanjos. Vejam o exemplo da minissaia, uma peça que faz muito sucesso, sobretudo no verão. Há um ditado que a compara a uma cerca de arame farpado: protege a propriedade, mas não tapa a visão.

E o que seria do striptease se não houvesse a lingerie? A mulher tiraria o casaco e o show acabaria! Dançar para o marido, então...nem pensar!

Sem a lingerie, Anne Bancroft jamais seduziria Dustin Hoffman no filme *A Primeira Noite de um Homem*. Aliás, a cena de sedução é antológica, com a atriz tirando a meia de maneira sensual (e depois o resto, é claro). E voltando ao striptease, a cena mais famosa do cinema é a do filme *Gilda*, com Rita Hayworth. Tirando apenas uma luva, ela deixa todo mundo de boca aberta. Como se vê, até uma luva pode ser fatal, basta saber usar (ou tirar).

Mas, se é verdade que nunca houve uma mu-

lher como *Gilda*, também é verdade que toda mulher tem sua beleza e sua sensualidade pessoal. Se você quer apimentar o seu casamento/relacionamento não tenha medo de tentar.

Atualmente, existem lojas especializadas em comercializar lingeries e outros produtos para avivar as chamas de qualquer relacionamento. Também existem cursos que ensinam a dançar de maneira sensual para o marido/companheiro.

Algumas musas do cinema são sedutoras sem fazer força. Basta ver Marilyn Monroe e Elizabeth Taylor atuando em qualquer filme. Aliás, uma boa dica é você ver uns filmes, entre eles os dois citados acima. Depois, é só criar o clima ideal, com meia luz, um bom vinho, uma música romântica e fazer aquela surpresa para o companheiro. Não se esqueça da lingerie adequada e boa sorte. Aliás, se você fizer tudo isso, quem vai precisar de sorte é o seu marido, para não morrer do coração diante da surpresa.

História

Nem sempre a roupa íntima ofereceu conforto ou deixou a mulher mais sensual e sedutora. Em muitos casos, a roupa era feita para esconder o corpo da mulher, mas também houve épocas em que a vestimenta destacava parte do corpo, como o busto. A história da lingerie começa por volta do segundo milênio antes de Cristo. Em Creta, as mulheres usavam um corpete simples que sustentava a base do busto, projetando os seios nus. Essa "moda" era inspirada na Deusa com Serpentes, era o ideal feminino da época na Idade Média, surgindo, então, os ancestrais do corselete. Um deles era a cota, uma túnica com cordões. O outro era conhecido como *bliaud*, uma espécie de corpete amarrado atrás ou nas laterais, que apertava o busto como uma couraça e era costurado a uma saia plissada. O *sorquerie* era uma cota muito justa também conhecida como guarda-corpo ou corpete. E havia ainda o *surcot*, um colete enfiado por cima do vestido e amarrado.

Entre os séculos XV e XVI, no fim da Idade Média e no começo do Renascimento, a roupa íntima feminina se transformou. Além do advento de um cinto largo na cintura, que sustentava os seios e dava a aparência de um volume maior aos mesmos, surgiu um corpete pespontado que apertava o ventre, afinava a cintura e deixava os seios com aspecto de co-

FRUTO PROIBIDO
Moda Feminina e Masculina

Visite nosso Sex Shop

Rua São José, 39
Centro - Cerquillo/SP
Tel. (15) 3384-5566
(15) 3384-3498

Hot Flowers
Produtos Sensuais

www.lojafrutoproibido.com.br

Arte da sedução

ajuda a esquentar o relacionamento entre o casal

nes. Esta peça era construída com uma haste, que muitas vezes era feita de madeira de buxo ou marfim. Havia, ainda, uma haste de metal central que, em alguns modelos, chegava a pesar até um quilo. Essas hastes eram trabalhadas com gravuras e inscrições, pois, de acordo com os costumes da época, podiam ser retiradas e exibidas em sociedade depois de um luxuoso jantar. No entanto, estes corpetes começaram a causar polêmica entre médicos esclarecidos, pois comprimiam órgãos internos, causando entrelaçamento de costelas e até a morte.

Cem anos se passaram até que as mulheres pudessem respirar mais livremente, em todos os sentidos. No século XVIII, as hastes de madeira e metal foram substituídas pelas barbatanas de baleia. Os decotes aumentaram e os corseletes passaram a ser confeccionados para comprimir a base do busto, deixando os seios em evidência.

Com o novo século, chegaram novas ideias

e o movimento conhecido como Iluminismo. Logo, iniciou-se uma cruzada contra o espartilho, visando o conforto e a saúde da mulher. Já no século XIX surgiram as crinolinas (anágua confeccionadas com tecidos rígidos, feitos de crina, para armar as saias), mas praticamente desapareceram. Mas o corselete permaneceu na moda. Em 1832, o suíço Jean Werly abriu a primeira fábrica de espartilhos sem costuras. E, em 1840, foi lançado um modelo com um sistema de cordões elásticos. Isso permitia que a mulher pudesse, ela mesma, vestir e tirar a peça sozinha. Além do corselete, as roupas íntimas eram compostas por calças que chegavam até os joelhos, cheias de babadinhos.

Mudanças

No início do século XX, começaram as mudanças! O que era formado por conjuntos de

cintas, saiotos, calcinhas e espartilhos apenas nos tons brancos, começaram a evoluir nos tons e na valorização do corpo. A lingerie passou a ser desenhada para linear o busto e deixar a cintura bem marcada. No final dos anos 70 e início dos 80, a inspiração romântica tomou conta da moda. Cinta-liga, meias 7/8 e corseletes, sem a antiga modelagem claustrofóbica, voltaram à moda. Rendas, laços e tecidos delicados enfeitavam calcinhas e sutiãs.

Dos anos 90 até os dias de hoje, a lingerie, assim como a moda, não segue apenas um único estilo. Modelagens retrô, como os caleções, convivem com as calcinhas estilo cueca. Os sutiãs desestruturados dividem as mesmas prateleiras com os modelos de bojo. Tecidos naturais, como o algodão, são vendidos nas mesmas lojas de departamento que os modelos com tecidos tecnológicos.

Fonte: manequim.abril.com.br

13

insinuante
moda íntima

Liberte suas fantasias!

R. Onze de Agosto, 205 | Centro - Tatuí - 15.3259.7191
R. Onze de Agosto, 370 | Centro - Tatuí - 15.3251.3130



**VISITE NOSSO
SEX SHOP**

BOHO CHIC

A mistura do hippie com o folk e vintage!

O estilo bohemian look chic, ou apenas boho chic surgiu na Inglaterra em 2003, mas é inspirado na onda hippie dos anos 70 com junção de folk, boêmio, temas étnicos e vintage. Para compor looks seguindo esse estilo é muito simples, a primeira regra é estar confortável acima de tudo.

O segredo para saber montar produções boho chic é misturar peças que tenham grande contraste entre si, por exemplo combinar um vestido floral romântico com uma bota cowboy ou uma rasteira "gladiadora".

Abuse de cores, estampas, sendo elas florais, étnicas ou tie-die, formas amplas e tecidos fluidos com ar fresquinho.

Há uma enorme variedade de roupas e acessórios que cabem dentro desse estilo, dentre algumas estão saias longas, bata, túnicas, pantalonas, vestidos fluidos, coletes jeans surrados, peças com franja, brincos enormes, sejam eles de penas ou pedras (como aqueles que vemos em barracas hippies), headbands, acessórios artesanais, roupas de crochê, sapatos rústicos como botas, rasteiras, coturnos, sandálias com salto mais grosso etc.

A busca por esse estilo não é apenas relacionada ao conforto, mas também à autenticidade, por isso não existe idade para ser adepto ao boho, use-o sem medo, busque grandes contrastes, muitas misturas e terá sempre ótimos resultados.

*Tábara Campos Fornazari
Consultora de Moda*



Loira & Morena
MODA FITNESS E PRAIA

Danielle Ferrandê
Vendedora Tatui e Região
Tel: (15) 9732-8111
www.loiraemorena.com.br

FRED ASTAIRE

Ballet Clássico
Matriculas até 25 de Fevereiro
De 3 a 6 anos
Kit Bailarina (completo)
Grátis
Imperdível!

Praça Paulo Setúbal, 22 - Sala 7
(15) **3251-8417**
www.fredastairetatui.com.br

One Store Marisol



LiquiONE da One Store Marisol

Agora com até 40% de desconto no valor da etiqueta

Marisol, Babysol, Mineral, Lilica Replica, Tiger T. Tigre
One Store Marisol
 Tatuí - Rua Prudente de Moraes, 490
 Rua Cel. Lúcio Seabra, 512
 (15) 3251.6986 / 3259.1091

Dolce Vita Acessórios



Collezione Animali
 Loja em liquidação somente no mês de fevereiro
Dolce Vita Acessórios
 Rua Onze de Agosto, 90A - Tatuí
 (15) 3259.6126

Kanguru Bolsas e Acessórios



Volta às aulas
Kanguru Bolsas e Acessórios
 Tatuí - Rua XV de Novembro, 299
 (15) 3251.8151

Mano Alto Visual



Estamos em promoção de até 40% no mês de fevereiro
Mano Alto Visual
 Rua 15 de Novembro, 191 - Tatuí
 (15) 3251-6793

O Boticário



Venha conhecer a nova linha ACQUA
O Boticário
 Rua 11 de Agosto, 102 - Centro - Tatuí
 (15) 3259.4912
 Lojas em Cesário Lange, Iperó e quiosque na Galeria da Coop Tatuí



MISSONI

E o crescimento da grife Italiana!

Fundada em 1953 pelo casal Rosita e Ottavio Missoni, a grife italiana teve início no sótão do prédio onde viviam no começo do casamento. Ottavio, que na época era atleta olímpico, havia comprado, em sociedade com um amigo, máquinas de tricô para fazer uniformes, a sociedade acabou e duas dessas máquinas deram início a esse grande império que hoje é a Missoni.

De 1954 a 1958 o casal teve três filhos, Vittorio, Lucca e Angela que, seguindo a tradição, ocupam cargos na empresa.

Em 1958, a pequena malharia apresentou sua primeira coleção em Milão, em 1960 seus vestidos começaram a aparecer nas revistas de moda. No fim da década de 60 um vestido de tricô todo colorido começava a mudar a história da pequena empresa, foi quando ela começou a produzir trajes simples com estampas inspiradas na "op art" e em desenhos africanos.

Seu primeiro ponto de vendas foi inaugurado na loja de departamentos Bloomingdale's, em NY. Os tricôs, a qualidade dos fios, cores, estampas fizeram tanto sucesso que na década de 70 o casal resolveu vender suas peças sob sua própria marca, surgindo assim a Missoni.

A marca cresceu em vários segmentos, além da moda feminina que produz, de saídas de praia até vestidos de festa, a Missoni tem a UOMO que é toda produzida para homens, a Missoni Sport para o segmento esportivo, a M-Missoni que é uma linha com preços mais acessíveis e destinada às pessoas mais jovens. Além do vestuário, a Missoni tem sua linha de perfumes, e expandiu-se no setor de decoração com o nome de Missoni Home, produzindo artigos para casa e, recentemente, inaugurou em Edimburgo, na Escócia, um hotel que além de levar o nome traz toda a decoração com o estilo da marca.

A Missoni tem como principal característica seu tricô misturado às estampas lineares e onduladas, e uma combinação inusitada de cores. Sua marca registrada é a estampa de zig zag assimétrica e com uma incrível harmonia nas cores, o conceito da marca é o lifestyle que une conforto e qualidade de vida. A marca mantém até hoje seu estilo forte e único, sua qualidade e prestígio internacional.

JOSUÉ MOTA | FOTOGRAFIA

Contatos:
15.97302150
15.97210616

www.josuemota.com

Rua 15 de Novembro, 607
Sala 09 - Centro - Tatuí - SP



Aqui você tem moda, alimentação, lazer e serviços em um só local

oBoticário

Quiosque
15.3305.4590

Linha Aqua



modernitã
Móveis Planejados
Loja 08 15 3022.1237

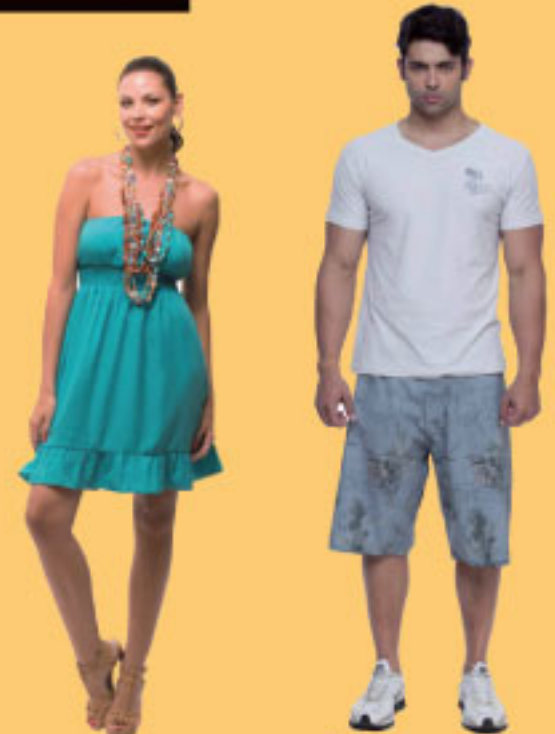


projetos
*que cabem no seu
ambiente*

www.modernitamoveis.com.br



Loja 12
15.3205.1510



*Em nossa loja
você encontra as novas
tendências do verão*

Imagens meramente ilustrativas



Loja 06
15.3259.7913

Bolsas/Mochila



Sapato



OPEN DOOR Quiosque
SPORTWEAR 15.3251.2552

**CAMISETAS OFICIAIS
A PARTIR DE R\$ 65,70**



*Consultar regulamento interno

De acordo com regulamento interno - Imagens meramente ilustrativas



Loja 03 15.3305-5175

Visite nosso site
www.nenpresentes.com.br

Mencione esse anúncio e
ganhe 20% de desconto
em outro presente!

**Faqueiro de Inox 42 peças
R\$ 99,99**



Uma loja de
Presentes diferenciados
para você

**Aberto
todos os dias
das 10h até as 22h**

SERVIÇOS BANCÁRIOS
CASA LOTÉRICA
VÍDEO LOCADORA



GALERIA COOP
Rua Onze de Agosto, 3045
Jd. Lucila
Tatuí-SP

O Dia de Zeni



Na edição deste mês, nossa realizada é a Zeni Vaz Ventura, que foi sorteada por conta da carta que seu marido nos enviou. Na carta, ele nos contou que Zeni já tinha passado por várias coisas que a deixaram extremamente triste, e com isso, parou de se cuidar. Para saber um pouco mais de sua vida, conversamos com ela que nos contou algumas coisas.

Zeni começou sua luta com 12 anos, quando decidiu sair de Torre de Pedra e veio para Tatuí trabalhar de empregada doméstica. A vida dela sempre foi de muita batalha, em 1989 conseguiu um emprego na prefeitura onde trabalha até hoje. Com uma vida cheia de trabalhos, precisava de um dia só dela, um dia de beleza. E isso é o que nós, da Revista Hadar, proporcionamos.

A transformação da Zeni começou no *Studio D*, quando a cabeleireira Amanda cortou as pontas secas e quebradas dos cabelos de Zeni, preparando-os para receber a tinta marrom chocolate, aplicada na raiz onde ficou por meia hora. Pelas mãos da cabeleireira Gleika, os cabelos foram lavados. Para dar um toque de jovialidade, Amanda e Gleika também fizeram luzes, com mechas bem fininhas, dando luminosidade às suas madeixas.

A depilação ficou por conta da esteticista Cida que cuidou das pernas de Zeni com muita delicadeza. A manicure Maria cuidou das mãos e dos pés, dando dicas para cuidar das unhas e para melhorar as aparências de suas mãos. A cor do esmalte usado foi a nude.

A massagista Nena preparou uma sequência de massagem relaxante com a técnica de bambuterapia, e para o rosto, foi feita uma massagem relaxante facial, para acalmar as linhas de expressão.

Gleika fez uma hidratação capilar, suavizando os fios e selando as pontas. Amanda preparou uma máscara facial com loção adstringente para remoção de cravos, preparando a pele para a maquiagem e também redesenhou suas sobrancelhas.

Para o cabelo, Amanda optou por um corte em camadas, com uma franja desfiada na diagonal. Na maquiagem, os tons usados foram o nude com iluminador e um batom na cor rosa.

Com o corpo relaxado, cabelo arrumado, unhas feitas e uma linda maquiagem, chegou a hora de Zeni se vestir para o jantar. Nossa realizada usou um vestido lindo com um tom de azul piscina misturado com preto que ganhou da loja *Absolutha Moda e Acessórios*, um confortável sapato com sola de corda, em tom claro e com detalhe de um laço na ponta que ganhou da *Heloizza Calçados*. Ganhou também uma linda bolsa, no tom bege com detalhes em marrom da loja *Kanguru Bolsas e Acessórios*. Para complementar o *look*, Zeni ganhou um maravilhoso conjunto de pulseira, colar e brinco da loja *Fênix Complementos Femininos*. Zeni também foi presenteada com um sofisticado conjunto de lingerie da loja *Caju Verde*, um óculos de sol da marca *Triton* que encaixou super bem no seu rosto da loja *Moça Bonita* e um kit de creme de hidratação da linha SPA, perfumes e maquiagem da loja *O Boticário*.

Com todos esses presentes e um dia de beleza no *Studio D* era impossível não ficar deslumbrante, não é mesmo? E foi exatamente assim que ela foi para o restaurante *Recanto das Oliveiras*, linda e radiante, acompanhada de Marcos, seu esposo. Lá, foram servidas algumas porções de entrada, e uma deliciosa bisteca como prato principal. E assim termina o dia de Zeni, linda e realizada.



Absolutha
Moda e Acessórios



Caju Verde



Heloizza Calçados



Kanguru Bolsas e Acessórios



O Boticário



Moça Bonita



Fênix
Complementos
Femininos



Studio D



Recanto das Oliveiras
Restaurante e Choperia

Nosso muito obrigado a todos os colaboradores que nos ajudaram a transformar mais este sonho em realidade: Studio D, Rua Juvenal de Campos, 96, Centro, Tatuí, (15) 3259-0094; Absolutha Moda e Acessórios, Rua Coronel Aureliano de Camargo, 442, Centro, Tatuí, (15) 3305-7952; Heloizza Calçados, Rua José Bonifácio, 708, Centro, Tatuí, (15) 3251-6207; Kanguru Bolsas e Acessórios, Rua XV de Novembro, 299, Centro, Tatuí, (15) 3251-8151; Fênix Complementos Femininos, Rua XI de Agosto, 97, Centro, Tatuí, (15) 3251-8025; Caju Verde, Rua 7 de Setembro, 271D, Dr. Laurindo, Tatuí, (15) 9616-4930; Moça Bonita, Rua XI de Agosto, 447, Centro, Tatuí, (15) 3251-9526; Recanto das Oliveiras Restaurante e Choperia, Rua XI de Agosto, 2800, (Barbosa Atacarejo) (15) 3022-1580 / (15)3259-0364 / (15) 3259-0473; O Boticário, Rua Onze de Agosto, 102, Centro, Tatuí, (15) 3259-4912, lojas também em Iperó, Cesário Lange e Quiosque da COOP, Tatuí; Josué Fotógrafo, Rua 15 de Novembro, 607, Sala 09, Centro, (15) 9721-0616/3251-2536, Tatuí, www.josuemota.wordpress.com

Apoio: Elmec Comunicações.

Quer ser realizada também? Escreva para nós:
Rua Sete de Maio, 150, Tatuí - SP, CEP 18270-010 ou mande um e-mail com endereço e telefone para:
jornalismo@revistahadar.com.br e seja a próxima.

Cozinha integrada



Dicas:

Hoje, é comum que se almoce diariamente em restaurantes, assim as cozinhas integradas não comprometem tanto a arrumação e o cheiro da casa.

Ventilação eficiente é o pré-requisito, caso optemos em integrar a cozinha com outras áreas da casa.

Tirar uma parede para juntarmos diferentes ambientes pode ser uma tranquilidade ou um problemão. Consulte um engenheiro ou arquiteto para a correta avaliação.

modernitã
Móveis Planejados



Ambientes Residências e Comerciais sob medida.
Modernidade Planejada



Há alguns anos era comum que as cozinhas fossem projetadas como uma continuação das salas de estar. Era a busca dos espaços amplos, integrados, numa clara referência ao que foi comumente chamado de "cozinha americana". Claro que isso ainda acontece com frequência, mas, como tudo, esse espaço acoplado da cozinha com a sala de estar tem as suas vantagens e as suas desvantagens.

A grande vantagem é o convívio entre quem está nos diferentes lugares da casa, em uma relação conjunta da área social com a área do preparo de alimentos. Em casas pequenas, esse aspecto pode ser a diferença crucial entre dois espaços claustrofóbicos para um único com dimensões mais generosas.


As desvantagens são a necessidade de manter a cozinha sempre ordenada, já que qualquer louça suja ou desarrumação é facilmente percebida da área social. Outro ponto vital é a troca constante de odores entre os diferentes ambientes. Um incenso ou uma panela no fogo podem incomodar bastante os diferentes usuários.

Coifa, exaustor e janela aberta atenuam muito a fumaça de uma fritura, mas sempre haverá um resquício do cheiro e incômodo pela casa.

Diante desse dilema, da cozinha integrada ou fechada, cada família tem que pesar e decidir o que mais lhe convém. Como tudo na vida, qualquer escolha tem os seus prós e os seus contras.

Veridiana Pettinelli
www.arqprojetos.arq.br

(15) 3022 - 1237 / 9175 - 4035 | modernitamoveis.com.br

R. Onze de Agosto, 3045. Loja 08 - Galeria da COOP 



Móveis / Coifa / Fogão
Per Tutti Modulados
 Rua Cel. Lúcio Seabra, 496 - Tatui
 Fone: (15) 3205-2571



Iluminação
Elmaluz - Fabricação própria
 Rua Maneco Pereira, 99 - Tatui
 Fone: (15) 3305-3506

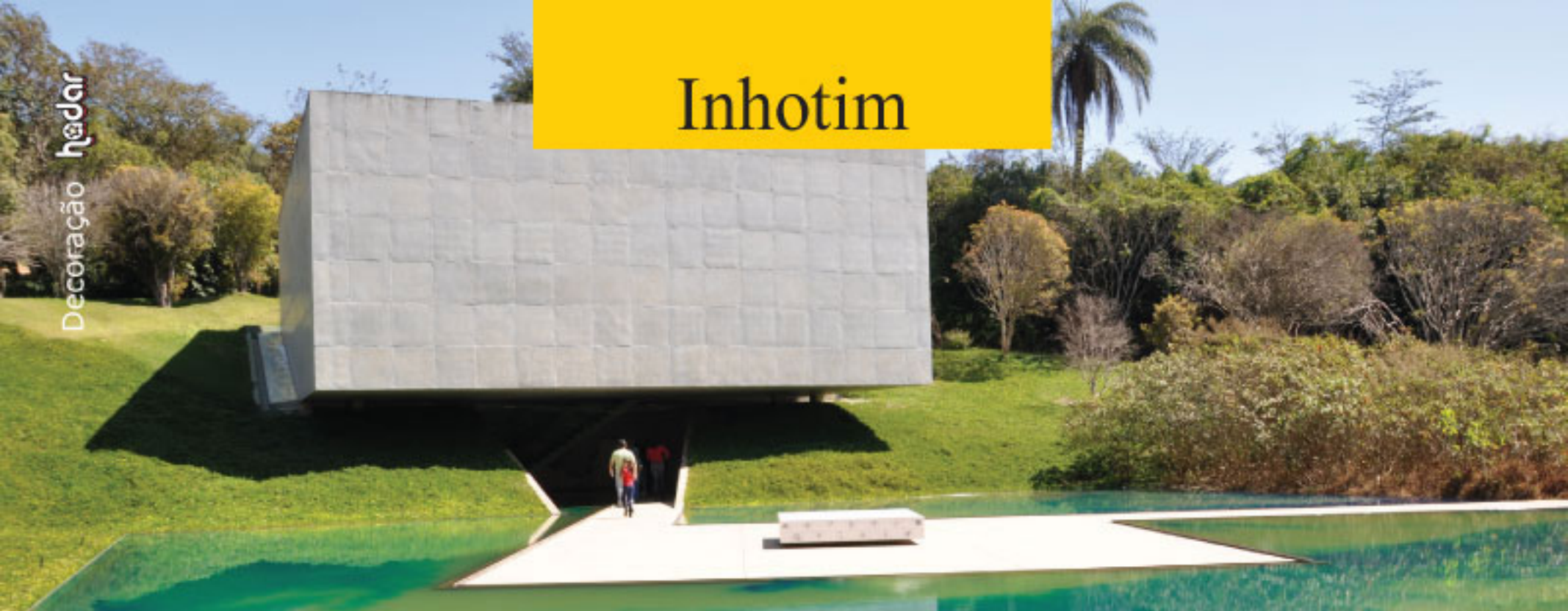


Mármore / Granitos
Marmoraria CLEMAR
 Rua Vidal Manoel Cleto, 420 - Tatui, SP
 Fone: (15) 3251-1175



Pisos / Cubas / Metais
Pavanelli Mat. para Construção
 Rua Dr. Salles Gomes, 195 - Tatui
 Fone: (15) 3251-1365

Inhotim



Uma viagem entre arte, arquitetura e design

Na cidade Brumadinho em Minas Gerais, cerca de 60 Km de Belo Horizonte, está o Instituto de Inhotim que reúne a céu aberto um dos principais acervos de arte contemporânea do mundo e o jardim botânico com um dos maiores acervos de espécies vegetais do Brasil. É uma mostra de arquitetura, um grande laboratório de paisagismo e um museu com obras de artistas nacionais e internacionais. Indescritível – talvez seja essa a melhor definição para o lugar.

O acervo de arte contemporânea contempla cerca de 500 obras de 97 artistas de 30 nacionalidades com foco em obras produzidas desde os anos de 1960. São pinturas, esculturas, fotografia e vídeos. O Instituto Inhotim é reconhecido como um dos principais destinos de arte do mundo. Na botânica, mais de 4.000 espécies nativas e exóticas com a maior coleção de espécies vivas do Brasil e também a maior coleção de palmeiras.

Para conhecer, basta caminhar livremente pelos jardins usufruindo do encontro particular entre meio ambiente e arte. São pavilhões e galerias espalhadas por todo o parque, além de restaurantes, lanchonetes e espaços para contemplar a natureza. O objetivo do local é



Fotos: Alex Duque

oferecer um espaço único para experimentar um novo formato de expor arte, tendo mais interação com o público e permitindo que qualquer pessoa - independente de apreciar ou não - entre em contato com artistas, criações e arquitetura moderna.

Vivenciar um pouco do que Inhotim oferece é compreender o que a natureza e o homem têm capacidade de fazer juntos, em harmonia, sem destruição apenas construção. São nove hectares de muito verde e belas criações arquitetônicas e artísticas. Um dia é pouco para aproveitar tudo o que Inhotim oferece. Vale a pena conhecer, é um passeio para fazer com a família, amigos e até mesmo sozinho.

O horário de funcionamento do parque é de terça a sexta das nove e meia às quatro e meia da tarde. Sábados, domingos e feriado até as cinco e meia. Para entrar o custo é de R\$ 20,00 – estudantes e maiores de 60 anos pagam meia; menores de seis anos gratuitamente.

Carolina Lopes
www.duque.org.br



DESIGN, CONCEITO E TENDÊNCIA
EM DECORAÇÃO.
BY VALÉRIA PEREIRA.

"CASA É CASA são o casamento de Sabar com o Bom Gosto."

A loja oferece produtos de cama, mesa, banho, presentes, acessórios e móveis aramados e de madeira de demolição em estilo Vintage e Provence.

INSPIRE-SE!

Fone: (15) 3205 - 1193 / 9681 - 4141



ALFREDO CARDOSO
arquiteto

arq.alfredojr@yahoo.com.br
F.: 15 3251 9068 / 9718 4533

per tutti

MODULADOS

- Cozinhas
- Dormitórios
- Closets
- Banheiros
- Home Theaters
- Salas de jantar
- E muito mais



**Projetos sem compromisso.
Os melhores preços da região!**

**Tudo em até 24x
com entrada
para Abril!**

Tatuí: R. Coronel Lúcio Seabra, 496 - Centro - Tel 15 . 3205 - 2571
Cerquilho: R. Dr. Campos, 175 - Centro - Tel. 15 . 3284 - 2104

Numerologia

E todo o seu significado!



O que é a Numerologia? - É, sobretudo, a união entre a ciência e a espiritualidade a favor do autoconhecimento e da evolução do ser humano. A numerologia é pura energia e vibração e acredita na força da energia das vibrações. Considera o ser humano na complexidade e multiplicidade das suas ações como um ser único, como algo que não existe igual na face da terra, uma pedra bruta que se vai lapidando a partir do momento em que se abrem as fronteiras do seu conhecimento para a entrada do saber e do querer conhecer-se cada vez melhor e mais profundamente. Na numerologia, cada letra representa um número e sua vibração correspondente: ou positiva ou negativa.

Qual o objetivo da Numerologia? - Promover a harmonia e o equilíbrio entre o ser humano, Deus e o Universo através do conhecimento sobre si mesmo, da identificação das facilidades e dificuldades, oportunidades

e desafios, bem como da lição e da missão de vida que cada um de nós tem nessa existência. Investigar minuciosamente o sentido de tudo o que há no Universo interno e externo do homem. Ser uma paciente incentivadora do autoconhecimento compreendendo a profundidade e a plenitude da natureza humana e fazendo com que o homem possa aperfeiçoar-se e colocar para fora tudo o que há de bom dentro de si, contribuindo assim para sua evolução e melhoria do planeta e das relações humanas.

Qual a relação entre a numerologia e a religião? - A numerologia não é religião nem se coloca contra nem a favor das religiões. Da mesma forma também não é feitiçaria, bruxaria, ritual ou coisa parecida. É ciência a favor do autoconhecimento, é lógica e consecutiva: lógica porque acredita que tudo tem uma explicação racional e concreta, mas que também toca no espiritual, que nada acontece por acaso, e é consecutiva porque acredita que toda

e qualquer ação resulta numa reação e numa consequência positiva ou negativa à qual temos que responder diretamente.

Como a numerologia define o destino? - como uma energia que é construída por cada ser humano diariamente e que vai resultar em consequências positivas e negativas dependendo das ações que empreender. O número do destino na numerologia, prevê os ciclos de cada pessoa, ciclos esses que indicam os momentos mais propícios, mais favoráveis ou menos favoráveis para plantar e para colher os frutos resultantes das sementes de suas ações.

O que é um mapa numerológico? - É uma ferramenta personalizada que serve para ajudar a pessoa a planejar, organizar e comandar sua vida de uma maneira mais inteligente e eficiente, fazendo vir à tona conteúdos internos e subconscientes até então nunca revelados, direcionando o seu destino no sentido de realizar suas potencialidades e fazendo com que possa, a partir daí, entender e aceitar melhor o próximo, o mundo e a dinâmica das relações humanas tendo como ponto de partida o entendimento de si mesmo.

O mapa numerológico e, conseqüentemente, a numerologia seriam então a solução para todos os problemas. Longe de querer dar respostas prontas, o mapa numerológico propõe-se a ser um guia prático para o ser humano esclarecer dúvidas e fazer questionamentos a seu respeito e a respeito de tudo o que quiser ou achar necessário. Propõem-se a ser libertário porque acredita que é o conhecimento e a verdade que libertam: "conhecerás a verdade e a verdade vos libertará", e que quanto mais consciente de si e dos seus propósitos, mais feliz e realizado o ser humano será, exatamente porque conseguirá viver em harmonia com a força criadora de todas as coisas e com a sabedoria infinita do universo! Estará liberto para exercer seu livre arbítrio e ser o senhor e realizador do seu próprio destino.

Pode-se dizer que a Numerologia faz ou é uma previsão? - A palavra "previsão" traz a noção de fatos inalteráveis regendo a nossa vida, dando-nos muito poucas possibilidades de ações alternativas. Ela pode nos trazer o desejo de tudo conhecer para controlar o nosso futuro. No outro polo, a palavra "liberdade" sugere que somos inteiramente independentes e capazes de tudo, como se não fôssemos seres regidos por múltiplos ciclos biológicos, emocionais e mentais; e ainda mais, participantes de um meio social e cultural, que nos afeta e por nós é afetado.

A numerologia deixa de ser vista, aqui como simples previsão, e passa a ser uma indicadora de possibilidades, um verdadeiro mapa de descobrimento e ajuda em nossa viagem através da vida.



Horário de funcionamento das 8:00

às 22:00

Amplo estacionamento

Correspondente bancário

Na altura do nº 2800 da Rua Onze de Agosto, Tatuí-SP



rabisco.milani@uol.com.br
(15) 3305-7369

*Cote seu material conosco
Temos os melhores preços da cidade*



Borrachas



Cadernos



Cola



Agendas



Apontadores



Canetas



Mochilas

Trabalhamos com cartões de crédito



Recanto das Oliveiras

Restaurante e Choperia

Venha conhecer

- Almoço todos os dias
- Feijoada às 4ª e Sábados
- 10 tipos de pratos quentes
- 10 tipos de saladas
- Jantar à la carte

- Choop Brahma Geladíssimo
- Sucos diversos
- Área de lazer para crianças
- Música ao vivo Sáb/Dom

World 

★ Fashion
Trajes e Acessórios



A sua Moda é Aqui!

(15) 3259-0364 / 3259-0473 / r.recantodasoliveiras@yahoo.com.br

Loja 3
15. 3205-1970

Seja um escutador num mundo de faladores

É nas pequenas pedras que tropeçamos, não nas grandes.

Fale sempre menos do que você deseja e menos que as outras pessoas. O mundo está repleto de faladores compulsivos. Existem pessoas que falam sem parar, sem pensar, sem se incomodar com o quanto estão incomodando os outros ao seu redor. Além disso, geralmente tais pessoas são grosseiras, ríspidas, mal educadas, inoportunas, espalhafatosas e inconvenientes; quebram regras de ouro e falam em paralelo com as outras pessoas. O desrespeito se tornou tão comum e frequente nos dias atuais, que passou a ser considerado como algo normal. Apesar disso, você deve ser diferente, pois *costumes* podem mudar, mas *princípios* são eternos. Quem fala demais acaba falando o que não deve e cria inúmeros problemas. Assim como a hemorragia pode matar uma pessoa, a *verborragia* faz o mesmo com muitas pessoas, diariamente. Esteja atento a isso! Ninguém gosta de faladores, nem mesmo outros faladores. Seja um *escutador* num mundo de faladores! Seja um intelecto *forte* num mundo de mentes raquíticas. Seja um *colosso* humano num mundo de vermes falantes. Sempre que você puder, opte por ficar calado. Quando for estritamente necessário falar, seja breve e conciso. E, acima de tudo, use sempre o *respeito*. Essa é uma forma segura de ter portas abertas onde quer que você vá. Lembre-se: os sábios economizam palavras, pois *raciocinam* antes de falar, mas os tolos estão sempre matraqueando. Pense nisso, respeite isso, use isso a seu favor.

“Quem tem conhecimento é cuidadoso no falar, e quem tem entendimento é de espírito sereno. Até mesmo o tolo passará por sábio, se ficar em silêncio, e, se contiver a língua, parecerá que tem discernimento” (Provérbios 17:27-28).

Ivan Maia
ivan@ivanmaia.com.br



Av. Sales Gomes, 156 - Tatuí
Fone 15. 3305-7000 / 3251-4519

www.setalserralheria.com.br
setalserralheria@hotmail.com

NACIONAL
SOLDAS
MATERIAIS PARA SOLDAGEM E CORTE

WHITE MARTINS
PRAXAIR INC

Bicos de corte

Maçarico

Tocha MIG

Regulador de pressão

Arame MIG

MÁQUINA DE SOLDA MIG
(produtos em geral)

Produtos originais White Martins: você só encontra na representante autorizada.

Rua 11 de Agosto, 3282 - Tatuí • (15) 3305-7878

Tatuí • Itapeva • Boituva • Itapetininga

A woman with brown hair tied back is shown from the chest up, leaning forward with her eyes closed. She is washing her hands with water, and several droplets are falling from her palms. The background is a soft, light green gradient. At the bottom of the image, there are several vibrant green leaves. A black and white text box is overlaid on the right side of the image.

Qualidade **de Vida**

Alzheimer: entenda essa doença

Mal de Alzheimer tem maior incidência na faixa etária acima de 60 anos

Com grande incidência entre pessoas com idade avançada (ocorre em até 10% das pessoas com mais de 65 anos e em até 40% entre indivíduos acima de 85 anos), o Mal de Alzheimer é uma patologia relacionada com a idade, pois até os sintomas se manifestam depois dos 60 anos.

Segundo o médico José Augusto Camargo CRM 76.607 - SP, neurocirurgião e doutor em neurociências, "a doença se desenvolve com o depósito anormal de duas proteínas no cérebro: a proteína Beta-Amiloide e a Tau. No Alzheimer abaixo dos 60 anos, há 3 genes associados já implicados: o gene da proteína precursora de Amiloide (APP no cromossomo 21) e os genes denominados pré-senilina 1 e 2 (respectivamente no cromossomo 14 e 1)".

De acordo com o neurocirurgião, "as mutações desses genes promovem uma maior produção do Amiloide-Beta, substância que se deposita nos vasos e no tecido cerebral. Já na Doença de Alzheimer de início após os 65 anos, existe a comprovação de que o gene da Apolipoproteína E seja um dos associados ao desenvolvimento das lesões cerebrais.

Sintomas

O Alzheimer é uma patologia progressiva e os sintomas agravam-se à medida que o tempo passa, porém, sua gravidade e velocidade variam de pessoa para pessoa. O médico ressalta que "muitos podem ser os sintomas, sendo os mais comuns a confusão mental, desorientação no tempo e espaço, ansiedade, agitação, desconfiança, alteração de personalidade e senso crítico, dificuldades com as atividades do dia a dia,

como alimentar-se e banhar-se, dificuldade em reconhecer pessoas do convívio familiar e amigos, perda de apetite, perda de peso, incontinência urinária e fecal, fala repetitiva, alteração no sono, dificuldade em tomar decisões etc".

O médico afirma ainda que, muitas vezes, "tais sintomas são associados pelos familiares do portador da doença como atos voluntários, conscientes e propositais", o que obviamente é uma avaliação errada feita pela família, em uma atitude "caracterizada pelo total desconhecimento da patologia por parte dos familiares e assistentes em geral".

Como detectar a doença

Não existe um exame específico, biológico que confirme a doença. O diagnóstico é feito excluindo-se outras patologias que apresentam sintomatologia semelhante.

Vários instrumentos são usados para se chegar ao diagnóstico;

Uma avaliação médica com história completa.

Testes para avaliar a memória e o estado mental.

Provas laboratoriais como exames de sangue e urina são usados para excluir outras causas de demência como: função tireoidiana, dosagem de ácido fólico, Vitamina B12, sorologia para infecções como sífilis, HIV, etc.

Método de imagem como a Tomografia Computadorizada, Ressonância Magnética, Spect e Pet que são utilizadas para determinar o tipo de demência.

Vale salientar que a Doença de Alzheimer só pode ser diagnosticada com certeza através do exame microscópico do tecido cerebral por biópsia ou necropsia.

Inibidores

Muito importante no desempenho cognitivo

da pessoa, a Acetilcolina é um neurotransmissor que tem sua concentração reduzida em pessoas com Mal de Alzheimer. "Essa diminuição pode ser por redução na sua produção ou por excessiva destruição pela ação de uma enzima chamada Acetilcolinesterase. Assim, os sintomas poderiam ser melhorados com substâncias estimuladoras colinérgicas ou por inibidores colinesterásicos (anticolinesterásicos)", contou José Augusto Camargo.

Prevenção

Quanto à prevenção, o neurocirurgião afirma que "é preciso entender que a Doença de Alzheimer depende da idade, de fatores genéticos e de outros fatores, que acabam por determinar em que idade a pessoa manifestará a patologia. Alguns comportamentos podem ser adotados ao longo da vida para diminuir a chance de aparecimento mesmo naqueles que tenham uma predisposição genética, ao menos teoricamente. A hipertensão arterial, o diabetes melitus tipo II, as deslipidemias (aumento de colesterol e triglicérides), o uso de estrógenos em mulheres idosas, estão associadas a uma maior chance de desenvolver o Alzheimer. A alta escolaridade constitui-se no principal fator de proteção contra o Alzheimer. O uso contínuo das capacidades cerebrais por meio de estímulos intelectuais pode aumentar a reserva cognitiva, responsável por um retardo no aparecimento da doença. A atividade física moderada e a dieta mediterrânea também estão relacionadas a uma menor chance de desenvolver o Alzheimer".

Medicamentos

O neurocirurgião esclarece que uso de vitamina C, Gingko Biloba e antiinflamatórios não está relacionado, segundo estudos recentes, à prevenção da doença. "A vitamina E não é comprovadamente eficaz como prevenção de demências e pode estar associada a um maior risco cardiovascular", advertiu o médico, alertando para o perigo da auto medicação



Prefira alimentos leves

Mantenha a boa forma e a saúde em alta neste verão

No verão, nosso corpo pede alimentos mais leves, hidratantes e coloridos. Geralmente, sentimos menos fome e temos mais sede. É quando também queremos ficar em paz com a saúde e com a balança, não é?

Frutas, legumes, verduras, peixe e frango não podem faltar, pois favorecem a digestão. Os cereais, de preferência integrais, e as leguminosas (grãos) também devem ser consumidos devido aos seus nutrientes e fibras presentes. Prefira os queijos magros, leite desnatado e alimentos naturais (frescos). Evite os industrializados, alimentos gordurosos, frituras, pois eles tornam o processo de digestão mais lento, dando aquela sensação de empachamento.

Veja a seguir algumas dicas:

Inicie as refeições pelos pratos frios.

Use e abuse dos alimentos frescos.

Utilize molhos para temperar as saladas, assim você consegue sabores variados, sem se cansar das folhas; opte por molhos leves, a base de azeite extra-virgem, vinagre balsâmico, ervas frescas, iogurte, mostarda e limão. Cuidado com os molhos prontos! Geralmente são muito salgados, pois contêm glutamato monossódico. Para quem gosta de molhos diferentes, há muitas receitas gostosas e práticas. Deixar algumas ervas dentro do vidro de azeite também pode ser interessante. Experimente também com alho: alguns dentes (limpos e secos) dentro do vidro já adicionam um sabor diferente.

O seu prato deve ser o mais colorido possível, a fim de suprir todas as necessidades de nutrientes.

Inclua na alimentação alimentos funcionais como: soja, alho, escarola, azeite de oliva, cenoura, maçã, aveia, frutas cítricas, tomate, ameixa seca e algumas hortaliças.

Opte por pratos sem molhos cremosos; dê preferência para molhos de tomates frescos.

Evite consumir frituras.

Prefira alimentos integrais.

Suco de frutas é uma ótima opção para driblar o calor; boas sugestões são: limonada, melancia, maracujá e abacaxi com hortelã.

Evite doces com chocolate, creme de leite, chantilly; prefira frutas frescas, picolés de frutas a base de água ou compotas de frutas.

Invista em chá verde, gengibre, canela e pimenta vermelha, que são alimentos termogênicos, aceleram o metabolismo e queimam gordura. "Quanto mais gordura a gente perde, mais celulite a gente perde".

Com o calor você transpira mais e precisa repor constantemente essa perda, para que não cause a desidratação. Para evitar que isso ocorra, abuse dos líquidos: água de coco, sucos de frutas, chás e principalmente da água.

Com estas dicas, desejamos um verão gostoso e refrescante, mantendo o seu peso e se deliciando com pratos saudáveis e bebidas naturais.

Aproveitem e Bom Apetite!

Mariana Medeiros Cardenas
Nutricionista - CRN 27.190



Farmácia Da Vovó

Localizada dentro da Rodoviária de Tatui



**Ótimos Preços em
Medicamentos,
Perfumaria,
Suplementos e
Vitaminas**

DISK VOVÓ ☎ 3251.6743

Não cobramos Taxa de Entrega em Tatui

ABERTA DIARIAMENTE

De Segunda à Sexta - das 07:00h às 20:00h

Aos Sábados - das 09:00h às 18:00h

Plantão aos Domingos e Feriados - das 11:00h às 17:00h

Oferecendo carinho de Mãe, em dobro!

Malhação



A prática de exercícios sempre beneficia o corpo e a saúde. Mas, muitas vezes as pessoas se cansam do ambiente fechado das academias, ou mesmo não encontram tempo para ir regularmente a esses lugares ou mesmo não possuem condições de pagar e acabam deixando o assunto de lado. Uma ótima alternativa para todos que buscam manter a saúde e se exercitar de forma saudável são as atividades ao ar livre.

Independente de onde realizá-la, a atividade física diária é essencial para uma vida mais saudável, uma vez que promove o alívio do estresse e da tensão da rotina de trabalho, melhora o humor, e proporciona muito bem-estar.

Os benefícios dessa prática também vão além do bem-estar físico. Eles contribuem para o retardo do envelhecimento, pois previnem ou tardam a perda de funções como a memória. Segundo especialistas, a oxigenação do cérebro e o estímulo aos neurônios mantêm o cérebro "em forma".

Desde a caminhada, corrida, o andar de bicicleta, fazer alongamentos e até os mesmos exercícios que seriam feitos nas academias – há inúmeras cidades no Brasil que já instalaram esses equipamentos em praças de esportes e avenidas -, tudo isso quando feito em contato

www.sodiedoces.com.br

BOLO

MARACUJÁ

PARA VOCÊ FICAR CALMO ATÉ COM O PREÇO.

apenas
R\$ 1,99 100g
Promoção válida de
01/02 a 29/02/2012

Sodiê Doces
SENSACIONAIS IRRESISTÍVEIS ATÉ O ÚLTIMO PEDAÇO

Rua Capitão Lisboa, 770 - Centro - Tatuí-SP - (15) 3259-1223

SUSHIYA
愛と平和
COZINHA JAPONESA

RODÍZIO no almoço e jantar
terça, quarta e quinta.

Aos finais de semana
Almoço dia
11:30 às 15:00

R. 13 de Fevereiro, 703 • Centro - Tatuí • Fone: 15. 3251-7716

fora de casa

Os benefícios dos exercícios feitos ao ar livre

com o meio ambiente faz com que haja o melhoramento do condicionamento físico e o emagrecimento.

Agregar o hábito de se exercitar diariamente é algo que faz toda a diferença com relação à saúde do corpo e da mente. Melhor ainda poder contemplar a natureza dos parques e praças, voltando para casa com as energias renovadas! Não exige gastos nem compromissos demasiados. Comece você também a fazer alguma atividade, aproveitando os dias de verão e o clima do Brasil!

Para saber o que praticar

Considerada um dos exercícios mais fáceis e simples de fazer, a caminhada é uma opção para as pessoas que querem, aos poucos, começar a se exercitar. Ela pode ser realizada em pistas próprias, parque, avenidas etc. Mas o principal para que o exercício dê resultados é que se mantenha a rotina, e que haja o aumento gradual do tempo e do ritmo conforme a prática permita.

A corrida é excelente para quem deseja manter a forma e emagrecer. O esporte promove uma alta queima calórica e envolve o movimento de músculos de praticamente o corpo todo. Praticando diariamente, se obtém o melhoramento do condicionamento físico e a força nas

pernas, bumbum e abdômen.

Dentre as atividades para serem feitas ao ar livre, o ciclismo é uma ótima opção para quem busca tonificar as pernas e modelar os glúteos. O exercício, além de queimar calorias, trabalha a agilidade e a velocidade do corpo. Mas ao sair com a bicicleta, deve estar atento ao posicionamento da coluna para não ter dores posteriores.

Algo mais elaborado que pode ser feito mesmo no quintal de casa é o treinamento em circuito. Isso significa fazer uma série de exercícios aeróbicos e anaeróbicos que tonificam os músculos e melhoram o condicionamento físico.

O que não pode se esquecer, é que mesmo malhando na rua, é preciso o acompanhamento de um *personal trainer*, para evitar que você faça algum movimento errado e acabe se machucando. Mesmo fazendo exercícios todos os dias na rua, é bom lembrar que pelo menos uma vez na semana tem que ser feito exercícios em aparelhos, ou seja, academia, para que você possa manter sua força, forma e músculos.

Além do que já foi citado acima, sair de casa para praticar algum esporte permite um leque enorme de alternativas como a natação e os demais esportes aquáticos, pular corda, andar de patins e muito mais, basta apenas ter criatividade.



- Natação
- Hidroginástica
- Musculação
- Aulas fitness

Personal Trainer
Alex Mota
CREF 5878G

www.academiaestacaoa.com.br

Atendimento personalizado para:

- Gestantes
- 3ª Idade
- Reabilitação cardíaca e ortopédica

Todas as pessoas que procuram um atendimento individualizado, para melhorar o seu desempenho.

- Sala exclusiva para personal
- Com todos equipamentos
- Aulas também na piscina





O esporte conquistando cada vez mais o carinho dos jovens

Laís Zancheta e o exemplo de uma atleta que luta para realizar seus sonhos e conquistas!

O esporte de Guga, Thomas Belucci e de muitos outros atletas que fizeram e estão fazendo história e colocando, aos poucos, o nome deste país no cenário mundial do esporte. Estamos falando de pessoas que se dedicam, dão tudo de si para se tornarem ou até mesmo tornar seus filhos, parentes, em atletas do futuro, alguém que, futuramente, poderá nos trazer muitas alegrias, representando a nossa cidade e a nação.

Este mês, a revista Hadar conversou com uma jovem atleta, nascida em Botucatu, mas mora em Tatuí, que além de escola treina quase todos os dias. Não é fácil conciliar tudo, mas ela, juntamente com os seus pais, não desiste, eles sempre acabam dando um jeito para conciliar tudo. Estamos falando de Laís Zancheta, que já representou a cidade de Tatuí nos jogos da juventude, representou também a cidade de Sorocaba nos Jogos abertos realizado em Mogi das Cruzes e teve um ótimo desempenho. E finalizou o ano de 2011 em 1º lugar entre os melhores do estado de São Paulo. Essa conquista veio por conta do evento MASTER, torneio realizado na academia Slice SP, onde participaram as 8 melhores do estado. Mesmo não ganhando o MASTER, ela ficou em primeiro lugar. Acompanhe a nossa entrevista:

Revista Hadar >> Quantos anos você tem? Desde quando joga Tênis?

Laís>> Tenho 15 anos, jogo desde os 9 anos, iniciei o tênis com o Guilherme, professor que dá aula na Colina das Estrelas, em Tatuí.

Revista Hadar>> Como é a sua vida entre treinos, escola e a adolescência? É como separar seu tempo para treinos e estudos?

Laís>> É corrido, desgastante. Tenho que ter muita disciplina, pois divido minha vida entre escola, treinos e nos finais de semana torneios, meu dia a dia é assim: na parte da manhã me dedico aos estudos, à tarde faço treinos com bola e físico e à noite estudo inglês. Confesso que minha vida social acaba ficando de lado, mas me realizo em quadra, pois faço o que eu gosto.

Revista Hadar>> Como se sente em um torneio?

Laís>> Sinto-me como se estivesse entrando em um campo de batalha, fico muito concentrada, me preparo fisicamente e mentalmente. Sempre fico meio tensa minutos antes de entrar em quadra, mas quando começa o jogo, tudo passa. A adrenalina, a ansiedade, o medo de perder. Só penso em colocar em prática tudo o que treinei, jogo ponto por ponto sem pensar em um resultado, procuro fazer meu melhor e me esforçar ao máximo porque o resultado é consequência.

Revista Hadar>> Você treina todos os dias? Quantas horas por dia?

Laís>> Treino de segunda, terça, quarta e sexta, de 3 a 4 horas por dia, que inclui treino com bola com meu técnico Ricardo Diniz, físico e fisioterapia com o Allan Torquato e pilates com a Luciana.

Revista Hadar>> Você representa a sua cidade nos torneios? Como vê a parte de incentivo ao esporte por parte dela?

Laís>> No ano passado, fui convidada para representar Tatuí nos jogos da juventude em Itapetininga, fiquei feliz. Mas este ano representei Sorocaba nos jogos abertos em Mogi das Cruzes. Foi uma experiência nova, jogar tênis com torcida organizada é um pouco mais difícil para se concentrar, mas ganhei com parciais de: 3-6 7-6(14) 10-8. Quanto ao incentivo, deveria haver muito mais, para assim, tornar o esporte mais popular e acessível, o nosso ídolo Guga trabalha muito para que torne isso possível.

Revista Hadar>> Gosta de mais algum esporte? Prática? Sua família é esportista?

Laís>> Na minha infância, com 4 anos, fui judoca. Participava de torneios Regionais e Estaduais, pratiquei judô até os 12 anos, que foi quando tive que escolher entre o judô e o tênis. Gosto de vários esportes: futebol, vôlei, judô e o tênis. Minha família não chega a ser esportista, mas meu pai corre meia maratona, pratica tênis e participa de treinos Regionais e Estaduais.

Sabemos que nem tudo é fácil, e se tornar um atleta está bem longe de ser fácil. Se você tem um sonho ou uma pequena vontade de ser um atleta, vá atrás, batalhe, treine e faça tudo que for preciso. Só não deixe que seus sonhos morram e nem que seu talento fique escondido.



**Revista Hadar,
apoiando o Esporte!**

www.revistahadar.com.br

O cuidado com a pele no verão

A estação das férias exige mais atenção para a saúde da pele.

O verão é uma das, se não a mais, esperadas estações do ano. Geralmente é nessa época que as pessoas tiram férias, cuidam mais da saúde e da aparência para poder aproveitar tudo que o clima e o sol oferecem. E é claro que, principalmente as mulheres, estão sempre em busca daquele bronzeado perfeito, seja na praia, na piscina ou até na simples prática de atividades ao ar livre.

Mas, muitas pessoas esquecem ou não tomam o devido cuidado durante os meses de verão com o sol forte e em excesso que pode prejudicar de forma séria a saúde da pele ocasionando inclusive doenças graves.

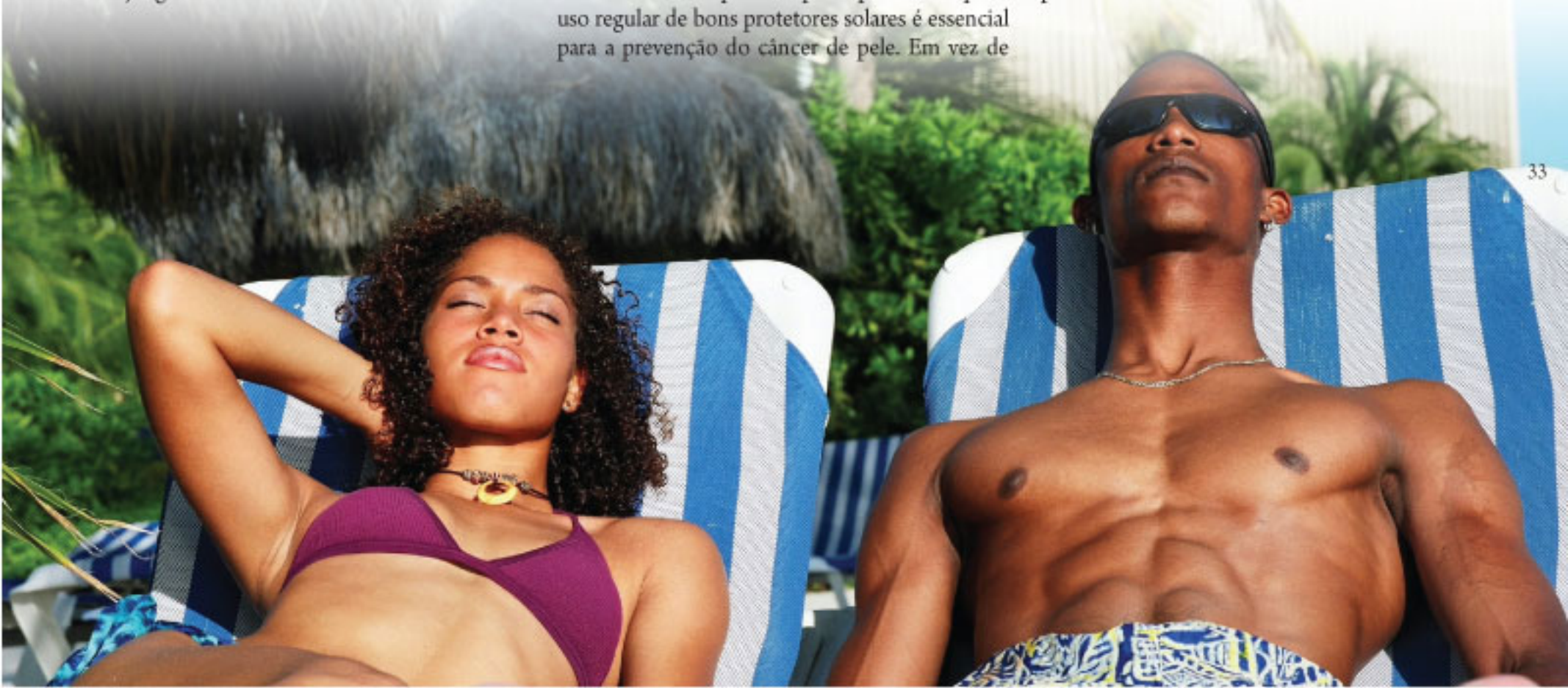
A exposição ao sol pode provocar diversos tipos de manchas na pele. E pessoas que possuem pele de cor mais clara sofrem de forma mais intensa com esse problema. Isso ocorre devido a distúrbios na produção de melanina e na pigmentação da pele, quando esta entra em contato demorado com a luz solar.

Por isso, o uso de protetor solar durante todos os períodos de permanência no sol é essencial para uma pele saudável. Ademais, a pele que recebe esse tipo de cuidado, com o passar dos anos sofrerá menos por conta das rugas e marcas trazidas pelo tempo.

É inclusive comprovado por especialistas que o uso regular de bons protetores solares é essencial para a prevenção do câncer de pele. Em vez de

cosmético, o filtro solar deveria ser considerado um medicamento, como um item de proteção à saúde. Aliás, está em estudo no Brasil uma lei para tornar obrigatório o fornecimento do produto aos funcionários que realizam atividades sob o sol. Ainda não existe nada definido, mas a previsão é de que para o ano de 2012 novas decisões sejam tomadas com relação ao tema.

Cada cor e tipo de pele exigem um diferente protetor ou bloqueador. Por isso, na hora de comprar o protetor a dica é consultar um dermatologista ou esteticista que possa recomendar o produto ideal para obter melhores resultados e uma pele mais bonita.



Seja Bem Visto!

Criamos seu site e ajudamos a divulgá-lo
Soluções criativas e dinâmicas para sua empresa fazer bonito na internet.

 **DigiMeta**
www.digimeta.com.br

Visite nosso site



 **Tatuí Fácil**
www.tatuifacil.com.br

Encontre empresas
e serviços de forma
rápida e prática.

Agende uma visita:
(15) 3205-2880

Energia sustentável ao alcance de todos

Metas e objetivos são estabelecidos neste ano que começou.

A cada ano que começa a ideia de que a natureza e os recursos naturais devem ser preservados e cuidados permanece mais forte sobre a sociedade mundial. Neste ano de 2012, a ONU – Organização das Nações Unidas proclamou que será o Ano Internacional da Energia Sustentável para Todos.

A ideia partiu de uma pesquisa que constatou o fato de que atualmente existe mais de 1,4 bilhões de pessoas no mundo que ainda não têm acesso a energia elétrica e mais um bilhão que possui, mas com déficits que ocasionam problemas de saúde, educacional, ambiental e até econômico.

O projeto visa fomentar ações e atentar a população mundial para este problema para que seja possível mudar essa realidade. O secretário geral da ONU irá comandar a



iniciativa que estabelece como prazo o ano de 2030 para o cumprimento de três grandes metas, que são: assegurar que todos tenham acesso a serviços modernos de energia; reduzir em 40% a intensidade energética global e aumentar em 30% o uso de energias renováveis em todo o mundo.

Além de fazer com que a energia sustentável chegue a lugares onde ainda não existe, a ONU busca também neste ano aumentar a conscientização com relação a esse assunto.

As cooperativas que produzem energia limpa através do vento, sol ou outras ferramentas são os meios principais, de acordo com especialistas de fazer aumentar o acesso das pessoas a essa energia. Com relação a esse assunto, o Brasil é um dos países com mais potencial para a produção, e também onde já se nota o efeito de pequenas e grandes empresas, presentes em todo o país.



ECOLife
Controle de pragas



Nossos Serviços:

- ✓ Dedetização
- ✓ Limpeza de caixas d'água
- ✓ Desentupimento
- ✓ Descupinização
- ✓ Desratização
- ✓ Controle de pragas urbanas

☎ 15. 3259.1646

🌐 www.ecolifeservicos.com.br

Cuidado com o cafezinho

O excesso do consumo de cafeína deve ser evitado.



Ainda que não pareça, uma substância que o mundo inteiro utiliza diariamente pode ser considerada viciante e, quando consumida em excesso, perigosa para a saúde. Estamos falando da cafeína, que pode ser encontrada no café, chá, medicamento, refrigerante, chocolate e em diversos outros produtos.

Principalmente presente no popular e irresistível "cafezinho", a cafeína é capaz de aumentar a concentração, levar à euforia, tirar o sono e é claro, entre outros efeitos, de proporcionar o prazer ao consumir algo que a contenha. Atualmente, é a substância estimulante mais consumida no mundo e cerca de 1 bilhão de pessoas consomem café regularmente.

O princípio ativo da cafeína é conhecido quimicamente como 1,3,7 - trimetilxantina. E esta se encaixa na classe de substâncias capazes de estimular o sistema nervoso central, produzindo certo estado de alerta de curta duração com relação ao sono e à fadiga. Ou seja, esse composto exerce uma função inibidora sobre essas sensações.

Em poucos minutos, a ingestão de, por exemplo, uma xícara de café, provoca o aumento da acuidade mental e sensorial e eleva o nível de energia do corpo. Quando consumida em doses elevadas, ela pode provocar aumento da pressão arterial e da frequência cardíaca.

O efeito do consumo da cafeína só aparece em longo prazo e está relacionado somente ao consumo em excesso e cada vez mais do próprio produto. Para pessoas que costumam consumir mais de 200 miligramas diárias (equivalente a 4 cafezinhos) a falta disso pode causar dores de cabeça, fadiga, excesso de sono, diminuição de energia e da a sensação de bem-estar.

ALUG MAK

Locação de Máquinas

• ANDAIMES • BETONEIRAS
• EQUIPAMENTOS ELÉTRICOS • CONSERTOS E MANUTENÇÃO

• Tatuí: 15.3251-4889
• Boituva: 15. 3363-3700
• Cerquillo: 15. 3384-5353
• Capela do Alto: 15. 3267-5388

alugmak@uol.com.br
www.alugmak.com.br

NOVA MARCA, NOVO SITE.

DESIMAX
design gráfico e web

CONFIRA: WWW.DESIMAX.COM.BR

WebSites | Portais | Lojas Virtuais

A calopsita

E todos os cuidados necessários!

Todo animal é muito doce quando bem tratado, mas as calopsitas são demais. Assim que se apega aos donos, e os donos precisam viajar, o animal deixa até de comer, de tanto sentir falta dos donos.

De origem australiana, as calopsitas são aves bem brincalhonas, dóceis, extrovertidas, uma ave de fácil acesso e de uma facilidade gigantesca de domesticação. Para que você possa manter uma calopsita em casa, nós da Revista Hadar vamos dar as dicas sobre os cuidados que você tem que tomar com seu mais novo bichinho de estimação.

Antes de qualquer decisão, saiba que não é muito aconselhável você separar o filhote da mãe antes de completar dois meses se você não tem muito tempo para a ave, pois o filhote necessita de cuidados especiais e muita atenção.

Como a ave ainda é um filhote, fica por sua conta amamentá-lo. Ele ainda não tem força suficiente no bico para comer sozinho, então fica por sua conta dar a famosa "papinha" para seu bichinho. Existem dois meios de alimentá-lo: um é com a seringa, o outro é com uma colher de chá amassada na ponta, no formato de um bico.

Saiba os horários que você tem que alimentar sua calopsita durante 8 semanas:

3 semanas:	às 7 h, 11 h, 15 h, 19 h e 23 h
4 semanas:	às 7 h, 12h30, 17h30, 20 h e 22h30
5 semanas:	às 7 h, 15 h e 22 h
6 e 7 semanas:	às 7 h e 22 h
8 semanas:	22 h

A partir da 4ª semana, já é aconselhável deixar um potinho com a ração na gaiola, pois assim o animal vai percebendo que não será mais alimentado por papinho, e tem que aprender a comer sozinho!

Além da alimentação da calopsita, você tem que estar sempre atento com a gaiola em que ela será criada, vale lembrar que elas adoram roer madeiras. Então de preferência, compre uma gaiola retangular de arame. Apenas os brinquedinhos e os poleiros devem ser de madeira.

Muitas vezes a calopsita pode ficar estressada, estranhar um pouco o lugar que vive, e com isso ela acaba se "distanciando" dos donos. Para que isso não aconteça, é bom dar atenção constante à sua calopsita, pegando-a pelo menos uma vez por dia e deixando que ela ande solta pela sua

casa, brincar, assoviar e acariciar sempre que possível. E não esquecer nunca de levá-la ao veterinário para cortar as asas, para que ela possa ficar solta ou com a gaiola aberta! Sua ave precisa ter muita confiança em você, e para isso, é necessário que você dê sempre atenção a ela.

Além de tudo isso, não podemos esquecer que as calopsitas também sentem frio. Então se você a mantém em um lugar exposto ao vento, é necessário que à noite a gaiola seja coberta com uma manta ou até mesmo com uma toalha. Isso evita os ventos e ajuda a manter a ave em um lugar mais quente.

Agora que você já tem ótimas dicas de como cuidar de uma calopsita, aposte no bichinho como um "animal de estimação" que traz toda a alegria que uma casa merece! Quando bem tratado, é claro!

AGROPECUÁRIA RICHARD



*Pet Shop, Banho e Tosa
Artigo p/ pesca, Rações e
Produtos Veterinários em Geral*

Disk Ração

LOJA 1: (15) 3305-5421

LOJA 2: (15) 3259-5247

LOJA 3: (15) 3251-0095

LOJA 4: (15) 3251-9873

LOJA 5: (15) 9759-3949

Richard: Nextel 113*9372

COMO ESTÃO OS



Situação dos rios e mananciais di

A situação dos rios e mananciais do Sudoeste Paulista divide autoridades e ambientalistas, que apontam a falta de políticas locais para a preservação do Meio Ambiente, a invasão de áreas de preservação, a retirada da mata ciliar e a poluição como os principais problemas enfrentados pelos rios da Região. Os ambientalistas apontam ainda o risco de problemas no abastecimento de água no futuro, tendo em vista o crescimento populacional e a falta de uma política de preservação dos mananciais.

Para as autoridades, porém, os mananciais apresentam-se em níveis satisfatórios, tanto no que diz respeito ao fornecimento de água para abastecer a população das cidades, quanto à poluição, pelo menos nos pontos de captação de água. Mas nem tudo está perdido. Em um ponto os dois lados concordam: a iniciativa de cobrança pelo uso da água, por parte do Governo do Estado, será benéfica, pois os recursos oriundos poderão ser usados em projetos

de preservação ambiental. Veja a seguir os principais pontos da reportagem.

Para o ambientalista e auditor Fernando Rosa Júnior, a situação dos rios e mananciais do município de Itapetininga “é péssima”. Ele conta que recentemente realizou um trabalho de mapeamento e georreferenciamento e constatou “muita falta de mata ciliar sobre o rio Itapetininga, o principal da região, e também de todos os córregos e cabeceiras de nascentes do perímetro urbano da cidade”.

Segundo ele, ainda faltam “investimentos e vontade política para recuperar os recursos hídricos, mas todos esses problemas foram encaminhados ao Promotor de Justiça do Meio Ambiente para tomadas de providências cabíveis. Há falta de interesse de muitos proprietários em preservar as margens dos recursos hídricos. Com os rios da região o retrato não é diferente, precisamos de investimento e incentivo para resgatar toda essa riqueza da natureza, pois falta

uma política ambiental municipal”.

De acordo com o ambientalista, os defensivos agrícolas “são os maiores vilões da poluição das águas, além da poluição de ligações clandestinas de esgotos. Muitas oficinas mecânicas ainda vêm jogando óleos e produtos químicos nas águas, isso precisa acabar”. Para ele, Itapetininga ainda não tem uma política municipal de conservação dos mananciais e uso racional da água. “Aqui em Itapetininga, se não tivermos logo uma política para conservação das águas, estaremos em breve enfrentando racionamento de água”. Além disso, “faltam investimentos em todas as cidades para a defesa das águas”.

Fernando Rosa Júnior acredita que pode haver problemas no abastecimento de água no futuro. “A falta de planejamento ambiental poderá comprometer nossas reservas de água, pois é muito grande a invasão das áreas de preservação permanente, onde são construídas casas e feito o plantio agrícola, que já são alvos de investiga-

RIOS DA REGIÃO



vide autoridades e ambientalistas

39

ção para punir os responsáveis”.

O ambientalista concorda com a proposta do governo de cobrar pelo uso da água. “A água é uma riqueza que poderá acabar, e, precisamos valorizar esse bem da natureza, os recursos arrecadados irão ajudar o meio ambiente”.

Sobre o trabalho de mapeamento do rio Itapetininga, ele afirmou que “foi feito voluntariamente e realizado com objetivo de alertar as autoridades da região em preservar esse patrimônio natural que abastece, só no município, cerca de 41 mil residências. O trabalho durou 4 anos contando com apoio do 3º Pelotão da Polícia Ambiental que nos permitiu o deslocamento sobre o rio. Fiquei muito feliz, pois detectamos muitos problemas como assoreamento, falta de peixes, pesca predatória, poluição por defensivos agrícolas e principalmente a falta de mata ciliar, que é fundamental para existência de um rio”.

Segundo ele, “Um estudo mais detalhado do rio Itapetininga e dos mananciais da

cidade, já está na Promotoria de Justiça do Meio Ambiente (Ministério Público) com a abertura de Inquérito Civil Ambiental para solucionar esses problemas. Com relação ao mapeamento sobre a cidade de Itapetininga que durou 8 anos, foi premiado no 1º Encontro Estadual de Biodiversidade realizado pela Secretaria Estadual do Meio Ambiente. Tal prêmio foi muito importante para nós, pois diversas cidades estavam participando deste evento. Foi o prêmio ambiental mais importante em toda minha vida”. Rosa revelou que pretende mapear outros rios da Região e já há estudo preliminar sobre os rios Sarapuí e Sorocaba.

Sobre as medidas que podem ser adotadas para preservar nossos mananciais, o ambientalista é categórico: “o reflorestamento por parte dos proprietários rurais às margens dos rios, fazer as curvas de nível para não deixar acontecer o despejo de efluentes químicos sobre os rios, a punição para aqueles que vêm invadindo as

nascentes e rios mesmo sabendo do fato, e os investimentos por parte das prefeituras para com os proprietários que necessitam de recursos para proteger as águas em suas propriedades, enfim, faltam vontade política e respeito com as águas, pois se algo não for feito urgentemente, nossas futuras gerações estarão comprometidas com a falta de água”, finalizou.

Tatuí

Para o engenheiro Adriano José Branco, gerente divisional da Sabesp em Tatuí, os rios Sarapuí e Tatuí, que abastecem a cidade, estão em “níveis satisfatórios e apresentam-se preservados e sem poluição nos pontos de captação de água bruta para abastecimento. A Sabesp realiza, rotineiramente, coletas de amostras e efetua análises para verificação dessas condições, visando realizar todos os procedimentos necessários para que a água distribuída à população atenda aos mais rigorosos padrões de potabilidade previstos na le-



gislação vigente. Essas análises também se estendem à água distribuída mediante laboratório certificado pelos órgãos de fiscalização existentes”.

Sobre a capacidade desses mananciais em atender a demanda de consumo de água, tendo em vista o crescimento da população, o gerente informou que “as ações de planejamento da SABESP visam atender com qualidade e quantidade suficientes todas as regiões atendidas pela Companhia. Não se vislumbra a possibilidade de insuficiência dos atuais mananciais dentro das condições atuais de operação e manutenção, exceto em eventual ocorrência de extrema estiagem (falta de chuvas)”.

Ao contrário do ambientalista itapetingano, para quem faltam políticas preservacionistas nos municípios da Região, Branco informou que “ao longo dos últimos 5 anos, a estatal efetuou o plantio de cerca de 18 mil mudas de árvores nativas às margens da represa de acumulação do

Rio Tatuí, manancial da cidade. Além de plantar, a companhia efetua ações para acompanhamento do desenvolvimento dessas mudas até que possam se desenvolver naturalmente. Fazem parte dessas ações: irrigação, combate a pragas, capinação do entorno, reposição das mudas que perecem, entre outras. Esse plantio fica à disposição para visitas desde que monitoradas por nossos técnicos. Para incentivo ao uso racional da água a Sabesp desenvolve campanhas educativas nos mais diversos veículos de comunicação da região.

Pelo menos em um ponto, governo e ambientalista concordam: os benefícios da cobrança pelo uso da água. “Essa proposta é bem vista, pois prevê que a arrecadação que dela provier será aplicada, mediante administração do Comitê de Bacias Hidrográficas, em ações para recuperação e preservação dos mananciais das cidades. Prevê também que apenas os maiores tomadores d’água, como a SABESP por exemplo, recebam tal cobrança, visando as importantes melhorias e manutenções das condições dos mananciais abastecedores da região”, finalizou Adriano Branco.

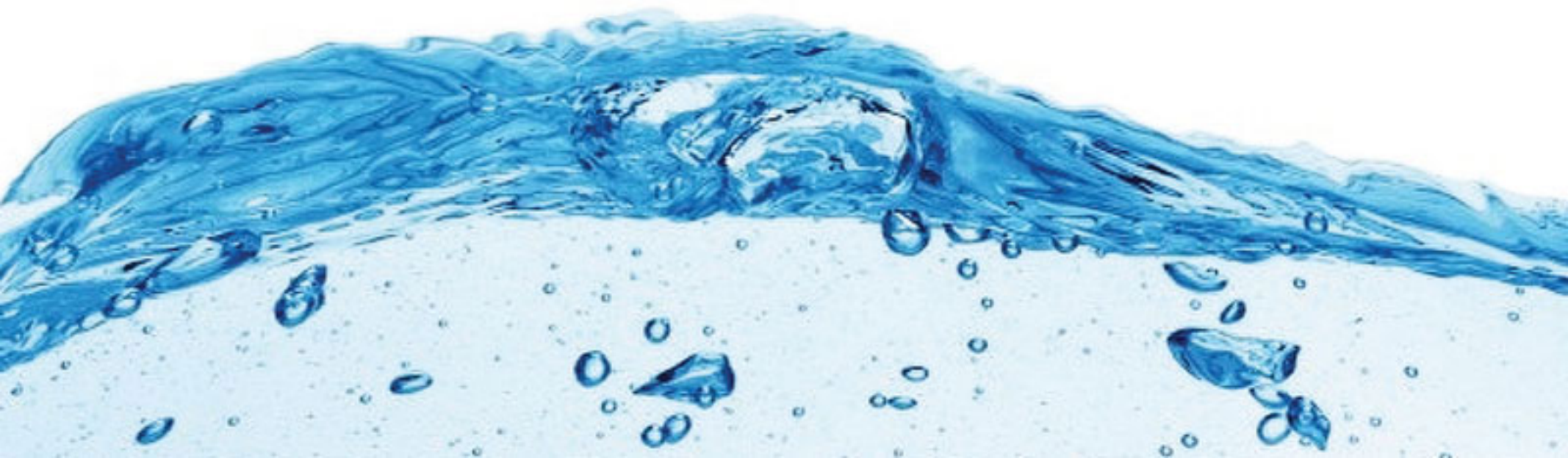
Secretaria

A Secretaria do Meio Ambiente de Ta-

tuí informou, por sua vez, que o córrego Ponte Preta e o Ribeirão Manduca ainda sofrem com lançamentos de esgotos clandestinos.

Segundo Wendell Rodrigues Wanderley, diretor do Departamento de Educação Ambiental da secretaria, o ribeirão, o córrego e os rios citados “apresentam um índice de qualidade de água considerado aceitável para os padrões da CETESB. Na maior parte do ano e nas épocas chuvosas temos uma melhora no índice de qualidade. Ao passo que em épocas de estiagem, temos menos água para diluir os poluentes”. Ainda conforme Wanderley, a Prefeitura Municipal através da Secretaria do Meio Ambiente e a SABESP desenvolvem campanhas educativas sobre conservação e uso racional da água ao longo do ano.

Sobre problemas de abastecimento de água no futuro, Wanderley reconhece que poderá haver problemas “não só em Tatuí como no país todo. O município de Tatuí pertence à bacia hidrográfica do rio Sorocaba. Esta já se encontra numa situação de atenção quanto à disponibilidade de água. Se nós não nos conscientizarmos e não agirmos de maneira incisiva quanto ao





uso racional da água, teremos sérios problemas no futuro”.

O diretor lembra que “a cobrança pelo uso da água na nossa bacia teve início em outubro de 2010, feita pelo Comitê de Bacia Hidrográfica do Sorocaba e Médio Tietê. O município de Tatuí compõe este Comitê e a proposta da cobrança foi aprovada por unanimidade. A ideia de se cobrar pelo uso da água é que todos se conscientizem que a água é um bem finito e essencial para a vida”, afirmou Wendell Wanderley.

Fehidro

Para o Secretário de Estado dos Recursos Hídricos, Edson Giriboni, a situação dos rios da Região “está muito boa. Tanto em relação aos índices de poluição quanto à disponibilidade hídrica total per capita. Nós pertencemos a Unidade de Gerenciamento de Recursos Hídricos do Alto Paranapanema, nossas águas são consideradas de boas para ótimas com baixos índices de poluição. Mas isso não quer dizer que devemos relaxar. Pelo contrário, temos de continuar fiscalizando para que essa situação se mante-

nha. A água é um dos grandes bens que vamos deixar para as gerações futuras. Precisamos cuidar muito bem”

Sobre o Fehidro, fundo que disponibiliza recursos para os municípios, Giriboni esclareceu que ele “foi criado para dar suporte financeiro à Política Estadual de Recursos Hídricos. São financiamentos reembolsáveis, ou a fundo perdidos de projetos, serviços e obras estabelecidos pelo Plano da Bacia Hidrográfica que por sua vez deve atender ao Plano Estadual de Recursos Hídricos do Estado. É um instrumento fundamental para a gestão dos recursos hídricos no Estado de São Paulo. Um exemplo prático é o trabalho realizado no Ribeirão do Lajeado em Taquaritiba, onde a prefeitura, com auxílio do Fehidro, fez um trabalho de revitalização no córrego, evitando assim inundações que eram frequentes na área. Desde 1996 foram realizados 2.885 projetos. Atualmente estão em diversas fases, aproximadamente, 1300 empreendimentos”.

De acordo com o secretário, “devido às características da economia da nossa Região, predominantemente agrícola, temos um baixo impacto poluidor. Com os investimentos que o governo do Estado vem fazendo na região, a tendência é que as indústrias comecem a investir mais, portanto teremos de continuar atentos para

não permitir uma queda na eficiência de sistemas de tratamento de efluentes, domésticos e industriais”.

Edson Giriboni afirmou ainda que, “a cobrança pelo uso da água tem como objetivo mais do que arrecadar: tem caráter educativo, para incentivar o uso racional da água. É uma lei de 2005. Estamos implantando de forma gradual. Os comitês dos rios Piracicaba/Capivari/Jundiá e Paraíba do Sul foram os primeiros a iniciar a cobrança pelo uso da água, com boletos emitidos no exercício de 2007. O Comitê Sorocaba /Médio Tietê começou a emitir boletos a partir do ano de 2010. Este ano estamos iniciando a cobrança na Bacia Hidrográfica do Alto Tietê, que abrange a região metropolitana de São Paulo e conta com uma população estimada de 20 milhões de pessoas. É importante deixar claro que os recursos arrecadados são administrados pelos próprios comitês de bacias”, finalizou Giriboni.

Nota da redação: o questionário com as perguntas sobre os rios e mananciais foi enviado por email a várias prefeituras da Região. Até o fechamento desta edição, somente as citadas na matéria nos responderam.



Perspectivas para

2012

O mundo vai acabar?

O ano de 2012 nem tinha começado, mas já era o assunto principal de muitas conversas, notícias e documentários. Afinal, segundo o povo Maia, este é o ano em que o mundo como conhecemos pode acabar. Uma pena, realmente, não? Logo agora que você resolveu levar a sério todas aquelas promessas de Ano Novo!

O mundo vai acabar justamente neste ano em que o Brasil ultrapassou a Inglaterra e tornou-se a sexta economia mundial. Que injustiça!!! Mais do que isso: que ironia!!! Gerações de brasileiros viveram e morreram com a esperança de que o país se desenvolvesse e tornasse uma potência mundial. E justo agora, que tudo indica que isso pode acontecer, descobrimos que o mundo pode acabar. Você pode até pensar: "também...o Brasil como potência mundial? Só pode ser o fim do mundo mesmo".

Se o mundo vai acabar ou não, não sabemos, mas que ele está mudando rapidamente,

não resta a menor dúvida. Afinal, até há pouco tempo, quem poderia imaginar que o nosso país iria passar praticamente ileso por duas sérias crises econômicas mundiais? A mais recente pôde acabar com o poderoso (já não é tanto assim) Euro, a moeda utilizada por 17 países europeus e cujo bloco enfrenta a mais séria crise desde a Segunda Guerra Mundial.

Antes potências econômicas, Espanha e Itália enfrentam problemas graves, que exigem medidas duras, como corte de gastos públicos, aumento na idade mínima para aposentar e outras ações que provocam a ira da população. Só a Alemanha e a França apresentam resultados positivos na economia, pelo menos por enquanto. O principal problema, segundo alguns analistas, é que os europeus se acomodaram nos últimos anos, sobretudo em seu parque industrial. Deitada em berço esplêndido, a Europa não se preparou para enfrentar a concorrência de países de fora do continente. E está pagando o preço por isso.

Além disso, a temperatura política aumenta no mundo, influenciando os rumos da economia. Basta ver a demanda entre Irã e Estados Unidos, que já envolve a União Europeia. Em janeiro, a EU decidiu não comprar mais petróleo do Irã, em uma tentativa de fazer com que o país pare com seu programa nuclear, o

qual o governo iraniano insiste em dizer que é pacífico, mas ninguém acredita. Com isso, se abre mais uma oportunidade para o Brasil, que pode vender petróleo para a Europa, tendo em vista a capacidade do pré-sal, o mega campo de petróleo descoberto recentemente.

Brasil, Rússia, Índia e China: estes são os países que devem se sobressair no cenário mundial, não apenas em 2012, mas nos anos futuros.

Como se vê, o Brasil realmente tem muito a ganhar e seria uma pena que o mundo acabasse neste ano, mas seria ótimo que o país acabasse com a má distribuição de renda, a corrupção, o mau uso do dinheiro público, o caos na saúde e o sucateamento da educação. Para ocupar plenamente seu lugar de destaque no tabuleiro de xadrez mundial, o Brasil ainda tem muito o que fazer. Portanto, vamos arregañar as mangas e trabalhar. 2012 não será o fim do mundo, mas sim o começo de uma nova ordem mundial. E o Brasil estará lá.



Mercado Financeiro

Os investimentos culturalmente mais conhecidos pelos brasileiros.

produtos financeiros para que as oportunidades sejam aproveitadas sem dores de cabeça.

O investimento mais tradicional do mercado financeiro brasileiro, a caderneta de poupança, tem uma forte relação cultural com o ato de poupar dinheiro. Desta forma, este investimento que constitui uma forma de empréstimo de dinheiro ao governo, via banco, acaba sendo a pior alternativa do mercado, pois, apesar de ter uma alta facilidade de retirada, apresenta baixa rentabilidade e data de aniversário para seu rendimento. No final das contas, a poupança acaba sendo atrativa pela facilidade e comodidade, pois não requer um conhecimento específico sobre mercado financeiro.

Alternativa comum aos brasileiros, o CDB – Certificado de Depósito Bancário – é uma maneira de emprestar dinheiro para o banco, buscando que o mesmo te pague um rendimento pelo valor emprestado. Esse rendimento é atrelado a uma porcentagem do CDI (Certificado de Depósito Interbancário), que é um

indexador do mercado financeiro. No entanto, para este produto, há incidência de imposto de renda e um tempo de carência no qual o dinheiro não pode ser retirado.

Os dois produtos acima contam com a atuação do FGC, Fundo Garantidor de Créditos, uma instituição que atua nos produtos mais conhecidos pelos brasileiros. Uma de suas funções é garantir valores até R\$ 70 mil por instituição financeira para cada pessoa em caso de intervenção, liquidação ou falência.

No mercado financeiro, risco é a parcela inesperada de retorno sobre um investimento, por isso a atenção sobre as taxas e a real rentabilidade são cuidados que não podem ser deixados de lado. Na prática, como no carnaval, tais preocupações separarão aqueles que investiram seu tempo num planejamento e desfrutarão do retorno esperado daqueles que enfrentarão situações de risco e não terão os resultados desejados.

Equipe Soberano

Um mês já se passou, é possível visualizar o que realmente virou novo e o que não passou de promessa. Na reportagem de janeiro, foi mostrada a importância de um eficiente planejamento financeiro, que pode ser exemplificado através de um evento culturalmente conhecido, o carnaval. Quem se planejou e buscou conhecimento, só terá um problema: Aproveitar o carnaval como se deve, uma grande festa. Quem deixou para última hora, enfrentará horas de congestionamento, superlotações, resultando na falta de dinheiro para a cervejinha. A falta de conhecimento traz situações inesperadas e indesejáveis. Analogamente, devemos buscar o conhecimento nos

Soberano

Educação Financeira

Invista no seu conhecimento!

Palestras Gratuitas

- 06/03 - 19:30 - Como Administrar Suas Finanças
- 08/03 - 19:30 - Como e Onde Investir em 2012
- 13/03 - 19:30 - Seus Investimentos: Muito Além da Poupança
- 15/03 - 19:30 - Invista em Imóveis de Forma Inteligente
- 20/03 - 19:30 - Previdência privada
- 22/03 - 19:30 - Desmistificando a Bolsa de Valores
- 27/03 - 19:30 - Fundamentalista Sem Segredos
- 29/03 - 19:30 - Introdução à Análise Técnica

*Necessária a inscrição por email

Cursos

- 17/03 - Aprenda a Investir seu Dinheiro
- 31/03 - Aprenda a Investir na Bolsa de Valores
- 21 e 22/03 - Finanças Pessoais

Mais informações e inscrições:
comercial@soberanoi.com.br

Rua Quinze de Novembro, nº28, 1º Andar
Centro - Tatuí/SP | Fone: (15) 3251-3350

afiliado  investimentos

CAETANO

Rede Caetano

Ventilador Estrela
Teto 3 pás 110W/220V
Marfim ou Branco
por apenas

R\$147,90

à vista em 3x ou em 10x de R\$16,94

VENTISOL
Clima bom o ano inteiro

Ventilador Flaro
Teto 3 pás 110W/220V Tabaco
por apenas

R\$163,90

à vista em 3x ou em 10x de R\$18,77

Ventilador Wind Light
Teto 3 pás Branco ou Preto 110W/220V
por apenas

R\$85,90

à vista em 3x ou em 10x de R\$9,84

Ventilador Notas
Mesa 110W/220V Branco ou Preto
por apenas

R\$65,90

à vista em 3x ou em 10x de R\$7,55

LORENZETTI

Mais do que você imagina

Ducha Advanced
LORENZETTI
Eletrônica 127/220V
por apenas

R\$109,90

à vista em 3x ou em 10x de R\$12,59

Bella Ducha
LORENZETTI
Turbo c/Pressurizador 4T 127/220V
por apenas

R\$109,90

à vista em 3x ou em 10x de R\$12,59

Ducha Jet 4
LORENZETTI
Branca 127/220V
por apenas

R\$83,90

à vista em 3x ou em 10x de R\$9,81

Chuveiro
LORENZETTI
Tradição Crom. 127/220V
por apenas

R\$121,90

à vista em 3x ou em 10x de R\$13,56

Pendente Vidro Alumínio Escovado 8841/11/04
por apenas

R\$74,99

à vista em 3x ou em 10x de R\$9,59

Pendente Quadrado 40 cm 8162/11/04
por apenas

R\$94,99

à vista em 3x ou em 10x de R\$10,88

Piafon Redondo Vidro Jateado 25 cm Branco 8125/14/04 2xE27
por apenas

R\$12,49

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,43

Piafon Redondo Vidro Jateado 30 cm Branco 8130/14/04 2xE27
por apenas

R\$17,99

à vista em 3x ou em 10x de R\$2,06

Spot Embutir Quadrado
Branco Cromado Escovado

	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
Branco 5260/00/04	R\$9,49	R\$1,09	
Cromado 5260/00/00	R\$9,49	R\$1,09	
Escovado 5260/00/09	R\$9,49	R\$1,09	

Spot Embutir Redondo
Branco Cromado Escovado

	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
Branco 5250/00/04	R\$9,49	R\$1,09	
Cromado 5250/00/00	R\$9,49	R\$1,09	
Escovado 5250/00/09	R\$9,49	R\$1,09	

	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
2x20 Cromada 2622/55/00	R\$34,90	R\$4,00	
2x20 Preto 2622/55/01	R\$34,90	R\$4,00	
2x40 Cromada 2642/55/00	R\$45,90	R\$5,26	
2x40 Preto 2642/55/01	R\$45,90	R\$5,26	

Luminária Aletada Completa
Preto ou Cromado



BLUMENAU
iluminação

Luminária Economic 2628/05/01 2628/05/00
por apenas

R\$15,49

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,77

Luminária Economic 2618/05/01 2618/05/00
por apenas

R\$9,49

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,09

FOLIA DE OFERTAS!

As melhores ofertas e os menores preços!

acesse: www.redecaetano.com

Ofertas válidas de
1 a 25
Fevereiro/2012
ou enquanto durarem nossos estoques



eliane
Piso ELIANE Extra

33,5x45
Ref. Victoria
Aço
por apenas
R\$22,99
à vista em 3x
ou em 10x de R\$2,83

20x20
Ref. Forma Sim
Banco RR PEI 4
por apenas
R\$19,49
à vista em 3x
ou em 10x de R\$2,23

33,5x45
Ref. Yaxaco
Direto

VILLAGRES
Piso VILLAGRES Extra

50x50
Ref. 3101
PEI 4
por apenas
R\$23,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$2,74

50x50
Ref. 3134
PEI 4

50x50
Ref. 3138
PEI 4

CEDRSH
Piso CEDASA Extra

32x45
Ref. Ravina
II PEI 2
por apenas
R\$8,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,02

45x45
Ref. Gornado
PEI 4

45x45
Ref. Ravina
PEI 4

Lume
Piso LUME Extra

47x47
Ref. Forma 12
por apenas
R\$12,49
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,43

47x47
Ref. Forma 11

47x47
Ref. Forma 9

incefra
Piso INCEFRA Extra

45x45
Ref. PD 32640
PEI 4
por apenas
R\$9,49
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,09

45x45
Ref. PD 32820
PEI 4

45x45
Ref. PD 32870
PEI 4

ARTEC
Piso ARTEC Extra

41x41
Ref. 41290
PEI 4
por apenas
R\$8,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,02

45x45
Ref. 4538
PEI 4

45x45
Ref. 4528
PEI 5

ICF
Piso FORTALEZA Extra

28x38
Ref. 3185
PEI 3
por apenas
R\$8,29
à vista em 3x
ou em 10x de R\$0,95

45x45
Ref. 4385
PEI 4

45x45
Ref. 43211
PEI 5

Lume
Piso LUME Extra

43x43
Ref. 43512 PEI 4
por apenas
R\$8,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,02

33x51
Ref. LS 531 PEI 4

33x51
Ref. LS 519
PEI 4

MEGA PROMOÇÃO
Tudo a lake Splendore
com 18 modelos disponíveis
por apenas
R\$8,90

Majopar
Piso MAJOPAR Extra

32x45
Ref. 31210
PEI 2
por apenas
R\$8,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,02

45x45
Ref. 45099
PEI 4

45x45
Ref. 45093
PEI 4

Vista Bella
Piso VISTA BELLA Extra

32x45
Ref. 10137
PEI 2
por apenas
R\$8,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,02

45x45
Ref. 12007
PEI 4

32x45
Ref. 11020
PEI 2

Espeleira
Magnun
Palladium
0,60cm
Branco/Branco
Branco/Preto
por apenas
R\$119,90
à vista em 3x
ou em 10x
de **R\$12,73**

Toucaador
Palladium
Magnun 0,60cm
Branco/Branco
Branco/Preto
por apenas
R\$377,90
à vista em 3x
ou em 10x
de **R\$43,29**

Espeleira
Senna
Palladium
0,60cm
Branco/Branco
Branco/Biscuit
por apenas
R\$93,90
à vista em 3x
ou em 10x
de **R\$10,70**

Toucaador
Palladium
Senna 0,60cm
Branco/Branco
Branco/Biscuit
por apenas
R\$347,90
à vista em 3x
ou em 10x
de **R\$39,85**

incefra
Piso INCEFRA Extra

45x45
Ref. PD 33050
PEI 3
por apenas
R\$8,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,02

41,5x41,5
Ref. PD33300
por apenas
R\$9,49
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,09

25x35
Ref. RY 30410 PEI 3

Lef
Piso LEF Extra

31x31
Ref. 30348
PEI 4
por apenas
R\$9,39
à vista em 3x
ou em 10x de R\$1,08

31x31
Ref. 30349
PEI 3

44x44
Ref. 44527
PEI 4

ESTEVEVES
Misturador de Cozinha Esteves C37 Mesa VMM670 por apenas **R\$289,90**
à vista em 3x ou em 10x de **R\$33,21**

Misturador de Cozinha Esteves C40 Mesa VMM687 por apenas **R\$182,90**
à vista em 3x ou em 10x de **R\$20,95**

Torneira de Cozinha Esteves C50 VTP051 Parede por apenas **R\$99,90**
à vista em 3x ou em 10x de **R\$11,44**

Torneira de Cozinha Esteves C40 VTP038 Parede por apenas **R\$89,90**
à vista em 3x ou em 10x de **R\$10,30**

Misturador de Cozinha Esteves C50 Mesa VMM684 por apenas **R\$182,90**
à vista em 3x ou em 10x de **R\$20,95**

ViaRosa
Porcelanato VIA ROSA Extra

54x54
Ref. AR 54105 PEI 4
por apenas
R\$23,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$2,34

54x54
Ref. DR 54117 PEI 4
por apenas
R\$27,90
à vista em 3x
ou em 10x de R\$3,20

54x54
Ref. BR 54135 PEI 4

Delta
Porcelanato DELTA Extra

52x52
Ref. VA Apia HT
por apenas
R\$20,99
à vista em 3x
ou em 10x de R\$2,40

52x52
Ref. Tapa HT

52x52
Ref. Gran HT

eliane
Porcelanato ELIANE Extra

50x50
Ref. Paris Plus
por apenas
R\$41,49
à vista em 3x
ou em 10x de R\$4,75

50x50
Ref. Maré

PORCELANATOS

Rede CAETANO. 7 LOJAS para melhor atendê-los!

 Trav. Romeu Picchi, 532 Fone/Fax: (15) 3323-5000 Tatui - SP	 Rua Juvenal do Campos, 593 Fone: (15) 3323-2000 Tatui - SP	 Rua Manoel de Lara, 295 Fone: (15) 3267-8900 Capela do Alto - SP	 Rua Cel. Eugênio Meta, 985 Fone: (15) 3363-8777 Boituva - SP	 Rua Cel. Eugênio Meta, 68 Fone: (15) 3268-9790 Boituva - SP	 Rua Quintino Bocaiuva, 98A Fone: (15) 3471-9100 Itapetininga - SP	 Avenida Brasil, 105 Fone: (15) 3288-4600 Cerquillo - SP
---	--	--	--	---	---	---

Mercado imobiliário aquecido mantém a economia girando

Segmento apresentou crescimento inferior a 2010, mas expansão continua, na Região, algumas cidades apresentaram crescimento de 30% em 2011

Mesmo apresentando desaceleração se comparado a 2010, o setor de construção civil e o mercado de imóveis no Brasil têm apresentado desempenho acima do esperado, mantendo a economia aquecida. Este quadro se mantém mesmo com o Custo Unitário Básico da Construção Civil (CUB) superando a marca dos R\$ 950/m² na Região de Sorocaba, segundo o Sindicato da Construção (Sinduscon). Há otimismo com relação às perspectivas para este ano.

O bom momento se reflete também nos municípios do Sudoeste Paulista, que estão experimentando um verdadeiro boom no segmento, recebendo grandes investimentos. Em algumas cidades há vários projetos em andamento e o crescimento do mercado imobiliário foi de 30% em 2011, segundo profissionais do setor.

Quadro Nacional

Segundo o Sinduscon, os números de 2011 “vêm sendo comparados com um passado muito bom. Dessa forma, explica-se por que desde os primeiros meses do ano a cadeia da construção apresenta taxas de crescimento inferiores às observadas em 2010”, a entidade ressalta que o mercado vivia um momento de euforia há dois anos, mas afirma que “a despeito de uma base bastante alta, houve de fato uma desaceleração da atividade da construção. Esta foi percebida na pesquisa de emprego do Caged (Cadastro Geral de Empregados e Desempregados), que vem acusando uma redução no saldo líquido (admissões menos demissões) de contratação das construtoras. Entre janeiro e outubro, o saldo líquido de contratação das construtoras foi de 314,6 mil postos de trabalho, o que representou uma redução de 22% na comparação com 2010. O segmento imobiliário foi o que registrou maior retração (-39%) na comparação com 2010. É importante observar que essa redução não está relacionada à queda nas vendas no mercado imobiliário registrada em algumas cidades, como São Paulo, Porto Alegre e Belo Horizonte. O setor tem um ciclo longo, e as obras em execução atualmente são resultado de vendas realizadas em 2009 e 2010”.

Sem euforia

Para o Sinduscon, “o cenário vivido em 2011

distingue-se da euforia de 2010, mas está longe de um quadro de retração de atividades. O empresário da construção se mantém otimista com as perspectivas de crescimento da empresa. É o ritmo de atividade se mantém forte, com o PIB setorial crescendo acima do PIB nacional”. O setor deve crescer 4,8% em 2011; já a previsão do crescimento do PIB brasileiro está na casa dos 4,7%. As contratações na área da construção civil também permanecem em alta. “Entre janeiro e outubro, o emprego com carteira em todo país registra expansão de 9% na comparação com o mesmo período de 2010. No segmento imobiliário, a alta foi de 8,4% na mesma comparação”, informou o Sinduscon.

Itapetininga

O mercado de imóveis em Itapetininga vive um momento de expansão. O crescimento abrange todos os níveis e classes sociais, segundo representantes do setor.

Com cada vez mais pessoas sonhando em ter a casa própria, o aumento das vendas durante o ano de 2011 foi de 30% em relação ao ano passado, conforme pesquisa realizada por uma imobiliária local. “Esse aumento na procura provocou uma reação em cadeia, envolvendo as construtoras e os empreiteiros da cidade”, afirmou o proprietário da imobiliária.

Segundo ele, as empresas do setor estão atentas à expansão da demanda no município. O mercado imobiliário local deve continuar sua transformação. Recentemente, a administração municipal aprovou lei aumentando o perímetro urbano do município, o que pode refletir na valorização dos imóveis.

Programas

Segundo a prefeitura de Itapetininga, cerca de 700 famílias foram atendidas em programas habitacionais que priorizam o atendimento as pessoas que moram em áreas de risco, com alto grau de vulnerabilidade e de baixa renda.

Em setembro do ano passado, foram entregues as 359 casas do Programa Minha Casa Minha Vida, em parceria com o Governo Federal. O município foi um dos primeiros do Estado de São Paulo a aderir ao projeto, as

novas unidades do Gramados 1, localizado no Bairro Taboãozinho estão avaliadas em mais de R\$ 15 milhões.

Ainda de acordo com a administração municipal, estão em fase final vários projetos de construção de moradias, em parceria com a Companhia de Desenvolvimento Habitacional e Urbano do Estado de São Paulo (CDHU), sendo 200 apartamentos na Vila Rio Branco, 25 moradias no Jardim São Camilo e 16 Unidades Habitacionais no Loteamento Morada do Sol, pelo Programa Vila Dignidade. Neste projeto, as casas são projetadas para atender às exigências de acessibilidade para pessoas idosas ou com necessidades especiais.

Expansão

Ainda conforme a administração municipal, foram aprovados 14 novos empreendimentos imobiliários em 2011. Serão três de alto padrão e 11 do tipo médio e popular na cidade. No total, estão previstos o lançamento de 10 mil

lotes residenciais. A estimativa da Secretaria Municipal de Planejamento, é que 35 mil pessoas passem a morar nesses locais.

Os novos empreendimentos, em sua maioria fechados, serão construídos em vários pontos de Itapetininga, atendendo todas as camadas econômicas da cidade. Estão previstos loteamentos nas proximidades da Vila Célia, Wenceslau Braz, Vale San Fernando, Cyro Albuquerque, Taboãozinho, Bancários, Vila Mazzei, Vila Prado, Vila Assem, entre outros.

Cerquilha

Segundo a assessoria de imprensa da Prefeitura, a cidade não possui “questões de favelas ou sub-moradias. As administrações da cidade sempre tiveram preocupação com essa questão das moradias para as pessoas. Há algum tempo foram doados 282 lotes no Vale do Sol. E Cerquilha conta ainda com o programa Minha Casa Minha Vida, do Governo Federal, no qual, a cidade foi contemplada com a construção de 60 casas. A construção das mesmas já teve início.

Porto Feliz

Em nota, a assessoria de imprensa da Prefeitura informou que “existem muitos pro-



cessos abertos de viabilidade para possíveis empreendimentos imobiliários, tanto residenciais quanto comerciais e industriais. A movimentação imobiliária está nitidamente aquecida e existe o interesse de investidores, locais ou não, no ótimo momento que o município vive. Por exemplo, podemos citar a implantação do condomínio "Portal dos Bandeirantes II. Na questão de moradias populares, no ano passado a Prefeitura de Porto Feliz fez a entrega de 60 casas pelo programa Minha Casa, Minha Vida. Existe a previsão de construção de mais 60 casas na segunda etapa do projeto. Também foram entregues 86 residências através da CDHU".

Ainda de acordo com a assessoria, "o crescimento imobiliário residencial do município acontece mais fortemente às margens da Av. Mário Covas no sentido Capivari, impulsionado também pelas propostas e ações do Governo Municipal na região, como o Estádio Ernesto Rocco e o loteamento Altos do Jequitibá, o Ginásio de Esportes e o Parque Temático Terra Santa. Mas há também um crescimento industrial no sentido das Rodovias Dr. Antonio Pires de Almeida, impulsionado entre outros motivos pela Toyota, e Marechal Rondon, também entre outros

motivos pela duplicação da rodovia. Com o crescimento dos investimentos imobiliários, o município vislumbra novos tempos. Espera-se que, com os empreendimentos atuais e futuros, possamos atender às necessidades de oferta e procura de imóveis no município, tornando-os mais acessíveis economicamente principalmente para as faixas de menor poder aquisitivo.

Código

"Porto Feliz aprovou seu Código de Obras e está finalizando a Lei de Parcelamento e Uso e Ocupação do Solo (mais conhecido como Zoneamento) e em breve iniciará a revisão do nosso Plano Diretor aprovado em 2006. Esse conjunto de Leis Complementares ao Plano Diretor e ele próprio vão, sem dúvida nenhuma, contribuir para um crescimento com planejamento, levando em conta questões urbanísticas importantes para a expansão urbana, de uma cidade com grande extensão territorial", afirma a nota.

Nota da redação: o questionário com as perguntas sobre o mercado imobiliário foi enviado por email a várias prefeituras da Região. Até o fechamento desta edição, porém, somente as citadas na matéria responderam.

47

CREA 0870897



Realizamos perfurações em toda a região, pelo melhor custo benefício, cumprindo o prazo de trabalho com rapidez e economia.

As obras são supervisionadas por profissionais de Engenharia.

www.sibrapefundacoes.com.br

Fone: (15) 3205-1293 / 7814-2627 / ID 126*64408

Rua 13 de Fevereiro, 58 e 62 - Centro - Tatuí/SP

Projetos Estruturais

Leonardo C. Spada
Engenheiro Civil

CREA - 5061922250

Estruturas

Fundações

15. 3205-1293

15. 9706.9119

leospada@fasternet.com.br

Rua 13 de Fevereiro, 58
Centro - Tatuí/SP



Brw

CARNAVAL

a cara do Brasil

A importância da festa que une a alegria e a diversidade do nosso povo

Uma das datas e festas mais esperadas do ano está chegando. O país todo de norte a sul, leste a oeste celebra, cada região segundo seu costume e tradição, e pode-se dizer que, literalmente, o Brasil fica em festa durante os dias do Carnaval.

Seja na rua, nos sambódromos, na praia, nas escolas, nos clubes. Não existe restrição nem impedimento para se festejar, as festas do Carnaval já estão arraigadas à cultura brasileira e ao gosto da população. Do glamour das escolas de samba paulistas e cariocas aos pequenos blocos das cidadezinhas do interior do país, os festejos não separam classes sociais ou cor, chegam a todos do mesmo modo.

Datada aproximadamente entre 600 e 520 a. C., a festa do Carnaval se originou na Grécia e eram feitas para agradecimento aos deuses pela fertilidade do solo e pela produção e, posteriormente, no ano 590 d. C., a igreja católica adotou as festividades, sendo que depois dos festejos se iniciava o período de quaresma e resguardo.

Ainda que historicamente essa tradição tenha sido originada muito longe de terras brasileiras, e há muito tempo, foi a cidade

do Rio de Janeiro e o "jeitinho brasileiro" de comemorar o Carnaval que fizeram com que o Brasil ficasse conhecido no mundo todo como dono dos maiores e melhores carnavais do planeta.

As manifestações artísticas e musicais que acontecem durante o feriado do carnaval fazem com que a diversidade e multifacetada identidade cultural brasileira se explicitem ainda mais. Músicas e ritmos distintos, fantasias e alegorias, e tudo mais que existe nas festas carnavalescas do país reafirmam a ideia de que o Brasil é um país diferente dos demais. É um lugar com diversas "caras" e capaz de agradar os mais distintos gostos e preferências.

Unidos por uma paixão, assim como o futebol, o carnaval tem o mesmo efeito sobre a população. E, mais além das questões culturais, a festa alia também importância histórica, econômica, política e artística.

E na hora de cair na folia?

Na hora de se preparar para sair e curtir as festividades do carnaval é essencial estar preparado. E, além de muita alegria e animação, os disfarces e fantasias são fundamentais para

deixar a festa ainda mais divertida. Ademais, a preparação quando bem feita se torna uma arte admirável por todos.

A tarefa de se fantasiar, que para muitos pode parecer difícil, na realidade é algo simples, e é o que vamos mostrar.

Caprichar nos adereços e detalhinhos que já vão mudar a cara do seu carnaval. Assim, dá para começar com as tradicionais máscaras, perucas, chapéus e colares são opções fáceis de improvisar e que fazem toda a diferença na hora de cair na folia, é claro que a criatividade ajuda muito nessas horas.

Um pouco mais elaborado, mas uma ideia que vale a pena e diverte é o kit completo de fantasia que pode ser encontrado, agora, na época em que se anuncia a chegada do "car-na". Encarnar um personagem inteiro como um pirata, bailarina, marinheiro, toureiro, algum animal, enfim, qualquer outra opção de disfarce completo vai exigir um pouco mais de preparo. Mas, em lojas especializadas é possível encontrar as mais inusitadas e engraçadas fantasias. Fica a nossa dica para que você possa fazer desse tão aguardado feriado, dias ainda mais divertidos!

Máscaras, fantasias e acessórios para Carnaval!!!



Rua XV de Novembro, 307 - Tatuí-SP
Fone 15. 3305.3434
Av Moreira Cesar, 459 - Sorocaba-SP
Fone 15. 3202.7633

 Anju Festas
www.anjufesta.com.br
Email: anjufestas@globocom

- Artigos para Festas
- Acessórios para Balada
- Fantasias
- Decoração para Festas
- Organização e Assessoria de Eventos.



cultura



Herança africana na religião

Este é o mês da festa de Iemanjá.

O povo brasileiro descende de uma mistura de raças, e por conta disso, a cultura e a identidade do nosso povo contém traços oriundos de diversos países, e essas características e costumes sobrevivem fortemente na sociedade brasileira, e continuam sendo passados através das gerações.

A vinda em grande escala de escravos africanos durante os primeiros séculos de colonização fez com que em grande parte do País, sobretudo no Nordeste, houvesse a predominância e a permanência das tradições africanas.

Os negros que chegaram aqui no Brasil inicialmente foram obrigados a seguir o catolicismo, estabelecido na época pelos colonizadores. Eles eram batizados como católicos e deveriam seguir a risca os mandamentos da religião, mas isso não impediu que seus costu-

mes e crenças fossem trazidos do outro lado do Atlântico. Esta prática secreta relacionada à mescla de religiões ficou conhecida como sincretismo religioso.

Neste mês de fevereiro é celebrado em todo o País o Dia de Iemanjá. Ela é de acordo com a crença das religiões afro-brasileira considerada "rainha do mar" e a mãe de todos os "Orixás" - semideuses ou entidades criadas, geralmente guardiões dos elementos da natureza.

Principalmente na Bahia e em outros estados do Nordeste, uma grande festa acontece e é feriado oficial no dia 2 desse mês. Os fiéis fazem oferendas de flores e presentes para a rainha do mar, em uma grande comemoração carregada de devoção e admiração.

Em Salvador, onde a festa é a maior do Brasil, milhares de pessoas vestidas com roupas brancas saem em procissão até o templo principal, e de lá oferecem as prendas para Iemanjá.

talento

Uma questão de



A publicidade e o exercer dessa profissão.

Colocar a criatividade acima de tudo, usar muito a imaginação e o bom humor para conquistar cada vez mais admiradores. Essas são alguns dos principais ofícios de uma profissão que cada vez mais está presente em todos os lugares e, mais ainda, que quanto mais o tempo passa, mais ela é vista como essencial para a vida moderna.

Já conseguiu imaginar do que estamos falando? Neste mês, no dia primeiro é comemorado o dia do publicitário. E por que não falar também do quanto a publicidade está presente no cotidiano de todos, alimentando a imaginação de cada um e fazendo com que o simples ato de comprar alguma coisa se torne mais especial e esperado.

Criar slogans, propagandas, jingles e muitas outras coisas relacionadas ao que vemos diariamente nos meios de comunicação, nas ruas e em todos os lugares, tudo isso é o que faz um publicitário. Por isso a profissão é associada a algo artístico e que ao mesmo tempo tenha a capacidade de chamar a aten-

ção de quem vê, escuta ou lê o que foi criado.

A publicidade em si já se tornou, com o passar do tempo, uma arte, que cada vez mais é explorada das mais diversas formas. Diversas propagandas, desde as décadas passadas vêm encantando as pessoas e ficando na memória de quem viveu aquele tempo em que um vídeo ou uma imagem marcou determinada época.

Independente da idade, gosto, classe social, uma boa publicidade sempre chama a atenção das pessoas, podendo até criar frases e conceitos que passam a ser discutidos em sociedade a partir de determinada propaganda.

Por isso, o dito popular de que "ela é a alma do negócio" se concretiza, uma vez que ela existe através do trabalho realizado pelo publicitário. Por isso a criatividade, o dom e aquela "sacada" genial são atributos que não são aprendidos na faculdade - como dizem os grandes publicitários brasileiros - é uma questão de dom e talento para uma profissão um tanto especial em meio às demais.

Está na hora de sair da caixa...


Elmec
comunicações
Agência de publicidade

15. 3259-7014
15. 3259-5937

Rua 7 de Maio, 150 - Tatuí - SP
elmeccomunicacoes@yahoo.com.br

Pequenos Notáveis



Thais Nogueira Soares tem 16 anos. Estuda no Colégio Mackenzie, cursando o 3º ano do Ensino Médio. Além de desenhar, gosta muito de escrever histórias, passar várias horas na internet, assistir filmes, séries e animes. Ler também é um dos seus hobbies, desde livros de literatura até mangás.

Faz aproximadamente 2 anos que Thais estuda desenho com o Deivid Leite. A profissão que quer seguir, definitivamente, terá desenho incluso.



Seu filho é um Pequeno Notável? Mande o trabalho para nós e o veja brilhar nas páginas da HADAR. jornalismo@revistahadar.com.br

A Hadar está de olho no que os famosos dizem por aí... Confira!

"Você quer ouvir o que faz um deputado? Trabalha muito e produz pouco."

Tiririca, deputado federal, que na campanha eleitoral disse não saber o que fazia um parlamentar, mas prometeu contar quando soubesse, revista Veja.

"Eu amo a vibe, o povo, o sotaque... Rapazes ingleses são bem diferentes dos americanos. Eles são todos gentis e mais maduros. São realmente sexy."

Paris Hilton, em entrevista à revista inglesa FHM.

"Já imaginou a corrida para garimpar as ruas da cidade? Eu não vou ter recurso para tapar tantos buracos."

Do prefeito Lycurgo Rafael Farani, da cidade mineira de Estrela do Sul, antigo centro minerador, onde um aposentado encontrou um diamante no meio da rua.

"Eu não assisto porque não gosto de me ver. Mas, para domar o formato, tive de me despir da condição de jornalista e ser um Zé Mané junto com os outros."

Pedro Bial dando nome aos que participam e assistem ao programa BBB, em entrevista no programa Altas Horas.

CURIOSIDADES

Dia do atleta profissional

No dia 10 de fevereiro comemora-se o dia do atleta profissional que foi reconhecido como profissional através da Lei nº 9.615, de 24 de março de 1998. Há três mil anos a.C já eram vistas imagens de cenas atléticas desde as primeiras civilizações do Egito e Mesopotâmia. O que fez com que o homem adquirisse a prática de correr, pular e arremessar objetos foi o fato de ter que lutar contra animais para garantir a sua sobrevivência.

Os primeiros jogos olímpicos estão registrados em 776 a.C, na cidade de Olímpia, na Grécia. Os soldados eram os atletas, e eram considerados heróis por conta de suas vitórias. Os anos se passaram, e os esportes começaram a ter outras importâncias para a vida do homem, como sua beleza física e um modo de se manter sempre saudável.

O Brasil é muito bem representado e destacado nos eventos de disputas internacionais. O vôlei masculino conquistou inúmeras vitórias nas últimas duas décadas. O trabalho do treinador Bernardo se tornou um exemplo de motivação, assim como o vôlei feminino vem crescendo e ganhando seu espaço cada vez mais. Não podemos nos esquecer das vitórias conquistadas pelas meninas.

O futebol do Brasil também é muito destacado – somos os únicos pentacampeões mundiais. Hoje, a Seleção Feminina também é vitoriosa e vem crescendo a cada dia o número de mulheres que participam desse esporte.

Um dos únicos problemas que nossos atletas encontram é a falta de patrocínio para se manterem. As dificuldades são grandes e muitas vezes atletas com nomes já consagrados não conseguem verbas para treinamentos e para se manterem. É uma pena que isso aconteça, pois se tivéssemos outra realidade, com os esportes sendo levados mais a sério, o Brasil poderia se tornar uma potência em várias modalidades esportivas.

MINUTO de SABEDORIA

Escrever é esquecer. A literatura é a maneira mais agradável de ignorar a vida. A música embala, as artes visuais animam, as artes vivas (como a dança e a arte de representar) entretêm. A primeira, porém, afasta-se da vida por fazer dela um sono; as segundas, contudo, não se afastam da vida - umas porque usam de fórmulas visíveis e portanto vitais, outras porque vivem da mesma vida humana. Não é o caso da literatura. Essa simula a vida. Um romance é uma história do que nunca foi e um drama é um romance dado sem narrativa. Um poema é a expressão de ideias ou de sentimentos em linguagem que ninguém emprega, pois que ninguém fala em verso.

Fernando Pessoa

MINUTO de DESCONTRAÇÃO

Dois bêbados estavam no bar há mais de três horas enchendo a cara, até que um pergunta pro outro: - Onde é que você mora? -Eu moro aqui na rua do lado... - Poxa! Eu também... Mas nunca te vi por aqui... - Minha casa é a da esquina... - Poxa! A minha também é na esquina... - A minha é aquela amarela... número treze. - espera lá! Mas essa é minha casa! - Não senhor! É muito minha! Então resolveram solucionar este mistério e foram os dois na direção da tal casa: - É aqui que eu moro! - IMPOSSÍVEL! Quem mora aqui sou eu! - Macacos que o partam! Se eu tô falando que moro aqui é porque moro! - De jeito nenhum! Tá me chamando de mentiroso? - Tô sim, essa casa é minha! - Não, é minha! - Minha! - é minha! E ficaram os dois naquele papo furado até que a porta se abriu e uma senhora aparece louca da vida, e diz: - BONITO, né! Pai e filho bêbados discutindo no portão!

Você sabe o que significa a palavra "boda"? Atendendo a um pedido de um leitor, a Revista Hadar pesquisou sobre o assunto e aqui estamos esclarecendo. Fique atento para saber o que você está comemorando este ano!

Boda é a celebração, religiosa ou civil, que comemora o casamento. Esta palavra vem do latim *vota*, que significa "promessa". Segundo a lenda, na antiga Judeia tinha-se o costume de matar um cabrito para o churrasco nas comemorações de casamento ou aniversário de casamento. Com o tempo, o cabrito foi substituído pela fêmea do bode, a "boda", cuja carne era muito mais macia. Matar a "boda" era sinal de que haveria festa. Devido a isto, o nome "boda" passou a ser sinônimo de "festa", hoje em dia mais falada para casamentos. Para cada ano, existe um material que representa uma nova etapa. É tradicional, na cultura ocidental, comemorarem-se com bodas os eventos relativos ao casamento.

Esta tradição vem da Alemanha, onde era costume oferecer uma coroa de prata aos casais que fizessem 25 anos de casados, e uma de ouro aos que chegassem aos 50. Com o passar do tempo, o número de símbolos foi aumentando e a tradição de oferecer presentes específicos relaciona-se diretamente com as etapas da vida. Assim, essa tradição se expandiu pelo resto do mundo.

Para marcar cada um desses eventos, utiliza-se algum material que o represente. Os mais tradicionais são as alianças de bodas de prata e a de ouro. Para as demais, geralmente são confeccionados anéis utilizando-se os materiais ou a pedra correspondente, conforme a lista abaixo.

- 1 Bodas de Papel
- 2 Bodas de Algodão
- 3 Bodas de Trigo ou Couro
- 4 Bodas de Flores e Frutas ou Cera
- 5 Bodas de Madeira ou Ferro
- 6 Bodas de Perfume ou Açúcar
- 7 Bodas de Latão ou Lã
- 8 Bodas de Papoula ou Barro
- 9 Bodas de Cerâmica ou Vime
- 10 Bodas de Estanho ou Zinco
- 11 Bodas de Aço
- 12 Bodas de Seda ou Ônix
- 13 Bodas de Linho ou Renda
- 14 Bodas de Marfim
- 15 Bodas de Cristal
- 16 Bodas de Turmalina
- 17 Bodas de Rosa
- 18 Bodas de Turquesa
- 19 Bodas de Cretone ou Água-marinha
- 20 Bodas de Platina
- 21 Bodas de Zircão
- 22 Bodas de Louça
- 23 Bodas de Palha
- 24 Bodas de Opala
- 25 Bodas de Prata
- 26 Bodas de Alexandrita
- 27 Bodas de Crisopázio
- 28 Bodas de Hematita
- 29 Bodas de Erva
- 30 Bodas de Pérola
- 31 Bodas de Nácar
- 32 Bodas de Pinho
- 33 Bodas de Crizo

- 34 Bodas de Oliveira
- 35 Bodas de Coral
- 36 Bodas de Cedro
- 37 Bodas de Aventurina
- 38 Bodas de Carvalho
- 39 Bodas de Mármore
- 40 Bodas de Rubi ou Esmeralda
- 41 Bodas de Seda
- 42 Bodas de Prata Dourada
- 43 Bodas de Azeviche
- 44 Bodas de Carbonato
- 45 Bodas de Platina ou Safira
- 46 Bodas de Alabastro
- 47 Bodas de Jaspe
- 48 Bodas de Granito
- 49 Bodas de Heliotrópio
- 50 Bodas de Ouro
- 51 Bodas de Bronze
- 52 Bodas de Argila
- 53 Bodas de Antimônio
- 54 Bodas de Niquel
- 55 Bodas de Ametista
- 56 Bodas de Malaquita
- 57 Bodas de Lápis Lazuli
- 58 Bodas de Vidro
- 59 Bodas de Cereja
- 60 Bodas de Diamante ou Jade
- 61 Bodas de Cobre
- 62 Bodas de Telurita
- 63 Bodas de Sândalo ou Lilás
- 64 Bodas de Fabulita
- 65 Bodas de Ferro
- 66 Bodas de Ébano
- 67 Bodas de Neve

- 68 Bodas de Chumbo
- 69 Bodas de Mercúrio
- 70 Bodas de Vinho
- 71 Bodas de Zinco
- 72 Bodas de Aveia
- 73 Bodas de Manjerona
- 74 Bodas de Macieira
- 75 Bodas de Brilhante ou Alabastro
- 76 Bodas de Cipreste
- 77 Bodas de Alfazema
- 78 Bodas de Benjoim
- 79 Bodas de Café
- 80 Bodas de Nogueira ou Carvalho
- 81 Bodas de Cacau
- 82 Bodas de Cravo
- 83 Bodas de Begônia
- 84 Bodas de Crisântemo
- 85 Bodas de Girassol
- 86 Bodas de Hortênsia
- 87 Bodas de Nogueira
- 88 Bodas de Pera
- 89 Bodas de Figueira
- 90 Bodas de Álamo
- 91 Bodas de Pinheiro
- 92 Bodas de Salgueiro
- 93 Bodas de Imbuia
- 94 Bodas de Palmeira
- 95 Bodas de Sândalo
- 96 Bodas de Oliveira
- 97 Bodas de Abeto
- 98 Bodas de Pinheiro
- 99 Bodas de Salgueiro
- 100 Bodas de Jequitibá ou Cânhamo

A cenoura e os benefícios que ela nos traz



A cenoura é uma raiz tipicamente de cor laranja e com uma textura lenhosa, porém, foi descoberta pelos gregos enquanto suas cores eram brancas, púrpuras e amarelas. A cenoura alaranjada foi desenvolvida na Holanda durante a guerra holandesa de independência da Espanha no século XVI.

Além de poder ser servida crua ou cozida, ela também estimula o apetite, em pratos variados. A folha da cenoura não é comida na maioria das culturas, mas para você que sempre teve essa curiosidade, sim, ela é comestível! E seria muito bom para nosso corpo comer

sempre a folha da cenoura, pois ela contém bastantes aminoácidos e ajuda a regularizar as paredes celulares, aumentando a resistência e prevenindo contra doenças como: asma, câncer, diabete, doenças cardíacas e doenças crônicas.

E não é só a folha dela que favorece não, o consumo da cenoura também é muito favorável para inúmeros casos, como: anemia, pressão baixa, fraqueza, cegueira noturna, frigidez, circulação de sangue, catarro e até mesmo prisão de ventre.

Mas vale ficar atento: se você tiver algum problema estomacal não pode se esquecer que muita cenoura pode lhe fazer mal.

RECOMENDADO

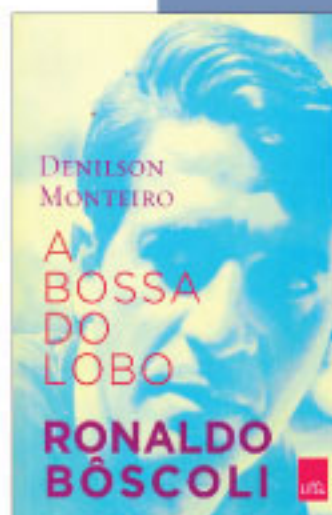


“O CHAMADO DO MONSTRO”

AUTOR: Patrick Ness

EDITORA: Ática

O livro traz a história de um garoto de 13 anos chamado Conor O'Malley. O garoto lida com um monte de situações complicadas como a ausência do pai, a perseguição dos colegas na escola, a convivência com uma avó geniosa e, além disso, sua mãe luta contra um câncer em um estado avançado. Assim que descobriu a doença de sua mãe, Conor começou a ter pesadelos frequentemente. Isso explica o motivo pelo qual Conor não se assusta ao ver um “monstro” no seu quarto. A criatura que aparece em seu quarto é uma antiga e enorme árvore que sempre esteve atrás de sua casa. As histórias que esse ser estranho conta terão um papel fundamental no cotidiano de Conor. Mesmo sendo uma história para o público juvenil, o livro aborda um drama que está presente na vida de qualquer ser humano, independentemente da idade: o medo de perder um ente querido.



“A BOSSA DO LOBO”

AUTOR: Denilson Monteiro

EDITORA: Leya Brasil

Este é um livro que relata a vida de um dos mais importantes compositores brasileiros. O livro revela detalhes da história da MPB e da vida de Ronaldo Bôscoli. Em um pouco mais de 500 páginas, o autor conta toda a história de Ronaldo, sem deixar escapar um detalhe. Ele revela seus amores, o relacionamento com a família e colega de trabalho e revela como nasceram as canções compostas por Bôscoli, como eram os bastidores dos shows que produziu, fala sobre a paixão pelo Fluminense e ainda comenta sobre o trabalho como jornalista. Tudo baseado em entrevistas com aqueles que conviveram com Ronaldo e em inúmeras pesquisas criteriosas.



DE FRENTE COM A VERDADE

AUTOR: Mônica de Castro

EDITORA: Vida e Consciência

O livro conta a história de Marcela e Luciana. Assim que Luciana morreu, Marcela começou a pensar que seria impossível viver sem o seu amor, tentou um suicídio, e com essa tentativa, conheceu Flávio, o médico que lhe salvou e lhe mostrou o verdadeiro amor.

Com medo do preconceito que o namorado pudesse sentir, Marcela decide esconder todo seu passado. Por caminhos difíceis e tortuosos, Marcela descobre que a vida não compactua com a mentira e a verdade sempre prevalece.

Volta às Aulas 2012

Esperamos que este ano seja muito produtivo, que tenham novas experiências, muitas descobertas e grandes aprendizados.

Sejam Bem-Vindos!



Mês dos jogos na Galáxia!



www.galaxiabrinquedos.com.br

Rua 15 de Novembro, 491 - Tatuí/SP-Centro - 15.3251.7020



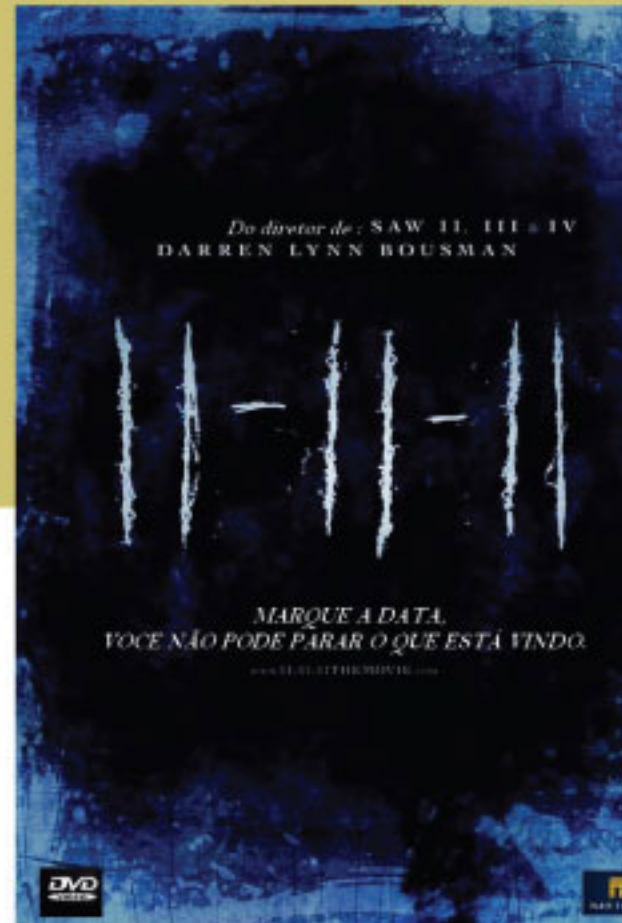
SE NÃO NÓS, QUEM?

A verdadeira história do escritor Bernhard Vesper que, no início dos anos 60, inicia um romance apaixonado com sua colega universitária Gudrun Ensslin. Sensíveis à inquietação crescente da época, o casal ataca o conformismo da sociedade alemã. Unindo forças com escritores e ativistas políticos de esquerda, eles se tornam parte do movimento de proporções globais: "Se não nós, quem, se não agora, quando?"



UM DIA

É uma longa história que acompanha Dexter (Jim Sturgess) e Emma (Anne Hathaway), que se conhecem durante uma festa da faculdade em 1988, e se encontram uma vez por ano, ao longo de 20 anos, sempre no mesmo dia. O filme é baseado no best-seller homônimo de David Nicholls. A estreia do filme aconteceu em 2.12.2011.



11-11-11

Do mesmo diretor de Jogos Mortais 2, 3 e 4. Depois da trágica morte de sua esposa e filho, o escritor Joseph Crone viaja até a Espanha para encontrar seu irmão e seu pai. Não demora para que ele comece a ter encontros sombrios, acompanhados pela visão do número 11. A curiosidade vira obsessão e Joseph descobre que 11/11/11 não é apenas uma data, mas um aviso. "Uma teoria da numerologia assegura que o 11 é um alerta dos anjos que, ao longo da história, tentaram se comunicar com os humanos."

Carla Francine Bertanha
Advogada - OAB/SP 199.318

R. Cel. Lúcio Seabra, 403A - Tatui
Fone: 15. 3259.2621 / Cel: 15. 9723.2043 / E-mail: cabertanha@ig.com.br

CHURRASCARIA
O COSTELÃO

Rua Onze de Agosto, 3191
(15) 3251-2719 - Tatui

Foto: Davi Ganga

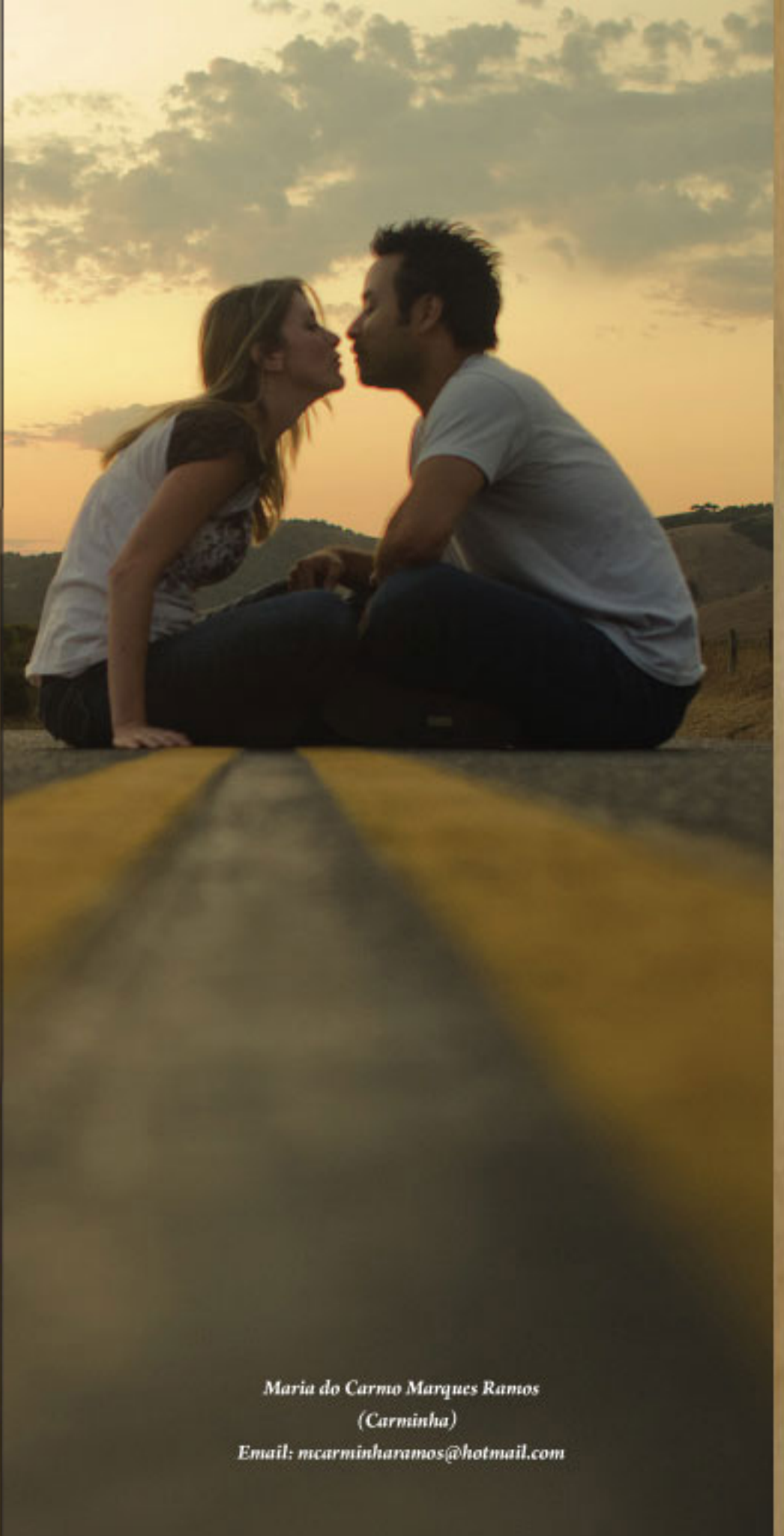
Meu destino

Noite silenciosa, escura e fria...
Nas trevas tão espessas, sou andante.
Nada consigo ver. Medo e agonia!
Bate em meu rosto um vento penetrante.

Inquieta, ansiosa,
Nessa noite sem fim,
Minh'alma lamentosa
Clama dentro de mim.
Olhar alucinado,
Breu de um e outro lado.
Visões misteriosas
Caminham assombrosas...
Fugazes ilusões!
No torvo firmamento,
Fulguram, apenas,
Luzes serenas
Como brilhos
De frágeis
Esperanças
Uiva o vento.

Aos poucos, no horizonte,
Entre nuvens, o sol nascia,
Iluminando minha fronte.
Sua luz tremeluzia...

Andei... andei... e cheguei.
Fui atrás do meu destino
E, finalmente, te encontrei!



*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*

Email: mcarminharamos@hotmail.com

Visite nosso site!

www.revistahadar.com.br

Rua 7 de Maio, 150 - Tatuí - 15. 3259-7014





T universo

Teen

Uma moda para o ano todo

Como se vestir de acordo com seu corpo.

Em um país com tantas misturas de diferentes nacionalidades, não é de se esperar que haja um único tipo de corpo. Para começar bem o ano e se jogar nas liquidações de janeiro, nada melhor do que um manual de como se vestir valorizando o seu tipo de silhueta. Se você ainda não sabe qual é o seu, leia já esta matéria para descobrir e aproveitar as dicas para disfarçar aquele defeitinho que você sempre achou no seu corpo.

Triângulo, A ou Pera

Essa é a silhueta clássica da brasileira, em que os quadris e as coxas são maiores que os ombros, com seios pequenos a médios, costas estreitas, pernas grossas, braços e cintura fina, dando o formato do famoso "corpo violão". Geralmente o excesso de gordura vai para as coxas e quadris, mantendo mesmo que magras a desproporção.

Para escolher a roupa certa, é fundamental atrair a atenção para a parte de cima do corpo, escondendo o quadril largo e a coxa volumosa e aumentar a largura dos ombros, equilibrando assim o tamanho dos ombros com o dos quadris. Marcar a cintura, deixando a silhueta mais magra e alongar o corpo (principalmente se você estiver com uns quilinhos sobrando), também são ideais.

Como fazer isso? Simples! Para atrair a atenção para os ombros vale usar blusas chamativas, lenços, colares e broches, e, para diminuir os quadris, a melhor opção é apostar em calças, saias e bermudas secas e retas, lembrando-se que as peças de cores escuras também dão uma ajudinha extra. Já para marcar a cintura, invista em faixas, cintos e pences. Valorizar os braços finos deixando-os à mostra com blusas de mangas curtas ou alças finas, também é uma ótima opção.

Ampulheta

É o sonho de consumo de toda mulher: ombros e quadris do mesmo tamanho, seios médios, curvas suaves e proporcionais e cintura fina.

Por ser o tipo de corpo "perfeito", nem todas as mulheres se preocupam em relação ao que vestir. Porém, é importante valorizar as formas sem modificá-las, para que não aparente um corpo retangular, marcando sempre a cintura.

Para deixar a cintura devidamente marcada, é importante usar blusas e vestidos com pences (que irão realçar as curvas) e casacos com cintos. Aproveite os braços finos e se jogue nas regatas, blusas sem mangas e modelos tomara-que-caia. Se você quiser deixar a silhueta elegante, é fundamental alongar as pernas com calças risca-de-giz e saias que terminam logo acima dos joelhos.

Retângulo ou H

Marcado por ombros, quadris e cinturas praticamente da mesma medida, esse tipo de corpo conta com uma silhueta magra, com poucas curvas e pernas finas, na maioria das vezes dentro do peso ideal ou minimamente acima.

O ideal é disfarçar a falta de curvas usando roupas que desviem a atenção da região da cintura e, por causa da forma reta, abusar da aparência mais feminina.

Para isso, você pode criar uma falsa cintura, usando recortes, cintos e faixas ou esconder a falta de curvas com blusas mais soltinhas. Vale também atrair a atenção para outras regiões, como a do colo, usando decotes, colares ou detalhes como babados e pregas. Aumentar os quadris criando um contraste com a cintura também é uma boa opção, basta usar saias evasês e calças com bolsos volumosos.

Triângulo Invertido ou Y

Esta silhueta tipicamente europeia conta com os ombros maiores que os quadris e as coxas. Este tipo de corpo conta com cintura reta, barriga saliente, costas largas, seios grandes e pernas bem desenhadas longas e finas.

O segredo para equilibrar a silhueta é fazer os ombros parecerem menores e os quadris mais volumosos, vale também valorizar as pernas para desviar a atenção do alto do corpo.

Para isso, é possível usar blusas de tecidos mais moles, com cores neutras e decotes estreitos e profundos, pois isso dará mais leveza ao tronco. Peças estampadas, bolsos e detalhes chamativos na região dos quadris são o ideal, dando preferência a saias, vestidos e bermudas, para destacar as pernas.

Oval e Redondo ou O

Este tipo de silhueta conta com peso em excesso em relação à altura. Por isso, é marcado com

linhas curvas, pescoço curto e/ou largo, bastante seio, costas arredondadas, braços cheios e cintura de medida maior ou igual a dos ombros e quadris.

É necessário afinar a silhueta, desviando a atenção da região da barriga, além de criar uma falsa cintura, e atraindo para as áreas mais finas do corpo (pulsos, colo e tornozelos). Vale também chamar a atenção para o rosto e valorizar as pernas.

Para isso, use túnicas, camisas, blazers abertos e blusas com decotes ou detalhes verticais, para disfarçar a barriga. É importante sempre deixar a pele do colo ou dos braços à mostra com decotes em V e mangas curtas. Portanto, evite roupas muito fechadas, como mangas compridas e gola alta. Afinar as coxas e quadris também é válido. Pernas bonitas devem ser valorizadas com saias e vestidos na altura dos joelhos.

Além dessas silhuetas típicas, há também dois tipos menos comentados, que são:

Tubular ou I

O corpo se encontra abaixo do peso ideal e a silhueta é reta e sem curvas; os ossos são aparentes e é semelhante ao tipo retângulo.

O ideal é criar formas arredondadas com volumes das roupas para "preencher" o corpo. É necessário disfarçar a magreza, usar linhas soltas a baixo e a cima da cintura, disfarçar os ângulos e usar linhas horizontais.

Diamante

É a silhueta em que a região da cintura é a parte mais larga do corpo. Quadris e ombros são mais estreitos, seios são pequenos, ombros são caídos e pernas finas.

É importante criar linhas que alonguem e desviar a atenção da cintura. Para isso, deve-se diminuir visualmente a região da barriga e da cintura, criando um caimento suave e solto no meio do corpo, e aumentar os ombros e pernas.



Alecia Morre

Os altos e baixos da vida de P!nk

Nesta edição vamos falar de uma cantora com um etilo punk, porém, suas letras revelam totalmente seus sentimentos, amor, revolta, saudades, enfim...todos mesmo! Nunca teve uma vida fácil, e com a separação dos seus pais, conheceu o caminho das drogas. Já teve inúmeras recaídas e já se afastou das drogas inúmeras vezes, porém, hoje é uma cantora muito respeitada e admirada pelo público jovem.

Nascida em Doylestown, perto da Filadélfia em 8 de setembro de 1979, Alecia Morre, ganhou o mundo com o apelido de P!nk, com um adorável estilo e rosto de "bad girl". Crescida em uma família de músicos, P!nk já dançava e participava como cantora em shows desde os 13 anos. Aos 14, um DJ local permitiu que ela cantasse uma música toda sexta feira. E foi em uma dessas noites em que o executivo da gravadora MCA conheceu P!nk e a levou-

inicialmente para o grupo Basic Instinct e logo após para o The Choice. As experiências não deram muito certo, mas P!nk conquistou os chefões da gravadora. Em 2000 lançou seu disco de estreia "Can't take me home" que ultrapassou dois milhões de cópias. P!nk viajava sempre para fazer as aberturas dos shows do 'N sync e emplacava sucessos como "There U go", "Most Girls" e "You Make Me Sick". Mas logo ela cansou do cerceamento imposto pelo universo teen-pop e resolveu se assumir como adulta antes de gravar o segundo disco.

Em 2006, a multi-platinada compositora e cantora da LaFace e vencedora de vários prêmios Grammy, lança seu quarto álbum, I'm Not Dead, que é exatamente como tinha que ser: uma evolução estilística, uma amostra deslumbrante de seu talento como vocalista e compositora e uma coletânea pessoal de todos os lugares por onde passou e ainda vai passar. É P!nk em grande forma, brutalmente honesta e cantando com uma paixão que só ela tem. Embora o álbum esteja repleto de funks que são

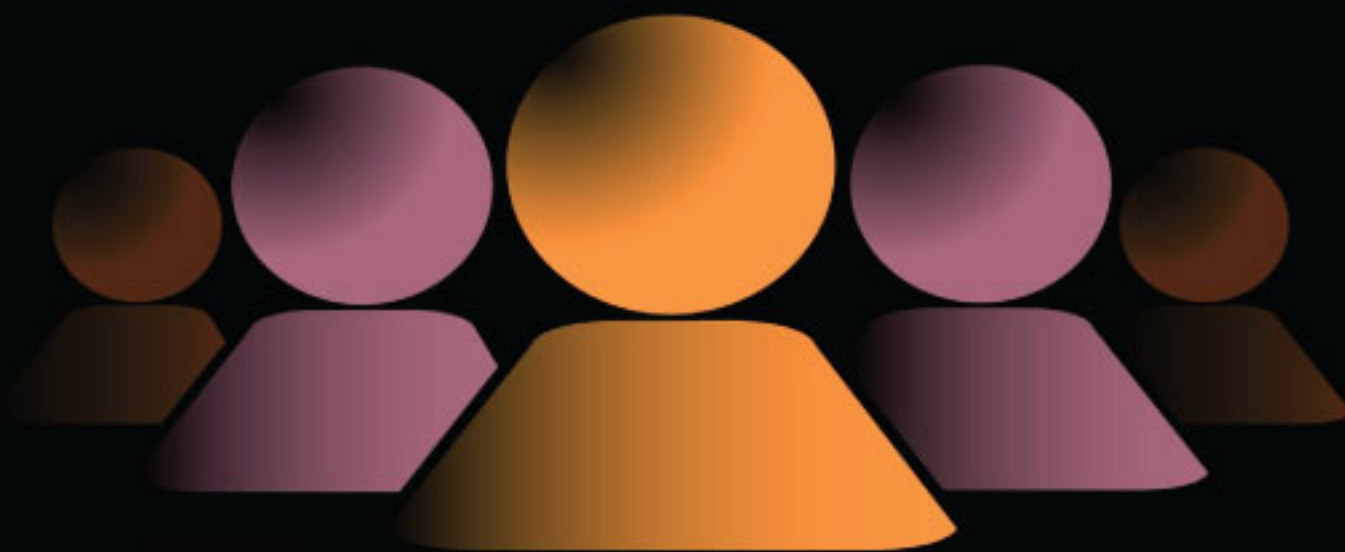
a sua marca, I'm Not Dead também revela o lado rock and roll da artista. Prova cabal de que P!nk sabe cantar os blues tão bem quanto os rocks que sacodem as pistas de dança. Desta fase, destaque para a canção 'Stupid Girls'.

O álbum Funhouse é lançado em 2008 e conta com a colaboração de nomes como: Butch Walker, Max Martin, Billy Martin e Eg White. O primeiro single, So What, conquistou o topo da parada de singles da Billboard, a mais importante dos Estados Unidos.

Hoje em dia as músicas mais ouvidas de P!nk são: "So what", "Sober", Fuckin' perfect e uma que está voltando agora é a "Dear Mr. President". Agora pouco se houve falar na P!nk, ela deu uma acalmada, mal sai da casa e quando sai é só para paparicar sua filha Willow.

Depois de uma vida sofrida e confusa, cheia de prisões e drogas, podemos dizer que P!nk está se saindo muito bem, e está deixando todos de queixo caído. Afinal, quem iria imaginar que a punk de rostinho bonito mudaria todo seu estilo e jeito de viver com a chegada de Willow?





Blogs

Tudo que você precisa saber para que eles fiquem sempre atualizados!

Sabemos que hoje em dia pouco se usa e pouco se fala de blogs, mais o fato é que um blog tem muito mais importância, valor e até mesmo mais informações perto das outras redes sociais, dependendo do blog, é claro!

Porém, é muito difícil manter um blog sempre com informações, sempre atualizado para que ele possa ter um sucesso e todos gostarem. Manter um blog atualizado, não significa ter necessariamente muito tempo de sobra, cinco minutos na frente do computador você já consegue atualizá-lo, o que você precisa mesmo é de ideias e criatividade.

Por isso, preparamos esta matéria para dar algumas dicas a vocês:

Em primeiro lugar, defina um assunto para se falar em um blog. Hoje em dia, a maioria fala sobre tendências! Não que este não seja um ótimo assunto para se falar, mas quem está começando agora deve saber que este tema é muito concorrido, fica mais difícil ter mais atenção! A não ser que você seja expert nesse assunto!

Outra coisa muito importante para seu blog é o layout que você vai escolher. Vale de tudo para incrementar o blog, só não é legal colocar fontes em cores e tipos que dificultam a leitura. Vale também personalizar o design com fotos suas ou fotos tiradas por você, pra criar uma identidade única para o blog.

Copiar assuntos falados em outros blogs – pode ter certeza que não é nada legal e interessante para os leitores. É horrível você pesquisar por algo no Google e existir vários blogs com o mesmo assunto, mesmo texto e com as mesmas fotos. “#fail”

Interagir com as pessoas que comentam nos seus posts é superlegal: isso faz com que elas percebam que os posts que você faz é para agradar a todos e não somente a você! Além disso, todos gostam de receber uma atenção em especial de quem eles “seguem”.

Lembre-se de usar sempre alguma imagem em seus posts. As imagens chamam muito mais a atenção dos leitores do que apenas um texto! Mas não deixe que isso caia na rotina, de vez em quando aposte em textos sem imagens ou substitua tudo por um vídeo.

Falando em vídeo, é de extrema importância que você dê dicas de como usar, como fazer ou qualquer outra coisa do tipo, sobre as coisas que você fala em seu blog. Por exemplo, se seu blog é sobre maquiagem, de dicas de como fazer uma maquiagem para a festa. E essas dicas ficam muito mais legais quando são em vídeos, além de serem práticos.

O que você realmente não pode esquecer é que não adianta você postar e esperar visitas e comentários, você precisa divulgar seu blog para as pessoas saberem que ele existe!

Agora você já sabe o que precisa para manter seu blog sempre atualizado e superlegal para que todos possam buscar informações no seu blog.



Volta às aulas!

Dicas para você mandar super bem nos estudos este ano!

Já se passou um ano, estamos em fevereiro de novo e com isso, as aulas voltam. Este é um ano de novas fases, aqueles que estão indo para o ensino médio e vão carregar uma responsabilidade tremenda nas costas, e a fase dos que estão indo para a faculdade, convenhamos que é uma conquista e tanto e uma responsabilidade maior ainda, não é mesmo?!

Tudo bem que é só mais um ano de escola, - é assim que muitos alunos pensam. Mas este "mais um ano" é uma fase nova, é quando você começa a se preparar para um vestibular, uma faculdade e até mesmo uma vida fora de casa e longe dos pais. Parece exagero, mas não, não é!

O começo das aulas é sempre muito difícil para muitos, principalmente àqueles que vão para uma escola que não conhecem ninguém. Ok, é fundamental ter vários amigos na escola, muitas pessoas ao seu lado na hora do intervalo e tudo mais. Mas, mais do que isso, é fundamental prestar atenção na aula e levar os estudos a sério, concordam?!

Ir para o ensino médio significa que você está a um passo de chegar à faculdade, e a faculdade significa estar a um passo da sua vida, do seu trabalho, do seu futuro e até mesmo da família que você pretende ter! Não vai ser agora que você vai continuar brincando, não é mesmo?

É começo de ano e também das aulas, então é claro que nós da Revista Hadar, vamos dar algumas dicas para que você comece bem os estudos:

O primeiro dia de aula:

Bom, este é seu primeiro dia de aula, lembre-se que você não pode voltar com aquele seu "mau humor" logo de cara, procure relaxar bem na noite anterior, tome um café reforçado e não se esqueça de ser super simpático e amigável com todos. Afinal, nunca se sabe quem estará ao seu lado até o último dia de aula...!

Agora, pra você se manter bem nos estudos até o final do ano, acompanhe as dicas:

Lição de casa:

É importante que você não deixe acumular as tarefas, e, para que isso aconteça, é preciso fazer a lição no dia em que o professor pede. Assim você não esquece a lição que tem pra fazer, e isso faz com que a matéria fixe na sua cabeça, te ajudando até na hora da prova!!

Anotações:

As anotações são muito importantes, a partir do momento que você cria o hábito de anotar os pontos mais importantes da aula, você grava melhor a matéria passada, se dá super bem na prova, e tendo a matéria em mente, não precisa passar horas estudando na véspera da prova! Vamos combinar que é péssimo passar um domingo todo estudando para uma prova na segunda, né?!

Dúvidas:

É de extrema importância que você tire todas as suas dúvidas durante a explicação do professor, depois que a matéria já passou, você não consegue se expressar direito e mal se lembra da matéria, aí fica meio difícil para o professor te ajudar.

Atenção:

Ah, esse é o principal item, se você presta atenção na explicação do professor, não se distrai com conversas paralelas ou brincadeiras na sala, pronto! Já tem meio caminho andado, os alunos que prestam atenção na aula raramente passam horas ou viram noites acordados pra estudar, apenas dão uma lida na matéria e pronto! Ótimas notas nas provas!

Agora que você tem as dicas, não vai correr risco de perder um ano ou passar noites acordado para a prova de segunda-feira vai? RS. É isso aí, um ótimo ano para todos e muita atenção nos estudos!

Gravidez

Os cuidados devidos, pois nem sempre é possível evitar!

O sexo, hoje em dia, é algo muito falado e praticado entre os jovens. O problema é que poucos levam isso como uma responsabilidade, muitos se esquecem de pensar nas consequências, e aí que está o problema. Muitas meninas acabam “caindo” no papo dos meninos ou até mesmo de seus fiéis namorados, deixam de usar preservativos e no fim, acabam com um coraçãozinho batendo dentro de seu corpo. Um filho com certeza é algo muito desejado por todas as mulheres, mas, se isso acontece na adolescência, acaba “atrapalhando” o futuro da mãe. A mídia, as mães e os médicos dão todas as dicas e conselhos de como evitar uma gravidez precoce, mas infelizmente ou felizmente, às vezes, acontece. E para saber um pouco mais sobre a gravidez precoce e os cuidados que devem ser tomados, conversamos com a Dra. Roberta Araujo Ferreira, CRM 87688, Ginecologista e Obstetra. Confira a entrevista.

Revista Hadar>> Se a garota descobre que está grávida, quais são os primeiros cuidados que deve ter?

Dra. Roberta>> Bem, a princípio o mais indicado é procurar um obstetra para receber todas as orientações necessárias e fazer os exames físicos e laboratoriais que são importantíssimos para o acompanhamento pré-natal. Nessa primeira consulta, são explicadas para a jovem todas as mudanças que ocorrem no corpo de uma mulher no período gestacional, ou seja: o que é “normal” ou não acontecer. Orientamos sobre alimentação adequada para gestantes, cuidados com o corpo. Fazemos um primeiro exame físico geral e o mais completo possível, precisão de ácido fólico que é muito importante na formação do sistema nervoso central do con-



z precoce

cepto, orientamos sobre medicamentos que podem ser necessários para sanar os sintomas e não acarretem danos ao concepto. Não menos importante é o apoio emocional que o obstetra deve dar à mulher, para que a gestante veja no obstetra um amigo. A confiança é primordial nesses casos.

Revista Hadar>> Por ser uma adolescente ainda, os cuidados com a gravidez devem ser diferentes?

Dra. Roberta>> É preciso, sim, tomar alguns cuidados já que os extremos de idade para a gestação podem levar a algumas patologias obstétricas, como: trabalho de parto prematuro, síndromes hipertensivas entre outras. Porém, o acompanhamento pré-natal adequado com consultas regulares pode, se não prevenir, ao menos sanar algumas intercorrências, sempre visando o bem-estar materno-fetal até o parto.

Revista Hadar>> Quais são as primeiras dúvidas quando uma menina descobre que está grávida? E quais são as respostas para esta pergunta?

Dra. Roberta>> Na maioria dos casos, a preocupação é com a evolução da gestação sem problemas com a saúde da mãe e do bebê. Tudo tende a correr bem se a paciente, acompanhada dos responsáveis e do cônjuge, participar de todo acompanhamento pré-natal, tirando todas as dúvidas, fazendo todos os exames e comparecendo em todas as consultas. O obstetra participa orientando e acompanhando até o parto.

Revista Hadar>> A primeira menstruação é a que gera a possibilidade de ficar grávida? (ex: Uma menina de 9 anos fica menstruada e foi estuprada, ela corre o risco de ficar grávida, ou o corpo dela tem que estar mais evoluído para isso?)

Dra. Roberta>> A partir da primeira menstruação, a mulher pode, sim, engravidar, independente da idade, porém, sabemos que nos dois primeiros anos, os ciclos podem ser anovulatórios, então há uma possibilidade menor de gestar. No exemplo citado, meninas com 9/10 anos podem sim engravidar, porém os riscos gestacionais são muito grandes, devido ainda estar em fase de desenvolvimento/amadurecimento do aparelho produtor.

Revista Hadar>> Hoje em dia, há muitas meninas que procuram você, pois ficaram grávidas?

Dra. Roberta>> Sim, tenho no histórico de trabalho, adolescentes de até 12 anos gestantes. Mas, a média de idade de adolescentes gestantes no consultório, é em torno de 15 anos.

Revista Hadar>> O anticoncepcional é totalmente confiável? É possível ter uma rela-

ção sem camisinha, apenas tomando o anticoncepcional e não ficar grávida?

Dra. Roberta>> Nenhum método é 100% confiável. Mas vale ressaltar que com a pílula usada corretamente e associada ao uso de preservativos, a chance de uma gestação indesejada é quase nula. É aconselhável tomar a pílula para evitar uma gravidez e é mais aconselhável ainda usar a camisinha para evitar doenças sexualmente transmissíveis.

Revista Hadar>> Muitas meninas não conseguem conversar sobre os riscos de uma relação sexual com seus parceiros, você tem alguma dica de como começar esse assunto? O que falar, etc..?

Dra. Roberta>> A cumplicidade é fundamental. O ato sexual não deve ser interpretado como uma forma de prova de amor. Ele é consequência do amor. Então, se o parceiro recusa-se a usar preservativo e até mesmo acompanhar sua namorada, se for o caso, a um médico, colocando toda a responsabilidade apenas sobre a mulher, não merece seu respeito. As consequências sempre estarão com a mulher, desde uma DST até uma gestação. Portanto, o meu conselho para as meninas é que respeitem seu corpo acima de tudo. E o parceiro, se tiver sentimentos verdadeiros, respeitará e participará desse momento com muito amor e responsabilidade.

Então, meninas, com essa entrevista, podemos esclarecer algumas coisas para vocês. Vale lembrar que o sexo não é algo "seguro", ou você faz com quem realmente você confia e se sente segura, ou não faz com ninguém. Um filho significa sim uma vida nova e felicidade, mas um filho sem planejamento acaba interferindo no seu futuro, por isso previna-se e tome sempre muito cuidado.

ItFer

E o blog encantador!

Nesta edição, conversamos com uma menina que chama a atenção dos adolescentes. Fernanda Leticia Soares Dallan é uma ItGirl e dona do blog ItFer. Fernanda tem 18 anos, é vegetariana, apaixonada por moda, música e fotografia. Fernanda ficou conhecida, pois participou do concurso ItGirl da Capricho, e seu blog surgiu por conta disso. As meninas pediam tutoriais de suas maquiagens, acessórios e looks, então ela resolveu juntar tudo no ItFer. Para saber um pouco mais sobre seu blog e seus desejos, acompanhe a entrevista:

Revista Hadar>> O que é moda pra você?

Fernanda>> É, sem dúvida, uma arte. É uma paixão que eu tenho, adoro criar. O que mais me encanta é que ela sempre muda, e eu costumo enjoar rápido de certas coisas, então dá certo!

Revista Hadar>> Você tem algum truque de beleza? (no make, no cabelo, boa forma, etc...) Qual?

Fernanda>> Já fiz cursos de maquiagem, mas não tenho paciência, por isso só uso make quando vou sair à noite (não passo nem pó, nem base, nem nada! Só capricho nos olhos), mas todo dia passo protetor solar fator 60 (faça chuva ou faça sol!). Meu cabelo está se recuperando, então estou fazendo hidratações todo mês no cabeleireiro, com queratina, pra ver se salvo ele! Eu como demais, amo chocolate, e não posso nem pensar em academia que já fico cansada! (risos)... Enfim, apesar disso, vou passar alguns truques que eu sugiro: Passe protetor solar todos os dias, não pinte seus cabelos (risos) e se não gostar de academia, como eu,

tente a corrida. Fiz aulas de corrida nessas férias e é realmente uma delícia!

Revista Hadar>> De onde surgiu a ideia do blog?

Fernanda>> Depois que a Revista Capricho me selecionou como uma das ItGirls duas vezes, muitas meninas que acompanhavam o site me conheceram e vieram atrás de mim, querendo tutoriais, looks, dicas, etc. Aí resolvi criar o ItFer pra reunir tudo isso em um só lugar! Nunca tinha tido um blog tão pessoal antes, foi uma das melhores experiências que eu tive e estou tendo...

Revista Hadar>> No seu blog, você posta desenhos, e comentou que começou um curso de desenho de moda há pouco tempo. Qual seria o tempo exatamente? E você sempre gostou de desenhar?

Fernanda>> Agora já faz um semestre que estou cursando desenho de moda! Eu sempre adorei criar, e tinha que passar para o papel, então comecei a gostar de desenhar também! Sempre desenhei, mas eu sabia que ia ter que me especializar, então comecei o curso, que me ajudou muito por causa dos padrões e das técnicas. Me arrependo de não ter começado antes...

Revista Hadar>> É muito difícil manter o blog sempre atualizado?

Fernanda>> Nas férias nem tanto, mas no ano passado eu estava cursando o terceiro colegial, em uma escola preparatória para os vestibulares mais concorridos! Então, eu ia à escola de ma-

nhã, e estudava à tarde em casa, para dar conta de tudo. Então, o tempo que eu tinha para fotografar e filmar os tutoriais era pouco! Mas agora está mais tranquilo e estou postando mais.

Revista Hadar>> Começou a fazer vídeos e tutoriais por que queria compartilhar conhecimentos e dar dicas para as pessoas que acompanham seu blog, ou por que as pessoas começaram a pedir?

Fernanda>> Eu nunca tinha pensado em fazer um vídeo assim antes, porque eu não achava minhas customizações "grande coisa". Mas as pessoas começaram a pedir, então eu resolvi fazer.

Revista Hadar>> Quais as dicas que você dá para uma menina que quer montar um blog e ter muita gente acompanhando? Dicas em gerais, assuntos para serem falados, layouts, etc...

Fernanda>> Acho que blogs não faltam na internet! O que alguém que quer se destacar deve fazer é fugir do comum. A maioria dos blogs fala sobre tendências, eu mostro como eu as uso, isso já torna meu blog diferente. Não que falar sobre tendências seja ruim, mas muitos blogs maravilhosos já fazem isso! O que eu me comprometi a fazer no ItFer é participar de todas as postagens, de um jeito que nenhum outro blog pode copiar sem colocar meus direitos autorais (copiar um post com várias fotos minhas seria estranho, certo?). É claro que um bom layout é fundamental! Vale de tudo para incrementar o blog, só não é legal colocar fontes em cores e tipos que dificultam a leitura... vale também personalizar o design com fotos suas ou fotos tiradas por você, pra criar uma identidade única para o blog. E, para terminar, não adianta postar e esperar visitas e comentários, você tem que divulgar seu blog para as pessoas saberem que ele existe.





AUTOS & CIA

Carro a álcool ainda vale a pena?

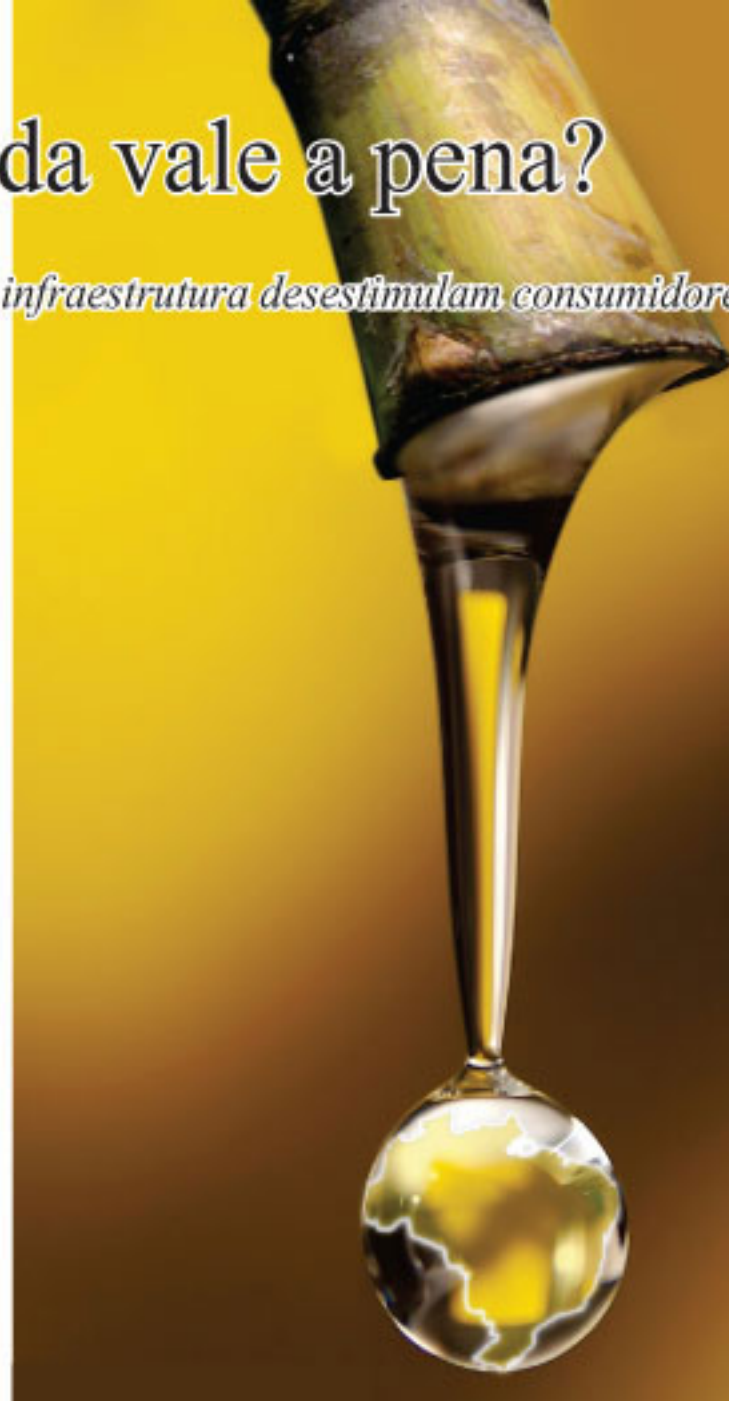
Aumento na frota, cortes na produção e falta de infraestrutura desestimulam consumidores

Houve um tempo em que o carro a álcool reinava absoluto no mercado brasileiro. Mas a falta de investimentos e de regulação do setor, o aumento da frota de veículos e a queda na produção de cana-de-açúcar mudaram o perfil do mercado e do consumidor.

No começo dos anos 80, quando o motor a álcool surgiu no País, como uma alternativa aos motores tradicionais, movidos a gasolina, pouca gente acreditou no sucesso do projeto. Afinal, o petróleo ainda reinava absoluto (como reina até hoje, mas já enfrenta a concorrência de novas fontes de energia, mais limpas) e os brasileiros não se preocupavam muito com a crise do petróleo.

Mas o tempo passou, em pouco mais de três décadas, o álcool combustível superou obstáculos e a desconfiança do consumidor, assumiu a liderança nas vendas dos veículos no País, mas viu seu reinado ameaçado por uma série de fatores, começando na diminuição na área cultivada de cana. Além disso, com o açúcar em alta no mercado externo, os usineiros optam por produzir mais açúcar para exportação, diminuindo a produção do álcool combustível.

Com uma produção que mal dá para atender o mercado interno, não há a possibilidade de se estocar o produto. Com a frota nacional só faz crescer, o preço do álcool, que deveria ser de no máximo 70% da gasolina, chega a quase 80% em alguns casos. Com isso, abastecer o veículo com álcool deixa de ser compensador, pois o combustível rende menos que a gasolina. Este é o motivo para que muitos motoristas optem por veículos com motores flex, que podem rodar tanto com gasolina, quanto com álcool.



RUA DO CRUZEIRO, 711 • CENTRO • TATUÍ • SP
FONE: 15. 3251.4674 • 3259.1270

Especialistas apontam a falta de investimentos e de regulação no setor como fatores que pressionam o preço do etanol, mesmo sendo uma fonte de energia limpa e renovável. Até pouco tempo, por exemplo, o etanol era considerado produto agrícola e não combustível. Uma portaria do governo em janeiro último mudou essa situação. Com isso, além de padrões de qualidade mais rígidos, os produtores terão de estocar o produto, o que o governo acredita que contribua para manter o preço em um patamar aceitável. O problema agora, segundo usineiros, é: como estocar um produto cuja produção já está no limite, atendendo exclusivamente o mercado interno? Além de destinar parte da colheita de cana para a produção do açúcar, os produtores enfrentam a quebra da safra, que reduziu a área cultivada.

Em 2011, mesmo com o crescimento da frota nacional, o consumo do etanol caiu 35%. Um sinal de que mesmo quem tem carro flex prefere abastecê-lo com gasolina.

O caso de amor entre o Brasil e o etanol está passando por uma crise. Um psiquiatra diria que este é momento de "discutir a relação". E entenda-se discutir a relação como fazer planejamento, porque nenhum outro país do mundo usa o biocombustível em uma escala tão grande quanto a brasileira, mas falta planejamento para melhorar o quadro. O crescimento da frota, sobretudo de carros flex, que chegaram a três milhões de unidades em 2010, não foi previsto adequadamente.

Faltou planejamento na parte produtiva, visando expandir a produção e aumentar a área cultivada com cana. O resultado foi uma queda de 30% na produção de álcool no ano passado.

Matriz energética essencialmente brasileira, o etanol tem tudo para se tornar a principal fonte de energia do Brasil, inclusive sendo exportado para outros mercados, como os Estados Unidos, que por sinal não renovaram as barreiras alfandegárias contra o produto brasileiro.

Como se vê, com planejamento, seriedade e boa vontade, o etanol pode voltar a ser o personagem principal no setor de combustíveis no Brasil, o que seria ótimo para o consumidor brasileiro.

Sem placas de aviso, motorista tem de estar atento ao radar

Resolução derrubou a obrigatoriedade de placas avisando sobre radares nas estradas

Desde o dia 22 de dezembro do ano passado, não existe mais a obrigatoriedade da colocação de placas avisando aos motoristas da presença de radares fixos ou móveis. A decisão foi tomada pelo Conselho Nacional de Trânsito (CONTRAN), que determinou ainda que os equipamentos móveis não precisam de estudos técnicos para serem usados. Na prática, isso dá mais liberdade para a Polícia Rodoviária usar o radar móvel. Portanto, os motoristas precisam estar atentos ao limite de velocidade da rodovia, caso contrário, poderão ser surpreendidos e multados.

Este é mais um capítulo de uma novela que vem se arrastando há quase uma década. A instalação de placas de sinalização foi derrubada em 2003, mas três anos depois, a norma foi revogada e as placas voltaram a ser obrigatórias. Mesmo com a abolição dos avisos, a resolução estabelece que os radares devem estar à vista do motorista. A presença de radares móveis nos trechos das rodovias onde não há sinalização de velocidade máxima também foi liberada.

Qualquer ponto das estradas pode haver fiscalização eletrônica. Pela resolução anterior, tanto os radares móveis, como os radares fixos, precisavam de estudos técnicos para instalação em determinado ponto.

Com a nova medida, apenas a instalação de radares fixos precisa dos estudos técnicos. A utilização dos radares portáteis está liberada, o que aumenta o poder de fiscalização.

Agora, qualquer rodovia, com ou sem placa de velocidade máxima permitida, poderá ter fiscalização com os radares portáteis. Com isso, acabou a desculpa de "eu não sabia ou não tinha placa", como afirmavam alguns motoristas.

Como entrou em vigor em dezembro, a mudança pode surpreender muitos motoristas que aproveitam as férias desta época do ano para viajar. Para quem pretende cair na estrada, a dica é prestar muita atenção nas placas que sinalizam o limite de velocidade na rodovia onde você está e

manter-se dentro desse limite ainda que não haja placa em outros trechos da rodovia. E se for viajar, não se esqueça de checar todas as partes do carro, não abuse do cansaço e, claro, se beber não dirija. Siga estas dicas e tenha uma boa viagem.



67

ALPHA
ESTACIONAMENTO

VAGAS
AVULSO E
MENSAL

Rua XV de Novembro nº 367 - Tatuí/SP
Rua Prudente de Moraes nº 221 - Tatuí/SP
Rua Santa Cruz nº 52 - Tatuí/SP
Praça Adelaide Guedes nº 14 - Tatuí/SP

Fone: (15) 9705.4222
(15) 9735.3913

Oficina das Bicas

"Com a experiência de quem é do ramo!"

Peças e Acessórios Nacionais e Importados

Fone: (15) 3251-9119
Av. Zilah de Aquino, 1.215 - B. Valinhos - Tatuí-SP

Mercado se re

Afetado pela crise internacional e pelas incertezas quanto ao futuro,

Depois de um começo de ano com algumas incertezas e uma pequena retração, o mercado de automóveis no Brasil experimentou um crescimento a partir de fevereiro de 2011, com as montadoras e concessionárias apostando em promoções e na redução do IPI (Imposto Sobre Produto Industrializado) para manter o segmento aquecido.

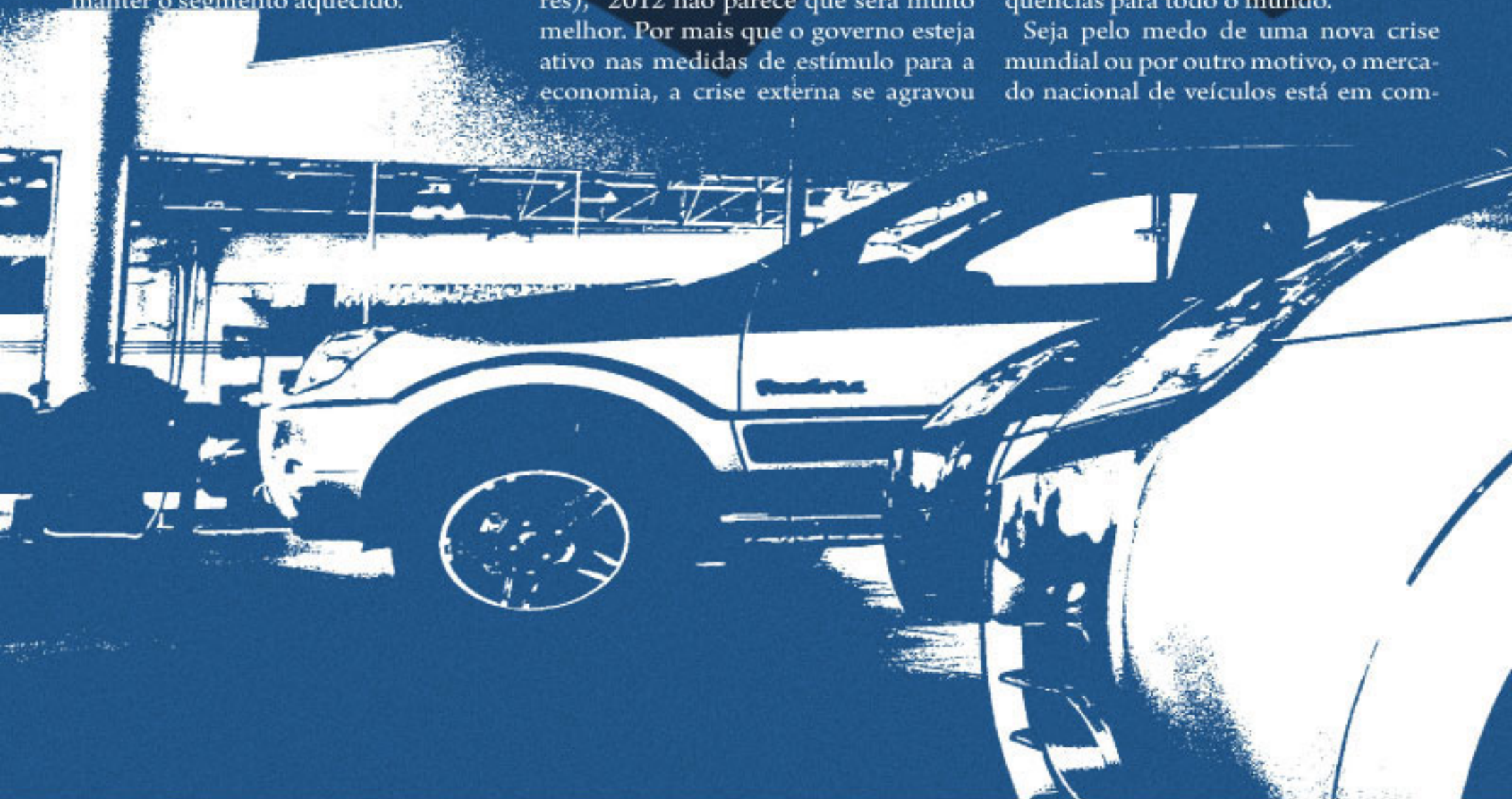
No segundo semestre do ano, contudo, o mercado desacelerou e sofreu retração em comparação ao mesmo período de 2010. Para analistas, este ano será turbulento.

Segundo a empresa de consultoria MB Associados, que faz análises para a Fenabreve (Federação Nacional de Distribuição de Veículos Automotores), "2012 não parece que será muito melhor. Por mais que o governo esteja ativo nas medidas de estímulo para a economia, a crise externa se agravou

no segundo semestre e continuará a dar o tom, pelo menos ao longo dos primeiros meses do ano".

Os consultores consideram como certa a saída da Grécia da Zona do Euro, o que aprofundaria a crise, com o risco de atingir a Itália, cuja dívida imensa poderia quebrar de vez a moeda única europeia, o que traria consequências para todo o mundo.

Seja pelo medo de uma nova crise mundial ou por outro motivo, o mercado nacional de veículos está em com-



Retraí em 2011

O mercado brasileiro de automóveis sofreu retração no final de 2011

passo de espera neste começo de ano. Os números da Fenabrave, entretanto, mostram que o consumidor comprou menos em 2011, pelo menos no que diz respeito a automóveis.

De acordo com a entidade, foram comercializados mais de 5,7 milhões de veículos em 2011, contra cerca de 5,5 milhões vendidos em 2010. Apesar do aumento das vendas, houve redução no percentual de automóveis comercializados, que caiu de 48,71% em 2010 para 46,35% no ano passado. Os

números são referentes à participação dos carros no total de vendas.

Por outro lado, houve aumento nas vendas de veículos comerciais leves, que abocanharam 13,59% do mercado; em 2010, esse segmento representou 12,44% das vendas. Houve redução também no segmento de caminhões e ônibus. De acordo com a Fenabrave, as montadoras Fiat, Volkswagen e GM dominam o mercado nacional, com mais de 64% de participação nas vendas.

Entre as motos, a Honda reina absoluta, com quase 80% do mercado nacional.

O fato é que, mesmo o Brasil estando mais preparado para enfrentar uma nova crise mundial, o consumidor brasileiro está mais cuidadoso na hora de gastar. Resta saber se medidas de estímulo ao consumo, como redução da taxa de juros e de impostos, surtirão o efeito desejado, mantendo aquecida a economia do país, que já está entre as seis maiores do planeta.

69

Você não acredita em tudo que vê, né?!

Nem tudo o que você vê é verdade. Existem muitos meios de comunicação, mas você tem que investir naquele que realmente irá trazer retorno para sua empresa. Anuncie no **busdoor** (interno e externo) de Tatuí e descubra o que é sucesso

**Elimec**
comunicações

15 3259 7014

Rua 7 de Maio, 150 • Centro • Tatuí/SP

Tecnologia faz carro frear sozinho

Sistemas computadorizados auxiliam o motorista na hora de parar o carro

Primeiro, foi o sensor de estacionamento, equipamento que emite um alerta sonoro quando você está manobrando o veículo e se aproxima de algum obstáculo. Depois, as câmeras de ré, que também chegaram para auxiliar nas manobras.

Agora, alguns automóveis apresentam um sistema que auxilia o motorista a frear o veículo, evitando colisões e até atropelamentos. A nova tecnologia é muito bem-vinda, sobretudo para ajudar os motoristas mais distraídos, que levam aquele segundo a mais para reagir e pisar no freio, o que pode ser a diferença entre um susto e uma batida.

O Controle Adaptativo de Velocidade de Cruzeiro (ACC, na sigla em inglês) permite que o condutor especifique a velocidade permitida e a distância que deve ficar do carro da frente. Com tudo isso programado, o sistema freia o veículo automaticamente, se o trânsito parar em um semáforo, por exemplo.

Pioneiro em tecnologia embarcada (como o sistema de estacionamento automático), o Tuareg, da Volkswagen já dispõe de mais esse luxo. Além de frear sem a intervenção do motorista, ele acelera quando necessário para manter a distância do carro da frente. O Tuareg possui ainda um sensor que para o veículo e dá um alerta no painel quando é fechado por outro carro.

Modelos mais luxuosos, como o Volvo S60, dispõem ainda de um sistema que evita atropelamentos. Um radar instalado na dianteira do veículo identifica o contorno de corpo humano, que é reconhecido por uma câmara. Quando isso acontece, o carro emite um alerta sonoro e em seguida para automaticamente. Até a pressão no

sistema de freio aumenta eletronicamente neste momento. Tudo para auxiliar na frenagem e evitar o atropelamento.

A montadora alerta, contudo, que o carro só para completamente até os 35 km/h. Acima disso, e até os 80 km/h, ele apenas diminui a velocidade para reduzir os danos do choque.

Por isso, mesmo que o seu carro disponha desta tecnologia, é importante que você dirija prestando atenção no que está fazendo. Falar ao celular, acender cigarro ou conversar muito com o passageiro não combina com o ato de conduzir um automóvel. Lembre-se que você é a peça de segurança mais importante do seu veículo.



ALEIXO
MINERAÇÃO
PRODUZINDO QUALIDADE, SEM VOCÊ ECONOMIZAR



Areia média e fina, pedra e predisco.



Fone : 15. 3266-2436
3266-1014

Estrada Iperó a
Tatuí, KM 04
Iperó/SP - Dist. Ind

email : aleixomineracao@ig.com.br





RENASCER

Quantas vezes, ao longo de nossas vidas, erguemo-nos das cinzas?

Tudo na natureza s3o ciclos. Estamos passando por transforma33es o tempo inteiro; em alguns momentos, por3m, elas acontecem de forma mais profunda e nos fazem rever muitas coisas do passado que n3o nos servem mais.

Guardamos muitas coisas desnecess3rias. E, somente quando somos obrigados a renascer em meio aos dif3ceis aprendizados que a vida muitas vezes nos imp3e, damos valor ao desapego.

Ent3o, vamos todos fazer uma grande transforma33o!

S3 que transforma33o d3i, pois vai fundo no orgulho. Ela exige que aceitemos que os outros estiveram certos em grande parte das vezes que discordamos... Exige entendermos que, muitas vezes, fizemos coisas que n3o tinham valor nenhum... Que percebamos que as palavras nem sempre valeram a pena, mas que em outras ocasi3es elas fizeram total diferen3a!

Temos na m3o a possibilidade de guiar-nos por onde quisermos, para a cura ou para o conflito, a partir do entendimento de como vamos conduzindo a nossa exist3ncia por tanto e tanto tempo...

O que temos guardado ao longo de nossa caminhada? Muitas vezes, quando achamos que estamos resolvidos em determinadas situa33es, elas ressurgem. M3goas, agressividade, tristeza... O que estamos guardando? N3o liberamos as pessoas e elas n3o se liberam de n3s.

Mudamos de relacionamento, mas continuamos

repetindo as mesmas coisas...

Mudamos de casa, mas continuamos com os mesmos h3bitos...

Porque, na verdade, por dentro nada mudou. Continuamos presos a valores antigos. Temos tend3ncia a sermos colecionadores, colecionamos ferimentos e depois reclamamos que a vida n3o vai bem.

3 desapegando-nos que nos aproximamos. 3 dessa forma que aprendemos a amar e n3o a colecionar, e dessa forma soltamos as pessoas para caminharem a nosso lado somente pelo amor.

Algumas pessoas dizem apenas guardar coisas boas. Na verdade, s3o colecionadoras tamb3m! N3o aceitam a morte (processo natural da vida), n3o aceitam o distanciamento de pessoas amadas... N3o aceitam perder.

Aceitar passar por um processo de renascimento 3 largar tudo com a consci3ncia de que nada se perde. Tudo que 3 bom vai ressurgir numa roupagem diferente!

Vamos nos fazer as perguntas necess3rias e analisar nossos atos – somos espelhos para muita gente.

Mudar um h3bito necessita de uma grande atitude... Persistir nessa mudan3a 3 treino. Treino di3rio.

3 a certeza de que o mundo s3 tem a ganhar com nosso trabalho, de que confiamos nas Leis da Vida, de que n3o perdemos nunca.

3 a certeza de que se pode aprender com o melhor dos momentos: **O AGORA.**

A felicidade nos aguarda com os bra3os abertos!

TATUÍ recebe investimentos na área de telecomunicação



Com mais de 35 anos de história, o Grupo Ruivo e a Claro, gigante da comunicação móvel, acertam parceria e investem na cidade.

Em mais uma prova de que a Região está em franco desenvolvimento econômico, atraindo olhares (e investimentos) de grandes grupos empresariais, foi inaugurada em Tatuí, no último dia 31 de janeiro, uma Agência Autorizada Claro Empresas (AAE).

O arrojado projeto é fruto de uma parceria entre a Claro, empresa de telefonia móvel, pertencente ao Grupo América Móvil, maior grupo de telefonia das Américas, proprietária da Embratel e NET, com mais de 200 milhões de clientes no mundo, sendo 57 milhões no Brasil e do Grupo Ruivo, um dos mais tradicionais do Sudoeste Paulista, com mais de três décadas de experiência na área de logística (transporte) e distribuição de produtos. A nova agência, batizada de Ruivo Telecom, irá atender toda a Região.

O investimento nesta parceria prevê a instalação de novas torres de transmissão e novas tecnologias, por parte da Claro (que está investindo mais de R\$ 10 bilhões no Brasil), visando oferecer o melhor serviço às empresas das cidades de Tatuí e região. À Ruivo Telecom, conhecida pela qualidade e seriedade no trabalho, caberá levar este leque de serviços aos clientes, através de consultorias e vendas de Planos Corporativos da Claro para Pessoa Jurídica, com análise da necessidade de planos de telefonia móvel para qualquer tamanho de empresa.



Claudinei de Carvalho, Ricardo Ruivo, André Santana, Rogério Ruivo e João Vitor.



Ruivo Telecom

RUIVO TELECOM Ltda
 Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, nº 769
 Centro - Tatuí-SP
 Fones: 15. 3305.3985 / 15. 3305.4493



AAE
 Agência Autorizada Claro Empresas



Ofertas especiais da Claro Empresas

Combo Tablet 1

A solução mais econômica para sua empresa ter um tablet.



A partir de

R\$ **56**,00
por mês



Plano Banda Larga
250MB



Tablet ZTE V9

-3G
-Display 7"
-Wi-Fi
-Câmera de 3MP
-Android
-Cartão de 4GB



No Plano Banda Larga
1GB, por mais R\$ 28,00
você tem 4x mais
internet



No Plano Ilimitado*,
por mais R\$ 36,00
você navega à vontade
na internet

PLANO CLARO FLEX

Não é cobrado deslocamento.
Bônus CLARO em Dobro!!!



Smartphones
a partir de R\$ **1,00**

Plano sob medida em Reais Claro Empresas

Ideal para Empresas com diferentes perfis de uso. O Plano Sob Medida oferece franquias compartilhadas e alta flexibilidade.

Todo o consumo é abatido da franquia contratada, seja em ligações locais, Torpedos, dados e longa distância (nacional ou internacional). Se a franquia não for consumida no mês, vira crédito no mês seguinte, por até 60 dias.

A Claro oferece ainda, mediante pagamento de uma assinatura mensal por linha, módulos que podem deixar sua empresa na medida. Conheça alguns módulos:

1º Módulo Tarifa Zero:

Tarifa Zero Intra-Grupo: Permite chamadas locais (dentro do mesmo DDD) gratuitas para outros celulares Claro da sua empresa (mesmo CNPJ), limitado a 2.000 minutos por mês.

Tarifa Zero Nacional: Permite chamadas de longa distância nacional gratuitas para outros celulares da Claro da sua empresa, limitado a 500 minutos por mês.

Tarifa Zero Intra-Rede: Permite chamadas locais (dentro do mesmo DDD) gratuitas para outros celulares da Claro, limitado a 2.000 minutos por mês.

2º Módulo Gestor Online:

A mais completa ferramenta para gerenciar o uso das linhas da sua empresa. Com o Gestor Online sua empresa pode:

- definir perfis de uso específico para cada linha
- limitar uso para cada tipo de ligação (local, longa distância nacional ou internacional), departamento ou mesmo centro de custo
- definir dia e horários em que o funcionário usará a linha

3º Módulo de Internet:

Os módulos de internet da Claro permitem acesso aos emails e acesso à internet de forma prática e ágil, tudo do seu celular Claro. A Claro oferece diferentes pacotes que se ajustam às suas necessidades.

4º Módulo de email:

Com os módulos Blackberry é possível usufruir da solução de push-mail que permite sincronização automática de seus emails, garantindo melhor performance da comunicação com seus funcionários, clientes e fornecedores.

5º Pacotes SMS:

Permite envio de mensagens de texto para qualquer operadora, reduzindo os custos de envio de Torpedos de sua empresa.

Planos Prontos

Simple, econômicos e criados para empresas com necessidades específicas de uso do celular

Plano Pronto Tarifa Zero: Com os mesmos benefícios dos módulos Tarifa Zero Intra-Grupo e Intra-Rede. Ideal para empresas com perfil de uso predominantemente Intra-rede ou intra-grupo.

Plano Pronto Claro Direto: Com os mesmos benefícios do módulo Claro Direto. Ideal para empresas que desejam apenas comunicação via rádio.

Planos Banda Larga

Para empresas que necessitam navegar na internet com frequência, no notebook, através de modem USB com velocidade de GPRS /EDGE /HSDPA . Sua empresa paga um valor mensal de acordo com quantidade de dados escolhida: 40MB , 100MB , 250MB , 500MB, 1GB, 3GB e 5GB. O excedente é cobrado à parte.

PARK

A maior variedade em brinquedos e presentes...



As melhores marcas de brinquedos!

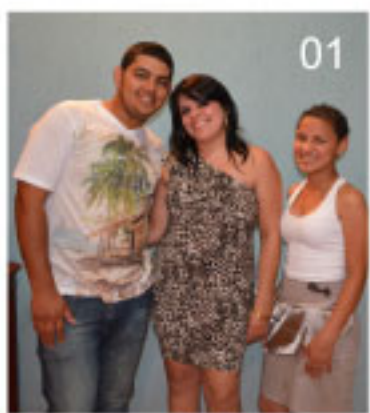


SHOP



A Park Shop está de cara nova! Foi ampliada, conta com uma nova seção somente de brinquedos e outra de decoração e presentes. Trabalhamos com lista de casamento!

*Rua XI de Agosto, 980 - Centro - Tatuí - SP - Fone (15) 3305-1396
Estacionamento Próprio (ao lado da loja)*



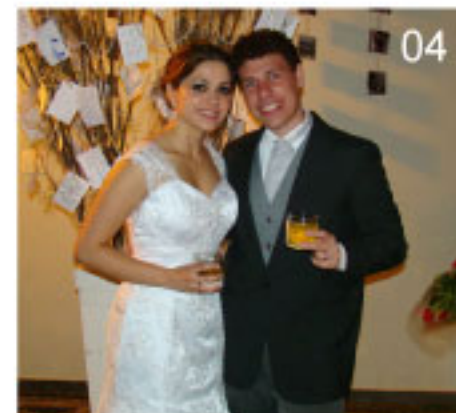
01



02



03



04



05



06



07



08

01 - Ronaldo, Jaqueline e Talita, niver Elder, Portal das Nogueiras, Enxovia, Tatuí; 02 - Ricardo e Laura, niver Juliano, Vila Real de Itu; 03 - Fran, Rita e Cristiano, niver Rita, República Botequim, Tatuí; 04 - Angélica e Guilherme, Bosque do Junqueira, Tatuí; 05 - Alex, João e Ranieli, Chá Bingo Beneficente, Rotary Club, Tatuí; 06 - Gêssica e Lucas, ensaio da bateria Bloco do Motumbo, Bar São Cristóvão - Fecha Nunca, Itapetininga; 07 - Cimara e Bruno, confraternização fim de ano do escritório SILTEC, Buffet e Gastronomia Cláudia Rauscher, Tatuí; 08 - Carlota e Carmelina, confraternização de fim de ano do Projeto Envelhecer com Qualidade de Vida, Rotary Club, Tatuí

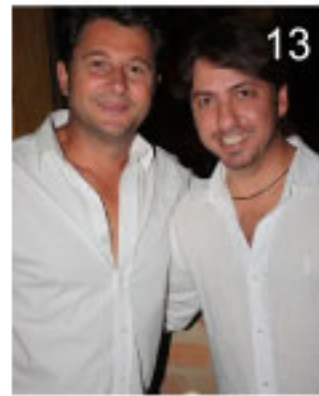


No Santa Luiza você encontra as melhores marcas de bebidas, nacionais e importadas.

Aproveite o Carnaval em grande estilo!



Praça Martinho Guedes, 60 - Tatuí/SP . 15. 3305-2993



09 - Aline, Izabela e Cláudio, Churrascaria O Costelão, Tatuí; 10 - Angela, Silmara, Milea e Amanda, Projeto ColorAção, Hotel Dell Fiol, Tatuí; 11 - Amanda e Lívia, Inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 12 - Carla, Tatiane, Cláudia e Tábata, República Botequim, Tatuí; 13 - Ariel e Júnior, Reveillon, Choupana, Tatuí; 14 - Ana Paula e Gabi, Rota XI, Tatuí; 15 - Passeio ciclístico Tatuí a Iguape, Equipe Oficina das Bikes; Tatuí

resulty

VERÃO com estilo

tudo em **10x**

Aproveite o verão com óculos de sol que faz o seu estilo e protege seus olhos dos raios UV. Mais saúde e qualidade em seu olhar.

ÓCULOS DE SOL a partir de 10x de **9,90***

TOM FORD

ÓTICAS Dez

WWW.OTICASDEZ.COM.BR | BOITUVA | CERQUILHO | TATUÍ | TIETÉ

Pagamento em 10x somente para compras com o cartão de crédito.



16 - Gabriela e Estevam, niver Elder, Portal das Nogueiras, Enxovia, Tatuí; 17 - Niver Juliano, Itu; 18 - Patrícia e Rita, niver Rita, República Botequim, Tatuí; 19 - Angélica e Guilherme, Cancún, México; 20 - Célia, Maria Helena e Bete, Chá Bingo Beneficente, Rotary Club, Tatuí; 21 - João Vitor, Alexandre, Virgílio, Rogério e Nacarato, Inauguração da loja Ruivo Telecom-Claro Empresas, Tatuí; 22 - Cléo, Luiz e Andrea, confraternização de fim de ano do escritório SILTEC, Buffet e Gastronomia Cláudia Rauscher, Tatuí



Fabricação e instalação de coifas e calhas em geral.



Fone: (15) 3305-1669 | www.adfcalhas.com.br
Rua XV de Novembro, 2065 - Tatuí/SP

Delivery Creppes



Valor: R\$ 4,00 Cada*



Pedidos das 9:00h às 21:00h

(segunda a sexta)

*Pedido Mínimo 4 unidades.
*Taxa de entrega a combinar.

Ligue e peça o seu!
Fone: (15)3305-4788

Sabores:

Recheios Salgados:

Mussarela
Presunto e Queijo
Frango c/ Catupiry
Strogonoff de Filet

Recheios Doces:

Banana c/ Canela
Brigadeiro
Doce de Leite

Molhos:

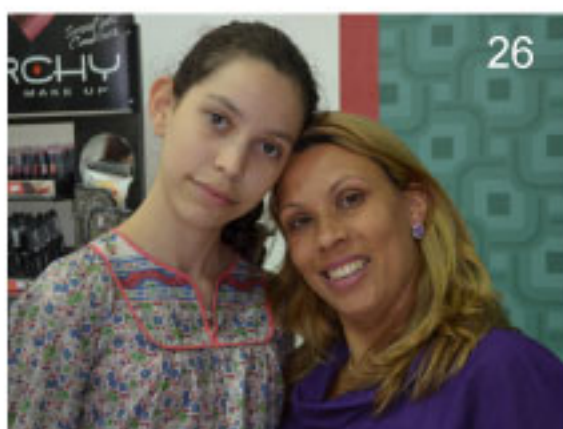
Bechamel / Sugo / Rose

Novos Sabores:

Brócolis
Escarola com bacon



Claudia Rauscher
Buffet & Gastronomia



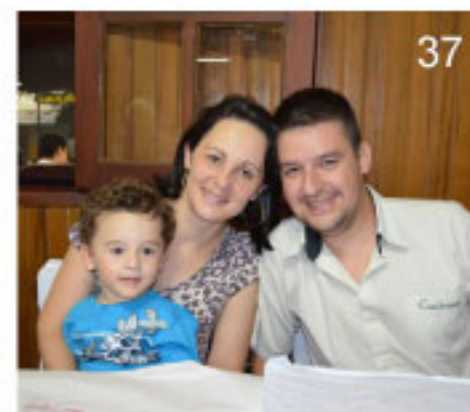
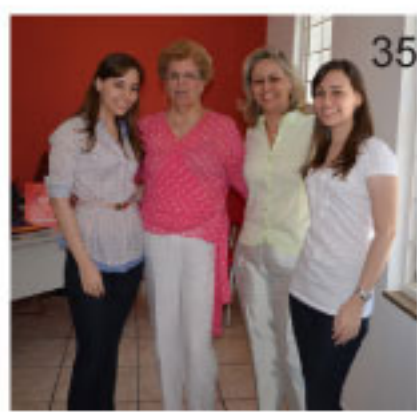
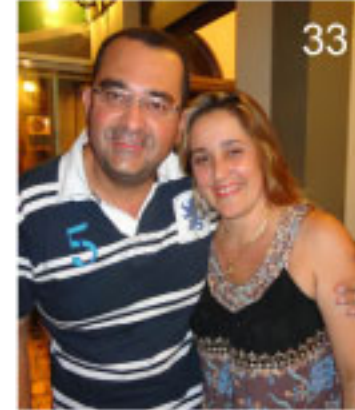
23 - Gisele, Marcell, Ivan e Bete, confraternização de fim de ano do Projeto Envelhecer com Qualidade de Vida, Rotary Club, Tatuí; 24 - Marta e Cláudio, niver casamento, Churrascaria O Costelão, Tatuí; 25 - Inês, Projeto ColorAção, Hotel Dell Fiol, Tatuí; 26 - Ana Carolina e Elisabete, Inauguração da nova farmácia Personal Pharma, Tatuí; 27 - Cíntia, República Botequim, Tatuí; 28 - Bruna e Ana Flávia, Reveillon, Choupana, Tatuí; 29 - João Paulo e Nathália, Rota 11, Tatuí

oBoticário

Lançamento!
Linha ACQUA



Tatuí - Centro. 15. 3259.4912 | Quiosque Coop. 15. 3305.4590
Cesário Lange - 15. 3246.3292 | Iperó - 15. 3266.3627



30 - Guinei, Fabrício, Neto e José Amaro, TV Bandeirantes, São Paulo; 31 - Sérgio e Caetano, niver Elder, Portal das Nogueiras, Enxovia, Tatuí; 32 - Laura, Marina e Camila, niver Juliano, Itu; 33 - Roberto e Rita, niver Rita, República Botequim, Tatuí; 34 - Cláudio e Nice, Chá Bingo Beneficente, Rotary Club, Tatuí; 35 - Marília, Carmen, Daura e Melissa, inauguração da loja Ruivo Telecom-Claro Empresas, Tatuí; 36 - Luiz e Hérica, confraternização de fim de ano do escritório SILTEC, Tatuí; 37 - Gisele, Eduardo e Fábio, niver casamento Marta e Claudio, Churrascaria O Costelão, Tatuí

Sueli
Bolo & Cia.

*Trufas e sonho
de valsa*

Novidade!!

Premiato

**Venha conhecer nossa
nova loja em Tatuí!**

Napolitano

*Diamante
Negro*

*Salada
de frutas*

Tatuí - 15. 3205 2661 - Rua Cel. Aureliano de Camargo, 286 - Centro - Tatuí / SP
Boituva - 15. 3363.3012 - Rua São Roque, 25 - Centro - Boituva/SP
Porto Feliz - 15. 3262.2486 - Rua José Bonifácio, 88 - Centro - Porto Feliz/SP

www.suelibolosecia.com.br



missennium
boliche



38- Joel, Anderson, Guilherme, João, Débora, Silmara, Sansão e Renato, projeto ColorAção, Hotel Dell Fiol, Tatuí; 39 - Cássia e Antônio Tadeu, Inauguração da nova farmácia Personal Pharma, Tatuí Matriz; 40 - Eliete e Martinho, República Botequim, Tatuí; 41- Bruna e Caio, Reveillon, Choupana, Tatuí; 42 - Jovi e Rodrigo, Rota XI, Tatuí; 43 - James, Adriana, Leandro, Ávila, Davi, Luciano, Gerson, Camilo e Elon, Tatuí na São Silvestre 2011; 44 - Rita, Sanai e Ana Lúcia, niver Juliano, Itu

DISTRIBUIDORA MORENO

&



MEDITERRANI professional

Trouxeram para Tatuí o projeto

ColorAção

Curso Intensivo de Técnicas de Cor - Color e Ação, realizado por técnicos especialistas para formação e especialização dos profissionais cabeleireiros em Colorimetria.



Participantes (Profissionais Cabeleireiros)



Equipe Técnica



Equipe de Vendas



Participantes (Profissionais Cabeleireiros)

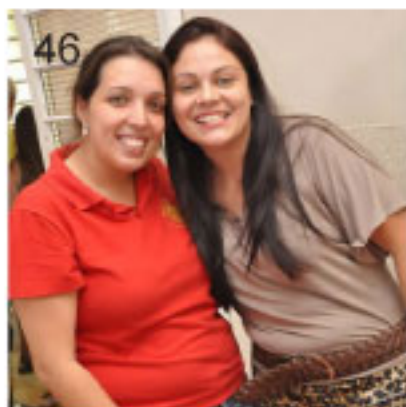
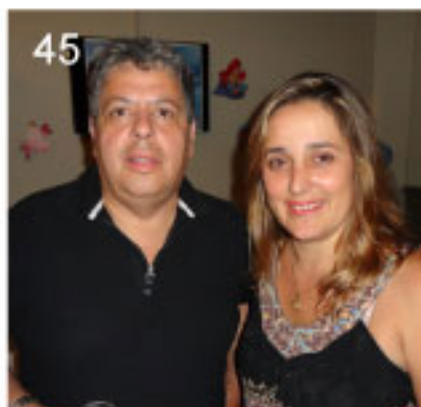


Participantes (Profissionais Cabeleireiros)



Produtos

Realizado nos dias 30/01, 31/01 e 01/02, no Hotel Del Fiol | Distribuidora Moreno (15) 3251-1295 e (15) 9626-5154



45 - Sérgio e Rita, niver Rita, República Botequim, Tatuí; 46 - Maria Renata e Leticia, Chá Bingo Beneficente, Rotary Club, Tatuí; 47 - Ricardo e Rogério, inauguração da loja Ruivo Telecom-Claro Empresas, Tatuí; 48 - Luiz e Lígia, confraternização fim de ano do escritório SILTEC, Buffet e Gastronomia Cláudia Rauscher, Tatuí; 49 - Karine e Bruno, niver casamento Marta e Cláudio, Churrascaria O Costelão, Tatuí; 50 - Cláudia e Luiza, niver Elder, Portal das Nogueiras, Enxovia, Tatuí; 51 - Cristiane, Alessandra, Juliana e Pedro Augusto, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 52 - Isabela e Flaviane, República Botequim, Tatuí



COLÉGIO PRESBITERIANO DE TATUÍ

MATRÍCULAS ABERTAS PARA 2012!

Garanta sua vaga!



COMPROMETIDO COM OS PRINCÍPIOS E VALORES CRISTÃOS NO CUMPRIMENTO DAS SUAS TAREFAS.

Não perca tempo! Matricule-se já!

MATRÍCULAS ABERTAS PARA 2012

Educação Infantil (de 2 a 5 anos)

Ensino Fundamental I (1º ao 5º ano)

Ensino Fundamental II (6º ao 9º ano)

Em 2012 Ensino Médio (1º ao 3º ano)

www.colegiopresbiterianodetatui.com

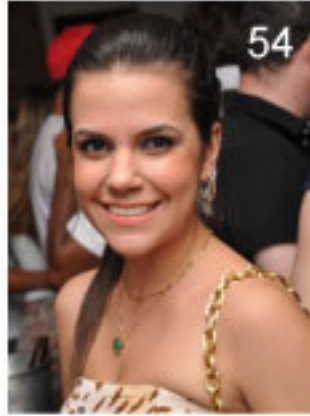


R. Sete de Maio, 213 | Centro | Fone: 3205 2338 | Tatuí | SP

R. Monsenhor Silvestre Murari, 90
Dr. Laurindo
15-3259 7765



Sistema Mackenzie de Ensino



53 - Dani e Caio, Reveillon, Choupana, Tatuí; 54 - Juliana, Rota XI, Tatuí; 55 - Rogério, André e Felipe, Chá Bingo Beneficente, Rotary Club, Tatuí; 56 - Manuela, confraternização fim de ano escritório SILTEC, Buffet e Gastronomia Cláudia Rauscher, Tatuí; 57 - Denise e Livia, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 58 - João e Camila, República Botequim, Tatuí; 59 - Danilo e Eduardo, Reveillon, Choupana, Tatuí; 60 - Karen e Fernando, Rota XI, Tatuí

CASA RAMOS

SOLUÇÕES COMPLETAS EM PEÇAS



www.rolamentosramos.com.br

CASA RAMOS

SOLUÇÕES COMPLETAS EM PEÇAS

tel / fax: 15 3251-8867

plantão: 15 9771-0364 Tatuí-SP

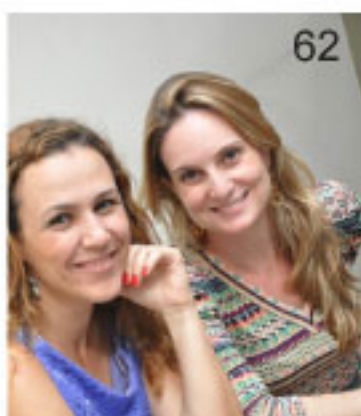
nextel: 96*17893

atendimento@rolamentosramos.com.br





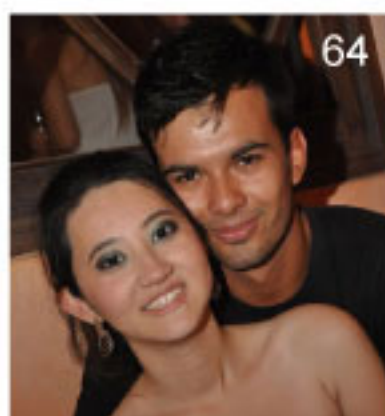
61



62



63



64



65



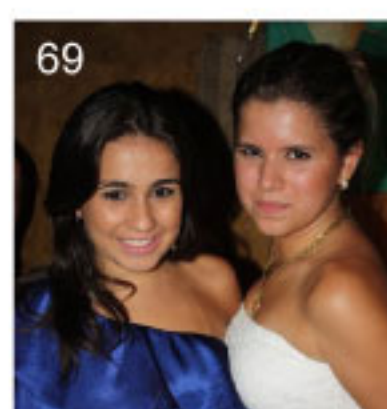
66



67



68



69

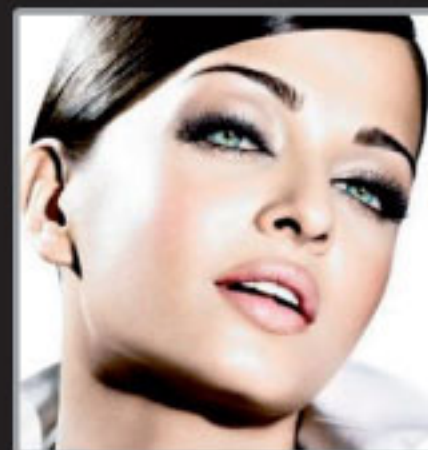
61 - Juliana e Áurea, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 62 - Juliana e Patrícia, República Botequim, Tatuí; 63 - Denise e Ana Paula, Reveillon, Choupana, Tatuí; 64 - Larissa e Arthur, Rota XI, Tatuí; 65 - Juliano e Cristiane, inauguração da nova farmácia Personal Pharma, Tatuí; 66 - Fausto e Rose, Reveillon, Choupana, Tatuí; 67 - Larissa, Mayara, Ana Flávia e Juliana, Rota XI, Tatuí; 68 - Leandro, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 69 - Vanessa e Rafaela, Rota XI, Tatuí

studio W. LOPES CABELEIREIROS & ESTÉTICA

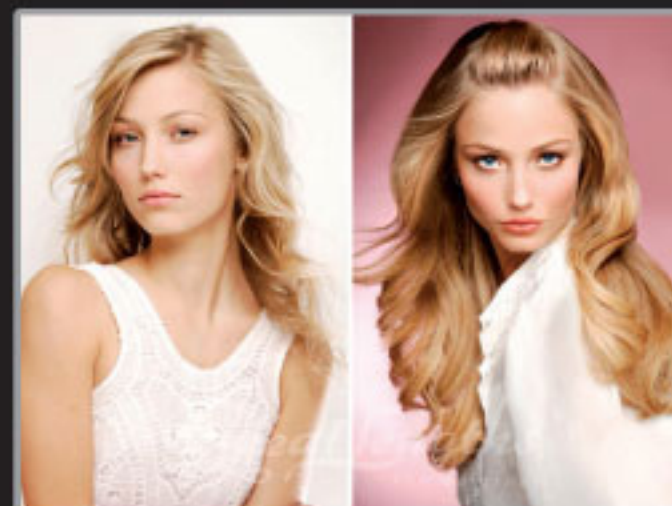
Prótese Capilar e Alopecias
Diga adeus à calvice!



- Completa privacidade
- Feito de cabelo natural
- Resistente à água
- Trabalhamos com peruca

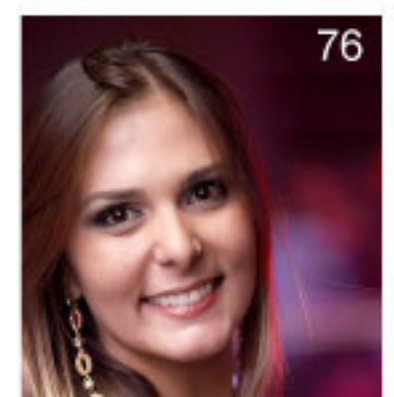


Maquiagem Definitiva
Olho, Boca e
Sobrancelha Definitiva



Alongamento

Rua Nove de Julho, 50 | Centro | Boituva/SP | Fone (15) 3263.3478



70 - Maria de Lurdes e Elisângela, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 71 - Dani e Walter, Viernes Club, Itapetininga; 72 - Noêmia, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 73 - Erika, Cacá, Bebeto e Fernanda, ensaio da bateria Bloco do Motumbo, Bar São Cristovão - Fecha Nunca, Itapetininga; 74 - Leticia, Viernes Club, Itapetininga; 75 - Renata e Denise, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 76 - Marina Bárbara, Viernes Club, Itapetininga



LasTinas®

CASA E DESIGN

Um novo olhar sobre o design!

A LasTinas Casa e Design convida você a conhecer um ambiente repleto de inovação, bom gosto e sofisticação.

Uma **seleta linha** de produtos para decoração, presentes, cozinha, eletrodomésticos, cama, mesa, banho e móveis para área externa.
Interativa e democrática, a loja fornecerá produtos diferenciados para deixar sua casa mais bonita.

Venha nos visitar!

Faça também sua lista de casamento, chá bar, cozinha e **open house**





77 - Rafaela e Andressa, Viernes Club, Itapetininga; 78 - Thiago e Luciano, ensaio da bateria Bloco do Motumbo, Bar São Cristovão, Itapetininga; 79 - Elder e Gilda, niver Elder, Portal das Nogueiras, Enxovia, Tatuí; 80 - Solange, Rota 11, Tatuí; 81 - Vera, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí; 82 - Tatiane e Marília, Rota 11, Tatuí; 83 - Maria Luiza e Cibele, Rota 11, Tatuí, 84 - Vera, Jair, Adi e Isaias, inauguração da nova farmácia Personal Pharma Matriz, Tatuí



PARAÍSO
VIDRACARIA

Box padrão (pronta entrega)
Tampo Fachadas
Espelhos Parabrisas
Box de Acrílico Molduras

Vidros Temperados nas cores
fumê | verde | bronze | incolor

|15| 3251 - 7764
Rua Maneco Pereira 503 - Tatuí

|15| 3251 - 5199
Rua 15 de Novembro, 1845 - Tatuí

SEJA VISTO E LEMBRADO



ANUNCIE NA HADAR!

www.revistahadar.com.br



FRITELLA

O apetite deste mês combina muito com você que está planejando reunir a família neste carnaval. É rápido, fácil e muito gostoso. A receita foi mandada pela nossa leitora, de Boituva. Anote e aproveite esta porção no carnaval.

Rendimentos: 8 porções grandes ou 10 pequenas



Ingredientes:

- 1 kg de farinha de trigo
- 1 colher de (sopa) de fermento em pó químico
- 1 colher de (sopa) de sal
- 1 colher de (sopa) de açúcar
- 1 xícara de óleo (rasa)
- 2 xícaras de água
- óleo para fritar

Modo de fazer:

Misture os ingredientes secos, depois acrescente o óleo e a água para amassar. Amasse até dar o ponto de massa de pão. Faça rodela grande ou pequenas e frite.

Cobertura:

Molho de tomate e queijo ralado ou carne moída refogada.
Obs: A cobertura pode ser também doce.



Quer ver sua receita aqui nas páginas da Hadar? Então, faça como nossa querida leitora Antonietta Braga Pires, envie um email para: jornalismo@revistahadar.com.br e seja a próxima!

DEMARCELO'S
Restaurante
Self Service por Quilo
A arte de comer bem!

Elinc



Desde 2006
Aberto de segunda
a domingo, inclusive feriados

R: José Bonifácio, 676 | Tatuí | Centro
(esquina com a rua XV)

 estacionamento grátis

Elinc

Lanchonete & Pastelaria
TAMBELLI

O difícil vai ser resistir à tanta tentação



R. Maneco Pereira, 166 | B. 400 | Tatuí | 15.3251-2210
Mercado Municipal | Box 16 | Tatuí | 15.3251-4016



TAPEMAG

Sua loja de peças e borrachas.

www.tapemag.com.br



Mangueiras para lavadoras



Mangueiras hidráulicas em geral



EPI



Mangueiras



Ligação reparadora

Adaptador

Suporte para mangueiras



Ferramentas



Produtos em geral:

Abraçadeiras - Adesivos - Amortecedores - Borracharia - Correias - Correntes - Escadas - Ferramentas para Jardinagem
EPI - Lençóis e Pisos - Lonas e Cordas - Lubrificantes - Mangueiras em geral - Peças Agrícolas - Linhas Pneumáticas
Sinalização Vedação - Aspersores - Mangueiras para jardim PVC e silicone - Suporte para Mangueiras
Esguicho - Bico para Torneira - Luvas - Bomba - Regador, etc...

R. Onze de Agosto, 1041 - Tatuí / Centro - Fone: 15.3259-2800 Nextel: 96*60761

Elmec