



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$ 4,90

ANO 10 • EDIÇÃO 119 • OUTUBRO DE 2017



Furacões

O clima no planeta está descontrolado



Câncer de mama:
A importância da prevenção através de exames

12 de outubro:
Dia das Crianças

AVC:
Cresce os casos entre os jovens

Adorei a capa, imagino o conteúdo!

Ariana Borges
(Fazendo alusão à postagem da capa da Revista Hadar, edição de setembro)

Irmãos que a vida nos dá, somos nós que escolhemos, somos mais que irmãos, porque aceitamos, discutimos, amamos e respeitamos, cada um como é, isso é amor, é aceitar o outro como é, e crescermos sempre juntos. Beijos, equipe Hadar!

Madalena R Gallego
(Fazendo alusão à postagem do anúncio do Dia dos Irmãos)

Elmec Hadar, sucesso sempre! Beijos a todos da equipe da Revista Hadar.

Solange Pantojo

Irmãos adoráveis, beijos e abraços para meus primos da família Camargo.

Solange Pantojo
(Fazendo alusão à postagem do anúncio do Dia dos Irmãos)

Parabéns, equipe Hadar. A Revista está cada dia mais bonita. Amo tudo! Muito obrigada por existirem. Sucesso sempre!

Genecy Rodrigues

Boa Tarde para todos da Empresa Elmec Hadar. Ótimo início de Primavera!

Solange Pantojo
(Fazendo alusão à publicação dobre o início da Primavera)

Obrigada a toda equipe da Hadar pelas excelentes matérias que podemos colocar em prática no nosso cotidiano.

Tatiane de Miranda Camargo Covre

Muito legal. Hoje mesmo falei para o Simeão que a Hadar é uma bela revista e que suas matérias são ótimas.

Elizabeth Amadei Amadei
(Fazendo alusão à postagem da capa da Revista Hadar, edição de setembro)

Amém! E que saibamos fazer da vida o que esperamos dela, carregada de fé, amor, simplicidade, sabedoria, compreensão, caridade, amor ao próximo e a nós mesmos, é tudo fundamentado naquele que nos criou, ao nosso Deus. Bom fim de semana a todos.

Madalena R Gallego
(Fazendo alusão à postagem de bom final de semana, Facebook Revista Hadar)

Parabéns! Ficou muito bonita a Samanta!

Raquel Oliveira Viana
(Fazendo alusão ao projeto Realize-se, publicado na edição de agosto)

DATAS COMEMORATIVAS

2017

Outubro

- 01 - Dia Internacional da Música/ Dia do Vendedor/ Dia do Vereador/ Dia Internacional das Pessoas Idosas/ Dia de Santa Teresinha
- 02 - Dia Internacional da Não-Violência/ Dia do Anjo da Guarda
- 03 - Dia Mundial do Dentista/ Dia das Abelhas
- 04 - Dia dos Animais/ Dia de São Francisco de Assis/ Dia da Natureza/ Dia do Cachorro
- 05 - Dia de São Benedito/ Dia Nacional da Micro e Pequena Empresa
- 06 - Dia de São Bruno
- 07 - Dia do Compositor Brasileiro
- 08 - Dia do Nordeste
- 09 - Dia do Atletismo
- 10 - Dia de São Daniel Comboni
- 12 - Dia das Crianças/ Nossa Senhora Aparecida/ Dia do Engenheiro Agrônomo/ Dia do Corretor de Seguros/ Dia Nacional da Leitura
- 13 - Dia Nacional do Fisioterapeuta e do Terapeuta Ocupacional
- 14 - Dia do Meteorologista
- 15 - Dia do Professor/ Horário de Verão/ Dia Mundial da Lavagem das Mãos
- 16 - Dia de São Geraldo/ Dia do Chefe

- 17 - Dia da Agricultura/ Dia do Eletricista/ Dia da Indústria Aeronáutica Brasileira/ Dia do Profissional da Propaganda/ Dia Internacional da Erradicação da Pobreza/ Dia da Música Popular Brasileira
- 18 - Dia do Médico/ Dia do Pintor/ Dia do Pintor (Parede)/ Dia do Estivador/ Dia de São Lucas
- 19 - Dia do Profissional de Informática/ Dia do Guarda Noturno/ Dia Nacional da Inovação
- 20 - Dia do Maquinista/ Dia do Poeta/ Dia do Arquivista/ Dia Mundial do Controlador de Tráfego Aéreo/ Dia Mundial da Osteoporose/ Dia Mundial da Estatística
- 21 - Dia do Contato Publicitário/ Dia Nacional da Alimentação na Escola/ Dia do Ecumenismo
- 22 - Dia do Paraquedista/ Dia do Enólogo/ Dia da Praça/ Dia Internacional de Atenção à Gagueira
- 23 - Dia da Força Aérea Brasileira/ Dia do Aviador
- 25 - Dia do Dentista/ Dia de São Crispim e São Crispiniano/ Dia de São Frei Galvão/ Dia do Sapateiro
- 26 - Dia do Trabalhador da Construção Civil
- 28 - Dia do Servidor Público/ Dia do Flamenguista/ Dia de São Judas Tadeu
- 29 - Dia Mundial da Psoríase/ Dia Nacional do Livro/ Dia Mundial do AVC
- 30 - Dia do Comerciante/ Dia do Ginecologista/ Dia do Fisiculturista/ Dia do Balconista/ Dia da Decoração/ Dia da Merendeira Escolar
- 31 - Dia das Bruxas - Halloween/ Dia Nacional da Poesia/ Dia do Saci/ Dia Mundial da Poupança/ Dia da Reforma Protestante/ Dia da Dona de Casa

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

Carta ao leitor

Olá, amigo leitor!

Mais uma vez, trazemos até você uma super edição da nossa Revista Hadar, com tudo que interessa a você nas áreas de saúde, cultura, universo teen, entretenimento e um amplo leque de assuntos.

Já estamos na Primavera e, além das flores e dos passarinhos mais alegres, já podemos sentir também o aumento no calor. E que aumento! O inverno nem tinha acabado e algumas regiões do Brasil já marcavam 40 graus. O calor, o tempo seco e os ventos fortes são a fórmula para o aumento das queimadas, que este ano assolaram (e assolam) boa parte do País.

Também por causa do clima, as águas do oceano Atlântico estão mais quentes, o que torna os furacões, comuns nesta época, mais poderosos e destruidores. Nossa reportagem de capa aborda o tema e mostra como eles estão ficando mais fortes.

Parece que quanto o homem mais brinca com a natureza, mais forte e brava ela fica. E não adianta ser cético: A ação do homem está contribuindo para enlouquecer o clima do planeta. Está mais do que na hora de fazer algo. Pense nisso em todas as suas atitudes, principalmente na hora de votar!

Ah, caro leitor, e não se esqueça de que no dia 15 de outubro se inicia o Horário de Verão e você deverá adiantar o seu relógio em uma hora.

É isso aí, esperamos que você goste de todo o conteúdo desta edição e que devore cada página que como sempre é preparada com muito amor, carinho, profissionalismo e ética, especialmente para você, que nos acompanha e nos motiva a continuar cada dia melhor.

Boa leitura e até novembro.

QUALIDADE DE VIDA	MODA
Menstruação: Alteração do ciclo pode ser um alerta de que algo não está bem 34	Macacão: O hit dos anos 70 está de volta e vai arrasar nesta estação 16
AUTOS&CIA	CULTURA
Amortecedores: Peças fundamentais que garantem a segurança do motorista 56	Oktoberfest: É folclore, memória e tradição do povo alemão 41
	UNIVERSO TEEN
	Ansiedade Infantil: Um mal que assola as nossas crianças 53

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

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

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

EXPEDIENTE HADAR

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

Jornalista/Redação
Ana Luiza Schifflers e Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705
jornalismo@revistahadar.com.br

Atendimento
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Marry Calvino

Criação/Diagramação
Elmec Comunicações
Claudio S. dos Santos
Leonardo Manis Casarini
arte@revistahadar.com.br
diagramacao@revistahadar.com.br

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

Anúncios e Publicidade
Claudio Elmec
☎ (15) 99144-8747/99789-5267
R. Sete de Maio 150 - sala 03
(15) 3259-7014 – 3259-5937 – 3259-4543 –
comercial@revistahadar.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br

Empresa Responsável
Editora Camargo & Cia Ltda.
R. Sete de Maio 150 - sala 03- Tatuí
(15) 3259-4543
revistahadar@gmail.com

Colaboradores
Carla A. Barreto, Carlos Alberto Meccia, Ivan Maia, Luiz Carlos Magaldi Filho, Maria do Carmo Marques Ramos, Rebeca Kuntz, Márcia Galvão e Veridiana Pettinelli

Agradecimentos
Dr. Renato Lobo, Joelson Sampaio, Dra. Ana Carolina Coelho Seri, Prof. Marcelo Krokosz, Dr. Roberto Debski, Dra. Irma de Mello, Dr. Domingos Mantelli, Dra. Patrícia Bretz, Dr. Lister Salgueiro, Giovanni Visciglia, Ana Flávia Soares Silva, Setor de Comunicação do Conservatório de Tatuí, Assessora de Imprensa da Prefeitura de Iperó e Assessora de Imprensa da Prefeitura de Tietê

Distribuição
Boitua, Capela do Alto, Cerquilha, Cesário Lange, Iperó, Itapetininga, Araçoiaba da Serra, Pereiras, Quadra, Tatuí, Tietê e Porangaba.

Tiragem
8.000 exemplares

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



Toda penúltima terça-feira do mês, no Buffet e Gastronomia Claudia Rauscher, em Tatuí, acontece a reunião do GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí), às 19h. Informações: (15) 3251-8520.

Em Tatuí, toda terça-feira, acontece o Bazar do Lar Donato Flores, das 9h às 16h, em prol à instituição. Além de roupas e acessórios, há também móveis e utensílios. Informações: (15) 3251-1657/3305-1035 ou na Rua Vicente Cardoso, 1591.

Em Tatuí, toda quinta-feira, às 13h30, acontece o Bazar do Lar São Vicente de Paulo, em prol à instituição. Além de roupas e acessórios, tem também móveis e utensílios. Rua Professor Francisco Pereira Almeida, 303. Informações: (15) 3251-4286.

Em Tatuí, acontece o curso de LIBRAS (Língua Brasileira de Sinais), na Associação "Surdos de Tatuí". O curso foi prorrogado para o período de setembro a dezembro 2017. Informações: (15) 99850-5050/3259-5600 ou tilibras@hotmail.com

Em Tatuí, no mês de outubro, no Conservatório, acontece: dia 06, às 20h, a 3ª Semana de Prática de Conjunto com o Grupo de Percussão Jovem do Conservatório de Tatuí, sob coordenação de Agnaldo Silva; dia 07, às 20h, a 3ª Semana de Prática de Conjunto com a Orquestra de Cordas Juvenil do Conservatório de Tatuí, sob regência de Dario Sotelo; dia 08, às 11h, a 3ª Semana de Prática de Conjunto-Orquestra de Cordas Infantil e Infantojuvenil do Conservatório de Tatuí, sob coordenação de Eduardo Augusto; dia 15, às 20h, a Mostra Especial da Área de Música de Câmara, sob coordenação de Miriam Braga; dia 18, às 20h, o Recital de Pianistas Correpetidores e Alunos do Conservatório de Tatuí, sob coordenação de Juliano Kerber; dia 22, às 20h, o Intercâmbio: Projeto Guri & Banda Sinfônica Infantojuvenil do Conservatório de Tatuí, sob coordenação de Marco Almeida. Os eventos serão realizados no Teatro Procópio Ferreira, com entrada gratuita, localizado à Rua São Bento, 415. Informações: (15) 3205-8464.

Em Tatuí, no mês de outubro, no Conservatório, acontece: dia 19, às 20h, a Jazz Combo do Conservatório de Tatuí, sob coordenação de Rodrigo Ursai; dia 20, às 20h, o Coro Sinfônico do Conservatório de Tatuí, sob regência de Robson Gonçalves Pinto; dia 21, às 20h, a Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí, sob regência de Dario Sotelo; dia 25, às 20h, a Orquestra Sinfônica do Conservatório de Tatuí, sob regência de João Maurício Galindo. Os eventos serão realizados no Teatro Procópio Ferreira, com ingressos ao custo de R\$12,00 inteira e R\$ 6,00 meia, localizado à Rua São Bento, 415. Informações: (15) 3205-8464.

Em Tatuí, no dia 21 de outubro, às 11h, acontece o Projeto Música na Praça com a Big Band do Conservatório de Tatuí, sob coordenação de Celso Veagnoli. O evento será na Praça da Matriz com entrada franca. Informações: (15) 3205-8464.

Em Iperó, os produtores rurais já podem adquirir sementes de milho na sede da Secretaria do Meio Rural, Ambiente e Turismo (SERAT). Estão disponíveis sementes de milho seco para grãos na qualidade AL AVARÉ e milho verde para grãos na qualidade CATIVERDE. O preço do

pacote de 5 kg custa R\$ 26,00. Já o pacote de 20 kg custa R\$ 90,00. As sementes vendidas na SERAT são da safra da CATI 2016/2017 e têm como germinação mínima 85%. A SERAT fica na Rua Pedro Rezende de Almeida, 25. Informações: (15) 3266-3694.

Em Cerquillo, os preparativos para o Natal já se iniciaram. Está aberta a escolha do nome perfeito para o Natal da cidade, além do envio da cédula de votação através das agendas dos alunos da rede municipal, a população também pode votar nos posts da página oficial da Prefeitura no Facebook (www.facebook.com/PrefeituradeCerquillo). As opções de nomes são: Natal Mágico, Natal das Rosas e Natal Encantado.

Em Tietê, entre os dias 05 e 12 de outubro, acontecem as Olimpíadas Escolares, que serão realizadas nas escolas do município e agregam as escolas municipais, estaduais e particulares. Informações: (15) 3282.1952. Ainda em Tietê, nos dias 07 e 08 de outubro, será realizada a oficina "O Jogo do Palhaço" na Oficina Cultural de Tietê. Informações: (15) 3282-1766.

Em Iperó, estão abertas as inscrições para as atividades na piscina municipal, no Jardim Vitorino, com projetos de natação e hidroginástica. As inscrições são realizadas no próprio local, nos dias e horários de aulas, diretamente com os professores responsáveis. Elas serão realizadas até completar o limite de 60 inscritos para natação e 90 inscritos para hidroginástica. Os interessados deverão entrar em contato com o Departamento de Esportes. Informações: (15) 3266-4892.

Em São Paulo, no período de 12 a 15 de outubro, acontece o Expo Noivas & Festas SP 2017, na Expo Center Norte: a primeira edição de 2017 da maior feira de casamentos e festas do Brasil que reunirá centenas de produtos e serviços. Rua José Bernardo Pinto, 333 - Vila Guilherme, São Paulo. Informações: (11) 2089-8500 ou www.exponoivas.com.br.

Acontece, no período de 16 a 19 de outubro, em São Paulo, a Movimat – 2017, o mais completo sistema integrado de marketing e vendas voltado para toda cadeia logística da América Latina. O evento acontece no São Paulo Expo, à Rod. dos Imigrantes, s/n - Km 1,5, Vila Águia Funda. Informações: (11) 5067-1717 ou www.expomovimat.com.br.

Acontece, em São Paulo, o Congresso Internacional de Prótese Dentária, no período de 26 a 28 de outubro, no Expo Center Norte. Rua José Bernardo Pinto, 333 - Vila Guilherme, São Paulo. Informações: (11) 2089-8500 ou www.apdesp.org.br.

O Conservatório de Tatuí está com inscrições abertas para a Jornada de Regência Coral, que será realizada nos dias 8 e 9 de novembro, em cooperação com a "American Choral Directors Association" (ACDA). O evento integra as atividades do Programa de Intercâmbio Internacional de Regentes de Coros (ICEP 2016-2017), que trará para a Capital da Música o regente norte-americano Alan Stevens. O evento visa à atualização e troca de experiências entre profissionais e estudantes de canto e regência. As inscrições podem ser feitas pela internet, até às 18h do dia 31 de outubro, mediante pagamento de uma taxa no valor de R\$ 20,00. Os professores e alunos regularmente matriculados estão isentos dessa taxa. Informações: (15) 3205-8464 ou www.conservatoriodetatuibrasil.org.br/vagas.



Revista hadar

Agora, você pode ler em qualquer hora e em todos os lugares!

Baixe o aplicativo da Revista Hadar e boa leitura!

DISPONÍVEL NO Google Play

Rua 7 de Maio, 150 | Centro | Tatuí/SP
www.revistahadar.com.br
 f/hadar.tatuí | i/revistahadar
 (15) 99789-5267/3259-7014/3259-4543



Requinte e Sofisticação têm nome.

Porcelanatos

Incepa

Revestimentos Cerâmicos

Porcelanato INCEPA
60x60 Balkans Cim Ret.



Porcelanato INCEPA
60x60 Balkans Nud Ret.

R\$39,90m²

em 12x sem juros
no cartão

Incepa

Revestimentos Cerâmicos

Porcelanato INCEPA
60x60 Balkans Cim Bold



Porcelanato INCEPA
60x60 Balkans Nud Bold

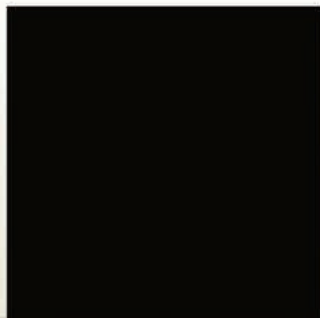
R\$33,90m²

em 12x sem juros
no cartão

@ resultado (11) 3994-2257

eliane

Porcelanato ELIANE
50x50 Nero Plus Pol. Ret.



R\$59,90m²

em 12x sem juros
no cartão

eliane

Porcelanato ELIANE
50x50 Minimum Fendi Pol. Ret.



R\$39,90m²

em 12x sem juros
no cartão

Portobello

Porcelanato PORTOBELLO
60x60Marmore Bianco Bold

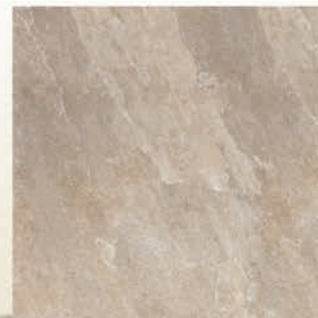


R\$29,90m²

em 12x sem juros
no cartão

ViaRosa

Porcelanato VIA ROSA
72x72 72006 Ar. Ret.



R\$39,90m²

em 12x sem juros
no cartão

Reforma trabalhista: Ficou melhor ou pior?

A partir do dia 11 de novembro entra em vigor a nova legislação



Porém, alguns críticos dizem que essa mudança pode levar a perda de alguns direitos dos trabalhadores. Mas será que isso é verdade?

O texto altera mais de 100 artigos da CLT (Consolidação das Leis do Trabalho), através da lei nº 13.467 de 2017 e cria pelo menos duas modalidades de contratação: a de trabalho intermitente, por jornada ou hora de serviço, e o chamado teletrabalho, que regulamenta o *home office*. Além disso, também contempla o fim da contribuição sindical, mas cria impeditivos para a terceirização.

De acordo com Joelson Sampaio, professor de economia da FECAP – Fundação Escola de Comércio Álvares Penteado, a reforma trabalhista deixou mais flexível a relação entre empresa e empregado. Os acordos coletivos de trabalho definidos entre as empresas e os representantes dos trabalhadores poderão se sobrepor às leis trabalhistas definidas na CLT (Consolidação das Leis do Trabalho). Isso valeria para pontos específicos como salário e jornada de trabalho, por exemplo.

Ele também lembra que alguns direitos continuam sendo assegurados pela lei, como o FGTS, 13º salário, integralidade do salário e férias proporcionais.

“No geral, a mudança é positiva. O *home office*, por exemplo, possibilitará o trabalho em casa, evitando o deslocamento. Não haverá a obrigatoriedade da cobrança sindical e haverá mais flexibilidade na relação trabalhista. Ou seja, mudanças que melhoraram o dia a dia do trabalhador e do empresário também”, conclui Joelson.

A reforma trabalhista proposta pelo governo que foi sancionada pelo presidente Michel Temer já está quase começando a valer. Assim como a reforma da Previdência, ela é defendida como uma prioridade para colocar as contas públicas em ordem, estimular a economia e criar empregos.



NOVA ALIANÇA
Gestão Empresarial

Eméc

Reforma trabalhista

Nós podemos ajudar você e sua empresa a entender melhor essa nova reforma!

♥ RUA PROFESSOR FRANCISCO PEREIRA DE ALMEIDA, 152 - TATUÍ/SP

☎ (15) 3251-5017/3251-9889/☎ 99802-1148

✉ NOVA ALIANÇA GESTÃO EMPRESARIAL ✉ ADMINISTRATIVO@NVALIANCA.COM.BR



Portal das Estrelas

ECOLÓGICO

**LANÇAMENTO
ÚLTIMA
FASE DE VENDAS**

Aproveite!

Terrenos a partir de 500m²



Exuberante por natureza.

Seu verdadeiro refúgio de tranquilidade e inspiração.

Lazer completo e mais 142.000m² de área verde.

Boituva, fica ao lado do Centro de Paraquedismo e apenas 60 minutos da cidade de São Paulo, fácil acesso pela Rod. Castelo Branco, saída 116.

(15) 3263-1157/  (15) 99630-1416

www.portaldasestrelas.com.br

 portal das estrelas  portal das estrelas

Realização:
 **sartorelli**
empreendedor imobiliário

Gestão de vendas:
 **eggs**



Loteamento registrado nas matrículas nº 20.616 e 20.638 do oficial de registro de imóveis da comarca de Boituva, em 05/06/2017, proprietária Empreendimentos Imobiliários Sartorelli LTDA, CNPJ sob o nº 02.352.049/0001-39. Fotos reais tiradas em julho 2017. Perspectivas artísticas meramente ilustrativas, incluindo elementos paisagísticos, sujeitas a alterações sem prévio aviso. Proibida a reprodução. Impresso em junho 2017.

Elmecc

Horário de verão começa este mês

No próximo dia 15, ajuste seu relógio e aproveite as longas tardes de verão

A edição deste ano do horário de verão começa no próximo dia 15 de outubro, à 0h, nas regiões sul, sudeste e centro-oeste. A mudança no horário é uma medida para economizar energia, uma alternativa adotada pelo Ministério de Minas e Energia.

Adiantar o relógio em uma hora pode alterar de forma significativa a rotina da família brasileira. As pessoas começam as suas atividades mais cedo, o que implica perder uma hora de sono, mas ganham mais “tempo” para outros afazeres e também devido à medida é possível a racionalização do uso da energia elétrica pela melhor utilização do sistema de energia, além de provocar mudança nos hábitos dos brasileiros.

Além disso, o dia escurece mais tarde, e por conta disso favorece o lazer, sobretudo para as crianças, e aumenta a sensação de segurança nas pessoas. E essa é uma das grandes sacadas desse projeto, em vigor desde 1985, que visa tentar conseguir o melhor aproveitamento da luz natural. Por exemplo, regiões que estão mais ao sul do Brasil têm a duração da luminosidade solar maior que a do inverno, por isso, tendem a ter condições melhores para a implantação do horário de verão. Por isso também que não é interessante a participação de estados do norte e nordeste.

Em 2016, a economia foi de R\$ 162 milhões. O horário de verão começa no terceiro domingo de outubro e permanece até o terceiro fim de semana de fevereiro.

Ele pode deixar de existir

O horário de verão pode deixar de existir no Brasil. O Ministério de Minas e Energia e os órgãos do setor avaliam, há alguns anos, a aplicação da medida, que aproveita a maior incidência solar do verão, mas que já não faz mais sentido para economizar eletricidade. O fator determinante para decidir se o horário de verão continua ou acaba serão o costume e a cultura do brasileiro.

A mudança no perfil do consumo de energia dos brasileiros vem reduzindo a efetividade do horário de verão, avaliam os técnicos. Os quatro meses da medida (outubro a fevereiro) geram pouca economia, de apenas 0,5% de todo o consumo elétrico do país.

Mas enquanto eles não decidem, não se esqueça de alterar o horário do seu relógio. Ele dura até 18 de fevereiro de 2018.



PIT STOP

Elmcc

Cervejas Skol e Brahma
300ml retornável gelada

RS\$ 1,79*

Os melhores preços você só
encontra aqui, no Pit Stop do
Auto Posto Comendador - Marapé



NOVA Shell
V-Power



**Mais Performance
e rendimento**

Em Breve, o lançamento da melhor Shell
V-Power* de todos os tempos.

*Somente nos postos da rede Comendador Marapé e Valinho.



LA COMENDADOR

Sempre o melhor para você!

www.redecomendador.com.br

Marapé
Rua Vice Prefeito Nelson Fiuza, 21 | Jd. Ternura | Tatuí/SP
(15) 3205-7888

Valinho
Rua XI de Agosto, 2440 | B. Valinho | Tatuí/SP
(15) 3250-7882

f Auto Posto Comendador

Salão Beth & Equipe



Quase meio século cuidando de sua beleza

Salão de beleza é referência em seu segmento

Há 45 anos, a menina Beth, então com apenas 13 anos, começou a trabalhar no segmento de estética e beleza. Muitos anos depois, a menina se tornou mulher e empreendedora, conquistando seu espaço (e clientes, claro) e expandindo suas atividades.

Hoje, o salão da Beth é sinônimo de beleza, requinte e tradição quando o assunto é a beleza da mulher, principalmente as tatuianas. Com profissionais bem qualificados, atendimento personalizado, ótimas instalações e trabalhando com marcas top de linha, como LÓreal, Keune, Wella, o salão se tornou referência na área de estética e beleza.

Afinal, mais do que cuidar da aparência, o salão cuida da autoestima de suas clientes, que se transformam em amigas e pessoas da família.

O local oferece uma excelente estrutura para o Dia da Noiva, um evento que torna o dia mais importante para as noivas em um momento inesquecível. O ambiente é individual e separado do salão; inclusive as madrinhas também recebem tratamento vip. Os serviços oferecidos pelo salão são: cabelo, maquiagem, manicure, pedicure, podologia, design de sobrancelhas, drenagem linfática e massagem relaxante.

Para comemorar seus 45 anos de atividade profissional, Beth e Equipe ofereceram um coquetel para os clientes e amigos no dia 14/09/2017, regado a um delicioso vinho e excelentes comes e bebes! Tudo com muito charme, beleza e requinte.





Crianças, o maior bem da humanidade



Cuidado e atenção para que elas possam se sentir amadas

No próximo dia 12 de outubro, comemora-se o Dia das Crianças. Ele é reconhecido em várias nações ao redor do mundo para homenagear as crianças, nosso maior bem e nossa maior riqueza. A data de comemoração varia de país para país e foi proclamado pela primeira vez durante a Conferência Mundial para o Bem-Estar da Criança, em Genebra, em 1925, sendo celebrado, desde então, o Dia Internacional da Criança em 1º de junho, adotado em alguns países como Angola, Portugal e Moçambique.

Já a ONU reconhece o dia 20 de novembro como o Dia Mundial da Criança, por ser a data em que foi aprovada a Declaração Universal dos Direitos da Criança, em 1959, e a Convenção dos Direitos da Criança, em 1989. Nesse documento, se estabeleceu uma série de direitos válidos a todas as crianças do mundo como alimentação, amor e educação.

No Brasil, o dia ganhou maior popularidade a partir de 1960, quando a Fábrica de Brinquedos Estrela fez uma promoção com a Johnson & Johnson e criou a “Semana do Bebê Robusto”, como uma estratégia para aumentar as suas vendas. Acabou dando certo e, depois disso, as marcas começaram a utilizar a data para campanhas para aumentar as vendas antes do Natal.

Tradicionalmente, no Dia das Crianças, os adultos costumam oferecer presentes ou proporcionar atividades especiais e de entretenimento para os jovens. Mas o melhor presente que você pode dar para uma criança é seu amor e sua atenção, que farão com que ela se sinta amada, que é o maior legado que alguém pode dar a outra pessoa. Caso você seja acostumada a dar presentes físicos para elas, temos algumas sugestões diferentes das tradicionais.

Sugestão de presentes para as crianças

- Uma boneca feita de pano (ensine-a a fazer)
- Um carrinho feito de madeira (ensine-a a fazer)
- Um passeio para o local favorito da criança
- Montar um acampamento na sala de estar com os amigos
- Redecorar o quarto da criança com o motivo preferido dela
- Uma bicicleta, um patinete ou um par de patins
- Uma bola ou equipamento do esporte preferido da criança



DinaMax
Doces e Festas


Artigos para Festas (Decorações, Balões, Talheres de Plásticos, Copos...)

Confeitaria (Coberturas, Chantilly, Essências, Corantes, Creme de Confeiteiro...)

Embalagens (Marmitex, Sacos de Papel, Potes, Formas de Doces...)

Maior variedade de doces de Tatuí e Região

Rua 15 de Novembro, 325 | Centro | Tatuí/SP | (15) 3251-1062
Av. Paulo Antunes Moreira, 40 | Centro | Iperó | (15) 3266-4018

 /Dinamax Doces



DESIMAX
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:

19 988158266

WWW.DESIMAX.COM.BR



Mais diversão com

novas atrações!

Castelo Kids

Praia do arrecife

Novos Toboáguas

Gincan'água

De braços abertos esperando por você!

Para mais informações: www.casteloparkaquatico.com.br

Fones: (15) 3246-1137/3246-3580/3246-3587

Acesso pela **Rod. Castelo Branco km 143A | Cesário Lange/SP**

O homem no mundo

Vou lhe dar uma notícia; provavelmente você já sabe disso, mas mesmo assim vou dar: você vai morrer. Não sua alma, que é imortal, mas esse corpo que você usa nesta vida; pode ser daqui a muitos anos, pode ser neste momento, mas isso vai acontecer. E, quanto mais cedo você compreender isso, mais rápido vai parar de perder tempo com ilusões e mesquinhas.

Por mais longa que seja determinada existência, com certeza vai terminar, e a certeza da morte deveria funcionar para nos fazer refletir sobre a única coisa que realmente importa: por que estamos no mundo?

Estamos no mundo para aprender.

Cada um tem algo pessoal a aprender, todos temos lições coletivas e de relacionamento interpessoal a serem compreendidas, mas a grande chave da felicidade é compreender a lição que a vida nos ensina, neste exato momento, através das dificuldades que estamos passando. E todos, sem nenhuma exceção, estamos passando por alguma dificuldade.

Todo problema tem a missão de nos ensinar ou abrir os olhos para algo; seria melhor se já tivéssemos o amadurecimento espiritual suficiente para aprender somente nos bons momentos, mas somos teimosos: escolhemos aprender quase sempre através da dor, e não do amor. Porém, muitos vão dizer: eu não escolhi aprender através da dor!

Será que não?

A contabilidade divina é imparcial, com Deus não existe esse negócio de “dois pesos e duas medidas”, ninguém é imune e impune à consequência de seus atos. Todos conhecem a Lei única, que mantém todo o Universo funcionando em coesão e harmonia: faz a teu semelhante aquilo que queres que te façam. Não quer ser enganado? Não engane. Não quer ser traído? Não traia.

Porém, “fazer a teu semelhante o que queres que te façam” é uma virtude ativa, não passiva; não é somente “não fazer algo negativo”, mas sim fazer o bem, aquilo que é necessário para que todos vivam em paz e harmonia.

Sai Baba se perguntava: “o que é mais santo? Os lábios que oram ou as mãos que trabalham?” – ele concluiu que as mãos que trabalham são mais santas, pois operam, realizam a obra da fraternidade sobre o mundo.

Vou usar um pouco, certamente indo contra o que muitos pensam, mas deixando claro que é minha opinião e que não sou o dono da verdade: Jesus não vai voltar. E, se acaso Ele precisar voltar, será uma grande vergonha para cada um de nós. Tudo que Ele tinha que dizer foi dito.

O doce Rabi da Galileia esteve entre nós e deixou a extraordinária mensagem de Amor de seu Evangelho para que sejamos, cada um de nós, seus braços, seus lábios, seu sorriso, seu coração distribuindo amor, fraternidade, respeito e esperança entre os homens; Ele conta conosco para que sejamos, diariamente, um pouco do Cristo realizando as obras do Evangelho.

Esse é o caminho que nos levará a Ele, e o Mestre nos aguarda com saudades, nos sustentando e dando coragem em cada vez que construímos a paz no mundo, em cada vez que não viramos as costas aos nossos semelhantes, em cada vez que não nos corrompemos e enfrentamos o julgamento das aparências feito pelos homens, quando escolhemos a “porta estreita” de mantermos o caráter e a dignidade, mesmo sabendo que a sociedade vai nos julgar como fracassados e bobos.

E, quando conseguimos fazer isso, estamos cumprindo mais uma de nossas missões no mundo: a de ensinar.

Ensinar que a dor não é nosso estado natural, pois só existe sofrimento quando não há harmonia com o amor do Universo; ensinar que sempre há escolhas, por mais difíceis que sejam, e que nossas escolhas determinam o que de bom ou ruim irá nos acontecer amanhã; ensinar que cada um de nós é responsável pelo que ocorre em nossas vidas, e que é pura imaturidade espiritual culpar outros pelo que nos acontece.

A vida deve ser um exercício contínuo de desapego. É insano comprometer a própria dignidade espiritual com conquistas transitórias.

Difícil? Não. Basta ter coragem.

Luis Carlos Magaldi Filho
facebook.com/luiscarlos.magaldifilho





caderno de
MODA



MACACÃO

Tendência nos anos 60 e 70, ele volta à tona em todas as suas versões e promete aparecer na próxima estação



Houve um tempo em que o macacão era uniforme de mecânico, operário, frentista ou piloto. Mas isso foi até a década de 50. Na década de 60, os hippies já vestiam as jardineiras de forma divertida e, foi nos anos 70, o *boom* de sucesso da peça, no guarda-roupa feminino. Há dois anos, a peça já vem sendo vista nas passarelas, e agora surgem em vários modelos: ajustados, fluidos, modelos em alfaiataria, jardineira, compridos e curtos. Por ser uma peça única e versátil, é considerado um coringa no guarda-roupa de muitas mulheres.

O macacão branco pode ser uma das grandes estrelas do próximo verão, por três simples motivos: branco é uma das principais cores da estação, ele é uma peça que já tem seu lugar reservado no verão brasileiro; e quando você une a peça com a cor, o resultado é uma das roupas mais buscadas em seis bilhões de pesquisas realizadas no Google nos EUA.

A peça vem muito glamorosa, ora em estilo mais clean e descolado, ora com estampas ou detalhes vazados. Variedade que é muito bem-vinda para beneficiar os diferentes tipos de *shapes* da mulher brasileira.

Como usar

O macacão pode ser usado por mulheres dos mais variados biotipos, só é necessário ter o cuidado de escolher a modelagem que mais é adequada a seu corpo.

Altas - Se você é alta e magra, pode abusar do macacão em todos os seus modelos e cortes, sem se preocupar com nada. Abuse de modelos estampados e modelagens mais soltinhas. Pode ser usado com um cinto contrastante, assim cria uma divisão no corpo e não alonga demais.

Baixinhas - Evite modelos tomara que caia com pernas muito amplas que achatam a silhueta. Por ser uma peça única, o macacão cria um *look* monocromático, no mais, é perfeito para alongar o corpo. Prefira os modelos sem bolsos ou pregas em cores mais sóbrias.

Quadril largo - Para você que tem o quadril largo, procure um modelo com manga $\frac{3}{4}$ ou comprida para equilibrar sua silhueta. Neste caso, também prefira modelos sem bolsos ou pregas. Como a peça costuma aumentar o tamanho dos quadris, opte pelas versões cujas pernas são mais afinadas.



Nicoli Lapa

Estética Facial e Corporal
Design de Sobrancelhas e Henna

Av Cel. Firmo Vieira de Camargo, 856 | Tatuí/SP
(15) 99620-1094
@nicolilapa_estetica | nicolilapa.estetica

CONECTE-SE COM A GENTE!

Twitter Instagram Facebook WhatsApp

Rua 7 de Maio, 150 | Centro | Tatuí/SP
www.revistahadar.com.br
/hadar.tatui | /revistahadar
(15) 99789-5267/3259-7014/32594543

— ESPAÇO —

Marilsa Gigo

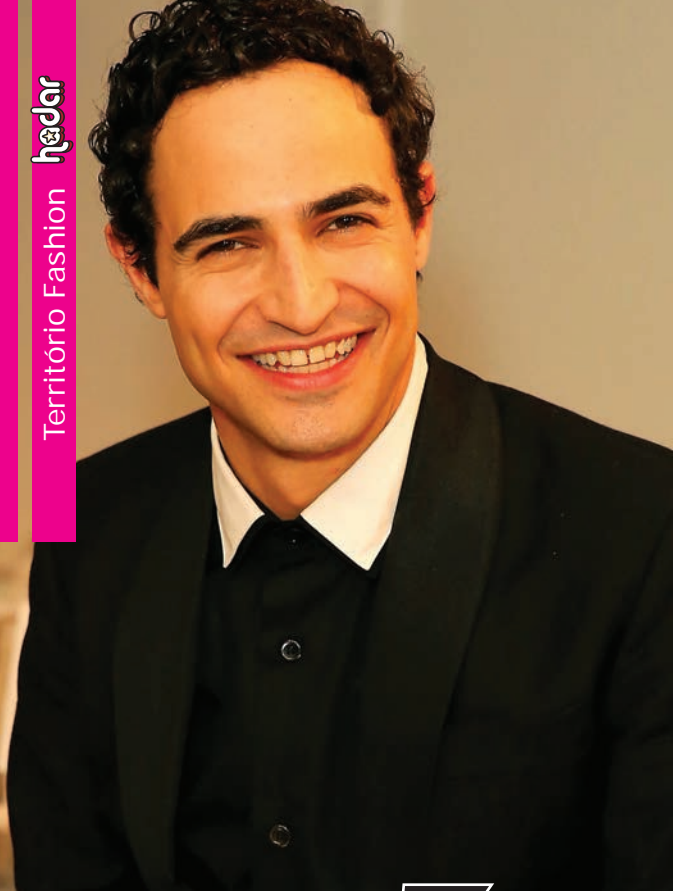


Emac

Foto: Cori

MOB CORI STROKE nem EG ESTELA GEROMINI CHOLET RUTH VALETTE LE LIS BLANC JEANSERIA TANTAN CAMILA KLEIN

Rua Juvenal de Campos, 351 . Tatuí/SP . (15) 3205-2758/WhatsApp (15) 99665-8565
atendimento@modagigo.com.br . www.modagigo.com.br . facebook.com/marilsagigo



Zac Posen

Um prodígio da moda mundial

Com uma infância nada fácil e uma crise na empresa que crescia meteoricamente, conforme conta o novíssimo documentário “House of Z”, que tem como tema a ascensão e a queda do estilista americano que, aos 21 anos, já lançava sua própria marca em Nova York.

Durante a infância - em SoHo nos anos 80 - viveu cercado de artistas, uma vez que seu pai era pintor e sua mãe advogada corporativa. Desde essa época, já começou a aparecer seus interesses por moda. Com o passar do tempo, Posen fez amizade com as modelos Lola Schnabel e Paz de la Huerta, suas primeiras musas que seriam essenciais para seus futuros projetos.

Depois de passar três anos como aprendiz no Metropolitan Museum of Art's Costume Institute, acabou se inscrevendo, posteriormente, no curso de moda na Central Saint Martins, em Londres, mas não continuou após vestir Paz de la Huerta em um de seus vestidos e chamar a atenção de um repórter do “The New York Times”. Foi aí que resolveu voltar para Nova York e começar seu negócio fora da casa de seus pais. Isso aos 21 anos.

O documentário não fala apenas da parte glamurosa, mas retrata uma série de coleções mal-sucedidas, críticas ruins e ainda o relacionamento ruim do estilista com Alexandra, sua mãe e sócia. Após um desfile desastroso apresentado por ele, em 2010, o estilista desfez a sociedade com a própria mãe.

Sua grife ganhou respeito por sua estética exigida por uma alfaiataria de qualidade e por seus vestidos sereia, além do estilo romântico que ele inclui em muitas de suas criações. O estilo de Posen faz jus à elas. Sempre impecável e claramente vaidoso, ele não dispensa peças de alfaiataria e belíssimos smokings e ternos. Entre suas principais clientes estão Gwyneth Paltrow, Lucy Liu, Natalie Portman, Naomi Campbell e Christina Ricci.



tma
Taty Moda e Acessórios

Agora, também moda infantil

Venha conferir!

Roupas . Calçados . Acessórios

Atendemos em domicílio


 (15) 99759-5349

 taty.covre@bol.com.br

 Taty moda e Acessorios

Loja Celina

Nova coleção moda praia Verão 2017 La Bamba

Rua José Bonifácio, 853 - Centro - Tatuí/SP
 (15) 3251-4263/3251-6684
 Loja Celina




Imagens meramente ilustrativas.




Beto Sá

Conjuntos de mesas para áreas de lazer Art Ferro.

Rua São Bento, 73 - Centro - Tatuí/SP
 (15) 3251-3798
 Beto Sá

One Store Marisol

Que tal presentear o seu filho nesse dia tão especial para ele!

Rua Dr. Prudente de Moraes, 490 - Centro - Tatuí/SP
 (15) 3251-6986
 onestoremарisol



O Dia de Ângela

Como sempre, nenhum Realize-se é igual ao outro, sorteamos e-mails, cartas, até escolhemos uma carta que tinha tudo para dar certo, mas não era para ser, pois o destino já tinha escolhido que a realizada deste mês de outubro seria a Ângela.

Quando a entrevistamos, percebemos que ela precisava de um dia mais que especial para levantar a sua autoestima, pois, apesar da sua pouca idade, ela já sofreu muito nessa vida. Ela tem 30 anos de idade, 4 filhos, separada do primeiro casamento e viúva do segundo. Mas o motivo de ter nos procurado é que ela tinha o desejo de fazer suas sobrancelhas, além de ter um dia somente para ela, é claro! E o seu desejo foi realizado...

Foi dada a largada... Começou o corre-corre...

Chegamos à loja **Maria Bonita**, fomos muito bem atendidas por Bia e Fran, que nos deixaram super à vontade para escolher o que quiséssemos. Ângela experimentou lindos looks da nova coleção e escolheu uma camisa estampada de viscose e uma bermuda de linho puro na cor coral. Um luxo! Os acessórios: um max colar de pedras pretas, um par de brinco com formato de folhas, também na cor preta e a pulseira de pedras pretas com detalhes em strass e em dourado também foram doados pela loja Maria Bonita, que não hesitou em presentear-la!

Na loja **Sempre Bella Lingerie**, Ângela foi atendida por Mariana, que mostrou diversas peças e nossa realizada pôde escolher o modelo e cor que mais gostou, ela optou por um lindíssimo conjunto de calcinha e sutiã rendado, na cor preta, com detalhes em pedras, uma pérola e um pingente dourado.

Já a sandália na cor preta, salto anabela, de couro ecológico, da nova coleção da Viza-no, foi um presente da Neuza, da loja **Pedrinho Calçados**, que sempre colabora com o nosso projeto.

E para completar o look, a Vera, da **Saad Casa das Bolsas**, doou para a Ângela uma belíssima bolsa estilo armadilha, de couro ecológico, na cor nude.

Na **Óticas Carol**, Viviane foi muito prestativa com nossa realizada, deu para ela um par de óculos de Sol, com proteção UV, estilo retrô, de acetato, na cor preta, com haste dourada, da marca Atitude. Muito chique!

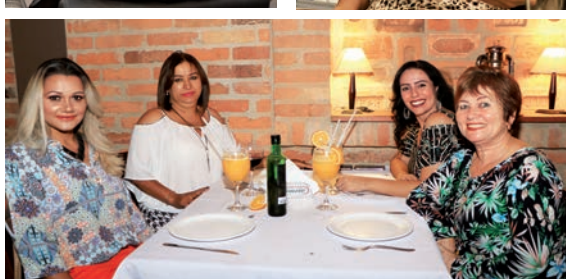
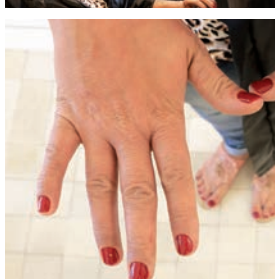
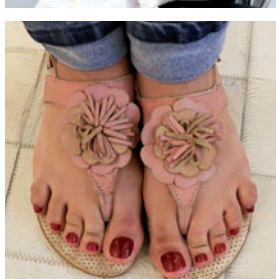
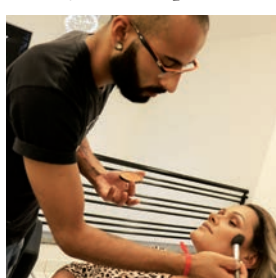
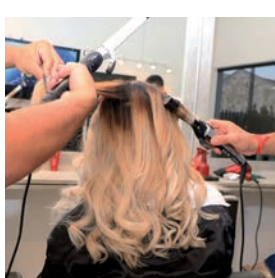
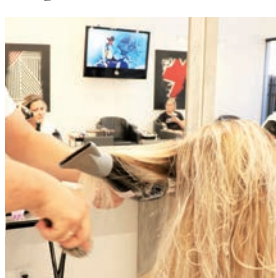
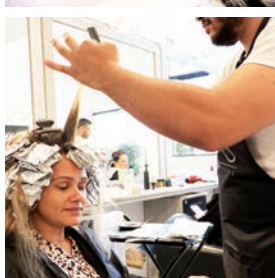
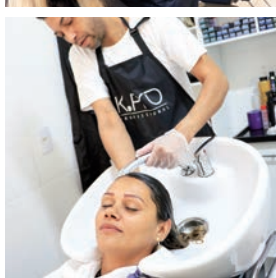
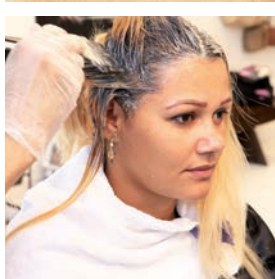
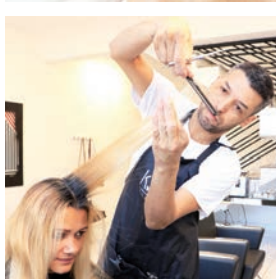
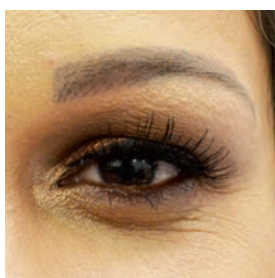
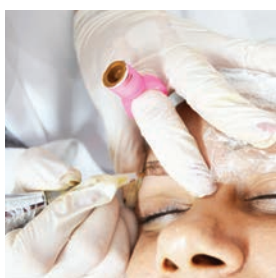
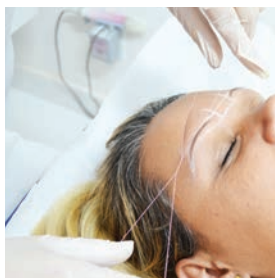
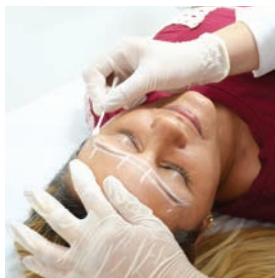
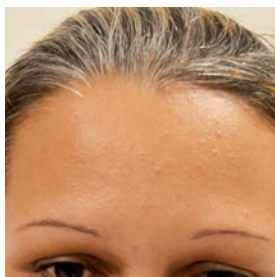
Para Ângela ficar ainda mais cheirosa, o André, do **Magazine Metrôpoles**, a presenteou com um magnífico perfume Amour Toujours, da linha Paris Elysees. Ela amou!

E não parou por aí, não! O **Estúdio 416**, além de fazer toda a transformação (sobrancelhas, cabelo, maquiagem, unhas... Ufa!), ainda doou um kit de shampoo e condicionador *Intense Repair* da marca K.Pro, que são os produtos usados no salão!

Depois de tantos presentes, é hora de mexer no visual...

Entre uns telefonemas e outros, Ana Sílvia, do Estúdio 416, de pronto topou participar e, finalmente, pelas mãos da Jéssica (@jessicasilverio_), Ângela pôde realizar seu grande sonho: através da técnica fio a fio e da micropigmentação, eis que surge uma sobrancelha novinha em folha. Um arraso! Ângela nem acreditava que isso estava acontecendo.

E pensa que parou aí? Os meninos e meninas arrasaram! Haja profissionalismo nesta equipe! De cara, Ed (@lladymeteora) fez análise capilar, passou a mão na tesoura e atualizou o corte! Em seguida, fez a correção da cor e enquanto isso, a manicure Aline cuidou dos pés e das mãos da nossa realizada, finalizou com esmalte na cor Jane da Impala.



Unhas feitas, cabelos lavados e hidratados com a mais nova linha de hidratação da K.pro Profissional, "Regenere"... Samir (@samii_ rmon) assume o comando dando início ao *ombré hair*. Após, com a ajuda do Ed, finalizou com uma escova e *babyliss*. Ficou simplesmente divina!

A maquiagem ficou por conta do Denian (@deniannunes), que preparou a pele da Ângela e, em seguida, passou base, pó e uma sombra com tons de marrom esfumado. Uma linda maquiagem para uma noite cheia de *glamour*, finalizando com um batom na cor alaranjada.

Ed deu o toque final aplicando cílios postiços, para dar mais volume e realçar o olhar da nossa realizada.

Tudo pronto, micropigmentada, cabelos corrigidos, escovada, arrumada e perfumada, Ângela foi ao encontro das amigas na *Pizzaria Spazio do Zé*, que sempre participa desse quadro com muita alegria. Lá, ela pôde comemorar, saboreando uma deliciosa pizza nos sabores de calabresa, frango com catupiry e brócolis, regada a um delicioso vinho e suco de laranja.

Parabéns, Ângela! Nós, da Revista Hadar, lhe desejamos muito amor, paz e sucesso!



Maria Bonita



Magazine Metrôpoles



Pedrinho Calçados



Sempre Bella Lingerie



Óticas Carol



Estúdio 416



Saad -Casa das Bolsas



Pizzaria Spazio do Zé

Agradecemos a todos os colaboradores, parceiros e amigos que acreditam em nosso projeto e fazem com que os sonhos das pessoas e os nossos também sejam realizados.

Maria Bonita, Rua Cel. Aureliano de Camargo, 490, Centro, Tatuí, fone: (15) 3305-2790; **Pedrinho Calçados**, Rua Teófilo Andrade Gama, 52, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-1550/3205-1804; **Saad-Casa das Bolsas**, Rua Prudente de Moraes, 508, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-8591; **Óticas Carol**, Praça da Matriz, 55, Centro, Tatuí, fone: (15) 3305-1244; **Sempre Bella Lingerie**, Rua 11 de Agosto, 471, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-4923 e também Rua Doutor Prudente de Moraes, 391, Centro, Tatuí, fone: (15) 3259-1221; **Magazine Metrôpoles**, Rua Brigadeiro Jordão, 147 - Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-1997; **Estúdio 416**, Rua Sete de Maio, 416, fone: (15) 3305-5588; **Pizzaria Spazio do Zé**, Avenida Dr. Sales Gomes, 44, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-6758; **Vânia Galvão**, fone: (15) 99797-0441 e **Rebeca Kuntz**, Rua Cônego Demétrio, 117, Centro de Tatuí, fone: (15) 3251-1570/99612-2334 ou e-mail: kuntzrebeca@gmail.com

Apoio: Elmec Comunicações.

Quer ser realizada também? Escreva para nós: Rua Sete de Maio, 150, Tatuí-SP, CEP 18270-010 ou mande e-mail com endereço, telefone e foto para: jornalismo@revistahadar.com.br e seja você a próxima! E não se esqueça que é muito importante mandar o número do telefone para entrarmos em contato.

Iluminação escolar

Confira observações importantes que as escolas devem considerar para segurança do seu filho



A iluminação natural e artificial deve ser levada muito a sério em qualquer ambiente seja ele: de trabalho, residencial ou escolar. A iluminação natural direta, além de deixar os ambientes saudáveis, colabora com a economia de energia, que nos dias de hoje tem sido uma grande vilã para a maioria das pessoas.

Vale lembrar que para cada tipo de serviço no setor industrial, por exemplo, é requisitada uma quantidade específica de iluminação que é medida em lúmens através de

um aparelho chamado luxímetro, e as NR's (Normas Regulamentadoras) existem para zelar desse quesito. Essa preocupação é necessária para evitar acidentes de trabalho ou mesmo falhas de execução por iluminação ineficiente. Já para casas, comércio e escolas, os Códigos de Obras Municipais são os regulamentadores tanto no que tange a metragens mínimas dos ambientes, como das dimensões das janelas, para dimensionar da quantidade de luz que entra dentro dos

espaços cobertos, assim como também a quantidade de ar necessária para ventilação, entre outros. A iluminação e ventilação naturais são calculadas de acordo com a metragem e existe uma porcentagem específica para cada cômodo.

Mas o que é correto para salas de aula?

Como a maioria da população é destra, a posição mais apropriada das janelas para quem olha a lousa de frente é do lado esquerdo! E nunca janelas no fundo e do lado oposto ou acima da lousa. O motivo dessa posição é evitar sombras da própria mão enquanto se escreve ou mesmo ofuscamento pelas janelas que possam estar localizadas na frente. As aberturas no teto podem existir, desde que haja um dispositivo que evite o excesso de insolação.

O cálculo da quantidade de janelas para uma sala de aula é feita a partir do cálculo da metragem quadrada que é tida a partir da multiplicação da largura vezes o comprimento e a resultante será dividida por 5. O resultado da divisão é a metragem quadrada necessária de aberturas para o local.

A falta de iluminação pode prejudicar a visão e a falta de ventilação pode provocar problemas respiratórios e contaminação por vários tipos de vírus.

Veridiana Pettinelli
Arquiteta

Areia Fina e Média



Estrada Iperó a Tatuí, KM 04 | Iperó/SP | Distrito Industrial
aleixomineracao@ig.com.br



Pedra e Pedrisco



(15) 3266-2436 | 3266-1014
99119-7848/ID 922* 17526



ADNEI DAS PEDRAS

**Pedras Decorativas
e Marmoraria**

Rod. Mário Batista Mori, 424 - Vl. Angélica
Tatuí/SP - (Próximo a Riontan)
(15) 3251-9936/99781-5677
www.adneidaspedras.com.br

Dell Anno

**Dell Anno
Autorizada: Pavanelli Design**

Rua Onze de Agosto, 1150 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3305.1856/3305.1864
www.dellanno.com.br


Pavanelli
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

**Pavanelli Materiais
para Construção**
(Pisos / Metais / Cubas)

Av. Dr. Salles Gomes, 195 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3251-1365
www.pavanellimateriais.com.br

Fazendo a festa dos sonhos

Segmento de organização de festas infantis cresce



ANJU
FESTAS PERSONALIZADAS
Aqui, sua imaginação cria forma e detalhes exclusivos...

- *Decoração de Festas*
- *Locação de Peças em Porcelana, decorativas e móveis para decoração*
- *Lembrancinhas Personalizadas*

anjufestas@globo.com

☎ 15 3305-3434 . 📞 15 99748-3434

Rua Rui Barbosa, nº 261 Jd. N.S de Fátima - Tatui/SP

Com o segmento de organização e realização de festas crescendo, principalmente com relação às festas infantis, fazer uma festa requer a ajuda de profissionais qualificados. Mas isso não significa que você tenha de pagar mais caro por isso.

Assim, de acordo com o gosto do freguês, podem ser realizadas festanças com temas como: contos de fadas, novelas de época, festa do pijama (essa já é tradicional né?), temas inspirados em filmes ou personagens como Mickey e sua turma, Princesas, Super Heróis e por aí vai. Já pensaram em uma festa no estilo Guerras nas Estrelas (Star Wars), com direito a fantasias como a tropa imperial ou Darth Vader?

Profissionais da área apontam que, hoje, as festas infantis se tornaram grandes produções. “São tantos detalhes a serem planejados e executados, que o mercado teve um forte crescimento em diversos segmentos, sendo eles: buffet, decoração, doces personalizados, animação, lembrancinhas, mimos, entre outros. Tem festas para todos os públicos e gostos, sejam as comemorações mais intimistas, em casa, com uma pequena decoração, ou grandes produções em buffets ou salões com projetos incríveis, estruturas gigantes e impecáveis”, afirma Ana Flávyá Soares Silva, proprietária de uma empresa que atua no ramo, atendendo Tatui e municípios vizinhos.

Estacionamento particular

Horário de funcionamento das 7h30 às 18h

Capacidade para 30 carros



Após às 18h, estacionamento exclusivo para hóspedes do hotel Del Fiol.*

*exceto datas comemorativas.



Parceiros



Praça Manoel Guedes, 95 | Centro | Tatuí/SP
 (15) 99747-9018 |  startpointestacionamento

Aquecimento global "turbina" ~ FURACÃO

Quatro furacões em menos de um mês deixaram um saldo de destruição e morte no Caribe e nos estados americanos do Texas e da Flórida, os mais atingidos. Harvey, Irma, José e Kátia. Estes são os poderosos furacões que surgiram no oceano Atlântico. Até o fechamento desta edição, um quinto furacão, Maria, havia se formado no oceano e avançava em direção a Porto Rico, no Caribe, com ventos de 250 km/h, o que torna o furacão categoria 5, a mais poderosa.

Harvey, que despejou 1,30m de água no Texas em uma semana (quantidade igual a um ano de chuva na cidade de São Paulo) e Irma, que teve ventos de 300 km/h antes de virar tempestade tropical, foram os mais poderosos até agora.

A receita para produzir um furacão inclui as águas quentes do Caribe, com temperaturas que batem nos 28 graus centígrados, ventos de direção contrária que se encontram e a umidade do ar. Os furacões começam como tempestades no norte da África e avançam para o mar, sugando a umidade e se fortalecendo até chegar ao Caribe.

Desde a Revolução Industrial do século 19, quando começou o uso de petróleo e carvão, a temperatura média do planeta subiu um grau e, claro, as águas dos oceanos também estão mais quentes.

Embora existam céticos, entre eles o presidente americano Donald Trump, com relação à ação do homem no aquecimento do planeta, há cada vez mais evidências dos efeitos desta ação. O aquecimento global não aumentou o número de furacões (são em torno de 20 anualmente, nesta época do ano), mas eles se tornaram mais fortes e poderosos. O Irma, por exemplo, é um sério candidato a ser o furacão mais potente da história.

A sorte, se é que pode haver sorte para quem está no caminho desta força da natureza, é que o furacão perde força ao tocar a terra firme ou encontrar águas frias. Já imaginaram a destruição que seria se ele ficasse mais forte em terra?

Por isso, ações que minimizem os efeitos da elevação da temperatura da Terra e outros problemas causados pelo homem são necessárias e urgentes e mesmo os céticos devem

DES

*Fenômeno
está cada vez
mais forte*

se curvar ante a força da natureza ou será que Trump vai ficar impassível quando um furacão de 350 km/h atingir a Casa Branca?

Susto

A Revista Hadar conversou com o empresário Giovani Visciglia que mora em Miami há mais de duas décadas. Ele e seus familiares não se feriram. Apesar do susto, o empresário não pretende voltar ao Brasil e revela que a vida na Flórida (estado americano mais atingido pelo Irma) aos poucos vai sendo normalizada.

Giovanni revela que “Com certeza, viver esta experiência, deste tipo de furacão, com esta categoria, não foi fácil. Já passamos outros furacões, mas nesse, em especial, ficamos assustados. Muita gente saiu de Miami e foi para outras cidades, outros estados, fugindo da Flórida, principalmente”, conclui ele. “Vivo há 25 anos em Miami, apesar de estar acostumado com esses fenômenos, este deu um pouco de medo”.

O empresário revela que estava só com a esposa no apartamento onde mora. “Minha filha vive no mesmo edifício e meu filho com

sua esposa e seus dois filhos em uma casa, mas graças a Deus não fomos afetados, ficamos sem energia dois dias. Alguns lugares foram afetados; caíram muitas árvores, tinha lugares que não dava para andar nas ruas de tantas árvores caídas e ainda, mas aos poucos estão limpando e a energia voltando, as aulas ainda não voltaram. Pouco a pouco a vida vai voltando ao normal”.

Giovani Visciglia afirma que não pretende voltar ao Brasil. “Estamos todos bem. Neste momento, estamos retornando devagar à normalidade: gasolina, luz, retirando as árvores, e restaurando o que foi destruído, pois essa destruição é algo que não combina com Miami, a cidade do Sol”.

Ele não tem dúvidas de que a ação do homem influencia no aquecimento global e, por sua vez, contribui para deixar os furacões mais fortes. “Tanta poluição e tanto desmatamento fazem com que o mar se torne mais quente e isso provoca este tipo de fenômeno, que pode destruir a Terra, sem dúvida”.

A conscientização de preservar o meio ambiente é fundamental para evitar a fúria da Natureza

O fenômeno dos furacões cada vez mais poderosos é apenas um dos efeitos do aquecimento global. Embora haja quem duvide, é certo que a ação do homem, principalmente a partir da Revolução Industrial, no século XIX, tem influência direta na elevação da temperatura planetária.

Também não é de hoje que o assunto é tema das principais discussões mundiais, que visam estabelecer acordos e metas para desacelerar a elevação da temperatura e minimizar seus efeitos.

Há três anos, em setembro de 2014, a conferência da ONU (Organização das Na-

o Centro Oeste e o Sudeste do Brasil, que está a dois mil quilômetros da floresta. Não é à toa que a comunidade internacional está preocupada e tenta viabilizar ações para eliminar o desmatamento até 2030, assim como outras medidas de proteção ambiental, como a redução na emissão de CO2 na atmosfera. Mas, apesar dos esforços, gigantes como China e Índia parecem que ainda não dão a devida importância ao assunto, tanto que mandaram representantes ao evento, e não seus chefes de Estado, segundo a imprensa mundial.



ções Unidas) sobre o clima foi a largada da corrida mundial em uma tentativa de reverter as mudanças climáticas que assolam o planeta e ameaçam a própria sobrevivência da espécie.

O assunto é sério e o papo é reto, como dizem os jovens. Afinal, o clima da Terra parece estar descontrolado, principalmente nos últimos anos. Além das mudanças naturais e inerentes ao planeta, cientistas dão como certa a ação do homem nas mudanças.

E esta ação afeta pessoas e regiões em todo o planeta. Um exemplo prático disso é o desmatamento da Amazônia, que tem efeito direto na seca que atinge

Outro problema envolve os Estados Unidos. Se na conferência de 2014 o país estava alinhado com a maioria da comunidade internacional, com a ascensão de Donald Trump, tudo mudou. O atual presidente não acredita que o homem seja um dos responsáveis pelo aumento da temperatura do planeta e retirou o país de acordos pré-estabelecidos.

O combate ao aquecimento global precisa de todos, mas principalmente daqueles que mais poluem e emitem gases que provocam o efeito estufa, como os EUA e a China, por exemplo. Infelizmente, estes parecem cegos diante da realidade.



Qualidade de Vida



A importância de trabalhar a sustentabilidade na escola

Vamos começar com uma definição básica: a sustentabilidade na escola consiste na aplicação no meio escolar de um conjunto de práticas e ensinamentos focado na questão do desenvolvimento sustentável do planeta.



Esse tema precisa ser trabalhado na escola devido à sua pertinência cada vez mais alta, já que a geração atual vivencia o problema da escassez de recursos naturais e da degradação do meio ambiente. Essa realidade está mais que presente nas dificuldades e nos desastres que presenciemos, como falta de água, contaminação do solo ou deslizamentos causados pela destruição da vegetação natural.



Precisamos nos lembrar de que as crianças de hoje serão os futuros tomadores de decisão do mundo, seja porque se tornarão políticos, cientistas ou empresários. Em outras palavras: estará em suas mãos fazer escolhas para preservar o planeta. Para isso, no entanto, precisam conhecer tanto as causas e consequências do problema como também entender as ações que permitirão usufruir dos recursos naturais sem prejudicar o meio ambiente.



Outro ponto que reforça a importância de se trabalhar a sustentabilidade na escola é o fato de que os principais hábitos de um indivíduo são desenvolvidos desde cedo, durante a infância. Portanto, a escola precisa introduzir esse tema o quanto antes, para que a educação dos alunos leve à formação de adultos com valores e conhecimentos sólidos a respeito das relações entre o ser humano e o meio ambiente. Só dessa forma pode ser possível controlar o impacto dos problemas ambientais nos próximos anos.

Além de conhecimentos teóricos nesta área, a escola deve trabalhar também com ações sustentáveis práticas, que criem hábitos e responsabilidades nos alunos para ações atuais e futuras. Vale ressaltar também, que a escola deve trabalhar para que a consciência sustentável formada nos alunos possa chegar até as famílias e outros grupos sociais e ambientes frequentados por estes alunos.



Não podemos deixar de destacar a ação educadora dos professores neste processo. É de fundamental importância que estes não atuem como meros transmissores de conteúdos sobre a sustentabilidade. Devem acreditar e praticar, motivar e se envolver nos projetos e ações para que os bons resultados sejam colhidos.



Exemplos de ações sustentáveis nas escolas:

- Criação de sistemas de reciclagem do lixo.
- Desenvolvimento de projetos voltados para a reutilização de materiais recicláveis (enfeites, papel reciclável, utensílios domésticos e etc);
- Criação, no espaço escolar, de uma horta e plantas;
- Utilização de restos de materiais de construção, caixote de feira ,pneus, fazendo moveis para os mesmos utilizarem;
- Ações voltadas para o uso racional (com economia) de água e energia elétrica, evitando ao máximo o desperdício.
- Projeção, para os alunos, de filmes e documentários que mostrem os impactos ambientais provocados por ações humanas.



Queimar gordura e ganhar massa magra é fácil

Geralmente, quem começa a fazer a academia tem o objetivo de queimar gordura e ganhar massa magra, aquela conhecida como “gordura boa”. Isso porque ela indica a presença de músculos fortalecidos. Consequentemente, quanto mais massa magra, maior e mais rápida é a perda de calorías.

O Dr. Renato Lobo, médico nutrólogo e especialista em emagrecimento e ganho de massa, CRM 181069, explica que a forma mais eficiente de se ganhar massa magra é com exercícios físicos, principalmente a musculação. “Você consome energia, que nesse caso vai ser gordura. Mas qualquer dieta que você restrinja muito as calorías você vai perder massa magra junto, sempre que você emagrecer, você vai perder um pouco de massa magra. Algumas formas de prevenir que isso aconteça é fazer musculação e algumas medicações também podem ajudar”, explica.

O cérebro tem um mecanismo de preservação contra a perda de peso quando ela ocorre sem um regime que contenha todos os nutrientes necessários para o funciona-

Uma boa alimentação aliada a atividade física e complementos alimentares podem acabar com o problema



mento do organismo. Caso isso ocorra, o órgão dá um jeito de fazer com que a pessoa saia da dieta, para que vá atrás dos nutrientes que estão faltando. É aí que ocorre o famoso “efeito sanfona” onde o corpo ganha novamente o peso que perdeu, e aos poucos ganha também resistência às dietas, fazendo sempre com que a perda de peso seja cada vez menor.

As dietas da moda têm algo em comum — são ricas em proteína e dão pouco valor ao carboidrato, que é uma fonte de energia primária para o organismo, se for consumido na dose certa. Em excesso, é armazenado como gordura. O Dr. Renato explica que o importante é não perder o timing da alimentação. “Se você focar nos carboidratos antes e depois do treino vai ter a energia antes e a recuperação do músculo depois. E nos períodos em que você fica mais inativo, dormir, ficar sentado, é legal que o consumo seja menor nesses momentos, aí você otimiza para que seu corpo use mais gordura e tente preservar o consumo de massa muscular. Aumentar o consumo de proteína, e algumas medicações também podem ajudar nesse ponto”, conclui o médico.

KERANAT™

Sucesso absoluto redução de 65% da queda capilar!



Bodybalance™

- Aumenta a massa muscular e diminui a gordura corporal;
- Melhora a composição corporal;
- Retarda a perda muscular relacionada ao avanço da idade;
- **Mais força, resistência e mobilidade.**

Consulte um especialista!

Loja 1: Rua Capitão Lisboa, 663 - Centro - (15) 3251-2331/ 97403-4211
Loja 2: Av. São Carlos, 234 - Dr. Laurindo - (15) 3205-3100/ 97403-4213

Faça-nos uma visita e comprove!!
Consulte nossos farmacêuticos!!

Laser ou Luz Pulsada: Qual o melhor método para você?



Saiba quais as principais diferenças de valores e indicações e escolha o melhor para você

Depilação definitiva é um assunto que interessa a muitas mulheres. A perspectiva de nunca mais precisar sofrer arrancando os pelos com cera ou lâmina parece um sonho, mas é importante frisar que as opções disponíveis no mercado ainda não são totalmente definitivas. De qualquer forma, é interessante ficar de olho para escolher o melhor método. Hoje, vamos falar sobre as duas técnicas mais conhecidas atualmente, a depilação a laser e a luz pulsada.

Segundo a Dra. Ana Carolina Coelho Seri, fisioterapeuta com Pós-Graduação em Fisioterapia Dermato-Funcional, CREFITO 182531-F, a principal diferença entre os dois métodos está no tipo de comprimento de onda emitida. “O laser emite um comprimento de onda especí-

fico monocromático que atinge e destrói somente o pelo. Já a luz pulsada emite diversos comprimentos de onda que ao ser disparada atinge não só a área do pelo, mas também toda a área ao redor. Por este motivo, a luz pulsada deve ser utilizada com cargas menores de energia, o que acarreta em um aumento da necessidade de sessões para alcançar o resultado desejado”.

A fisioterapeuta explica que existem contraindicações para os dois tratamentos.

Contraindicações da luz pulsada: pessoas que utilizam medicamentos fotossensibilizantes, gestantes, pessoas com câncer, feridas a pele, herpes (quando ativas), ou que possuem doenças fotossensibilizantes (eczema, lúpus eritematoso, psoríase ou vitiligo).

Contraindicação do laser: gravidez, uso de medicamentos fotossensíveis, pessoas com história de formação de quelóide, doenças estimuladas pela luz (epilepsia, vitiligo e psoríase), em cima de tatuagem e pacientes recentemente bronzeados (o tempo mínimo de ausência de exposição ao sol é de 2 semanas).

Existem fatores que podem alterar o organismo fazendo com que o pelo retorne, então, falar em definitivo seria errado. “Como o tratamento causa uma atrofia do folículo, o pelo volta mais fino e com menos volume, daí que são feitas as sessões de manutenção. Essas sessões de manutenção dependem de cada indivíduo, podendo ser de seis em seis meses ou de ano em ano ou mais”, lembra a Dra. Ana Carolina.

Beleza

Estética Corporal
Estética Facial
Depilação a Laser
Cirurgia Plástica



ESPECIALIDADES INTEGRADAS PARA CUIDAR DE VOCÊ.

Rua Dr. Ibraim de Almeida Nobre, 100 | Jd. São Paulo | Tatuí/SP
(15) 3251-7113 | www.clinicasigma.com.br | [f /Clinica Sigma Tatui](https://www.facebook.com/ClinicaSigmaTatui)

O que sua menstruação diz sobre você?

Alterações no seu ciclo menstrual podem indicar complicações de saúde

A menstruação pode ser bastante incômoda para muitas mulheres. No entanto, é fundamental conhecer seu ciclo e observar se os períodos menstruais são regulares e normais. Algumas alterações no ciclo e no aspecto da menstruação podem dizer muito sobre a saúde da mulher.

Cada mulher menstrua entre 400 e 500 vezes durante a vida. E já que esse é um ciclo recorrente na vida delas, é necessário que se saiba mais sobre o assunto. Segundo o Dr. Lister Salgueiro, Andrologista e Especialista em Reprodução Assistida, CRM 49383, alterações na menstruação estão diretamente ligadas a patologias. “A ausência, excesso, escape, aumento de volume e etc., são sinais de alterações no aparelho endó-

crino-ginecológico. Os ciclos considerados normais ocorrem a cada 28 dias”.

É claro que, quando o sangramento vem, já se consegue eliminar a hipótese de gravidez, mas também pode revelar vários detalhes sobre a saúde do corpo, por isso é preciso prestar atenção e ficar alerta. “Ausência de menstruação pode ocorrer por gravidez, alterações endócrinas ou menopausa. Excesso pode ser causado por alterações endócrinas, miomas, câncer, abortamento, etc. Variações no tempo do ciclo podem ser causadas por distúrbios endócrinos, estresse, síndrome de ovários policísticos, cistos ovarianos e etc.”, explica o Dr. Lister.

Apesar de variar de mulher para mulher, um sangramento considerado habitual dura entre três e sete dias e se renova a cada

24 a 35 dias. Se o fluxo persistir por mais de oito dias corridos, é hora de ir atrás de respostas.

Embora não seja costume de muitas prestar atenção na cor do sangue de seu fluxo ou mesmo na quantidade do sangramento de cada mês, a verdade é que este detalhe pode ser importante na hora de descobrir se você está com algum problema. Dá para saber até mesmo se você está com algum tipo de infecção pela cor do sangue de seu período.

Em qualquer caso, a melhor opção é sempre procurar um especialista. O médico lembra que procurar ajuda médica é sempre bem-vinda, para verificar a causa do problema e se ele se enquadra numa variação normal ou existe uma patologia.





MÊS da CONSTRUÇÃO



Cimento VOTORAN 50 kg

Preço IMBATÍVEL

Entregue em sua casa



Plastificante Mineral LIGA Original 20 kg

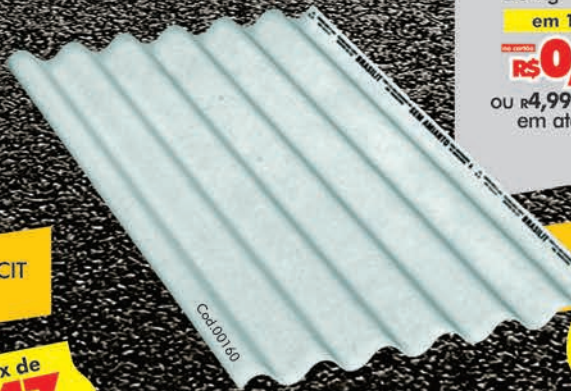
em 12x de **R\$0,43** ou R\$4,99 à vista em até 3x

Cod. 02.558



Cod. 22.69 VEDACIT 18 L

em 12x de **R\$7,47** ou R\$86,99 à vista em até 3x



Telha de Fibrocimento 4mm 2,44x0,50 mt

em 12x de **R\$0,94** ou R\$10,99 à vista em até 3x

Cod. 00.00



Bloquinho 11,5x14x24cm ou Blocão 14x19x29 milheiro

Preço IMBATÍVEL

Entregue em sua casa



Base Registro Pressão DECA 4416 3/4 M

em 12x de **R\$2,49**

ou R\$28,99 à vista em até 3x



ECONOMIZE ÁGUA

Válvula HYDRA Duo 2545 1 1/2 Cromada

em 12x de **R\$18,90**

ou R\$219,99 à vista em até 3x



Ofertas válidas de **1a28/OUT/2017** ou enquanto durarem nossos estoques

Nossas LOJAS



Trav. Romeu Picchi, 532 Fone/Fax: (15) 3322-5000 Tatui - SP



Rua Juvenal de Campos, 593 Fone: (15) 3322-2000 Tatui - SP



Rua Manoel de Lara, 295 Fone: (15) 3267-8900 Capela do Alto - SP



Rua Cel. Eugênio Mota, 68 Fone: (15) 3268-9700 Boituva - SP



Rua Quintino Bocaiuva, 08A Fone: (15) 3471-9100 Itapetininga - SP



Avenida Brasil, 105 Fone: (15) 3288-4600 Cerquillo - SP



Rua Onze de Agosto, 893 Fone (15) 3205-9292 Tatui - SP



Rua 15 de Novembro, 1664 Fone (15) 3305-5555 Tatui - SP

Cuidado: Frutas em excesso podem engordar



É bom ficar de olho na quantidade e em quais serão as frutas escolhidas para não sair no prejuízo na balança

Todo mundo está cansado de saber que as frutas fazem bem à saúde, disso ninguém duvida. Mas há como se enganar, achando que, por serem naturais, seu consumo não tem restrições. Pelo contrário, as frutas podem engordar porque têm frutose, que é um tipo de açúcar. O suco de laranja, por exemplo, pode ter a mesma quantidade de calorias de um refrigerante, embora seja rico em nutrientes.

Não existe uma quantidade correta. Isso é o que explica o Dr. Renato Lobo, médico nutrólogo e especialista em emagrecimento e ganho de massa, CRM 181069. “Estipula-se que o recomendado seriam quatro porções de frutas por dia, devido aos diversos benefi-

cios que elas trazem. Existem efeitos contra o câncer, aumento da ingestão de fibras, hábitos intestinais mais saudáveis, entre outros benefícios.

Mas ele lembra que, como qualquer coisa em excesso, fruta também faz mal. “Ela tem muito carboidrato, que apesar de as fibras fazerem com que ele seja absorvido mais lentamente, continua sendo um carboidrato como qualquer outro. Elas têm também a frutose, então, se você comer muita fruta, e não fizer nenhuma atividade física, você vai engordar”, explica o nutrólogo.

Um grande exemplo disso são os sucos de frutas. O problema é que o suco, normal-

mente, contém muito mais frutas do que se consumíssemos em estado bruto. Um suco contém, em média, seis laranjas, e é muito difícil comer essas mesmas seis laranjas em seu estado natural.

Mas o Dr. Renato lembra que existem algumas que são mais indicadas que outras. “Claro que se for para consumir fruta, consuma a que você gosta. Mas algumas têm efeitos diferentes das outras. As frutas vermelhas e roxas, como a uva, ameixa, mirtilo, jabuticaba, amora, morango, têm efeitos antioxidantes muito interessantes, previne o envelhecimento e possui efeitos contra o câncer também”, explica. Melão, maçã e pera também são ótimas opções.



nascer

verbo
1. transitivo indireto e intransitivo
passar a ter vida exterior no mundo; vir ao mundo por meio natural ou não.

2. transitivo indireto
ser procriado por, descender de.

Rebeca Kuntz

15 99612.2334 15 3251.1570

kuntzrebeca@gmail.com Rebeca Kuntz
Rua Cônego Demétrio, 117 Centro Tatuí SP



Odontologia Koza

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

TRATAMENTOS

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

imagem meramente ilustrativa.

Dr. Naomi Koza
CRO 108096

Odontopediatria
Clínica Geral

Dr. Akira Koza
CROSP 92631

Cirurgião Dentista e
Técnico em Próteses Dentárias

www.odontologiakoz.com.br

Tatuí

Rua Brigadeiro Jordão, 140 - Centro
(15) 3259-6343

São Paulo

Rua Tirso Martins, 100 - 2º andar CJ.202 (próximo ao metrô Santa Cruz)
(11) 2532-5177

☎ (11) 99217-3076

f Odontologia Koza

📷 Odontologia Koza

AVC é cada vez mais comum em jovens

10% dos casos são em pessoas entre 15 e 39 anos

vivência do paciente”, explica Dr. Roberto Debski, médico, CRM/SP 58.806.

Existem dois tipos de AVC: o isquêmico, quando há um entupimento em um vaso que impede a circulação do sangue em uma parte do cérebro, e o hemorrágico, quando um vaso de rompe e provoca sangramento. Nos jovens, é mais comum o hemorrágico, porém é o outro que está crescendo. Isso, principalmente, pelo estilo de vida levado pelos jovens atualmente.

Segundo o próprio ministério, é possível reduzir em até 80% os casos de AVC, se forem evitados os principais fatores de riscos modificáveis: hipertensão, colesterol, tabagismo e sedentarismo. “Uma observação importante diz respeito ao fato de encontrarmos pessoas cada vez mais jovens tendo AVC pelos mesmos fatores de risco que as de maior idade, ou seja, são jovens obesos, hipertensos, com colesterol alto e que têm os fatores de risco tradicionais para o acidente vascular cerebral”, exemplifica o médico.

O médico ainda lembra que não é o estresse que causa diretamente o AVC, e sim o efeito prejudicial que ele exerce em todo o organismo e também na mente, sobrecarregando os mecanismos fisiológicos de compensação, e desencadeando estas doenças.

Para ajudar a diminuir o estresse e manter um organismo saudável, é necessária uma alimentação saudável, rica em nutrientes, que ajuda a equilibrar o metabolismo, melhora a imunidade e evita a sobrecarga ao organismo. “Os ácidos graxos ômega 3, presentes em peixes de água fria, as vitaminas do complexo B, minerais como o magnésio e o fósforo presentes em frutas, verduras são alimentos que nutrem o cérebro, potencializam a imunidade e auxiliam no tratamento multifocal do estresse”, completa o Dr. Roberto.

Para muitos, o Acidente Vascular Cerebral (AVC), também conhecido como derrame, é algo que só acontece em pessoas idosas. Entretanto, levantamentos recentes mostraram uma situação preocupante para os jovens. O crescimento de AVC em pacientes com menos de 40 anos.

Um levantamento feito com base em dados do Ministério da Saúde mostra que, todo ano, no Brasil, 15 mil pessoas entre 15 e 39 anos de idade sofrem um acidente vascular cerebral. Isso já representa 10% do total de casos. Segundo o levantamento, a cada 5 minutos um brasileiro morre em decorrência do AVC, contabilizando mais de 100 mil mortes por ano. No mundo, são seis milhões de óbitos. “Os principais sintomas sentidos são formigamento ou fraqueza em um dos lados do corpo, súbita dificuldade para falar, enxergar e andar; perda súbita do equilíbrio, dor de cabeça explosiva sem causa aparente e vertigem. O atendimento imediato é fundamental para a sobre-



cul tu ra

Aos mestres, todo nosso respeito

*Esses grandes guerreiros que merecem todo o reconhecimento
pelo que somos e pelo que seremos*

Foi-se o tempo em que os alunos tinham medo e respeito pelos professores. Hoje em dia, infelizmente, o que vemos são professores sendo agredidos por alunos, que não têm mais o reconhecimento do trabalho que eles fazem na formação das crianças e adolescentes. Dados de registros policiais coletados devido à Lei de Acesso à Informação mostram que, a cada dia, cerca de dois professores são agredidos em seus locais de trabalho no Estado de São Paulo.

Mas qual a importância do professor? “Depois dos pais, todo professor é referência, modelo para os estudantes que, em alguns casos, acabam passando mais tempo junto dos seus mestres do que com a própria família”, explica o Prof. Marcelo Krokosz, diretor do Colégio FECAP. Ele continua lembrando a grande influência que eles exercem sobre crianças, adolescentes e jovens. Por isso, é necessário que o professor seja muito profissional no desempenho da sua função e tenha extrema consciência da responsabilidade que exerce ao se relacionar e trabalhar com os estudantes.

No próximo dia 15, é comemorado o Dia do Professor. Mas de onde vem essa data? Ela teve início em 1947, quando devido ao longo período letivo do segundo semestre que ia de 1º de junho a 15 de dezembro, com apenas dez dias de férias em todo este período, alguns professores de uma escola da capital tiveram a ideia de organizar um dia de parada para se evitar a estafa – e também de conagração e análise de rumos para o restante do ano. Depois disso, o professor Salomão Becker sugeriu que o encontro acontecesse no dia de 15 de outubro, data em que, na sua cidade natal, Piracicaba, professores e alunos traziam doces de casa para uma pequena confraternização. A sugestão foi aceita e a comemoração teve presença maciça - inclusive dos pais.

A celebração, que se mostrou um sucesso, espalhou-se pela cidade e pelo país nos anos seguintes, até ser oficializada, nacionalmente, como feriado escolar pelo Decreto Federal 52.682, de 14 de outubro de 1963.

E, realmente, alguns professores costumam ser inesquecíveis. “O papel do professor é ser um guardião do conhecimento e o ideal é que seja lembrado por isto, mas acredito que nenhum professor cumpre este destino sem primeiro criar laços com os estudantes. Portanto, um professor inesquecível, do ponto de vista da nobreza profissional, é aquela pessoa que se tornou parte da memória do estudante que aprendeu certas coisas com o auxílio de um encantador de sonhos e ideias”, lembra o Prof. Marcelo.



**QUER ACERTAR NA
1ª ESCOLA DO SEU FILHO
OU VAI DEIXAR
PARA DEPOIS?**

**ALUNOS PARA O 1º ANO DO
ENSINO FUNDAMENTAL 2018**

AULA INAUGURAL

*A participação dos pais com
seus filhos concede desconto válido
para os cinco anos do Ensino Fundamental I.*

21/OUTUBRO

NOVIDADE!
Em 2018, teremos turma
do 1º ano Fundamental
TAMBÉM no período da
MANHÃ.



www.anglotatui.com.br

**PARA QUEM
EXIGE MAIS!**



34ª Oktoberfest – A maior festa alemã brasileira

Outubro lembra Oktoberfest, que lembra cerveja, que lembra festa, que lembra a Alemanha. Ela teve sua primeira edição, no Brasil, em 1984, e logo demonstrou que seria um evento para entrar na história. Em apenas 10 dias de festa, 102 mil pessoas passaram pelo local, número que, na ocasião, representava mais da metade da população da cidade.

Mas de onde vem a origem da festa? A Oktoberfest de Blumenau teve como “inspiração” uma tradicional festa da cerveja realizada em Munique, na Alemanha, que surgiu para comemorar o casamento da Princesa Tereza de Saxônia, em 12 de outubro de 1810, com o Rei Luis I, futuro Rei da Baviera, que organizou uma corrida de cavalos. O sucesso foi tão grande que a festa passou a ser realizada todos os anos, contando com a participação de todo o povo da região.

Curiosamente, a cerveja era proibida nas primeiras edições. A bebida só foi aparecer em 1918, mais de cem anos depois, e acabou virando marca da festa. Atualmente, Munique recebe 10 milhões de pessoas que bebem 7 milhões de litros de cerveja a cada outubro.

A partir da edição de 1988, a Oktoberfest fez com que Blumenau passasse a ser o principal destino turístico de Santa Catarina no mês de outubro. As outras cidades, porém, resolveram não ficar para trás e também passaram a promover suas festas locais, e, hoje, existem edições da Oktoberfest por todo o país.

Mas a Oktoberfest não é só cerveja. É folclore, memória e tradição. Durante 19 dias de festa, (este ano acontece no período de 04 a 22) os blumenauenses mostram para todo o Brasil a sua riqueza cultural, revelada pelo amor à música, à dança e à gastronomia típica, que preservam os costumes dos antepassados vindos da Alemanha.

Oktoberfest São Paulo

A primeira edição da festa alemã acontecerá, este ano, na cidade de São Paulo entre os dias 29 de setembro e 8 de outubro, no Complexo do Anhembi, na Zona Norte. Além de degustação de comidas alemãs e atrações musicais, o evento contará com 50 rótulos de cervejas nacionais e importadas a partir de R\$ 12. Os ingressos estão a partir de R\$ 100.

17 milhões de pessoas já passaram pela festa desde sua primeira edição

41

ADEGA LIG CHOPP TATUÍ

PROMOÇÃO DE VERÃO

CHOPP - GERMÂNIA R\$ 9 / Litro*

REFRIGERANTES - CERVEJAS - MESAS - GELO
CARVÃO - CAIXA TÉRMICA

BEBA COM MODERAÇÃO. Venda e consumo proibido para menores de 18 anos, se beber não dirija.

CURTA NOSSA PÁGINA NO FACEBOOK

ADEGALIGCHOPPTATUÍ

*Promoção válida até o dia 31/10/17

DISK-ÁGUA GALÕES DE 20L E 10L CONHEÇA NOSSOS OUTROS PRODUTOS
(15) 3305-5275 / 3259-1024 adegaligchopp@hotmail.com
RUA BRIGADEIRO JORDÃO, 87, CENTRO - TATUÍ/SP

Pequenos Notáveis



O pequeno notável do mês de outubro é o Kauan Victor Bento da Silva, de 10 anos de idade, um garoto cheio de talentos, da cidade de Tatuí.

Kauan estuda no SESI, está cursando o 5º ano do Ensino Fundamental. Segundo a sua mãe Gleiciane, ele é um garoto dócil, amoroso e adora desenhar, além de ser apaixonado por leitura. Ele também gosta de estudar e pesquisa (sozinho) sobre dinossauros e mitologia grega. Nas horas vagas, Kauan joga videogame e é um ótimo contador de piadas. Ele está ansioso para ver os seus desenhos brilhando, aqui, nas páginas da Revista Hadar.

Parabéns, Kauan Victor! Que você seja muito feliz e que tenha muito sucesso em sua vida!



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

CURIOSIDADES

Lavar as mãos

A expressão popular tem sua origem nas histórias bíblicas

Usada quando se quer isentar-se de alguma culpa, prejuízo ou responsabilidade, a expressão "lavar as mãos" tem sua origem nas histórias bíblicas.

Segundo o site: <http://verbodavida.org.br>, era tradição um preso ser libertado durante a Páscoa Judaica. A decisão de soltar Jesus ou o assassino Barrabás foi passada para a multidão que acompanhava o julgamento por Pôncio Pilatos. E como todos já sabem, Jesus acabou sendo crucificado.

Ao passar a decisão para o público, Pôncio se isentou dessa responsabilidade, após várias tentativas de inocentar Jesus, e vendo que nada adiantaria tentar mudar o rumo dos acontecimentos, pois o povo estava muito agitado e o tumulto crescia cada vez mais, Pilatos lavou as mãos diante da multidão, dizendo: "Estou inocente do sangue deste justo. Considerai isso. E, respondendo todo o povo, disse: O seu sangue caia sobre nós e sobre nossos filhos".

Pilatos lavou as mãos encerrando o julgamento de Jesus, usando a própria lei de Deus que se encontra no livro de Deuterônimo 21:1 a 9, pois, na época do antigo testamento, quando na terra se encontrava um homem

morto, caído no campo e ninguém sabia quem o havia matado, os anciãos daquela cidade deveriam trazer uma novilha a um vale áspero, que nunca tinha sido lavrado nem semeado e ali, naquele vale, deveriam degolar a novilha; e os sacerdotes e os anciãos daquela cidade deveriam lavar as suas mãos sobre a novilha degolada, declarando a inocência sobre o sangue derramado.

DICAS DOMÉSTICAS

Quer deixar seus apetrechos de costura em ordem? Aquela pequena caixa de fósforos pode servir para armazenar agulhas, fios e alfinetes que você pode precisar a qualquer momento, não jogue fora, ela será útil.

Quer deixar seu carregador de celular em ordem? Um simples tubo de papel higiênico poderá funcionar como organizador: é só pegar uma caixa de papelão e colar os tubos e armazenar os cabos, simples, não é?

Quer deixar sua frigideira e panelas brilhando? Quando notar suas frigideiras opacas e sujas, pegue uma batata crua, unte-a com sal e esfregue-a com força na peça. Como resultado, você obterá uma frigideira reluzente.

Você sabia?

Filtro de Papel

Um coador muda o mundo

Quem nunca apreciou uma boa xícara de café? Seja encorpado, amargo, adocicado, aromatizado... Coado de forma tradicional, em cafeteiras elétricas, ou mesmo os maravilhosos expressos, é sempre uma boa ideia.

E você sabia, caro leitor, que o filtro de coar o café foi inventado por uma dona de casa? Isso mesmo! Em junho de 1908, em Dresden, uma pequena cidade ao norte da Alemanha, a senhora Melitta Bentz, uma tranquila e comum dona de casa apaixonada por café, recebia queixas de seu marido quanto ao gosto do café que era servido, variando muito e, às vezes, apresentava até mesmo um leve sabor de mofo.

Ela analisou o problema e chegou à conclusão que o causador deveria ser o coador de pano utilizado para coar. Ele deixava passar um pouco do pó e, por ser usado inúmeras vezes, continha resíduo do café, coado anteriormente, impregnado no tecido, alterando o sabor da bebida.

Como uma boa dona de casa, a senhora Melitta buscou uma solução para resolver o problema. No fundo de uma caneca de latão fez vários furos, recortou um pedaço redondo de mata-borrão e usou-o para cobrir o fundo. No momento em que eles colocaram o café no papel, ele saiu coado e sem restos de grão.

Assim, nasceu o primeiro Filtro Melitta do mundo. Um café mais gostoso, com sabor sempre igual e agradável de tomar, entrou para a história. E, assim que atingiu o seu objetivo, preca-

Endívia

Os benefícios desse alimento para o organismo

Endívia, também conhecida como *Cichorium endivia* ou *Cichorium intybus*, é uma verdura da família Asteraceae, e do gênero das chicórias, que inclui vários vegetais semelhantes, tendo folhas levemente amargas e crocantes.

É um vegetal que pode ser consumido cru, refogado, cozido no vapor ou assado; sendo acomodado em receitas salgadas e doces, quentes ou frias. Combinada com azeite de oliva, alho, queijos cremosos, tomate seco ou frutas, a delicada folha acrescenta requinte às entradas, saladas e pratos principais. Países como França, Bélgica e Países Baixos, há tempo, adotam o vegetal em sua culinária.

Ela, além de saborosa, contém poucas calorias e bastantes vitaminas, rica em potássio, fósforo, ferro, selênio, oligoelementos e minerais, que atuam sobre o crescimento e a vitalidade, além de prevenir inúmeras doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer.

Graças ao seu sabor amargo e seus nutrientes, o vegetal estimula a digestão, agindo diretamente sobre o funcionamento da vesícula biliar, incluindo a purificação dos rins e a limpeza do aparelho digestivo.

De acordo com algumas pesquisas realizadas, este alimento age na corrente sanguínea e remove o colesterol e as toxinas do sistema



digestivo, além de que esta verdura não contém gordura saturada e trans e também não possui glúten.

Alguns estudos atuais mostram que o elevado

teor de fibras ajuda a reduzir os níveis de glicose e de colesterol LDL em diabéticos e pacientes obesos, e a vitamina PP, nela contida, ajuda a agir na prevenção do mal de Alzheimer. ⁴³

MINUTO DE REFLEXÃO

“Até quando tu dormirás, ó preguiçoso? Quando te levatares do sono, a pobreza te atacará com um bandido, a necessidade te atacará como um homem armado.”

Provérbios 6:9-11

MINUTO DE SABEDORIA

“Algumas pessoas acham que ‘foco’ significa dizer ‘sim’ para a coisa em que você irá se focar. Mas não é nada disso. Significa dizer ‘não’ às centenas de outras boas ideias que existem. Você precisa selecionar cuidadosamente.”

Steve Jobs

vida, a primeira coisa que a senhora Melitta fez foi patentear sua invenção que iria revolucionar o mundo!

O casal Bentz resolveu, então, comercializar o novo sistema numa loja de artigos domésticos de oito metros quadrados. A escalada incessante teve início na Feira de Amostra de Leipzig, quando se realizou a primeira venda de 1.250 porta-filtros de alumínio com filtros de papel e, no dia 15 de dezembro de 1908, com seu marido e os dois filhos como funcionários, Melitta fundou a empresa homônima que, hoje, todos conhecem.

Hoje, a Mellitta está presente em mais de 100 países, mas o Brasil representa o segundo maior faturamento do grupo em todo o mundo, atrás somente da matriz na Alemanha. A multinacional chegou ao Brasil em 1968. Oito anos depois, adquiriu a fábrica Celupa, em Guaíba (RS), onde passou a produzir seus filtros de papel, produto com o qual a empresa é líder no país. Em 1980, construiu sua primeira torrefadora na cidade de Avaré (SP). Em 2006, adquiriu o Café Bom Jesus, torrefadora de Bom Jesus (RS). E, a partir de abril deste ano, é detentora também do Café Barão, marca fundada há 25 anos na cidade de Piumhi (MG).

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

Confira!

“Eu tenho que amadurecer porque meu relógio biológico está passando.

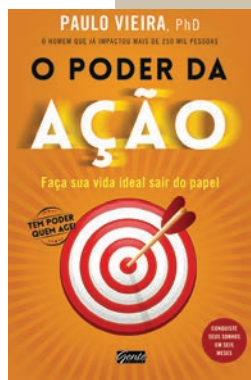
Eu quero ter filhos, vários, uns cinco.”

Sabrina Sato, apresentadora do programa da Sabrina, da Record, em entrevista com Giovanna Ewbank

“Chegamos em Orlando com o desejo de curtir e nos divertir, mas Papai do céu nos proporcionou algo além... A oportunidade de reencontrar amigos especiais e de realizar um sonho de longa data da minha amada esposa. O sonho de conhecer este casal de amigos abençoados. A paz interior e a felicidade plena de corpo e alma! Que família linda! Querida Carla: o desejo da Sara Pires era de um dia poder conhecer você, e a menina que sempre amou o @eotchanoficial hoje está realizada. Estou muito feliz por isso! Muito obrigado do fundo do coração, Carla Perez e @ Xandy!!

Alexandre Pires, cantor, compartilhando em redes sociais o encontro com a Carla Peres, ex-loira do “É o Tchan”, com o seu marido, o cantor, Xandy, o encontro dos casais em Orlando.

RECOMENDADO



O PODER DA AÇÃO

AUTOR: Paulo Vieira

EDITORA: Gente

Como o título sugere, o livro fala sobre a importância da ação. Neste livro, o autor convida o leitor a quebrar o ciclo vicioso e iniciar um caminho de realização. Ele é dividido em sete capítulos e em cada um deles você terá a oportunidade de ter diversas lições e boa parte é o que acontece em nossas vidas, e que só depende de nós mesmos para mudar. Paulo Vieira apresenta o método responsável por impactar 250 mil pessoas ao longo de sua carreira e que pode ser o caminho para o sucesso que o leitor tanto busca. Ele mostra a importância do compromisso com a mudança e o seu posicionamento diante delas. Não adianta só fazer planos, o importante é, além de planejar, executar, aí que entra o poder da ação. Paulo Vieira também ensina algumas lições financeiras, que são importantes para quem quer ter sucesso na vida.

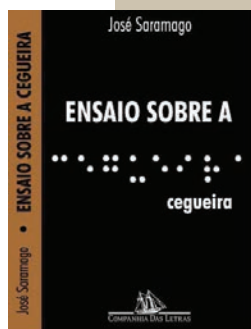


O EXTRAORDINÁRIO

AUTOR: R. J. Palácio

EDITORA: Intrínseca

Este livro, que conquistou diversos públicos e foi adaptado para o cinema, é uma história de aceitação e superação de uma criança de apenas 10 anos. “Extraordinário” é o nome mais adequado para este livro. Ele conta a história de August Pullman, o Auggie, uma criança que nasceu com uma séria síndrome genética que o deixou com deformidades faciais, fazendo com que ele passasse por diversas cirurgias e complicações médicas ao longo dos seus poucos anos de vida. Auggie foi educado em casa até os 10 anos, após, começou a frequentar o quinto ano em uma escola. Ser o aluno novo não foi fácil, ainda mais com um rosto tão diferente! Ele teve que convencer seus colegas do colégio particular de Nova York que, apesar de sua aparência diferente, ele era um menino igual a todos os outros.



ENSAIO SOBRE A CEGUEIRA

AUTOR: José Saramago

EDITORA: Companhia das Letras

O “Ensaio sobre a Cegueira” é considerado um dos melhores livros de José Saramago. A narrativa conta a história de uma epidemia de cegueira que se espalha, e a primeira pessoa atingida é um motorista que, parado no sinal, se descobre subitamente cego. É o primeiro caso de uma ‘treva branca’ que logo se espalha incontrolavelmente. Resguardados em quarentena, os cegos se perceberão reduzidos à essência humana, numa verdadeira viagem às trevas. Trata-se de uma fantasia do autor que nos faz refletir sobre ‘a responsabilidade de ter olhos quando os outros os perderam’. Ele nos dá, aqui, uma imagem aterradora e comovente de tempos sombrios, à beira de um novo milênio, impondo-se à companhia dos maiores visionários modernos, como Franz Kafka e Elias Canetti. Cada leitor viverá uma experiência imaginativa única. Num ponto onde se cruzam literatura e sabedoria, José Saramago nos obriga a parar, fechar os olhos e ver.

**S.O.S.
ELETRICISTA**

Sem tempo e com
problemas elétricos?

ADINALDO CAMARGO
ELETRICISTA

Atendimento Residencial
Somente nos finais de semana.

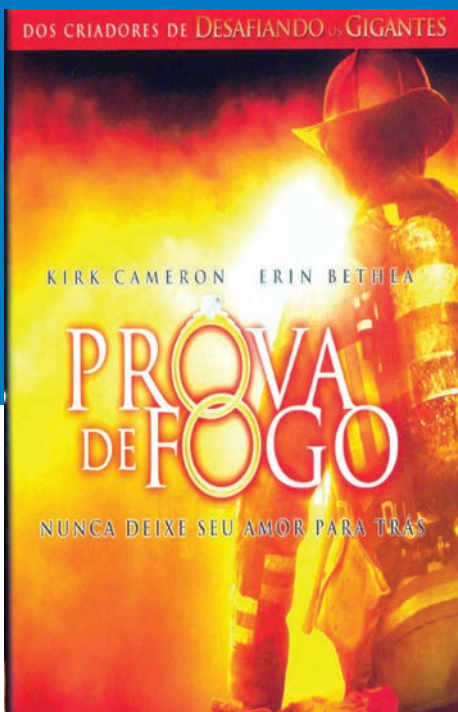
(15) 99832-2931/99749-8247 | facebook.com/adinaldo.camargo





REI ARTHUR: A LENDA DA ESPADA

Quem nunca ouviu falar do Rei Arthur? Da famosa lenda da espada cravada na pedra que só pode ser retirada por aquele que é o escolhido, o rei? Quem nunca ouviu falar da lenda dos Cavaleiros da Távola Redonda? Rei Arthur: A Lenda da Espada é aquele filme que traz essa encantadora história de volta para as telas e mostra como uma lenda bem contada consegue passar de geração em geração, sem perder a sua essência. Arthur é um jovem das ruas que controla os becos de Londinium e desconhece sua predestinação até o momento em que entra em contato pela primeira vez com a Excalibur. Desafiado pela espada, ele precisa tomar difíceis decisões, enfrentar seus demônios e aprender a dominar o poder que possui para conseguir, enfim, unir seu povo e partir para a luta contra o tirano Vortigern, que destruiu sua família.



À PROVA DE FOGO

Este filme traz a história de um bombeiro, que é reconhecido por toda cidade onde ele habita como um profissional exemplar e, acima de tudo, um herói. Ele percebe que perdeu o interesse pela sua esposa, e vê seu casamento desmoronando. Na tentativa de reverter a situação, ele busca ajuda e o seu pai sugere que leia um livro, ele aceita, é um livro cristão de autoajuda. Guiado pelo livro, ele embarca em uma missão de 40 dias para salvar seu casamento do divórcio. O filme traz ensinamentos sobre o casamento e atividades a serem desenvolvidas como surpreender seu parceiro, elogiar, escutar mais seu parceiro e muitas outras situações. Este filme tornou-se referência para encontro de casais e ministérios de família, é um filme que ajuda as pessoas a refletirem sobre o verdadeiro desafio de amar.



A BAILARINA

Paris, 1869. Este filme, animado, conta a história da sonhadora Félicie, uma jovem órfã que deseja e luta muito para ser bailarina! Tudo o que faz é se equilibrando na ponta dos dedos, entre um passo e outro, cada vez mais elaborados e desafiadores. Sem recursos, ela tem apenas as mesas, as cadeiras, os pratos e até o telhado do orfanato onde vive no interior da França para poder fazer seu treino improvisado. Isso é só até Victor, seu melhor amigo, elaborar um plano para que os dois consigam fugir dali e partir em busca de uma vida melhor: ele quer ser inventor, enquanto que ela almeja se tornar bailarina do Grande Teatro de Paris. Eles conseguem, parcialmente, atingir o que pretendiam. Ele arruma um emprego como auxiliar de um cientista de verdade, enquanto que ela começa sua aventura pelo mundo do balé sob uma falsa identidade. Mas não tardará para que a verdade lhe alcance.

45

Sua vida é criada pelos seus pensamentos

*O que você pensa
determina quem você é, como
você é e como você vive*

Sua vida é a expressão exata dos seus pensamentos. O que você pensa determina quem você é, como você é e como você vive. As pessoas que vivem com medo de doenças são as que as desenvolvem e as contraem. Pensamentos de medo são arautos da tragédia, sempre. Os pensamentos negativos abatem os glóbulos brancos do seu sangue, alterando as plaquetas e causando um estrago de proporções imensas em seu organismo.

Os pensamentos impuros atacam o sistema nervoso, fazem desmoronar todas as defesas e os pontos de equilíbrio. Você atrai poderosamente para sua vida tudo aquilo que teme, pois o medo é a segunda antena mais potente da vida humana. Suas dúvidas e sua insegurança se juntam e criam seus medos. Seus hábitos rotineiros produzem as doenças, e seus hábitos são gerados por seus pensamentos.

Uma pessoa que tem pensamentos fortes e puros não precisa temer bactérias e outros agentes biológicos invasores, pois suas defesas mentais formam as defesas corporais. Se você preservar sua mente, vai aperfeiçoar seu corpo; se embelezar sua mente, vai renovar seu corpo.

Uma pessoa que vê a si mesma como obesa em sua mente, jamais conseguirá emagrecer, pois sendo obesa por dentro, será também por fora. Nunca houve e nem haverá nenhum remédio ou médico mais poderoso do que aquele que nos foi dado pelo nosso Criador: a capacidade de gerar pensamentos de alegria. Todas as suas células são afetadas pelos seus pensamentos, lembre-se disso. Se você não controlar seus pensamentos, eles controlarão você. Falta um dia para amanhã. Mude enquanto é tempo!

"O pensamento é a fonte da ação, da vida e da manifestação. Se você purificar a fonte, tudo ficará puro. Uma mudança de dieta não fará efeito algum se você não mudar seus pensamentos"

(James Allen).

Ivan Maia
Treinador Emocional
Ivan@ivanmaia.com.br

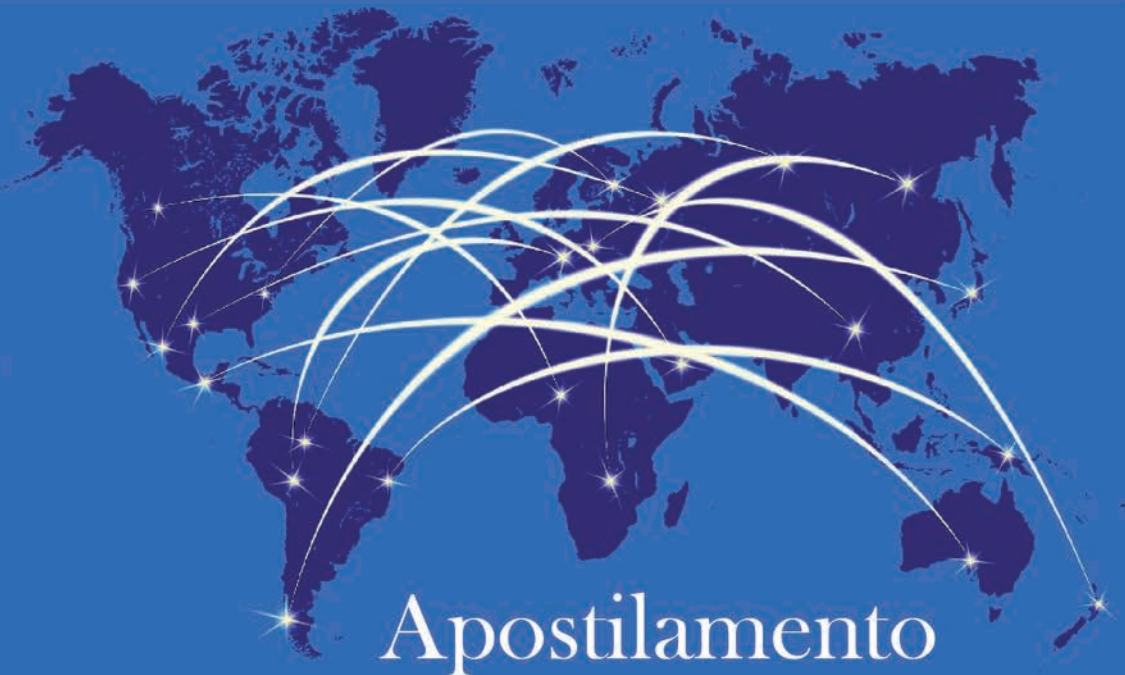


**IRMÃOS
TATU**
O negócio é cavocar

- Canaleta (vala)
- Fossa séptica
- Poços convencionais (feitos à mão)

**Solicite um
orçamento!**

Sítio Santa Sylvania - Bairro Água Branca - Boituva/SP Cláudio: (15) 99801-1913 / Élio: (15) 99766-3067



É possível garantir a validade jurídica de seus documentos no exterior!

Desde o dia 15/08/2016, os cartórios brasileiros começaram a atender pessoas que precisam autenticar documentos emitidos, no Brasil, que devem ser reconhecidos no exterior, como certidões de nascimento, diplomas, entre outros.

Regulamentado pelo CNJ (Conselho Nacional de Justiça), o novo processo vai simplificar a vida de quem pretende obter cidadania estrangeira ou estudar no exterior. Os documentos exigidos não precisarão mais ser legalizados pelo MRE (Ministério das Relações Exteriores) para ter validade nos países signatários da Convenção da Haia.

A convenção internacional leva o nome da cidade holandesa da Haia e foi assinada pelo Brasil em 2015 para desburocratizar o reconhecimento mútuo de documentos com fins legais entre os 112 países que

firmaram o acordo. O termo prevê que uma apostila ou anotação feita por tabelião de cartório brasileiro confira autenticidade a uma lista de documentos que vão desde atos notariais (escrituras e outras certidões emitidas por cartório) a documentos administrativos fornecidos por órgãos públicos e atos privados, como procurações particulares.

Para efetuar a legalização de documentos públicos destinados a produzir efeitos perante autoridades estrangeiras, você deverá fazer o apostilamento, exclusivamente, nos cartórios!

Convenção da Apostila (Haia)

A Convenção da Apostila tornou mais fácil, rápida e menos burocrática a validação de documentos emitidos, no Brasil, para uso no exterior. Agora, não é mais necessário realizar a legalização de documentos no Ministério das

Relações Exteriores, basta ir ao cartório de notas!

Legalização: Certifica a origem de um documento expedido, no Brasil, ou autenticado por autoridade pública brasileira.

Tradução juramentada: Os documentos brasileiros dependerão das exigências do País onde o documento será apresentado. Por isso, é importante confirmar, previamente, se o destinatário faz esta exigência.

Valor: O preço de cada apostilamento corresponderá ao custo de uma procuração sem valor declarado, conforme tabela vigente (Resolução 228/16 do CNJ).

Prazo de Validade: A legalização não tem prazo de validade. Porém, se o documento legalizado possuir prazo de validade, o apostilamento não prorrogará o seu vencimento.

Verifique a lista dos países signatários da Convenção que exigem o apostilamento e outras dúvidas frequentes sobre a legalização de documentos no site do CNJ - www.cnj.jus.br.



Convenção do Apostilamento (Haia)
Legalização
Valor
Prazos de Validade
Dúvidas Frequentes



Escrituras
Procurações
Inventários
Divórcios
Testamentos
Autenticação de Cópias
Reconhecimento de Firmas

Momentos de amor

Chuva... Gotas fininhas!...
 Caem indiferentes,
 Rentes
 Ao beiral do antigo telhado.
 Parecem sons balbuciantes,
 Antes
 De caírem no piso gelado.
 Querido, vem ver a chuva que ocorre!
 Corre
 Entre as cheirosas flores do jardim,
 Molhando toda a ramaria.
 Magia!
 Na terra, fracamente, assim... assim...
 Amor, sussurra com ardência
 Veemência

Palavras luzentes de amor.
 Fala-as! Fala com a alma,
 Acalma
 Meu coração que de ti quer o calor.
 Envolve-me repleto de carinho!
 Ninho,
 Tu fizeste em meu peito.
 Beija-me assim docemente,
 Comovente,
 Tornando meu ser satisfeito.

Na intensidade deste momento,
 Vento
 Passa beijando melodioso.
 E nós? Embriagados de amor,
 Fervor
 Vivemos este instante glorioso!

Maria do Carmo Marques Ramos
 (Carminha)



**A MAIOR
 FRANQUIA
 DE BOLOS
 DO PAÍS**
**+90
 SABORES**
**+290
 LOJAS**

Sabores que não acabam mais!



Quer evoluir como ser humano e empreendedor?

Programa CCE | Coaching Comportamento Empreendedor

Faça parte da nova turma do Curso CCE (Coaching Comportamento Empreendedor)!

O CCE é um processo de Coaching em grupo, com duração de 6 meses, com um total de 80 horas de trabalho em direção ao ganho de performance.

Que resultados proporcionamos aos participantes?

- ✓ Desenvolvimento de competências empreendedoras para o sucesso;
- ✓ Melhoria significativa de performance;
- ✓ Alavancagem de resultados;
- ✓ Reorganização dos sistemas em que vivem;
- ✓ Ressignificação de fatores familiares que bloqueiam o sucesso;
- ✓ Atingimento de objetivos;
- ✓ Melhoria da Motivação;
- ✓ Aumento significativo da autoconfiança.

Treinamento de Vendas com PNL

Você é tão importante quanto o produto ou serviço que vai vender

Sobre o Curso

Este curso é voltado para todos aqueles que lidam direta ou indiretamente com vendas, negociação e atendimento ao cliente.

Você irá aprender ferramentas e técnicas eficazes para ampliar sua influência junto aos mais diversos públicos.

O treinamento é apresentado de forma prática, dinâmica, em um processo envolvente e muito motivador.

A quem se destina:

- ✓ Executivos;
- ✓ Advogados;
- ✓ Médicos;
- ✓ Dentistas;
- ✓ Vendedores;
- ✓ Administradores;
- ✓ Gestores de Áreas;
- ✓ Analistas;
- ✓ Auxiliares e profissionais de todas as áreas.



**COACHING
COMPORTAMENTO
EMPREENDEDOR**

Contato: 15 99782-2655
Priscila Gaijutis - Comercial
Vagas Limitadas.



**Fábrica de
EMPREENDEDOR**
Evoluir como ser humano e empreendedor

A importância da prevenção do câncer de mama

São grandes as chances de cura se detectado precocemente, o autoexame é fundamental

Ainda muito assustador, o câncer é a doença que mais assombra as pessoas em todo o mundo. Nas mulheres, o de mama é o mais comum. No Brasil, segundo dados do Instituto Nacional de Câncer (Inca), o câncer de mama corresponde por 25% dos novos casos registrados, anualmente, da doença. Pesquisa divulgada pelo Inca aponta a ocorrência de 57.960 mil casos novos de câncer de mama no país em 2016.

O câncer de mama, na verdade, ainda não pode ser prevenido, mas, sim, diagnosticado o mais cedo possível. Segundo os médicos, as chances de cura são em até 98% dos casos, se detectado na fase inicial, reduzindo, significativamente, a necessidade da mastectomia (retirada dos seios), tão temida pelas mulheres.

Conforme explica o Dr. Domingos Mantelli, ginecologista e obstetra, CRM-SP 107.997, as causas mais comuns são fatores genéticos, histórico familiar ou pessoal, hábitos de vida e exposição a hormônios. “Foi criada a campanha Outubro Rosa para conscientizar as mulheres sobre a importância da prevenção e no diagnóstico precoce do câncer de mama e lembrar que existem diversos exames que as mulheres devem fazer para

evitar diversos males femininos”, lembra o médico.

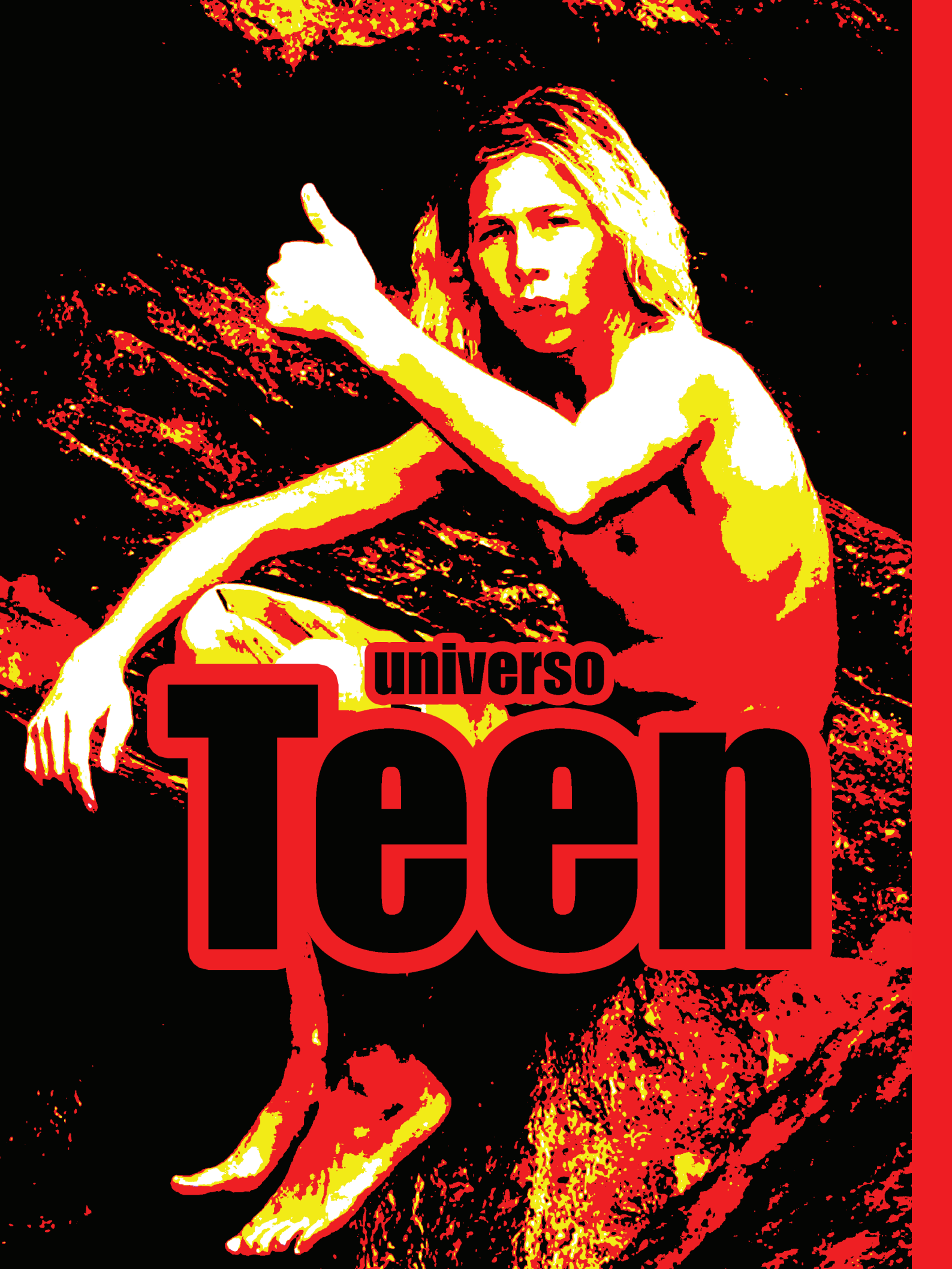
Estima-se que, por meio da alimentação, nutrição e atividade física, é possível reduzir em até 28% o risco de a mulher desenvolver câncer de mama, segundo dados do INCA. “Alimentação saudável, atividade física regular, adequação de peso e hábitos de vida como não exagerar no consumo de álcool, não fumar e consultar seu ginecologista regularmente são alguns dos fatores que podem ser associados a prevenção do câncer de mama”, explica a Dra. Patrícia Bretz, médica ginecologista especialista em Oncologia Ginecológica, CRM 120.096.

Diante do diagnóstico do câncer, é preciso que se busque uma equipe multidisciplinar para acompanhamento completo do tratamento. A cura é possível. “É importante que nessa equipe tenha um médico mastologista, oncologista clínico, radioterapeuta, fisioterapeuta e, até mesmo, psicólogo - para uma correta e adequada condução do tratamento específico para cada tipo de tumor de mama e para cada paciente”, completa a Dra. Milca Cezar Chade, mastologista especialista em Oncoplastia, CRM/SP 125.636.

AUTOEXAME

O autoexame é recomendado a partir dos 20 anos de idade e deve ser feito mensalmente. O ideal é fazê-lo entre o quarto e o sexto dias após o fim do fluxo menstrual. As mulheres devem fazer a apalpação dos seios em frente ao espelho e durante o banho ou deitadas. Na frente do espelho, a mulher deve observar se há deformação ou alteração no formato das mamas, abaulamentos ou retrações e feridas ao redor do mamilo. No banho ou deitada, a mulher deve observar a presença de caroços nas mamas ou axilas e secreção nos mamilos.

Após os 40 anos, a mamografia começa a ser um exame importante para a detecção da doença e recomenda-se que seja feito, pelo menos, uma vez por ano a partir daí.



universo

TEEN

Cabelos multicoloridos

A tendência tem crescido nas últimas temporadas

As mais diversas variações de cabelo colorido têm invadido, aos poucos, o mundo da moda, mas, agora, definitivamente, ele vem conquistando mais espaço. O loiro, castanho e o ruivo têm ficado para trás, e madeixas superluminaosas, que lembram um arco-íris, são o *hit* do momento.

Essa tendência atinge, principalmente, adolescentes e jovens ligados à moda, que desejam mudar de aparência radicalmente, conquistando cabelos com cores revolucionárias e que possam chamar a atenção de todos, além de fazer parte do gosto pessoal.

Muitas celebridades também já aderiram a moda. Quando se trata de cabelos colori-



dos, ninguém melhor que Katy Perry para ser exemplo. A cantora já usou quase todas as “cores fantasia” e, na linha do tie dye, usou um corte chanel, misturando mechas rosas ao loiro platinado. Kelly Osbourne usa, há três anos, longos fios coloridos em uma mistura de cinza e lavanda. Recentemente, mudou o visual e apostou em cores mais jovens, mesclando azul claro e lilás, e uma franja reta e volumosa.

Atualmente, todas as cores são muito usadas para cabelos coloridos, porém algumas delas se destacam pelo uso contínuo. São elas: rosa, azul, roxo, cinza e verde.

Já sabe qual cor escolher? Lembre-se que, juntamente, com a cor, vem a descoloração e

com isso um longo tratamento para recuperar a saúde do fio.

Tons pastéis – Superfemininos, os tons pastéis lembram algodão doce. Super em alta para quem quer ousar, mas sem perder o estilo romântico.

Super Shiny – Uma técnica que deixa a parte de baixo do cabelo somente em uma cor neon, ou em um arco íris total. Essa é uma opção pra quem quer escondê-lo em alguma ocasião especial.

Multicolorful – Mechas superfinais que podem compor um look mais delicado, mas sem deixar de ser divertido. Pode ser utilizado em tons de preto ou castanho.

A ANSIEDADE INFANTIL

merece atenção

É importante que a criança não pule fases da infância, para que sua saúde intelectual também não seja comprometida



Uma combinação complexa de sentimentos de medo, apreensão e preocupação, geralmente acompanhada de sensações físicas como palpitações, dor no peito e/ou falta de ar. Essa é a ansiedade que pode existir como uma desordem cerebral principal ou pode estar associada a outros problemas médicos que incluem distúrbios psiquiátricos.

Esse costumava ser um problema exclusivo do universo adulto, mas, infelizmente, tem se tornado cada vez mais infantil. Eles afetam 13 em cada 100 crianças e adolescentes entre 9 e 17 anos de idade. É mais comum entre as meninas, e em metade dos casos, as crianças apresentam ansiedade associada à depressão.

“O acelerado desenvolvimento de nossa sociedade tem trazido para as famílias facilidades no seu cotidiano, aparelhos elétricos e eletrônicos facilitando a vida no lar, a comuni-

cação rápida através dos smartphones, vídeo chamadas etc. Os pais se deparam com um fenômeno angustiante, o qual demanda um cuidado maior e, muitas vezes, se torna bastante complexo: a ansiedade das crianças. Nunca se teve tanto brinquedo eletrônico, nunca se deu tanta liberdade de escolha aos filhos, passeios e atividades extracurriculares, mesmo assim, estes são ansiosos e hiperativos”, explica a Dra. Irma de Mello, psicóloga clínica.

A ansiedade passa a ser um problema quando se torna disfuncional e impede a criança de realizar tarefas simples, como dormir, brincar com outra criança ou ir à escola. Nesses casos, pode-se falar em transtornos de ansiedade, os problemas de saúde mental mais comuns entre crianças e jovens – 20% das crianças apresentam ou apresentarão algum traço ansioso durante o período. “Ao se deparar com um transtorno de ansiedade

(patológico) em seu filho, os pais devem buscar ajuda de um profissional que o ajudará a compreender o que está acontecendo e poderá orientá-lo como conduzir o filho”, lembra a psicóloga.

Segundo a Dra. Irma, é fundamental compreender que educar e cuidar de uma criança requer tempo, paciência, dedicação e muito amor. “A infância é a base de uma linda casa sendo edificada a cada dia, portanto, não tenhamos pressa, não vamos estimular a criança a acelerar seu tempo. Hoje, vejo crianças, extremamente, precoces e a infância se tornando curta. Está se pulando não só uma fase, mas uma fase muito importante. Não se pode construir uma casa começando pelas janelas. Deixem as crianças serem crianças, brinquem, estimulem sua criatividade, limitem os brinquedos eletrônicos e desacelerem esta corrida sem saber para onde ir”, completa.

53



**Gustavo
Serralheiro**

Portas e Portões em Geral | Escadas
Grades de Proteção | Corrimão | Estruturas Metálicas

Faça um orçamento

Rua Manoel Rodrigues Galvão, 325 | Bairro Chácara Labronice | Boituva/SP
(15) 99661-0907 | gustavocamargo400@gmail.com



O que aprendemos com as séries sobre amizade?

São muitos os exemplos que podemos trazer para nossas amizades verdadeiras

Durante a vida, temos muitas amizades, algumas curtas e outras bem duradouras. Mas o que é mais importante lembrar é que cada amigo é especial devido as suas proporções. E não tem exemplo maior de amizade do que os que vemos nas séries de TV, com todas as suas peculiaridades e situações. Por conta dessa semelhança com a vida aqui fora, a Revista Hadar reuniu as maiores lições de amizade que podemos aprender com as séries.

Ninguém é igual a ninguém

Em Friends, Rachel é super antenada em moda e beleza, enquanto Phoebe não está nem aí, é toda hippie e usa uma roupa mais estranha que a outra. Já Monica tem mania de organização, e chamar Joey de bagun-

ceiro chega a ser um elogio. Mesmo assim, a amizade entre eles não é nada afetada por essas diferenças e eles sempre lidaram muito bem com elas.

Não existe falta de tempo e nem desculpas

As garotas de Sex And The City nos ensinaram, durante todo esse tempo, que a verdadeira amizade resiste ao ritmo frenético de uma cidade grande, às diferenças de personalidade, às tensões do trabalho e, principalmente, aos muitos relacionamentos amorosos, e que não importa o rumo da nossa vida, os verdadeiros amigos sempre estão lá.

Suporte nos momentos ruins

Foram muitos os momentos dramáticos em Grey's Anatomy e, nessas horas, o que

mais vimos foram amigos servindo de apoio uns para os outros. Meredith, por exemplo, esteve ao lado de Cristina em um dos piores momentos da sua vida, mostrando que, às vezes, não é preciso dizer muito, mas apenas um abraço bem apertado e ficar ao lado do BFF, dando muito carinho e amor.

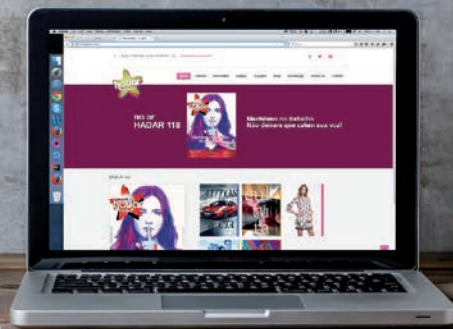
Amigos dizem a verdade na cara

Em How I Met Your Mother, vimos que a amizade entre Ted, Barney, Lily, Marshall e Robin não foi abalada por nada, inclusive na hora de dizer algumas verdades entre eles. Afinal, amigos de verdade são aqueles que dizem na cara tudo aquilo que você precisa, mas não quer ouvir. É dolorido, vergonhoso e desconfortável, mas é a melhor injeção de realidade que podemos tomar



Visite nosso site!

www.revistahadar.com.br



Revista Hadar
Trazendo informações e novidades até você!

AUTOS



& CIA

Amortecedores

Segurança em primeiro lugar

Os amortecedores fazem parte do sistema das suspensões do veículo e são, além do conforto, componentes responsáveis pela segurança da condução, tanto em manobras transientes de desvio de obstáculos quanto em frenagem. São os controladores de amortecimento do movimento das suspensões, para estabilidade e conforto.

Na realidade, os amortecedores podem parecer em bom estado, macios, sem vazamentos e ruídos, porém podem deixar o consumidor na mão por perder capacidade de atuação/amortecimento em manobras radicais de desvio de obstáculos. É neste caso que mora o perigo!

Momento da troca

Por incrível que pareça, não existe um critério que diga quando os amortecedores devem ser substituídos no tocante ao seu funcionamento. Claro que um exame externo pode defini-lo, como, por exemplo, sinais de vazamento do fluido hidráulico, deformações, amassados, buchas gastas e outros sinais de que o amortecedor não está mais íntegro. Mas quanto à sua carga em si, não existe nada em termos de concessionária ou oficina independente que possa mostrar se ele ainda está utilizável ou não em termos limítrofes de segurança.

A dificuldade maior é que o controle do amortecedor não está em um ponto somente e sim em uma série de pontos de distensão e de compressão de sua haste, resultante das várias situações de rodagem do veículo. As condições críticas, normalmente, são causadas por impactos em buracos, valetas, lombadas. O corpo de válvulas pode, inclusive, se romper, deixando o amortecedor não funcional e gerando forte ruído.

Os fabricantes de automóveis de maneira geral não incluem a troca preventiva dos amortecedores no seu plano de manutenção. Por outro lado, os fabricantes de amortecedores estabelecem essa quilometragem baseadas em suas análises e experiências próprias, com os conhecidos “troque a cada “x” mil quilômetros.

A substituição com base na quilometragem percorrida não é o ideal, uma vez que a vida segura de um amortecedor depende de como e onde o veículo é utilizado, podendo variar de 20 mil a 150 mil quilômetros, às vezes, mais. Então, como fazer? Como pode o proprietário consciente saber quando deve substituir os amortecedores?

Aconselho duas maneiras para isso. Primeiro, ficar atento ao comportamento do seu veículo, se ele “obedece” bem aos comandos de direção, se ele não apresenta nenhum sinal de perda indevida de contato dos pneus

com solo à menor irregularidade do piso e/ou se a suspensão não está apresentando ruídos espúrios, incluindo pancadas de fim de curso com frequência. Segundo, valer-se do aconselhamento de quem tenha sensibilidade para determinar se o funcionamento do amortecedor está ou não dentro do normal, avaliando dinamicamente o veículo em complementação as inspeções estáticas. Pode ser um mecânico ou concessionária em que se confie, embora, eventualmente, possa haver conflito de interesses em termos técnico/comerciais, induzindo a substituição dos amortecedores sem necessidade. Vibrações sentidas no volante de direção/carroceria, desgaste irregular dos pneus, freios com perda de eficiência e movimentações excessivas do veículo também podem ser indicação de amortecedores problemáticos.

Como sugestão, evite aquele “teste” conhecido e amplamente divulgado, de comprimir manualmente a suspensão, observando as oscilações resultantes do veículo e que podem levar a conclusões errôneas a respeito do estado dos amortecedores.

Enfim, o bom senso deve sempre prevalecer, cuidar de sua segurança não tem preço.

Carlos Alberto Meccia
Engenheiro mecânico, FEI



Seu anúncio onde todos possam ver!

Elmec
comunicações

Rua 7 de Maio, 150 | Centro | Tatui/SP
www.elmeccomunicacoes.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br
f/camargoelmec
(15) 99789-5267/3259-7014/32594543

FEVEREIRO a carteira começa a valer em 2018

Nova carteira não substituirá a versão impressa do documento

A partir de fevereiro do ano que vem, começa a valer em todo o país a versão eletrônica da Carteira Nacional de Habilitação (CNH-e). A criação do documento foi aprovada, este ano, pelo Conselho Nacional de Trânsito, conforme proposto pelo ministro das Cidades, Bruno Araújo. A versão digital do documento terá o mesmo valor jurídico do formato em papel.

Apesar não substituir a versão impressa do documento, a CNH-e deverá ser apresentada com o mesmo valor, inclusive em situações como aquelas em que a pessoa se esquece da carteira de motorista em casa. Ao apresentar o documento via celular, o motorista não estará mais sujeito à multa, segundo explicou o próprio ministro em nota.

Para acessar o documento no celular, o usuário poderá acessar a versão digital por meio de uma senha pessoal, de maneira rápida. A certificação será válida tanto por cer-

tificado digital quanto por QRCode, onde os códigos de barra poderão ser escaneados instantaneamente. Assim, os agentes de trânsito poderão acessar o histórico do motorista por meio de um aplicativo (especial para os profissionais de trânsito), que ainda está passando por testes.

Para solicitar o documento digital, o motorista precisará fazer um cadastro no Portal de Serviço do Departamento Nacional de Trânsito (Denatran), confirmando seu e-mail com a utilização de um certificado digital. O cadastro deve ser feito através de um equipamento que permita esse tipo de certificação ou em um posto do Detran.

O cadastro será ativado quando o usuário receber um link no e-mail informado, sendo necessário fazer um login usando o aparelho celular. Depois disso, deve criar uma senha de segurança (PIN) para armazenar os dados com segurança, podendo acessar, desse modo, sua CNH-e.

JB BALDINI
SEGUROS

*Tenha um seguro que
você possa confiar.*



Av. Cônego João Clímaco, 217 (Av. Mangueiras) . Tatuí/SP | (15) 3305-9100

REFRILUX

Assistência Técnica Especializada | Venda de Peças Linha Branca



Rua XV de Novembro, 2017 | Tatuí/SP
(15) 3305-5522/3251-6757/99705-5085

www.refrilux.com.br

Saiba o que é torque e como ele ajuda na segurança do veículo

Novas tecnologias permitem usar a força do motor para auxiliar a estabilidade

O torque é a força do motor que aparece com mais intensidade em uma determinada faixa de giros.

Quanto mais força o motor apresenta em baixas rotações, mais torque ele tem e fica mais gostoso de dirigir, pois o motorista não precisa pisar muito no acelerador e nem trocar muitas marchas para que o carro ande.

O torque é o responsável pela capacidade do motor produzir força motriz, ou seja, o movimento giratório. É essa força que faz o veículo sair da inércia, arrancar e vencer ladeiras íngremes sem que você precise efetuar muitas trocas de marchas. Cada veículo tem uma faixa ideal de rotação do motor onde o torque surge com maior intensidade. Veículos mais pesados, como ônibus e caminhões, precisam de muito torque para sair do lugar. Um carro de Fórmula 1, por sua vez, precisa mais de po-

tência do que de torque, porque é mais leve e precisa desenvolver mais velocidade.

Vetorização

Com o avanço da tecnologia, algumas montadoras já implantaram em seus modelos top de linha um sistema que usa o torque para auxiliar o condutor a manter a estabilidade nas curvas. O sistema de frenagem conhecido por “vetorização de torque” é capaz de evitar perda de controle sem que o condutor perceba. O dispositivo aplica freio na roda do lado de dentro da curva se o sistema detectar risco de derrapagem: Para isso, ele compara alguns parâmetros, como velocidade e ângulo de esterçamento da direção.

Carros da Audi e outras marcas de luxo já usam esse sistema. Como exemplo, imagine que o carro esteja a 100 km/h e o motorista vire o volante em 25 graus. Nessa condição, provavelmente o freio vai dar uma ‘beliscada’ na roda do lado de dentro da curva. Segundo especialistas, essa “beliscada” é o suficiente para manter o veículo sob controle. A frenagem por vetorização de torque é uma função adicional do sistema de freio ABS.

Este sistema é considerado menos intrusivo do que o controle de estabilidade e tração, que cortava o torque do motor em situações de risco. Ao contrário disso, a vetorização de torque apenas “devolve” o carro à trajetória, e atua de forma quase imperceptível. A tecnologia não é tão nova em modelos de marcas mais sofisticadas, como Audi e Porsche. Aos poucos, no entanto, ela vai chegando a automóveis mais acessíveis, caso do Honda Civic.



Auto Posto Elisa

BR

Produtos de qualidade do programa de olho no combustível da BR distribuidora

Há mais de 40 anos, oferecendo qualidade e bom atendimento.

Serviços de lubrificação

Lubrax Center (autos) | Lubrax Motos | Lubrax Truck (caminhões)

- Óleos lubrificantes de alta tecnologia;
- Especificações técnicas e viscosidade de acordo com o fabricante;
- Sistema informatizado das trocas;
- Técnicos de lubrificação especializados;
- Assistência e garantia dos serviços e produtos;
- Responsabilidade ambiental (descarte de óleo e contaminantes);
- Sala de espera com TV e Wi-Fi.



Av. Oswaldo Vieira de Camargo, 411 . Centro . Cesário Lange/SP (15) 3246-1208

Brasil: ame-o ou deixe-o. Este jargão dos tempos do regime militar já serviu de chacota para muitos humoristas. Afinal, em um país onde a ditadura mandava e desmandava, dizer para as pessoas amá-lo ou deixá-lo é quase um convite para que todo mundo, ou boa parte da população, saia.

Mas sou brasileiro e não desisto nunca (outro lema da moda, e bem ufanista também) e por isto insisto em amar este país de contrastes, que parece não ter conserto.

É bom ser brasileiro! Também esta frase é muito ouvida, principalmente em épocas como a Copa do Mundo. O Brasil é um país acolhedor, sem preconceito! Bem, parece que este Brasil do bem mostra outra cara nas redes sociais, onde a liberdade de expressão é confundida com liberdade de esculhambação, com ofensas e raiva gratuitas contra tudo e todos, principalmente quem não se enquadra em padrões tidos como aceitáveis.

Realmente, é difícil amar um país no qual todo dia surge um novo escândalo, envolvendo, principalmente, aqueles que deveriam ser exemplo. Não sei se o Guinness Book (o livro dos recordes) tem algum capítulo para corrupção, mas se tiver, é quase certo que estejamos entre os primeiros colocados. Ainda não fiz as contas, mas se de fato surge uma nova denúncia de corrupção a cada dia, somente neste ano teremos a impressionante marca de 365 novos casos. Deve ser mesmo um recorde!

Mas por que amamos este país? Deve ser pela excelência na Educação e na Saúde Pública, referências para o mundo todo! Talvez seja pelo bom uso do dinheiro público, em obras e infraestrutura que proporcionam qualidade de vida à população, com rodovias de excelente qualidade, ferrovias modernas (longe de serem sucateadas) e um transporte público de primeiro mundo, onde ninguém viaja em pé nos ônibus.

Não...não é só por isso que amamos o Brasil. Amamos este país pelo respeito que nossas lideranças políticas têm pela sociedade e por isso sempre votam e elaboram projetos pensando no povo e nunca no interesse de partidos ou grupos. Trocar votos por cargos na administração federal? Jamais! Também amamos este país por seu respeito ao Meio Ambiente, aos povos indígenas e outras minorias. Permitir exploração comercial em área de preservação? Nunca.

Quer mais exemplos de motivos para amar o Brasil? Nossas leis modernas e integradas aos dias e a realidade de hoje, aliadas a uma

Pátria amada, Brasil?

justiça célere. Nada de leis do século passado ou com brechas que podem ser usadas por advogados caros para manter os tubarões fora da grades.

Também podemos amar o Brasil pelo carinho e respeito que o país demonstra com suas crianças, jovens e idosos. Um país que cuida do seu futuro e respeita o passado.

Mas a verdade é que amamos de fato este grande país; grande em extensão, riquezas e grande pela imensa maioria do seu povo, gente que só quer ser feliz, trabalhar e ter uma vida digna. O Brasil peca pelas suas lideranças, mas, se amamos de fato este país, devemos descruzar os braços e começar as mudanças por nós mesmos. Na nossa casa, no trabalho, no bairro, na cidade e por aí vai. Vamos demonstrar o amor por esse país buscando melhorá-lo a cada dia.

*Difícil amar um país
onde tudo parece correr
à margem da lei*



Parque e hotel canino

Paraíso dos Cães

Enquanto os donos viajam, os cães podem desfrutar de um hotel aconchegante, que conta com a melhor infraestrutura da região.



Em Tatuí, em uma grande área, fica o Paraíso dos Cães, um espaço destinado ao melhor amigo do homem, que oferece serviços com a melhor infraestrutura da Região, equipe qualificada, boxes individuais e qualidade, carinho e muito amor, visando ao bem-estar e à saúde deles.

Hoje em dia, todas as pessoas que possuem um cãozinho em sua casa sofrem com as rotinas pesadas no trabalho e atividades da família, e acaba sobrando pouco tempo para os pets, causando assim alguns problemas comportamentais em seu animalzinho. “É fácil percebermos em nosso bairro ou parentes se queixando de problemas, tais como: latidos demasiados, cães destruidores, cães ansiosos ou nervosos, tristes ou estressados”, afirma Fábio Bueno, especialista em comportamento canino, adestrador com mais de 20 anos de experiência e diretor de Adestramento da APRO (Associação Paulista do Rottweiler).

Foi pensando no bem-estar dos bichos (e também dos donos) que Fábio e Orlando José Oliveira dos Santos, supervisor com mais de duas décadas de experiência na área administrativa, tiveram a ideia do Paraíso dos Cães.

Problemas

Os problemas mencionados podem estar relacionados diretamente a falta de rotina que estes cães sofrem. Falta de exercícios e passeios são os mais básicos. Outra coisa muito frequente é quando os tutores passam muito tempo longe deles devido ao trabalho, isso pode ser muito desgastante para o animal e gera estresse, tristeza e até falta de apetite.

Sabemos que vivemos em uma época difícil de gerenciar nosso tempo e recursos, porém,

temos algumas alternativas para que possamos amenizar esses contratempos.

Aquí vão algumas dicas:

Procure passar mais tempo com seu cão durante o dia, acorde um pouco mais cedo e faça um passeio no bairro com ele antes de você ir ao trabalho. Ao chegar em casa, não o ignore, brinque com ele, faça festa ao chegar, jogue uma bolinha etc.

Aos finais de semana e dias mais tranquilos, dedique mais tempo a ele, com um passeio mais extenso (lembrando que sempre devemos atentar ao clima, se estiver muito quente evite sair ao asfalto, procure por lugares com muita sombra).

Tenha em casa brinquedos interativos (encontram-se no comércio alguns brinquedos onde você coloca ração dentro, e ele precisa se esforçar e brincar para que o grão da ração caia pelo orifício do brinquedo), fazendo assim com que este cão tenha uma atividade física e mental, diminuindo a ansiedade e a solidão durante o dia.

Procure uma creche canina onde ele poderá passar o dia em atividades, brincadeiras, socialização e gastando muita energia, deste modo, ao voltar para casa, estará satisfeito. Importante procurar profissionais éticos no cuidado com seu cãozinho (procure referências desse profissional, e resultados técnicos). Hoje, com a internet, está mais fácil.

Outra dica legal seria arranjar um amiguinho peludo para ele. Geralmente, dois cães brincam muito durante o dia.

E lembrando sempre que o adestramento é uma atividade física e mental que ajuda os cães a terem uma boa disciplina, controle em

diversas situações, podendo assim melhorar o convívio deles na casa, em locais públicos, na visita ao veterinário, na higiene do banho ou de limpeza de ouvidos.

Inauguração do Hotel

No dia 24 de setembro, foi realizado um coquetel de inauguração em que foi feita uma apresentação com os cães, além de apresentar o espaço onde você pode deixá-lo quando estiver viajando.

Agradecemos a guarda municipal e militar, as autoridades, imprensa e todos que estiveram presentes na nossa inauguração. Muito obrigado!







01 - Antônio, Sílvia, Aiana Aiê e Cris, Aiana Aiê, ganhadora do Tanquinho do sorteio do Dia do Crochê, Bley's Ateliê, Tatuí; 02 - Rizek e Mário, A Fábrica Pub, Tatuí; 03 - Rodolfo, Francisco de Assis, Regina e Claudio, coquetel de inauguração do MC Donald's, Tatuí; 04 - Raul e Gabriela, inauguração do restaurante Hiroba Sushi, Tatuí; 05 - Dulce Helena e Fábio, Casa do Polengue, Clube 11 de Agosto, Tatuí



DESCONTOS DE ATÉ **50%** NOVA coleção

Relaxe. Confie. Aproveite.

Inducol

para **150 KG** por pessoa

Conjunto Box Maranello

- Molas SuperLastic
- Hard Frame
- Tecido Bambu
- Nível do conforto: Firme

Casal 1,38m
12x S/ juros

99,90
à vista 1199,80

Lançamento

Conjunto Box Crawford

- Molas Pocket
- Euro Pillow
- Nível de conforto: Firme

APOLO PUMA

para **150 KG** por pessoa

36cm Alt.





06 - Renato e Lucas, flash ao vivo com a Rádio Vale Verde no Auto Posto Comendador - Marapé, Tatuí; 07 - Sérgio, Patrícia, Tambelli, Délia, João Mário e Elisa, Aperitivo Dançante, Clube 11 de Agosto, Tatuí; 08 - Joselma, Bernadete e Claudio, 149 Snooker Bar; 09 - Viniçius e Juliana, inauguração da loja Ponto Churras, Tatuí

oBoticário

Elmec

Dia das Crianças com oBoticário

* Marcas Spulokis, Petit Sophie, Boti Baby, Boti Manny e Petit Sophie. Bolsa com até 30% de desconto. Exceto Kits e acessórios.

Tatuí - Centro (15) 3205-2311 | Praça da Matriz (15) 3259-7302 | Quiosque Coop (15) 3305-4590 | Cesário Lange (15) 3246-3292 | Iperó (15) 3266-3627



10 - Alexandre, Claudio e Voss, coquetel de inauguração do MC Donald's, Tatuí; 11 - Arlete, José Roque e Caroline, inauguração da loja Ponto Churras, Tatuí; 12 - Inauguração da nova sede do Conselho Tutelar, Cerquilha; 13 - Paulo, Godoy, Fóster e Ivan, recolocação da foto do ex-presidente Antônio de Godoy Moreira na galeria dos presidentes do Lar São Vicente de Paulo, Tatuí; 14 - Marisa e Marco Antônio, Aperitivo Dançante, Clube 11 de Agosto, Tatuí

Feliz Dia das Crianças



Rua 7 de Maio, 150 | Centro | Tatuí/SP
www.elmeccomunicacoes.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br
f/camargoelmecc
☎ (15) 99789-5267/3259-7014/32594543



15 - Grazzia e Camila, A Fábrica Pub, Tatuí; 16 - Gonzaga, Maria José, Pedro Augusto, Alessandra, Alexandre e Juliana, coquetel de inauguração do MC Donald's, Tatuí; 17 - Vanessa, Adiseldo e Andreia, inauguração do restaurante Hiroba Sushi, Tatuí; 18 - Virgínia e Mano, Casa do Polengue, Clube 11 de Agosto, Tatuí; 19 - Marcio e Vitória, 149 Snooker Bar, Tatuí; 20 - Hélio e Alzira, Jantar Árabe, Associação Renascer Tatuense, Tatuí

Pele de Vidro
 Espelhos
 Box de Acrílico
 Bisotê
 Fachada
 Molduras
 Corrimão
 Tela Mosquiteira
 Coberturas

PARAÍSO
VIDRAÇARIA

Vidros temperados nas cores
Fumê
Verde
Bronze
Incolor

Rua Maneco Pereira, 503 | Tatuí/SP
 (15) 3251-7764 / 99728-8388
 contato@vidracariaparaíso.com.br

Ápice
Trajes e acessórios

DZ ARM. Y. EXX SOMMER
 LAOD AVEZZO F FORUM KACOLAKO

Rua 15 de Novembro, 404 | Centro | Tatuí/SP | (15) 3305-2754
 Rua Santo Antônio, 244 | Centro | Iperó/SP | (15) 3266-3109
 /Ápice Trajes e Acessórios



21



22



23



24

21 - Ivanete e André, flash ao vivo com a Rádio Ternura FM, Auto Posto Comendador - Marapé, Tatuí; 22 - Luiz Paulo, Claudio, Maria José e Yustrich, coquetel de inauguração do MC Donald's, Tatuí; 23 - Reginalva, Junior, Alice e Kauam, inauguração do restaurante Hiroba Sushi, Tatuí; 24 - Carolina e Kico, Aperitivo Dançante, Clube 11 de Agosto, Tatuí



ALMOÇO
Por kilo
À la carte



JANTAR
Rodízio
À la carte



Venha
Conferir!

Horário de Funcionamento

Terça a Domingo das 11h30 às 15h
Terça a Domingo das 19h às 23h

**Estacionamento
ao lado**

Delivery

(15) 3251-6902

Praça Martinho Guedes, 60 | Centro | Tatuí/SP | /Hiroba Sushi

Pudim gelado

O Apetite deste mês está de “trincar!” Isso mesmo, com esse calor, só tomando ou comendo algo “trincando” de gelado para aliviar. E esta receita é geladíssima... Foi enviada pela nossa leitora e amiga Fátima Aparecida Camargo Sartorelli, de Boituva. O diferencial é que este pudim não vai ao fogo, mas, sim, ao freezer ou geladeira. Ele é fácil de fazer, delicioso para comer e surpreendente, uma excelente opção para esta estação. Anote aí, caro leitor, nós, da Revista Hadar, provamos e aprovamos!

Ingredientes:

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite
- 1 caixinha de maria mole
- 1 lata de leite de vaca quente

Modo de fazer:

Dissolva a maria mole no leite quente, junte os demais ingredientes, bata tudo no liquidificador e coloque para gelar por volta de 6 horas (geladeira) ou 2 horas (freezer).

Opção: se quiser, poderá fazer uma calda de ameixa ou caramelizada antes de colocar para gelar.

Calda de ameixa:

Aproximadamente 5 ameixas pretas

1 ½ de água

Duas colheres de sopa de açúcar

Misture tudo numa panela e coloque para ferver até ficar uma calda homogênea, despeje na forma antes de colocar o pudim para gelar.

Calda caramelizada

4 colheres de açúcar, leve ao fogo até derreter (cuidado para não ficar muito escuro e queimar). Após derreter, coloque uma xícara de água até formar uma calda homogênea, despeje na forma antes de colocar o pudim para gelar.

Em seguida, desenforme e sirva.

Bom apetite!



Quer ver sua receita aqui nas páginas da Hadar? Então, mande um e-mail para jornalismo@revistahadar.com.br e seja a próxima a brilhar com a gente!

Elme

CHURRASCARIA
O COSTELÃO

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

Foto: Davi Gangi

TAMBELLI
LANCHONETE E PASTELARIA
DESDE 1948

Tradição, qualidade, bom atendimento e muitos sabores

R. Maneco Pereira, 166 | B. 400 | Tatuí/SP | (15) 3251-2210
Mercado Municipal | Box 16 | Tatuí/SP | (15) 3251-4016



TAPEMAG[®]
Uma loja completa de soluções

www.tapemag.com.br

**SEGURANÇA
PARA SUA OBRA.
VOCÊ ENCONTRA
NA TAPEMAG!**

EPI

CONEXÕES

MANGUEIRAS

PEÇAS AGRICOLAS

BOTINAS

MRO

SINALIZAÇÕES

SERVIÇOS

JARDINAGEM

FERRAMENTAS

ENDEREÇO: RUA ONZE DE AGOSTO, 1041 - TATUÍ /SP E-MAIL: ATENDIMENTO@TAPEMAG.COM.BR

ESTACIONAMENTO COM ACESSO A LOJA: RUA PRUDENTE DE MORAIS, 1038