



Muito obrigado, Tatuí!

APÓS 9 MESES INAUGURADO, THIAGO MARTINS SALÃO CASA SE TORNA REFERÊNCIA EM BELEZA...





Thiago Martins

SALÃO CASA

Finalista do *reality* Guerra das Tesouras no SBT
Participações em quadro de Beleza na TV Aparecida
Dicas de Beleza no Record News
Cursos e *workshop* na área da beleza



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

📷 @ThiagoMartinsHair | 📺 Thiago Martins Hair



Revista
hadar
www.revistahadar.com.br

Desde
2007

DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$9,90

ANO 12 • EDIÇÃO 133 • DEZEMBRO DE 2018

*Natal:
qual o seu desejo?*

editora
ed
camargo



Simpatias:

Dicas para começar 2019
com muito sucesso

Revista Hadar:

Há 11 anos, brilhando
com você

Política:

O início de um novo ciclo
em nosso País

A edição está linda! Amei todas as matérias. Sucesso total! Parabéns a você e a sua equipe, Bernadete Elmec.

Marlene Milagro
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Lindíssima! Você merece isso e muito mais, Dolores Santos.

Aparecida Grizotte de Souza
(Fazendo alusão ao projeto Realize-se, edição de novembro)

Quero agradecer a Deus em primeiro lugar por todas as lutas na minha vida, tive alegria e tristeza, mas estou batalhando.

Até chorei por ser sorteada, quero agradecer Alina Araujo Gasparini por ter mandado a carta, por ser essa pessoa maravilhosa que é minha patroa, amiga e conselheira. Bernadete Camargo Elmec, adorei conhecer você, a primeira vez que conversei com você, já foi maravilhosa, um amor de pessoa que faz muitas pessoas felizes. Quero agradecer todas as pessoas que colaboraram para esse dia ser inesquecível. Fui bem atendida com carinho por todos. Deus abençoe todos!

Dolores Santos
(Sorteada do projeto Realize-se do mês de novembro)

Parabéns, ficou muito gata, você merece! Que Deus te abençoe muito, Dolores.

Adenice Valadares
(Fazendo alusão ao projeto Realize-se, edição de novembro)

Parabéns a Dolores Santos. Ela merece! Eu a conheço, é uma pessoa muito honesta, batalhadora mesmo! Uma pessoa merecedora do sorteio. Parabéns à equipe que ajudou a realizar esse sonho.

Tatiane Hoffmann Zieberg
(Fazendo alusão ao projeto Realize-se do mês de novembro)

Oi, Maria Eliza. Li a matéria sobre a luta contra o câncer. Agradeço a oportunidade Deus abençoe!

Andreia Aparecida Camargo de Gois
(Fazendo alusão à matéria sobre o câncer, na seção Saúde, edição de novembro)

Ficou bem legal a matéria. Gostei muito!

Pedro Carlos de Oliveira
(Fazendo alusão à matéria sobre a Banda The Doctors, publicada na edição de novembro)

Parabéns a você, Bernadete, e a toda a sua equipe!!! A Hadar está cada dia mais linda. As matérias são ótimas. O conteúdo é ótimo. Isso é reflexo de uma pessoa profissional, guerreira, merecedora de todo o sucesso. Você e sua equipe são sensacionais!!! Todo sucesso do mundo! Beijos do coração.

Júlio Carrascoza

Bela profissão. Música faz bem para a alma.

Elizabeth Amadei
(Fazendo alusão à matéria em homenagem ao Dia da Música, publicada na edição de novembro)

Solidariedade, respeito e liberdade de expressão, respeitando onde começa a do outro. Amor ao próximo.

Madalena R Gallego
(Fazendo alusão à publicação da matéria de capa da edição de novembro)

Parabéns, equipe Hadar! Sempre nos proporcionando o que há de melhor na leitura. Ao mestre com todo carinho!

Ana Bergamini
(Fazendo alusão à publicação do Dia dos Professores)

DIAS COMEMORATIVOS

2018

Dezembro

01 - Dia Internacional da Luta contra a AIDS/
Dia do Numismata

02 - Dia Nacional das Relações Públicas/
Dia Nacional do Samba/ Dia da Astronomia/
Dia Panamericano da Saúde

03 - Dia Internacional da Pessoa com Deficiência/
Dia Internacional do Deficiente Físico/
Dia de São Francisco Xavier

04 - Dia Mundial da Propaganda/ Dia do Pedicuro/
Dia do Orientador Profissional/ Dia do Perito
Criminal Oficial

05 - Dia Mundial do Solo/ Dia Internacional do Voluntário

06 - Dia Nacional de Mobilização dos Homens pelo
Fim da Violência contra as Mulheres

08 - Dia da Família/ Dia da Justiça/
Dia da Imaculada Conceição

09 - Dia do Fonoaudiólogo/ Dia do Alcoólico Recuperado

10 - Dia da Declaração Universal dos Direitos Humanos/
Dia Universal do Palhaço

11 - Dia do Engenheiro

13 - Dia de Santa Luzia/ Dia Nacional do Cego/
Dia do Marinheiro/ Dia do Ótico/ Dia do Engenheiro
Avaliador e Perito de Engenharia/ Dia do Pedreiro

14 - Dia Nacional do Ministério Público

15 - Dia do Arquiteto/ Dia Nacional da Economia Solidária

16 - Dia do Reservista

17 - Dia de São Lázaro

18 - Dia do Museólogo/ Dia de São Zózimo

20 - Dia do Mecânico

21 - Dia do Atleta

23 - Dia do Vizinho

24 - Dia do Órfão

25 - Natal

26 - Dia de São Estevão

28 - Dia do Salva-vidas

31 - Dia de São Silvestre

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

Carta ao leitor

“Adeus, Ano Velho! Feliz Ano-Novo! Que tudo se realize no ano que vai nascer. Muito dinheiro no bolso. Saúde pra dar e vender...”

Prezado leitor! Mais um ano que vai, mais um ano que vem... E a nossa Revista Hadar continua firme e traz uma edição especial, preparada, como sempre, com muito carinho, amor e dedicação, pois o nosso foco é você.

Estamos encerrando este ano com uma edição mais especial ainda, neste mês, comemoramos 11 anos de existência, estamos entrando em nosso décimo segundo ano. Um sonho que se torna realidade a cada dia, graças aos esforços de toda uma equipe.

Falando em sonho, o “Natal dos Sonhos” é o foco da reportagem de capa, que traz o depoimento de várias pessoas sobre o tema. Diz um ditado que quando o homem sonha sozinho, o que ele imagina não passa de sonho mesmo, mas quando sonha junto com outras pessoas, isto se torna real. Então, se o seu desejo é um mundo com mais amor, justiça, fraternidade, igualdade, basta começar a praticar tudo isso para o sonho se tornar realidade. E tudo começa quando nos juntamos a outras pessoas e os sonhos se tornam coletivo.

Mas nem só de sonho é feita a nossa revista. Nesta edição, você vai saber que é possível tornar um sonho em realidade quando se tem vontade de fazer acontecer, leia a seção Realize-se e conheça a história de uma família que tem vários sonhos, parte deles, a Revista Hadar e nossos amigos, colaboradores e parceiros que nos acompanham há muito tempo e que confiam em nosso trabalho ajudaram a realizar. Está emocionante, não deixe de ler!

E não para por aí, a revista oferece muito mais, aqui, nas páginas da Hadar, você vai encontrar moda, alegria, qualidade de vida, cultura, solidariedade, entretenimento, celebração... Essa é a nossa Hadar, muito além de uma revista, uma família onde a felicidade mora na satisfação de nossos leitores, clientes e colaboradores. Nosso muito obrigado por estarem conosco em cada linha, imagem, informação e vitória!

E que venha 2019, com muita coisa boa e nova. Boas Festas e um ótimo Ano-Novo a todos.

Ótima leitura e até a próxima!

	MODA	
	Shorts jeans: Uma peça democrática e fácil de combinar	
QUALIDADE DE VIDA		14
Neuroma de Morton: Conheça os sintomas dessa doença		
32	CULTURA	
	Léo e Júlio: A dupla que é um sucesso em nossa região	
AUTOS & CIA		40
Revisão nos veículos: Viaje com segurança, fique atento às dicas		
56	UNIVERSO TEEN	
	Millennials: A geração que já nasceu conectada	
		50

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

Atendimento
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Marry Calvino

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

Site
Danilo Casemiro 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

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

Agradecimentos
Joakson Rodrigues dos Santos, Leo e Júlio, Paola Campos, Marusca Neves Passini, Gustavo Borges, Celso Koyama, Juraci de Sousa, Hilda Maria Ribeiro, Maria Creusa de Paula Ayabe, Veridiana Pettinelli, Guilherme Camargo Elmec, Ingrid Bottini, José Francisco de Souza, Mirella Arena, Anderson Tiago Consorti, João Fernando Monteiro Ferreira, Claudia Rauscher, Claudio Elmec, Marry Calvino, Angélica Falchi, Carla Francine Bertanha, Nilson Alexandre Bordinhon, Juliana Moreno, Luiz Henrique Crescêncio, Dr. Luis Miguel Chiriboga, Dr. Marcelo Steiner, Assessoria de Imprensa do Conservatório de Tatuí, site: www.x-pres.com.br, Assessoria de Imprensa de Cerquillo, Assessoria de Imprensa de Tietê e Departamento de Cultura de Tatuí.

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

Tiragem
8.000 exemplares

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

O GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí) entrará em recesso a partir de dezembro/2018 e retornará as suas atividades em 19 de fevereiro/2019. Partindo desta data, toda penúltima terça-feira do mês, no Claudia Rauscher Buffet e Gastronomia, em Tatuí, acontece a reunião do GAATA, às 19h. Endereço: Avenida Coronel Firmo Vieira de Camargo, 171, Centro, Tatuí. Informações: (15) 3251-8520 ou [f @GaataDeTatuí](#).

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.

A Associação de Surdos de Tatuí informa que, até o dia 13 de dezembro, acontece a segunda turma deste ano (que é a última) do curso de LIBRAS - Língua Brasileira de Sinais. As aulas são ministradas na EMEF - José Tomas Borges, todas as quartas-feiras, das 19h às 21h. A escola fica na Rua Cel. Guilherme, 210, Centro, Tatuí. Informações: (15) 99850-5050.

No mês de dezembro, no Conservatório de Tatuí, acontece: dia 10, às 20h, Grupo de Música Raiz do Conservatório de Tatuí, sob coordenação de Zeca Collares; dia 12, às 20h, Concerto: "Izaías e seus Chorões – Homenagem a Jacob do Bandolim"; dia 13, às 18h, 4ª Mostra de Prática de Conjunto 2018 - Cameratas Juvenis e Jovem de Violões do Conservatório de Tatuí, sob responsabilidade da professora Márcia Braga; dia 13, às 20h, 4ª Mostra de Prática de Conjunto 2018 - Grupo de Saxofones do Conservatório de Tatuí, sob responsabilidade do professor Marcos Pedroso; dia 15, às 11h, 4ª Mostra de Prática de Conjunto 2018 - Bandas Sinfônicas Infantojuvenil e Jovem do Conservatório de Tatuí, sob responsabilidade do professor Marco Almeida e José Antônio Pereira; dia 15, às 18h, 4ª Mostra de Prática de Conjunto 2018 - Coro Infantil e Orquestra Sinfônica Jovem do Conservatório de Tatuí, sob responsabilidade da professora Miriam Cândido e Gustavo Assumpção; dia 16, às 11h, 4ª Mostra de Prática de Conjunto 2018, Grupo de Percussão Jovem do Conservatório de Tatuí, sob responsabilidade do professor Agnaldo Silva; dia 23, às 11h, Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí. Os eventos serão realizados no Teatro Procópio Ferreira, com entrada gratuita, localizado à Rua São Bento, 415. Informações: (15) 3205-8464.

Ainda no Conservatório, acontece: no período de 10 a 14, a partir das 9h, 4ª Semana de Música de Câmara 2018, sob coordenação de Luciano Pereira; dia 11, às 19h, 4ª Mostra de Prática de Conjunto 2018 - Big Band Jovem e Jazz Combo Jovem do Conservatório de Tatuí, sob responsabilidade dos professores Joseval Paes e Diego Garbin; dia 20, às 19h, Recital de Formatura: Canto Lírico Aperfeiçoamento "Mélodie et Ópera - Uma seleção do repertório vocal francês dos séculos XIX e XX", com o formando Josué de Freitas Costa, sob responsabilidade da professora Marilane Bousquet, coordenação de Cristine Bello Guse; dia 22, às 19h, Recital de Formatura: Cordas Dedilhadas com a formanda Ananda Roda Miranda, sob responsabilidade da professora Dagma Eid, coordenação de Débora Ribeiro. Os eventos serão realizados no Salão Villa-Lobos, com entrada gratuita, localizado à Rua São Bento, 415. Informações: (15) 3205-8464.

Em Tatuí, o Coral da Cidade "Professor José dos Santos", que foi reativado setembro deste ano, realizará apresentações públicas

durante este mês, em uma ação colaborativa de fomento ao Canto Coral, entre a Prefeitura de Tatuí, por meio da Secretaria de Esporte, Cultura, Turismo, Lazer e Juventude, e o Conservatório de Tatuí, gerido pela Abaçai Cultura e Arte. A primeira apresentação aconteceu no dia 04, às 20h, no Museu Histórico "Paulo Setúbal", as demais serão no dia 12, às 19h, no Bazar de Natal do Fundo Social de Solidariedade de Tatuí (FUSSTAT). E, para encerrar o ano de 2018, fazendo parte da programação do Natal Musical, a última apresentação do Coral será no dia 18, às 20h, na Praça da Matriz. Informações: (15) 3251-6586/3259-2127 /3259-4135.

Neste ano, o "Natal Encantado", realizado pela Secretaria de Esporte, Cultura, Turismo, Lazer e Juventude da Prefeitura de Tatuí, receberá dois grandes desfiles natalinos pelas ruas da cidade: a Caravana da Coca Cola e a Carreata Natalina do Grupo São Roque de Supermercados. No dia 07, será a tradicional Caravana da Coca Cola, saindo da Coop da Rua XI de Agosto, nº 3045, às 19h, e chegando à Praça Martinho Guedes, conhecida como a Praça da Santa, onde acontecerá a Parada de Natal em frente ao tradicional Pinheiro. No dia 14, às 20h, será a vez da Carreata Natalina do Grupo São Roque de Supermercados. Pela primeira vez na Capital da Música, o desfile será composto

por 40 artistas, ônibus, dois caminhões, jipe e trio elétrico tematizados com luzes, som, decoração e personagens natalinos. Ela sairá do Pátio Vivaz, situado na Avenida Teófilo Andrade Gama, com direção ao Supermercado São Roque da Avenida Cel. Firmo Vieira de Camargo, desfilando pelas ruas e finalizando o desfile em frente ao Supermercado. O "Natal Encantado" tem o apoio cultural da Padaria Onze, do Conservatório de Tatuí e da Abaçai Cultura e Arte e conta com o patrocínio da Unimed Tatuí, McDonald's, Piso Stru-faldi, Sítio Carroção, FAESB (Faculdade de Ensino Superior Santa Bárbara), Rede Caetano, Grupo Aplauso Nissan, Indústria e Comércio de Bebidas Vieira Rossi, Grupo BT, ACE (Associação Comercial e Empresarial de Tatuí) e COOP - Cooperativa de Consumo.

Em Tatuí, dando continuidade ao "Natal Encantado", até o dia 23 de dezembro, no período das 19h às 22h, na Praça Martinho Guedes, mais conhecida como

Praça da Santa, estará a "Casa do Papai Noel", com um ambiente totalmente coberto e com uma decoração natalina mágica. O público poderá registrar seu momento com o Papai Noel e fotografar o Pinheiro de Natal do alto do Prédio, que já foi sede do Alvorada Clube, que ilumina as festividades desde 1956 e é o maior cartão postal deste período. Neste ano, o Pinheiro completa 62 anos.

O Museu Histórico "Paulo Setúbal" em Tatuí apresentará, até o dia 20 de janeiro de 2019, das 9h às 17h, em sua Sala de Exposição Temporária, a exposição fotográfica "Karibu", de Pedro Saliba e Borges. A exposição está integrada na gama de atividades do Projeto "Tatuí Consciente", desenvolvido pelo Museu, com o objetivo de provocar a reflexão e novos olhares sobre a diversidade cultural, com atividades culturais em prol a coletividade, em combate ao preconceito e à discriminação. Trazendo um novo olhar sobre o Quênia e sintetizando uma África pouco conhecida, o nome "karibu" quer dizer "bem-vindo". A exposição, já exposta no Centro Cultural de Tatuí em 2010, volta a ser apresentada, agora no Museu Histórico "Paulo Setúbal". O Museu Paulo Setúbal está situado na Praça Manoel Guedes, nº 98, Centro. Mais informações: (15) 3251-4969.

Em São Paulo, no dia 11 de dezembro, acontece o 19º Prêmio Caio – 2018, no Expo Center Norte. O "Oscar dos Eventos" foi criado em 1999, com o objetivo de incentivar, reconhecer e valorizar o trabalho de empresas e profissionais da Indústria Brasileira de Eventos e Turismo, proporcionando reconhecimento em seu segmento e na mídia. Informações: www.premiocaio.com.br

(15) 99793-1109

Feliz Natal e um próspero Ano-Novo

ORIENTAL FOODS & DELIVERY

E muito mais...

Yakisoba

Praça de Alimentação | Centro | Tatuí | Box 3

Simpatias para o novo ano

Separamos algumas práticas para começar 2019 com o pé direito

A virada de um ano para outro já é por si só um acontecimento mágico. Em uma fração de segundos, saímos de um ano e entramos em outro. Acrescentar a esse momento algumas “poções de encantamento” pode trazer mais energia positiva e, quem sabe, até ajudar a realizar alguns sonhos.

Antes de tudo, é necessário refletir sobre o ano que está acabando, principalmente sobre o que aconteceu, e tirar o resultado das experiências, sejam elas positivas ou não. Em seguida, devemos pensar no que queremos para o próximo ano, tanto para nós quanto para o planeta como um todo. Depois de serem feitas todas essas reflexões, vamos ver algumas simpatias e superstições populares para atrair bons fluidos para começar o ano com o pé direito.



Comidas

Lentilhas: Para um ano inteiro de fartura à mesa, lembre-se de comer uma colher de sopa de lentilha, uma superstição italiana, trazida para o Brasil pelos imigrantes.

Romãs: Muito conhecida para atrair dinheiro. Coma sete “gomos”, guardando as sementes na carteira durante o ano todo.

Uva: Essa simpatia veio diretamente de Portugal, com nossos ancestrais. Para se ter prosperidade e fartura de alimentos, coma 3, 7 ou a quantidade correspondente ao seu número de sorte. Para garantir também dinheiro, guarde as sementes na carteira ou na bolsa, até a troca do próximo ano-novo.

Carne de porco: Como o porco fuça para frente, garanta armários cheios o ano todo. Evite o peru e animais que cisam para trás.

Nozes, avelãs, castanhas e tâmaras: Trazidas pelos imigrantes de origem árabe, são recomendadas para garantir fartura.

Moda

Roupas íntimas: Dão sorte no amor, porque deixam os mal-entendidos para trás.

Roupa branca: Trazido para o Brasil pelas religiões africanas, o branco representa luz, pureza, bondade.

Amarelo: Pode ser uma peça íntima, um lenço, uma faixa ou um pequeno lacinho amarelo. O amarelo representa o poder do ouro e, dizem, atrai dinheiro.

Dinheiro no sapato: Os orientais dizem que a energia entra no nosso corpo pelos pés. Então, coloque uma nota de dinheiro no sapato na virada do ano para atrair mais e mais riquezas.



Bebidas Nacionais
e Importadas

A Família Adega Pires
agradece a todos os clientes e
amigos pela preferência neste
ano... Desejamos a todos um
Feliz Natal e um Próspero
Ano-Novo... Que 2019 seja
um ano repleto de realizações!
Esperamos por você!

2ª a 5ª das 9h às 22h

6ª a sábado das 9h às 2h da manhã

Domingo das 9h às 13h, Inclusive nos feriados

Rua 11 de Agosto, 1119/1129 | Centro | Tatuí/SP
(15) 3251-5867/ 99705-7933 | Adega Pires

Adega Pires



Peixaria Fogaça

Peixes Frescos e Congelados
Atacado e Varejo



Seg. a Sáb. das 8h às 19h
Dom. das 8h às 13h

Rua Alberto Seabra, 4A - Tatuí/SP
(15) 3251-2673 | Peixaria Fogaça



ibis

HOTEL

*Desejamos a todos
um Natal repleto de
luz e um próspero
Ano-Novo!*

ibis
HOTELS

ibis
HOTELS

ibis
HOTELS

ibis
HOTELS

ibis

Sua festa de final de ano pode ficar ainda melhor no Hotel Ibis Tatuí



APROVEITE PARA COMER ALGO COMO E QUANDO VOCÊ DESEJAR

O Ibis Kitchen oferece diversas opções de pratos. O bar fica aberto dia e noite, oferecendo bebidas variadas e pratos rápidos 24 horas.



FAÇA O SEU HAPPY HOUR, CONFRATERNIZAÇÃO...

Seja em férias com a família, festas de Fim de Ano, negócios, etc. Você é sempre bem-vindo no hotel Ibis.



SEU HOTEL ESTÁ EM UMA EXCELENTE LOCALIZAÇÃO

Nossa equipe está à sua inteira disposição dia e noite, prontos para lhe atender.

- Recepção e bar 24 horas
- Estacionamento gratuito
- Restaurante com serviços de café da manhã e jantar
- Aberto para hóspedes e público em geral

IBIS HOTEL TATUÍ

Av. Jaqueline Poles, 215 | Jd. Wanderley | Tatuí/SP
CEP: 18277-018 | (15) 3042-0701

Central de reservas:
0800 703 7000 (Ligação gratuita - Fora de São Paulo)

MELHORES PREÇOS EM [IBIS.COM](https://www.ibis.com)

Hadar: Uma estrela que brilha há 11 anos!

Acompanhe a trajetória da revista e conheça mais sobre sua história

Entre as estrelas do céu, tem uma que brilha até mesmo em uma noite de forte luar. O brilho dela vem da constelação de Centauro, que tem a forma de um cavalo com cabeça de homem. O nome dela é HADAR! É uma das guardiãs do Cruzeiro do Sul, para que, quando você olhar para cima, sempre possa encontrar o seu caminho. Na verdade, ela funciona como um guia, uma bússola natural e brilhante que estará sempre iluminando e orientando.

E foi assim, com o propósito de guiar a vida de todos que por ela passa, que surgiu a Revista Hadar, em dezembro de 2007. Ela nasceu de uma necessidade que a Elmec Comunicações tinha de honrar compromissos com os seus clientes. “Na época, surgiu uma situação: ou eu encarava e fazia acontecer ou poderia ser o início do fim... Decidi que era o começo de uma grande estrela e assim está sendo”, conta Bernadete do Carmo Camargo Elmec, idealizadora do projeto.

Mas, como toda criatura tem seu criador, vamos voltar um pouco no tempo e conhecer um pouquinho da história de vida de Bernadete? Afinal, foi por iniciativa dela que surgiu a Revista Hadar.

Nascida em Boituva, filha de Benedito Camargo e Sylvia de Miranda Camargo (in memoriam), ela é a terceira filha de dez irmãos, sendo seis homens e quatro mulheres.

Viveu na cidade natal até o ano de 1984, quando foi morar em Salto.

Trabalhou na Santista Têxtil, até o ano de 1994, quando foi morar na Argentina por consequência do trabalho do seu marido.

Em 1996, voltou ao Brasil, veio morar em Tatuí, conheceu a Família Rosa, proprietária da Empresa de Ônibus Rosa, já havia analisado o mercado local, sentia necessidade de fazer algo, continuar trabalhando, então, viu a necessidade de implantar algo diferente no ramo da publicidade para divulgar o comércio local. Foi quando surgiu a ideia de implantar o busdoor (propaganda nos ônibus), vendeu a ideia para a Empresa Rosa e aí, nasceu, então, a Agência Elmec Comunicações, trabalhando com todos os meios e veículos de comunicação, até os dias de hoje.

Muito trabalho, desbravando novos mercados, conhecendo novas pessoas..., eis

que, em 2007, surge o grande desafio... Nascia, então, a Revista Hadar, a estrela que brilha muito e leva informação para Tatuí e região há 11 anos.

O principal desafio enfrentado “foi criar a revista e fazer virar. E não é que ela vingou? Há 11 anos, ela está presente na vida dos clientes e leitores. Porém, os desafios continuam sendo diários! Hoje, com o avanço tecnológico e mídia virtual, a mídia escrita precisa se reinventar a cada instante. Os custos são elevados, conseguir rodar cada edição é um grande desafio, e olha que já rodamos 133 edições, são 11 anos de desafios constantes. Fechar a revista na data que programamos também é outro desafio, nem sempre conseguimos como imaginamos. Mas acho que o mais desafiador mesmo é superar os desafios e perseverar e, sobre isso, não tenho dúvida que somos PhD”, afirma a criadora.

Bernadete lembra que o comprometimento com os clientes a fez tomar a atitude de dar vida à Hadar, devido à situação do momento em que viveu em dezembro de 2007. Em sua concepção, naquele momento, era pegar ou largar, e ela pegou! Teve incentivo de sua família, dos seus filhos, que inclusive a ajudaram na escolha do nome, dos funcionários, que na época vestiram a camisa e a ajudaram a criar a revista. Também contou com o apoio dos clientes e leitores, formando um grande time.

E por falar em time, há clientes que estão há mais de dez anos junto com a Hadar. “Para mim eles são mais que clientes, são amigos, os tenho como parte da família Elmec/Hadar. Só tenho que agradecer a todos”, afirma Bernadete.

Mensalmente, são 8 mil exemplares distribuídos com conteúdo diverso, que fala sobre assuntos cotidianos, saúde, moda, beleza, universo masculino e feminino, além de uma seção especial para o público infantil. A Revista Hadar é distribuída em 11 cidades da nossa região: Boituva, Capela do Alto, Cer-

quilho, Cesário Lange, Iperó, Araçoiaba da Serra, Pereiras, Quadra, Tatuí, Tietê e Porangaba. Porém, é possível acompanhar tudinho através das redes sociais, já que a revista fica disponível na internet e é possível até folhear as páginas pelo site www.revistahadar.com.br.

São 4015 dias contando histórias, informando e atualizando os leitores. Nestes 11 anos, muitas coisas boas e ruins aconteceram, mas todas serviram como aprendizado. “Muitos brilhantes se foram... Muitos deles nunca mais voltarão, como a minha mãe, o meu sogro. Outros já estão voltando, mesmo que voltem brutos, é só uma questão de tempo para serem lapidados”, conta Bernadete.

Ao longo desse tempo, alguns fatos marcaram muito como, por exemplo, o Realize-se da menina Raiane, de apenas 13 anos e com muitos sonhos. “Publiquei na edição de março deste ano, e ela faleceu de câncer logo depois. Outro fato foi a partida do Claudio, nosso diagramador, faleceu em março deste ano também. Mas coisas alegres e boas marcaram muito a nossa trajetória, imagine que ganhamos 7 Moções de Aplausos, várias homenagens e até o título de Cidadã Tatuiana ganhei no último dia 29 de novembro. Para mim, é uma honra ter recebido, já me considero “Pé Vermeio”, emociona-se a criadora.

Outros fatos também ganharam um espaço na memória de Bernadete. Entre eles, “um pintor que trabalhava usando a boca, pois não tinha os membros superiores e inferiores. Também teve um ex-atleta, de Itapetininga, um senhor cheio de vida, que faleceu uma semana após a entrevista. Também teve um Realize-se feito com uma criança que tinha o sonho de comer bolacha recheada, pense...! São tantos momentos eternizados...”

Apesar de ser um desafio constante, o maior desejo de Bernadete Elmec é que a Revista Hadar continue firme como uma rocha e brilhando como a estrela que é!

E atenção: 2019 promete chegar cheio de novidades! Aguarde, querido leitor!





RESIDENCIAL PORTA DO SOL

3 e 4 DORMITÓRIOS

COM LOCALIZAÇÃO PRIVILEGIADA, O PORTA DO SOL OFERECE PLANTAS EXCLUSIVAS, COM METRAGENS DE 161,75M² A 311M², E PROJETO ARQUITETÔNICO ÚNICO, COM LAZER COMPLETO, SEGURANÇA E CONFORTO.

VISITE O DECORADO



Fotos: Claudi Elmes e imagens meramente ilustrativas.

Daniela Ap. Teodoro de Souza - CRECI 148.919

Igor Galvão da Rocha - CRECI 138.157

Incorporação registrada pelo nº. 72.275 no cartório de registro de imóveis de Tatuí-SP. Alvará de licença nº. 60/2016, deferido em 02/02/2016, conforme processo nº. 653/2016, as perspectivas são artísticas e ilustrativas. Paisagismo, móveis, utensílios de decoração e equipamentos não fazem parte do contrato de compra e venda. Áreas comuns não serão entregues equipadas. Vide memorial descritivo para maior detalhamento.

Rua Juvenal de Campos, 40 | Centro | Tatuí/SP
(15) 3251-6550 |  (15) 99793-0565

 /Residencial Porta do Sol

BIG VILLAGE
INCORPORADORA


BIG STAR
INCORPORADORA

É possível detectar problemas auditivos em bebês?

Se diagnosticada com tratamento iniciado até os seis meses de vida, a criança apresenta desenvolvimento muito próximo ao de uma ouvinte



Mesmo que os problemas auditivos possam aparecer em qualquer fase da vida, a partir do terceiro mês de gestação, o bebê já começa a perceber sons. Com isso, é possível, ainda dentro da barriga da mãe, diagnosticar possíveis problemas auditivos e montar um plano de tratamento, que se iniciado até os seis meses de vida, poderá ter um desenvolvimento muito próximo ao de um ouvinte.

Entre uma e seis crianças a cada 1.000 recém-nascidos apresentam perda auditiva. É importante perceber se o bebê não se interessa por brinquedos que fazem barulhos.

“O sistema auditivo está formado a partir do quinto mês de gestação e, após o nascimento, o desenvolvimento do sistema auditivo central acontece a partir da estimulação

auditiva. Qualquer problema auditivo deve ser detectado ao nascimento para que seja devidamente tratado e não venha prejudicar o desenvolvimento da fala e da linguagem da criança”, explica o otorrinolaringologista e responsável pelo Departamento de Otorrinolaringologia da Maternidade de Campinas, Dr. Luis Miguel Chiriboga, CRM 54964 SP.

Para diagnosticar qualquer problema recorrente da audição, existe a triagem auditiva em recém-nascidos, que é obrigatória por Lei Federal desde 2010. Ela é feita inicialmente por meio do exame de Emissões Otoacústicas Evocadas, realizado no segundo ou no terceiro dia de vida, ainda durante o período de internação, com o bebê em sono natural. Diferentemente do que muita gente pensa, ele não tem contraindicação e não incomoda o bebê e nem

o acorda, pois não exige nenhum tipo de intervenção invasiva.

Caso haja alguma falha detectada no primeiro exame, deve-se verificar se existe a perda auditiva ou se a criança está apenas com a orelha obstruída. Como no recém-nascido a obstrução é comum e causada por vernix (substância gordurosa que envolve todo o corpo do bebê no nascimento), caso ocorra falha no primeiro exame, esse bebê deve retornar no período de 15 dias para refazer o teste.

De acordo com o Dr. Chiriboga, qualquer bebê pode apresentar um problema auditivo ao nascimento ou adquiri-lo nos primeiros anos de vida, mesmo que não haja casos de surdez na família ou fatores de risco aparentes. É de suma importância que sejam feitos todos os testes e que haja um acompanhamento feito por médicos e especialistas no assunto.



ELABORAÇÃO DE PCMSO

- Admissional, Periódico, Demissional, Retorno ao Trabalho, Mudança de Função e Consulta Ocupacional.

COMPLEMENTARES*

- Eletrocardiograma ■ Eletroencefalograma
- Audiometria ■ Acuidade Visual ■ Espirometria

* Exames complementares são realizados na própria clínica, proporcionando rapidez, agilidade e comodidade aos colaboradores e clientes.

Demais exames laboratoriais são realizados em laboratórios conveniados. Realizamos atendimentos e exames “in loco” (no cliente).

Nosso diferencial é realizar os trabalhos com qualidade e agilidade, proporcionando, aos nossos clientes, um atendimento completo e personalizado aos seus colaboradores, trazendo soluções simplificadas e eficazes.



TRABATA

CENTRO DE MEDICINA OCUPACIONAL



Cada año de
MODA



A moda que nunca sai de moda!

Por que o shorts jeans faz tanto sucesso no mundo todo?

Uma das peças que todo guarda-roupa com certeza tem é o shorts jeans. Ele é extremamente democrático e muito fácil de combinar. Um grande aliado para montar *looks*, uma vez que pode ser usado no dia a dia ou até mesmo para sair à noite.

A história do shorts jeans está entrelaçada ao surgimento do próprio jeans, que surgiu na França, mas era importado pela Itália para a confecção dos marinheiros. Somente no século XX que o jeans começou a ser usado no dia a dia. O primeiro estilista a colocar o tecido na passarela foi Calvin Klein, na década de 1970, quando o material se tornou popular.

Foi com essa popularização do tecido que o shorts jeans se tornou uma peça versátil. “Em dias quentes, vai desde a praia com biquíni, até um jantar com uma camiseta e blazer”, explica Juliana Moreno, *personal stylist*.

Juliana diz que é difícil elege o modelo mais usado, pois são muitas opções nas araras, mas ela ressalta que o importante é que tem para todo mundo. “Os modelos estilo *boyfriend* e o *destroyed* estão sempre em alta. Já o *hot pants*, que são aqueles com a lateral mais curta e cintura alta, chegaram há pouco tempo nas lojas, mas já ganharam um belo espaço”, explica.

Se a intenção é montar um *look* mais chique e elegante, nossa especialista recomenda encontrar o equilíbrio com o shorts jeans, que expõe o corpo, com algo mais fechado, como uma blusa de seda, bordada ou com brilhos. Os acessórios também devem ser lembrados, como brincos mais longos, pulseiras e sem esquecer do velho e poderoso salto alto.

Como usar no inverno uma peça tão característica do verão? O importante é saber compor com peças mais quentinhas, como a meia-calça, extremamente importante para complementar o *look* nesse caso. “No inverno, o shorts jeans também vai bem com tricôs, casacos e botas”, explica Juliana.

Para finalizar, a *personal stylist* lembra que caso haja uma calça jeans mais velhinha, ou que o modelo não te agrade mais. Pega uma tesoura, e faça dela um novo shorts para curtir o verão. Seu bolso agradece!

tma
Taty Moda e Acessórios

Nova coleção Bivik Verão 2018
Venha conferir!

Roupas . Calçados . Acessórios

Atendemos em domicílio

(15) 99759-5349

tati.covre@bol.com.br

Taty moda e Acessorios



Lacoste: O tenista e o crocodilo

Conheça a história da marca que anda junto com a história do esporte

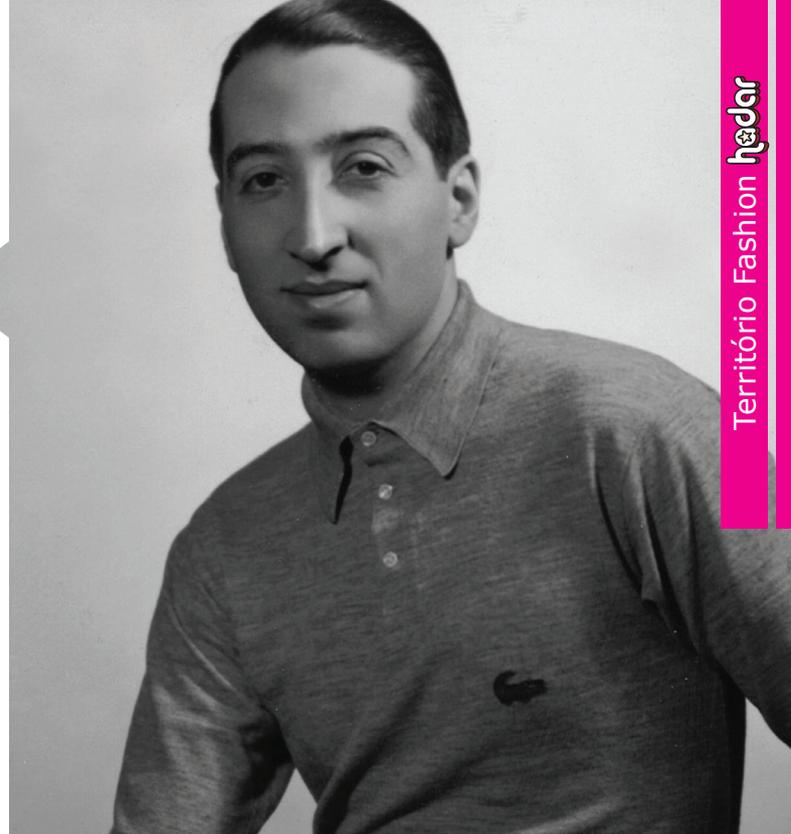
É impossível falar de Lacoste sem falar de esportes, isso porque sua história está totalmente ligada a eles. Em 2005, foram quase 50 milhões de produtos Lacoste vendidos em mais de 100 países.

Mas devemos começar a história pelo seu fundador, o tenista Jean René Lacoste, uma lenda do tênis francês, que entre 1925 a 1929 acumulou uma série de vitórias no Grand Slam e dominou os rankings internacionais: cinco vitórias no French Internationals, três vitórias em Wimbledon e duas vitórias em campeonatos americanos.

Em 1923, depois de uma partida de tênis em Boston, um jornalista americano batiza René Lacoste de “Crocodilo” em referência a uma aposta entre o tenista e seu treinador, sobre uma mala em couro de crocodilo. A partir desse momento, René seria conhecido por “Le Crocodile”.

Foi aí que seu amigo e artista Robert George traz o logo do crocodilo à vida em 1927, desenhando-o para que fosse usado na camiseta do atleta. Acabou por ser criado todo um conjunto completo, que incluía um blazer, também com o crocodilo, e que foi usado pela primeira vez no Torneio Aberto dos Estados Unidos.

Poucos anos depois, aos 25 anos, ele precisou abandonar as quadras



por causa de uma tuberculose e dedicou-se totalmente a sua ideia de fazer confortáveis camisas de malha para a prática do tênis e carimbá-las com o réptil que um dia deu a ele muita sorte. Foi a partir dessa ideia que ele foi além, cortando as mangas longas de uma camisa que não considerava apropriada para jogar tênis. Fez uma revolução e criou a tão famosa camisa polo. 15

Rapidamente, as camisetas polo Lacoste desbancaram as tradicionais camisas de colarinho duro, vendendo aproximadamente 300 mil unidades em 1939. As exportações começaram em 1951 para a Itália, assim como a comercialização das versões coloridas das tradicionais camisas polos.

Foi em 2002 que a marca resolveu modernizar sua tradicional linha de produtos, surgindo assim outros itens, como por exemplo, novas coleções para crianças e mulheres, calçados, novos perfumes, óculos, roupa íntima masculina, malas, sacolas, bolsas, mini vestidos e até uma coleção de cama, mesa e banho.

Em 85 anos de história, a Lacoste está presente em mais de 2 mil pontos de venda em 114 países pelo mundo. É utilizada por diversas celebridades, principalmente atletas, e tem, atualmente, como garoto propaganda o lendário jogador de tênis, Novak Djokovic, chamado pela marca de o Novo Crocodilo.

Loja CELINA

Roupas para ginástica, maiôs, Biquínis, sungas, inclusive em tamanhos especiais!

LA*BAMBA
ACQUAROSA

Perfeita Forma
Phael

José Bonifácio, 853 | Tatui/SP
(15) 3251-6684/3251-4263 | Loja Celina

ORSI
relojociro

Boas Festas!

Rua Cel. Aureliano de Camargo, 486 . Centro . Tatui/SP | (15) 3259-7293

Ele não para...



Mais de 300 mil contas atingidas semanalmente no Instagram, 16 mil visualizações nos stories, ficando entre as principais histórias de Tatuí, 3 mil visualizações mensais no Google, em média mais de 50 cliques em rotas de como chegar, 2000 mil curtidas, 128 mil seguidores no Facebook e mais de 80 mil seguidores do Instagram. Talvez, você não se identifique com essa linguagem digital, mas esses são os números que o cabeleireiro e maquiador atinge em suas redes sociais... Se esses números te impressionam, o currículo do profissional também irá te surpreender!

O cuidado e a responsabilidade de 20 anos dedicados ao atendimento de homens e mulheres renderam bons frutos na carreira do profissional.

Cabeleireiro e maquiador há mais de duas décadas e com apenas 32 anos de idade, o cabeleireiro conhecido nacionalmente depois de ser finalista no *reality* Guerra das Tesouras, no programa da Eliana do SBT, participações em quadros de beleza na TV Aparecida, e dicas de beleza no Record News, o *hairstylist* não para com sua agenda super concorrida! Cursos, *workshop*, palestras e atendimento pelo Brasil, cidades como Rio de Janeiro, Manaus, Cuiabá e Belém do Pará já receberam o profissional. Contratos com empresas de cosméticos, garoto propaganda de chapinha e secadores e participações em feiras nacionais na área da beleza. O cabeleireiro ainda tem tempo para gravar cursos on-line, que serão oferecidos gratuitamente a profissio-

nais da área da beleza. “Fiquei super feliz com esse convite da Belliz Company (empresa do ramo de cosméticos e acessórios de beleza), poder ensinar às pessoas que, provavelmente, não poderiam pagar por um curso de especialização não tem preço”, ressalta Thiago.

Inaugurado há 9 meses, o Thiago Martins Salão Casa se torna uma referência em beleza, atraindo novos olhares à cidade de Tatuí, desta vez, não somente pela música e seus doces famosos, mulheres dispõem em se deslocar

130 quilômetros para retocar as madeixas alouradas. “Só temos a agradecer! A cidade nos recebeu super bem e as clientes e amigas daqui estão amando, já estamos atendendo clientes de cidades vizinhas como Tietê, Boituva e Laranjal, já tivemos cliente de Uberaba, em Minas Gerais, para fazer os cabelos comigo aqui em Tatuí, relata com orgulho Thiago.

Especializado em cor, cabelos loiros, alongamentos capilares, corte, cabelos cacheados e correção de cor, o salão conta com uma equipe de profissionais manicures, esteticistas e cabeleireiros, que estão sempre prontos para embelezar quem frequenta a charmosa casa. O salão ainda oferece serviços como alongamento de cílios fio a fio, micropigmentação, *design* de sobrancelhas, depilação e o famoso dia da noiva com consultora completa, também é possível contratar serviços de retoques de cabelo e maquiagem depois do tão esperado SIM. “Algumas noivas adoram mudar o penteado depois da cerimônia, retiramos o véu, retoco o penteado e a *make-up*. Em 9 meses, já produzimos duas noivas lindas que escolherem nosso salão para este dia tão especial, e já temos 4 reservas para dia da noiva no próximo ano”, afirma Thiago.

“Receber os cuidados do Thiago foi imprescindível para que tudo saísse muito melhor do que eu esperava. Sou grata por todo carinho e atenção, além do ambiente acolhedor no qual fui recebida, no dia mais bonito que já vivi”. Relatou Beatriz Abreu, recém-casada.

Também é possível agendar avaliações gratuitas, os clientes passam por uma consultoria de imagem na qual conseguem sair com





Quem acompanha as redes sociais do cabeleireiro se encanta com as tonalidades e cores dos cabelos. “A escolha é feita junto com a cliente, mas sempre respeitando a estrutura dos fios e a genética de cada um. Cada cabelo tem um fundo de descoloração e é muito importante respeitar isso para preservar a saúde dos fios. Aqui, só trabalhamos com procedimentos seguros”, ressalta o cabeleireiro.

Plantas naturais como samambaias, orquídeas e flores de maio decoram o salão. A música boa e o cafezinho passado na hora completam o clima, fazendo com que os clientes se sintam em casa durante o embelezamento. “As clientes prestam muita atenção no cuidado que possuímos com nossas plantas, percebem quando mudamos de lugar e ficam encantadas quando florescem. Já saíram daqui com mudas e até hortelã. Acredito que essa relação aproxima demais as pessoas”, comen-

o orçamento de quanto irá gastar, tudo isso sem nenhum custo e sem compromisso. O atendimento é super personalizado, na consultoria, o profissional avalia a estrutura e a saúde dos fios, se é possível ou não fazer o procedimento químico naquele momento, se é possível chegar na tonalidade desejada, ou se os cabelos necessitam de algum tratamento prévio antes das mechas.

Os valores são super acessíveis, e conta com preços promocionais durante a semana, é possível fazer manicure e pedicure por R\$42, por exemplo, ou tratamento L'oreal mais escova por R\$ 95. Os serviços são realizados com agendamento prévio.

Cabelos brilhantes e saudáveis, loiro platinado, dourado ou doce de leite, ruiva ou morena iluminada? Tem pra todo mundo!



ta Fabiano Orso, sócio do empreendimento.

O salão atende de terça a sábado, com horário agendado. Os clientes também possuem 50% de desconto para estacionar o carro enquanto fazem manicure ou cuidam dos cabelos.



Em nome de toda equipe do Thiago Martins Salão Casa, queremos agradecer a cidade pelo acolhimento e carinho... Muito obrigado, Tatuí! Beijo grande.

Thiago Martins.



O Dia da família José Rocha

A

história da nossa realizada deste mês é um tanto quanto especial. Aliás, dos nossos realizados. Este mês, para celebrar a magia do Natal, a Revista Hadar sentiu que tinha a missão de presentear uma linda família.

Valéria José da Rocha, uma jovem de apenas 29 anos e seus filhos Luan (13), Luana (12), Alan (11), Alex (9) e Gustavo (6), além da avó das crianças, a dona Maria da Cruz (52), foram contemplados com uma transformação e muitos presentes.

Eles moram no bairro Santa Rita, em Tatuí, e batalham muito para vencer na vida. Regularmente matriculadas em escolas municipais, as crianças, como todas as outras, possuíam vários sonhos, dentre eles, e em comum, ganhar bola e uma bicicleta no Natal. Já o grande desejo da mãe

é conseguir um emprego com carteira assinada. Mas, enquanto os sonhos ainda não se tornam realidade, a família segue caminhando cheia de brilho nos olhos e com sorrisos estampados.

Mas, para dar uma ajudinha, a equipe Hadar, como sempre, foi em busca de unir forças com colaboradores, amigos e empresários que sempre estão dispostos a fazer o bem sem olhar a quem. Venha conosco nesta viagem!

Começa a maratona...

Tudo começou numa sexta-feira, com o desafio dos três dias da Herbalife, no **Espaço da Lu**. Com peso inicial de 121,100kg, Valéria tomou *shakes* e conseguiu chegar aos 119kg, perdendo 14 centímetros de abdômen. Com esse pontapé inicial, a dona de casa, juntamente com a filha, chega à loja **Onça**



Rosa para escolher um *look* arrasador! Um vestido floral em tons de azul marinho, amarelo e laranja, além de uma bolsa transversal. Já para Luana, uma calça jeans, uma blusa de renda cor de rosa *peplum* e um *cropped* preto, além de 2 brincos, um com pedras e outro com lacinho, e uma gargantilha *shocker* com strass e pedra rosa para combinar. Arrasaram! Ah, mas não parou por aí, não, a **Pri Bioco** ainda doou um bellissimo relógio na cor prata com fundo branco para o Luan, que ficou radiante de felicidade.

Hora dos meninos! Quem vai doar as roupas? A **Thaty Modas Infante Juvenil**, como sempre, não hesitou e topou na hora. Doou para os quatro! E lá fomos nós para a galeria da COOP. Calça *jeans* da marca Jeans Wear para cada um deles e uma camiseta careca, na cor vinho para o Luan, uma polo, na

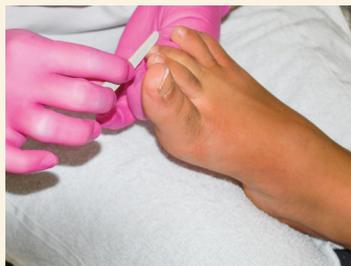
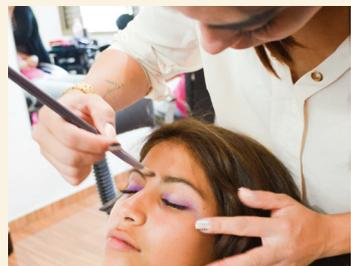
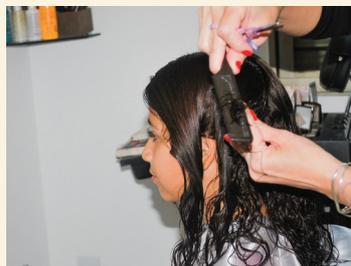
cor vermelha, branca e azul para o Alan, uma na cor azul bic para o Alex e uma na cor azul e branca para o Gustavo, todas da marca da Randa Mundo. Que maravilhoso... Parecia que eles estavam sonhando!

Mas ainda faltavam os sapatos. E para as seis pessoas! Sem dúvida, Alexandre, da loja **Pedrinho Calçados**, abraçou a causa e doou para Valéria uma sandália na cor azul marinho com nude, estilo plataforma, com salto de juta, e para Luana uma sandália *open boot*, em camurça, na cor nude, também com salto de juta. Ambas da marca Moleca. Um luxo. E para Luan, um tênis da marca Super Star, estilo skatista, na cor vermelha com caramelo, Alan ganhou um tênis da marca Molequinho, estilo skatista, na cor chumbo com caramelo, Alex escolheu um tênis da marca Super Star, esti-

lo skatista, na cor azul marinho com caramelo, e o pequeno Gustavo, um tênis da marca Zeus, nas cores preta, branca e laranja. E ainda para completar a alegria deles, os funcionários Juliano, Lucas e Kevin se reuniram e doaram uma bola de capotão de presente para eles. Precisava ver a felicidade...

A Loja **Você + Bonita** também fez questão de participar, doou para Valéria uma linda bolsa na cor nude em couro ecológico com detalhe em *spike* e uma carteira na cor caramelo. Um luxo! E para a Luana, uma bolsa na cor preta também em couro ecológico com detalhe em *spike* com divisórias e alça transversal e ainda um porta-moedas com *emoticon* rindo. Ela amou!

Luana nos revelou que tinha um desejo de ter





um estojo de maquiagem e **O Beko Perfumaria** realizou esse desejo, a presenteou com um belíssimo estojo de sombras, *blush* e iluminador, um *gloss* e um shampoo de hidratação intensa, da linha Amo Smoothie, Morangostoso, da marca Bachelor. Tudo maravilhoso!

O **Supermercado Pozitel** também abraçou a causa da família e doou uma cesta básica, pães, frios e algumas guloseimas para as crianças.

A criançada também ganhou uma caixa com doces da loja **PopMania** recheada de pirulitos, balas e bexigas.

O empresário Isaque Souza Moreno, da empresa **IDM Cosméticos**, doou um kit de caviar para os cabelos da marca K.Pro, que é uma linha de reconstrução para fios coloridos ou danificados, que preenche a fibra fragilizada por processos químicos ou exposta a danos, para um cabelo resistente, sedoso e brilhante.

Hora de mudar o visual...

Depois da escolha das roupas, acessórios e sapatos, mãe e filha seguiram para o **Espaço da Lu** para ter um dia de rainha e princesa. Elas foram recebidas com uma mesa de comes e bebes produzida pela **Mimos Home Decor**. Tudo preparado com muito carinho.

Para começar, a cabeleireira Luciana Saccon coloriu os fios da mãe com tons



de louro escuro, cortou as pontas, fez reposição de massa capilar, além de enrolar os cabelos. A manicure Paloma Sanches fez as unhas da mãe e da filha, usando tons de Grace e Samba Juliana da Colorama, nas mãos da Valéria e nas mãos da Luana, usou Cristal Rosa da marca Avon, nos pés das duas repetiu o Grace e Samba Juliana da Colorama. Valéria também recebeu uma máscara facial de ouro para recuperar as vitaminas, hidratar e revitalizar a pele. Tudo através das mãos da esteticista Natália Pedroso.

Em seguida, veio o *design* de sobrancelhas para ambas e Luana Rocha teve os cabelos pintados em tons de louro médio, recebeu hidratação nos fios e também cortou. Depois, mãe e filha passaram por um alongamento de cílios fio a fio, com a esteticista Paola Sanches. Para finalizar, um penteado com tranças na Luana e uma maquiagem em tons de rosê para deixá-las ainda mais bonitas.

Mas, não para por aí! Para fazer a ação completa, à tarde, a avó das crianças, dona Maria da Cruz, que chegou com as crianças no salão, ganhou um corte de cabelo, lavagem e escova. Tudo pelas mãos da cabeleireira Luciana. Também recebeu uma máscara de ouro no rosto, modelou as sobrancelhas e fez depilação no buço. A Loja **Dondoka** a presenteou com um lindo vestido floral e uma rasteirinha dourada belíssima.

No fim da tarde e muito ansiosos, os quatro filhos da Valéria seguiram para **Barbearia do Luiz Ramos** para cortar os cabelos. Eles fizeram cortes no estilo *degradê* com direito a desenho e tudo, saíram de lá radiantes e estilosos!

Para encerrar com chave de ouro, a família seguiu para a **Pizzaria Spazio do Zé**, onde foram muito bem recebidos e saborearam deliciosas pizzas nos sabores de frango com catupiry, portuguesa, calabresa e 4 queijos. Beberam suco de

laranja e água e de sobremesa, pizza de banana com sorvete, que é a novidade da casa. Eles ficaram encantados com tanta fartura!

Ah! Lembra-se do sonho das crianças que citamos no começo desta matéria? Com o apoio dos empresários Mauro, da **Tapemag**, Caetano e Adriana, da **Rede Caetano**, Júnior e Elisete, da **Promartex Enxovais** e Márcio e Sandra, um casal que estava jantando na pizzaria e acabou abraçando a causa ali mesmo, foi possível concretizar o desejo de Natal da família toda! Cinco bicicletas foram doadas para as crianças, que na mesma hora já saíram pedalando pelas ruas do bairro em que moram.

E, assim, com muita emoção, alegria, gratidão e sentimento de dever cumprido, sob o comando dos *flashes* de Bernadete Elmec, Maria Eliza Rosa, Leonardo Manis Casarini e Claudio Elmec, finalizamos mais um Realize-se.



Você + Bonita



Pedrinho Calçados



Pizzaria Spazio do Zé



Dondoka



O Beko Perfumaria



Doce Pop Mania



Onça Rosa



Espaço da Lu



Supermercado Pozitel



Tathy Modas Infanto Juvenil



Barbearia Luiz Ramos



Tapemag



Rede Caetano



Promartex Enxovais



Márcio e Sandra

O nosso muito obrigado a todos que ajudaram a transformar mais esse sonho em realidade:

Tathy Modas Infanto Juvenil – Girl & Boys, Rua XI de agosto, 3045, loja 14, Galeria da COOP, Tatuí, /Tatiane Hoffmann Zieberg; Pedrinho Calçados, Rua Teófilo Andrade Gama, 52, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-1550, /Pedrinho Calçados; Onça Rosa, Rua 11 de agosto, 2165, Centro, fone: (15) 99640-4343, /Onça Rosa; Espaço da Lu, Rua Marechal Floriano Peixoto, 330, fone: (15) 99808-2017, /Espaço Da Lu Tatui; O Beko Perfumaria, Rua Cel. Aureliano de Camargo, 455, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-9696/99702-9696; Pizzaria Spazio do Zé, Avenida Dr. Sales Gomes, 44, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-6758, /Pizzaria Spazio do Zé; Barbearia Luiz Ramos, Rua Quintino Bocaiúva 629, Centro, Tatuí, fone: (15) 99603-2819; Você+Bonita, Rua Teófilo Andrade Gama, 04, Centro, Tatuí, fone: (15) 3259-5644; Supermercado Pozitel, Praça do Mercado, 63, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-4513, /Supermercado Pozitel; Mimos Home Decor, fone: (15) 99627-8189, /Mimos Home Decor; Loja Dondoka, Rua Comélio Vieira Camargo, 258, Quadra fone: (15) 99848-5554, /Dondoka Quadra; Caetano Home Center, Travessa Romeu Pichi, 458, fone: (15) 3322-5000, /Rede Caetano, www.redecaetano.com; Tapemag, Rua Onze de Agosto, 1041 - Centro, Tatuí, fone (15) 3451-1400, www.tapemag.com.br; Promartex Enxovais, Rua Aristides Paes de Almeida, 145, Jardim Tatuí, fone: (15) 3259-6177; Doce Pop Mania, Rua Abilio Gardenal, 35, Jardim São Conrado, Tatuí, fone: (15) 99142-0149, /Doce Pop Mania, IDM Cosméticos, fone: (15) 99701-0994

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 de que é muito importante mandar o número do telefone para entrarmos em contato.



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

Drª. Naomi Koza
CRO 108096

Odontopediatria
Clínica Geral

Dr. Akira Koza
CROSP 92361

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

 Odontologia Koza

 Odontologia Koza

VERTEMAT'S Bolsas chega ao mercado online

Lançamento da coleção aconteceu em São Bernardo do Campo e Tatuí

Aconteceu, no mês de novembro, o lançamento da Vertemat's Bolsas, um novo conceito em bolsas de couro legítimo, crochê, macramê e com apliques de richelieu fabricadas artesanalmente, e vindas diretamente de Fortaleza, no Ceará.

O lançamento aconteceu no dia 22 de novembro, no Atelier Mary Venços, em São Bernardo do Campo, e dia 23 do mesmo mês, no Condomínio Colina das Estrelas, em Tatuí, que contou com a presença do robô Ironman para animar a noite.

Muitos amigos, convidados e veículos de imprensa estiveram presentes nos coquetéis, durante o evento em Tatuí houve sorteio de uma bolsa e a ganhadora foi Zenilda Carvalho.

Vale lembrar que as cidades não foram escolhidas à toa para sediar os eventos, já que Rosana reside na cidade Ternura há 10 anos e sua filha, Fernanda, mora em São Bernardo do Campo.

A iniciativa surgiu através da paixão que Rosana de Oliveira Alves Vertemati e Fernanda Alves Vertemati tem por bolsas. Em uma viagem para o nordeste, mãe e filha conheceram o

artesão responsável por desenvolver os produtos e encontraram uma maneira de se aproximarem ainda mais, unir o útil ao agradável, além de estreitar os laços familiares.

Fabricadas uma a uma, as bolsas possuem grande durabilidade, já que são feitas em materiais especiais, modelos exclusivos e foram pensadas na mulher moderna, que quer algo prático e na moda.

As vendas estarão disponíveis na internet, através do site: www.vertemats.com.br

Acesse nossas redes sociais

 / @vertematsbolsas |  / bolsasvertemats







PREPARATIVOS PARA O NATAL

Pequenas mudanças, grandes transformações

Final de ano é tempo de mudar o visual de nossas casas para receber parentes e amigos.

Pequenos detalhes podem trazer toda a diferença nos espaços. Troca de lustres, inclusões de arandelas e abajures, podem ser a grande cartada para transformar os ambientes, trazendo requinte, modernidade e sofisticação.

Por se tratar de trabalhos de fácil execução, trataremos algumas dicas para que vocês mesmos possam executar o trabalho ou mesmo saibam requisitar os serviços de maneira correta, segura e eficiente.

Seguem algumas dicas:

- Altura ideal para lustres que ficam acima de mesas são entre 0,70 a 0,90 cm a partir da

altura do tampo da mesa.

- Altura ideal para luminárias posicionadas acima de criado mudo ou mesas laterais ficam entre 0,30 a 0,50 cm a partir do móvel.

- Para áreas que não exista móvel, a altura do piso até o lustre gira em torno de 2,00 a 2,10 do piso até o lustre. Vale lembrar que essa medida pode variar de acordo com o pé direito do ambiente. Em caso de dúvidas, procure um profissional da área habilitado.

- Arandelas de parede podem ficar com altura entre 1,80 a 2,10. Vale sempre estar atento a uma altura que, além de compor com o ambiente, tenha fácil acesso para manutenção.

- Para locais que não exista ponto de luz para instalação de uma arandela, há possibilidade de instalação de tomadas feitas a partir de fita que evitam a quebra da parede.

- Se quiser aproveitar e dar um up no seu jardim, as luminárias tipo espeto são uma ótima opção, porque são de fácil instalação. Existem várias opções em lâmpadas de led, as quais trazem maior economia de energia.

- Nos cantos vazios e sem vida, aposte em lindos abajures, com a opção de fazer a ligação da tomada em um interruptor para facilitar o acendimento no acesso principal aos ambientes.

- Lembrem-se sempre de usar óculos e luvas de segurança e sempre utilizar escadas reforçadas e bem travadas. Antes de iniciar, desligue o disjuntor para evitar choques acidentais.

*Veridiana Pettinelli
Arquiteta e Paisagista*



Areia fina e média
Areia grossa usinada
Pedra e pedrisco



Feliz Natal e um próspero Ano-Novo!

Prêmio ISO Quality Empreendedorismo - Gestão 2018



Foi realizada, no dia 22/11/2018, a entrega do Prêmio ISO Quality Empreendedorismo - Gestão - 2018, a qual teve como objetivo distinguir e premiar empresas que se destacam no mercado brasileiro cujas excelência e qualidade em seus produtos e serviços contribuem efetivamente para o desenvolvimento de suas regiões, valorizando o produto nacional e reconhecendo publicamente cidadãos que se destacam perante a sociedade.

Gostaríamos, então, de agradecer os empresários, profissionais liberais que foram selecionados. Nosso muito obrigado a todos.



PARK Pneu e Auto Center
CERQUILHO



Pizzaria GORGONHO
BOITUVA



ATUAL Funilaria e Pintura
BOITUVA



Padaria e Lanchonete ROSA
TATUI



PIU SOM e Acessórios
BOITUVA



BUFFET CIRCUS Festa & Eventos
TATUI



VILMA Floricultura e Decorações
TATUI



DANY RIBEIRO Cantora Consagrada
CERQUILHO



Churrascaria O COSTELÃO
TATUI



Revista HADAR
TATUI



SOFISTICÃO Pet Shop
TATUI

O Natal que todos sonhamos

Pessoas dizem como seria o natal ideal

Até o século IV, o Natal era comemorado em várias datas diferentes, pois não se sabia com exatidão o dia do nascimento de Jesus Cristo. Foi somente 400 anos depois de Cristo que o 25 de dezembro foi estabelecido como data oficial. Vários sites trazem a história do Natal desde os primórdios da Era Cristã até os nossos dias.

Segundo alguns sites, na Roma Antiga, o 25 de dezembro era a data em que os romanos comemoravam o início do inverno. Por esta razão, acredita-se que haja uma relação deste fato com a oficialização da comemoração do Natal.

As antigas comemorações de Natal costumavam durar até 12 dias, pois este foi o tempo que levou para os três reis Magos chegarem até a cidade de Belém e entregarem os presentes (ouro, mirra e incenso) ao menino Jesus.

Atualmente, as pessoas costumam montar as árvores e outras decorações natalinas no começo de dezembro e desmontá-las até 12 dias após o Natal. Do ponto de vista cronológico, o Natal é uma data de grande importância para o Ocidente, pois marca o ano 1 da nossa História.

A Árvore de Natal e o Presépio

Em quase todos os países do mundo, as pessoas montam árvores de Natal para decorar casas e outros ambientes. Em conjunto com as decorações natalinas, as árvores proporcionam um clima especial neste período.

Acredita-se que esta tradição começou em 1530, na Alemanha, com Martinho Lutero. Certa noite, enquanto caminhava pela floresta, Lutero ficou impressionado com a beleza dos pinheiros cobertos de neve. As estrelas do céu ajudaram a compor a imagem que Lutero reproduziu com galhos de árvore em sua casa. Além das estrelas, algodão e outros enfeites, ele utilizou velas acesas para mostrar aos seus familiares a bela cena que havia presenciado na floresta.

Esta tradição foi trazida para o continente americano por alguns alemães, que vieram morar na América durante o período colonial. No Brasil, país de maioria cristã, as árvores de Natal estão presentes em diversos lugares, pois, além de decorar, simbolizam alegria, paz e esperança. O presépio também representa uma importante decoração natalina. Ele mostra o cenário do nascimento de Jesus, ou seja,



uma manjedoura, os animais, os reis Magos e os pais do menino. Esta tradição de montar presépios teve início com São Francisco de Assis, no século XIII. As músicas de Natal também fazem parte desta linda festa.

O Papai Noel: origem e tradição

Estudiosos afirmam que a figura do bom velhinho foi inspirada num bispo chamado Nicolau, que nasceu na Turquia em 280 d. C. O bispo, homem de bom coração, costumava ajudar as pessoas pobres, deixando saquinhos com moedas próximas às chaminés das casas. Foi transformado em santo (São Nicolau) pela Igreja Católica, após várias pessoas relatarem milagres atribuídos a ele.

A associação da imagem de São Nicolau ao Natal aconteceu na Alemanha e espalhou-se pelo mundo em pouco tempo. Nos Estados Unidos, ganhou o nome de Santa Claus, no Brasil de Papai Noel e em Portugal de Pai Natal.

A roupa do Papai Noel

Até o final do século XIX, o Papai Noel era representado com uma roupa de inverno na cor marrom ou verde escura. Em 1886, o cartunista alemão Thomas Nast criou uma nova imagem para o bom velhinho. A roupa nas cores vermelha e branca, com cinto preto, criada

por Nast, foi apresentada na revista Harper's Weeklys neste mesmo ano. Em 1931, uma campanha publicitária da Coca-Cola mostrou o Papai Noel com o mesmo figurino criado por Nast, que também eram as cores do refrigerante. A campanha publicitária fez um grande sucesso, ajudando a espalhar a nova imagem do Papai Noel pelo mundo.

Curiosidade: o nome do Papai Noel em outros países:

Alemanha (Weihnachtsmann, O "Homem do Natal"), Argentina, Espanha, Colômbia, Paraguai e Uruguai (Papá Noel), Chile (Viejito Pascuero), Dinamarca (Julemanden), França (Père Noël), Itália (Babbo Natale), México (Santa Claus), Holanda (Kerstman, "Homem do Natal), Portugal (Pai Natal), Inglaterra (Father Christmas), Suécia (Jul-tomt), Estados Unidos (Santa Claus), Rússia (Ded Moroz).

Fonte: Web

Natal dos sonhos

Mas, e no século 21, o que é o Natal para você hoje? O fim de ano é uma época especial ou não? A única diferença é o Horário de Verão? Ou realmente há algo de especial no ar?

Em um mundo cada vez mais individualista e acelerado, onde a vida leva você a "matar um

leão por dia” para ao menos tentar uma vida digna, onde se encaixa o Natal? O fim de ano é uma época em que as emoções afloram; é o momento de autorreflexão, de tentar corrigir os erros passados e fazer novas promessas, muitas das quais acabam não sendo cumpridas. Para além do frenesi das compras de Natal, é o momento em que a maioria para, pensa e planeja o futuro, mesmo que esse futuro seja apenas o dia seguinte.

Como seria o Natal dos sonhos para você? Saúde, paz, dinheiro no bolso, rodeado por amigos e familiares? Ou você é mais ligado nas questões espirituais, sem se importar com presentes. Você é do tipo religioso? Acredita que devemos nos importar em celebrar o nascimento de Jesus Cristo, ao invés de nos importarmos com o que comeremos na ceia? Ou o Natal ideal seria um passeio em algum paraíso de compras?

A revista *Hadar* perguntou para amigos, parceiros e leitores em geral como seria o Natal dos sonhos para estas pessoas. Saúde, paz, empregos e serenidade ao país e aos novos governantes são alguns dos desejos. Veja agora as respostas.

O Natal ideal...

“Natal dos meus sonhos seria de muito amor e saúde”. Juraci de Sousa, 73 anos, Aposentada.

“O Natal dos meus sonhos é aquele em que todos tenham saúde e amor, as duas coisas mais importantes da vida”. Hilda Maria Ribeiro, Aposentada, 65 anos.

“Meu natal dos sonhos é passar nos Estados Unidos com todos da minha família; muita neve, muito frio, muito vinho, muitos presentes para todos e uma árvore gigante. À meia-noite, eu sairia no meio da neve dizendo para todos: Merry Christmas”. Maria Creusa de Paula Ayabe, 52 anos, Artesã.

“O Natal dos meus sonhos seria um Natal com um mundo sem guerras e sem pessoas passando fome. Um Natal onde existissem a paz mundial e a união entre as nações. Se pudesse resumir tudo em uma só palavra, essa palavra seria perseverança”. Veridiana Pettinelli, Arquiteta e Paisagista.

“O meu Natal dos sonhos seria passar o Natal com todas as pessoas que eu gosto. Um Natal de igualdade e paz, sempre! Felicidade é a palavra que resume tudo”. Guilherme Camargo Elmec - Estudante de Engenharia Civil.

“Meu Natal dos sonhos seria passar com toda minha família reunida como acontecia quando éramos crianças”. Ingrid Bottini, Cirurgiã Dentista, 28 anos.

“O Natal dos meus sonhos seria que todas as pessoas pudessem ter uma ceia em família e que a fome não existisse mais e que também as pessoas conseguissem emprego, diminuindo assim o sofrimento que assombra muitas famílias. Que o espírito de Natal tocasse o coração destes novos governantes que irão administrar o nosso país e que eles pensem no povo como um todo. Resumindo tudo em uma só palavra: esperança”. José Francisco de Souza, 40 anos, Consultor de Vendas (Autocom).

“O Natal dos meus sonhos já teve uma lista repleta de desejos palpáveis. Hoje, com a maturidade, essa lista é curta e repleta apenas de desejos abstratos, quero dizer daquilo que dinheiro nenhum pode comprar... numa só palavra? RESPEITO. Para esse Natal em especial, gostaria que todos os brasileiros torcessem pelo sucesso do nosso Brasil, independentemente de seu candidato ter sido eleito. Que as pessoas parassem de se engalfinhar por questões ideológicas partidárias e se respeitassem acima de tudo”. Mirella Arena, 53 anos, Artista da Dança.

“O Natal que eu quero é um Brasil justo com mais Deus no coração e mais família! Voltarmos às origens de nossos avós, onde a família era para ser respeitada. Os valores eram maiores. Em uma só palavra: Democracia mais justa e seguindo a palavra de Deus, é claro”. Anderson Tiago Consorti.

“Um natal que ficasse eternizado o sentimento

de gentileza e paz. Em uma palavra: serenidade, é o que o nosso país precisa”. João Fernando Monteiro Ferreira, 53 anos, Médico.

“O Natal dos meus sonhos é: família reunida, amor e Deus no coração”. Claudia Rauscher, 48 anos, Empresária.

“Estamos muito próximos da data, poderia responder por segmentos: país - que tenhamos uma visão otimista e que todos do novo governo pensem em colocar o país no caminho certo, sem retaliações, com honestidade e trabalho. Trabalho - que Deus siga iluminando nossos caminhos com firmeza e esperança. Casa - muita paz, saúde para sermos felizes mesmo com as dificuldades que temos que enfrentar diariamente. Em uma palavra: esperança”. Claudio Elmec, 59 anos, profissional Autônomo (engenheiro), 59 anos.

“Meu Natal dos sonhos tem afeto e respeito pela diversidade. Resumindo numa só palavra: respeito”. Marry Calviño, Professora, 37 anos.

“Meu Natal dos sonhos seria estar com a minha família toda reunida na casa da minha avó. Mas também penso nas pessoas que não têm família e vivem nas ruas, queria que o Natal delas também fosse digno e feliz. Em uma só palavra: mais amor e solidariedade”. Angélica Falchi, 26 anos, Vendedora.

“Meu Natal dos sonhos seria um Natal de



igualdade, onde eu pudesse andar pelas ruas e não ver pessoas com olhares tristes, sozinhas ou com fome... Fome de família, carinho e, principalmente, fome de comida... Ai eu estaria em paz com meu coração e minha alegria seria completa. Em uma só palavra: caridade". Carla Francine Bertanha, Advogada.

"Um Natal de igualdade. Em uma só palavra: igualdade. Nilson Alexandre Bordinhon, 45 anos, Empresário.

Um conto de Natal

Nesta edição especial de fim de ano, a revista Hadar traz um conto de Natal.

Alguém bate à minha porta

Um homem bate à minha porta. Está malvestido e sujo. Cheira mal. Tenho medo de abrir, afinal, o que pode me oferecer uma pessoa em estado tão lastimável? Deve, inclusive, estar bêbado. Pode até ser violento. Que culpa tenho eu se a sorte não lhe sorriu? Nunca lhe fiz nada de mal. Tenho medo de abrir. E se for assalto ou, Deus me livre, uma gangue ou quadrilha de marginais? Além do mais, o que os vizinhos vão dizer se virem alguém tão malvestido na frente da minha casa?

Faço menção de dar as costas e ir embora. Ele percebe que há gente dentro da casa e bate de novo. "Doutor, preciso de sua ajuda". Nem olho para trás, apago a luz da sala e entro no meu quarto. É véspera de Natal. Logo meus convidados irão chegar. São pessoas da mais alta estirpe da sociedade. A ceia será de primeira. Não posso ser perturbado por um João Ninguém.

Olho para o Rolex no meu pulso, 21h45, os convidados devem começar a chegar para a ceia. Coloco um CD com Vivaldi – sempre gostei das Quatro Estações – e relaxo no sofá. Adormeço.

Acordo com um sobressalto: são 23h30 e estou só na sala escura e silenciosa. Onde estão meus convidados? Ninguém apareceu? Impossível! Gastei muito dinheiro nesta festa! Eles têm que vir!!!

De repente, saio correndo e abro a porta para ver se há alguém chegando. Tropeço e caio. Encostado na minha porta, dormindo encolhido, está o mendigo que insistia em falar comigo. Deus! Será que não vou conseguir me livrar dele?

Ele acorda e me olha espantado: "doutor, eu preciso de uma ajuda. Não queria incomodar, mas minha mulher está para dar à luz. Estou desempregado há mais de um ano; vivo de bicos. Estamos morando no lixão, catando coisas como lata e papelão, mas a prefeitura disse que a gente não podia ficar lá e nos mandou para um abrigo, mas estava lotado. A gente não conseguiu entrar; ficamos vagando de um lugar para o outro".

"Ficamos vagando? Esse cara é louco! Não estou vendo ninguém com ele. Na certa esta história de mulher que vai dar à luz é mentira. Ele quer arrancar dinheiro de mim, como sempre", pensei comigo. E o mendigo continuava falando.

"A gente estava tentando ir para o hospital, mas as dores começaram, aí me lembrei que o senhor é médico. Como a gente estava aqui perto, na pracinha ali, deixei minha mulher em um banco e corri aqui. Não quero nada do senhor, não, quero apenas que dê uma olhada na minha esposa e me ajude a levá-la ao hospital".

Justo agora? Será que não vê que estou de *smoking*? Além do mais, há pelo menos 20 anos não faço um parto, desde que montei meu próprio hospital. Bem, já que pelo jeito meus convidados não virão mesmo, não custa nada dar uma olhada.

Chegamos à praça por volta das 23h50. As estrelas estão muito brilhantes esta noi-

te, especialmente uma que parece estar bem sobre a praça. Acho estranho. Nunca vi isso. Mas logo esqueço desse detalhe e me concentro na mulher.

Meu Deus, as contrações estão muito fortes. Não sei se vai dar para mover a mulher. Penso que talvez seja melhor chamar uma ambulância. "Como é o seu nome?", pergunto. "É Maria, doutor".

"Vamos fazer o seguinte, Maria: mantenha a respiração firme enquanto eu a examino. Se der tudo certo, chamamos a ambulância e você vai para o hospital". Mal acabei de falar e a bolsa estourou. Essa não! O tempo se esgota. Corro em casa e pego minha maleta. Me sinto como nos tempos em que fazia residência nos grandes hospitais de São Paulo, logo que me formei. Minha pulsação aumenta. Parece que estou mais vivo do que nunca.

Não há tempo para pegar toalhas ou panos limpos. Uso minha camisa e meu *smoking*. Com a ajuda do pai, na madrugada brilhante de 25 de dezembro, nasce um lindo menino, em uma praça de uma pequena cidade.

As estrelas estão mais radiantes. Ao longe, rojões anunciam a chegada de Cristo. A criança chora e me sinto como um jovem. Choro também. É Natal. Estou sentado com a criança no colo. O pai se aproxima: "obrigado doutor, mas temos de ir embora". Ele toma a criança nos braços. "Qual será o nome?", pergunto. "Estamos pensando em Jesus", diz o pai. Antes do amanhecer, a família desaparece no horizonte, envolta em uma luz.

Fico na praça perdido em pensamentos. Cristo nasceu hoje. E me deu a honra de presenciar isso. Obrigado, meu Deus! E que todos tenham um Feliz Natal!

Marco Antonio Vieira de Moraes
Jornalista



TURISMO RURAL PEDAGÓGICO



15 anos

SÍTIO SANTA ROSA

Tatuí - SP

um espaço lúdico e educativo

*O verdadeiro sentido da existência humana
não é simplesmente nascer, viver e morrer,
mas, sim, deixar um pouco de si em cada momento em que se vive.*

Márcia Reis

 @sitosantarosa
www.sitosantarosa.com

ggb



Boas Festas
2018





É Natal, que Deus nos abençoe!

nossas vidas muito mais pelo orgulho e pelo egoísmo do que pelo amor.

E, em sua caminhada para espalhar o Amor, Jesus sempre nos trouxe lições profundas sobre a importância da família.

Para que existe a família?

Para aprendermos juntos lições de relacionamento, paciência e tolerância – na família, somos todos mestres e aprendizes uns dos outros; para nos auxiliarmos mutuamente e realizarmos nossa caminhada conjunta neste plano de existência; para recebermos e darmos carinho, amor, tolerância e compreensão, tornando a caminhada amena e prazerosa.

Por que, então, há tantos conflitos e desentendimentos nos lares? O objetivo das experiências junto a familiares difíceis, quando ocorrem, é a pacificação. Desentendimentos no lar relacionam-se muito mais com a falta de compreensão, respeito e tolerância que caracteriza o ser humano, orientado pelo egoísmo, do que com obstáculos que não podem ser ultrapassados. Cada pessoa vive com as pessoas com que precisa viver para ajustar-se consigo, pois não existe o acaso. Nascemos nos ambientes que precisamos e nos relacionamos com as pessoas necessárias à nossa evolução.

Os maus vão se melhorando no contato com os bons; os bons vão se desenvolvendo cada vez mais com o exercício das virtudes do evangelho. No final das contas, todos ganhamos.

Por tudo isso, pensar em Natal como uma data para enfeites, presentes, decoração de shopping centers, banquetes com excesso de comida e bebedeira é diminuir muito a missão pela qual o Mestre encarnou. Não se comemora o nascimento de alguém que morreu há dois mil anos, a não ser que esse alguém tenha muito a ensinar; assim pensando, o Natal de Jesus deve ser meditado todos os dias e vivido da melhor maneira possível.

Como me disseram amigos de um movimento cristão muito engajado em vivenciar o evangelho:

O Natal é muito mais do que preencher um cheque e fazer uma doação a alguém que necessita dessa ajuda. É muito mais do que comprar uma cesta básica e entregar a uma família pobre, do que a troca de presentes, que reunir a família e cantar.

A verdadeira comemoração do Natal de Jesus é a vivência de Seus ensinamentos no dia a dia.

É olhar nos olhos daqueles que convivem conosco e buscar entender, perdoar, envolver com carinho esses seres humanos que trilham a mesma estrada que nós.

É sentir compaixão pelo mais perverso criminoso, entendendo que ele é nosso irmão e que se faz violento porque desconhece a paz.

O Natal é para ser vivido nos momentos em que tudo parece sucumbir...

O Natal é Amor. Quando Jesus pronunciou essa palavra divina, — amor — fez estremecerem os povos, e os mártires, ébrios de esperança, desceram ao circo.

Feliz Natal a todos, e um novo ano com muita saúde, serenidade e entendimento!

Estamos, mais uma vez, nos preparando para celebrar o nascimento de Jesus, grande Guia Espiritual da humanidade, farol de luz que Deus enviou para clarear a escuridão de nossos espíritos e de nossos corações.

Em belíssima mensagem, intitulada A Manjedoura, Emmanuel nos transmite importantes ensinamentos quando afirma:

“As comemorações do Natal conduzem-nos o entendimento à eterna lição de humildade de Jesus, no momento preciso em que a sua mensagem de amor felicitou o coração das criaturas, fazendo-nos sentir, ainda, o sabor de atualidade dos seus divinos ensinamentos. A Manjedoura foi o Caminho. A exemplificação era a Verdade. O Calvário constituía a Vida. Sem o Caminho, o homem terrestre não atingirá os tesouros da Verdade e da Vida”.

Como a manjedoura foi o início do Caminho, para nos guiarmos por essa estrada da maneira mais correta e não nos perdermos pela trilha, é necessário que estejamos em harmonia com o Divino Condutor; estar em harmonia com o Divino Condutor é enxergarmos nossas lições neste planeta e nossos semelhantes com o olhar do Cristo: fui ofendido, fui difamado, fui invejado, fui enganado – como Jesus reagiria nessas situações? Que resposta de amor o Mestre daria, através de palavras e exemplos, aos pobres irmãos ignorantes que ainda pensam que a violência e a desonestidade são formas de obterem o que desejam? E no caso contrário, em situações que recebemos amor, carinho e afeto, será que reagiríamos como o Mestre? Será que teríamos coragem de deixar nossos corações extravasarem a gratidão e o sentimento, abrindo-se de sua dureza para a confraternização, para o perdão, para o abraço (ou outro contato físico) que une as energias? É muito importante nos lembrarmos de algumas coisas, que muitas vezes nos passam despercebidas na correria de nossas vidas: por que Deus nos deu braços? Para que possamos exercer nossas profissões, para que possamos realizar nossas tarefas cotidianas? Deus nos deu braços para muito mais que isso: Deus nos deu braços para abraçarmos uns aos outros, pois o abraço salva vidas.

Em determinada passagem da história do Cristianismo, conta-se o momento em que Jesus apareceu a Paulo de Tarso e tocou seu coração, convidando-o para sua gigantesca tarefa de disseminar o evangelho entre todas as nações da Terra, a ir dar testemunho buscando os gentios. E o que Jesus veio fazer? Exatamente o mesmo, mas numa escala muito maior, através de sua vida e de seus ensinamentos: trazer a Luz a nós, os gentios do Amor do Pai, e que teimamos, mesmo após mais de dois mil anos da vinda do Mestre, em sermos gentios, pois ainda pautamos



Qualidade de Vida



Neuroma de Morton

Saiba mais sobre essa doença que possui tratamento



Nem todo mundo sabe, mas uma em cada dez pessoas já teve sintomas do Neuroma de Morton. É uma doença que atinge os nervos digitais plantares dos pés, causando dor na sola dos pés e nas proximidades dos dedos. É mais comum atingir mulheres após os 40 anos, já que está relacionada ao uso de sapatos “antifisiológicos”, como os de salto alto e bico estreito, levando a uma compressão do nervo entre ligamentos e ossos e consequentemente uma lesão do nervo chamado de Neuroma.

A causa do Neuroma de Morton é a compressão mecânica do nervo digital plantar entre estruturas de ligamentos e/ou ossos do pé, que estimulam a formação de uma fibrose ou cicatriz ao redor do nervo, gerando sintomas de dor e perda de sensibilidade dos dedos. O local mais frequente de ocorrência do Neuroma é no terceiro espaço digital, ou seja, entre o terceiro e quarto dedos dos pés.

Segundo o ortopedista Celso Koyama (CRM 65347), não há relatos na literatura de associação do Neuroma de Morton com os esportes. “Porém, atividades de alto impacto como corrida e saltos podem gerar sintomas de dor no pé semelhantes aos do Neuroma, mas com patologias dolorosas de outras estruturas

do pé, como ossos, tendões e bursas”, explica.

O tratamento inicial é o uso de medicações como anti-inflamatório, fisioterapia para alongamento da fascite plantar e musculatura flexora dos dedos, associado a analgesia com ultrassom. Também é recomendada a prescrição de palmilhas e calçados fisiológicos de solado grosso e rígido, que ajudam a aliviar a dor. A infiltração local com cortisona também pode aliviar a dor por algumas semanas.

Os casos cirúrgicos são indicados quando não há melhora. “Após esgotadas todas formas de tratamento clínico ou conservador do Neuroma de Morton, é feita a cirurgia. Ela consiste em remover o segmento do nervo afetado pela fibrose ou Neuroma, sendo possível abordar com corte cirúrgico pelo dorso ou planta do pé”, diz Koyama.

De acordo com o especialista, não há cura do Neuroma, pois a lesão do nervo com a fibrose é irreversível. “Porém, o tratamento clínico ou cirúrgico tem por principal objetivo o alívio da dor, sendo necessário um diagnóstico baseado em uma boa história clínica e exame físico do pé, e pode ser confirmado com a ressonância magnética”, finaliza Celso Koyama.

Ao sentir qualquer desconforto, procure um especialista para que o diagnóstico seja correto e o tratamento mais adequado.

Carla Francine Bertanha



Advogada - OAB/SP 199.318

Rua Cel. Lúcio Seabra, 403A | Tatuí/SP
(15) 3259-2621/99723-2043 | cabertanha@ig.com.br

Elio Sonda

Sistema de Radiestesia para encontrar água

Sítio Santa Sylvia - Bairro Água Branca - Boituva/SP
Élio: (15) 99766-3067



Por que devemos cuidar muito bem da área dos olhos?

A pele mais fina do corpo é suscetível ao aparecimento de bolsas, olheiras e rugas e fica, em média, 6% mais fina a cada dez anos

O contorno dos olhos é uma das áreas mais delicadas do rosto, principalmente porque tem a pele mais fina. Com isso, os maus hábitos – como alimentação carente de nutrientes essenciais, poucas horas de sono e pouca ingestão de água – fazem com que essa área sofra muito, ocasionando o aparecimento de bolsas, rugas e olheiras.

Segundo especialistas, a região dos olhos precisa ser tratada de forma intensiva, já que é nela que aparecem os primeiros sinais de envelhecimento, como linhas e rugas finas abaixo e nas laterais dos olhos. Um dos motivos pelo qual isso acontece é devido a grande movimentação das pálpebras, já que seus músculos são feitos para realizar movi-

mentos automáticos de contração rápida, como aqueles necessários para piscar e lacrimejar.

A dermatologista Dra. Claudia Marçal, CRM 78980, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia, explica que é fundamental usar um creme específico para essa região. “Esses cremes contêm em sua formulação ingredientes na concentração e na textura ideais para tratar de forma não irritativa a área dos olhos, resolvendo, muitas vezes, problemas de rugas, bolsas, flacidez e o controle das olheiras”, argumenta.

Reunimos quatro dicas para que você possa cuidar dessa área tão específica e delicada.

1) Remova a maquiagem completamente, pois o acúmulo de resíduos na pele determina o envelhecimento precoce e o surgimento de manchas.

2) Cuidado na hora da aplicação dos produtos. Nada de aplicar hidratantes, protetores solares e maquiagens com força. Qualquer atrito é nocivo para essa área. Por isso, em vez de esfregar com força, faça movimentos leves e circulares.

3) Protetor solar sempre! Todo mundo já sabe, mas essa dica nunca é demais! E esse hábito é determinante para o sucesso de qualquer tratamento da região e para evitar o câncer da pele, o fotoenvelhecimento e o surgimento/agravamento das manchas.

4) E, por último, lembre-se de sempre procurar produtos específicos para o contorno dos olhos. Os dermocosméticos para essa região devem ser capazes de hidratar e tratar ao mesmo tempo, melhorando o aspecto que você deseja - como bolsas, por exemplo, e o ressecamento.



PERSONAL PHARMA
farmácia de manipulação
www.personalpharma.com.br

TRI-UP +

- Suaviza rugas glabellares, marionetes e sulcos;
- Refaz a conexão núcleo - citoesqueleto - MEC;
- Recupera a suavidade da pele após contração por expressão.

TRI-UP EYES

- Diminui as olheiras e rugas;
- Levanta as pálpebras;
- Melhora a elasticidade da pele;
- Melhora as marcas de expressão.

Slendacor e Zembrin, sucesso absoluto na Personal Pharma!

Nunca use medicamentos sem orientação de um profissional. Fale com seu médico ou farmacêutico.

Faça-nos uma visita e comprove!!

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

f Personal Pharma Farmácia de Manipulação
i personal_pharma



Qualidade
 Atendimento
 Entrega rápida
 Apresentação de Natal
 que vale o ano todo!



12x

do básico ao acabamento

Ofertas válidas de

1 a 24/DEZEMBRO/2018

ou enquanto durarem nossos estoques

ACESSE NOSSAS REDES SOCIAIS

/redecaetano

@redecaetanooficial



Imagem ilustrativa



Telha de Fibrocimento INFIBRA

Cod.41225	2,44x0,50x4mm	por apenas	à vista RS9,99	ou 12x de RS0,86
Cod.41224	2,44x1,10x5mm	por apenas	à vista RS27,99	ou 12x de RS2,41



Frete grátis até 10 km do local da compra

Bloquinho s/ Trava Cerâmica Caetano 11,5x14x24cm Milheiro

em 12x de **RS31,79** ou **RS369,99** à vista em até 3x



Frete grátis até 10 km do local da compra

Blocão Cerâmica Caetano 14x19x29cm Milheiro

em 12x de **RS72,17** ou **RS839,99** à vista em até 3x



Cj. Toucador CAETANO

em 12x de **RS6,87** ou **RS79,99** à vista em até 3x



do básico ao acabamento

SUPER OFERTA!



Forro de PVC 7mm Normalizado Branco REAL PVC Barra 4,5,6 e 7m

em 12x de **RS0,94m²** ou **RS10,99** à vista em até 3x



Não acompanha assento Cod.38149



Bacia Convencional LORENZETTI Square Branca

em 12x de **RS10,74** ou **RS124,99** à vista em até 3x



Não acompanha assento



Bacia c/Cx. Acoplada DECA Dual Flux IZY 3/6 Lt

em 12x de **RS15,46** ou **RS179,99** à vista em até 3x



ACESSE

www.redecaetano.com

Ofertas válidas em vias públicas. Não pague este impresso em vias públicas. Ofertas válidas por tempo limitado.



Ofertas desta página EXCLUSIVAS para o CAETANO HOME CENTER

Cod.50178

Frigideira 024 BRINOX Mix Smart Plus 1,35L VRM 4791/349

em 12x de **R\$6,01**
ou R\$69,99 à vista em até 3x

Cj. Panelas BRINOX Ceramica 5 pçs VRM Life Smart 4789/100

em 12x de **R\$20,62**
ou R\$239,99 à vista em até 3x

Cod.38409

Cj. Panelas BRINOX Clove 5 pçs CBR 7111/400

em 12x de **R\$14,60**
ou R\$169,99 à vista em até 3x

Cod.49680

Máquina de Macarrão CLINK 8x20x13,5cm Cod.CK1893

em 12x de **R\$8,59**
ou R\$99,99 à vista em até 3x

Cod.49658

Jarra de Vidro CLINK 1,4 Lt Cod.CK751

em 12x de **R\$1,55**
ou R\$17,99 à vista em até 3x

Cod.49666

Bandeja Espampada FORTLEA Ref. 7834

em 12x de **R\$0,69**
ou R\$7,99 à vista em até 3x

Cod.49664

Jg. 7 pçs Jarra 1 Lt e 6 Taças UNIK 302 ml UH00018-AZ

em 12x de **R\$8,59**
ou R\$99,99 à vista em até 3x

Cod.50446

Esfregão Mop MOR Limpeza Prática Cod.8298

em 12x de **R\$5,58**
ou R\$64,99 à vista em até 3x

Cod.35108

Caneca Joaquinha Balaio Cores BELA VISTA Cod. 294

em 12x de **R\$0,86**
ou R\$9,99 à vista em até 3x

Cod.49040

Vaso de Planta Artificial CLINK 23x8,5 cm Cod.CK2330

em 12x de **R\$1,29**
ou R\$14,99 à vista em até 3x

Cod.49660

Vaso de Planta Artificial CLINK 18x6,5 cm Cod.CK2331

em 12x de **R\$1,37**
ou R\$15,99 à vista em até 3x

Cod.49661

Bule Viena INVICTA Mix Rosa/Menta 750 ml Ref.100396511802

em 12x de **R\$3,44**
ou R\$39,99 à vista em até 3x

Cod.33366

Jg. de Utensílios KEY Colors

Cod.50461	6 Colheres ID-6825K	por apenas R\$19,99	ou em 12x de R\$1,72
Cod.50451	6 Garfos ID-6739K	por apenas R\$19,99	ou em 12x de R\$1,72
Cod.50452	6 Facas ID-6737K	por apenas R\$19,99	ou em 12x de R\$1,72

JARDIM

Vaso Denise Terracota WEST GARDEN Parede 30 cm

em 12x de **R\$1,72**
ou R\$19,99 à vista em até 3x

Cod.48933

Vaso Cerâmico Frankfurt JAPI Bronze 10 Cod.VCFZ10

em 12x de **R\$2,83**
ou R\$32,99 à vista em até 3x

Cod.48976

Vaso Quadrado Moderno JAPI 48 Café Cod.JCQMK48

em 12x de **R\$17,18**
ou R\$199,99 à vista em até 3x

Cod.48965

Vaso de Parede Moderno JAPI 25 Café Cod.JVPMK25 Cimento Cod.JVPMC25

em 12x de **R\$3,87**
ou R\$44,99 à vista em até 3x

Cod.41501/41502

Terra Golden CIANEX 19,80 kg

em 12x de **R\$0,60**
ou R\$6,99 à vista em até 3x

Cod.48912

Argila Expandida CIANEX 2,0 kg

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

Cod.48912

Substrato p/Orquideas WEST GARDEN Pronto Uso Premium 500 g

em 12x de **R\$1,55**
ou R\$17,99 à vista em até 3x

Cod.48952



Trav. Romeu Picchi, 458 Fone/Fax: (15) 3322-5000

Tatuí - SP



Rua Juvenal de Campos, 593 Fone: (15) 3322-2020

Tatuí - SP



Rua Manoel de Lara, 295 Fone: (15) 3267-8900

Capela do Alto - SP



R. Bento Bueno Casemiro, 150 Jd. Santa Rita Fone: (15) 3322-5040

Tatuí - SP



Rua Camilo Thame, 351 Fone: (15) 3268-9700

Boituva - SP



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

Itapetininga - SP



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

Cerquilha - SP



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

Tatuí - SP



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

Tatuí - SP

09 lojas para melhor atendê-los!

Terceira Idade

Especialista dá dicas de como aproveitar a melhor fase da vida



A terceira idade começa a partir dos 60 anos ou mais. Essa etapa caracteriza-se por mudanças físicas em todo o organismo do indivíduo, alterando suas funções e comportamentos, percepções, sentimentos, pensamentos, ações e reações.

Porém, mesmo em meio a um turbilhão de mudanças, não existem restrições para a terceira idade. O importante é ser feliz, fazer o que traz alegria, cuidar do corpo e da mente através de práticas saudáveis no dia a dia, dentro das possibilidades de cada indivíduo. O idoso deve ser protagonista da sua própria história e conhecer o Estatuto do Idoso para viver uma velhice digna.

Mas, para poder desfrutar de bons momentos, é importante lembrar que vamos colher na velhice todos os frutos que plantamos durante nossa vida. “Se levamos uma vida regada à má alimentação, falta de exercícios físicos, estresse, abuso de álcool, cigarros e outros tipos de drogas, não deve-

mos esperar colher bons frutos na terceira idade. Provavelmente teremos algumas doenças crônicas e necessitaremos de maiores cuidados”, explica a gerontóloga Paola de Campos (ABG 114/2009).

Para quem não sabe, o gerontólogo é o profissional especializado em gerontologia, que é a ciência que estuda o processo de envelhecimento biológico, psicológico e social; abrangendo aspectos do envelhecimento normal e patológico e que busca compreender as experiências da velhice em diferentes contextos históricos e socioculturais.

De acordo com a especialista, a realização de consultas e exames são muito importantes para controlar doenças e preveni-las, principalmente na terceira idade. “É muito importante que o idoso se consulte com o médico geriatra, anualmente, para a realização de exames de rotina e outros que o profissional julgar importante”, alerta Paola.

Vale ressaltar que a população brasileira manteve a tendência de envelhecimento dos últimos anos e ganhou 4,8 milhões de idosos desde o ano

de 2012, superando a marca dos 30,2 milhões em 2017, segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua – Características dos Moradores e Domicílios, divulgada este ano pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE).

Mas, mesmo com essa constatação, algumas pessoas ainda têm medo de envelhecer, de não estar preparado física e psicologicamente. Para os idosos que apresentam alguma doença crônica, como diabetes, colesterol alto, artrite reumatoide, hipertensão, adaptar-se ao processo de envelhecer juntamente com essas doenças pode ser mais difícil, porém, não é algo impossível.

Por isso, é preciso reavaliar a situação vivida, redefinir metas e alterar estratégias de enfrentamento do cotidiano e dos próprios sentimentos para poder se adaptar à nova fase da vida e vivê-la da melhor maneira possível, mesmo que acompanhada de limitações.

Estar atento aos sinais que o corpo emite é indispensável para envelhecer com qualidade de vida. Sejam eles bons ou maus sinais. O que vale é viver o hoje! Afinal, idade são apenas números.

EXAMES

FLUIDOS CORPORAIS | SANGUÍNEOS | ALERGIAS | URINÁLISES
CITOLOGIAS | GRAVIDEZ | BIOQUÍMICA | HEMATOLOGIA
PARASITOLOGIA | MICROBIOLOGIA | PAPANICOLAU | ESPERMOGRAMA
BIOLOGIA MOLECULAR | DOSAGEM HORMONAL
TESTES DE PATERNIDADE | IMUNOLOGIA E ANÁTOMOS-PATOLÓGICOS

**Feliz Natal e um
próspero Ano-Novo!**



**Sempre pronto para
atendê-lo onde você estiver.**



FROTA PRÓPRIA

laboratório
CRUZEIRO

www.laboratoriocruzeiro.com.br

 [labcruzeiro](https://www.facebook.com/labcruzeiro)

Postos de coletas

Tatuí - Laboratório Cruzeiro

Rua do Cruzeiro, 493, Centro
(15) 3251-6023

Lucemi/Moreno

Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, 145, Centro
(15) 3251-3487 / (15) 3259-1994

Porangaba - Coleta Domiciliar (ligue e agende)

(15) 99601-3098

Boituva - Lucemi/Moreno

Rua São Roque, 191, Centro
(15) 3268-1597

Capela do Alto - Clínica Reunidas

Rua Prefeito José Guilherme, 486, Centro
(15) 3467-5237

Araçoiaba da Serra - Clínica Climep

Rua 21 de Abril, 744, Centro
(15) 3281-5655

Gustavo Borges

*Tatuí recebe a visita do mito da natação
que conta parte de sua trajetória*



R eferência na natação, Gustavo Borges possui um método exclusivo de treinamento, que inclusive leva o nome dele. No início do mês, a Revista Hadar acompanhou a visita do medalhista olímpico em Tatuí, numa escola de natação que aplica o método dele há 10 anos.

Borges, que se não tivesse escolhido a natação seria jogador de vôlei ou basquete, é considerado um dos maiores nomes da natação mundial, possui quatro medalhas olímpicas e 19 pan-americanas, considerado, atualmente, exemplo de motivação e foco dentro e fora das piscinas. Aos 45 anos, 2 metros e 3 centímetros de altura, nascido em Ribeirão Preto, ele marcou história no esporte. “O momento mais histórico da minha carreira foi nas Olimpíadas de 1992, que fiquei com a medalha de prata nos 100 metros de nado livre. Foram 40

minutos esperando o resultado. Mas valeu a pena”, recorda Borges.

Em Atenas, no ano de 2004, ele nadou o revezamento 4x100m livre e se despediu das piscinas. Hoje em dia, dedica-se ao ramo empresarial e leva o Método Gustavo Borges para todo o Brasil.

Dentro da metodologia, é realizado um trabalho com natação para bebês a partir dos seis meses de idade ou até antes, dependendo da estrutura do local e da capacitação profissional dos professores. O diferencial do método é o foco no processo pedagógico, educação por meio da natação, ou seja, é um processo baseado em desenvolvimento cognitivo, motor e comportamental dos alunos.

Ao todo, são 420 parceiros no Brasil todo e, sempre que possível, Gustavo Borges realiza visitas às escolas. “A natação não tem restrição, é uma atividade com pouco impacto e os

benefícios são inúmeros, incluindo melhora do sono, alimentação, desenvolvimento motor e segurança no ambiente aquático”, explica o profissional.

Uma das parceiras é Marusca Neves Passini, formada em educação física e proprietária da escola de natação que recebeu a visita de Gustavo Borges. Ela diz que entre os diferenciais do método, é que existe uma sequência pedagógica, ou seja, as aulas não são aleatórias. “A cada três meses há avaliações, eventos e campanhas em torno dos nossos objetivos, como salvamento aquático, retenção de alunos. O método foi escolhido por oferecer suporte à escola de natação, pois há um controle das aulas, organização”, explica a profissional.

Além de Tatuí, o ex-nadador leva seus conhecimentos aquáticos para 220 cidades, 350 estabelecimentos, 20000 professores e 170000 alunos.

*Feliz Natal e próspero Ano-Novo, é o
que nós da academia Onda Viva
desejamos para você.*



- 2 piscinas com ozônio
- Aparelhos de musculação
- Equipe travessia
- Natação a partir de 4 meses

Microfisioterapia

Que tal entender por que você tem dor?



Você sabia que a dor que te atrapalha hoje, pode ter sua causa lá na infância?

Nosso corpo grava tudo o que acontece de estressante, seja uma queda, medo, perda de entes queridos, ou até o uso de medicamentos que foram prejudiciais, fazendo com que o corpo reaja com dor ou inflamações para se proteger. Mesmo que o evento tenha acontecido há anos.

Foi com essas informações que os fisioterapeutas osteopatas franceses Daniel Grosjean e Patrice Bénini idealizaram a microfisioterapia. Baseada na embriologia através de toques suaves, é possível descobrir quando foi a data do evento que fragilizou o organismo, e assim direcionar o próprio corpo para a autocura.

Por exemplo, se uma pessoa passou por um acidente de carro há anos

e o corpo entendeu como traumático, toda vez que andar de carro, seu corpo libera substâncias iguais ao dia do evento, mesmo que o acontecido não venha em sua memória.

A microfisioterapia “descobre” esses eventos e já desbloqueia na mesma sessão, deixando o organismo com novas possibilidades de cura.

Indicado para dores de coluna, depressão, infertilidade, enxaqueca, síndrome do pânico, melhora de performance de atletas, melhor rendimento de estudantes entre muitos outros.

Não existe contra-indicações, pode ser feita desde gestantes, recém-nascidos e idosos. O intervalo entre as sessões são de 60 dias, pois o organismo precisa de um tempo para se regenerar.

Allan Torquato

Fisioterapeuta CREFITO - 3/268893-F

be·You·tiffull
Hair and Care

Elmec

Salão de Beleza

Corte Kids/Corte Unisex/Químicas em Geral/Manicure e Pedicure

Márcia Gatin - (15) 99707-5413

Ilca Falconi - (15) 99694-3003

Podologia

Unhas Encravadas/Calos e Calosidades/Fissuras/Olho de Peixe
Verrugas Plantares/Micose/Massagem Relaxante/Avaliação Gratuita

Valter Nakazawa - (15) 98137-3329

Estética Avançada

Carboxiterapia/Tratamento de Gordura Localizada/Peelings Químicos
Aplicação de Enzimas/Microagulhamento Estético/Toxina Botulínica

Preenchimento Dérmico/Peim (secagem de vasinhos)

Grayce Moreno - (15) 99765-6180

Microfisioterapia e Osteopatia

Allan Torquato - (15) 99707-5413

Cabelo | Estética Facial | Estética Corporal | Depilação
Manicure | Pedicure | Podologia | Micropigmentação
Atendimento Unisex

Rua Dorival Carneiro, 35 - Tatuí/SP | (15) 3251-6697

f Be · You · Tiffull Hair and Care

Seu anúncio onde todos possam ver!



Elmec
comunicações

Rua 7 de Maio, 150 | Centro | Tatuí/SP
www.elmeccomunicacoes.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br

f /camargoelmec

☎ (15) 99789-5267/3259-7014/32594543

CULTURA





Léo e Júlio

A dupla sertaneja do momento

Eles ainda estão no comecinho da carreira, mas já possuem um repertório que transita por todas as vertentes do sertanejo. A dupla Leo e Júlio começou em Boituva e leva alegria por onde passa com músicas românticas e o melhor do Sertanejo Universitário.

Leandro Luiz, natural de Maringá, e Jhulyon Cardoso, de Assis Chateaubriand, ambas no Paraná, formam hoje uma das duplas de maior prestígio da região. O projeto deles surgiu em meados de 2015, mas se concretizou em 2016.

Leo e Júlio já eram amigos e trabalhavam juntos em uma marcenaria. Apesar de sempre receber o incentivo de amigos, nunca imaginaram cantar profissionalmente. E o que era somente um passatempo, tornou-se algo definitivo este ano e eles resolveram deixar o ramo que atuavam, para definitivamente partir para a música.

Porém, antes de ficarem em evidência na região, eles enfrentaram muitos obstáculos. “Ainda enfrentamos, pois nesse mercado não basta ser bom pra ter destaque, tem que ter investimento, uma equipe apoiando e essa é nossa maior dificuldade de momento”, explica Leo.

Mas, mesmo em meio às dificuldades, em nenhum momento eles pensaram em desistir. Nem quando ganharam muitos “nãos” na hora de divulgar o trabalho. “Muita gente que desacreditou em nós um dia, hoje, nos contrata para cantar. E isso foi um meio de nos deixar fortalecidos”, diz Júlio.

E como toda dupla, eles também se inspiram em grandes nomes: “Entre nossas referências, podemos destacar o Trio Parada Dura e a dupla Tião Carreiro e Pardinho, que inclusive temos o sonho de cantar com eles, além de Gian e Giovani”, conta Leo.

Outro sonho que a dupla guarda é ter reconhecimento por parte do público: “Apesar de

já termos levado nosso trabalho até para Lisboa, em Portugal, queremos ter destaque no Brasil, que é berço daquilo que cantamos, das nossas tradições”, destaca Júlio.

Mas, como não se vive só de sonho, a dupla conta que está fazendo de tudo pra se consolidar no meio musical. Prova disso é que já existem algumas composições e uma novidade: “Vamos gravar uma música que se chama “Tomando Moda, Escutando Pinga”, escrita por nós. Além disso, pretendemos gravar um CD”, diz Leo.

Para os fãs, a dupla adianta que vai voltar à Europa em fevereiro do ano que vem para dar seguimento aos trabalhos e que até a metade de 2019, vem novidade por aí. Mas, antes disso, os cantores vão fazer um show muito bacana na virada do ano, em Boituva.

Nós, da Revista Hadar, desejamos muito sucesso e plateias sempre cheias!

Venha conhecer o segredo
mais bem guardado da
Rua Onze!



Rua Onze de Agosto, 107 | Centro | Tatuí/SP | (15) 99712-0993
f Buteco Quase Cheio | i Buteco Quase Cheio

Pavanelli
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

Uma loja completa para você!

Av. Dr. Salles Gomes, 195 | Centro | Tatuí/SP | (15) 3251-1365
www.pavanellimateriais.com.br | f Pavanelli Materiais para Construção



Aula de quê?

O importante papel dos pais no desenvolvimento dos filhos e a importância de se experimentar cada fase e oportunidade da vida

Chegou o final de ano! É época em que fazemos nossas avaliações sobre o ano que passou e planos para o ano que virá. Mês em que as crianças são muito mais lembradas: brincadeiras, presentes, demonstração de amor, carinho e nós, adultos, queremos transmitir o quanto elas são importantes. Para a família, a certeza da continuidade de vida e a projeção de futuros bem-sucedidos. Momento também para refletir sobre nossa responsabilidade, sobre quais vivências oferecemos para construção da felicidade e autoestima das crianças.

É tempo também de começar a avaliar o ano que está entrando na reta final e iniciar a programação para o novo ano. E como distribuir os resultados numa balança, de que ponto partir para separar o “positivo” do “negativo”?

Todos nós nascemos com “talento”, uma tendên-

cia que já nasce com o indivíduo e pode melhorar com o treino, ou piorar de acordo com o ambiente. Aí, entram os pais: apresentando atividades, incentivando a persistência, motivando e observando os resultados. As crianças devem experimentar diferentes experiências sensoriais, motoras, emocionais, que despertem curiosidade, estimulem a imaginação e o pensamento crítico. É interessante propor às crianças soluções de problemas que levem à reflexão, e não à resposta imediata, levantando questionamentos de ‘como?’ e ‘por quê?’, já que a experiência de solucionar problemas auxilia na criação dos circuitos cerebrais mais efetivos.

Permitir à criança participar de uma aula específica pode ajudar a aflorar o talento e potencialidades, que nem ela sabia possuir. Quem nunca teve contato com a dança, por exemplo, nunca saberá se tem facilidade e se aquilo é divertido e lhe dá prazer. E não somente em atividades artísticas, existem crianças com talento para

matemática, para o esporte ou para a literatura. Novamente, é indispensável o olhar atento dos pais, para identificar quando a criança se sente à vontade e volta feliz e motivada depois de determinada atividade, abrir o espaço em casa para conversar com os filhos sobre o que mais gostam, deixá-los falar sobre suas dificuldades e ouvir sobre a relação deles com a escola e colegas.

Então, quando for pesar os erros e acertos do ano que está terminando para programar o próximo, pense nas oportunidades de vivenciar experiências fornecidas às crianças e como elas se sentiram com elas. Não hesite em oferecer novas opções! Não há nada de errado em descobrir que, mesmo depois de 8-10 meses de aulas semanais, seu filho não se tornou um pianista, mas descobriu que sente grande prazer em cantar, por exemplo. Ouça-o e permita-lhe que tente. Aí, sim, é que os pais mostram a sua importância no sucesso dos filhos.

Equipe Pedagógica Educescere

**OBRIGADO
PELA
PARCERIA
EM 2018.
E QUE POSSAMOS
CONTINUAR
CONSTRUINDO
O FUTURO
JUNTOS
EM 2019!**

📍 R. Martiniano de Azevedo, 78
Centro • Tatuí/SP
☎ 15 3259-0041
☎ 15 99838-0934
www.educescere.com.br




EDUCRESCERE

Alunos do Colégio Objetivo de Tatuí conquistam medalhas na Olimpíada Brasileira de Astronomia

O Colégio Objetivo de Tatuí homenageou, no dia 30 de novembro, seus alunos medalhistas da 21ª Olimpíada Brasileira de Astronomia - OBA, realizada em parceria pela Agência Espacial Brasileira, Sociedade Astronômica Brasileira e Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

Todos os participantes receberam certificados e, entre eles, tivemos alunos medalhistas da OBA nas categorias ouro, prata e bronze.

O Objetivo Tatuí é uma das poucas escolas no Brasil a contar com um planetário fixo, de responsabilidade do Astrônomo Luís Marino, onde nossos alunos tiveram a oportunidade de utilizar como um ambiente frequente de estudo.

Iniciamos nossa participação na OBA em 2014, com alunos do 4º e 5º

ano. Neste ano de 2018, as aulas de Astronomia foram incluídas na grade do Fundamental I, resultando assim, num excelente desempenho de nossos alunos, segundo Patricia Estanagel, coordenadora pedagógica.

As aulas foram ministradas pela professora Juliana Ap. Vieira, que possui extensão em Astronomia e Astrofísica, mestranda em Ensino de Ciências e Astronomia pelo IAG/USP. "Foi um processo novo, que envolveu muita pesquisa, pois não há um planejamento específico de astronomia para crianças. O conteúdo foi criado e adaptado de acordo com a idade de cada turma", conta Juliana.

A empolgação dos alunos e a forma como aproveitam as aulas e compartilham com seus familiares o conhecimento adquirido mostra como a ciência pode ser apaixonante.



Ana Júlia de Oliveira Prestes
Medalha - Prata



Ana Luísa Barbosa
Nogueira Ramos
Medalha - Ouro



Giulianna Martins de Faria
Medalha - Prata



Lucas Bolzan Costa
Medalha - Bronze



Lucas Estanagel de Barros
Medalha - Ouro



Maria Vitória Costa
de Almeida
Medalha - Prata



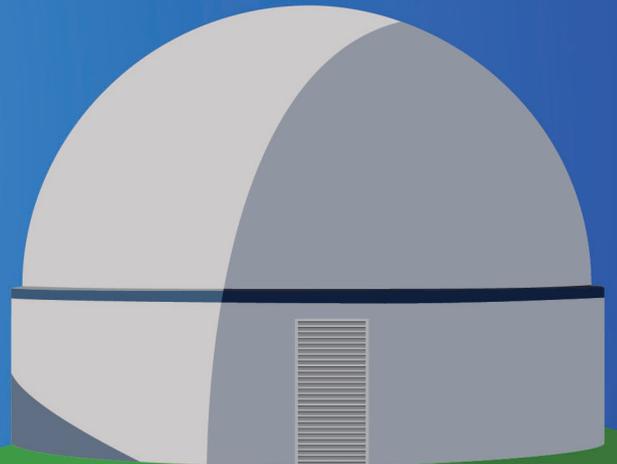
Valentina Loureiro Pinto
Medalha - Bronze



Lucas E., Giulianna, Lucas B.,
Ana Júlia, Valentina, Ana Luísa,
Maria Vitória



Valentina, Lucas, Ana Júlia,
Ana Luísa, Professores: Patricia,
Juliana e Luis Marino



Pequenos Notáveis



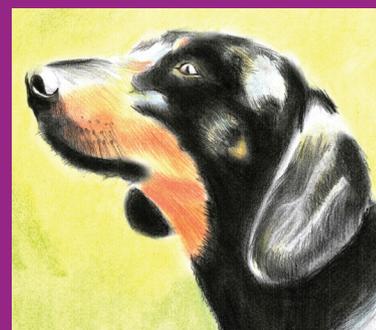
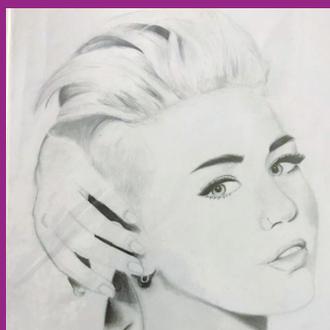
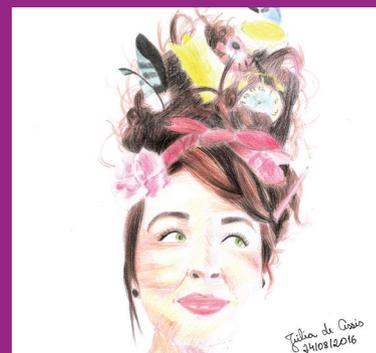
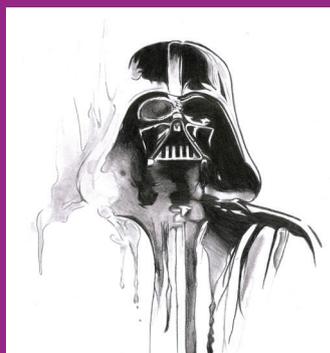
A pequena notável deste mês é Júlia de Assis Figueiredo, uma linda garota de 13 anos de idade. Júlia está cursando o 7º ano na escola SESI, segundo a sua irmã Jaqueline e seu cunhado Lucas, ela é uma menina exemplar – muito estudiosa, esforçada, gosta muito de nadar e é focada. Desde pequena sempre gostou de desenhar e atualmente está fazendo aulas de dese-

nhos no estúdio de Deivid Leite. *Diga-se de passagem*, haja foco! Dá uma olhadinha nos desenhos, caro leitor!

Júlia, nós, da Revista Hadar, lhe desejamos todo sucesso do mundo. Um Feliz Natal e um Ano-Novo repleto de realizações!

Seu filho também é um pequeno notável?

Então, mande seu trabalho para o e-mail: jornalismo@revistahadar.com.br para que ele possa brilhar nas páginas da Revista Hadar.



Você sabia?

Símbolo da Paz

Conheça a origem e o significado dos símbolos

Caro leitor, se você pensou que a escolha desse animal para representar a ordem no planeta é obra recente ou de alguma ação de marketing, enganou-se. A sua origem é bem mais antiga e está presente em passagens bíblicas, mais especificamente na mais conhecida história da Arca de Noé.

Poucos símbolos ou conceitos são tão comuns e conhecidos como a pomba da paz. Uma das razões para isso está no fato de ela ser mundial. Você sabe por que uma pomba branca é um símbolo tão conhecido pela paz? E a origem dessa simbologia, você faz ideia de onde vem?

Então, o significado começa na passagem da bíblia na qual Noé estaria em meio a uma grande tempestade e precisava saber se as águas já permitiam que voltasse a navegar. Para isso, enviou uma pomba que retornou com um ramo de oliveira. Para a religião, a simbologia desta ave representava a paz entre Deus e os humanos.

Na religião judaica, o significado da pomba da paz também possui uma origem diferente. Esse animal era usado para sacrifícios, pois representava a pureza. E também, para os judeus, ela é vista como mensageira.

A história do animal, presente em religiões de alta representatividade mundial, trouxe o significado da pomba da paz. Ela carrega diversas características que são relacionadas com a ordem do planeta, como esperança, pureza e harmonia.

Muitas dessas características também foram associadas com a cor branca, que representa tranquilidade.

de. Na representação dos sacrifícios judaicos citados anteriormente, a pomba não poderia ser colorida, sendo obrigatório que mantivesse o branco para associá-la à sua simbologia.

As mensagens positivas que as pombas trazem nas religiões também possuem relação com a paz mundial. Existe a esperança de que elas possam trazer a notícia de que toda população enfim alcançou a harmonia.

Mas a pomba branca não é o único símbolo da paz que existe atualmente. São vários outros bem conhecidos – e na sua maioria utilizam o branco como cor. Um exemplo bem conhecido é a bandeira branca. Ela é geralmente utilizada em conflitos como símbolo do rendimento e da consequente busca por pacificação. Também pode ser entendida como representação da união entre os povos.

Há também como símbolo da paz uma imagem composta por um círculo e uma linha ao centro seguida por outras duas abertas em ângulos de 45°, e assim como o significado da pomba da paz é usada bastante como pedido para o final de guerras. Há quem pense que esse símbolo é dos hippies, afinal, era muito comum encontrá-los utilizando essa imagem.

A verdade é que essa foi uma criação contemporânea aos hippies, mas com uma finalidade ligeiramente diferente: a campanha pelo desarmamento. As linhas representam uma união imaginária das letras “N” e “D” – iniciais de desarmamento nuclear, em inglês (Nuclear Disarmament).

Atualmente, esse símbolo aparece em acessórios, estampas de camisetas... Mas a origem dele traz um significado não tão feliz quanto gostaríamos de imaginar, ele foi criado em 1958 pelo artista e designer britânico Gerald Holtom para representar o desespero que ele sentia diante do mundo que o cercava. O sinal foi criado durante grandes protestos em que as pessoas lutavam contra a construção de armas nucleares na Inglaterra.

Por mais que o símbolo criado por Holtom possa ser encarado como uma mensagem otimista, o designer adicionou mais um significado que não é nada esperançoso. Para ele, além das letras, os traços internos poderiam ser vistos como parte do corpo de um boneco de palito com os braços para baixo e as mãos espalmadas em sinal de agonia e desespero. Holtom ainda revelou que sua inspiração foi o quadro “Três de Maio de 1808”, de Goya.

Esses são os principais elementos que representam a busca pela paz no mundo. O significado da pomba da paz é possivelmente o mais conhecido entre eles. A variedade de símbolos apenas dá a dimensão da necessidade de encontrar a paz e a harmonia entre os povos.



Lentilha

O grão que turbinha a sua saúde!

A lentilha, um grão completo, com diversas propriedades nutricionais, tem a origem do seu nome do latim “lenticula”, diminutivo de lente. As sementes da lentilha foram encontradas em sítios arqueológicos do Oriente Médio.

Durante milênios, as lentilhas têm sido tradicionalmente comidas com cevada e trigo, três gêneros alimentícios originários da mesma região que se espalharam por toda a África e Europa durante as migrações.

A leguminosa era apreciada no Egito, onde era servida nas sopas. Os assírios também a utilizavam, e documentos mostram que era cultivada nos famosos jardins suspensos da Babilônia, no século VIII a.C. Na Grécia Antiga, a lentilha era conhecida como alimento de sustância para pobres. Nessa época, os ricos diziam que não a comiam. Atualmente, contrariando a sua saga, a lentilha simboliza riqueza e por isso é um alimento que não pode faltar na ceia de Réveillon.

No século XVI, foi introduzida na América, mas só com o término da Primeira Guerra Mundial, passou a ser cultivada nos Estados Unidos e Canadá, sendo esse último, hoje, um dos maiores produtores e exportadores mundiais de lentilha.

Sem conhecimento científico, os povos antigos utilizavam suas propriedades medicinais. Na Renascença, empregava-se a lentilha na recuperação dos

doentes. A mesma era ministrada como remédio para controlar as pessoas de temperamento insuportável. Com a parte herbácea, faziam poções usadas como coagulante nas hemorragias.

Como é vendida seca, precisa ficar de molho, aumentando de volume durante o cozimento, que é outro sinal de bom augúrio. Desde a antiguidade, já se fazia menção sobre a prosperidade que a lentilha trazia, como no Antigo Testamento. Esaú nem imaginava, mas ele foi o primeiro a se beneficiar de sua magia.

Ao voltar de uma caçada, faminto, Esaú encontrou o irmão gêmeo Jacó fazendo uma sopa de lentilhas. O aroma aguçou mais ainda o seu apetite. O esperto Jacó sabia que o irmão não iria resistir à tentação da tal delícia.

“Dê-me dessa comida”, implorou Esaú. “Vende-me o teu direito de primogênito e eu te darei um prato dela”, propôs Jacó. Esaú aceitou o negócio: “Estou morrendo de fome e não faço questão desse direito”. Jacó insistiu: “Jure”. Resposta de Esaú: “Juro”. Esaú abriu mão do direito de primogênito por aquele simples prato de lentilhas. A trama não acaba aí. Jacó passou pelo irmão, enganando o pai velho e quase cego, para obter a bênção especial que confirmaria sua conquista. Esaú se enfureceu, chegou a pensar em matar

Jacó, que fugiu. Após seu retorno, Esaú o recebeu fraternalmente e selada a reconciliação, cada um seguiu o próprio caminho. Ao abdicar do direito de primogênito, Esaú abriu mão de suceder o pai como patriarca da família. Mas, com o passar dos tempos, tornou-se um homem muito rico. A história afirma que isso só aconteceu porque comeu o prato de lentilhas.

No Brasil, chegou pelas mãos dos imigrantes europeus. Sua cultura não resiste às altas temperaturas, daí a sua adaptação na região Sul do Brasil.

A lentilha é uma leguminosa muito rica em fibras, que ajudam o trânsito intestinal e, se consumida regularmente, previne câncer de cólon e diverticulite. Por conter um alto teor de fibras, dá a sensação de saciedade, o que ajuda no emagrecimento. Outra boa fama é a grande concentração de proteínas de origem vegetal, importantíssimas para a manutenção do organismo, principalmente para pessoas vegetarianas que não têm acesso a proteínas animais.

Segundo estudos, a quantidade de proteína supera o famoso feijão, que tem 4,8g em cada 100g do alimento, enquanto a lentilha contém 6,3g. A proteína vegetal não contém o mesmo valor biológico das de origem animal, porém as leguminosas fornecem aminoácidos que, quando combinados a outros na

alimentação, acabam sendo muito bem aproveitados pelo organismo, além de serem mais funcionais e menos calóricos, já que há ausência de gordura. Fornecer carboidratos de digestão lenta também faz parte do currículo da lentilha. Tal propriedade faz com que haja uma liberação gradual de glicose, ou seja, é um alimento de baixo índice glicêmico, indicado para diabéticos.

A melhor maneira de aproveitar o ferro presente na lentilha é consumindo-a juntamente com uma fonte de vitamina C. Isso porque o legume contém o mineral do tipo não-heme, que apresenta mais dificuldade para ser absorvido pelo organismo. Lembrando que o consumo de ferro auxilia no combate à anemia. Cálcio, fósforo e potássio também são encontrados no vegetal, além de pequenas quantidades de cobre, zinco, vitaminas do complexo B e magnésio. A vitamina B6 e o magnésio são nutrientes necessários à produção de serotonina, um neurotransmissor relacionado ao bom humor. A lentilha também é fonte de triptofano, substância que proporciona a sensação de bem-estar e auxilia no combate à depressão.

Então, agora que você já conhece a origem, nutrientes e benefícios desse alimento, não o deixe faltar em sua ceia de Réveillon!

CURIOSIDADES



21 de dezembro

Um dia mais do que especial para os amantes das palavras cruzadas

O famoso passatempo de cruzar palavras, descobrir significados e exercitar o raciocínio completa mais de um século de existência neste mês!

As palavras cruzadas, tal como as conhecemos atualmente, foram inventadas pelo inglês Arthur Wynne,

responsável pela seção de entretenimento do jornal New York World. Incumbido de criar um novo jogo para a edição dominical do jornal, Wynne baseou-se em um brinquedo que conheceu nos seus tempos de criança e que tinha regras semelhantes a um passatempo popular na Roma Antiga, os *laterculus*. Mas, ao invés de fornecer as palavras que seriam cruzadas, Wynne fornecia dicas para que os leitores descobrissem as palavras que seriam inseridas em um diagrama no formato de um losango. O jogo criado por Wynne foi publicado pela primeira vez em 21 de dezembro de 1913. O jogo se popularizou rapidamente e, uma década depois, já estava em jornais europeus e em todo o continente americano.

No Brasil, as palavras-cruzadas foram publicadas pela primeira vez em 1925, no jornal carioca A Noite. Mas ganharam força apenas em 1948, quando a Ediouro Publicações lançou sua primeira revista. “Em um tempo em que não havia TV, videocassete, computador e internet, famílias numerosas costumavam preencher o tempo livre com passatempos como adivinhações e charadas. Ao ser editada a primeira revista de palavras cruzadas, o sucesso foi imediato”, lembra Henrique Ramos, diretor editorial das Revistas Coquetel/Ediouro.

Atualmente, nosso país é o quarto maior consumidor do passatempo no mundo, atrás apenas de Estados Unidos, França e Itália, com publicações voltadas às mais variadas faixas etárias e com os mais variados temas, formatos e níveis de dificuldade.

As revistas “Coquetel”, da precursora Ediouro, são líderes no mercado nacional e, buscando se aproximar

do público jovem, têm investido em novas mídias. Centenas de milhares de pessoas estão cadastradas no site www.coquetel.com.br para jogar on-line e até as principais operadoras de telefonia do país oferecem o jogo nos celulares.

Além do lazer e da diversão que proporcionam, as palavras-cruzadas são uma excelente maneira de ampliar o conhecimento e o vocabulário da pessoa e ainda são usadas na prevenção e tratamento de doenças neurovegetativas, na alfabetização de adultos e nas escolas de todo o país, no apoio ao ensino.

Segundo a história, a brincadeira que serviu de inspiração para um dos passatempos mais difundidos do mundo tem origem no século IV a.C. Nos *laterculus*, como o jogo era conhecido, os antigos romanos tinham de formar palavras cruzando-as de modo que constituíssem palíndromos (ou seja, que pudessem ser lidas tanto na vertical quanto na horizontal ou de frente para trás e vice-versa). “As inscrições mais antigas desse jogo foram encontradas nas ruínas de Pompéia, a cidade italiana destruída no ano 79 pela erupção do Vesúvio”, afirma o designer de jogos Luiz Dal Monte Neto.

Mas referências ao passatempo também foram encontrados no Antigo Egito em registros que apresentavam quadros de símbolos (hieróglifos) que costumavam ser lidos em mais de uma direção.

Uma curiosidade foi que durante a Segunda Guerra Mundial, as forças armadas britânicas recrutaram especialistas em palavras cruzadas para tentar decifrar códigos nas mensagens enviadas pelos inimigos.

Fonte: <https://culturapopnaweb.wordpress.com>

MINUTO DE REFLEXÃO

Só aqueles que têm a paciência de fazer as coisas simples com perfeição é que adquirem a capacidade de fazer as coisas difíceis com facilidade.

Friedrich Schiller

MINUTO DE SABEDORIA

“Seja o mesmo, dentro e fora do lar. O lar é a sociedade em miniatura! A sociedade é o lar ampliado. Num e noutra, seja o mesmo: firme em sua palavra, seguro em seu pensamento, honesto em seus atos, calmo na confiança em si mesmo. O homem é o que é. E a manifestação externa reflete o estado íntimo de nossa alma.

Carlos Torres Pastorino

FRASES DOS FAMOSOS

“O dia a dia na estrada, em casa, por trás dos palcos, os bastidores com você nunca viu antes... Em breve, o primeiro capítulo no meu canal”.

Gusttavo Lima, cantor, em seu perfil no Instagram anunciando sobre uma grande novidade que está por vir.

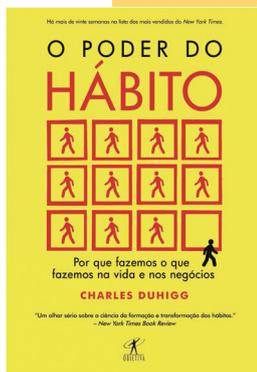
“Hoje é o dia dela: o amor da minha vida, mulher, esposa, parceira, mãe, gente fina, divertida, inteligente, linda de doer, talentosa, gata, gostosa, sensível, amiga ... fui ao dicionário buscar a definição de amor e todas as variações explicam o que sinto por ela. Agradeço a Deus pelos nossos caminhos terem se cruzado. Que Ele lhe dê saúde e a vida siga lhe trazendo todos e tantos desafios, para que você siga aprendendo e crescendo com todos eles. Te admiro. Te amo. Feliz aniversário.”

Luciano Huck, apresentador de um programa na Globo, fazendo uma homenagem de aniversário à esposa, Angélica, pelo Instagram.



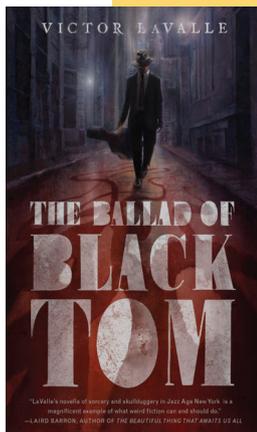
CRENÇA INABALÁVEL
AUTOR: Sandro Rodrigues
EDITORA: BUZZ

Neste livro, o autor Sandro Rodrigues compartilha sua trajetória, dedicada exclusivamente à empresa de cosméticos Hinode. Fundada pelos seus pais, a costureira Dona Adelaide e o torneiro mecânico Senhor Francisco, a Hinode começou como um empreendimento de venda direta quando Sandro ainda era um adolescente e com muito trabalho, rigorosa definição dos valores e rara força moral, a empresa familiar conseguiu um bom crescimento. Mas logo que se tornou presidente da empresa, viu o Império da família ruir. Mas com disciplina e motivação incomuns, Sandro conseguiu fazer a transição da Hinode para o marketing multinível, com base em três alicerces: paixão, crença e atitude. E assim, transformou a vida de milhares de pessoas que, atualmente, são consultores da marca, com rendas mensais que jamais imaginaram. “Crença Inabalável” é uma lição inquestionável de que qualquer pessoa pode triunfar no mundo do empreendedorismo, independentemente de sua origem social.



O PODER DO HÁBITO
AUTOR: Charles Duhigg
EDITORA: Objetiva

Este livro mostra que mudar um hábito é um processo muito difícil para a maioria das pessoas, porque exige muita dedicação e disciplina. Temos hábitos cotidianos que passam quase despercebidos, pois são padrões de comportamentos repetidos por anos e anos como: tomar banho, escovar os dentes, se alimentar, etc. Então, através da repetição destes comportamentos, os hábitos são assimilados, criando um processo de aprendizado e internalizando o conceito. Portanto, compreender por que o hábito é realizado e saber qual a sua finalidade, é um grande passo para ser alterado através da repetição de uma outra ação. “O Poder do Hábito”, escrito pelo repórter do New York Times, Charles Duhigg, que há duas décadas pesquisou como os hábitos funcionam – e, mais importante, como podem ser transformados, elabora um argumento animador: a chave para se exercitar regularmente, perder peso, educar bem os filhos, se tornar uma pessoa mais produtiva, criar empresas revolucionárias e ter sucesso é entender como os hábitos funcionam. Transformá-los pode gerar bilhões e significar a diferença entre fracasso e sucesso, vida e morte. Duhigg conclui por que algumas pessoas e empresas têm tanta dificuldade em mudar, enquanto outras o fazem da noite para o dia.



A BALADA DO BLACK TOM
AUTOR: Paulo Vieira
EDITORA: Morro Branco

Este livro conta que sobrevivendo em condições subumanas no Harlem, todos os dias, o jovem Charles Thomas Tester vai à luta para ter o que comer. Morando com seu pai Otis, que há muito já não pode trabalhar, Tester percorre as ruas entre o Queens carregando sua maleta de viola, mas sem ter um instrumento real dentro. Na verdade, o que ele carrega dentro daquela maleta é algo muito mais perigoso e maléfico do que qualquer arma humana: um livro com conhecimentos e magias ancestrais e que deve ser entregue a uma velha bruxa. Sua vida muda radicalmente quando ele conhece um estranho e solitário senhor rico que lhe faz uma grandiosa oferta: tocar em sua festa em troca de 500 dólares. Logo, Charles aceita o convite, mas ele sabe que há algum segredo por trás desse convite para tocar. Seu pai, ao ficar sabendo, adverte o filho do perigo que está correndo, mas, mesmo assim, Thomas segue o combinado. Ao adentrar à casa do senhor Robert Suydam, nota-se que há algo estranho naquela casa. Uma sensação de vigilância e sombras que se movem por todos os lados... Uma áurea obscura paira sobre aquele lugar, e quanto mais o jovem violeiro se mantém presente na casa, mais e mais ele é tomado por segredos que ameaçam toda a existência do mundo

JB BALDINI SEGUROS

JB Baldini cuida do seu veículo e você curte suas férias tranquilamente

Feliz Natal e um próspero Ano-Novo!

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

Feliz Natal e um próspero Ano-Novo!

QUATROCENTÃO

POSTO E AUTO PEÇAS

Rua do Cruzeiro, 711 | Centro | Tatuí/SP
 Fone: (15) 3251-4674/3259-1270



A Revolução Silenciosa

Há mais de 60 anos, no auge da guerra fria, o protesto silencioso de um grupo de estudantes de uma cidade da então Alemanha Oriental entrou para a história como um dos símbolos contra o regime totalitário da União Soviética.

Em 1956, na República Democrática Alemã, alunos de uma escola da cidade de Stalinstadt (atual Eisenhüttenstadt) decidem fazer um minuto de silêncio em honra das vítimas da violência das tropas soviéticas durante a Revolução Húngara, uma revolta popular contra as políticas impostas pelo Governo daquele país. Mas o protesto dos jovens, que pretendia ser essencialmente simbólico, acaba por tomar proporções que nenhum deles estava preparado para enfrentar. Adaptado da obra homônima do escritor e ensaísta alemão Dietrich Garstka (que morreu este ano), o filme é baseado em fatos verídicos sobre questões sociais e políticas posteriores à Segunda Grande Guerra, quando o mundo ficou dividido ente Leste (sob o jugo Soviético) e Oeste (liderado pelos Estados Unidos).



O Quebra Nozes e os Quatro Reinos

Magia, beleza e aventura. Tudo isso e mais um visual impecável está nesta produção dos estúdios Disney, que conta a história de Clara (vivida pela atriz Mackenzie Foy) que, na noite de Natal, viaja por quatro reinos encantados (das Flores, dos Doces, dos Flocos de Neve e o misterioso Quarto Reino). É no quarto reino que habita a vilã Mãe Ginger, interpretada pela atriz Helen Mirren.

Inspirado no balé Quebra Nozes, de Tchaikovsky, e no romance O Quebra Nozes e o Rei dos Camundongos, este filme resgata o padrão clássico da Disney, valorizando toda a estética do balé e do mundo mágico inserido dentro do contexto. O filme conta ainda com a presença de Morgan Freeman, no papel de Drosselmeyer, padrinho de Clara. Se você lembrar que Freeman já interpretou Deus no filme O Todo Poderoso, não vai deixar de pensar que seria ótimo ter como padrinho alguém que já foi Deus.

Esta produção também é diversão para toda a família. Para assistir no dia de Natal, com pipoca, refrigerante e panetone



A Estrela de Natal

Animação americana de 2017 que conta com as vozes de famosos como o ator Christopher Plummer, a apresentadora Oprah Winfrey e a cantora Mariah Carey, entre outros.

Há mais de dois milênios, existia uma pequena aldeia onde vivia Bo, um burro muito esperto que sonhava com grandes aventuras.

Ao fugir de seu antigo dono, o burro conhece e se torna amigo da ovelha Ruth e do pombo Dave, que sonha grande. Os três amigos resolveram então seguir uma estrela muito especial que, segundo a lenda, os levaria a conhecer o Messias. O que eles nunca poderiam imaginar era que essa resolução os levaria a fazer parte de uma das mais belas histórias de sempre. E você já deve imaginar qual história seria essa, não é mesmo?

Esta produção conta a história do nascimento de Jesus pela perspectiva dos animais que supostamente o presenciaram. Um filme para se curtir com toda a família, incluindo seus animais de estimação.

47

GHS | Serviço de Engenharia e Segurança do Trabalho

☎ 15 99144-8747
☎ 15 99152-1730

www.ghsassessoria.com

CLC | AVCB | PPRA | PPP | PCMSO | Avaliações Ambientais
Treinamentos da NR 10, 33, 35 entre outros | Perícias | Laudo de Caldeiras

AMANHECER

A noite finda. Em todo o firmamento
As estrelas vão, tímidas, fechando
Os olhos. Sopra e agita a mata um vento
Manso e vermelhas nuvens vêm dançando.

Horizonte vistoso donde lento,
Fulge o sedutor sol purpurejando.
A natureza, num deslumbramento,
Desperta. Voam pássaros em bando.

Como uma rosa cor de sangue a aurora
Espalha suas pétalas luzentes.
Borboletas voejam céu a fora.

Lentamente, esvaece a bruma fria
E os bem-te-vis gorjeiam imponentes.
Num beijo ameno o sol traz alegria.

*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*

Minha pena

Minha pena 'stava sob a luz de vela,
E o meu tinteiro sangrava na cela...
Desbotava toda a cor.

Foi sangrando tão desoladamente,
Tão triste... Ao ponto de novamente
Esconder todo o dulçor.

Mas nem sempre será como sempre foi!...
Quando me lembro daquele olho-de-boi...
Nas frestas e o sol a brilhar...

Naquele tempo, em que outrora era infeliz,
Vendo a saudade, junto co'a flor-de-lis,
E a pétala desfolhar...

Sobre a escrivantina... Foi onde vi
A dor cortando minh'alma e senti
Uma imensa solidão...

Vaguei por entre os vastos caminhos,
Desenhados de tortura e anjinhos —
Compostos d'um cidadão...

Meu tinteiro derramava lágrimas
Em todos os versos de amor — na rima
E na prosa — com paixão!...
Mesmo tingindo o papel de preto,
Fui colorindo as palavras co'afeto —
Numa adornada canção.

Nas madrugadas, olhava pro céu
E imaginava estar no azul dossel —
Desenhando figuras,
Esculpindo, nas estrelas, o nome
Das notas musicais — em cânone —
Em todas as tessituras.

Soava uma encantada sinfonia
Aos meus ouvidos — quando fuga, ouvia
Naquele canção vocal...
Cantava para enxugar as mágoas,
Que o tempo conduziu-me nas águas,
P'ra esfera musical.

E agora... Só me resta ajoelhar...
E agradecer aos Céus — por assoalhar
Os meus pequenos versos...
Que a pena borrou sob a luz do Sol —
Sob a luz do Luar — Na Clave de Sol —
Meus poemas — diversos!...

Pacco

universo Teen





Como as pessoas vivem sem Google?

A geração Y, ou millennials, presenciaram uma das maiores revoluções na história da humanidade. Mas o que podemos esperar deles para o futuro?

Alguns estudiosos diferem sobre as datas exatas, mas estima-se que os conhecidos por geração Y, os *millennials*, representam uma faixa demográfica da população mundial nascidos entre o período da década de 80 até o começo dos anos 2000.

Podemos falar que essa nova geração desenvolveu-se numa época de grandes avanços tecnológicos e prosperidade econômica. Eles cresceram com a internet, uma das maiores revoluções na história da humanidade.

Os *millennials* estão a um clique de resolver qualquer problema ou procurar informações. Por conta da mobilidade oferecida pela tecnologia, as crianças tendem a interagir menos com os pais e os professores, uma vez que eles conseguem achar o que procuram de maneira mais rápida na tela de computador/smartphone. Não que seja um padrão comportamental, mas existe grande influência e já são vistas mudanças nessa geração em comparação com a anterior.

Os *millennials* acreditam que a educação e as experiências de vida são as duas principais características que compõem sua identidade. Segundo um estudo encomendado à Harris Research sobre o comportamento de consumo dos *millennials* na América Latina, a independência financeira é a prioridade desta geração. Isso talvez seja explicado pelo fato de que 67% dos *millennials* latino-americanos estão passando por instabilidades financeiras.

Luiz Henrique Crescêncio, 28 anos, acredita que sua geração busca muito mais experiências e empregos que tenham algum significado no final. “Vemos que a busca por questões ambientais e de empoderamento estão cada vez maiores, e não queremos só trabalhar por obrigação, e sim pelo que isso pode nos trazer de bom também”, explica.

É importante lembrar que essa geração tem tudo para mudar o mundo com seus pensamentos, que não são nem um pouco conformistas. Eles ajudam o mundo a avançar tecnologicamente, pois anseiam por novidades a cada dia.

Comportamento dos *millennials* nas compras

- A geração Y não é influenciada por propagandas, pois eles não acreditam que elas são autênticas. Por isso, TV em *streaming on-line* e os bloqueadores de propaganda no Facebook e no YouTube fazem tanto sucesso.

- Diferentemente das gerações mais antigas, que acreditavam nas mídias mais tradicionais, os *millennials* tendem a se basear em resenhas de *blogs* e redes sociais antes de comprar algum produto.

- Marcas que se relacionam com os clientes nas redes sociais têm uma grande chance de ganhar os *millennials*.

- Eles amam novas tecnologias, mas para manter a marca relevante, é preciso conquistá-los assim que a plataforma for lançada.

- Quanto mais cedo uma conexão forte é estabelecida, melhor para as empresas porque estes indivíduos tendem a continuar a usar seus produtos conforme forem envelhecendo.

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 |  [adinaldo.camargo](https://www.facebook.com/adinaldo.camargo)



Ternura FM comemora 30º aniversário com maratona de shows

Mega Show lotou ginásio do XI de Agosto; arrecadação de alimentos foi repassada para Santa Casa



O ginásio da Associação Atlética XI de Agosto ficou pequeno nas dez horas de show em comemoração ao aniversário da Ternura FM, emissora do Grupo Central de Rádio. Fundada em 1988, a primeira rádio FM (frequência modulada) da cidade completou 30 anos e preparou uma festa que reuniu mais de 20 artistas de projeção nacional e regional. O show aconteceu no dia 25 de novembro.

Além de ser um grande evento para comemorar o aniversário da rádio, o Mega Show Ternura 30 anos também teve uma função social importante. Foi arrecadada uma tonelada de alimentos não perecíveis. Todos os doativos foram destinados à Santa Casa de Misericórdia de Tatuí, “reforçando” as dispensas do hospital no período de fim de ano.

Os shows em sequência foram uma verdadeira maratona para os artistas e apresentadores da Ternura FM. O balanço da festa de aniversário

foi excelente, na opinião de Funga, diretor artístico da Ternura FM. Apesar de lotada, a festividade teve caráter familiar. Muitas famílias se reuniram para comemorar uma das emissoras mais presentes no dia a dia da população de Tatuí.

“O balanço do evento foi muito positivo. Comemoramos os 30 anos de história da primeira FM de Tatuí com festa do tamanho de sua história e ainda conseguimos mobilizar o público com doações de alimentos para Santa Casa de Tatuí. Nós, da Ternura FM, agradecemos

51



imensamente a todos os que compareceram ao evento”, afirmou Funga.

Nas mais de dez horas de show, diversos artistas dividiram o palco. A dupla Humberto & Ronaldo, do hit “Não Fala Não Pra Mim Bebê”, sacudiu o ginásio, animando o público. Também passaram pelo palco Gustavo Mioto, que fez todo mundo cantar seus sucessos com Anti-Amor e Contramão, Loubet, Fiduma & Jeca, Paula Mattos, Day & Lara, Zé Ricardo &

Thiago, Leo & Raphael, Mato Grosso & Mathias, Antony & Gabriel e Kell Smith e outros.

Para a presidente do Grupo Central de Rádio, Alessandra Vieira de Camargo Teles, o Mega Show Ternura 30 Anos foi um “momento importante” para toda a equipe da Central de Rádio.

“A energia do público presente, da equipe, a alegria dos artistas em verem nossos ouvintes cantando seus sucessos, enfim, com certeza, foi um dia inesquecível para todos nós! E con-

seguir reunir tantos artistas, em uma tarde de shows, mostra a credibilidade de nossas rádios no meio artístico”, concluiu Alessandra.

A Ternura FM é a primeira emissora em frequência modulada e a primeira rádio do tipo em Tatuí. A emissora é especializada em programação popular, com predominância da música sertaneja e é líder de audiência na cidade. Mais de 30 municípios da região de Tatuí e do Sudoeste Paulista sintonizam a Ternura FM.





Calcinhas absorventes funcionam?

Tecnologia ajuda a diminuir a quantidade de lixo no planeta, além de ser confortável

Imagina não precisar usar mais absorventes durante o período menstrual, e de quebra ainda ajudar o meio ambiente com a diminuição desse lixo. São mais ou menos 12 mil absorventes higiênicos descartados por uma única mulher em cerca de 40 anos. Parece um pesadelo, não é? Mas acredite, isso tem solução e ela já é realidade e tem funcionado super bem.

A novidade são as calcinhas absorventes, uma nova tecnologia que chegou ao Brasil há algum tempo e tem crescido com a procura de alternativas sustentáveis e também confortáveis para esse período mensal da vida de todas.

Feitas com tecido antimicrobiano, as peças têm tecnologia que bloqueia odores e têm secagem rápida. Segundo os fabricantes, as calcinhas absorventes possuem um forro com algumas camadas de tecido, capazes de absorver o fluxo menstrual e manter a pele seca.

Mas será que segura a menstruação mesmo? De acordo com as marcas, os tecidos da calcinha absorvente possuem uma fração da espessura do absorvente, mas

podem absorver tanto quanto dois absorventes externos descartáveis. Além disso, elas têm uma tecnologia de proteção de vazamentos em seus forros.

O conforto e liberdade proporcionados para as mulheres que estão menstruadas é a grande diferença entre esse método com o comum absorvente. As marcas produzem modelos diferentes para cada tipo de fluxo: leve, moderado e intenso.

A menstruação faz parte da vida da mulher e deve ser vista como algo natural, apesar das dores e desconfortos causados. O grande mito dessa história é o culto de que a menstruação é nojenta e que o sangue menstrual é sujo - o que é completamente errado - pois ele é livre de toxinas e odores. Aprender a lidar, conhecer seu fluxo e descobrir do que seu corpo precisa é importante.

Os preços variam de R\$ 75 a R\$ 95, e as fabricantes dessas peças argumentam que elas gerariam economia e muito menos lixo. Em uma conta simples, uma mulher gasta, em média, 48 pacotes de absorventes em dois anos, valor estimado em cerca de R\$ 170 - tempo médio de vida útil das calcinhas absorventes.

*Feliz Natal e um
próspero Ano-Novo!*



Saúde íntima: cuidados indispensáveis no verão

*Confira dicas para passar as férias
numa boa sem deixar de lado a saúde*

Verão é sinônimo de piscina, praia e calor. Nessa época do ano, transpiramos muito mais também, o que acarreta certa umidade a mais nas áreas íntimas das mulheres. Mas é preciso tomar cuidado, pois essa umidade toda pode acarretar muitas doenças ginecológicas.

Na região genital, vivem vários micro-organismos, como fungos, bactérias e protozoários. Esses micro-organismos vivem em harmonia, mas com o aumento da temperatura no verão, há uma desestabilização na temperatura corporal e pH vaginal, o que pode causar problemas ginecológicos.

Segundo o Dr. Marcelo Steiner, ginecologista, CRM-SP: 109535, no verão, doenças como a candidíase são mais frequentes. “O clima quente que o verão oferece é ideal para a proliferação de fungos e bactérias por con-

ta da transpiração íntima ser maior do que no restante do ano”.

O médico também explica que alguns hábitos influenciam na saúde íntima. “Roupas muito justas e ficar com biquíni molhado por muito tempo podem causar irritações e até infecções. É preciso deixar a região seca, além de usar roupas mais leves para permitir uma “transpiração adequada”, sugere.

5 dicas para curtir o verão, sem deixar os cuidados com o corpo de lado:

- Dê preferência às roupas leves. Longos períodos com trajes apertados ou justos tendem a “abafar” a região, deixando-a úmida e com retenção de calor. Opte por peças como saias e vestidos que ajudam a respiração da região íntima, assim como calcinhas de algodão.

- Não exagere nos banhos diários. Na higiene diária, utilize sabonetes líquidos ínti-

mos femininos, que possibilitam manter o pH da vagina.

53

- Nos dias mais quentes, prefira calcinhas de algodão. Lingeries de nylon ou renda aumentam a umidade, atrapalhando a transpiração. Calcinhas de algodão permitem o arejamento maior do local.

- Na praia ou piscina, evite ficar com roupas molhadas. Não fique muito tempo com biquíni molhado, pois isso pode aumentar a umidade local e permitir um ambiente para a proliferação de bactérias e fungos causadores de infecções.

- Evite o uso de amaciantes e alvejantes nas calcinhas. Prefira sabão neutro, enxágue bem e não deixe a calcinha secar no banheiro, pois o local úmido propicia a multiplicação de fungos nas roupas íntimas.



Canaleta (vala)
Fossa Séptica
Poços convencionais (feito à mão)

IRMÃOS
TATU
O negócio é cavocar

Solicite um orçamento!



Arrase com *nail art*

A tendência já está entre as mais curtidas nas redes sociais

Não é nenhuma novidade que decorar as unhas é um sucesso nos salões de beleza e nas redes sociais, mas, aparentemente, a meta é ser o mais inovador possível na hora de apostar na “nail art”, tendência que tem ganhado as redes e as famosas. E neste ano as opções de desenhos e artes estão incríveis.

Nail Art é uma forma criativa de pintar as unhas. Nos últimos anos, as mulheres começaram a introduzir alguns conceitos de moda também nas unhas e, com isso, a técnica ganhou força total. Ela é muito conhecida no Japão, onde existem mais de 20 mil manicures especializadas.

Existem dois tipos de mulheres. As mais extravagantes, que procuram a nail art mais colorida e cheia de acessórios, e as mais tradi-

cionais, que buscam apenas um detalhe para compor a técnica. Não importa qual seja a sua personalidade e gosto pessoal, existe um tipo especialmente para você.

A Revista Hadar apurou com especialistas e mostra quais as principais tendências para a temporada 2018/2019.

Maximalismo

Seguindo a tendência maximalista proposta pela Gucci, as unhas também seguem essa linha, com propostas que inspiram composições de cores e desenhos, geralmente geométricos. Aposte na combinação de vermelho escuro e vibrante com o fundo rosa das unhas, criando prints de chevron.

Minimalista

Apesar da onda maximalista começar a invadir a moda, o minimalismo ainda está em

alta, principalmente nas unhas das mais discretas. Vale investir em riscos, linhas, pontos e manchas sobre uma unha neutra ou com fundo de esmalte nude.

Flores

Está na hora de deixar aquele esmalte preto atualizado! Hora de abusar das estampas floridas bem minimalistas, contrastando com o tom escuro das unhas. Vale para as “filhas únicas”, “irmãs gêmeas” ou até mesmo em todos os dedos!

Nude

O nude continua com seu reinado absoluto, mas ganha novos ares para este ano. Decorações bem delicadas e sensuais que imitam rendas nas pontas ou no meio das unhas. É elegante e combina com todas!





AUTOS & CIA



Cuidados para viajar com segurança nas férias

Cuidar da manutenção do automóvel e respeitar é fundamental

car atento a detalhes como trepidações e tendências do volante puxar para o lado, que podem significar desbalanceamento ou desalinhamento.

4. Condução

O modo como você dirige seu carro está diretamente relacionado à “saúde” dos pneus. Acelerações e frenagens muito bruscas desgastam mais. Conduza seu veículo de forma leve.

5. Cuidado com buracos

Evite transitar em pavimentos muito esburacados, caso não seja possível, transite em velocidade reduzida para não danificar a estrutura do pneu. Cuidado também com as valetas e para não subir em guias.

6. Estética

Não faça receitas caseiras para lustrar os pneus. Jamais utilize produtos que sejam derivados do petróleo para isso. A dica para “embelezá-los” é procurar produtos específicos para este fim, nada que agrida a propriedade da borracha.

Mais dicas

Quem vai viajar para destinos mais afastados certamente trafegará por estradas federais. A Polícia Rodoviária Federal possui uma lista de recomendações de segurança para os condutores que vão pegar a estrada para as férias e festas de fim de ano. Com o fluxo de veículos mais intenso nesse período, é necessário redobrar o cuidado. A PRF destaca algumas atitudes que ajudam a evitar acidentes de trânsito:

- Não ingerir bebida alcoólica antes de dirigir;
- Use e exija que todos os ocupantes do veículo também utilizem o cinto de segurança ou outros dispositivos de retenção, conforme suas idades;
- Lembre-se que os faróis ligados são obrigatórios em rodovias, durante o dia e à noite;
- Faça uma revisão atenta no veículo antes de viajar. Verifique principalmente pneus (inclusive o estepe), palhetas dos limpadores de para-brisa, itens de iluminação e de sinalização;
- Planeje o percurso de sua viagem e os pontos de parada;
- Respeite a sinalização e os limites de velocidade, pois eles existem para proteger a sua vida;
- Aumente a distância do veículo a sua frente e sinalize previamente suas intenções e manobras.

Fim de ano chegou! Época de festas, férias e daquela vontade de viajar com a família, pegar uma praia ou ir para alguma cidade pacata do interior.

Viajar de férias e aproveitar o verão brasileiro é tudo de bom, não é mesmo? Mas mesmo nesses momentos a segurança não pode ser deixada em segundo plano, caso o contrário, o sonho de uma viagem inesquecível pode se tornar um pesadelo.

Por isso, aqui vão algumas dicas para que a sua viagem de férias seja tranquila. Também são procedimentos que podem ser seguidos no dia a dia.

Vamos começar pelos sapatos dos carros: os pneus. Assim como as pessoas, os carros precisam ter os calçados em ordem. Afinal, você já imaginou correr com a sola do tênis gasta? Assim como os tênis, os pneus precisam estar em ordem para garantir o bom desempenho, a economia de combustível e a própria segurança do veículo.

Por isso, é preciso estar atento a pequenos hábitos que ajudam a mantê-los em bom estado e prolongam sua vida útil. A pressão dos pneus, por exemplo, deve estar sempre em dia para que não haja gasto excessivo de combustível.

1. Pressão

Consulte o manual do seu veículo para saber qual a calibragem ideal dos pneus. É extremamente importante manter a pressão em dia porque o desgaste de toda extensão da banda de rodagem deve ser uniforme. Se ela estiver irregular, pode haver o desgaste somente do centro ou das bordas. E lembre-se: a pressão deve ser feita com os pneus frios, nunca após tê-los esquentado, como em uma rodovia.

2. Pneus originais

Mantenha a originalidade de fábrica, o pneu tem medidas e limites de cargas específicos que devem ser preservados.

3. Manutenção do veículo

A manutenção geral do seu veículo é importante para também prolongar a vida útil dos pneus. Por exemplo, quando o sistema de suspensão está fora do parâmetro ideal, o pneu tem um desgaste excessivo. Vale fi-

*Desejamos que seu Natal seja brilhante de alegria,
iluminado de amor, cheio de harmonia e paz!!*

E um Ano-Novo em que todos os desafios se transformem em sucesso!!

Boas festas!!



Limpeza do ar-condicionado

Processo de higienização é indispensável para bom funcionamento do carro e saúde do motorista e passageiro



Em dias mais quentes, a melhor opção é entrar no carro e ligar o ar-condicionado. Ele acaba ajudando a enfrentar o trânsito de maneira mais agradável. Porém, de nada adianta curtir a brisa sem higienizar corretamente o aparelho, pois a falta de limpeza pode afetar o seu funcionamento e causar sérios problemas à saúde.

O mau cheiro também é um sinal que indica a necessidade de higienização do ar-condicionado automotivo. O odor ruim é causado pelo acúmulo de ácaros, bactérias e fungos nos filtros de ar do sistema de refrigeração.

Segundo Joakson Rodrigues dos Santos, técnico em ar-condicionado, o método mais eficiente de fazer a higienização é através de um aparelho de nebulização, que faz a limpeza usando vapor e produtos específicos, que servem para limpar o carro todo também.

O tempo indicado de limpeza depende do uso de cada motorista. “O aconselhável é a cada dez mil quilômetros ou a cada seis meses. Além disso, é preciso trocar o filtro e fazer uma higienização geral”, explica.

O especialista orienta que em carros comprados recentemente ou que nunca receberam limpeza, a melhor opção é remover a caixa evaporadora que fica próxima ao painel, onde fica alojado o sistema do ar condicionado e ventilação. “Essa caixa absorve muita sujeira e poeira. Então, aquele cheiro de “pano molhado” ou terra que fica, significa que algo está sujo ou com problem. Por isso, o correto é desmontar tudo, lavar e higienizar”, orienta Joakson.

De acordo com o técnico em ar-condicionado, a higienização é importante porque o sistema agrega bactéria, fungo, etc. “Ao respirar, a pessoa acaba absorvendo a sujeira que está acoplada no ar. Por isso, a limpeza é indispensável e a troca do filtro também”, diz.

Outro sinal de que o ar pede limpeza, é a dificuldade na ventilação, pois o filtro de ar sujo pode impedir a passagem do ar, comprometendo a eficiência do ar-condicionado. Sendo assim, para alcançar uma temperatura agradável, o sistema precisa ficar ligado por mais tempo, consumindo mais combustível.

E fica um alerta: “não é possível limpar o ar-condicionado automotivo em casa. Fungos e bactérias vão continuar alojados e se o aparelho não for limpo com frequência, é possível ocasionar do⁵⁷enças do sistema respiratório. A sujeira também danifica a eficiência do ar-condicionado, que vai parar de ventilar, assoprar e resfriar, já que o filtro estará sujo e trancado”, finaliza Joakson dos Santos.

Ar-condicionado limpo e com boas condições garante um melhor funcionamento do veículo e saúde do motorista e dos passageiros.

PARK

PNEUS E AUTO CENTER

Vendemos toda linha de pneus para carros, motos e caminhonetes!

Suspensão | Freio | Alinhamento 3D
Balanceamento | Reforma de roda | etc

Av. Lions Club, 388 | Parque das Árvores | Cerquillo/SP
(15)3284-4694/ 99600-2982





O QUE ESPERAR DO BRASIL EM 2019

Combate à corrupção deve ser intensificado

Um novo governo se inicia em janeiro próximo e, mesmo com as dúvidas e incertezas que povoam a mente de milhões de brasileiros, o certo é que um novo ciclo se inicia em nosso país. Após quase 20 anos em que os principais atores do cenário político brasileiro foram o PT e PSDB, a eleição do candidato de um partido considerado pequeno é um sinal claro que a maioria da população quer mudanças. E esta vontade deve ser respeitada pela minoria, ainda que esta minoria conte com mais de 47 milhões de votos.

O fenômeno Jair Bolsonaro, com seus quase 58 milhões de votos, talvez possa ser explicado como uma resposta da população à mesmice política que permeava o país nos últimos anos. O discurso de Bolsonaro acertou o alvo que ele desejava: pessoas céticas com relação ao atual sistema político e saturadas com a falta de novas lideranças. Mas o próprio Bolsonaro não pode ser considerado uma liderança nova, já que é deputado federal há quase 30 anos, além de ter criado sua própria dinastia na política, com a participação de seus filhos, entre eles Eduardo Bolsonaro, o deputado federal mais votado na história do Brasil.

O que Bolsonaro tem de novo é que ele conseguiu que muitos brasileiros o identificassem como uma nova alternativa de voto,

uma liderança nascente que está se consolidando. Com o respaldo de milhões de eleitores, ele poderá implementar as mudanças que a população almeja, entre elas um combate mais rigoroso à corrupção, ao crime organizado e à violência que açoita boa parte do povo brasileiro.

Sempre envolvido em polêmicas, o presidente eleito vem aos poucos ajustando o seu discurso, reduzindo o tom e realinhando o foco quando necessário. Na cerimônia alusiva aos 30 anos da Constituição, afirmou em discurso que “a Constituição é o único norte da democracia”. Sábias palavras. Quem poderia dizer o contrário?

A partir de janeiro, Jair Bolsonaro será o presidente de todos os brasileiros, dos que o apoiaram e de quem o teme e votou contra. E também deverá ser fiscalizado por todos, afinal, o presidente não é o dono do País. Ele apenas recebe o aval dos verdadeiros donos, nós, brasileiros de todos os credos, gêneros e de toda essa diversidade que torna o Brasil único, para administrar o que é nosso.

Se vamos ter um país melhor ou não, isto não depende apenas do presidente, mas também de todos nós. É importante que nos unamos em torno do bem maior: um país mais justo e igual para todos.

E que venha 2019, mais saudável do que todos os demais...

Bolo de Natal à moda da Cris

O

Bolo de Natal, uma sobremesa perfeita para compartilhar com os amigos e familiares durante as comemorações. Este bolo é realmente uma delícia. Tem um sabor refinado das especiarias. Vai fazer o maior sucesso nas festas de fim de ano. Anote aí, caro leitor, esta deliciosa receita que a nossa amiga e leitora de Boituva, Cristina Rodrigues de Oliveira, nos enviou. É de dar água na boca!!!

INGREDIENTES

- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 2 copos de farinha de trigo
- 1 copo de açúcar
- 1 copo de óleo
- 3 ovos
- 1 copo de leite
- 1 copo de frutas cristalizadas

Modo de fazer:

No liquidificador, coloque os ovos, o óleo e o leite. Bata-os por uns 3 minutos. Em uma tigela, coloque os demais ingredientes e despeje no liquidificador, mexa bem até que fique bem uniforme, observe se não ficou farinha grudada no fundo. Unte uma forma redonda despeje o conteúdo e leve para assar em forno convencional a 180°, aproximadamente uns 40 minutos. Se for a forno elétrico, aproximadamente uns 30 minutos estará assado. Após assado, poderá acrescentar sobre ele uma farofinha de nozes, fica uma delícia.



59

Farofa de nozes:

INGREDIENTES

- 250g de nozes moída
- 3 xícaras de chá de leite em pó
- 3 xícaras de chá de açúcar
- 2 colheres de sopa de manteiga

Modo de preparo

Leve o açúcar ao fogo para derreter. Quando estiver totalmente derretido, acrescente a manteiga e as nozes moídas. Misture os ingredientes e despeje em uma superfície untada. Quando endurecer, lasque em pedaços que possam ser batidos no liquidificador. Bata todos no liquidificador e acrescente o leite ninho. Além do bolo, acompanha muito bem mousse de chocolate e sorvete!

Quer ver sua receita aqui na Hadar?

Então, mande um e-mail para:

jornalismo@revistahadar.com.br e seja a próxima a brilhar com a gente!



*Que o seu Natal seja
recheado de sabores*

Feliz Natal!



TAMBELLI
LANCHONETE E PASTELARIA
Desde 1948

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



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





01 - Bete e Simeão, niver 102 anos Simeão Sobral, Rotary Club, Tatuí; 02 - Renato, Gustavo e Marusca, academia Onda Viva, Tatuí; 03 - Ari, Ivan, Luiz, Ari e José Roberto, Buteco Quase Cheio, Tatuí; 04 - Manuella e José Eduardo, apresentação de final de ano do Colégio Objetivo, Conservatório, Tatuí

**Tathy Modas
Infanto Juvenil**
Girls & Boys

Feliz Natal e
um próspero
Ano-Novo!

Elmec



Rua XI de Agosto, 3045 | Loja 14 | Coop | Tatuí/SP
f /Tatiane Hoffmann Zieberg



05



06



07



08



09

05 - Ciça e Alex, 6ª Festa Italiana, Lions Clube de Tatuí; 06 - Guiga e Pedro, entrega de Moção de Congratulações ao Deputado Federal – Guiga Peixoto, Câmara Municipal, Tietê; 07 - Luzia, Ilma, Brenda, Nicolas, Gisele, Fernando, apresentação de final de ano do Colégio Objetivo, Conservatório, Tatuí; 08 - Entrega de título “Cidadão Tatuiano”, Câmara Municipal, Tatuí; 09 - Moacir e Noemi, Pizzaria Spazio do Zé, Tatuí

oBoticário

*Natal e O Boticário,
a combinação que todo
mundo ama.*





10 - Maria Helena, Carol e Elen, 8ª Festa Porco no Rolete, condomínio Monte Verde, Tatuí; 11 - Juvenal e Vilma, 6ª Festa Italiana, Lions Clube de Tatuí; 12 - Lucimara e Mariana, lançamento da coleção Ana Hickmann, Sakura Spa e Boutique, Tatuí; 13 - Júlia, José Eduardo, Simeão, Lia e Giuliano, niver 102 anos Simeão, Rotary Club, Tatuí; 14 - Rose e William, II Via Dance, Via Blanc Hall, Tatuí

CHOPP GERMÂNIA
Brauerei seit 1874
HERBSTBILD MIT DEM DEUTSCHEN REIZT

ADEGA LIG CHOPP TATUÍ

REFRIGERANTES - CERVEJAS - MESAS - GELO
CARVÃO - CAIXA TÉRMICA

Comemore o Fim de Ano em grande estilo!

Elméc

DISK-ÁGUA GALÕES DE 20L E 10L CONHEÇA NOSSOS OUTROS PRODUTOS
(15) 3305-5275 / 3259-1024 / 99706-4213
RUA BRIGADEIRO JORDÃO, 87, CENTRO - TATUÍ/SP

Tatuí Mix
Concreto

Desejamos a todos Boas Festas e um Feliz Ano-Novo!

Elméc

Via Vereador Doutor Jordão Olivieri | Tanque Novo | Tatuí/SP
(15) 3251-5185 | www.tatuimix.com.br



15 - Formandos do 5º ano do Colégio Objetivo, Conservatório, Tatuí; 16 - Cida e Thirson, 6ª Festa Italiana, Lions Clube de Tatuí; 17 - Claudio, Bernadete e Guilherme, entrega de título "Cidadã Tatuiana", Câmara Municipal, Tatuí; 18 - Encontro de amigos, Buteco Quase Cheio, Tatuí; 19 - Bárbara e Ana Hickmann, lançamento da coleção Ana Hickmann, Sakura Spa e Boutique, Tatuí



Experimente nossas pizzas especiais!

Pizzaria **Ebo & Lima**

A Família Ebo & Lima deseja a todos um Feliz Natal e um próspero Ano-Novo!

ABERTO

Mais informações:
(15) 3251-3433/ 99669-6390

De domingo a quinta das 18h30 às 23h
Sexta e Sábado das 18h30 às 24h

Elmec
Foto: Bernadete Elmec



20 - Virgínia, Délia e Zila, niver 102 anos Simeão, Rotary Club, Tatuí; 21 - João Vitor, Tathiane, Matheus e Everton, apresentação de final de ano do Colégio Objetivo, Conservatório, Tatuí; 22 - Veridianna e Ana Hickmann, lançamento da coleção Ana Hickmann, Sakura Spa e Boutique, Tatuí; 23 - Wagner e Marilene, II Via Dance, Via Blanc Hall, Tatuí; 24 - Eduarda, Márcio e Simeão, niver 102 anos Simeão, Rotary Clube de Tatuí

anglo
TATUÍ

FELIZ NATAL E
UM GRANDE 2019!
SÃO OS VOTOS
DE NOSSA EQUIPE.

f/anglotatui

capitão XV & COZINHA de JULHO

Sua Melhor hora do dia!

Porções

Pratos

Lanches

Pizzas

Venha saborear na Rua XV de Novembro, 231
Tel. 3259 2506 • Tatuí/SP



25 - Sérgio, Caetano e Simeão, niver 102 anos Simeão, Rotary Club, Tatuí; 26 - Nino e Solange, festa de 30 anos Rádio Ternura, Clube 11 de Agosto, Tatuí; 27 - Renata, Lorena, Eloisa, Flávio e Anita, apresentação de final de ano do Colégio Objetivo, Conservatório, Tatuí; 18 - Tânia e Giovana, II Via Dance, Via Blanc Hall, Tatuí; 29 - Bernadete e Maria Eliza, entrega de título, "Cidadã Tatuiana", Câmara Municipal, Tatuí



**SODIÊ
FELIZ
NATAL
PRA
VOCÊ.**

Hotel Del Fiol

Há gerações, fazendo história e amigos

No dia 22 de novembro, Dia da Música, o Hotel Del Fiol reuniu amigos, autoridades, convidados e imprensa para celebrar a reinauguração oficial do hotel. Ele faz parte da história de Tatuí, que começou em 1888, quando Antonio Del Fiol chegou à cidade. Em 1936, juntamente com a esposa, Antonio funda o meio de hospedagem no Largo da Matriz. Após, no período de 1940 a 1995, seu filho Oswaldo e sua esposa Yolanda conduziram o hotel durante 50 anos, até que chegou a vez de Raul Antonio Del Fiol e Eliza Del Fiol Manna, filho e neta do casal respectivamente, assumirem o comando da empresa, tendo como gerente geral Fábio Rogério Vieira, que já atua na empresa há 34 anos sendo que os últimos 23 anos dedicado à gerência do empreendimento.

Iniciando o discurso, após a introdução do mestre de cerimônias, Fábio foi o primeiro a falar, fez os agradecimentos, e comentou sobre o fato de o hotel ser independente. “Estamos posicionados como um hotel independente, pois não estamos ligados a nenhuma rede nacional ou internacional. Já houve oportunidades para uma parceria com algumas, optamos, porém, dentro das nossas estratégias, em permanecer independentes. Acreditamos no potencial do nosso trabalho e na nossa expertise conquistada ao longo dos anos, confiamos na nossa equipe de colaboradores, e ainda buscamos parcerias e estudos junto a consultores especializados no ramo hoteleiro”, disse o gerente geral.

Ainda disse que toda a estrutura contemplada, hoje, é formada por um conjunto de aspectos novos de arquitetura, design e novos conceitos de hospitalidade, é resultado de um estudo profundo. “Foi desenvolvido por nós e intitulado “Reposicionamento do Hotel, frente a cenários de concorrência”. Eu e o doutor Raul estivemos imersos nesse estudo desde o início de 2013. E, a partir daí, foram sendo agregados outros profissionais, que nos ajudaram a chegar neste modelo que apresentamos oficialmente nesta noite”, revelou.

Ele fez questão de deixar claro que “retar-

cei aqui dentro do hotel, fato este que nos enche de orgulho, mas também de responsabilidade em preservar este importante acontecimento na vida de nossa cidade. Nosso objetivo é valorizar as pessoas que estiveram aqui antes de nós, que ajudaram a construir aquilo que chamamos de Capital da Música e de Tatuí Cidade Ternura. Nosso objetivo também é manter o espírito que norteou os

música faz parte da alma deste hotel. Não somos apenas um hotel temático. Mais do que isso, somos educadores, pois todos os quartos possuem um QR Code que remete à música que está representada em cada uma das paredes”.

Explicando sobre o Pentagrama do Tempo, que está em uma das paredes do lobby, disse: “o Pentagrama foi idealizado com a reprodução das primeiras notas do Concerto Nº 1 para cello, de Camille Saint-Saëns. Acima, está relatada a trajetória do empreendimento e da nossa família. Na parte de baixo, está a retratação da história da música, cuja capital é a própria Tatuí. Sim, a cidade foi reconhecida por Lei Estadual como tal. O município sedia também o Conservatório Dramático e Musical Doutor Carlos de Campos, conhecido como Conservatório de Tatuí. É a maior escola de música da América Latina e a mais tradicional do Brasil. Foi o meu tio João Baptista Del Fiol que teve a ideia de incentivar o desenvolvimento do Conservatório, e as conversas também começaram onde estamos agora”, contou Raul. Ele ainda aproveitou o ensejo e fez agradecimentos a todos os colaboradores do Hotel, representados pelo gerente geral.

Maria José Gonzaga, prefeita da cidade, também fez uso da palavra: “damos as boas-vindas a este empreendimento na cidade de Tatuí, que está preparada para este novo momento que o Brasil está ingressando. Tatuí vira uma página de sua história, preparada para receber o turismo e mais investimentos. Este hotel dá muito orgulho para nós, e o seu restaurante, Matriz 26, em breve, será também uma referência na região”, disse.

Após os discursos, os músicos tocaram uma parte do Concerto de Camille Saint-Saëns, que sempre foi o preferido do “Tio João”. Na sequência, em momento emocionante, Raul Del Fiol e

Maria José fizeram o descerramento das placas, que circundam a foto do casal Oswaldo e Yolanda, na parede ao lado da recepção. Em seguida, houve o corte da fita na entrada do restaurante Matriz 26, onde os convidados foram recepcionados com um delicioso coquetel, com petiscos preparados pela equi-

pe do hotel sob o comando da renomada chef Paula Labaki, e que foi elogiada por todos.

O evento todo foi regado à música ao vivo, no piano de cauda, Samuel, no violoncelo, Tullio, no contrabaixo, Glauber, e na bateria, Uzli, que foram aplaudidos por todos os presentes.



82 anos de vida deste empreendimento, que é a filosofia de vida dos proprietários do hotel: Que dizia que a conquista de um amigo é mais importante que o próprio negócio! Olhando com bons olhos, trabalho e esperança, acreditamos piamente que a música, se explorada estrategicamente, trará benefícios extraordinários para a economia e a cultura, gerando desenvolvimento para a nossa cidade, contribuindo assim para a evolução do turismo no nosso município”, finalizou Fábio.

Em discurso emocionante e emocionado,



Raul Del Fiol disse estar muito feliz com o momento. “Nosso objetivo está sendo alcançado, pois desde junho percebemos que as pessoas estão voltando a realizar encontros aqui. E elas trazem seus instrumentos e performam suas músicas. O olho no olho é muito importante e a



Manhã, tão bonita manhã
Na vida, uma nova canção
Cantando só teus olhos
Teu riso, tuas mãos
Pois há de haver um dia
Em que virás ...
Manhã de carnaval
(Luiz Bonfá e Antonio Maria)



TAPEMAG[®]

Uma loja completa de soluções



Que os sinos do Natal sejam os mensageiros de boas festas e que o Ano-Novo seja repleto de realizações.

***Boas festas e
Feliz 2019!***



EPI'S



**MRO e
Rolamentos**



Jardinagem



**Peças
Agrícolas**



Mangueiras



Sinalização



Conexões

WWW.TAPEMAG.COM.BR

**R. Onze de Agosto, 1041. Tatuí - SP Tel: (15) 3451-1400
atendimento@tapemag.com.br / contato@tapemag.com.br**