



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$ 9,90

ANO 13 • EDIÇÃO 145 • DEZEMBRO DE 2019

Economia brasileira:

A engrenagem começa a girar

editora
ed
camargo



Natal Solidário:
Um ato de amor ao próximo

Revista Hadar:
12 anos de muito brilho, desafios e vitórias

Catarata:
Doença pode causar cegueira

Desejo a todos da "REVISTA HADAR" um abençoado e feliz NATAL.

Abrços de luz e paz.
Maria do Carmo Marques Ramos (Carminha)

Ótima matéria sobre a urticária. Já tive e não é fácil, não. Obrigada, Hadar, por nos dar tanta informação! Parabéns!

Maria de Lourdes

Quero parabenizar toda equipe dessa conceituada Revista Hadar por nos dar tanta informação e de mais alta qualidade. As matérias são ótimas, a diagramação maravilhosa e o material de primeiríssima qualidade! Tiro o chapéu para vocês!

Amauri Modanez Júnior

Querida Bernadete: é motivo de enorme orgulho para você e sua equipe ver o elemento informativo que a sua revista se tornou! Parabéns múltiplos!

Maria Eugênia Voss
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Parabéns pela edição de novembro! Simplesmente maravilhosa! Você e sua equipe estão de parabéns, Bernadete, mulher guerreira! Colocar na praça, mensalmente, uma revista do nível da Hadar não é para qualquer um não. Admiração eterna!

Júlio Carrascoza

Revista linda! Como sempre um primor. A carta ao leitor me apaixonou e me fez ler a revista toda. Parabéns!

Regina Dalmazzo
(Fazendo alusão à edição de novembro)

Parabéns a toda a equipe da revista Hadar! Vocês fazem total diferença e são referência em nossa região. A matéria sobre Doação de Sangue está ótima. Se cada um de nós fizermos um pouco, juntos ajudaremos muitos!

Sérgio Bueno

Isso não é fácil.

Elizabeth Amadei
(Fazendo alusão à divulgação da matéria sobre a urticária, edição de novembro)

Muito boa a matéria sobre o câncer de próstata! Obrigada, Revista Hadar, sempre nos dando informação! Parabéns a você, Bernadete, e a toda a sua equipe!

Marisa Scomparim

DIAS COMEMORATIVOS

2019

Dezembro

- 01 - Dia Internacional da Luta contra a AIDS/
Dia do Numismata
- 02 - Dia Nacional das Relações Públicas/ Dia Nacional do Samba/ Dia da Astronomia/ Dia Panamericano da Saúde
- 03 - Dia Internacional da Pessoa com Deficiência/
Dia Internacional do Deficiente Físico/ Dia de São Francisco Xavier
- 04 - Dia Mundial da Propaganda/ Dia do Pedicuro/
Dia do Orientador Profissional/ Dia do Perito Criminal Oficial
- 05 - Dia Mundial do Solo/ Dia Internacional do Voluntário/
Aniversário de Maceió
- 06 - Dia Nacional de Mobilização dos Homens pelo Fim da Violência contra as Mulheres
- 08 - Dia da Família/ Dia da Justiça/ Dia da Imaculada Conceição
- 09 - Dia do Fonoaudiólogo/ Dia do Alcoólico Recuperado
- 10 - Dia da Declaração Universal dos Direitos Humanos/
Dia Universal do Palhaço
- 11 - Dia do Engenheiro
- 12 - Aniversário de Belo Horizonte/ Dia de Nossa Senhora de Guadalupe
- 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 - Véspera de Natal/ 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

Prezado amigo leitor!

Dezembro chegou e com ele renovam-se os desejos, as aspirações e os planos para o Ano-Novo, que já bate à nossa porta!

Depois de uma longa e tenebrosa crise econômica, o país começa a dar sinais de ter ultrapassado a pior fase e começa a ensaiar uma recuperação da economia. Os números oficiais apontam para um leve crescimento do PIB, as exportações de carne bovina estão em alta, o mercado de imóveis saiu da UTI e o desemprego diminuiu um pouco.

São sinais claros de uma economia que começa a ter mais fôlego. A ressalva é que o desemprego diminuiu um pouco, mas a informalidade está crescendo! Tem muita gente trabalhando fora do mercado formal.

Por outro lado, com a economia melhor e estável, as pessoas podem fazer planos para o futuro, se programar para realizar seus sonhos. E o otimismo é refletido nas vendas de final de ano, como a promoção da *Black Friday*, por exemplo.

E é com otimismo que a Revista Hadar se despede de 2019, com a certeza de que estaremos juntos em 2020.

Para nós, dezembro é um mês mais que especial... Estamos contagiados pelo brilho e sucesso dos 12 anos da nossa estrela! Uma longa jornada... Estamos entrando em nosso décimo terceiro ano. Mais um ciclo que se inicia... Temos a certeza de que com a confiança, o carinho e a força que recebemos de nossos leitores, clientes, colaboradores e amigos, executaremos com êxito nossa missão, que é, foi, e sempre será a informação. E é com esse brilho, essa energia positiva, que preparamos mais esta edição que, como sempre, está imperdível! Nesta edição, você conhecerá um pouco mais da nossa história.

A Hadar, como sempre, está recheada de assuntos para lá de interessantes, assuntos estes que só vão somar no seu dia a dia. Cada linha, imagem, informação, tudo foi pensando em você e preparado para você, que nos acompanha há 12 anos e nos motiva a continuar cada dia mais... E melhor...

Nosso muito obrigado por estar conosco e fazer parte da nossa história e vitória! Boa Leitura e Boas Festas! Que 2020 seja um ano de muito sucesso e prosperidade!

Até janeiro!

	MODA
	Jardineiras: Versáteis, confortáveis e caem bem em qualquer ocasião
QUALIDADE DE VIDA	18
Homeopatia: Um tratamento para todas as pessoas e idades	
32	CULTURA
	Arte pela Vida: Um projeto que transforma vidas através da arte
AUTOS & CIA	39
Porsche elétrico: Veículo chega aos 200 km/h em menos de 10s	
50	UNIVERSO TEEN
	Verão 2020: A estação terá tendências que revisitam anos 60 e 70
	46

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 Luíza 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 Cassemiro de Campos
www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade
Claudio Elmec
(15) 99144-8747/99789-5266/99789-5267
R. Sete de Maio 150 - sala 03
(15) 3259-7014/3259-4543
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
editora@revistahadar.com.br

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

Agradecimentos
Maiara Vieira da Costa, Ana Valeria Iazzetti Martins Proença,
Carlos Augusto Quevedo de Souza, Camila Rodrigues, Jéssica
Andressa da Silva Oliveira, Priscilla Colalto, Fonseca, Célia
Regina Leite, André Nascimento, Márcio Luís Miranda, Denise
Nascimento, Assessoria de Imprensa do Conservatório de Tatuí,
Assessoria de Imprensa da Prefeitura de Cerquillo, Assessoria de
Imprensa da Prefeitura de Tatuí e site: www.x-pres.com.br.

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/2019 e retornará as suas atividades em 18 de fevereiro/2020. 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 @GaataDeTatui](#).

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

Em Tatuí, no mês de dezembro, no Conservatório, acontece: no período de 09 a 15, 4ª Mostra de Prática de Conjunto 2019, assim dividida: dia 09, às 15h, grupo de Choro Jovem do Conservatório de Tatuí, às 19h, grupo Jovem de Saxofones do Conservatório de Tatuí, às 20h, Orquestra Sinfônica Jovem do Conservatório de Tatuí, dia 10, às 10h, Ensemble de Performance Histórica do Conservatório de Tatuí, às 18h, Coro Infantil do Conservatório de Tatuí, às 20h, Big Band Jovem do Conservatório de Tatuí, dia 11, às 19h, Coro Jovem do Conservatório de Tatuí, às 20h, Banda Sinfônica Jovem do Conservatório de Tatuí, dia 12, às 15h, Camerata Jovem de Violões do Conservatório de Tatuí, às 19h, Conjunto de Metais do Conservatório de Tatuí, às 20h, Jazz Combo Jovem do Conservatório de Tatuí, dia 13, às 19h, Orquestra Jovem de Violoncelos do Conservatório de Tatuí, às 20h, Grupo de Percussão Jovem do Conservatório de Tatuí, dia 14, às 20h, Orquestra de Cordas Infantil do Conservatório de Tatuí, dia 15, às 11h, – Banda Sinfônica Infante juvenil do Conservatório de Tatuí Os eventos acontecem no Teatro Procópio Ferreira, localizado à Rua São Bento, 808, Centro, com entrada gratuita. Informações: (15) 3205-8444 /<http://www.conservatoriodetatui.org.br/>.

Acontece, em Tatuí, no dia 15 de dezembro, às 20h, a inauguração da Praça da Santa com a Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí.

Em Tatuí, no Conservatório, acontece entre os dias 08 e 13, em horários variados, 4ª Semana de Música de Câmara 2019. Os eventos acontecem no Salão Villa-Lobos, localizado à Rua São Bento, 415, Centro, Tatuí, entrada gratuita. Informações: (15) 3205-8444 /<http://www.conservatoriodetatui.org.br/>.

Em Tatuí, no mês de dezembro, em homenagem às festividades natalinas, acontece: no período de 06 a 17, das 13h às 22h, no Centro Cultural o Bazar de Natal do Fundo Social. De 11 a 30, das 10h às 20h, na Praça da Matriz, a Feira de Artesanato "Capital da Música". No período de 12 a 23, o Natal Musical 2019, sendo: dia 12, às 20h, na Praça da Matriz, abertura do Natal Musical 2019, com o Coral da Cidade de Tatuí "Professor José dos Santos", sob regência de Claudio Casarini; dia 13, às 20h, na Praça da Matriz, Orquestra Filarmônica Cortez, sob regência de Elidamaris Cortez; dia 14, às 10h, na Praça da Matriz, apresentação de Dança dos Assistidos do CRAS; no mesmo dia e local às 11h, apresentação Musical de Violão e Coral do CEU das Artes, sob coordenação de Magali Ribeiro; seguindo no dia 14, às 20h, na Praça da Matriz, o Coral da Igreja Adventista do Sétimo Dia, sob regência de Wilson Santos; dia 16, às 20h, na Praça da Matriz, Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí; dia 17, às 20h, na Praça da Matriz, Orquestra Sinfônica do Conservatório de Tatuí; dia 18, às 19h, pelas Ruas da Cidade a Carreata de Natal do Supermercados São Roque; dia 18, às 20h,

na Praça da Matriz, Cia de Teatro do Conservatório de Tatuí; dia 19, às 19h, na Praça da Matriz, Coro Artístico do Conservatório de Tatuí; dia 20, às 20h, na Praça da Matriz, Grupo de Choro do Conservatório de Tatuí; dia 21, às 11h, na Praça da Matriz, Banda Carlos Gomes de Cesário Lange; no mesmo dia e local às 20h, Banda Infantil do Conservatório de Tatuí; dia 22, às 20h, na Praça da Matriz, Coral da Igreja Presbiteriana de Bela Vista; dia 23, às 20h, Praça da Matriz, o Sorteio de prêmios da Campanha "Natal Premiado" da ACE - Encerramento do Natal Musical com o Grupo Seresteiros com Ternura.

No dia 17, às 19h, pelas Ruas da Cidade de Tatuí, vai estar a tão esperada Caravana Coca Cola.

Acontece, na cidade de Holambra, a 3ª Noeland que está sob a organização da mesma equipe da Expoflora, apresentando uma série de novidades que irão encantar e emocionar os visitantes de todas as idades. O Parque da Expoflora transforma-se em reino mágico do Natal. Trata-se do maior evento natalino do estado de São Paulo, que acontece sempre de sexta a domingo, das 16h à meia-noite, no Parque da Expoflora (maior exposição de flores e plantas ornamentais da América Latina, realizada anualmente entre agosto e setembro). Holambra, localizada a 140 quilômetros da capital paulista e a 40 quilômetros de Campinas, é uma antiga colônia holandesa, com pouco mais

de 15 mil habitantes, conhecida como "A Cidade das Flores" por concentrar quase a metade (45%) do mercado floricultor do Brasil. Em todo momento, haverá alguma atração cultural. Personagens interativos, como o Urso Polar, o Soldado de Chumbo e o Biscoito de Gengibre (The Gingerbread Man) circulam pelo parque, divertindo as crianças. O Parque de Diversões ocupa vários espaços, proporcionando brinquedos que agradam tanto crianças quanto adultos, como dois "Chapéus Mexicanos" - sendo um na versão mini -, o "Trem Peppy", os trenzinhos "Branco" e "Circus", "Xicara", "Táxi", os carrosséis "Medieval" e "Giostrino", "Lancha", "Tiro ao Alvo", "Pesca Sapo" e "Jumper". Informações: (19) 3802-1499 / 98115-1294 / 98114-9783 / 98168-3600 ou E-mail: centraldereservas@noeland.com.br.

Em Cerquillo, no mês de dezembro, no Teatro Municipal, acontece: dia 21, às 20h, no Palco Externo do Teatro, "Orquestra de Violas Cultura Caiçira de Valinhos", a Orquestra tem como objetivo maior manter viva a música sertaneja de raiz e vem atuando em shows desde 2005. Dia 22, das 16h às 21h, o 1º Batuque com Vidas. Um evento maravilhoso beneficente em prol ao Lar São José, e que contará com a Apresentação do Batuque das Rosas e participações especiais como Xis, Dani Ribeiro. Dia 20, às 20h, o melhor do flashback, com DJ e VJ tocando as melhores músicas com vídeo clip numa tela de led gigante. O Teatro Municipal fica à Rua: Ângelo Luvizotto. Informações: <http://www.orquestraviolavalinhos.com.br/>

Em Iperó, a partir de 2020, alunos do ensino médio contarão com cursos profissionalizantes gratuitos. A escola estadual "Dr Gaspar Ricardo Jr" recebe, a partir do próximo ano, uma turma do programa "Novotec Expresso". O programa pretende oferecer opções de cursos profissionalizantes aos estudantes das escolas estaduais do ensino médio paulista. Os cursos serão desenvolvidos pelo Centro Paula Souza, reconhecido pela excelência nas ETECs e FATECS espalhadas por todo o estado. Além disso, terão os conteúdos conectados com demandas do mercado de trabalho e da vida fora da escola. Cerca de 23 mil vagas para 31 cursos de qualificação profissional em diversos eixos que respondem a demanda dos jovens e do setor produtivo estão abertas em todo o estado de São Paulo. Em Iperó, os alunos da escola estadual "Dr Gaspar Ricardo Jr" podem se inscrever para o curso de "Marketing Digital" até o dia 8 de dezembro (domingo). Ao todo, serão disponibilizadas 20 vagas para o período noturno para as aulas que acontecerão duas vezes por semana durante seis meses. Para se inscrever, os interessados devem acessar o site www.novotec.sp.gov.br.





Juntos para transformar vizinhos em família.

Feliz Natal e um 2020 inesquecível

Natal é tempo de fazer juntos e celebrar. Quando pensamos no próximo, nossos amigos, vizinhos e a comunidade se transformam em uma grande família, somando e compartilhando momentos especiais.

Conheça essa história:  /sicredi  sicredioficial



Rua. Juvenal de Campos, 676, Centro, Tatuí-SP

sicredi.com.br

SAC - 0800 724 7220
Deficientes Auditivos ou de Fala - 0800 724 0525
Ouvetora - 0800 646 3518



DIA DA FAMÍLIA

O bem maior de um ser humano

Uma família pode ser composta por um grande grupo, pode ter um pai, uma mãe, irmãos, primos, avós, tios, mas pode conter também apenas duas pessoas. Na verdade, família é querer bem, é amar-se, cuidar-se, independente se há uma, duas ou dez pessoas.

Mas, como nem toda convivência, seja ela familiar ou não, é fácil, vamos às dicas de como estabelecer uma relação de parceria e comunicação com os familiares.

“Primeiramente, que bom que existe família porque senão eu e todos os psicoterapeutas não teríamos trabalho, toda vez que surge o questionamento sobre quem sou eu, logo remetemos sobre as nossas origens, nossa história e assim podemos concluir que nossa história começou antes mesmo de nosso nascimento. A importância de uma boa convivência é necessária, pois eu só existo a partir da existência do outro, parece confuso, não é mesmo, mas pense comigo, seu nome, por exemplo, ele existe para que o outro te chame, a sua família, as pessoas com quem você convive é a prova de que eu faço parte de algo, e que o meu desenvolvimento depende dessa

convivência, senão não há evolução”, afirma a psicoterapeuta Jéssica Andressa da Silva Oliveira (CRP 06/124921).

Para a profissional, a sensação é de que em toda família tem um integrante mais introvertido e a questão é que geralmente os mais tímidos são interpretados como aqueles que não possuem “boa vontade” em se entrosar. “Pois bem, precisamos lembrar que isso não é uma regra, se relacionar é uma via de mão dupla, ou seja, depende de ambos, apontar que o indivíduo se relaciona pouco não vai ajudar em nada! Precisamos compreender que a comunicação tem diversas formas de se manifestar e que a fala é só uma delas. Observe o outro com atenção para que não fiquemos passivos só aguardando que o outro entre em nosso universo, mas que possamos também entrar no universo do outro”, explica.

Então, como viver em harmonia com os familiares? Pois é da família que se originam nossas maiores alegrias e revoltas. “Sim, uma casa cheia de pessoas circulando dá trabalho, divisão de tarefas, quem vai fazer o que, isso tudo, sem dúvida, é muito desgastante; mas experimente retornar depois de um longo dia de trabalho numa casa vazia. Família tem po-

der de irritar, pois reflete o que temos em nós, mas também é a família que detém os nossos melhores momentos.

Para Jéssica, é importante ressaltar que para viver em harmonia na família é fundamental o respeito às diferenças em relação às crenças, é necessário “espaço” e respeito ao espaço do outro. A família é como uma árvore, uma única raiz, mas vários galhos e é necessário que se ramifiquem para que ela cresça.

“A família é nosso primeiro sistema, desde pequenos aprendemos regras, começamos a perceber que não estamos sozinhos no mundo e que nossos desejos não são soberanos, ou seja, precisamos respeitar os desejos alheios e assim começamos pouco a pouco a amadurecer e assim tornamos mais tolerantes a frustrações e assim mais preparados para o futuro, seja ele no campo pessoal quanto profissional”, ressalta a psicoterapeuta.

Dia 8 deste mês é o Dia da Família, o bem mais precioso que alguém pode ter. A data serve para homenagear e lembrar o valor que uma família tem, bem como seu papel, que é ajudar na formação da educação, da moral e da ética de um indivíduo.



COMENDADOR

O CHOPP
QUE A SUA
FESTA
MERECE

PEÇA JÁ PELO DELIVERY
(15) 3205 7890



Beba com moderação. Se beber, não dirija.
Proibido para menores de 18 anos.

PILSEN · VIENNA LAGER
APA · IPA · SESSION IPA

CHOPP PURO MALTE 10 | 20 | 30 | 50 L

Conveniência Posto Comendador
R. Vice Prefeito Nelson Fiuza, 21. Tatui

f | @ [cervejariacomendador](#)





Natal Solidário

O mês de dezembro carrega uma magia por si só. As pessoas ficam mais sorridentes, o clima mais agradável, tudo mais iluminado e uma energia boa paira no ar. É que o Natal é tempo de bons fluidos, de fazer o bem... E, pensando nisso, os Amigos do Clube Bar de Mulice, de Tatuí, realizam anualmente o Natal Solidário e transformam o dia de muitas famílias.

Há sete anos, o grupo realiza corridas e eventos para angariar fundos e presentear pessoas carentes com brinquedos e cestas básicas de diversos bairros da cidade. Este ano, a entrega será no dia 21 de dezembro.

“Essa ação solidária acontece há alguns anos, mas, há pouco tempo, tomou proporções maiores, pois começamos a realizar eventos para angariar fundos para o Natal. Em 2017, foi realizada a primeira corrida de rua e posteriormente fizemos um porco no rolete. No início, eram 20 famílias que recebiam uma cesta básica e as crianças ganhavam brinquedos. Já no ano passado, foram atendidas 265 pessoas”,

conta o empresário e um dos organizadores, Carlos Augusto Quevedo de Souza.

Para este ano, a meta é beneficiar 350 pessoas. “Nosso objetivo é tentar transformar o dia da entrega dos presentes numa data especial, pois já presenciamos situações de famílias sem nada pra comer em casa. Já fomos recebidos com lágrimas e saímos chorando também. Então, a ideia é mudar nem que seja um pouquinho esse dia e transformar a tristeza em alegria”, finaliza o entrevistado.

Quem também faz o bem para centenas de pessoas, é Ana Valeria Iazzetti Martins Proença e seu amigo Valdinei Giraldeleli. Eles se uniram há 14 anos para fazer um Natal mágico para os moradores do bairro do Inocoop, também de Tatuí. “Fizemos esta intenção de proporcionar alegria para as nossas crianças. Temos alguns patrocinadores que já estão conosco há anos e muitos colegas que ajudam”, conta a entrevistada.

No dia da festa, o bairro praticamente se transforma. “Contamos com o apoio de alguns moradores que nos cedem a luz para que sejam

Iniciativas de quem faz o bem sem olhar a quem

montados os brinquedos de rua. Temos também dos Tatus do Asfalto, um grupo de motociclistas que faz os lanches e nos ajuda na organização das crianças”, explica Ana Valéria.

E não para por aí... Também são servidos refrigerantes, pipocas, algodão doce, bolo e depois das brincadeiras, é realizada a entrega dos brinquedos para as crianças junto com uma sacolinha de guloseimas. “Quando recebemos brinquedos extras, vamos até a pediatria da Santa Casa para entregar às crianças que estão internadas”, afirma a festeira.

Para os organizadores, o objetivo da ação é ver as crianças felizes, sendo que, para eles, não importa se são ricos ou pobres. “Para nós, a festa representa gratidão, amor ao próximo, além da importância de saber dar valor para pequenas coisas e, acima de tudo, agradecer a Deus por nos ter dado este presente que é a nossa vida”, finaliza.

Este ano, a festa do bairro Inocoop vai ser no dia 14 de dezembro, com brincadeiras, comes, bebes e muito amor ao próximo.

E você, vai fazer o Natal de alguém diferente?



Areia fina e média
Areia grossa usinada
Pedra e pedrisco



Estrada Iperó a Tatuí, KM 04 | Distrito Industrial | Iperó/SP
(15) 3266-1014/3266-2436/  99119-7848
www.aleixomineracao.com | vendas.aleixomineracao@gmail.com

TURISMO RURAL PEDAGÓGICO



um espaço lúdico e educativo

“ Se você pode sonhar,
você pode fazer.”

Walt Disney

Boas Festas
2019

f @sitosantarosa
www.sitosantarosa.com





Cresce a busca por reprodução assistida

Avanço tecnológico e maior taxa de sucesso fazem inseminação artificial crescer 19% no Brasil

Há 40 anos, casais inférteis (que tentavam engravidar, sem sucesso, no período de um ano) não tinham esperanças de ter filhos. Para eles, a única alternativa seria adotar. Mas, há 40 anos, o primeiro bebê de proveta mudou esse cenário e mostrou que a reprodução assistida poderia ser uma alternativa para pessoas com problema de fertilidade.

Desde os feitos do médico paulista Milton Shim Ithi Nakamura, considerado o “pai” do primeiro bebê nascido por meio de fertilização in vitro na América Latina, a área passou por muitas transformações. Da década de 1980 até agora, a reprodução assistida evoluiu, por exemplo, nas medicações desenvolvidas para induzir a ovulação e melhorar a qualidade do espermatozoide, e no diagnóstico pré-implantacional, capaz de identificar alterações cromossômicas graves.

Atualmente, a Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que um em cada dez casais em idade fértil têm algum tipo de dificuldade para engravidar. No Brasil, são 8 milhões de casais. Além disso, as mulheres vêm postergando a maternidade e, com passar do tempo, as possibilidades de intercorrências aumentam e as chances de gravidez diminuem com o avanço da idade. Isso fez com que a procura por tratamentos contra a infertilidade no país crescesse. De acordo com os dados mais recentes dos Bancos de Células e Tecidos Germinativos (BCTGs), compilados pelo Sistema Nacional de Embriões (SisEmbrio), da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), em 2017, foram realizados 36.307 ciclos de reprodução assistida. E o Estado de São Paulo concentrou a maior parte de procedimentos realizados no Brasil. Apenas para ilustrar, naquele ano, 48,5% dos embriões

congelados no país estavam no estado e 45% dos ciclos de fertilização in vitro. No Brasil, o número de ciclos de fertilização in vitro teve crescimento de 168,4% no período de 2011 a 2017, de acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa).

Do total de casos analisados pelo CREMESP nesses 11 anos, 24 deles foram reprovados e 212 procedimentos foram aprovados. As demais consultas foram arquivadas por diversos motivos, entre eles estão a ausência de documentos e a desistência dos consulentes. “É muito comum o Conselho não permitir o uso dessas técnicas especializadas de reprodução em situações nas quais não é justificada a infertilidade dos solicitantes; quando são detectados riscos à mãe gestacional; ou quando os envolvidos não atestam condições psicológicas satisfatórias”, explica a Dra. Lyane Cardoso, ginecologista e obstetra, CRM/SP 88985.

**S.O.S.
ELETRICISTA**

Sem tempo e com problemas elétricos?

**ADINALDO CAMARGO
ELETRICISTA**

Atendimento Residencial
Somente nos finais de semana



(15) 99832-2931/99844-8729/99663-6738 | **adinaldo.camargo**

Boas Festas!

2
0
2
0



Feliz
ANO-NOVO



Revista Hadar

12 anos de muito brilho e com muitas conquistas

Em 2007... Tudo aconteceu da noite para o dia. Um presente e um desafio em nossas mãos... Iniciou a corrida contra o tempo para preparar o trabalho de um mês em uma semana. Foi emocionante e cheio de adrenalina. Mas deu certo, dia e noite e a estrela brilhou! Assim foi o começo da nossa história... Nasciam, então, os primeiros textos da revista que ainda nem nome tinha, assim foi o começo, em dezembro de 2007.

E hoje? A edição de número 145! 12 anos se passaram... 145 edições publicadas! O tempo passa muito rápido, mesmo! Ainda que, durante todos esses anos, tenhamos enfrentado lutas, elas nos serviram e nos servem como um desafio para vencer! Só temos que agradecer a Deus, aos nossos familiares, a nossa equipe, aos nossos colaboradores, aos nossos anunciantes/amigos e aos queridos leitores que nos acompanham há 12 anos e que nos motivam para que continuemos nesta jornada e cada dia melhor!

Então, meu amigo, este mês, fazemos aniversário! Estamos entrando no nosso décimo terceiro ano. Ao longo destes doze anos, muitas coisas aconte-

ceram... Noites mal dormidas, olás, risadas, choros, parcerias, adeus... Enfim... Coisas, pessoas, matérias novas... Ainda que tenhamos perdas, elas nos serviram para nos fortalecer...

São 12 anos de muito brilho e tal brilho que nos irradia e reflete os quatro cantos é para você, caro leitor, que nos acompanha desde a primeira edição e nos motiva a brilhar cada dia mais e mais... E é com esse brilho, com toda essa energia positiva que queremos continuar e convidamos você, a continuar sempre com a gente, pois saiba que em todas as edições trabalhamos com muito amor, carinho, profissionalismo e ética para levar até você, informações de primeira qualidade.

Falar da gente nem sempre é fácil! Corremos o risco de parecer prepotentes, presunçosos e até deselegantes. Não é à toa que existe um sábio ditado que diz: "elogio em boca própria é vitupério". Ou seja, a pessoa que elogia a si própria corre o risco de se expor de uma maneira inadequada, insultando a si mesma e a outras pessoas que estejam ouvindo.

Bem, que nos perdoem os críticos de plantão, mas, neste mês de dezembro, quando a Revista Hadar completa 12 anos de uma longa e árdua caminhada, não



há como não reconhecer que a revista é um divisor de águas quando o assunto é jornalismo em nossa Região.

A Hadar estabeleceu e mantém um padrão gráfico e de reportagem que, hoje, é referência na imprensa regional. Vale lembrar que estas conquistas se devem em grande parte ao trabalho de toda uma equipe, que não mede esforços para fazer a revista melhorar a cada edição.

Nesta jornada, foram muitos os temas abordados em nossas páginas, muitos dos quais polêmicos, mas sempre tratados com profissionalismo e contando com depoimentos que enriqueceram as reportagens, trazendo para a realidade de nossa região assuntos de repercussão mundial.

Mas a Hadar também atua para mudar a vida de gente comum, oferecendo a oportunidade de as pessoas darem um up no visual e uma repaginada na aparência, contribuindo para elevar a autoestima de muita gente.

Durante esses doze anos, pudemos realizar muitos sonhos das pessoas e os nossos também por poder realizá-los. Dentre eles, foram homens, mulheres, crianças...

E são pessoas assim, do nosso cotidiano, que nos fazem buscar sempre o melhor e estar atentos com os principais assuntos do momento: moda, comportamento, sexualidade, saúde, cultura, universo teen, autos. Enfim, um leque de assuntos voltados para o interesse do leitor.

A Hadar é uma estrela em nossas vidas... E, quanto

mais brilha, mais gostoso é fazer parte dela e mais simples é dedicar-se a ela.

Ao longo desses 12 anos, Deus colocou muitos anjos em nossas vidas para fazer parte desta trajetória, foram anjos que nos confortaram em momentos difíceis, críticos, que, muitas vezes, pareciam não ter fim, mas eles estavam lá, firmes e fortes para nos fortalecer. Anjos que nos deram créditos, que nos deram apoio com palavras, que dedicaram seu tempo para nos aconselhar, prestaram serviços, ajudaram a Hadar a ficar mais brilhante, enfim, nossa trajetória é longa... E temos certeza que, com o nosso profissionalismo, comprometimento e ética, ela se tornará ainda maior! Pois pretendemos comemorar os 20, os 30, os 40 anos... Firmes e confiantes.

Que o futuro, essa estrada desconhecida, possa ser trilhado com serenidade, paz e justiça para todos. A construção de um mundo melhor não é uma coisa fácil e rápida, é um evento que leva gerações. E a Hadar tem como um de seus pilares procurar sempre fazer matérias que de alguma forma contribuam para um mundo mais humano. Só através da Educação, do Amor, da Liberdade e Empatia com o próximo vamos transformar o mundo. E, neste processo, é fundamental um jornalismo sério, profissional e que mostre os fatos como eles são.

Um Feliz Natal e um próspero Ano-Novo repleto de paz, alegria e amor. E que venha 2020 com muita garra, saúde e determinação!



PROJETO QUER PROIBIR MULHERES TRANSEXUAIS EM COMPETIÇÕES ESPORTIVAS FEMININAS

Deputado estadual entra com medida que tenta estabelecer “sexo biológico” como único critério para definição de gênero de competidores esportivos

O Projeto de Lei 346/2019, de autoria do deputado estadual de São Paulo Altair Moraes (Republicanos), tem provocado polêmica no mundo do esporte. A proposta estabelece o “sexo biológico” como o único critério para definição do gênero de competidores em partidas esportivas oficiais no Estado”.

O PL foi aprovado pela Comissão de Constituição e Justiça (CCJ) e será submetido ao congresso de comissões e, depois, seguirá para deliberação e votação dos 94 deputados. Se aprovado, vedaria a atuação de atletas transexuais em agremiações que disputam modalidades do sexo oposto ao nascimento.

O projeto ainda prevê multa de 50 salários

mínimos (R\$49,9mil) para a federação, entidade ou clube que descumprir a legislação que passaria a vigorar 180 dias a partir de sua publicação.

O advogado da atleta transexual Tiffany Abreu, do Sesi Vôlei Bauru, na qual o parlamentar se utilizou para montar o projeto, Valdir de Carvalho Campos, OAB 307828/SP, afirma que o projeto de lei é inconstitucional. “O PL representa uma afronta clara à dignidade humana, que repousa como fundamento da República Federativa do Brasil, aliás, posto estrategicamente no artigo 1º da Constituição Federal, visto que o presente embrião legal viola o direito de autodeterminação, ou seja, o direito do indivíduo determinar perante a sociedade, qual será o seu destino, suas escolhas”, argumenta.

Tiffany é a primeira transexual a atuar na Superliga Feminina de Vôlei. Aos 33 anos, ela foi autorizada pela Federação Internacional de Vôlei (FIVB) a disputar a competição após passar por cirurgia de mudança de sexo. Até os 31 anos, a atleta participou de edições do torneio masculino no Brasil, na Europa e na Ásia. Em 2017, ela assinou contrato com o time de vôlei de Bauru.

Se a PL for aprovada, a legislação paulista irá contrapor o entendimento do Comitê Olímpico Internacional que permite a participação de mulheres transexuais no esporte feminino desde 2016. A entidade exige, no entanto, que essas atletas façam tratamento hormonal para manter o nível de testosterona em até 10 nanomol por litro de sangue.



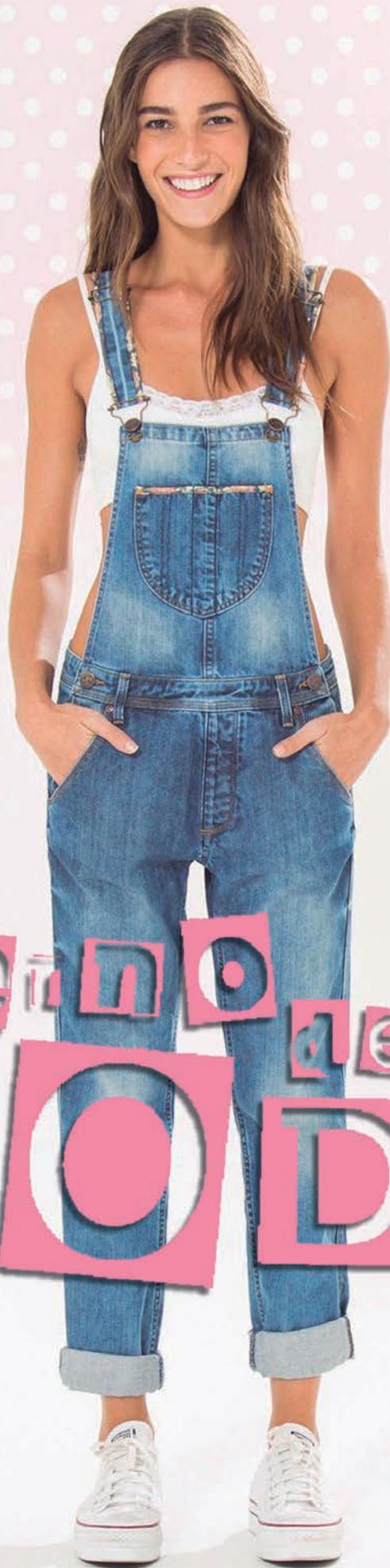
☎ 15 99144-8747

☎ 15 99152-1248

www.ghsenhariaast.com.br

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





caderno de
MODA

Tetê Clementino

Ícone da maquiagem e das redes sociais



Um milhão de seguidores no Instagram, milhares de vídeos postados e assistidos no YouTube. Um carisma inigualável e uma beleza que parece ter sido tirada dos filmes de contos de fadas. Essa é a maquiadora e jornalista por formação, Ana Tereza, mais conhecida como Tetê Clementino.

Aos 25 anos, a goiana é um fenômeno quando o assunto é maquiagem e desde jovem já maquiava as amigas e foi aí que percebeu seu dom. Nas redes sociais, seus posts são referência e as makes para o dia a dia ou artísticas, servem de inspiração.

Aos 16 anos, começou a investir na carreira de maquiadora e, apesar das dificuldades, foi conquistando sua clientela. Hoje em dia, quando não está trabalhando, está postando vídeos e buscando referências e novidades.

E, apesar da rotina agitada, ainda custa a acreditar no tamanho de seu sucesso. “Eu nunca consigo acreditar, sabe? Parece que não cai a ficha que as pessoas gostam tanto do meu trabalho, que a carreira alavancou tanto! Eu fico muito feliz, de verdade. E me sinto extremamente realizada. Acho que me dei conta quando minha agenda começou a lotar muito e muito rápido, com filas

de espera e quando o ano inteiro estava ficando cheio”, contou em entrevista.

No leque de profissionais que a inspiram, Tetê destaca os gurus de makeup gringos, entre eles, a Chrissy, o Patrick Star, Alex Faction, Jordan Ranz e outros.

Além de admirar tais profissionais, a maquiadora sempre faz pesquisas em sua área, busca produtos novos, técnicas, lançamentos de marcas que gosta para manter-se por dentro do que há de melhor.

Para quem busca se aprimorar e seguir carreira na maquiagem, Tetê dá um conselho: “Acredite sempre em você mesma! Nunca deixe ninguém te pôr para baixo! Se você sonha, você é capaz! Então, acredite, corra atrás, tenha muita perseverança. Se desanimar alguma hora, lembre-se o motivo de você querer essa carreira e se apegue nele! Invista em você mesma, na sua felicidade e no seu trabalho”.

Ah, e para quem não sabe, numa entrevista cedida há alguns anos, seu maior sonho era poder construir uma família, de valores e estrutura. Hoje, Tetê espera a chegada de Maria, sua primeira filha. Parece que o sonho tornou-se realidade.

Que o sucesso continue caminhando lado a lado com Tetê Clementino!

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



(Entraremos em recesso a partir de dezembro/2019 e retornaremos as nossas atividades em 18 de fevereiro/2020)

ESPAÇO
MarilsaGigo



Jardineiras

Como e quando usá-las

N

ão adianta... Entra ano, sai ano e elas continuam sendo as queridinhas de quem é antenada em moda. As jardineiras são versáteis, confortáveis e caem bem em qualquer ocasião. E estação também!

As mais comuns e descoladas são as jeans, usadas com camisetas básicas ou blusinhas coloridas. E já que as jardineiras carregam um charme especial, vale desabotoar uma das alças ou até mesmo as duas e brincar com o *look*.

E como existem diversos modelos e cores disponíveis, a jardineira estampada pode ser uma boa pedida para ocasiões informais, seja ela com formato de shorts ou calça. Neste caso, a peça de baixo deve ser em cores neutras.

Há ainda as jardineiras em couro, que remetem a um visual mais carregado, no estilo rock 'n roll, por isso, as blusas em preto e branco acabam sendo as mais indicadas. Ah, os acessórios também podem ser usados e abusados.

Como dissemos, há os modelos de jardineira em calça ou shorts, mas também existem as salopetes, que têm uma saia na parte inferior e ainda possui alças. Elas também são confortáveis e carregam um aspecto romântico. Para ambos os trajes, vale optar por sapatos mais baixos, sapatilhas ou tênis.

Como deixar a jardineira, uma roupa tão "antiga", mais sofisticada? O jeito mais indicado é usando um blazer, camisa ou casaco por cima da peça.

Ah, quem tem muito seio deve ficar atenta, pois as jardineiras tendem a aumentar o busto. E quem tem um pouco mais de cintura, pode apertar um pouquinho a jardineira, para deixá-la mais cinturada.

E fica a dica: para o ano que vem, as jardineiras na cor preta estarão em alta e podem ser usadas à noite. São feitas em um tecido mais fino, tornando-se muito elegantes. E elas vêm com calça na parte de baixo, variando entre os modelos de boca mais



larga, mais justa, mais curta, enfim, do jeito que a mulher desejar.

Outro modelo que será visto nas ruas em breve, é a jardineira xadrez, muito elegante e usada em qualquer ocasião. Ela chegará com um corte mais reto e formal, mas também no modelo curto e folgado, numa proposta mais descolada.

Seja lisa, estampada, curta ou longa, as jardineiras estão com tudo!



DESIMAX
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:

19 99159.9124

WWW.DESIMAX.COM.BR

*Carla Francine
Bertanha*



Advogada
OAB/SP 199.318

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



Coleção Bivik 2019

Roupas
Calçados
Acessórios



Venha conferir!

Atendemos em domicílio
✉ tati.covre@bol.com.br

WhatsApp (15) 99759-5349
Facebook Taty moda e Acessorios



Dar acessibilidade é permitir o deslocamento de pessoas de forma confortável e segura

É lei proporcionar acesso aos cidadãos em todos os edifícios públicos e comerciais

Tatuí Mix
Concreto

A Tatuí Mix deseja a todos os amigos e clientes um Feliz Natal e próspero Ano-Novo

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

A norma regulamentadora NBR 9050 nos direciona de forma global e precisa, colaborando de forma significativa no desenvolvimento desse tipo de projeto. Essas normas são bastante amplas: trata das medidas mínimas dos sanitários, altura das barras de apoio, inclinação correta das rampas de acesso, dimensão de portas, altura de pias, corrimãos, espelhos, pisos táteis, sinalizações, entre tantas outras informações importantes para proporcionar acessibilidade de qualidade.

Tempos atrás, tivemos o depoimento de um cadeirante, dizendo que não saía de casa porque a acessibilidade é muito restrita e, em função disso, não conseguia transitar e por ser uma pessoa sozinha, não tem quem o ajude. Disse também que é invisível perante a sociedade, pois raramente recebe ajuda quando encontra obstáculos.

Por isso temos que nos conscientizar e fazer o possível para adaptar o quanto antes, os banheiros de comércio, escolas, lojas, restaurantes, etc. Possibilitar o livre acesso através das adequações de acessibilidade, é um ato de cidadania e amor ao próximo.

Deixamos, aqui, o nosso carinho, apreço e consideração a todas as famílias que, no dia 3 de dezembro, se lembram dessa data por terem um ente querido que necessite de nossa atenção, compreensão e cuidado especiais.

Boas Festas a todos.

Veridiana Pettinelli
Arquiteta e Paisagista



**“Aqui eu aprendi a amar e cuidar dos meus cabelos,
me aceitar e ser quem eu quiser!”**

@berlofa_

Thiago Martins
SALÃO CASA

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

Economia reage e aponta crescimento

Números oficiais indicam início de recuperação, mas o caminho é longo

A economia brasileira começa a dar sinais de recuperação. Embora ainda sejam indícios tênues de melhoria da atividade econômica, é certo que setores que estavam em sérias dificuldades, como a construção civil, apresentam sinais de uma recuperação ainda iniciante.

A boa notícia chegou no começo de novembro, com a divulgação, pelo Banco Central, do índice que aponta uma alta de 0,44% (em setembro) no nível de atividade da economia brasileira. Este indicador, chamado de IBC-Br, é considerado uma prévia do PIB (Produto Interno Bruto), que é a soma de todos os bens e serviços do país.

Segundo o portal G1, com este resultado, a economia brasileira terminou o 3º trimestre com um crescimento de 0,91% frente aos 3 meses anteriores, de acordo com o indicador do Banco Central. Na comparação com se-

tembro de 2018, o IBC-Br subiu 2,11%, enquanto no acumulado em 12 meses o índice teve alta de 0,99%. A expansão do mês ficou acima do esperado pelo mercado. A mediana das projeções colhidas pelo Valor Data era de uma alta de 0,39%.

Trajatória ascendente

O resultado mostra uma aceleração em trajetória ascendente desde agosto, quando o índice mostrou uma alta de 0,22%. Em julho, por outro lado, o indicador apontou estagnação (variação zero). O índice foi calculado após ajuste sazonal (uma espécie de compensação para comparar períodos diferentes).

Os economistas das instituições financeiras projetam para 2019 uma alta de 0,92% para o PIB do Brasil, após um avanço de 1,3% em 2017 e 1,1% em 2018. A previsão do governo é de um crescimento de 0,9%.

Para 2020, a estimativa do mercado subiu

para 2,08%, de acordo com a última pesquisa Focus do Banco Central. O resultado oficial do PIB do 3º trimestre será divulgado pelo IBGE no começo de dezembro. No 1º trimestre, houve queda de 0,1% e, no 2º trimestre, alta de 0,4%.

PIB e IBC-Br

O IBC-Br foi criado para tentar antecipar o resultado do PIB, que é divulgado pelo IBGE. Os resultados do IBC-Br, porém, nem sempre mostraram proximidade com os dados oficiais do PIB. O cálculo dos dois têm diferenças – o índice do BC incorpora estimativas para a agropecuária, a indústria e o setor de serviços, além dos impostos.

Cafecultura em queda

Nem tudo são flores na economia. Também no começo de novembro, a safra brasileira de café, já colhida, foi estimada em 50 milhões de



sacas de 60 kg, redução de 0,5% ante a projeção do mês anterior, de acordo com levantamento divulgado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE).

Na comparação com 2018, ano de alta do ciclo bianual do café arábica, a produção em 2019 teve queda de 16,5%, segundo o IBGE. Para o arábica, a produção estimada foi de 34,8 milhões de sacas de 60 kg, declínio de 0,8% em relação ao mês anterior.

No Espírito Santo, as estimativas declinaram 8,7% em decorrência da queda de 8,5% no rendimento médio, explicou o instituto. A

área plantada e a área a ser colhida declinaram 0,1%, acrescentou o IBGE em relatório. Por outro lado, a produção estimada de café Conilon deve ser de 15,2 milhões de sacas de 60 kg, alta de 0,1% em relação ao mês anterior.

Produção de frango cresce

O Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA) divulgou relatório no começo do ano no qual prevê que a produção de carne de frango brasileira deve crescer 1,8% em 2019, chegando às 13,6 milhões de toneladas. A projeção do órgão norte-americano é

pouco mais otimista que as projeções divulgadas pela ABPA (Associação Brasileira de Proteína Animal) no final de 2018: crescimento de 1,39% – 13,2 milhões de toneladas.

Apesar de serem mais otimistas que as expectativas da ABPA, as 13,6 milhões de toneladas projetadas pelo USDA em seu relatório representam uma redução na produção anteriormente projetada pelo órgão de 13,9 milhões de toneladas. Segundo o USDA, a movimentação dos produtores brasileiros para ajuste do mercado interno foi um dos pontos considerados para a redução dessa expectativa. “A pre-

visão mais baixa também reflete preocupações de exportadores com restrições nos mercados tradicionais de importação, principalmente da Arábia Saudita e da União Europeia”, destaca ainda o relatório do USDA.

Por outro lado, o Departamento de Agricultura dos Estados Unidos aposta que o crescimento econômico brasileiro e o controle da taxa de inflação poderão estimular a recuperação da demanda interna por carne de frango. A projeção do USDA é de um crescimento de 22% da demanda doméstica brasileira por carne de frango. Na prática, dados mais recentes apontam que o brasileiro já está consumindo mais carne de frango.

Já a carne bovina, cujos preços tiveram forte alta nas últimas semanas, volta a ser artigo de luxo na mesa do brasileiro, isto porque boa parte da produção está sendo direcionada à exportação, principalmente para o mercado chinês. E o motivo é que houve uma queda acentuada na produção de carne suína na China, devido à gripe suína. Por isso, os chineses aumentaram as compras de carnes brasileiras, fazendo com que os preços no mercado interno subissem.

Exportações 2019

Apesar de revisar para baixo a previsão de produção brasileira de carne de frango para 2019, o USDA aponta que as exportações deverão crescer cerca de 1,3 %. O pequeno aumento nas exportações de carne de frango, segundo o Departamento, deve-se, principalmente, aos maiores embarques projetados para novos mercados como Coreia do Sul, Chile e México, além da maior demanda por carne de frango por parte da China. A menor volatilidade esperada da taxa de câmbio prevista para 2019 também contribui, segundo o USDA, para tornar o produto brasileiro mais competitivo no mercado mundial.

China/Hong Kong

O crescimento das exportações de carne brasileira para a Ásia (principalmente China e Hong Kong) era algo já previsto pelo governo americano. Diante deste quadro, a indústria agrícola brasileira mostra otimismo. Este fato se deve ao aumento do número de plantas (fábricas) aprovadas para exportar para a China e o último acordo para a disputa antidumping fechado com o gigante Chinês, que vigora desde o começo do ano. O Dumping é uma prática na qual um país de economia mais forte vende determinado produto a preços abaixo do mercado, prejudicando concorrentes.

Outro importante mercado para as carnes brasileiras, principalmente o frango, é a Arábia Saudita, mas o comércio com este país enfrenta dificuldades e a previsão é que o Brasil deixe



de exportar até 75 mil toneladas de carne de frango para os árabes, somente neste ano.

As repetidas investidas do mercado árabe contra o produto brasileiro, como na questão do atordoamento de aves e a desabilitação de exportadores, seriam parte de um plano estratégico do governo da Arábia Saudita para reduzir sua dependência de carne de frango importada, com medidas para proteger a indústria local. Em 2018, as exportações brasileiras de carne de frango para a Arábia Saudita caíram 17%.

A questão política pode influenciar negativamente as relações comerciais não apenas com os sauditas, mas com outros países do Oriente Médio, declarações e atitudes do governo brasileiro, como a anunciada intenção de transferir a embaixada brasileira em Israel de Tel Aviv para Jerusalém (cidade sagrada para judeus e muçulmanos) é um exemplo disso. Mas o Brasil sempre pode mudar de ideia. E analistas afirmam que a transferência da embaixada já não é dada como certa.

Exportações 2018

Em 2018, o Brasil exportou carne de frango para 163 países, 15% acima do ano anterior. As exportações estão concentradas em 10 grandes mercados, que representam quase 70% de todas as exportações. O volume total exportado em 2018, incluindo as categorias não cobertas pelos dados do USDA, diminuiu 5,2% para pouco mais de 4 milhões de toneladas.

A carne de frango in natura foi responsável por 68% de todas as exportações, seguida por partes de frango, com 28%. A carne de frango processada, com 2,5 %, e a carne de frango

salgada, com 2,4 %, representaram as exportações restantes de carne de frango – dados do USDA. As receitas totais das exportações brasileiras em 2018 alcançaram quase US \$ 6,5 bilhões, uma queda de 4,2% em relação ao ano anterior.

Lucro recorde

No segundo trimestre do ano, as três maiores empresas brasileiras com ações na bolsa de valores (Petrobrás, Banco do Brasil e Eletrobrás), lucraram juntas R\$ 28,6 bilhões. Esse é o maior valor já registrado, segundo a empresa de consultoria financeira Economática. O recorde anterior, de R\$ 27,02 bi (ajustados pela inflação) havia sido registrado em 2008.

Crédito Imobiliário

O crédito imobiliário se aproxima do menor nível da história. Isto se explica em parte por causa da concorrência dos bancos e da retomada dos financiamentos por parte da Caixa, que é o principal banco financiador deste segmento. Esta situação fica clara diante dos inúmeros empreendimentos imobiliários que estão sendo implantados ou retomados em nossa Região.

Black Friday

A data mais esperada do ano para muitos lojistas e consumidores é a *Black Friday* (sexta-feira negra, em inglês). Esta é uma tradição que começou nos Estados Unidos e caiu no gosto dos brasileiros. A *Black Friday* é uma promoção que acontece geralmente na última sexta de novembro e oferece descontos que podem chegar a 70% ou mais. Comerciantes e consumidores já consideram a data

mais importante do que o Natal.

Este ano, com a melhora da economia, a expectativa do comércio é que o evento movimente as vendas, com projeções de desempenho melhor que o do ano passado.

Segundo o portal G1, estimativa da consultoria Boa Vista SCPC aponta que, neste ano, as vendas na *Black Friday* devem crescer cerca de 4% na comparação com 2018. Se a projeção se confirmar, será um avanço parecido com os 4,7% do ano anterior. Segundo a instituição, o desempenho deve ser puxado por fatores como expansão das concessões de crédito e pela liberação dos recursos do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS) pelo governo.

Em 2018, a *Black Friday* ajudou a puxar um aumento de 2,9% nas vendas do comércio em novembro. Para o IBGE, esse avanço marcou o melhor resultado para um mês de novembro na comparação com outubro desde o início da série histórica do levantamento, em 2000. Para este ano, pesquisas mostram que os consumidores que pretendem comprar algum produto na *Black Friday* estão dispostos a consumir mais. Segundo estudo da Confederação Nacional de Dirigentes Lojistas (CNDL) e do Serviço de Proteção ao Crédito (SPC Brasil), entre quem comprou na edição do ano passado, 35% esperam adquirir mais produtos em 2019. Enquanto isso, 23% planejam comprar menos e 20%, a mesma quantidade. O levantamento ouviu 1.230 consumidores, dentre os quais 50% disseram que pretendiam comprar algum item na *Black Friday*. Outros 39% dizem que vão fazer compras apenas se considerarem que os descontos estejam valendo apenas, e



**Black
Friday**



apenas 11% não pretendem comprar nada.

Gastos

Ainda de acordo com a pesquisa, em média, os consumidores devem comprar cerca de três produtos e desembolsar R\$ 1.132. Na lista de itens mais procurados, as roupas lideram com 36% das menções. Os eletrodomésticos aparecem em segundo lugar com 31%, calçados com 29% e celulares e smartphones com 28%.

Desemprego

Embora ainda existam milhões de pessoas desempregadas no país, levantamento do IBGE aponta leve queda no índice de desemprego, que ficou em 11,6% no trimestre encerrado em outubro, atingindo 12,4 milhões de pessoas. Os dados foram divulgados no final de novembro.

Trata-se da primeira queda na série do indicador desde o trimestre encerrado em junho. No período entre maio e julho, a taxa estava

em 11,8%. Já no trimestre encerrado em outubro do ano passado, a taxa foi de 11,7%. Apesar de redução de 0,2 ponto percentual em relação ao trimestre que vai de maio a julho, o IBGE considera que a taxa de desemprego segue estatisticamente estável.

Segundo analistas, esta estabilidade se deve ao menor crescimento da população ocupada no país, que somou 94,1 milhões de pessoas, o que representa um avanço de 0,5% (mais 470 mil pessoas) em relação ao trimestre anterior e de 1,6% (mais 1,4 milhão de pessoas) em relação ao mesmo trimestre de 2018.

O número de desempregados recuou em 202 mil na comparação com o trimestre anterior, mas aumentou em 58 mil frente ao mesmo período do ano passado, quando eram 12,309 milhões de trabalhadores brasileiros desempregados.

Recorde

Apesar do desemprego ainda alto, os dados

do IBGE mostram que o mercado de trabalho prossegue em trajetória de recuperação gradual, ainda que puxada pelo avanço da informalidade, que em 2019 atingiu nível recorde.

O número de empregados sem carteira de trabalho assinada atingiu novo patamar recorde de 11,9 milhões de pessoas, o que representa um crescimento anual de 2,4% (mais 280 mil pessoas). Já a categoria por conta própria chegou a 24,4 milhões de pessoas, o que representa uma alta de 3,9% (mais 913 mil pessoas) em relação ao mesmo período de 2018. A taxa de informalidade no mercado de trabalho ficou em 41,2%, o que representa uma estabilidade frente ao trimestre móvel anterior, reunindo um contingente total de 38,8 milhões de brasileiros

Estes são sinais muito sólidos de que a economia brasileira começa a sair da crise, mas ainda há um longo caminho a percorrer.





BRINQUEDOS X SEGURANÇA

Certificação do Inmetro é indispensável durante compra de itens

O setor de brinquedos é um dos mais movimentados no Natal. Segundo dados da Associação Brasileira dos Fabricantes de Brinquedos (Abrinq), a previsão é de que as vendas cheguem a um aumento de 8% até o final deste ano. De 2011 a 2018, o faturamento da indústria do brinquedo passou de R\$ 3.460 bilhões para R\$ 6.871 bilhões. O número de brinquedos lançados em 2018 foi de 1.385, um pouco a mais que em 2017 (1.309).

O processo de criação e a origem de um brinquedo não é diferente de qualquer outro produto com suas funcionalidades e finalidades. “Muitos acreditam que os brinquedos surjam de forma aleatória e, de fato, talvez isso tenha feito parte da história dessa categoria, onde brinquedos surgiram com a mera função de distrair ou descontrair. Houve muitas mudanças e evolução na sociedade nesses últimos tempos e o brinquedo passou de mero coadjuvante “distrator” para o papel de fundamental e extremamente importante no auxílio da educação e desenvolvimento infantil”, explica André Batista do Nascimento, Desenhista Industrial e Designer de Produtos, que atua em uma empresa que deverá produzir seis milhões de brinquedos este ano.

Para André, o brinquedo atual pode contribuir na evolução da criança em todos os seus aspectos, desde as primeiras fases em seu de-

envolvimento sócio motor até as mais “evoluídas”, acompanhando o crescimento dela até a sua pré-adolescência. “Costumamos dizer que ele pode contribuir, devido a alguns aspectos muito importantes, tais como sua criação/design, fabricação e principalmente a destinação de forma compatível ao momento evolutivo da criança. Sem isso, o brinquedo pode trazer riscos à integridade da criança”, orienta o entrevistado.

Porém, todo cuidado é pouco quando o assunto é criança. Por isso, é importante lembrar que são muitos os materiais utilizados para a fabricação de um brinquedo e que eles também determinam quais os tipos de ensaios e testes o certificador submeterá o produto. “Além do material, outro fator determinante é a faixa etária da criança, pois a idade determinará algumas características peculiares para os ensaios e testes aplicados, como por exemplo, produtos destinados à primeira infância, que vai de 0 a 12 meses. Neste caso, leva-se em conta a interação específica da mesma com o brinquedo, como as dimensões das peças e partes, para evitar o entupimento das vias aéreas que podem causar asfixia e levar, em casos extremos, a óbito”, explica André.

Ainda se tratando de materiais, no caso do plástico, é avaliado o tipo de toxidade e nível de metais pesados que um produto possa conter, evitando alergias ou envenenamento quando levados à boca. “O mais importante é

alertarmos da importância de um órgão fiscalizador e o risco que um brinquedo pode causar a uma criança quando não respeitada às recomendações de seu uso”, destaca o desenhista.

Para que um brinquedo receba o selo do Instituto Nacional de Metrologia, Qualidade e Tecnologia (INMETRO), primeiramente são muitos os pontos avaliados pelo órgão certificador. “Eles vão desde ensaios mecânicos para análise estrutural, ou seja, se o produto suporta as tensões causadas durante seu uso e manuseio, até testes químicos que analisam a composição do material no qual será fabricado o brinquedo”, explica o profissional.

Porém, há circunstâncias em que um brinquedo pode deixar de ser certificado com selo do INMETRO, como o incorreto enquadramento da empresa como fabricante de brinquedo, podendo inviabilizar o acesso ao selo. “Um brinquedo somente recebe o selo do INMETRO quando passa por todos os ensaios e testes aplicados no seu processo de certificação. Quando em comercialização, alguma falta de controle na qualidade poderá levá-lo ao ponto de perder o selo e consequentemente torná-lo inapto à comercialização. Em casos extremos a empresa será obrigada a aplicar um recall ou retirar do mercado um produto com problema grave”, finaliza.

Por isso, ao adquirir um brinquedo, certifique-se da segurança dele e do selo do INMETRO.



Qualidade **de Vida**



É importante lembrar da saúde mental

Depressão é um dos transtornos mais comuns em pacientes com enxaqueca

A enxaqueca é um tipo de cefaleia (dor de cabeça) que acomete cerca de 30 milhões de brasileiros. De causa desconhecida, ela é caracterizada por ocorrência frequente, intensidade de moderada a severa e pulsante. Geralmente, a pessoa fica sensível à luz, ao som e tem náuseas. Isso já é sabido para a maioria das pessoas. O que poucos sabem é que pacientes com enxaqueca apresentam associação mais estreita com doenças psiquiátricas como a ansiedade e depressão.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) destaca a importância da saúde mental, e declara que só é possível ser saudável quando há um completo bem-estar físico, social e mental. Esse último não diz respeito somen-

te à ausência de transtornos mentais, a entidade afirma que o indivíduo só está saudável mentalmente quando consegue realizar suas próprias habilidades, lidar com as tensões da vida, trabalhar de forma produtiva e fazer contribuições à comunidade.

Para Juliana Guedes, psicóloga, a nossa sociedade é produtora de sofrimento psíquico. “Estamos imersos em uma sociedade em que o sucesso, o dinheiro, o corpo estão colocados como ideias, em que o sujeito precisa ser perfeito em todos os aspectos de sua vida, para que então seja digno do olhar e da admiração do outro. Vivemos em tempos de ideias, de sujeitos perfeitos, que não podem carregar em si e não suportam a própria falta e a falta do outro. Encontramos sujeitos que não estão apropriados de seus desejos, mas vivenciam o desejo que é do outro, o desejo que lhe é im-

posto. Com isso, esse sujeito vai cada vez mais se distanciando de si, produzindo então, grande sofrimento psíquico. Esses são algumas das fontes dos adoecimentos, como a ansiedade, a depressão os chamados transtornos de pânico e alimentares, insônias, nos revelando sintomas da vida de um sujeito em conflito consigo, com seus desejos e com as necessidades sociais impostas”, detalha a psicóloga.

Ao longo do tempo, as pessoas vêm aprendendo e se prevenindo das patologias e cuidados do corpo/físico, atentando-se para a alimentação saudável e as atividades físicas. Porém, esquecem que o “painel de controle” é a mente/psique e que é preciso o equilíbrio. É tão importante cuidar da mente quanto do corpo. Ele não funciona sem ela! Ao menor sinal, procure ajuda.

Sistema de Radiestesia para encontrar água

Elio Sonda

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

Catarata

Como diz o ditado: “os olhos são as janelas da alma” e, por eles, enxergamos o mundo ao redor. Por isso, todo cuidado é pouco com a visão e consultas periódicas a um oftalmologista podem assegurar a saúde dos olhos.

E por falar nisso, uma das doenças que mais comprometem a saúde ocular é a catarata, caracterizada pela lesão ocular que torna o cristalino opaco e deixa a visão embaçada, como se houvesse uma névoa diante dos olhos. “O olho humano tem uma lente natural, que durante a maior parte da vida, tem como uma de suas propriedades, a perfeita transparência. A catarata é o cristalino que perdeu sua total transparência”, explica o oftalmologista Márcio Luís Miranda (CRM 96067).

A maioria das pessoas apresenta a catarata senil, desencadeada pela idade avançada, provavelmente devido aos muitos anos de exposição aos raios ultravioletas. Outros fatores que podem levar a catarata são traumas oculares,

doenças inflamatórias oculares, diabetes, uso prolongado de medicamentos da classe dos corticoides e exposição a ambientes com temperaturas elevadas, entre outras condições.

Acuidade visual prejudicada, embaçamento visual, sensação de que as lentes dos óculos estão sujas, ou embaçadas, ausência de dor ou vermelhidão, podem ser sintomas de catarata.

O diagnóstico de catarata é feito pelo oftalmologista, através de um exame minucioso, onde ele verifica se o cristalino possui alguma lesão. O tratamento é cirúrgico. Envolve remover o cristalino opacificado e substituí-lo por uma lente intraocular, que possa exercer a função de lente que o anterior cristalino exercia.

“A cirurgia é indicada quando a catarata prejudica a visão, interferindo na qualidade de vida ou no desempenho da pessoa, perturbando sua rotina diária. Há condições que podem contra indicar a realização da cirurgia naquele momento. Porém, na maioria das vezes, estas condições são modificáveis, permitindo ajustes para uma posterior intervenção cirúrgica”,

Doença prejudica a saúde ocular e pode causar cegueira

orienta o médico entrevistado.

Depois de realizado o procedimento, há restrições pós-cirúrgicas, como evitar ambientes com poeira, com potencial de contaminar os olhos operados. “Deve-se evitar esforços físicos, não havendo restrições alimentares”, resalta o oftalmologista Márcio Miranda. ²⁹

Segundo o médico, a catarata é progressiva e naturalmente a opacificação irá aumentar, podendo chegar à cegueira. “Quanto mais avançada a catarata, maiores são as dificuldades cirúrgicas, com aumento no índice de complicações”, diz.

Para quem não sabe, o uso de óculos de sol adequados, com lentes que tenham o filtro UV-A e UV-B, ajudam a evitar problemas de visão.

Diante disso, há a necessidade de consultas regulares com um médico oftalmologista, mesmo que o motivo seja apenas a troca dos óculos ou revisão do grau deles. Quanto mais cedo o diagnóstico de catarata, maior o sucesso cirúrgico e a satisfação visual.

ÓTICAS | CAROL
ENXERGAR BEM MUDA TUDO

Desejamos a todos boas festas!

Proteja os seus olhos,
use lentes *transitions*

Praça da Matriz, 55 | Centro | Tatuí/SP
(15) 3305-1244/ 98139-0146

   OTASCAROL.COM.BR



REDE CAETANO em.com

PREÇOS INCRÍVEIS e as
MELHORES CONDIÇÕES de PAGAMENTO
em todos os setores!

FELIZ Natal



Forro de
PVC 7mm
Branco Barra 5mt

em 12x de
no cartão
R\$ 1,02m²
ou R\$11,90 à vista
em até 3x

Telha de
Fibrocimento
ETERNIT/BRASILIT

Cod.00160	2,44x0,50x4mm	por apenas	à vista R\$11,49	ou 12x de R\$0,99
Cod.00168	2,44x1,10x5mm	por apenas	à vista R\$31,99	ou 12x de R\$2,75

TRAMONTINA



Aparador
de Grama
TRAMONTINA
AP1000T
127V 79634102
220V 79634103

em 12x de
no cartão
R\$ 15,46
ou R\$179,99 à vista
em até 3x

Não nos responsabilizamos por eventuais erros de impressão e reservamo-nos o direito de corrigi-los. Imagens ilustrativas.



VENTISOL
Umidificador de
Ar VENTISOL
U-04 3,7L
Bivolt

em 12x de
no cartão
R\$ 11,17
ou R\$129,99 à vista
em até 3x



Caixa d'Água
CAETANO
500 Lt c/Tampa

em 12x de
no cartão
R\$ 11,17
ou R\$129,99 à vista
em até 3x



LORENZETTI

Ducha Futura
LORENZETTI Multi
127V 5500W 7531280
220V 7500W 7531282

em 12x de
no cartão
R\$ 6,01
ou R\$69,99 à vista
em até 3x



Veneziana
Alumínio
FCJ 6 Fls c/Gr.
1,0x1,5
Cod.14
**Alumínio
Brilhante**

em 12x de
no cartão
R\$ 25,77
ou R\$299,99 à vista
em até 3x

Ofertas válidas de
1 a 28/Dezembro/2019
ou enquanto durarem nossos estoques



MOR
Esfregão MOR Mop Limp Prática 8298
Cod.35108
em 12x de **R\$4,72**
ou R\$54,99 à vista em até 3x

Cod.28109
Varal Retrátil Sublime MOR 6053
em 12x de **R\$4,98**
ou R\$57,99 à vista em até 3x

Mini Varal Extensível EURO 29 Prendedores LAV3802
Cod.52589
em 12x de **R\$3,26**
ou R\$37,99 à vista em até 3x

Cod.68491
Almofada Lines 44 cm
em 12x de **R\$1,29**
ou R\$14,99 à vista em até 3x



Potes Crystal

Cod.	Qtd	Dimensões	por apenas	à vista	ou 12x de
Cod.49788	Quad T/PE 3L BR	458-4	por apenas	R\$17,99	R\$1,55
Cod.49786	Ret Alt T/PE 2L BR	455-4	por apenas	R\$12,99	R\$1,12
Cod.49787	Ret T/PE 2L BRC	456-4	por apenas	R\$12,99	R\$1,12

Bacia Canelada Transparente
Cod.64005 3 Lt 25281 por apenas **R\$3,49** ou R\$0,30 à vista
Cod.64006 5 Lt 25282 por apenas **R\$4,99** ou R\$0,43 à vista

BRINOX
Bandeja BRINOX Atina
Cod.65884 40x28 4020/140 por apenas **R\$39,99** ou R\$3,44 à vista
Cod.65883 32x15,5 1425/132 por apenas **R\$14,99** ou R\$1,29 à vista

Cod.49776
Suporte 6 Xícaras + Cápsulas BCR 345-4
em 12x de **R\$1,89**
ou R\$21,99 à vista em até 3x

BRINOX
Wok BRINOX 24cm 2,3 Garlic VRM 7001/365 GRF 7000/365
Cod.56861/56941
em 12x de **R\$4,29**
ou R\$49,90 à vista em até 3x

RODO MÁGICO
Rodo Lava e Seca 7000 BLESS BRAZIL
Cod.56942
em 12x de **R\$5,15**
ou R\$59,99 à vista em até 3x

Cod.52901
Jarra de Vidro 1,15 Lt c/ 6 copos DM8008
em 12x de **R\$6,01**
ou R\$69,99 à vista em até 3x

Cod.51042
Taça Paulista 26x22cm G 10154
em 12x de **R\$2,15**
ou R\$24,99 à vista em até 3x

Cod.51832
Ovo Fácil 469
em 12x de **R\$2,58**
ou R\$29,99 à vista em até 3x

Cod.53102
Cj. 7 Pcs Redondas ART DECOR 08435
em 12x de **R\$0,77**
ou R\$8,99 à vista em até 3x

Cod.56630
Porta Vela de Vidro F190148
em 12x de **R\$0,52**
ou R\$5,99 à vista em até 3x

Cod.56619
Vaso Cerâmico F182705
em 12x de **R\$0,34**
ou R\$3,99 à vista em até 3x

Cod.56621
Vaso Cerâmico Bolinha F191215
em 12x de **R\$0,60**
ou R\$6,99 à vista em até 3x

Cod.56622
Vaso Cerâmico Solitário F191217
em 12x de **R\$0,51**
ou R\$5,99 à vista em até 3x

Luminária de Mesa TASCHIBRA TLM 03
Azul 15020008-07
Branco 15020008-01
Cinza 15020008-04
Preto 154020008-02
Rosa 15020008-08
Verde 15020008-06
Cod.43425/43426/43427/42428/43429/43430
em 12x de **R\$4,29**
ou R\$49,99 à vista em até 3x

Vela Abacaxi BI004
Flamingo HN004
Cod.52457/52458
em 12x de **R\$0,85**
ou R\$9,90 à vista em até 3x

Cod.47918
Cj. Velas Artificiais Ref.0184
em 12x de **R\$0,85**
ou R\$9,90 à vista em até 3x

Porta Retrato
Cod.47966 7 Y15 por apenas **R\$11,99** ou R\$1,03 à vista
Cod.47965 5 Y14 por apenas **R\$9,90** ou R\$0,85 à vista
Cod.47967 10 Y17 por apenas **R\$19,99** ou R\$1,72 à vista



Homeopatia

Exercícios que colaboram para o bem-estar físico e mental



Homeopatia é um tratamento geral de pessoas de todas as idades, não de doenças. São tratados indivíduos com infecção, alergia, doenças degenerativas, câncer, problemas mentais e emocionais e tudo que afete sua saúde.

Nessa especialidade médica, a prescrição é feita por receita médica com as descrições dos medicamentos por uma nomenclatura universal. “O médico homeopata possui formação em medicina e, portanto, pode receitar alopátia também. O medicamento alopático tem efeito químico e o homeopático tem efeito físico, podendo ser usados ao mesmo tempo por pacientes”, explica o homeopata e acupunturista, Gustavo Mercadante.

A ação do medicamento homeopático, por ser física, é imediata e a reação do organismo varia de acordo com a saúde da pessoa. “Num caso de doença antiga, o tratamento precisa ser longo. Doença recente, o tratamento é curto e tem resultados mais

rápidos”, orienta o especialista.

Os remédios homeopáticos são manipulados em farmácia por uma técnica chamada de dinamização, que é uma diluição que aumenta e potencializa seu efeito. Se fosse somente diluição, o efeito seria diminuído.

“Geralmente, os tratamentos são direcionados a pessoas que apresentam determinadas doenças. Como comumente tratamos famílias, cada faixa etária tem doenças comuns: crianças tem infecções, alergias, ferimentos. Jovens e adultos apresentam doenças gerais, já os idosos possuem doenças degenerativas e câncer. Nada é exclusivo à faixa etária, varia de acordo com alguns fatores e principalmente com o emocional, que é o mais importante na definição do tratamento”, finaliza Gustavo Mercadante.

Após uma avaliação com um homeopata, será possível chegar num diagnóstico, onde posteriormente será indicado o remédio homeopático a ser utilizado, bem como um plano terapêutico com doses, horários e duração do tratamento.

*Saúde pra
dar e vender!*

FELIZ NATAL, FELIZ ANO NOVO!

 @laboratorio_cruzeiro
 @labcruzeiro
 laboratoriocruzeiro.com.br


laboratório
CRUZEIRO



Odontologia Koza

Elméc

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

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

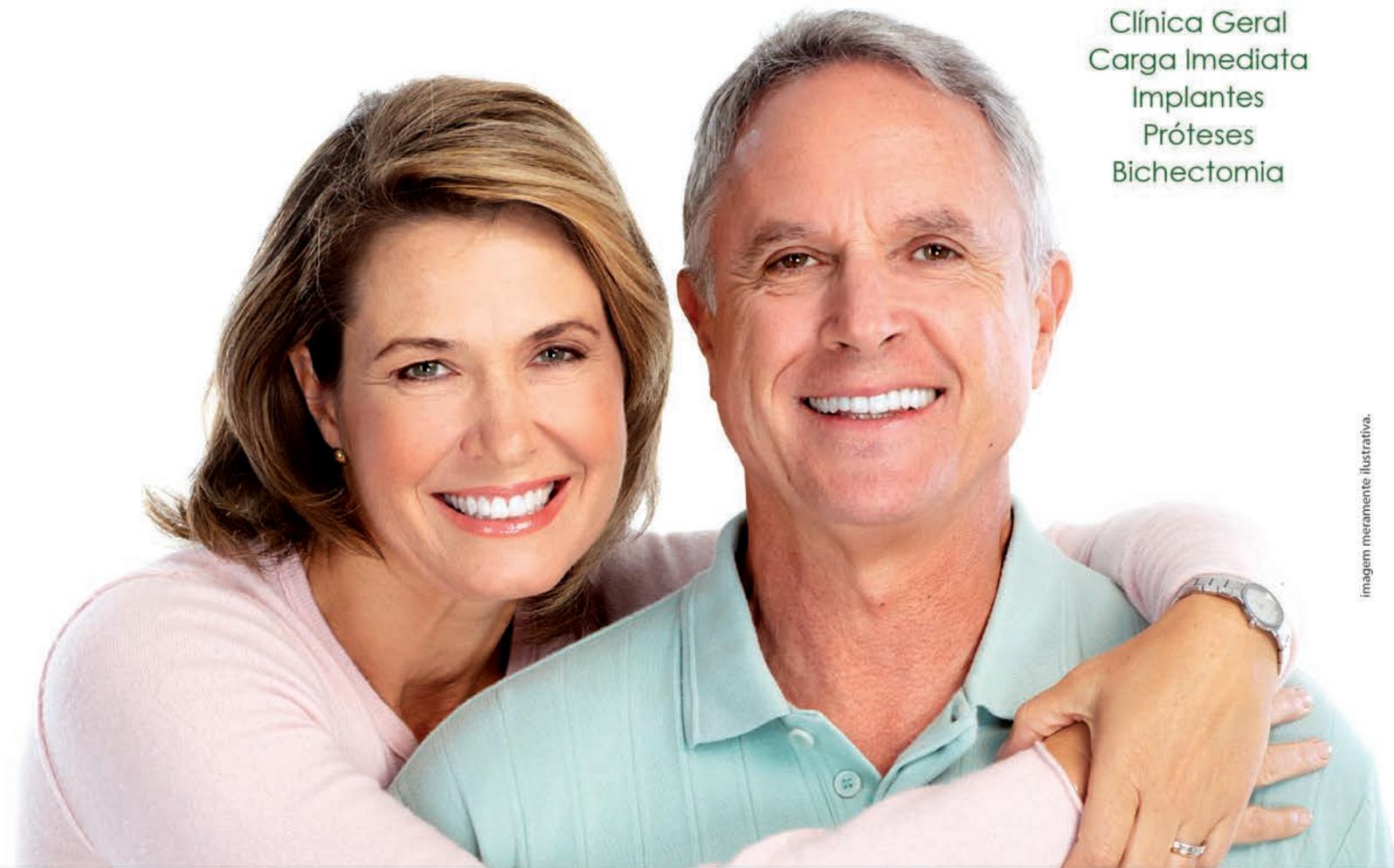


imagem meramente ilustrativa.

Dr. Naomi Koza
CRO 108096

Odontopediatria
Clínica Geral

Dr. Akira Koza
CROSP 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

f Odontologia Koza

📷 Odontologia Koza



Óculos escuros e armações

Quando necessidade e moda se unem

Eles podem ser considerados uma espécie de cartão de visitas do rosto. São usados para proteger, embelezar e até mesmo esconder. Os óculos são usados em qualquer estação e ocasião e cada um tem o seu preferido ou aquele que se adapta melhor ao modelo de rosto.

Os modelos mais procurados, hoje, são os que possuem formatos geométricos, sendo os redondos e hexagonais. “Porém, os tradicionais quadrados e aviadores são modelos atemporais, que sempre têm o seu nicho de procura e pedidos”, orienta Maiara Vieira da Costa, empreendedora e proprietária de uma boutique.

Já as cores da estação são as candy colors e neste alto verão, os óculos rosa, azul e amarelo fazem parte da paleta mais procurada e utilizada. “Blogueiras e personal styles estão também apostando nos tons terrosos e frios como verde militar e marrom”, afirma a entrevistada.

Bem como a maioria das pessoas sabe, os óculos fazem parte da identidade da pessoa,

sendo assim, cada rosto tem a sua particularidade. “Para os rostos quadrados, devem ser procurados os óculos com insinuações arredondas ou levemente gateadas, as armações dos óculos devem sempre ser um pouco maiores que a maçã do rosto, pois eles alongam e deixam a face com a expressão mais suave. Já os rostos que são redondos devem ser o oposto do quadrado, optando por usar armações quadradas para suavizar a expressão facial. Quem tem rosto quadrangular deve procurar armações que tenham formato duplo e com detalhes avantajados, assim como os Cat-eyes (modelo gatinho)”, explica Maiara.

E as armações? Estão em alta? De acordo com a profissional, sim, e a cada dia que passa os modelos são ainda mais modernos! “Além de deixar o olhar intelectual, hoje, as armações fazem parte dos looks mais contemporâneos e atemporais”, alerta.

Por falar em armações, os modelos mais usados pelas meninas são os famosos gatinhos e *Round* (modelos redondos), todos em acetato, variando cores. Já para os meninos, os modelos *Round* em armações aramadas (metal) são a febre.

E para quem nem imagina, as armações caem bem em qualquer produção e vale usar mesmo sem grau, só para dar um up no visual. “Modelos como o cristal (armação transparente), e os nudes são armações clássicas para todos os tipos de *look*! Já as armações de cor e textura podem fazer um dual *look* para compor os acessórios ou estampas da roupa que a pessoa estará usando. Muitos usam as armações sem grau para a própria proteção ocular ou para dar um up no visual”, alerta Maiara.

Os óculos de sol, assim como as armações, fazem parte da linha de acessórios pessoais e precisam de cuidado especial! O correto é sempre procurar deixar os óculos limpos diariamente com as flanelas auto limpantes que compõem os óculos, lavá-los pelo menos uma vez na semana com sabão neutro para que a lente não tenha junção de poeiras e excessos que possam causar riscos. “E sempre ao guardá-lo verificar se não há excesso de maquiagem, perfume que possam deteriorar a peça”, finaliza a entrevistada.



Feliz Natal
e um próspera Ana-Nova!

Retenção hídrica

Excesso de sódio e pouco consumo de líquidos podem desencadear problemas de saúde



Nem sempre nos atentamos aos sinais que nosso corpo emite. Porém, quando algo está errado, um sinal de alerta mostra que é preciso cuidar-se. A retenção de líquidos é um desses casos de alerta e acontece devido ao acúmulo anormal de água entre as células do nosso corpo, devendo ser posteriormente eliminada pela urina.

A retenção de líquidos é mais frequente nas mulheres e contribui para a barriga inchada e celulite, no entanto, também pode ser mais grave e causar pernas e pés inchados.

De acordo com a nutricionista Camila Rodrigues (CRN 27056), a retenção pode ser causada por vários fatores, como dieta rica em sal e sódio, pouca ingestão de água ou líquidos claros, como chás, gravidez, ficar muito tempo parado na mesma posição, sentado ou de pé, problemas cardíacos, como insuficiência cardíaca ou cardiomiopatia, uso de

certos medicamentos, como pílula anticoncepcional, medicamentos para o coração ou pressão, falta de atividade física, doença renal, cirrose hepática e alterações no funcionamento da tireoide.

A profissional destaca que o tratamento para combater o excesso de líquidos pode ser feito de forma natural ao ingerir mais água, chás diuréticos e praticar exercícios, além de evitar o consumo de alimentos industrializados que contêm muito sódio como embutidos, queijos amarelos, salgadinhos, biscoitos, enlatados, hambúrguer, steaks, e excluir o uso de temperos e molhos prontos nas preparações.

“Mas quando a retenção é grave, quando ela é causada por doenças renais ou cardíacas, por exemplo, pode ser necessário tomar remédios indicados pelo seu médico”, orienta Camila.

Outra dica é consumir chás de cavalinha, sal-sinha e hibisco, que são diuréticos e auxiliam bastante a reduzir o líquido acumulado.

Além disso, comer diariamente alimentos como folhas de beterraba cozida, abacate, iogurte desnatado, suco de laranja ou banana, porque são ricos em potássio, que ajuda a diminuir o sal do organismo.

“Ainda indico ingerir alimentos ricos em água, como rabanete, nabo, couve-flor, melancia, morango, melão, abacaxi, maçã ou cenoura”, diz a nutricionista.

Atualmente, o sal é o maior causador de retenção hídrica e deve ser controlado, pois ele está presente também em alimentos industrializados como bolachas, molhos de tomate, entre outros.

“Uma aliada é a água, que deve ser consumida em abundância, no mínimo dois litros ao dia. Seriam 35 ml/kg de peso ao dia. Sucos e chás também podem ser consumidos diariamente, especialmente no verão quando o risco de ter retenção hídrica é maior”, finaliza Camila Rodrigues.

Fique atento e sempre coloque sua saúde em primeiro lugar.

35

Elmec

Imagem meramente ilustrativa.



Jesus

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. E é importante fazermos algumas reflexões.

Como podemos determinar a grandeza de um homem? Grandes homens realizam grandes feitos.

Como agradecer O Grande Homem, que se fez matéria para nos fazer compreender o que é o Amor? Como agradecer alguém que nos influenciou tão profundamente, a ponto de dividir a história da humanidade entre antes e depois de seu nascimento?

Os homens têm suas definições sobre as características dos grandes homens – são aqueles que oferecem ao mundo extraordinárias descobertas nos campos da ciência e da tecnologia, que se lançaram ao espaço, que interferem na política mundial, que têm seus nomes retratados nos jornais e na televisão por atos de coragem ou de abnegação que tenham realizado. São definições válidas, porém extremamente superficiais.

A manjedoura, em Belém, nos trouxe a verdadeira dimensão da grandeza. Lá nasceu um homem que mudou tudo sem jamais empunhar uma espada, sem derramar sangue, sem

desenvolver um único programa de computador ou aplicativo para celular e que conectou mais pessoas do que qualquer tecnologia jamais será capaz de conseguir.

Pois ele falou de um Deus tão amoroso e misericordioso que uniu todos os corações; Ele transformou tudo ao subir ao monte e realizar seu tão famoso Sermão, no qual nos explicou de que forma somos bem-aventurados, que somos o sal da Terra e a Luz do mundo, e nos presenteou com a grande mensagem, capaz de mudar tudo e promover a revolução moral que vai alterar o planeta quando todos estivermos dispostos a servi-Lo: *faze a teu semelhante o que queres que te façam!*

Palavras de Khalil Gibran:

“Mas esse homem, Jesus, esse Nazareno, Ele falou de um Deus tão vasto que não se parece com a alma de qualquer homem, sábio demais para punir, amoroso demais para lembrar os pecados de todas as Suas criaturas. E esse Deus do Nazareno irá passar através dos limiares da consciência dos filhos da terra e sentará à lareira deles e será uma bênção no interior de seus muros e uma luz sobre o caminho deles.” (Um filósofo persa em Damasco – no livro Jesus)

Como presente de Natal a todos, deixo abaixo alguns trechos da “Oração à Estrela Divina”, de Alma Eros, desejando que ilumine e traga consolo a todos:

Estrela do Natal!

Que iluminaste a Grande Noite, indicando a Manjedoura Sublime,

Torna a resplandecer, por misericórdia, no céu da consciência dos homens - pastores dos interesses de Deus, na terra maternal.

Dissipa a escuridão da meia-noite e rasga a visão dos cumes radiosos,

Para que os vales terrestres sejam menos sombrios!

Descortina a senda que reconduz ao Mestre da Verdade, para que nos libertemos de todo o mal e ouçamos Seu chamamento bendito e silencioso, que renovará o mundo para a felicidade eterna.

Estrela de Natal, arrebatá-nos à compreensão do Senhor da Vida, do Condutor Divino, do Príncipe da Paz.

Esclarece-nos a alma conturbada e guia-nos, fraternal, à bênção do reinício na manjedoura singela,

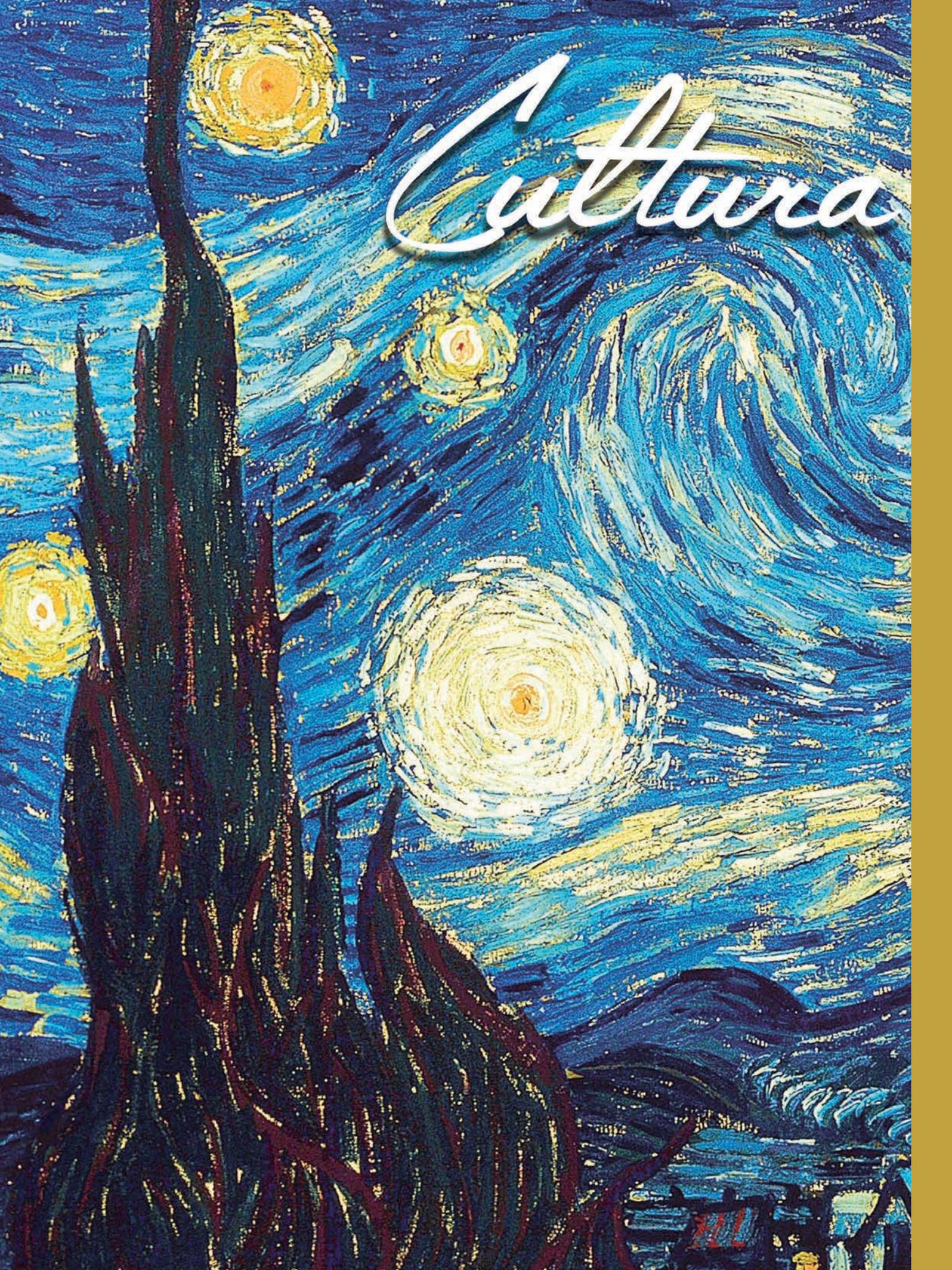
Do bem que retifica todas as faltas, balsamizando feridas, santificando esperanças,

A fim de que nos façamos, de novo, humildes caminheiros de tua luz ao encontro sublime de Jesus – o Cristo vivo, agusto e perenal,

Para o reinado da bondade humana, sob a paz verdadeira e soberana, pelo amor imortal!

Luis Carlos Magaldi Filho

<http://www.facebook.com/#!/luiscarlos.magaldifilho>

The background of the page is a reproduction of the painting 'The Starry Night' by the Dutch Impressionist painter J.M.W. Turner. The painting depicts a night sky filled with swirling, luminous clouds in shades of blue and white, punctuated by several bright, glowing stars. In the foreground, dark, silhouetted cypresses rise from a dark landscape. The overall mood is serene and contemplative.

Cultura

AUSÊNCIA



Ruídos vindos do mar invisível,
Vêm, vêm de longe, vão ao infinito.
Amargurados sons, saudade incrível,
Na escuridão ecoam qual grito.

Lembrar a lua cheia, o mar batendo,
Ondas deixando beijos calientes
Na areia branca e ao azul mar regressando.
Tantas lembranças vindo lentamente...

Saudade é memória, sofrimento,
Lembranças vindas lá do esquecimento.
Choro a amargura desse ardor desfeito.

Saudade da alegria que foi embora,
Lembrança guardada inda me devora.
Padece coração, sangra no peito.

*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*

Viver nessa imaculada sociedade,
Entre a razão, mentira e a verdade...

É um manto social?...

Vedes a desigualdade ancorada
Na injustiça cega e desordenada...

Um desejo maternal?...

A lei do silêncio que nos emboca
Sob o império que a dor sufoca —

Injustiçada tunda;

Amordaçada em regimento ardente,
Do bel-prazer na dança do ocidente —

Vossa nudez corcunda.

Nas correntezas que vinham do Norte,
Trazendo mantos da mascarada coorte —
Soprada pelos ares...

Que um dia o falsário eternizou à glória
De liberdade — extraída por vós inglória,
Derramada a cobres.

Desejo Maternal?...

Sim, os manifestos vindos do monte,
Para cá embaixo no celeiro da fonte —
Regidos pelo vento...

Pelos deuses que outrora condenastes,
Irresponsivelmente sob os estandartes
Do descontentamento.

Mesmo que o passado esteja infecundo,
Em vossas lembranças do caos profundo,
Numa cruel tortura...

Regendo as ondas humanas, desumanas,
E amargadas em suas visões soberanas —
Sombria sepultura!



Arte
Pela
Vida



ARTE PELA VIDA

A arte transforma, a música aquece o coração e a educação gera oportunidades. Prova disso é a existência do Centro Social Arte pela Vida, fundado em 19 de agosto de 2003, em Tatuí. Inicialmente, os atendimentos eram direcionados somente ao Jardim Lírio. Mas de lá pra cá, muita coisa mudou e diversos bairros da cidade passaram a ser contemplados.

O projeto foi criado com a intenção de trazer uma alternativa de aprendizado para crianças e adolescentes do Jardim Lírio, que no contrarturno escolar não tinham atividades para fazer. “Como nós, da Comunidade Recado, trabalhamos com música e artes em geral, nos colocamos à disposição da sociedade, levando a alegria e a oportunidade a todos que passam por aqui”, explica Célia Regina Leite, pedagoga e missionária.

Nesses 16 anos, o Arte Pela Vida já atendeu mais

de 700 crianças e adolescentes, ensinando que a vida é feita de desafios e que, como na música, com empenho e dedicação, nos tornamos cada dia melhores e mais próximos daquilo que sonhamos.

Entre as atividades, são oferecidas aulas de percussão, dança e violão para crianças e adolescentes de 6 até 17 anos. Hoje, são 64 alunos atendidos.

No programa Oficinas Socioculturais são desenvolvidas atividades que integram música e cidadania com foco na formação integral do indivíduo.

Já no programa Profissionais do Futuro, ex-alunos atuam como voluntários no Arte Pela Vida e recebem bolsa de estudos integral na Universidade Santa Bárbara de Tatuí conectando Música, Voluntariado, Universidade e Mercado de Trabalho.

“Temos como objetivo a vivência da arte como meio de transformação. Ao vivenciarmos a arte procuramos trazer o melhor dela no auxílio do desenvolvimento humano e até profissional de nossos atendidos”, conta Célia.

Transformando vidas através da arte

E para realizar esse trabalho, o Arte pela Vida conta com cinco profissionais de música e arte, 39 uma consultora artística e uma assistente social. Fora a equipe administrativa e de gestão, que conta com quatro pessoas e nove voluntários.

“Nossa maior necessidade, hoje, é o recurso financeiro. Temos ajuda de recursos públicos, mas estes não cobrem custos que demandam o projeto. Procuramos cobrir estes gastos com nosso telemarketing, bazares e rifas, mas neste fim ano, com décimo terceiro salário e férias de funcionários, nossa necessidade duplicou. E precisamos mais do que nunca de doações”, afirma a entrevistada.

Quem quiser ajudar ou conhecer o projeto, pode ir até a sede do Arte pela Vida, que fica na Estrada Municipal Moisés Martins, nº 1.100, no bairro Americana ou ligar através do telefone (15) 3227-4587. O Instagram é *artepela-vida* ou Facebook: Centro Desenvolvimento Social Arte Pela Vida.


Pavanelli
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

*Uma loja completa
para você!*



Pequenos Notáveis



Gabriel de Souza Oliveira, morador da cidade de Taubaté, é o nosso Pequeno Notável deste mês! Um lindo garoto de 08 anos de idade, que está cursando 3º ano do ensino fundamental I, na E.M.E.F Municipal Professora Teresinha Vieira de Camargo Barros.

Ele é um garoto autodidata! Ele nos contou que adora desenhar e faz seus desenhos sozinho! Sua inspiração sempre foi o seu irmão, “comecei copiando os desenhos do meu irmão e até agora fico olhando o que ele desenha e consigo fazer também”. Ele

confessou que gosta muito de brincar de Lego com o seu irmãozinho, ama jogar futebol, andar de bike e jogar Minecraft. Também gosta muito de estudar, sua matéria preferida é a matemática, mas confessou que na escola é bem falante. Ah! Ele já sabe o que quer ser quando crescer: Professor de Artes!

É isso aí, Gabriel! Nós, da Revista Hadar, desejamos a você todo sucesso do mundo e que todos os seus sonhos se realizem! Desejamos também um Feliz Natal e um Ano-Novo repleto de paz, alegria, amor e magia!



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.

DICAS DOMÉSTICAS

Para deixar o peixe macio e saboroso, se for fresco, antes de temperá-lo, deixe-o de molho em leite por alguns minutos. Se for congelado, descongele-o diretamente no leite.

Para amaciar frango, coloque uma pitada de fermento em pó ou bicarbonato de sódio, junto ao tempero ou na cozedura.

Para preservar nutrientes do frango congelado, descongele-os sozinho dentro de uma vasilha e use essa água para a cozedura.

CURIOSIDADES



Palhaço

Uma das profissões mais antigas da humanidade

Dia 10 de dezembro, comemora-se o dia do palhaço. Aquela figura humorística que faz crianças e adultos rirem, levando alegria e animação para todos que encontram com eles. Historiadores afirmam que essa é uma das profissões mais antigas da humanidade, nas cortes dos imperadores chineses já haviam sinais de palhaços, assim como em muitas tribos indígenas da América do Norte.

A origem do palhaço se confunde com a história do circo, mas quando surgiu o primeiro palhaço, ninguém sabe ao certo. Os pesquisadores afirmam que a origem vem da Idade Média, período em que algumas pessoas tinham a função de ser o “bobo da corte” para fazer o rei se divertir.

Segundo a história, o palhaço clássico, que pinta o rosto de branco e exagera nas suas expressões, apareceu no teatro Grego há mais de 2.000 anos. Naquela época, ainda não existia eletricidade, então, os atores pintavam seus rostos de branco para que o público conseguisse enxergá-lo melhor.

A trupe de palhaços surgiu pelo século XVI nos territórios que viriam a formar a Itália. Conhecido como “Commedia Dell’arte”, ou Comédia de Arte, o movimento foi responsável pelo surgimento dos palhaços clássicos, dos quais destacam-se Arlequim, Pantaleão e Polichinelo.

A partir daí, a fórmula utilizada nesses espetáculos espalhou-se pela Europa e ganhou o mundo. Os circos no formato que conhecemos hoje, com malabaristas, trapezistas, mágicos e palhaços, surgiram no século XVIII.

O palhaço pode trabalhar na rua, nos circos, em teatros. Com suas roupas largas, coloridas, cabelos diferentes e rostos pintados... É impossível passar sem que a gente olhe para ele e se encante. Nenhum figurino substitui a expressão corporal e facial de um bom palhaço!

Segundo o palhaço Picolino, Roger Avanzi, que pregava uma leitura poética da imagem do clown em uma linguagem popular capaz de sensibilizar qualquer um que se entregasse à diversão debaixo das lonas circenses “O palhaço é a alma do circo”.

Se a sua chegada ao picadeiro provocou risos por anos e anos, a “saída” dele do grande circo da vida parece ter sido planejada para acentuar as lágrimas. O palhaço Picolino faleceu no dia 10 de dezembro de 2018, data em que se comemora o Dia do Palhaço. Ironia do destino? Não temos resposta... Mestre das artes circenses, ele morreu

MINUTO DE REFLEXÃO

“A arte de escutar é como uma luz, que dissipa a escuridão da ignorância”.

Dalai Lama

MINUTO DE SABEDORIA

“O sábio não se exhibe, e por isso brilha. Ele não se faz notar, e por isso é notado. Ele não se elogia, e por isso tem mérito. E, porque não está competindo, ninguém no mundo pode competir com ele.”

Lao Tzu

aos 96 anos, em decorrência de falência múltipla de órgãos, mas deixou um grande legado.

Quando questionado pela revista Crescer, em 2008, pela jornalista Daniella Cornachione sobre o que é ser palhaço, ele respondeu: “Eu sempre recito um poema que pode responder bem à sua pergunta: Ser palhaço é saber disfarçar a própria dor. É saber esconder que também é sofredor, porque se o palhaço está sofrendo, ninguém deve perceber, pois o palhaço nem tem o direito de sofrer”.



Nozes

A importância desse alimento para uma alimentação humana

Tradicional nas festas de final de ano, as nozes fazem parte de uma seleta lista de petiscos que conseguem agradar o paladar de qualquer um. Integrante do grupo das oleaginosas, elas são donas de um sabor extremamente agradável e acrescentam nutrientes importantes para o organismo.

Da mesma família das castanhas e avelãs, as nozes possuem proteínas, minerais, vitaminas, gorduras saudáveis e fibras que agem em prol do bom funcionamento do organismo, tornando-o saudável. O consumo regular das nozes pode melhorar o nosso bem-estar: Elas são encontradas o ano todo ano, mas é tradicional o seu consumo no Natal, assim como frutas desidratadas. Essas oleaginosas ajudam na saúde intestinal, na prevenção do câncer de próstata e câncer de mama, além de auxiliarem na prevenção das doenças cardiovasculares. Por conter baixa caloria, elas também beneficiam o processo de emagrecimento saudável e favorecem o ganho de massa muscular.

Uma das grandes vantagens desse alimento é a presença das fibras solúveis e do ácido-graxo ômega 3 e 6 em sua composição que ajudam a reduzir os níveis do colesterol ruim, o LDL, e aumentar o colesterol bom, HDL. O seu consumo em uma dieta saudável pode ajudar nesse equilíbrio, prevenindo as doenças cardiovasculares, auxiliando na produção dos glóbulos vermelhos, evitando o entupimento das artérias, favorecendo uma boa circulação sanguínea e beneficiando a saúde do coração.

Fonte de importantes nutrientes, as nozes podem completar o seu quadro nutricional, acrescentando uma boa dose de proteínas necessárias para o bem-estar e o desenvolvimento saudável do nosso organismo. Elas podem ser acrescentadas em preparações de bolos, tortas, saladas, arroz,

biscoitos e consumidas em sua forma natural.

Além do mais, pode incluir em lanches intermediários ou até mesmo como um pós treino, já que a oleaginosa ajuda no ganho de massa muscular. Mas atenção! Antes de incluir as nozes em um plano alimentar regular, é de suma importância uma consulta com um nutricionista, para que a oleaginosa seja acrescentada de maneira correta, sem prejudicar a sua alimentação.



Foto: Município de Imbituba

Você sabia?

16 de Dezembro

Data em que se comemora o Dia do Reservista

Você sabe o que significa reservistas, caro leitor?! Reservistas são formados através do serviço militar obrigatório, que prepara tanto os praças como os oficiais que farão parte dessa força. Os oficiais da reserva são formados em unidades especiais, os Centros e Núcleos de Preparação de Oficiais da Reserva. São também reservas militares os efetivos dos Tiros de Guerra, Polícias Militares e Corpos de Bombeiros Militares do Brasil.

O grande idealizador do serviço militar brasileiro foi o tenente-coronel Luís de Araújo Correia Lima, fundador do primeiro CPOR

(Centro de Preparação de Oficiais da Reserva), no Rio de Janeiro, em 1927, e considerado o Patrono da Reserva Brasileira. Os integrantes da Marinha Mercante são considerados como reserva da Marinha do Brasil, e os pilotos civis como reserva da Força Aérea Brasileira. Também fazem parte da reserva os militares de carreira que passaram à inatividade com menos de 65 anos de idade.

No Brasil, o Dia do Reservista é comemorado anualmente em 16 de dezembro. Esse também é o dia do nascimento de Olavo Brás Martins dos Guimarães Bilac, mais conhecido como Olavo Bilac, jornalista, contista, cronista e poeta brasileiro, considerado o principal representante do parnasianismo no país e patrono do serviço militar que escreveu a letra do Hino à Bandeira.

Olavo Bilac nasceu em 1865 e ficou conhecido pelo seu patriotismo, tal como dá mostra à letra do hino que compôs:

“Recebe o afeto que se encerra em nosso peito juvenil,

Querido símbolo da terra, da amada terra do Brasil!”

(Trecho do Hino à Bandeira, adotado em 1906)

Ele defendia a obrigatoriedade do serviço militar e, junto com outros intelectuais, fundou a Liga de Defesa Nacional em 1916. Assim, com o seu ideal cívico, Bilac tende a inspirar os brasileiros e, por essa razão, motiva a origem da celebração do Dia do Reservista.

É assim desde 1939, quando o presidente do Brasil, Getúlio Vargas, instituiu a data pelo Decreto-Lei n.º 1908, de 26 de dezembro. A data tem como objetivo homenagear os reservistas, os oficiais da força militar que conciliam sua vida civil estando sempre disponíveis para o caso de serem convocados para situações de urgência ou em caso de guerra.

“

FRASES DOS FAMOSOS

“Que a Rose Miriam tenha força para cuidar dos filhos, porque ela vai ser pai e mãe e não vai ser fácil. O importante é que a família dele vai saber dar o suporte à Rose.

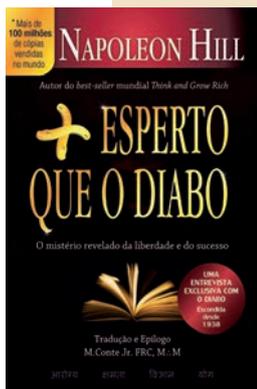
Embora não tivéssemos amizade, sempre tivemos uma relação muito cordial e educada. Nós, que disputamos a audiência por muitos anos, fomos adversários, mas jamais inimigos. Aqui, da galera do Domingão, uma homenagem a Augusto Liberato, que foi uma das figuras mais importantes da história da televisão no Brasil”.

Fausto Silva (Faustão), apresentador do programa da Rede Globo, Domingão do Faustão, ao apresentar os jurados do Dança dos Famosos no domingo dia 24/11, em homenagem ao apresentador Gugu, que faleceu tragicamente em uma queda, em sua residência, nos USA, no dia 22/11.

“Meu mundo sempre foi e sempre será cor de rosa. Vem, Vicky. Já te amo tanto... Que alegria sem fim... Obrigada, meu Deus, é o maior presente da minha vida!”

Ana Paula Siebert, esposa do publicitário, empresário e apresentador de televisão brasileira, Roberto Justus, ao anunciar a gravidez de uma menina no início do mês de novembro, site: <https://tvefamosos.uol.com.br>.

”



MAIS ESPERTO QUE O DIABO

AUTOR: Napoleon Hill

EDITORA: CDG - Edições e Publicações

Escrito em 1938, após uma das maiores crises econômicas, e precedendo a Segunda Guerra Mundial, este livro não somente é uma fonte de inspiração e coragem, mas deve ser considerado um manual para todas aquelas pessoas que desejam ser mais espertas que seus medos, problemas e limitações, pois, como o próprio autor fala - em toda adversidade existe uma semente de benefício equivalente. “Mais Esperto que o Diabo”, de Napoleon Hill, é muito parecido com a filosofia de “O Segredo”, pois Hill diz que o diabo, ao invés de ser uma pessoa vermelha e com chifres, ele se manifesta em nosso pensamento, ou seja, todo pensamento negativo ou depreciativo que temos é o “diabo” falando conosco. Napoleon Hill seguiu seus pensamentos e resolveu lançar o livro, onde ele faz uma entrevista com o próprio diabo. O livro mostra três fatores importantes: O “hábito da alienação”, a “A Lei do Ritmo Hipnótico”, e o “Elemento Tempo”, que modifica todos os relacionamentos humanos para melhor ou pior.

MINHA HISTÓRIA

AUTOR: Michelle Obama

EDITORA: Objetiva

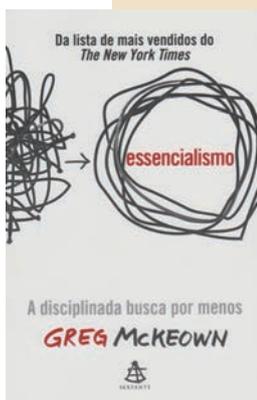
Neste livro, Michelle Obama convida os leitores a conhecer seu mundo, recontando as experiências que a moldaram — da infância na região de South Side, em Chicago, e os seus anos como executiva, tentando equilibrar as demandas da maternidade e do trabalho, ao período em que passou no endereço mais famoso do mundo. Com honestidade e uma inteligência aguçada, ela descreve seus triunfos e suas decepções, tanto públicas quanto privadas, e conta toda a sua história, conforme a viveu — em suas próprias palavras e em seus próprios termos. Reconfortante, sábio e revelador, “Minha História” traz um relato íntimo e singular, de uma mulher com alma e consistência que desafiou constantemente as expectativas — e cuja história nos inspira a fazer o mesmo. Ela revela sobre o início de seu relacionamento com Barack - que é a parte mais cômica do livro... Ela relata sobre todas as dificuldades que enfrentaram, desde financeiramente, até mesmo por questões de distância, em épocas onde não haviam celulares e mensagens de texto para ajudar a amenizar a saudade quando estavam longe um do outro.

ESSENCIALISMO

AUTOR: Greg Mckeown

EDITORA: Sextante

Neste livro, o autor Greg Mckeown começa traçando o perfil das pessoas não essencialistas por meio de tópicos em que comumente elas se perdem na caminhada pelo sucesso e satisfação profissional. Aceitar deliberadamente novos compromissos sem pensar direitinho quais os retornos que trará é um dos principais erros e o mais comum de se ver. Antes de começar a falar do livro propriamente dito, vale contar a motivação do autor pelos estudos que deram origem. Ele conta que estava no hospital, no dia do nascimento de uma de suas filhas, e enquanto sua mulher segurava a bebê, ele falava ao telefone e checava e-mails, tenso por não comparecer a uma reunião com clientes. Como se não bastasse a pressão interna, ainda sofria pressão de um colega de trabalho. Por conta disso, resolveu ir à reunião, deixando no hospital esposa e filha. Com essa experiência, ele decidiu estudar sobre escolhas, mais especificamente sobre como realizar escolhas de maneira a aproveitar nosso potencial. A mensagem que o livro transmite é bastante simples: devemos entender o que é essencial em nossas vidas para poder priorizar e fazer o que realmente importa.



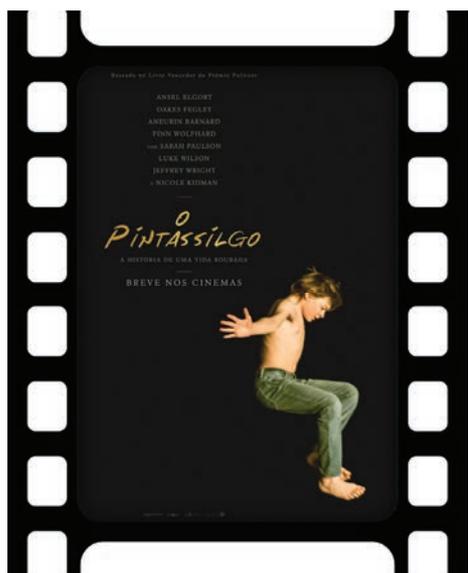
Seu anúncio onde todos possam ver!

Telão
Backbus
Sidebus



Elmec
comunicações

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



O Pintassilgo

Este filme é baseado num livro escrito em 2013, que ganhou o prêmio Pulitzer de ficção no ano seguinte. Uma espécie de Um Sonho Possível, mas com personagens brancos, o filme retrata uma família rica, adotando um jovem após sua mãe ser morta num atentado terrorista num famoso museu de Nova York. Nicole Kidman faz as vezes de Sandra Bullock na pele da socialite de bom coração, enquanto Ansel Elgort vive um rapaz traumatizado pela perda. Um atentado terrorista no Metropolitan Museum of Art, em Nova York, modifica para sempre a vida do jovem Theodore Decker (Oakes Fegley). Além de sua mãe falecer no evento, ele é incentivado por um desconhecido a levar consigo um quadro lá exposto, O Pintassilgo, além de um anel com o brasão de sua família. Nos dias seguintes Theo recebe o abrigo da senhora Barbour (Nicole Kidman) e, ao pesquisar sobre o brasão, conhece Hobie (Jeffrey Wright), um vendedor de antiguidades que agora é o tutor de Pippa (Aimee Laurence), filha do homem desconhecido, que também estava no museu no momento do atentado. Tal encontro modifica para sempre a vida do garoto.



A Luz no Fim do Mundo

Exibido pela primeira vez no Festival de Berlim 2019, A Luz no Fim do Mundo ganhou destaque por conta da forte relação entre pai e filha construída pelos protagonistas. Em uma realidade pós-apocalíptica, onde quase toda a população feminina foi devastada, um pai (Affleck) precisa proteger sua filha, Rag (Pniowsky), do caos que se espalhou pela sociedade. Dez anos após a pandemia, ela é a única menina sobrevivente de que se tem notícia. Acampando na floresta e se mantendo afastados de outras pessoas, Rag e seu pai vão precisar lutar para sobreviver. O filme conduz uma premissa típica da ficção científica com as ferramentas do drama, retirando os prazeres simples do gênero como os cientificismos e o senso de aventura. Não se sabe ao certo o que os homens fariam com Rag se a encontrassem – estuprariam, sequestrariam, submeteriam a experiências científicas? A resposta fica a cargo de cada espectador. O filme foi visto no 69º Festival Internacional de Cinema de Berlim, em fevereiro de 2019.



A Vida Invisível

Premiado em Cannes, este filme nacional é o representante do Brasil por uma vaga na categoria de Filme Estrangeiro no Oscar 2020. A história é de duas irmãs bem diferentes, no Rio de Janeiro dos anos 1950, precisando lidar com a repressão e a imposição do patriarcado, na sociedade machista da época. O feminismo é um dos principais tópicos abordados e conta com uma participação de nossa grande estrela Fernanda Montenegro. Entre as várias escolhas positivas deste projeto está a autodenominação de “melodrama tropical”. O termo condensa uma quantidade importante de significados, todos essenciais à adaptação do livro “A Vida Invisível de Eurídice Gusmão”. A descrição orgulhosa de melodrama, ao invés de drama, permite compreender o lugar dos sentimentos e do sentimentalismo na obra. A noção de tropical diz respeito não apenas ao calor do Rio de Janeiro, mas a uma natureza selvagem, que vale tanto para a liberdade das protagonistas quanto para a quantidade ostensiva de plantas, jardins e florestas que ornem cada cena. Neste filme, o sexo está tão presente quanto o sangue pós-parto, o estupro conjugal, o suor nas roupas, os seios que amamentam, o corpo enfermo da mãe...






Móveis | Tapetes | Carpetes e Forrações
Colchões de Mola e Espuma sob Medida
Tecidos para Decoração | Tapeçaria automotiva
Cortinas | Adesivos | Papel de Parede

Rua São Bento, 73 | Centro | Tatui/SP | (15) 3251-3798 | [Beto Sá](#) | [@betosautilidades](#)





Feliz Natal e um próspero Ano-Novo

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



Vida escolar

Encarar sempre com positividade e entender as mudanças é um impulso para sairmos da zona de conforto. Através das mudanças, exercitamos o autoconhecimento, aprendemos a lidar com imprevistos, nos tornamos mais criativos e resilientes. Quando as mudanças acontecem pra melhor, exercitamos a gratidão.

Mas e para as crianças? Muitas acabam mudando de escola no início do ano, deixam amiguinhos, professores, o espaço em si. Como enfrentar isso de maneira tranquila? “O diálogo é, sem dúvida, a melhor forma de comunicar essa decisão e mudança que vai interferir na vida desta criança. Explicar antes da mudança acontecer mostra respeito e minimiza a ansiedade sobre o futuro. É certo que, muitas vezes, há uma contrariedade por parte da criança pelas perdas que acontecerão, esse sentimento de tristeza e, às vezes, revolta, deve ser respeitado pelos pais. Os motivos da mudança devem ser claros e feitos com muito amor, mostrando os benefícios desta decisão ou o porquê”, orienta a psicopedagoga Priscilla Collalto Fonseca (CBO 2394-25).

Porém, há casos em que a criança acaba relutando, já que vivemos uma geração que acaba opinando e decidindo cedo demais sobre sua própria vida. “Há pais dando autoridade precoce aos filhos e se ausentando do seu papel. São os pais ou responsáveis que devem guiar estas decisões, pois elas podem ter motivos financeiros, pedagógicos e até por princípios. Em minha opinião, se os pais entendem que a

melhor coisa para o filho é mudar de colégio/escola, eles podem até ouvir por que o filho não gostaria e ponderar, mas a decisão final cabe aos pais”, pontua a profissional.

E já que a tristeza é uma reação normal à frustração, respeitar o espaço da criança e seu tempo para “digerir” esta mudança é o primeiro passo. Acolher o choro, as reclamações com diálogo e clareza nos motivos, pode também minimizar e trazer segurança. “Jamais menosprezar o sentimento da criança como desnecessário, ou como reação de ingratidão, porque passará para seu filho a mensagem de que você não se importa com os sentimentos dele. Ajude-o a reorganizar seus pensamentos e mudar sua mentalidade sobre como enxerga a mudança”, esclarece Priscilla.

Nesta fase de mudanças, é preciso que as crianças sejam ajudadas. Uma sugestão é levá-las ao novo colégio, permitir que vejam as novidades, o espaço físico, conversar com alguns professores, etc. Mostrar aos filhos as coisas legais e positivas que encontrarão. “Fazê-los entender que nem toda mudança é ruim, pelo contrário, há mudanças que só contribuem, e que antes de sofrer por antecipação, que tal dar uma chance a nova escola e aos novos amigos?”, acredita a psicopedagoga.

Para os pais, é importante entender se a troca do filho de escola é a decisão mais acertada. Mas como isso é possível? “O pai participativo sabe a linha pedagógica que a escola está ensinando, se os princípios ali passados chocam com sua forma de viver, se houve crescimento e amadurecimento cognitivo naquele ano. Pais envolvidos sabem o que acontece dentro da es-

Como pais e responsáveis devem agir em meio às mudanças

cola. Este perfil de pai sabe se seu filho deverá permanecer ali, ou começar uma nova jornada escolar em outro lugar”, orienta.

Uma mudança de horário (criança que estudava à tarde e mudou para o período da manhã) também deve ser avaliada, tratada de maneira especial, acolhida. “Toda troca deve ser explicada à criança, expor os motivos e benefícios dessa mudança, uma delas é que pela manhã seu cérebro está mais descansado para absorver os novos conteúdos que saem um pouco do lúdico agora, e mais ainda, que o dia rende mais, sendo que terão a tarde toda para fazer lição, brincar, praticar esportes, estudar um instrumento e inúmeras atividades extracurriculares que só trarão benefícios”, aconselha a entrevistada.

Também é importante destacar que o receio da mudança escolar tem a ver com afetividade, segurança, fora que será um novo ambiente, com pessoas desconhecidas, metodologia diferente e aquela tristeza e saudade de não estudar com os amiguinhos acaba batendo.

Toda mudança e adaptação são imprevisíveis, não tem receita e nem definição específica, pois cada criança é única, assim como sua forma de lidar com as emoções. “Mas podemos nos surpreender e aquela reação assustadoramente negativa pode se tornar um largo sorriso em pouco tempo. Crianças se adaptam com mais facilidade que nós adultos, eles têm menos medos, traumas e manias. Não se assuste se na primeira semana eles chegarem em casa muito empolgados e cheio de amigos novos para almoçar”, finaliza.



universo

Teen



Moda verão 2020: saiba o que vai bombar entre a moçada

Tendências revisitam anos 60 e 70



O verão no hemisfério Sul do planeta Terra começa oficialmente no dia 22 de dezembro e vai até 20 de março de 2020. Para alguns, é a estação mais aguardada do ano. Época de calor, sol, férias e viagens.

E para aproveitar a estação, é importante também estar ligada (ou ligado) nas tendências da moda. A estação pode ter muitas cores e tendências, algumas inclusive revisitando estilos antigos, nos anos 60 e 70.

Segundo o site Beleza e Moda, algumas das próximas tendências continuam das últimas temporadas, como a estampa animal print. Outras tendências foram resgatadas de temporadas muito antigas, como o *tie-dye*, uma técnica artística e antiga de tingimento. Já outras são itens clássicos que aparecem com um update, como o jeans de lavagem ácida.

O que vem com força

Entre as tendências que devem ir com força para o verão 2020 está o *tie-dye*, que teve uma grande popularidade nos anos 60 e 70 sendo muito usado no movimento hippie. As pessoas mais discretas que querem entrar para a tendência também podem apostar em peças com tingimento em degradê, chamado de *ombré* e que se assemelha ao *tie-dye*.

Animal Print

As estampas animais, que já foram queridinhas em diversas temporadas e que já apareceram muito no último inverno, continuarão em alta. Exemplos desta tendência é a estampa de zebra, onça e píton. Animal print estará presente tanto

nas peças de vestuário como nos acessórios.

Estampa Vichy

Esta tendência já bombou nos verões no exterior e algumas marcas nacionais já estão apostando nela para o verão 2020. Esta estampa é parecida com o xadrez e lembra muito toalhas de piquenique. Nesta estação, a estampa *vichy* será mais utilizada em cores pastéis e cai bem em qualquer ocasião e qualquer peça. Vale combinar a estampa *vichy* em cores mais neutras com outras peças monocromáticas em cores vibrantes.

Listras

Ainda falando em estampas, as listras, apesar de serem atemporais, estarão em maior evidência nesta temporada de verão, principalmente em peças coloridas. Além desta estampa clássica estar em alta, as listras verticais podem ser utilizadas como truque para alongar a silhueta.

Franjas

As franjas aparecem nesta temporada diferentes daquela pegada *boho* ou *country*, que foram sucesso pouco tempo atrás. As franjas irão aparecer em tecidos com maior caimento, como seda, em uma pegada anos 20. Esta tendência dá um toque clássico e elegante aos looks e aparecem principalmente em vestidos.

Tramas Abertas

Esta textura nos tecidos lembra redes de pesca e dão um ar descontraído, ao mesmo tempo que fashionista para os looks. Você verá as tramas abertas em vestidos, saias, blusas e até mesmo bolsas.

Corte Mullet é destaque

Outro sucesso nos verões fora do Brasil, o corte *mullet* aparece principalmente em vestidos e saias e é caracterizado por uma assimetria, sendo mais curto na frente do que atrás. Esta tendência irá aparecer em diversos complementos e vai bem com diversos tipos de sapatos, desde rasteirinha até bota.

Manga Bufante

Popular nos anos 90, as mangas bufantes estão de volta! Apesar de polêmicas, elas podem ser mais discretas e dão um ar romântico aos looks. Elas estiveram muito presentes nos desfiles e já invadiram os guarda-roupas, sendo usadas até em tecidos transparentes, dando uma cara nova e um ar moderno a este clássico.

Amarrações Frontais

As blusas e *cropped*s com amarrações frontais feitas com laço ou nó vêm com força total nesta temporada. Este item já faz muito sucesso, mas estará em alta no verão 2020.

Cintura marcada

Entre as principais tendências da moda para o verão de 2020 está a cintura marcada. Esta modelagem pode ser usada através de peças como calças, shorts e saias justos nesta região ou também pode ser feita a delimitação no corpo com cintos ou pochetes. A cintura marcada pode valorizar qualquer tipo de corpo, se usada da maneira adequada, além de também poder ser usada como truque para alongar a silhueta.

Por que os jovens desdenham as vacinas?

Desinformação está entre os motivos da baixa procura por vacinas



Em meio ao excesso de informação (e desinformação) que atinge a sociedade como um todo, muitas notícias falsas estão levando os adolescentes a não procurarem os postos de saúde para se vacinar.

O resultado disso é que, além dos índices de cobertura vacinal mais baixos dos últimos anos, muitas doenças que pareciam erradicadas estão voltando, como o sarampo.

Outra doença que também tem cobertura muito baixa, menos de 50% entre as meninas com idades entre 9 e 14 anos, é o câncer do colo do útero, transmitido pelo Papiloma Vírus Humano (HPV). Esta é uma situação que ocorre seis anos depois da primeira campanha nacional de vacinação nacional contra o HPV e do governo disponibilizar a vacinação gratuitamente no Sistema Único de Saúde (SUS).

Para alguns especialistas, além da desinformação e das notícias falsas sobre as vacinas, contribui para a baixa procura o fato de que muitos jovens se sentem praticamente invulneráveis diante de certas situações, como contrair uma doença como o sarampo ou o HPV. Isto se deve ao fato de que, no auge da juventude, é comum a sensação de que o ser humano pode tudo.

Casos graves

Mas existem situações que não podem ser deixadas de lado. Muitos se esquecem que, se hoje algumas doenças parecem coisa do passado, é porque pais e avós tiveram o cuidado de imunizar (vacinar) filhos e netos. Por isso é importante consultar uma fonte confiável antes de acreditar em qualquer notícia postada principalmente nas redes sociais. Ainda mais se o assunto for saúde. Afinal, quem quer apostar a própria saúde em uma notícia que é falsa?

No caso do HPV, ele é responsável por 99% dos casos de câncer de colo de útero, o terceiro

mais frequente entre as mulheres no Brasil, o quarto que mais mata – e um dos poucos que pode ser prevenido com vacina. São mais de 100 tipos de vírus, dos quais 13 são considerados de alto risco, podendo causar, além dos tumores cervicais, câncer de ânus, vulva, vagina e de pênis. Altamente contagioso, muitas vezes assintomático e sem cura, ele é transmitido principalmente durante a relação sexual sem proteção. O vírus está presente em mais da metade população brasileira sexualmente ativa. Pesquisa realizada pela Associação Hospitalar Moinhos de Vento em parceria com o Ministério da Saúde mostrou que 54,6% dos indivíduos entre 16 e 25 anos no país têm HPV. Divulgada no fim do ano passado, a análise teve a participação de 5,8 mil mulheres e 1,8 mil homens de todas as regiões.

Países como a Austrália conseguiram reduzir a prevalência do HPV na população para cerca de 1% e estão perto de erradicar o câncer de colo de útero. Em vizinhos como o Chile, a cobertura da vacina passa de 70%. Mas aqui no Brasil, infelizmente, ainda há muitos jovens que não se vacinaram, apesar de várias campanhas para alertar sobre o perigo.

Sarampo

O caso do sarampo pode ser considerado emblemático nesta questão. A doença era considerada erradicada no país há alguns, mas ressurgiu com força nos últimos tempos.

A situação é tão grave que o Ministério da Saúde realizou uma grande campanha em novembro último, visando vacinar 9 milhões de adultos com idade entre 20 e 29 anos. E por que vacinar os jovens nesta faixa etária? A resposta, segundo o Ministério da Saúde, é porque estas pessoas são os principais vetores (transmissores) da doença para crianças e idosos, justamente quem mais sofre com o sarampo, que é extremamente contagioso.

De acordo com o ministério, “a realização dessa etapa da campanha é importante para in-

terromper a cadeia de transmissão do vírus do sarampo em jovens desta faixa etária que não tomaram as duas doses da vacina”.

A campanha fez parte das ações do Movimento Vacina Brasil e o dia D aconteceu no dia 30 de novembro, com o encerramento da campanha. “Essa faixa etária é a maior responsável pela transmissão da doença e, para interromper a cadeia de transmissão de sarampo, precisamos atingir esse público”, destaca o ministro interino da Saúde, João Gabbardo, que também alerta: “As pessoas dessa faixa etária precisam pensar naqueles que são mais suscetíveis às complicações da doença. Neste público, o problema não é a gravidade, mas o fator de transmissão da doença”, concluiu o ministro interino.

Mais recursos

O Ministério da Saúde já disponibilizou R\$ 103 milhões, metade do bônus de R\$ 206 milhões, criado para incentivar os municípios brasileiros a vacinar em massa crianças entre seis meses e cinco anos de idade. O dinheiro foi repassado no dia 18 de outubro para os fundos municipais de saúde, de acordo com o tamanho da população de cada cidade.

O plano, feito pelo Ministério da Saúde, é premiar os municípios que cumpram metas em relação à vacinação. A outra metade do bônus, outros R\$ 103 milhões, portanto, só será liberada para aqueles que alcançarem 95% de cobertura vacinal da primeira dose da tríplice viral em crianças de 12 meses de idade e também informar ao Ministério e à Secretaria Estadual de Saúde do estoque das vacinas de poliomielite, tríplice viral e pentavalente guardadas nas unidades de saúde.

E não custa nada lembrar: saúde não é brincado. Se você, pai ou mãe, ou mesmo jovem, tem dúvidas sobre se deve ou não se vacinar, consulte um médico de confiança. Não aposte sua saúde em notícias falsas (fake news).



Jovens x Drogas

Um assunto que não deve passar despercebido

Diante da nossa realidade atual, torna-se cada vez mais importante refletir e discutir a respeito de um problema tão grave e que cada dia aumenta alarmantemente, que é o uso e a dependência de drogas. E lidar com esse assunto em casa e na escola não é uma tarefa fácil.

Tendo em vista que as drogas não fazem parte apenas da realidade de partes menos favorecidas da sociedade, mas, sim, da realidade de todos os indivíduos. A droga pode estar presente nos mais diversos contextos (na família, na escola, nas ruas, na casa de amigos ou dentro de casa, em festas) e atinge as mais diferentes classes sociais.

“E para lidar com esse assunto não existe nada melhor do que trabalhar o contexto familiar e o ambiente escolar. Para isso tem que existir uma certa parceria entre escola e família. Mas se pararmos para pensar tudo começa na infância, quando a criança vê a pessoa que tem um símbolo importante para ela como: MÃE, PAI, fumando cigarro, bebendo bebidas alcoólicas e o resultado, na maioria das vezes, era de prazer e de bem-estar. Ao crescer e se tornar mais autônomo, acaba tendo em mente que as drogas lícitas trazem prazer. Ao começar frequentar festas, terá a curiosidade de experimentar outras substâncias, porém ilícitas, como a maconha. E a passagem para outras

substâncias mais fortes sempre será a busca por mais prazer”, explica a psicóloga Denise Nascimento Aguiar Gomes.

Para a profissional, em casa, pais e mães são e sempre serão o espelho para os filhos, por isso é necessário ser sempre confidente, mostrar o que é bom e o que é ruim, de forma didática e não punitiva. “Já na escola, o ideal seria trabalhar com atividades de prevenção e um bate-papo para que os jovens possam falar suas opiniões sem serem punidos e através daí ter uma intervenção específica”, afirma a entrevistada.

Antes de mais nada, os pais precisam estar atentos aos filhos e orientando a todo momento. “Sinais como agitação do nada, sensação de estar relaxado ou até mesmo aquele adolescente quieto e que começa a tirar sarro de coisas pequenas, são sinais visíveis do uso da maconha. Cada droga tem seus sintomas relevantes. A cocaína, conhecida como uma droga estimulante, por exemplo, traz sintomas como: aumento de apetite, insônia, sonolência, irritabilidade e fadiga. O crack, também conhecido como estimulante, tem efeito mais rápido por entrar no organismo via corrente sanguínea, ela demora 8 segundos para fazer efeito. Os sintomas são sensação de poder, hiperatividade, excitação, insônia, euforia e insônia”, alerta Denise.

Quando perceberem alguns dos sintomas citados anteriormente, é importante os pais abordarem os filhos de forma acolhedora, sem punições, pois toda ação existe uma reação e

saber a causa que levou o jovem a usar drogas é o primeiro passo.

Já os jovens, caso se vejam diante de pessoas oferecendo drogas, a orientação é: “Se for um jovem que foi acolhido na infância e orientado, logo saberá responder que não tem nada contra quem usa, respeita a opinião do outro, porém, ele não faz uso de nenhum tipo de substância. O jovem não precisa ter a mesma atitude de um determinado grupo para ser aceito”, diz a psicóloga Denise.

Mas, se o jovem estiver envolvido com drogas, poderá pedir apoio se for preciso. “Admitir que usa drogas e que a mesma está lhe prejudicando é o primeiro passo. Não existe ajuda ou tratamento eficaz se o jovem (paciente) não quiser se tratar”, diz a psicóloga.

Para a profissional entrevistada, muitas pessoas encontram no vício uma maneira de suprir um vazio emocional, tendo um alívio da dor física ou emocional. A sensação de poder, prazer e bem-estar preenche esse vazio por período momentâneo, e se não tratado terá sempre a busca por mais e mais substâncias.

É importante ressaltar o quanto a infância é um período de atenção, acolhimento, cuidados e amor. Falar das emoções sempre é algo importantíssimo, assim, o jovem saberá lidar com seus medos, frustrações entre outras situações que podem levar a traumas e ao refúgio por uma analgesia momentânea.

AUTOS & CIA



Porsche elétrico: modelo aponta para o futuro da empresa

Primeiro veículo elétrico da marca chega aos 200 km/h em menos de 10s



Segundo especialistas, o petróleo ainda deve ser a principal matriz energética do mundo pelos próximos 30 ou 50 anos. Algumas das grandes empresas mundiais de automóveis, no entanto, já investem em fontes alternativas de energia limpa e renovável.

Os motores elétricos e/ou híbridos são uma realidade cada dia mais acessível. Mas quando uma empresa como a Porsche apresenta um modelo superesportivo elétrico, um acontecimento como esse não poderia passar despercebido.

Afinal, a empresa é responsável por automóveis que são verdadeiras lendas, como o modelo 911. Então, apresentar um modelo novo, elétrico (o que poderia até causar insatisfação nos consumidores mais puristas) não poderia ser um evento qualquer. Por isso, uma megaperação foi montada em outubro último, com a participação de jornalistas do mundo todo, para apresentar o Taycan, o modelo que aponta para o futuro da montadora, sem deixar de lado o passado histórico, pois o carro tem um pouco de saudosismo, simplesmente porque o primeiro carro criado por Ferdinand Porsche, quando a empresa que leva seu sobrenome sequer existia, era elétrico. Hoje, o pouco que sobrou do modelo de 1898 está exposto no museu da marca, em Stuttgart.

A poucos metros dali, em uma nova fábrica que custou 700 milhões de euros, o futuro da Porsche vai tomando forma com outro carro elétrico, o Taycan.

Podem acreditar, não é nenhuma blasfêmia colocar o mais novo carro da Porsche no mesmo patamar do 911. Motivos não faltam para igualar o Taycan ao lendário 911. Pode-se até dizer que o modelo elétrico tem tudo para se tornar uma lenda, ser um divi-

sor de águas na indústria automobilística e garantir o futuro da Porsche.

Entre as razões para que este carro faça um estrondoso sucesso está o fato dele acelerar de 0 a 100 km/h mais rápido do que uma Ferrari F8 Tributo, o mais novo brinquedo da scuderia italiana. Além disso, no modo de condução chamado arrancadas, o bólido pode fazer arrancadas consecutivas, para o puro prazer de quem gosta de sentir a aceleração. Mesmo com quase 5 metros, a dirigibilidade é típica de um Porsche. O design também. Sua aerodinâmica é a melhor da história da marca. Até para recarregar as baterias o carro é rápido. Segundo a montadora, em pouco mais de 22 minutos, ele já está com 80% da bateria recarregada.

Prova de fogo

Para colocar o Taycan à prova, a Porsche montou uma megaperação.

Ao longo de 18 dias, jornalistas de todo o mundo conduziram o esportivo em uma jornada de mais de 6,4 mil km, começando em Oslo, capital da Noruega.

Jornalistas brasileiros do portal G1 tiveram a “difícil missão” de conduzir o Taycan no trajeto de quase 900 km saindo da capital alemã, Berlim, e chegando na sede histórica da Porsche, em Stuttgart.

Turbo só no nome

Por ser elétrico, é óbvio que o Taycan S Turbo não tem motor turbo. Segundo a Porsche, essa é a denominação usada nas versões com melhor desempenho. Parece até piada de português, mas não é. O Taycan S Turbo é turbo só no nome, mas desempenho ele tem de sobra: os números oficiais são: 0 a 100 km/h em 2,8 segundos e de 0 a 200 km/h em 9,8 segundos. O grande desempenho e o controle de arrancadas fazem do carro um verdadeiro brin-

quedo de gente grande, principalmente para quem, como já dissemos, adora a sensação do corpo grudar no banco em arrancadas que fazem o velocímetro subir de maneira frenética. Claro que essa brincadeira faz a autonomia do veículo cair bastante, por isso é bom ir com calma se a viagem for longa.

As arrancadas brutais são possíveis graças ao peculiar conjunto elétrico do modelo. Na versão Turbo S, são 761 cavalos e 107 kgfm de torque. Um carro popular 1.0, por exemplo, costuma ter 9 vezes menos potência e torque. Mas, na verdade, essa cavalaria toda só está disponível durante os 2,5 segundos iniciais após uma arrancada. Em todas as demais situações, a potência máxima é de 625 cv – que, obviamente, já garante um desempenho excepcional. Ao contrário de quase todos os outros carros elétricos, o Taycan tem câmbio automático de 2 marchas. A explicação também passa pelo tal do Launch Control. A primeira é usada exclusivamente para as arrancadas e para atingir a velocidade máxima. Por isso, em alguns momentos, é possível perceber a troca da primeira para a segunda.

No Brasil

Na prática, existe apenas um grande rival elétrico para o Porsche: o Tesla Model S, que “não tem no Brasil”. Já o Taycan chega no ano que vem, com preços de aproximadamente R\$ 800 mil, na versão Turbo, e R\$ 1 milhão, na Turbo S. Isso é menos que as configurações equivalentes do outro sedã da marca alemã, o Panamera. E, se o Brasil não possui os postos Ionity, ao menos a clientela local poderá usufruir de carregadores ultrarrápidos que serão instalados em São Paulo nos próximos anos, em parceria recentemente anunciada pela Porsche, com Volkswagen, Audi, ABB e Siemens.



Foto: Fabio Nunes Teixeira

Fique atento: Câmara estuda alterações no Código de Trânsito

Entre as mudanças está a volta da multa para o transporte de crianças sem cadeirinha

51

O Código de Trânsito Brasileiro (CTB) pode sofrer mudanças ainda neste ano ou no começo do ano que vem. A proposta de mudança deve ser votada em comissão especial da Câmara dos Deputados e depois seguir para a apreciação do Senado. O tema pode ainda ser votado no plenário da Câmara, se houver recurso neste sentido.

O relator da proposta, deputado Juscelino Filho (DEM-MA), apresentou parecer no final de novembro em que propõe, entre outras mudanças, proibir que motociclistas possam trafegar entre os carros quando estes estiverem em movimento. As motos só poderão passar entre os demais veículos quando os carros estiverem parados ou com velocidade inferior a dez quilômetros por hora. Hoje, não existe essa proibição.

O texto prevê que o órgão responsável pela via poderá autorizar o tráfego de motocicletas entre os veículos em movimento, mas desde que precedido de estudos técnicos que justifiquem a adoção da medida.

O relatório, disponibilizado no site da Câmara, aguarda votação na comissão especial, que ainda não tem data marcada.

O parecer do relator faz uma série de mu-

danças na proposta original do governo, levada ao Congresso em junho pessoalmente pelo presidente Jair Bolsonaro. Veja algumas das mudanças:

Uso de cadeirinha

Hoje, uma resolução do Conselho Nacional de Trânsito (Contran) prevê multa para quem transportar crianças de até sete anos e meio sem a chamada “cadeirinha” no carro. O projeto do governo propunha incluir essa exigência no Código de Trânsito Brasileiro (CTB) para dar mais segurança jurídica à norma, mas acabou com a multa para o descumprimento dessa obrigatoriedade, que passaria a ser punida apenas com advertência por escrito. O texto do relator restabelece a multa para o descumprimento do uso da cadeirinha e amplia para exigência para até dez anos de idade ou até a criança atingir 1,45 m de altura.

Validade da habilitação

Hoje, a validade da Carteira Nacional de Habilitação (CNH) é de cinco anos para os motoristas em geral e de três anos para condutores com mais de 65 anos. O texto enviado pelo governo aumentava a validade para dez anos os condutores em geral e para cinco anos para aqueles com mais de 65 anos.

O relator propõe as seguintes mudanças:

- dez anos para condutores com idade inferior a 40 anos;
- 5 anos para condutores entre 40 e 69 anos;
- 3 anos para condutores com 70 anos ou mais.

Perda da CNH

Atualmente, o condutor tem a habilitação (CNH) suspensa ao atingir 20 pontos de multas no período de um ano. O projeto do governo aumentava para 40 pontos.

O texto do relator estabelece regras intermediárias para a suspensão da habilitação:

- 20 pontos se o condutor receber duas ou mais infrações gravíssimas;
- 30 pontos se constar uma infração gravíssima;
- 40 pontos, se não tiver nenhuma infração gravíssima.

Tramitação

Segundo o portal G1, o presidente do colegiado, Luiz Carlos Motta (PL-SP), disse que espera concluir a votação na comissão até o fim deste ano. No entanto, pode ser que não dê tempo de cumprir toda a tramitação, uma vez que o Congresso Nacional tem só mais três semanas de trabalho até o início do recesso parlamentar, no próximo dia 23 deste mês.



Calotas pintadas são a tendência da temporada

Pintar calotas é a nova febre do mercado

Quer dar um up no visual do seu carro sem gastar muito? A solução pode ser mais simples e barata do que você pensa! Muitos carros já vêm de fábricas com calotas pintadas para dar um diferencial no visual, geralmente pendendo para um apelo mais esportivo.

Mas a moda agora é você pintar a calota da cor que você desejar. Além da questão estética, pintar a calota sai mais barato do que trocar a roda do carro.

A tendência é inspirada nos superesportivos que saíram das montadoras com enormes rodas de liga leve nas cores preta ou cinza escuro. Por isso o grande sucesso das calotas pintadas em tons mais escuros. Elas até já ocupam lugar de destaque nas lojas especializadas.

Outra vantagem das calotas é que são fáceis de colocar; o modelo universal, por exemplo, não possui parafusos e pode ser encaixado na roda sem dificuldade. O mercado brasileiro de calota é grande, com as vendas na casa dos dois milhões de unidades por mês, sendo que entre 100 e 200 mil são em tonalidades escuras.

Nos modelos mais novos, é difícil diferenciar o que é roda e o que é calota. Só um exame mais de perto para saber com certeza, pois algumas calotas possuem até suas áreas de ventilação, alinhadas com as áreas de ventilação das rodas.

Por estarem na moda, calotas escuras custam até 30% a mais do que as calotas prateadas, mas ainda assim saem mais em conta do que uma roda de liga leve.



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

IRMÃOS
TATU
O negócio é cavocar

Solicite um orçamento!

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

O PETRÓLEO É NOSSO!

Governo arrecada quase R\$ 70 bi com leilão



Com o leilão do petróleo excedente da cessão onerosa, realizado no começo de novembro, o governo brasileiro arrecadou R\$ 69,96 bilhões. Apesar deste valor ficar abaixo da previsão inicial de R\$ 106 bi, não resta dúvida de que este dinheiro dará fôlego novo para a economia do país, principalmente para os estados (incluindo o Rio de Janeiro), que devem levar uma fatia do bolo.

Especialistas lembram que a indústria do petróleo e toda a cadeia produtiva que está ligada a ela deve gerar muitos empregos e injetar cerca de R\$ 1 bi na combalida economia do Rio de Janeiro, estado ao qual pertencem os blocos licitados. Também há a expectativa de que o dinheiro do leilão reduza o déficit nas contas públicas, que poderão ficar no menor patamar dos últimos cinco anos. O governo também deve passar recursos para estados e municípios, o que também será um alívio para todos. Também deverão ser liberados valores para investimentos nas áreas de Defesa, Saúde e Educação.

Os campos de petróleo do pré-sal, cuja a estimativa de produção pode chegar a 15 bilhões de barris, podem tornar o Brasil um dos cinco maiores produtores mundiais. É a salvação da pátria, literalmente!

Mas não basta ter este precioso ouro negro em abundância; é preciso saber administrar esta riqueza (que é finita) e aplicar os recursos para o bem de todos no país. Investimentos nas áreas de infraestrutura, saneamento básico, saúde, educação, criação de empregos e distribuição de renda são mais do que urgentes.

O petróleo ainda deve ser a principal matriz energética do mundo pelos próximos 30 anos pelo menos, segundo especialistas. Mas, como já dissemos, ele é um bem finito, assim como a água. E assim como a água, deve ser usado com sabedoria, parcimônia e conscientemente.

De que adianta um país nadar em petróleo, se apenas uma elite tem acesso a essa riqueza, aumentando ainda mais a desigualdade social? De que vale tanta riqueza, se o mau uso e o desvio do dinheiro público continuarem existindo em níveis tão elevados?

Vejam o exemplo da Venezuela, um país que nada em petróleo, mas que por uma série de motivos usou mal esta riqueza e, hoje, é um país praticamente destruído, que obriga seu povo a deixar sua terra natal, buscando uma vida melhor no Brasil, por exemplo?

Mas o petróleo está lá! Repousando em berço esplêndido! Esperando para ser explorado. Há alguns anos, havia uma piada que dizia que era preciso ter cuidado na hora de construir campos de golfe na Venezuela, pois poderia

jorrar petróleo dos buracos!!! Onde foi parar tanta riqueza? Hoje, o país tem uma inflação estratosférica, mas o petróleo continua lá.

Atravessando os oceanos, nós temos países como a Arábia Saudita e os Emirados Árabes, que também nadam em petróleo. No primeiro caso, a família real saudita é a principal beneficiada da riqueza. Mas, de modo geral, a população também tem o seu quinhão. Claro que o país precisa de muitas melhorias e transformações, principalmente quando o assunto é liberdade, tolerância e igualdade de gênero, ⁵³ mas isso deve vir com o tempo.

Já nos Emirados, os governantes visam preparar suas cidades para o futuro (um futuro em que talvez não haja mais petróleo), construindo mega shoppings e hotéis para atrair turistas de todo o mundo, bem como eventos milionários, como a Fórmula 1. Dubai, por exemplo, atrai pessoas de todo o mundo, que vão em busca de uma vida melhor.

Se todos estes países são ricos em petróleo, por que uns vão para a frente, tornando-se grandes centros de turismo, riqueza e negócios, enquanto outros amargam uma hiperinflação, violência e pobreza?

A única explicação é a maneira como essa riqueza é administrada e usada! Só nos resta torcer para que o Brasil siga o caminho certo nesta longa estrada do petróleo!

SERRALHERIA
CASARINI

Portão Basculante | Portão de Correr | Vitrôs
Corrimão | Instalação de motor para Portão
e muito mais

Rua Joaquim Silvério de Almeida, 290 | Parque Santa Maria | Tatuí/SP

(15) 99707-9907 | serralheriacasarini@hotmail.com





01 - Fabiola, Adriele, Bruna e Sara, Espaço do Revendedor, O Boticário, Tatuí; 02 - Abertura da Casa do Papai Noel, Centro Cultural Municipal, Tatuí; 03 - Fran, Raquel, Letícia, Patrícia, Eduarda, Sabrina e Jaqueline, inauguração da Noblesse - Beleza Vegana, Tatuí; 04 - Wlamir e Jonas, Semana do Empreendedor promovido pelo SEBRAE Aqui, Salão Nobre da Prefeitura, Tietê



Feliz Natal e um próspero Ano-Novo



Coleção Verão 2019/2020

MALWEE KIDS!

Kely & Kety

RANDA MUNDO



05



06



07



08



09

05 - Juvenal, Mário, Ana Paula, Vilma e Lazineha, 7ª Festa Italiana, Lions Clube, Tatuí; 06 - Norberto, Ari e Nicolau, encerramento da temporada 2019 - Música na Praça, Coral da Cidade de Tatuí em homenagem ao Professor José dos Santos, Praça da Matriz, Tatuí; 07 - Tomze, Vera e Luciano, 9º Porco no Rolete, Condomínio Monte Verde, Tatuí; 08 - Henrique, João Lucas e Cristina, abertura da Casa do Papai Noel, Centro Cultural Municipal, Tatuí; 09 - Ísis, Patrícia e Davi, inauguração da Noblesse - Beleza Vegana, Tatuí

Neste **NATAL** dê
PRESENTE O Boticário

oBoticário





10 - Ivan e Patrícia, inauguração da Noblesse - Beleza Vegana, Tatuí; 11 - Didi, Luiz, Sergio, Edson e Márcio, 9º Porco no Rolete, Condomínio Monte Verde, Tatuí; 12 - 1ª Feira do Empreendedorismo, Projeto Jepp, EMEF "Eugênio Santos", Tatuí; 13 - Wilson e Tatiane, niver Tatiane, Sítio Santa Sylvia, Boituva

*Nas festas de fim de ano
comemore com Sodiê*



+100
SABORES
+300
LOJAS

www.sodiedoces.com.br
f /Sodiê Doces

Rua José Bonifácio, 703 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3259-1223



14



15



16



17



18

14 - Eduarda, Ana Maria e Patrícia, inauguração da Noblesse - Beleza Vegana, Tatuí; 15 - Encerramento da temporada 2019 - Música na Praça, Coral da Cidade de Tatuí em homenagem ao Professor José dos Santos, Praça da Matriz, Tatuí; 16 - Marisa e Marcos, 7ª Festa Italiana, Lions Clube, Tatuí; 17 - Patrícia, Soraya, Sônia, Helena e Graça, abertura da Casa do Papai Noel, Centro Cultural Municipal, Tatuí; 18 - Raphael e Valdir, 9º Porco no Rolete, Condomínio Monte Verde, Tatuí

INVICTO

ENGENHARIA E CONSTRUÇÕES

SERVIÇOS ESPECIALIZADOS EM:

- Projetos
- Gestão De Obras
- Terraplenagem
- Fundações
- Ferragem
- Alvenarias
- Estruturas Metálicas
- Madeiramentos
- Revestimentos
- Hidráulica
- Elétrica
- Pintura

(15) 99782-0420 / (15) 99700-6550

www.invictoengcon.com.br • invictoengcon@gmail.com

*Feliz Natal
e Boas Festas*



PASQUALOTTO E CIA.
Restauração em Pisos de Madeira





19



21



22



20



23

19 - Isabella, Edson e Gabriella, 9º Porco no Rolete, Condomínio Monte Verde, Tatuí; 20 - Rogério e Donny, abertura da Casa do Papai Noel, Centro Cultural Municipal, Tatuí; 21 - Sérgio, Caroline e João Lucas, abertura da Casa do Papai Noel, Centro Cultural Municipal, Tatuí; 22 - Elio, Eloisa e Aristides, encerramento da temporada 2019 - Música na Praça, Coral da Cidade de Tatuí em homenagem ao Professor José dos Santos, Praça da Matriz, Tatuí; 23 - Heloisa, Simone e Susana, 7ª Festa Italiana, Lions Clube, Tatuí

Feliz Natal e um próspero Ano-Novo

Pizzaria Ebo & Lima

Massa leve que descansa por 48 horas antes de ser aberta e ir ao forno. Esse é um dos nossos segredos. Venha descobrir a famosa pizza Napolitana, molho Italiano, Farinha 00.

O melhor da Gastronomia, aqui, na Pizzaria Ebo & Lima

Mais informações:
(15) 3251-9688 / 99669-6390

Elimec

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

Mais informações:
(15) 3251-9688 / 99669-6390

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

Compota de frutas à moda da "Cyla"

Ingredientes:

6 maçãs, cortadas em seis pedaços, pode ser vermelha ou verde, depende do gosto
500g de ameixa seca, sem caroço
500g de damasco
250g de uvas passas
3 limões siciliano
1 xícara de chá de açúcar refinado ou a gosto
1/2 litro de água
5 cravos da Índia
4 canelas em pau

Modo de fazer:

Cortar as maçãs em seis pedaços (em tiras, tirar o caroço do meio), os limões em rodellas (tirar as sementes), em uma panela, colocar todas as frutas, juntamente com o açúcar, o cravo e a canela em pau, despejar a água, até que cubra todos os ingredientes. Colocar no fogo baixo, até que as frutas fiquem cozidas, se perceber que está secando a água, completar com água morna para que os ingredientes não entrem em choque. Dura mais ou menos 30 minutos de cozimento. Espere esfriar, coloque em uma compoteira e leve ao refrigerador, se servir no dia seguinte fica ainda mais saborosa!

Bom apetite!

As frutas são fontes de vitaminas e minerais. Aqui, nesta receita, elas são deliciosamente transformadas em uma compota perfumada com uma variedade de especiarias. Se você gosta de frutas e de fazer uma sobremesa rápida, vai amar esta receita que a nossa querida leitora, Cyla Elmec, da cidade de São Paulo, nos enviou. É fácil, fica barato e é uma delícia, principalmente para essa época de festas e nesses dias quentes de verão. Se quiser servir com sorvete de creme ou iogurte natural, fica ainda mais saborosa! Anote aí, caro leitor!



59



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



Nem o Papai Noel resistiu aos nossos pasteis!

TAMBELLI
PASTELARIA E LANCHONETE

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



CHURRASCARIA
O COSTELÃO

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

Foto: Davi Gangi



SINALIZE SEU AMBIENTE

PLACAS CUSTOMIZADAS

COMBATE A INCÊNDIO

PLACAS INDUSTRIAIS



WWW.TAPEMAG.COM.BR

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