



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$9,90

Mercado imobiliário

busca caminhos para superar crise

ANO 13 • EDIÇÃO 149 • ABRIL DE 2020



Doença de Paget:

Os sintomas e tratamento dessa doença.

Cipriano:

O itapetiningano fala da importância do esporte para os jovens.

Coronavírus:

Toda higiene e cuidado é pouco, proteja-se!

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

Júlio Carrascoza

Amei a matéria sobre musculação para gestante. Já estou praticando... Obrigada equipe Hadar.

Thaís Fernandez
(Fazendo alusão à matéria sobre Qualidade de Vida, edição de abril de 2019)

Parabéns, querida! Como sempre a revista está linda e com matérias ótimas!

Maria Eugênia Voss
(Fazendo alusão à edição de março)

Nossa! Super recomendo.

Solange Pantojo
(Fazendo alusão à matéria sobre vitamina C, edição de setembro de 2019)

Nossa...! Que delícia de receita! Já fiz em casa e ficou divina. Obrigada Revista Hadar por existir e sempre compartilhar com a gente essas delícias!

Aparecida Carvalho de Lima
(Fazendo alusão ao Apetite, edição de fevereiro)

Olá, olha, quero parabenizar toda a equipe da Revista Hadar pelas belas matérias que li na edição de janeiro, estive visitando um amigo em um condomínio na cidade de Iperó, peguei um exemplar e trouxe para casa, impressionante a qualidade do conteúdo! Tudo lindo e perfeito! Torço para que vocês consigam manter esse veículo de comunicação, tão peculiar hoje em dia, nesse nível! Parabéns!

Edmilson Ferreira de Godoy

A higiene bucal é essencial para a saúde do ser humano. Literalmente a saúde começa pela boca, em todos os sentidos! Linda a matéria, parabéns, equipe Hadar!

Andrea Gomes
(Fazendo alusão à matéria Saúde Bucal, edição de março)

DIÁRIOS COMEMORATIVOS

2020 | Abril

- 01 - Dia da Mentira - 1º de Abril
- 02 - Dia do Propagandista/ Dia Mundial da Conscientização do Autismo/ Dia Internacional do Livro Infantil
- 03 - Aniversário de Cerquilha
- 04 - Dia Nacional do Parkinsoniano
- 05 - Domingo de Ramos
- 06 - Dia Internacional do Esporte para o Desenvolvimento e pela Paz
- 07 - Dia do Corretor/ Dia do Jornalista/ Dia Mundial da Saúde/ Dia do Médico Legista/ Dia Internacional para Reflexão do Genocídio de 1994 contra os Tutsi em Ruanda/ Aniversário da cidade de Araçoiaba da Serra
- 08 - Dia da Natação/ Dia Mundial do Combate ao Câncer/ Dia Mundial da Astronomia/ Dia Nacional do Sistema Braille/ Aniversário de Cuiabá
- 09 - Dia Nacional do A o/ Dia Nacional da Biblioteca
- 10 - Sexta-feira Santa/ Dia da Engenharia
- 11 - Sábado de Aleluia/ Dia do Infectologista/ Dia da Escola de Samba
- 12 - Páscoa/ Dia do Obstetra/ Dia Internacional do Voo Espacial Tripulado
- 13 - Aniversário de Fortaleza/ Dia do Office-boy/ Dia do Beijo/ Dia do Hino Nacional Brasileiro/ Dia do Jovem/ Dia da Carta Régia
- 14 - Dia Mundial do Café

- 15 - Dia Mundial do Desenhista/ Dia Nacional da Conserva o do Solo/ Dia do Desarmamento Infantil/ Dia Mundial da Arte
- 16 - Dia Mundial da Voz
- 17 - Dia Mundial do Hemofílico
- 18 - Dia de Monteiro Lobato/ Dia do Amigo/ Dia Nacional do Livro Infantil
- 19 - Dia do Índio/ Dia do Exército Brasileiro/ Dia de Santo Expedito
- 20 - Dia do Diplomata/ Dia do Disco
- 21 - Tiradentes/ Dia do Metalúrgico/ Dia da Latinidade/ Dia da Polícia Civil/ Dia da Polícia Militar/ Dia do Têxtil/ Dia Mundial da Criatividade e Inova o
- 22 - Descobrimen o do Brasil/ Dia da Terra/ Dia da Comunidade Luso-Brasileira
- 23 - Dia de São Jorge/ Dia Mundial do Escoteiro/ Dia do Serralheiro/ Dia Mundial do Livro/ Dia do Torcedor Corinthiano/ Dia Nacional da Educa o de Surdos
- 24 - Dia do Penitenciário/ Dia do Agente de Viagem/ Dia do Boi/ Dia do Chimarrão/ Dia Internacional do Jovem Trabalhador/ Dia Internacional do Milho/ Dia do Samurai/ Dia Mundial de Combate   Meningite
- 25 - Dia da Contabilidade/ Dia Mundial da Luta contra a Malária
- 26 - Dia do Goleiro/ Dia de Preven o e Combate   Hipertensão/ Dia Internacional de Lembrança do Desastre de Chernobyl
- 27 - Dia da Empregada Doméstica/ Dia Mundial do Design Gráfico/ Dia do Sacerdote
- 28 - Dia da Educa o/ Dia da Sogra/ Dia Nacional da Caatinga
- 29 - Dia Internacional da Dança/ Dia de Santa Catarina de Sena/ Dia em Memória de todas as Vítimas de Armas Químicas
- 30 - Dia Nacional da Mulher/ Dia do Ferroviário

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

Carta ao leitor

Prezado leitor

Mesmo diante de uma pandemia como essa que todos nós estamos vivendo, a nossa querida Revista Hadar não deixou de veicular e, neste momento está chegando em suas mãos; mãos estas que esperamos que estejam sendo devidamente higienizadas para evitar o contágio pelo novo coronavírus.

Sim! Também estamos saturados deste assunto, mas este inimigo ainda vai nos manter ocupados por algum tempo. Não adianta querer fugir. E, infelizmente, caro leitor, o mundo está em “guerra”! E o fato de não podermos ver o inimigo agrava esta situação, pois nos faz baixar a guarda e nos proteger.

Mas este inimigo está abalando de tal forma o sistema socioeconômico e a vida humana, que não pode ser ignorado. Alguém pode argumentar que a engrenagem da economia precisa girar e as pessoas têm de trabalhar, mas se as pessoas morrerem, quem vai girar a engrenagem? Você arriscaria a sua própria vida, ou de seus filhos ou de seus pais, para manter um emprego? Porque, no final das contas, o que vale mais a pena? Arriscar, desrespeitar o distanciamento social e ser responsável por disseminar ainda mais a doença, ou aguentar mais um pouco e esperar o momento certo?

E o momento certo ainda pode demorar a chegar. Um exemplo disso é o tema de nossa reportagem de capa sobre o mercado imobiliário. Um dos principais alicerces da economia, este segmento vinha apresentando sinais de recuperação em nosso país, desde o final do ano passado, nadando contra a maré da economia mundial.

Mas 2020 começou com cautela e se transformou em previsões pouco animadoras, principalmente por conta da pandemia mundial, que praticamente paralisou a economia global, já abalada por diversos fatores. Mas a vida não para e sempre encontra um caminho para seguir em frente e, certamente, a humanidade seguirá seu destino, talvez de uma forma melhor do que hoje...

E como sempre, a Hadar também segue em frente, com diversos assuntos que fazem parte do seu dia-a-dia: moda, saúde, comportamento, qualidade de vida, cultura e atitude! Enfim, tudo que interessa a você, que nos acompanha a mais de uma década e nos motiva a continuar cada dia mais e melhor! Encontramo-nos novamente em maio! Fique bem! Fique em casa e leia a Hadar! Até lá!

	MODA	
	Calçado: O acessório fundamental para complementar um <i>look</i> .	14
QUALIDADE DE VIDA		
Exercício ao ar livre: Mais que tendência: é a qualidade de vida!		26
	CULTURA	
	Ruby Woo: Estilo é a palavra certa para definir essa Banda que nasceu em 2018.	32
AUTOS & CIA		
Placa no padrão Mercosul: Saiba em que situação deve haver a mudança.		44
	UNIVERSO TEEN	
	Bebidas alcoólicas: Cresce o consumo de bebidas alcoólicas pelos jovens, em São Paulo e no mundo!	41

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 Camargo Elmec
editora@revistahadar.com.br

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

Atendimento
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Marry Calvino
Bernadete Camargo Elmec

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) 99144-8747/997895266/99789-5267
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,
Dário Bicudo Piai e Veridiana Pettinelli

Agradecimentos
João Batista da Fonseca Júnior, Camila de Souza Romagnoli, Camila Rodrigues, Amanda Antunes, Cassiana de Campos, Rebeca Maciel, Winny França, Márcia Martins, Alexandre Galavoti, Bia Daniela Garcia, Rafael Ragazzi Isaac, Diego Camargo, Maria Eugênia Voss Campos Bacha, Tiago Reits, site: www.sinduscon.com.br, www.secovi.com.br 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.

Nesta edição vai ter...

Amor,

ALEGRIA,

DIVERSÃO,

UNIÃO,

ESPERANÇA

...e juntos vamos vencer!



Odontologia Koza

Elmex

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

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



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

☎ (15) 99187-1627

☎ (11) 99217-3076

f Odontologia Koza

📷 Odontologia Koza

A vida em passadas largas

Professor itapetiningano fala da importância do esporte para os jovens



Aos 69 anos, o atleta e professor Flávio Rubens Cipriano ainda sonha com um centro esportivo para Itapetininga, onde as crianças pudessem praticar esportes com segurança e longe das drogas e violência. “A sociedade ganha com isso”, afirma Cipriano, com a experiência de quem, em mais de 40 anos de esporte, orientou, treinou e acompanhou cerca de 8,4 mil crianças, tonando-se padrinho de crisma e casamento de muitas delas.

“O técnico tem de ir até a criança, ver a realidade dela, o que ela come, como ela anda; hoje não basta a criança ir até o local do treino”, diz o veterano atleta, que já desenvolveu trabalho voluntário com crianças de comunidades carentes de Itapetininga.

Atualmente, entretanto, ele não se envolve mais diretamente nas ações. Ainda assim, organizou recentemente eventos para angariar fundos para várias ações sociais da cidade, entre eles o Lar das Meninas, o Projeto Mãos à obra e o Projeto Flanelinha, entre outras iniciativas.

Lado social

“Muitos ainda não têm a visão de que o esporte é importante para a periferia e para as crianças”, afirma Cipriano, acrescentando que, desde que começou no esporte, sempre quis ajudar a garotada. “Saía do ginásio, onde trabalhava na limpeza da quadra, dos vestiários e do banheiro e ia para pista. Aí já fazia escolinha de treinamento e comecei a gostar de ser professor e fiz faculdade (de Educação Física)”, conta o atleta, explicando que “a criança, na minha época, não tinha nada para sair do marasmo e ser útil para a sociedade. E o jovem precisa sair do marasmo”.

Para Flávio Cipriano, a periferia precisa de mais ações do Poder Público em vários seto-

res, incluindo, claro, o esporte. “O poder público tem de enxergar e chamar a população para discutir as ações, ouvir a sociedade e detectar o que falta na periferia. Mas não apenas discutir: precisa por em prática e isso tem de ser rápido, pois o traficante não espera. E o que é oferecido na periferia? Nada!”, afirma o professor, observando que os bairros periféricos não possuem, por exemplo, uma pista de caminhada ou uma quadra poliesportiva. “O esporte é importante para afastar as crianças das ruas e das drogas”.

Cipriano sabe do que fala. Muitos de seus ex-alunos, hoje, são adultos e seguem carreiras como no Direito (juiz), Forças Armadas (general) e na polícia. “Recentemente, fui convidado para a homenagem a uma ex-aluna que está terminando a escola de soldados da PM (Polícia Militar), em Sorocaba. Isso é emocionante; é isso que me dá sustentação para viver”, conta o professor que, embora aposentado, não para e, além do trabalho com crianças, ajuda candidatos de concursos públicos a se prepararem para as provas de aptidão física e ainda orienta um time feminino de vôlei.

Início

Nascido em um sítio no município de Buri e filho de ferroviário, Cipriano chegou a Itapetininga quando tinha quatro anos de idade. Ele começou a praticar esporte durante o Tiro de Guerra. “O sargento queria um time para representar o TG na prova 13 de maio. Nós treinamos dois meses e eu fui o terceiro colocado na prova, aí que começou a paixão e a visão de que o esporte traz futuro”, lembra Cipriano, que logo começou a treinar firme, primeiro sozinho, depois com amigos, pelas ruas da cidade. Não demorou e ele venceu os 1,5 mil e os 800 metros, em competição realizada no CASI.

No começo dos anos 70, sem um tênis apro-

priado, Cipriano podia ser visto correndo à noite pelas ruas mal iluminadas de Itapetininga. “As pessoas tinham medo de sair à noite e muita gente nos chamava de malucos, que não tínhamos o que fazer, muitos se assustavam quando a gente passava”, recorda o veterano atleta, que além da falta de iluminação, enfrentava as ruas de paralelepípedo, que ficavam escorregadias em dias de chuva ou com o sereno da noite, já que ele geralmente corria depois das 22 horas. Nessa época, também não havia mulheres correndo e nem participando de provas. Também não havia patrocínio e ele lembra que não ganhava dinheiro. “Uma vez ganhei um jogo de jantar”. Durante um tempo, Cipriano foi “adotado” pela FKB (Fundação Karnig Bazarian) o que fez com que ele tivesse acesso, por exemplo, a acompanhamento médico e vitaminas. “Foi um trabalho legal”.

Não tinha apoio, mas o preconceito existia. “Uma vez, participando de uma prova, ao chegar na esquina da antiga Magister, eu subi na calçada para evitar o piso escorregadio e descer a (rua) Capitão José Leme. Como eu puxava forte, deixei até a RP (Rádio Patrulha) que acompanhava a prova para trás. Quando virei a esquina duas senhoras me seguraram, pensando que eu estava fugindo da polícia! Precisou a RP chegar e avisar que eu estava participando de uma corrida”.

Em mais de quatro décadas de esporte, Flávio Cipriano foi o primeiro secretário de esportes do município, em uma época em que o orçamento de Itapetininga era de R\$ 38 milhões. Ele avalia que o esporte itapetiningano “estacionou” nesse período e revela que só não faria uma coisa de novo: ser vereador e explica o motivo: “as pessoas acham que o vereador faz algo, mas ele apenas sugere, quem tem a caneta na mão é o chefe do Executivo, que é o prefeito”.

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.



Experimente nossas pizzas especiais!

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



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

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



O HOMEM (!) E OS EXTRATERRESTRES (?)

“A

o homem pertencem os planos do coração, mas ao Senhor procede a resposta da língua.”

Prov. 16:1

O homem, no sentido físico, está inconsolavelmente só, numa diminuta esfera no espaço sideral, restrito a um sistema solar, numa das infinitas galáxias espalhadas pelas infinitudes do universo ou poliuniversos (?).

A sua autodeterminação e livre arbítrio não o deixam vivenciar esta realidade: preocupa-se em viver o presente, julgando-se imortal em seu reduzido tempo de vida; sonha, faz planos, cumpre metas, agendas pessoais, empresariais, mas dificilmente idealiza um plano de salvação de sua alma, desdenhando a efemeridade da vida.

Nos tempos hodiernos, o homem não se preocupa com o seu futuro: “por que me preocupar com isto? Quando chegar lá, eu resolverei; terei oportunidades de me arrepender, de pedir, de pedir perdão...” Nem se dá conta que o tempo passa célere demais; de repente, hoje é o amanhã que tanto esperamos ontem!...

Vivemos num tempo de muitas previsões astrológicas, premonições, esoterismo, discos voadores, terapias de vidas passadas, cristais, pirâmides - um conjunto de vazios para preencher o vazio de nossa existência!

Sua atrevida curiosidade o faz planejar viagens interplanetárias, desvendar mistérios e segredos inúteis. Esta mesma curiosidade o faz indagar: quais os interesses dos extraterrestres em nos visitar? que vantagens teriam eles? seriam humanoides ou quasímodos hollywoodianos?

maginemos nosso SOL ali, bem pertinho de nós, aquecendo e nos iluminando todos os dias de nossas vidas, situado a apenas cerca de

8 minutos de espaço-luz da TERRA em que pisamos; o nosso segundo e mais próximo “sol” é a estrela Alfa Centauro, situada logo abaixo e à esquerda da Constelação Cruzeiro do Sul, a “apenas” uma distância de 4,3 anos-luz. Parece tão perto, mas é muito mais longe do que imaginamos! Somente lá poderia existir alguma espécie de vida inteligente mais “próxima” de nós, supondo ainda que lá existisse um sistema planetário perfeito como o nosso, com águas límpidas e normalidades em termos de temperatura, pressão, sem cataclismos geológicos, etc.

Imaginemos uma poderosa e moderna aeronave espacial da NASA, a uma velocidade de 43.000 km/hora: levaríamos cerca de 113.000 anos para atingirmos possíveis planetas lá existentes!

Logo, facilmente concluiríamos ser impossível chegarmos até lá, e por conseguinte, alguém de alhures vir até nós!

Um dos recursos utilizados por alguns ufólogos para tentar demonstrar possíveis visitas dos extraterrestres à Terra, diz respeito à Física Quântica, prevendo que elétrons estariam em dois diferentes lugares, com velocidades superiores à da luz; realmente isto é factível e já comprovado em laboratório junto às comunidades científicas. Para que este fenômeno fosse exequível, leis atualmente conhecidas deveriam ser revistas, e muitos conceitos e teorias da nossa Física seriam inúteis, arcaicas e obsoletas.

Consoante um dos postulados da Teoria da Relatividade de ALBERT EINSTEIN, à medida que um corpo se aproxima da velocidade da luz, o mesmo se desintegra, transformando-se em energia.

Ademais, nosso universo se expande continuamente para o infinito, cujas galáxias se

distanciam ou se aproximam uma das outras, fato este comprovado através do deslocamento *Doppler* da luz que elas emitem.

Fundamental enfatizar que sempre haverá um limite ou barreiras intransponíveis ao homem; se mistérios há, a DEUS pertence! DELE a sabedoria e perfeição infinitas; insondáveis seus enigmas! Seres fantasmagóricos não procedem da criação divina!

Resignemo-nos - com a suficiente vigilância divina, a continuarmos sozinhos a bordo de nosso planeta TERRA, viajando a 30 km/s em sua velocidade orbital, com seus imperceptíveis e monótonos movimentos de rotação e translação, ao redor de nosso irradiante e abençoado SOL, que tanto nos alenta, ilumina e aquece todos os dias de nossas vidas!

À noite, o consolo da LUA...

Como as mais diletas das obras primas de DEUS, cabe-nos tão somente aceitar e acatar os desígnios do CRIADOR, sem questionar seus planos ou tentar desvendar seus segredos.

Como criatura divina e não seres demiúrgicos, limitemo-nos aos nossos 5 sentidos: visão, audição, olfato, tato e paladar, mais a inteligência para pensarmos e agirmos consoante nossos livres arbítrios e propósitos.

Nada mais contemplativo e jubiloso do que apreciar o pôr do SOL, nossa estrela mor, que todos os dias se esconde nas linhas do horizonte, levantando noutra aurora, majestoso e imponente, irradiando infinitas energias de seus raios magistrais, que derretem geleiras e formam rios glaciais, perscrutam as ramagens, aquecendo os riachos, igarapés e os tenros ninhos das aves inocentes que ensaiam seus primeiros acordes e voos matinais!

Tudo tão simples, como simples a natureza que DEUS criou!



Higiene em dia

Dicas para ficar longe de vírus e bactérias

A higiene é indispensável e em tempo de coronavírus, todo cuidado é pouco. Com a correria do dia a dia, muita gente acaba lavando as mãos muito rapidamente, mas sabiam que até para isso há um jeito correto, ou melhor, mais indicado?

Em primeiro lugar, é necessário evitar encostar na pia. Depois, aplique na palma da mão, quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir toda a superfície. Depois, ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si. Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda e vice-versa, entrelaçando os dedos.

Depois, entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais. Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda e vice-versa, utilizando movimento circular. Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha e vice-versa, fazendo movimento circular.

O próximo passo é esfregar o punho esquer-

do, com o auxílio da palma da mão direita e vice-versa, utilizando movimento circular. Enxague as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evite contato direto das mãos ensaboadas com a torneira. Seque as mãos com papel-toalha descartável.

Como sabemos, a higiene pessoal é o conjunto de cuidados que todo mundo deve ter com o corpo diariamente, pois isso evita que micróbios e bactérias entrem no nosso corpo e causem doenças.

Hábitos que parecem simples como tomar banho, lavar as mãos e escovar os dentes estão entre os principais atos que promovem o bem-estar.

Informações da OMS (Organização Mundial da Saúde), divulgadas pelo Jornal da USP, em pesquisa, no início deste ano, apontaram que, somente 50,3% das moradias do país têm acesso integral aos serviços de saneamento básico. Isso, significa que a metade da população brasileira vive sob condições precárias de infraestrutura, principalmente nos grandes centros urbanos. Essa realidade

estrutural é preocupante, porque colabora para a existência de um cenário favorável ao surgimento de doenças.

As principais doenças que surgem pela falta de higiene são: verminoses, hepatite, paralisia infantil, cólera, leptospirose, dengue, entre outras.

Para minimizar o aparecimento dessas doenças, é necessário lavar as mãos corretamente, lavar bem os alimentos, sendo que verduras e folhagens devem ser deixados de molho em água sanitária ou com vinagre. Após o molho, o ideal é lavá-las em água potável, retirar o excesso do produto usado para desinfecção. Também, é indispensável escovar bem os dentes, pois a escovação correta auxilia na proteção da saúde do coração, ter cuidados durante o banho, cuidar da higiene dos pés, manter a limpeza da casa, pois em ambientes com acúmulo de sujeira há maior risco de proliferação de vírus, bactérias, além dos ácaros.

Atenção aos hábitos de higiene, pois medidas simples podem garantir saúde e qualidade de vida.



Solidariedade 3D

Alunos produzem EPIs para profissionais que atendem pacientes infectados por Coronavírus

A pandemia do Coronavírus despertou uma iniciativa de um grupo de voluntários de três instituições públicas de ensino de Sorocaba: A Universidade Federal de São Carlos - UFSCar (alunos do Campus de Sorocaba e pesquisadores do Núcleo de Pesquisa e Desenvolvimento em Tecnologia Assistiva – NTA), Faculdade de Tecnologia de Sorocaba - FATEC (alunos dos cursos de Manufatura Avançada e Sistemas Biomédicos e pesquisadores do Núcleo Biotecnol), Unesp Sorocaba (PET-ECA) e alguns outros voluntários. O objetivo é colaborar com a produção de equipamentos de proteção individual (EPIs) para os profissionais que atendem os pacientes infectados pelo Coronavírus.

Atualmente, o grupo está focado principalmente na utilização da ferramenta de impressão 3D para a construção de diferentes tipos de máscaras, protetores faciais, peças para respiradores, entre outros. “Diante da pandemia que estamos vivendo, solicitamos apoio na forma de doação de materiais, inicialmente para produção de uma demanda de protetores

faciais do tipo “face shield”. Esse tipo de proteção individual é extremamente importante para evitar a contaminação de profissionais durante o cuidado de pacientes infectados e, no momento, já temos demanda de dezenas para produção”, explica Camila de Souza Romagnoli, *marketing* do projeto.

A impressão 3D, também conhecida como manufatura aditiva, é uma forte ferramenta de combate ao novo coronavírus. Isso porque, por meio dessa tecnologia, é possível replicar peças danificadas em hospitais, personalizar objetos já existentes visando a sua melhoria, modificar componentes com o objetivo de evitar novos erros e criar modelos em três dimensões específicos para uma determinada situação. Além disso, é importante mencionar que mesmo que seja considerada menos eficiente (mais lenta) quando comparada às manufaturas tradicionais, a sua altíssima personalização, a não necessidade de fabricação de um alto volume de peças para que seja financeiramente viável e o fácil acesso a essa tecnologia atualmente, tornam a impressão 3D um importantíssimo mecanismo na luta contra o COVID-19.

Através das redes sociais, também é possí-

vel colaborar com os voluntários, pois há uma vaquinha *online*. “Atingimos a meta em menos de 36 horas. O objetivo agora é arrecadarmos mais R\$7 mil nessa mesma campanha para que possamos atender as novas demandas”, afirma a entrevistada.

“Além da vaquinha, também estamos aceitando doações de materiais para a fabricação adequada dos face shield, como placa de acetato ou placa de PETG de no mínimo 600x300 cm de espessura mínima de 0,5mm (cada placa produz 2 face shield), filamento ABS ou PLA para impressora 3d, faixa elástica plana com furos para botão com 2cm de largura, sacos plásticos para embalagem, etiqueta adesiva para informações do produto, luvas e máscaras para manuseio de quem vai imprimir e álcool”, diz Camila.

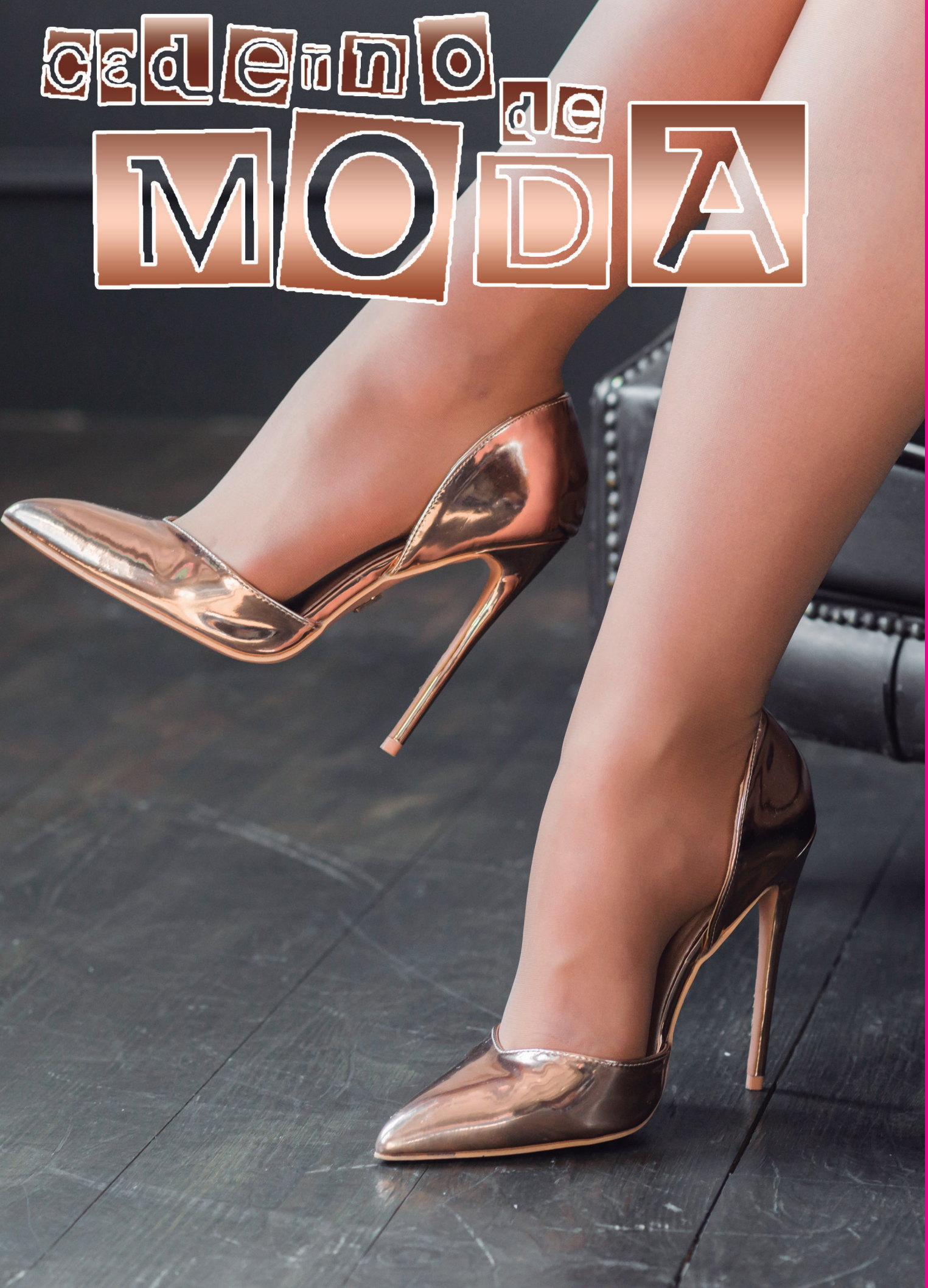
Se você também se interessou pelo projeto e quer ajudar, basta acessar o site e saber mais: <https://solidariedade3d.wixsite.com/covid19>; <https://www.facebook.com/solidariedade3d/>; <https://www.instagram.com/solidariedade3d?r=nametag> e vaquinha online www.kickante.com.br/campanhas/solidariedade-3d-covid19.



A Hadar apoia essa causa!



Cada año
de
MODA



Christian Dior

Ícone da moda no mundo

O francês Christian Dior nasceu em Granville no ano de 1905 e faleceu em 1957. Estilista e fundador da Christian Dior S.A., uma das mais famosas empresas de moda do mundo, estudou Relações Internacionais em Paris, com o objetivo de seguir a carreira diplomática.

No ano de 1931, houve uma crise financeira familiar e em 1935, Dior começou a desenhar croquis para a seção de alta costura do jornal parisiense "Figaro Illustre". Após vender uma coleção de desenhos de chapéus, começou a fazer croquis de roupas e de acessórios para várias maisons de Paris. Em 1938 passou a trabalhar como assistente do estilista suíço Robert Piquet e no ano seguinte foi convocado para servir na Segunda Guerra. Dois anos depois, fez parte da equipe da Maison de Licien Lelong, e entre 1941 e 1946 criou coleções com a colaboração de Pierre Balmain.

No mesmo ano, criou sua própria maison, com endereço na Avenida Montaigne, número 30, em Paris. No dia 12 de fevereiro de 1947, apresentou sua primeira coleção, que causou uma revolução na moda, pelo luxo e elegância de suas peças.

Naquele momento, passou a criar o novo conceito de moda, com muito luxo e extravagância, além de modelos extremamente femininos, luxuosos, sofisticados, com saias amplas e cinturas bem marcadas.

Desde então, devido ao sucesso estrondoso, a marca Christian Dior abriu sucursais de luxo em diversos países e o estilista passou a assinar diversos produtos, como gravatas, meias, perfumes, echarpes, lenços, luvas, bijuterias, lingerie e muito mais.

A marca já revelou estilistas como Yves Saint-Lauren, Gianfranco Ferré e John Galliano, conta com mais de 240 lojas próprias nos pontos mais exclusivos do planeta, e seus produtos podem ser encontrados nas mais sofisticadas lojas de departamento do mundo. Seu principal mercado é a Europa, que corresponde a mais de 50% das vendas da marca, seguido da região da Ásia-Pacífico com 24% e dos



Estados Unidos com 23%. Atualmente, a Dior tem em seus arquivos mais de 143 perfumes criados.

Por mais que as vendas dos produtos sejam realizadas no país desde 1958, a marca desembarcou oficialmente somente em 1999 com a inauguração de uma loja na Rua Haddock Lobo, em São Paulo.

Algumas referências informam que o estilista Christian Dior morreu de ataque cardíaco em 1957, após engasgar com uma espinha de peixe, outras dizem que o ataque foi resultado de um ardente encontro amoroso. Porém, não se sabe ao certo qual o verdadeiro motivo de sua morte até hoje.

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.



— E S P A Ç O —

MarilsaGigo



ElmeC

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



Sapatos que farão sucesso em 2020

Entre as tendências, está a releitura da moda nos anos 90

Andar na moda requer atenção a todos os detalhes do *look*. E uma peça super importante no vestuário é o sapato. Afinal, de que adianta caprichar na roupa, mas deixar de lado a beleza e o conforto dos calçados?

Mesmo com o final do verão, aproveite as tendências da estação, até a chegada definitiva do inverno. Até porque em tempos de mudanças climáticas extremas, as estações andam meio misturadas, não é mesmo? Então conheça as tendências de calçados que devem fazer sucesso o ano inteiro.

Bico quadrado

Esta é uma releitura dos anos 90. Uma época que, por sinal, está mais na moda do que nunca. Com seu estilo *clean*, elegante, num tom minimalista e combinando com tudo, seja um vestidinho ou uma calça pantalonada, as sandálias com o bico quadrado não poderiam ficar de fora desse revival!

Seja sandálias de tiras finas, que estão em alta, rasteiras ou saltos, elas oferecem a combinação perfeita: beleza + conforto, aposte nelas sem medo de ousar!

Bico folha

O contraponto ao bico quadrado são as sandálias de bico folha, com seu design que lembra a silhueta de um folha, ela é ideal para quem gosta de apostar num *look* mais sensual, deixando os dedos a mostra ou não, perfeito para festas, momentos com os amigos, aquele *happy hour* depois do trabalho, dando um *up* num visual mais simples (combinando um *look* moderno e fino ao mesmo tempo).

Vinil

É mais uma das peças vinda dos anos 80 para brilhar e ficar na nova década! O vinil, que lembra bastante ao material plástico, é marcante, ousado e moderno, a cara da mulher brasileira, para quê melhor, não é? E neste ano eles estão chegando numa corzinha bem leve e andando de mãos dadas com a nossa tendência queridinha: *animal print*! E, é claro, nós queremos todos!

Animal print

Já estamos acostumadas em ver sempre a estampa de *animal print* nas tendências femininas, mas nesse ano há algumas que não vão querer sair dos seus pés: a estampa de tartaruga, o *tortoise*, para quem gosta do estilo retrô, dando um ar de elegância, clássico, sóbrio e também a estampa *python* (a famosa estampa de cobra!), vários estilos diferentes para quem gosta de ousar, num *look* mais moderninho, versátil, cai bem tanto para o dia-a-dia, no trabalho, quanto para sair à noite nas festas com as amigas. Se você já está babando pelas tendências em sapatos femininos, pega essa: a estampa *python* também aparece na mistura com o *neon*.

Saltos

Não tem como reclamar, tem salto de todos os jeitos e estilos! Tem aqueles que timidamente já vinham dando as caras, como o tamanco com saltos mais baixos, médios ou altos. Mas há também uma tendência que está vindo com tudo para arrasar os corações, que é o salto bloco com decorações ou com estruturas arquitetônicas bafônicas, como salto esférico, ou misturando o esférico com o de bloco, totalmente ousado, a vantagem desses saltos é a versatilidade: cai bem de segunda a segunda!

Metalizado

Resgatado dos anos 70, 80 e com uma pegada futurística, ele dá ao *look* o que precisamos: atitude e identidade! O metalizado, acostumado a ser visto durante a noite, agora rouba a cena também pela manhã, casando até mesmo com aquela peça curinga, e já está pronto para invadir o seu guarda-roupa.

E se você é daquelas que não gosta de arriscar muito no *look* com os metalizados chamativos, não se preocupe: há outras opções como o rosê ou o metalizado fosco, o que não vai faltar é opção para você sair desfilando por aí.

De bem com a natureza

Não dá para imaginar as tendências sem os materiais naturais e com os calçados não é diferente, eles estão presentes nas tirinhas, na parte do salto, nos detalhes de cordas, etc.

Esses materiais já são de casa, dão um ar mais chique, descolado, leve, apesar de já termos conhecido de outros carnavais, cá para nós esse sapato tem um toque especial, pois em muitos casos são feitos à mão, dando um charme a mais aos nossos pés, um detalhe único!

Principalmente as que possuem o acabamento tressê, lembrando uma trança de couro, não esquecendo o macramê, fios entrelaçados presos por nós, que dão um resultado incrível. Eles têm tudo para bombar em 2020.

E aí, já sabe qual vai ser o seu companheiro nessa temporada? Não? Está esperando o quê para renovar o guarda-roupa? Ou quem sabe usar aquele sapato que não usa faz tempo?

Não tenha medo de ousar e apostar numa mistura – elas também estão com tudo – se joga nessa tendência, porque afinal de contas: coragem nunca sai de moda!



Coleção Bivik 2020

Roupas
Calçados
Acessórios



Venha conferir!

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

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



Mini Jardins

Sem muitos cuidados

É comum ouvir pessoas dizendo que compram plantas mas depois de um tempo elas morrem, não é? Se você faz parte desse grupo, acompanhe a matéria deste mês!

Ter uma plantinha por perto sempre traz um conforto visual, por isso preparamos a matéria deste mês para que você tenha a oportunidade de apreciar o cultivo fácil e de encher os olhos.

Existem várias plantas que podem ser cultivadas sem terra, mas vale lembrar que com o problema com a dengue, impede o cultivo seguro. É por isso que substituímos a água por esferas feitas em gel que proporcionam segurança e uma rega digamos “automática” da planta.

A foto apresenta quatro tipos de espécies,

que são elas: Cabeça-de-cavalo, Singônio, Jiboia e Confeti. As mudas apresentadas na imagem, foram sendo coletadas aos poucos e em forma de broto, ou seja, pequeninas, e desta forma a composição entre ela foi sendo montada. O recipiente é feito de louça tendo diâmetro de 15cm e 7cm de altura.

As esferas em gel são encontradas em floriculturas com facilidade e existem várias cores, sempre opto pelas transparentes. Elas vêm desidratadas e necessitam de água para se transformarem em gel. Para este bol foi utilizado uma colher rasa de sobremesa para meio copo de água aproximadamente.

Após escorrer as esferas em gel já hidratadas, adicione uma camada delas no fundo do bol e na sequência monte a composição da maneira que seja mais harmônica e por último acrescente mais uma camada para cobrir as raízes.

A rega é feita de 3 a 4 vezes por mês, e a

frequência irá depender da temperatura do ambiente. Quando observar que as esferas reduziram de tamanho, volte a acrescentar água. Caso surjam folhas amareladas é sinal de falta de rega. Vá acompanhando e fazendo limpezas de partes secas com uma tesoura pequena.

Escolha um local que pegue claridade e dê preferência ao seu local de trabalho, se preferir sua casa, escolha um local de alta permanência para que possa curtir o seu plantio.

A manutenção é quase zero e a beleza próxima a nós e a observação do desenvolvimento é ímpar.

Monte o seu mini jardim e publique no Instagram com as hashtag #revistahadar e #veridianapettinelli #meuminijardim.

Vejo vocês lá!

Veridiana Pettinelli
Arquiteta e Paisagista

Pavanelli
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

*Uma loja completa
para você!*

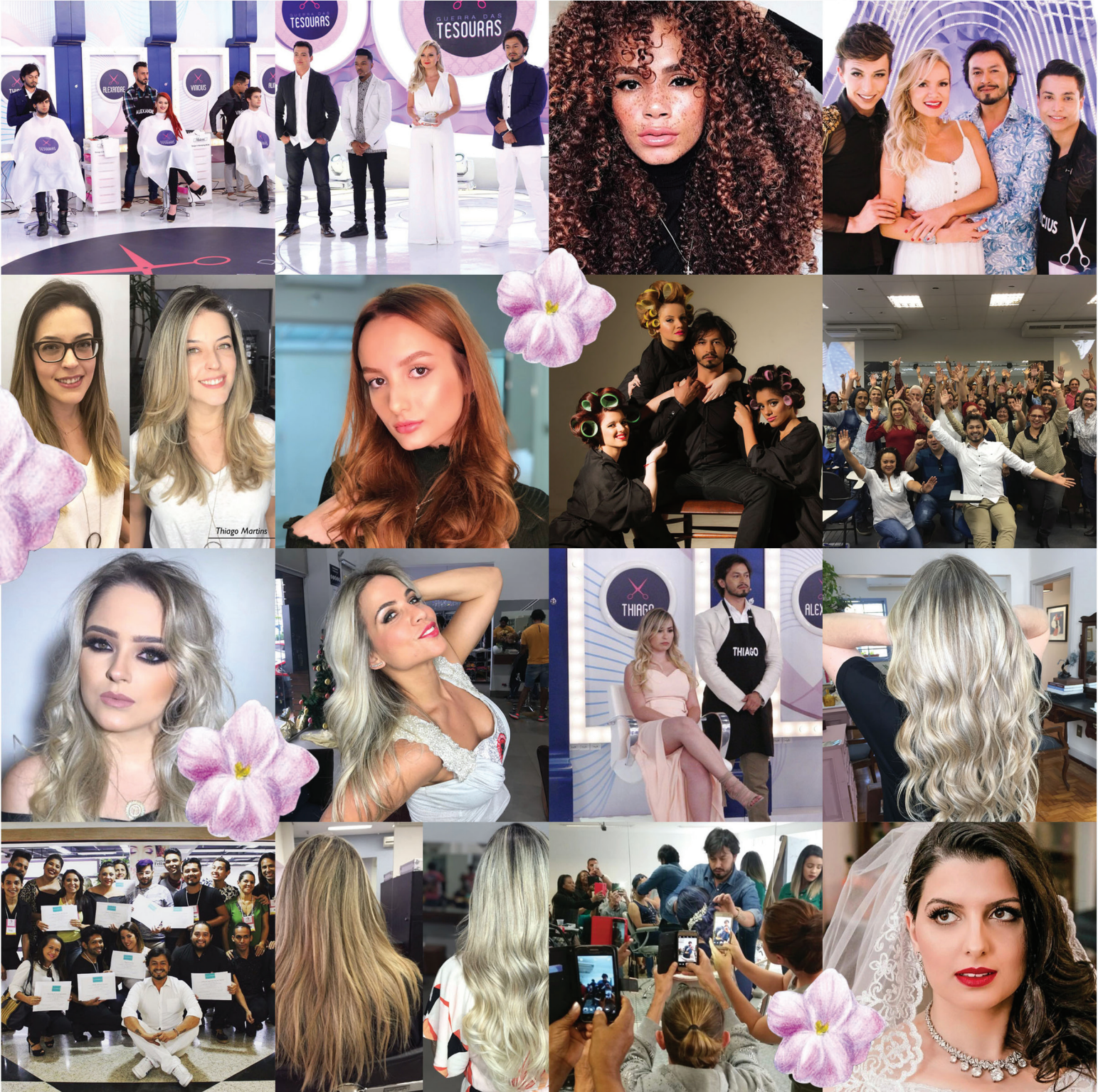




Thiago Martins

SALÃO CASA

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



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

📷 @ThiagoMartinsHair | 📺 Thiago Martins Hair

Mercado imobiliário

Vendas crescem, mas ainda há cautela no ar

Considerado um dos termômetros da economia, o mercado da construção civil e da venda de imóveis vive altos e baixos desde o final do ano passado, quando houve um aumento significativo das vendas de unidades residenciais na cidade de São Paulo, um dos principais mercados do país e indicador da situação do setor. Quando tudo parecia melhorar, inclusive com a superação da crise dos últimos anos, o setor teve retração forte em janeiro. Além disso, ainda avalia o impacto da pandemia da Covid-19 no segmento.

Mas o setor se movimenta na busca por soluções e caminhos para superar os problemas. Nesta reportagem especial, a Hadar aborda o tema, entrevistando profissionais de diversas áreas.

Vendas em 2019

As vendas de unidades residenciais novas na cidade de São Paulo totalizaram 44,7 mil em 2019, de acordo com a pesquisa do Secovi-SP (Sindicato da Habitação), apresentada em 13 de fevereiro pelo economista-chefe da entidade, Celso Petrucci. O aumento foi de 49,5% em relação às 29,9 mil unidades vendidas em 2018, e o número superou o recorde de vendas de 2007, quando foram comercializadas 36,6 mil unidades.

Segundo o sindicato, em 2019 foram lançadas na cidade de São Paulo 55,5 mil unidades residenciais, volume 49,6% superior às 37,1 mil unidades lançadas em 2018, de acordo com a EMBRAESP (Empresa Brasileira de Estudos de Patrimônio). Para 2020, a expectativa anunciada por Petrucci é de que o mercado imobiliário repita o bom desempenho tanto em vendas como em lançamentos, com crescimento de 10% em termos de VGV (Valor Global de Vendas). **Nota da redação:** esta avaliação foi feita antes da pandemia do coronavírus.

Valores

O VGL (Valor Global Lançado) quanto o VGV de, respectivamente, R\$ 28 bilhões e R\$ 22,3 bilhões, repetiram em 2019, os desempenhos médios registrados na série histórica da pesquisa, iniciada em 2004, segundo o Secovi.

O grande destaque no número de unidades

vendidas foi no segmento de unidades econômicas. “Esse percentual de 66% de imóveis com menos de 45 m² está muito acima da média histórica, que é de 25%”, observou Basilio Jafet, presidente do Secovi-SP. Ele advertiu, contudo, que essa predominância de produtos com as mesmas tipologias pode trazer riscos futuros, além de limitar a escolha do consumidor.

Médio e Alto Padrão

O presidente do Secovi ressaltou que a produção de imóveis para a classe média e alta ficou bem abaixo da média, em consequência das restrições da Lei de Zoneamento atual. “Em 15 anos, a média de imóveis lançados para esse público foi de 24 mil imóveis. E em 2019, foram lançadas pouco mais de 18 mil unidades para essa demanda, uma queda de 22%”, disse ele.

Oferta de imóveis

Em dezembro de 2019, a oferta disponível registrou 34 mil unidades residenciais na cidade, superando em 52,4% as 22,3 mil unidades existentes em dezembro de 2018.

Pesquisa realizada pelo Departamento de Economia do Secovi apontou que, em janeiro deste ano, houve a comercialização “de 2.315 unidades residenciais novas na cidade de São Paulo. O resultado foi 60,1% inferior a dezembro de 2019 (5.805 unidades), mas superou em 42,7% as vendas de janeiro de 2019 (1.622 unidades).

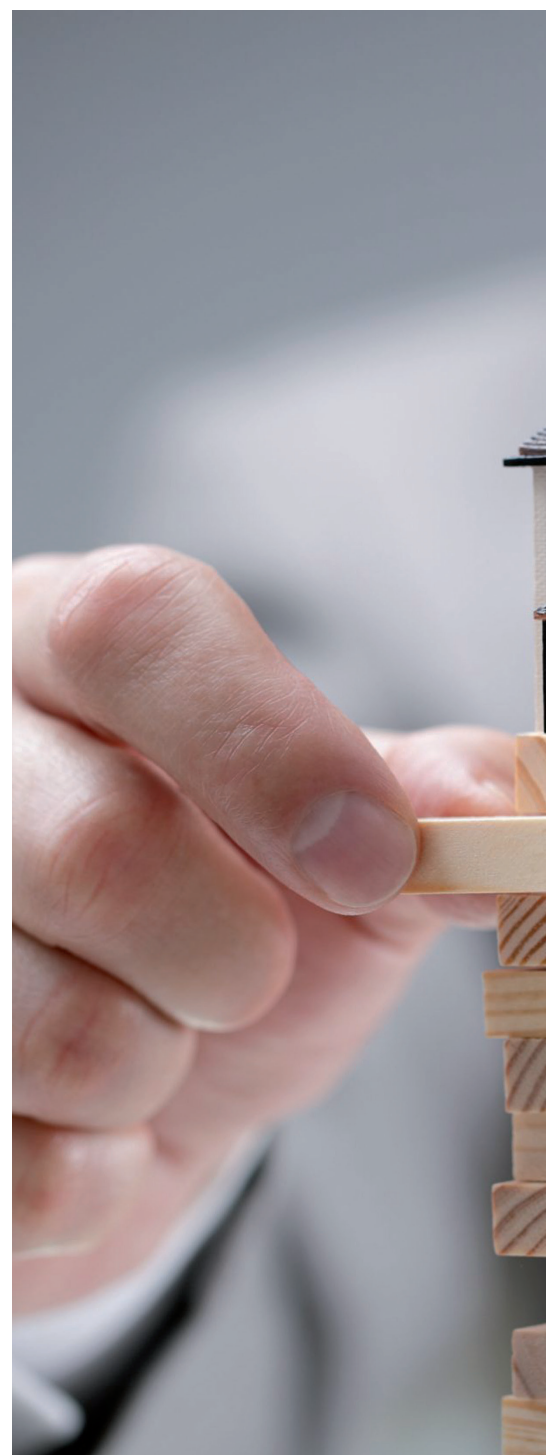
Apesar do aumento, as oscilações do mercado ainda provocam ceticismo, cautela e até um certo pessimismo no mercado, conforme apurou pesquisa da Fundação Getúlio Vargas, divulgada pelo Sindicato da Construção (Sinduscon).

Confiança recua

O Índice de Confiança da Construção (ICST), da Fundação Getúlio Vargas, recuou 2 pontos em março, alcançando 90,8 pontos e se mantendo na faixa do pessimismo moderado. Apesar de duas quedas consecutivas, a média do índice no primeiro trimestre de 2020 (92,6 pontos) é 2,7 pontos maior do que a média do quarto trimestre de 2019 (89,9 pontos).

Pela primeira vez, a percepção do impacto

da Covid-19 provocada pelo novo coronavírus apareceu como um dos fatores limitantes aos negócios, embora ainda em pequena proporção. A pontuação vai de 0 a 200, sendo que a partir de 100 denota otimismo. A Sondagem Nacional da Construção da FGV pesquisou as percepções de 708 empresas do setor entre os



dias 2 e 23 de março.

De acordo com a coordenadora de Projetos da Construção da FGV/Ibre, Ana Maria Castelo, “a disseminação da Covid-19 muda o cenário de percepção. Em março, ainda não houve impacto expressivo nos negócios correntes, mas o Indicador de Expectativas já aponta a deterioração do cenário. O segmento de Serviços Especializados, formado por um conjunto grande de pequenos empreiteiros, certamente sentirá mais e já em março foi o que acusou o maior impacto nas expectativas”, comentou a economista.

O resultado negativo do ICST em março refletiu a piora da percepção dos empresários principalmente em relação às expectativas para os próximos três e seis meses. O Índice de

Expectativas (IE-CST) cedeu 3,5 pontos, para 95,5 pontos, o menor valor desde junho de 2019 (92,9 pontos). O indicador de demanda prevista apresentou queda de 3,6 pontos, para 96,1 pontos, enquanto o indicador de tendência dos negócios para os próximos seis meses caiu 3,5 pontos, para 94,8 pontos.

Em relação ao momento presente, o Índice de Situação Atual (ISA-CST) apresentou acomodação, após nove avanços consecutivos, recuando de 86,7 pontos para 86,3 pontos. Apesar da queda do indicador de carteira de contratos de 1,5 ponto, para 85,1 pontos, o indicador de situação atual dos negócios apresentou aumento de 0,8 ponto, para 87,7 pontos.

Fatores limitantes

A demanda insuficiente permanece como o principal fator de limitação à melhoria dos negócios das empresas da construção, com 51,9% das assinalações, em pergunta que permitia mais de uma resposta. Seguem-se a competição dentro do próprio setor (32,3%) e limitações financeiras e dificuldade de acesso ao crédito bancário (18,3% cada). As informações são do Sinduscon.

Impacto do coronavírus

Em videoconferência na noite de terça-feira, 31/3, especialistas do Secovi-SP debateram os impactos do novo coronavírus (Covid-19) no mercado de locação. Mediada pelo economista-chefe da entidade, Celso Petrucci, a transmissão ao vivo contou com a audiência de mais de 500 pessoas. O vice-presidente de Gestão Patrimonial e Locação, Adriano Sartori, iniciou com uma breve apresentação, mostrando o volume de residências locadas no País. Em 2018, do total de domicílios no Brasil, 18% (13 milhões) eram de residências locadas, disse Sartori, que mostrou ainda o valor da receita gerada pelo aluguel, entre outros dados.

A advogada Moira Toledo, integrante da GPL, falou sobre a relação entre locador e locatário. Com o fechamento do comércio, disse ela, os primeiros apelos das partes foram no sentido de diminuir ou negociar o valor e estender o prazo para pagamento do aluguel comercial. No mercado residencial, as demandas estão começando. “Nossa orientação é seguir o mantra: negociar, negociar e negociar. É momento de calma, colaboração, empatia e entendimento da situação da outra parte e boa-fé contratual”, afirmou Moira.

O vice-presidente de Intermediação Imobiliária e Marketing, Claudio Hermolin, ratificou o entendimento da advogada. “Esse é o melhor caminho”, afirmou, informando que houve redução de 32% no volume de anúncios de imóveis residenciais para locação na última

semana de março. “Houve uma queda na atividade de locação, comprovando a necessidade de negociação.”

Jaques Bushatsky, advogado e diretor de Legislação do Inquilinato do Secovi-SP, destacou a necessidade de bom senso na hora de rever as condições do contrato, em caso de inadimplência e de formalização de acordos. “O Judiciário tem agido com cautela e, em alguns casos, está suspendendo a execução dos despejos”, informou, acrescentando que essas decisões judiciais já estão repercutindo no Legislativo, com a propositura de vários projetos de Lei relacionados à locação. Alguns deles prejudiciais ao mercado. O Secovi-SP está mobilizado para encaminhar propostas de alteração ao texto de um dos PLs.

Comércio

Na locação comercial, o vice-presidente Adriano Sartori acredita que é preciso ter atenção maior com aqueles que tiveram de fechar as portas neste período. “É preciso entender que tipo de inquilino está tendo problemas para efetuar o pagamento”, orientou. Por outro lado, disse ele, o locador também precisa receber. Alguns deles precisam pagar, inclusive, o financiamento daquele imóvel. “Toda a cadeia de locação está sendo afetada.”

Fundos imobiliários

Celso Petrucci lembrou que a ideia dos Fundos de Investimentos Imobiliários (FIIs) foi de Arthur Parkinson, em 1992, no Secovi-SP. Hoje, essa indústria envolve R\$ 100 bilhões.

Especialista neste modelo de fundo de investimento, Augusto Martins, *head* de Real Estate no Banco Credit Suisse, informou que essa indústria detém R\$ 100 bilhões em diversos segmentos, como escritórios, logístico, galpões, shoppings, entre outros. “É importante saber se o locatário está passando por uma situação delicada e como podemos ajudar. E estamos negociando os prazos de pagamento”, disse. Na opinião de Augusto, não há necessidade de intervenção estatal, pois as negociações estão acontecendo, sem ruptura contratual. “Com relação aos investidores, estamos investindo mais em comunicação, para mantê-los bem informados neste momento.”

Integrante do Conselho Jurídico do Secovi-SP, o advogado Fernando Maximiano citou, como exemplos, redes de farmácias e de supermercados que tiveram incremento de receitas neste período de pandemia. “Não tem sentido que empresas como essas deixem de pagar os aluguéis. Em casos de excepcionalidade, como o atual, é preciso ter bom senso e boa-fé contratual”, reafirmou Maximiano, segundo a assessoria de comunicação do Secovi.



BTS

Um dos caminhos que pode levar à soluções para o mercado imobiliário é o modelo chamado BTS (em inglês Built to Suit) uma iniciativa na qual, basicamente, os imóveis são planejados e construídos para atender necessidades específicas de algumas companhias.

“Muitas empresas, para aumentarem o lucro líquido e diminuir os custos, precisam de imóveis com estruturas específicas e da forma mais enxuta possível. Para isto, há uma modalidade de contratos de aluguel chamados de *built to suit*. O conceito de *built to suit* significa “Construído para servir”. Isto é, ele é feito para as necessidades do locatário”, afirma Tiago Reis, administrador de empresas e fundador da empresa de consultoria Suno Research

“O Built to suit é uma forma de locação imobiliária onde o imóvel é construído especificamente para as necessidades do seu futuro locatário. Logo, nesse modelo, o locatário encomenda a construção ou uma grande reforma de um imóvel, para posteriormente alugá-lo”, explica o administrador.

Novidade

“Como modalidade de aluguel, o *built to suit* é recente no país. Só no ano de 2012, entrou em vigor a Lei 12.744 que reconheceu essa relação. Além disso, a lei tornou mais clara e caracterizou este tipo de contrato. Foi necessária uma legislação específica para o contrato. Isso porque há uma série de complexidades e situações atípicas. O modelo possui algumas diferenças de contratos comuns: o locador deve receber o valor investido no imóvel com obras e reformas mais o valor da locação; o locador só pode reaver o imóvel após o fim do contrato; devido à complexidade de estabelecer um valor de aluguel, o locatário pode pedir renúncia do valor”, conta Tiago Reis.

Segundo ele, “mesmo com uma legislação específica, o contrato *built to suit* deve respeitar as condições dos contratos gerais. Isto é, respeitar os princípios legais e econômicos, e a boa-fé. Além disso, o locatário precisa respeitar algumas condições contratuais. Sob pena de ações de despejo ou consignação do pagamento. Vantagens e desvantagens do modelo. Nesse tipo de contrato, quem aluga têm a certeza de que o imóvel vai ter as especificações necessárias para o funcionamento. Entretanto, imóveis com estruturas específicas se tornam mais difíceis de serem locados por outros”.

Indústrias

“Indústrias, por exemplo, precisam de estruturas com algumas particularidades. Por exemplo, piso resistente para determinadas cargas e maquinário pesado, estrutura elétrica adequada, além de diversas outras especifici-



dades. O contrato *built to suit* é usado, principalmente, por empresas de grande e médio porte que precisam seguir um padrão de funcionamento. Além disso, multinacionais costumam optar pelo contrato. Outra vantagem é que quem aluga pode focar os recursos em outros investimentos. Isto é, o valor que seria usado para compra, reforma ou financiamento de um imóvel pode ser redirecionado. Porém, alugar um imóvel através desse modelo demanda maiores investimentos. Além disso, o investidor que optar por este contrato irá demorar para receber o capital aplicado. Porque o modelo é de baixa liquidez”, explica Tiago Reis.

Cálculo

“Como é feito o cálculo? O modelo *built to suit* possui uma série de complexidades que estão envolvidas no cálculo. Mas algumas características influenciam no valor: tamanho do terreno; localização do imóvel; especificidades da estrutura. Além disso, o tempo de aluguel também vai afetar no preço do aluguel. Quanto maior o tempo do contrato, menores as mensalidades. Um contrato *built to suit* pode ser renovado por até 50 anos”, finaliza Reis.

Mercado tinha boas perspectivas

Para Diego Camargo, Engenheiro Civil gra-

duado pela Unicamp, com MBA em Gestão Financeira pela FGV e mais de 15 anos de atuação no setor imobiliário, “o mercado imobiliário, assim como a economia brasileira como um todo, estavam prestes a entrar num período virtuoso muito significativo, ao contrário da economia mundial. As projeções para o 1º trimestre de 2020 da economia nacional apontavam para um crescimento próximo a 3%. Em contrapartida, a economia mundial experimentou no ano de 2019 um crescimento tão lento como não víamos desde a última grande crise financeira mundial, de 2008. Em paralelo a este período que prometia um potencial e forte reaceleração, somam-se os efeitos estruturais que fomentam o crescimento do mercado imobiliário e da indústria da construção, como um todo, que estavam e permanecerão à disposição antes, durante e depois deste cenário adverso, relacionado ao novo coronavírus”.

Camargo lista os fatores que fomentam o mercado imobiliário: “juros baixos (menor valor da séria histórica da Selic, de 3,75% a.a.), que estimula acesso a crédito; déficit habitacional, que é histórico e de difícil enfrentamento, tanto que se mantém nos mesmos patamares (entre 8 e 10 milhões de residências) pelos últimos 15 anos; setor real, com lastro em ativos reais, como é o caso do mercado imobiliário, é uma excelente alternativa de in-



vestimento num cenário de instabilidade no mercado financeiro, como o da atual conjuntura; a indústria da construção civil é um dos setores da economia que mais conseguem gerar postos de trabalho e, portanto, recomposição de renda, num curto espaço de tempo, por absorver mão-de-obra de baixa qualificação, o que é especialmente importante no período de retomada, após regressarmos à normalidade produtiva de nossas vidas”.

Lucros

Sobre os lucros do setor, Diego Camargo esclarece que “sem dúvida, esta fonte de renda recorrente, relacionada aos aluguéis de imóveis, tem grande relevância no setor. Neste cenário, com o fechamento de estabelecimentos comerciais e, de uma maneira geral, de estagnação produtiva como um todo, sem dúvidas esta perspectiva é diretamente afetada. Todavia, diversos especialistas, e eu chancelo com o que venho percebendo na prática, apontam para tratativas proativas de renegociação. É a típica situação ganha-ganha, com interesse de ambas as partes (locador e locatário), em dialogar para manter o contrato vigente com concessões recíprocas. Neste sentido, algumas soluções simples e interessantes têm sido aplicadas para assegurar reequilíbrio econômico e a própria sobrevivida

dos contratos de locação de bens imóveis em geral (residenciais ou comerciais)”.

Com relação aos grandes empreendimentos imobiliários, o engenheiro disse acreditar que “em linha com a pergunta e resposta anteriores, existem soluções muito mais simples do que imaginamos para se buscar o reequilíbrio econômico dos contratos de locação, assim como e, principalmente, a sobrevivida destas relações. Um exemplo prático: um shopping de Sorocaba, do qual sou locatário (além de Engenheiro Civil, sou empresário do ramo alimentício também), ofereceu uma redução no aluguel do espaço referente ao mês de março, que ocorreu com acentuada queda de fluxo e, por consequência, faturamento das operações, culminando com o fechamento definitivo ao público. Além do desconto, anunciaram que irão suspender os aluguéis durante o período de inatividade, se esforçando ainda pra repassar todas as economias advindas da manutenção predial (rateio de condomínio), mantendo a exigibilidade futura, ou seja, faz esta concessão pontual para não inviabilizar as operações, mas fica com crédito a ajustar futuramente. Como eu disse, o fato de estarmos todos no mesmo barco diminui arestas de interesses, facilitando boas e inteligentes composições para minimizar os impactos desta crise sem precedentes em nossa história”.

Mercado se reinventa

“O mundo é dinâmico, não é a primeira, nem será a última transformação que enfrentaremos, seja na dinâmica de nossas relações pessoais, seja na cadeia produtiva, nas relações de trabalho, dentre outros. Quem se antecipou e enxergou oportunidades relacionadas ao investimento em tecnologia, de maneira a permitir o teletrabalho (home office) saiu na frente e estava mais preparado para enfrentar este período. O impacto disso na diminuição dos espaços físicos é uma das várias mudanças que se colocarão à mesa no cenário pós-coronavírus – o mundo será outro após este período que enfrentamos, isso é um fato. Por outro lado, acredito muito na resiliência do ser humano e em sua capacidade criativa, lembrando que também não é de uma hora pra outra que se extermine uma cultura de consumo, em que prédios estrategicamente posicionados servem para capturar fluxo de clientes, vendas, assim como receber e organizar espaços produtivos. Ou seja, daremos uma acelerada neste processo de transformação, mas com espaço para ajustes e readequação de uso dos espaços físicos”, afirmou o engenheiro.

BTS

Diego Camargo fala sobre as vantagens do modelo BTS: “o modelo *built to suit* é muito interessante a qualquer tipo de atividade econômica, no sentido em que viabiliza espaços físicos customizados à sua operacionalização sem a necessidade de imobilização maciça do capital das operações (empresas, empreendedores, profissionais liberais etc), tão escasso e fundamental ao giro de seus negócios, reinvestimentos estratégicos, dentre outros”.

Sobre se este modelo é mais barato comercialmente falando, ele ressalta: “impossível afirmar financeiramente de maneira genérica. Cada caso, região, negócio e soluções têm as suas particularidades. Todavia, a lógica é muito forte no sentido de oferecer contrapartidas recíprocas ao locador e ao locatário. Ao primeiro apresenta um modelo estável de renda recorrente, de longo prazo, com garantia reforçada via contrato; para o segundo, entrega a não necessidade de imobilização de recursos num ativo (imobiliário) que não é o foco do seu negócio. Portanto, essa relação potencialmente ganha-ganha recebe também outras variáveis para se reforçar, relacionadas à potencial diminuição da alavancagem dos inquilinos, gerando flexibilidade de alocação de recursos, que podem lastrear um plano estratégico de crescimento, podem servir de segurança ao fluxo de caixa, serem direcionados à pesquisa e desenvolvimento, ou seja, muitas frentes importantíssimas ao negócio em si. Já vivenciei diversas estruturas deste tipo de negócio (Opera-

ções built to suit), tanto em São Paulo como na região de Sorocaba, onde atuo hoje em dia. Trata-se de uma solução muito utilizada e sem dúvida viável para diversas relações”.

Para Camargo, o BTS e os espaços de *coworking*, onde vários profissionais dividem o mesmo lugar “são duas propostas totalmente diferentes. Uma ideia é a de construir um imóvel com vistas nas necessidades do cliente (customizado), que irá alugá-lo por prazo longo, assumindo alguns compromissos contratuais específicos, que é o cerne da proposta do *built to suit*. Outra situação é oferecer um imóvel para diversos inquilinos por períodos inferiores e flexíveis (horas até), que os ajudem a diminuir custos fixos, diluir ou evitar despesas relacionados a manutenção de um espaço físico, que é a proposta de um *coworking*. Eu diria, inclusive, que se tratam de situações praticamente antagônicas”.

O engenheiro frisa que “o modelo BTS já tem um bom tempo no Brasil. Lembro de ter acompanhado uma primeira estruturação para o segmento educacional, que foi a construção do Ibmecc na cidade de São Paulo, em 2008. Posteriormente, ainda em 2012, houve importantes avanços de legislação a respeito. Entendo, portanto, que o modelo BTS não esteja relacionado à conjuntura adversa ou promissora, trata-se de um modelo em sua essência com lógica financeira e possibilidade ganha-ganha na relação locatícia e imobilização de capital em ativo alheio ao seu negócio. Em cenários desafiadores torna-se ainda mais importante as empresas bem escolherem onde alocar seu capital, de maneira a otimizar sua estratégia de sobrevivência e eventual crescimento”.

Atrativos

Para o engenheiro itapetiningano Rafael Isaac, entre os atrativos do modelo BTS está o fato de que “cada profissional possui seu estilo de trabalho, seus gostos de decoração no ambiente e esses dois fatores impactam diretamente na personalização do negócio o que passa a se tornar um forte atrativo para ambas as partes pois empresas que alugam aumentam suas chances de negócios e os profissionais liberais tendem a aumentar o apreço pela negociação, pois a sua satisfação com o negócio é mais assertiva”.

Aos 31 anos e à frente de sua própria empresa, Isaac diz que o BTS “tem tudo para sair mais em conta” do que os tradicionais prédios de salas comerciais.

“Olhando pelo ponto de vista técnico no modelo tradicional, imaginemos que para prepararmos 10 salas comerciais iremos investir 20 mil reais, com colocação de pisos, pintura, acabamentos, e uma decoração básica. Existe

a possibilidade de todos os 10 locatários quererem personalizar suas salas, ou seja, eles poderão trocar tudo. Isto implica num gasto dobrado ou mais que dobrado, além do que, no final quando saírem das salas os mesmos terão que por de volta todos os itens que desmontaram e paginarem a sala como estava antes de sua chegada. Se não bastasse isso, o locatário fica responsável por contratar mão-de-obra e correr atrás de toda a compra de materiais, algo que muitas vezes os mesmos não querem despender preocupação e tempo nessas atividades. Por sua vez num modelo *built to suit* as salas podem ser entregues exatamente como o proprietário quer, sendo economizado material de construção, tempo para preparação do negócio “tempo para estar locado”. Ou seja

colocando na balança esse modelo tem as características ideais para sair mais em conta, nos fatores tempo e dinheiro”.

Finalizando, Isaac ressalta que o BTS “realmente é um modelo muito novo, acredito ser uma ótima opção de negócio. Entretanto ao meu ver o setor imobiliário não vem enfrentando problemas nos últimos anos, pelo contrário o setor imobiliário e de construção é a base de tudo, apesar do coronavírus é possível notar a construção de hospitais de campanha em estádios, é possível notar construção de hospitais provisórios em espaços de eventos, isso ligado ao coronavírus. Já ligado à habitação existe um forte déficit habitacional no país e as obras devem continuar em todos os segmentos econômicos para suprirem as demandas”.





Qualidade de Vida



Você saudável

Alimentos e hábitos que ajudam a manter a imunidade alta

A vida é uma correria por si só. Trabalho, casa, compromissos... E nem sempre sobra tempo para que cada um cuide da saúde e essa falta de cuidados pode ser suficiente para o sistema imunológico ficar com a imunidade baixa.

Por isso, é necessário adotar os seguintes hábitos: hidratar-se, manter uma alimentação e hábitos saudáveis, exercitar-se, evitar álcool e cigarro, fugir do estresse, cuidar da higiene pessoal, manter a carteira de vacinação em dia e estar perto de quem você ama.

São passos indispensáveis, que de certa forma, vão te ajudar a viver mais e melhor. Por isso, a Revista Hadar conversou com uma especialista para dar uma turbinada na sua alimentação. Vamos lá!

As vitaminas existentes nos alimentos são potenciais antioxidantes que atuam no nosso organismo reduzindo os efeitos dos radicais livres que causam danos nas nossas células, envelhecimento celular, cansaço e fadiga, enfraquecendo também o nosso sistema imunológico. “Graças às vitaminas melhoramos o desempenho das nossas células, reforçamos o nosso sistema imune e nos protegemos de doenças”, orienta a nutricionista Camila Rodrigues (CRN3 27056).

A profissional afirma que vários alimentos são importantes para manter o sistema imunológico saudável. Dentre eles estão o gengibre, açafrão da terra, extrato de própolis, alho, cebola, vegetais verde-escuros, iogurte natural, kefir, castanha do Pará, frutas cítricas como limão, laranja, kiwi, abacaxi e mexerica.

Tais alimentos devem ser consumidos diariamente para manter os níveis de vitaminas e minerais adequados no nosso organismo.

“Não há restrições para a maioria dos alimentos citados. Apenas o gengibre que deve ser consumido com cautela pelos hipertensos”, salienta Camila.

Além disso, os sucos também podem ser grandes aliados da imunidade. E é possível misturar vários alimentos que potencializam o seu efeito, como o suco verde com uma folha verde, uma fruta cítrica, gotas de própolis e gengibre, por exemplo.

“A mistura de açafrão, limão e própolis é ótima, mas também é importante não focar apenas em um grupo de alimentos e lembrar que o que melhora a imunidade vai ser uma alimentação saudável, equilibrada, com comida de verdade como: arroz, feijão, carne magra, verduras, legumes e frutas. Ter uma boa hidratação e fazer exercícios físicos regularmente”, finaliza Camila.



laboratório
CRUZEIRO

FAÇA O EXAME DE CORONAVÍRUS

Por biologia molecular RT PCR
Temos também o teste rápido

Fique em casa e se sair: use máscara

AGENDE SUA COLETA PELO TELEFONE
(15) 3251.6023



Exercícios ao ar livre

Chegou a hora de aproveitar o que há em casa

Se a desculpa era falta de tempo, isso ficou no passado. Existem inúmeros exercícios físicos que podem ser realizados ao ar livre ou em qualquer canto de casa. Entre eles, a corrida e a caminhada. Mas, vale lembrar que o corpo humano é uma máquina, e apenas com nosso próprio peso conseguimos realizar movimentos que proporcionam a melhora das capacidades e habilidades físicas. Porém, sempre com o acompanhamento de um profissional de Educação Física para exercícios mais complexos e com uma metodologia para que não sejam realizados exercícios aleatórios.

“Todos podem fazer exercícios, mas devemos levar em consideração vários fatores como a individualidade biológica, lesões, do-

enças, entre outras informações, por isso é fundamental uma breve anamnese antes de iniciar os treinamentos. O profissional de educação física deve estar preparado para trabalhar com diferentes públicos, porém em algumas situações precisamos encaminhar para outros profissionais como ortopedistas e fisioterapeutas, por exemplo”, orienta o profissional da área, João Batista da Fonseca Junior, conhecido como Juninho (CREF: 152306-G/SP).

De acordo com o entrevistado, um iniciante deve treinar de 2 a 3 vezes na semana (alternando os dias), já um indivíduo avançado pode treinar até 6 dias priorizando pelo menos um dia de descanso. “Devemos analisar o ambiente, verificar se há buracos, desníveis, ou qualquer outro fator que possa causar acidentes. Também não devemos nos esquecer de estar bem alimentados antes de realizar qualquer

tipo de exercício”, afirma Juninho.

Em casa devemos usar a criatividade, de preferência utilizar materiais pesados e compactos, como por exemplo, garrafas pet com areia, sacos de arroz, e até mesmo um botijão de gás vazio. Basta usar a imaginação.

Para o professor, os exercícios ao ar livre proporcionam uma sensação de liberdade, melhoram a autoestima, composição corporal, auxiliam no emagrecimento e na melhora do sistema cardiorrespiratório.

“O ser humano foi feito para se movimentar, e o movimento proporciona inúmeros benefícios, tanto para o corpo, quanto para a mente. Precisamos ver o exercício físico como um estilo de vida, e principalmente sermos influenciadores de movimento”, finaliza.

E você, já se exercitou hoje?



Sistema de Radiestesia para encontrar água

Elio Sonda

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

Elmec

Colágeno

Um aliado para a saúde e beleza

O colágeno é uma proteína sintetizada pelo nosso organismo, tendo como função manter as células dos tecidos unidas e fortalecê-las. É também responsável pela cicatrização e/ou regeneração em caso de corte ou procedimento cirúrgico. Ainda auxilia na hidratação do corpo e está ligado ao processo do envelhecimento humano.

Segundo a nutricionista Márcia Martins (CRN 49481), a partir dos 30 anos a produção de colágeno diminui e a sua carência começa a ser percebida, razão de ser importante repô-lo, não apenas por fatores estéticos, mas também pelo seu papel fundamental na locomoção e para o bom funcionamento das cartilagens. “Embora seja produzido naturalmente

pelo organismo, quanto mais o tempo passa, menor sua concentração, algo que se observa nas linhas de expressão e bem como na flacidez demonstrada em diversas partes do corpo humano”, explica a profissional.

Ainda há os alimentos proteicos, como carnes vermelhas e brancas, ovos, peixes, queijo tipo cottage, iogurte desnatado, frutas cítricas e vermelhas, castanhas, nozes, amêndoas, aveia e a soja, que ajudam a fornecer os aminoácidos essenciais para a constituição desse complexo proteico no organismo. “Contudo para aproveitar as proteínas disponíveis nesses alimentos, é essencial atentar-se para o modo de preparo, visto que isso pode fazer com que as substâncias essenciais se percam. Para evitar que isso aconteça, vale a pena cozinhar os alimentos no vapor por um pequeno período

e não armazená-los por muito tempo na geladeira”, orienta Márcia.

Tais alimentos devem ser incluídos em uma alimentação saudável, de forma que ocorra uma variação alimentar, para que o aporte nutricional seja alcançado. “Como o nosso metabolismo começa a desacelerar depois dos 30 anos de idade, o ideal é iniciar a suplementação com a proteína a partir desse ponto, além disso, pessoas que não a consomem em uma quantidade satisfatória no dia a dia, também precisam inseri-la como suplemento em sua dieta com objetivo de complementar. Hoje é possível encontrar uma variedade de produtos à base dessa proteína, como os suplementos com colágeno tipo II, hidrolisado, em pó e em cápsulas”, finaliza a profissional.

27



PERSONAL PHARMA

farmácia de manipulação
www.personalpharma.com.br

Ultra Colágeno Tipo II

- Possibilita a sustentação estrutural, principalmente para pessoas com sobrepeso, que necessitam ainda mais do cuidado das articulações;
- Dessensibiliza o sistema imunológico, prevenindo, assim, que ocorra o desgaste precoce das cartilagens;
- Bloqueia a inflamação ao combater as dores articulares, melhorando e facilitando, assim, a locomoção e a qualidade de vida.



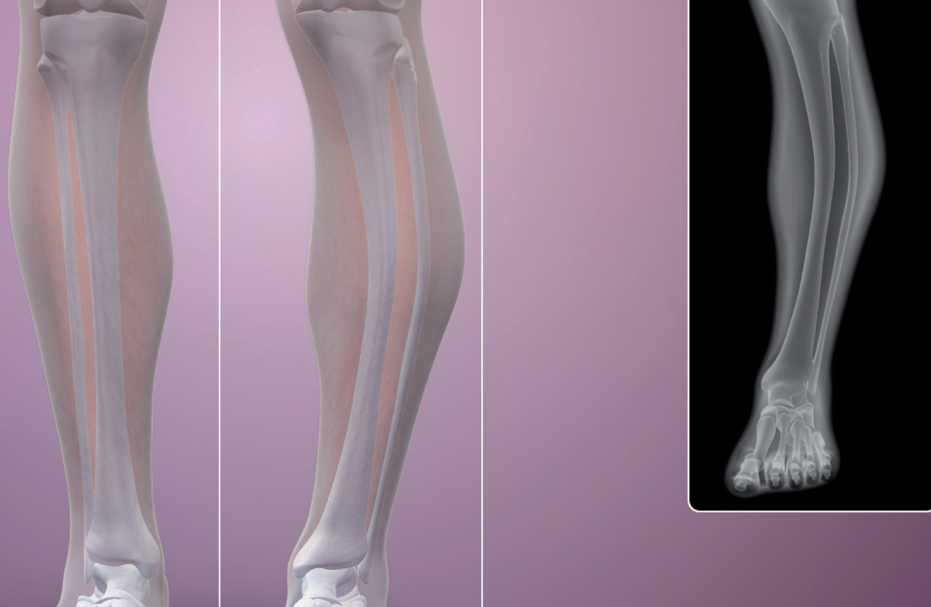
Faça-nos uma visita e comprove!!

Nunca use medicamentos sem orientação de um profissional.

Fale com seu médico ou farmacêutico.

Loja 1: Rua Capitão Lisboa, 663 - Centro - (15) 3251-2331/ 97403-4211
Loja 2: Av. São Carlos, 234 - Dr. Laurindo - (15) 3205-3100/ 99743-2331

f Personal Pharma Farmácia de Manipulação
@personal_pharma



Doença de Paget

Especialista fala sobre sintomas e tratamento desta alteração nos ossos

A Doença de Paget, também chamada de Osteíte Deformante, é uma alteração do processo de remodelação do esqueleto, que parece ser iniciada por um aumento na reabsorção óssea mediada pelos osteoclastos.

“O osso comprometido apresenta taxa de remodelação maior do que a requerida pelas forças mecânicas aplicada ao osso”, explica a ortopedista Bia Daniela Garcia (CRM 117605).

O problema é diagnosticado por raio-x e biópsia, compromete mais a coluna lombar e torácica, pelve, crânio, clavícula e escápula, frequentemente, somente um ou dois ossos são acometidos, podendo não apresentar sintomas, sendo somente deformidade óssea.

“Há mais susceptibilidade à fraturas patológicas, algumas vezes produzindo disfunções articulares sintomáticas, especialmente joelho ou quadril”,

afirma a especialista.

De acordo com a Dra. Bia, o tratamento consiste no alívio dos sintomas, mas não há, até o momento, estudos bem controlados de longo prazo que mostrem que algum medicamento possa prevenir a progressão da doença.

“Por isso, as principais indicações de tratamento são: antiinflamatórios não hormonais, preparação para cirurgia ortopédica necessária para alívio dos sintomas ou correção das deformidades e tratamento de fraturas eminentes, tentativa de tratamento dos sintomas da compressão de raízes nervosas, devido ao estresse de canal vertebral. Tentativa de prevenção de fraturas ou de deformidades esqueléticas, em pacientes jovens, com lesões osteolíticas rapidamente progressiva”, finaliza.

Com o tempo, os ossos afetados podem ficar frágeis e deformados. Por isso, é necessário acompanhamento médico e diagnóstico precoce.

**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**



Jiu-Jitsu

Esporte em forma de arte

O Jiu-Jitsu é uma arte. O esporte possui origens indiana e japonesa do século XVII, criado por monges budistas e aperfeiçoada e popularizada por samurais japoneses. Em nosso país, o Jiu-Jitsu se popularizou através de Carlos Gracie, mestre da modalidade, considerado o criador do sistema de arte marcial brasileira Brazilian Gracie Jiu-Jitsu (BJJ) e o precursor de todos os lutadores que tornaram a família Gracie mundialmente famosa.

Esse esporte pode ser praticado por crianças e adultos, homens ou mulheres, vestidos com um kimono, que lutam em um tatame, cujas medidas variam de 64 a 100 metros quadrados. O objetivo principal de cada um dos lutadores consiste na derrubada de seu oponente, bem como na imobilização.

Os estilos mais tradicionais do ensino do jiu-jitsu adotam o chamado método Menkyo para classificar as graduações dos lutadores. Esse método divide os alunos de acordo com seu desempenho, onde são usadas faixas para tal denominação nas seguintes cores: branca, cinza, amarela, laranja, verde, azul, roxa, marrom, preta, coral e vermelha.

O tatuiano Alexandre Galavoti, de 36 anos, é comerciante e praticante de Jiu-Jitsu. Ele se interessou pelo esporte ainda criança, quando assistia UFC. Após anos, e já na adolescência, matriculou-se em uma academia da cidade,

onde eram ministradas aulas de Jiu-Jitsu e defesa pessoal. “Pratiquei por quatro anos, onde me graduei faixa azul em 2003. Na fase adulta os compromissos me fizeram ficar afastado por 10 anos do tatame e, após esses longos anos, em 2013, fui convidado pelo professor Nonô a levar meu filho para participar do seu projeto social para crianças”, lembra o entrevistado.

Segundo Alexandre, que até hoje é praticante de Jiu-Jitsu, essa modalidade o aproximou do esporte, bem como ajudou seu filho. “Aproveito para falar do benefício que o Jiu-Jitsu traz para a criança praticante, pois incentiva o respeito pelo companheiro de treino, disciplina para com os mais velhos e mais graduados e o principal, é um esporte e também pode ser usado como defesa pessoal, pois uma criança graduada é capaz de se defender tranquilamente de um adulto leigo”, afirma.

Hoje em dia, o Jiu-Jitsu é uma arte que é praticada como *hobby*, defesa pessoal e também para competição. “Atualmente, os melhores lutadores de MMA (Artes Marciais Mistas) são praticantes de Jiu-Jitsu, pois a nossa arte é muito eficaz”, completa.

Alexandre, que é graduado na faixa marrom, faz parte da equipe Zenith, uma das maiores do mundo, tendo como seus líderes o Professor Rodrigo Cavaca e Roberth Drysdale. Em Tatuí, a Zenith está sob o comando do professor Brucutu (Nonô). “Sempre competi desde a faixa branca, sendo a minha primeira medalha ainda no juvenil, de campeonatos regionais a

internacionais. Graças a Deus consegui várias medalhas, sendo as mais importantes a de campeão pan-americano na faixa azul e segundo e terceiro lugar no Mundial de faixa roxa”, conta Alexandre.

Ele conta que tenta dividir o esporte com sua profissão de comerciante, marido, pai de dois filhos e 10 animais de estimação “Jiu-Jitsu é meu estilo de vida, tanto que hoje tenho uma conhecida garagem entre os praticantes do esporte de competição da cidade, onde nos reunimos para um treino toda segunda-feira. Lá não temos distinção por equipe, pois o importante é a amizade e um companheiro casca grossa para o treino”, finaliza.

E pra você que ficou interessado, as regras do Jiu-Jitsu são as seguintes: as lutas são fiscalizadas por um árbitro. A duração de cada luta depende de uma série de fatores, sendo os principais a faixa etária em que os lutadores se encontram e a faixa usada por eles.

Ao longo da luta, o participante pode ganhar ou perder pontos, de acordo com o que executar. As punições podem acarretar a perda de 1, 2, 3 ou 4 pontos, de acordo com sua gravidade. As vantagens são igualmente variáveis. Quanto aos movimentos, o participante pode ganhar 2 pontos por queda, raspagem e joelho na barriga; 3 pontos por passagem de guarda e 4 pontos por montada e pegada pelas costas.

O vencedor da luta é aquele que, ao final da partida, obtiver a maior soma final.



O MUNDO EM ANIMAÇÃO SUSPENSA

Novo coronavírus deixa as nações em compasso de espera

Provavelmente nunca, em toda a história, houve um momento em que todas as nações vissem uma mesma situação. A humanidade está, talvez pela primeira vez desde o surgimento do Homo Sapiens, enfrentando um inimigo comum. Invisível, silencioso e veloz como nenhum outro, o novo coronavírus parou o mundo!

Talvez porque a humanidade esteja vivendo um momento único de desenvolvimento tecnológico, o que tem proporcionado um nível inédito de conexão entre os povos, ainda que essa conexão seja virtual e, no mundo real, muitos estão a construir muros no lugar de pontes.

O avanço tecnológico nos proporcionou

encurtar distâncias, acessar informações em tempo real estar conectados com praticamente todo o planeta. Mas este progresso também se transformou e terreno fértil para as notícias falsas (fake News) e os boatos, que se multiplicam a uma velocidade impressionante.

O pânico e a desinformação são inimigos ainda piores do Covid-19. Especialistas afirmam que a situação mundial – inclusive no Brasil – ainda pode piorar e vai demorar para passar. Os jogos olímpicos do Japão, por exemplo, foram adiados para 2021. Estavam programados para julho deste ano. Esta é uma das poucas vezes que os jogos foram adiados na era moderna.

O ministro da saúde, Luiz Henrique Mandetta, já disse que a curva de transmissão deve crescer. Até as eleições de outubro

deste ano podem ser adiadas, conforme a pandemia se alastrar.

Mas nem tudo é má notícia. Muita gente acha que o mundo vai sair fortalecido deste enorme desafio. Uma nova sociedade, com conceitos novos, mais tolerância, mais empatia, mais amor e respeito com o próximo, com o estrangeiro, com a pessoa idosa, com aqueles esquecidos por parte da sociedade. Mais respeito com o Meio Ambiente e os animais. Tudo isso são questões que podem e devem ter maior relevância quando vencermos esta pandemia. Porque a única certeza neste momento, é que vamos vencer, como já vencemos outras epidemias no passado, entre elas a gripe espanhola. A questão é: como vamos sair? Como pessoas melhores ou piores? Pensem nisso!

CONECTE-SE COM A GENTE!

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

Cultura





Ruby Woo

Rock clássico e muito glamour

Estilo é a palavra que melhor define a Banda Ruby Woo. De cabelos com penteados clássicos, instrumentos musicais nas mãos e o imbatível batom vermelho nos lábios, Amanda Antunes (professora), Cassiana de Campos (publicitária), Rebeca Maciel (professora) e Winny França (auxiliar administrativo), criaram em fevereiro de 2018 um dos grupos musicais mais charmosos de Tatuí e região.

“O nome, Ruby Woo, é inspirado em um batom vermelho icônico que todas amamos. E em nosso repertório temos o bom e velho *rock and roll* dos anos 50, 60 e 70 na sua forma mais clássica, indo de Elvis Presley à Creedence, passando por Beatles, Johnny Cash e nossa querida Jovem Guarda, até ritmos mais modernos porém em versões que visam acender a

lembrança dos Anos Dourados com a energia do Rockabilly”, conta Winny.

Quem já presenciou uma apresentação das meninas, notou que, além de muita elegância, elas também estão sempre vestidas a caráter. “É impossível desvincular o Rockabilly da imagem das *pin ups*, portanto, vestir-se “à caráter” na verdade só faz parte da essência do estilo de música que tocamos. É mais uma marca do estilo que da banda em si, mas nós amamos nos arrumar para as apresentações”, afirma a entrevistada.

Com uma carreira ainda jovem, elas já se apresentaram em cidades como Tatuí, Laranjal Paulista e Sorocaba.

Pra quem não sabe, além das profissões citadas acima e que cada uma segue, Amanda faz aulas particulares de canto e está aprendendo a tocar guitarra com a própria Rebeca. Cas-

siana fez aulas particulares para tocar bateria, Rebeca fez aulas no Conservatório de Tatuí e aulas particulares. Já a Winny aprendeu e ainda aprende sozinha a tocar baixo.

“Apesar dos nossos maridos/namorados serem vocalista, baterista e guitarrista da banda Live By Night, e acompanharmos eles tocando, sempre tivemos vontade de ter a nossa própria banda pra tocar Rockabilly. Já sabíamos o que cada uma ia fazer, já tínhamos ideia de repertório, até mesmo o nome, mas era sempre uma idealização. Até que um dia a Winny disse “comprei um baixo!” e a partir disso a banda começou a tomar forma. No entanto, foi com a entrada da Cassiana que realmente nos estabilizamos”, contam as integrantes da banda.

Nós, da Revista Hadar, desejamos muito sucesso e *rock* pra vocês!



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

Josianni Alciati

De Itapetininga para o mundo



No grande palco da vida, quantos personagens uma pessoa pode viver ao longo de sua jornada? No caso da itapetiningana Josianni Alciati, de 57 anos, a resposta é: muitos personagens.

Filha que cuidou dos pais quando eles mais precisaram, irmã que sente até hoje a falta dos irmãos já falecidos, esposa, mãe, artista, artesã, apresentadora e, mais recentemente, avó apaixonada pelo neto. Estes são apenas os papéis vividos por ela na vida.

Nos palcos, sua grande paixão, já participou de novelas, minisséries e outros projetos da mais importante emissora do país. Também já participou de três apresentações da Paixão de Cristo, interpretando papéis bem diferentes em cada montagem, como Maria, mãe de Jesus, e a esposa de Pôncio Pilatos, Claudia. Um feito considerável se levarmos em conta que somente depois de 2013 realizou o sonho de ser atriz profissional, com registro e tudo. Foi a concretização de um sonho acalentado há mais de 50 anos, mas adiado, como já dissemos, porque ela tinha outros papéis a desempenhar na vida. Nesta reportagem especial, Josianni conta quase tudo para a Revista Hadar. Como todo bom filme, deixamos algumas surpresas para os próximos capítulos! Será que ela vai estar em breve nas telonas?

Quem é Josianni? “Nasci em 3 de fevereiro de 1963, filha de José Aparecido Ribas (mais conhecido como Zé Barulho) e Dilma Aparecida Alciati Ribas, tinha dois irmãos, Giovanni e Josedil (ambos já falecidos). Com cinco anos de idade já atuava em frente ao espelho. Sempre sonhei em ser atriz. Era a coisa que mais queria na vida, mas como vinha de uma família muito religiosa, na época, tudo que fazia era pecado. Imagina ser atriz! A visão de atriz que se tinha na época. Era uma coisa que jamais eu poderia sonhar em ser, mas, mesmo assim, eu continuei sonhando. Ninguém conseguiu matar ou tirar esse sonho de mim. Como não podia sair pra fora estudar, aos 17 conheci meu ex-marido

(João Theodoro Machado Júnior) e me casei (está divorciada há 15 anos), aos 19 anos fui mãe da Priscila Ribas Machado e, em 1985, da Verônica Ribas Machado”, conta Josianni.

Por 20 anos, ela foi apresentadora de programas em emissoras locais, como a SP Sul TV (comunitária), a TVI e a TV Verde. Fez rádio e jornais como a Folha de Itapetininga e a Gazeta, com o tempo passou a cuidar mais dos pais, que já estavam em idade avançada.

O pai, Zé Barulho, foi o primeiro a falecer. Após a morte da mãe, Dilma, em 2013, Josianni decidiu realizar o sonho de ser atriz, incentivada pelas filhas. Antes de ir para o Rio de Janeiro, morou seis meses em São Gabriel da Cachoeira (AM), acompanhada da filha, Priscila, mantendo contato com tribos indígenas, como os yanomami.

Depois deste período sabático, ela foi para o Rio, onde ficou três anos e fez vários cursos: cinema, teatro e TV. Ela conseguiu o registro profissional de atriz (DRT). “Hoje realmente sou atriz profissional”, conta Josianni, sem esconder sua felicidade.

Em Itapetininga, para onde voltou para ficar com as filhas, participou de três montagens da Paixão de Cristo, além de outras montagens com o diretor Paulo Carriel. “É difícil viver de arte e cultura aqui. As pessoas deviam investir e valorizar mais esta área”, observa Josianni.

Arte e Cultura no sangue

Josianni ressalta que sempre foi uma pessoa envolvida com a cultura e a arte. “O mais engraçado é que só fui descobrir porque gosto tanto de arte e cultura depois de adulta, pois eu venho de uma família circense. Meu avô tinha primos que possuíam um circo: o circo Irmãos Alciati. Então você percebe que isto está no sangue, não tem como fugir, não é?”

Metas

“Minhas metas para esse ano são: emagrecer, pela minha saúde mesmo, pois parei de fumar, e continuar atuando. Tenho sonhos ainda de

fazer uma participação especial em uma novela ou em um filme ou teatro. Isso para mim vai ser muito importante, de muita riqueza. Então meus sonhos de atuar ainda não morreram e eu vou atrás de tudo isso”.

Josianni afirma que se sente realizada. “eu acredito que realizei sim meus sonhos, porque para mim é uma coisa muito grande (ser atriz) e eu senti de verdade, na alma, que isso ia acontecer. E aí veio o Olavo, meu neto, que é uma paixão muito grande. Ele é um pouco do meu pai, da minha mãe, do Giovanni, do Josedil. Ele é tudo (para mim) um menino maravilhoso, assim como as minhas filhas. Eu estava distante, no Rio de Janeiro, e resolvi voltar (para ficar perto da família)”. Mas ela garante que, se precisar voltar ao Rio para atuar, voltará sem problema nenhum.

Indo atrás dos sonhos

Ela lembra que, apesar das dificuldades e críticas, foi atrás dos seus sonhos. “Fui mesmo! Fui com tudo! Tinha uma pessoa aqui na cidade que ficava tirando sarrinho, dizendo que era difícil e eu não ia conseguir. Sabe aquele negativismo? Pois olha, em uma semana fui para o Rio e já estava dentro do Projac e fiz uma atuação na novela Sete Vidas, depois Zorra Total e figuração em Os Trapalhões”.

Escolhas

“Se pudesse voltar no tempo eu faria algumas coisas diferentes, como por exemplo, lutar mais para poder conquistar meu espaço e aproveitar minha juventude para ser atriz. O resto faria tudo igual, como ter casado e ter minhas filhas e meu neto. Minhas filhas hoje são minhas companheiras. Eu perdi meus pais e meus irmãos, se não fosse minhas filhas estaria praticamente sozinha no mundo”, afirma Josianni, acrescentando que “minha vida se resume na minha arte, minhas filhas e neto (Olavo, de quatro anos). Ainda sou sonhadora e confio e acredito muito nas pessoas, não guardo mágoa! Sou atriz, artesã, mãe e avó”.

Pequenos Notáveis



O Pequeno Notável deste mês é o lindo garoto, Bryan Alejandro Alves Vieira, ele mora na cidade de Quadra. E neste mês, em especial no dia 21, ele completa 8 anos de idade, está cursando o 4º ano do ensino fundamental I, na escola EMEF João Inácio Soares. Segundo a sua mãe, ele é muito estudioso e amoroso, além de estudar, gosta muito de desenhar, jogar Minecraft, pratica futsal e judô nos projetos da Diretoria de Cultura, na cidade de Quadra. Quer ser químico quando crescer. Ele vive em um mundo de imaginação (diz que encontrou uma fórmula para a mãe ser imortal). Ele

sonha em salvar as pessoas, principalmente as que têm câncer. Quando crescer e se tornar um profissional, ele vai fazer isso, segundo o relato da sua mãe. Ela ainda nos contou que ele gosta muito de matemática e de invenções, na pequena cidade onde mora, é conhecido como japinha. Seu ídolo, sua maior inspiração é Albert Einstein.

Parabéns, Bryan, que Deus continue te iluminando, realizando os seus sonhos e fazendo de você um ser humano cada dia melhor... Nós, da Revista Hadar, lhe desejamos muito sucesso em sua vida!



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

tranquilamente de um país para outro.

Já uma epidemia ocorre numa comunidade ou região e pode se espalhar rapidamente entre as pessoas de outras regiões, originando um surto epidêmico. Isso poderá ocorrer por causa de um grande desequilíbrio (mutação) do agente transmissor da doença ou pelo surgimento de um novo agente (desconhecido).

A gripe aviária, por exemplo, é uma doença que se iniciou como surto epidêmico. Assim, a ocorrência de um único caso de uma doença transmissível (ex.: poliomielite) ou o primeiro caso de uma doença até então desconhecida na área (ex.: gripe do frango) requerem medidas de avaliação e uma investigação completa, pois, representam um perigo de originarem uma epidemia.

Com o tempo e um ambiente estável a ocorrência de doença passa de epidêmica para endêmica e depois para esporádica.

E uma endemia? Ocorre quando uma doença que se manifesta apenas numa determinada região ou local, não atingindo nem se espalhando para outras comunidades.

Enquanto a epidemia se espalha por outras localidades, a endemia tem duração contínua, porém, restrito a uma determinada área.

No Brasil, existem áreas endêmicas. A título de exemplo, pode ser citada a febre amarela comum na Amazônia. No período de infestação da doença, as pessoas que viajam para tal região precisam ser vacinadas. A dengue é outro exemplo de endemia, pois são registrados focos da doença em um espaço limitado, ou seja, ela não se espalha por toda uma região, ocorre apenas onde há incidência do mosquito transmissor da doença, o *Aedes aegypti*.

Por isso, é muito importante saber distinguir as palavras, pois quando ela é usada de modo errônea, pode surgir um estado de histeria geral. Diante de situações de crise em saúde, principalmente quando o alcance é mundial, há que se ter atenção na maneira de tratar e nomear o problema.

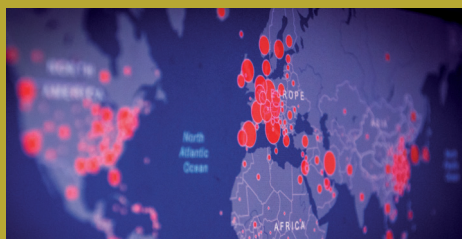
fecções. Ter o vírus HIV no organismo, no entanto, não é a mesma coisa que ter AIDS, uma vez que o soropositivo pode passar vários anos sem manifestar a doença.

Além da AIDS, podemos citar a pandemia de gripe Suína, causada pelo vírus H1N1, observada em 2009, e que vem matando pessoas até os dias de hoje. Essa doença apresenta sintomas bem semelhantes aos da gripe comum, entretanto, com maiores chances de agravamento do quadro. Entre os sinais de agravamento conhecidos, podemos citar a falta de ar, tontura, fraqueza e confusão mental.

Cada doença comporta-se de uma maneira específica, disseminando-se de diferentes formas. Algumas não conseguem espalhar-se por grandes regiões, ficando restritas a algumas populações. Outras, no entanto, podem atingir o país inteiro e até mesmo outros continentes. Conhecer como uma doença comporta-se é essencial para compreender o que é uma pandemia e como ela acontece.

Os riscos de pandemia, atualmente, são maiores porque as pessoas possuem uma maior capacidade de deslocamento. Hoje é muito comum a movimentação de pessoas entre os países, o que pode ajudar a levar agentes patogênicos de uma área para outra.

Apesar dos alertas em casos em que se observa uma doença avançando de maneira perigosa sobre a população, é possível que pessoas doentes passem despercebidas por aeroportos e rodoviárias. Isso acontece porque nenhuma doença apresenta sintomas imediatos e, por isso, uma pessoa sem sintomas, mas contaminada, pode passar



Você sabia?

Endemia X Epidemia X Pandemia

Entenda a diferença entre elas

Atualmente, muito se ouve falar em pandemia, mas você sabe qual é o verdadeiro significado dessa palavra, caro leitor?

Uma pandemia ocorre quando uma doença dissemina-se por uma grande extensão territorial, atinge uma grande área geográfica, que a doença não está restrita a apenas uma região ou povo, ela atravessa fronteiras e atinge mais de um país.

Uma das maiores pandemias da atualidade é o coronavírus, causada pelo Covid-19, que infelizmente estamos vivendo neste momento, mas não devemos nos esquecer da AIDS, uma doença sexualmente transmissível causada pelo vírus HIV. Esse vírus ataca algumas células do nosso sistema imunológico, deixando-nos mais propensos a in-

CURIOSIDADES



20 de abril: Dia do Disco

A importância da música para a cultura e entretenimento do povo

A música é uma forma de arte que encanta a espécie humana há muito tempo. É usada desde a antiguidade para celebrações, matrimônios e invocação dos deuses...

Apesar de ser retrô e ter caído em desuso com o surgimento de novas tecnologias, o disco representa um importante avanço para a nossa cultura e na história das mídias.

O primeiro disco de vinil surgiu em 1948, tendo como objetivo substituir os discos de goma-laca, que fez grande sucesso na primeira metade do século XX. Ao contrário do seu ante-

cedente, o vinil era leve, resistente a quedas, fácil de manusear e com tecnologia mais avançada para a reprodução musical.

Também chamado de Long Play (LP), o disco de vinil foi difundido no início da década de 50 para proporcionar a reprodução musical. As informações registradas no disco só podiam ser lidas e transformadas em conteúdos sonoros através de um aparelho específico, que recebeu o nome de 'toca disco'. Feito de plástico e com marcações na forma de espirais, o disco de vinil procurou adaptar a sua estrutura ao sistema de reprodução, facilitando assim o deslizamento da agulha que compõe o 'toca disco'. A gravação da peça era feita de forma analógica para transformar as vibrações da agulha em músicas. No entanto, o vinil é feito de um plástico muito sensível e o seu conteúdo pode ser prejudicado por causa de riscos ou poeira.

Mas a música popular, essa que a gente conhece e escuta no rádio até os dias de hoje, surgiu na década de 70, com o formato de disco vinil.

Para a garotada que adora curtir música por aí no MP3, iPod, Spotify... ou mesmo em CD, pode se assustar ao conhecer os antigos discos. Mas quem acha que aquele disquinho que parece um CD preto enorme não tem nada a ver com o Miley Cyrus, Lady Gaga, Gustavo Lima... Está muito enganado.

O vinil era o MP3, CD... de antigamente, e permitiu que o vovô e a vovó curtissem um som juntos. As mídias que ouvimos hoje são evolu-

ções daquele objeto de antigamente.

Para mostrar a importância que ele teve para a música no Brasil que, no dia 20 de abril, é comemorado o Dia do Disco. Apesar da maioria das pessoas não usar mais vinil e outras nem conhecerem, têm muitos fãs dele por aí.

Hoje em dia é possível encontrar à venda discos antigos famosos, para a alegria dos colecionadores de vinil. Compradas e trocadas, as peças fazem sucesso entre as pessoas que gostam de objetos de outras épocas e são apaixonadas por música.

Quem costuma usar bastante esses produtos, por exemplo, são os DJs, para tocar em festas e animar a galera! Embora para muitos seja um artigo obsoleto, continua a ser um formato de áudio bem utilizado por eles, pela sua qualidade de som ser muito alta.

Em dezembro de 2017, os DJs Wash e Mak, lançaram o manifesto "Resistência Analógica". É um chamado para que o vinil volte a ser a estrela da noite de Brasília", diz Washington Coelho, o DJ Wash.

O Movimento da Resistência Analógica teve seu início oficial em dezembro, pra ser mais específica no dia 23/12 durante o Black Coffee em Brasília.

O Black Coffee aconteceu no Café Clandestino, nos fundos da comercial da 413 Norte, em frente ao Parque Olhos D'Água. Nas turntables, muito jazz, soul, funk, hip-hop, breakbeat, ska, rocksteady, reggae, dub, dancehall, afrobeat e possíveis cruzamentos entre todos eles.

"Luto contra a banalização da cultura DJ", comen-

ta Márcio Comas, o Mak. "De posse de uma controladora qualquer, muitos entram no mercado com pouco ou nenhum conhecimento do assunto. Além disso, a pirataria via torrent contribui para a existência de uma profusão de arquivos com reprodução de baixíssima qualidade sonora que, na ausência de critério, acabam indo para os sistemas de som de lounges, cafés e pistas de dança", completa.

João Marcondes, do sebo virtual Marcondes & Co, vê no vinil a volta da experiência emocional e afetiva com a música. "Hoje, o sujeito pode ter um milhão de faixas no Spotify, mas isso não o satisfaz, o cara fica perdido em um vazio. Por outro lado, já vi gente chorar nas minhas bancas de discos por encontrar capas enterradas na nostalgia da infância", comenta ele, que também integra o Resistência Analógica.

Wash engrossa o coro: "O legal do vinil é caçar, procurar o que se deseja. Receber um disco em casa um tempão depois de encomendar. É algo que envolve emoção".

Para Rodrigo Balduino, dono do Clandestino Café e Música — que além da Black Coffee, promove tardes e noites de forró e jazz —, é fácil estabelecer a diferença. "Vinil é menos quantidade e muito mais qualidade", conclui.

"Eu toco apenas vinil, pela simples razão de: não quero somente ficar apertando botões", a frase é do DJ internacional Fatboy Slim.

<https://bileskydiscos.com.br>



Ora-pro-nóbis

Uma planta consagrada por seus atributos nutricionais e culinários

Você já ouviu falar sobre essa planta, caro leitor? Pereskia aculeata, popularmente conhecida como ora-pro-nóbis (do latim ora pro nobis: 'ora por nós'), é uma cactácea trepadeira folhosa. É uma planta muito usada em cercas vivas, mas suas folhas e frutos, que são bagas amarelas e redondas, também servem como alimento. Além disso, a planta é também empregada para a produção de mel.

Originária do continente americano, onde tem ampla distribuição - desde o sul dos Estados Unidos até a Argentina, passando pelas ilhas do Caribe, a planta perene, rústica e resistente à seca, é a única espécie do gênero Pereskia que tem hábito de liana. No Brasil, nascem em florestas perenifólias, nos estados de Maranhão, Ceará, Pernambuco, Alagoas, Sergipe, Bahia, Minas Gerais, Espírito Santo e Rio de Janeiro.

Antigamente, no estado de Minas Gerais, em tempos de colônia, o ora-pro-nóbis frequentava as mesas, especialmente das chamadas cidades históricas que foram povoadas no ciclo do ouro. Nos últimos anos, sua fama se esparramou, inclusive pelos benefícios para a saúde.

Estudos confirmam sua riqueza nutricional. A espécie oferece minerais como manganês, magnésio,

ferro, cálcio, além de vitamina C (4 vezes mais que a laranja), por isso, reforça o sistema imunológico.

Também contém um alto teor de fibras, que contribui para o bom funcionamento intestinal e digestivo, promove saciedade, auxiliando no emagrecimento. Evita prisão de ventre, formação de pólipos, hemorroidas e tumores no intestino, diminui o nível do colesterol ruim, trata furúnculos, sífilis e diabetes.

As folhas da planta têm efeito depurativo (limpa o organismo). Por ser muito rica em ferro é indicada para o tratamento de anemias. Esse vegetal também é fonte de ácido fólico, nutriente essencial na dieta das gestantes para a saúde dos fetos.

A planta também é rica em vitamina A (retinol), por isso combate os radicais livres, previne o envelhecimento celular precoce, melhora a visão e contribui para a saúde da pele, olhos e cabelo. É utilizada para aliviar processos inflamatórios e na recuperação da pele queimada.

Essa planta tem muita proteína (por volta de 25% de sua composição), o espinafre pra fazer uma comparação só tem 2,2%, e, por isso, é um ótimo alimento substitutivo para a carne, sendo uma ótima opção alimentar para quem é adepto do veganismo ou vegetarianismo.

Devido à alta quantidade de cálcio, a ingestão desta planta fortalece ossos e dentes e melhora a contração muscular e transmissão dos impulsos nervosos.

Um arranjo protetor da imunidade. Estudos ainda revelam uma grande quantidade de compostos fenólicos que regulam as artérias.

Até as suas flores são comestíveis e colaboram na finalização de pratos. Além disso, atraem abelhas e se fazem essenciais para a produção de mel.

Os seus frutos de coloração alaranjada denunciam a presença de betacaroteno, substância aclamada pela ação antioxidante. Além de ser matéria-prima para: geleias, sucos, licores, compotas... Já seu broto é cheio de fibras, o talinho, que muitos chamam de ponteira, é a parte jovem do

ora-pro-nóbis e lembra o aspargo, ele é crocante e costuma ser degustado cru.

Sem contar que é um delicioso convite para testar e conhecer receitas. O gosto neutro da planta confere versatilidade culinária e garante sua presença em pratos diversos, desde saladas até refogados, passando por sopas, molhos, doces e farofas, o ora-pró-nóbis percorre a cozinha de acordo com a criatividade do mestre-cozido — cabe ressaltar que combina com todos os tipos de ervas e temperos.

Das folhas suculentas destaca-se um tipo de mucilagem, substância que, além de dar aquela força ao funcionamento do intestino, atua na consistência das preparações culinárias. Por isso, anda despertando o interesse da indústria alimentícia. Trata-se de um dos agentes por trás da viscosidade que surge quando o vegetal vai ao fogo, engrossando cozidos e ensopados.

Para quem não gosta da textura "quiabenta" da planta, para atenuar essa baba, basta acrescentar gotas de limão, fica uma delícia.

Outra estratégia é manter a folha inteira, sem picar. E pode mandar para a panela sem medo de acabar com suas benesses.

Se você ainda não provou o ora-pro-nóbis, saiba que está perdendo uma experiência celestial.

MINUTO DE REFLEXÃO

Não espere por uma crise para descobrir o que é importante em sua vida.

Platão

MINUTO DE SABEDORIA

O ignorante afirma, o sábio duvida, o sensato reflete.

Aristóteles

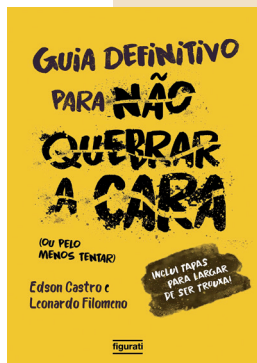


O VERÃO TARDIO

AUTOR: Luiz Ruffato

EDITORA: Companhia das Letras

Este livro é o sexto romance escrito pelo autor Luiz Ruffato. Trata-se de uma história de inadequação. Depois de mais de vinte anos, Oséias, um homem abandonado por mulher e filho, decide regressar a sua cidade-natal, Cataguases, em Minas Gerais. Durante dias, foram seguidos seus passos, suas andanças, visitas a familiares, encontros com velhos personagens locais. A sombra do suicídio de uma de suas irmãs, Lígia, e a comunicação falha com praticamente todos a sua volta acompanham suas tentativas de reatar os fios do passado. O Verão Tardio propõe uma reflexão sobre uma sociedade em que as classes sociais romperam completamente o diálogo e, como afirma um de seus personagens, se tornaram “planetas errantes” prontos para entrarem em rota de colisão e se destruírem.

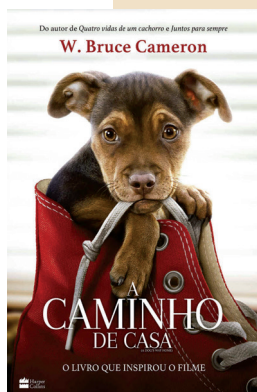


GUIA DEFINITIVO PARA NÃO QUEBRAR A CARA: (OU PELO MENOS TENTAR)

AUTOR: Edson Castro

EDITORA: Figurati

O livro dos fundadores do “Manual do homem moderno”. Os melhores conselhos nem sempre vêm em palavras gentis e tapinhas de boa sorte nas costas. Às vezes, o que a gente realmente precisa é de um bom tapa na cara para acordar para a vida. E o propósito deste livro é esse. Não agredir as pessoas gratuitamente, mas sim levantar sua atenção para algumas boas lições da vida que você talvez tenha ignorado. Ou até mesmo tenha ouvido, mas deixou passar porque se distraiu com a música do momento ou um novo vídeo no YouTube. Este livro é um convite a prestar atenção novamente a estes bons conselhos. A sentar e refletir sobre alguma coisa que você fez – ou pode fazer – e que poderiam ser facilmente evitadas. E quem sabe assim você não consegue evitar futuros problemas e viver uma vida mais leve?



A CAMINHO DE CASA

AUTOR: W. Bruce Cameron

EDITORA: Harper Collins

Bella, uma linda cadelinha vira-lata, adotou Lucas, e ele não teve outra opção senão adotá-la também. A alegria da cachorra cativou o jovem e os tornou inseparáveis, como acontece nas melhores amizades. Porém, muitos empecilhos na vida do rapaz impedem que ele mantenha a cachorra consigo, e Lucas é forçado a arrumar um lar temporário em outra cidade para Bella. Mas nenhuma distância e nenhum perigo poderiam separar esses dois, e ela cruzará montanhas e florestas em sua busca pelo caminho de casa. Com uma história de derreter o coração sobre lealdade e apreço, A Caminho de Casa é um livro emocionante sobre os laços mais profundos que temos com nossos melhores amigos peludos. Assim como em Quatro vidas de um cachorro, A Caminho de Casa mostra a infinitude do amor de um cão e como esses animais podem atravessar todas as barreiras apenas para ficar com os seus humanos.



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



Frozen 2

Por que Elsa nasceu com poderes mágicos? A resposta está chamando-a e ameaçando seu reino. Três anos depois dos eventos do primeiro filme, a rainha Elsa, sua irmã Anna, Kristoff e Olaf e a rena Sven embarcam em uma nova jornada nas profundezas da floresta, as duas garotas descobrem uma história do pai, quando ainda era príncipe de Arendelle. Ele conta às meninas a história de uma visita à floresta dos elementos, onde um acontecimento inesperado teria provocado a separação dos habitantes da cidade com os quatro elementos fundamentais: ar, fogo, terra e água. Esta revelação ajudará Elsa a compreender a origem de seus poderes. Elsa temia que seus poderes fossem demais para o mundo. O que antes era a busca por respostas sobre si, agora se transforma em uma jornada para encontrar o seu próprio lugar. Em "Frozen 2", ela deve torcer para que sejam o bastante para proteger todos.



Ford vs Ferrari

Durante a década de 1960, a Ford resolve entrar no ramo das corridas automobilísticas de forma que a empresa ganhe o prestígio e o glamour da concorrente Ferrari, campeoníssima em várias corridas. Para tanto, contrata o ex-piloto Carroll Shelby (Matt Damon) para chefiar a empreitada. Por mais que tenha carta branca para montar sua equipe, incluindo o piloto e engenheiro Ken Miles (Christian Bale), Shelby enfrenta problemas com a diretoria da Ford, especialmente pela mentalidade mais voltada para os negócios e a imagem da empresa do que propriamente em relação ao aspecto esportivo. Ford vs Ferrari é o representante dos filmes de esporte no Oscar 2020. Baseado em fatos, o longa acompanha o momento em que a Ford decidiu se reinventar como uma marca ligada à velocidade e para isso decide montar um carro capaz de vencer a tradicional corrida das 24 horas de Le Mans.



O Farol

Início do século XX. Thomas Wake (Willem Dafoe), responsável pelo farol de uma ilha isolada, contrata o jovem Ephraim Winslow (Robert Pattinson) para substituir o ajudante anterior e colaborar nas tarefas diárias. No entanto, o acesso ao farol é mantido fechado ao novato, que se torna cada vez mais curioso com este espaço privado. Enquanto os dois homens se conhecem e se provocam, o conflito se agrava ainda mais quando um passa a esconder segredos do outro, Ephraim fica obcecado em descobrir o que acontece naquele espaço fechado, ao mesmo tempo em que fenômenos estranhos começam a acontecer ao seu redor. Essa presença assombra a estadia na ilha, e se manifesta principalmente através de sonhos de Winslow. Eggers, por sua vez, retrata essa força do mal através da inserção de planos inusitados de figuras misteriosas, restos de cadáveres ou até referências artísticas.

37



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



Foi-se a noite, desponta a linda aurora!
Seus clarões acordam a natureza,
E os pássaros gorjeiam nessa hora.
Roça a brisa sonora com leveza...

O sol derrete o orvalho, campo afora,
E a bruma desvanece com tristeza.
Resplandece em teu olhar paz, doçura,
Teu sorriso reluz tanta beleza!

O dia abre o amplo manto iluminado!
Meu coração explode alegria,
Dentro do peito bate acelerado.

Teu carinho, teu afeto põe-me louca,
Teu amor é ventura... me alumia...
Quero teu doce beijo em minha boca!

*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*

SONETO DO AMOR INFINITO



Gog e Magog

O Sol amanheceu pegando fogo,
Sem rumo, num Universo alcantilado...
Co' a Lua congelando — d'outro lado,
Os báratros cruéis, virando o jogo!...

E as almas se inclinavam a Gog, em rogos,
Co' uma legião de anjos camuflados,
Ao lado das nações do Príncipe alado...
Na inglória de Magog — escrito a Diogo!

E uma imensidão de estólidos, errantes:
Diziam que os nefastos não mentiam,
E que jamais — no amor — eram enervantes!

Nesse íterim, as estrelas convergiam
Pr'uma escuridão d'uns mares inquietantes,
Onde outros nobres astros se extinguíram...!

universo

Teen





Tendências da moda em 2020

Não só os adultos, mas crianças e adolescentes estão cada vez mais conectados na moda e querem se vestir de maneira diferenciada, sem abrir mão do conforto e da elegância. Nada de roupas “caretas”.

E conforto, aliado a tecidos orgânicos (sustentáveis), é a palavra de ordem para se enfrentar as mudanças climáticas, com temperaturas cada vez mais extremas.

A moda infantil 2020 é a maior prova de que as roupas para crianças deixaram de ser chatas e monótonas. Os designers de moda estão cada vez mais se especializando neste setor e criando coleções inteiramente infantis. As performances da moda em 2019 são a prova de que as roupas infantis estão se tornando cada vez mais elegantes.

Muitas grifes perceberam que os pais querem que seus filhos vistam não apenas de modo confortável, mas também elegante, de acordo com as tendências da moda. A onda levou diversos lojistas a se especializarem em “roupas tal mãe, tal filha”, impulsionando as vendas no varejo de vestuário. Portanto, a tendência é que a moda infantil 2020 chegue cheia de novidades.

De acordo com a FIESP, até 2021, a estimativa é de crescimento acumulado de 13% do mercado de moda no Brasil, o que pode levar a

recorde de produção, de 6,68 bilhões de peças.

Roupas formam o senso de gosto da criança e contribuem para o seu desenvolvimento estético. Portanto, além de muito fofas, as tendências em moda infantil funcionam como uma bússola para você escolher as roupas para seus filhos.

Cores

Assim como acontece na moda adulta, o colorido e o estilo esportivo estão em alta na moda infantil para 2020! As cores primárias, como vermelho ou azul, foram adotadas por marcas que costumavam seguir a gama mais escura de cores. Outra tendência que, ao que parece, veio para ficar são as cores pré-lavadas em tons rosa ou pastéis.

Tecidos

Haverá muito *terry*, algodão natural e linho. O aspecto orgânico está crescendo. As marcas que estão ajudando a salvar o planeta procuram soluções e os melhores métodos de produção!

Estampas

Estampas florais estarão presentes não só em roupas de verão, mas também em jaquetas, casacos, chapéus, calças quentes e saias da moda infantil 2020. Estampas de flores grandes desabrochando, botões simples ou plan-

Crianças e adolescentes podem se vestir com conforto e elegância

tas, é nova tendência em roupas de crianças para o este ano.

Logomania

Monograma grande, desenho colorido ou slogan de marcas famosas irão adornar as roupas de crianças na moda infantil 2020. Você verá logotipos de bebidas, artigos esportivos, carros e personagens de cinema em roupas infantis. A Dolce & Gabbana, a Gucci e a Monalisa apostam em roupas infantis com vários designs de logotipo.

Franjas

É uma tendência que vem desde o inverno passado e deve permanecer ainda este ano.

Militarismo

O tema militar e tudo relacionado estará presente na moda infantil 2020. Peças, como hoodies, jaquetas, macacões, vestidos de verão, calças e *shorts*, em tons de camuflagem darão um toque de elegância na criançada.

Casual

Roupas casuais são muito confortáveis, convenientes e práticas. O estilo casual fica fofo em crianças, e, em 2020 a tendência é deixar o *look* infantil mais leve sem tirar a elegância.

Fonte: site Beleza e Moda



Consumo de álcool entre jovens aumenta no mundo

Jovens de todo o mundo estão bebendo cada vez mais cedo e em maior quantidade. Esta é uma situação que autoridades e profissionais de saúde por todo o planeta enfrentam.

Segundo o Centro de Informações Sobre Saúde e Álcool (CISA), uma organização civil de interesse público, “o uso de bebidas alcoólicas por jovens é tema que desperta grande preocupação entre profissionais da saúde. Diversos fatores influenciam este comportamento: mudanças físicas, sociais e psicológicas da puberdade, traços de personalidade e fatores hereditários. Além de prejudicar o desenvolvimento do sistema nervoso, o consumo precoce de álcool aumenta a possibilidade de consequências negativas, como queda no rendimento escolar, gravidez precoce e indesejada, violência e acidentes”.

Ainda de acordo com o CISA, “quanto mais cedo ocorre o primeiro contato com essa substância, maiores os riscos de problemas. Estudos apontam que a experimentação antes dos 15 anos aumenta em 4 vezes o risco de desenvolver dependência. Apesar dessa informação alarmante, em muitos países americanos e europeus, a maior parte dos jovens faz uso dessa substância antes dos 15 anos. No mundo, 26,5% dos jovens de 15 a 19 anos beberam no ano de 2018 (últimos dados disponíveis, segundo a Organização Mundial da Saúde), correspondendo a cerca de 155 milhões de pessoas (OMS, 2018). As taxas de consumo atual mais altas nessa faixa etária foram observadas na região Europeia da OMS (43,8%), seguida das Américas (38,2%)”.

Beber pesado

O BPE (Beber Pesado Episódico) consiste no consumo de grande quantidade de álcool em um curto espaço de tempo, sendo mais comum entre os jovens e associado a riscos como: acidentes e violência. Dados de relatórios da OMS indicam um aumento do BPE no Brasil, de 12,7% para 19,4%, de 2010 para 2016, em contraste à diminuição no mundo (de 20,5% para 18,2%, no mesmo período). Globalmente, nota-se uma tendência à queda nos episódios de BPE entre 2000 a 2016 para os jovens como um todo (exceto no Sul e Leste Asiático e Oeste do Pacífico).

Brasil

No Brasil, de acordo com o CISA, “estimativas apontam que 26,8% dos jovens com idades entre 15 e 19 anos relataram consumo de álcool em 2018, semelhante ao índice mundial de 26,5% (OMS, 2018a). Dados da última edição da Pesquisa nacional de Saúde do Escolar (PenSE), de 2015, mostraram que a idade média do primeiro episódio de consumo de álcool é de 12,5 anos (MALTA et al., 2018). A pesquisa também apontou que 55,5% dos escolares do 9º ano do ensino fundamental (de 13 a 15 anos) reportaram experimentação, sendo mais comum entre os alunos de escolas públicas (56,2%) que de escolas privadas (51,2%), e que 21,4% dos escolares já sofreram algum episódio de embriaguez na vida. Quando comparados com o levantamento anterior, de 2012, observa-se que essa experimentação precoce de bebidas alcoólicas aumentou (de 50,3% para 55,5%) e o relato de episódio de embriaguez manteve-se estável (21,8%). Os riscos imedia-

Em SP, estudo indica que meninas também estão bebendo mais

tos e de longo prazo advindos do uso de álcool por menores de idade reforçam a necessidade de desenvolver programas efetivos de prevenção e de tratamento. A compreensão dos fatores sociais, pessoais e ambientais que contribuem para a iniciação e o aumento no uso de bebidas alcoólicas é essencial para o desenvolvimento desses programas”, afirma o CISA. ⁴¹

São Paulo

Consumir bebidas alcoólicas é um perigoso hábito que se tornou comum no universo jovem. No Brasil, a média de idade do primeiro contato com o álcool é 12,5 anos. São números que assustam, considerando que não há quantidade segura de bebidas para adolescentes. Entre as estatísticas que desnudam o fenômeno, uma em particular tem intrigado especialistas: há uma tendência maior de crescimento do consumo precoce de álcool entre meninas.

“Essa constatação foi uma surpresa. Nós nunca poderíamos imaginar que as meninas fossem ter o primeiro contato com o álcool em uma quantidade maior do que os meninos. Mulheres têm menos enzimas que metabolizam o álcool, o que tende a desestimular o consumo. Esse início precoce acontece provavelmente porque as meninas passam por um momento de um certo empoderamento e querem, com toda a razão, ter os mesmos direitos e possibilidades que os homens. Daí a bebida serve quase como ‘espelho’ de comportamento dos meninos”, analisa Arthur Guerra, psiquiatra e coordenador do programa Redenção, da prefeitura de São Paulo.



Construindo a confian7a



texto abaixo n3o 3 de minha autoria, mas considerei que vale a pena ser compartilhado com mais pessoas. Boa leitura!

Em quantas pessoas voc3 realmente confia? A pergunta soa um tanto ing3nua, mas nos faz refletir a respeito das nossas rela73es nos dias atuais.

Conhecemos um maior n3mero de pessoas com as quais convivemos, os relacionamentos se multiplicam, os contatos sociais s3o facilitados.

Comunicamo-nos mais facilmente, atrav3s de e-mails, sites de relacionamento, telefones m3veis. E, paradoxalmente, nos sentimos cada vez mais sozinhos, mais vazios. Cheios de nomes na agenda telef3nica, sem que possamos neles confiar, sem que possamos com eles contar, sem que tenhamos com quem dividir ang3stias, receios, medos e solid3o.

Como escreveu o comediante americano George Carlin, "constru3mos mais computadores para armazenar mais informa73o, produzir mais c3pias do que nunca, mas nos comunicamos cada vez menos".

E, como consequ3ncia, temos muitos conhecidos, mas conhecemos muito pouco as pessoas. Da3 nossa dificuldade em encontrar em quem confiar, com quem dividir os pesos que, muitas vezes, trazemos na alma. E gostar3amos de ter com quem compartilh3-los.

Mas, de onde nasce a confian7a? Como se constr3i a confian7a de uns nos outros?

Se analisarmos que confiar pode ser interpretado tamb3m como fiar com, entendemos que a confian7a se constr3i no exerc3cio cont3nuo da conviv3ncia, do estar junto, do fiar as coisas do dia a dia com companheirismo.

Quando nos permitimos a conviv3ncia com o

pr3ximo, o compartilhar das experi3ncias, o dividir das responsabilidades, que aos poucos ir3o crescendo, estamos fiando as coisas da vida com os companheiros de jornada.

3 natural que a confian7a n3o nas7a r3pida e indistintamente. 3 necess3rio que seja cultivada, que seja vivenciada. A3 est3 o fiar com algu3m.

Aquele que n3o se permite dividir pequenas tarefas, pequenas responsabilidades com o outro, sempre a desconfiar de algu3m, descarta de antem3o a possibilidade de construir a confian7a m3tua.

3 verdade que seria insensato confiar sentimentos, informa73es ou decis3es indistintamente, com qualquer pessoa do nosso relacionamento.

Mas o oposto tamb3m 3 um erro.

Sempre haver3 aqueles com os quais poderemos com37ar o exerc3cio da conviv3ncia, do compartilhar o pouco, para logo mais a confian7a com37ar a se estabelecer.

Permitamo-nos sair da solid3o e do isolamento, mesmo que cercados de uma multid3o, para buscar esse ou aquele companheiro, a fim de iniciar o exerc3cio de fiar juntos o sentimento da confian7a.

Alguns logo nos mostrar3o que n3o est3o dispostos a esse exerc3cio; outros caminhar3o apenas um trecho conosco. Por3m, sempre haver3 aqueles que aceitar3o o convite da constru73o da amizade e da confian7a.

Para chegar at3 esses, inevitavelmente passaremos por uns e outros. Mas ser3o sempre o conv3vio, o conhecimento m3tuo e o compartilhar, as ferramentas que melhor nos servir3o para a constru73o da confian7a e da amizade.

Pensem nisso e nos empenhemos nessa elabora73o lenta e preciosa da confian7a.

AUTOS



& CIA



Tire as dúvidas sobre as placas no padrão Mercosul

Saiba em que situação deve haver a mudança

Válidas no Brasil desde final de janeiro deste ano, as placas de automóveis no padrão Mercosul substituem as antigas placas cinzas, o novo modelo, entretanto, só tem necessidade de ser instalado em carros novos, no primeiro emplacamento, e em outras situações que exijam a troca.

Quem precisa trocar

Veículos novos (primeiro emplacamento); veículos em circulação (troca de município e/ou estado) em caso de furto ou dano nas placas antigas; se o veículo mudar de categoria. Para os veículos novos que terão o primeiro emplacamento todos os Detrans (Departamentos Estaduais de Trânsito) devem emplacar com o novo padrão. Veja agora as orientações para cada situação

Placas danificadas

Se por algum motivo a placa do veículo se quebrar ou se deteriorar, a troca pelo novo padrão é necessária. No caso de uma placa furada, a troca também é obrigató-

ria para a do padrão Mercosul.

Mudança de categoria e de município

Quando o veículo precisar mudar de categoria, como virar carro de aluguel, oficial ou particular, a nova placa também é exigida. A legislação atual prevê a troca pela placa do Mercosul quando o proprietário trocar de estado ou município.

Também está prevista na legislação a troca voluntária da placa por parte do proprietário do veículo. Nesse caso, haverá a substituição automática do segundo caractere numérico do modelo anterior por uma letra.

Lacre rompido

Se o lacre da antiga placa cinza se romper, ela será considerada como “danificada”, então será trocado pelas novas placas de rodagens, segundo o Detran-SP.

Onde comprar a nova placa?

As placas devem ser vendidas pelas estampilhadoras diretamente ao consumidor, sem o intermédio do Detran, como acontecia até então.

Caberá ao órgão informar ao proprietário do veículo as empresas credenciadas. O Detran faz apenas o registro do veículo e a emissão dos documentos. A partir daí, com o documento em mãos, o proprietário fica responsável por buscar uma estampadora.

Preço

De acordo com o portal G1, não existe um preço padrão para as novas placas. Cada estampador pode cobrar valores diferentes, cabendo ao consumidor pesquisar os melhores preços. O Detran pode, contudo, determinar um valor máximo a ser praticado pelas empresas.

Em São Paulo, por exemplo, o teto é de R\$ 138,24, que é o mesmo valor da placa antiga. O governo federal disse que as novas placas devem ter custo semelhante ao das placas cinza, e que em alguns casos poderia ficar até mais barato. Até o momento, porém, não há consenso sobre o barateamento dos valores em relação ao modelo antigo. No Amapá, por exemplo, o valor informado é de R\$ 500.



Prepare seu carro para ficar parado por muito tempo

A crise causada pelo coronavírus e as restrições de locomoção e isolamento social, as pessoas – e também os veículos – vão ficar parados por longos períodos. Veja agora algumas dicas para evitar problemas se o seu carro ficar em quarentena.

Bateria

É a peça mais afetada pelo pouco ou nenhum uso do carro. Por isso, desconecte primeiro o polo negativo da bateria e depois desconecte o positivo. Quando você for ligar o carro novamente, faça o inverso: conecte o positivo primeiro e depois o negativo.

Partida do motor

Se o seu carro ficar em uma garagem aberta ou ventilada, e for possível, uma dica importante é ligar o motor pelo menos uma vez por semana. Deixe-o funcionando por uns 10 mi-

nutos, sem acelerar. Isso vai manter algumas partes lubrificadas e as mangueiras funcionando. Pise nos pedais da embreagem e dos freios poucas vezes.

Pneus

Colocar uma pressão a mais no pneu é uma importante dica de como preparar o carro para a quarentena. Isso porque, mesmo que o veículo não rode e os pneus não sejam usados, eles perdem um pouco de ar ao longo do tempo - podem até vazar. Coloque dois ou três PSI a mais na hora de calibrar.

Escapamento

A ferrugem pode danificar o escapamento com o passar do tempo. Aqui, a sugestão é deixar um pano embebido com óleo de motor na peça. Antes, veja se há fuligem acumulada e retire-a com um pano seco.

Freio de estacionamento

Se for possível, deixar o carro solto é uma

Cuidados evitam problema

boa dica. O sistema geralmente usa um cabo flexível que fica tensionado e faz pressão sobre o eixo traseiro, além de ter desgaste maior. Em alguns casos, com o automóvel parado por muito tempo, o motorista pode até não conseguir destravar o freio de estacionamento.

Cabine

Não deixe restos de alimentos, embalagens de alimentos ou balas na cabine, pois isso atrai baratas, além disso, manter o carro limpo deixa o seu veículo livre do coronavírus. Aproveite e limpe o interior do carro com pano úmido com uma solução de água e detergente neutro antes de deixá-lo parado.

Por fim, siga também as recomendações das autoridades, inclusive com relação à higienização do automóvel, pessoal e de objetos muito usados, como o volante, maçanetas e telefone celular. Mantenha a calma e faça a sua parte para que todos possamos passar por este momento delicado.

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
/camargoelmecc
(15) 99789-5267/3259-7014/32594543



Para-sol inteligente usa tela de LCD transparente

Dispositivo foi apresentado pela companhia Bosch no começo do ano

A inteligência artificial começa a aparecer em diversos eletrônicos, como televisões. Porém, a Bosch está apostando em uma aplicação diferente e inusitada: no para-sol do carro.

A empresa, que fornece peças e tecnologias diversas para a indústria automotiva, apresentou um conceito de para-sol inteligente na maior feira de tecnologia do mundo, que aconteceu em Las Vegas, nos Estados Unidos.

Chamado de Virtual Visor, ele, em tese, resolve o maior problema do para-sol, que é a obstrução da visão de quem está dirigindo. Para isso, utiliza uma tela de LCD transparente.

Para bloquear os raios de sol, uma câmera

apontada para o rosto de quem dirige utiliza inteligência artificial para identificar onde estão os olhos. A partir daí, escurece apenas a área em que o sol pode atrapalhar a visão. Segundo a Bosch, o uso da tecnologia de LCD “para bloquear uma fonte de luz específica diminui o brilho perigoso do sol, o desconforto do motorista e o risco de acidentes”, além de aumentar a visibilidade. O Virtual Visor foi um dos ganhadores do prêmio de inovação da organização da feira. No entanto, ainda não há previsão de lançamento do conceito.

Mesmo sem data para chegar ao mercado, o dispositivo é uma amostra de como a tecnologia inteligente pode ajudar ainda mais na condução de veículos.

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 - Kátia, Amauri e André, inauguração do Jardim Babilônia, Tatuí; 02 - Márcio, Marcela, Olinda, Simone e Ricardo, reunião entre amigos, Bosques do Junqueira, Tatuí; 03 - "Amigos em Ação" construção e doação de máscaras - escudo facial, à instituições, órgãos públicos e hospitais, em parceria com o Rotary Club, Tatuí



Elmec Comunicações

As diversas formas de se comunicar



04 - Niver Matheus, Boituva; 05 - Ivan e Maria Rita, Rotary Club Tatuí faz doação de máscaras faciais ao Hospital GPACI (Grupo de Pesquisa e Assistência ao Câncer Infantil), Sorocaba; 06 - Célia, Sônia e Cleide, inauguração do Jardim Babilônia, Tatuí

CLCB

AVCB

PPRA/PPP

PCMSO

Avaliações Ambientais

Treinamentos da NR 10, 33, 35 entre outros

Perícias

Laudo de Caldeiras

 15 99144-8747

 15 98191-1248



GHS
Serviços de Engenharia e Segurança do Trabalho

Elmecc

www.ghsengenhariast.com.br



07



08



09

07 - Cassiano, Maria José e Rizek, inauguração do Jardim Babilônia, Tatuí; 08 - Edvilson e Claudia, Dia Internacional da Mulher, Floricultura 4 Centão, Tatuí; 09 - Letícia, Maria Clara, Heitor, Hugo e Matheus, niver Matheus, Boituva

(15)99793-1109

YAKISOBA

E muito mais...





10 - Thiago, Flávia, Ezenir e Fabiano, inauguração do Jardim Babilônia, Tatuí; 11 - Rafael, Simone, Ricardo e Lucas, reunião entre amigos, Bosques do Junqueira, Tatuí; 12 - Lisa, Dia Internacional da Mulher, Floricultura 4 Centão, Tatuí

BOLO
DO MÊS ABR
2020

Sodiê Doces



+100
SABORES
+300
LOJAS

www.sodiedoces.com.br
f /Sodiê Doces

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

Pernil assado com batata rústica



Que tal surpreender a sua família com uma deliciosa refeição? Anote aí, caro leitor, essa magnífica receita que o nosso amigo e leitor, William Rivabene, da cidade de Tatuí, preparou e nos enviou. É uma delícia! Só de olhar para o prato já dá água na boca. Nós da Revista Hadar provamos e aprovamos!

Ingredientes:

- 1 Pernil
- 5 dentes grandes de alho;
- Suco de 1 limão grande;
- 1 colher (chá) de sal;
- Pimenta-do-reino a gosto;
- 5 colheres de azeite;
- Alecrim;
- 10 batatas médias com casca.


Modo de fazer:

Em uma assadeira, acomode o pernil e tempere-o com o sal e com o restante dos ingredientes.

Cubra a assadeira com papel-alumínio e asse por 2 horas em forno a 200°C; Remova o papel-alumínio, acomode as batatas ao redor do pernil e asse por mais algum tempo, regando de tempos em tempos com o caldo da assadeira.

Sirva o pernil fatiado com as batatas e acompanhado por uma salada verde.



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!



*Em ritmo de Páscoa,
que tal experimentar os
nossos pasteis doces*

TAMBELLI
PASTELARIA E LANCHONETE

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



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

Vamos enfrentar esse momento da melhor maneira e ter muito para celebrar no nosso reencontro

“Fique em
CASA”



LER UM BOM LIVRO



MARATONAR FILMES E SÉRIES



IOGA E MEDITAÇÃO



CUIDAR DAS PLANTINHAS



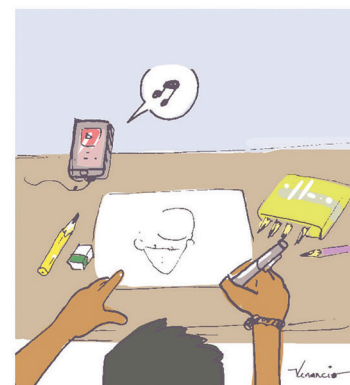
FAZER RECEITINHAS



APROXIMAR QUEM ESTÁ LONGE



CRIAR UM NOVO HÁBITO



BRINCAR COM OS PETS



RESPIRA, NÃO PIRA.



CAFÉ PASSADO NA HORA



COCHILOS PARA RELAXAR

