



PERSPECTIVA

2013

INICIATIVA EMPREGO PROSPERIDADE  
INDÚSTRIA CRESCIMENTO REGIONAL

**TERÃO REFLEXO NA SUA VIDA**

EMPREENDEDORISMO GESTÃO PÚBLICA  
INVESTIMENTO PROJETOS PESSOAIS

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA E DIRIGIDA

ANO 6 • EDIÇÃO 62 • JANEIRO DE 2013



**Luisa Vasconcelos**  
Uma estrela que se  
supera a cada dia

**Política**  
O Cenário em 2013

**Triple Play**  
A informação  
em um único canal

Desejo a toda equipe da REVISTA HADAR um ano novo repleto de saúde, paz e muita alegria.  
FELIZ 2013!

Maria do Carmo Marques Ramos

Parabéns à redação pelo excelente trabalho durante esses cinco anos. Gosto muito da Hadar. Sucesso sempre...

Cristiane Miranda

Olá, querida Bernadete, tudo bem? Quero parabenizá-la pela revista que a cada mês e a cada ano só melhora... Adoro! Beijos

Luciana Reis

Em nome da Associação Cultural Pró-Arte de Tatuí, quero parabenizar este importantíssimo veículo de informação e comunicação por mais uma linda e bela passagem de ano.

Projeto Criança na Banda

Parabéns pelos 5 anos de sucesso, Revista Hadar! A edição está maravilhosa! Não tenho nem palavras para dizer o quanto ela é e foi importante na minha vida! Quero parabenizar você, Bernadete, mulher guerreira, que tanto admiro! Também deixo os meus parabéns para toda a sua equipe. Vocês se superaram a cada edição! Que a ESTRELA brilhe cada dia mais e mais... Feliz 2013!

João Fernando

Li e reli todas as matérias e estão ótimas. Vocês estão cada vez melhores. Boas festas pra vocês!

Roseli Alvez

Agradeço à revista e sua equipe, pelo companheirismo, profissionalismo e competência em nos acolher em seu legado. Que 2013 seja mais um ano repleto de vitórias e de boas novas. Abraços a todos!

Valeria Pereira

Oi, Maria Eliza! Recebemos a revista. Muito bonita. A matéria ficou ótima. Sucesso para todos vocês. Beijos!

Fernando e Bia Negrão

DIAS COMEMORATIVOS

2013

Janeiro

- 01 - Dia da Fraternidade Universal / Dia do MERCOSUL
- 02 - Dia de São Macário
- 03 - Dia do Juiz de Menores
- 04 - Dia Nacional da Abreugrafia / Dia do Hemofílico
- 06 - Dia da Gratidão, Dia do Mensageiro / Dia dos Reis Magos  
Dia dos Astrólogos
- 07 - Dia do Leitor / Dia da Liberdade de Cultos
- 08 - Dia Nacional da Fotografia
- 09 - Dia do Astronauta
- 10 - Dia de São Gonçalo
- 11 - Dia de São Teodósio / Dia do Controle da Poluição  
por Agrotóxicos
- 12 - Dia de São Fulgêncio
- 13 - Dia de Santo Hilário de Poitiers
- 14 - Dia Mundial dos Enfermos / Dia do Treinador de Futebol
- 15 - Dia Mundial do Compositor
- 16 - Dia do Cortador de Cana-de-açúcar

- 17 - Dia dos Tribunais de Contas do Brasil
- 18 - Dia Internacional do Riso
- 20 - Dia do Farmacêutico / Dia de São Sebastião,  
Dia Nacional do Fusca
- 21 - Dia Mundial das Religiões
- 22 - Dia do Senado
- 23 - Dia de Santo Ildefonso
- 24 - Dia Nacional do Aposentado / Dia Nacional da Previdência Social
- 25 - Dia do Carteiro / Dia do Mercador / Aniversário da Cidade de São Paulo
- 27 - Dia do Orador / Dia Internacional em Memória das Vítimas do Holocausto
- 28 - Dia do Comércio Exterior / Dia do Portuário,  
Dia de Santo Tomás de Aquino
- 29 - Dia da Hospitalidade / Dia do Jornalista Católico
- 30 - Dia da Não-Violência e da Paz / Dia da Saudade / Dia da Ginástica  
Olímpica / Dia Nacional das Histórias em Quadrinhos
- 31 - Dia Mundial da Solidariedade / Dia Mundial do Mágico

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

Patrocinador Oficial

**SPFW**  
CALENDÁRIO OFICIAL DA MODA BRASILEIRA



melhor ambiente

Autorizada:

**Pavanelli Design**

Rua Onze de Agosto, 1150, Tatuí - SP | 15 3305.1856 | 3305.1864

[www.dellanno.com.br](http://www.dellanno.com.br)

**Dell Anno**  
home styling

**já foi**

Em Porto Feliz, no dia 26 dezembro, aconteceu a inauguração do Centro de Educação Infantil Municipal (CEIM) "Professora Zélia Chatel Stetner", na Vila Manduquinha. A nova creche é destinada a crianças de zero a seis anos. O prédio é adaptado para portadores de necessidades especiais e conta com quatro salas de aula e uma sala multifuncional, banheiros, cozinha, refeitório, pátio, despensa, lavanderia, lactário, almoxarifado, sala de professores e sala de administração. A solenidade de inauguração contou com a presença do prefeito Cláudio Maffei e demais autoridades da cidade, dos familiares da homenageada e da população. O evento foi abrilhantado com as apresentações dos alunos do Instituto Sonorum.

Aconteceu, em Laranjal Paulista, no dia 2 de dezembro, a formatura do Programa Educacional de Resistência às Drogas e à Violência (Proerd). O objetivo do Proerd é promover atividades de forma dinâmica em grupos cooperativos, voltadas ao desenvolvimento das habilidades individuais, onde os jovens possam tomar suas decisões de forma consciente, segura e responsável, gerando contato entre as famílias, escola e polícia.

Foram inauguradas, no mês de dezembro, em Itapetininga, as duas unidades do "Atende Fácil". A inauguração contou com a presença do Prefeito, Roberto Ramalho e demais autoridades. Mais de 100 serviços municipais serão realizados nas sedes do "Atende Fácil". O objetivo do programa é melhorar o atendimento à população, proporcionando maior controle e transparência nas informações municipais, especialmente nos serviços administrativos diretamente ligados ao cidadão. Ele está dentro do Projeto PNAFM (Programa Nacional de Apoio à Gestão Administrativa e Fiscal dos Municípios Brasileiros).

No dia 11 de dezembro, na cidade de Iperó, aconteceu a entrega do prêmio Fundação Pátria, aos melhores alunos da rede de estudos de 2012.

Em Iperó, no mês de dezembro, teve o "Natal Iluminado", com muitas atrações nas praças.

Em Tatuí, no dia 09 de dezembro, ocorreu a Cãominhada na Avenida das Mangueiras, que contou com a participação das famílias e seus cãeszinhos.

Em Tatuí, no dia 23 de dezembro, aconteceu, na Entidade Casa do Bom Menino, a Campanha de Natal do Rotaract Clube.

No dia 9 de dezembro, aconteceu, na Pista Municipal de Skate em Boituva (Half), o "Boituva SkateBoard's." Um campeonato street de skate, que contou com a presença de atletas de toda a região.

No mês de dezembro, aconteceu, em Cerquilha, a Terceira Etapa do Campeonato Paulista de Kart Cross. A emoção ficou por conta da disputa nas categorias 135 cc e 250 cc.

Em Tatuí, no dia 10 de dezembro, no café do Centro Cultural, aconteceu uma mostra de mesas decoradas para o Natal. Os decoradores estiveram presentes na exposição e falaram com os visitantes.

Em Tatuí, no dia 16 de dezembro aconteceu a apresentação de "O Conto de Natal Tatuiano", com coordenação do grupo teatral "Falsa Modéstia". O início foi na Praça Paulo Setúbal, em frente à Escola Municipal de Ensino Fundamental "João Florêncio". Na sequência, a apresentação seguiu até a Praça Martinho Guedes e, por fim, chegou à Praça da Matriz.

**vai ter**

Em Tatuí, todas as quintas-feiras, das 13h30 às 17h, acontece o bazar do asilo Lar São Vicente de Paulo, ao lado da sede da AMART, em prol da instituição. As doações podem ser encaminhadas para a recepção do Lar. Informações (15) 3251-4286.

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

O Conservatório de Tatuí abre 374 vagas para o 1º semestre de 2013. Os interessados em estudar na instituição podem se inscrever para o processo seletivo durante o período de 7 a 18 de janeiro. O atendimento ao público será realizado na secretaria escolar, de segunda a sexta, das 8h às 11h e das 14h às 17h. É necessário apresentar um documento oficial com foto, data de nascimento e pagar uma taxa de inscrição de R\$ 40,00. O Conservatório situa-se à Rua São Bento, 413, Centro

Tatuí. Informações: (15) 3205 8444 ou [www.conservatoriodetatu.org.br](http://www.conservatoriodetatu.org.br).

Em Boituva, no dia 10 de janeiro, no período das 8h30 até 11h30, na Rodovia José Sartorelli, Km 1,5, acontece o grande leilão JP. Informações: (15) 3263-5777.

Em Sorocaba, no dia 28 de janeiro, no Tekilas Bar, acontece a partir da meia noite o show com Roberto Seixas "O Dia em que a Terra Parou".

Em Tatuí, no dia 26 de janeiro, acontece o aniversário de 1 ano da Tape Club e haverá balada com os Dj's China, Paulo Boghosian e João Lee. Informações: (15) 3259-1552.

Você já foi pra Bahia? Acontece, em Salvador, o Festival de Música "Festival de Verão", no Parque de Exposições de Salvador. O Festival de Verão estará na 15ª edição. Sempre contando com a participação de artistas consagrados nacionalmente e internacionalmente, o evento se firmou entre os maiores acontecimentos musicais do país. Considerado o maior evento de música do verão brasileiro. Nos dias 16, 17, 18 e 19 de janeiro. Os portões serão abertos às 18h nos quatro dias de evento. Nos dias 16, 17 e 18, os shows estão previstos para começarem às 20h. No dia 19 de janeiro, às 19h. Se você quer e gosta de agito, consulte uma agência de viagens e vá curtir Salvador!

Em São Paulo, no Anhembi Parque, no período de 28 de janeiro a 03 de fevereiro, acontecerá a Campus Party – edição Brasil –, que é a maior feira das inovações tecnológicas e de entretenimento eletrônico do mundo. Informações: [www.campus-party.com.br](http://www.campus-party.com.br)

Em São Paulo, no período de 24 a 27 de janeiro, das 14h às 22 h, ocorrerá a Expo Noivas & Festas SP 2013, no Centro de Exposições Imigrantes. O evento reunirá centenas de produtos e serviços para comparar e escolher as melhores opções.

# new

móveis planejados

*Venha conhecer  
a nossa nova loja!*



*Aproveite  
cada  
momento  
do seu lar.*



*Você  
nunca  
aproveitou  
tanto a  
sua casa.*

Enac

Autorizada  
**Pavanelli Design**

Av. Salles Gomes, 233  
Tatuí-SP  
Fone (15) 3259-7294





# NUMEROLOGIA E ASSINATURA

## A Importância da Mudança de Assinatura

Quando nós nos relacionamos com um período, um ciclo, um ano com as características dos números, vamos compreender a mensagem que o número está nos passando. Ex: se o número 1 é o número dos independentes que têm iniciativa, o período 1 vai intensificar essa possibilidade. O 5 é o número das pessoas inconstantes, mutáveis, curiosas. O ano 5 com certeza enfatizará as mudanças e assim por diante.

Existem números que são energias compatíveis ou incompatíveis. Ex: O 1 é incompatível com o 2 (são energias opostas) o 3 é incompatível com o 4, o 6 com o 7, e muitas vezes temos no nosso nome e data de nascimento essas incompatibilidades. Você me pergunta como posso mudar meu nome?

A própria bíblia conta que Jesus mudou o nome dos apóstolos - Simão passou a chamar Pedro - Saulo tornou-se Paulo, Levi adotou o nome de Mateus. O mestre Jesus era conhecedor das forças vibratórias dos nomes que escolheu e por isso sugeriu as mudanças.

Algumas pessoas recorrem até às leis para mudar os nomes porque acreditam ser prejudicadas por eles: nomes complicados, nomes de homem com características femininas que

causam constrangimento, nomes ridículos e vexatórios. Quando você adota ou muda através da assinatura por um nome favorável, com boas vibrações, é infalível atrair boa sorte.

No momento de escolher um nome para um filho, é importante conhecer as vibrações dos números para trazer boas energias para essa criança. Quando um mapa é analisado pode-se ir muito mais fundo do que só conhecer as características e os períodos. Vai se perceber a influência do pai e da mãe na infância ou de alguém que o criou. Ex: uma pessoa que sofre de problemas de depressão, será que isso é por conta do temperamento ou da espiritualidade que não é trabalhada, causando problemas até de saúde.

Através da Numerologia conhecemos também as pessoas explosivas que são pavio curto, impacientes, que não param para pensar e depois se arrependem da sua atitude.

Existem também momentos na vida que são decisivos. Em determinada idade, conjugada com o ciclo ocorrem mudanças, às vezes, importantes e você precisa estar preparado(a) para não correr riscos de estar exatamente nesse momento querendo mudar de emprego, casar, iniciar um negó-

cio ou algo importante.

Como sempre faço em minhas consultas, quero ressaltar mais uma vez a importância de uma assinatura harmônica, bem feita, elaborada com letras favoráveis para que você atinja sua prosperidade, sem riscos para baixo e para trás, nem letras enroladas. Ela deve ser clara porque é o seu mantra pessoal, o nome que a sua alma veio trabalhar e que, por isso mesmo, lhe trás muita energia. O número do nome tem que estar na mesma energia do dia de nascimento. Cuidado quando acrescentar letras na sua assinatura sem saber que tipo de vibração elas podem lhe trazer e que energia têm cada nome e sobrenome adotados.

Lembre-se que não é só a mudança de assinatura que vai mudar a sua vida como um passe de mágica, para ativar estas energias, além do treino recomendado, também é preciso mudar atitudes junto com ela, encarar os seus desafios e se esforçar para mudar, evoluir, crescer, olhando para dentro, para si mesmo. Caso contrário seu mapa é apenas teoria !!

## Carta ao leitor

Caro leitor, como será o seu ano de 2013? Não importa o seu desejo, cabe a você concretizá-lo.

A vida é formada de acertos e erros, muito do que foi feito em 2012 pode ser colocado na balança e assim ser aperfeiçoado em 2013. Refletimos sobre o passado para tornarmos o futuro melhor, por isso, estude sua trajetória.

Nossa vida é formada de várias vidas, somos filhos, pais, colegas de trabalho, namorados (as), esposas (maridos), mas todos nós somos humanos, com sentimentos, desejos, vontades e, acima de tudo, vivemos na esperança de um tempo melhor.

Nossa mensagem de início de ano para você, caro leitor, amigo, parceiro... que sempre acreditou em nosso trabalho e esteve presente durante todo o ano e, certamente, estará conosco em mais este novo ciclo que se inicia, é que nunca falte garra, determinação, sinceridade, prosperidade... E que a hipocrisia, a derrota, entre outras coisas mais, que só nos fazem sofrer, afastem-se dos nossos corações e mentes. Que possamos transformar as derrotas em vitórias. Pois vencer desafios da vida depende das escolhas de cada um. Se cair, levante, erga a cabeça e siga em frente!

Não podemos viver do passado, precisamos tirar proveito dele, dessa forma, guardamos, apenas, aprendizados que adquirimos através das batalhas e lembranças daquilo pelo que passamos e nos fez crescer.

Crie um planejamento de tudo o que gostaria de executar e, com isso, procure realizar seus objetivos. Priorize as metas, seja determinado e persistente. Fracione as metas em várias pequenas metas, assim, até mesmo os objetivos que parecem ser "impossíveis" podem ser concluídos, desde que sejam feitos com determinação e perseverança.

Faça do papel e da caneta seus grandes aliados, liste quais os passos necessários para que cada objetivo seja alcançado, crie uma tabela e um cronograma de cumprimentos de metas, mas nunca deixe de ser flexível, caso você não consiga cumprir o seu plano de ação em um dia em particular, não se desespere, tente no outro. Não permita que todo o plano fracasse por causa de um tropeço. No espaço deixado para esses imprevistos, você poderá refazer a sua proposta. Tente até conseguir e desenvolva táticas e planos alternativos, mas nunca desista! Reavalie seu progresso, comemore cada etapa, mesmo que esteja sozinho, seja vitorioso!

Aprimore seus pontos fracos, saiba valorizar as oportunidades, permita-se, afinal, a maior barreira para o sucesso é o medo de fracassar.

Muito brilho... Saúde... Paz... Prosperidade... E sempre avante! Esse é o nosso desejo para você, caro leitor. Que em 2013, você continue brilhando com a gente!

Muito obrigada por você fazer parte desse universo chamado HADAR. Feliz Ano-Novo!



## EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte  
Bernadete Elmec

Jornalista/Redação  
Vanessa Cancian, Maria Eliza da Silva Rosa e  
Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705  
jornalismo@revistahadar.com.br

Atendimento  
Juliana Souza  
falecom@revistahadar.com.br

Revisão  
Marry Calvíno

Criação/Diagramação  
Elmec Comunicações  
Claudio S. dos Santos  
diagramacao@revistahadar.com.br  
Daniel Ramos  
arte@revistahadar.com.br

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

Anúncios e Publicidade  
Claudio Elmec  
R. Sete de Maio 150 - sala 03 - Tatuí  
(15) 3259 7014 - 3259 5937 - 3259 4543  
9144 8747 - 7835 5412 ID 29\*114175  
comercial@revistahadar.com.br  
contato@elmeccomunicacoes.com.br

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

Colaboradores  
Veridiana Pettineli, Davison Pinheiro, Luis Carlos Magaldi, Maria do Carmo M. Ramos, Isabel Miranda, Ivan Maia, Roberta Lorenzetti Lourenço, Josué Mota, Patrícia Mariah e Aline Fernanda Simões.

Agradecimentos  
Walquiria Aguiar Bezerra da Silva

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

Tiragem  
8.000 exemplares

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

APLICAR SELO UFC

# Meios de comunicação interligados

*A era em que as ferramentas facilitam o uso e o acesso às informações*

O avanço tecnológico nos meios de comunicação cria novas ferramentas que não existiam há pouco tempo e também promove demandas diferenciadas no que diz respeito à regulamentação das concessões e licenças que os veículos possuem. Uma nova forma de transmitir informações de diversas mídias através de apenas um canal está chegando com muita força ao mercado brasileiro, e promete revolucionar a busca e a concorrência entre as operadoras de TV por assinatura, telefonia e internet.

Triple Play, como é chamado, é uma nova forma de serviço de comunicação que une a combinação de voz, dados e multimídia transmitidos em um único canal de banda larga. Ou seja, esse novo mecanismo é capaz de concentrar os serviços oferecidos pelas operadoras de telefonia, internet e televisão através de apenas um serviço, diminuindo os custos.

Em constante competição, empresas do ramo no mundo todo e inclusive no Brasil lutam por esse novo e promissor mercado onde a velocidade e a qualidade das informações são os requisitos que atraem os clientes. Muitas empresas brasileiras tiveram que se adaptar a esse novo modelo exigido e con-

sumido em grande escala pelo público que percebeu a praticidade e o custo x benefício da ferramenta.

O avanço dessas novas tecnologias faz com que pequenas empresas entrem na briga pelo espaço sobre o direito das transmissões. Por esse motivo, a Anatel e o Ministério das Comunicações têm trabalhado rapidamente para alterar regulamentações antigas que impossibilitam a permissão de concessões. A ideia do Ministério é permitir a entrada de tecnologia em maior quantidade, visando maior democratização dos meios de comunicação.

Os grandes centros urbanos do país já oferecem diversas opções de serviços Triple Play para os consumidores e, em breve, a região de Tatuí e Itapetininga também proporcionará ofertas de produtos e serviços nesse ramo.



Porque há momentos que devem ser eternizados...

[www.josuemota.com.br](http://www.josuemota.com.br)

JOSUÉ MOTA | FOTOGRAFIA

Rua 15 de Novembro, 607 - 15 97210616 | 15 97302150



# Você sabe o que eles têm em comum?



**SEU TIME**



**A SEGURANÇA DA SUA CIDADE**



**SEUS NEGÓCIOS**

**É que você vai poder acompanhar todos eles da sua casa ou da sua empresa em tempo real**

## **DADOS**

- Internet Banda Larga
- WI-FI
- Hosting

## **VOZ**

- Telefonia IP
- Ramal DDR

## **IMAGEM**

- CFTV
- Monitoramento
- IPTV

# **TUDO ISSO AQUI!**

[www.zol.net.br](http://www.zol.net.br)





# A paz que todos sonham

*Praticar o bem  
em busca da harmonia  
entre as pessoas*

**T**odo ano novo que se inicia, as mensagens e votos de felicidade se multiplicam. Os amigos e familiares trocam votos para a etapa que se aproxima, almejando sempre mais sorte, amor, saúde, dinheiro e principalmente paz, expressada desde a escolha das roupas brancas para a passagem do ano. Mas, poucos se colocam a pensar no sentido que existe por trás dessa palavra de apenas três letras, e do quando de fato ela deveria ser mais utilizada em cada atitude cotidiana.

Definida pelo dicionário como: “Harmonia, concórdia. Sossego, tranquilidade. Calma, repouso. Estado de não-beligerância. Paz armada, paz que se sustenta pelo temor que os inimigos têm um do outro. Fazer as pazes, reconciliar-se”, a palavra paz faz parte da história do universo, onde o homem sempre a buscou concretizar em sua vida, sobretudo entre os tempos conflituosos que já se viveu e que até hoje se vive.

A palavra em si, com o passar do tempo, foi ganhando uma grande importância e se tornando símbolo de gerações que lutaram por paz e liberdade. Tornou-se motivo de prêmios como o Nobel, foi inspiração para organizações mundiais serem fundadas e também gerou conflitos, quando povos irmão lutaram inspirados pela paz, mas através de meios nada pacíficos.

Mais do que um objetivo que muitas vezes acaba por cegar as pessoas com relação ao seu real significado, a busca pela paz deve ser um processo interno e alcançado através de uma vida com equilíbrio e paciência. Ainda que esquecida em meio à eterna luta por conquistas materiais, a paz deve nascer em cada um, para que a vida em sociedade de fato seja mais harmônica. Esse é o principal passo para fazer com que grandes resultados sejam alcançados através da paz.

Mudar cada atitude desde o momento de despertar, nas pequenas relações interpessoais, no trabalho, no trânsito, nas escolas, na política e, é claro, com as pessoas amadas trata-se do principal caminho para encontrar a paz. E, a soma de tudo isso fará uma sociedade de fato mais humanizada e consciente de que os seres humanos devem viver em harmonia uns com os outros e com o universo.

**WHITE MARTINS**  
PRAXAIR INC

Tatuí • Itapeva • Boituva • Itapetininga

Regulador de Pressão    Maçarico    Blocos de Corte    Tocha MIG    Arame MIG

**NACIONAL**  
MATERIAIS PARA SOLDAGEM E CORTE

Produtos originais White Martins você só encontra na representante autorizada

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

**SETAL**  
PORTÕES AUTOMÁTICOS

Av. Salles Gomes, 156 - Tatuí  
Fone 15. 3305-7000 / 3251-4519  
ID: 649\* 1788

[www.setalserralheria.com.br](http://www.setalserralheria.com.br)  
[setalserralheria@hotmail.com](mailto:setalserralheria@hotmail.com)

# O melhor investimento da região chegou



## O que é um Condo-hotel?

É um hotel em que cada quarto é vendido para um investidor imobiliário diferente. É a evolução dos flats e apart-hotéis

Um bom condo-hotel tem as mesmas características de um bom hotel: apresenta desempenho mercadológico melhor que os demais hotéis da região e entrega bons resultados financeiros aos seus adquirentes.

Um condo-hotel é aprovado pelos órgãos públicos como um hotel, mas é estruturado legalmente sob a forma de condomínio, sendo que seus quartos são "unidades autônomas" vendidas de forma individual a diferentes compradores.

Todos são, obrigatoriamente, incluídos no pool de locação, que é administrado de maneira integral por uma empresa hoteleira.

Esse tipo de empreendimento não permite o uso do quarto para moradia do condômino ou outro uso que não seja o hoteleiro, exclusivamente.

Muitos hotéis pelo Brasil

são estruturados como condo-hotéis, como o F1 Sao João e o Holiday Inn do Anhembi, ambos na cidade de São Paulo.

Devido ao sucesso e retorno, os novos produtos vêm com essa formatação.

Bom para o incorporador, ótimo para o investidor.

Um condo-hotel é diferente de um flat ou apart-hotel. No caso do flat e do apart-hotel, o proprietário pode residir ou locar sua unidade de forma independente, mas não concorrente com a exploração hoteleira, o que poderá levar a um conflito de interesses entre residentes e poolistas e tornar o produto menos adequado àqueles proprietários que têm foco na renda.

Por tudo isso e devido ao sucesso e retorno dos Condo-hotéis, os novos produtos vêm com essa formatação. Ótimo para o incorporador, excelente para o investidor.



Perspectiva artística do Hotel Ramada Encore Tatuí - Fachada

LANÇAMENTO EM TATUÍ

## O que é Pool de Locação?

É o sistema unificado de adquirentes que congrega suas unidades habitacionais, com o objetivo de explorá-las

conjuntamente, de modo uniforme e homogêneo, por meio da administradora hoteleira.

## O preço por metro quadrado de um condo-hotel não é muito alto?

Não se pode comparar preço por metro quadrado de condo-hotel e de sala comercial ou residencial: um condo-hotel tem grande área comum, que serve de apoio

para a operação hoteleira.

O importante é a perspectiva de renda comparada com o preço total do quarto e não com o preço do metro quadrado.

Um ótimo negócio que uniu a credibilidade do Grupo Wyndham, a expertise da marca Ramada e o know-how da Trade Invest



Renda garantida de 0,9 a.m. por 2 anos\*

INFORMAÇÕES: (15) 9167.3003



Imagens dos Hotéis Ramada Encore no mundo

RUA MAL. FLORIANO PEIXOTO X RUA DR. PRUDENTE DE MORAES • CENTRO • TATUÍ

Administração:



Rede Hoteleira:



Planejamento e Realização:



Coordenação Comercial:



\*A incorporadora garantirá ao investidor pelo período de 2 anos a rentabilidade de 0,9% ao mês, calculada semestralmente com base no valor do contrato, com validade a partir de sua inauguração. Saiba mais com o corretor.

# Leishmaniose

*Um mal que pode ser evitado*

A leishmaniose é uma doença causada por um protozoário (*Leishmania*), que pode transmitir a leishmaniose tegumentar americana (LTA) e a Leishmaniose Visceral (LV), adquirida através da picada do mosquito (*Lutzomyia longipalpis*), mais conhecido como mosquito palha ou birigui. Esses insetos têm hábitos noturnos e vespertinos, por isso, atacam o homem e os animais no final da tarde e no começo da noite.

Em razão de sua periculosidade, a Leishmaniose é uma doença que deve ser levada à sério, pois a sua letalidade é alta e com medidas simples, ela pode ser evitada, conforme explica o médico veterinário, Máximo Machado Lourenço (CRMV-SP 4880); “os cuidados necessários para evitar a leishmaniose são básicos, como promover a limpeza do ambiente em que o animal vive, através da remoção das aparas vegetais de matos, folhagens e gramados de quintais e jardins, isso porque o mosquito se cria em lugares onde há a decomposição de vegetais, que servem de substrato para sua criação”.

Também indica-se o cultivo de plantas com ação repelente, como a citronela ou neem. E de forma direta no cão, utilize coleiras impregnadas com inseticidas repelentes aos mosquitos.

A evolução da doença no animal tem em torno de três até sete meses, desde o momento em que ele é picado pelo

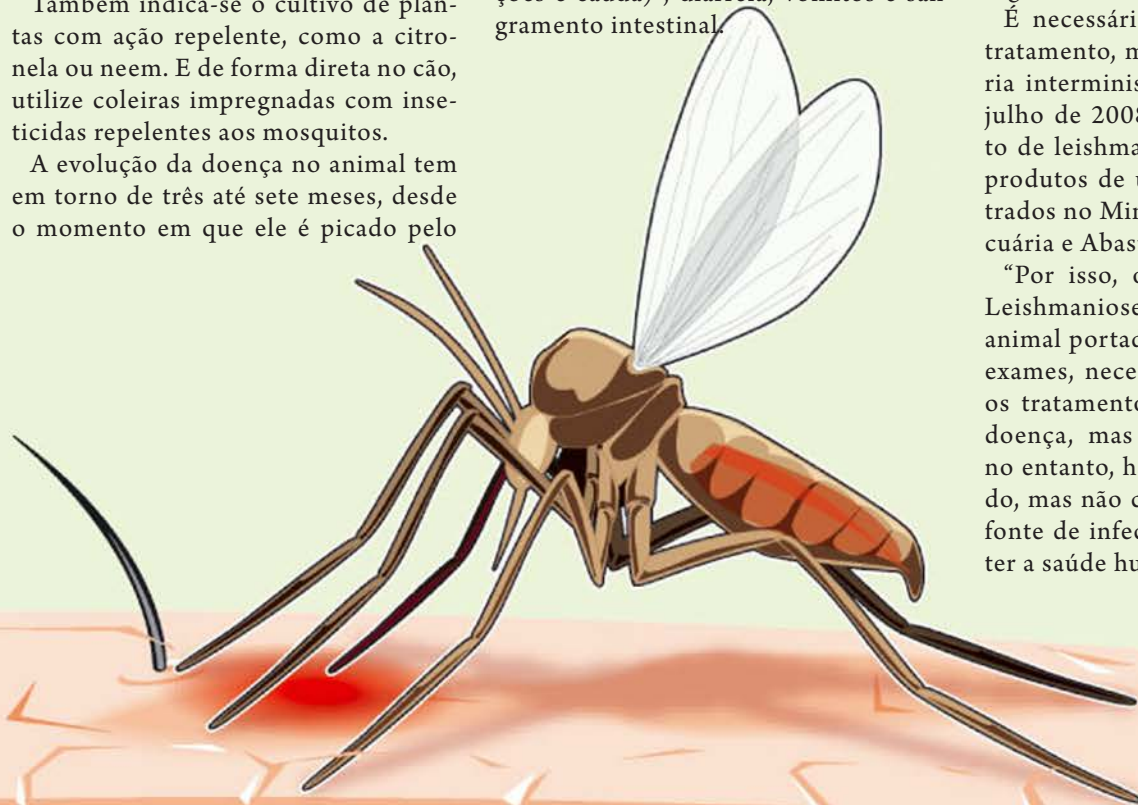
mosquito, até o aparecimento da sintomatologia, porém um cão pode estar infectado e não mostrar nenhum sintoma exterior. Entre os sintomas, estão, emagrecimento rápido, apatia, “barriga inchada” pelo aumento do fígado e baço, olho vermelho e com secreção, aumento excessivo das unhas (onicogrifose), descamação e perda de pelos, feridas na pele (focinho, orelha, olhos, articulações e cauda), diarreia, vômitos e sangramento intestinal.



Para realizar o diagnóstico, além dos sintomas citados, há os exames laboratoriais, entre eles, a punção de medula óssea para a pesquisa do protozoário, provas sorológicas e Reação em Cadeia pela Polimerase (PCR). Há no mercado brasileiro duas vacinas contra a leishmaniose canina, porém, seu uso ainda é contraditório e antes da vacinação, é preciso fazer um teste de diagnóstico, para saber se o cão já é portador da doença. Caso o teste dê positivo, o cão não pode ser vacinado e o Médico Veterinário aconselhará o melhor tratamento a seguir.

É necessário ressaltar que existe um tratamento, mas também há uma portaria interministerial (nº 1.426 de 11 de julho de 2008) que proíbe o tratamento de leishmaniose visceral canina com produtos de uso humano ou não registrados no Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento.

“Por isso, os cuidados para evitar a Leishmaniose são indispensáveis, pois o animal portador comprovado através de exames, necessita ser eutanasiado, pois os tratamentos existentes não curam a doença, mas estabilizam-na. Podendo, no entanto, haver recaídas e o cão tratado, mas não curado, voltando a ser uma fonte de infecção, podendo comprometer a saúde humana”, finaliza Máximo.

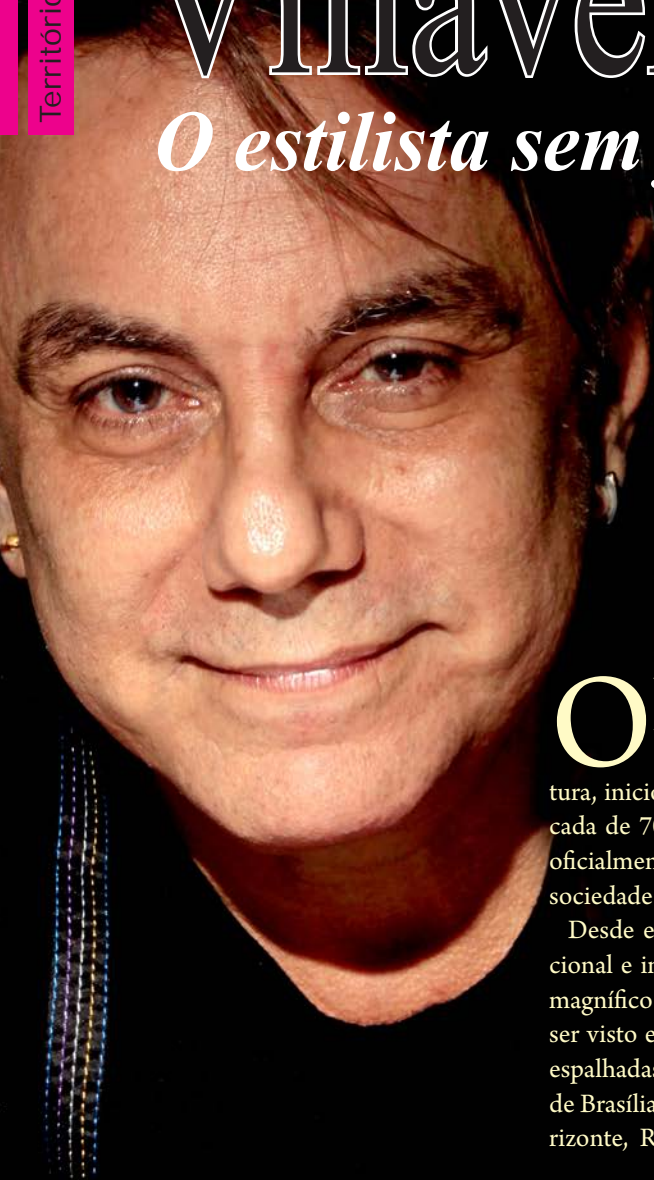




Caderno de  
**MODA**

# Lino Villaventura

## O estilista sem fronteiras



O brasileiro estilista Antônio Marques dos Santos Neto, mais conhecido como Lino Villaventura, iniciou sua carreira em meados da década de 70, mas somente em 1982, lançou oficialmente a marca que leva seu nome, em sociedade com Inez Villaventura.

Desde então, sua carreira deslançou nacional e internacionalmente, através de seu magnífico trabalho que, atualmente, pode ser visto e adquirido em uma de suas lojas, espalhadas por São Paulo e Fortaleza, além de Brasília, Rio de Janeiro, Vitória, Belo Horizonte, Recife e Porto Alegre. Mas, Lino

Villaventura não parou por aí e suas criações ganharam as vitrines de Atenas (Grécia), Riyadh (Arábia Saudita) e Dubai.

O estilista também ganhou a capa da Vogue Especial Internacional Abest sobre exportação, com a modelo Isabeli Fontana trajando um vestido em tule de seda, bordado com cristais swarovski, participou de um showroom em Paris e atua, ainda, como figurinista de teatro e cinema.

Entre seus outros trabalhos de destaque, podemos citar roupas que foram desenhadas exclusivamente para a eterna Rainha dos Baixinhos, Xuxa e Hebe Camargo. Mas, além das duas loiras, a famosa boneca Barbie foi agradada com modelos desenhados por Lino.

Em entrevista para um blog de moda, Villaventura afirma que suas inspirações surgem do cotidiano, da vida, de tudo que se passa; “é o que eu vejo, o que me emociona, é tudo o que eu registro, a minha inspiração vem daí. Eu não faço um trabalho temático. Eu gosto das minhas texturas, eu gosto das formas diferenciadas do meu trabalho. O barato de todo trabalho é ter uma identidade própria”.

Conhecido por ser um dos maiores designers do país, Lino Villaventura recebeu este título por agregar, em seus trabalhos, valores que são indispensáveis, como sofisticação em suas criações, exuberância de estampas e colorações, sempre pensando na moda presente, mas sem deixar o passado para trás.

E quando o assunto é peça-chave, o estilista dispara: “uma peça que jamais pode faltar no guarda-roupa, tanto masculino quanto feminino, é a calça. Ela foi uma grande conquista das mulheres e, na cor preta, a pessoa fica sempre impecável”. Para os antenados em moda, fica a dica!

**Fetiche**  
Boutique Erótica & Sex Shop

*Temos diversos modelos e tamanhos de fantasias, especialmente*  
**Plus Size**

*Onde o prazer e a sensualidade se encontram*

Rua Onze de Agosto, 649, Centro, Tatui-SP  
Tel: 15 3259-3676 / Cel: 15 8125-0198 / [www.fetichetatui.com.br](http://www.fetichetatui.com.br)



Enxer

SEJA VISTO E LEMBRADO



ANUNCIE NA HADAR!

[www.revistahadar.com.br](http://www.revistahadar.com.br)



# Cintos, como usá-los?

*O acessório  
indispensável  
no seu guarda-roupa*

**E**les causam uma mudança total no visual, mas também podem derrubar um look, caso não sejam usados corretamente. Estamos falando dos cintos, que estão com tudo nesta estação e combinam com roupas de festa ou simplesmente casuais.

Desde os mais finos, até os extremamente largos, basta saber combiná-los, para fazer bonito. No caso de mulheres curvilíneas, o certo é optar pelos cintos mais fininhos e peças mais soltas, pois desta forma, irão demarcar melhor a cintura. Já quem tem seios grandes, deve fugir deste estilo e selecionar roupas com tecidos mais firmes, para que o cinto fique em evidência.

Já os mais grossos podem ser usados com vestidos e saias soltas, porém, quem estiver

acima do peso, deve estar atenta para este modelo de cinto, que tende a salientar o formato do corpo.

A união entre um cinto e os famosos macacões é completa e perfeita, desde que seja bem empregada, pois ele irá marcar a cintura e criar a impressão de que as pernas são longas, até mesmo para as baixinhas. Se a roupa for simples, basta o acessório em questão para o look ficar mais bonito e nada de brincos ou colares exagerados.

Falando em exagero, a máxima que diz “menos é sempre mais” vale até mesmo para os cintos, que devem ter cores e designer suaves, para não estragar a composição do visual.

E por falar em discrição, em uma roupa de festa, por exemplo, o cinto geralmente não é usado, pois a vestimenta, por si só, já leva brilho e enfeites suficientes para deixar o visual bonito. Mas, caso seja necessário usá-lo, um cinto confeccionado com tecidos finos ou os metalizados, se encaixam melhor.

Este é o papel do cinto, modelar a roupa sem deixar que ela fique simples ou exagerada demais. Ele é apenas um acessório, que se for bem aplicado, pode dar outra cara para um look.

15



**LUZ & BELLEZA**  
Instituto de Laserterapia e Estética

## Criolipólise

*Tratamento inovador para a gordura localizada, celulite e flacidez.*

*Reduz até 8 cm com uma sessão!*

*Não invasivo e totalmente indolor*

**Agende a sua avaliação**

Av Brasil, 311 c, Cerquilha Tel: 15 3384-2853 / 8126-0144

## One Store Marisol



Lilica Ripilica e Tigor T. Tigre

One Store Marisol

Rua Prudente de Moraes, 490 e Rua Coronel Lúcio Seabra, 512 - Centro - Tatuí  
(15) 3251.6986 / 3259.1091

## Deborah



Moda feminina  
para todos os estilos e tamanhos

Deborah

Rua Capitão Lisboa, 718 - Centro - Tatuí  
(15) 3259.1863

## Kaguru Bolsas e Acessórios



Bolsas para bebês

Kaguru  
Bolsas e Acessórios

Rua XV de Novembro, 299, Centro - Tatuí  
(15) 3251.8151

## O Boticário



Para encher seu verão de sentimentos positivos

O Boticário

Rua 11 de Agosto, 102 - Centro - Tatuí  
(15) 3259.4912

Lojas em Cesário Lange, Iperó e quiosque na Galeria da Coop em Tatuí



oBoticário

Elmec

ACQUA

feliz da vida



Quiosque



Masculino e Feminino



Loja 03 NicollsSurfSkateWear  
15 3305-5175

modernita  
Móveis planejados



Ambientes Residenciais e  
Comerciais sob medida

Até 96x para pagar, TAXA a partir de 0,92%\*



Loja 08 15 3022.1237  
www.modernitamoveis.com.br

Magazine  
Guidoni 2

Elmec

15.3305-3518



Ouro 18 Quilates

Loja 09

Alianças | Relógios | Semi-joias  
Prata | Presentes

OPEN DOOR  
SPORTWEAR

Elmec



Mash.

QUIOSQUE  
(15) 3251-2552



Elmec

Cosméticos • Perfumes • Maquiagens

Consultora  
 natura  
bem estar bem

Revendedora

AVON  
the company for women

Produtos de catálogo  
a pronta entrega

Quiosque Coop

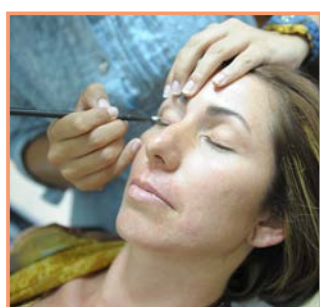
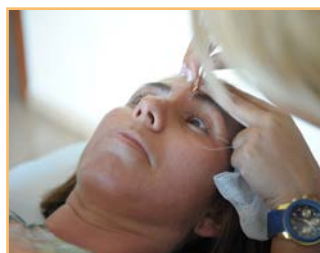


Galeria Coop  
Aberta todos os dias  
das 10h até as 22h

Rua Onze de Agosto, 3045 . Valinhos . Tatuí



# O dia da Simone



Às vezes, as coisas acontecem no momento em que menos esperamos, e foi assim que, depois de quase um ano, a hora da Simone chegou! Simone Rodrigues Barbosa mandou uma carta para nossa revista em dezembro de 2011 e, ao iniciar o primeiro realize-se de 2013, a carta de Simone foi a sorteada. Ao ligarmos para dar a notícia, seu celular não atendia, até que decidimos sortear outra carta. Mas, a sorte estava ao lado dela, e, na última tentativa, ela atendeu.

E, ao darmos a notícia, ela ficou muito feliz, pois já havia desistido de ser sorteada.

Então, demos início ao primeiro realize-se do ano de 2013...

E o sonho de Simone só se transformou em realidade, graças aos nossos colaboradores e parceiros que sempre nos estendem as mãos.

A loja *Donna Trajes e Acessórios* a presenteou com uma linda blusa de chiffon de seda com tons em amarelo e uma calça de tafetá marrom que deixou Simone muito elegante.

A *Casa dos Calçados* deu um bellissimo sapato de salto alto, com os dedos de fora, na cor caramelo, o qual ela poderá usar e abusar agora no verão e a loja *A Barateira* doou uma linda bolsa de couro ecológico também em tom caramelo, que fez um conjunto perfeito.

*Fetichê Boutique Erótica* a presenteou com uma lingerie preta, com bojo e detalhes em dourado, lembrando que a mulher jamais pode perder a sensualidade.

Já a *Vipp Perfumaria Beauty Point* doou um kit com xampu e gel para banho para que ela possa ficar mais cheirosa. E quem não poderia ficar de fora é a *Magazine Metrôpoles*, que mais uma vez deu um delicioso perfume importado com um aroma adocicado.

A loja *A Econômica* deixou Simone super preparada para esse verão, dando um biquíni com bojo, detalhes em metal dourado e bem colorido para ela arrasar.

Para completar, a *Ótica Virtual* deu um lindo par de óculos de sol da marca Matrix Retrô, com lentes mais claras, uma ótima opção para esse verão.

Começamos a transformação de Simone...

A equipe do Studio Sempre Bella proporcionou para nossa realizada um dia pra deixá-la ainda mais bela, e pelas mãos da cabeleireira Larissa, Simone fez escurecimento da raiz com tom loiro escuro e chocolate, para o corte foi feito um chanel desconnectado, levemente repicado. Após o corte, foram feitas mechas em tons de caramelo, dando mais luz para o corte. Após esse processo, foi aplicado também um botox capilar para relaxar os fios e reduzir o volume. No final, os cabelos ganharam uma escova e foram finalizados com chapinha nas pontas.

A Marli, fisioterapeuta e esteticista, fez uma limpeza de pele no rosto, primeiro desintoxicando, segundo revitalizando e terceiro hidratando a pele que estava com muitas marcas de sol, usando sempre produtos naturais para rejuvenescimento do rosto.

A Evilyn, manicure e pedicure, usou para os pés e mãos esmalte branquinho na cor renda. Ela fez também depilação de buço e axila, e foi feito design para as sobrancelhas.

Na maquiagem foram usados tons marrom e bege, para os olhos preto com iluminação e para a boca batom rosa.

E para terminar o dia, a *Churrascaria Boi Dourado* serviu um delicioso jantar para ela e seu filho, com carnes suculentas, num ambiente muito agradável e com um ótimo atendimento.

Parabéns, Simone, agora, você tem muitos motivos para começar 2013 linda e transformada!!!



Studio Sempre Bella



Donna Trajes e Acessórios



Casa dos Calçados



Ótica Virtual



Fetich Boutique Erótica & Sexy Shop,



Magazine Metrôpoles



Vipp Perfumaria Beauty Point



A Econômica



A Barateira



Churrascaria Boi Dourado

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

**Studio Sempre Bella**, Rua Cônego Demétrio, 160, Centro, Tatuí, Fone: (15) 3259-2524 ou (15) 9692-1222; **Donna Trajes e Acessórios**, Rua Coronel Lúcio Seabra, 596, Centro, Tatuí, Fone: (15) 3305-1623; **Casa dos Calçados**, Praça Adelaide Guedes, 124, (em frente à escola Eugênio Santos), Centro, Tatuí, Fone: (15) 3259-6153; **Ótica Virtual**, Rua 13 de Maio, 539, Centro, Tatuí, Fone: (15) 3259-2783; **Fetich Boutique Erótica & Sexy Shop**, Rua 11 de Agosto, 649, Centro, Tatuí, Fone: (15) 3259-3676 ou 8125-0198; **Magazine Metrôpoles**, Rua Capitão Lisboa, 657, Centro, Tatuí, Fone: (15) 3251-1997; **Vipp Perfumaria Beauty Point**, Rua Maneco Pereira, 45, Bairro 400, Tatuí, Fone: (15) 3251-5049; **A Econômica**, Largo do Mercado, 39, Centro, Tatuí, Fone: (15) 3251-8734; **A Barateira**, Rua 7 de Maio, 135, Centro, Tatuí, Fone: (15) 3251-9985, Lojas também em Iperó e Capela do Alto; **Churrascaria Boi Dourado**, Rua Maneco Pereira, 44, Centro, Tatuí, Fone: (15) 3259-0119; **Josué Mota Fotografia**, Rua 15 de Novembro, 607, Sala 09, Centro, Tatuí, fones: (15) 9721-0616 - j.motafotografo@yahoo.com.br e www.josuemota.wordpress.com

Apoio: Elmec Comunicações.

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

# Luisa Vasconcelos

*Conheça mais sobre a carreira desta estrela*

**A**brasiliense Luisa Mello de Vasconcelos iniciou sua carreira artística com apenas 17 anos, em sua cidade natal, mais precisamente no teatro com Oswaldo Montenegro e seu irmão Deto. A partir dali, a atriz optou por atuar e aos 21 anos, foi fazer Faculdade de Artes Cênicas no Rio de Janeiro e é formada em Cinema e Televisão pelo Espaço Nu.

Luisa já atuou como atriz em duas novelas e também no cinema, mas para ela, toda atuação, tanto na TV, quanto no cinema, é bem diferente do teatro. “Acredito que independente do veículo, o mais importante é buscar sempre a superação do meu trabalho”, descreve.

Entre seus trabalhos estão “Textos para Nada”, “De Amores e Canções”, “Casa de Bonecas”, novela “Poder Paralelo” e “Ribeirão do Tempo”, “OSS117 – Missão Rio”, “E aí, Comeu?”, curta-metragem “De Salto Alto com a história”, “Mário”, “Jornalista”, “A Cela”, além de muitos outros.

Ela ainda participou de um longa-metragem (Billi Pig), dançando e atuando: “Lá, deu pra observar ainda mais a “mecânica” do cinema. Cheguei a participar de um longa francês, que foi rodado aqui no Brasil com o Ator Jean Djurdim e direção do Michel Hazanavicius, que logo depois foram premiados pelo “O Artista”, o que garantiu para ela, imensa felicidade.

Com investimentos na carreira nacional, Luisa Vasconcelos afirma que há outros planos para esta área, além de trabalhar na carreira internacional, que conforme ela conta, já estava com quase tudo acertado para estudar no Actors Studio, em Los Angeles, onde foi convidada para viver a personagem Jasmine, a princesa do Aladim, da Disney.

Para o futuro, ela admite que não faz muitos planos, mas tem objetivos e não mede esforços para concretizá-los. “E claro, não deixo nunca de ter fé, de acreditar”. Para tanto, ela sempre está fazendo algo novo e decidiu recentemente mergulhar fundo na dança espanhola e intensificar as aulas de canto.

Luisa conta que suas inspirações vêm de muitas pessoas, mas ela mistura tudo, começando por sua mãe, passando por Fernanda Montenegro e podendo ir até Sarita Montiel, grande Diva dos anos 50.

Para finalizar, a bela conta que busca cultivar seus sonhos todos os dias, desejando ser sempre assim, feliz como é e conseguir viver para sempre de sua profissão.

Nós, da Hadar, desejamos ainda mais sucesso e que seus sonhos possam se tornar reais!





# PLUSTERRA

Terraplanagem e transportes Ltda.

*Desde 1985*

*Desenvolvemos projetos industriais e residenciais.*



*Rolo Compressor*



*Caçamba Basculante*



*Escavadeira*



*Retroescavadeira*



*Mini Carregadeira*



*Pá Carregadeira*



*Perfuratriz*

*Equipamentos novos com tecnologia em: Rede de água, esgoto, águas pluviais, limpeza e acerto de terrenos.  
Toda infraestrutura em loteamentos, serviço de engenharia, arquitetura e urbanismo.*

***Venha nos conhecer e conferir.***

# Mais do que um simples cômodo

*Como harmonizar a decoração da cozinha, ambiente que é, hoje, muito mais do que um lugar para simplesmente cozinhar*

**H**á algum tempo, a cozinha representava uma parte da casa destinada ao trabalho diário, onde seu ambiente era, acima de tudo, um lugar para se cozinhar, enquanto à sala de jantar cabiam as honras de ser o local de interação e socialização da comida. Mas, com o passar do tempo e, principalmente pelo fato da culinária ter passado a ser um assunto mais presente na casa e na vida dos brasileiros, coube a ela o papel especial de se tornar um ambiente com diversas funções e utilidades.

Muito além de o simples cozinhar para



saciar a fome, esse ambiente agora é planejado na maioria das residências com a finalidade de proporcionar bem-estar, sobretudo, para aquele que cozinha, uma vez que pode, enquanto prepara os pratos das refeições, ter a oportunidade de estar em um local agradável.

As funcionalidades práticas para um dia a dia eficiente não podem ser deixadas de lado na hora de construir e decorar a cozinha. Uma dica ideal é quanto à localização, que deve ser sempre perto de uma área social (sala de jantar, por exemplo) e também próximo a uma área externa para facilitar a entrada com compras.

Preocupar-se com a forma e tamanho e com a disposição dos elementos principais (pia,

fogão e geladeira) proporciona ao ambiente maior praticidade e facilita o trabalho. Ademais, posicionar as janelas de forma que a ventilação aconteça, evitando superaquecimento, a dica é posicionar o fogão fora das correntes de ar.

Saber aproveitar os espaços com balcões, prateleiras mais estreitas, mesas e cadeiras dobráveis são alternativas eficazes no caso de a casa ou o apartamento serem pequenos. Depois de compor os espaços, a decoração do ambiente pode ficar por conta da criatividade e da harmonização com os demais espaços da casa, a cozinha é parte fundamental do conjunto e merece atenção especial por ser, hoje, um lugar de encontros, de expressar a criatividade através da comida e de compartilhar momentos especiais com amigos e família.

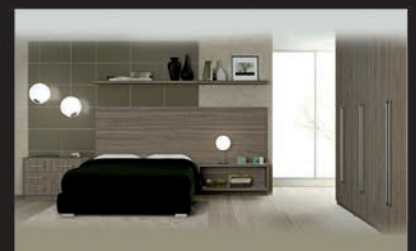
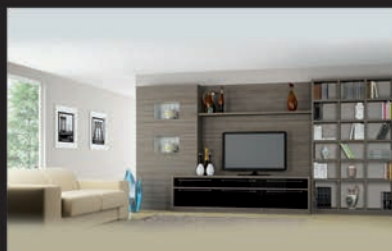


Projetos personalizados para todos os ambientes

Rua Cel. Lúcio Seabra, 496 - Tatuí  
Fone: (15) 3205.2571



**Tudo em até 24x com entrada para Março / 2013\***



# O que as crianças querem

## A herança do bom gosto

**N**as duas últimas edições viemos falando o que as mulheres e os homens querem quando constroem. As crianças, com eventuais exceções, não participam de modo tão decisivo nas prioridades e objetivos dos projetos. Isso é uma tendência que sempre procuramos contornar.

Quando eu era criança tive o privilégio de morar em uma casa projetada pelo arquiteto Oscar Niemeyer. Embora eu não me lembre de muita coisa, acredito que a referência estética desta época me orienta até hoje. Somos produtos do meio. Queremos que os nossos filhos tenham boas escolas, boa saúde. Também é importante que tenham boa arquitetura, já que o mundo mais próximo deles é onde residem.

Andando pelas cidades sempre nos deparamos com novas construções que, apesar do uso que se propõem, enfeiam ainda mais o nosso mundo. O problema, acredito, está nas referências que aprendemos desde criança. Se não conhecemos o que é bom, qualquer coisa parece servir. Gastamos tijolos, trabalho e no fim perpetuamos os nossos erros. Merecemos o melhor, sempre, em tudo.

As crianças querem o que é natural de toda criança.

Querem brincar, querem segurança e aconchego. Mas nós, como pais, queremos que elas se realizem na vida, que sejam plenas, e, para isso, é necessário que aprendam a querer o que realmente importa. O luxo pode ser bem divertido, mas o essencial é aprendermos a harmonia pela vida.

A fantasia das crianças transforma as paredes em horizontes, os ambientes em estádios e as escadas em montanhas. Mas, o conforto e o bom gosto pedem que nós, os adultos, deixemos de legado para as novas gerações.

### Dicas:

- Leve as crianças aos museus de arte e aos imóveis famosos por sua arquitetura.
- Deixe livros e revistas de arquitetura e de arte ao alcance.
- O bom gosto se estende a tudo. Música, comida, arquitetura, tudo propicia.
- Exerça o lado crítico da criança, motivando-a a comentar a harmonia do que vê, sabendo como se sente.
- Viaje muito com as crianças. Mudar a perspectiva sempre ajuda a lapidar-nos a nossa visão de mundo.

23

Davison Pinheiro  
www.arqprojetos.arq.br



13 Anos Muito bem construídos!



**PROMOÇÃO**  
Areia Média e Fina - R\$ 55,00 m<sup>3</sup> à vista.  
Material de Construção em 12 x no cartão



Telas e mourões para alambrado, Lajes com Isopor, Cimento, Cal, Tijolos, Ferros, Pontaletes, Tábuas e Arames

www.lajes2001.com.br

Rua Bento Corrêa Antunes, 156 - Tatuí Fone: 15 3259-2001

# O gênio da arquitetura

*Do Brasil para o mundo, e para ficar na história*

**N**o mês passado, o Brasil e o mundo perderam uma personalidade que fez história e deixou sua marca espalhada por inúmeras cidades do planeta. Conhecido mundialmente como o arquiteto das curvas, Oscar Niemeyer nasceu em 15 de dezembro de 1907, e morreu em 5 de dezembro de 2012, com 104 anos de vida e muita história para contar a todos.

O brasileiro que fez sucesso com seu jeito inovador de desenhar suas construções, cidades e monumentos é considerado um dos responsáveis fundamentais pela construção da arquitetura contemporânea. Revolucionário das formas e figuras, Niemeyer dizia que as curvas de sua inspiração, na maioria das vezes, vinham das belezas naturais brasileiras, principalmente do Rio de Janeiro – município onde nasceu – sobretudo das mulheres que completam a paisagem da cidade maravilhosa.

Ele definia seu trabalho com a célebre frase “Não é o ângulo reto que me atrai. Nem a linha reta, dura, inflexível, criada pelo homem. O que me atrai é a curva livre e sensual. A curva que encontro nas montanhas do meu País, no curso sinuoso dos seus rios, nas ondas do mar, nas nuvens do céu, no corpo da mulher preferida. De curvas é feito todo o Universo -

o Universo curvo de Einstein”.

Alguns anos de trabalho junto ao mestre da arquitetura, o suíço Le Corbusier, ele participou no início da carreira da construção de monumentos importantes. Até que junto a Lúcio Costa foi chamado para projetar a cidade de Brasília, que passou a ser a capital federal no governo do presidente Juscelino Kubitschek.

Suas fortes ligações com o Comunismo, uma vida marcada por lutas políticas e principalmente por apoiar a fundação do Partido Comunista Brasileiro em 1945 o levaram a conhecer as mais importantes personalidades da esquerda mundial como Fidel Castro e Luís Carlos Prestes.

Desde o ano de 1963 quando recebeu o Prêmio Lênin da Paz, pela então União Soviética, Niemeyer acumulou prêmios, condecorações e homenagens por seus trabalhos. A obra genial do brasileiro foi reconhecida durante toda sua vida. Seus traços marcantes e sua forma única de transformar edifícios em monumentos artísticos o elevam como uma das personalidades mais conhecidas e reconhecidas dos últimos séculos. Ele viveu intensamente seus 104 anos, sempre lutando por seus ideais e buscando levar a cultura brasileira através da arquitetura pelo mundo afora.





# Sua obra começa no Projeto

*Um novo ano começou, lembre-se de sonhar para que continue a ter muitos motivos para ser feliz!*

Que tal, começar a pensar naquele projeto da casa dos sonhos, ou o projeto de reforma tão desejado para o novo espaço gourmet, ou ainda o projeto de regularização da sua casa, para pensar na possibilidade de vendê-la e comprar algo maior?

Mas, por onde começar?

Pelo projeto. E para a conquista de um bom projeto precisamos de um bom profissional habilitado (engenheiro civil ou arquiteto), que dará início ao estudo do projeto, que mais se encaixa ao perfil do proprietário e seu bolso.

O projeto para a construção de uma casa passa por muitas fases. Sem dúvida as ideias são muitas e o projeto, muitas vezes, passa por várias mudanças até sua finalização, buscando o ideal entre a beleza e a funcionalidade, com economia e praticidade.

Um projeto deve atender às aspirações de seu proprietário, sendo que a casa deve ser funcional e confortável. O projeto tem a função de encontrar a melhor forma de chegar ao objetivo proposto pelo profissional escolhido.

O profissional escolhido tem a função de estabelecer a junção entre a beleza e a praticidade da casa para sua construção, e a obrigatoriedade de planejar os espaços para poder utilizar o máximo de sua funcionalidade, sem encarecer a obra.

O projeto também é responsável pela escolha do tipo de mão de obra e material a ser empregado. É de suma importância escolher uma mão de obra que saiba executar o projeto proposto.

O mais importante, sem o projeto aprovado pela Prefeitura local e órgãos competentes não podemos construir, portanto, no projeto devem ser atendidos todos os quesitos de caráter legal pedidos pela nossa legislação, para que assim ele possa ser executado.

Com um projeto bem elaborado e estudado, não temos: mudanças não planejadas na obra e desperdícios, vindo de uma forma feliz o nosso sonho ser realizado.

Aline Fernanda Simões

Engenheira Civil - CREA - 5062291795



**Agilidade com qualidade nos projetos, respeito e comprometimento com o cliente.**

**ConstruBem**

Aline Fernanda Simões  
Engenheira Civil - CREA 5062291795

Rua José Bonifácio, 1180 - Centro - Tatuí / Fone: (15) 3251-4005 / 9666-2210 / aline-simoes.engenharia@uol.com.br



# “O Melhor Companheiro”

*Premiação rotariana une reconhecimento e solidariedade*

**F**rancisco Camargo Penteadó, um homem muito solidário e de caráter inigualável. Seus feitos para sempre serão lembrados e é com este intuito, que o Rotary Club de Tatuí homenageia alunos que, assim como ele, priorizam a ajuda ao próximo.

Penteadó foi o primeiro presidente que o Rotary Club teve e até hoje é lembrado como uma pessoa que tinha prazer em ajudar os mais necessitados. “Francisco sempre foi muito preocupado com o bem-estar das pessoas, sempre envolvido em alguma causa. Quando ele faleceu, o Club encontrou uma maneira de homenageá-lo, instituindo o prêmio “O Melhor Companheiro”, direcionado aos alunos matriculados no quinto ano das escolas municipais e particulares da cidade”, conta Edson Tambelli, primeiro tesoureiro do Rotary.

Muitas pessoas sabem que ética, bom caráter, companheirismo e respeito, são as bases do Rotary Club, “por isso, queremos passar para os alunos essa ideia, que reúne uma série de qualidades, além de ser um bom

estudante, saber tanto ganhar como perder e respeitar os professores, o que garantirá a ele, o título de exemplo a ser seguido”, enfatiza Simeão José Sobral, sócio fundador do Rotary Club Tatuí.

Este ano, mais precisamente no mês de novembro, um melhor companheiro de cada quinto ano, de cada escola, foi premiado, somando 27 alunos, que foram escolhidos a partir da votação dos próprios colegas de classe.

Mas, quem pensa que o colega de sala mais popular é aquele que ganha, está muito enganado, pois a cumplicidade, o coleguismo, a compreensão, são as principais qualidades levadas em conta na hora da escolha do premiado.

Material escolar, dicionários, certificado de reconhecimento e um curso de informática para cada vencedor, foram os prêmios que os alunos ganharam, mas o melhor prêmio, segundo Simeão Sobral, é incentivar o espírito de amizade e companheirismo entre eles.

Segundo Tambelli, isso já é uma introdução ao civismo para os alunos, que daqui um tempo, já estarão cumprindo seu papel como cidadãos responsáveis e até mesmo votando.

Maria Elizabete Amadei Vieira de Camargo, esposa do senhor Simeão, recebeu o título de “Melhor Companheira” quando estava na quarta série, atual quinto ano e até hoje lembra com alegria deste prêmio. Assim como ela, há relatos de várias outras pessoas que receberam e isso faz com que as crianças sejam incentivadas e até mesmo influenciadas de maneira positiva, ao ganhar este reconhecimento.

“Hoje em dia, infelizmente, fazer algo errado torna a pessoa reconhecida, então, isso seria uma forma de reconhecer o que realmente há de bom e fazer com que a criança tenha em mente que ela será conhecida por sua bondade”, diz Edson Tambelli, que acredita que essa é a fase em que os jovens estão em formação, principalmente do caráter.

“Para nós, essa premiação é um orgulho imenso. Temos desde intercâmbio cultural, juventude, grupos de estudo e isso é mais um projeto que podemos atingir na comunidade local, garantindo uma satisfação muito grande para todos”, enfatiza Tambelli, que garante ser um prêmio muito esperado pelos alunos, mas principalmente para os rotarianos.

Você sabe qual é a rede de postos  
mais **COMPLETA** de Tatuí?



# É a **Comendador**



**Refresque seu verão!**  
**Temos bebidas geladas e gelo.**

A única com **GNV**, etanol aditivado, melhores preços,  
ainda **Loja Select** e a **Casa do Pão de Queijo**.

**Auto Posto Comendador - Avenida**  
Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo nº 500  
Fone: 15. 3251-4472

**Auto Posto Comendador - Mercado**  
Largo do Mercado nº 117 – Centro  
Fone: 15. 3251-8467  
Ducha para Autos

**Auto Posto Comendador - Aviação**  
R. Ayrton Senna nº 41  
Jardim Aeroporto  
Fone: 15. 3259-0379

**Auto Posto Comendador - Marapé**  
Rua Vice Prefeito Nelson Fiúza nº 21 – Jd. Ternura  
Fone: 15. 3251-2813  
Ducha para Autos

**Auto Posto Comendador - Valinho**  
R. XI de Agosto nº 2440 – Bairro Valinho  
Fone: 15. 3251-4099  
Com abastecimento em GNV & Ducha para Autos

**Auto Posto Comendador - Morro**  
Rod. SP. 127 s/nº - KM 112 - B. Guardinha  
Fone: 15. 3305-3191  
Diesel S-50 e Arla 32 & Ducha para Autos



**Comendador**



**Casa do Pão de Queijo**





*Ivan Maia fala sobre seu trabalho e sua profissão*

No “bate-papo” deste mês, a *Hadar* conversou com um homem que possui um trabalho um tanto quanto diferente. Ivan Maia, nascido em 13/02/1962, na cidade de Americana, atua como treinador emocional, oferece soluções para problemas humanos, considera-se um “desbloqueador de veredas”. Em uma entrevista descontraída e cheia de emoção, o palestrante, escritor, pesquisador e, principalmente, motivador de pessoas, fazendo com que elas alcancem seus sonhos e objetivos, nos conta um pouco do seu trabalho. Acompanhe a entrevista.

# O profissional que nos motiva

**Revista *Hadar***>> Qual é a sua formação e dedicação profissional?

**Ivan** >> Sou hipnólogo, treinador emocional e NLP Practitioner. Dedico-me a ajudar pessoas e oferecer soluções variadas para múltiplos problemas humanos.

**Revista *Hadar***>> Como você explica sua profissão para as pessoas?

**Ivan**>> Sou um “ajudador de pessoas”. Todos têm problemas, eu forneço e mostro soluções simples e práticas. Sou um “desbloqueador de veredas”.

**Revista *Hadar***>> Quando você escolheu seguir essa carreira diferente e tão útil para a sociedade?

**Ivan**>> Depois de passar a ser um estúdio dos escritos de Salomão (o homem mais rico e sábio que já existiu). Ele escreveu: “O esfarrapado tende a tornar-se mestre em remendar”. Sofri muito por ignorância, por isso decidi dedicar minha vida a resgatar as pessoas dessa terrível doença.

**Revista *Hadar***>> Como é sua atuação profissional como professor?

**Ivan**>> Mostro às pessoas que estou disposto a ajudá-las; elas falam, eu ouço o que elas dizem; depois ouço o que elas “não dizem” (o sofrimento da alma, as feridas emocionais). Então eu falo e elas me ouvem. Eu atravesso a ponte com elas, e depois mostro que elas podem ir sozinhas.

**Revista *Hadar***>> Quais livros você já publicou e sobre o que tratam? Há planos para novos projetos?

**Ivan**>> Meu primeiro livro se chama *O Caminho do Guerreiro Interior* (Editora Adonis – 2004). O segundo se chama *A Fina Arte de Lidar com Pessoas* (Editora Mundo Digital – 2009). Tenho mais dois livros sendo escritos no momento: um sobre a *Liderança Sogo Izon* e um sobre *Reconstrução de Destinos*.

**Revista *Hadar***>> Com relação aos cursos e palestras que você ministra, quais são os resultados que o motivam a continuar nesse ramo?

**Ivan**>> Tenho visto as mudanças na vida das pessoas (em seus casamentos, na criação de seus filhos, no seu trabalho, nas suas finanças, na perda de seus medos), e cada vez mais eu percebo que se trata apenas de mostrar-lhes o caminho. As pessoas têm medos, e o medo as deixa cegas; elas ficam à deriva.

**Revista *Hadar***>> Como você lida com a questão de lidar com pessoas o tempo todo? O que isso lhe agrega como pessoa?

**Ivan**>> Lido com isso com gratidão – considero isso um privilégio, pois ao ajudar as pessoas sou também ajudado. Eu mais levo do que deixo, pois Salomão escreveu que “Quando você se ocupar dos problemas da família de Deus, Ele se ocupará dos problemas de sua família”.

**Revista *Hadar***>> Gostaria de deixar alguma mensagem para os leitores?

**Ivan**>> A melhor maneira de encontrar a paz, o êxito e a felicidade é ajudando outros a encontrá-los. Tudo no Universo retorna e o que você deixa em sua passagem sempre o alcança, mais cedo ou mais tarde.



**Bia Decorações**

Locação completa de objetos para festas  
Decoração de casamentos  
Festa de 15 anos  
Eventos em geral

biadecoracoestatui@gmail.com  Bia Decorações  
Vivo: 9675-4922 / Claro: 9112-6918 / Oi: 9165-6611 / Tim: 8162-4276



**Carla Francine Bertanha**  
Advogada - OAB/SP 199.318

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

# Qualidade de Vida



# Cuidados fundamentais com o bebê e com a mãe

**A** opinião de uma especialista sobre assuntos para o bem-estar de novas mães e filhos.

Neste mês, a Hadar conversou com a médica Daniele Peev (CRM 121709), especialista em ginecologia, obstetrícia e com especialização em medicina fetal sobre os cuidados que se deve ter com a criança recém-nascida. Ela também apresenta dicas e recomendações fundamentais para a mãe, logo que passa pelo parto, esclarecendo dúvidas com relação ao que é mito ou verdade quando se trata de recomendações caseiras.

**Revista Hadar**>> Sobre a saúde da mãe, há recomendações específicas logo após a gestação?

**Dra. Daniele**>> Sim! O período do pós-parto é muito delicado e devemos ter atenção especial e observar sinais e sintomas como hemorragias, intercorrências mamárias da lactação, infecções e uma das mais graves, porém não tão rotineira, como a depressão pós-parto.

**Revista Hadar**>>O que deve ser evitado e quais precauções devem ser tomadas?

**Dra. Daniele**>> Como o organismo está em recuperação, alguns cuidados como evitar ingestão de bebidas alcoólicas, cafés, energéticos para uma amamentação saudável são imprescindíveis. Devemos ter uma atenção especial com a hidratação da mãe, pois nesse período ela deve ingerir, no mínimo, 2 litros de água para evitar a desidratação e aumentar

a produção de leite.

**Revista Hadar**>> Os 40 dias de dieta são de fato fundamentais para a recuperação da mãe?

**Dra. Daniele**>> O período de dieta, também conhecido como resguardo ou quarentena, deve ser respeitado, pois é o período de recuperação do corpo da mãe após ter tido seu bebê. Nesse período, o útero está em procedimento de regressão e cicatrização, para chegar a seu tamanho normal do período antes da gravidez.

A atividade sexual deve ser, sim, evitada nesse período.

**Revista Hadar**>> Como deve ser o cuidado da mãe com o bebê assim que nasce?

**Dra. Daniele**>> Logo após o nascimento, o bebê deve ter uma rotina de cuidados. A amamentação, os banhos, as trocas de fraldas, tudo isso deve ser adaptado para cada mãe da melhor maneira possível para que ela se sinta à vontade e consiga cuidar bem do seu bebê. É importante ficar muito atenta com a limpeza do cordão umbilical, não se deve passar nada, além de lavar ao banho e limpar com álcool até que ele caia sozinho. Qualquer outro tipo de produto, como café ou chá, pode causar infecção e complicações graves para o bebê.

**Revista Hadar**>> Há muitas simpatias/lendas que as mulheres costumam seguir nesse período?

**Dra. Daniele**>> Sim, existem inúmeros mitos e lendas sobre esse período. Os mais comuns são com a alimentação, como evitar alimentos "reimosos", ácidos e muito temperados, pois irão provocar cólica no bebê. Evitar "friagem" também é muito comum, pois o medo de adoecer e deixar o bebê desamparado é muito grande.

**Revista Hadar**>> Com relação aos primeiros exames e procedimentos, qual a importância disso?

**Dra. Daniele**>> Se a gestação foi normal, sem doenças associadas, com um parto sem intercorrências, o primeiro retorno deve ser feito em uma semana para avaliação geral. Após 42 dias, ela retorna para orientações e introdução de um método contraceptivo. Exames laboratoriais, papanicolau e exames ultrassonográficos devem ser realizados somente após três meses que é quando o organismo se encontra totalmente recuperado.

**Revista Hadar**>> As vacinas e os medicamentos dados nos primeiros dias de vida precisam de um sério acompanhamento médico? Qual deve ser a frequência?

**Dra. Daniele**>> Vacinas para a mãe serão aplicadas somente em casos específicos, como no caso de incompatibilidade do sistema Rh, ou em doenças em atividade no período do parto como imunoglobulina para varicela, hepatite entre outras. As vacinas do bebê seguem o calendário da OMS e devem ser acompanhadas pelo pediatra.



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



**Cirurgião Dentista  
& Técnico em  
Prótese Dentária**

**Tratamentos:**

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



**Dr. Akira Koza**  
CROSP 92.361

[www.clinicakoza.com.br](http://www.clinicakoza.com.br)

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

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

# Alimentação Colorida

*Quanto maior a diversidade dos alimentos, melhores os resultados para a saúde*

**A**lém de aguçar o paladar, um prato colorido pode trazer infinitos benefícios, a longo prazo, para quem o consome, contribuindo, assim, para uma alimentação equilibrada e completa.

Mas, antes de tudo, é necessário saber as propriedades do que se come e ter em mente que cada cor de um alimento é referente ao nutriente que ele tem em maior quantidade, conforme explica a nutricionista Camila de Cássia Rodrigues (CRN 3-27056).

“As cores dos alimentos são determinadas pela presença dos pigmentos, que além de colorir, podem ser um grande aliado da saúde, por desempenharem papel importante na prevenção e na proteção do organismo contra diversas doenças”, orienta.

Segundo Camila, quanto maior a variedade de cor, maior a quantidade de nutrientes diferentes que estaremos ingerindo. Uma alimentação saudável, variada e colorida é essencial para a ingestão mais completa dos componentes que ajudam a prevenir doenças e fortalecer o corpo.

Para saber mais, listamos alguns alimentos, conforme a sua cor: alimentos de cor verde são os vegetais folhosos, espinafre, pimentão, salsão e manjeriço, que contêm vitamina A e clorofila, substâncias que auxiliam na ação antibacteriana, cicatrizante, combatem o crescimento de tumores, desintoxicam as

células, ajudam a proteger o coração e protegem o cabelo e a pele.

Já os de coloração amarela e laranja, como cenoura, mamão, manga, laranja, abóbora, pêssego e damasco possuem betacaroteno, vitamina B-3 e ácido clorogênico, que evitam a formação de substâncias causadoras do câncer, que mantêm o sistema nervoso saudável e ajudam a proteger o coração.

Os alimentos de cor vermelha, como tomate, melancia, cereja, morango, caqui, goiaba vermelha e framboesa têm licopeno, substância que age como antioxidante. Mas, recentemente, foi apontado como um protetor eficaz contra o aparecimento de câncer de próstata. Os alimentos vermelhos ainda contêm antocianina que estimula a circulação sanguínea.

Também há os de cor branca e amarela, como leite, queijo, couve-flor, batata, arroz, cogumelo e banana, ricos em cálcio e potássio. “Esses minerais são importantes para o funcionamento do organismo, pois contribuem na formação e manutenção dos ossos, na regulação dos batimentos cardíacos, e para o funcionamento do sistema nervoso e dos músculos”, explica a nutricionista Camila de Cássia.

Os alimentos de cor marrom e bege possuem fibras e vitaminas do complexo B e tais substâncias podem ser encontradas em aveia, nozes, castanhas e cereais, que têm importância vital no organismo, pois melhoram

o funcionamento do intestino, combatem a ansiedade, previnem o câncer e as doenças cardiovasculares.

Para finalizar, há os alimentos de cor roxa, como a uva, ameixa, beterraba, o repolho-roxo, figo, que são ricos em ácido eláico e quercetina, que diminuem os riscos de ataques cardíacos, neutralizam as substâncias cancerígenas, antes de invadirem o DNA, melhoram o aspecto da pele e retardam o envelhecimento.

A nutricionista explica que também existem alguns alimentos que são chamados de Funcionais, que segundo a Secretaria de Vigilância Sanitária, do Ministério da Saúde, são definidos como sendo “aqueles alimentos ou ingredientes que, além das funções nutritivas básicas, quando consumido como parte da dieta usual, produzem efeitos metabólicos e/ou fisiológicos e/ou efeitos benéficos à saúde, devendo ser seguro para consumo sem supervisão médica”. (RDC 18/99).

Entre os alimentos funcionais, podemos citar abóbora, cenoura, mamão, espinafre (Betacaroteno – diminui o risco de doenças cardiovasculares e câncer), tomate (Licopeno – antioxidante e pode diminuir o risco de câncer de próstata), frutas, legumes e verduras (Fibras – reduzem o risco de câncer de intestino), iogurtes e leite fermentado (Pró-bióticos – ajudam no equilíbrio da flora intestinal).

Além de levar em conta essas orientações e priorizar a ingestão dos alimentos citados acima, a nutricionista Camila de Cássia Rodrigues afirma que para uma alimentação ser considerada equilibrada, ela deve ser composta de alimentos que contenham os nutrientes necessários para manter a saúde do organismo. “Esses nutrientes são os carboidratos, proteínas, lipídios, vitaminas e minerais. Para que possa ocorrer a ingestão de todos esses nutrientes, é preciso fazer o consumo de cereais, carnes, ovos, legumes e verduras todos os dias. No caso dos legumes e verduras, sempre optar pela variedade, pois como já foi visto, cada cor remete a um nutriente diferente, por isso, quanto mais colorido o prato, mais rico em nutrientes será a refeição”.

Como vimos, o uso dos alimentos funcionais também é importante, pois eles ajudam a prevenir doenças e a controlar sintomas de patologias já existentes.



O sabor de todo o Brasil pertinho de você.

**Marcelo Restaurante**

O MARCELO garante em seu restaurante toda qualidade com que sempre trabalhou.

Rua 13 de fevereiro nº 537, Centro, Tatuí-SP

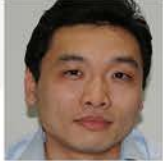




## Por que Prof° Calixto como Coach de Oratória e Relacionamentos!?

- Talvez porque os executivos mais renomados utilizam;
- Talvez porque o seu método teatral é cientificamente comprovado no desenvolvimento da oratória de alta performance;
- Talvez porque ele tenha mais de 6.000 horas de voo como theater executive coach.

### ALUNOS PROF° CALIXTO



#### "Ser eu mesmo"

Foi um dos cursos mais humanizados que já fiz na vida. As teatralizações e vivências permitiram ser eu mesmo em qualquer situação, revelando meu estilo pessoal.



#### "Curso personalizado"

Fiz cursos em Harvard e em Columbia EUA, mas prefiro um curso como o do Prof° Calixto que pode ser personalizado e portanto desenvolvido conforme minha demanda comportamental.

- Cleber Moraes  
CEO - Bematech

### CLIENTES PROF° CALIXTO



### RESULTADOS PROF° CALIXTO NA MÍDIA



#### O ESTADO DE S. PAULO

Estadão comprova eficácia do método do Prof° Calixto para profissionais e executivos.



#### RECORD

Jornal da Record revela como o método do Prof° Calixto possibilita a oratória de alta performance.



Época Negócios entrevista executivos de renome que potencializaram sua performance por meio da oratória com a metodologia do Prof° Calixto.

### AGENDE SUA ENTREVISTA DE DIAGNÓSTICO (S/ CUSTO) E SAIBA COMO:

- Ter **ASTÚCIA POLÍTICA** para lidar com o jogo do poder;
- Utilizar sua **ORATÓRIA** para agenda de contratações e promoções;
- Potencializar sua capacidade de **RELACIONAMENTO** nos diversos níveis.

**ÚNICO MÉTODO TEATRAL CIENTIFICAMENTE COMPROVADO  
RESULTADOS GARANTIDOS OU SEU INVESTIMENTO DE VOLTA**

#### CONTATO

Tel.: 3801-9371

E-mail: [contato@leonardocalixto.com](mailto:contato@leonardocalixto.com)

Site: [www.leonardocalixto.com](http://www.leonardocalixto.com)

Blog do Prof° Calixto - Veja artigos de Executivos e Personalidades da Mídia:  
[www.professorleonardocalixto.com.br](http://www.professorleonardocalixto.com.br)

# Belezas e diversidade no Nordeste brasileiro



*Cidades históricas, belezas naturais e muito mais na região onde é verão o ano todo*

O Brasil possui uma diversidade natural que o torna conhecido mundialmente principalmente pela beleza de suas praias. Neste mês, a Hedar conversou com o casal Roseli e William Amaro, que fizeram um tour por algumas das cidades mais turísticas do nordeste brasileiro. Eles foram em uma época em que em São Paulo ainda fazia frio, e lá encontraram um clima ótimo para curtir muitas praias e passeios todos os dias.

“Amamos o Nordeste, com praias lindíssimas, profissionais preparados para receber turistas e pessoas que acolhem muito bem”, afirma o casal que possui o costume de visitar essa região do país, e já passaram por Salvador, Maceió, Recife, Fortaleza, João Pessoa, Natal, Aracaju, Porto Seguro, e Porto de Galinhas também em Pernambuco.

Tanto Roseli quanto William gostam de praia, e preferem não enfrentar o trânsito do verão de São Paulo, optando assim em viajar para o Nordeste no inverno: “Assim escapamos um pouco do



frio do inverno”, comenta a esposa.

O casal, que morava no Rio Grande do Sul, já conhecia cinco capitais nordestinas e também a cidade de Porto Seguro e para eles, já é de costume viajar para o nordeste, principalmente para fugir do inverno do sul do país no mês de julho ou agosto que é muito rigoroso. Ademais, os dois afirmam: “É muito bom sair daqui e ir para o litoral nordestino, pois suas praias são quase um paraíso. Outra coisa que achamos muito bom é a segurança que tem naquele litoral”.

Com relação aos pontos turísticos que mais chamaram a atenção, eles contam: “Em Natal gostamos muito das praias, Morro do Careca, maior Cajueiro do Mundo e o Forte. Em Fortaleza tem o Beach Park que é um passeio imperdível. A praia do Cumbuco e Canoa Quebrada que além das belezas naturais tem muito artesanato e em Maceió tem muitas casas noturnas com shows”, ou seja, eles provaram que há diversidade para todas as idades e gostos.



Emtec

## APROVEITE AS PROMOÇÕES E VIAJE PELO BRASIL

<p><b>Rio de Janeiro - RJ</b></p>  <p>Rio de Janeiro - 04 dias A partir de: <b>RS 640,00</b></p>	<p><b>Itacaré - BA</b></p>  <p>Itacaré - BA - 08 dias A partir de: <b>RS 870,00</b></p>	<p><b>Fortaleza - CE</b></p>  <p>Fortaleza - CE - 08 dias A partir de: <b>RS 1.200,00</b></p>	<p><b>Foz do Iguaçu - PR</b></p>  <p>Foz do Iguaçu - 04 dias A partir de: <b>RS 788,00</b></p>
<p><b>Bonito - MS</b></p>  <p>*Bonito - MS - 08 dias A partir de: <b>RS 1.548,00</b></p>	<p><b>Manaus - AM</b></p>  <p>MANAUS - 05 dias A partir de: <b>RS 1.718,00</b></p>	<p><b>Natal - RN</b></p>  <p>Natal - RN - 08 dias A partir de: <b>RS 1.108,00</b></p>	<p><b>Jeri e Fortaleza - CE</b></p>  <p>Jeri e Fortaleza - 08 dias A partir de: <b>RS 1.908,00</b></p>

Valores para Março ou Abril 2013 - exceto feriados

**10X sem juros** (entrada a vista + 9X com cheque ou cartão)

Valor de pessoa em apto duplo. Não inclui taxa de embarque. Valores sujeitos a disponibilidade e alteração de valor/forma de pagamento sem prévio aviso., de acordo com o regulamento interno. CONSULTE-NOS SOBRE MAIS DESTINOS!

Rua 13 de Maio, 771, Tatuí-SP / Tel: (15) 3205-8484 Nextel: 89\*30189

www.tatuitur.com.br



# ALIMENTAÇÃO X TPM

*Saiba como amenizar esse sintoma que atormenta a vida das mulheres*

**T**odo mês a maioria das mulheres enfrenta um período de turbulência hormonal. A Tensão Pré-Menstrual, síndrome que se manifesta de catorze a dois dias antes da menstruação, atinge cerca de 80% das mulheres.

Alguns alimentos podem amenizar os sintomas da TPM, mas é também relevante evitar os alimentos que agravam esses sintomas.

Aumente o consumo de alimentos ricos em cálcio, eles ajudam a reduzir o inchaço e as cólicas, pois diminuem a contração muscular dolorosa do útero e a retenção de líquidos. Leite e derivados, verduras verde-escuras, feijão, sardinha, são exemplos de alimentos ricos em cálcio.

As leguminosas como ervilha, lentilha, feijões, soja também aliviam os sintomas da TPM devido ao alto teor de fibras, proteínas e zinco, além disso, ajudam a regular os níveis de açúcar no sangue, estabilizando o humor e a ansiedade. A soja também é excelente, pois é fonte de estrogênio vegetal e alivia os sintomas.

Consuma alimentos diuréticos como chá verde, abacaxi, melancia, pois controlam a retenção de líquidos. Beba no mínimo 2 litros de água ao dia.

Os alimentos integrais como arroz, aveia, pão e cereais são ricos em vitamina B6, combatem o enjoo, náuseas e a retenção de líquidos.

Os alimentos ricos em vitamina E auxiliam na prevenção da cefaleia, dores nos seios e cólicas. Consuma oleaginosas (castanha do Pará, nozes, amêndoas) e abacate.

Reduza a ingestão de cafeína, chocolates e alguns refrigerantes, pois a cafeína presente neles aumenta a ansiedade e a instabilidade emocional.

Modere a ingestão de sal e de alimentos ricos em sódio, como industrializados, enlatados, embutidos, refrigerantes, temperos prontos e molhos prontos. Evite também as bebidas alcoólicas, pois geralmente provocam dores de cabeça, depressão e fadiga. Lembrando que a prática de exercícios físicos também colabora com o controle dos sintomas na TPM.

Roberta Lorenzetti Lourenço  
Nutricionista - CRN 22509



Rodízio de Carnes e também refeição por quilo e balcão de saladas. Almoço e jantar.  
Servimos marmiteix para empresas!



Reservas para festas,  
capacidade 400 pessoas!

Rua Maneco Pereira, 44, Centro, Tatuí-SP Fone: 15 3259-0119

# Dia a dia saudável e sem celulite

*Conheça dicas para eliminar as indesejáveis saliências na pele*

A chegada do verão faz as mulheres se preocuparem ainda mais com o cuidado do corpo. Praia, piscina, e as saídas usando visuais mais livres e ousados fazem parte do cotidiano dessa estação, e por isso, mais ainda, a hora é de malhar, de se alimentar bem para não deixar as gordurinhas e a celulite incomodarem demais.

Mayara Abrantes, esteticista formada na Universidade Anhembí Morumbi, explica que a lipodistrofia genóide, mais conhecida como celulite, é uma alteração do tecido conjuntivo gorduroso, caracterizada por nódulos e depressões subcutâneas causadas pelo repuxamento de fibras que ligam a camada mais profunda com a superficial da pele. Segundo ela, “essa alteração provoca uma compressão dos vasos sanguíneos e linfáticos que dificulta a nutrição celular e favorece o acúmulo de toxinas celulares que

deveriam ser eliminadas através dos vasos linfáticos, e é esse repuxamento das pontes fibrosas que é responsável pelo aspecto “casca de laranja”, característico da celulite”, esclarece a especialista.

Esse problema, diferente do que muitas mulheres imaginam, não está relacionado ao ser gorda ou magra, pode aparecer em todas as pessoas, não estando relacionado à obesidade. Mas, Mayara explica que com o aumento do peso, a celulite aparece mais, pois o aumento das células gordurosas acentua o repuxamento das fibras. “Quando o acúmulo de gordura ocorre de forma excessiva, pode comprimir vasos sanguíneos e linfáticos, levando à formação de edema (inchaço) e fibrose. Nesta situação, a celulite se torna mais grave, formando áreas endurecidas e nodulares e em alguns casos, ocorre inflamação e dor local” completa.

Ainda que ela possa estar relacionada à hereditariedade, problemas circulatórios e alterações emocionais há formas de amenizar seus efeitos, como explica a esteticista: “Pode melhorar quando o tratamento incluir mudança dos hábitos de vida como fazer uma reeducação alimentar, praticar atividade física, não fumar e ingerir bastante água. Além disso, existem algumas interferências estéticas que auxiliam num tratamento completo para combater a celulite. São eles: eletrolipoforese, drenagem linfática, ultrassom, endermologia e vacuoterapia, além de cremes cosméticos com ativos específicos”.

O uso de recursos naturais é apontado por Mayara como ótimos aliados nessa luta. Ela aponta plantas medicinais como a sálvia, menta, espinho branco e o chá verde que são fortes aliados na luta contra a celulite por serem eficazes em eliminar líquidos e toxinas.

37

[www.personalpharma.com.br](http://www.personalpharma.com.br)

farmácia de manipulação  
**Personal  
Pharma**  
*Uma fórmula personalizada*

## CREME REDUTOR DE MEDIDAS PERSONAL PHARMA

*Nenhuma mulher é imune à celulite,  
mas isso não quer dizer que você tem de se render à sua invasão e perder esse verão.*



Matriz: Rua Capitão Lisboa, 663 • Centro • Fone: 15. 3251.2331 | Filial: Av. São Carlos, 234 • Dr. Laurindo • Fone: 15. 3205.3100 • Tatuí • SP

# A arte marcial que antecedeu todas as outras

*Um passeio pelos fundamentos e filosofias do Jiu Jitsu sob a visão de um profissional da região.*

O Jiu Jitsu é uma arte marcial de origem indiana, mas que ficou conhecida no mundo pelo Japão e se popularizou no Brasil há algumas décadas, e desde então, esse país têm promovido a difusão de tal prática através de costumes milenares de defesa pessoal sem a utilização de armas. Essa luta é também considerada a base para esportes mais modernos como o karatê, aikidô e o judô.

A Hadar conversou com Tiago Rodrigues de Andrade, da cidade de Sorocaba, instrutor e faixa marrom do esporte e também de MMA na academia Octavio de Almeida Herman Gutierrez. O jovem de apenas 24 anos pratica Jiu Jitsu desde os 15 devido ao interesse que sempre teve com relação às artes marciais em geral.

Quando perguntado sobre seu interesse pela arte milenar da autodefesa através, principalmente, de origem oriental, ele conta: “Eu e mais dois amigos do colégio assistíamos a um evento chamado Pride de MMA (na época Vale-Tudo) que estava com muita evidência e entre as artes marciais mistas, o Jiu Jitsu se destacava entre as demais, porque os pequenos e fracos ganhavam dos ‘grandões’ e ‘fortões’”, explica Tiago. Segundo ele, esse contraste

chamou sua atenção e o levou a uma academia de Jiu Jitsu, para fazer uma aula experimental. “No dia seguinte já apareci com o quimono. Foi amor à primeira vista” completa o professor.

Todos os esportes promovem benefícios para o corpo, e no caso do Jiu Jitsu não é diferente, Tiago afirma que os treinos proporcionam condicionamento físico, alongamento e, junto a isso, mais qualidade de vida. Além disso, ele complementa: “Seus colegas de treino acabam virando seus amigos fora da academia, eu gosto de dizer que meu relacionamento com os alunos são como de irmãos, amigos de verdade”.

A busca pelo equilíbrio é um dos princípios básicos dessa arte marcial, afinal, o Jiu Jitsu vai além de uma simples luta e passa a ser uma filosofia de vida. “O que o Jiu Jitsu nos ensina com sua cultura oriental é a filosofia do esporte, a hierarquia que deve ser respeitada, lealdade e disciplina com seus colegas e professores, com um pouco de tudo isso nos tornamos, além de um lutador, um cidadão melhor também fora do tatame”, explica o instrutor. Ele também relata: “Como meu mestre Otavio de Almeida Jr.

diz: ‘Seja um faixa preta para sua família não só no tatame’”.

Sobre a diferença do Jiu Jitsu com as demais lutas, Tiago conta que é diferente por se tratar de uma luta disputada no solo sem golpes traumáticos, como seu nome diz, traduzindo para o português como Arte Suave/ Movimento Suave. “O que mais me agrada nessa arte marcial é sua diversidade e respeito pelo seu colega de treino porque eu e meu adversário podemos lutar por horas em um combate super disputado e sairmos intactos, sem nenhum arranhão sequer, isso porque fomos ensinados a respeitar o limite do nosso colega de treino, que nada mais é do que aqueles “três tapinhas” que significam a desistência; nesse momento a luta é parada, sendo assim, podendo ou não começar de novo, com isso você respeita o limite do seu colega, até porque o Jiu Jitsu não tem como treinar sozinho.

Com relação à evolução das faixas nesse esporte, Tiago explica que a ordem é: cinza, amarela, laranja, verde, azul, roxa, marrom e preta, sendo que até a verde o critério usado para a troca são a técnica e a idade do aluno, e a partir daí, a qualidade técnica e o tempo de treino.



# hadar

A Revista Hadar  
deseja um 2013 repleto de felicidade.

**BREVE EM TATUÍ UM NOVO CONCEITO EM ACADEMIA.  
FAÇA A ESCOLHA CERTA VOCÊ TAMBÉM !**

ÁREA DE MUSCULAÇÃO COM 300 M2  
ESTEIRAS, ELÍPTICOS E APARELHOS PROFISSIONAIS DE PONTA  
VESTIÁRIOS AMPLOS COM DUCHA  
SALA DE SPINNING INDIVIDUAL E CLIMATIZADA

**BREVE  
EM  
TATUÍ!**



**APARELHOS  
DE  
PONTA!**

 /SPORTZONE ACADEMIA



# maiores cuidados com **VERÃO**



*Proteger o corpo e usar protetor solar auxiliam na prevenção ao câncer de pele*

**O** verão, a estação mais quente do ano, começou, oficialmente, no dia 20 de dezembro, e as altas temperaturas já chegaram, por isso, os cuidados com a pele devem ser redobrados. Estudos recentes apontam que a exposição aos raios solares deve ser feita com muito cuidado, em muitos casos, antes mesmo das 10 horas, pois o aquecimento global já está fazendo com que o sol esteja forte logo pela manhã.

Para a dermatologista Kátia Takahashi, “as pessoas devem usar tanto a proteção física: roupas adequadas, chapéu ou boné, quanto a proteção química, que são os filtros solares”. Também não podem ser esquecidos os óculos de sol. Afinal, os olhos também sofrem com a luz forte e os raios ultravioletas. Segundo ela, o fator mínimo para uso diário recomendado nos filtros é o de número 30, conforme orientação da Sociedade Brasilei-

ra de Dermatologia. O filtro solar deve ser aplicado no rosto e corpo, a cada três horas, ou toda vez que a pessoa entrar na água. Outra dica importante, e simples, é usar sombrinha e procurar caminhar pela sombra. E quanto aos óculos, é recomendável que você procure orientação profissional, para que possa obter um par de óculos adequado, que filtre principalmente os raios UV. Orientação médica e uma ótica de confiança são indispensáveis.

A médica ressalta que pessoas de pele muito clara, ou que estão em tratamento dermatológico, devem se preocupar com o sol logo de manhã. A dica é usar o protetor solar logo cedo. “Toda pessoa pode usar o protetor solar”, afirma Kátia Takahashi. “O que ocorre é que algumas pessoas têm a pele mais sensível; alguns protetores escorrem à medida que a pessoa sua e podem arder os



## Drog@ria QUINZE

[www.drogariaquinze.com.br](http://www.drogariaquinze.com.br)

Medicamento - Perfumaria - Suplementos

*Drogaria Quinze parabeniza os farmacêuticos pelo seu dia ( 20 de Janeiro ).*



*Protetor Solar.  
Curta seu verão com segurança.*



Rua 15 de Novembro, 878 - Fone - 15.3251.4900 - Tatuí - SP  
 Av. Firmo Vieira de Camargo, 348 - Fone: - 15. 3251.7672 - Tatuí SP  
 Rua José Vieira de Miranda, 761 - Fone: 15. 3246.4000 - Cesário Lange - SP



# RÃO a pele e com os olhos

olhos, dependendo da composição química”. A médica revela, entretanto, que já existem protetores que não ardem os olhos e são mais resistentes ao suor, usados por esportistas, e há também protetores adequados para crianças, a partir dos 6 meses de idade. Outra dica importante é usar um protetor seco e inodoro, mais adequado ao uso diário.

## Mais cuidados

Pessoas de pele mais sensível devem procurar orientação médica para usar o produto adequado, já que existe uma ampla variedade de filtros solares no mercado. Segundo a médica, a pele clara produz menos melanina (pigmento que dá o tom de bronzeado), e é o protetor natural contra o sol, e por isso essas pessoas devem tomar mais cuidado com o sol, sobretudo no verão, pois têm uma tendência maior para desenvolver câncer de pele.

“Normalmente, pessoas muito claras, com histórico familiar de câncer de pele, ou que possuam manchas ou muitas pintas, devem tomar um cuidado ainda maior no verão”, disse a dermatologista. Mesmo quem trabalha em locais fechados, como um escritório, deve tomar cuidado com o sol. “Se a pessoa tomar sol durante 10 minutos para ir almoçar e outros 10 minutos na volta, já são 20 minutos de sol por dia, justamente no horário mais intenso”, contou Kátia Takahashi. A recomendação é usar protetor nas áreas expostas do corpo. “A exposição prolongada é cumulativa e pode causar problemas com a idade, lembrando que, até os 18 anos, recebemos 80% de todo sol que tomamos durante a vida”, disse a médica, ressaltando o aumento da incidência de câncer de pele na população. Um dos fatores que contribuem para esta situação é o aquecimento global. A

incidência maior é a partir dos 40 – 50 anos, principalmente em quem tem pele clara.

## Perigo

O bronzeamento artificial, produzido pelas câmaras artificiais, está proibido, pois foi comprovado pela SBD que as câmaras provocam câncer de pele. “As câmaras foram proibidas pela Sociedade Brasileira de Dermatologia”. O melhor meio de prevenir câncer de pele é evitar a exposição cumulativa ao sol forte.

“Sol não é para torrar, é preciso haver moderação”, afirma a dermatologista. Segundo ela, 70% dos casos de câncer de pele são curáveis, do tipo basocelular; basta procurar o especialista e acompanhar a doença, podendo a pessoa levar uma vida normal. “O importante é o diagnóstico precoce”, finalizou Kátia Takahashi.

41

# ÓTICAS | CAROL

Inaugurou em Boituva no dia 20/12/2012 a mais nova Óticas Carol, trazendo para a cidade todo seu KNOW-HOW em óculos de sol, grau e lentes de contato. Contará com as melhores marcas e produtos para trazer satisfação e confiança ao público além da comodidade do estacionamento próprio.



## Venha nos conhecer!

Loja I: Praça Santa Cruz, 113-B, Centro, Boituva - SP Tel: (15) 3263-4515  
Loja II: Praça da Matriz, 55, Centro, Tatuí - SP Tel: (15) 3205-1728  
Loja III: Travessa das Pracinhas, 59, Centro, Tatuí - SP Tel: (15) 3251-2763

Feliz

# 2013

Sucesso, Paz e Saúde  
a todos os amigos  
e clientes!



**VEDACIT**  
**BIANCO**  
18 lt  
por apenas  
**R\$ 142,49**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 16,32**



**VEDACIT**  
**VEDACIT**  
18 lt  
por apenas  
**R\$ 61,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 7,10**



**VEDACIT**  
**VEDAPREN PAREDE**  
18 lt  
por apenas  
**R\$ 144,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 16,61**



**Forro de PVC Branco Real PVC**  
Barras de 4 mt, 5 mt, 6 mt e 7 mt  
por apenas  
**R\$ 11,49 m<sup>2</sup>**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 1,32**

**Caixa de Luz Real PVC**  
Amarela 4x2  
por apenas  
**R\$ 0,89**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 0,10**



**Tubo Corrugado REAL PVC Amarelo mt**  
à vista em 3x ou em 10x de  
1/2" **R\$ 0,69** ou **R\$ 0,08**  
3/4" **R\$ 0,99** ou **R\$ 0,11**  
1" **R\$ 1,49** ou **R\$ 0,17**



**Argamassa Quartzolit Externa AC II 20 kg**  
por apenas  
**R\$ 18,90**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 2,16**



**Argamassa Quartzolit Porcelanato Interna 20 kg**  
por apenas  
**R\$ 23,90**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 2,74**



**Argamassa Quartzolit Piso sobre Piso Interno 20 kg**  
por apenas  
**R\$ 25,90**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 2,97**

**22 CORES** Disponível  
**Esmalte CORALIT**  
0,900 ml  
por apenas  
**R\$ 15,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 1,83**



**Esmalte CORALIT**  
3,600 gl  
por apenas  
**R\$ 52,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 0,07**

**Verniz Neutrex Castanho Avermelhado**  
0,900 ml  
por apenas  
**R\$ 17,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 2,06**



**Verniz Neutrex Castanho Avermelhado**  
3,600 ml  
por apenas  
**R\$ 59,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 6,87**



**Pinta Piso CORAL**  
18 lt  
por apenas  
**R\$ 119,90**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 13,73**

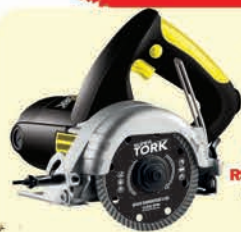
**Verniz Extra Brilhante**  
0,900 ml  
por apenas  
**R\$ 16,49**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 1,89**



**Verniz Extra Brilhante**  
3,600 ml  
por apenas  
**R\$ 54,49**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 6,24**



**Latex CORALATEX**  
18 lt  
por apenas  
**R\$ 166,90**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 19,12**



**Serra Mármore Super Tork**  
1.200W  
CCT04 220V  
por apenas  
**R\$ 222,90**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 25,53**



**Furadeira Impacto Super Tork**  
3/8 500W  
TP310 127V/220V  
por apenas  
**R\$ 154,90**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 17,74**



**Serra Circular Super Tork**  
7 1/4 1.200W  
220V  
por apenas  
**R\$ 398,90**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 45,69**

**LINHA PROFISSIONAL 100% ROLAMENTADA com 1 ANO de GARANTIA**



**Bloco 14x19x29cm milheiro**  
por apenas  
**R\$ 859,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 98,51**



**Bloquinho 11,5x14x24cm milheiro**  
por apenas  
**R\$ 379,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 43,53**



**Tijolo Baiano 9x19x19cm milheiro**  
por apenas  
**R\$ 389,99**  
à vista em 3x ou em 10x de **R\$ 44,67**

Acesse nosso site:  
[www.redacaetano.com](http://www.redacaetano.com)

Ofertas válidas de  
**1 a 26 de Janeiro/2013**  
ou enquanto durarem nossos estoques



# PISOS e REVESTIMENTOS

**Lume**  
Piso LUME Extra

33x51 Ref. Ls512 PEI 4  
33x51 Ref. Ls520 PEI 4  
33x51 Ref. Ls531 PEI 4

por apenas **R\$8,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

**MEGA PROMOÇÃO**  
Toda a linha Splendor com 18 modelos disponíveis por apenas **R\$8,90**

43x43 Ref. 43519 PEI 4

**SAVANE**  
Piso SAVANE Extra

40x40 Ref. Betim Verde PEI 3  
40x40 Ref. Palmas Verde PEI 4  
40x40 Ref. Foz Iguaçu Tabaco PEI 3  
40x40 Ref. Niterói Bege PEI 4

por apenas **R\$7,99**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$0,91

Piso FORTALEZA Extra **ICF**

31x43 Ref. 2866 PEI 3  
31x43 Ref. 3185 PEI 3  
45x45 Ref. 4385 PEI 4  
45x45 Ref. 43227 PEI 5

por apenas **R\$7,99**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$0,91

**ARTEC**  
Piso ARTEC Extra

45x45 Ref. 4549 PEI 4  
45x45 Ref. 4528 PEI 5  
45x45 Ref. 4516 PEI 3  
33x54 Ref. 54012 PEI 4

por apenas **R\$8,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

**Majopar**  
Piso MAJOPAR Extra HD

32x57 Ref. HD 4001 PEI 3  
32x57 Ref. HD 4002 PEI 3  
50x50 Ref. HD 3006 PEI 4

por apenas **R\$12,49**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,43

por apenas **R\$13,49**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,54

**Lume**  
Piso LUME Extra

47x47 Ref. Fama 14  
47x47 Ref. Fama 11  
47x47 Ref. Fama 09  
47x47 Ref. Fama 07

por apenas **R\$12,99**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,49

**LPA**  
Piso AVARÉ Extra

31,5x31,5 Ref. 5100 PEI 4  
31,5x31,5 Ref. 10950 PEI 4  
31,5x31,5 Ref. 10700 PEI 4

por apenas **R\$7,49**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$0,86

**CEDASA**  
Piso CEDASA Extra

32x45 Ref. Bari Branco II PEI 2  
45x45 Ref. Bari Branco PEI 4  
45x45 Ref. Marmo Romano PEI 4  
45x45 Ref. Gramado PEI 4

por apenas **R\$8,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

**bellacer**  
Piso BELLA CER Extra

32x45 Ref. 5150 PEI 2  
45x45 Ref. 20103 PEI 4  
35x35 Ref. 10009 PEI 2  
45x45 Ref. 20083 PEI 5

por apenas **R\$8,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

**Vista Bella**  
Piso VISTA BELLA Extra

32x45 Ref. 11007 PEI 2  
32x45 Ref. 11020 PEI 2  
45x45 Ref. 12020 PEI 4  
45x45 Ref. 12017 PEI 4

por apenas **R\$8,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

**Via Ápia**

30x57 Ref. HD VA57036  
30x57 Ref. HD VA57035  
30x57 Ref. HD VA57009 PEI 3  
30x57 Ref. HD VA57005

por apenas **R\$15,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$1,82

## PORCELANATO

Porcelanato VIA ROSA Extra **ViaRosa**

31x58 Ref. BR 58105  
31x58 Ref. BR 58000  
54x54 Ref. 54105 PEI 4  
54x54 Ref. 54000 PEI 4

por apenas **R\$27,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$3,20

**Ullian** portas e janelas

Porta de Abrir Lucasa Básica 1,0x1,5 o/Grade Ref.: 2132-0  
por apenas **R\$239,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$27,48

Porta de Abrir Lucasa Básica Laminada Ref.: 1414-1E 1414-2D  
por apenas **R\$229,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$25,33

Porta de Abrir FACILITA Mista o/Vidro Inteiro Ref.: 1745-1E 1745-2D  
por apenas **R\$385,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$44,20

Porta de Abrir Riobrás Laminada Ref.: 1522-1E 1522-2D  
por apenas **R\$126,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$14,54

**FLEX**

Veneziana de Correr Elo Lucasa Premium 1,0x1,5 o/Grade Ref.: 2410-0  
por apenas **R\$528,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$64,58

**LUCASA** portas e janelas **Facilita** Ullian

Garantia LUCASA FACILITÁ de 6 anos. Voce instala e esquece. Garantia contra corrosão.

Pronta para instalar. Pintura de acabamento, vidro e acessórios instalados. Mais rapidez, melhor acabamento, economia e comodidade.

Vitrô de Correr Central FACILITA Gr. Elo 1,0x1,5m Ref.: 3545-0  
por apenas **R\$456,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$52,34

Porta de Abrir FACILITA Gr. Elo Postigo Ref.: 1753-1E 1753-2D  
por apenas **R\$525,90**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$60,24

Veneziana de Correr Central FACILITA Gr. Elo 1,0x1,5m Ref.: 2760-0  
por apenas **R\$472,49**  
à vista em 3x ou em 10x de R\$54,12

ACEITAMOS

VISA Cheque-Pre MasterCard

Trav. Romeu Pichoti, 532 Fone: (15) 3322-5000  
**Tatuí - SP**

Rua Juvenal de Campos, 593 Fone: (15) 3332-8900  
**Tatuí - SP**

Rua Manoel de Lara, 295 Fone: (15) 3287-8900  
**Capela do Alto - SP**

Rua Cel. Eugênio Mota, 985 Fone: (15) 3363-8777  
**Boltuva - SP**

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

Rua Quilombo Bracativa, 084 Fone: (15) 3474-9100  
**Itapetininga - SP**

Avenida Brasil, 185 Fone: (15) 3268-4600  
**Corquilha - SP**

Rua Onze de Agosto, 693 Fone: (15) 3265-9292  
**Tatuí - SP**

# A luta por alimentos sem química

*Os agrotóxicos que chegam à mesa dos brasileiros através da alimentação*

**A**té o momento de chegar à mesa, os alimentos que são diariamente consumidos pelas pessoas passam por uma série de processos antes de estarem prontos para o consumo. E, isso também acontece com aqueles de origem vegetal, por mais que pareçam não industrializados, hoje em dia há uma série de produtos químicos que visam garantir a efetividade da produção na agricultura.

Controlar e fiscalizar o uso dos pesticidas agrícolas, também chamados de agrotóxicos ou de “defensivos agrícolas” – como forma de amenizar o efeito que a palavra tóxica provoca no consumidor –, é dever do estado e principalmente dos organismos de vigilância sanitária, uma vez que tais alimentos ingeridos diariamente prejudicam a saúde das pessoas e afeta diretamente o meio ambiente.

A busca pelo aumento da produtividade da agricultura brasileira, fortemente incentivada pelo Plano Nacional de Desenvolvimento de 1975, dava crédito rural aos agricultores, os incentivando a comprar agrotóxicos para controlar parasitas e eliminar pragas agrícolas. Com o passar do tempo, essa prática foi se tornando comum e aceita na sociedade brasileira, colocando o país nos primeiros lugares no ranking do uso de agrotóxicos.

Felizmente, com o passar do tempo, entidades da sociedade civil, movimentos sociais, ambientalistas, organizações ligadas à área da saúde, estudantes e pesquisadores vêm lutando através de campanhas contra

a utilização desses compostos na agricultura. A promoção dos produtos orgânicos por meio da divulgação de seus benefícios para a saúde e para a natureza é constante alvo de trabalhos de incentivo aos pequenos produtores que ainda não caíram na onda de usar química nos alimentos.

O dia 11 de janeiro foi escolhido como a data nacional do controle de agrotóxicos

por ter sido a data, no ano de 2000, em que se regulamentou a primeira Lei dos Agrotóxicos, através do Decreto Federal Nº 98.816. Desde então, oficialmente, o governo brasileiro passou a aplicar políticas voltadas à conscientização sobre o uso dos pesticidas na prática agrícola, ainda que os grandes produtores não acatem a tais medidas.



**CASA DE ASSADOS  
BOMMINEIRO**

A referência em nobres assados

Assado de Rã  
Assado de Coelho  
Assado de Codorna  
Assado de Javali  
Picanha na Manteiga  
Sardinha à Portuguesa  
Pão com Queijo  
Linguiça de Cordeiro  
Lombinho com queijo

Reservas com antecedência de 8 horas

Rua 15 de Novembro, 1181, Centro, Tatuí-SP Fone: 15 3259-7919

**Lanchonete & Pastelaria  
TAMBELLI**

O difícil vai ser resistir à tanta tentação



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

# Oportunidades Desperdiçadas

*Use o que você já tem*

O tolo busca oportunidades, longe, mas o INCOMUM cava sob os próprios pés. A abelha produz o mel a partir da flor. A aranha usa a mesma flor para produzir veneno. Assim também agem os seres humanos: alguns desperdiçam e desprezam as coisas comuns (retalhos de couro, limalhas de ferro, restos de tecidos, latas vazias de tintas e produtos químicos, sobras de algodão), enquanto outros usam essas mesmas coisas para fazer fortunas. É muito difícil você encontrar uma coisa que, sendo útil para o bem-estar e saúde das pessoas (móveis, apetrechos, ferramentas, peças de roupas, um tipo qualquer de comida), não possa ser aprimorada e aperfeiçoada a ponto de poder gerar uma fortuna. As forças da Natureza estão ao nosso redor, sempre pedindo para serem usadas e aproveitadas a serviço dos seres humanos (assim como o raio, a água e o vento, por exemplo). Há oportunidades excelentes esperando em cada lugar por um olhar focado e positivo que as descubra. As pessoas que mais ganham dinheiro são aquelas que descobrem do que o mundo precisa e atendem tais necessidades. Você JAMAIS RECEBERÁ NOVAS FERRAMENTAS até que use plenamente as que já lhe foram dadas pelo seu Criador. Existem milhões de oportunidades ao seu redor, agora mesmo. Os SERES INCOMUNS “enxergam” coisas que ainda não existem e “sonham” com elas. Mas os medíocres e néscios só conseguem enxergar o próprio umbigo, e reclamar dele. Quebre as correntes que ainda lhe prendem! Seu Futuro já começou.

*“Tomaz Edison começou seus experimentos num vagão de bagagem na estrada de ferro Grand Trunck, quando ainda era um simples entregador de jornais” (Orison Sweet Marden).*

Ivan Maia  
Treinador Emocional  
ivan@ivanmaia.com.br



**2013** Desejamos a todos os  
nossos clientes e amigos  
um ano novo de muitas  
conquistas e sucesso!

**Tatuífácil.com.br**

# ANO NOVO

**O** ano pode ser novo, mas os desejos e projetos quase sempre são os mesmos. A cada 365 dias, as pessoas se enchem de esperança e vontade de mudar de atitude, de hábitos... Enfim, mudar de vida. Alguns desejos e promessas são quase universais. Entrar em forma e emagrecer, por exemplo, estão presentes na maioria das listas. Viver um grande amor e abraçar novas oportunidades também.

“Espero um ano realmente novo e cheio de oportunidades”, afirma a redatora publicitária Marta Porto, que deseja recomeçar em 2013, atuando na profissão e resgatando “algumas coisas que perdi, como minha independência financeira, por exemplo”. Voltar ao peso ideal também está nos planos de Marta, que é formada pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-CAMP). Para ela, 2012 foi um ano bom “para os outros”, sem esconder que não sentirá falta do ano recém-terminado.

Encontrar um grande amor em 2013 é um dos projetos da médica pediatra Mônica Guarnieri Machado. “Este é o tipo de

projeto que não adianta planificar... Mas está sempre presente nos nossos sonhos!”, afirma a médica, bem-humorada, ressaltando que “seria ótimo se ele (o grande amor) chegasse junto com 2013”. Ela também quer perder “aqueles cinco quilinhos a mais que incomodam muito. Neste ano, vou fazer!”, garante Mônica.

Para a médica, que trabalha fora do Brasil e está passando férias na casa de parentes em Itapetininga, 2013 será ideal para “amar muito e em todos os minutos desse ano novinho em folha que se inicia... cheio de minutos que ainda não foram vividos e que nos aguardam! Quanta responsabilidade! Quanta surpresa! O inesperado é sempre muito mais do que bem-vindo!”, diz Mônica, esbanjando otimismo.

Ela espera que a violência em nosso país diminua, pois considera este o maior problema social do Brasil no momento. A médica também espera diminuição nas diferenças sociais e o desenvolvimento de mais projetos na área social.

Para Mônica, o ano de 2012 “foi muito





# VIDA NOVA?

A cada início de ano, as pessoas fazem planos, projetos e promessas

47

bom, cheio de experiências maravilhosas”.

O ano que terminou também foi bom para o escritor Carlos da Terra. Ele espera que, no mínimo, 2013 seja igual. Terra, que viveu os anos duros da ditadura militar, avalia que 2012 foi bom porque o país manteve “estabilidade política”.

## Trabalho

A jornalista Mônica Chiroso estabeleceu como meta para 2013 “trabalhar e melhorar cada vez mais meu desenvolvimento profissional. Penso que tudo tem a hora certa para acontecer, por isso, o que for para acontecer em 2013, assim será. Espero dias melhores, de paz, amor e mais compreensão entre as pessoas”. Para a jornalista, 2012 foi “um ano positivo, cheio de conquistas e realizações. Inclusive no âmbito político administrativo, com tantos corruptos sendo condenados e, principalmente, sendo descobertas tantas falcatruas”.

Também no campo profissional, Vágner Fregoneze, assessor de imprensa da prefeitura de Cerquillo, avalia o ano de 2012 como

“bastante produtivo. Foi um ano que cresci muito profissionalmente e pessoalmente”. Entre seus objetivos para o ano que começa está fazer o curso de Direito. “Depois de me formar em jornalismo, área que atuo há seis anos e que pretendo seguir atuando por mais tempo, vou dividir a atenção com a carreira jurídica”. Ele espera que 2013 seja “de muita paz, saúde, alegria, sucesso. E desejo realmente um mundo melhor, com mais igualdade para todos”.

## Empresas

Para as empresas, o novo ano também está repleto de expectativas e planos. A Rede Caetano, de Tatuí, um dos maiores grupos no segmento de materiais para construção, com lojas em Cerquillo, Capela do Alto, Itapetininga e Boituva, deverá passar por ampla reestruturação, ficando de cara nova. A Rede espera concluir em 2013 o seu Centro de Distribuição. “A nova data para a conclusão é o mês de março”, informa o empresário Jonas Caetano Filho. Com a reestruturação e o crescimento do ramo de materiais para

construção, Caetano prevê um crescimento de 10% no faturamento da rede, em relação ao ano de 2012.

“O ano foi muito bom, poderia ter sido excelente, mas foi bom”, avalia o empresário sobre o ano que terminou há pouco, e ele deixa uma mensagem a todos: “nunca desista! Acredite sempre! É assim que as coisas acontecem”.

“A Soberano Investimentos, em 2013, terá como objetivo trazer ainda mais oportunidades na área financeira, sempre com o foco em oferecer para o cliente os melhores produtos de setor de investimentos, mostrando efetivamente a importância de se ter uma assessoria financeira qualificada”. A afirmação é de Rodolfo Hessel Fanganiello. Junto com Eduardo Augusto Reichert e Andre Barbosa Montel, Fanganiello montou a Soberano, há cerca de um ano, e afirma que, em 2013, “o escritório continuará com a busca contínua por capacitação nas mais diversas certificações do mercado financeiro, aprimorando ainda mais a equipe para assessorar o cliente na tomada de decisão”.

Para o ano novo, o empresário acredita em um “mercado financeiro cada vez mais consolidado e estável, com novas oportunidades de investimentos e a Soberano vai continuar desmistificando todo o cenário para facilitar as escolhas do cliente”. Sobre 2012, Fangariello diz olhar o ano “com muito carinho”, por ser o primeiro ano de vida da Soberano. “Foi uma jornada com muitas conquistas e feedbacks positivos em relação aos produtos financeiros e o nosso principal diferencial, a assessoria private”.

“Nesta época de novas promessas e objetivos, procure mudar a maneira como trata seus investimentos, fuja do generalismo do banco que oferece produtos que, em sua maioria, não são vantajosos para você. Procure um especialista em investimento e que saiba identificar no mercado as melhores oportunidades”, aconselha o empresário, ao deixar uma mensagem aos leitores.

A Região como um todo viveu, e está vivendo, um bom momento com relação ao almejado crescimento econômico e a atração de empresas. Há cerca de dois anos, por exemplo, Tatuí recebeu a Guardian, gigante do setor de vidros. Sorocaba abriga, desde agosto último, a fábrica da Toyota. A chegada da montadora japonesa está mudando o perfil não apenas da cidade, mas também da Região. Cidades próximas, como Porto Feliz, já sentem o impacto positivo do mega investimento, pois a fábrica consumiu US\$

600 milhões e gera 1,5 mil empregos diretos, ocupando uma área de quase quatro milhões de m<sup>2</sup>, entre Sorocaba e Porto Feliz. Além da montadora, há projetos de ampliação do setor sorocabano de shoppings centers.

Em escala mais modesta, Itapetininga espera receber novas indústrias em breve. Um dos projetos mais aguardados é a instalação de um grande laticínio em área próxima ao rio Itapetininga, às margens da rodovia SP127.

Esses investimentos vêm ao encontro dos antigos anseios da população de geração de empregos e renda para as cidades, melhorando a qualidade de vida de todos. E por falar em qualidade de vida, é importante frisar que, embora deseje o crescimento econômico, a sociedade não abre mão da preservação do Meio Ambiente. A própria fábrica da Toyota é exemplo disso, construída dentro do conceito EcoFactory, que prevê, entre outras ações, a redução dos resíduos gerados e o reaproveitamento das águas pluviais.

#### Mais novidades

2013 será mesmo um ano cheio de novidades. A cadeia de fast food Habib's, ampliará sua participação no mercado regional, inaugurando loja na cidade de Tatuí.

A franquia deverá se instalar na Avenida Pompeu Reali, numa área de 1.570 m<sup>2</sup>, próximo do Posto Comendador Morro Grande. O restaurante terá 405 m<sup>2</sup> de área construída e capacidade de 176 lugares, mais salão de festas e playground infantil, estacionamento e drive thru. A área total é de 6.105 m<sup>2</sup>. Um investimento de R\$ 1,7 milhão. O empreendimento deverá gerar 50 vagas de

emprego. A inauguração é prevista para meados de 2013.

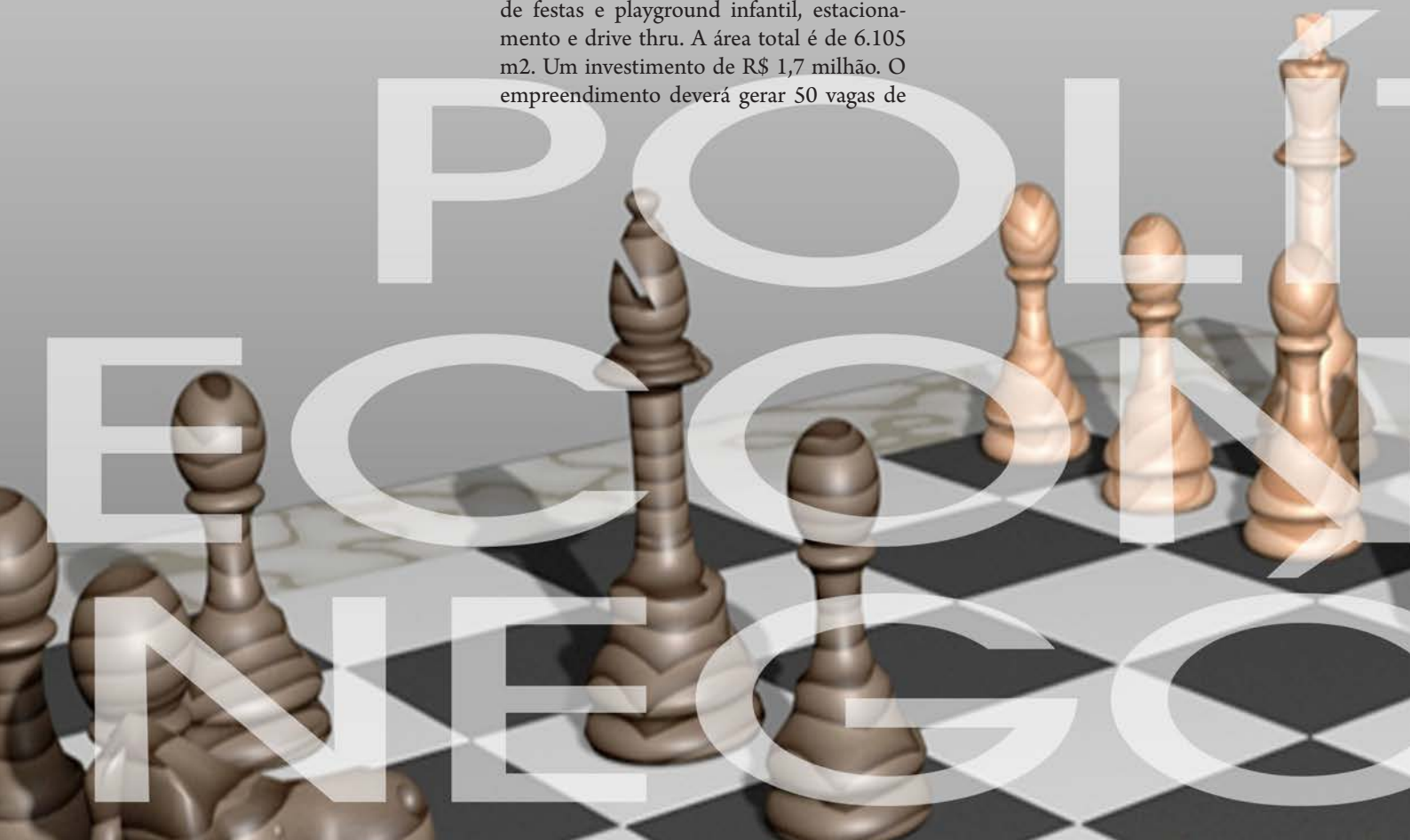
Tatuí receberá também uma nova indústria do setor automotivo (fabricante de carrocerias de caminhão). Com investimentos de R\$ 75 milhões, a empresa gerará 450 empregos diretos e 250 indiretos. Inicialmente, as vagas deverão ser preenchidas por candidatos do município. A previsão é de que a indústria entre em operação até o final de 2013.

A empresa Noma do Brasil produz carrocerias de caminhão e está abrindo sua segunda fábrica no país. De acordo com o presidente, Marcos Noma, Tatuí foi escolhida por sua posição estratégica. “A proximidade com a capital foi um fator importante, além de Tatuí estar perto das cidades de Sorocaba, Campinas e Piracicaba. Isso vai agilizar nossas entregas e aumentar nossa capacidade produtiva para atender à forte demanda dos próximos anos”.

Ainda segundo a direção da empresa, os funcionários deverão receber treinamento em meados de 2013, e estarão aptos a trabalhar na nova fábrica até o final do ano.

#### Como será 2013

Este será certamente um ano promissor, com muitas novidades. A primeira delas, embora um tanto óbvia, é muito boa: o mundo não acabou em 2012, como previram algumas pessoas, baseadas em uma interpretação do calendário maia. A interpre-





tação está equivocada, segundo estudiosos. O que os maias previram, na verdade, seria o fim de um ciclo e o início de outro. Ou seja, o ritmo normal da vida segue adiante. Portanto, se você deixou de pagar aquela conta, na certeza de que o apocalipse iria acontecer... Ops! Agora terá de pagar com juros. O Juízo Final pode até acontecer, mas as contas têm de estar em dia.

Brincadeiras à parte, o nosso país dá sinais que está amadurecendo. O julgamento do mensalão foi realmente um divisor de águas e mostrou que o Supremo Tribunal Federal é a grande arena de debates do povo brasileiro. As discussões e diferentes formas de interpretação da lei representam as diversas formas de pensar do brasileiro. Mais até do que o próprio Congresso Nacional, que parece atuar com interesse muito maior em questões corporativas do que dar uma resposta satisfatória à sociedade brasileira. O simples fato de o presidente da Câmara dos Deputados, Marco Maia, aventar a possibilidade de não obedecer ao STF no que diz respeito à perda imediata do mandato dos condenados no julgamento, mostra bem isso.

Não é apenas o Brasil que está mudando, o mundo também. As grandes potências mundiais estão passando por momentos difíceis e o tabuleiro de xadrez do poder está com novas peças, que ganham mais influência a cada dia. Novas lideranças estão surgindo e o nosso país está entre elas.

Claro que muito ainda há a ser feito. Aqui, a presidente Dilma conduz o país no caminho certo, ainda que o esperado crescimento econômico esteja aquém do previsto. Mas,

pelo menos, o Brasil está crescendo. Entre as possibilidades, está o aguardado início de produção do pré-sal, o mega campo petrolífero que poderá desequilibrar a balança comercial a nosso favor. Além disso, temos o etanol, o combustível renovável e ambientalmente correto.

Em termos políticos, o Brasil se mostra maduro, estável, como bem lembrou Carlos da Terra. O país possui problemas, como a violência, mas as instituições estão bem estruturadas. A nação segue em frente. Ao contrário de alguns vizinhos nossos, que insistem em manter um modelo de estado centralizador, quase ditatorial, disfarçado de democracia. Basta ver a briga entre o governo de Cristina Kirchner na Argentina e sua tentativa de controlar a imprensa local. Essa batalha ainda vai longe, mas, pelo bem da liberdade de informação, vamos torcer para que o governo perca.

Em outro extremo, nos Estados Unidos, conhecido pela liberdade proporcionada aos seus cidadãos, deverá discutir meios para melhor controlar a venda de armas no país, marcado por violentos tiroteios; ações completamente sem sentido que fazem dezenas, senão centenas, de vítimas inocentes. O presidente Barack Obama deverá assumir a liderança deste debate. Símbolo de mudanças, ele foi escolhido pela revista Time como a personalidade do ano.

2013 também deverá ser o ano em que a presidente Dilma Roussef aumentará sua liderança e sua popularidade, dentro e fora do Brasil. Afinal, em seu governo, o país aumentou as reservas estratégicas de dólares,

desonerou a folha de pagamento e reduziu o custo de energia elétrica, tudo para atrair investimentos. O Brasil pode ser, também, o primeiro país a derrotar a epidemia da AIDS. E pode, nos próximos anos, declarar o fim da doença. A previsão é do médico brasileiro Luiz Loures, que deve assumir em janeiro a vice-diretoria executiva da Unids, órgão da ONU (Organização das Nações Unidas) para o combate à síndrome. Ele também assumirá o cargo de secretário-geral assistente da ONU; Apesar das críticas ao programa brasileiro contra a AIDS, o Brasil está um passo a frente de muitos países no tratamento da AIDS. Ponto para o nosso país. Mais um motivo para acreditarmos que 2013 será de fato um divisor de águas. Até porque há os que acreditam que o mundo ainda corre riscos e poderá deixar de existir em maio de 2013, mais precisamente no dia de Pentecostes. Resta esperar.

E assim caminha a humanidade, embora o mundo não tenha acabado em 2012, os cientistas sabem que isso irá acontecer um dia e já tem até data marcada: daqui a uns cinco bilhões de anos, o tempo de vida previsto para o Sol, a nossa estrela. Quando ele se extinguir, haverá uma enorme explosão. E com ela, tudo perto do Sol será destruído, inclusive este pequeno planeta chamado Terra. Mas até lá...





# O cenário mundial em 2013

## *Mudanças profundas devem vir por aí*

**S**e você está lendo este texto, é porque o mundo não acabou no dia 21 dezembro de 2012, ao contrário do que previam os maias (eles, sim, desapareceram há muito tempo) e para desilusão de muita gente.

Bem, como o mundo continua aí, nos resta apenas refletir sobre como ele será em 2013, pois o fim de 2012 nos trouxe muitas surpresas. A primeira delas é o reconhecimento da Palestina como estado observador pela ONU (Organização das Nações Unidas). Uma decisão histórica que pode ser tanto um passo para a paz no Oriente Médio, quanto um passo para aumentar ainda mais a tensão na região.

Terá sido mera coincidência que logo depois desta notícia, Israel tenha anunciado a liberação para a construção de mais assentamentos na Faixa de Gaza? Ou também será por mero acaso que um dos fundadores do grupo radical Hamas, exilado no Qatar há anos, tenha escolhido justamente esta época do ano (dezembro) para visitar a Faixa de Gaza e dizer publicamente que nunca reconhecerá o estado de Israel.

E não pensem que este é um assunto restrito àquela parte do planeta. Com a ajuda das redes sociais, os insatisfeitos, os exclu-

ídos, os marginalizados e os que se sentem de alguma forma ludibriados, se organizam e espalham suas ideias e protestos ao redor do mundo quase em tempo real.

Vejam o caso da Síria, por exemplo, com o trabalho da imprensa cerceado, se não fossem os vídeos amadores postados na internet, jamais teríamos uma ideia da verdadeira guerra civil na qual o país está mergulhado. E deve começar 2013 assim, lamentavelmente.

O mundo sobreviverá a 2012, mas terá uma outra fisionomia. Novas peças e jogadores deverão estrear no grande tabuleiro de xadrez internacional. A China continuará crescendo a taxas muito boas, porém em um ritmo menor do que no passado. Como futura megapotência mundial, é natural que o resto do mundo acompanhe atentamente o desenvolvimento chinês. Afinal, se o gigante parar, isto trará repercussões para praticamente todos os países do mundo.

Na Europa, a crise deve continuar em 2013, para desespero dos governantes e da população. Os protestos também continuarão acontecendo, talvez de maneira ainda mais intensa do que hoje. Até a poderosa Alemanha pode ser abalada, pois o país já avisou que não

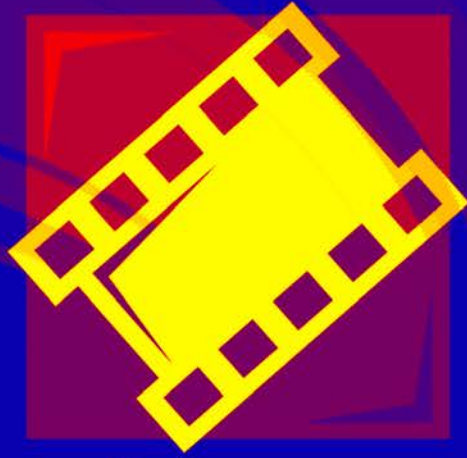
pode levar a Europa toda nas costas.

Do lado de cá do Equador, as condenações dos envolvidos no mensalão e as ações impecáveis da Polícia Federal e do Ministério Público mostram que o Brasil está mudando e que aquela ideia de que tudo acaba em pizza pode ficar no passado. Claro que ainda há muito por fazer, mas diz um ditado chinês (até os ditados eles estão dominando!) que uma jornada de mil quilômetros começa com o primeiro passo. Mostrar que o Brasil é um país sério é o primeiro passo da nossa jornada rumo a um lugar de destaque no cenário mundial. E o mundo não vai acabar por isso.

Ora, nem a desistência de Hugo Chávez, o presidente quase eterno da Venezuela, que não disputará nenhuma nova eleição, é suficiente para provocar uma catástrofe mundial que resulte no fim da vida na Terra.

Portanto, siga sua vida normalmente, mas com os olhos atentos ao que acontece em sua volta. O mundo está mudando rapidamente. E precisamos estar preparados para as mudanças. Enfim, esperemos que 2013 seja repleto de mudanças, com a humanidade caminhando para frente, em harmonia com o planeta.

# cultura



CULTURA

CULT

# ENCANTAMENTO

Desliza meu olhar no firmamento  
Calmo. Minh' alma trêmula incendeia,  
Ao te ver e sentir teu acalento.  
Tua voz soa meiga, de amor cheia.

Invade-me uma paz, e o encantamento  
Se espalha. A luz da lua te prateia.  
Resplandece em meu peito um sentimento  
Febril. É o amor sôfrego sem peia.

Um ardente calor meu ser domina...  
Aspiro teu perfume lentamente,  
E o coração, feliz, amor dardeja.

Há uma sensação mágica, divina,  
Ao sentir teu carinho caliente  
E tua boca rubra que me beija.

*Maria do Carmo Marques Ramos  
(Carminha)*

[www.chaveirogilson.com.br](http://www.chaveirogilson.com.br)



**CHAVEIRO**  
**Gilson**<sup>®</sup>  
**A CASA DAS CHAVES**

Chaves em geral  
Chaves codificadas  
Remapeamento de módulos  
Recursos eletrônicos  
Máquinas de alta precisão.



**ATENDIMENTO 24 HORAS**  
com rapidez e eficiência.

Tel.: (15) 3272-6086 | (15) 3275-4600 | (15) 9782-0869  
Rua Capitão José Leme, 751 - Centro - Itapetininga - SP



**PARAÍSO**  
VIDRAÇARIA

Box padrão (pronta entrega)  
Tampo  
Espelhos  
Box de Acrílico

Fechadas  
Parabrisas  
Molduras

Vidros Temperados nas cores  
fumê | verde | bronze | incolor

(15) 3251 - 7764  
Rua Maneco Pereira 503 - Tatuí

(15) 3251 - 5199  
Rua 15 de Novembro, 1845 - Tatuí



# Tempo para Educar

*Seus filhos... Você tem tempo para eles?*

**V**ivemos em um mundo onde os valores estão invertidos em relação à educação dos filhos.

Em função da necessidade dos pais estarem ausentes pelo trabalho, que exige grande parte do tempo fora de casa, os filhos acabam sentindo a falta que fazem os pais, que por consequência não acompanham de perto cada detalhe e aspecto do desenvolvimento dos filhos.

Os pais, além de provedores, são também responsáveis pela formação do caráter que se dá através de orientações e muito pelo exemplo transmitido.

Valores que em tempos passados eram essenciais como honestidade, respeito, res-

ponsabilidade, obediência, entre outros, hoje, se tornaram obsoletos. O mais importante agora é aproveitar, na companhia dos filhos, o pouco de tempo que resta aos pais. Com isso a liberalidade e a não correção de atitudes e hábitos acontecem com mais frequência. Por esses e outros motivos, sugerimos aos pais que, ao buscarem uma Escola para seus filhos, avaliem com todo cuidado os princípios e valores que serão transmitidos aos mesmos. Uma boa educação no ambiente escolar pode contribuir de forma significativa para a formação do caráter dessa nova geração.

Parabenizo em especial aos pais que ainda buscam tempo para dedicar aos filhos e,

através do exemplo positivo, ensinam hábitos e costumes que os tornarão cidadãos úteis e de valor para a sociedade.

Um apelo final... A participação efetiva dos pais na educação dos filhos é o maior presente que estes podem receber. Gosto de falar que a palavra AMOR se escreve com cinco letras: TEMPO.

Portanto, o tempo que passamos com nossos filhos é muito importante, mas este "tempo" deve ser de boa qualidade.

A todos os pais, desejo que desempenhem com dignidade a nobre tarefa de ser Pai.

Walquiria Aguiar Bezerra da Silva  
Diretora Colégio Adventista de Tatuí

**EDUCAÇÃO ADVENTISTA**

**MATRÍCULAS ABERTAS 2013**

**COMPROMISSO COM O FUTURO de SEUS SONHOS**

do BRASIL  
do PLANETA  
da FAMÍLIA  
de quem VOCE AMA

**(15) 3251 8080**

## Pequenos Notáveis



Nossa pequena notável, do primeiro mês de 2013, é a Gabriele Cardoso Miranda, ela tem 11 anos de idade, estuda no 7º ano do ensino fundamental II, na E. M. E. F - Hélio Zacharias, na cidade de Boituva, escreveu uma poesia representando o Bairro Água Branca, onde ela mora, e está publicada no livro "Sonhos de Boituva", do projeto meu primeiro livro. Além de estudar, Gabriele gosta de dançar ballet, atualmente, dança na Oficina de Artes na cidade que mora. Parabéns, Gabriele!

### ÁGUA BRANCA

Bairro água branca,  
Lugar bom de viver  
Quem por algum tempo aqui morar  
Nunca mais vai esquecer.

Nos tempos dos meus bisavós,  
Poucas pessoas aqui habitaram,  
Eram somente as famílias que nasceram aqui,  
E algumas que chegaram.

Também tem seu Benedito Camargo  
Que faz seus artesanatos com barro amassado  
Ele conta muitas histórias de assombração,  
Que aconteceram no passado.

Hoje, a situação está mudada.  
Com o crescimento do nosso bairro,  
Há muita gente estranha  
Que nas estradas é encontrada.

**Gabriele Cardoso Miranda**

Projeto Meu Primeiro Livro. De gente que chegou e ficou. Gente que faz e conta suas histórias.

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

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

*"Fico até constrangido e envergonhado com essa comparação. O Pelé é o único."*

Neymar, ao receber a Bola de Prata hors-concours do Campeonato Brasileiro, premiação da revista PLACAR em parceria com o canal ESPN, que até então só havia sido entregue ao rei do futebol, [www.globo.com](http://www.globo.com)

*"Eu sou uma perigueta. Vocês me acham gostosa? Eu estou gostosa?"*

Madonna, em plena forma aos 54 anos, durante show no Rio, revista Veja.

*"Sob a ótica religiosa, Lula é a versão de São Sebastião, picotado por flechas, já sob a profana, é o Tufão de um país chamado Avenida Brasil".*

Ricardo Noblat, jornalista, deduzindo que Rosemary, chefe do gabinete da Presidência em São Paulo, fez Lula de cúmplice ou de bobó, [www.globo.com](http://www.globo.com)

*"Em hipótese alguma, o governo brasileiro, eleito pelo voto direto e secreto do povo brasileiro, vai ser influenciado pela opinião de uma revista que não seja brasileira."*

Dilma Rousseff, comentando sobre a reportagem da revista inglesa The Economist que sugeriu à presidente trocar de equipe econômica, revista Veja.

## DICAS DOMÉSTICAS

"Para eliminar a baba do quiabo, lave-o ainda inteiro, seque-o e coloque-o numa tigela com um pouco de suco de limão, deixando repousar durante 15 minutos. "Depois, lave ligeiramente, corte e cozinhe."

"Sempre que congelar algum prato pronto, evite temperá-lo muito, pois o congelamento acentua o sabor dos temperos."

"Antes de fritar o bacon, passe as fatias no leite e, em seguida, na farinha de trigo. Isso evitará que espirre gordura e o bacon não encolherá muito."

Ariany Xavier da Rosa

## Você sabia?

Apesar de ter um nome pouco conhecido, a Abreugrafia teve grande importância na área da saúde e foi muito utilizada para diagnosticar e tratar a tuberculose, quando a doença era considerada um problema grave de saúde pública no mundo todo.

Na década de 30, o médico brasileiro Manoel Dias de Abreu inventou a abreugrafia, uma técnica que consiste em fotografar a tela de uma radiografia de tórax em filmes de 35 ou 70 milímetros, com um custo extremamente baixo, pois neste caso, os filmes fotográficos são mais baratos que as tradicionais chapas radiográficas.

Na época, Manoel de Abreu descreveu tal fato como "no filme revelado estavam as primeiras fluorografias; olhei-as longamente; eram flores para mim, eram pássaros, cantavam um canto matinal que me extasiava".

Aqui, no Brasil, comemora-se em três de janeiro, o "Dia Nacional da Abreugrafia", homenageando ainda, o inventor Manoel de Abreu, que contribuiu para a criação da Sociedade Brasileira de Abreugrafia, no ano de 1957 e também para a publicação da Revista Brasileira de Abreugrafia.

Com a invenção, o exame foi utilizado para o rastreamento da tuberculose e de doenças ocupacionais pulmonares, o que acabou se espalhando pelo mundo, por sua alta eficiência e teve várias denominações, como Mass radiography, miniature chest radiograph (Inglaterra e Estados Unidos), Roentgenfluorografia (Alemanha), Radiofotografia (França), Schermografia (Itália), fotorradioscopia (Espanha) e fotofluorografia (Suécia).

Atualmente, há a ressonância magnética (RM), que também diagnostica problemas de saúde, através da alta definição das imagens dos órgãos do corpo humano, usando campo magnético, sem utilizar radiação. O aparelho é capaz de diagnosticar: esclerose múltipla, tumores na glândula pituitária e cérebro, infecções, rompimento de ligamentos, tendinite, tumores ósseos, entre outros.

Apesar de ser uma excelente medida para avaliar doenças, há algumas desvantagens na realização de uma ressonância, como pessoas que utilizam marca-passo cardíaco, claustrofóbicos e pacientes que fazem uso de equipamentos ortopédicos, que podem causar a distorção das imagens e alteração do campo magnético.

Ainda existe a Tomografia Computadorizada, realizada por um aparelho de raio-X, que produz imagens do interior do corpo de uma pessoa, sem contraindicações e indolor, podendo detectar até as mínimas alterações em áreas difíceis de serem examinadas.

## MINUTO DE REFLEXÃO

Como escreveu Salomão: "O tempo expõe o que a interrogação não conseguiu" e "Deus usa o tempo para curar todas as feridas". Ria do mundo. Quebre as correntes que ainda o prendem!

## Limão, um poderoso aliado da saúde, combate e previne várias doenças



O limão é verdadeiramente uma joia da natureza. Pode ser considerado o rei dos frutos curativos, sendo impressionante a quantidade e variedade das suas aplicações.

Rico em vitamina C e sais minerais, o limão também é ótimo para curar e prevenir a gripe. E não é só isso! Estudos comprovam ainda que o fruto possui propriedades antibacterianas. Isso se deve a uma substância presente na casca.

Com vários efeitos benéficos à saúde, ele ajuda a emagrecer, reduz o colesterol, controla a ansiedade e tira o desânimo. Além de tudo, combate os radicais livres, retardando o envelhecimento.

Estudos mostram que o uso do limão estimula a produção do carbonato de potássio no organismo, promovendo a neutralização de acidez do meio humoral. Efetivamente, apesar de no estado livre ter como princípio ativo o poderoso

ácido cítrico, este, em contato com o meio celular, no interior do nosso organismo, é transformado durante a digestão e comporta-se como um neutralizante da acidez interna. Os seus diversos sais convertem-se em carbonatos e bicarbonatos de cálcio, potássio, os quais concorrem para acentuar positivamente a alcalinidade do sangue.

Se tomado pela manhã, em jejum (10 a 20 minutos antes do desjejum), descongestiona e desintoxica o organismo e, se usado com regularidade, erradicará por completo todos os uratos.

Deste modo, é evidente a sua grande valia nas diversas patologias reumáticas e artríticas. Seu uso é muito útil na regeneração dos tecidos inflamados das mucosas, reconduzindo ao estado e funcionamento normal de todos os órgãos do aparelho digestivo. Nas afecções gastro intestinais, os ácidos do limão destroem os germes e as bactérias nocivas que se libertam e que contribuem para gerar as ulcerações, além de combater as fermentações e os gases.

O limão também pode ser usado como complemento para saladas, temperar carnes, peixes... Pode também ser consumido através de limonadas, basta misturar o suco de um limão em um litro de água e já está pronta uma deliciosa limonada, principalmente nesses dias quentes, é um excelente meio de hidratação.

Mas alguns cuidados devem ser tomados ao manusear o limão ou qualquer outra fruta cítrica. É importante lavar muito bem as mãos e o local onde foi realizado o seu uso antes de se expor ao sol, caso contrário, irão se formar manchas escuras na pele.

De qualquer forma, mesmo com a pele muito bem lavada, deve-se evitar tomar sol diretamente. E nunca se esquecer de usar o filtro solar.

## CURIOSIDADES

### Levando a boa nova

Uma mensagem é algo transmitido do emissor ao receptor, ou seja, é a comunicação verbal ou escrita, que tem em seu conteúdo uma notícia, recado, aviso, que são passados de uma pessoa para a outra.

Mesmo com a evolução da tecnologia, as mensagens não deixaram de existir. O que mudou foi a maneira com que elas são emitidas, ou seja, as palavras são algo que jamais serão desprezadas.

Em tempos antigos, a comunicação não era simples e não havia sequer o telefone, por isso, era comum o envio de mensagens dentro de garrafas, que posteriormente eram lançadas no mar, até chegarem ao seu destino, ou não, o que dependia muito da direção do vento e das correntes marítimas.

A partir disso, também surgiu a necessidade de ter um responsável por enviar e receber as mensagens, como é o caso do mensageiro, um profissional que tem seu dia lembrado em 06 de janeiro e muito antes da tecnologia invadir o cotidiano das pessoas, já atuava neste setor.

É também em janeiro, no dia 25, que comemoramos o dia do Carteiro, dos Correios e do Telégrafo, um importante meio de comunicação que transmitia mensagens de um ponto ao outro, até em grandes distâncias, usando códigos onde as mensagens eram transmitidas através de um sistema composto por fios.

## MINUTO DE SABEDORIA

55

O tolo, quando é confrontado ou ofendido por alguém, chora, se lamenta, tem dó de si mesmo, mergulha em lágrimas de angústia. O sábio faz diferente. Ele recita para si mesmo duas palavras que memorizou, e que o acodem de forma automática sempre que a alegria tenta abandoná-lo; são palavras ensinadas por sábios da antiguidade: Isto Passará. E é com o uso dessas duas pequeninas palavras que ele aprendeu a manter sua vida e emoções em perfeito equilíbrio e a atravessar qualquer adversidade. O sábio que entende que qualquer fato perde a significância quando visto de frente para trás e exposto ao poder dos séculos que ainda virão. E quando a amargura insiste em resistir, ele pergunta a si mesmo: “que importância teria isso, se hoje fosse meu último dia de vida?”. Ao levantar esse escudo emocional, as setas do medo e da ansiedade se quebram como gravetos. Um sábio compreende “o fluxo das estações da vida” e flui junto com elas. Aja como um sábio!

*Ivan Maia  
Treinador Emocional*

A comemoração da data surgiu com a finalidade de resgatar a criação, em 1663, do Correio-Mor aqui, no Brasil, que teve Luis Gomes da Matta Neto, como primeiro titular, e após sua nomeação, surgiu o Correio no Brasil, uma organização especializada em receber e expedir toda correspondência.

Com o passar do tempo, também surgiram o jornal, as revistas, o rádio, a televisão, que além de informar, têm o objetivo de enviar mensagens, mesmo que de maneiras diferentes.

Por isso é tão importante lembrar que as palavras, que se transformam em uma mensagem, têm um papel único na vida das pessoas e que

é através delas, que se torna possível a aproximação de alguém distante, exprimir sentimentos, alegrar o dia de uma pessoa, levar até mesmo uma notícia ruim, enfim, dizer algo.

De autoria desconhecida, deixamos aqui uma homenagem aos mensageiros, que correm contra o tempo, tendo sempre consigo, uma mensagem para entregar: “Tanto faz ser escrita ou oral, o importante é ser pontual. Nesse trabalho ele é portador de mensagem de amor ou de dor. Tudo o que se anuncia, nem sempre pressagia a nossa expectativa. Mesmo assim, o mensageiro procura chegar primeiro, dentro da perspectiva”. Às vezes, uma palavra pode mudar tudo.

## RECOMENDADO



### A MÁQUINA DE MADEIRA

AUTOR: Miguel Sanches Neto  
 EDITORA: Companhia das Letras

Uma enorme máquina taquigráfica chega ao Rio, vinda numa embarcação do Recife. Quem acompanha o desembarque é seu criador, o padre Francisco João de Azevedo. A máquina é uma das revoluções do século XIX. Com ela, sermões e discursos poderão ser transcritos com agilidade, como que num registro do próprio progresso brasileiro. É um momento de ebulição nas ciências nacionais. Dezenas de inventores se agrupam no prédio da Exposição Universal, que receberá a visita do Imperador D. Pedro II e de investidores do mundo todo. Nas ruas, a expectativa de um salto industrial e econômico para o Brasil. Neste romance histórico, o escritor Miguel Sanches Neto usa a trajetória do padre Azevedo, precursor da máquina de escrever, para narrar a formação da identidade de um país.



### UMA NOITE FATÍDICA

AUTOR: Walter Lord  
 EDITORA: Três Estrelas

Em 10 de abril de 1912, o Titanic saiu de Southampton, na Inglaterra, para sua viagem inaugural rumo a Nova York. Era o maior e mais luxuoso transatlântico até então construído, com tecnologia tão avançada que se acreditou que o navio seria “inafundável”. Na noite de 14 de abril, ele colidiu com um iceberg e foi a pique. Mais de 1.500 passageiros e tripulantes morreram nas águas do Atlântico.

Nos anos 1950, quando decidiu fazer um relato sobre o desastre, o escritor Walter Lord localizou mais de sessenta sobreviventes. Publicado em 1955, o livro tornou-se imediatamente um best-seller nos EUA. O pioneirismo de Lord também fez de seu livro referência incontornável para quem se interessa pela história e mitologia do navio. James Cameron recorreu a Lord como consultor de seu filme Titanic.



### O CORTIÇO

AUTOR: Aluísio Azevedo  
 EDITORA: Edições Bestbolso

“Não sou nem posso ser ingrato para com o público que me leia ou por ventura me aplauda, pois o público jamais lê ou aplaude por obséquio a quem quer que seja. O público nunca faz favor a ninguém, faz justiça.” Aluísio Azevedo.

Com o perfil de autor tão antigo e tão moderno, comum apenas aos clássicos, Aluísio Azevedo publicou “O cortiço” em 1890, romance que descreve a sociedade brasileira da época e é considerado um dos marcos do Naturalismo. O proletário e a desigualdade social são presenças marcantes na obra: o ganancioso e avaro comerciante português João Romão, a trabalhadeira Bertoleza, o vizinho rico Miranda, o malandro preguiçoso Jerônimo, a mulata Rita Baiana, todos tratados como uma extensão do cortiço, personagem principal cujo cotidiano é descrito ao longo da narrativa. Eis o primeiro grande romance social brasileiro e um dos principais do autor.

**Você não acredita em tudo que vê, né?!**

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

**Rua 7 de Maio, 150 - Centro - Tatuí**





### TINKER BELL E O SEGREDO DAS FADAS

Para curtir as férias assistindo a um filme em família, viaje com Tinker Bell e suas amigas para o mundo proibido e misterioso de Winter Woods, onde curiosidade e aventura levam Tinker Bell a uma incrível descoberta e revelam um segredo mágico que pode mudar seu mundo para sempre. Um conto de fadas mágico cheio de aventura para toda a família, *O Segredo das Fadas* apresenta a nova e reluzente fada do inverno, Periwinkle.

Um lindo filme da Walt Disney Pictures, com a direção e roteiro de Ryan Rowe e os atores, Anjelica Huston, Jane Horrocks, Jeff Bennett, Jesse McCartney, Matt Lanter, Megan.



### PODER PARANORMAL

Dois investigadores de boatos paranormais, a veterana Dra. Margaret Matheson e seu jovem assistente, Tom Buckley, estudam os mais variados fenômenos metafísicos com o objetivo de provar suas origens fraudulentas. Simon Silver, um lendário vidente cego, reaparece depois de uma ausência enigmática de 30 anos e torna-se o maior desafio internacional tanto para a ciência ortodoxa quanto para os céticos profissionais. Tom começa a ficar intensamente obcecado por Silver, cujo poder de atração cresce a cada nova manifestação de eventos sem explicação. Ao aproximar-se cada vez mais de Silver, a visão de mundo de Tom é ameaçada em sua base e a tensão aumenta.

Um filme com muito suspense e a participação do ator Robert De Niro, Elizabeth Olsen, Cillian Murphy, Sigourney Weaver e a direção e roteiro de Rodrigo Cortés.



### XINGU

O filme conta as aventuras dos irmãos Villas Bôas, idealizadores das reservas do Parque do Xingu, ao desbravar os sertões do Brasil.

Três irmãos decidem viver uma grande aventura. Orlando, Cláudio e Leonardo Villas-Bôas alistam-se na expedição Roncador-Xingu e partem em uma missão desbravadora pelo Brasil Central.

Numa viagem sem paralelo na história, os irmãos Villas-Bôas conseguem fundar o Parque Nacional do Xingu.

Do mesmo diretor de *O Ano em que Meus Pais Saíram de Férias* e com a participação do ator Caio Blat.

Um filme pra quem gosta de drama eventura.



# Tradição milenar

*Conheça mais sobre a cultura da celebração do dia de Reis*

**H**á diversos costumes e tradições da sociedade atual que existem e perpetuam há séculos e milênios. Apesar das transformações, o dia de reis é uma dessas datas, para a tradição cristã, e sua comemoração foi trazida ao Brasil pelos colonizadores portugueses, que se fixaram nas terras brasileiras desde o ano de 1500, e transmitiram para a sociedade que aqui se criou a crença no catolicismo e, como consequência, suas tradições e práticas.

A data é conhecida por se tratar da ocasião em que, passados alguns dias, os três Reis Magos – também chamados de Magos do oriente pelos estudiosos –, seguindo a luz de uma estrela, foram visitar o menino Jesus que havia nascido e levaram presentes, cada

um com uma simbologia diferente.

O que muita gente não sabe é que a história conta que cada um dos reis saiu de um lugar diferente, representando assim a origem de cada um dos presentes. Baltazar saiu da África e levou consigo para o menino recém-nascido mirra, um arbusto originário do local de onde ele veio e utilizado para a preparação de medicamentos. Da Índia partiu Gaspar, que levou consigo incenso, representando a divindade do bebê que acabara de nascer. Belchior, vindo da Europa, presenteou o menino Jesus com o ouro, que representa a nobreza através de um presente que na época era oferecido somente aos deuses.

No continente Europeu, sobretudo na Es-

panha e em Portugal, as pessoas – principalmente as crianças – possuem a tradição de esperar o dia de Reis para efetuar a troca de presentes. O costume milenar faz com que as crianças deixem sapatos com capim na janela para que os camelos dos reis possam se alimentar quando estes vêm trazer o esperado presente.

Essa data também representa para as tradições católicas o encerramento das comemorações natalinas, quando o presépio e os demais enfeites são retirados. A origem lusitana trouxe para o Brasil, inclusive, as “Folias de Reis”, comemorações folclóricas festivas que tomaram um caráter cultural de identidade nacional, fazendo parte do ciclo de comemorações natalinas.



**Elmec**<sup>®</sup>  
comunicações

*A Elmec Comunicações  
deseja a você um  
**Feliz 2013.***

[www.elmeccomunicacoes.com.br](http://www.elmeccomunicacoes.com.br)

IMPRESSÃO  
**DELIVERY**

PANFLETOS . TABLÓIDES . FOLDERS

*Impressão em máquinas rotativas*

*Melhor preço de mercado*

*Agilidade em impressão*

*Faça um orçamento sem compromisso e  
se surpreenda com a nossa qualidade e preço.*

*Entregamos em **48 HORAS**.*



Quantidade acima de 20.000

(15) 9629.9197

E-mail: [praontem@terra.com.br](mailto:praontem@terra.com.br)

# Livre para acreditar

A busca pela liberdade na sociedade contemporânea sempre foi uma necessidade do homem, e uma meta constante, visando a livre expressão das ideias, sentimentos, gostos e afinidades, sem que haja alguém reprimindo ou punindo determinadas escolhas. Essa palavra está associada a um bem-estar proporcionado pelo livre modo de fazer as coisas relacionadas aos mais diversos assuntos.

No dia 7 de janeiro, no Brasil, é comemorado o dia da liberdade de culto. A data foi escolhida, pois no ano 1890, houve um primeiro decreto relacionado ao assunto, assinado pelo então presidente Marechal Deodoro da Fonseca. Posterior a isso, já nas primeiras décadas do século XX, o escritor Jorge Amado lutou politicamente para que o preconceito com relação a outras religiões fosse eliminado, e propôs uma Carta Magna que estabeleceu pontos onde se expressava a vontade de mudar o cenário atual de país com uma única religião. O documento, ain-

da que antigo, serviu como base para a construção das diretrizes do assunto na Constituição de 1988.

O direito à livre crença e expressão religiosa passou então a fazer parte oficialmente da democracia brasileira como uma forma de se buscar compreender e respeitar as diferenças entre as pessoas, representadas, muitas vezes, através da religião e dos costumes de cada um.

Hoje em dia, ainda que haja certo preconceito por grande parte da sociedade brasileira com relação às religiões não ocidentais, já se pode dizer que existe no Brasil maior liberdade para que a prática religiosa seja respeitada em suas diversas formas. Chamados também de expressão cultural e histórica, os cultos e religiões compõem parte da cultura de um povo, bem como de seus povos originários. Por isso, é essencial permitir que eles sejam preservados, renovados e valorizados como manifestações culturais que constroem a identidade brasileira.

*Entenda mais sobre a importância da liberdade religiosa*



## Venha sentir o sabor do seu verão!



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



# Feijões

*“Reza a lenda que um monge, próximo de se aposentar, precisava encontrar um sucessor.*

*Entre seus discípulos, dois já haviam dado mostras de que eram os mais aptos, mas apenas um poderia ocupar o lugar do líder. Para sanar as dúvidas, o mestre lançou um desafio, para pôr a sabedoria dos dois à prova: ambos receberiam alguns grãos de feijão, que deveriam colocar dentro dos sapatos, para então empreender a subida de uma grande montanha.*

*Dia e hora marcados, começa a prova.*

*Nos primeiros quilômetros, um dos discípulos começou a mancar. No meio da subida, parou e tirou os sapatos. As bolhas em seus pés já sangravam, causando imensa dor.*

*Ficou para trás, observando seu oponente sumir de vista.*

*Prova encerrada, todos voltaram ao pé da montanha para ouvir do monge o óbvio anúncio.*

*Após o festejo, o derrotado aproxima-se do vencedor, e pergunta como é que ele havia conseguido subir e descer com os feijões nos sapatos:*

*- Antes de colocá-los no sapato, eu os cozinhei.”*

**P**roblemas são lições e fazem parte do nosso dia a dia, queiramos ou não. Em nossa vida, duas coisas são certas: uma delas é que um dia vamos passar pela morte física, e a outra é que enfrentaremos problemas. E se isso é um fato certo, devemos agir com sabedoria para passarmos por eles de forma serena. Revolta não ajuda nada.

Alguns meses atrás, escrevemos sobre a aceitação, e de como ela é importante para tornar mais leves os fardos da vida. A vida que

se apresenta hoje à nossa frente é como ela é, não como gostaríamos que fosse, e quanto mais cedo entendermos isso e tomarmos a responsabilidade pelo que nos acontece, tendo assim condições de fazermos escolhas conscientes, mais cedo transformaremos tudo ao nosso redor e teremos uma vida mais harmoniosa.

Normalmente, os problemas são, para nós, causa de sofrimento. Porém, considero que a grande causa do sofrimento é a ansiedade: queremos as coisas da nossa maneira, no nosso ritmo, na hora que escolhemos, de acordo com a nossa vontade. Será que a nossa vontade está alinhada com o tempo em que as coisas estão amadurecidas em nossas vidas para que as bênçãos possam acontecer?

E por falar em bênçãos, certamente há milhares delas ocorrendo à nossa volta neste exato momento, dentro de nossas vidas e nas de quem nos rodeia. Por que não olharmos para as partes da vida onde tudo está fluindo normalmente? E, vamos analisar bem o que nos faz sofrer: será que tem, realmente, tanta importância? Ou não estamos supervalorizando algo? Podemos viver com menos, de forma mais simples, sem violentarmos tanto nossas vidas.

Mesmo sofrendo, é importante analisarmos a utilidade da dor – por exemplo: muitas vezes, uma doença na família é o instrumento para sua união. Quem nunca viu algo assim?

Muita esperança: com o tempo, todos os impasses se resolvem – não há problema sem solução.

Carregando feijões, ou problemas, há sempre um jeito mais fácil de levar a vida.

Problemas são inevitáveis.

Já a duração do sofrimento, é você quem determina.



universo  
**Teen**

# Tarraxa em roupas

*Saiba como usar e abusar das tarraxas em suas roupas*



A moda é como a tecnologia, vive tendo seus avanços, suas novidades e suas “febres”. Atualmente, a febre entre as meninas são as famosas “tarraxinhas”, engana-se aquele que pensa que as tarraxas fazem sucesso apenas em roupas. Bolsas, sapatos, acessórios, e até mesmo, capinhas de celular, todos contam com a presença das tarraxas para ficarem mais bonitos.

Porém, como sempre, a moda tem suas exigências, é fato que nem sempre as tarraxas vão ficar boas, ainda mais, se usadas em excesso. Ao decidir a roupa que você vai sair, lembre-se que exagero estraga o look, ou seja, não abuse muito.

Mas não se preocupem, meninas! Como sempre, nós, da Revista Hadar, daremos algumas dicas para que você fique linda em seu look, usando as ‘tarraxinhas’ da moda.

Antes de tudo, escolha o lugar em que você quer as tarraxas, se o seu lugar escolhido for shorts ou calça, use e abuse como complemento uma camisa, de preferência lisa, porém, se for uma camisa estampada, procure estampas que combinem com as tarraxas, por exemplo: Caveiras, coroas, bandeira dos Estados Unidos, estampas de gibis, etc. Você pode usar também sua criatividade e usar algumas camisas “rasgadas”.

Se sua escolha for em camisas, a dica é usar algo mais despojado embaixo, por exemplo: calças rasgadas, shorts de cintura alta e curtos, saias desfiadas ou até mesmo as leggings metalizadas ou as de couro. Agora, se você prefere usar as tarraxas como acessórios, use e abuse, porém, sem exagerar nas roupas e na parte do pescoço, pois as tarraxas por si só já chamam muita atenção, por isso, o look deve ser bem básico.

Bom, meninas, para usar as famosas tarraxas não existem muitas limitações, afinal, combinam com quase tudo, não é?! Vocês só precisam prestar atenção para não abusar de mais. Espero que vocês sigam a tendência que está super em alta e curtam muito essa nova moda.

# Retornando para a escola



*Aproveite intensamente, como se cada dia fosse único*

**M**ais um ano se inicia e com ele, mais chances, oportunidades, amizades e tudo mais que um ano novo pode lhe proporcionar, afinal, a virada do ano significa nada menos do que 365 chances. Para muitos adolescentes, 2013 é o ano de novas experiências, faculdade, cidade nova, amigos novos, enfim.

Para outros, 2013 é mais uma etapa, para alguns, 3º ano do Ensino Médio, para outros, o começo, ou até mesmo o Fundamental, e são para esses que vão continuar

na escola que preparamos esta matéria, afinal, para eles, as aulas estão voltando, e não começando.

O que se sabe, é que de uma forma ou outra, é um ano de coisas novas, por isso, devemos aproveitar cada instante que nos for concedido. Ao voltar às aulas, lembre-se sempre que alunos novos na sala significam amizades novas, então, recebam todos os novos amigos de braços abertos.

Para aqueles que estão no último ano, estudem, afinal, o vestibular está chegando.

Aos que estão entrando no Médio, não se preocupem, não é nenhum bicho de sete cabeças, são apenas algumas matérias a mais.

Enfim, nós, da Revista Hadar, desejamos a vocês um ótimo retorno às aulas, lembrem-se sempre de estudar, fazer os deveres de casa e tudo que uma escola lhe proporciona, afinal, para cada um de vocês se tornarem “alguém” na vida, é necessária uma base, e essa base são os estudos. Um ótimo 2013 para todos, e um bom retorno às aulas.

## O Anglo é campeão no ENEM, de novo!

O Sistema Anglo de Ensino cumprimenta as escolas parceiras por seu destaque no ranking do ENEM.

**ENEM no Brasil**

Mais da metade das escolas Anglo ficaram em 1º ou 2º lugar em suas cidades.

**ENEM em São Paulo**

O Sistema Anglo de Ensino é líder em número de cidades com a maior nota do ENEM.

**Três vezes mais sistema**

O Sistema Anglo tem o triplo de escolas que o segundo colocado na lista dos melhores.

O Anglo não fabrica, constrói resultados.



[www.anglotatui.com.br](http://www.anglotatui.com.br)

FACEBOOK.COM/SISTEMAANGLO

Abri! EDUCAÇÃO

BALLET THEATRO  
**FRED  
ASTAIRE**  
**DANÇA MIX**

*Venha dançar, queimar calorias e se divertir.  
Aproveite o verão dançando!*

Praça Paulo Setúbal, 22 / Fone: (15) 3251 - 8417



# Banda Wellers

*Uma maneira divertida de fazer Rock*

**F**ormada pelo vocalista e violonista Juliano Marques e o guitarrista Fabio Cruz, com uma forma divertida de fazer um Rock diferente, os meninos descrevem situações engraçadas que já passaram e também confessam que gostam de falar de amor, através das músicas. A banda que está se tornando destaque em nossa região é a nossa entrevista deste mês. Se você curte um rock “diferente” vai amar! Acompanhe a entrevista.

**Revista Hadar**>> O que representa a Banda Wellers?

**Banda**>> A banda representa uma superação, pois aprender tocar era uma ilusão quando éramos mais novos, tínhamos o sonho da banda que hoje em dia nos proporciona muitos sorrisos, nunca poderíamos imaginar a gente tocando para milhares de pessoas ao vivo, por exemplo, na TV e nas rádios.

Wellers é acreditar mesmo quando todos falam para você desistir, é não ter vergonha de falar de amor, saber que brincar - e ser feliz - é o bom da vida.

A Banda representa que a vida é feita pra sorrir e não desistir, representa nossa luta, quem sonha vai atrás e consegue!

**Revista Hadar**>> Como, quando e por que ela nasceu?

**Banda**>> Nasceu de um sonho adolescente, jogávamos muito “Guitar Hero” quando menores e sonhávamos em ser uma estrela do rock, mas não mudou muita coisa, desde quatro anos atrás o sonho ainda é o mesmo.

**Revista Hadar**>> Qual é o principal estilo que vocês tocam?

**Banda**>> Tocamos Pop Punk, um gênero mais adolescente, falando de humor e, às vezes, amor, gostamos de citar histórias que passamos em nossas músicas, esse é nosso estilo.

**Revista Hadar**>> Vocês têm alguma inspiração?

**Banda**>> Sim, com certeza: Blink 182, Sum 41, Forfun, Strike, Mamonas Assassinas e muitos outros.

**Revista Hadar**>> Já tocaram em alguma cidade que não seja Tatuí? Qual foi a sensação quando subiram ao palco?

**Banda**>> Sim, já tocamos em São Paulo, Itapetininga, Sorocaba, Votorantim, Porangaba, etc. A sensação é perfeita, não tem coisa melhor quando você sobe ao palco e o público reage bem, você percebe que seu trabalho está sendo interpretado com sucesso.

**Revista Hadar**>> Já se apresentaram em alguma emissora de TV?

**Banda**>> Sim, nos programas Vaka Loka e

Te Vejo na TV da emissora TV Votorantim, e estamos marcando de tocar em 2013 em alguns programas da mesma, e também recentemente fomos para a primeira Rádio online do Brasil, Rádio Fritura, também na CRTV de Tatuí por duas vezes.

**Revista Hadar**>> Quais são os projetos para 2013?

**Banda**>> Nosso projeto principal é logo no começo de 2013 lançar nossa primeira EP: “Wellers, Acústico e Sem Grana”, queremos atingir um público nível região, no mínimo. Junto ao EP pretendemos lançar alguns Web-Cliques. Nossa EP vai ter cerca de oito músicas e esperamos que os leitores da Hadar escutem, prometo que vão gostar!

**Revista Hadar**>> Gostariam de deixar alguma mensagem para o leitor da Hadar?

**Banda**>> Gostaríamos de parabenizar tanto a Revista como os leitores, a revista traz um material muito bom todos os meses. Adoramos a entrevista e nosso muito obrigado pela oportunidade, muito sucesso à Hadar! Nosso contato: (15) 9687-5537 / (15) 9772-8182, facebook.com/banda.wellers.

Um Feliz Ano-Novo para todos os leitores!





# A Vena Focus Pesquisa e Marketing divulga as empresas preferidas no ano de 2012 em Itapetininga



Pike Gás



Rede Caetano



Lustre Mattucci ( Há 12 anos na premiação )



Farma Max



Restaurante Parati ( Há 12 anos na premiação )



Revista Hadar



Essencial Pharma ( Há 12 anos na premiação )



Empresário do Ano: Marco e Paulo



Bilhante Jóias ( Compro Ouro e Pago à Vista )



Natugran



Carnes e Conveniência Xavier



Auto-Escola Barros ( Há 12 anos na premiação )



Floricultura e Decorações Copeflor ( Há 12 anos na premiação )



GA Instrumentos Musicais



Chaveiro Gilson



Victória Hair Company



Laboratório Italab



Tatá Parafusos



Auto Peças e Acessórios Agapito



Organização João Elias ( Há 12 anos na premiação )



Trindade Jóias ( Ourives desde 1943 )



Calhas Ginez



Hotel Colonial e Universitário



Rádio FM 96,7 Vale Verde ( Há 12 anos na premiação )

**Foram agradecidos também na pesquisa Vena Focus a empresa Ferpa Despachante, Pizzaria Pizzarela e Natu Vidro. Confira detalhes do evento no facebook Vena Focus.**

A Vena Focus Pesquisa e Marketing revela empresas profissionais que oferecem excelência em seus produtos e serviços. Acima uma seqüência de fotos com os momentos da entrega do prêmio "Destaque Empresarial" e do jantar de confraternização, realizado em Itapetininga no Campeiros Grill. Agradecemos em especial aos empresários e a todos que participaram e colaboraram com a realização do evento.

# A saga chega ao final

*Vampiros que entraram para a história da literatura e do cinema jovem*

O cinema, por diversas vezes, inspirado em obras literárias arrasta multidões de pessoas até as salas de todo o mundo em busca de acompanhar cenas que já foram antes imaginadas nas páginas dos livros. Há alguns anos, o pequeno bruxo “Harry Potter” enlouqueceu jovens e adultos, fazendo com que seus livros e filmes atingissem recordes de bilheteria. E 2012 ficou marcado por outra saga tão histórica e marcante: a saga Crepúsculo.

Uma história diferente, que mesclava a vida de personagens vampiros, lobisomens e mortais em acontecimentos eletrizantes que foi criada pela escritora americana Ste-

phanie Meyer. Com 100 milhões de cópias vendidas no mundo todo, e traduzido para 37 idiomas diferentes, o primeiro livro (Crepúsculo) foi lançado em 2005 e chegou pela primeira vez ao cinema no ano de 2008.

As quatro obras literárias, Crepúsculo, Lua Nova, Eclipse e Amanhecer possuem três personagens principais. A protagonista Bella Swan, Edward Cullen e Jacob Black. Em meio a conflitos amorosos, de identidade e, principalmente, relacionados ao dilema de que cada um desses três pertence a um mundo diferente, a obra é viciante do começo ao fim, e faz os leitores e espectadores ficarem ligados em tudo

que acontece desde o primeiro até o último livro.

Fantasia, romance e aventura se mesclam na ficção escrita por Meyer. Escritos em primeira pessoa, quase prioritariamente, os livros são narrados sob o ponto de vista de Bella.

A fascinação pela obra levou jovens do mundo todo a esperarem ansiosamente pelo último filme da saga que teve sua produção dividida em dois filmes. Em novembro de 2012, chegou o esperado final cinematográfico – que agradou à maioria absoluta dos fãs – da história dos personagens que entraram para o cotidiano de milhares de adolescentes e adultos.





*OS AUTOS & CIA*

# Escapamento merece atenção

*Equipamento ajuda no bom funcionamento do motor*

Pouco lembrado pela maioria dos motoristas, já que fica praticamente escondido sob o carro, o escapamento é um item que precisa de manutenção, assim como outros. Infelizmente, ele só é lembrado quando começa a incomodar, com batidas inconvenientes na parte debaixo do carro ou, então, quando está caindo aos pedaços e fica com aquele barulhão infernal.

O que muita gente não sabe é que um escapamento adequado (dimensionado de acordo com o tipo do carro e do motor) pode melhorar o funcionamento do motor, ajudando a injeção eletrônica a trabalhar, gerando ganho de potência (até 3 cavalos a mais), economizando combustível e até diminuindo a poluição sonora. Equipamentos topo de linha ajudam, inclusive, na performance do veículo. Saiba agora um pouco mais sobre este equipamento.

## Função

O escapamento do carro tem como função principal a eliminação de gases, que são gerados após a queima nos cilindros. Ou seja, a finalidade básica é essa, conduzir os gases resultantes, devidamente filtrados para amenizar a poluição. Em alguns modelos mais modernos, até os gases são reaproveitados, minimizando ao máximo a poluição. Mas esse equipamento também tem a tarefa de proporcionar conforto, ao deixar o barulho do motor no nível de ruído determinado pela legislação vigente. Além, é claro, de evitar que os gases tóxicos invadam o interior

do automóvel. Vale lembrar que, a cada ano, as autoridades estão mais rigorosas quanto à emissão de poluentes pelos veículos.

O sistema de escapamento deve ser examinado a cada três meses ou 20 mil quilômetros. Nessas inspeções, os fixadores e abraçadeiras são os principais componentes a serem avaliados. No caso de uso em estradas esburacadas, trechos irregulares ou mesmo se o carro sofreu algum impacto na parte inferior, esses itens devem ser verificados. Lembre-se também de lavar a parte de baixo do veículo de tempos em tempos. Na lavagem é importante utilizar somente água e sabão neutro, para não ressecar as borrachas de sustentação.

Um fator que contribui para o rápido desgaste do escapamento é a má qualidade do combustível, principalmente a adulteração. A peça que mais sofre é o catalisador, que tem sua vida útil reduzida drasticamente. Para se ter uma ideia da evolução dos combustíveis, 30 anos atrás o sistema de escapamento de um automóvel durava de 4 a 5 anos, quando a gasolina era mais pura e com menor concentração de álcool. Nos modelos atuais, chega a no máximo 3 anos. Em parte, isso só em função da qualidade do combustível.

Certos componentes são feitos com chapa de aço inoxidável, como o catalisador, por exemplo. Outras partes do sistema são produzidas em aço galvanizado. Vale destacar que, ao contrário do que muitos sugerem, não há conserto para os componentes desse sistema. Qualquer dano deve ser resolvido apenas com

a substituição. Isso faz parte mesmo, não tem como fugir. Com o tempo de uso, é natural que o sistema se deteriore, principalmente por causa da oxidação que pode ocorrer em razão da combustão interna do motor, que elimina água. As partes comprometidas devem ser substituídas. É bom saber que os cuidados com o escapamento contribuem para o bom rendimento e consumo do motor, além de manter o nível de ruído de acordo com a regulamentação.

Lembre-se ainda que o sistema todo é composto pelas partes: coletor de escape (formado por tubos de ferro e acoplado ao motor, tem por finalidade coletar os gases resultantes da queima de combustível e encaminhá-los ao tubo de descarga primário), os tubos que ligam as diversas partes do sistema, a câmara que recebe os gases, o catalisador (que reduz os gases tóxicos), e o abafador. Este último tem por função abafar os ruídos, como o nome já diz.

Uma dica importante na conservação do sistema é ter cuidado ao passar por lombadas ou obstáculos elevados, pontiagudos ou soltos na estrada, como, por exemplo, um galho de árvore, pois o escapamento pode ser atingido e ficar danificado.

Outro conselho importante é evitar fazer o carro pegar no tranco. Essa prática pode deixar a gasolina que não foi queimada escorrer pelo sistema de escapamento e isso pode danificá-lo.

## Outras dicas

O catalisador é um componente que funciona em altíssimas temperaturas, como algo em torno de 700° celsius. Sabendo disso, quando for estacionar o veículo evite parar sobre grama, folhas secas, papel ou mesmo lixo da rua. Esses materiais são inflamáveis e facilmente pode-se causar um princípio de incêndio.

Fique atento. O CTB (Código de Trânsito Brasileiro) define penalidades ao motorista que transitar com o escapamento do carro irregular, soltando fumaça ou gases fora da regulamentação estabelecida. Essa prática é enquadrada em infração grave, que resulta na perda de 5 pontos na Carteira de Habilitação, pagamento de multa e retenção do veículo até que o problema seja resolvido.



# Saiba alguns cuidados para evitar o roubo do seu carro ou moto



*Milhares de veículos são roubados, anualmente, no País*

**T**er um carro, seja ele novo ou usado, é o sonho de muita gente. Mas é preciso ter cuidado, pois os ladrões também estão atuando intensamente, de olho em presas fáceis. E não pensem vocês que apenas os carros novos são alvo das ações dos amigos do alheio. Segundo empresas de seguro, o bom e velho Fusca está entre os mais visados. Somente este ano (até novembro) quase cinco mil deles foram roubados. Parece muito, mas é bem menos do que o Gol, que teve quase 40 mil exemplares levados pelos bandidos.

Esta matéria traz algumas dicas para você dificultar a ação dos bandidos e assim evitar que seu carro entre para as estatísticas. Uma das primeiras coisas que o proprietário deve observar é o cuidado com a chave do carro. Nunca a deixe no interior do veículo; também nunca a deixe na ignição e nem saia do carro

com o motor ligado, mesmo que seja só por alguns segundos. Pode ser a oportunidade que o ladrão está esperando para agir.

Ao estacionar, prefira locais bem iluminados e com passagem constante de pessoas. Depois de estacionar, feche todas as portas e vidros. Esqueça o estacionamento na rua se tiver garagem. Não deixe objetos de valor à vista.

### Números e Documentos

Uma das formas de prevenir o roubo é gravar, por exemplo, o número da matrícula nos vidros e em outras partes principais do veículo, desta forma o ladrão sabe que este é um automóvel difícil de negociar com documentos falsos ou para venda das peças. Nunca deixe os documentos referentes ao seu carro no interior.

Faça fotocópias dos documentos do veículo. Com o avanço da tecnologia, você pode rastrear seu carro via satélite, serviço disponi-

bilizado por algumas companhias de seguro; o sistema pode seguir o carro em tempo real. Um serviço que ficará ainda mais fácil a partir de janeiro, com a identificação automática de veículos.

### Os mais visados

A Confederação Nacional das Empresas de Seguros (CNseg) elaborou o ranking das motos e carros mais roubados no país em 2012 (até novembro). Para estabelecer o ranking, a entidade se baseia no banco de dados do Departamento Nacional de Trânsito (Denatran). Segundo as seguradoras, foram registrados, no total, 73.128 casos envolvendo motos nos primeiros 11 meses do ano. O número mais atualizado da frota brasileira, segundo o Denatran, é de setembro, quando circulavam 16.598.024 motocicletas registradas. A ordem da lista das mais roubadas leva em conta apenas o número de casos, sem considerar a frota de cada veículo para gerar um ranqueamento proporcional. Assim, a Honda CG 125 e a CG 150, duas das motocicletas mais vendidas no Brasil, aparecem sempre no topo.

A Honda domina a lista porque é a marca que domina o mercado - de acordo com números da Federação Nacional da Distribuição de Veículos Automotores (Fenabrave, 79,6% das motos vendidas de janeiro a novembro são dela).

A lista dos carros mais roubados também leva em conta apenas o número de casos, sem considerar a frota de cada veículo para gerar um ranqueamento proporcional. Assim, o Volkswagen Gol, carro mais vendido no Brasil por quase 26 anos seguidos, aparece sempre no topo. De janeiro a novembro, quase 17% dos casos registrados pelo Denatran envolvem o modelo, aponta a confederação. Não são detalhados os anos e as versões mais visadas dos carros.

**ALEIXO MINERAÇÃO**  
Produzindo Qualidade, para você economizar

- Areia Fina e Média
- Pedra e Pedrisco.

Estrada Iperó a Tatuí, KM 04 | Iperó/SP | Distrito Industrial | (15) 3266-2436 | 3266-1014 | aleixomineracao@ig.com.br

# Bancos de couro necessitam de cuidados

*Preferidos por quem quer requinte e sofisticação, eles precisam de manutenção*



Quem já teve um carro com banco de couro sabe as vantagens de higiene, requinte e conforto que ele proporciona. Mas alguns cuidados são fundamentais para aumentar a durabilidade, o brilho e a eficiência do material. Veja aqui algumas dicas

A limpeza dos bancos em couro é mais fácil que a dos assentos em tecido, e dura mais tempo. O material favorece a conservação, entretanto, o brilho pode cair com a exposição excessiva ao sol. Em regiões quentes, como no Nordeste, os assentos e partes internas do veículo revestidos com couro - como portas e volante - necessitam de cuidados constantes. O sol queima, resseca e causa rachaduras.

Embora o Sudeste não seja tão quente, a dica vale também para nossa Região, já que as previsões dão conta de temperaturas acima da média para este verão. Além disso, manter os bancos bem conservados contribui para a valorização do veículo.

Para tirar a poeira, basta passar um pano seco e macio semanalmente. Os assentos de cores claras podem precisar de uma limpeza mais profunda, pois deixam a sujeira à mostra. Uma dica barata e eficiente é passar um pano umedecido com água e sabão líquido neutro nos assentos e partes em couro. Depois é só retirar o excesso com um pano seco. Os chicletes que as crianças gostam de grudar nos bancos podem ser removidos com gelo.

Uma alternativa duradoura é a hidratação

do couro. Existem produtos importados que, combinados, revitalizam as partes em couro dos veículos, conservando-as por mais tempo. A limpeza com emulsão de silicone para hidratar e proteger contra rachaduras, desbotamento e ressecamento mantém a aparência e brilho originais. No caso de líquidos derrubados no banco (café, leite, refrigerante, bebidas alcoólicas e água) e produtos gordurosos (óleo, azeite, creme e chocolate) deve-se remover imediatamente com pano macio e absorvente, friccionando suavemente; limpar com pano levemente umedecido com água morna em solução de sabão neutro; deixar secar naturalmente. Não se deve usar objetos pontiagudos e/ou abrasivos, bem como esfregar um banco em couro com escova.

**tecno**  
**ar**  
AR CONDICIONADO

VENDAS, MANUTENÇÃO E  
INSTALAÇÃO DE AR-CONDICIONADO  
AUTOMOTIVO / RESIDENCIAL / INDUSTRIAL

**NÃO PASSE CALOR NESSE VERÃO!**

R. Maneco Pereira, 176 - Centro - Tatuí/SP  
Fone: (15) 3259-5941

SITES DINÂMICOS COM PAINEL ADMINISTRATIVO

**DESIMAX**  
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs | [WWW.DESIMAX.COM.BR](http://WWW.DESIMAX.COM.BR)

# As motos mais rápidas do mundo em 2012

*Quando se trata de performance, elas estão no topo*

**P**ara quem gosta de moto e velocidade (e muita gente gosta!) existem algumas motocicletas que estão no topo da cadeia alimentar, pois comem asfalto como poucos. São verdadeiras predadoras de estradas.

Se você vir uma no espelho retrovisor do seu carro, saia da frente. Ela vai passar com tudo. E você vai ficar babando no volante. Claro que um brinquedinho destes é para poucos. E não basta ter uma gorda conta bancária, o piloto também tem que ter habilidade, experiência. Mas não abuse! Até a estrada tem de ser muito boa para rodar a mais de 280 km/h, ou mais de 300 km/h, conforme o modelo. E não custa nada lembrar: pilote sempre com equipamento adequado. Afinal, um tombo nessa velocidade não será nada agradável, para dizer o mínimo!

Mas, agora, você vai conhecer as motos mais velozes (e muito belas) do mundo, escolhidas pelos apaixonados. Então, como dizem os pilotos: "vamos abrir o gás e deitar o cabelo".

Vamos começar com uma lenda sobre duas rodas; a motocicleta normal (como se passar dos 300 km/h fosse normal) produzida em série mais rápida do mundo: Suzuki Hayabusa. Batizada com o nome de uma ave de rapina (Hayabusa é o nome em japonês do Falcão Peregrino). A fábrica não revela a velocidade final do modelo, mas em testes ela já fez 320

km/h. Um foguete com motor de 1.300 cc, mas muito fácil de conduzir, segundo alguns pilotos felizardos que já a tiveram nas mãos.

Logo atrás da Hayabusa, na disputa pelo primeiro lugar, está a italiana MV Agusta F4 R312, com velocidade final de 312 km/h, obtidos em teste realizado no estado americano de Utah, com melhor passagem de 314 km/h. A Agusta possui ainda outros dois modelos entre as 10 motos mais rápidas do mundo: a F4 Tamburini, que está logo atrás da R312, com velocidade final de 307 km/h. O nome é uma homenagem a Massimo Tamburini, designer que a projetou. Um pouco mais atrás, na quinta colocação, está a F4 1000S, cujo motor é turbinado e derivado da Ferrari, o que faz com que esta máquina chegue a 300 km/h.

Assim como na Fórmula-1, tem um alemão no meio para atrapalhar a festa italiana. A BMW S 1000RR ocupa a quarta posição no ranking, com velocidade final de 305 km/h.

Na sexta posição, está outro nome lendário entre os amantes de motos: Kawasaki Ninja ZX-14. Com design um pouco menos agressivo do que as italianas, ela faz de 0 a 100 km/h em 2,5 segundo e tem velocidade final em torno de 299 km/h.

Chegando na sétima colocação, a Yamaha R1, com velocidade de 297 km/h. Nada mal

para um modelo que já tem quase treze anos de mercado. Conhecida dos brasileiros, a Honda Fireblade (CBR 1000RR), com sua velocidade final de 291 km/h, está em oitavo na lista. Outra velha conhecida nossa, a Suzuki GSX-R 1000, com seus 285 km/h de velocidade final, está em nono lugar. A lista fecha com a Ducati 1098S, que chega a módicos 275 km/h, uma verdadeira lesma, se comparada com as outras.

## Fora de série

Neste olimpo de supermotos, algumas listas incluem a MTT Turbine Superbike Y2K como a moto mais rápida do mundo. Provida de uma turbina de helicóptero, ela pode chegar a 370 km/h. Com duas versões, uma de 324 e outra de 425 cavalos de potência (mais do que muito carro), esta superbike possui uma turbina da Rolls Royce que gira a 52 mil rpm e gera um torque de 58 mkgf logo a 2000 rpm. Ou seja, muita força desde cedo. Fabricada nos EUA, a moto é exclusivíssima (apenas cinco unidades ao ano) e, certamente, está longe de ser uma moto comum, produzida em série.

Mais perto de nós, pobres mortais, está a Kawasaki Ninja ZX-10, um modelo já meio passado, mas que com seus 288 km/h de final possui seus admiradores, que costumam colocá-la na lista, à frente da Suzuki GSX-R 1000.



**TRANSTATUI**  
EXPRESS CARGO

**Segurança, Rapidez e Honestidade na ponta do lápis.**

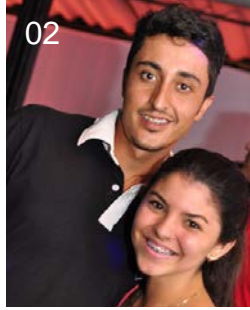
**AGUARDAMOS A SUA LIGAÇÃO**

**Tel: 15 3251.4343**



**LOTAÇÕES, CARGAS E ENCOMENDAS**

**www.transtatui.com.br**



01 - Wilson, niver Tatiane, Recanto Beira Córrego, Bairro Água Branca, Boituva; 02 - Camila e Junior, Quintaneja Barracão Show Bar, Tatuí; 03 - Bia e Ricardo, Capitão XV, Tatuí; 04 - Ariane, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 05 - Adriana, Terezinha, Josias, Keila, Confraternização fim de ano da Rede Caetano, Tatuí; 06 - Rosângela, Gabriela, Mariana e Silvana, Curso de maquiagem ARCHY, Drogeria Quinze, Tatuí; 07 - Elaine, Munhoz, Renata, Cristiane, Mariano, Juliana e Paola, Festa do Peão de Boiadeiro, Tatuí

[www.cerconbrasil.com.br](http://www.cerconbrasil.com.br)

# CERCON

VENDAS DE EQUIPAMENTOS

**Toyama**  
Power Products

**Einhell** 



Acessórios  
Assistência técnica  
Locação de máquinas  
Equipamentos



Rua Santa Cruz . 653 . Centro . Tatuí . SP

Fone: (15) 3205-7766

E-mail: [contato@cercon.com.br](mailto:contato@cercon.com.br)





08 - Carlos, Zezinho, Luiz Alberto e Vanderlei, inauguração da Sede de Antigomobilismo, Tatuí; 09 - Bia, Bruna e Leonardo, inauguração da loja Surf Clamarroca, Tatuí; 10 - Priscila e Leticia, inauguração da Sodiê Doces, Itapetininga; 11 - Dalva, Maria José e Célia, integração de Natal, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí; 12- Vinícius, Ivaldo, Reinaldo, Ireneu e Marclio, Premiação das Empresas Preferidas no ano de 2012 pela Vena Focus Pesquisas e Marketing, Itapetininga

[www.cerconbrasil.com.br](http://www.cerconbrasil.com.br)



*Locação de Máquinas*

*Assistência Técnica*



Rua Santa Cruz . 653 . Centro . Tatuí . SP

Fone: (15) 3205-7766

E-mail: [contato@cercon.com.br](mailto:contato@cercon.com.br)



13



14



15



16



17



18



19

13 - Eduarda, Marília e Jacqueline, novo espaço da loja Lolita, Tatuí; 14 - Adriana, Wanderley e Cristina, Inauguração Óticas Premier, Iperó; 15 - Vitorio e Guilherme, Ressaca Friends, São Paulo; 16 - Denivaldo, Premiação Francisco Pentead, Rotary Club, Tatuí; 17 - Vera e Wilson, Tenda do Papai e Mamãe Noel de Tatuí; 18 - Cristiane, Lucas e Ednilson, Premiação das Empresas Preferidas no ano de 2012 pela Vena Focus Pesquisas e Marketing, Itapetininga, 19 - Apresentação do Espetáculo de Dança Artimanha do Ballet Teatro Fred Astaire, Conservatório de Tatuí



# invisalign®

## O que é?

Invisalign utiliza jogos de alinhadores sequenciais, feitos sob medida. Os alinhadores são praticamente invisíveis e reposicionam seus dentes passo a passo para conseguir o sorriso que você deseja.

[www.invisalign.com.br](http://www.invisalign.com.br)

**Dra. Aline H. M. Moretti**  
**Ortodontista**

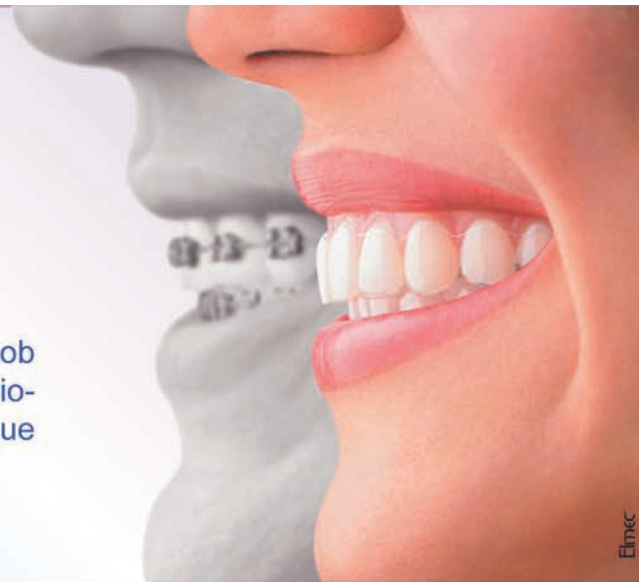
CROSP 68.507

### Tatuí

Av. Cônego João Clímaco, 50 - Centro  
 (15) 3251-2047 / 9802-3870

### Cerquilha

Avenida Vinícius Gagliardi, 52 - Centro  
 (15) 3384-4124



A alternativa  
**transparente**  
 de tratamento



Elmec



20 - Leonardo, Jenifer e Alicio Jr, Quintaneja Barracão Show Bar, Tatuí; 21 - Carol e Lilian, Capitão XV, Tatuí; 22 - Bernadete, Claudio e Simone, Confraternização fim de ano da Rede Caetano, Tatuí; 23 - Bruna, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 24 - Claudio, Erick e Osni, inauguração da Sede de Antigomobilismo, Tatuí; 25 - Bya, Paula e Cássia, inauguração da loja Surf Clamarroca, Tatuí; 26 - Nancy e Ana Luiza, integração de Natal, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí

As melhores marcas estão aqui

# SURF CLAMARROCA



Rua Cel. Aureliano de Camargo, 705 - Centro - Tatuí-SP Tel: (15) 3259.7621  
Rua Campos Salles, 673 - Centro - Itapetininga - SP Tel.: (15) 3272-4463



27 - Maria e Jonas Caetano, Confraternização Fim de Ano da Rede Caetano, Tatuí; 28 - Tafarel e Edson, novo espaço da loja Lolita, Tatuí; 29 - Brígida, Tereza, Arianny, Inauguração Óticas Premier, Iperó; 30 - Premiação Francisco Penteado, Rotary Club, Tatuí; 31 - Jucimari e Paulo, Premiação das Empresas Preferidas no ano de 2012 pela Vena Focus Pesquisas e Marketing, Itapetininga; 32 - Mauricio, Quintaneja Barracão Show Bar, Tatuí; 33 - Charles e Gabriela, Capitão XV, Tatuí

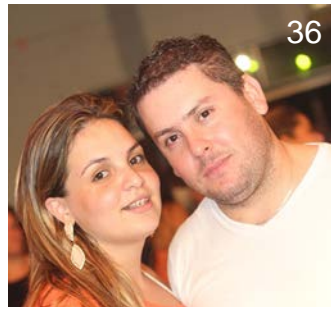


TUDO **10X**  
EM ATÉ S/ JUROS

Consulte nossos preços para cada produto. Parcelamento em 10 vezes sem juros somente no cartão. Consulte em nossas lojas os cartões de créditos aceitos.

**ÓTICAS**  
**Dez**

BOITUVA | CERQUILHO | TATUÍ | TIETÊ  
OTICASDEZ.COM.BR | FACEBOOK.COM/OTICASDEZ



34 - Célia, Lídia e Jacira, niver Tatiane, Recanto Beira Córrego, Bairro Água Branca, Boituva; 35 - Edgar, Afonso e Rosana, inauguração da Sede de Antigomobilismo, Tatuí; 36 - Camila e Glauber, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 37 - Morgana, Zé Carlos, Jaeli e Adilson, Confraternização de fim de Ano da Rede Caetano Tatuí; 38 - Noca e Zenita, inauguração da loja Surf Clamarroca, Tatuí

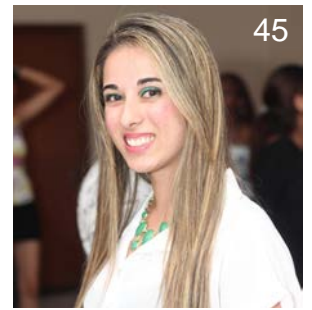
insiuante  
moda íntima

Verão 2013



VISITE NOSSO  
SEX SHOP

Rua Onze de Agosto, 205, Centro - Tatuí Fone: (15) 3259-7191  
Rua Onze de Agosto, 370, Centro - Tatuí Fone: (15) 3251-3130



39 - Tairini, novo espaço Lolita, Tatuí; 40 - Renata, Neusa, Maria Fernanda, Cristiane e Luan, inauguração Óticas Premier, Iperó; 41 - Premiação Francisco Penteadó, Rotary Clube, Tatuí; 42 - Marcos Paulo e Viviane, Premiação das Empresas Preferidas no ano de 2012 pela Vena Focus Pesquisas e Marketing, Itapetininga; 43 - Benedito e Diva, niver Tatiane, Recanto Beira do Córrego, Bairro Água Branca, Boituva; 44 - Melissa, Quintaneja Barracão Show Bar, Tatuí; 45 - Grazi, encontro sertanejo, Clube de Campo, Tatuí

# oBoticário

ACQUA

feliz da vida



Elmec

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



46



47



48



49



50



51

46 - Karla e Bruno, Capitão XV, Tatuí; 47 - Paulo, Gilberto, Trevizano, Wilian, Luiz Henrique e Juliano, Confraternização Rede Caetano, Tatuí; 48 - Eunice, inauguração da Sede de Antigomobilismo, Tatuí; 49 - Nathalia, Winny, Paula e Gabi, inauguração da loja Surf Clamarroca, Tatuí; 50 - Paulo e Maria do Carmo, Premiação das Empresas Preferidas no ano de 2012 pela Vena Focus Pesquisas e Marketing, Itapetininga; 51 - Apresentação do Espetáculo de Dança Artimanha do Ballet Teatro Fred Astaire, Conservatório de Tatuí



# Pizzaria do GORDINHO

Que em 2013 tudo acabe em pizza!



Rua 11 de Agosto, 2264 Tel: 3251-8581

Rua José Ribeiro Menezes, 10 / DISK PIZZA: 3305-1677



52



53



54



55



56



57



58



59

52 - Apresentação do Espetáculo de Dança Artimanha do Ballet Teatro Fred Astaire, Conservatório de Tatuí; 53 - Zaira, Quintaneja Barracão Show Bar, Tatuí; 54 - Kelly, Capitão XV, Tatuí; 55 - Keli e João, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 56 - Simone, Rosi, Amanda, Tati, Caetano e Raquel, Confraternização de fim de ano da Rede Caetano, Tatuí; 57 - Zé e Gustavo, niver Tatiane, Recanto Beira Córrego, Boituva; Tatuí; 58 - Noêmia e Ludmila, inauguração da loja Surf Clamarroca, Tatuí; 59 - Premiação Francisco Penteado, Rotary Club, Tatuí

MÓVEIS  
PLANEJADOS  
Moratta  
Telasul  
PLANEJADOS

# PISOS & opções

MÓVEIS PLANEJADOS  
EM 20X SEM JUROS

Design

## PROMOÇÃO

Piso Laminado Durafloor  
a partir de **R\$ 49,90**m<sup>2</sup>  
Instalado com rodapé

**Porcelanato polido**  
**60x60cm R\$39,90**  
(promoção valida por tempo indeterminado)

Nas compras acima  
de R\$ 1.000,00  
parcelamos  
em 10x s/ juros.  
\*Válido somente para compra do porcelanato ( Exceto polido )



Sabores do Brasil

\* Pastilha de vidro, porcelana e outros \* Piso Cerâmico \* Porcelanato

ViaRosa

eliane

Delta  
cerâmica

VILLAGRES  
A Qualidade Completa

PORTO  
FERREIRA

buschinelli

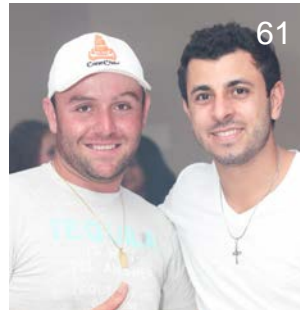
Agora o cliente Pisos e Opções tem desconto para o jantar às quartas e quintas-feiras na Água Doce Cachaaçaria Tatuí!

Av. Dr. Sales Gomes, 235 - Centro - Tatuí/SP - Tel: 15 3251.7349 - e-mail: contato@pisoseopcoes.com.br

\* Consulte o regulamento interno da loja

anpublicidade.com.br





60 - Sérgio, Ana Carolina, Ivan, Luciane, Jucimari, Paulo, Wellington e Isadora, Premiação das Empresas Preferidas no ano de 2012 pela Vena Focus Pesquisas e Marketing, Itapetininga; 61 - Nene e Flavinho, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 62 - Michele e Fernando, Capitão XV, Tatuí; 63 - Simeão, Armando, Aristides, Márcio, Caetano, Claudio, Claudio Elmec, Rafael e José Eduardo, Confraternização de fim de ano da Rede Caetano, Tatuí; 64 - Joce e Gustavo, Inauguração da Sede de Antigomobilismo, Tatuí; 65 - Paulo e Paula, Inauguração da loja Surf Clamarroca, Tatuí.

# Óticas Premmier

AGORA TAMBÉM  
ÓTICAS PREMIER  
EM BOITUVA

speedo

AH  
ARRETIRO

QUIKSILVER

ZEN VARILUX HOYA ORIENT



Rua Paulo Antunes Moreira, 27 - Centro - Iperó - SP - Fone (15) 3266-3132 e-mail: oticaspremmier@yahoo.com.br  
Rua Cel. Eugenio Motta, 521 - Shopping Villa D'Ouro - Loja 1 Centro Boituva - Fone: (15) 3363- 4319 e-mail: oticas.premmier@terra.com.br



66- Sueli e Reinaldo, Premiação da Empresas Preferidas do ano de 2012 pela Vena Focus Pesquisas e Marqueting, Itapetininga; 67- Pedro e Thaís, Capitão XV, Tatuí; 68- Sabrina e Marília, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 69- Sibebe e Juliana, Inauguração Clamarroca Surf, Tatuí; 70- José Osni e Zetakão, Inauguração Sede de Antigomobilismo, Tatuí; 71- Thalita, Izildinha, Elidez e Cida; 72- Samara e Letícia, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 73- Michele e Luiz, Inauguração Sede de Antigomobilismo, Tatuí; 74- Lara, Quintaneja, Barracão Show Bar

**Elmec**

**Buffet**

**Picnic**

**O LUGAR ONDE A IDADE NÃO IMPORTA. AFINAL, SER CRIANÇA É TUDO DE BOM!**

**VENHA NOS CONHECER!**

[www.picnicbuffet.com.br](http://www.picnicbuffet.com.br) | Tel: 15. 3251-8640  
 Rua Roque Giovane Adão Bertim, 135, Centro, Tatuí/SP  
 (Ao lado da ETEC Sales Gomes)

**COLÉGIO CENEP**

**Quem tem técnico tem futuro**

O sucesso de sua carreira profissional e a conquista de um bom salário exigem uma boa formação. Escolha um de nossos cursos técnicos e prepare-se para o mercado de trabalho com a qualidade de quem sempre entendeu do assunto.

Qualidade e excelência cenep  
 Mais de 10 anos de experiência  
 Material didático modular  
 Curso acessível de curta duração

**Vagas Limitadas**  
 Faça já sua inscrição

**MATRÍCULAS ABERTAS**

**Técnico em Enfermagem**  
**Aux de Enfermagem**  
**Aux de Radiologia**  
**Aux de Laboratório**  
**Aux de Necropsia**  
**Podologia**

Rua Santo Antônio 419 - Centro  
 Tatuí - SP  
 Fone: (15) 3205.1898  
[www.colegiocenep.com.br](http://www.colegiocenep.com.br)

# Salada de Frutas

Verão, muita gente precisa preparar o corpo, a pele e a mente... Precisamos nos sentir saudáveis, hidratados e nutridos. E nada melhor do que uma alimentação leve, à base de frutas, pois esse verão promete! A salada de frutas, além de ser deliciosa, oferece muitas vantagens como: proteger a pele contra o envelhecimento precoce, é anticelulite (por ser diurético, evitando assim a retenção de líquidos), além de combater a depressão (graças à presença de diversas frutas que contêm vitamina C). Ou seja, ela fará bem para o seu corpo e para sua alma. Por isso, anote aí esta deliciosa receita que a nossa querida leitora, Tatiane de Miranda Camargo Covre, de Boituva, nos enviou.

## Ingredientes:

- 2 mamões papaia pequenos
- 1 laranja média
- 5 bananas
- 2 maçãs
- 5 morangos maduros
- 1 pêssego
- 10 grãos de uva (qualquer variedade)
- 1 caixa leite condensado
- 1 caixa de creme de leite
- 10 cubos de gelo
- 1/2 colher (sopa) canela em pó

## Modo de preparo:

Pique todos os ingredientes e reserve (a laranja deve ser picada em pedaços menores em relação às outras frutas e também retirar todos os caroços). Se você quiser incrementar, poderá acrescentar suco da própria laranja. Em um prato separado, poderá acrescentar o leite condensado ou o creme de leite, a canela em pó e um pouco de gelo bem picadinho, fica muito bom! É isso aí, mas cuidado para não abusar da dieta, pois o leite condensado e o creme de leite são bem calóricos. Experimente, fica uma delícia!

Bom apetite!



Quer ver sua receita aqui nas páginas da revista Hadar? Então faça como a Tatiane, envie um e-mail para [jornalismo@revistahadar.com.br](mailto:jornalismo@revistahadar.com.br) e seja a próxima!

PALÁCIO DO  
**sorvete**



Tradição & Qualidade  
Sorvetes elaborados  
artesanalmente!



**yogoleve**  
Frozen Yogurte 100% Natural





# TAPEMAG

Sua loja de peças e borrachas.

[www.tapemag.com.br](http://www.tapemag.com.br)

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



Mangueiras Hidráulicas



Mangueiras para Lavadoras



Cortadores de Gramas

