



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$ 4,90

Moda

**História,
Influência
e Beleza.**

ANO 7 • EDIÇÃO 77 • ABRIL DE 2014



Síndrome de Tourette
Saiba quais são suas
causas e os sintomas

HPV
Vacinar é o caminho

Páscoa
Tempo de reflexão
para todos os povos

A Revista Hadar é uma Arte, para ser lida, vista e apreciada.. abraços a todos!!!

Virgínia Camargo

Adorooooo ler essa revista... Bom d+

Flávia Cristina de Fátima Arato

Linda capa, linda frase, o que não é lindo é achar que a violência é normal. Vamos encontrar a solução, povo?

Ana Beatriz Nunes Ribeiro

Muito linda a Revista

Náah NSC

Eu amo a Hadar sempre com muita informação

Roseli Alvez

Eu gosto quando fazem a transformação e contam a vida das pessoas. Um dia vou querer participar

Ines Manoel

Boa tarde, Hadar! A Revista toda é legal o que mais gosto são as notícias e os eventos...

Carol Leandro

Boa noite, Maria Eliza!
Vi a Revista Hadar terça-feira e adorei. Você soube conduzir a entrevista e a matéria ficou excelente. Agradeço a Revista Hadar pela oportunidade de poder mostrar um pouco de mim. Obrigada, Bernadete!
Obrigada, Maria Eliza!
Beijos e abraços, ótima noite.

Carminha

"Meu nome é Zilda O. Leite, e tenho acompanhado pela net, nos últimos meses, as edições online da Revista Hadar.

Quero parabenizar a matéria principal da ed.76. Fazer uma matéria com alguém com propriedade e conhecedor de causa, dá credibilidade às informações e à qualidade editorial deste veículo de comunicação. Parabenizo também o editor de arte, que com uma visão subjetiva soube ilustrar a matéria de maneira muito criativa. Parabéns a quem criou a capa, enfim, um trabalho de mestres.

Aliás, as últimas capas desta revista têm me surpreendido. Mais uma vez parabéns a todos."
Sucesso

Ficamos muito contentes com o trabalho de vocês, e o carinho com a seção pequeno notável, deste mês em especial trazendo a reportagem do menino violeiro, que vem se destacando nos festivais de viola, a todos da redação, muito sucesso, obrigado por nos presentear com reportagens que dá gosto de ler, valeu, Revista Hadar.

José Rafael Violeiro

DIÁRIOS COMEMORATIVOS
2014

Abril

- | | |
|---|--|
| 01 - Dia da Mentira/Dia do tomate | 17 - Dia Nacional da Botânica |
| 02 - Dia do Propagandista/Dia mundial da conscientização do autismo
Dia mundial do livro infante juvenil | 18 - Dia de Monteiro Lobato/Sexta-feira da Paixão |
| 03 - Aniversário da cidade de Cerquilho | 19 - Dia do Índio/Dia do Exército Brasileiro/Sábado de Aleluia |
| 04 - Dia do Parkinsoniano | 20 - Dia do Diplomata/Dia do Disco/Páscoa |
| 07- Dia do Corretor/ Dia do Jornalismo/Dia Mundial da Saúde | 21 - Dia do Metalúrgico/Tiradentes |
| 08- Dia da Nataçãõ/ Dia Mundial do Combate ao Câncer | 22 - Descobrimto do Brasil/Dia Nacional do Agente de Viagem |
| 09 - Dia Nacional do Aço | 23 - Dia de São Jorge/Dia Mundial do Escoteiro |
| 10 - Dia da Engenharia | 24 - Dia do Penitenciário |
| 11 - Dia da Escola de Samba | 25 - Dia do Contabilista |
| 12 - Dia do Obstetra | 26 - Dia do Goleiro |
| 13 - Dia do Office-Boy/Dia do Jovem/Dia do Beijo/Domingo de Ramos | 27 - Dia da Empregada Doméstica |
| 14 - Dia das Américas | 28 - Dia da Educação |
| 15 - Dia Mundial do Desenhista/Dia Mundial da Conservação do Solo | 28 - Dia da Sogra/Dia Mundial da Segurança no Trabalho |
| 16 - Dia Nacional da Voz/Dia Nacional do Lions Club | 29 - Dia do Crítico Teatral |
| | 30 - Dia Internacional do Jazz/Dia Nacional do Ferroviário |

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

Carta ao leitor

Caro leitor, mais uma vez estamos aqui e, como sempre, trazemos assuntos interessantes que, certamente, serão úteis em seu dia a dia.

Chegamos ao mês de abril. Mês da Páscoa, do Descobrimento do Brasil, do Dia de Tiradentes e de muitas outras datas que devem ser lembradas por todos. Mas o mais importante mesmo é que você se lembre de comemorar cada dia em que acorda, pois, o fato de abrir os olhos, saber que está vivo, já é um bom motivo de comemoração, não é mesmo? E é com esse espírito, com essa vontade de comemorar e viver a vida, que a revista Hadar traz até você mais esta edição.

E para que você possa comemorar em alto estilo, a revista Hadar preparou uma matéria de capa que fala sobre a Evolução do Mundo da Moda, sem falar das dicas, não deixe de ler esse assunto que é super interessante e vai ajudá-lo a fugir do *over*.

Com a missão de informar e conscientizar, em relação aos assuntos importantes, nesta edição, voltamos a falar sobre a prevenção, como diz o ditado, "prevenir é melhor do que remediar." A Hadar traz uma matéria sobre a importância de tomar a vacina contra o HPV, que previne contra o câncer de útero, causador de muitas mortes e, hoje, toda a rede pública está vacinando as adolescentes entre 11 e 13 anos. Não deixe de ler em nossa seção "Conscientize-se".

E quando é para informar, a Hadar faz questão de publicar. Você já ouviu falar na Síndrome de Tourette? Então, de repente, você está vivendo ou conhece alguém que sofra dessa desordem neurológica e poderá ajudar, não deixe de ler, na seção "Fala Doutor", a entrevista com a psicóloga Juliana Lopes, da cidade de Boituva, que esclarece esse assunto.

E tem mais, você sabe o que significa Justiça Restaurativa? Uma nova forma de convivência, pautada pela cultura da paz. Não deixe de ler o artigo na seção "Justiça", escrito por Marcelo Nalesso Salmaso, Juiz de Direito da Comarca de Tatuí e membro da Coordenadoria da Infância e da Juventude e do Grupo Gestor da Justiça Restaurativa do Tribunal de Justiça de São Paulo.

A nossa região está em festa, a cidade de Cerquilha está completando mais um ano de vida. Parabéns, Cerquilha! Confira na seção "Região".

É isso aí, caro leitor, mais uma edição recheada de informação, entretenimento e saber. A Hadar é feita com muito amor, carinho e comprometimento para você, não deixe de conferir todas as nossas reportagens, envie sugestões, dê a sua opinião sobre o conteúdo, participe e interaja conosco. O nosso trabalho é feito junto com você!



EXPEDIENTE HADAR

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

Jornalista/Redação
Vanessa Cancian, Ana Luiza Schifflers, 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 Calvino

Criação/Diagramação
Elmec Comunicações
Leonardo Manis Casarini
Claudio S. dos Santos
arte@revistahadar.com.br
diagramacao@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
(15) 99144 8747 / 7835 5412 ID 29*114175
(15) 98134 4797
comercial@revistahadar.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br

Empresa Responsável
Editora Camargo e Cia Ltda
Rua 7 de Maio, 150 - sala 03 - Tatuí
(15) 3259-4543
revistahadar@gmail.com

Colaboradores
Veridiana Pettinelli, Davison Pinheiro, Luis
Carlos Magaldi, Maria do Carmo M. Ramos,
Ivan Maia, Roberta Lorenzetti Lourenço, Josué
Mota, Patrícia Mariah, Aline Fernanda Simões
e Marcelo Nalesso Salmaso.

Agradecimentos
Todas as fontes entrevistadas

Distribuição
Boituva, Capela do Alto, Cerquilha, Cesário
Lange, Iperó, Itapetinga, 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.

A Prefeitura de Boituva comemorou, no dia 29 de março, o Dia Mundial do Teatro com o lançamento da temporada 2014 do projeto “Expressões Culturais de Rua”.

Em Itapetininga a “Semana Estadual de Mobilização contra a Dengue” foi realizada entre os dias 24 e 28 de março.

No dia 27 de março, a Prefeitura Municipal de Tietê inaugurou o CREAS (Centro de Referência Especializada em Assistência Social), instalado no bairro Nova Tietê e, na mesma oportunidade, a Casa Dia para Terceira Idade.

A edição 2014 do projeto Abala Boituva das igrejas evangélicas locais foi um sucesso. As apresentações aconteceram nas noites dos dias 21 e 22 de março.

O Dia Mundial da Água foi comemorado em Tatuí com programação especial junto aos alunos da rede municipal de ensino no dia 24 de março.

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 no 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. Informações (15) 3251-8520.

Em Tatuí, de segunda a sexta-feira, das 13h às 17h, acontece o Bazar Beneficente do COSC, que complementa as receitas mensais da entidade, localizado na Rua Teófilo Andrade Gama, 470. O bazar vende roupas usadas, móveis, utensílios, itens em geral, que são recebidos em forma de doação. Informações: (15) 3251-4168.

Acontece, em Cerquillo, o Alistamento Militar 2014. Os cidadãos nascidos de 1º de janeiro a 31 de dezembro de 1996 têm o prazo de 2 de janeiro de 2014 até o dia 30 de junho de 2014 para comparecerem à Junta de Serviço Militar de Cerquillo (JSM 039) Informações (15) 3284-4506.

Os boituvenses nascidos em 1996 terão até o dia 27 de junho para comparecer à Junta de Serviço Militar para se alistar. A Junta Militar está em novo endereço: Rua das Artes Solange Fregoni (ao lado da Prefeitura), no quiosque três. Informações (15) 3363.8800 ramal 254.

Atenção: Você que completa 18 anos até o dia 05 de outubro de 2014 e não tirou o seu título de eleitor, favor comparecer ao cartório eleitoral de sua cidade até o dia 05 de maio de 2014. Esteja em dia com a justiça, pois o voto é obrigatório. Informações (15) 3251-8531.

O Fundo Social de Solidariedade de Itapetininga está lançando a ‘Campanha do Agasalho 2014’. Informações (15) 3271-1801.

Nos dias 10 de março a 10 de abril, a Secretaria Municipal de Saúde de Iperó realiza a Campanha Nacional de Vacinação contra o HPV, promovida pela Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo e Ministério da Saúde. A campanha tem como público-alvo os adolescentes de 11 a 13 anos de idade. Informações: (15) 3266 1201.

No dia 12 de abril, acontece, em Tatuí, a 13ª Campanha de Sangue na Secretaria de Esportes, ao lado da Escola Barão de Suruí, das 07h30min às 12h.

No mês de abril, acontece, na Fábrica de Cultura Santo Antonio: Dia 07, Cultura do Ventre; Dia 11, The Doctors; Dia 12, Juliano Silva; Dia 18, Banda Print; Dia 19, Retrô Rock; Dia 20, Vodka Joe; Dia 25, cover Charlie Brown Jr; Dia 26, Caixa Magica. Informações: (15) 3251-4571.

A Prefeitura de Boituva está com inscrições abertas para o Programa Ação Jovens. Informações (15) 3363-8800.

O programa tem como objetivo o incentivo da conclusão da escolaridade básica para jovens de 15 a 24 anos, possibilitando aos jovens a continuação do aprendizado para seu desenvolvimento pessoal e para sua inserção no mercado de trabalho. Informações: (15) 3268-7163.



No dia 08 de abril o SEBRAE promove uma palestra de gestão empresarial no Sindicato Rural de Itapetininga. Informações: (15) 3272-9210 e 3272-9218

No mês de abril, acontece, no Teatro Procópio Ferreira, o IV Encontro Internacional de Performance Histórica, coordenado por Débora Ribeiro. O evento reúne atividades pedagógicas e artísticas da Área de Performance Histórica. Será oferecido todas as noites, no Teatro Procópio Ferreira e no Auditório Villa Lobos, apresentações voltadas ao grande público. A programação dos eventos pode ser encontrada através do site www.conservatoriodetatu.org.br. Informações: (15) 3205-8444 ou diretamente no Conservatório, que fica na Rua São Bento, 415.

No mês de abril, acontece no Teatro Municipal de Cerquillo: Dia 10, às 20h, O Contador de Histórias – Cinema Gratuito; Dia 12, às 21h, Socorro Meu Marido Virou a Mão, com o diretor e ator de televisão Vítor Branco; Dia 13, às 16h, teatro infantil, Peppa Pig e o Porquinho Mau; Dia 25, às 21h, Lá Boheme a ópera cantada e contada; Dia 26, às 21h, Meu Passado Me Condena com a atriz global Fernanda Souza. Informações: (15) 3384-2634.

SEJA PROPRIETÁRIO DE
UM QUARTO DE HOTEL.

CONDOHOTEL
CEDROS IBIS *Tatuí*



INVESTIMENTO SEGURO,
FÁCIL E QUE GERA RENDA.

NOVO CONCEITO IBIS PARA ÁREAS COMUNS

O Grupo CEDROS em parceria com a ACCOR, uma das principais redes hoteleiras do Brasil e Europa, está lançando o CONDOHOTEL CEDROS IBIS TATUÍ.



O CONDOHOTEL é uma modalidade de empreendimento imobiliário estruturado legalmente sob a forma de condomínio hoteleiro, no qual o proprietário possui escritura das suas unidades autônomas, ou seja, ele é dono de seus quartos.

Todos os proprietários destinam suas unidades autônomas para a exploração da atividade hoteleira e recebem, em contrapartida, rendimentos desta operação.

Contempla a receita da atividade hoteleira a hospedagem, alimentos e bebidas principalmente.

“Uma excelente localização, concepção de projeto e administração aumentam a rentabilidade para o proprietário, possibilitando auferir entre 0,7% a 1,2% ao mês sobre o valor investido”.

APROVEITE A OPORTUNIDADE E FAÇA UM
INVESTIMENTO COM SEGURANÇA DE RENTABILIDADE



CENTRAL DE ATENDIMENTO GRUPO CEDROS

Rua Dr. Sampaio Peixoto, 161 | 19 3305.2222 | Cambuí | Campinas SP

CADASTROS E INFORMAÇÕES

15 99137.7770

Páscoa

Tempo de reflexão para todos os povos

Mais do que uma época em que as pessoas comem ovos de chocolate e deixam de comer carne vermelha, a páscoa é um tempo de reflexão para todos os povos. O significado e as penitências podem ser um pouco diferentes de religião para religião, mas o intuito final segue sendo o mesmo para todos, época de reflexão em cada um, pensando em ser um ser melhor por conta do sacrifício feito por Jesus Cristo.

A celebração da Páscoa representa uma oportunidade de fazermos uma retrospectiva em nossas vidas e estabelecermos um ponto de recomeço, para sermos pessoas melhores. Porém, as igrejas cristãs têm alguns pontos diferentes na comemoração dessa data.

A última ceia partilhada por Jesus Cristo e seus discípulos é narrada nos Evangelhos e é a principal comemoração dos evangélicos. Eles celebram o cordeiro e o sacrifício de Jesus para o mundo, libertando-nos de todos os pecados e sofrimento.

A Páscoa católica celebra a ressurreição de Jesus Cristo. Depois de morrer na cruz, seu corpo foi colocado em um sepulcro, onde ali permaneceu por três dias, até sua ressurreição. É o dia santo mais importante da religião cristã, quando as pessoas vão às igrejas e participam de cerimônias religiosas.

Para os católicos, ela também termina o tempo da quaresma, quando ficam cerca de 40 dias sem comer carne vermelha, por penitência à morte de Jesus, que se sacrificou para tirar o pecado do mundo, conforme está na Bíblia em João 1:29.

Também existem como comemoração, nessa época, as chamadas “tradições pagãs”, como a prática de pintar ovos cozidos, decorando-os com desenhos e formas abstratas; em grande parte dos países europeus do Hemisfério Norte como Rússia, Ucrânia, Hungria, Polônia, entre outros, ainda é um costume comum, embora que, em outros, os ovos tenham sido substituídos por ovos de chocolate. No entanto, o costume não é citado na Bíblia e, portanto, este é uma alusão a antigos rituais pagãos.

A lebre (e não o coelho) de Eostre é a deusa da fertilidade e faz parte desses chamados “cultos pagãos”, que foram absorvidos e misturados pelas comemorações judaico-cristãs, dando início à Páscoa comemorada na maior parte do mundo contemporâneo.

*A Revista Hadar deseja a todos
Feliz Páscoa.*

Revista
hadar



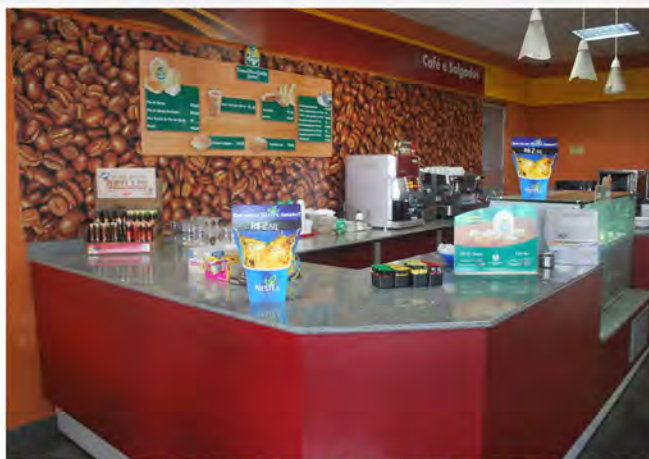


COMENDADOR

Sempre o melhor para você!



Bebidas geladas **NACIONAIS** e **IMPORTADAS**.



Café e Salgados da **CASA DO PÃO DE QUEIJO**



Produtos da loja **SELECT**

Se beber, não dirija.



A copa do mundo está chegando, comemore com a família e amigos essa festa!

* Consulte o regulamento interno. EIMC



Troque o **ÓLEO** do seu carro ou abasteça **20 LITROS** de **ETANOL** ou **GASOLINA** e ganhe uma **DUCHA**.*



Shell
Evolux
Diesel

Diesel - S10 aditivado, você só vai encontrar no **AUTO POSTO COMENDADOR - MARAPÉ****.



Auto Posto Comendador - Avenida
Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, 500
Centro - Tatuf - (15) 3251-4472



Auto Posto Comendador - Aviação
R. Ayrton Senna, 41 - Jardim Aeroporto - Tatuf
(15) 3259-0379



Comendador



Auto Posto Comendador - Marapé**
R. Vice Prefeito Nelson Fiuza, 21 - Jd. Ternura - Tatuf
(15) 3205-7888
Ducha para Autos

Auto Posto Comendador - Mercado
Largo do Mercado, 117 - Centro - Tatuf
(15) 3251-8467
Ducha para Autos

Auto Posto Comendador - Morro
Rod. SP 127 s/nº km 112 - B. Guardinha - Tatuf
(15) 3305-3191
Serviço de lavagem de caminhões

Auto Posto Comendador - Valinho
R. XI de Agosto, 2440 - B. Valinho - Tatuf
(15) 3251-4099
Abastecimento de GNV e Duchas para Autos

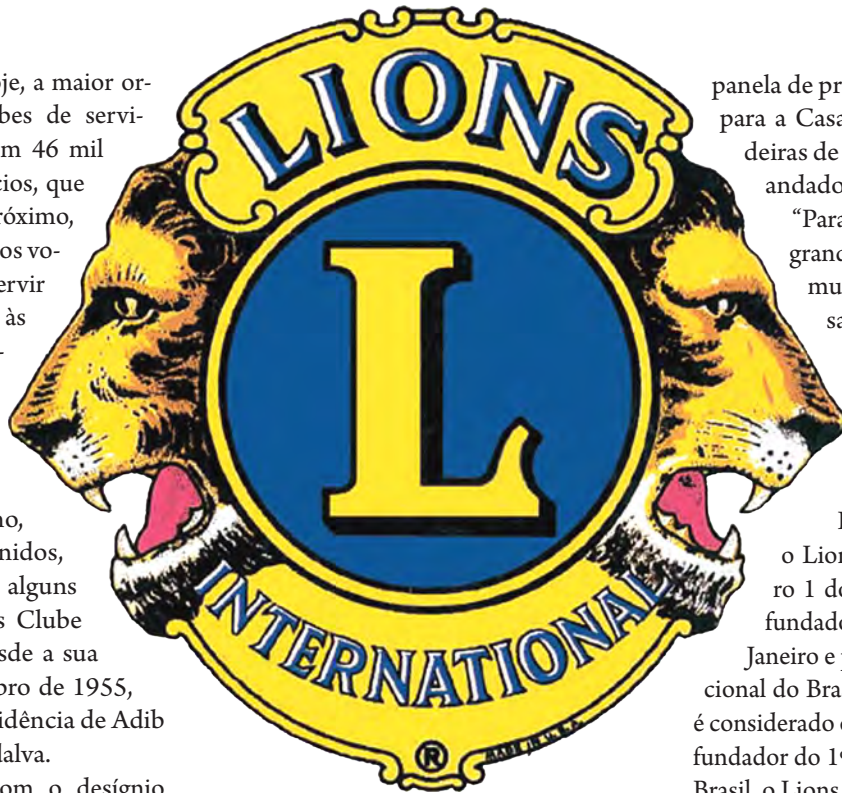
Dia Nacional do Lions Clube

Data comemora a ação que o clube de serviços desenvolve em todo o território brasileiro

O Lions Clube é, hoje, a maior organização de clubes de serviço do mundo, com 46 mil clubes e 1,35 milhão de sócios, que trabalham em prol do próximo, com a missão de dar poder aos voluntários para que possam servir suas comunidades e atender às necessidades humanas, fomentar a paz e promover a compreensão mundial através dos Lions Clubes.

Incentivar o estudo e a prática de bom governo, manter os associados unidos, encorajar a eficiência, são alguns dos objetivos que o Lions Clube de Tatuí dá prioridade, desde a sua fundação, em 02 de setembro de 1955, que, hoje, conta com a presidência de Adib Millen e da domadora Lindalva.

Um clube de serviço, com o desígnio de servir à comunidade, oferecer auxílio às entidades (Grupo de Estímulo à Vida (GREV), Santa Casa de Misericórdia, Liga Tatuiana de Assistência aos Cancerosos (Litac), Casa do Bom Velhinho, Casa do Bom Menino, Irmãos de Rua São José, Lar Donato Flores e Lar São Vicente de Paulo) e ajudar aos necessitados, o Lions de Tatuí também conta com uma Comissão Feminina, que trabalha efetivamente para auxiliar mães carentes, além de realizar, anualmente, jantares beneficentes, participar e promover festas da caridade. Outra iniciativa do Lions é o Leo Clube, formado por jovens que querem ser Leões.



Recentemente, o Lions participou de uma mega doação, em parceria com um supermercado da cidade, doando diversos itens para sete entidades de Tatuí, conforme a necessidade de cada uma. Entre os produtos, centrífuga para o Banco de Sangue "Fortunato Minghini", 39 cestas básicas para a Igreja Sagrada Família, panela de pressão, freezer e geladeira para o Recanto do Bom Velhinho, 130 caixas de alimento e 720 fraldas geriátricas para o Lar São Vicente de Paulo, uma maca, bebedouros e reforma dos bancos do refeitório da APAE,

panela de pressão, freezer e liquidificador para a Casa dos Irmãos de Rua e 4 cadeiras de roda, 3 cadeiras de banho e 2 andadores para a Litac.

"Para nós, é uma satisfação muito grande poder trabalhar para a comunidade, de forma desinteressada. Nós somos uma entidade que pagamos para servir, então, é muito gratificante ver que podemos fazer muito por quem necessita", afirma Hélio Loretti.

Para quem não sabe, quando o Lions foi fundado, o Leão número 1 do Brasil foi Armando Fajardo, fundador do Lions Clube do Rio de Janeiro e primeiro Conselheiro Internacional do Brasil. Já Floriano Peixoto Santos é considerado o Leão número 1 de São Paulo, fundador do 1º clube de São Paulo, e o 2º do Brasil, o Lions Clube de São Paulo - Centro.

E é por este grande trabalho que o Lions desenvolve que nós, da Hadar, homenageamos todos os colaboradores e clubes, em 16 de abril, no Dia do Leonismo Nacional, pois foi nesta data que foi fundado o primeiro clube do Brasil, no Rio de Janeiro, e, em seguida, surgiram outros clubes, entre eles, em São Paulo e Salvador, que são os mais antigos.

Desde então, o Lions Clube se espalhou por todo o Brasil e até mesmo no exterior, onde mostra seu trabalho e seu compromisso com as pessoas que mais precisam. Parabéns pelo amor e carinho com que cumprem sua tarefa!

FRED ASTAIRE

Curso de iniciação teatral

Prof. **Tchello Gasparini**
Ator e Músico

Curso teatral dedicado a aqueles que desejam atuar ou mesmo adquirir segurança em qualquer situação profissional.

Infantil
Juvenil
Adulto

Informações: (15) 3251-8417
Praça Paulo Setubal, 22 Galeria Del Fante - sala 7
Tatuí/SP

Em Homenagem ao dia Mundial da Dança, a Pequeninas faz uma promoção do dia 22 a 30 de Abril, com grandes descontos.*

Pequeninas
Artigos e Acessórios de Dança e Fitness

Praça Cesário Mota, 140. Jd. Junqueira. Tatuí
113 3305-1138. facebook.com/pequeninastrajeseacessorios

* Consulte o regulamento interno do loja.

Moderna e sofisticada a Caetano Gold foi criada para atingir um público exigente, que prima pela solução completa para qualquer tipo de acabamento e decoração, desde o mais moderno ao conservador.



Requinte e Sofisticação tem nome.



Duchas Quadradas com Led
a partir de
R\$599,90



Monocomandos
2 saídas Gourmet
a partir de
R\$629,90



Coifas
de Parede
Franke
a partir de
R\$999,90



Cubas de Apoio
a partir de
R\$139,90



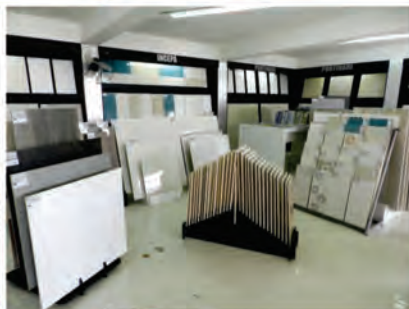
Bacias
Monobloco
a partir de
R\$449,90

www.caetanogold.com

Oportunidades válidas de
01 a 26 de abril/2014
ou enquanto durarem nossos estoques.

As melhores
Oportunidades
de Tatuí e região

@resultado 011 3684-2277



Rua Onze de Agosto, 893 • Centro • Tatuí • SP
Tel.: (15) 3205-9292 ou contato@caetanogold.com

Drone

Nova mania no céu toma a região

Veículo idealizado para militares vira mania entre aeromodelistas

Um Veículo Aéreo Não Tripulado (VANT) mais conhecido como drone (zangão, em inglês), é todo e qualquer tipo de aeronave que não necessita de pilotos embarcados para ser guiada. Esses aviões são controlados a distância por meio de controles eletrônicos e computacionais.

Os drones foram idealizados para fins militares, inspirados em bombas voadoras alemãs, do tipo V-1, e nos inofensivos aeromodelos rádio controlados. Atualmente, o desenvolvimento de pesquisas e a fabricação de VANT são realizados e estimulados, principalmente, por militares estadunidenses. Os Estados Unidos os usam há vários anos como um dos principais instrumentos da estratégia militar. Dependendo do tamanho do drone, ele consegue entrar (voar) em qualquer lugar, até mesmo dentro de uma casa, e por outro lado existem dados registrados de drones civis que alcançaram a distância de 80 km, mas mesmo sendo de

tamanho pequeno é sempre aconselhável não voar muito perto de pessoas, pois numa eventual falha você poderá machucar alguém com gravidade.

Segundo Gerson Viera de Camargo, Diretor de pista de aeromodelismo de Tatuí, a regulamentação deste tipo de aparelho ainda não foi estabelecida por nenhuma autoridade do meio aéreo. “Mas existem grupos dos próprios pilotos de drone que estão se mobilizando para criar parâmetros que tornem seguro o uso deste tipo de aeronave não tripulado de pequeno porte, e fazer um cadastro de pilotos e seus equipamentos”, completa.

Atualmente, esse tipo de veículo está sendo usado para desempenhar diversas funções. A Amazon está se preparando para

fazer entregas em 30 minutos nos grandes centros urbanos utilizando drones, anunciou o presidente da empresa durante uma entrevista a um programa de TV. “No início foi utilizado para treino de voo FPV (voo por visão ou voo monitorado), depois, comecei a usá-lo em gravações de vídeo e fotos. Quem contrata esse tipo de serviço são donos de chácaras, fazendas, empresas e eventos de todo tipo, pessoais ou corporativos” explica Gerson.

Agora, a região começa a receber amadores e profissionais que estão entrando nessa onda dos drones. “Existem, hoje, muitos aparelhos desse tipo em nossa região, alguns de amadores que nunca voaram com aeromodelos, que serve de base para quem quer entrar nesse esporte ou hobby, e outros aparelhos de profissionais que buscam novas tecnologias e equipamentos para fazer voos seguros e prestação de serviços com qualidade só vista fora de nossas fronteiras”, completa o diretor.



Sem tempo e com problemas Elétricos?

**Adinaldo Camargo
Eletricista**

Atendimento Residencial

**S.O.S.
ELETRICISTA**

**SOMENTE
nos finais de semana**

(15) 99620-7952/99832-2931

facebook.com/adinaldo.camargo



vivo SMARTVIVO CONTROLE

Tatuí Telecom

O PLANO CONTROLE COM INTERNET QUE CABE NO SEU BOLSO.



**Aproveite
Smartphones
no SmartVivo
Controle 250**

A partir:

R\$ 349,00

**E você ainda leva
+ R\$ 10 em créditos**
para falar com outras operadoras
e fixo e usar serviços.

Para DDD, use o 15. Saiba mais em vivo.com.br

Passa na Tatuí Telecom na Rua Capitão Lisboa, 630 - Centro e aproveite esta oferta.

Telefônica

vivo Conectados vivemos melhor.



Promoção válida até 30/04/14. O pacote de dados de 250 MB tem velocidade de referência de 500 Kbps para download e de 50 Kbps para upload. Depois de atingido o volume de dados de pacote, a velocidade de referência tanto para download quanto para upload será reduzida para até 32 Kbps. A velocidade de transmissão de dados em internet móvel pode variar por vários motivos, como fenômenos naturais, deslocamento e distância da Estação Rádio Base e picos de tráfego. Todas as opções de recarga de crédito estão disponíveis para o plano SmartVivo Controle, e a validade dependerá do valor da recarga efetuada. Oferta do aparelho na Tatuí Telecom no endereço acima informado válida de 25/03/2014 até 24/04/2014 (limitada ao estoque), sujeita alteração conforme tabela da operadora. Acesse www.vivo.com.br/planos ou ligue *8486 e saiba mais. Se não for cliente, ligue 1058. Oferta sujeita a análise de crédito. Imagens meramente ilustrativas.

Cerquilha

O melhor lugar para se viver

“Mas, é o conjunto que torna lindas as rosas. Portanto quem desejar sua formosura terá que aprender a conviver entre seus espinhos”. Não há quem conheça a cidade de Cerquilha e não se recorde das suas famosas rosas, cartão postal do pequeno município, que leva este nome de origem espanhola e quer dizer cercado, cerquinho.

Hoje em dia, além de sua beleza natural, em razão das flores, das praças bem arborizadas, das ruas sinalizadas e organizadas, rede de água e esgoto para toda a população, Cerqui-

lho leva o título de cidade com a melhor qualidade de vida do interior e possui cerca de 40 mil habitantes. Com uma economia baseada na indústria, agricultura e confecção de roupas infantis, Cerquilha cresce anualmente.

O que também é destaque na cidade é o carnaval de rua, um dos melhores da região. Milhares de turistas procuram a Cidade das Rosas, para comemorar os dias de folia, que melhora a cada ano, sempre com trios elétricos, carros alegóricos e muitos blocos carnavalescos.

Outro evento que atrai muitos visitantes é a tradicional Festa das Nações de Cerquilha,

um evento beneficente realizado pela Prefeitura e organizado pelo Fundo Social de Solidariedade, em parceria com uma comissão organizadora e entidades participantes. Muitos pratos e bebidas de diversos países são vendidos durante a festa, que tem toda decoração típica de cada país.

E neste mês, mais propriamente no dia 3 de abril, a Cidade das Rosas comemora 66 anos de existência e progresso e nós, da Revista Hadar, desejamos que este crescimento seja sempre constante e harmonioso. Parabéns, Cerquilha!



A Hadar parabeniza Cerquilha pelos seus 66 anos

Cesário Lange

O comércio ideal para você!



Assistência Técnica . Produtos Químicos
Troca de Areia . Limpeza de Piscinas
Construção de Piscinas
Aquecedores e Saunas
Móveis e Acessórios
Troca de Vinil



Atendemos a Região

Rua Francisco Ribeiro da Silva, 706 | Centro | Cesário Lange-SP
(15) 3246-1482/99720-5611 gis.silva@hotmail.com



Style

ar condicionado

Um estilo de viver bem!



Instalação . Manutenção . Venda
Atendemos na região

Rua dos Mendes, 743 - Centro - Cesário Lange/SP (15) 3246-3848
stylearcondicionado@bol.com.br

Auto Posto Elisa

Box para troca de óleo de todas as cilindradas.



De Seg. a Sáb. das 6h às
18h.



Conheça também nossa loja de auto peças.

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

Dellamutta

agropecuária
A Sua Casa Agropecuária

A Festa do Peão está chegando
30/4 à 04/5 de 2014.

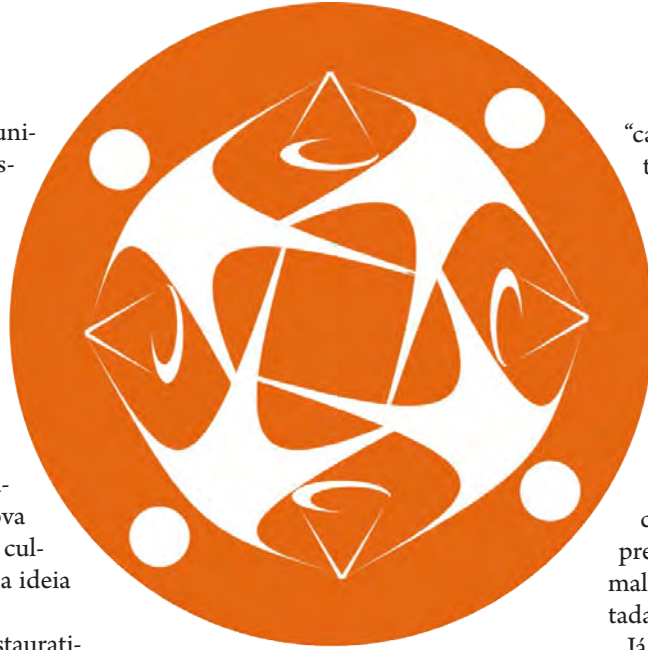


ATENDEMOS
A REGIÃO

Rua Francisco Ribeiro da Silva, 781 | Centro | Cesário Lange
(15) 3246-1218 dellamutta@fdnet.com.br

Justiça Restaurativa:

Diferenças entre o paradigma restaurativo e a antiga ideia punitiva



Retomando, nesta oportunidade, o tema Justiça Restaurativa, desenvolverei, ainda que de forma resumida, as diferenças entre o novo paradigma restaurativo proposto e a tão conhecida ideologia punitiva. Antes de dar início, porém, gostaria de dizer que o presente texto guarda conexão com o que apresentado no artigo publicado em edição anterior da Revista Hedar (“Justiça Restaurativa: uma nova forma de convivência, pautada pela cultura da paz”, p. 15), o qual traz uma ideia geral sobre a Justiça Restaurativa.

Vale relembrar que a Justiça Restaurativa não é mera técnica de solução de conflitos e, muito menos, confunde-se com a mediação, pois, conforme já dito no texto anterior, a ideologia restaurativa busca resgatar a justiça enquanto valor e instituir uma nova forma de convivência e interação humanas, fundada no reconhecimento do outro, não como objeto, mas como ser humano, bem como, na ideia de inclusão, de forma a resgatar as responsabilidades da comunidade e de cada um em prol do bem estar comum e da paz.

A Justiça Restaurativa toma como foco central os danos e consequentes necessidades, tanto da vítima como também do ofensor e da comunidade, trata das obrigações decorrentes desses prejuízos de ordem material e moral, valendo-se, para tanto, de procedimentos inclusivos e cooperativos, nos quais serão envolvidos todos aqueles que têm interesse na resolução do problema – vítima, ofensor, comunidade, Poderes Públicos e sociedade –, tudo de forma a corrigir os males e dar um rumo correto àquele caminho que nasceu errado (cf. ZEHR, Howard. *Trocando as lentes: um novo foco sobre crime e justiça*. São Paulo: Editora Palas Athena, 2008, p. 257. Esta obra escrita pelo norte-americano Howard Zehr é um dos grandes nortes doutrinários da Justiça Restaurativa).

No sistema penal comum, pautado no paradigma punitivo, tão conhecido de todos, as perguntas realizadas são: “Quem fez? Transgrediu a lei? Teve culpa? Em caso positivo, qual a pena merecida?” Nesse cenário, não importa o que teria levado o infrator a se enveredar pelo caminho da transgressão, tampouco, como seria possível atender às necessidades causadoras da violência para fins de que ele tome um caminho diferente, pois tudo está centrado na culpa individual daquele que infringiu a lei.

Por outro lado, como, no paradigma punitivo, o Estado se coloca como a primeira e mais importante vítima do delito, a vítima real, aquela pessoa que suportou o dano, não encontra espaço para falar sobre o que sente, como ficou a sua vida por conta do trauma sofrido, e, ainda, não obtém as respostas de que tanto necessita para superar – e não apagar – o dano psíquico causado pelo crime, o que se mostra fundamental a possibilitar que aquele fato negativo passe a integrar a sua biografia e, assim, a vida siga em frente. Tampouco a vítima encontra espaço, no processo penal, para participar ativamente das responsabilidades a serem assumidas pelo infrator, principalmente no sentido de reparação do dano.

Após condenado, o infrator recebe esse

“carimbo”, um estigma que dificilmente ou nunca se apaga, e, assim, não há mais chance de voltar atrás, o que acaba por se tornar para ele um lugar de autorreconhecimento social, como “criminoso”, e, assim, como já foi mesmo “carimbado” judicialmente como “criminoso”, o condenado, dali em diante, fará por merecer, cada vez mais, esse lugar de reconhecimento. E basta ao condenado cumprir a pena recebida para estar “quite” com a sociedade, não precisando ele se preocupar com a responsabilidade pelo mal causado e por uma nova trajetória pautada por valores sociais relevantes.

Já para a Justiça Restaurativa, os pontos centrais são o dano e as consequências que emergem do ato ilegal, bem como, o reconhecimento das necessidades e das responsabilidades de todos – que é diferente da culpa individual –, tudo para fins de que a infração à lei nunca volte a acontecer, evitando-se, ainda, que outras pessoas adotem essa mesma postura equivocada.

No procedimento - para resolução de conflitos - próprio da Justiça Restaurativa, o chamado processo circular, coordenado por dois facilitadores capacitados, que têm a função de organizar os trabalhos, bem como, de manter o espaço seguro e o diálogo respeitoso, o ofensor pode trazer os motivos que o levaram ao ato de transgressão e, por sua vez, a vítima também encontra espaço para narrar seu sofrimento e obter as respostas de que necessita, participando ativamente da solução. O processo circular não se basta em ofensor e vítima, pois também dele participam membros da comunidade direta ou indiretamente afetada pelo delito, que trarão seus valores e suas histórias de vida, o que promove no transgressor a reflexão no sentido de que ele não é “a grande vítima do mundo”, pois vê que as demais pessoas também têm problemas, mas os resolvem de formas diversas daquela da violência. Tal dinâmica é apta a abrir, no transgressor, por conta de novas conec-

xões neuronais, um canal de comunicação que o leva a querer reconstruir sua vida em novas bases.

Visa-se, portanto, no processo circular, a partir da fala sobre sentimentos profundos e da escuta atenta, o atendimento das necessidades de ofensor e vítima, mas também, a compreensão, por parte do transgressor, no sentido de que o ato praticado foi um erro e que esse erro gera responsabilidades quanto à reparação pelos danos causados à vítima e à sociedade.

Concede-se ao transgressor, nestes termos, uma oportunidade de voltar atrás nos passos errados, para apagá-los ou minimizá-los, sem que exista o estigma da condenação, mas é ele próprio quem deve se responsabilizar por isso e apresentar um plano de reparação do dano e assunção de novo caminho em sua vida. Ou seja, se foi ele quem gerou o problema, deverá se responsabilizar pela solução, sem que ninguém, juiz ou

outra pessoa, mande que faça algo.

Por sua vez, a comunidade também compreende a sua própria responsabilidade pelo fato de aquela pessoa, que faz parte dessa mesma comunidade, ter tomado um caminho contrário à convivência pacífica do grupo social, e passará a ser o suporte para que esse infrator consiga cumprir a nova trajetória de vida proposta.

Assim, começa a fase de acordos, exatamente com objetivo de formalizar as propostas apresentadas para atendimento das necessidades de ofensor e vítima, bem como, para que aquela situação não mais torne a acontecer, o que conta com o apoio das entidades da rede de garantia de direitos, cujos representantes também participam do círculo.

Para melhor comparação, trago, abaixo, a tabela comparativa extraída do livro de Howard Zehr, Trocando as lentes: um novo foco sobre crime e justiça.

Como se nota a partir da exposição acima, a Justiça Restaurativa trabalha as responsabilidades, individuais e coletivas, para que todas as necessidades, de ofensor, da vítima e da comunidade, sejam atendidas, de forma a que o ofensor compreenda o erro e volte atrás nos passos equivocados, responsabilizado-se pela reparação do dano à vítima e adequando-se para colocar o caminho que nasceu torto no rumo correto, tudo com o apoio e o suporte das demais pessoas da sociedade e das entidades da rede de atendimento de direitos.

Na próxima edição da Revista Hadar, explicarei melhor sobre o processo circular e sua dinâmica.

Marcelo Nalesso Salmaso

*Juiz de Direito da Comarca de Tatuí e membro da
Coordenadoria da Infância e da Juventude
e do Grupo Gestor da Justiça Restaurativa do
Tribunal de Justiça de São Paulo.*

Paradigma Punitivo	Paradigma Restaurativo
1 O crime é definido pela violação da lei.	O crime é definido pelo dano à pessoa e ao relacionamento (violação do relacionamento).
2 Os danos são definidos em abstrato.	Os danos são definidos concretamente.
3 O crime está numa categoria distinta dos outros danos.	O crime está reconhecidamente ligado a outros danos e conflitos.
4 O Estado é a vítima.	As pessoas e os relacionamentos são as vítimas.
5 O Estado e o ofensor são as partes no processo.	A vítima e o ofensor são as partes no processo.
6 As necessidades e os direitos das vítimas são ignorados.	As necessidades e direitos das vítimas são a preocupação central.
7 As dimensões interpessoais são irrelevantes.	As dimensões interpessoais são centrais.
8 A natureza conflituosa do crime é velada.	A natureza conflituosa do crime é reconhecida.
9 O dano causado ao ofensor é periférico.	O dano causado ao ofensor é importante.
10 A ofensa é definida em termos técnicos, jurídicos.	A ofensa é compreendida em seu contexto total: ético, social, econômico e político.

Carla Francine Bertanha
Advogada - OAB/SP 199.318

R. Cel. Lúcio Seabra, 403A . Tatuí
Fone: 15. 3259.2621 / Cel: 15. 99723.2043 / E-mail: cabertanha@ig.com.br

Karib's
cabeleireiros
UNISSEX

Agora, sob direção de **DIDA** e **MARCO** que esperam por você.

Atendimento de SEGUNDA a SÁBADO das 8h às 19h e, exclusivo com **DIDA** e **MARCO** aos DOMINGOS e SEGUNDAS.

Rua 13 de Maio, 740 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3251-7221 | (11) 5585-0689 | (11) 99494-9962

Ela tem perna curta!

As mentiras que o povo conta e suas consequências

“**U**ma mentira pode salvar seu presente, mas condena seu futuro”. Mentir para evitar uma briga, para sair escondido, para se autopromover, enfim, mentir é o ato de afirmar aquilo que se sabe ser falso, ou negar o que se sabe ser verdadeiro, enganar, iludir, ludibriar.

Em pesquisa, o psiquiatra da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), William Dunningham, afirma que as mentiras fazem parte do desenvolvimento e da aprendizagem infantil como subterfúgio para a fuga de castigos, a obtenção de recompensas, o reforço de sua independência ante os pais e a criação de um mundo interior. Em outro estágio, a mentira passa a ser uma estratégia natural da comunicação humana, um recurso social, às vezes, justificável.

Geralmente, a mentira carrega consigo muitas consequências. “Sofri muito com uma mentira desnecessária, pois isso não leva a nada, serve apenas para causar mágoas. Num relacionamento, até mesmo o amor ou a amizade podem acabar, quando a mentira toma o lugar da verdade”, diz a secretária Ana Lúcia Neves Lourenção.

Para a jornalista Mariana Camargo, o fardo que ela carrega é por culpa de terceiros: “Perdoei na ocasião, mas, hoje, não acredito em nenhuma palavra do que a pessoa diz”.

Segundo o professor Fernando Negrão Duarte, o pior é a pessoa acreditar na pró-

pria mentira e até mesmo perder a amizade, apesar de ter sido provado o contrário.

De acordo com o especialista em Neuropsicologia Rui Mateus, as pessoas mentem para esconder ou para conseguir algo. “Muitos organismos se utilizam de táticas de dissimulação comportamental em suas atividades predatórias ou de defesa. A mentira, às vezes, ocorre por uma necessidade de ser educado. Aprendemos a mentir educadamente, por exemplo, quando ganhamos um presente que odiamos”.

É aí que a maioria das pessoas adota a “mitomania”, que é a tendência compulsiva para mentir e as mentiras comumente estão relacionadas a assuntos específicos, porém, podem ser ampliadas e atingir outras questões em casos considerados mais graves.

Atualmente, a Psiquiatria e a Psicologia não reconhecem a mentira como um transtorno, no entanto, o ato de mentir, associado a outros sintomas, ajuda a identificar transtornos mentais importantes. Do ponto de vista da Psicopatologia, alguns tipos de transtornos psiquiátricos fazem do comportamento de mentir um ato compulsivo.

Uma mentirinha pode salvá-lo de um problema, mas se ela ganhar grandes proporções pode colocá-lo numa enrascada! E nessa situação, o que vale é o seguinte ditado: “a verdade sempre prevalece”.

JOSUÉ MOTA
FOTOGRAFIA E CINEMA

www.josuemota.com.br 15 997210616 | 15 997302150
Rua Cônego Demétrio, 391 - Centro - Tatuí - SP



cad o r n o
d c
MODIA



Graziela: Veste camisa de crepe de seda com detalhes em couro ecológico e calça flare de couro ecológico **Lulu** e sapatos em camurça com detalhes dourados da **Mara Mac**.



Juliana: Veste conjunto em Jacquard **Nova D** e camisa de seda da **Mob**, colar **Estela Geromini** e brincos com detalhes em pedras da **Marilsa Gigo**.

Fotos: Josué Mota



Juliana: Veste casaco em neoprene da **Lulu**, regata off white de seda com detalhe em guipir da **Studio 21**, calça flare da **Lulu** e cinto de camurça com detalhes em pedras da **Nem**.

Graziela: Veste vestido em neoprene da **Lulu** e sapato em camurça com detalhes em dourado da **Mara Mac**.



Adriana Restum

Sinônimo de sucesso no mundo da moda

Elegante, bonita, alto astral, Adriana Restum é sinônimo de sofisticação. Renomada estilista e empresária, reconhecida no mercado da moda, ela é proprietária das marcas Planet Girls, Planet Star, Planet Shoes, Glamour Rock, SMK e AR, todas dedicadas às mulheres.

Adriana começou a trabalhar no ramo da moda aos 12 anos de idade, passou a ser vendedora em uma loja, revendeu roupas e trilhou um longo caminho, até chegar à realização profissional. Hoje, possui mais de 100 lojas espalhadas pelo Brasil, duas fábricas e é

uma das maiores marcas varejistas do mercado brasileiro e internacional, mantendo sempre o foco na satisfação de suas clientes, que procuram modernidade, feminilidade e elegância ao se vestir.

De um sonho, nasceu sua marca Planet Girls, em 1997, pois Adriana tinha a intenção de criar uma marca que deixasse as mulheres sensuais, poderosas e românticas. O nome escolhido foi em razão de a estilista querer conquistar o planeta e globalizá-lo com o seu estilo. Em seguida, as outras marcas foram surgindo e cada uma delas com

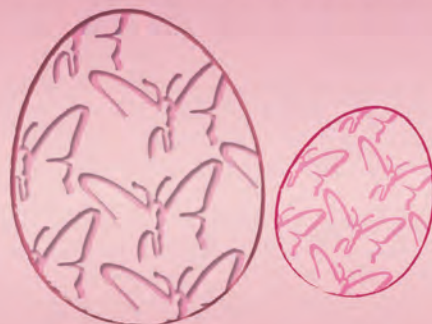
seu estilo próprio e com roupas para todas as ocasiões.

O sucesso da carreira de Adriana Restum vem de sua persistência e do desejo de sempre inovar, participar de cada detalhe, onde tudo passa por sua aprovação. Outro ponto forte é a preocupação e preservação da natureza, com o uso de couro ecológico e também com o bem-estar de suas clientes. E foi pensando nisso, que nasceu o Hydra Jeans, que tem um componente com aloe vera, que hidrata a pele, com duração de até 100 lavagens.

Além de toda a correria diária para administrar suas lojas, Adriana é apresentadora do quadro Moda Prática, no programa Amaury Jr, onde dá dicas de moda e tendências, e para esta estação, destaca que o P&B é um clássico que nunca sai de moda e a cada ano se reinventa, seja em looks de peças separadas ou como dupla, que foi uma forte tendência nas últimas estações. “Podemos ver pelas ruas e passarelas, fashionistas ousando com a dupla clássica, as cores aparecem em listras, sejam finas ou grossas e até com traços geométricos, como em nosso look abaixo”, declara em seu blog.

E ainda dá a seguinte dica: para deixar partes do corpo em menor evidência, é indicado apostar no preto como fundo, ao invés do branco, pois as listras horizontais são indicadas para evidenciar determinada região do corpo e as listras verticais, são ideais para alongar.

Desejo que a sua Páscoa seja repleta de Alegria, Saúde e Paz.



Feliz Páscoa para todos.

Elimec
comunicações

Rua 7 de Maio, 150 - Centro - Tatuí/SP - (15) 3259-7014/3259-4543
www.elmeccomunicacoes.com.br

*Válido por tempo indeterminado
Consulte o regulamento interno da loja.



Força Jovem

Vários modelos de skates por apenas R\$169,90.*

Rua Capitão Lisboa, 486 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3205-1612



One Store Marisol

Neste inverno elas vão estar grudadas em você.

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



Fogaça Selaria

A loja ideal para você o seu companheiro!

Rua 7 de Abril, 152 - Tatuí/SP
(15) 3251-3459



Cia Fitness

A roupa que o deixa mais confortável seja na academia,
na praia ou no parque.

Rua 7 de Maio, 213 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3205-2338



Kanguru Bolsas

Você viajando com uma bela arte.

Rua XV de Novembro, 299 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3251-8151

O Dia de Iraci



No realize-se do mês de abril, vamos contar uma história diferente de todas as outras que já contamos nos últimos anos.

Essa é a história de Iraci de 64 anos que, através de uma carta, nos contou um pouco da sua vida e com toda sinceridade disse: “o que eu realmente preciso é uma dentadura e um par de óculos, pois não tenho motivação para sorrir e já não enxergo direito”. E nós, mais uma vez, fomos atrás de nossos parceiros e amigos para trazer de volta a alegria desta simpática senhora.

Hora de realizar sonhos...

Na *Clínica Oftalmológica Silmara Giunco e Edson Zanchetta*, nossa realizada recebeu os cuidados do Dr. Edson Zanchetta, que fez uma avaliação oftalmológica usando seus modernos aparelhos e, assim, com a receita em mãos fomos até a *Óticas Peixoto*, onde Iraci foi atendida pela Carol, que deixou que ela escolhesse um lindo par de óculos de grau com lentes progressivas multifocais, modelo tradicional, na cor rosa, o que fez com que Iraci enxergasse outra vez.

Então, chegou a vez de cuidar do sorriso e na *Clínica de Odontologia Integrada*, a dentista Débora Kuntz Pyles contou com a ajuda da protética Márcia Frutuoso e, juntas, fizeram um longo tratamento, gerando uma transformação fantástica.

Dra. Débora realizou, na arcada superior, uma limpeza na prótese que Iraci já tinha e três cirurgias; a remoção de tecidos hiperplasiados devido a trauma crônico, o aprofundamento de sulco vestibular e a redução do rebordo gengival flácido (sem suporte ósseo) optando assim por reembar sar a prótese total superior.

Foram quatro meses de muitas consultas e, agora, Iraci é uma mulher muito mais feliz e ela não para de sorrir!

Mas o realize-se não parou por aí...

Na loja *Senso Único Trajes e Acessórios*, Iraci foi atendida pela nova proprietária Claudia Dalmatti, que escolheu modelos lindíssimos para nossa realizada e, então, Iraci escolheu uma camisa de manga três quarto, de popeline, com um cinto e uma calça na cor azul carbono, modelo *skinny* de algodão, que a fez sentir-se muito elegante. O conjunto de pulseiras prateadas, o par de brincos antialérgicos de strass, o colar com pedras de zircônias e a corrente prateada também foram presentes da loja *Senso Único Trajes e Acessórios*.

Quem mais uma vez esteve presente em nosso realize-se foi a *Calçados Machado e Poles*, que doou um sapato super confortável com palmilhas *maxitherapy*, de couro, na cor cinza chumbo, com um delicado detalhe de fivela que Iraci amou!

O *Empório GVC* complementou o look da nossa realizada com uma bolsa chiquérrima de couro ecológico, com várias divisões, na cor azul. A proprietária Vivian também deu uma echarpe para que Iraci arrase neste outono.

Iraci escolheu um conjunto de lingerie super sensual com tecido de microfibr a, o sutiã com bojo e drapeado e a calcinha fio dental, com detalhes em onça, da loja *Sempre Bella-Lingerie* e a *Balsam Perfumaria* deixou nossa realizada muito perfumada com a água de perfume de violeta africana da Kevin Nichols by Mahogany.

Mudando o visual...

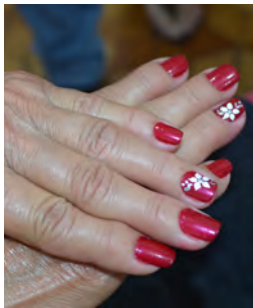
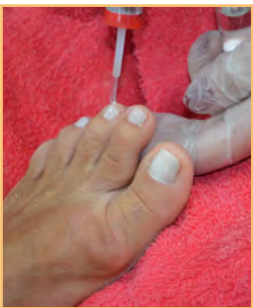
No *IM Instituto Mix de Profissões*, Iraci teve um dia de rainha e tudo começou pelos cabelos. Elenice cuidou da coloração com uma tinta 9.1 e, assim, Iraci mudou sem perder a elegância dos cabelos brancos. A cabeleireira Jane Rauschkoll fez um corte chanel de bico, “batidinho” na nuca e finalizou com uma escova *BBCream* muito moderna.

As unhas ficaram por conta da manicure Fernanda Soares, que tirou as cutículas, lixou, hidratou e finalizou com o esmalte na cor *cherry* nas mãos, com detalhe de filha única nos dedos anelares, e nos pés usou a cor *renda*.

A linda maquiagem foi feita por Franciele Kuchi, que usou máscara de correção facial e para sombra ela usou tons de azul jeans, mais o blush e o batom na cor de boca.

Iraci estava linda de visual novo, um sorriso irradiante e os óculos novos que a deixaram muito elegante e, assim, ela foi comemorar, com sua família, na *Pizzaria Villa Rosa* e lá eles serviram pizza de mussarela e frango com catupiry e, para beber, Coca-Cola e uma cerveja bem gelada, que fez Iraci dar boas gargalhadas. Como sobremesa, o proprietário Paulinho deu uma pizza de chocolate com morangos com a massa também feita de chocolate, uma delícia!!!

Parabéns, Iraci, foram quatro meses que valeram a pena, pois você ficou maravilhosa!





Clínica Oftalmológica Silmara Giunco e Edson Zanchetta



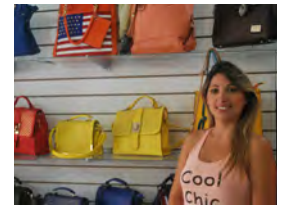
Clínica de Odontologia Integrada



IM Instituto Mix de Profissões



Calçados Machado e Poles



Empório GVC



Ballsam Perfumaria



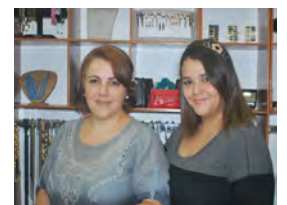
Óticas Peixoto



Pizzaria Villa Rosa



Sempre Bella Lingerie



Senso Único Trajes e Acessórios

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

Senso Único Trajes e Acessórios, Rua Coronel Aureliano de Camargo, 484, Centro de Tatuí, Fone (15)99838-5676; **Calçados Machado e Poles**, Rua Teófilo Andrade Gama, 52, Centro de Tatuí, Fone (15)3251-1550; **Empório GVC**, Rua Cônego Demétrio, 293, Centro de Tatuí e Rua 7 de Abril, 260, Centro de Tatuí, Fone (15)99728-9245; **Sempre Bella Lingerie**, Rua 11 de Agosto, 471, Centro de Tatuí, Fone (15)3251-4923; **Ballsam Perfumaria**, Rua Capitão Lisboa, 662, Centro de Tatuí, fone (15)3305-6489; **Clínica Oftalmológica Silmara Giunco e Edson Zanchetta**, Rua 13 de Fevereiro, 224, Centro de Tatuí, Fone (15)3251-2721/98142-3399; **Óticas Peixoto**, Praça da Matriz, 03, Centro de Tatuí, fone (15)3259-7878/3251-4735; **Clínica de Odontologia Integrada**, Rua Cônego Demétrio, 117, Centro de Tatuí, fone (15)3251-1570; **IM Instituto Mix de Profissões**, Rua Prefeito Assunção Ribeiro, 70, Centro de Tatuí, Fone (15)3259-5726/(15)99725-6868; **Pizzaria Villa Rosa**, Rua São Bento, 726, Centro de Tatuí, Fone (15)3259-3839; **Josué Mota Fotografia**, Rua Cônego Demétrio, 391, Centro, Tatuí, Fones: (15) 99721-0616 / (15) 99730-2150 contato@josuemota.com e www.josuemota.com.br.

Apoio: Elmec Comunicações.

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

Tendência de inverno Body

Elegante, a peça volta a fazer a cabeça das brasileiras e promete vir forte na próxima estação. Cores e estampas que estão na moda

Está na hora de tirar aquele collant antigo do baú, porque ele está novamente na moda. Quem achava que ele estava relegado ao esquecimento e na história da década de 70 enganou-se. O collant, mais conhecido atualmente como body (leia-se bó-ri), promete ser o novo hit da próxima estação e já tomou conta das araras, vitrines e das ruas do país.

“Lembro de usar muito collant, como era conhecido na época, nos anos 70, fazia a cabeça da moçada, usávamos com pantalonas e saias longas. Claro que não eram como os de hoje, que são mais decotados, mas modelava o corpo”, lembra Maria Fernanda Pereira, 74 anos, aposentada de São Paulo.

O body nasceu diretamente dos palcos, com a Diva Madonna sendo a primeira a trazê-lo como figurino de muitos cliques e shows de sua turnê de 2005, do seu CD “Confessions on a Dance Floor”. Daí em diante, os bodys receberam diferentes tipos de acabamentos, recortes, texturas, etc. Enfim, a peça voltou com um toque mais fashion, moderno e versátil, transformando qualquer look em um visual bem mais estiloso e único.

Além disso, existem inúmeras maneiras de usar e abusar dele. Peça versátil, elegante, a tendência sai do litoral e vai diretamente para a balada, onde dá para combiná-lo com shorts, saias e calças. O body, por ser feito, geralmente, de tecidos com elastano, modela o corpo e ajuda a disfarçar as gordurinhas. E, apesar de não ser uma peça íntima, ele pode ser encontrado em lojas que vendem lingerie. Algumas marcas aproveitaram o “boom” e lançaram modelos também.

Outra vantagem é que o body é super eclético. Vai bem de calça, saia, short e existem várias formas de coordená-lo em um look. Eles caem muito bem com jeans ou saias justas de cintura alta. As jaquetas de motoqueiro podem deixar a peça com um ar mais agressivo e sexy.

“Como muitas outras coisas, a moda está sempre em um grande círculo, e volta e meia, algo antigo retorna ao sucesso. Há algum tempo, houve as calças pantalonas, as polainas, agora os bodys, e assim por diante. Como dizem, nessa vida nada se cria, tudo se copia”, completa Dona Fernanda.





MODA

Evoluções e Revoluções

*Como uma roda gigante, a moda está,
há muitas décadas, ditando o gosto das mulheres no mundo inteiro*

“**V**ista-se mal e notarão o vestido. Vista-se bem e notarão a mulher”, já dizia Coco Chanel, que deslumbrou a todos e revolucionou o mundo da moda com uma liberdade jamais sentida pelas mulheres. E assim é este mundo até hoje, revolucionário e ao mesmo tempo tradicional. Passam-se os anos e a moda vai se ajustando conforme o mundo caminha, economicamente, culturalmente... Mas o que ela muda na vida das pessoas? Por que ela é tão importante?

Moda é a tendência de consumo da atualidade. É composta de diversos estilos que podem ser influenciados em vários aspectos, é um sistema que acompanha o vestuário e o tempo, que integra o simples uso dos trajes

no dia a dia a um contexto maior, político, social e sociológico.

A cada dia que passa, o mundo da moda vem se superando e surpreendendo as pessoas, com cores vivas, tendências novas, cortes inusitados e inovadores. A moda proporciona aos que a seguem uma tendência sempre inovadora e ousada. Ela é abordada sempre, encaixa-se em qualquer assunto e é sempre um meio de inspiração. Independente do estilo, a moda está naquilo que se escolhe de manhã para vestir, no look de um punk, de um skatista e de um pop star, nas passarelas do mundo, nas revistas.

Ela é considerada uma das chaves para entender o mundo moderno, e tornou-se uma disciplina muito importante para a com-

preensão do ser humano. A moda está diretamente relacionada à expressão da nossa individualidade, pois sem ela todos usariam a mesma roupa, sem criar uma identidade pessoal. “A maneira como nos vestimos reflete o que somos, nossa personalidade, nossos sentimentos e também o que queremos transmitir para o outro. Acredito que podemos passar muitas coisas boas através das peças e dos acessórios que usamos, e por elas recebemos essa energia de volta”, diz Mariana Doval, estudante de moda, da cidade de Mairinque.

Com a chegada do Outono, as vitrines começam a mudar de cara e de cores. Pensando nisso, a revista Hadar traz um pouco da história da moda e suas evoluções, não se es-

quecendo das dicas que ajudarão você, caro leitor, a fugir do *over*.

Todas as décadas tiveram seus momentos e suas características marcantes, conforme o momento político e cultural. Foram elas:

Anos 50 - O mundo estava passando por um momento pós-guerra, e as mulheres começaram a usar roupas que marcavam mais o corpo, saias justas, cinta-liga e espartilho e também os famosos “poás”, que hoje estão novamente na moda.

Anos 60 - Vestidos acinturados e mais longos, terninhos também entram em cena, e os hippies usam tecidos leves, muitas cores e surge a calça boca de sino.

Anos 70 - Cores fortes, minissaias, decotes, bodys e muita ousadia para as mulheres. Cabelos desfiados e *Black Power* entram em cena.

Anos 80 - Agora é a vez das cores cítricas, da boa forma e da geração saúde, com polainas, moda aeróbica e também ombreiras e os punks começam a aparecer com suas rou-

pas rasgadas e cabelos arrepiados.

Anos 90 - Jeans e algodão, entra em cena a simplicidade e o conforto. O auge da época foram as calças *baggy* e a camiseta por dentro da calça de cintura alta. Surgem os grunges com suas camisas de flanela por cima de camisetas.

Anos 2000 - O estilo confortável dos anos anteriores continua, mas de um jeito mais sexy. A calça jeans é mais justa e baixa e a barra fica de fora, com blusinhas mais curtas.

O mundo vê agora a volta dos ateliês sob medida, a alta costura voltando a ser algo mais glamoroso e sofisticado. “A moda sempre vai ser a maior tendência de consumo e estamos vivendo um bom momento em re-

lação a isso. A indispensável *prêt-à-porter*, que é o que temos de mais atual e está na moda, não para de ditar moda e tendências.” Explica Lilian Leme, estilista, da cidade de Tatuí.

Maiores revoluções da moda

Durante as décadas, muitas revoluções aconteceram na moda, e se você pode sair na rua usando minissaias ou calças tranquilamente, deve agradecer aos estilistas responsáveis por essas revoluções, entre eles Yves Saint Laurent, Coco Chanel e Mary Quant. Entre tantas fases, a evolução do vestuário teve seus momentos de glória.





Biquíni

Primeira peça de roupa feminina confeccionada com menos de um metro de tecido e seu lançamento foi tão explosivo quanto a bomba atômica testada pelos Estados Unidos, no Atol de Bikini, em 1946, o que acabou dando nome ao traje de banho. Alguns dias após o episódio, o francês Jacques Heim elaborou o “atome”, apresentando-o como “o menor maiô do mundo”.

Durante as décadas, eles também foram evoluindo, aparecendo com novos recortes, materiais, estampas e aplicações. Hoje, a moda são as franjas, os estilos “pin up” e as estampas de folhagens, frutas e animal print.

Minissaia

A estilista Mary Quant deu mais um toque de revolução aos anos 60, quando passou a mão na tesoura e criou a ousada minissaia. O pedaço de pano de 30cm lançado causou reboliço entre os conservadores, mas se multiplicou pelos armários das meninas. O sucesso foi tanto que a boutique da estilista, em

Londres, a Bazaar, ganhou mais de 100 filiais e se transformou em símbolo de vanguarda.



Smoking feminino

Suprassumo da carreira de Yves Saint Laurent, o famoso terninho – ou “Le Smoking”, como foi chamado o primeiro modelo – foi criado pelo estilista francês, em 1966, e transgrediu a forma como as mulheres se vestiam à época. Sinal de liberdade e novos conceitos sobre masculino e feminino, o smoking para mulheres foi apresentado, pela primeira vez, com uma blusa transparente e calça masculina. Hoje, a peça já se tornou um clássico no guarda-roupa feminino e aparece em tapetes vermelhos do mundo das celebridades.

Calça comprida para mulheres

Coco Chanel queria a igualdade dos sexos. Na década de 20, com sua conhecida queda pela praticidade, a estilista desenhou a primeira calça para mulheres. Inspirado nos marinheiros, o primeiro modelo era largo e ideal para as moças acompanharem seus maridos em dias de cavalgada ou iatismo.

New Look

No pós-guerra, Christian Dior fez o caminho inverso ao de Chanel e devolveu a feminilidade às mulheres, num mundo pós-guerra. Nascia, então, em 1947, o New Look, um visual delicado de cintura marcada e saias amplas até o tornozelo. Ele se estabeleceu como o padrão de glamour dos anos 50 e deu um banho de elegância nas moçoilas.

O famoso “pretinho básico”

Todo mundo precisa ter um pretinho básico. Todo mundo já ouviu isso alguma vez na vida. Ele sugere sofisticação, poder e sensualidade. Um verdadeiro curinga no armário de qualquer mulher. Ele é tão básico que combina com praticamente tudo, o que lhe permite ser usado durante o dia com tênis, mochila e acessórios coloridos, ou à noite, numa produção mais elaborada.

O surgimento do que hoje chamamos de “pretinho básico” data de 1926, ano em que a revista “Vogue” publicou uma ilustração do vestido criado por Chanel - o primeiro entre vários que a estilista iria criar ao longo de sua carreira. Antes dos anos 20, as jovens não podiam usar preto e as senhoras o vestiam apenas no período de luto.

O pretinho tornou-se realmente famoso nos anos 60 e início dos 70. Chique, usado por Jacqueline Kennedy, elegante e feminino no corpo de Audrey Hepburn, no filme “Bonequinha de Luxo”, de 1961, cujo figurino foi criado pelo estilista francês Hubert Givenchy, e descontraído, feito em crochê, na pele da atriz Jane Birkin, em 1969.

Nos anos 90 ele continuou sendo uma peça básica do guarda-roupa feminino, feito com os mais diversos tecidos, do modelo mais simples ao mais sofisticado, usado em todas as ocasiões e em todos os horários. Por tudo isso, o vestido preto se tornou o grande clássico do guarda-roupa feminino, aquele que garante as duas características básicas ao mesmo tempo - simplicidade e elegância.

Acessórios também fazem parte da moda

Acessórios somam cor, estilo e classe ao traje básico, e criam um certo visual e podem ser usados como símbolos visuais externos culturais ou religiosos. Muitos acessórios são produzidos pelas próprias grifes de roupas. São enfeites como joias, luvas, bolsas, chapéus, cintos, relógios, óculos de sol, entre outros.

Eles são importantíssimos na comunicação não verbal, ou seja, na maneira de nos comunicarmos através do modo como nos vestimos. Mulheres elegantes que marcaram época e foram ícones da moda sempre sou-

beram a importância de um bom acessório e o usavam a favor de imprimir sua marca, seu estilo pessoal. “Gosto de pensar que são a cereja do bolo. Com o uso correto dos acessórios, você consegue mudar o estilo de qualquer look sem precisar trocar de roupa”, explica Juliana Moreno, consultora de estilo, da cidade de Tatuí.

Outro importante acessório para a moda é a maquiagem. Ao longo dos anos, essa ferramenta veio se revolucionando e recebendo modificações da tecnologia e da ciência, e a cada ano, um novo tom e uma nova cor surgem. Hoje em dia, existem mil e uma cores, de diversos tons, cheias de brilhos, opacas, transparentes, cremosas.

Grandes nomes da Moda

O mundo da moda possui uma enorme quantidade de estilistas que tiveram seus nomes cravados na bíblia da moda, por seus feitos e grandes inovações no mundo do glamour e sofisticação. Alguns nomes influentes e conhecidos no mundo todo são de grande importância para a história da moda.

Coco Chanel

Com estilo e elegância, Gabrielle “Coco” Chanel (1883-1971) revolucionou a década de 20, emancipando a mulher dos trajes desconfortáveis e rígidos do final do século 19. Um verdadeiro mito, Chanel reproduziu sua própria imagem, a mulher do século 20, independente,



bem-sucedida, com personalidade e estilo.

A bolsa com alças de corrente dourada, o colar de pérolas, o tailleur e o vestido preto são os símbolos de elegância e status que marcaram para sempre a história da moda. Mas foi o seu perfume, o Chanel nº 5 - tido como o mais vendido no mundo - que a tornou milionária.

O perfume foi criado em 1921, por Ernest Beaux, a pedido de Gabrielle Chanel, que sugeriu: “Um perfume de mulher com cheiro de mulher”. Dentro de um frasco art déco - que foi incorporado à coleção permanente do Museu de Arte Moderna de Nova York, em 1959, - o Chanel nº 5 foi o primeiro perfume sinté-



tico a levar o nome de um estilista.

"Eu criei um estilo para um mundo inteiro.

Vê-se em todas as lojas "estilo Chanel". Não há nada que se assemelhe. Sou escrava do meu estilo. Um estilo não sai da moda; Chanel não sai da moda".

Christian Dior

Um homem tímido e aparentemente comum, Christian Dior (1905-1957) transformou a maneira de se vestir após a Segunda Guerra Mundial e criou o estilo dos anos 50. Quando todos previam simplicidade e o conforto, ele propôs o luxo e a feminilidade extrema, copiados por mulheres do mundo inteiro.

A grife Christian Dior sobreviveu ao seu criador e ainda hoje é sinônimo de luxo e sofisticação. Desde 1997, o inglês John Galliano é quem está à frente das criações da marca.

Em 1997, numa edição comemorativa limitada, a Barbie, boneca mais vendida no mundo, foi vestida com o famoso "tailleur Bar" de Christian Dior.

"Nós saímos de uma época de guerra, de uniformes, de mulheres-soldados, de ombros quadrados e estruturas de boxeador. Eu desenho femmes-fleurs, de ombros doces, bustos suaves, cinturas marcadas e saias que explodem em volumes e camadas. Quero construir meus vestidos, moldá-los sobre as curvas do corpo. A própria mulher definirá o contorno e o estilo."

Tendências para as próximas estações

Com a chegada das estações mais frias, as mudanças nas cores são visíveis, deixando o visual mais sofisticado e elegante. Para o outono e o inverno, está em evidência o estilo *boho*, marcado por algumas peças delicadas, com um grande destaque para a silhueta mais solta, com aplicação de estampas étnicas e florais, materiais de caimento leves, com fluido e esvoaçantes. Além de inserções de elementos artesanais como crochês, rendas, além de franjas e aplicações de bordados que passarão a fazer parte dos acabamentos das peças, tendo um resultado incrível.

Já o estilo contrapondo-se à estética natural e relaxada da tendência, o próximo inverno promete ser marcado por várias cores, ostentação e brilho, os detalhes glamourosos se fazem presentes, principalmente através de intensas misturas de texturas e aplicações em qualquer peça, surgindo com estilo chamativo e bordado em paetês, materiais metalizados, entre outros.

Além disso, o estilo vintage, sendo o perfume suave de algumas décadas, trazendo em si feminilidade e sensualidade discreta e, ao mesmo tempo, suave, com destaque em peças com o estilo lingerie, referência emprestada da tendência *boudoir*, além de alguns detalhes em fitas, rendas, cortes, fazendo de você mais bonita para esse outono-inverno.

Para a estação que chega, as calças *flare*, tendência das passarelas internacionais e que chegam aqui em um jeans mais leve, adaptadas ao inverno quente do Brasil. Ainda nas calças, a cigarrate aparece com força, estampadas dão mais estilo e personalidade ao *look*. Já o moletom, peça indispensável para ficar em casa, dessa vez ganha as ruas, mas estruturado e com aplicações de brilhos, paetês e silks.

O couro, material nobre do inverno e recorrente quando as temperaturas caem, é novamente destaque para o inverno 2014, quando as peças únicas e os looks couro total chegam como grande *trends* da estação.

Outra novidade que pretende ser o *must have* do período é a pele a mostra. Transparências em rendas, tules e telas aparecem em blusas, bodys e vestidos, entre outros. As baixas temperaturas podem complicar essa tendência, porém, o uso das sobreposições, aliadas aos looks com transparência, é uma boa solução.

A maquiagem será a combinação dos opostos, apresentando olhos mais suaves, maquiados em tons naturais, com uma intensa cor nos lábios. Uma cor que, felizmente, poderá ser escolhida livremente em uma grande variedade de tons, segundo seus gostos e necessidades, priorizando o tom que melhor se adapte a sua pele. Marrom, neutro, rosa, vermelho, etc.





Cuidados com a Declaração do Imposto de Renda 2014

Especialista sugere alternativas que possam diminuir a mordida do Leão, mas com cautela para evitar a famosa malha fina em decorrência de dados inconsistentes.

No período entre 06 de março até 30 de abril, boa parte dos brasileiros terá que prestar contas de seus rendimentos à Receita Federal, através da Declaração de Imposto de Renda de Pessoa Física. A dica do CEO/Contador do Escritório FAMA – Assessoria Contabil & Consultoria, Carlos Couto Júnior, é para que o contribuinte fique atento às alternativas que possam diminuir a mordida do Leão, mas com cautela para evitar a famosa malha fina em decorrência de dados inconsistentes.

“Há detalhes importantes a serem observados, que podem ajudar na redução do tributo devido. Mas o contribuinte deve ficar atento também porque esses mesmos detalhes podem prejudicá-lo, caso a declaração não atenda às determinações da Receita Federal”, aponta ele.

O que deve ser observado:

1) O limite de obrigatoriedade de declaração.

Com o reajuste da tabela em 4,5%, indivíduos que não faziam a declaração, agora, passam a ter obrigação de fazê-la. Veja os casos:

* Rendimentos tributáveis acima de R\$ 25.661,70 (inclui remuneração relacionada a salários, aluguéis, serviços prestados, etc);

* Rendimentos isentos, não tributáveis e

tributáveis exclusivamente na fonte acima de R\$ 40.000,00 (indenizações, ganho na venda de Imóveis, rendimento de aplicações financeiras, etc);

* Bens acima de R\$ 300.000,00 e investimento em ações.

2) Verificar qual modelo é mais adequado ao caso: simplificado ou completo. No simplificado não é necessária comprovação dos gastos, sendo considerado desconto padrão de 20% sobre os rendimentos tributáveis com limite até R\$ 15.195,02. Se houver gastos comprováveis por documentação com médicos, dentistas, psicólogos, ensino, entre outros permitidos, e que ultrapassar o cálculo apurado de 20%, o melhor é optar pela declaração completa.

3) Contribuintes com mais de uma fonte de renda devem declarar todas. É comum os indivíduos incluírem apenas a fonte principal. A Receita está cruzando informações, identificando as declarações incompletas e cobrando a diferença. Portanto, atenção!

4) Declaração entre cônjuges. Se os dois trabalham, o ideal é efetuar a declaração em separado. Na maior parte dos casos é melhor abrir mão da dedução de dependência e não efetuar a declaração conjunta.

5) Separe todos os documentos comprobató-

rios e deixe tudo organizado para o caso de a Receita pedir alguma comprovação ou esclarecimento.

6) Prepare a declaração o quanto antes para ter tempo de se ajustar a possíveis surpresas, como o levantamento de informações adicionais ou a necessidade de juntar documentos específicos. Com tempo hábil, tudo fica mais fácil. Lembre-se de que entregar a declaração com atraso gera multa, e optar por uma declaração retificadora sempre traz trabalho adicional.

Fique ligado!

Em 2014, através do cadastro virtual do e-CPF, você tem acesso à declaração pré-preenchida do IRPF. Ele traz algumas movimentações que já constem no seu CPF.

Neste ano, dispositivos móveis (tablets e smartphones) também poderão efetuar a apresentação da declaração através de aplicativos disponibilizados para os aparelhos.

O novo sistema também irá possibilitar a importação dos comprovantes eletrônicos de rendimentos e de pagamentos de serviços médicos e de saúde.

Contribuintes que não estiverem no país poderão gerar um comunicado de partida pelo aplicativo de Comunicação de Saída Definitiva do País 2014 ou ainda pelo Programa IRPF 2014, no Comunicado da Condição de Não Residente, para ser entregue às suas fontes pagadoras, informando a data de saída do país.

Muito importante!

Tenha em mãos os comprovantes de rendimentos e gastos com saúde e educação durante o último ano.

Guarde todos os documentos, comprovantes de rendimento e despesas relativas à saúde e à educação por pelo menos cinco anos – isso pode evitar que possíveis requisições da receita causem maior transtorno.

Tenha atenção ao preenchimento da ficha. Qualquer erro pode gerar problemas e fazer com que o contribuinte caia na malha fina.

Só declare o que puder comprovar. As deduções só são permitidas a partir dos comprovantes. E só são válidos gastos com instituições de ensino ou gastos com saúde.

Evite deixar para a última hora. Os envios nos momentos finais do prazo aumentam e podem acabar causando congestionamento no site.

Se você não se sente seguro para fazer a declaração sozinha, não faça. Qualquer descuido e o problema será ainda maior. Em caso de dúvidas, opte por procurar um contador.

Há 15 Anos Cuidando do Cescimento e da Saúde da sua Empresa.



ASSESSORIA

Departamento Empresarial
Departamento Contábil
Departamento Pessoal
Departamento Fiscal
Departamento de TI

CONSULTORIA

Reestruturação de Empresa
Planejamento Tributário
Recuperação Tributária
Trabalhista
Perícias

Rua 15 de Novembro, 1648 - Jardim Modena - Tatuí/SP
(15) 3205-7710

www.contabilfama.com



GIFT FAIR

Feira de decoração reúne mais de 60 mil profissionais

Deixar a casa com a cara do dono tornou-se uma tarefa fácil e prazerosa desde que o mercado de decoração e design abriu suas portas e mostrou que, com pequenos toques pessoais, o que era simples pode ganhar um ar de sofisticação.

Referência quando o assunto é moda casa, a GIFT FAIR, uma das mais importantes feiras que acontece no calendário mundial e que reúne centenas de expositores em São Paulo, aconteceu no mês de março e trouxe as melhores novidades do setor de decoração, design e utilidades.

Quem esteve prestigiando a feira foi o empresário André Pozitel, que participa há 8 anos da GIFT FAIR. “Participamos também de outra feira chamada ABUP e as novidades des-

te ano na área da decoração são peças muito coloridas, com cores fortes e chamativas com ares retrô. E na parte de peças para cozinha e banheiro, muito vermelho, que está em alta e, inclusive, foram os detalhes que mais me chamaram a atenção”, finaliza o empresário.

Segundo dados da assessoria da feira, nos últimos 24 anos, a GIFT FAIR foi responsável por ter organizado o setor de decoração e criado um modelo de feira que atendesse datas estratégicas para que o comércio possa planejar o aquecimento das vendas. Por isso, a cada ano, é apresentado o que existe de mais importante para que o comerciante tenha todas as novidades lançadas pelo segmento, tornando sua loja e seu negócio mais completos.

Além disso, a GIFT FAIR conta com ex-

positores renomados e grandes marcas do mercado nacional e também internacional, vindos da Itália, Portugal e Japão, buscando sempre equipar imóveis funcionais, com personalidade, estilo e praticidade.

O diferencial deste ano da GIFT FAIR foram os preparativos da Copa do Mundo, que será sediada no Brasil. Por isso, todas as ruas dos pavilhões da feira foram revestidas por tapetes em verde e amarelo.

Em números, a GIFT FAIR contou com um público de aproximadamente 65 mil profissionais, utilizou um carpete reciclado, com 37 mil metros quadrados feitos com 1 milhão de garrafas PET de 2 litros. Ano que vem, a maior feira de decoração vem com ainda mais novidades no setor que mais cresce mundialmente.

H. OBA ENGENHARIA E CONSTRUÇÃO

Há mais de 30 anos ajudando você a realizar o seu sonho de um projeto com nossa maior dedicação.

“CONSTRUINDO COM QUALIDADE”

Rua XV de Novembro . 883 . Tatuf - SP (15) 3251-6379

tais[marques] fotografia

Ensaio Newborn, Gestante, Família e Acompanhamento de Bebês.

Registre cada momento do seu filho desde o nascimento.

(15) 99769-4515 - www.taismarques.com.br - facebook.com/taismarquesfotografa

Água Doce Tatuí

com Limão

TERÇA DO ESCONDIDINHO

50%
DE DESCONTO

TODAS AS
TERÇAS-FEIRAS.
APROVEITE!

Recheio de carne de sol.



Todas as **QUARTAS**, pedindo
uma **DOSE** de **RED LABEL** ou
uma **DOSE** de **TEQUILA OURO**,
você ganha outra **DOSE!**

Promoção válida apenas para o Whisky Johnnie Walker Red Label
e Tequila José Cuervo Ouro.



MÚSICA AO VIVO
SEXTA E SÁBADO

A SUA HORA DO ALMOÇO
FICOU MAIS GOSTOSA.

ALMOÇO AOS DOMINGOS À VONTADE
POR APENAS **R\$ 23,90.**



Fotos ilustrativas. Promoções válidas somente para esta unidade, e com consumo no local.
Descontos não válidos em véspera de feriado. Promoções válidas até o dia 30/05/2014.

Rua 11 de Agosto, 2997 - Valinho
Tatuí/SP - Informações: 15 **3022-2800**



Sabores do Brasil



Abre e Fecha Funcional

Para que a Circulação entre as áreas seja prática, fácil e segura, é preciso prever o sistema de abertura das portas.

Além de garantirem o acesso ao interior da casa e a passagem entre os ambientes, as portas também são elementos importantes para contribuir na questão estética do projeto, ou seja, devem ser compatíveis com o estilo da moradia. Por isso, é preciso não só especificar o material da porta, como também o sistema de abertura e fechamento. Entre eles estão os modelos de abrir, pivotante, basculante e o de correr.

É necessário escolher o tipo da abertura ainda no projeto, pois daí serão definidos os espaços destinados à circulação antes e depois da passagem.

Além disso, deve ser considerada a área, tanto vertical como horizontal, destinada para as folhas se movimentarem.

De acordo com Leonardo Sasazaki – Presidente da associação nacional dos fabricantes de esquadrias de aço (Afeação), ao escolher uma porta deve-se analisar a área disponível para a instalação e considerar aspectos como a região e clima da obra, o ambiente e se será interna ou externa.

É muito importante pensar sobre o ganho de espaço que cada sistema proporciona.

A troca do modelo da porta durante a construção pode resultar em pequenas reformas. Por exemplo, se no projeto foi especificado um modelo de abrir e o proprietário resolver

instalar um pivotante, que é mais largo, será preciso quebrar as paredes laterais ao vão e caso existam itens estruturais, elétricos ou hidráulicos, as alterações podem ser inviáveis.

Outro ponto importante é que no caso de portas de entrada, independente do sistema de abertura, é indicado escolher modelos maciços, que oferecem mais segurança e durabilidade devido à área ser em um ambiente externo.

De abrir

Também são conhecidas como portas de giro e possuem dobradiças que são fixadas nos batentes. São as mais usadas, principalmente em ambientes internos, e possuem preços mais acessíveis. Além disso, estão disponíveis em várias versões – como veneziana, quadriculada, com aberturas e entrada de luz.

De correr

Os modelos são ideais para ambientes internos e também para separar salas e varandas externas. A principal vantagem do sistema é o ganho de espaço. Em algumas situações pode-se ganhar até 45% da área útil em um ambiente. As folhas se movimentam no sentido horário com o uso de trilhos. Existem

alguns modelos como o sistema embutido na parede que, quando especificado no projeto, reduzem consideravelmente o custo e ainda garantem melhor estética e aproveitamento do espaço.

Basculante

O sistema é indicado principalmente para portas de garagens. A principal vantagem é que, quando abertas, é possível liberar 100% dos vãos, pois a folha se recolhe para cima. Antes de se instalar uma porta basculante, é fundamental definir se serão abertas manualmente ou se serão automatizadas. Neste último caso, é preciso prever o ponto elétrico para o respectivo motor.

Pivotante

São muito utilizadas em portas de entrada. Por serem mais largas e altas do que as convencionais deixam o projeto mais suntuoso. O funcionamento é parecido com o modelo de abrir. Porém, ao invés de ter dobradiças, possui o pivô, que fica em cima e embaixo da porta, e regula o quanto da folha abre para dentro e para fora. Elas precisam ser bem estruturadas, com ferragens adequadamente montadas, e ter espaço suficiente para o giro e espaço para quem as utiliza.

ConstruBem

Projetos:

- Residencial, Comercial e Industrial <
- Corpo de Bombeiros <
- Estrutura <
- Regularização <
- Ampliação Residencial, Comercial e Industrial <
- Reforma em Geral <
- Estudo de Viabilidade de Terreno <

Aline Fernanda Simões
Engenheira Civil CREA 5062291795



ADNEI DAS PEDRAS

Adnei das Pedras
 (Também temos pedras para piscinas)
 Rod. Mário Batista Mori, 424 - Vi. Angélica
 Tatuí/SP - (Próximo a Rontan)
 (15) 3251-9936/ (15) 99781-5677
 www.adneidaspedras.com.br



Gesso Confiança
 (Gessos/Molduras)
 Rua Júlia de Melo Machado, 351 - Parque Industrial - Tatuí/SP
 Fixo (15) 3251.4744/Vivo 99656.4485/Tim 98159.5922/Nextel 78362092/ID978*15517
 gesso.confianca@hotmail.com



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



Pertutti Modulados
 (Móveis)
 Rua Cel. Lúcio Seabra, 496 - Centro - Tatuí/SP
 (15) 3205-2571
 Rua Dr. Campos, 175 - Centro - Cerquillo/SP
 (15) 3284-2104

Como gerar economia em sua obra e também acionar a sustentabilidade.

Nos últimos vinte anos, tivemos muitas notícias referentes ao desmatamento, que foi revelado a partir de imagens obtidas através de satélites. Essas imagens retrataram devastações em massa, verdadeiras feridas abertas. Este é um problema grave que deve ser contralado, e casos de contravenções devem ter penas mais rigorosas para banir os “assassinos da natureza”.

Esses crimes ambientais se dão pelo aumento desordenado dos “projetos” agropecuários, exploração mineral, exploração vegetal e o crescimento das cidades, que são feitos sem nenhum planejamento.

A exploração extrativista desregrada, ou seja, sem manejo adequado, retira grandes volumes de madeira de apenas algumas espécies, que são, no geral, as mais procuradas no mercado consumidor. Desta forma, as florestas acabam não conseguindo se recompor naturalmente,

gerando um impacto significativo para o meio ambiente.

Dos cem por cento extraídos, vinte por cento é consumido apenas pelo estado de São Paulo e o restante se dispersa pelos outros estados.

Como moramos em um estado que tem o maior consumo de madeira na construção civil, é nosso dever, como cidadãos, zelar de um material que serve como purificador do ar que respiramos e que abriga as espécies animais. Por isso, devemos observar, exigir e controlar o uso indiscriminado de um material tão precioso. Mas de que maneira? Quando estiver construindo ou reformando, exija dos executores o uso racional da madeira.

Seguem algumas dicas para colaborar com o meio ambiente e gerar economia em sua obra:

1- Loque escoras metálicas ao invés de comprar pontaletes. Desta forma, o custo será menor e essa ação estará sendo ecologicamente correta, reduzirá o corte de novas árvores.

2- Peça para o construtor evitar cortes de peças grandes desnecessariamente. Durante a obra, não descarte as sobras provenientes da execução das fôrmas de concreto, guarde-as por tamanho, para agilizar os serviços e também evitar novas compras.

3- O uso de um produto desmoldante nas fôrmas de concreto facilita o serviço no momento da retirada das formas, reduzindo a quebra das peças para posterior reutilização.

4- Procure utilizar madeiras de reflorestamento, como eucalipto em portas, janelas, pergolados e telhados. O mercado já oferece este tipo de produto e vale lembrar que o custo cai significativamente.

5- Exija das empresas fornecedoras o selo de certificação.

Veridiana Petinelli
www.arqprojeto.arq.br





Filete Canjiquinha



Pedras Prudente

Tudo em pedras decorativas

(15) 3251-1487

www.pedrasprudente.com.br

vendas@pedrasprudente.com.br

facebook.com/pedrasprudente



Pedras para Piscinas




Rua Cornélio Vieira de Camargo, 255 - Centro - Tatui/SP

11 Anos

Construídos com qualidade e pontualidade





CONSTRUTORA ALIANÇA

compromisso com o cliente

(15) 3305-3811
(15) 99767-7014
(15) 99690-0027

Rua 7 de Maio, 33 sala 3 - Centro - Tatui/SP
www.tatufacil.com.br/caconstrutora
facebook.com/CAconstrutoraaliance



Qualidade de Vida

Tantra Yoga

Uma prática milenar, que traz inúmeros benefícios à saúde

Aliar benefícios físicos e qualidade de vida é um dos objetivos do yoga, assim como o Tantra Yoga, que entre os benefícios fisiológicos, podemos incluir o relaxamento e tonificação do sistema nervoso, desintoxicação das articulações, flexibilidade da coluna vertebral, melhora da circulação e da respiração, entre outros. Porém, os benefícios vão além do corpo físico, pois é possível reduzir drasticamente os níveis de estresse e ansiedade, combater a depressão, insônia e ainda retardar o processo de envelhecimento, isso porque toda a prática exerce efeito sutil sobre o sistema glandular, o que resulta na harmonização entre corpo e mente.

Quem nos explica melhor os benefícios do Tantra Yoga, é a terapeuta prânica, focalizadora de Danças Circulares Sagradas, instrutora de Yoga e coordenadora do Grupo de Meditação dos Dois Corações pela Paz Planetária em Tatuí, parte de um movimento internacional intitulado Planetary Peace Meditation, Géssica Gralhóz.

“Tantra Yoga é um conhecimento prático milenar, cobrindo vários aspectos do desenvolvimento pessoal e social. Diz-se que é a raiz mais antiga dos yogas. Uma filosofia de abordagem holística da vida que continha diversos ramos como a literatura, a arte, a dança, a medicina e a meditação”, explica Géssica.

Uma aula de Tantra Yoga tem duração de 1 hora a 1 hora e meia e consiste de nove partes: saudação, tema, centramento, exercícios preparatórios, Ásanas ou posturas de Yoga, automassagem, relaxamento, meditação, fechamento. “É uma prática bem completa em que os movimentos do corpo estão sempre sincronizados com a respiração profunda e pausas respiratórias. As aulas são elaboradas a partir de temas universais como a Simplicidade, o Amor, o Guerreiro ou a Paz, por exemplo”, afirma a terapeuta.

As posturas de Yoga (ásanas) são selecionadas levando-se em consideração o perfil

do praticante, de forma que ele consiga executá-las sem dificuldades e assim se beneficiar do potencial da prática. O momento da automassagem é fundamental para que sejam produzidos hormônios de felicidade (ocitocinas) e o relaxamento permite que o corpo recupere o equilíbrio (homeostase), prevenindo ou ajudando na cura de doenças. E a meditação ajudará a glândula pineal a produzir a melatonina, importantíssima no combate ao estresse e na sensação de bem-estar. Fica claro que Yoga não se equivale a uma ginástica para o corpo, visa algo mais.

Géssica afirma que qualquer pessoa pode praticar Tantra Yoga. “Alguns cuidados são necessários com mulheres grávidas no início da gestação e com pessoas hipertensas que não tomam medicamento. Em geral, crianças adoram praticar Yoga e os idosos também, mas as aulas para ambas as faixas etárias precisam ser adaptadas ao ritmo e limitações dos participantes”.

Yoga é inclusivo, pode ser praticado por portadores de deficiência, sendo recomendado em muitos casos para reabilitação motora ou neurológica. “Apesar de não ser uma regra, eu recomendo sempre fazer algumas aulas individualmente antes de se unir a um grupo para prática coletiva, principalmente a pessoa que nunca praticou Yoga ou que tenha restrições físicas ou emocionais”, orienta Géssica Gralhóz.

Desde a primeira aula já se nota a diferença no corpo e no controle emocional. A prática regular trará benefícios permanentes e profundos, incluindo saúde plena e desenvolvimento espiritual. Porém, alguns cuidados são necessários, pois a prática de Yoga é realmente

muito poderosa e justamente por isso é preciso ter cuidado. “É fundamental que o praticante construa seu caráter, ou seja, tenha uma conduta ética no sentido de tornar-se uma pessoa melhor a cada dia. Importante desenvolver as virtudes do coração, o perdão, a compaixão pelas pessoas e pelos demais seres vivos, desenvolver o altruísmo e a vontade de fazer o bem. É por isso que o Yoga está, muitas vezes, associado ao culto à Paz, à tolerância religiosa, à proteção aos animais e à natureza e ao vegetarianismo”, finaliza a entrevistada.



Ultralipo Cavitação

Um novo método para perder medidas, sem a necessidade de cirurgia

Grande parte do público feminino não está satisfeita com o corpo que tem. É uma gordurinha localizada ali, um pneuzinho aqui, uma estria que incomoda, uma celulite em um lugar indevido, enfim, são inúmeras as reclamações.

Atualmente, processos cirúrgicos, liposorações, plásticas, entre outros, podem resolver algumas imperfeições, no entanto, a dor e o incômodo que eles causam, são os motivos pelos quais acabam ficando em segundo plano.

Com resultados mais eficazes, menos invasivos e através da tecnologia de ultrassom convergente, é possível atingir o efeito cavitação, que destrói a gordura através do rompimento das membranas dos adipócitos, com implosão dos mesmos e liberação na corrente de diglicéridos, que serão eliminados pelo organismo através das suas vias normais de excreção, ou seja, isso é a Lipocavitação.

Resumindo, a cavitação é um fenômeno físico que se manifesta num líquido com resultado de uma variação de pressão provocada por uma onda sonora. As ondas ultrassônicas induzem uma série de ciclos

de compressão e descompressão do meio. Quando os tecidos são sujeitos ao ciclo de expansão, cria-se uma pressão negativa que gera uma enorme quantidade de bolhas de gás que crescem até a implosão.

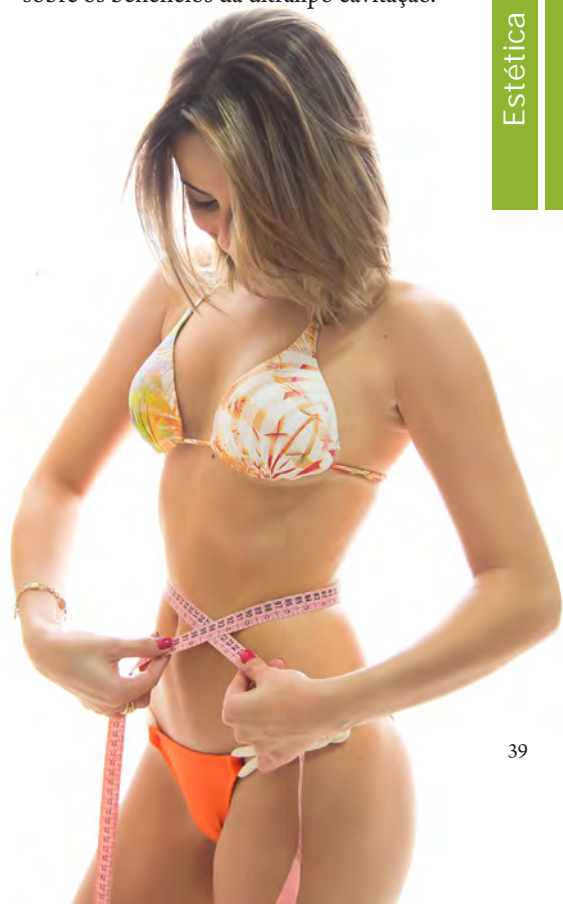
De acordo com o cirurgião plástico Luciano Esteves, desde a primeira sessão, os resultados são fantásticos, mas, como em todos os tratamentos, depende de cada pessoa. “Os resultados são, geralmente, muito notórios na perda de volume, redução do perímetro, cerca de 2 a 3 centímetros - na primeira sessão -, melhoria da textura da pele e efeito modelador”, explica.

Entre os benefícios, podemos listar: resultados imediatos, não há uso de agulhas, não há dor nem anestesia, perda média de 3 centímetros por sessão, redução do tecido adiposo, redução da celulite.

Esteves afirma que: “O número de sessões é sempre variável, depende de cada pessoa, podendo ser associado com outras técnicas. A avaliação com o profissional ajudará a definir o número de sessões necessárias”, finaliza.

O tratamento deve ser acompanhado por profissionais especializados e não deve ser

ministrado em gestantes. Por isso, procure um especialista de sua confiança e conheça mais sobre os benefícios da ultralipo cavitação.



Lipo sem Cirurgia Nossos Resultados!

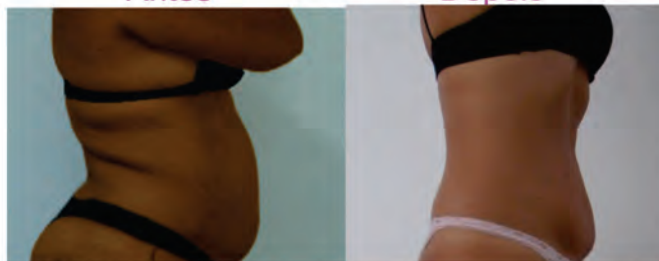
Antes

Depois



Antes

Depois



- * Orientação Nutricional;
- * Criolipólise;
- * Ultralipocavitação;
- * Radiofrequência;
- * Carboxiterapia;
- * Ozonioterapia.

- * Médico;
- * Fisioterapeuta;
- * Nutricionista;
- * Psicanalista;
- * Educador Físico.

Peso: de 81,0 kg para 68,5kg Medidas: Abdomen Redução em 22 cm.
Paciente em Tratamento

New York

O melhor destino
para ir às compras



Este mês, a Hadar foi parar em Nova York, através de nossa entrevistada Vera Helena Gasparian Almeida Mello, que esteve por lá no final do ano passado, na companhia de seu marido. “Fomos a passeio e então compramos a passagem, o transfer de ida e volta ao aeroporto, hotel e aeroporto, além de alguns passeios, com um guia brasileiro. Tudo de forma muito simples e rápida, na própria agência de viagens”, conta Vera.

A tatuiana aproveitou o final de novembro, quando se comemora o feriado de Ação de Graças, para visitar o local. “Os americanos comemoravam, antigamente, as boas colheitas do ano, que eram sempre no final de outubro e escolheram essa data





(última quinta-feira de novembro) para festejar. Então, a cidade entra em liquidação total, é uma tradição, uma loucura. Tem gente que fica aguardando lugar na fila, às vezes, dois dias antes da loja abrir para aproveitar os descontos que são imperdíveis”.

É também nesta época que a cidade começa a se preparar para o Natal, as ruas e lojas se enfeitam com músicas e motivos natalinos. Acontece, ainda, a inauguração da árvore de natal, no complexo do Rockefeller Center, com show de artistas famosos e o acendimento da árvore, que em seu topo tem uma grande estrela de cristais Swarovski.

“Mas Nova York não é só compras, é

uma cidade de mil e uma opções em todos os setores, arte, gastronomia, entretenimento, passeios, enfim, você sempre tem o que conhecer. Para mim, é uma cidade para se conhecer em qualquer época do ano, pois sempre tem seu encanto”, afirma Vera Gasparian.

Para ela, os melhores produtos para se adquirir durante as compras em Nova York também podem ser encontrados no Brasil, porém, a diferença é o valor. “A diferença é grande por causa dos impostos que são embutidos e lá temos uma única taxa de aproximadamente 10% em todas as transações comerciais. Para compras existem várias opções, para todos os bolsos e acho muito legal o outlet em Nova Jersey, vale o passeio, pois é em uma região próxima e montanhosa de Nova York e os artigos são realmente bem mais baratos, pois são considerados fora da estação”.

Além das compras, Vera aconselha outros lugares para se visitar, como as tradicionais caminhadas no Central Park, um lugar lindo com plátanos, que dependendo da estação do ano, as cores das folhas são diferentes. Ver o pôr do sol no topo de algum edifício, como o Rockefeller Center ou o Empire State, andar na 5ª Avenida,

uma das mais famosas do mundo, com lojas lindas e charmosas de estilistas, joalheiros e também onde está localizada a Catedral de Saint Patrick, onde Vera sempre visita e agradece a oportunidade de voltar para aquela cidade.

“Às vezes, as pessoas acham difícil fazer uma viagem para lá, mas é tudo muito simples. As ruas são fáceis e práticas, pois seguem uma sequência numérica e quem está indo pela primeira vez, seria legal fazer parte de um grupo, mas consulte sua agência de viagens que ela irá lhe dar todas as informações necessárias”, aconselha.



AGÊNCIA VIT

GRUPO
Antuérpia Turismo

Black Friday
NYC 2014

The Park Central Hotel
25/NOV A 01/DEZ

A PARTIR DE **10X U\$192,00**
POR PESSOA EM APTO QUADRUPLA

TKT EM VOO DIRETO
+ 5 NOITES DE HOTEL

+ SEGURO VIAGEM

www.antuerpia.com.br
15 3205.7777 - R. Capitão Lisboa, 684. Tatuí SP

Antuérpia
turismo

* Válido por tempo indeterminado. Consulte o regulamento interno.



CAETANO
Materiais p/ Construção

IMPERDÍVEL!

Toda a linha de
VENTILADORES
com preços e condições
SUPER ESPECIAIS.
Venha aproveitar!



VENTISOL
Clima bom o ano inteiro



Ventilador
NOTOS 50 cm
Branco ou Preto
127/220V

por apenas
R\$ 99,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 11,44



Ventilador
WIND LIGHT
Branco, Preto ou Branco c/Pás Transp.
127/220V

por apenas
R\$ 79,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 9,16



Ventilador
Oscilante 60cm
Parede Preto Bivolt

por apenas
R\$ 139,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 16,03



Bloco
Cerâmica
CAETANO
14x19x29cm
milheiro

por apenas

R\$ 859,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 98,51



Tijolo
Baiano
Cerâmica
CAETANO
9x19x19cm
milheiro

por apenas

R\$ 379,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 43,53



Bloquinho
Cerâmica
CAETANO
11,5x14x24cm
milheiro

por apenas

R\$ 379,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 43,53

*Tijolos, blocos, telhas e arcas com frete grátis até 10km do local da compra. Acima dessa distância, consulte frete na loja.



Tijolo
de Vidro
19x19x8
Incolor

por apenas

R\$ 7,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 0,92



Telha Romana ou
Portuguesa Queima 2
16 pçs p/m²

por apenas

R\$ 899,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 103,09



Plastificante
Mineral **LIGA**
Sc 20 kg

por apenas

R\$ 4,49

à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 0,51



Gmic

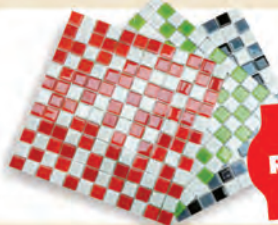
MINERCAL

Cal
MINERCAL
Sc 20 kg

por apenas

R\$ 6,39

à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 0,73



Pastilha de Vidro
Placa de 30x30cm

por apenas

R\$ 10,90

à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,25



Mega Promoção!

Vigamento de Madeira
Curto com até 2,5m

25%
Desconto!



Preços anunciados para pagamento em cheque pré ou cartão



REDE CAETANO em rede

Fotos meramente ilustrativas. Não nos responsabilizamos por eventuais erros de impressão e reservamos-nos o direito de corrigi-los. Ofertas válidas por tempo limitado ou enquanto durarem nossos estoques.

Ofertas válidas de **1 a 26/Abril/2014** ou enquanto durarem nossos estoques

Ullian

portas e janelas



Vitrô de Correr
Lucasa Básica
c/Grade Elo
1,0x1,5 Ref. 3299-0

por apenas
R\$ 179,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$20,61

IMPERDÍVEL



Veneziana de Correr
Lucasa Básica
c/Grade Elo
1,0x1,5 Ref. 2132-0

por apenas
R\$ 229,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$26,34



SOB ENCOMENDA

Veneziana de Correr
Lucasa Inova
Central Flex
c/Grade Elo
1,0x1,5 Ref. 2572-0 Enc.

por apenas
R\$ 899,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$114,85

LUCASA linha INOVA
portas e janelas Ullian



Porta de Abrir
Lucasa Básica
Mista Basculante
2,15x0,85
Ref.: 1343-1E
1343-2D

por apenas
R\$ 259,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$29,77



Porta de Abrir
Lucasa Básica
Postigo Gr. Elo
Ref.: 1358-1E
1358-2D

por apenas
R\$ 309,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$35,50



Porta de Abrir
Lucasa Básica
Laminada
Ref.: 1414-1E
1414-2D

por apenas
R\$ 239,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$27,48

LUCASA linha básica
portas e janelas Ullian



Vitrô de Correr
Central Facilitã
c/Grade Elo
1,0x1,5
Ref. 3545-0

por apenas
R\$ 449,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$51,54



Veneziana de Correr
Central Facilitã
c/Grade Elo
1,0x1,5
Ref. 2760-0

por apenas
R\$ 479,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$54,97



Porta de Abrir
Facilitã
Mista c/
Vidro Inteiro
215x86cm
Ref.: 1745-1E
1745-2D

por apenas
R\$ 399,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$45,81

Garantia LUCASA FACILITã de 6 anos
Você instala e esquece. Garantia contra corrosão.

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

LUCASA linha Facilitã
portas e janelas Ullian



Veneziana de Correr
Flex Lucasa Premium
c/ Gr. Elo 1,0x1,5
Ref. 2410-0 Flex

por apenas
R\$ 549,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$62,99



Porta de Correr
Facilitã Lateral
Chave Tetra
3 fls 213x150
Ref.: 1724-1E
1724-2D

por apenas
R\$ 1.049,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$120,27



Porta de Abrir
Facilitã
Postigo Gr. Elo
215x90cm
Ref.: 1753-1E
1753-2D

por apenas
R\$ 549,90
à vista em 3x | ou em 10x de R\$62,99



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



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



Rua Manoel de Lara, 295
Fone: (15) 3267-9900
Capela do Alto - SP



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



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



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



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



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



Síndrome de Tourette Não é um simples tique

Fique de olho no seu filho, ele pode estar com algo a mais do que um simples tique

A síndrome de Tourette, também conhecida como SGT ou ST, é uma desordem neurológica na qual ocorrem, repetidamente e com considerável frequência, tiques, reações rápidas, movimentos repentinos (espasmos) ou vocalizações sem motivo aparente. Na maior parte dos casos (80%), a manifestação clínica inicial da síndrome são os tiques motores como piscar, franzir a testa, contrair a musculatura da face, entre outros.

O início da síndrome manifesta-se, geralmente, na infância ou juventude da pessoa, eventualmente atingindo estágios classificados como crônicos. Porém, no decorrer da vida adulta, muitas vezes, os sintomas vão gradativamente amenizando e diminuindo. Ainda não foi encontrada uma cura para a Síndrome de Tourette, somente tratamentos médicos, que existem para amenizar os sintomas.

De acordo com o Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtorno Mental – DSM IV, o diagnóstico da Síndrome de Tourette é basicamente clínico e deve obedecer aos seguintes critérios: 1) tiques motores múlti-

plos e um ou mais tiques vocais devem manifestar-se durante algum tempo, mas não necessariamente ao mesmo tempo; 2) os tiques devem ocorrer diversas vezes por dia, quase todos os dias ou intermitentemente por um período de, pelo menos, três meses consecutivos; 3) o quadro deve começar antes dos 18 anos de idade. 4) a desordem causa prejuízo social, ocupacional ou em áreas importantes da vida. 5) o início dos sintomas ocorre antes dos 18 anos de idade.

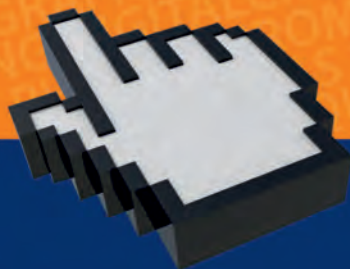
“A ocorrência dos tiques variam em relação à frequência, e em situações de estresse, fadiga e ansiedade tendem a aumentar. É importante frisar que há predominância da Síndrome de Tourette no sexo masculino”, explica a psicóloga formada pela Unesp, Juliana Lopes, de Boituva.

Segundo a psicóloga, o tratamento farmacológico combinado com a psicoterapia comportamental tem mostrado resultados significativos nesta desordem, especialmente a utilização da técnica chamada “Reversão de Hábitos”. A psicoterapia permite desenvolver no paciente o automonitoramento de seus

comportamentos involuntários, a fim de que reverta a ocorrência dos mesmos com uma reação voluntária que suprima ou diminua o tique. Além disso, o risco de estigmatização do paciente devido à síndrome pode gerar problemas de socialização, sendo importante o acompanhamento destas condições, a orientação dos pais e familiares, bem como professores que convivem com o caso.

“É muito importante que os pais consultem um médico ao notar que seu filho apresenta alguma forma de movimentos involuntários, para que o diagnóstico seja realizado rapidamente. Especialmente nas fases iniciais da vida, os portadores precisam de tratamento e não devem ser repreendidos, pois, inicialmente, não há controle sobre o comportamento”, completa Juliana.

Medicamentos antipsicóticos têm sido muito úteis na redução da intensidade dos tiques, quando sua repetição aparece como prejuízo para a autoestima e aceitação social. Em alguns casos de tiques bem localizados, podem ser tentadas aplicações locais de toxina botulínica (botox).





Clínica Koza

www.clinicakoza.com.br



Um compromisso com você e sua saúde!
Há gerações cuidando da saúde bucal.



TRATAMENTOS

Implantes
Próteses
Facetas Laminadas
Lentes de Contato
Clínica Geral
Carga Imediata

Elmec



Dra. Naomi Koza
CRO 108096

Odontopediatria
Clínica Geral



Dr. Akira Koza
CROSP 92361

Cirurgião Dentista e
Técnico em Próteses Dentárias

Tatuí

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

São Paulo

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

Ph da Alimentação: Um Grande Aliado no Emagrecimento

Nosso organismo busca sempre um equilíbrio entre o meio básico e o ácido medido através do pH (que varia numa escala de 0 a 14, em que 7 é o pH neutro, 7 é considerado pH ácido, e 7 é pH alcalino). Nosso organismo e a absorção de nutrientes funcionam adequadamente em um pH alcalino (ph 7-7,5).

O importante é sempre equilibrar o ph pela alimentação. Quanto mais alcalina for, menor o edema (retenção de líquido), melhora a eliminação de toxinas e o equilíbrio orgânico, pois o excesso de toxinas é um aliado para o aumento de peso. Assim, o ph menos ácido auxilia no emagrecimento e detoxificação.

A atividade física também influencia, porque estimula a transpiração e eliminação de toxinas e substâncias ácidas. Também adquirimos cargas ácidas do sistema emocional, como o estresse, ansiedade e falta de sono.

A sua alimentação deve conter, em média, 70% de alimentos alcalinos e 30% de ácidos, para equilibrar o ph do sangue, e melhorar absorção de nutrientes e a detoxificação.

Alimentos ácidos (comer com moderação)

Sal, açúcar, carnes, leite e derivados (queijo, creme de leite, manteiga, iogurte), farinha (principalmente branca), ovo, óleos, chocolate, adoçantes e alimentos industrializados, diet, café, bebidas alcoólicas, refrigerantes.

Alimentos básicos (equilibram o ph do sangue)

Couve, espinafre, brócolis, alface, abobrinha, batata doce, beterraba, abóbora, aspargo, cereais integrais, limão, abacaxi, melão, abacaxi, maçã, pera, mamão, kiwi, figo, cebola, lentilha, chá verde, oleaginosas (castanha do Pará, nozes, amêndoas, etc), azeite de oliva.

Por isso, sempre inclua no seu cardápio alimentos básicos, sempre equilibre o ph do seu organismo, para prevenção de doenças e no auxílio da perda de peso.

Roberta Lorenzetti Lourenço
Nutricionista Funcional
CRN 22509

Você não precisa mais espiar a revista dos seus vizinhos.

*Agora, você pode assinar a Revista Hadar
e desfrutar de uma boa leitura onde desejar.*



Semestral: R\$59,90*

Anual: R\$89,90*

Contato: 15 3259-7014

15 3259-4543

falecom@revistahadar.com.br

Goji Berry

*Extrato natural ajuda a emagrecer de forma saudável
Produto tem registro na Anvisa e já pode ser
encontrado no Brasil*

Um produto à base de um extrato natural de Goji Berry, fruta nativa do Himalaia, rica em vitaminas e sais minerais, proteínas e antioxidantes. Ela também retarda o envelhecimento da pele e atua no metabolismo de quem a come, possibilitando que a pessoa emagreça de forma natural e rápida. Há casos de consumidores que perderam quatro quilos em uma semana.

Não é à toa que o extrato, que pode ser consumido também em cápsulas, já está entre os preferidos de celebridades, como a modelo Kate Moss, as cantoras Madonna e Victoria Beckham (ex-Spice Girls) e Ivete Sangalo. Aliás, a procura pela dieta do Goji Berry explodiu depois que Ivete revelou que voltou à boa forma depois de usar o produto.

Estudos publicados no NBCI (National Center for Biotechnology Information), nos Estados Unidos, comprovaram que o extrato natural da fruta Goji é mesmo capaz de estimular o metabolismo a queimar muito mais gordura rapidamente. Segundo a pesquisa,

os voluntários que consumiram a dose diária recomendada do extrato de Goji, durante 15 dias, apresentaram aumento no gasto calórico e redução na circunferência abdominal. Eles também mostraram melhora na função gastrointestinal, melhora na qualidade do sono e capacidade de concentração.

Outro estudo, publicado pela Universidade de Nova Iorque, apontou ainda outros benefícios de Goji, como a redução do colesterol ruim e o rejuvenescimento da pele, pois contém grandes quantidades de antioxidantes e Ômega 3 e Ômega 6. Com esses resultados, a comunidade científica internacional considera o extrato de Goji Berry um dos maiores avanços no campo do controle do peso nos últimos anos.

Segundo o fabricante do extrato, o produto obtido com o extrato da fruta combate também a celulite, reduz a flacidez e o colesterol ruim do sangue (conhecido como

LDL). Por outro lado, aumenta a energia e o desempenho físico. Outra vantagem é que, como suplemento alimentar, o extrato pode ser consumido com qualquer dieta. Além disso, a pessoa pode parar de tomar, se entender que já atingiu o objetivo almejado. O extrato não precisa de prescrição médica. Mesmo assim, lembre-se de que sempre é melhor consultar um especialista antes de tomar qualquer suplemento.

47



Bombom de GOJI BERRY

(70% Cacau)

- > Auxilia na prática de Exercícios Físicos
- > Possui Proteínas, Vitaminas e Minerais
- > Auxilia na Redução de Peso
- > Previne o Envelhecimento
- > Potente Antioxidante

Consulte um especialista !

Loja 1: Rua Capitão Lisboa, 663 - Centro - Tatuí/SP

(15) 3251-2331

Loja 2: Av. São Carlos, 234 - Dr. Laurindo

(15) 3205-3100

Pescar aproxima o homem da natureza

Diz um ditado popular que os deuses não descontam da nossa vida os dias que passamos pescando

Mais do que produzir histórias de pescador – que nem sempre condizem com os fatos – pescar aproxima o homem do Meio Ambiente, relaxa e proporciona uma sensação de bem-estar, como poucas atividades conseguem oferecer. Com o crescimento das cidades e a poluição dos rios, pescar tornou-se uma atividade com um número cada vez menor de adeptos. Em muitos casos, a solução foi o surgimento de pesqueiros, onde as pessoas pagam para pescar.

Mas pescar em rios é uma tarefa que vai além do fato de lançar o anzol na água. É uma atividade passada de geração em geração, que envolve diversas coisas, mas, sobretudo, propicia a integração do homem com seu semelhante e, principalmente, com a natureza, despertando a consciência ecológica e o respeito pelo Meio Ambiente.

O vendedor José Roberto Nóbrega pesca desde criança, “mas de forma mais constante desde 1980”, relata o vendedor. Tudo o que o vendedor sabe sobre pescaria ele aprendeu com o sogro, Leco. “Eu o considero um dos melhores pescadores de todos os tempos em Itapetininga”, afirma Nóbrega, acrescentando que o sogro “sabia tudo: desde fazer barcos, tirar varas de bambu em épocas certas. Fazíamos chumbadas e foi assim que aprendi tudo que sei com ele”.

Pescando de rodada

Neste tipo de pescaria, segundo o vendedor, o pescador mantém o barco mais lento do que a correnteza, enquanto pesca. “Quando estou pescando, meus problemas se acabam, não existe outra coisa a não ser a concentração total”, disse Nóbrega que, embora seja um amante da pesca, admite que “faz um bom tempo que não tenho pescado como eu gostaria, porém, sempre que posso vou ao rio Itapetininga”.

Consciente, ele respeita a época da piracema, quando acontece a reprodução dos peixes. “É óbvio que tem de respeitar, pois é a continuidade da vida nos rios e quem não respeita deveria ser punido com rigor”. Nóbrega ressalta que a piracema é essencial para a manutenção dos mananciais. “A

vida dos peixes que necessitam de piracema para desovar depende da conscientização, não só dos pescadores, mas, principalmente, das autoridades que constroem represas sem as devidas escadas para a subida dos peixes, isso, sim, é a principal causa de morte de um rio e suas espécies”.

Como adepto da pescaria em rios, ele afirma que “o prazer de pescar está no fato de ter de tirar leite de pedra para se apanhar um peixe em um rio com seus segredos e mistérios”. José Roberto Nóbrega lembra que a Região possui rios com grande quantidade de peixes. Apesar disso, existem, atualmente, poucos pescadores que pescam em rios, pois muitos preferem os pesqueiros, segundo o vendedor. Segundo ele, os peixes mais comuns em nossos rios são lambaris, piavas, mandis, tambiuís, curimatás e piaparas entre outros.

O que é a Piracema

Piracema é o período de reprodução dos peixes, que ocorre entre os meses de outubro a março. Os peixes que migram para reprodução precisam nadar contra a correnteza em uma subida árdua até as cabeceiras dos rios, para se reproduzirem.

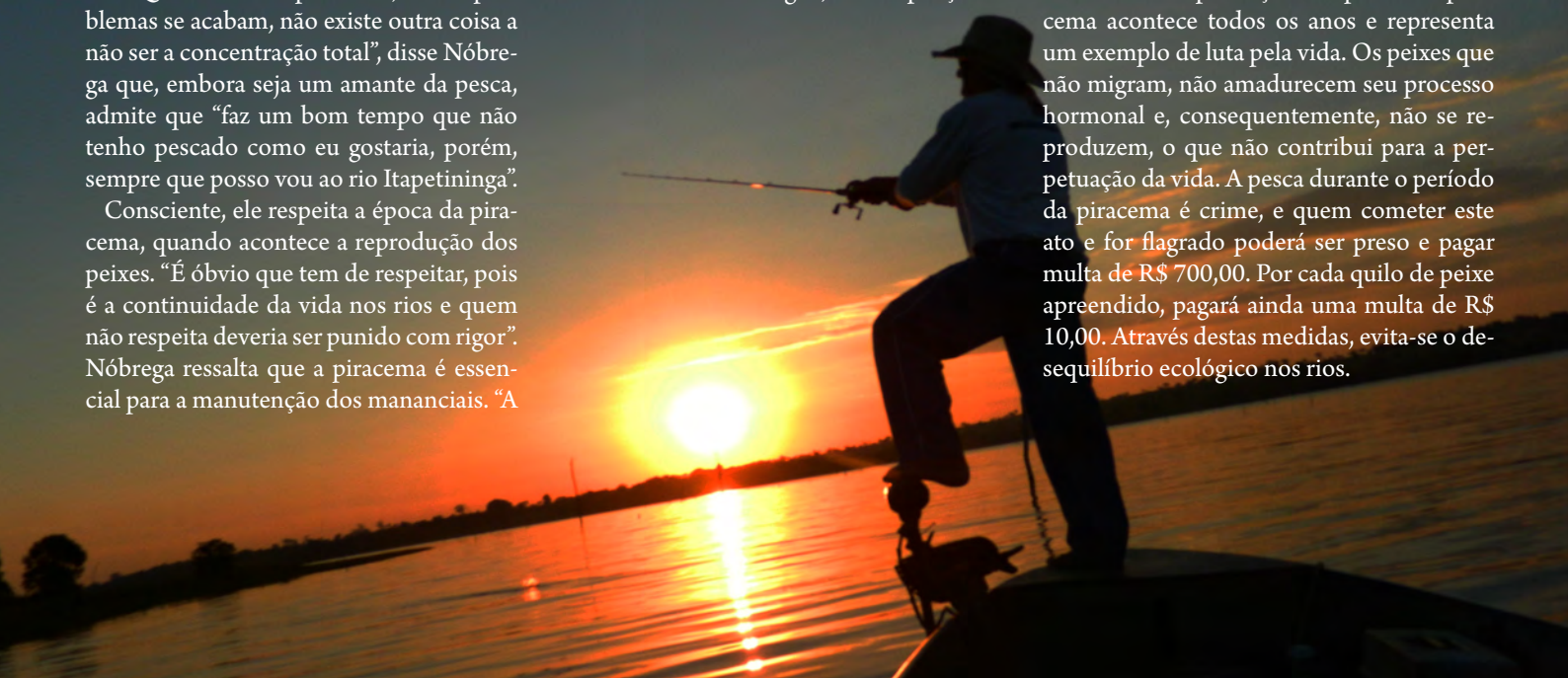
Durante este evento, os peixes gastam muita energia, o que contribui para queima de gordura acumulada no corpo. A glândula hipófise, existente na base do cérebro, é estimulada e desenvolve hormônios, incluindo os responsáveis pela reprodução. Fatores como temperatura da água (entre 26 e 28 graus), enxurradas causadas por chuvas que aumenta o nível da água, e a ampliação da

quantidade de horas de luz por dia, estimulam a hipófise, órgão que comanda todo o processo de reprodução, a intensificar a produção de hormônios. Na luta contra a correnteza, cada espécie de peixe necessita de um determinado espaço, chamado de amplitude migratória, para conseguir chegar ao estágio de reprodução.

Como exemplo, o peixe dourado (*Salminus maxillosus*) tem de nadar cerca de 500 km contra a corrente até a exaustão. Geralmente, estes peixes encontram obstáculos muitas vezes fatais, como barragem no leito de um rio, onde se lançam contra a parede e, infelizmente, morrem. Superando todos os desafios durante o percurso rumo à reprodução da vida, em exaustão, as fêmeas amadurecem os hormônios e liberam os ovos na água, enquanto os machos derramam o sêmen. Acontece, então, a fecundação.

Os ovos lançados pelas fêmeas variam entre as espécies. Uma fêmea de dourado, que pese dez quilos, pode desovar um milhão e quinhentas mil ovos. Levados pela correnteza, os ovos fecundados eclodem (nascimento dos peixes) cerca de 20 horas após a desova. Os alevinos (larvas de peixes) nascem com uma reserva de nutrientes (saco vitelino) que dura nos dois a três primeiros dias de vida. Através da correnteza serão levados para as lagoas marginais, ficando ali pelo prazo de um ano, até a próxima cheia, quando estes peixes, agora, jovens, voltam para o leito do rio. Com o passar dos anos e atingindo o grau de maturação para reprodução, repetirão o mesmo ciclo de seus pais.

O ciclo de reprodução dos peixes de piracema acontece todos os anos e representa um exemplo de luta pela vida. Os peixes que não migram, não amadurecem seu processo hormonal e, conseqüentemente, não se reproduzem, o que não contribui para a perpetuação da vida. A pesca durante o período da piracema é crime, e quem cometer este ato e for flagrado poderá ser preso e pagar multa de R\$ 700,00. Por cada quilo de peixe apreendido, pagará ainda uma multa de R\$ 10,00. Através destas medidas, evita-se o desequilíbrio ecológico nos rios.



Instituto Atá

Uma nova relação entre o homem e o alimento



O principal chefe da cozinha brasileira, responsável pela reconstrução da identidade gastronômica nacional, Alex Atala, inaugurou, no ano passado, um instituto dife-

rente e com propostas inovadoras. O chefe, como muito sabem, preza pela escolha minuciosa dos ingredientes e pela valorização dos produtos de origem brasileira.

Chamado de Instituto Atá, o projeto tem

como lema: “A relação do homem com o alimento precisa ser revista, precisamos aproximar o saber do comer, o comer do cozinhar, o cozinhar do produzir, o produzir da natureza; agir em toda a cadeia de valor, com o propósito de fortalecer os territórios a partir de sua biodiversidade, agrodiversidade e sociodiversidade, para garantir alimento bom para todos e para o ambiente”.

A partir dessa ideia, o instituto pretende promover a melhor relação entre homem e alimento, através de parceria com instituições, pequenos produtores, ONGs e demais organizações que promovem a preservação do meio ambiente, fazendo com que as pessoas se preocupem mais com o que chega à mesa.

A sociedade de hoje se preocupa mais com a preservação do meio ambiente e dos recursos naturais que ele oferece. Mas, a proposta do Atá vai além dessa preocupação. Pretende estreitar as relações também com o agricultor ou pecuarista que produz os alimentos, dando oportunidades de crescimento para aqueles que recebem pouco pelo trabalho realizado.

A inauguração desse projeto aconteceu em outubro de 2013 e, em 2014, as ações e parcerias estão sendo concretizadas para que todas as ideias e propostas saiam do papel para a vida real. Para saber mais sobre o manifesto, os vídeos e toda a produção que tem sido feita, basta acessar: www.institutoata.org.br.



Peixaria Fogaça

Peixes Frescos e Congelados

Atacado e Varejo



Loja 1:
Av. Salles Gomes, 260
(11) 3251-2673

Loja 2:
R. Capitão Lisbôa, 775
(11) 3205-2088

Mulheres no Muay Thai

O esporte que conquistou o público feminino

Suor. Esta é a palavra que caracteriza uma boa aula de Muay Thai, a arte marcial que vem conquistando, cada dia mais, adeptas para o seu rol de praticantes.

O Muay Thai é uma arte marcial originária da Tailândia, há aproximadamente 2000 mil anos, e é o desporto mais praticado naquele país. Acredita-se que sua origem venha do Muay Boran, antiga arte marcial que visava o rápido término da luta, por meio de imobilizações e estrangulamentos. O antigo Muay Thai utilizava-se de golpes com as palmas das mãos, ataques com as pontas dos dedos, imobilizações e mãos em garras para segurar o oponente. Com o tempo, ele foi modificando-se e transformou-se no estilo de luta que é hoje, também chamada de “a arte das oito armas”, pois combina o uso dos punhos, cotovelos, joelhos e dos pés.

A história do homem no Muay Thai já é conhecida por muitos, mas o fato não tão difundido é que, bem lá atrás, na origem, quando a arte era simplesmente um meio marcial de ataque e defesa empregado pelos ancestrais tailandeses, mulheres conhecidas por Khunying Mae Yamo lutavam com os homens, impedindo o ataque dos povos invasores aos seus territórios que, posteriormente, viriam a constituir a região da Tailândia. Entretanto, com o tempo, este estilo de luta foi tornando-se domínio dos guerreiros do sexo masculino. Porém, como em outras áreas da vida, as mulheres foram conquistando seu direito de participar dos treinos e até

das competições. E, hoje, o esporte vem conquistando a atenção das mulheres no mundo todo e, em especial, no nosso País, isso não é diferente.

Foi-se a época em que as mulheres praticavam apenas exercícios leves para a conquista de um corpo bonito e saudável, hoje, as academias vêm investindo pesado em outras modalidades, e é aí que entra o Muay Thai.

O esporte vem crescendo vertiginosamente entre o público feminino e, segundo a Coordenadora de Produção e praticante de Muay Thai Máisa Teixeira de Araújo, “o rápido emagrecimento é um dos principais atrativos para tanta procura. Além disso, os movimentos da luta exigem uma forte preparação física e muito trabalho cardiovascular, por isso, o gasto calórico feminino é muito alto, proporcionando vários outros benefícios”.

“Em uma aula, é possível perder de 800 a 1000 calorias, sendo que há o trabalho de todas as partes do corpo, pernas, glúteos, barriga e braços, melhorando, assim, o condicionamento físico e aliviando o estresse”, afirma Máisa, praticante do esporte há pouco mais de um ano.

Muitas mulheres se preocupam se estão aptas tanto quanto os homens para a prática, mas como afirma o instrutor de Artes Marciais Adailton Barbosa de França, “Apesar da diferença de força física entre homem e mulher, em termos de habilidades e coordenação motora, a mulher tem as mesmas habilidades que os homens”. Ele ressalta que o que difere é “o interesse do público feminino em praticar o esporte com o intuito de competir, pois tem, apenas, o desejo de conseguir um bom condicionamento físico, enquanto a maioria dos homens tem grande interesse em participar de eventos competitivos”.

Embora exista há séculos, o Muay Thai não é conhecido da maioria há tanto tem-

po assim, e percebe-se que, hoje, ele é muito mais falado do que há alguns anos. Segundo França, “essa difusão do esporte pode, sim, estar atrelado à explosão do MMA e aos atletas brasileiros que competem, já que, juntamente com o jiu-jitsu, é a arte marcial mais usada no MMA de alto nível, o que deve ter proporcionado o maior conhecimento por parte do grande público, levando mais pessoas a praticarem o esporte”.

Além de já praticado pelos homens, o Muay Thai, agora, também domina o universo feminino, mostrando sua força e seu bom resultado a todos aqueles que desejam não apenas um corpo saudável, mas, principalmente, uma mente sã.





Cultura

Os traços de Deivid Leite

Desenhista fez de sua paixão pelos quadrinhos, uma profissão.



“**M**inha inspiração vem do cotidiano, que é uma boa referência para criações de desenhos. Também me inspiro em histórias em quadrinhos, que é minha paixão”, declara Deivid Leite, formado em Educação Artística.

Proprietário de um estúdio, o desenhista trabalha com alunos a partir dos 7 anos de idade e, apesar de ter demonstrado interesse pelo desenho ainda quando criança, foi na fase adulta que ele percebeu que seu passatempo poderia ser uma forma de trabalho remunerado.

“Dedico-me a lecionar desenho e desde criança tive vocação para explicar ou contar histórias, filmes, desenhos animados e fazia de forma fácil, para que as pessoas entendessem de imediato, através de gestos e sons”, conta o entrevistado.

Casado com Julia Natalia, Deivid é tão apaixonado por desenhos, que quando seu primeiro filho nasceu, resolveu fazer uma homenagem a seu herói favorito, o Superman, tanto que seu primogênito se chama



Kalel. “E está vindo mais um bebê, estou muito feliz, mas ainda não sabemos o sexo. Se for menino, terá nome de herói e se for menina, levará o nome da mãe do Superman, Lara”.

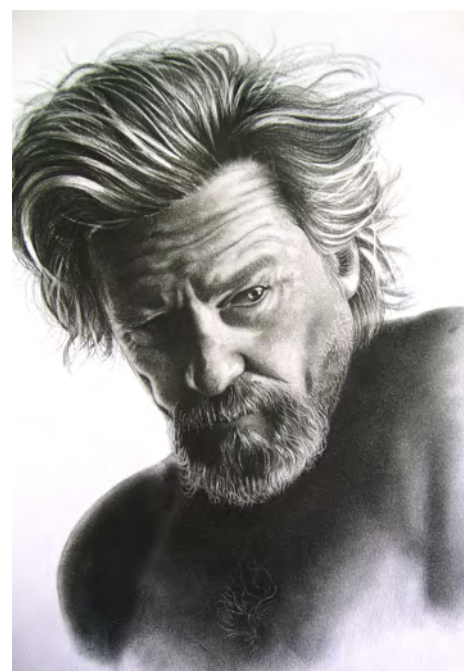
Ao longo dos anos, o professor de desenho foi se aperfeiçoando e, quando mais jovem, pensava que rapidez era uma qualidade para se fazer desenhos, mas com o passar do tempo, viu que, com paciência, o resultado do desenho ficava superior. Hoje em dia, Deivid leva em média de 2 a 4 horas para produzir um trabalho.

Com a variedade de materiais disponíveis no mercado, ele opta por trabalhar com papéis de qualidade, canetas especiais para ilustrações, lápis de cor aquarelado, giz pastel seco e lápis grafite, que já são grandes ferramentas nas mãos de desenhistas.

Entre seus desenhos de destaque, a caricatura de Rita Lee foi usada no site da Revista Veja, para ilustrar uma matéria e a própria cantora usou a imagem em seu site oficial. “Ganhei menção honrosa na exposição Hermes Tadeu, em Votorantim, que foi um desenhista de histórias em quadrinhos que trabalhou para a Marvel, mas morreu jovem. Também já illustrei alguns livros infantis para uma es-

critora de Sorocaba e lecionei um workshop na Bienal Internacional do Livro, em 2008”, relembra Deivid.

E é através dos traços, das cores e linhas, que Deivid se identifica, se realiza e também ensina seus alunos. Parabéns pelo seu trabalho e dedicação!



CURSO DE DESENHO

VENHA APRENDER A DESENHAR OS SEUS PERSONAGENS FAVORITOS NO MELHOR ESTÚDIO DA REGIÃO.



- Material didático desenvolvido para facilitar o aprendizado.
- Sala de aula equipada para proporcionar melhor conforto aos alunos.
- Turmas a partir dos 7 anos de idade.

AGENDE UMA AULA GRÁTIS

AV. SALLES GOMES, 307 . ESTAÇÃO . TATUÍ/SP

15 **99121-7559/3259-4691**

 **deivid.leite.9**

Mais que uma escola de samba

A cultura do carnaval que se transformou com o passar do tempo

O samba é um estilo de música tipicamente brasileiro, nascido da fusão de ritmos e influências dos diversos povos que constituíram o país, sobretudo da musicalidade africana que foi incorporada à cultura nacional. Mas, na época do carnaval, um movimento muito maior se inicia em todo o país, indo além da expressão musical, são as escolas de samba que invadem os sambódromos e avenidas.

Essa forma de manifestação cultural se tornou, sobretudo nas capitais Rio de Janeiro e São Paulo, um evento de grande porte, que recebe turistas e pessoas de todo o mundo para assistir aos desfiles. Uma verdadeira

competição de alegorias, carros, sambas-enredo, fantasias e elegância, tudo para escolher o campeão do ano.

A primeira escola de samba fundada no Brasil tinha o nome de "Deixa Falar" e foi fundada no Morro do Estácio, no Rio de Janeiro por Esmael Silva, no ano de 1928. Em uma época em que o samba sofria forte preconceito, os sambistas do Estácio optaram por fazer um bloco de carnaval com bateria, em busca de comemorar a data da forma que quisessem.

Alguns anos depois, o patrocínio vindo de um jornal da época organizou o primeiro desfile que já contava com diversas escolas, o evento teve jurados e escolha da campeã, assim como acontece nos dias de hoje. O sucesso fez com que o desfile se oficializasse e voltasse a acontecer ano após ano.

Nos dias atuais, as escolas são patrocinadas por grandes empresas e também recebem verba vinda da venda de ingressos e de materiais audiovisuais. A maioria das prefeituras das cidades que produzem grandes desfiles apoia a iniciativa, fazendo com que o local se movimente no carnaval.

A produção dos desfiles movimenta milhares de pessoas trabalhando nos mais diversos setores. A estrutura do espaço, a criação artística, composição musical e muitos outros setores fazem dessa manifestação um grande exemplo de economia criativa que se multiplica através da criatividade e capacidade das pessoas que o constroem.



O COELHINHO TAMBÉM MERECE

No final do dia 20 de Abril, você vai descobrir que cuidou de tudo. Do almoço, da viagem, das visitas e, é claro, do chocolate da criançada. Então, vai perceber que honrou com bravura o seu papel de Coelho da Páscoa. E que você também merece celebrar a data com as melhores opções de cervejas da cidade.

Conte com a Beer Store.



Rua do Cruzeiro, 867-B - Tatuí - Tel: 15 3259.3667

Rua Domingos José Vieira, 1204 A - Itapetininga - Tel: 15 3537.4020

RECOMENDADO



DEIXE A NEVE CAIR

AUTOR: John Green, Maureen Johnson, Lauren Myracle

EDITORA: Rocco

Na noite de Natal, uma inesperada tempestade de neve transforma uma pequena cidade num inusitado refúgio romântico, do tipo que se vê apenas em filmes. Bem, mais ou menos. Porque ficar presa à noite dentro de um trem retido pela nevasca no meio do nada, apostar corrida com os amigos no frio congelante até a lanchonete mais próxima ou lidar sozinha com a tristeza da perda do namorado ideal não seriam momentos considerados românticos para quem espera encontrar o verdadeiro amor. Mas os autores bestsellers John Green, Maureen Johnson e Lauren Myracle revelam a surpreendente magia do Natal nestes três hilários e encantadores contos de amor, interligados, com direito a romances, aventuras e beijos de tirar o fôlego.



PARA SEMPRE

AUTOR: Kim Carpenter, Krickitt Carpenter

EDITORA: Novo Conceito

A vida que Kim e Krickitt Carpenter conheciam mudou completamente no dia 24 de novembro de 1993, dois meses após o seu casamento, quando a traseira do seu carro foi atingida por uma caminhonete que transitava em alta velocidade. Um ferimento sério na cabeça deixou Krickitt em coma por várias semanas. Quando finalmente despertou, parte da sua memória estava comprometida e ela não conseguia se lembrar de seu marido. Ela não fazia a menor ideia de quem ele era. Essencialmente, a “Krickitt” com quem Kim havia se casado morreu no acidente e, naquele momento, ele precisava reconquistar a mulher que amava.



NIETZSCHE PARA ESTRESSADOS

AUTOR: Allan Percy

EDITORA: Sextante

Nietzsche para estressados é um manual inteligente e estimulante que reúne 99 máximas do gênio alemão e sua aplicação a várias situações do dia a dia. A sabedoria de Nietzsche é de grande utilidade na busca de uma solução para uma série de problemas, tanto na vida pessoal quanto na profissional. Este breve curso de filosofia cotidiana foi criado por Allan Percy para nos auxiliar nos momentos em que precisamos tomar decisões, recuperar o ânimo, encontrar o caminho certo e relativizar a importância dos fatos da vida. É indicado para quem procura inspiração no pensamento do filósofo mais influente da era moderna para combater as angústias e os medos dos dias de hoje.

Páscoa, é tempo de recomeçar.
Então, recomece a sua vida com
Alegria, Saúde e Paz.



Sistema
Mackenzie
de Ensino

*Feliz Páscoa
para todos.*

Rua Monsenhor Silvestre Murari, 90 - Dr. Laurindo - Tatui/SP
(15) 3259-7765 www.colegiomack.com.br

FAÇA DIFERENÇA.
FAÇA DAMÁSIO.



DAMÁSIO
EDUCACIONAL

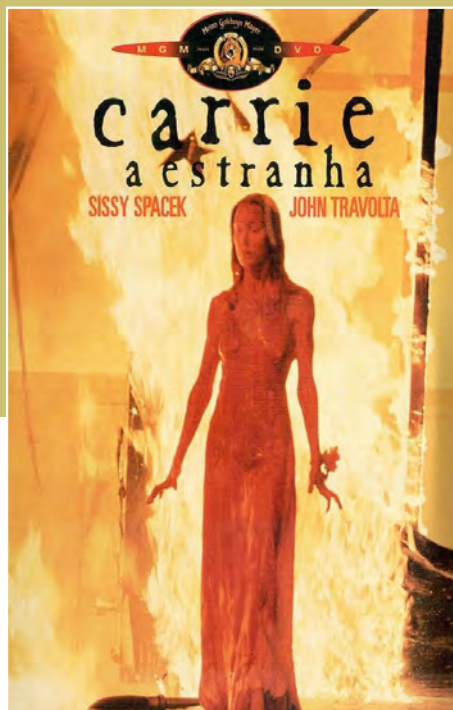
CURSOS PREPARATÓRIOS PARA:

- CARREIRAS JURÍDICAS
- CARREIRAS PÚBLICAS
- EXAME DE ORDEM

www.damasio.com.br

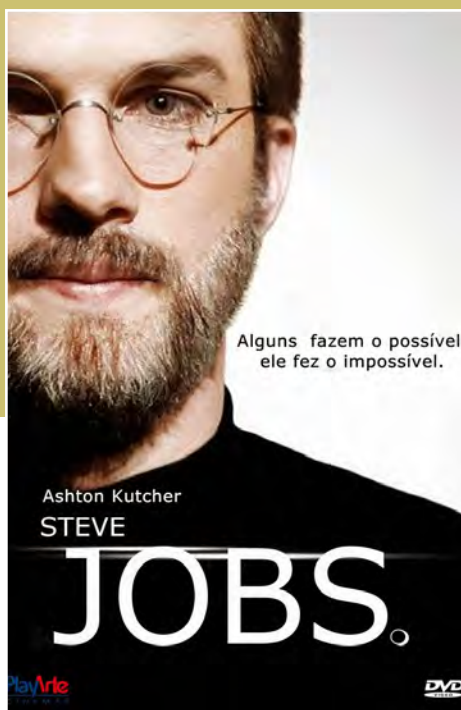
Praça da Concha, 39
tatui@unidades.damasio.com.br

(15) **3259-7979**



CARRIE - A ESTRANHA

Carrie White é uma jovem que não faz amigos em virtude de morar em quase total isolamento com sua mãe, uma pregadora religiosa fanática. A garota é menosprezada pelas colegas e por Sue Snell, uma das alunas que zombam dela, mas fica arrependida e pede a seu namorado que convide Carrie para um baile no colégio. Mas Chris Hargenson, uma aluna que foi proibida de ir à festa, prepara uma armadilha para ridicularizar Carrie em público. O que ninguém imagina é que a jovem possui poderes paranormais e muito menos conhece sua capacidade de vingança quando está repleta de ódio. Um filme de muito suspense e o remake é uma adaptação direta do livro de Stephen King.



JOBS

A história da ascensão de Steve Jobs, de rejeitado no colégio até tornar-se um dos mais reverenciados empresários do universo da tecnologia no século 20. A trama passa pela jornada de autodescobrimento da juventude, pelos demônios pessoais que obscureceram sua visão e, finalmente, pelos triunfos que transformaram sua vida adulta. Ashton Kutcher ('Efeito Borboleta') vive Steve Jobs. Dermot Mulroney ('Casamento do Meu Melhor Amigo') será Mike Markkula, primeiro executivo a acreditar na visão de Jobs e investir na Apple, em 1976. Josh Gad ('Amor e Outras Drogas') interpreta Steve Wozniak, criador dos computadores Apple. Ahna O'Reilly interpreta Chris-Ann Brennan, primeira namorada e mãe da filha de Jobs.



MINHOCAS

Minhocas conta a divertida história de Júnior, que está entrando na pré-adolescência e enfrentando uma crise existencial. Cavado acidentalmente para fora da terra e levado a um lugar distante, Júnior viverá uma incrível aventura com seus novos amigos Nico e Linda e precisará encontrar um jeito de voltar para casa, mas, antes, ele terá de impedir os planos de dominação de um terrível tatu-bola.

O projeto desse filme foi desenvolvido ao longo de 5 anos, e conta com nomes de peso na dublagem: a cantora Rita Lee, o ator e cantor Daniel Boaventura e o lutador Anderson Silva.

Presenteie quem você mais ama nesta Páscoa

GALAXIA
BRINQUEDOS

Feliz Páscoa para todos.

Rua 15 de Novembro . 516 . Centro . Tatuí-SP Fone: (15) 3251-7020
www.galaxiabrinquedos.com.br



DESIMAX
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:

15 97582882

WWW.DESIMAX.COM.BR



Pequenos Notáveis

Nosso pequeno notável do mês de agosto é o Leo Bechepeche de 8 anos de idade.

Léo mora na cidade de Tatuí e estuda na escola Eugênio Santos. Nosso pequeno adora ir ao Deivid, na aula de desenho, andar de bicicleta e de skate e nadar, ele também é muito criativo com seus brinquedos recicláveis e adora as Tartarugas Ninja.

Parabéns, Léo, que você continue sendo essa criança criativa, esperta e muito inteligente!

Seu filho é um Pequeno Notável? Mande o trabalho para nós e o veja brilhar nas páginas da HADAR.

jornalismo@revistahadar.com.br



DICAS DOMÉSTICAS

Limpar prata

Misture água morna com uma colher (chá) de bicarbonato de sódio e uma colher (chá) de sal. Mergulhe o acessório no líquido e lustre com um pano.

Limpar ouro

Misture uma xícara de água com sementes de tomate. Mergulhe o acessório no líquido e deixe de molho por 15 minutos. Enxágue e esfregue com uma flanela.

CURIOSIDADES

Os gatos têm sete vidas mesmo?!

Certamente você já ouviu dizer que o gato tem sete vidas, não ouviu?

Então, há um certo misticismo sobre essa lenda, pois, segundo a numerologia, o número sete é mágico, representa a união do mundo material com o espiritual. As pessoas orientadas pelo número sete são dotadas de grande intuição, perspicácia e, por norma, são desconfiadas, tendo alguma dificuldade de se adaptar a lugares novos.

Se analisarmos a personalidade de um gato podemos verificar algumas destas características, daí também este número pode ter surgido dessa associação de ideias.

Por outro lado, o número sete também tem uma grande carga espiritual: Deus descansou ao sétimo dia, depois de criar o universo; sete também são os pecados capitais.

Outra curiosidade que podemos apontar é a seguinte: sete também são as notas musicais e o arco-íris também tem sete cores. Enfim, não estamos aqui falando do número sete, mas, sim das sete vidas do gato, mas de onde e como surgiu essa lenda?

Não existe uma verdade absoluta que dure até os dias de hoje. Uns acreditam que este número está ligado à sua invejável agilidade e destreza, que lhe permitem cair sempre em pé; outros acreditam que esta ideia surgiu na Idade Média, altura em que os gatos, as bruxas e os magos eram vítimas da Inquisição.

Nesta época, os gatos, principalmente os pretos, representavam a maldade, a má sorte e, apesar de todas as armadilhas para os capturarem, a verdade é que o seu número não diminuía, porque havia muitos defensores que os alimentavam e os escondiam secretamente.

MINUTO DE SABEDORIA

Por mais longa que seja a caminhada, o mais importante é dar o primeiro passo.

Vinícius de Moraes

MINUTO DE REFLEXÃO

A vida é cheia de decisões. Os vencedores são aqueles capazes de tomá-las.

Dan Brown



Abóbora: Saudável da casca à semente

Quaresma, época de comer peixe, bacalhau com batatas... Mas que tal comer um camarão na moranga? Você já provou? Uma delícia, não é? A abóbora, além de ser um alimento super saudável, é versátil, com ela podemos fazer vários pratos, desde um doce, sopas cremosas, tortas, risotos, pães... até sementes torradas. Ficou surpreso? Então, ficará ainda mais quando souber tudo o que a abóbora pode te oferecer.

Ela é um alimento cheio de benefícios, é rica em potássio, fibras, niacina, cálcio, fósforo, ferro, magnésio, zinco, fibra, riboflavina e vitaminas A, C, E e complexo B, além de ser um alimento de fácil digestão e de baixa caloria.

Entre as vantagens da abóbora estão a redução do colesterol, a melhora do humor e do sistema imunológico e a capacidade de auxiliar no emagrecimento. Por isso se você estiver precisando de ânimo, de ficar com o humor lá em cima, vista na abóbora, principalmente nas sementes que são ricas no aminoácido triptofano, uma substância importante na produção de serotonina, um dos principais responsáveis pelo controle do nosso humor, sono e apetite. Uma porção de sementes torradas de abóbora por dia pode deixar você mais bem-humorada e disposta.

Uma xícara de abóbora cozida (em forma de purê) contém mais de 200% da recomendação diária de vitamina A, o que ajuda a visão, principalmente em ambientes escuros, segundo o National Institute of Health. O alimento também é rico em carotenoides, que são componentes antioxidantes que garantem a cor laranja, incluindo o betacaroteno, que previnem o câncer e o corpo transforma em vitamina A, além de ter o poder de neutralizar os radicais livres, mantendo as células cancerígenas bem longe da epiderme, combatendo ainda as rugas e deixando a pele mais viçosa.

Por ter alta concentração de fibras e baixas calorias, a abóbora é excelente nas dietas de emagrecimento. Com apenas 49 calorias em uma xícara, o alimento proporciona uma sensação de saciedade por mais tempo devido a sua textura fibrosa, fazendo a perda de peso ser mais eficaz. Também é ótima para os atletas, uma xícara de abóbora cozida tem mais potássio do que em uma banana. São 564 miligramas nessa quantidade citada, enquanto que a banana tem cerca de 422. Essa reposição é importante para equilibrar os eletrólitos pós-treino e manter os músculos funcionando com melhor desempenho.

Até as flores da abóbora são usadas em algumas regiões do país como parte de um refogado. Quem já experimentou garante que elas deixam um sabor diferente no preparo.

Os brotos são utilizados para fazer ensopados e a casca pode enriquecer o arroz, a farofa ou até mesmo a carne moída. Basta usá-la bem picadinha e viajar na sua criatividade.

Você sabia?

Previsão para o signo de Áries em 2014

Você sabe qual é o seu signo? Em que decanato você nasceu? Quando ele entra em vigor? Todos nós gostaríamos de saber o que acontecerá no campo amoroso, financeiro, familiar, profissional... Então, este mês, vamos falar do signo de Áries (21/03 a 19/04), seu primeiro decanato: de 21 de março a 30 de março, segundo decanato: de 31 de março a 9 de abril e terceiro decanato: de 1º de abril a 19 de abril.

Áries é o primeiro signo do Zodíaco e simboliza o começo de tudo. É o signo dos inícios, que projeta no tempo presente, com sua enorme pulsação de vida, a ideia ou o desejo. Áries simboliza o momento do nascimento e a luta pela vida. É lutando que se conquista algo e Áries gosta de uma boa briga, em que possa concentrar toda a sua fé e sua mente.

Para os nativos dos três decanatos, os primeiros oito meses do ano tendem a ser velozes, tensos e imprudentes. Marte em Libra fará oposição a Urano em Áries e quadratura a Júpiter em Câncer, trazendo sorte e novas oportunidades em várias frentes, mas também acentuando a impulsividade, a impaciência e a confiança na sorte. Por causa disso, esse é um período no qual você, provavelmente, se lançará em novos projetos e tomará mais riscos com mais facilidade, o que pode ser positivo, se você buscar avaliar as suas reais possibilidades com objetividade. Áries é um signo de muita coragem e ousadia. Com o ano novo regido por Júpiter, o signo de Áries terá a fé reforçada e o conhecimento ampliado.

E para os nascidos do final do primeiro decanato e do início do segundo decanato, especialmente os que nasceram entre 28 de março e 7 de abril, o momento é de profunda transformação da própria identidade - o que tem impacto sobre todos os aspectos da sua vida. Com Plutão em Capricórnio fazendo quadratura ao seu Sol e Urano em conjunção ao seu Sol, a sua tendência inconformista e questionadora ficará ainda mais acentuada, especialmente em relação às instituições sociais e

autoridades estabelecidas. Esta tendência pode se manifestar de diferentes maneiras: alguns podem decidir partir para uma carreira independente e empreendedora, enquanto outros podem optar por um relacionamento não convencional. O que está em jogo aqui é a busca por um novo sistema de regras, onde prevaleça a liberdade individual, e que tenha mais a ver com quem você realmente é.

Apesar de extrovertido e um tanto precipitado, Áries é um pioneiro, um visionário que respeita o que sente. Em algum campo da vida, o Áries tem de se projetar, impor o fogo que inspira sua vida, e para sentir que está vivo, é capaz de remar contra todas as correntes, pois a força do instinto abre caminho entre as dificuldades, movido apenas pela vontade de se impor.

É por isso que este é um signo que poucas vezes se curva às vontades alheias, às considerações de adequação - isso pode se manifestar na firmeza de convicções e na independência de comportamento. A mentira o desconcerta e a hipocrisia o confunde. Um objetivo pelo qual lutar confere esperança e ânimo a este ser decidido que almeja o arrebatamento em todos os campos da vida.

É no amor e na amizade que Áries demonstra toda a sua generosa disposição de vida, sendo capaz de ir até o fim do mundo para demonstrar seus sentimentos, e enfrentar a opinião de toda a comunidade para ter o que deseja. Porém, como em outros campos da existência, sofre de um excesso de candura e inocência. O impulso do desejo cega a sua visão, e ele pode se confundir a respeito de quem ama. O resultado é a decepção - e aí Áries se entrega a um sentimento de profundo desânimo e melancolia, tornando-se caótico, agressivo e furioso.

Seu elemento é o Fogo, sua pedra é o rubi e a granada, seu metal é o ferro, sua cor é o vermelho e branco e todas as cores do Sol quando surge na manhã.

Planeta regente: Marte.

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

“O humor tem de bater em quem não costuma apanhar”.

Gregorio Duvivier, ator e escritor, um dos criadores do portal de humor “Porta dos Fundos”, em entrevista à revista Playboy.

“Temos a síndrome do grande país que fica imaginando que, sozinho, cresce melhor do que em conjunto”.

Fernando Henrique Cardoso, ex-presidente da República, em entrevista no diário português Público

Sei que me amas muito,
Eu vejo no teu olhar.
Quando se ama assim,
É difícil disfarçar.

Comecei a te amar,
No instante em que te vi.
É amor tão grandioso,
O amor que sinto por ti.

Tanto amor e tanta alegria
Eu tenho no coração.
Tu me dás felicidade,
Muita paz e afeição.

Minha alma é feliz,
Feliz por muito te amar.
Neste mundo só existe,
Alegria em te encontrar.

Quando olhas para mim,
Tu me deixas radiante.
É olhar apaixonado,
Deixando-me embriagante.

Quem na vida não amou,
Não sabe o que é alegria.
Passou pelo mundo, não sentiu
O prazer de lindos dias.

Amar a quem nos deseja,
É o melhor bem que se tem.
Eu desejo quem me ama,
Quem me deseja, me ama também.

Almejo contigo viver
Por toda a eternidade.
Viver, pertinho de ti,
Será minha felicidade

Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)

Amor e Alegria

O seu anúncio publicado
onde todos veem!

O que você está
esperando?

Venha divulgar no *busdoor*
com a gente!




Elmec
comunicações

www.elmeccomunicacoes.com.br
15. 3259-7014 / 3259-5937

COMIL

CIDADE DE TATUÍ

Rua 7 de Maio, 150 - Centro - Tatuí

O Jardim da Mente - 1

O Que Você Tem Plantado?

Você é o jardineiro de sua mente e seus pensamentos são suas sementes - de tragédia ou de Milagres. Sua mente é um campo de terras férteis, que pode ser cultivado com diligência e cuidado, ou de forma descuidada e negligente. Não importa se ela for cultivada ou negligenciada, ela deve, pode e VAI PRODUZIR FRUTOS, sempre. Se você não colocar nela as sementes úteis dos frutos bons que deseja obter, o mato e as ervas daninhas vão crescer e tomar conta de tudo, pois cada espécie reproduz a si própria. E você já deve ter percebido que cultivar plantas boas exige trabalho e dedicação para livrá-las das pragas, mas a erva daninha cresce abundantemente e não é sequer afetada por tais pragas. Assim também ocorre com sua mente, e por isso você deve cuidar dos pensamentos que a habitam. Lembre-se: você é o jardineiro-mestre de sua alma. Portanto, precisa saber que as sementes de pensamento que você permitir que caiam no terreno de sua mente, definirão sua vida. Cada sofrimento e cada tragédia que lhe advém são sempre efeitos de pensamentos abrigados e erradamente direcionados. Toda infelicidade em sua vida, também. Os pensamentos de INGRATIDÃO (em forma de queixas, reclamações, azedume) estão entre os mais comuns, e crescem VORAZMENTE no “jardim mental” da maioria das pessoas. E no seu jardim, eles têm crescido e florescido, também? Seus pensamentos são os tijolos da casa do seu destino. Desperte! Talvez ainda não seja tarde para você. O relógio da sua vida está avançando rapidamente!

61

“Você somente será golpeado pelas circunstâncias enquanto acreditar ser uma criatura moldada por condições externas” (James Allen).

Ivan Maia
Treinador Emocional
ivan@ivanmaia.com.br



ALEIXO MINERAÇÃO
Produzindo Qualidade, para você economizar

AREIA FINA e MÉDIA
PEDRA e PEDRISCO

• 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

IV Encontro Internacional de Performance Histórica

Ação abre o calendário de eventos comemorativos aos 60 anos do Conservatório de Tatuí

O ano começou bem para a mais conceituada escola de música da América Latina, mas, é neste mês de abril, mais propriamente no dia 13, que o Conservatório Dramático e Musical “Dr. Carlos de Campos” de Tatuí comemora 60 anos de criação, através de lei estadual.

Com a função de formar instrumentistas, cantores, atores e luthiers, através de seus 47 cursos distintos e gratuitos, o Conservatório representa uma das mais bem sucedidas ações no setor cultural no Estado de São Paulo, com alunos vindos de todas as partes do Brasil e exterior.

E para comemorar este aniversário, a escola musical realiza seu primeiro evento, com o IV Encontro Internacional de Performance Histórica, que é realizado desde 2009 e como este ano todas as áreas serão contempladas com um evento, devido às comemorações dos 60 anos do conservatório, coube à Área de Performance realizar o primeiro encontro desta série.

O principal objetivo, segundo a coordenadora da Área de Performance Histórica, Débora Ribeiro, é oferecer ao público a oportunidade de ouvir um repertório realizado com instrumentos históricos, com

novas alternativas de interpretação, baseadas nas informações históricas e também oferecer aos participantes um corpo docente de grande expressividade e de larga experiência didática em centros de excelência na interpretação histórica, os quais trarão contribuições imprescindíveis, proporcionando a troca de informações e experiências, acerca da pesquisa e prática de repertório que compõem a Performance Historicamente Informada (PHI).

“Com esta realização, o Encontro oferecerá para Tatuí, região e até outros Estados, a oportunidade de conhecer, aprimorar o conhecimento e ouvir um repertório historicamente informado. Oferecerá também a oportunidade de conhecer os instrumentos raros como cravo, fortepiano, alaúde, guitarra barroca, teorba, viola da gamba, violino barroco, clarinete histórico, trompa natural, espineta e demais instrumentos históricos, além do canto”, explica Débora.

Os eventos que abordam a performance histórica são muito raros na América Latina, e Tatuí atrai grande atenção da classe musical por oferecer os instrumentos para a performance, além de ter cursos regulares de instrumentos antigos.

Durante a realização das atividades pedagógicas, podem participar os alunos ou não do Conservatório de Tatuí, desde que estejam inscritos, no período de 10 de março a 16 de abril de 2014.

A programação se inicia no dia 23 e segue até 26 de abril, os participantes inscritos têm acesso livre aos concertos e recitais, bastando a apresentação do crachá.

Quem não estiver inscrito, pode adquirir os ingressos vendidos a R\$ 12 (R\$ 6 meia entrada), diretamente na bilheteria do Teatro Procópio Ferreira.

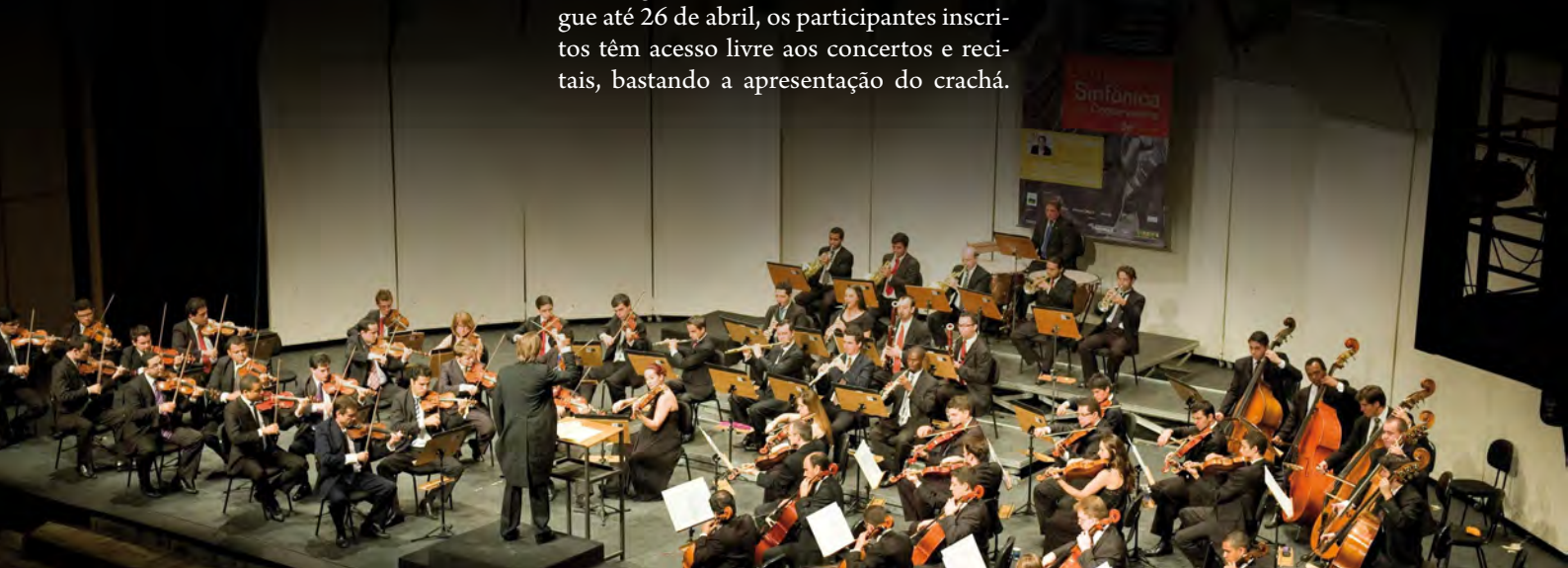
A coordenadora do evento conta que, para os participantes, serão oferecidas 220 vagas e para o público em geral está estimado um número de 2000 pessoas para os concertos e recitais.

“Contamos com alunos da própria instituição, alunos e músicos interessados na linguagem historicamente informada, professores da rede pública e privada interessados em aperfeiçoar seu conhecimento e público em geral, com a oportunidade de ouvir um repertório historicamente informado, com novas alternativas de interpretação, baseadas na interpretação histórica”, afirma Débora Ribeiro.

O Encontro oferece masterclasses, palestra, comunicação de pesquisa, recitais de participantes do evento, músicos e professores convidados. Já das atividades pedagógicas, pode participar qualquer interessado, seja aluno ou não do Conservatório de Tatuí.

Esta é uma ótima oportunidade para conhecer e apreciar o trabalho que o Conservatório desenvolve com seus alunos.

Outras informações podem ser solicitadas através do telefone: 3205-8444 ou diretamente no Conservatório, que fica na rua São Bento, 415.





universo
Teen

Os vídeos da diversão

O que são Vines e como eles conquistaram o mundo

A cada dia novas ferramentas e aplicativos surgem nos smartphones, tablets e demais dispositivos tecnológicos. Acompanhar essa revolução silenciosa que acontece diariamente não é tarefa fácil, mas os adolescentes antenados nessas novidades são capazes de se atualizar a cada nova ideia e brincadeira que surge no mundo digital.

Conhecido como *Vine*, essa ferramenta tem dado o que falar e se tornado cada vez mais popular entre os jovens. Para aqueles que ainda não conhecem, trata-se de um serviço de mensagens curtas, que ao invés de texto ou áudio, são enviados pequenos vídeos.

Desenvolvido como um aplicativo de vídeos no Twitter, esse programa foi criado por uma startup adquirida pela empresa no ano passado e permite aos usuários a possibilidade de postar gravações de seis segundos de duração em seus microblogs. Essa ferramenta possui também uma interface semelhante à do Instagram.

Compartilhar, gravar e colocar na rede esses pequenos vídeos virou uma mania para milhares de usuários no mundo todo. O mais divertido desse aplicativo desprezioso foi seu alcance, que levou com que pessoas se tornassem famosas por seus vídeos engraçados não apenas na rede mas no mundo real.

A facilidade também se encontra no manuseio das ferramentas, onde se pode editar excluindo as cenas que deram errado. Diversão, risada e também a troca de informações através das mensagens do *Vine* são algumas das funções desse aplicativo que pode se tornar uma forma de divertimento.

Vine



Selfie na moda

A fotografia divertida e compartilhada

No mundo de hoje, a cultura digital faz com que palavras, hábitos e demais tendências do meio virtual se lancem no mundo real, tornando-se moda e, mais ainda, algo conhecido por todos. No último mês, após a exibição de um grande evento do cinema, o Oscar, fazer um "selfie" se tornou algo famoso no mundo todo, quando grandes estrelas da telona e a apresentadora postaram o *selfie* cheio de famosidades.

Mas, afinal, o que é essa palavra? A moda, que era costume principalmente entre os adolescentes, nasceu do hábito de fotografar a si mesmo com o celular, em uma atitude que não precisa de mais uma pessoa para fazer a foto, e mesmo assim sai de maneira interessante. Essa palavra, em inglês, trata-se de um neologismo com origem no termo *self-portrait*, que significa autorretrato, e é uma foto tirada e compartilhada na internet.

Diferente e divertida, uma *selfie* é tirada pela própria pessoa que aparece na foto, na maioria das vezes tirada com um celular que possui uma câmera incorporada. Podendo também ser tirada com uma câmera digital ou webcam. O que difere esse registro dos demais é que o *selfie* sempre é feito com o objetivo de ser compartilhado em alguma rede social, como Facebook e Instagram, por exemplo.

Apesar de o nome representar algo pessoal, essa foto, quando em grupo, gera ainda mais comentários e diversão. Essa palavra se tornou tão famosa no ano passado que foi incorporada pelo dicionário Oxford, entrando para a lista de vocábulos da internet que se popularizaram e saíram do mundo digital para a vida real.



CONNECTE-SE COM A GENTE!



www.revistahadar.com.br
facebook.com/hadar.tatui

Colorido e diferente



As unhas Neon voltaram pra ficar.

Não importa a estação, as referências de moda cheias de cores estão sempre em alta. Mas, um toque diferente nesse colorido tem sido super bem-vindo, sobretudo nos esmaltes. A alegria do Neon voltou com tudo e está fazendo a cabeça e as mãos das meninas em todo o mundo.

A coloração Neon chegou primeiro nas roupas e acessórios e agora nos esmaltes. Diversas cores e muitos estilos, das mais diferentes marcas para agradar todos os gostos, e na hora de montar o look a sugestão é variar. Não importa a cor da roupa e do acessório, o esmalte neon veio para quebrar com qualquer formalidade.

Lançado até nas passarelas do São Paulo Fashion Week do ano passado, uma linha especial foi cria-

da, assinada pelos estilistas Rita Comparato e Dudu Bertholini, que colocaram o toque neon na marca Dote, estreando a tendência no mundo da moda. A coleção chamada "Dote by Neon" tem em seus esmaltes nomes de mulheres que inspiraram a dupla de estilistas.

Essa moda pegou no verão europeu e norte-americano, e chega ao Brasil fazendo a cabeça das meninas. Ainda que, não importa a idade, as cores estão nas mãos de todas as mulheres, jovens ou mais velhas. A variedade de marcas, cores e formas também agrada a todos. Desde as principais grifes da moda, passando pelas fabricantes brasileiras com preços acessíveis, todo mundo pode usar e abusar das unhas Neon.



Saiba mais sobre o HPV

Vacinar é a melhor alternativa para prevenir

Considerada uma das infecções sexualmente transmissíveis mais corriqueiras, o HPV (Human Papiloma Virus) é um vírus que pode infectar a pele ou as mucosas, sendo que existem mais de 150 tipos diferentes de HPV, dos quais 40 podem infectar o trato genital. É importante destacar que destes, 12 são considerados de alto risco e podem provocar câncer e outros podem causar verrugas genitais.

Por ser altamente contagiosa, a transmissão do vírus HPV acontece através do contato direto com a pele ou mucosa infectada, sendo que a forma mais comum é por meio da relação sexual, que inclui contato oral-genital, genital-genital ou mesmo manual-genital, mas é importante salientar que o contágio pode ocorrer mesmo quando não houver penetração vaginal ou anal.

Como o HPV, geralmente, não apresenta nenhum sintoma, é necessário que as mulheres façam o exame do Papanicolau, que detecta células anormais no revestimento do colo do útero, tendo a possibilidade de tratamento antes de se tornarem câncer. Já os homens devem estar atentos ao aparecimento de verrugas encontradas no ânus ou no pênis.

Visando diminuir o número de pessoas infectadas pelo vírus, o Ministério da Saúde disponibilizou, desde o dia 10 de março, a vacina do HPV, que é feita com a introdução de uma partícula semelhante ao vírus no organismo, que não é o suficiente para causar a doença, mas leva o organismo a produzir anticorpos contra o HPV, eliminando-o.

A campanha de vacinação começou em todos os municípios e é somente para meninas de 11 a 13 anos de idade, de preferência antes da primeira relação sexual, ou seja, antes da exposição ao vírus, pois estudos também verificaram que nesta faixa etária a vacina quadrivalente induz melhor resposta quando comparada em adultos jovens, e que meninas vacinadas sem contato prévio com HPV têm maiores chances de proteção contra lesões que podem provocar o câncer uterino.

Segundo a enfermeira e coordenadora da Vigilância Epidemiológica, Marilu Rodrigues da Costa, quem tomou apenas uma dose no passado e estiver na faixa etária contemplada pelo governo deve procurar o posto de saúde para saber sobre a sua situação, levando consigo o comprovante de vacinação.

Vale lembrar que mesmo após ter tomado a vacina, é indispensável o uso de preservativo durante a relação sexual, com o intuito de prevenir outras doenças, como HIV, sífilis, hepatite B, entre outras.

Entre em contato com o posto de saúde mais próximo e saiba mais sobre os dias de vacinação e mantenha sua carteirinha em dia. Prevenir é a melhor opção!

67



IRMÃOS
TATU
O negócio é cavocar

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

**Solicite um
orçamento!**

Sítio Santa Sylvania - Bairro Água Branca - Boituva/SP

Cláudio: (15) 98124-4208 / Élio: (15) 99766-3067

A Morte

A morte recente de algumas pessoas queridas me levou a refletir sobre o tema, sempre tratado como tabu, apesar de ser o único fato que, com toda certeza, vai nos acontecer. E, se é inevitável, por que não refletimos sobre o assunto?

O mistério da vida e da morte desde sempre assombra a humanidade. Encarada de formas diferentes nas diferentes culturas e religiões, a incerteza sobre o que acontece quando deixamos nosso corpo material é um fator, para a grande maioria das pessoas, de muita insegurança e medo. Na mente, nos corações de pessoas que estão mais espiritualizadas, é a certeza de que a vida espiritual continua, após um breve estágio como muitos que acontecerão na vestimenta de carne. Na ausência desse tipo de visão, a morte é o fim de tudo e, infelizmente, tem justificado alguns julgamentos errados e muitos desvarios, que só atrasam nossa marcha evolutiva.

O conceito, a ideia de que essa vida se encerra assim que o corpo morre, tem levado pessoas a enxergarem de forma totalmente errada o que é, realmente, a função desta nossa existência. As pessoas se entregam a loucuras, à satisfação dos instintos, a uma visão materialista e imediatista de tudo, achando que “a vida é curta e tem que ser aproveitada ao máximo”, e este é um conceito totalmente equivocado. Pois, o que realmente é aproveitar a vida ao máximo? A cada um de nós cabe voltar ao Criador mais rico do que quando veio ao planeta, porém mais rico intelectualmente e moralmente.

A perspectiva da morte nos convida à reflexão: cumpri, ou estou cumprindo, minha missão no planeta? Ou estou anestesiado, como uma marionete à mercê dos instintos, sem dar direcionamento consistente ao meu viver?

A ausência física das pessoas que amamos é muito dolorosa, com certeza, pois elas não estarão mais ao nosso redor para as abraçarmos, acarinharmos e amarmos, sentindo-nos seguros a seu lado. Porém, a vida na matéria é menos que uma gota d'água no oceano quando comparada à imortalidade da alma. Por que Deus nos criaria, tão diferentes e co-

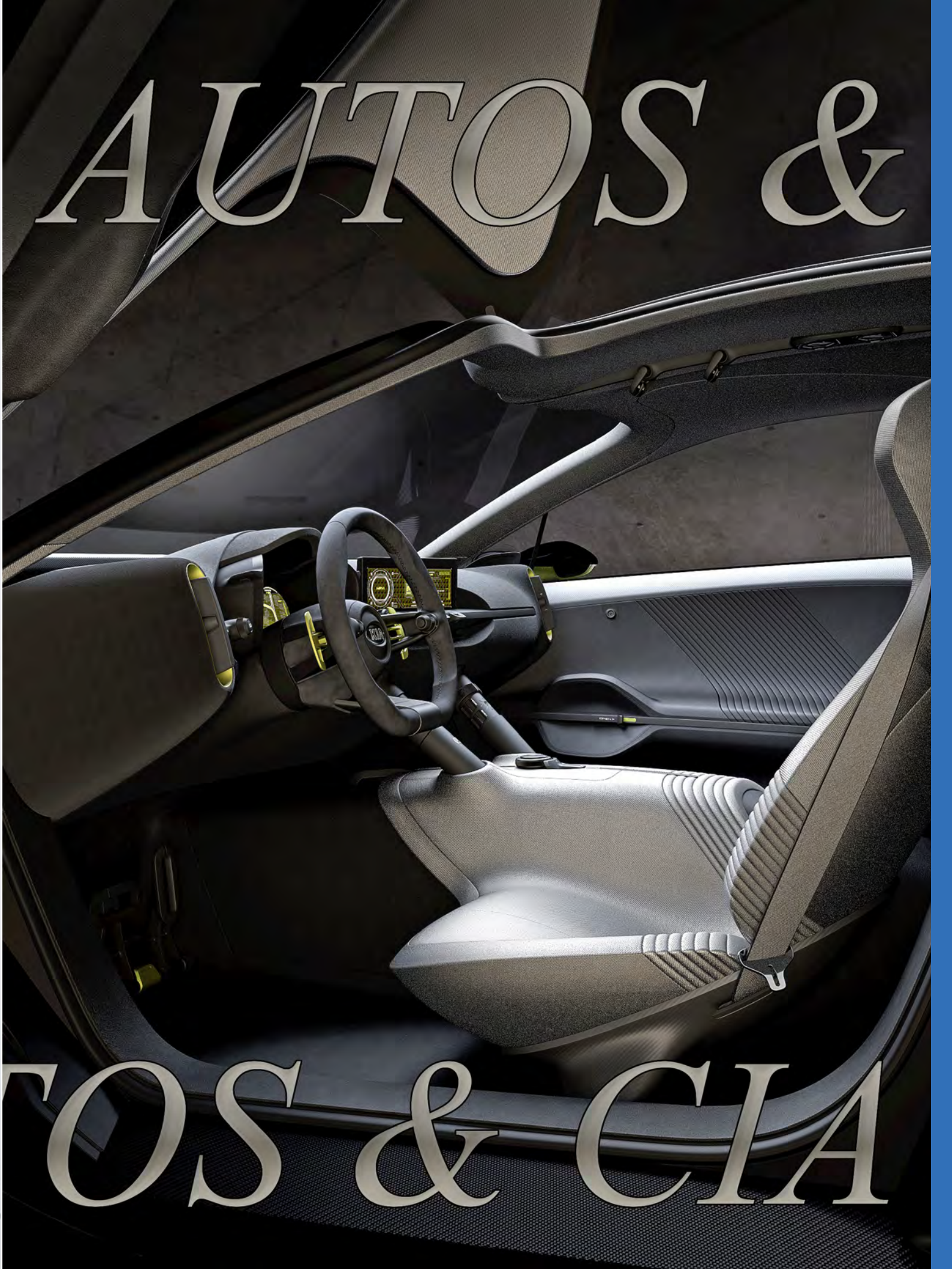
locados em situações de vida tão diferentes, sem um propósito para isso? Qual será o objetivo do Pai ao nos colocar em meio a determinado grupo de pessoas, dentro de uma determinada família, dentro de um determinado núcleo social? Por exemplo, por que vivo em Tatuí, me relaciono com os amigos que tenho e não estou na África, vivendo em algum grupo de lá, vivenciando outras rotinas? Por que o Pai me colocou aqui? Certamente que não foi por um capricho, o Universo não joga dados. Se hoje tenho a minha família e vivo determinadas situações pessoais, é porque tenho que estar aqui e aprender as lições que me são ensinadas onde estou. Outros espíritos têm de aprender suas lições, específicas para cada um – em função de seu estágio de desenvolvimento moral –, em outras situações. O Universo sabe qual é a necessidade evolutiva de cada um de nós.

Mas a morte, devido à nossa ignorância do mistério de nossa existência, continua a nos chocar e desestabilizar. Não entendemos as mortes trágicas e violentas, somente compreendemos (muito pouco) as mortes com origens em desgastes naturais de nosso corpo, como o envelhecimento, por exemplo. Quanta falta de fé, quanta falta de enxergar a mão de Deus nos amparando a todo momento! Nenhuma energia no Universo é desperdiçada, nossas reflexões devem nos conduzir a entender a razão pela qual tal fato se sucedeu. E, se aparentemente for incompreensível e parecer injusto, vamos mais a fundo, trabalhando para retirar os véus que encobrem nosso pensamento e entendimento, sempre na certeza absoluta de que Deus é bom e justo. Gosto muito da seguinte imagem: enquanto estamos na matéria, estamos presos a um corpo, pois somos seres espirituais numa caminhada humana. Como todo juiz justo, sem os “dois pesos e duas medidas” da humanidade ainda errante, Deus, quando julga que já “cumprimos nossa pena”, já tendo realizado os propósitos que tínhamos nessa existência, abre a porta da prisão e nos libera – e a morte é essa porta.

A reflexão sobre a morte deve ser uma grande reflexão sobre nossas vidas, pois estão diretamente relacionadas. E essa é a única maneira de compreendermos como o Pai nos ama.

AUTOS &

ROS & CIA



Preste atenção ao estepe do seu carro

Esquecido por muitos motoristas, ele requer verificação periódica.

Muitos motoristas têm a sorte de passar tanto tempo sem trocar um pneu que até esquecem que existe um estepe no carro, principalmente se ele ficar dentro do porta-malas ou embaixo do carro, como ocorre em alguns modelos.

Por esta razão, muitas vezes, quando é preciso usá-lo, o estepe não está em boas condições. Para não correr o risco de ficar na estrada por falta de um pneu sobressalente, não custa você prestar atenção em alguns detalhes. Afinal, é melhor prevenir do que remediar.

Para muitos profissionais, os pneus, depois do motor, são a parte mais importante do carro e não podem ser descuidados. O pneu reserva também deve fazer parte da rotina de manutenção. Para não ser pego de surpresa com um estepe em mau estado, confira as dicas a seguir.

Mantenha o estepe sempre calibrado e balanceado. Ele deve ter cinco libras a mais que

os pneus que estão em uso. Caso você precise usá-lo e ele estiver um pouco murcho, especialistas recomendam colocá-lo na parte traseira. Verifique se a banda de rodagem é simétrica. Isso significa que, ao traçar uma "linha imaginária" no meio do pneu, a borracha deve ter o mesmo desenho de ambos os lados. Atenção também ao prazo de validade! A vida útil de um pneu é de cinco anos. A data vem estampada na sua parte lateral.

Equipamentos e ferramentas

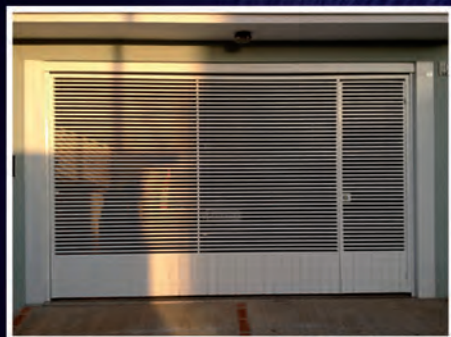
Além de manter o estepe em bom estado, é importante verificar (e levar sempre no carro) os seguintes itens: triângulo: é usado para avisar aos outros motoristas que um carro parado na pista está com problemas. Posicione-o sempre a uma distância mínima de 50 metros. Macaco: indispensável para efetuar a troca do pneu. Quando precisar utilizá-lo, tenha atenção redobrada, um macaco mal colocado pode causar estragos na lataria do carro e até acidentes. O passo a passo encontra-se no manual do proprietário. Chave de roda: escolha o modelo cruzeta, que permite o uso dos pés para ajudar a soltar os parafusos das rodas.

Cuidado com ladrões

O roubo dos pneus reservas tornou-se um delito cada vez mais comum nas grandes cidades. Para evitar esse transtorno, procure parar o carro em estacionamentos com uma bandeira conhecida. E, ao entregar o carro para o manobrista, mostre a ele onde o estepe se encontra e verifique na volta. Na rua, procure deixar o automóvel em vias bem iluminadas e movimentadas.

Estepe temporário

Carros mais novos, como o Honda Civic e o New Fiesta apresentam um modelo de estepe um tanto diferente. Mais finos que os normais, com o pneu reserva em uso, deve-se dirigir, no máximo, a 80 km/h. Isso porque, com ele, a estabilidade fica comprometida. Também é recomendável aumentar a distância do carro à frente e fazer curvas em velocidade bem abaixo da habitual. Ou seja, funciona como um item de emergência, que leva você com segurança até o próximo borracheiro.





O mais veloz

Conheça as quatro rodas mais rápidas do mundo

Quando se trata de velocidade, os lançamentos no mundo dos automóveis não param de chegar. Novas tecnologias a cada dia que passa são desenvolvidas em busca de alcançar maior velocidade e desempenho nos motores dos carros esportivos. No mês de fevereiro, um modelo conhecido pela sua velocidade quebrou todos os recordes existentes até os dias de hoje.

O Hennessey Venom GT, carro fabricado pela empresa americana Hennessey Performance Engineering, chegou pela primeira

vez ao mercado em 2010 e nesse ano de 2014 se tornou o veículo mais rápido do mundo. Chamado de Venom GT, sua potência atingiu 435,31 quilômetros por hora.

O principal concorrente teve a velocidade registrada com o Bugatti Veyron Super Sport, atual recordista oficial, que chegou a 434 km/h. o Venom GT conta com motor V8 de 7.0 litro e 1.244 cavalos de potência e já foi reconhecido pelo Guinness como o modelo de produção que acelera mais rápido a 300 km/h – a marca foi atingida em apenas 13s63.

Essa máquina estará disponível para poucos no mercado. Apenas 29 unidades foram produzidas, e o preço de tanto glamour e velocidade sai por 1,2 milhões de dólares (cerca de R\$ 2,8 milhões).

O carro recordista usa um chassi altamente modificado chamado Lotus Exige. De acordo com as informações da fabricante, esse chassi modificado utiliza componentes do Lotus Exige e Elise, incluindo, mas não limitado ao teto, portas, vidros laterais, para-brisas, painel de instrumentos, cockpit, sistema de climatização, limpador e lanternas.

AUTOCOM

VEÍCULOS MULTIMARCAS



Sua melhor
opção em
ZERO km.

Elmec
Respeite as leis de trânsito.

Rua XI de Agosto, 1171 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3305-2222

www.autocomveic.com - autocom@autocomveic.com



Item adicional vem se tornando essencial nos veículos e é rodeado de mitos e verdades

Ar-condicionado Automotivo Acessório indispensável no século XXI

Com as altas temperaturas que são enfrentadas nos países tropicais e, principalmente, no Brasil, o ar-condicionado virou acessório obrigatório nos automóveis e muitas montadoras já aumentaram o número de veículos que saem com o item de fábrica. Porém, é importante ficar atento a alguns mitos e dicas para utilizá-lo da maneira correta, aumentando sua vida útil e aproveitando ao máximo o conforto que ele proporciona.

Um dos mais temidos mitos sobre o ar-condicionado se acerca na quantidade de combustível gasto

quando ele está em funcionamento e, por conta disso, muita gente resolve dirigir com as janelas abertas para ventilar o interior do veículo. O que poucos sabem, é que é muito mais vantajosa a primeira opção: “Na realidade, isso não é uma afirmação completamente verdadeira. Em certas condições, sim, pode-se afirmar que o automóvel gasta mais combustível com os vidros abertos do que andar com o ar-condicionado ligado”, explica Régis Davy Faria, Pesquisador no Grupo de Energia do Departamento de Engenharia de Energia e Automação Elétricas/Escola Politécnica da USP - GEPEA/EPUSP.

Régis resalta que, fisicamente, o carro gasta a quantidade de combustível proporcional à força de atrito encontrada pela frente dele, como se fossem obstáculos. Com os vidros abertos, a área de contato aumenta e eles atuam como um “paraquedas” freando o carro, conseqüentemente aumentando o consumo de gasolina. “Agora, a pergunta: em qualquer velocidade este gasto dos vidros abertos será maior do que o gasto do ar-condicionado? Não. Em torno de 75 - 80 km/h o consumo de combustível é maior com os vidros abertos do que utilizando o ar-condicionado. Ou seja, no perímetro urbano, em que a velocidade raramente passa de 60km/h, é mais vantajoso andar com os vidros abertos”, completa o pesquisador.

Mas, além do consumo de combustível, é preciso ficar atento à troca do filtro do ar-condicionado, uma ação obrigatória, evitando um acúmulo excessivo de ácaros, fungos e bactérias causadoras de alergias e doenças respiratórias. Uma higienização total do aparelho também é necessária anualmente e aconselha-se que seja feita por um profissional especializado.

Além disso, não é recomendado que o aparelho fique desligado por longos períodos durante o ano. Ligá-lo de vez em quando faz com que o sistema de ar seja lubrificado, devido a seus componentes de borracha que não podem ressecar e seu gás refrigerante que pode vazar conforme o tempo.

Depois de todas essas informações, é só aproveitar o item de conforto cada vez mais presente nos veículos no Brasil com toda segurança e comodidade.

tecno
ar
AR CONDICIONADO

Seu carro sempre bem refrescante!

**Vendas, Manutenção e
Instalação de Ar-Condicionado
AUTOMOTIVO // RESIDENCIAL // INDUSTRIAL**

Rua Maneco Pereira, 176 - Centro - Tatuí/SP (15) 3259-5941
tecno.ar00@hotmail.com

Mitos

1 - Ligar o ar-condicionado não gasta o gás do sistema, não se preocupe. Ele só vazará em caso de defeito ou caso o sistema de ar fique um longo tempo sem funcionamento. Aí, sim, poderá ser preciso fazer uma recarga.

2 - O gás do ar também não vicia nem fica velho, como você deve ter escutado por aí. Se tudo estiver correto, pode durar toda a vida útil do carro.

3 - O mesmo vale para o óleo do ar (sim, vai óleo no ar). Diferentemente do motor do carro, ele precisa ser trocado ou completado só em caso de vazamento ou manutenção do sistema.

4 - Em carros com ar automático (que regula a temperatura digitalmente), a velocidade do ar não interfere na temperatura interna. Ou seja, se você deixou em 23 graus, o ambiente interno ficará em 23 graus na velocidade número 2 ou 3 do ventilador. A velocidade maior só fará com que o ambiente interno chegue à temperatura indicada mais rapidamente. Depois, ele manterá a mesma.

Descubra o que é a funilaria expressa

Serviço oferece conforto e segurança aos donos de veículos

Muitos motoristas, principalmente os que moram em prédios de apartamentos, onde o espaço para manobras na garagem é reduzido, já passaram pela experiência de ter de levar o carro até uma oficina para reparar uma pequena batida ou mesmo uma raladinha quase imperceptível. Claro que, para alguns apaixonados por seus carros, um simples arranhão já é inadmissível, imagine um estrago maior.

O problema é que, nas oficinas tradicionais, o conserto pode levar dias; e o carro precisa obrigatoriamente ficar no estabelecimento, deixando seu dono a pé, o que complica a vida de muita gente.

Mas, com o serviço de funilaria expressa, os reparos podem ser feitos rapidamente, na casa do cliente ou mesmo na garagem

do prédio. Bateu ou ralou? Pode ser consertado sem sair de casa, no tempo de uma sessão de cinema.

O diferencial deste tipo de serviço é que tudo é feito por um único funcionário, especialmente treinado, e com o uso de ferramentas e produtos de alta performance, como tintas de secagem rápida e até luz ultravioleta. Na funilaria tradicional, cada etapa é realizada por um profissional diferente, o que demanda mais tempo.

Delivery

Outra vantagem da funilaria expressa é que ela pode ser realizada pelo sistema *delivery*. Neste caso, o serviço expresso vai até a casa ou o local de trabalho do cliente para fazer os reparos solicitados. Além disso, ao

pedir o serviço pela internet, o dono do carro já pode enviar uma foto do estrago e receber o orçamento *online*. Desta forma, ele já sabe quanto terá de desembolsar para fazer o conserto.

Outro conforto oferecido ao cliente é a limpeza, pois este tipo de funilaria desenvolveu técnicas que não fazem sujeira e mesmo o veículo do lado, se o reparo for feito em um estacionamento, por exemplo, não ficará sujo, asseguram empresários do setor.



Gustavo Serralheiro

Fabricações:

- Portões Basculantes
- Deslizantes
- Pivoltantes
- Guarda Corpo
- Grades de Proteção
- Corrimão
- Estruturas Metálicas

Atendemos em CAPELA DO ALTO e REGIÃO.





Descobrimos um país novo a cada dia

O Brasil é um país ainda a ser descoberto

O Brasil é um país que precisa ser reinventado e descoberto a cada dia. Afinal, parece que o país ainda não se encontrou em sua história. Ora tem rompantes de grandeza, como no auge do Regime Militar, na década de 70, ora deixa sua autoestima despencar vertiginosamente.

Talvez seja um fator cultural, uma característica de um povo que foi colônia e que ainda pensa como tal, mas o fato é que o brasileiro tem o hábito de desprezar o próprio país, sua cultura e sua maneira de ser.

Não se pode negar que o país tem muitos problemas, mas qual nação não tem? Todas têm suas mazelas, em maior ou menor grau. O que talvez ocorra é que algumas disfarçam, maquiagem melhor seus problemas.

O Brasil não deve ter uma imagem negativa de si mesmo. Realista sim, mas negativa não; pois o negativismo não resolve os pro-

blemas. Encarar o problema de frente, com serenidade, sabedoria e planejamento. Isto sim pode trazer solução.

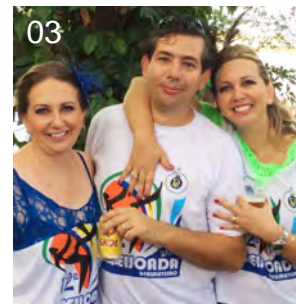
O nosso país precisa se descobrir a cada dia, descobrir suas belezas naturais, suas riquezas, a simpatia e o calor humano de seu povo. São essas coisas que tornam o Brasil um país bom para se viver. Basta perguntar para quem já viveu no exterior. Muitos dirão que o nosso país, apesar de todos os problemas, é o melhor lugar do mundo para se viver. Falta apenas o brasileiro descobrir e acreditar nisso.

O Brasil precisa descobrir que nem todo mundo é corrupto, que nem todo brasileiro é malandro, que a grande maioria do povo é honesta e trabalhadora, mas, sobretudo, o país precisa descobrir um caminho para a paz, para a igualdade social e para o desenvolvimento sustentável e com qualidade de

vida. E esse caminho passa pela descoberta de sua própria identidade, um processo longo, difícil, mas, sem dúvida, enriquecedor.

E o que temos visto nos últimos anos é justamente a intensificação dessa busca, um processo que começou com os protestos do ano passado e vem se arrastando, embora tenha se deturpado ao longo do caminho, com a presença de criminosos e baderneiros. Não é com baderna que as coisas vão melhorar. Ao contrário, a crise pode se aprofundar ainda mais.

Por isso, além de descobrir a própria identidade, o povo brasileiro precisa descobrir a própria força, precisa descobrir que pode e deve acreditar em um regime democrático, onde o voto é a grande arma para mudança. O Brasil precisa, enfim, descobrir que só depende dele mesmo para se tornar um país melhor. E não apenas para alguns, mas para todos.



01 - Thaís e Ana Caroline, Fábrica de Cultura Santo Antônio, Tatuí; 02 - Montserrat, Bernadete e Renata, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 03 - Claudia, Pedro e Carol, Feijoada do Reumatismo, Condomínio Colina das Estrelas, Tatuí; 04 - Verônica e Ariana, 4º Evento Fitness, Cia Fitness, Tatuí; 05- Gabriela, Heloisa, Paula, Clélia, Cristina e Fátima, inauguração do Club da Unha, Tatuí

VIA BLANC // CASAMENTOS // EVENTOS CORPORATIVOS // FORMATURAS

SEUS MELHORES MOMENTOS, INESQUECÍVEIS.

EM BREVE TATUÍ TERÁ UM NOVO ESPAÇO PARA SEU EVENTO.

O VIA BLANC ESPAÇO HALL foi projetado para tornar seu evento uma experiência única e inesquecível. Com dois salões modulares, com capacidade para até 1200 convidados (coquetel) ou 450 convidados (jantar), totalmente flexíveis para adaptar-se às necessidades do evento.

Conheça nossos diferenciais:

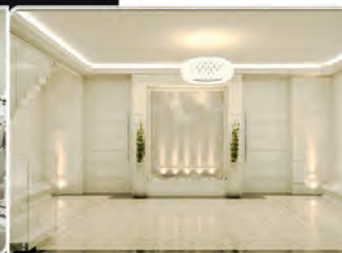
- Estacionamento fechado para 150 carros
- Ar condicionado.
- Palco com camarim.
- Suite Vip e Lounge externo para pequenos eventos ou reuniões.
- Ampla cozinha.
- Modernos toiles masculino e feminino.
- Acessibilidade para deficientes.



Eventos Corporativos



Salão Completo

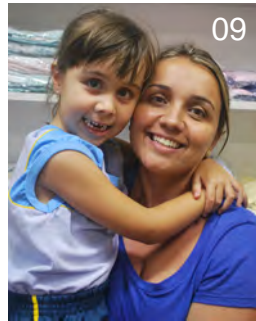


Hall de Entrada

CONTATO
(15) 9.9666-0055
(15) 9.9706-1679

[/viablanchall](https://www.viablanchall.com.br)
[viablanchall.com.br](https://www.viablanchall.com.br)





06 - Loló, Carnaval 2014, Tatuí; 07 - Paulo e Eduardo, Fábrica de Cultura Santo Antônio, Tatuí; 08 - Alexandre, Marco Antônio, Selma, Sílvia, Camila e Lili, inauguração da loja Le Postiche, Tatuí; 09 - Giovanna e Renata, inauguração da loja Carmem Castro, Tatuí; 10 - Amanda, Heros, Victor, Clara, Cláudia, Eloisa, Magaldi e João, Niver Victor, Pizzaria Villa Rosa, Tatuí



Há 18 anos vestindo sonhos

*Aluguel de Trajes para Noivas, Noivos
Trajes para Festas e Acessórios em Geral*



Elmcc

*"Dia da noiva"
Venha conhecer nosso espaço*

Rua Jorge Rizek Filho, 188 - Jd. Sta. Emília - Tatuí/SP
Agende o seu Horário: (15) 3259-1172/99700-5699



**SODIÊ DOCES, O SABOR IDEAL
AINDA MAIS PERTO DE VOCÊ!**

Rua José Bonifácio, 703 - Tatuí/SP

(15) 3259-1223

Rua Saldanha Marinho, 416 - Itapetininga/SP

(15) 3537-5080



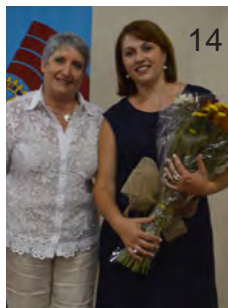
11



12



13



14



15



16

11 - Marilsa e Andréa, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 12 - Luciana, Cláudia, Arlene e Aline, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 13 - Gabi e Kell, niver Gabi, Chácara Tetéia, Tatuí; 14 - Bete e Nancy, homenagem ao Dia Internacional da Mulher, Rotary Club, Tatuí; 15 - Solange, Nino, Lena, Alexandre e Melissa, niver Lena, Buffet Hermelinos, Tatuí; 16 - Michele, Cláudia e Renata, inauguração do Club da Unha, Tatuí

O OVO DA PÁSCOA SIMBOLIZA A VIDA: BASTA UM PEDACINHO PARA LEMBRAR COMO VIVER É PRAZEROSO!

Prepare-se para viver bons momentos de degustação com deliciosos e exclusivos chocolates, cada pedaço, desperta uma emoção diferenciada.



magazinemetropoles.com.br

NOSSA PÁSCOA, VAI SURPREENDER VOCÊ!

Estamos te esperando!

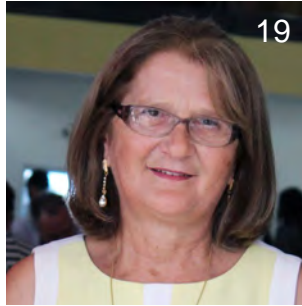
M
magazine
Metrópoles
15 3251-1997



17



18



19



20

17 - Célia, Alida e Juliana, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 18 - Conselho diretor do ano rotário 2014-2015 do Rotary Club, Tatuí; 19 - niver Lena, Buffet Hermelinos, Tatuí; 20 - Renata e Daniel, Hotel Boitupesca, Boituva

Festa&Arte
 Locação de Artigos para Festas

Celebre sua Páscoa conosco.

Rua Maneco Pereira, 91 - Centro - Tatuí/SP
 www.maisfestaearte.com.br (15) 3251-4333

Club da Unha

Tenha em mãos uma verdadeira obra de arte.

Manicure/Pedicure
 Mãos - R\$ 14,00*
 Pés - R\$ 17,00*
 Impressão de unha:
 R\$ 3,00* cada

Horário de atendimento de terça a sábado das 10h30 às 19h30.

Agende horário: **(15) 3251-2709**

Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, 800 - Centro - Tatuí/SP
 clubdaunhatatui

Imagens meramente ilustrativas. *Válido por tempo, não limitado, de acordo com o regulamento interno.



21



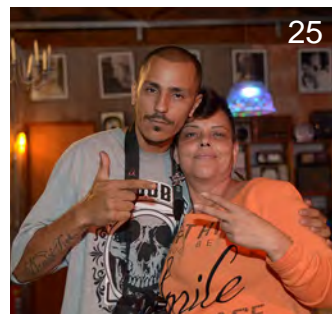
22



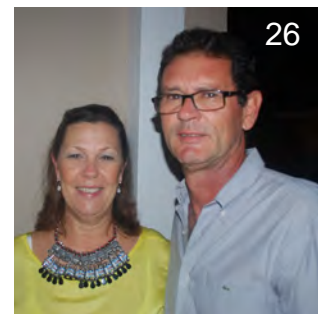
23



24



25



26

21 - Chico e Aline, Feijoada do Reumatismo, Condomínio Colina das Estrelas, Tatuí; 22 - Kauê e Winnie, Capitão XV, Tatuí; 23 - Raquel e Mariane, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 24 - Eliana e Cida, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 25 - Tiago e Rita, Fábrica da Cultura Santo Antônio, Tatuí; 26 - Ana e Fernando, inauguração da loja Le Postiche, Tatuí

Le Postiche[®]
apresenta

R\$ 139,99

R\$ 159,99

Giovanna Antonelli
atriz

Didi Wagnet
apresentadora

Camila Coelho
blogueira

AS BRASILEIRAS

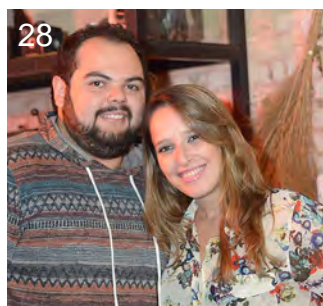
O melhor do Brasil

Rua Doutor Prudente de Moraes, 390 - Centro - Tatuí

Campanha Outono/Inverno, consulte o regulamento interno.



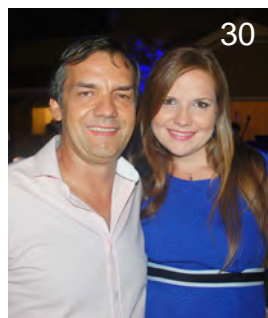
27



28



29



30



31



32

27 - Cláudio, Simone, Jederson, Mislaine, Danilo, Andreia, Glauber e Camila, Feijoada do Reumatismo, Colina das Estrelas, Tatuí; 28 - Júlio e Milena, Fábrica da Cultura, Santo Antônio, Tatuí; 29 - Elaine e Leila, inauguração do Club da Unha, Tatuí; 30 - Roberto e Deborah, inauguração da loja Le Postiche, Tatuí; 31 - Joselma, Cláudia, Rose, Simone, Carla, Gilda e Bernadete, niver Simone, Armazém Santa Luíza, Tatuí ; 32 - Lizângela, Carmem, Maria Eliza e Jôse, inauguração da loja Carmem Castro, Tatuí



*Deixe sua
Páscoa muito
mais Doce!*




SueLi Bolos
doceria

Tatuí: R. Cel. Aureliano de Camargo, 286 T: (15) 3205-2661
Boituva: R. São Roque, 25 T: (15) 3363-3012
Porto Feliz: R. José Bonifácio, 88 T: (15) 3262-6408



33 - Yuri Folia 2014, Tatuí; 34 - Felícia, Silvana e Valentina, inauguração do Club da Unha, Tatuí; 35 - Jerushka, Janaina, Eliana, Marilsa, Mariane e Aline, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí

UNIP
UNIVERSIDADE PAULISTA

Interativa

INSCRIÇÕES ABERTAS

Venha fazer parte do melhor ensino a distância do país!

EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA
O SUCESSO PROFISSIONAL
MAIS PERTO DE VOCÊ

com Cursos Reconhecidos **PELO MEC**

OBJETIVO
Materiais Textos

ACESSE O SITE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO | www.unip.br/ead | 3251-1573

É EXCELÊNCIA

TAMBÉM NA EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA-EAD

100% A MAIS DE EXCELÊNCIA QUE A MAIOR CONCORRENTE

NOVOS CURSOS

CURSOS SUPERIORES DE MENOR DURAÇÃO

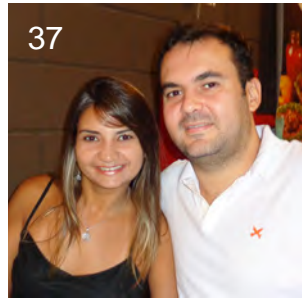
- AGRONEGÓCIO **NOVO**
- ANÁLISE E DESENV. DE SISTEMAS **NOVO**
- GESTÃO AMBIENTAL **NOVO**
- GESTÃO HOSPITALAR **NOVO**
- GESTÃO PÚBLICA **NOVO**
- SEGURANÇA DO TRABALHO **NOVO**

CURSOS SUPERIORES TRADICIONAIS

- ARTES VISUAIS **NOVO**
- CIÊNCIAS BIOLÓGICAS **NOVO**
- CIÊNCIAS ECONÔMICAS **NOVO**
- GEOGRAFIA **NOVO**
- HISTÓRIA **NOVO**
- SOCIOLOGIA **NOVO**



36



37



38



39

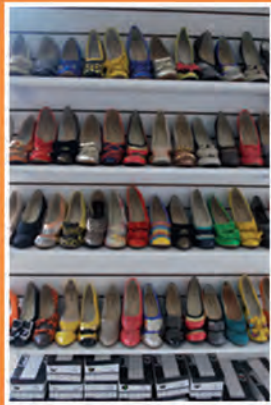


40



41

36 - Leticia, Sans Café, Tatuí; 37 - Taís e Fábio, Cachaçaria Água Doce, Tatuí; 38 - Joana e Franciane, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 39 - Marilsa, Juliana, Graziela, Andrea e Marilaini, coquetel de lançamento-Coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 40 - Denise, Adrielle, Eunice, Paula Roberta, Amanda e Selma, coquetel da reinauguração da loja Genial Modas, Tatuí; 41 - Janaina, Elisânia, Márcia, Fernanda, Priscila e Simone, inauguração do Club da Unha, Tatuí



* Consultar o regulamento interno.

Elvex

A ZAP trabalha com mais de 200 modelos de sapatilhas, fora as rasteirinhas, chinelos, bolsas, cintos e sandálias.

A loja tem um diferencial com o "autosserviço", onde você escolhe o modelo e vai diretamente ao caixa, você fica bem à vontade para a sua escolha.

A ZAP, em parceria com a agência LINK TRAVEL BRASIL, contemplou, através de sorteio, a sua cliente Talita, com um cruzeiro para o mês de abril com direito a acompanhante*.

Presente para o Dia das Mães é na ZAP.

Rua Prudente de Moraes, 154 - Centro - Tatuí/SP



Areia - Pedra - Cimento - Pontalete
Ferragem Armada - Tijolos - Telhas



Estruturas Metálicas



Tudo para construção em 12x no cartão*



Rua Bento Corrêa Antunes, 156 - Bairro Marapé - Tatuí/SP
(15) 3259-2001/(15) 3259-1626 www.lajes2001.com.br

*Consulte os regulamentos internos da loja

Elvex

Ovo de colher com Trufa de Leite em Pó

É impossível falar em Páscoa sem se lembrar de chocolate, trufas, brigadeiro e o mais importante os ovos de páscoa, não é mesmo? E nesse mês de abril, a nossa leitora Silvia Miranda de Castro, da cidade de Boituva, nos enviou uma receita de dar água na boca, Confira!

Ingredientes:

- 500 gramas de Chocolate Branco
- ½ xícara de Creme de Leite
- 4 colheres (sopa) de Leite em pó
- ¼ xícara de Leite de coco
- 1 colher (chá) essência de baunilha

Modo de Preparo:

Primeiro passo, você vai precisar de uma casca pronta (metade) do ovo de Páscoa.

Em seguida, para a trufa, derreta o chocolate branco no banho-maria ou em micro-ondas (se usar o micro-ondas, coloque de 20 em 20 segundos, tire, mexa bem para que o calor da vasilha vá derretendo o chocolate aos poucos).

Depois de derreter o chocolate, misture o Creme de Leite, o Leite em pó, Leite de coco e a essência de baunilha, misture bem até ficar homogêneo.

Modo de fazer o Recheio:

Para recheiar tenha já as cascas dos ovos prontas e com a ajuda de uma colher, espalhe o recheio, usando as costas da colher e tomando o cuidado para não deixar muito recheio perto das bordas. Depois, é só decorar, usar e abusar da criatividade, nós usamos Choco Power Ball (marca Mavalério) e bombom Raffaello.

Ah! E mais um detalhe, a quantidade da trufa dá para recheiar aproximadamente dois ovos de 350g. Feliz Páscoa!



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



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

TAPEMAG

Sua loja de peças e borrachas.

REDE DE PROTEÇÃO

Proporcionando segurança e conforto para você e sua família.



Rede de proteção confeccionada em poliéster de alta resistência, proporcionando total segurança. Pode ser utilizada de diversas maneiras, como em sacadas, janelas de casas, até quadras poliesportivas. O produto oferece uma excelente durabilidade, fazendo com que resista às condições climáticas.

MAVARO

Protegendo o seu corpo, antes, durante e depois do trabalho.

Linha de produtos **MAVARO**:

Cremes Protetor de Pele



Protetor Solar

Bloqueador Solar
Sabonete Líquido Desengraxante



ENTREGAS DIÁRIAS EM TODA REGIÃO.

Aceitamos:



TAPEMAG
Sua loja de peças e borrachas.

Rua 11 de Agosto, 1041, Tatuí
15. 3259-2800 / Nextel 96*60761
www.tapemag.com.br