



# DANÇA

Arte, sentimento,  
disciplina e amor

DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$ 4,90

ANO 7 • EDIÇÃO 79 • JUNHO DE 2014



**Dario Sotelo:**  
Um apaixonado  
pela música

**Justiça Restaurativa e Educação:**  
Uma parceria de sucesso.

**Copa do Mundo:**  
Evento pode ser um divisor  
de águas para o país

Com certeza...  
Mais uma edição  
fantástica!  
Abraços...

Virgínia Camargo

Já tenho a  
minha Hadar. Bom  
demais!

Flávia  
Cristina De  
Fátima Arato

Muito linda  
a revista.  
Parabéns!

Nááh Nsc

Bernadete,  
tudo bem com você?  
Olha, queria dizer que  
a revista do mês passado  
(maio) ficou linda de viver!!  
Um beijo

Veridiana Pettinelli

Gente! Olhando  
a capa, imagino o  
conteúdo!!! Estou  
louquinha para ler  
a Revista Hadar,  
pegar em minhas mãos!  
Imagino que está  
fantástica! Mais uma  
vez, Parabéns, equipe  
Hadar!

Júlio Carrascoza

A Hadar nos  
surpreende a casa  
edição!! Aqui em  
casa ela já se  
tornou material  
de apoio para os  
estudos do meu  
filho... Matérias  
importantes...  
Sobre a água no  
planeta... Culturas  
indígenas...  
Reciclagem... Os  
cuidados com animais  
e outras! Quando  
chega um trabalho  
escolar pra fazer,  
logo digo, na HADAR  
teeeeeem!!! Abraços a  
todos!

Virgínia Camargo

Quando a revista  
chega, eu já  
olho a página de  
curiosidades e  
apetite. Gosto  
muito!

Marli Barbosa da  
Silva

Bernadete e equipe da Revista  
Hadar!  
Sinceramente, meus parabéns!  
Vocês mandam bem mesmo! Tudo  
lindo, conteúdo nota 10! Amo  
o caderno de Autos, sempre com  
novidades.  
Sucesso sempre!

Alcides Lima

Sucesso, Hadar!!!

Andrea Junqueira

Querida Revista Hadar!  
Cada vez mais vocês me surpreendem  
com o conteúdo das matérias! Gostei  
muito da matéria de capa (Parto  
Humanizado).  
Parabéns!

Fátima Aparecida Bueno

DIÁTRIS COMEMORATIVAS

2014

Junho

- 01 - Dia Internacional da Criança
- 02 - Dia da Comunidade Italiana
- 03 - Dia do Divino/ Dia do Profissional de Recursos Humanos
- 04 - Dia Internacional das Crianças Vítimas de Agressão
- 05 - Dia Internacional da Ecologia
- 06 - Dia Nacional do teste do Pezinho/ Dia de São Norberto
- 07 - Dia Nacional da Liberdade de Imprensa
- 08 - Dia do Citricultor/ Dia Mundial dos Oceanos/ Dia do Pastor/  
Dia de Pentecostes
- 09 - Dia do Pão/ Dia do Porteiro/ Dia Internacional do Tenista
- 10 - Dia da Língua Portuguesa/ Dia de Portugal
- 11 - Dia da Marinha Brasileira/ Dia do Educador Sanitário/  
Dia de São Barnabé
- 12 - Dia dos Namorados/ Dia do Correio Aéreo Nacional/  
Dia da Aviação de Transporte/ Dia Internacional de Combate ao  
Trabalho Infantil/ Abertura da Copa Mundial
- 13 - Dia Nacional do Turista/ Dia de Santo Antônio
- 14 - Dia Universal de Deus/ Dia de Santo Eliseu/ Dia da Manicure
- 15 - Dia do Paleontólogo/ Dia Mundial da Energia Eólica/  
Dia Mundial da Consciência da Violência Contra Pessoa Idosa
- 16 - Dia da Unidade Nacional
- 17 - Dia de São Manoel/ Dia Mundial de Combate à Seca e à Desertificação
- 18 - Dia do Imigrante Japonês/ Dia do Químico
- 19 - Dia do Cinema Nacional/ Dia de Corpus Christi
- 20 - Dia Mundial do Refugiado/ Dia do Revendedor/ Dia de São Adalberto
- 21 - Dia do Intelectual/ Dia Nacional do Combate à Asma/  
Dia da Juventude Católica/ Início do Inverno no Hemisfério Sul/  
Início do Verão no Hemisfério Norte
- 22 - Dia do Aeroviário
- 23 - Dia do Atleta Olímpico/ Dia do Lavrador
- 24 - Dia do Caboclo/ Dia da Aviação de Reconhecimento/ Di Internacional do Leite/  
Dia de São João
- 25 - Dia do Quilo
- 26 - Dia de São Virgílio/ Dia Nacional e Internacional de Combate às Drogas
- 27 - Dia do Artista Lírico/ Dia Nacional do Vôlei
- 28 - Dia de Santo Irineu/ Dia Internacional do Orgulho Gay
- 29 - Dia da Telefonista/ Dia do pescador/ Dia de São Pedro
- 30 - Dia do Caminhoneiro/ Dia dos Primeiros Mártires da Igreja de Roma

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

## Carta ao leitor

Caro leitor, chegamos ao mês de junho, mês de Festa Junina, vamos dar um viva a Santo Antônio, São João, São Pedro... Um viva à vida! Um viva a você que nos acompanha a cada edição e que faz com que a nossa estrela brilhe a cada dia mais e mais...

Também não podemos deixar de dar um viva à Copa do Mundo, ela chegou, vai acontecer aqui, em nosso País, bem pertinho de você, gostando ou não, aprovando ou não, é fato e, a partir de agora, que sejamos todos camisa verde e amarela... Vamos torcer para que tudo ocorra da melhor forma possível, que haja paz nos estádios e nas ruas... Que sejamos hexa! Avante, Brasil... Sempre avante!

É com esta energia que a Revista Hadar traz até você mais esta edição que, como sempre, foi preparada com muito amor, carinho, profissionalismo, ética e muita arte... Isso mesmo, caro leitor, preparamos uma matéria de capa que fala de uma arte milenar, que cultiva adeptos do mundo todo: a dança, que se destaca por ser apaixonante, é vista como uma manifestação artística, forma de divertimento ou para expressar algo, não deixe de ler!

Trouxemos também uma matéria sobre um mal que assola o mundo, não só dos humanos, mas dos animais também: o câncer, uma doença temida, sinônimo de morte para alguns, mas se detectado no início, a doença poderá ser tratada e seu animalzinho de estimação poderá ser salvo, não deixe de conferir na seção "Animais".

E não para por aí, não, este mês, a Revista Hadar conversou com o maestro Dario Sotelo, um homem talentoso, que viajou pelo mundo todo em nome de sua paixão: a música. Ele afirma ser muito feliz em relação a ter oportunidades em poder realizar seu trabalho, acompanhe a entrevista na seção "Bate-Papo".

E você, já pensou que as férias de julho estão chegando? Está pensando em viajar? Nada melhor do que viajar na companhia de pessoas amadas... E se for na companhia da avó, pai, mãe, filho ou neto, melhor ainda, não deixe de conferir a dica na seção "Andanças", quem sabe vai ajudar você a decidir o destino.

Já na seção "Meio Ambiente", falamos da Floresta Nacional de Ipanema, uma unidade de conservação de uso sustentável e que tem grande parte da sua Flona (Floresta Nacional) ameaçada. Confira!

Sem falar na seção "Realize-se", que está mais do que especial, nossa realizada está completando seis anos de casada e vivendo uma grande história de amor.

É isso aí, como pôde ver, a revista Hadar está cheia de informações com conteúdo pertinente. Fazemos questão de trazer assuntos que são parte da sua vida, e é com muita seriedade e muito carinho que preparamos tudo isso para você. Esperamos que leia cada página e se sinta motivado a ler mais e mais... Da mesma forma que você, caro leitor, parceiro, amigo... nos motiva a continuar com garra, fazendo nossa estrela brilhar a cada instante!

## EXPEDIENTE HADAR

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

Jornalista/Redação  
Ana Luiza Schifflers, Maria Eliza da Silva Rosa  
e Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705

Atendimento  
Juliana Souza  
falecom@revistahadar.com.br

Revisão  
Marry Calvino

Criação/Diagramação  
Elmec Comunicações  
Claudio S. dos Santos  
Leonardo Manis Casarini  
diagramacao@revistahadar.com.br  
arte@revistahadar.com.br

Site  
Danilo Casemiro 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  
99144 8747  
comercial@revistahadar.com.br  
contato@elmeccomunicacoes.com.br

Empresa Responsável  
Editora Camargo & 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  
Constantino Bueno Frollini Neto e  
Anelena Bueno Frollini

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

Tiragem  
8.000 exemplares

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

|   |  |   |
|---|--|---|
|   |  | <b>MODA</b>   |
|   |  | <b>Calça de renda:<br/>O hall da fama do<br/>inverno 2014</b>                             |
|   |  | <b>18</b>   |
| <b>QUALIDADE DE VIDA</b>  |  |   |
| <b>Pós-Parto:<br/>Como voltar à<br/>forma física<br/>sem turbulências</b> |  |   |
| <b>39</b>   |  |   |
|   |  | <b>CULTURA</b>  |
|   |  | <b>O cinema nacional<br/>está em ascensão, mas<br/>chora a perda<br/>de dois gigantes</b> |
|   |  | <b>54</b>   |
| <b>AUTOS&amp;CIA</b>  |  |   |
| <b>SUV:<br/>Veículos para<br/>qualquer desafio</b>                        |  |   |
| <b>71</b>   |  |   |
|   |  | <b>UNIVERSO TEEN</b>  |
|   |  | <b>Futebol:<br/>Esse esporte mexe com a<br/>cabeça da moçada</b>                          |
|   |  | <b>66</b>   |

Entre os dias 9 a 11 de maio, aconteceu, na “Cidade das Rosas”, a 9ª Festa das Nações de Cerquilho 2014. O público pôde conferir a culinária brasileira e tropeira, norte-americana, italiana, francesa, inglesa, além de outras atrações que agitaram todos os presentes.

Aconteceu, em Tatuí, entre os dias 17 de maio a 1º de junho, a 6ª Festa do Milho Verde, na Paróquia Sagrada Família. O evento contou com programações religiosas e festivas.

Nos dias 03 e 04 de maio, foi realizada a Performance da Instalação Cartas de Amor, Fragmentos Musicais e Poéticos, no Hall do Anexo II do Conservatório de Tatuí. A performance contou com a participação de diversos artistas e amigos.

Aconteceu, em Tatuí, no dia 08 de maio, a reinauguração do Bazar do Lar São Vicente de Paulo. O antigo bazar ficava ao lado da AMART e, agora, encontra-se no próprio espaço da AMART, ao lado do Lar São Vicente de Paulo. Além de roupas e acessórios, há também móvel e utensílios. O Bazar funciona todas as quintas das 13h às 17h. Informações: (15) 3251-4286/3305-4920/3305-4920.

## vai ter

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

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.

A Prefeitura de Iperó, em parceria com a TV TEM, promove, de 16 a 30 de junho, o projeto “Cidade Limpa”, uma ação que colabora com o meio ambiente e a saúde pública, removendo todo tipo de material abandonado ou descartado de forma inadequada pela população em locais impróprios. Informações: (15) 3266 4407 ou 3459 9999.

Acontece, em Tatuí, no dia 19 de junho, a Festa de Corpus Christi do Lar São Vicente de Paulo “Dia da Caridade”, que este ano comemora 85 anos de fé e caridade. Informações: (15) 3251-4286.

A Secretaria de Educação, Cultura e Esportes da cidade de Iperó receberá inscrições para o projeto de Dança de Salão. As aulas, que prosseguirão até dezembro deste ano, serão ministradas no Polo Cultural, pela professora Jaqueline Calegari, todas as quartas-feiras, das 18h30 às 20h. Informações: (15) 3266-2383.

A 3ª Semana do Meio Ambiente da cidade de Cerquilho irá acontecer até o dia 7 de junho. Durante a semana, que traz o tema “Cerquilho: Rumo à Sustentabilidade”, haverá diversas atividades, inaugurações, cursos, pales-

tras, entre outras ações de conscientização social e ambiental. Informações: (15) 3384-9122.

Já estão abertas as inscrições para o Prêmio Professora Therezinha Galvão Bosco - Joias da Educação, da cidade de Iperó. O objetivo dessa premiação é identificar, valorizar e divulgar experiências educativas de qualidade, planejadas e executadas por professores e gestores da rede municipal de ensino. Informações: (15) 3266-1321.

Nos dias 13, 14 e 15 de junho, Tatuí realiza Festa Junina, que integrará todas as escolas da rede municipal de educação. A programação prevê concurso de quadrilhas, eleição da miss e mister caipirinha, atrações musicais, brincadeiras e o sabor das tradicionais comidas típicas. Cada escola será responsável por uma barraca e toda renda será revertida para a própria Associação de Pais e Mestres. Informações: (15) 3259-8400.

A Junta de Serviço Militar de Iperó estendeu até 30 de junho, o prazo para o alistamento de jovens nascidos em 1996 ou anterior a esta data e que ainda não tenham se alistado. O alistamento pode ser feito na Rua Santo Antônio, nº 35, de segunda a quinta-feira, das 08h às 11h30 e das 13h às 16h. Em George Oetterer, dirigir-se à Subprefeitura, somente às sextas-feiras, das 10h às 11h30 e das 13 às 15h30. Informações: (15) 3266-1615.

Acontece, em Tatuí, no Teatro Procópio Ferreira, no mês de junho: Do dia 04 a 07, às 20h30, V Encontro Internacional de Violonistas; Dia 08, às 19h, Grupo de Performance do Conservatório de Tatuí; Do dia 11 a 13, às 14h, Concerto Didático “O Universo da Percussão e suas Possibilidades”; Do dia 10 a 15, às 20h, II Semana de Prática de Conjunto do Conservatório de Tatuí; Dia 16, 20h, Recital “do Grupo de Violoncelo”; Dia 18, 20h30, Big Band do Conservatório de Tatuí; Dia 20, 20h30, Coro Sinfônico do Conservatório de Tatuí; Dia 21, 20h30, Jazz Combo do Conservatório de Tatuí; Do dia 23 a 26, às 9h, II Seminário de Regência Dario Sotelo; Dia 27, 20h30, Orquestra Sinfônica & Coro Sinfônico do Conservatório de Tatuí. Acontece, também, no Salão Villa Lobos: Do dia 09 a 15 de Junho, 9h, 11h, 14h, 16h e 18h, VI Prêmio Incentivo à Música de Câmara; Dia 16, às 10h, Workshop de Saxofone; Dia 17, às 11h, 14h, 16h, 18h e 20h, Recital de Cordas e Piano; Dia 18, às 16h, 18h e 20h, Recital de Cordas e Piano; Dia 18,

às 16h, 18h e 20h, Recital de Cordas e Piano; Dia 24, às 11h, 14h, 16h, 18h e 20h, Recital de Cordas e Piano; Dia 25, às 16h, 18h e 20h, Recital de Cordas e Piano; Dia 26, 19h, Recital de Conclusão de Curso – Sopros Madeiras; Dia 27, às 14h, 16h, 18h e 20h, Recital de Cordas e Piano; Dia 30, 19h, Recital de Fagote. Informações: (15) 3205-8444.

A Secretaria Municipal de Esportes, através do projeto “Escolinha de Esportes”, da cidade de Boituva, está com vagas disponíveis para crianças e adolescentes interessados em fazer aulas de futebol de campo. Os interessados podem fazer a inscrição na Secretaria de Esportes, localizada na Rua Antonio Galvão Pacheco, 236 (Campo do Gamitão) ou direto com o professor no Campo do Half. Informações: (15) 3263-1143.

O Fundo Social de Solidariedade de Iperó aumentou o número de locais de arrecadação da Campanha do Agasalho do Município. Complementando o slogan da campanha do FSS do Estado, “Roupa boa a gente doa”, a de Iperó escolheu “Sua Solidariedade pode aquecer muita gente”. A arrecadação será feita até o próximo dia 25 de junho. Informações: (15) 3266-1198.

Acontece, na Cachaçaria Água Doce, em Tatuí, todas às quintas-feiras, a “Quintanejas” com Anderson e Ivan e outros sertanejos. No dia 12 de junho haverá telão para a abertura da Copa com música ao vivo, todas as sextas e sábados há música ao vivo. Informações: (15) 3022-2800

SEJA VISTO E LEMBRADO



ANUNCIE NA HADAR!

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

Rua 7 de Maio, 150 | Fone (15) 3259-4534 / 3259-7014



**INVESTIMENTO SEGURO,  
FÁCIL E QUE GERA RENDA.**

**SEJA PROPRIETÁRIO  
DE UM QUARTO DE HOTEL.**

**CONDOHOTEL CEDROS IBIS** *Tatui*

**NOVO CONCEITO IBIS PARA INVESTIDORES**

“Grandes eventos esportivos como a Copa do Mundo e as Olimpíadas nos dão a certeza do deficit hoteleiro, levando os turistas a procurarem locações residenciais equivalentes a 1 ano de renda para o proprietário do imóvel.”

Devido a falta de hotéis, turistas chegam a pagar até R\$130mil de aluguel durante a copa do mundo

Fonte: Portal G1 Globo

- Segmento com taxa de rentabilidade acima do mercado: nos últimos 12 meses foi de 0,9%.
- Garantia de receita de todos os serviços do Hotel.
- Valorização patrimonial sem o ônus de administração, manutenção e inadimplência.
- Alto índice de ocupação.
- Solidez do investimento, garantida por parcerias com grandes empresas (a Accor é líder de mercado no ranking das marcas das administradoras hoteleiras).
- Crescimento forte do turismo doméstico e a expansão da economia favorecem os investimentos no setor hoteleiro, principalmente no interior de São Paulo, onde grandes empresas e indústrias de diversos segmentos estão se instalando.



SENHAONLINE.COM.BR



**CENTRAL DE ATENDIMENTO GRUPO CEDROS**

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

**CADASTRO E INFORMAÇÕES**

15 99137-7770

# Câncer em animais tem crescido consideravelmente

*Por conta do aumento da expectativa de vida dos animais domésticos, a quantidade de animais que desenvolvem algum tipo de câncer tem crescido.*

O que causa o câncer em um animal doméstico? Segundo o Dr. Bruno Pires, veterinário, pelo que se tem observado, atualmente, o aumento da longevidade dos animais domésticos é um dos maiores responsáveis pela maior ocorrência dessa patologia nos dias de hoje em relação à antigamente. “Há algumas décadas, a expectativa média de vida de um cão, por exemplo, era de 8 a 10 anos, hoje, essa média ultrapassa os 12 anos de idade. Sabemos que fatores ambientais (onde se encaixa o estresse), alimentares e genéticos estão diretamente relacionados à ocorrência dessa doença em todas as espécies animais, incluindo o homem. E graças aos avanços nas áreas de pesquisa, eles têm nos oferecido maiores e melhores ferramentas para diagnosticar os vários tipos de câncer.” Explica o veterinário.

O câncer é uma doença temida, e sinônimo de morte para alguns. Nem sempre isso é verdade. Se conseguirmos detectar a doença em fases iniciais, o animal poderá ser tratado e o tumor retirado cirurgicamente, antes que ocorra a metástase. Há chances de prolongamento da vida do animal nesses casos, porém, mesmo com esses procedimentos, a metástase pode já ter ocorrido (mas não estar evidente) e vir a se manifestar mais tarde.

Não há predileção de sexo, mas algumas raças são mais acometidas do que as outras. Existem também alguns tipos de câncer que demonstram mais ocorrência. Na rotina clínica, segundo Bruno, o tumor mais comumente diagnosticado é o de mama, seguido pelo de pele e linfomas (sistema linfático).

Mas a prevenção é possível em alguns casos. “Os problemas relacionados com órgãos

reprodutivos e suas glândulas anexas podem ser prevenidos pela esterilização (castração) de machos e fêmeas. Estudos mostram que a ocorrência de tumor de mama em fêmeas caninas castradas antes da puberdade (primeiro cio) ou logo após é menor que 0,5%. Já nas fêmeas felinas, a ocorrência de tumores de mama em gatas não castradas é sete vezes maior em relação às castradas”, explica Dr. Bruno. A esterilização previne também a ocorrência de TVT (Tumor Venéreo Transmissível), tipo de câncer que pode ser transmitido entre os cães pelo acasalamento, principalmente.



# NutrisPet

Rações NACIONAIS e IMPORTADAS  
Medicamentos - Acessórios

**SUPER OFERTA**  
GOLD STAR SUPER PREMIUM



**R\$ 124,90**

Brasil  
2014



Apresente este anúncio  
e ganhe mais

**5%**

de desconto



R. Prefeito Manuel Luiz da Silva Sá, 321 - Bairro Valinhos - Tatuí/SP  
(15) 3251-5363 / 3259-1624 / 99673-0613



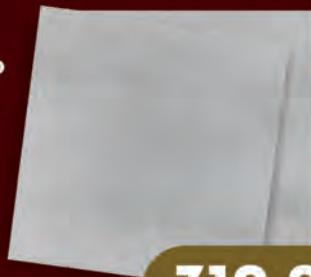
Oportunidades válidas de 02 a 28 de Junho/2014  
ou enquanto durarem nossos estoques.

CERÂMICA  
PORTINARI



Porcelanato  
Polido  
1.20x1.20  
Minerale  
AL m<sup>2</sup>

**319,90**



Porcelanato  
Polido  
1.20x1.20  
Minerale  
GR m<sup>2</sup>

**319,90**



Porcelanato  
Polido  
1.20x1.20  
Minerale  
WH m<sup>2</sup>

**319,90**

**LAUFEN**



Bacia Alessi  
Dot com  
Caixa e  
Assento  
PÇ

**3.999,90**



Lavatório  
Alessi  
One  
1197.1  
PÇ

**2.369,90**



Lavatório  
Alessi  
Dot  
1190.2  
PÇ

**2.539,90**



Bacia Alessi  
One com  
Caixa e  
Assento  
PÇ

**3.999,90**



Monocomando  
Moai 3046  
PÇ

**1.069,90**



Monocomando  
Moai 3446  
PÇ

**1.199,90**



Monocomando  
Moai 4746  
PÇ

**1.199,90**

**Roca**



Monocomando  
Thesis 3050  
PÇ

**1.199,90**



Monocomando  
Thesis 4750  
PÇ

**1.479,90**



Monocomando  
Thesis 3450  
PÇ

**1.479,90**



*Uma festa  
a favor da solidariedade*

## Festa de caridade do Lar São Vicente de Paula

**J**unho é o mês que todo tatuiano sabe que tem festa, e não se trata de qualquer festa! É a festa de caridade do Lar São Vicente de Paula, conhecida também como festa do Asilo, que acontece todo ano, no feriado de Corpus Christi, há mais de 80 anos, e tem sua renda toda revertida para a entidade, tendo como objetivo arrecadar fundos para auxiliar na manutenção da própria entidade, que existe há 108 anos.

Para Ivan Rezende, presidente da instituição, a festa é a principal fonte de renda para minimizar o constante déficit mensal da entidade. “Atualmente, o lar conta com 51 funcionários para 85 assistidos. Esses assistidos geram uma necessidade muito grande: medicamento, fraldas, atendimentos médicos

e de profissionais de saúde especializados. Eles recebem cinco refeições diárias, que incluem dietas especiais. Para os assistidos é uma data muito especial e de muita expectativa por ser um acontecimento festivo e de encontro com a comunidade, amigos e familiares”, completa Ivan.

Já para Gustavo Grandó, voluntário e idealizador da Barraca da Juventude, vale muito a pena colaborar, já que o trabalho que o lar faz é maravilhoso. “Não dá para esperar uma sociedade melhor, um mundo melhor, se não fizermos pequenas ações que possam ajudar o próximo. Esse evento transmite a nós, voluntários, uma confiança muito grande na diretoria da instituição, que cuida brilhantemente de seus assistidos. É muito

gratificante fazer parte dessa festa”, conclui. Esse ano o evento chega a sua 85ª edição e haverá diversas atrações musicais com apresentação de grupos da região, além de quermesse, bazar e brechó... E também para quem decidir participar do evento de solidariedade, encontrará uma praça de alimentação com barracas de comidas como: sopa de milho, pastel, pizza, o “famoso” lanche de pernil, doces, entre outros. Acontece também, no recinto do Lar, o tradicional leilão de bezerros e prendas.

“É uma tradição ir à festa do asilo. Lá, você acaba encontrando amigos, fazendo sua parte para uma sociedade melhor e se divertindo. Dá para levar os filhos também para se divertir e aprender um pouco de como fazer um mundo melhor, ajudando o próximo. Tudo isso em um feriado religioso e festivo”, explica Luciana Macedo, visitante da festa.

No último ano, foram mais de 30 mil pessoas no evento e de acordo com a direção do Lar São Vicente de Paula, a tradição da festa se mantém por tanto tempo devido à ajuda de voluntários. São eles que trabalham muito para ajudar a entidade. Todo ano são cerca de 400 pessoas envolvidas na organização do evento. “A comunidade de Tatuí e região é muito generosa e contribui decisivamente com sua presença maciça, mantendo, assim, a tradição dessa importante festa. A arrecadação obtida nos auxilia na tarefa de proporcionar uma melhor qualidade de vida aos nossos assistidos”, finaliza Ivan.

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

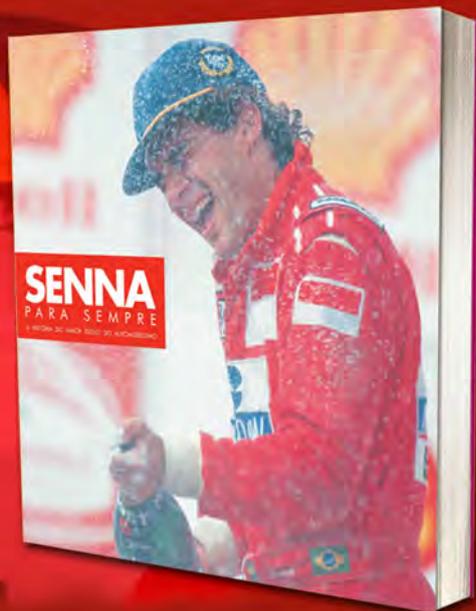


# COMENDADOR

Sempre o melhor para você!

Elmex

Na troca de 4 litros de **SHELL HELIX ULTRA**,  
você ganha um livro contando a História do  
**AYRTON SENNA** somente no **AUTO POSTO  
COMENDADOR - MARAPÉ\***  
Segunda a Quinta das 6h até 0h.  
Sexta e Sábado das 6h até 1h.



\*Promoção válida por tempo indeterminado ou enquanto durar o estoque. Consulte o regulamento interno.



Na compra de 12 latas ou *long necks* da *Budweiser* você leva um copo colecionável\*\*\*.



\*\*\*Promoção válida por tempo indeterminado ou enquanto durar o estoque.

Shell  
**Evolux**  
Diesel

Shell  
**V-Power**

Diesel - S10 Aditivado, e Etanol Aditivado você só vai encontrar no **AUTO POSTO COMENDADOR - MARAPÉ\*\***.



Bebidas geladas **NACIONAIS e IMPORTADAS**



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



Produtos da loja **SELECT**

Se beber, não dirija.



Comendador

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

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

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

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

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

# Nova geração de smartphones chega ao Brasil

*Motorola apresenta aparelhos com preços entre R\$ 530 e R\$ 800*

Segundo mercado mais importante para seus produtos, o Brasil é o foco das atenções da Motorola, que apresentou, na primeira quinzena de maio, em São Paulo, uma nova linha de smartphones, com preços a partir de R\$ 530. A meta, segundo a empresa, é tornar os aparelhos mais acessíveis ao consumidor. Os smarts mais sofisticados virão com conexão para internet 4G, atendendo a um pedido dos brasileiros.

O modelo de entrada, o smartphone Moto E, tem versão com suporte a dois chips e TV digital.



Ele já começou a ser vendido no Brasil e em mais 39 países, com preço a partir de R\$ 530. A versão com dois chips e TV digital sai por R\$ 600.

A Motorola afirma que dois de seus aparelhos estão entre os smartphones mais vendidos do Brasil, sendo que o Moto G se tornou o campeão de vendas, aqui, em apenas cinco meses.

O Brasil é o país mais importante para a empresa, depois dos Estados Unidos, motivo pelo qual apenas ele receberá uma versão do Moto E com TV digital. “Foi um pedido importante destes consumidores que estão trocando um celular por um smartphone. Caso o resultado seja positivo, no Brasil, podemos levar o recurso para outros mercados”, disse um executivo da empresa na apresentação da nova linha de produtos.

## Modelos

O Moto E é um aparelho de entrada, ou seja, tem preço mais acessível para o consumidor que quer trocar o celular por um smartphone. A inclusão da TV digital vem para atender a este público que assiste programação em qualquer lugar. O modelo é similar aos irmãos mais velhos Moto G e Moto X e ele terá capas coloridas para personalização pelo usuário. O dispositivo tem tela de 4,3 polegadas - diferentemente do Moto X e do Moto G, ela não é Full HD -, bateria com duração de um dia inteiro de uso, sistema operacional Android 4.4.2 (KitKat), a mais recente, processador de dois núcleos, 1 GB de memória RAM, câmera de 5 megapixels, rádio FM e sintonizador de TV digital e entrada de cartão de memória SD para até 32 GB de espaço de armazenamento. Ele ainda tem tela de Gorilla Glass, evitando arranhões, e resiste à chuva.

Segundo a Motorola, o smartphone, embora mais simples do que seus irmãos, receberá todas as atualizações do sistema Android e já chega com a versão mais atual, obtendo boa performance. Com entrada para dois chips, o aparelho ainda reconhece a operadora e muda o chip automaticamente para o da mesma operadora para que o usuário gaste menos na ligação.

O novo Moto G ganha uma versão com internet móvel 4G, já que o modelo anterior tinha apenas conexão 3G. O novo modelo será vendido por R\$ 800 e o com 3G sai por R\$ 650. A inclusão da rede 4G foi um pedido dos brasileiros, segundo a empresa. Eles queriam usar a internet móvel rápida em um aparelho com preço mais acessível.



**PARAÍSO**  
VIDRAÇARIA



VIDROS TEMPERADOS nas cores

**Fumê**

**Verde**

**Bronze**

**Incolor**




**Box Padrão (pronta entrega) - Tampo - Espelhos Box de Acrílico - Bisotê - Fachada - Corrimão - Molduras Guarda Corpo**

Rua Maneco Pereira, 503 - Tatuí/SP

(15) 3251-7764/3251-7762

Rua Francisco Ribeiro da Silva, 684 - Cesário Lange

(15) 3246-3176

[contato@vidracariaparaíso.com.br](mailto:contato@vidracariaparaíso.com.br)

# 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](http://vivo.com.br)

**Passe 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](http://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.

# Casa do Bimbo. Pode entrar, sinta-se à vontade.

**P**ara quem não conhece, Otávio Azevedo, conhecido carinhosamente como Bimbo Azevedo, nasceu em Tatuí, em 31 de março de 1888 e teve sua história de vida marcada pela música. Compositor, músico e luthier - escreveu obras premiadas, destacando-se a valsa "Dirce" que lhe rendeu prêmio internacional. Não foi somente pelo conjunto de sua obra que ficou conhecido, mas também por seu carisma, sua educação e paixão pelas coisas simples da vida.

A residência onde nasceu, viveu e morreu Bimbo Azevedo e também local onde aconteciam encontros familiares, com músicos, poetas, escritores e intelectuais está sendo reestruturada, se transformando em vários pontos comerciais.

Eternizar histórias e momentos de alegria de um tempo que passou é um dos objetivos do projeto "Casa do Bimbo" - uma iniciativa que reproduzirá na fachada do imóvel em oito painéis, as histórias da música e dos músicos de Tatuí.

Silvia Corradi de Azevedo Cruz, neta do compositor, procurou alguns músicos que eram amigos ou tinham vínculo na música com Bimbo, para entender um pouco da história da música nos últimos cem anos, em Tatuí.

O resultado? Poderá ser visto nas fachadas das lojas próximas à Praça da Matriz, onde cidadãos e visitantes terão a oportunidade de conhecer a história da música. "Estou encantada com toda essa trajetória da música nesta cidade. Num primeiro momento pensei em falar da vida, das valsas e da família do Bimbo, porém, a primeira pessoa com quem fui conversar foi com o maestro Neves. Neste dia, saí da residência dele e pensei: mudarei o tema, pois o próprio Bimbo fazia da casa dele, a casa dos músicos, dos poetas, da literatura, dos amantes da música - era um grande agregador - então, como eu posso querer falar somente dele? O grande questionamento que fez o projeto tomar corpo foi como e por que a música que acontecia dentro das casas de Bimbo Azevedo, Nacif Farah, João Del Fiol, Hortênsia Pascalli, Juca Fonseca e outros da época se transformou no legado da cidade, conferindo-lhe o título de Capital da Música", explica Silvia.

Segundo a entrevistada, a proposta da fa-



chada da "Casa do Bimbo" é uma iniciativa para que Tatuí tenha a chance de retomar a sua história, sua inclinação para as artes e sobretudo, a música. No momento em que concebeu a ideia, ela estava sozinha, mas, hoje, há um grande grupo que se identifica com o tema. "Não há em outras cidades tanta vocação com a música como aqui, atravessando gerações por mais de um século. Somos reconhecidos pelo talento musical e o que acontece na Capital da Música é incommum", afirma a neta de Bimbo.

Silvia conheceu parte da obra de seu avô - que conta com mais de 130 valsas catalogadas - através dos músicos tatuianos que se propuseram a reconstituí-las, como os Maestros Antonio Carlos Neves Campos, José Coelho de Almeida, Marcelo Afonso, Adriano Machado, José Antônio Pereira, Dario Sotelo e a Maestrina Cibele Sabioni. "Eu não tinha noção de como as canções dele eram importantes e, hoje, acredito que

a semente dessa consciência brotou durante uma apresentação da maestrina Cibele com o Coral José dos Santos. Naquele momento, o ator que atuava como Bimbo falou da nossa família, ou melhor, da família do Bimbo, e pensei: "Sou eu, meus irmãos e minhas duas filhas. Ou eu tomava uma iniciativa, ou essa herança iria desaparecer".

O mais interessante é que, além de eternizar as obras de grandes nomes da música tatuiana, as pesquisas feitas para concretizar o projeto "Casa do Bimbo" fizeram nascer o "Notas e Compassos na Capital da Música". Trata-se de 42 horas de filmagens nas quais 29 convidados falam sobre si mesmos, enquanto músicos ou amantes das artes, e

sobre a música na Cidade Ternura.

A inauguração da "Casa do Bimbo" acontece no dia 7 de junho, na Praça da Matriz, a partir das nove da manhã e, é claro, com muita música. Seresta, chorinho, bandas e coral - ocasião em que Tatuí também será presenteada com a coleção "Notas e Compassos na Capital da Música". "Buscamos, com o registro desses filmes, resgatar e registrar um pouco da história da cidade de Tatuí, dos seus músicos e artistas. Pretendemos que esse material se torne público para ser consultado por quem tiver interesse, na esperança de podermos contribuir para que essa linda história não se perca ou se apague com o tempo - e que fique presa na memória, como uma linda canção.", finaliza Silvia.

De toda essa história, uma certeza ficou: "Bimbo, seus amigos e as muitas gerações de músicos que os sucederam, não foram somente reprodutores de uma canção, eles viveram a essência da música".

# Cesário Lange

## O comércio que atende você todos os dias!



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

## 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



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

## DELLAMUTTA

agropecuária  
A Sua Casa Agropecuária

Os melhores produtos e acessórios para  
você se preparar para a festa junina.



ATENDEMOS  
A REGIÃO

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

# Justiça Restaurativa e Educação:

## Uma parceria de sucesso a partir de um outro olhar

A Justiça Restaurativa, como os caros leitores puderam perceber nos textos anteriores sobre o tema publicados, aqui, na Hadar, tem, como objetivo principal, a mudança dos padrões de convivência entre as pessoas, na sociedade e nas instituições, a partir da construção do poder com o outro – afastando o tão praticado poder sobre o outro – e fundada na ideia de que todos e cada qual, com igual importância, são corresponsáveis pela harmonia e pela paz.

Em assim sendo, a Educação, com seus Professores e Escolas, são os parceiros por excelência da Justiça Restaurativa. É importante ressaltar, neste ponto, as grandes dificuldades que vêm sendo enfrentadas pelos profissionais da área de educação, em termos de falta de reconhecimento e valorização, bem como, pelo fato de muitos alunos provirem de realidades, em todas as classes sociais, nas quais imperam a violência e a ausência de limites, o que torna a missão restaurativa mais árdua e difícil. Mesmo assim, com a força que emerge do amor pela profissão e do carinho para com os jovens, os Professores, a despeito das dificuldades, enfrentam as adversidades e prosseguem em suas jornadas restaurativas, o que ora é reforçado com o apoio da Justiça Restaurativa.

Assim, em Tatuí, estão sendo estabelecidas parcerias entre as Escolas e o Núcleo da Justiça Restaurativa da Comarca de Tatuí – Polo Irradiador, para a realização desse trabalho restaurativo, por primeiro, no contexto escolar, o que vem apresentando resultados efetivamente positivos no sentido de colocar caminhos, que nasceram errados, no rumo correto, e, ainda, evitar que conflitos voltem a acontecer, não só com as pessoas que transgrediram, mas também impedindo que outras violências nasçam.

Como disse, certa vez, o educador Paulo Freire: “A educação não muda o mundo. A educação muda pessoas e pessoas mudam o mundo”.

O ponto central da proposta restaurativa está em olhar para além do que nos mostra aquele fato de transgressão que está “na superfície”, buscando compreender o que se encontra “mais ao fundo” e emerge naquele momento, ou seja, o que o aluno está tentando, com seu comportamento, mostrar ou pedir. Como expus em textos anteriores, no mais das vezes, o jovem, paradoxalmente, busca chamar a atenção para suas necessidades tentando ocultá-las e apresentando “o que não é”, mesmo porque não é raro que sinta vergonha de suas fraquezas e de seus sentimentos. É uma ilusão dos adultos acreditarem que garotos e garotas peçam aquilo de que necessitam expondo a situação, com todos os pormenores, em uma conversa aberta, ou por meio de pedidos formais escritos em formulários.

O que a experiência demonstra é que muitos jovens, nessa fase em que procuram o seu lugar no mundo dos adultos, aprendem, por uma série de circunstâncias, a superar o dolorido sentimento de baixa autoestima por meio da violência e da transgressão, com uma forma de se ver com “poder” e “reconhecimento”. Portanto, o delito apresenta-se como uma maneira, muito torta, muito errada, mas a única encontrada, de pedir ajuda. E a punição acaba apenas por reforçar, como um troféu, esse reconhecimento, como autoridade negativa, buscado pelo jovem, para além de não ajudá-lo na superação de suas necessidades. Por isso, como vemos nos dias de hoje, não está funcionando para fins de trazer ao jovem a reflexão necessária à mudança de conduta.

Dentro de tal panorama, quando ocorrem transgressões no âmbito escolar, a Justiça Restaurativa vale-se de sua técnica para soluções de conflitos, o processo circular – sobre o qual falei na última edição da Hadar –, para fins de compreender as necessidades, bem como promover a reflexão e identificar as responsabilidades, de todos os envolvidos – transgressor, vítima, familiares, comunidade e Rede de Garantia de Direitos – rumo à construção de um futuro melhor.

Mas as práticas restaurativas não se cingem ao processo circular e, assim, também estão em se aproximar das realidades, das necessidades, dos sonhos e dos desejos desses alunos, de forma a resgatar a autoestima e mostrar a eles caminhos para obterem um lugar social diferente daquele por eles estabelecido a partir de comportamentos violentos e de transgressão. E, portanto, a possibilidade de transformar tais jovens em lideranças positivas, em pessoas voltadas para a paz e para o bem comum, está em ouvi-los atenta

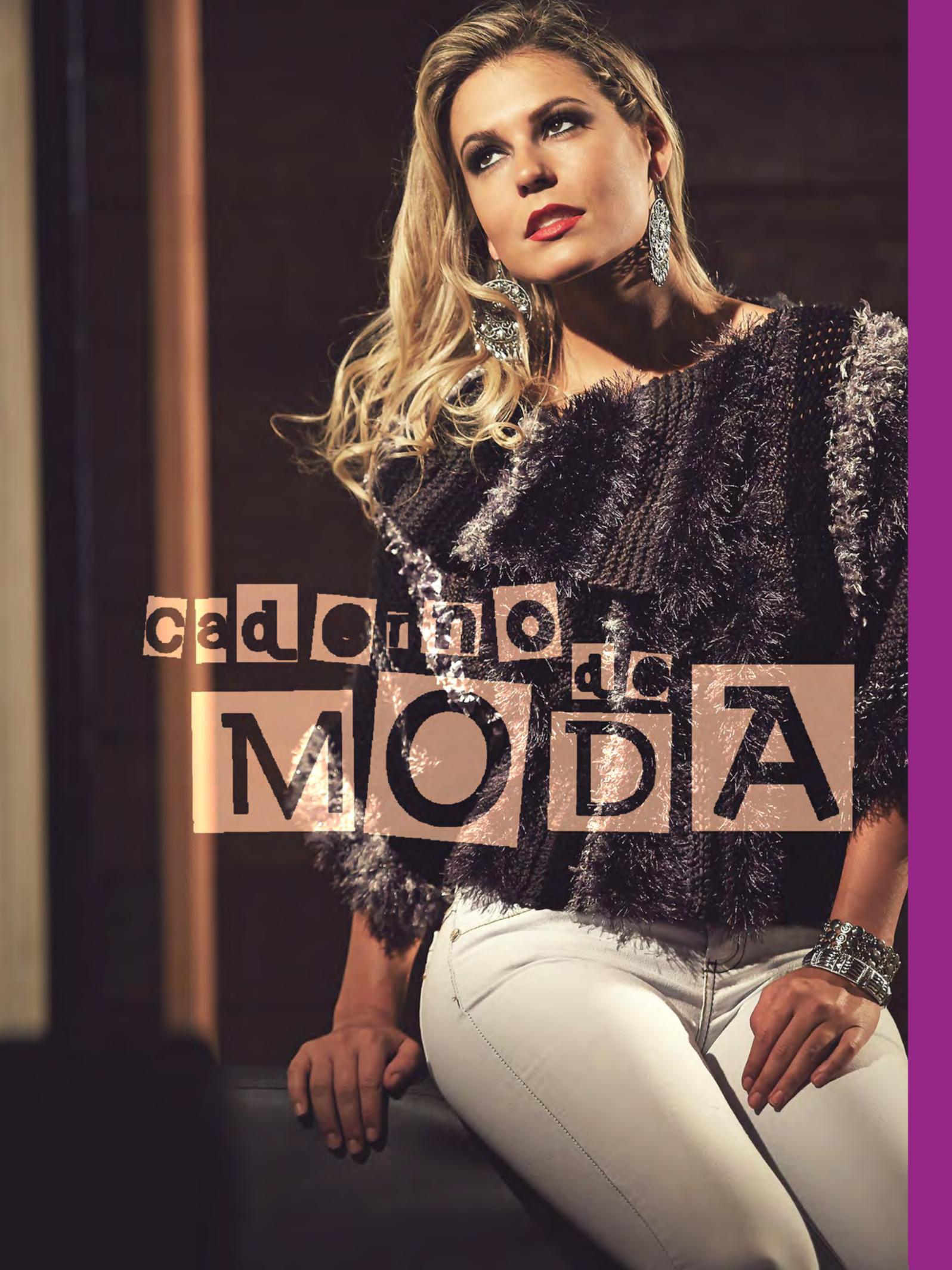
e carinhosamente, quantas vezes se fizerem necessárias, para fins de compreender as suas realidades e seus sonhos – por vezes, já despedaçados –, e, assim, tentar, ao máximo, atender a tantas necessidades de afeto, reconhecimento e atenção, ao mesmo tempo em que são trabalhadas as responsabilidades.

Já presenciei inúmeras ações, nesse sentido restaurativo, que deram certo. Por exemplo, uma determinada Diretora, preocupada com o fato de estudantes, de uma determinada turma, buscarem exercer liderança negativa sobre os demais, reuniu-se com Professores e todos os alunos dessa classe, em círculo, indagando destes o que cada um considerava como importante para uma mudança de rumos. Um dos alunos, já estigmatizado como transgressor, sugeriu que as turmas tivessem um monitor e, em seguida, ele próprio foi designado como um dos monitores. Assim, esse jovem ganhou a visibilidade e o reconhecimento de que necessitava, mas, agora, como uma liderança do bem. Ao mesmo tempo, também recebeu responsabilidades, as quais exerceu em favor da escola.

Ainda, em uma determinada escola, foram identificados os alunos que picharam as paredes. Ao invés de simplesmente puni-los ou registrar Boletim de Ocorrência, a Direção decidiu perguntar sobre o porquê de tal atitude, quando os alunos explicaram que aquela era uma forma de se expressar, a sua arte. Muitos deles, na oportunidade, apresentaram excelentes desenhos e pinturas, demonstrando dons artísticos. Assim, a Escola entendeu por bem realizar um campeonato de grafite, o que atendeu às necessidades de tais alunos, que se tornaram “amigos” da escola. Em contrapartida, a escola cobrou responsabilidade pelo que haviam feito, quando os próprios estudantes se propuseram a reparar o dano, compraram a tinta e apagaram a pichação. Tudo de forma a efetivamente resolver o problema.

Em suma, o trabalho restaurativo tem como diretrizes, por um lado, ouvir os alunos, em suas necessidades e sonhos, e, por outro, outorgar a eles protagonismo para que desenvolvam suas ações e seus projetos no ambiente escolar, bem como, para que pensem sobre os problemas da escola e tragam soluções, retirando-os de uma posição passiva como meros receptores de ordens e de conteúdo, para que sejam sujeitos do pensar e da mudança. Desta forma, os alunos sentirão que pertencem àquela instituição de ensino, pelo que, assim, passarão a cuidar e deixarão de atentar contra ela, impedindo que outros assim o façam.

*Marcelo Nalesso Salmaso  
é Juiz de Direito Coordenador do Núcleo da Justiça Restaurativa da Comarca de Tatuí – Polo Irradiador e membro da Coordenadoria da Infância e da Juventude e do Grupo Gestor da Justiça Restaurativa do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo.*



cada momento da  
**MODA**



# Junior Mendes

*O maquiador das tops*

**M**aquiagem é um item indispensável para 99,9% das mulheres. Seja um batom para dar uma corzinha aos lábios, um lápis ou rímel para destacar os olhos, blush para dar aquele ar de saúde ou apenas um gloss, para brilhar.

E ninguém melhor do que o maquiador das tops, Junior Mendes, para dar algumas dicas na hora da maquiagem. O paraibano, que mora há mais de dez anos em São Paulo, conquistou seu espaço, aos poucos, e foi com seu talento, que se tornou reconhecido nacionalmente e, agora, é o queridinho das famosas.

Mas, antes de ter seu trabalho em destaque nesta área, Junior começou a trabalhar desde jovem, em um salão de beleza, em João Pessoa, na Paraíba. Foi aí que, após um tempo, recebeu um convite para ir a São Paulo realizar alguns trabalhos e, desde então, permanece até hoje na terra da garoa.

Ao longo de sua carreira, o profissional já maquiou milhares de mulheres famosas, participou de diversas capas de editoriais de moda, recebeu muitos prêmios e participa, anualmente, da Beauty Fair, considerada a maior feira de beleza da América Latina, em workshop de maquiagem para profissionais da área.

Atualmente, Junior Mendes é o mais requisitado entre as noivas e modelos, por transformar e exaltar a beleza feminina, através dos pincéis. Para isso, ele viaja três vezes por ano até Nova York para se atualizar e repassar as novidades para suas clientes. E, por falar em clientes, a atriz Mariana Rios é fã de carteirinha do maquiador Junior Mendes, que em uma publicação, ela revelou: “Nós nos conhecemos há três anos, em uma sessão de fotos. Quando ele terminou o trabalho, eu me olhei no espelho e pensei: Quero este rosto para a vida inteira”.

E com certeza, não só o talento, como o carisma, levaram Junior Mendes ao topo da carreira. “Meu segredo é realçar traços que nem elas mesmas admiravam”, afirma.

Falando em realçar, ele indica alguns itens que não podem faltar na bolsa, como o Primer que, preferencialmente, deve conter filtro solar e é indicado para preparar a pele para a maquiagem, hidratando e formando uma película para receber a maquiagem, sem agredir tanto o rosto; a Base, que cobre as imperfeições; Pó Translúcido, indicado para todos os tons de pele, para tirar a oleosidade; Rímel, que deve ser à prova d’água, muito recomendado para destacar os olhos e um Batom, que pode ser em tons claros ou mais escuros.

Lembrando também que o uso do filtro solar é indispensável, assim como o demaquilante, que deve ser usado para retirar toda a maquiagem antes de dormir.

**Psiquê**  
bolsas semijoias

*Brincos*

*Anéis*

*Colares*

*Pulseiras*

**Bruna**  
SEMIJOIAS

Rua Cel Lúcio Seabra, 421 - Tatuí/SP

— ESPAÇO —  
**MarilsaGigo**

**Graziele:** Veste blusa e calça **Studio 21**.



**Juliana:** Veste camisa **Lulu** e calça **Studio 21**.



Fotos: Sergio Oliveira

Elmec

**STROKE** | **nem** | **MARA MAC** | **CHOLET®** | **studio21**

**MOB** |  **Estela Geromini** |  **Lulu** | **RICHINI** | 

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



## Calça de Renda, o hit do inverno 2014

*Depois das saias e vestidos, chegou a vez da calça de renda entrar para o hall da fama da moda*



**Nova linha**  
**Outono Inverno**  
 Anéis, Brincos, Cintos, Colares e Pulseiras

COMPRAR NA ANA BANANA  
 AGORA FICOU MAIS FÁCIL  
 visite nosso site: [abbijoux.com.br](http://abbijoux.com.br)

15 - 3259-2318  
 Rua Capitão Lisboa, 718 - Centro - 18270-070 - Tatuí- SP



A renda sempre fez muito sucesso com todas as mulheres, pois, além de valorizar muito o corpo, deixa qualquer mulher ainda mais sensual, mais bonita, com o visual em dia e, ainda por cima, pronta para qualquer ocasião. E a moda da vez são as calças de renda, que são bonitas, elegantes e podem ser usadas por qualquer mulher.

“As calças de renda têm um estilo mais retrô, mais anos 70. Quando combinada com acessórios corretos, com peças corretas, vai deixar o visual bem legal e até mesmo muito moderno, por isso mesmo, podemos dizer que o segredo deste visual é utilizar as melhores combinações.” Explica Bruna Policastro, produtora de Moda em São Paulo.

Se você gosta desse estilo de calça, poderá usá-la em diversas ocasiões, já que é possível montar diversos looks incríveis e desfilas em diversos lugares. Segundo Bruna, a calça pode transformar um look simples em algo mais sofisticado.

### Como usar

Na hora de escolher o melhor modelo para você, fique de olho. Algumas destas calças não contem forro, somente a renda, deixando o visual totalmente transparente, então vale a pena ficar esperto, experimentar a peça, olhar no espelho para ver se o visual realmente esta bom. Bruna ensina como usar a peça durante todo o dia.

Para usar durante o dia, a calça com corte reto e cintura no lugar é ótima para equilibrar as proporções de quem tem quadris largos ou muito estreitos. Para compor, ambos os biótipos podem apostar no top com listras horizontais.

Para a noite, um top com decote profundo e transpassado na vertical é ideal para alongar o tronco e, usado para fora, tem ainda mais efeito. A confusão visual criada pela textura da calça ajuda a despistar gordurinhas nas pernas.

# oBoticário



*Neste mês, o amor vai estar no ar!*



### Cia Fitness

A roupa que o deixa mais confortável até mesmo no inverno.

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



### One Store Marisol

Linha *Marisol* Outono/Inverno.

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

### Fogaça Selaria

Aqui, você encontra de tudo Selas, Cabrestos, Mantas, Cintas, Botinas, etc.

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



### Kanguru Bolsas

Viaje com o seu amor no estilo da copa!

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



**Oklahoma**

Coletes e Jaquetas *Austin Western*.

Rua . XI de Agosto, 791 - Centro - Tatuí/SP  
(15) 3259-6718



**Fetichelingerie & Sexy Shop**

Surpreenda o seu amor !

Rua 7 de Maio, 205 - Centro - Tatuí/SP  
(15) 3305-3823/99808-9911  
[www.fetichetatuí.com.br](http://www.fetichetatuí.com.br) (vendas online)



**Loja Celina**

**Perfumes importados das melhores marcas com o menor preço,  
você encontra na loja Celina...  
Aceitamos encomendas, consulte nossos preços e prazos...**

Rua José Bonifácio, 853 - Centro - Tatuí/SP  
(15) 3251-4263/3251-6684



**Supermercado Pozitel**

**O melhor presente do Dia dos Namorados!**  
Cestas de Chocolate - Cestas de Café da Manhã  
Cestas com Urso

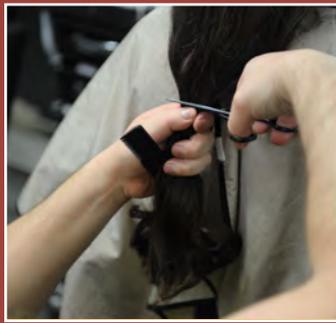
Largo do Mercado, 63 - Tatuí/SP  
(15) 3251.4513



**Empório GVC**

**Aqui você encontra o presente de Dia dos Namorados!**

Loja 1: Rua 7 de Abril, 260 - Centro - Tatuí/SP  
Loja 2: Cônego Demétrio, 293 - Centro - Tatuí/SP  
(15) 99728-9245  
[facebook.com/emporiogvc](https://facebook.com/emporiogvc)



# O Dia de Ariana

No mês de junho, é comemorado o dia dos namorados e nós, da revista Hadar, todos os dias, recebemos inúmeros e-mails e cartas de pessoas que precisam de uma transformação, uma ajuda para dar uma levantada no astral, ou até muitas vezes, poder recomeçar algo que ficou perdido... Reconquistar o marido, ou até mesmo o namorado... E, neste mês, você vai conhecer a história de Ariana.

Ariana mandou um email no ano de 2012, contando um pouco sobre o seu relacionamento, mas isso não parou por aí, pois todos os dias ela nos mandava um recadinho através da nossa página do Facebook, pedindo para ser transformada, e isso seria como uma prova de amor para o seu marido... e, finalmente, o dia dela chegou!

Neste ano, Ariana completa 6 anos de casada, e nós, da revista Hadar, fomos atrás de nossos parceiros e amigos que toparam na hora ajudar nossa realizada a fazer esta prova de amor!

Ligamos para Poliana da *Loja Jeans & Cia* e, como sempre, ela aceitou! E Ariana saiu da loja com uma calça jeans de lycra e com detalhes de strass no botão, uma blusa branca *La Forete* e uma camisa com estampa floral amarela de poliéster que ela adorou.

Na *loja de Calçados Machado e Poles*, Ariana foi muito bem atendida por Juliana, que pegou vários modelos de sapatos e sandálias e, assim, nossa realizada escolheu uma sandália super confortável, trançada na frente e aberta atrás, na cor bege e dourada.

O lindo conjunto de *lingerie* com três peças, sendo uma calcinha fiodental, um sutiã de bojo drapeado de renda e uma charmosa saia de renda na cor preta, foi um presente da *Sempre Bella Lingerie*.

A *Loja Saad - Casa das Bolsas* deu para Ariana uma bolsa maravilhosa de couro ecológico, bege, com detalhes de tela e na *SR Fábrica de Óculos*, a vendedora Tatiane mostrou vários modelos de óculos de sol, e nossa realizada se encantou por um com armação de metal, detalhes de corrente dourada na haste e lentes degradê com proteção UV.

O proprietário André do *Magazine Metrôpoles* presenteou Ariana com um delicioso perfume com fragrância adocicada, que a deixou ainda mais perfumada. Como acessórios, nossa realizada ganhou um jogo de pulseiras douradas e um lindo brinco dourado com detalhes de argola da *Elisângela Acessórios*. E para deixar a noite do casal ainda mais especial, Elisângela deu de presente um kit íntimo.

## Hora de mudar totalmente o visual...

Começou a mudança no *Salão Make Up*, o cabeleireiro Diego fez um corte e Ariana decidiu fazer uma linda ação, doando os seus cabelos às crianças do Hospital do Câncer de Barretos. Depois, Diego aplicou tintura e fez mechas em dois tons. Ele, então, lavou os cabelos de Ariana e realizou o seu desejo de ter uma progressiva, deixando seus fios mais lisos e, para o corte, Diego desfiou as pontas e finalizou com uma escova.

A maquiagem da nossa realizada foi feita exclusivamente por Sérgio Franco, que usou tons suaves e realçou o olhar com cílios postiços, para os lábios usou um batom em tom rosê e gloss. Ariana amou e disse que nunca tinha visto o seu rosto tão lindo!

Para as unhas, a manicure Elaine usou um vermelho para as mãos e branco nas unhas dos pés.

Hora de encontrar o seu amor na *Mariah Pizza Bar*...

Claudinei se surpreendeu com o resultado e amou cada detalhe, os dois foram super bem atendidos pelas proprietárias, que ofereceram ao casal uma deliciosa pizza, acompanhada de um vinho branco e, antes de ir embora, o casal ainda tomou um *chopp* bem geladinho.

Nós, da revista Hadar, desejamos toda felicidade ao casal.



Magazine Metrôpoles



Sempre Bella Lingerie



Calçados Machado e Poles



Saad Casa das Bolsas



Jeans & Cia



Elisângela Acessórios



SR Fábrica de Óculos



Mariah Pizza Bar



Salão Make Up.

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

**Jeans & Cia**, Rua 11 de Agosto, 404, Centro de Tatuí, fone (15) 3251-5333; **Calçados Machado e Poles**, Rua Teófilo Andrade Gama, 52, Centro de Tatuí, fone (15) 3251-1550; **Sempre Bella Lingerie**, Rua 11 de Agosto, 471, Centro de Tatuí, fone (15) 3251-4923; **Loja Saad - Casa das Bolsas**, Rua Prudente de Moraes, 508, fone (15) 3251-8591; **SR Fábrica de Óculos**, Rua 11 de Agosto, 42, fone (15) 3305-2307; **Magazine Metrôpoles**, Rua Capitão Lisboa, 657, Centro de Tatuí, fone (15) 3251-1997; **Elisângela Acessórios**, Rua José Ribeiro de Menezes, 345, Vila Menezes, Tatuí, fone (15) 99614-3552, curta também a pagina no facebook/elisangelaaccessorios; **Salão Make Up**, Rua Quintino Bocaiuva, 695, Jd. Santa Cruz, Tatuí, fone (15) 3251-6420; **Mariah Pizza Bar**, Av. Dr. Salles Gomes, 149, Centro de Tatuí, fone (15) 3305-2999; **Josué Mota Fotografia**, Rua Cônego Demetrio, 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](mailto: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.



## Lareiras: funcionais ou decorativas?

*Chega o inverno e todos pensam em uma lareira, mas vale a pena escolher o estilo que funciona para seu ambiente.*

**A** pesar de o inverno não ter começado, oficialmente, é bom se preparar para uma das mais deliciosas sensações da estação: acender a lareira em boa companhia. Seja da família, amigos ou de um bom livro. As opções no mercado são diversas e vão das funcionais às decorativas, mas todas trazem charme a qualquer ambiente. Explicaremos como funciona cada um dos formatos. Porém, é importante salientar que, antes de se aventurar, é necessária a orientação de um profissional para garantir a segurança da instalação.

### Lareira a gás

Uma opção que não faz sujeira, nem fumaça e não gera fuligem. É indicada para apartamentos e pequenos cômodos. Um cano de cobre conecta a saída da lareira até a entrada de gás na cozinha. Esteticamente, a lareira a gás dá um ar contemporâneo ao ambiente em que for instalada. Pode ser em formato linear com proteção de vidro temperado ou

no formato com grelha, que vem acompanhado de toras de cerâmica imitando a lenha, ou pedras vulcânicas.

### Lareiras Elétricas

A facilidade do manuseio, um simples botão para ligar na lareira ou em um controle remoto, é a vantagem dessa opção. A diferença desta para a de gás é que na elétrica não há fogo. O sistema é o mesmo usado nos aquecedores, sendo necessário o uso de energia elétrica. Para o efeito do fogo existem duas opções: toras de cerâmica imitando as lenhas de madeira ou imagens de chamas em 3D.

### Lareiras à Lenha

As clássicas e famosas lareiras à lenha preservam o cheiro do pinho, os estalos da madeira queimando e a cor natural do fogo, já que ele existe realmente. Elas podem ser feitas de alvenaria ou de metal, sob encomenda ou

comprada pronta. Já o tamanho varia conforme o espaço do ambiente que deve ser aquecido. Vale ressaltar que esse tipo necessita do auxílio de profissionais para canalizar a fumaça e o acompanhamento de um arquiteto.

### Lareira Ecológica

Moda atual, ela é feita de recipiente de aço inoxidável, a chama da lareira se mantém acesa através do biofluido à base de etanol. A substância foi desenvolvida especialmente para este fim e sua combustão não produz fumaça nem cheiro. A quantidade do combustível vai variar conforme o tamanho do modelo escolhido. Um litro fornece de 2 a 4 horas de funcionamento. O mais interessante nesse método é a coloração da chama, que é amarela, assim como a da lareira à lenha. Segundo alguns fabricantes, a emissão de CO<sup>2</sup> é baixíssima, menor que o equivalente a nossa respiração. É o formato mais popular na Europa há mais de 15 anos.

**Pedras Prudente**  
Tudo em pedras decorativas  
**(15) 3251-1487**  
www.pedrasprudente.com.br  
vendas@pedrasprudente.com  
facebook.com/pedrasprudente

CAIXA Construcard

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

**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 - Tatuí - SP (15) 3251-6379

# De Brito

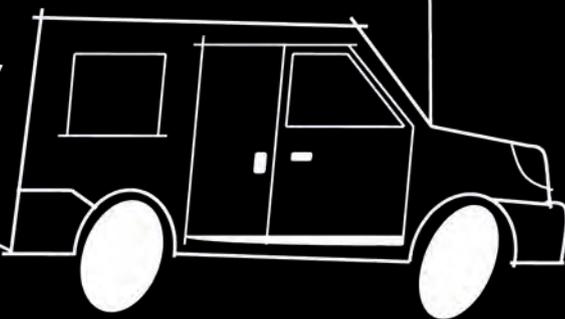
Interiores

Cortinas | Persianas | Papel de Parede  
Tapetes | Tecidos | Projetos de Interiores



Não saia do conforto da sua casa!  
A **De Brito Interiores** também oferece o serviço de loja móvel.

"A loja que vai até você"



Revenda Autorizada

Rua Cel.Bento Pires, 485 | Centro | Tatuí/SP | (15) 3251-4896  
[www.debritointeriores.com.br](http://www.debritointeriores.com.br)  DeBritoInteriores  
[contato@debritointeriores.com.br](mailto:contato@debritointeriores.com.br)

# A água é nossa

*Sustentabilidade em nossas casas*

**C**om a temporada de estiagem e a preocupação da falta de água em nossos reservatórios, a solução também passa pelo nosso cuidado individual.

Além de evitarmos o desperdício, também podemos investir em sistemas alternativos. Um desses sistemas é a captação da água da chuva. Essa água não é potável, contudo serve para a irrigação do jardim, para lavarmos áreas externas, descarga sanitária etc.

Existem muitos modelos e diversas possibilidades, mas, basicamente, temos um coletor de água que pode ser o próprio telhado da casa e o seu conjunto de calhas, um primeiro reservatório quase sempre enterrado e uma bomba de recalque que carrega essa

água para outro reservatório elevado, de onde por gravidade teremos o escoamento pelas torneiras.

Um fator muito importante é que a primeira água da chuva, que geralmente traz a sujeira que normalmente é depositada sobre o telhado, tenha um descarte e que apenas a água posterior, e mais limpa, entre no sistema. Outro fator importante é o condicionamento da água. Um ionizador ou clorificador pode manter a qualidade.

Após um investimento inicial, que inclui a cisterna (reservatório enterrado), clorificador ou ionizador, bomba de recalque e casa de bomba, caixa d'água e tubulações, haverá um equipamento sustentável que, além de evitar que a chuva nos telhados vire inundações, já que essa fica retida e não

sobrecarrega as galerias pluviais da cidade, também guardará para o uso cotidiano em que a potabilidade não seja necessária.

Ter um belo jardim é prazeroso. Ter um belo jardim irrigado de modo sustentável é mais prazeroso ainda. Que venha a água!

*Davison Pinheiro  
www.arqprojetos.arq.br*



**ASAC**  
CONSTRUÇÃO & COMÉRCIO

Construção Ginásio Poliesportivo do Clube dos Metalúrgicos

- > Elaboração de projetos
- > Execução de obras
- > Projetos com soluções sustentáveis
- > Projetos de interiores
- > Obras industriais

Rua Nho Inácio Vieira, 150 - Parque Santa Maria - Tatuí/SP  
CEP 18271-730 (15) 3251-2801

**SETAL**  
PORTÕES AUTOMÁTICOS

Portões em Alumínio Branco.

Av. Salles Gomes, 156 - Tatuí/SP (15) 3305-7000/3251-4519/ID: 649\*1788  
setalserralheria@hotmail.com



**Elmaluz**  
(Fabricação Própria)  
Rua Maneco Pereira, 99 - Centro - Tatuí/SP  
(15) 3305-3506



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



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



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



# Qual tipo de material devo usar em minhas esquadrias?

*As esquadrias não devem apenas combinar com o projeto da casa. Desempenho e o tipo do material escolhido também somam e contribuem com a durabilidade das esquadrias.*

**E**squadria é o nome que se dá, em um projeto ou obra, às janelas, portas, portões, venezianas e demais aberturas dessa natureza. Esse é um dos itens mais importantes de uma obra e, muitas vezes, está entre os mais custosos, geralmente, variando de 9 a 18% do total de uma construção de alto padrão.

Existe uma infinidade de tipos de esquadrias para sua obra. É um passo muito importante escolher corretamente, não apenas por questões estéticas, mas também por desempenho e durabilidade.

Podemos pensar nas esquadrias divididas em dois grandes grupos – as esquadrias prontas, que são adquiridas em lojas de varejo, em medidas padrão pré-determinadas, e as esquadrias feitas sob medida para a obra, realizadas sob encomenda, conforme o projeto.

No mercado, hoje em dia, são muitos os tipos de esquadrias, e eles variam não somente em relação ao material, mas à natureza da abertura - o profissional escolhido para o projeto da edificação deve orientar para a escolha da melhor abertura, que se encaixa com o perfil do projeto.

As esquadrias podem, além das variações de funcionamento, ter aspectos e qualidade totalmente diferentes em função do material. As esquadrias podem ser em:

**Alumínio:** além de possuir vários acabamentos e ser de um material extremamente durável,

a esquadria de alumínio é, geralmente, muito precisa e estanque (com exceções das janelas padrão mal feitas que se vendem em diversos centros de construção no país). O alumínio oferece muitas opções de acabamento e não enferruja, sendo adequado para construções à beira-mar, por exemplo. As janelas termoacústicas, muito utilizadas fora do Brasil, mas cada vez mais consumidas internamente por conta do barulho das grandes cidades, são geralmente de alumínio, utilizando um perfil mais parrudo e complexo, assim como vidros duplos ou triplos.

**Madeira:** as janelas neste material podem ser realizadas em quase todos os tipos de abertura, e confeccionadas em diferentes tipos de madeira, com preços que variam conforme a região do Brasil. Itaúba, grápia, freijó e jatobá são algumas das madeiras que podem ser utilizadas nas janelas. Lembrando que a madeira exige conservação, devido a sua fragilidade, por ser um material natural.

**PVC:** no mercado brasileiro há menos tempo, as esquadrias de PVC vêm ganhando muito espaço. São duráveis, bonitas e fáceis de limpar, contando com precisão similar as de alumínio. Porém, não devemos esquecer que elas são revestidas com PVC, seu interior é de ferro.

**Ferro:** o uso de ferro nas esquadrias é tradicional no país, mas, infelizmente, a qualidade de sua mão de obra decaiu muito nas últimas

décadas. É possível realizar esquadrias das mais variadas naturezas e dimensões com o ferro, mas é realmente necessário encontrar um bom profissional. A grande vantagem do material é o custo baixo em relação aos demais, mas a manutenção do aço é mais trabalhosa e constante por conta da oxidação e da pouca precisão de seus componentes.

**Vidro:** são os sistemas apenas em vidro, geralmente, temperados, com pequeninos perfis cantoneira de alumínio em suas laterais. Também são conhecidos como “sistema blindex”, “vitrine de loja” e variações. O interessante desses sistemas é a transparência obtida, como um pano de vidro inteiriço quando fechado. O aspecto ruim é que não é possível realizar todos os tipos de aberturas comentados com esse sistema.

Sempre na escolha da esquadria é importante imaginar que, quando estamos colocando aberturas em uma construção, elas possuem forte impacto nas fachadas e aparência final da casa.

Dicas na hora da escolha de suas esquadrias:

- Estética
- Funcionalidade
- Fácil Manutenção
- Garantia de Segurança

Aline Fernanda Simões  
Engenheira Civil – CREA – 5062291795

**Projetos:**

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

**Aline Fernanda Simões**  
Engenheira Civil CREA 5062291795

# João Paulo II:

## o santo que caminhou entre nós

**E**m um mundo que caminha cada vez mais para o desgaste das relações humanas e onde a vida da pessoa vale muito pouco, ou quase nada, a canonização dos papas João XXIII e João Paulo II é muito bem recebida por católicos do mundo todo.

Mesmo entre os não católicos, a figura carismática dos papas, principalmente João Paulo II, serve de exemplo e inspiração para muitos. João XXIII, com seu jeito simples, modernizou a igreja, trazendo a instituição para perto do povo. Antes, por exemplo, os padres rezavam a missa em latim e de costas para os fiéis. Uma atitude que certamente aumentou a distância entre o povo e a igreja. Com o Concílio Vaticano II, João XXIII lançou as sementes da modernização da Igreja Católica.

Com 27 anos de pontificado, João Paulo II, o papa oriundo do leste europeu, também é uma figura marcante e transformadora. Homem de gestos simples e ao mesmo tempo marcantes viveu em uma época de importantes transformações, muitas das quais participou. Entre

os gestos, como não lembrar o fato de beijar o chão do país que visitava, assim que descia do avião?

Como esquecer o atentado sofrido, em plena Praça São Pedro, e o perdão concedido ao seu algoz, Ali Agca? Como esquecer as viagens, as mensagens de paz e esperança? A visita ao Brasil e a doação de um anel para uma comunidade pobre do Rio de Janeiro? Como esquecer que, antes de se tornar papa, Karol Wojtyla sentiu na pele a tirania dos poderosos, que castigava a sua terra natal, a Polônia?

Como esquecer o sofrimento e a dor no final da vida deste homem e santo? E como esquecer os quão abençoados e felizardos nós fomos, porque pudemos ver e ouvir um santo em carne e osso! Deus nos deu a honra e oportunidade de vivermos na mesma época que João Paulo II, a quem pudemos acompanhar de perto. E que bênção tivemos! Pois não tivemos apenas um, mas dois santos contemporâneos. Infelizmente, quem tem menos de 50 anos não lembra muito bem de João XXIII.

Afinal, há meio século, o mundo ainda não estava tão conectado como agora.

Mas pudemos ver e ouvir João Paulo II. E o mundo todo pode dizer que um grande homem caminhou sobre a terra. Um homem que se tornou um santo! E bem-aventurados os que o ouviram!

O mundo precisa de exemplos como ele: fé, coragem, retidão! Pode parecer careta e retrógrado falar de valores como esses. Afinal, honestidade e coragem parecem que estão fora de moda na atualidade. Isto me entristece muito, pois uma sociedade sem valores, sem ideais, é uma sociedade vazia e sem esperança, amparada no materialismo que reduz a pessoa a um objeto, um consumidor, que consome, consome e consome. E quando não houver mais o que consumir no planeta, vamos descobrir que perdemos muito tempo com as coisas que passam, e esquecemos das que não passam. *Aí, será tarde demais.*

Marco Antônio Vieira de Moraes

Onde você deseja anunciar ?



Revista



Comerciais



Busdoor

Comunicação Visual

Endomarketing

Outdoor

Folders

Artes Gráficas

Campanhas Publicitárias

**P**aixão, determinação, suor e lágrimas. Estes são os ingredientes da vida de uma bailarina. Assim como tudo na vida, a dança requer dedicação e sacrifícios. Enfrentar preconceitos e destruir mitos também fazem parte da história desta forma de expressão artística, que transforma o corpo em instrumento e obra de arte. Quanto treino e determinação para agradar ao público e também para ensinar esta arte! Poucos sabem os sacrifícios que as bailarinas se impõem para dar a ilusão de que flutuam no palco.

Em um país em que pouco, ou quase nada, se valoriza a cultura e a arte, o amor à dança não apenas divulga uma maneira de expressão, mas também colabora para derrubar mitos e paradigmas, contribuindo para o avanço da cultura brasileira e da melhora da qualidade de vida de muitos jovens, que encontram na dança não apenas uma profissão, mas, prin-

# DANÇA

## a arte de se expre

*Paixão, determinação e  
muito empenho fazem parte deste mundo*

cipalmente, uma forma de viver. Uma paixão movida a sapatilhas. Veja nesta edição como a dança mudou a vida de várias mulheres.

Inspirados pela trajetória de Kat Wildish, que abdicou de todos os luxos e riquezas para se dedicar aos palcos, nós, da Revista Hadar, resolvemos dedicar esta matéria, não apenas às bailarinas entrevistadas, mas a todas, que de maneira





do aquele teatro, percebeu que se transformou na maior inspiração da vida de outra pessoa.

Apesar de ter escolhido a dança como seu objetivo de vida ainda muito nova, ela também sabia das dificuldades que enfrentaria, tanto que Kat enfrentava, diariamente, 5 quilômetros de bicicleta até as aulas, até que, ao término do colegial, foi convidada a dançar com duas grandes companhias: Cincinnati Ballet, em Ohio e Louisville, em Kentucky e também por uma escola em Nova York. Kat dançou em Louisville por dois anos e, depois, mais velha, mudou-se para Nova York, na Escola Americana de Ballet (School of American Ballet).

Após algum tempo na escola em Nova York, foi para a Europa dançar e quando voltou para os EUA começou sua jornada na ABT (American Ballet Theatre), quando Mikhail Nikolaévich Baryshnikov era o diretor da ABT.

Aos 24 anos, foi chamada para fazer o pa-

# N C A

## ssar com o corpo

31

encantadora, leve e doce, movimentam-se, levando alegria e beleza, aonde quer que passem.

Nascida em Tampa, na Flórida, Kat Wildish escolheu o balé, pois queria se expressar sem dizer nada e foi a partir daí, que ela começou com a dança, nas férias de verão da escola, com 8 anos e meio. Mas, com o fim do verão, o programa escolar acabou e ela teve de procurar

uma escola de dança e foi assim que encontrou a Escola de Ballet Anzia (Anzia School of Ballet) que, hoje, se transformou na Tampa Ballet, na Flórida.

A sua maior inspiração foi quando a escola a levou, ainda pequena, para um teatro assistir a um balé. A história era de uma menina que vendia fósforo e consequentemente ela enxergava a avó que já havia falecido quando acendia o fósforo. Ela complementa contando que, certa vez, estava dando aula e uma aluna, que já sabia da história, pediu para que a contasse novamente, o que a fez começar a dançar e, no fim da aula, a aluna trouxe a criança, já moça, que fez o papel da menina que vendia palitos de fósforos. Naquele momento, Kat disse que a moça, que pensava que não havia sido nada demais fazen-

pel da gata branca no musical “Cats”, em Hamburgo. Ela conta ainda que o balé que ela mais gostou de dançar foi “O Quebra Nozes”, onde, por 27 anos consecutivos, foi a Fada Açucarada.

Durante toda sua carreira, Kat destaca que o maior desafio que enfrentou foi quando ela estava na Itália, treinando para uma competição na Bulgária, e ela não pôde se apresentar devido a uma lesão. Seu coreógrafo nessa competição foi Bob Fosse, um dos maiores coreógrafos americanos e pai de sua amiga de classe, Nicole Fosse. Kat contou que também treinou para ir para as Olimpíadas de 1996, pois saltava muito bem, mas acabou tendo uma lesão no posterior da coxa e afirma rindo: “Não sou boa para competições”.

Kat Wildish dançou, profissionalmente, por 40 anos e, apesar disso tudo, seu foco principal não deixou de ser o clássico. Atualmente, dependendo da escola, ela também ensina o moderno e o contemporâneo, pois não é de hoje que ela leciona.

Ela conta que sempre gostou e teve talento para dar aulas e que faz isso desde os seus 15 anos. Este ano, ela está completando 40 anos sendo professora, já lecionou na 92nd Street Y e na Ballet Arts, as duas escolas de dança mais antigas de Nova York. Durante muitos anos, também lecionou na Steps on Broadway e Broadway Dance Center.

### **Ainda em atividade**

Hoje em dia, Kat leciona toda semana no Alvin Ailey, Pace University e todo verão, na Itália, há 15 anos, para 40 alunos por dia; e nas suas aulas tem desde pessoas que dançam por hobby, até profissionais.

Ela diz que se sente muito bem ensinando quem não tem o propósito de ser um profissional da dança, pois acha muito bonito quem só busca expressar o que sente.

Também faz 12 anos que ela tem uma mostra de dança, três vezes por ano, para adultos, os quais ela seleciona e coreografa. “É um show que envolve vários estilos de dança com mais ou menos 280 pessoas”, conta.

No seu último show, Kat contou com o auxílio de um jovem de 27 anos que sofreu um acidente quando tinha 17 anos e ficou paraplégico.

Ela lembra que, com muito esforço para andar, ele implorou para poder fazer parte da sua aula e, assim, Kat o colocou para treinar e, hoje, afirma que olhando para ele percebe que aquele ato de aceitá-lo num momento difícil mudou a vida dele.

Além de casos como esse, Kat leciona para pessoas com deficiência visual, cadeirantes, autistas, portadores de HIV, crianças que já foram abusadas sexualmente, entre outros vários casos, como o de uma menina que perdeu o dedo, que dá sustentação para a bailarina na sapatilha de ponta, e pensou que nunca mais poderia dançar. Ela lembra também de uma escola brasileira que trabalha com deficientes visuais, a qual ela acolheu quando estava em Nova York.

### **Desafio nos palcos**

Quem também optou por seguir os passos da dança, foi Laura Mayer: “Aqui é a minha casa, eu nasci para viver aqui. É indescritível a sensação de ver o público vibrar por sua arte, por aquilo que acredita e ama! Sempre soube que seria bailarina, não me vejo em outra profissão, sou apaixonada pelo meu trabalho”, afirma.

Bailarina desde os 7 anos de idade e profissional há 18 anos, ela enxerga a dança como sacrifício, prazer, amor, dedicação e, acima de tudo, disciplina, além de alimento para a sua alma. “Graças a Deus, a minha família teve a consciência de que a arte é um trabalho de respeito, acreditou em meu talento e apostou em minha carreira desde sempre”.

Com tantos anos de experiência e dedicação, Laura afirma que ainda se depara com alguns desafios: “A superação física, entender que o corpo é um traje sagrado e nunca deixar que os problemas pessoais interfiram na sua arte. Eu já tive que entrar em cena após perdas na família, com o coração dilacerado, ou com muita dor por causa de alguma lesão, e o espetáculo teve de ser o mesmo. O público quer e merece uma apresentação impecável”, conta a bailarina.

Entre as apresentações inesquecíveis, ela afirma que não saberia pontuar somente algumas, mas uma foi especial e foi a primeira vez em que dançou em Paris e sua mãe estava na plateia.

Atualmente, Laura Mayer faz parte de uma companhia de dança profissional chamada “Studio 3 Cia de Dança”, que tem o patrocínio Klabin, direção artística de Vera Lafer e Anselmo Zolla, direção teatral de José Possi Neto e conta com 18 bailarinos em seu elenco e, apesar de tanto sucesso profissional e dedicação, ela afirma que já pensou em desistir. “Esta é uma profissão onde você se realiza em 20% do tempo e frustra-se nos outros 80%. Acontece que os 20% são tão intensos e incríveis, que você aprende a lidar com todo o resto e ele se torna muito pequeno. O artista tem que ser forte. Esta não é uma profissão fácil, somos atletas, falamos com o corpo, usando-o como nossa maior forma de expressão. Porém, sacrificamos a saúde física de forma violenta”.

### **Desistir ou não do sonho?**

Outra que esbarrou na dúvida da desistência, foi Ana Claudia Provasi: “É um caminho difícil, existe muita dor no corpo, você ouve muitos não nesse caminho, mas até gosto de receber uns não, “digo que gosto”, porque penso que um não faz pensarmos o que temos que aprender e fazer para que ele vire um sim, como acredito que a cada dia aprendemos muito, o não serve como reflexão e não como desistência”.

Há vinte anos transpondo desafios, Ana Claudia começou a dançar aos três anos de idade e, logo depois, com seis anos, matriculou-se nas aulas de balé clássico no Balletteatro Fred Astaire, em Tatuí, tendo aulas com Marilene Romagnollo, uma mestra que a ensinou muito com o seu carinho e disciplina indispensáveis para uma bailarina, levando a então aluna a fazer todos os exames do método da Royal Academy of Dance.

Ela conta que também começou a fazer jazz com Mirella Arena, que a ensinou diferentes movimentações que são mais fortes e pausadas. Também teve aulas com Ana Cristina, que a ensinou como ter ritmo e segurança com o sapatado e a sensualidade da dança do ventre, com Ríciele Proença. Mas tudo isso foi possível graças ao apoio que recebeu de sua mãe. Depois de todo esse aprendizado, Ana Claudia quis fazer



graduação em Dança, na UNICAMP, e em resumo, é recém-formada, atua como professora de Ballet, Jazz, Contemporâneo, Ballet Fitness, Zumba, Dança Criativa e Danças Brasileiras.

Para ela, o principal desafio encontrado durante esta caminhada foi a desvalorização pela profissão no Brasil e a falta de informações das pessoas, que se torna um desafio para um bailarino. “Não valorizam o tempo que vivemos estudando e nos dedicando a essa Arte. A mania de achar que dançar pode ser fácil e qualquer um pode ser um bailarino se torna um desafio para a profissão. Mas de fato sinto e fico feliz que, aos poucos, isso está mudando porque tive a sorte de trabalhar em colégios que estão cada vez mais valorizando e tendo abertura para desenvolver outra leitura sobre a dança, com muita valorização e entendimento do quanto a arte é essencial para um ser humano, quanto à construção pessoal, e como ela tem de ser aplicada por uma pessoa que passou e estudou para isso”.

E, hoje, com uma bagagem profissional bem carregada, Ana Claudia afirma categoricamente: “Sempre digo que a dança é minha força, pois, dançar me faz bem, alimenta minha alma e me mantém viva. Tem o poder de me fazer flutuar, de me deixar sem ar, de me fazer esquecer o mundo, as pessoas e os problemas. Dançar é minha vida, é minha grande paixão, é a ilusão de que nada me atinge enquanto danço. Dançar me traz sensação de conforto, de alívio, de esperança, de leveza, de amor, de paixão, me encanta, me descabela e sempre me faz perder o chão”.



### O sonho de ser bailarina

Quem também sempre quis trilhar os caminhos da dança, é Silmara Verzinhasi, que desde criança, sabia que queria ser bailarina e professora de dança. “Empenhei-me para conseguir, pois não consigo me imaginar fazendo outra coisa, amo estar no palco e amo transmitir o que sei aos meus alunos e também aprender mais a cada dia com cada um. Sou formada em Educação Física, mas essa formação só veio para complementar, quis estudar e aprender mais para a dança”.

Ela vê a dança como a realização de um sonho de criança, uma grande paixão e hoje, sua profissão, que encarou com seriedade. Hoje, além de dançar, recebe em sua escola, muitas crianças que trazem no coração o mesmo sonho.

Atualmente, apesar de não trabalhar mais como bailarina, mantém seu foco na dança, mas como professora e coreógrafa, dando a oportunidade de suas alunas mostrarem o que aprendem em sala. “O que tenho para falar para quem sonha em ser bailarina ou professora de ballet é o que digo todos os dias aos meus alunos: “Dançar, principalmente o balé, não é fácil, mas com dedicação, amor, vontade e muito treino, é possível realizar esse sonho. Treino é a palavra chave para o sucesso, não

adianta só ter talento, é necessário muito esforço e horas de treino. É preciso realmente amar a Dança e trocar muitas coisas por ela. Mas todo esse esforço é recompensado ao subir no palco e mostrar ao público a sua paixão. Quem tem esse sonho deve se dedicar, pois é maravilhoso fazer o que se ama”.

Através da dança, além de realizar seu desejo de infância, Silmara teve a oportunidade de ir a muitos lugares, além das inúmeras apresentações e festivais de Ballet, Jazz, Contemporâneo e Sapateado. Teve uma época em que ela dançava em três canais de TV ao mesmo tempo e depois, por indicação de Laura Mayer, foi trabalhar junto com ela na Banda Primeira Mão de São Paulo, considerada, na época, a melhor do estado.

“Uma fase inesquecível e que me dá muita saudade, porém o desejo de voltar e ter a minha escola nunca me abandonou, tive inúmeras oportunidades de trabalho, inclusive em outros países, mas algo dentro de mim dizia que eu precisava voltar, como se o desejo de ser “apenas” bailarina fosse pequeno perto do desejo de ser bailarina e professora de dança e, assim, poder oferecer às crianças da minha cidade oportunidades semelhantes às que eu pude vivenciar”, descreve Silmara.

### Antes tarde do que nunca

Apesar da iniciação tardia no balé, que aconteceu em nível acadêmico, aos 17 anos de idade, Mirella Arena começou a sentir a energia da dança aos 9 anos, quando levava sua prima para fazer aulas de balé e reproduzia as coreografias em casa.

O mais interessante é que ela não teve o incentivo direto de ninguém, apenas encasquetou com a ideia, parou de pagar um curso de inglês e foi realizar seu desejo de dançar, mesmo contra a vontade de sua mãe, que apesar de não ter gostado da atitude, não a impediu.

“A dança me faz sentir livre e feliz, uma forma de encarar melhor a realidade que me cerca. Nunca planejei ter a dança como profissão, apenas queria dançar e dançar, sem maiores pretensões, mas graças à Ana Suely de Almeida (in memoriam), que me deu a oportunidade, as coisas foram acontecendo de uma forma simples e natural e, há 20 anos, estou como professora, coreógrafa e sócia proprietária do Balletteatro Fred Astaire, com Ana Cristina da Silva, minha irmã por opção”, conta Mirella.

Além de profissional da dança, ela é professora de Matemática e seu maior desafio continua sendo o de conciliar, satisfatoriamente, suas duas profissões que tanto ama. “A dança me

ajuda a ser uma educadora e gestora mais bem-humorada e mais disposta, para encarar o público juvenil com o qual eu trabalho na escola”.

Apesar de já ter pensado em desistir, em razão da idade e de outras prioridades, como a maternidade, num certo momento, Mirella Arena afirma que parou para avaliar se tanta correria valeria a pena e em se tratando de dança, principalmente, viu que vale muito e aprendeu a ser uma dançarina de qualidade, não de quantidade, mas que ainda tem muito a melhorar nesse sentido.

Ao longo da carreira de bailarina, ela lembra um espetáculo em especial, que aconteceu no Conservatório de Tatuí, com a apresentação “Beijo Doce”, quando teve a oportunidade de dublar Liza Minelli em “New York, New York”, quando se sentiu a própria Liza, revela, aos risos.

Outra curiosidade sobre Mirella, é que seus estudos foram iniciados através do Jazz, sua maior paixão e só depois de dois anos, teve contato com o balé clássico. “Encantei-me pelo balé clássico ao fazer aulas com músicas “não clássicas”, ou seja, música popular brasileira. Anos depois, pude perceber a magia de se fazer balé clássico com músicas clássicas, que até então me soavam estranhas, haja vista que nunca fizemos parte da minha cultura musical na infância. Em resumo, não me intitulo “bailarina” por esse motivo, mas levando em conta que sempre quis bailar, então, sempre quis ser bailarina”, explica.

### **A arte da dança**

“Eu sempre quis estar no meio da arte, comecei com a música e ela me levou à dança, que é uma forma de expressão. Estando no palco dançando ou fora dele criando, é sempre uma manifestação artística”, explica Ana Cristina Machado, que começou a dançar em 1985, no Studio Cidinha Tricta, aos 12 anos, e, desde então, não parou mais.

Hoje, sócia proprietária com Mirella Arena, exerce a função de professora, coreógrafa e diretora artística, além de Arte-Educadora numa escola estadual de Tatuí. Também já participou de festivais, mostras, competições e já esteve em outros países, junto com a Orquestra de Metais Lyra Tatuí, ajudando nas coreografias.

Mas, antes mesmo de firmar carreira na dança, Ana Cristina conta que, ao pisar num palco pela primeira vez, sentiu um encantamento tão grande, que teve certeza que tinha que fazer parte daquilo. “Minha paixão é coreografar, passar pelo processo de criação, pesquisa, ensaio, até chegar ao palco. Nunca pensei em desistir da dança e o principal desafio enfrentado é a minha própria autocrítica”.

### **Enfrentando desafios**

Para dedicar-se ao sonho de ser bailarina, Jackeline Coutinho teve de abdicar de muitas coisas. Uma delas foi deixar sua família no in-

terior e viver sozinha em São Paulo com apenas 14 anos.

Inicialmente, ela desconhecia o fato da dança ser uma profissão e quando era criança, sempre quis ser fisioterapeuta, mas decidiu ser bailarina quando começou a ver que existia um mundo inteiro voltado para a dança. Hoje em dia, ela cursa a faculdade de Fisioterapia, mas ainda se dedica à dança.

“Desistir: com certeza estaria mentindo se dissesse que nunca pensei nisso, sempre existe aquele momento em que você coloca as coisas na balança para ver como serão, quando você sai da fase criança para 'estou crescendo' e aí surgem as complicações e as decisões e, sim, desistir de tudo faz parte de uma das decisões da vida, mas são escolhas e, por enquanto, a minha é levar a arte por esse país”, conta Jackeline.

Ela começou seus estudos de dança aos 5 anos, no Teatro de Dança Rosinha Orsi, e sempre fez balé por hobby, mas jamais imaginou que levaria esse rumo. Aos 12 anos, começou a fazer aulas em São Paulo, com a mestre Toshie Kobayashi, e foi aí que decidiu que queria isso para sua vida e, hoje, com 19 anos, dança profissionalmente para a Companhia Cisne Negro.

“A dança para mim é aquele momento em que você fica com você mesmo, com o seu eu, dentro daqueles movimentos interpretados da sua maneira, podendo esquecer de todo o mundo lá fora e vivendo só aquilo. Parece um conto de fadas, uma viagem na sua cabeça, levando para o corpo em forma de movimentação”, descreve Jackeline, que já se apresentou em muitos estados do Brasil e também na Alemanha e nos Estados Unidos, em Nova York.

### **Desistir, jamais!**

“A dança representa, digamos, 80% da minha personalidade e de tudo que faço diariamente. Não imagino um dia sequer, parar de dançar, pois a dança me completa”, conta a bailarina Viviany Carriel, que começou a dançar aos 6 anos e, desde então, segue com uma bagagem bem ampla de experiência.

A jovem conta que passou por diversas escolas, dançou em estúdios de outras cidades, até chegar onde está. No entanto, teve de parar por um determinado tempo, devido a fraturas e, conseqüentemente, isso fez com que ela se atrasasse para sua formação profissional. Porém, aos 21 anos, já tem 13 anos de palco no total.

Seu maior incentivo sempre foi próprio, pela vontade de crescer e poder se tornar uma profissional na área da dança. “O caminho é longo e sofrido, porém, o pote de ouro lá no final é o que faz toda a diferença”, conta Viviany.

Atualmente, ela dança no Studio Sil Verzhnassi, um dos estúdios que, para ela, colaborou para sua volta. “Foi onde me reergui e pude





acreditar que, depois de tanto tempo, eu era capaz de voltar e ser uma bailarina ainda melhor. Devo muito a Silmara Verzinhas e à minha força de vontade e fé, que nunca me deixaram desistir”, afirma.

### **Lute pelos seus sonhos, vale a pena.**

Aos 29 anos, Anelena Bueno Frollini carrega muitos sonhos, conquistas e derrotas. Começou sua carreira como bailarina aos 7 anos, no Balletteatro Fred Astaire, onde, no ano seguinte, iniciou no sapateado. Depois, estudou balé, sapateado e jazz com Laura Mayer, uma grande amiga sua e bailarina até hoje.

Aos 13 anos, viajava para Sorocaba pelo menos duas vezes por semana para estudar no Balletteatro Mônica Minelli, onde concluiu até o VIII grau do Royal Academy of Dancing of London e teve a oportunidade e felicidade de participar de diversos festivais de dança nacionais e internacionais, com direito a várias premiações.

No ano de 2001, aos 16 anos, mudou-se para Campinas, para dançar na Pré-Companhia de Sapateado Tap Studio, dirigida por Luyz Baldijão. Em janeiro de 2002, tornou-se integrante da Galpão 1 – Érika Novachi Grupo de Dança, Indaiatuba, onde permaneceu até outubro de 2007. Durante este período, renomados coreógrafos como Ruben Terranova, Andrea Pivatto e Anzelmo Zolla coreografaram para a companhia, além, é claro, da diretora e coreógrafa residente Érika Novachi.

Já em 2004, foi selecionada para participar de alguns programas de televisão na TV Globo e na TV Bandeirantes, com o coreógrafo Oswald Berry. No final de 2007, teve de deixar os palcos e as salas de dança para se dedicar ao mestrado e trabalho no momento, pois é graduada e mestra em Educação Física pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP).

Após terminar o mestrado, Anelena decidiu realizar o seu sonho: voltar a dançar e ir estudar em Nova York e, no ano de 2010, mudou-se para lá. “A vida nos desafia em muitos momentos, mas acredito que o meu principal desafio é estar longe de quem a gente mais ama e nos ama: a família. Sou muito apegada a minha família, que é a nossa base, o nosso esteio e ficar longe deles torna-se mais difícil encontrar o equilíbrio, tanto para mim quanto para eles”, conta a bailarina.

Para Anelena, que já passou por muitos desafios, a vida em si é uma grande fonte de inspiração, muitas pessoas, momentos e coisas ao nosso redor podem ser vistas como inspiradoras e vai depender da forma como você olha para elas. “Mas com certeza as pessoas que mais me inspiram dia a dia são os meus pais e minha avó Alice, que, infelizmente, já não está mais aqui entre nós”.

Apesar de todas as barreiras, do fato de viver fora do seu país, longe de seus pais e abrir mão de tudo em nome da dança, ela afirma: “é uma

experiência mágica e única, literalmente um sonho se tornando realidade e sou muito grata e feliz por isso. Mas, como tudo na vida existe o outro lado, não é fácil e muitas vezes muito doloroso. O crescimento pessoal e profissional conquistado é na base da “porrada” as situações se amplificam quando você está longe da família e da sua terra natal, não tem ninguém pra te proteger e que você confie 100%, você se comunica na sua segunda língua e ainda que, em Nova York, você encontra pessoas do mundo inteiro com culturas completamente diferentes. Além disso, pouco posso fazer, caso minha família precise de ajuda. Mas como diz a minha mãe: faz parte da vida”.

### **Dança: uma escolha para a vida**

Professora de balé clássico, Marilene Romagnollo Lorenzetti considera a dança como a sua vida. “A dança te deixa mais sensível, mais determinado, a dança é arte e arte te faz uma pessoa melhor, não tem como”.

Aos 46 anos, Marilene conta que começou a dançar quando tinha 12 anos, contando sempre com o incentivo de seus pais, pois quando despertou para o balé, Tatuí ainda não contava com escolas de dança. “Tinha uma senhora que alugava um espaço e vinha de outra cidade, duas vezes por semana, quando soubemos disso, lá estava eu, adorando fazer aulas de ballet. Depois, abriu uma escola em Tatuí e comecei a fazer aulas (Studio de Dança Cidinha Tricta). Eu, nesse tempo, ganhei uma bolsa de estudos no Studio 415, em Piracicaba, com certeza fui para lá. Algum tempo depois, fui para Sorocaba, onde comecei a estudar pelo método Royal Academy of Dance, método inglês, fui para São Paulo, onde frequentei o Ballet Stagium e Studio 3. E, nesse tempo, vi que tinha vocação para ensinar, e comecei a dar aulas no Balletteatro Fred Astaire e também em Sorocaba”, conta.

A professora de balé acabou cursando a Faculty of Education Royal Academy of Dance, é membro da RAD e trouxe os exames da Royal para Tatuí, que são reconhecidos mundialmente, onde os alunos têm seu certificado ano a ano, vindo examinadores de vários países para avaliar os bailarinos, levando com grande mérito o diploma, tanto que a patrona do método é a Rainha Elizabeth Segunda.

E, hoje, com tanta experiência para contar e ensinar, Marilene aconselha: “para quem ama a dança e quer seguir: muita aula, bons professores, muita disciplina, sempre se aprimorar e executar todos esses quesitos com muito amor, paixão, pois isso é o que vai dar o colorido à sua técnica. É um casamento entre técnica e sentimento, não se pode dançar só com um desses. Isso para aqueles que querem seguir carreira. Mas dançar é bom para qualquer um, em qualquer idade, sempre é tempo de começar”.

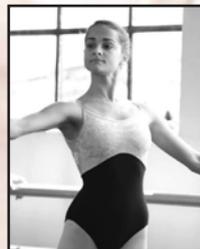
# Conselhos de quem conhece a arte da dança



“A dança, a arte em si, é formadora de pessoas, tem que ser levada a sério, movimentada o corpo, a mente, criatividade, autoestima, desenvolvimento. Vejo, cada vez mais cedo, meninas colocando a tão sonhada sapatilha de ponta sem ter a mínima condição para isso e ballet é responsabilidade sobre o outro”. (MARILENE)



“Siga o seu coração e faça com amor. As dificuldades no caminho aparecerão, independente da profissão, então, acredite no que gosta e no que faz, estude e lute pelo seus sonhos”. (ANELENA)



“Não lembro a primeira vez que pisei num palco, mas lembro-me das mais importantes, e foram as melhores sensações. Você fica em um mundo paralelo distante de tudo, onde pode usar todos os sentimentos que está naquele momento, nervoso, ansiedade, gelo na barriga, felicidade, alegria, tensão e tentar ao máximo passar a sua arte para o público”. (JACKELINE)



“Estudo, comprometimento com os seus propósitos e humildade, sempre”. (ANA CRISTINA)



“Muitas vezes você terá de abrir mão de tudo para ensaiar, afinal, como em qualquer área, o treino é fundamental. Mas subir num palco segura da coreografia é uma sensação maravilhosa, só assim se pode curtir de fato aquilo que se expressa, aquilo que se dança. Portanto, treino, treino, treino”. (MIRELLA)



“Posso dizer que a emoção, o frio na barriga, a adrenalina a mil estão presentes todas as vezes que subo no palco, não tem como “se acostumar”, cada apresentação é única, mesmo que seja a mesma coreografia, o público é diferente, o lugar é outro, nunca é igual. Cada vez que subo no palco e danço a sensação é única e especial. Inexplicável”. (SILMARA)



“Nasci pra dançar, para ser bailarina e não importa o lugar. Amo ser Bailarina”. (VIVIANY)



“Dançar é mais do que prazer, é mais do que dançar, é um carinho ao meu corpo, um despertar para a felicidade. É mistura de sensações que faz aflorar diferentes pessoas dentro de uma única pessoa. Dançar sem vergonha, sem pudor, com humor e com amor. Dançar é assim como se apaixonar. É um estado de espírito de eterna felicidade”. (ANA CLAUDIA)



“Trabalhe muito, faça muita aula de ballet clássico, prepare o seu corpo. Ele será o seu instrumento de trabalho e precisa estar muito forte. Adquirir técnica, sem ela você não chegará a lugar algum. Busque a perfeição, não desista, a arte é para ser perfeita! Doe sua alma, a arte a trata de volta cada vez melhor”. (LAURA MAYER)



“No excuses” – Sem desculpas. “Se você realmente quer, não há nada que te impeça de conseguir”. (KAT WILDISH)

TB Wankoff

# Qualidade de Vida



# MMA – o novo “futebol” brasileiro

*A Em grande crescimento nacional, o esporte promete ultrapassar o futebol em popularidade!*

**H**á alguns anos, se fosse feita uma pesquisa no Brasil, questionando a popularidade de nomes como Júnior Cigano, Anderson Silva e José Aldo, atuais campeões do UFC (Ultimate Fighting Championship), certamente poucos saberiam de quem se tratava. Já nos dias de hoje, o MMA (Mixed Martial Arts) é tão popular que tem lugar garantido no horário nobre da TV. No remake da novela Guerra dos Sexos, que estreou, na Globo, no início deste mês, o personagem Ulisses (vivido por Eriberto Leão) luta MMA e não boxe, como na rodagem original dos anos 80. E este é só um dos exemplos de como o esporte ganhou a TV e o coração dos brasileiros.

Conversamos com Marcela Da Coll e Giulio Orsi, praticantes de Jiu Jitsu e Muay Thai, que estiveram recentemente na últi-

ma edição do Jungle Fight, maior evento de MMA da América Latina, e explicam a popularidade do esporte. “Para entrar no UFC, o atleta precisa se destacar nas lutas de MMA, conseguir bons resultados e ter um bom cartel. O Jungle Fight é uma das maiores portas de entrada, pois quem tem bons resultados no evento já tem um ‘pé dentro do UFC”, completa Marcela.

Uma das razões que fizeram o MMA explodir foi a ideia do ex-lutador de boxe Dana White, presidente do UFC, que tornou o MMA um espetáculo. Ao comprar a marca em 2001, White viu deixar de ser apenas uma luta e virar um espetáculo. Com desdobramentos do UFC em produtos licenciados, cotas de transmissão pela TV e eventos ao redor do mundo, a marca, hoje, é avaliada em mais de US\$ 1 bilhão.

O MMA cresceu tanto no Brasil que, atualmente, o país tem pelo menos cinco eventos de artes marciais mistas de alto nível sendo disputados. Além do UFC, os lutadores também sobem no octógono no Jungle Fight, Amazon Forest Combat, Max Fights, Shooto Brasil e Haidar Capixaba Combat. “Nós acreditamos que esse crescimento é um resultado dos atletas brasileiros que estão se destacando cada vez mais, conquistando cinturões e ganhando a mídia. E, para nós, não há nada mais justo, já que o esporte começou a ser desenvolvido, no Brasil, com a criação do jiu jitsu pela família Gracie e, posteriormente, o vale tudo pela mesma família”, explica Giulio.

Em 2011, Vitor Belfort chegou a “prever” que o MMA superaria o futebol em termos de popularidade no Brasil. Será que essa hora chegou?



**O seu anúncio publicado onde todos veem!**

**O que você está esperando?**

Venha divulgar no **busdoor** com a gente!



Rua 7 de Maio, 150 - Centro - Tatuf

# Pós-Parto: Quando e como começar os exercícios físicos?

*Cuidado e prudência são indispensáveis às mães, após darem a luz, para voltar à forma física sem turbulências.*

**A**pós dar a luz, toda mãe tem o desejo de voltar à antiga forma física, livrando-se dos quilinhos a mais da gravidez e também de possível flacidez, estrias, etc. Mas todo cuidado é pouco e as recentes mães devem fazer tudo com prudência, sempre se lembrando de consultar seu médico e um professor de atividade física para começar a trabalhar o corpo novamente.

Recomenda-se que, após o parto normal, que tem recuperação rápida, pode-se voltar a atividades físicas em 15 dias, mas sempre conversando com o médico antes, porque cada caso é um caso. Costuma-se liberar caminhada, corrida, musculação leve, abdominal, alongamento, ioga e pilates, se não

houver complicações do parto.

Já depois da cesariana, que tem recuperação mais lenta, um mês depois da cirurgia pode-se voltar a fazer atividades físicas leves e que não forcem muito a musculatura abdominal: caminhadas leves a moderadas, alongamento de braços e pernas.

Segundo Maria Fernanda Schifflers, professora de educação física, a mulher deve respeitar o tempo que ficou sem se exercitar, voltando aos poucos até que alcance a sua rotina normal de atividades. “O que se deve evitar são exercícios muito intensos, que possam levar ao esgotamento físico, já que isso pode prejudicar a produção de leite materno, levando a uma má nutrição

do bebê no momento em que ele mais precisa”, explica.

Uma excelente opção para a retomada é a hidroginástica. Além de tirar o peso do corpo, facilitando os movimentos, a piscina ameniza inchaços e ajuda a relaxar. “A hidroginástica é importante tanto no pré-natal quanto no pós, pois ela ajuda na preparação do seu corpo, e os efeitos da gestação podem ser amenizados mesmo antes do parto”, explica Fernanda. O principal problema a ser resolvido, nesse caso, é o da falta de tempo, já que, no começo de sua vida, o bebê requer muita atenção, e fica difícil, principalmente, se precisar se deslocar a uma academia. A melhor opção seria ter um professor particular e fazer aulas em uma piscina aquecida em casa ou no condomínio. Mas lembrando que para fazer esse tipo de exercício também é necessária a liberação do obstetra.

Mas é importante ressaltar que o simples fato de amamentar já contribui para a perda de peso, já que é necessário um consumo enorme de calorias para formar o leite e essa energia é retirada da reserva da mãe, ajudando-a a emagrecer. Por isso que não é recomendada uma dieta restritiva durante o período de amamentação.

**Atividade**  
Studio do Bem-Estar, Saúde e Estética

“Studio de Alta Tecnologia em Tatuí”

#### Tratamento corporal

- \*Lipo Sem Cirurgia
- \*Flacidez
- \*Celulite
- \*Estrias

#### Estética facial

- \*Bioplastia
- \*Rejuvenescimento
- \*Peeling de Diamante

- \* Orientação Nutricional;
- \* Criolipólise;
- \* Ultralipocativação;
- \* Radiofrequência;
- \* Carboxiterapia;
- \* Ozonioterapia;
- \* Plataforma Vibratória;
- \* Sculptor;
- \* Pilates

#### Emagrecimento

- \*Nutricionista
- \*Detox

#### Tratamentos especiais

- \*Ozônio
- \*Psicanálise
- \*Reflexologia
- \*Iridologia
- \*Ortomolecular

#### Tratamento Exclusivo

- \*Depressão
- \*Traumas
- \*Síndrome do Pânico

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



Você de bem com a sua saúde!

Rua do Cruzeiro, 716A | Tatuí-SP  
Fone: (15) 3251.4334 - 99672.2453 - 98152.8196  
E-mail: [studio@atividadelaboral.com.br](mailto:studio@atividadelaboral.com.br)

# Da França à Bélgica,

**D**a famosa França até a pequena Bélgica, avô e neto estreitaram suas relações e fizeram com que a viagem de aniversário de 15 anos de Daniel se tornasse inesquecível. “Tudo começou quando minha neta mais velha estava prestes a fazer 15 anos e começou a pedir uma festa para comemorar. E eu sugeri que, em vez disso, trocássemos por uma viagem, ela topou e fomos para a Itália, Suíça e França em uma maravilhosa viagem.” Explica Neusa Proost, agente de viagem por profissão e turista por paixão.

E, agora, tinha chegado a vez de outro neto fazer aniversário, Daniel, e dona Neusa resolveu levá-lo para conhecer a terra natal de seu avô, a Bélgica, e aproveitar e conhecer alguns outros lugares ao redor do pequeno país europeu.

O passeio de 15 dias começou na famosa Paris, logo após, entraram em uma excursão pela Alemanha, Holanda, Luxemburgo e Bélgica, terminando a viagem em Antuérpia, cidade natal de Marcel, avô de Daniel. “Quando chegamos à Bélgica, perguntei a ele o que estava sentindo, e ele me disse que estava se identificando com o local”, conta dona Neusa.

Um dos passeios foi um pequeno cruzeiro pelo Rio Reno. Com mais de 1200 km de extensão, esse rio nasce nos Alpes, no leste da Suíça, e atravessa seis países (Suíça, Liechtenstein, Áustria, Alemanha, França e Holanda). O Reno é um daqueles poucos lugares privilegiados que existem por aí e, ao mesmo tempo, é único em suas características. O que o faz

## *Um passeio histórico unindo gerações*

tão especial é o conjunto harmônico da natureza ao seu redor, somado a uma intervenção humana, que é pura arte. Ao longo de seu trecho principal, estão dezenas de vilas e pequenas cidades, vinhedos, teleféricos, atrativos diversos e, principalmente, dezenas de castelos históricos, encarapitados no alto dos morros, como a observar quem passa lá embaixo, e prontos a contar mil histórias da Alemanha medieval.

Passaram por diversas cidades, entre elas Bruges, considerada uma das cidades medievais mais belas da Europa, e seu encanto se dá também pelo seu centro histórico, que foi declarado Patrimônio da Humanidade e suas esplêndidas construções margeadas



# uma viagem inesquecível

por canais, que tornam a cidade turística uma das mais procuradas da Bélgica. Apenas algumas horas de trem depois, já estava Antuérpia, parada final da dupla. A cidade belga é a capital mundial dos diamantes. Assim como em Bruxelas, a cidade também tem um centro histórico muito bonito. E lá ficaram na casa de familiares por quatro dias, escutando histórias e conhecendo locais onde o avô tinha vivido. “Meus cunhados e sobrinhos fizeram álbuns com fotos e documentos antigos da família e deram de presente para Daniel trazer e lembrar-se sempre deles”, conclui.

Dona Neusa e Daniel se divertiram e se emocionaram muito na viagem. “Quando você viaja para um local que faz parte da sua história, algo mexe com você, parece que o sangue que corre na sua veia reconhece o lugar.” Explica a agente de viagens. Fazer essa viagem com o neto foi especial e ela cuida da saúde para poder fazer com todos, já que ainda faltam quatro netos chegarem à idade.



41



## AMSTERDAM

COM A ANTUÉRPIA TURISMO

PACOTES DE VIAGEM COM VALORES ESPECIAIS PARA VOCÊ, VENHA CONFERIR!

a partir de 10x de

**EUS 138**,00  
sem juros

\*Saídas em Julho, Agosto e Setembro de 2014

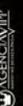
**Antuérpia**

 antuerpia.turismo  
 www.antuerpia.com.br  
 r. capitão lisboa, 684. tatuí sp  
 15 3205.7777 - 0800.771.5050

Conheça: Amsterdã, Roterdã, Bruxelas, Colônia, Luxemburgo, Reims e Paris

Incluindo um belíssimo cruzeiro pelo Rio Reno entre Luxemburgo e Colônia, passeio de barco pelos canais de Amsterdã, passeio em Marken e Volendam, visita ao mercado de flores de Almeer, passeio noturno por Paris e no Rio Sena em Paris e entradas em museus e monumentos de Rijksmuseum e Madurodam. Ainda: traslados de chegada e saída, pensão completa, guia acompanhante falando nossa língua e hotéis 4 estrelas bem localizados.

Consulte o regulamento interno.

 AGENCIATOUR



Ofertas válidas de **2 a 28 de junho/2014** ou enquanto durarem nossos estoques



# IMPERDÍVEL!

# AHORA É AGORA!

## TODA LOJA DO BÁSICO AO ACABAMENTO

# 10x

## SEM JUROS NO CHEQUE-PRÉ

## OU 10% DE DESCONTO À VISTA

\*consulte regulamento na loja

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

**IMPERDÍVEL**

Tijolo Baiano Cerâmica CAETANO 9x19x19cm milheiro

por apenas **R\$379,99**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$43,53

\*Frete grátis até 10km do local da compra

**IMPERDÍVEL**

Bloquinho Cerâmica CAETANO 11,5x14x24cm milheiro

por apenas **R\$379,99**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$43,53

\*Frete grátis até 10km do local da compra

**IMPERDÍVEL**

Laje p/Forro H8 c/ CapaH6 de 30 cm

por apenas **R\$17,99**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$2,06

|                |            |                 |              |                |
|----------------|------------|-----------------|--------------|----------------|
| H10 c/Capa H7  | por apenas | <b>R\$20,99</b> | ou em 10x de | <b>R\$2,40</b> |
| H12 c/Capa H10 | por apenas | <b>R\$25,49</b> | ou em 10x de | <b>R\$2,92</b> |

**IMPERDÍVEL**

Ducha Advanced LORENZETTI Multi 127/220V

por apenas **R\$89,99**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$19,31

**Ullian GRUPO**

**LUCASA** portas e janelas Ullian

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

por apenas **R\$299,90**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$34,35

**IMPERDÍVEL**

Bella Ducha LORENZETTI 4 Temperaturas 127/220V

por apenas **R\$34,99**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$4,01

**LORENZETTI**

**Ullian GRUPO**

**LUCASA** portas e janelas Ullian

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

por apenas **R\$549,99**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$63,00

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

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

por apenas **R\$499,90**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$57,26

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

**CP II-2-32**

**VOTORAN** CIMENTO CIP II 50 kg

para RETIRADA por apenas **R\$21,99**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$2,52

para ENTREGA por apenas **R\$22,99**

à vista em 3x | ou em 10x de R\$2,63

Votorantim Cimentos

**SAVANE**  
Piso SAVANE Extra

40x40 Ref. Foz Iguaçu Cedro PEI 3  
**por apenas R\$ 9,29**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,06

43x43 Ref. Rio PEI 4  
**por apenas R\$ 13,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,54

43x43 Ref. HD Milão Bege PEI 4  
**por apenas R\$ 13,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,54

**incefra**  
Piso INCEFRA Extra

50x50 Ref. HD 50330 PEI 3  
**por apenas R\$ 15,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,43

50x50 Ref. NHD 50440 PEI 4  
**por apenas R\$ 16,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,93

50x50 Ref. NHD 50220 PEI 3  
**por apenas R\$ 16,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,93

**AVARÉ**  
Piso AVARÉ Extra

31,5x31,5 Ref. 10650 PEI 3  
**por apenas R\$ 7,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 0,92

31,5x31,5 Ref. 10700 PEI 4  
**por apenas R\$ 8,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,03

31,5x31,5 Ref. 10150 PEI 4  
**por apenas R\$ 8,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,03

**cedasa**  
Piso CEDASA Extra

45x45 Ref. Gramado PEI 4  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

45x45 Ref. Corinto Bege PEI 5  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

45x45 Ref. Pienza Bege PEI 4  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

32x45 Ref. Pienza II Bege  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

**bellacer**  
Piso BELLACER Extra

50x50 Ref. HD70020 PEI 4  
**por apenas R\$ 13,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,54

32x45 Ref. 5147 PEI 2  
**por apenas R\$ 9,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,14

32x45 Ref. 5137 PEI 3  
**por apenas R\$ 9,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,14

45x45 Ref. 20029 PEI 3  
**por apenas R\$ 9,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,14

**Vista Bella**  
Piso VISTA BELLA Extra

45x45 Ref. 12043 PEI 3  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

45x45 Ref. 12060 PEI 4  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

32x57 Ref. HD6025  
**por apenas R\$ 12,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,43

50x50 Ref. HD5014 PEI 4  
**por apenas R\$ 13,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,53

**Lume**  
Piso LUME Extra

47x47 Ref. HD47517 PEI 3  
**por apenas R\$ 11,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,37

47x47 Ref. HD47526 PEI 4  
**por apenas R\$ 11,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,37

33x51 Ref. HD538  
**por apenas R\$ 11,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,37

33x51 Ref. HD535  
**por apenas R\$ 11,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,37

**Majopar**  
Piso MAJOPAR Extra

45x45 Ref. 45155 PEI 4  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

45x45 Ref. 45168 PEI 3  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

32x57 Ref. 58170  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

45x45 Ref. 45170 PEI 4  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

**weber**  
Argamassa Quartzolit Externa ACII 20 kg  
**por apenas R\$ 17,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 2,06

**weber**  
Argamassa Quartzolit Interna 20 kg  
**por apenas R\$ 7,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 0,91

**weber**  
Argamassa Quartzolit Piso sobre Piso Interna 20 kg  
**por apenas R\$ 20,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 2,40

ARGAMASSAS

@resultado (61) 3694-2257

**Lume**  
Piso LUME Extra

43x43 Ref. 43531 PEI 4  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

33x51 Ref. L5531 PEI 4  
**por apenas R\$ 9,79**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,12

47x47 Ref. Fama 13  
**por apenas R\$ 13,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,60

43x43 Ref. BR54105 PEI 4  
**por apenas R\$ 13,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,60

**Duragres**  
Piso DURAGRES Extra

43x43 Ref. Rodua PEI 4  
**por apenas R\$ 12,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,43

31x54 Ref. Solam 54 PEI 4  
**por apenas R\$ 12,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,49

54x54 Ref. HD Athena HT  
**por apenas R\$ 13,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,55

54x54 Ref. HD Biltmore Gray XT  
**por apenas R\$ 13,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,55

PORCELANATOS

**Via Rosa**  
Porcelanato VIA ROSA

54x54 Ref. BR54105 PEI 4  
**por apenas R\$ 33,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 3,84

54x54 Ref. BR54101 PEI 4  
**por apenas R\$ 33,49**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 3,84

54x54 Ref. BR54135 PEI 4  
**por apenas R\$ 25,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 2,98

52x52 Ref. Dense Cement HD  
**por apenas R\$ 25,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 2,98

54x54 Ref. Real HT  
**por apenas R\$ 27,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 3,21

54x54 Ref. Amalfi 54 Brilho MT  
**por apenas R\$ 29,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 3,44

55x55 Ref. Marsella 55 Brilho MT  
**por apenas R\$ 26,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 3,09

**Pastilha de Vidro**  
Placa de 30x30cm  
**por apenas R\$ 10,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,26

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

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

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

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

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

# Distúrbios do Sono

*A solução pode estar nas mãos do Dentista*

**V**ocê é daquelas pessoas que sente muito sono durante o dia? Encosta a cabeça em qualquer lugar e consegue tirar um cochilo? Se você acha que dorme bem durante a noite e mesmo assim acorda cansado, cuidado, você pode estar sofrendo de um distúrbio do sono! E saiba que o sono é muito importante para a saúde. Dormir bem não só garante melhor qualidade de vida, mas também ajuda nosso organismo a realizar funções importantíssimas como o fortalecimento do sistema imunológico, liberação de hormônios (hormônio do crescimento, insulina, entre outros), consolidação da memória, sensibilidade à dor, humor e função cerebral, isso sem falar no relaxamento e descanso da musculatura.

Para esclarecer um pouco mais sobre esse assunto, a Revista Hadar conversou com a doutora Maria Renata Orsi Campos - CRO 104.166, Cirurgiã Dentista, que alerta sobre esse mal que assola os lares de muitas famílias. Acompanhe a entrevista!

**Revista Hadar>>** Quais são os distúrbios do sono e como o paciente pode saber que os possui?

**Maria Renata>>** Os distúrbios do sono mais conhecidos e frequentes são o ronco e a apneia obstrutiva. O ronco é o barulho provocado pela dificuldade do ar passar pelas vias aéreas superiores. Esse ruído pode ser bastante prejudicial à pessoa que dorme ao lado, podendo ocasionar insônia devido ao som produzido. Quando, além do barulho, ocorrem também diversas paradas respiratórias rápidas, ocorre a chamada apneia obstrutiva do sono.

Além de indisposição física, indecisão, falta de energia e cansaço, o que afeta diretamente na sua qualidade de vida, as pessoas acometidas por esses distúrbios sentem, frequentemente, um sono intenso durante o dia, mesmo tendo dormido um bom tempo durante a noite. A memória e a concentração também podem ser afetadas, o que aumenta o risco de acidentes de trânsito e no trabalho. Se, mesmo assim, o paciente não conseguir perceber se possui ou não algum desses distúrbios, indica-se o “exame do sono” - a polissonografia, para um correto diagnóstico.

**Revista Hadar>>** O que pode causar ou agravar esses distúrbios?

**Maria Renata>>** O que causa os distúrbios de ronco e apneia é quando o paciente entra num sono profundo, ocorrendo relaxamento da musculatura da área do pescoço, ocasionando uma obstrução da garganta, dificultando ou impedindo a passagem do ar. Essa obstrução pode ser parcial, ocasionando o ronco, ou total, gerando a apneia.

Alguns fatores e hábitos podem predispor esses distúrbios, tais como: sobrepeso, sedentarismo, idade avançada, remédios para dormir, desvio de septo, ingestão de álcool e a menopausa.

**Revista Hadar>>** O que esses distúrbios do sono podem causar?

**Maria Renata>>** Além da diminuição na qualidade de vida já citada anteriormente, esses distúrbios, se não controlados, podem causar graves complicações, como infarto do miocárdio, derrame cerebral, hipertensão arterial, impotência, depressão e

em alguns casos mais severos, problemas cardíacos e até mesmo morte súbita. Daí a importância de uma equipe multidisciplinar, incluindo o dentista, para o controle e tratamento dos distúrbios do sono. O dentista, quando em atendimento, por ter uma visão privilegiada da garganta do paciente, deve estar sempre atento à possibilidade desse problema.

**Revista Hadar>>** Qual o tratamento feito pelo dentista para esse tipo de paciente?

**Maria Renata>>** Como o ronco e a apneia obstrutiva ocorrem devido ao relaxamento e à obstrução da garganta durante o sono, o dentista capacitado para esse tipo de tratamento instala uma placa intraoral que faz com que a mandíbula do paciente não relaxe tanto a ponto de “cair” para trás e obstruir a passagem de ar, ou seja, promove um avanço mandibular momentâneo.

Essa placa é indicada para pacientes com apneia leve e moderada. É um procedimento de simples execução, no qual o próprio paciente conseguirá colocar e retirar a placa com facilidade, possui um alto nível de aceitação e efeitos rápidos, em questão de dias, o paciente já relata uma grande melhora na sua qualidade de vida.

A doutora alerta ainda que existe outro distúrbio do sono bastante frequente, que é o bruxismo, que consiste num ato involuntário e inconsciente do paciente ranger ou apertar os dentes durante o sono. Esse distúrbio, ao contrário do ronco e da apneia, provoca um desgaste nos dentes ao longo do tempo, podendo ocasionar até mesmo fraturas dentárias. Pacientes que apresentam esse tipo de distúrbio costumam acordar com dores de cabeça, podendo até apresentar dor nos músculos da face e na articulação. Em casos mais severos, pode ocorrer também dificuldade em abrir a boca. Nesses casos, o tratamento também é uma placa intraoral, mas diferente daquela indicada para pacientes apneicos.

O ronco se tornou um problema?  
No CIOM nós podemos te ajudar!

**ciom**  
Centro Integrado de Odontologia e Medicina

**Dra. Maria Renata Orsi Campos** (CRO 104.166)

Especialista em Prótese Dentária - HRAC / USP  
Estética / Odontologia do Sono (Ronco e Apneia)  
Habilitada em Sedação Consciente com Óxido Nitroso

Rua Governador Pedro de Toledo, 111 - Tatuí - SP  
(15) 3259-3535

www.clinicaciom.com.br

# Cuidados com a pele

A área dos olhos é o foco principal, quando o assunto é envelhecimento.

Grande parte das pessoas toma os cuidados necessários com a pele, principalmente o rosto, como adotar o uso diário do protetor solar. No entanto, a área ao redor dos olhos é a mais sensível e delicada, necessitando de cuidados extras, pois é nesta região que são realizadas muitas contrações ao longo do dia e também é a área mais exposta e propensa aos sinais de envelhecimento.

O aparecimento de rugas, olheiras e bolsas oculares é o resultado da combinação dos efeitos do tempo, associados a fatores genéticos e aos danos causados por fatores ambientais, que agem independentemente e simultaneamente, afetando a estrutura da pele. Por isso, não há como evitar o envelhecimento cutâneo e o melhor cuidado é a prevenção: “além da hidratação, é muito importante consumir alimentos ricos em vitaminas A, E e C e antioxidantes, que combatem os radicais livres, o maior vilão para o envelhecimento celular”, orienta o Biomédico Bruno Lima (CRBM 22.128).

De acordo com o profissional, o uso diário de protetor solar pode prevenir e retardar o aparecimento precoce de rugas. “Seu uso pode

ser aliado ao de produtos antioxidantes ou que possuem retinoide, alfa- e beta-hidroxiácidos. Para o tratamento de manchas e prevenção das rugas na face, existem as terapias com laser, que promovem o aquecimento da epiderme, com o objetivo de causar uma queimadura “controlada” da pele”, explica.

A dermoabrasão é outro procedimento que visa atenuar as rugas, as cicatrizes da acne e as queratoses actínicas, através da remoção mecânica da epiderme. Para amenizar os sulcos e as rugas mais profundas, uma opção de tratamento são os ativos preenchedores, como o ácido hialurônico, o polimetilmetacrilato, colágeno bovino, e o ácido polilático. Atualmente, o procedimento mais procurado é a aplicação da toxina botulínica tipo A (Botox que reduz o tônus da musculatura facial, responsável pelo aparecimento das rugas).

O biomédico Bruno Lima orienta que a área ao redor dos olhos, por ser a mais sensível e mais frágil do rosto, não possui muitas fibras de colágeno e elastina, e os vasos que irrigam esta região são extremamente frágeis e sofrem com desidratação. “Portanto, o cuidado com essa re-

gião deve ser especial. As meninas devem tomar cuidado com o tipo de maquiagem que passam e sempre passar demaquilante para dormir”.

Também é importante destacar que, além de ser a principal causa do câncer de pele, a radiação UV promove o fotoenvelhecimento ao induzir a expressão da metaloproteínase, enzima responsável pela degradação dos componentes da matriz extracelular. “O protetor solar age como um escudo para a pele contra a radiação UV, e deve ser usado diariamente. Existem diversos tipos com diversos fatores de proteção solar (15, 30, 60 fps). Deve-se procurar um dermatologista para que o protetor solar possa ser indicado de acordo com o tipo individual de pele”, orienta Lima.

Para finalizar, o entrevistado explica que, a partir dos 20 anos, a musculatura da pele tem um tônus ótimo, então, é possível começar a tratá-la com produtos naturais, como alimentos ricos em vitamina, boa hidratação e limpeza da área. Ele conta que, conforme os anos vão passando, este tônus tende a diminuir e a pele começa a ficar flácida. Por se tratar de um processo que varia individualmente, tratamentos que utilizam mais químicas e princípios ativos biológicos devem ser iniciados quando a aparência começa a incomodar, mas sempre com a indicação de um dermatologista.

Portanto, quanto mais tempo demorar para os cuidados serem tomados, mais difícil será para retardar este processo natural.



## Anti-olheiras Haloxyl™

cuidados nas áreas dos olhos

Alguns cuidados para ter uma pele linda e saudável, principalmente na região dos olhos.

- Uso de produtos naturais;
- Passar filtro solar diariamente;
- Alimentação rica em vitaminas A, E e C;
- Boa Hidratação;
- Limpeza da área.

Faça-nos uma visita e comprove!!  
Consulte nossos farmacêuticos.

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

(15) 3251-2331

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

(15) 3205-3100



## Adoçante e os seus efeitos

O uso indiscriminado de adoçantes e alimentos diet, não somente pelas pessoas diabéticas, mas por quem pretende restringir calorias, fez aumentar ainda mais a polêmica em relação ao seu uso, alguns concluem que causam vários danos à saúde, mas não há estudos conclusivos em seres humanos, somente em animais.

Os adoçantes mais utilizados e que contêm nos produtos light/diet são: aspartame, ciclamato e sacarina de sódio, sucralose, stevia, frutose, lactose, maltodextrina, manitol, sorbitol e Acessulfame-K.

Alguns edulcorantes apresentam quantidades abusivas de sódio, outros com grande quantidade de substâncias tóxicas, relacionados ao aparecimento de câncer, problema renal e hipertensão.

Além de tudo isso, o consumo de adoçante acaba “enganando” nosso cérebro, pois quando o ingerimos, o nosso organismo entende que é um açúcar, e ele se prepara para

a metabolização desse carboidrato, provocando ainda mais a compulsão por açúcar, doces e carboidratos.

Mas não é por isso que devemos usar o açúcar indiscriminadamente, pois ele também é considerado um dos alimentos mais “ofensivos” para nosso organismo, acarretando o aparecimento da obesidade, resistência à insulina, dislipidemias, câncer e outras doenças.

Sendo assim, o mais recomendado é reduzir o consumo de edulcorantes e açúcar, e procurar sentir mais os sabores dos alimentos naturais, sem adição de qualquer outra substância. E reduzir também o consumo de industrializados, evitando o consumo excessivo de corantes, conservantes, açúcares, adoçantes, sódio e gorduras saturadas.

Roberta Lorenzetti Lourenço  
Nutricionista - CRN 22509



**A dois é  
ainda mais  
gostoso!**

**Na Sueli Bolos seu  
Dia dos Namorados  
é muito mais doce!**



**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



**Clínica Koza**

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

# Fazenda Ipanema

## Um caso de preservação exposto na Avaaz

*Grande parte da Flona de Ipanema está ameaçada, e isso expõe todo um ecossistema.*

A Floresta Nacional de Ipanema é uma unidade de conservação de uso sustentável, administrada pelo Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis, que é responsável pela preservação e conservação de um dos maiores fragmentos de mata atlântica do planalto paulista, além de areia de cerrado, várzea e os ecossistemas associados, onde vivem 22,6% de fauna ocorrente no Estado de São Paulo.

Recentemente, um grupo denominado Coalizão em Defesa da Floresta Ipanema, que se diz um grupo suprapartidário, formado por entidades da sociedade civil, movimentos sociais, coletivos, cidadãos das cidades que formam a região Sorocabana, está indignado com o poder público e suas irresponsabilidades gerais. Esse ecossistema foi ameaçado e, por isso, foi aberta uma petição no site da Avaaz para coletar assinaturas para ajudar na preservação dessa fauna. Segundo o site, os problemas enfrentados pela Floresta Nacional de Ipanema são:

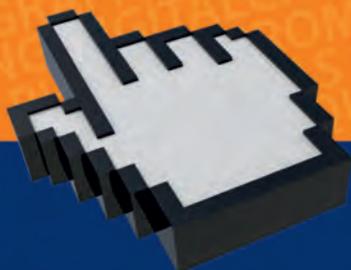
- A recente aprovação da Instalação de mais um reator atômico em Aramar, Iperó/SP, na Zona de Amortecimento da Flona;
- As outorgas públicas que concedem às duas grandes mineradoras (VALE e HOLCIM) o direito de explorar as reservas minerais presentes no subsolo da reserva;
- A insistência da Prefeitura de Sorocaba em instalar dentro da reserva um aterro sanitário;
- O uso da Floresta de Ipanema como campo de treinamento de tiro;
- O tratamento aos assentados desde 1992, na Fazenda Ipanema, como “invasores”, por diversos órgãos e institutos oficiais;

Segundo Adalberto Campos, Gestor Ambiental e participante do grupo Coalizão em Defesa da Floresta Ipanema, defender esse patrimônio ecológico é fundamental, se tratando da Flona de Ipanema, a maior amostra de mancha verde no estado (isolada da costa brasileira). “Perder 17% de uma flona é o mesmo

que perder uma mão ou um pé do corpo. Aparentemente não lesa tanto, mas traz impactos de aspectos negativos que demandam muito tempo para recuperação”, explica.

Para o grupo, existem muitas argumentações para a interrupção de todos os empreendimentos que estão sendo pleiteados na flona. Para eles, existem outros pontos de exploração para minérios, aterros sanitários e projetos nucleares, não existe necessidade de ser na flona.

“O objetivo do movimento é formar lideranças em diversas esferas, sendo estas divididas por região e grupos interessados. A ideia principal é organizar o grupo de forma que exista um fluxo de informações que cheguem a todos os integrantes, sejam ativos constantemente ou aqueles que só possuem tempo para se informar e ficar por dentro das notícias”, explica Adalberto.



**DG**  
**Digimeta**  
soluções web

[www.digimeta.com.br](http://www.digimeta.com.br) (15) 3205.2880

- Criação de sites profissionais • Lojas virtuais • Email marketing • Sistemas online
- Otimização de sites • Design gráfico e impressão • Assessoria em marketing digital

# Lixões irregulares ou reciclagem?

*Saiba para onde vai o seu lixo*

**E**m uma pesquisa realizada, foi contabilizado que, no Brasil, cada indivíduo descarta em média 380 quilos de lixo por ano, entre restos de alimento, materiais recicláveis e outros utensílios. Segundo a Associação Brasileira de Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais (Abrelpe), no ano de 2012, das 64 milhões de toneladas de resíduos produzidos pela população, 24 milhões (37,5%) foram enviados para destinos inadequados, como lixões a céu aberto.

Mas, do que o lixo em nosso país é composto? A grande porcentagem fica para o lixo orgânico (52%), seguido do papel e papelão (26%), plástico (3%), metais como, por exemplo, ferro, alumínio e aço (2%), vidro (2%) e outros (15%). Porém, o destino desse lixo não é um dos melhores, pois, mais da metade dele, vai para os aterros sanitários e lixões, enquanto apenas 23% seguem para os aterros controlados e reciclagem.

Em Tatuí, a Cooperativa de Reciclagem Renascer recebe, por mês, 80 toneladas de

material reciclável, que são separados por 32 trabalhadores e, posteriormente, vendidos para cidades da região, que adquirem todo tipo plástico, como garrafas pet, sacolas, papelão e papel, material fino, metal, latinha, cobre, sucata, vidro e até mesmo óleo de cozinha, que contabiliza cerca de cem litros por mês e é usado para fazer sabão em pó e em barra.

No entanto, por não haver mão de obra suficiente e espaços para descarte corretos, não somente em Tatuí, como em diversas outras cidades, é necessário que a população faça sua parte e separe o lixo em suas próprias casas, colaborando, assim, com o meio ambiente e com a diminuição do descarte indevido.

O primeiro passo é separar resíduos orgânicos dos secos. Em seguida, colocar em sacolinhas ou caixas, os outros tipos de materiais, como papel, vidro, plástico e metal, pois, reciclando, será possível repetir o ciclo, ou seja, dar utilidade contínua aos materiais.

Em muitas cidades, há locais com lixeiras coloridas, que facilitam a coleta seletiva e a reciclagem, identificando os materiais. Por exemplo: azul (papel), vermelho (plástico), verde (vidro), amarelo (metal), preto (madeira), laranja (resíduos perigosos), branco (resíduos ambulatoriais e de serviços de saúde), roxo (resíduos radioativos), marrom (resíduos orgânicos) e cinza (resíduo geral não reciclável ou misturado, ou contaminado não passível de separação).

Vale a pena dedicar alguns minutinhos do seu dia para separar o lixo e contribuir com a preservação do meio ambiente, pois, desta forma, haverá a redução do desperdício dos recursos naturais, geração de empregos, diminuição do volume de lixo nos aterros sanitários, prevenção de enchentes (pois o lixo deixará de ser acumulado), preservação do solo e melhora da qualidade de vida de todos.



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

- Areia Fina e Média
- Pedra e Pedrisco.

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



# Dario Sotelo

*Um maestro de um talento admirável*

Sua influência musical começou ainda na infância, quando presenciava seus pais, que não eram músicos profissionais, mas que admiravam esta arte e seu avô que era trombonista, dedicando-se às notas musicais. Aos nove anos, passou a fazer aulas de piano e foi a partir deste momento que a música começou a ocupar um grande espaço na vida do maestro Dario Sotelo.

Natural de São José do Rio Preto, Dario recebeu a Revista Hadar para um bate-papo ao som de muita música e, nos intervalos de um ensaio e outro, nos contou um pouco mais sobre sua carreira na música.

Inicialmente, o maestro fez alguns cursos de extensão na Unicamp e foram seus professores que mostraram que o caminho da música valia a pena, além, é claro, da admiração que sempre teve pelos grandes compositores desta área e ícones da regência, que conseguiram levá-lo a um nível bom de produção de música.

Desde o ano de 1979, o entrevistado reside em Tatuí e, coincidentemente, foi a Capital da Música que o encantou por suas raízes musicais e que também o fez receber título de cidadania por seus serviços prestados, além de título de melhor músico.

Formado em piano, violino e viola e mestre em regência orquestral pela “City University”, em Londres, ao longo de sua carreira, Dario foi coordenador da área de cordas do Conservatório de Tatuí, e assumiu a regência da Banda Sinfônica da escola de música, onde estabeleceu o curso de regência instrumental. Ainda criou a Camerata de Cordas de Tatuí e a Orquestra Infante-Juvenil do Conservatório. Atualmente, rege a Orquestra de Sopros Brasileira e a Orquestra Sinfônica Paulista.

Profissionalmente, já esteve atuando em basicamente todos os estados brasileiros, em seminários, regendo orquestras, bandas ou corais. Também esteve nos Estados Unidos, Inglaterra, Alemanha, Suíça, Hungria, Itália, Áustria, Portugal, Espanha, China, Argentina, Colômbia, Uruguai e Paraguai. Também participa, anualmente, do maior evento do mundo de orquestra, em Chicago, chamado The Midwest Clinic International Band, Orchestra and Music Conference.

Regente há 19 anos, Dario costuma ter

um preparo intenso antes dos eventos e depois de tanto tempo à frente de uma banda, o maestro confessa que ainda sente aquele friozinho na barriga, antes de uma apresentação. “Quando qualquer músico, por mais preparado que esteja, perde a energia ou a força para atuar, perde tudo. Por mais simples que seja a atuação, todos nós temos de ter uma expectativa, pois o público espera nosso carisma, nossa positividade”.

Ele afirma ser muito feliz no que diz respeito a ter oportunidades. “O Conservatório me dá essa chance, que é ter um conjunto como esse, fazer uma programação, ter uma estrutura que te apoie. Não é fácil, não sei se teria isso em outro lugar e sei o quanto é importante dar continuidade a este trabalho, para que ele perdure por gerações”, afirma Dario.

Com uma carreira consolidada na música, Dario Sotelo garante: “A música é a minha vida. Relaciono-me com as pessoas que fazem música, atuo dentro dos projetos musicais, então, seria difícil pensar como seria minha vida sem música e, hoje, posso dizer: Ser músico é uma decisão de vida que não é fácil, porém, para quem realmente dedicar-se à música, valerá muito a pena. É uma batalha diária que você se renova cada vez que faz”.





# Ivete Sangalo: a baiana do Brasil completa 20 anos de carreira

*Queridinha dos brasileiros, a cantora fez história e carreira com a música.*

**I**vete Sangalo é sinônimo de alegria, bagunça e axé. E não poderia ser diferente, depois de criar uma legião de fãs, a cantora baiana comemora 20 anos de carreira com um novo DVD e muita alegria. A baiana de Juazeiro conquistou o Brasil e, agora, parte para conquistar o mundo, como uma das celebridades mais marcantes do país.

Com mais de 200 fãs-clubes registrados, o site oficial da artista recebe cerca de 350 mil visitas mensais, seu perfil no Twitter possui mais de 8 milhões de seguidores, sua página no Facebook tem mais de 6 milhões de fãs e no Instagram são mais de 1 milhão, uma carreira estável, personalidade marcante e capacidade de se comunicar com os mais diversos e diferentes públicos, tudo isso colocou a cantora em uma das cinco personalidades mais confiáveis

pelo povo brasileiro, de acordo com uma pesquisa realizada pelo jornal Folha de São Paulo, em 2010.

Ao longo da carreira, Ivete ganhou diversos prêmios musicais, tendo recebido mais de 150 indicações e vencido 108. Em 1992, conquistou o Troféu Dorival Caymmi, considerado o Grammy da música baiana, de melhor intérprete. Em 1999, por seu álbum de estreia (na carreira solo) Ivete Sangalo recebeu o Prêmio Multishow de melhor cantora. Em 2005, foi indicada na categoria 'Melhor Álbum de Música de Raízes Brasileiras', no Grammy Latino, tendo vencido esse prêmio pela primeira vez. Em 2012, o especial Ivete, Gil e Caetano conquistou o prêmio de 'Melhor álbum de MPB'. No Melhores do Ano — premiação realizada anualmente pelo programa Domingo do Faustão, em que o público vota em três artistas que brilharam e fizeram

sucesso durante o ano na televisão, na música e no esporte —, é recordista, contando com dez troféus recebidos.

Recentemente, Ivete Sangalo divulgou a capa de seu novo DVD "Multishow Ao Vivo - Ivete Sangalo 20 anos". O álbum, que comemora as duas décadas de carreira da musa baiana do axé, foi gravado em show para 40 mil pessoas no Estádio da Fonte Nova, em Salvador. Apesar de a cantora ser incisiva em dizer que não gravou nenhuma música pensando na Copa do Mundo, o carro chefe de seu novo trabalho, o hit "Tempo de Alegria", promete abalar a torcida, como foi com "Festa", em 2002. "Dá pra ver, vai ferver/ bateu a sintonia/ É tempo de alegria", diz a canção, que ainda conta com um refrão cheio de "ôôôôô", para levantar o público.



# Torcedores vão à Copa do Mundo

*Muitos cidadãos da região irão acompanhar os jogos do mundial pelo país.*

Sede da Copa do Mundo, o Brasil é o País com mais torcedores que irão acompanhar os 64 jogos do principal torneio de futebol neste ano. A torcida brasileira já garantiu até agora mais de 900mil ingressos para os jogos do mundial.

O Brasil lidera com folga o ranking dos 10 países que mais solicitaram ingressos para acompanhar a Copa do Mundo. Em segundo lugar, com 125.465 ingressos, estão os Estados Unidos. Colômbia (60.231), Alemanha (55.666), Argentina (53.809), Inglaterra (51.222), Austrália (40.446), França (34.971), Chile (32.189) e México (30.238) completam a lista dos dez primeiros países com mais ingressos destinados.

E com os tatuianos não será diferente, já que muitos participaram do sorteio e garantiram seus ingressos para o evento. Nilson Junior e Satya Carriel são algumas das pessoas que conseguiram e irão assistir ao jogo Alemanha e Gana. “Desde a Copa do Mundo de 94, quando o Brasil foi campeão, que

eu sonho em assistir a um jogo do mundial e, agora, com a copa dentro do nosso país, ficou tudo mais fácil, fomos sorteados e iremos para Fortaleza”. Explica Junior.

Para assistir aos jogos da Copa do Mundo nos estádios, todos os espectadores, incluindo crianças de todas as idades, precisam comprar ingressos. Os solicitantes devem ter saldo suficiente na sua conta no banco, já que, no caso de os seus pedidos serem bem-sucedidos, os pagamentos serão processados imediatamente (no cartão de crédito ou boleto bancário). Caso contrário, o pedido será cancelado e os ingressos reservados serão oferecidos para outros torcedores.

Segundo um levantamento da Associação Comercial de São Paulo (ACSP), a maior parte dos consumidores não pretende aumentar os gastos durante a Copa. De acordo com a pesquisa, 83% dos brasileiros não vão fazer gastos adicionais durante os jogos. Os que mudarão os hábitos de consumo somam 13%.



# Cinema Nacional ganha espaço entre brasileiros

*Em pleno crescimento, o cinema nacional perde dois grandes gigantes.*

O Cinema Nacional está vivendo uma ótima fase. Segundo informações da Superintendência de Análise de Mercado da ANCINE (Agência Nacional do Cinema), o cinema brasileiro fechou o primeiro trimestre de 2014 em alta com sete milhões de bilhetes vendidos e três filmes entre os dez mais vistos, 15,9% a mais do que o registrado no mesmo período do ano passado. Tomando por base a renda, o crescimento foi de 26,3%, com arrecadação superior a R\$ 82,3 milhões.

Três filmes brasileiros se posicionaram na lista das dez maiores bilheterias do período: “Até que a Sorte nos Separe 2” ficou na segunda posição, com 2.921.553; “Muita Calma Nessa Hora 2” ficou em sexto, com 1.429.566; e “S.O.S Mulheres ao Mar” ocupou o décimo posto, com 1.060.605 ingressos vendidos.

O número de telas ocupadas pelas estreias de filmes nacionais também aumentou, passando de 1.065 salas para 1.823 salas nesses três primeiros meses do ano, mesmo com um número menor de lançamentos (17 este ano contra 19 no ano anterior). Desses 17, quatro títulos foram lançados em mais de 300 salas.

Cem anos após os irmãos Lumière, o cinema brasileiro reivindica seu papel na história da maior arte do século XX e começa a fazer sua própria história. Felipe Fernandes, estudante de cinema da ECA, em São Paulo, acredita que esse crescimento acontece

devido a um maior incentivo que vemos na área. “Os brasileiros estão começando a gostar de assistir filmes nacionais, as produções estão ficando cada vez mais brilhantes e muitos profissionais da área estão indo se especializar no exterior, em grandes centros”, conclui.

Mas não é só de felicidade que vive o cinema nacional. Nesse primeiro trimestre de grande crescimento para as bilheterias também foi de tristeza com a morte de dois grandes atores brasileiros, Paulo Goulart e José Wilker. Os dois foram muito importantes na história da TV, Teatro e Cinema do país. Para Mariana Medeiros, atriz e estudante na Escola de Atores Wolf Maya, a morte desses dois grandes ícones do Cinema e da TV brasileira é de grande perda para o Brasil. “Dois grandes atores, Wilker também era crítico de Cinema e os dois nos apresentaram com grandes atuações, que se tornaram ícones do Cinema e TV, com certeza todos perdemos com essas mortes.” Conclui a atriz.



# Dia dos Namorados

## Um amor virtual na época das cartas

*Um casal que se conheceu pela internet e faz o amor dar certo há 14 anos*



**N**ão existia facebook, não existia webcam, não existia whatsapp, não existia smartphone e mal existia celular. E mesmo assim Luciana Macedo e Ricardo Paula se conheceram pela internet em 2000, e resolveram dar uma

chance ao amor, mesmo com quase mil quilômetros de distância entre eles.

“Eu tinha 23 anos e acabado de instalar a internet discada em casa, estava brincando ainda, quando em março de 2000 comecei a conversar com o Ricardo numa sala

de bate-papo. Tínhamos que marcar horário naquela época para conversar. Era a época do “De onde te?” (De onde tecla?) e quando ele me disse que era de Brasília logo desencanei.” Conta Luciana. Depois de um tempo a conversa desenrolou pelo telefone e assim foi durante quase um mês, até ele pedi-la em namoro. Isso tudo sem ter visto uma única foto dele.

Três meses depois, ele resolveu pegar a estrada e veio de carro de Brasília a Tatuí conhecer sua namorada. “Quando ele chegou, ele não era parecido com o que eu imaginava, e só consegui fazer virar quando ele me abraçou e ouvi sua voz susurrando no meu ouvido, aquela voz era a que eu tinha me apaixonado” explica Luciana. Depois de dois meses outra visita. E depois de outros três meses outra visita, que acabou se tornando permanente. Ricardo resolveu largar sua vida em Brasília e ficar em Tatuí com Luciana.

Seis anos depois, resolveram marcar a data do casamento e construir uma família. Dois meses antes da data do casamento, Luciana descobre que estava grávida. E quando voltou da Lua de Mel, mais uma surpresa, eram dois filhos de uma vez. <sup>55</sup>

E nesses 14 anos de amor, mil quilômetros percorridos, três filhos, dois cachorros e muitos amigos, eles jamais pensaram em desistir. “Eu amo o Ricardo, e quando penso em tudo que poderia ter acontecido se eu tivesse levado em conta os quilômetros que nos separavam virtualmente, hoje teria outra vida. Mas seria uma vida mais sem graça, pois não teria meus maiores presentes, Pedro, Gabriel, Beatriz e Ricardo.” Completa Luciana.

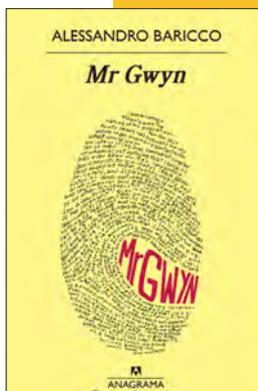
*A Revista Hadar deseja a você um  
Feliz Dia dos Namorados.*



## RECOMENDADO

### MR. GWYN

AUTOR: Alessandro Baricco  
 EDITORA: Alfaguara Brasil



MR. GWYN é um livro que nos convida a refletir sobre a criação, o tempo, a amizade, o ver e o deixar-se ver. É também uma jornada ao núcleo fundamental da literatura, e uma amostra de como ela transforma cada um de nós.

Alessandro Baricco é um dos escritores fundamentais da atual literatura italiana. Neste livro, ele costura, com delicadeza e humor, uma narrativa que, aos poucos, ganha contornos de fábula: Jasper GWYN, escritor de sucesso, decide abandonar a literatura à procura de uma questão mais essencial, que perpassa as histórias e a vida de cada um de nós. Mas o quê, exatamente? Nem ele mesmo sabe ao certo, porém a necessidade de algo mais profundo o impele ao desconhecido. Aos poucos, deixando-se levar pelos sentimentos e auxiliado por companheiros cativantes, ele mergulha numa busca pelo poder transformador da palavra. Para descobrir, assim, como cada pessoa é composta de história: de grandes histórias.

### CONVERGENTE

AUTOR: Veronica Roth  
 EDITORA: Rocco



Convergente é o livro mais polêmico da carreira de Veronica Roth — e o mais chocante também. Ele narra a sociedade baseada em facções, na qual Tris Prior acreditou um dia, mas que desmoronou – destruída pela violência e por disputas de poder, marcada pela perda e pela traição. No poderoso desfecho da trilogia Divergente, livro anterior ao Convergente, a jovem será posta diante de novos desafios e mais uma vez obrigada a fazer escolhas que exigem coragem, fidelidade, sacrifício e amor.

Já o Convergente começa logo onde o livro anterior (Divergente) terminou, e é fácil de ser sugado novamente para dentro da trama. Em cada livro da trilogia, a autora apresenta um mundo completamente diferente e a mudança de cenário se torna mais animada, com as personagens tendo que lidar com a nova realidade e os problemas que as acompanham.

### GAROTO ZIGUE-ZAGUE

AUTOR: David Grossman  
 EDITORA: Companhia das Letras



Garoto zigue-zague é um daqueles grandes romances que, embora tematizem a infância e sejam narrados pelo olhar de um personagem jovem, são capazes de conquistar qualquer leitor adulto.

Pouco antes de completar treze anos e fazer seu bar mitzvah, Nonny Feierberg - mais conhecido como Nono - embarca em Jerusalém num trem para Haifa, onde deverá encontrar o tio. A princípio, a viagem parece um presente de grego planejado por seu pai, detetive e maior herói de Nono, e Gabi, secretária do Departamento de Investigações Especiais, que faz o papel da mãe que ele perdeu quando criança. Mas Nono nunca chegará de fato ao seu destino. Logo que o trem parte, o garoto embarca numa aventura fantástica na companhia de um sujeito suspeito, mas encantador: Felix Glick. Ao seu lado, Nono conhecerá a atriz Lola Ciperola e passará por experiências mais ou menos terríveis que o ajudarão a compreender melhor sua própria identidade, as fronteiras nem sempre evidentes entre o bem e o mal e as dificuldades de se tornar uma pessoa adulta.



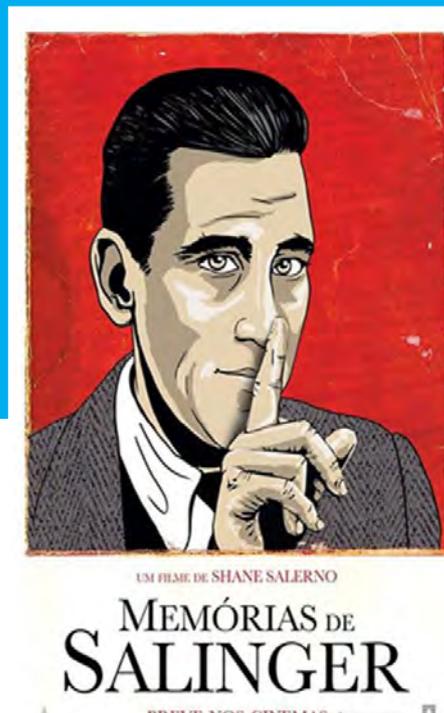
**INSIDE LLEWYN DAVIS:  
BALADA DE UM HOMEM COMUM**

Este filme conta a história de um cantor e compositor, Llewyn Davis (Oscar Isaac), que sonha em viver da sua música. Com o violão nas costas, ele migra de um lugar para o outro na Nova York dos anos 60, sempre vivendo de favor na casa de amigos e outros artistas. Talento, mas sem se preocupar muito com o futuro, ele incomoda a amiga Jean Berkey (Carey Mulligan), que vive uma relação com outro músico, Jim (Justin Timberlake). Nem um pouco confiável, Davis se depara com a oportunidade de viajar na companhia de um consagrado e desagradável artista, Roland (John Goodman), mas nem tudo acaba bem nesta nova jornada...



**PHILOMENA**

Este filme, baseado em fatos reais, conta a história de uma jovem, Philomena Lee (Judi Dench), que aos 18 anos, em uma noite, na feira de uma pequena cidade na Irlanda, conheceu um belo rapaz. Ele ficou encantado com a sua beleza e lhe ofereceu cerveja. Ela se deixou levar... Meses depois, as consequências dessa noite começaram a aparecer... Ainda, com seu filho recém-nascido, é mandada para um convento, sem poder levar a criança, ela o dá para adoção. A criança é adotada por um casal americano que some no mundo. Após sair do convento, Philomena começa uma busca pelo seu filho, junto com a ajuda de Martin Sixsmith (Steve Coogan), um jornalista de temperamento forte. Ao viajar para os Estados Unidos, eles descobrem informações incríveis sobre a vida do filho de Philomena e criam um intenso laço de afetividade entre os dois.



**MEMÓRIAS DE SALINGER**

Memórias de Salinger é um documentário que tem em média 120 minutos de duração e conta a vida e a obra do icônico e recluso escritor J.D. Salinger, autor do clássico O Apanhador no Campo de Centeio, livro que influenciou gerações desde a sua publicação e, após escrever a obra-prima, J.D. Salinger decidiu não publicar mais livros. Ele sumiu dos holofotes, não deu notícias durante quarenta anos. O autor teria ficado particularmente perturbado pelo fato de três assassinos terem usado o seu livro como justificativa de seus crimes. O documentário tenta investigar os motivos de seu comportamento, e quais obras ele teria escrito durante o isolamento.

**GALAXIA BRINQUEDOS**

Presenteie com muito amor e carinho neste *Dia dos Namorados*.

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

Sistema Mackenzie de Ensino

Seja a pessoa mais abençoada, por estar com alguém tão especial na sua vida.

*Feliz Dia dos Namorados*

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



## Pequenos Notáveis



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

[jornalismo@revistahadar.com.br](mailto:jornalismo@revistahadar.com.br)

No mês de junho, o nosso pequeno notável é o Luigi Muscari Campira, de 7 anos de idade e que mora na cidade de Tatuí.

Luigi estuda no Colégio Bem Me Quer Positivo e cursa o 2º ano do Ensino Fundamental.

Seus principais hobbies são: jogar tênis e futebol e andar de skate, porém, de todas essas atividades, o que Luigi mais gosta é fazer aulas de desenho com o professor Deivid.

Parabéns, Luigi! Nós, da revista Hadar, adoramos os seus desenhos!

## DICAS DOMÉSTICAS

Para tirar manchas de:

**BATOM** – Coloque um pouco de vaselina sobre a mancha, lavando em seguida com água e sabão.

**CAFÉ** - Esfregue uma pedra de gelo sobre o local e, depois, enxugue com uma toalha branca.

**CHICLETE** - Esfregue um pedaço de gelo sobre a mancha até que o chiclete se desprenda.

**TINTA DE CANETA** - Use água morna, suco de limão e leite.

## Você sabia?

### Previsão para o signo de Gêmeos em 2014

Você sabe qual é o seu signo? Em que decanato você nasceu? Quando ele entra em vigor? Então, este mês, vamos falar do signo de Gêmeos.

2014 é um ano de acentuada sensibilidade para os geminianos, especialmente para os nascidos entre 25 e 31 de maio. A presença de Netuno em Peixes, fazendo quadratura ao Sol geminiano, deixará as pessoas mais sensíveis às coisas simples e tornará estes nativos (geralmente racionais) muito mais emotivos. Por outro lado, há também maior confusão e incerteza em todos os sentidos. Há uma tendência a não ver as coisas claramente. Portanto, esse é um período em que se recomenda evitar a tomada de decisões muito definitivas ou irreversíveis. Deixe sempre espaço para o erro e nunca feche portas atrás de você, porque só o tempo mostrará as coisas e as pessoas como elas realmente são.

Com Marte em Libra, os nascidos neste período estarão com mais iniciativa para negociações e novos projetos, mas como Netuno em Peixes está nublando a sua vista, melhor abrir portas somente para oportunidades que as pessoas de confiança identifiquem para você. A sua capacidade de iniciativa está excelente, mas a percepção para boas oportunidades será algo duvidoso. Portanto, prefira o trabalho em equipe.

## CURIOSIDADES

### Comer e tomar banho faz mal?

Você já ouviu falar que não se deve entrar na água depois de comer? Mas será que faz mal mesmo?!

Então, na verdade, não é indicado tomar banho de imersão, frio, depois das refeições, pois, durante a digestão, a circulação sanguínea na região do aparelho digestivo é mais intensa, visando absorver os nutrientes do bolo alimentar. Se tomamos banho de imersão, por exemplo, numa piscina, esse mesmo sangue que deveria cumprir tal função vai para o tecido epitelial para manter o corpo aquecido e, então, poderá causar o mal estar.

Agora, o que não se deve fazer é praticar qualquer tipo de exercício físico intenso, como: nadar, surfar, correr, sexo... Isso desvia o sangue do estômago para os músculos que estão trabalhando, aumentando os batimentos cardíacos. Após as refeições, boa parte do sangue vai para o estômago e o intestino, a fim de realizar uma digestão adequada; então, se a pessoa praticar esporte – depois de comer – ficará com dificuldades na digestão e acabará passando mal (enjoo, suor frio e tontura), correndo o risco de ter a famosa congestão.

Já o banho no chuveiro não faz mal, pois a água está correndo sobre o corpo e não comprime a respiração, como a água de uma piscina, banheira ou mar, por exemplo. O único risco do banho de chuveiro, no caso de estar frio, é o choque térmico, pois o corpo quente, debaixo de água fria, pode ocasionar o choque, do mesmo jeito que pode acontecer na piscina, mas se o chuveiro estiver quentinho, não deve fazer mal.

De qualquer forma, é importante ficar esperto e se puder evitar comer e tomar banho, melhor, você evita qualquer complicação, afinal, prevenir é melhor que remediar, não é?

## MINUTO DE SABEDORIA

Se quer viver uma vida feliz, amarre-se a uma meta, não a pessoas nem a coisas.

*Albert Einstein*

A quadratura de Netuno pede, ainda, cuidado com todo tipo de substância química, desde álcool e drogas, até remédios prescritos pelo médico. A sua sensibilidade acentuada é extensiva ao corpo físico. Portanto, tenha cuidado com processos de intoxicação, inclusive com aquilo que come.

Para os nativos do segundo decanato: de 01 a 10 de junho e do terceiro decanato de 11 a 20 de junho, a presença de Marte em Libra traz maior habilidade comercial e mais iniciativa, mas como estes ainda não estão sob a influência confusa de Netuno, o campo está aberto para identificar oportunidades e dar início a novos projetos, assim como para desenvolver aqueles que já estão em andamento.

Os nativos dos três decanatos Primeiro: de 21 a 31 de maio, Segundo: de 01 a 10 de junho e Terceiro: de 11 a 20 de junho deverão evitar assinar acordos no período que vai de 8 de maio a 13 de julho, quando Mercúrio em seu signo faz quadratura com Netuno em Peixes, indicando que você não tem todas as informações que precisa para algum compromisso no papel, ou que aquilo que está sendo dito a você não corresponde à realidade. No amor, atenção com uma tendência a idealizar o ser amado no período que vai de 24 de junho a 20 de julho: você pode acabar descobrindo coisas que não sabia e isso pode ser motivo de desilusão.

Para os que têm ascendente em Gêmeos, o ano favorece pequenas mudanças: de ambiente, no ambiente ou em você mesmo. Nada radical nem extremo, mas apenas para ventilar sua vida. Urano em sextil desde Áries favorece a criatividade e as atividades com pessoas criativas. Mantenha a mente aberta e esteja receptivo às mudanças de opiniões - sua e dos demais - já que Netuno em quadratura favorece a dissolução de padrões, para dar lugar ao novo trazido por Urano. Entre setembro e outubro, você pode perceber uma maior tendência a discussões e desentendimentos com o seu par. Entenda que esta é apenas uma fase como outra qualquer e que já vai passar.

No campo financeiro, 2014 é um ano de possíveis ganhos inesperados. Um processo antigo ou uma herança pode aparecer e dar um up em suas economias. Para aproveitar o dinheiro extra, o período será favorável à aplicação em ações e fusões internacionais. Fique atento!



## Arando vermelho

Com apenas 55 calorias, o arando vermelho, da mesma família do mirtilo, é uma espécie de baga que nasce de um pequeno arbusto com meio metro de altura.

Estes frutos, que crescem de modo silvestre à beira da estrada, têm propriedades antioxidantes únicas e são indicados para a prevenção e tratamento de infecções urinárias (cistite), porque a substância que causa 90% destas doenças, a bactéria E.Coli, acaba por fluir através da urina, evitando inflamações na bexiga e nos rins. Além disso, o arando vermelho é rico em pigmentos com propriedades antioxidantes, como as antocianinas e antocianidinas, e polifenóis, como o resveratrol e os flavonoides, que têm um papel anti-inflamatório muito relevante, uma vez que combatem o envelhecimento, evitam o aumento do colesterol e outros problemas cardiovasculares.

Estas pequenas bagas são ricas numa substância específica, a proantocianidina tipo A, um antioxidante natural também presente no chocolate e nas uvas. Ela evita que as bactérias se fixem nas membranas mucosas, formando uma espécie de barreira entre os tecidos e os agentes patogênicos, constituindo um verdadeiro escudo contra as doenças.

Muitas das propriedades medicinais do arando (*Vaccinium myrtillus*) derivam dos antocianósidos, que são potentes antioxidantes. Estes compostos ajudam a contrariar os danos provocados nas células pelas moléculas instáveis de oxigênio, designadas por radicais livres.

Um dos principais benefícios do arando está relacionado com seu extrato, que é o principal remédio vegetal para manter uma boa saúde da visão e tratar diversos distúrbios dos olhos. Em particular, o arando auxilia a retina, parte do olho sensível à luz, a adaptar-se corretamente à escuridão e à

luz. Tem sido largamente utilizado para tratar a cegueira noturna, bem como a má visão resultante da claridade excessiva do dia.

Com a sua facultade de fortalecer os vasos capilares — e, em parte, de facilitar o fluxo de sangue rico em oxigênio aos olhos —, o arando pode também desempenhar papel significativo na prevenção e tratamento das doenças degenerativas da retina (retinopatias). Em um estudo com 31 doentes tratados, diariamente, durante quatro semanas, o extrato fortaleceu os capilares e reduziu as hemorragias oculares, especialmente nos casos de retinopatia diabética.

O arando é utilizado no tratamento de duas das principais causas de perda da visão nos idosos: a degenerescência macular, afecção progressiva, que afeta a parte central da retina, e as cataratas, ou perda de transparência do cristalino. Um estudo com 50 doentes de cataratas relacionadas com a idade concluiu que o extrato de arando, combinado com suplementos de vitamina E, inibiu a formação de cataratas em quase todos os doentes. Sabe-se que o arando fortalece o colágeno — a proteína que forma a espinha dorsal do tecido conjuntivo saudável —, o que pode torná-lo útil no tratamento do glaucoma, doença causada por excesso de tensão no interior do olho.

Há quem diga que durante a II Guerra Mundial, os pilotos da RAF (Royal Air Force) notaram que a sua visão noturna melhorava depois de comerem doce de arando. Este fato levou a estudos científicos sobre ele, que é, hoje, utilizado para tratar uma diversidade de problemas visuais, e outras afecções.

Já para os índios norte-americanos, o arando vermelho era um alimento-medicamento que curava tudo, inclusive o seu néctar era aproveitado para sarar feridas.

Os arandos vermelhos são mais facilmente encontrados frescos nos supermercados entre novembro e fevereiro.

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

“Temos 23 convocados, independente de gostarem ou de terem algum questionamento, este é o nosso grupo. Vamos fazer com que esses 23 se transformem em 200 mil torcedores dentro de campo. Queremos, a partir de agora, mostrar ao mundo desde já a nossa camisa amarela. Aquilo que nós somos capazes de oferecer: carinho, amor, receber muito bem as pessoas e mostrar que, agora, somos todos vestidos de amarelo, para enfrentar o adversário e vencermos juntos”.

## MINUTO DE REFLEXÃO

Você precisa fazer aquilo que pensa que não é capaz de fazer.

Eleanor Roosevelt

O técnico da Seleção Brasileira, Luiz Felipe Scolari, em entrevista ao Jornal Nacional, Rede Globo, mandando recado aos torcedores.

# Acende a fogueira, pois a festa vai começar!

*Os símbolos, santos e crenças que as festividades juninas reúnem.*

O mês de junho dá as boas vindas para os festejos juninos, que são sempre muito animados, cheios de comes e bebes e muita música, em diversas cidades do Brasil. É quadrilha, fogueira, bandeirinha, bota, chapéu de palha, camisa e vestido xadrez, e tudo isso não deixa a tradição passar despercebida, fazendo com que essa festividade seja reconhecida como uma das mais populares manifestações do calendário católico.

Mesmo passando por algumas adaptações, as festas juninas surgiram no período pré-gregoriano, como uma festa pagã em comemoração à grande fertilidade da terra e às boas colheitas que aconteciam, geralmente, no dia 24 de junho e receberam esse nome “joanina”, para homenagear João Batista,

primo de Jesus, que de acordo com as escrituras bíblicas, gostava de batizar as pessoas, purificando-as para a vinda de Jesus. Daí surgiu a homenagem aos seguintes santos: Santo Antônio, São João e São Pedro.

Em razão dessa homenagem aos santos, apareceram também as simpatias, que são feitas no mês de junho e tem como objetivo concretizar bons feitos no amor, casamento e união. Para Santo Antônio, o santo casamenteiro que carrega a imagem do menino Jesus nos braços, são feitos pedidos no dia 13 de junho e para que eles sejam atendidos, as devotas retiram o bebê dele e prometem devolvê-lo somente depois que alcançarem o pedido de encontrar um pretendente.

No dia 24 de junho, São João, o santo festeiro, é lembrado e para homenageá-lo, alguns símbolos, como a tradicional fogueira, fogos de artifício, palha e manjerição, são usados. Já São Pedro é considerado o mais sério dos três santos juninos e muitos afirmam que é no dia de São Pedro, em 29 de junho, que se escolhe o melhor pretendente, pois, segundo as crendices populares, São

Pedro ganhou as chaves do céu por ter sido escolhido como líder dos apóstolos de Jesus.

Além das simpatias dedicadas aos santos, as festas juninas, que se estendem também para o mês de julho, tornando-se julinas, trazem a alegria das brincadeiras típicas, como brincadeira de argolas, pescaria, gincanas, corrida de sacos, ovo na colher, boca do palhaço, corrida de três pés e muitas outras.

Os pratos doces e salgados também são um atrativo e tanto, durante as festividades, como cuscuz, milho cozido, paçoca, pipoca, amendoim, curau e, é claro, um quentão para esquentar.

E, para finalizar, uma animada quadrilha, ao som das cantigas que passam de geração em geração, como Capelinha de Melão, Pula a Fogueira e Cai, cai, Balão.

“Gentarada, prepare suas vestimentas, que a quadrilha vai começá”!



# QUISERA

Quisera ser a luz morna da lua,  
Para teu coração angustiado  
Acalmar. A suave brisa, e tua  
Alma refrescar. Deixa a dor de lado!

Quisera ser a rosa bela e nua  
Teu corpo perfumar. Mar ondulado,  
Tuas mágoas lavar. O amor tatua  
No peito e não serás amargurado.

Quisera ser do fogo a chama ardente  
Para aquecer-te em noite escura e fria.  
Ser a paz, a esperança onipotente.

Que eu escute o murmúrio de meu nome  
Que paire em nós a cândida alegria!  
E perdure este amor que nos consome.

*Maria do Carmo Marques Ramos  
(Carminha)*

61

## O sucesso profissional a um clique de você!

Graduação e pós-graduação é na Unip Interativa

**UNIP**  
UNIVERSIDADE PAULISTA

Interativa

- ▶ Mesmo diploma da modalidade presencial
- ▶ Plantão de dúvidas 24 horas
- ▶ Chat on-line e fóruns de discussão
- ▶ Plataforma de estudos mobile  
(IOS, Android, Windows Phone)

com **Cursos Reconhecidos** **PELO MEC**

**INSCRIÇÕES ABERTAS**

**NOVOS CURSOS**

**OBJETIVO**  
Unidade Tatuf

ACESSE O SITE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO | [www.unip.br/ead](http://www.unip.br/ead) | 3251-1573

# O Jardim da Mente -3

*Mude seus hábitos*

Sua vida é a expressão exata dos seus pensamentos. O que você pensa determina quem você é, como você é e como você vive. As pessoas que vivem com medo de doenças são as que as desenvolvem e as contraem. Pensamentos de medo são ARAUTOS DA TRAGÉDIA, sempre. A ansiedade dizima as defesas do corpo inteiro, e o torna presa fácil de todo tipo de enfermidade. Os pensamentos negativos abatem os glóbulos brancos do seu sangue, alterando as plaquetas e causando um estrago de proporções imensas em seu organismo. Os pensamentos impuros atacam o sistema nervoso, fazem desmoronar todas as defesas e os pontos de equilíbrio. Você atrai poderosamente para sua vida tudo aquilo que teme, pois o medo é a SEGUNDA ANTENA mais potente da vida humana. Suas dúvidas e sua insegurança se juntam e criam seus medos. Seus hábitos rotineiros produzem as doenças, e seus hábitos são gerados por seus pensamentos. Uma pessoa que tem pensamentos fortes e puros não precisa temer bactérias e outros agentes biológicos invasores, pois suas defesas mentais formam as defesas corporais. Se você preservar sua mente, vai aperfeiçoar seu corpo; se embelezar sua mente, vai renovar seu corpo. Uma pessoa que vê a si mesma como obesa em sua mente, jamais conseguirá emagrecer, pois sendo obesa por dentro, será também por fora. Nunca houve e nem haverá nenhum remédio ou médico mais poderoso do que aquele que nos foi dado pelo nosso Criador: a capacidade de gerar pensamentos de alegria. *Se você não controlar seus pensamentos, eles controlarão você. Falta um dia para amanhã. Mude enquanto é tempo!*

*“O pensamento é a fonte da ação, da vida e da manifestação. Se você purificar a fonte, tudo ficará puro. Uma mudança de dieta não fará efeito algum se você não mudar seus pensamentos”  
(James Allen).*

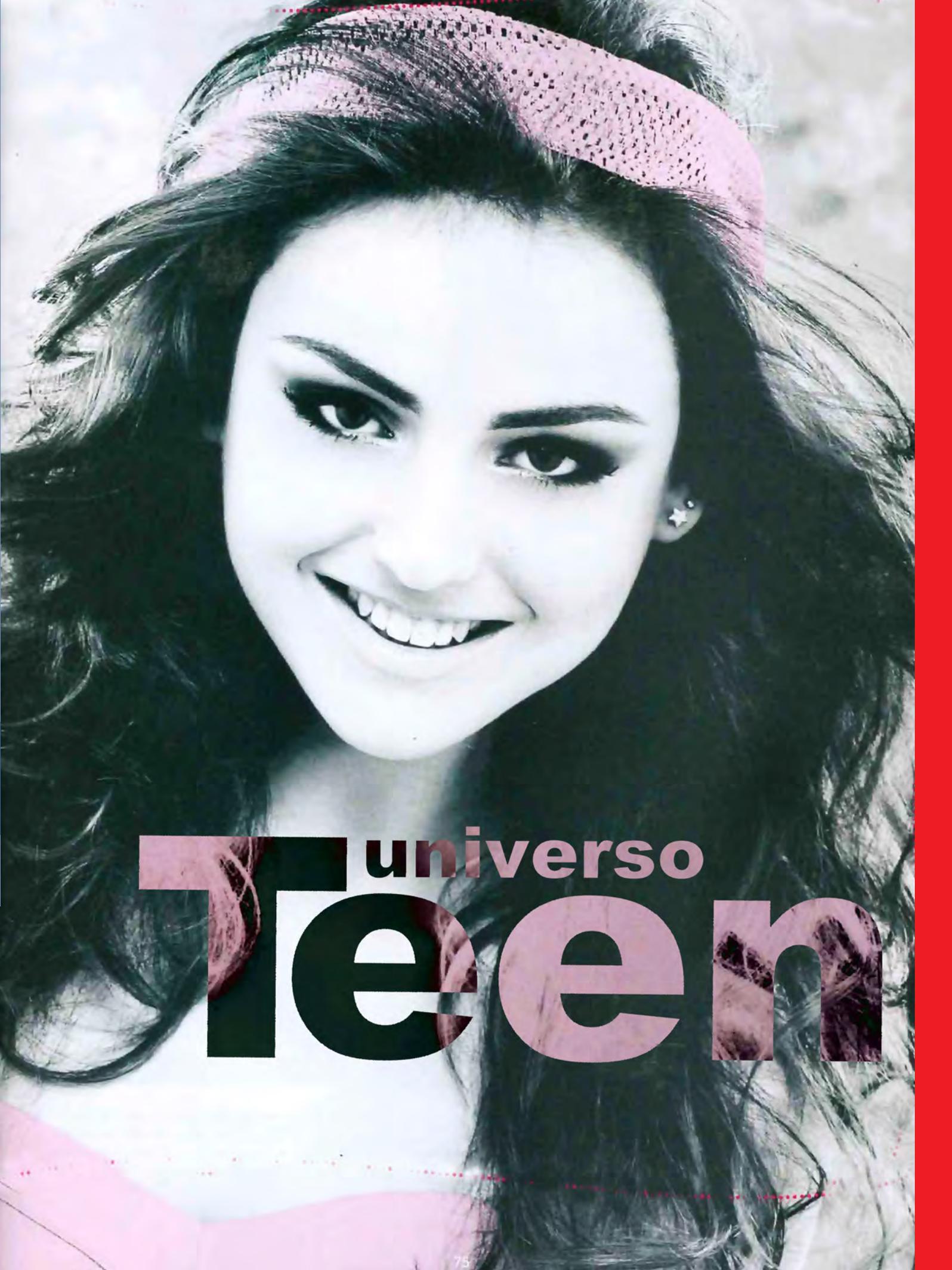
Ivan Maia  
Treinador Emocional  
ivan@ivanmaia.com.br

**IRMÃOS TATU**  
O negócio é cavocar

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

**Solicite um orçamento!**

Sítio Santa Sylvia - Bairro Água Branca - Boituva/SP    Cláudio: (15) 98124-4208 / Élio: (15) 99766-3067



universo  
**Teen** m

# Micos e gafes na hora “H”

*Como evitá-los, sem constranger o parceiro.*

“Eu não sabia se saía correndo ou se chorava”, conta L.C., que aos 16 anos, viu o sonho da primeira vez perfeita se desmoronar. Ela conta que planejou tudo, que queria surpreender o namorado, mas que na hora “H”, ficou totalmente nervosa e mandou o amado ir embora.

“Ele foi totalmente paciente, me entendeu, mas eu não queria nem atender suas ligações, muito menos encontrar-me com ele. Com muita conversa e confiança, depois de alguns meses, a situação mudou, me senti mais preparada e tudo saiu como o esperado”, conta a entrevistada.

Assim como L.C., muitas meninas passam por esse tipo de situação na primeira relação sexual, seja por falta de experiência, medo, insegurança ou incerteza. Por isso, é necessário que haja muita cumplicidade entre o casal, para que seja um momento bom

para ambos. Além disso, é importante também usar sempre preservativo e consultar-se com um ginecologista, para sanar qualquer tipo de dúvida.

Quem já passou por uma situação de constrangimento foi Larissa Camargo, que, hoje, leva na brincadeira o que aconteceu, mas que na época teve de se explicar muito bem para o namorado. “Na hora, errei o nome do meu parceiro, fiquei muito chateada, mas fiz de conta que não havia percebido. Ele surtiu na hora, mas pedi desculpas, pois, realmente, não tive a intenção”. Quando este tipo de coisa acontece, o melhor é ser sincero (a) com o companheiro, para evitar maiores aborrecimentos e, é claro, ficar esperto na hora de chamar o fulano.

Já Tiago Vieira conta que, no meio da relação, lembrou-se de uma situação engraçada que havia acontecido com ele e começou a rir sem parar. “A menina achou

que eu estivesse tirando sarro dela, ficou brava e se mandou. Eu quis explicar, mas não tive nem tempo”. Se você já presenciou este tipo de coisa, o melhor é ser discreto para que a outra pessoa não perceba. Caso contrário, será difícil explicar o motivo do riso, em uma hora em que as gargalhadas não seriam tão apropriadas.

“Treinei tanto em casa, mas, na hora, fiquei envergonhado e não consegui colocar a camisinha na frente da minha ficante”, conta L.N. Este é um dos grandes medos dos meninos, hoje em dia, porém, a primeira vez é sempre cheia de dúvidas e o segredo é não se preocupar em ser perfeito, mas, sim, fazer daquele momento algo especial.

Independente se você cometeu algum mico ou não, tenha sempre consciência e use camisinha. Mais importante do que ter uma noite perfeita, é se cuidar.



CONECTE-SE COM A GENTE!

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

# Na dúvida, vá de botas!



*Estilosas e na moda, elas são a melhor opção para o seu look de outono-inverno*

**E**las são ótimas aliadas para este outono e inverno, espantam o frio, deixam o visual mais descolado e são extremamente confortáveis. Estamos falando das botinhas, preferencialmente as de cano baixo, que estão em alta nesta estação, assim como os coturnos ou combat boots, que retornam repaginados e cheios de charme.

E tanto o outono, como o inverno, pedem looks mais arrojados, sempre acompanhados por lencinhos estampados, meia-calça preta ou com detalhes em xadrez ou poá, casacos ou moletons coloridos e acessórios maxi, para valorizar a composição toda.

Mas o toque final fica por conta das botas, que caem bem com vestidos, saias, shorts jeans, calças e até mesmo legging. Se a escolha for uma saia ou vestido em tecido leve para usar durante o dia, a botinha pode ser estampada, feita em couro, mas, sem brilhos. Já se o escolhido for um shorts, os pés devem ter botas com franjas, sem salto ou salto quadrado e, para finalizar, um casaquinho ou camisa que podem ser amarrados na cintura ou ficar sobre as costas.

Nos dias mais frios, principalmente, as botas de cano curto ou médio são bem-vindas, e caem bem com casacos e calças justas. Para a noite, o indicado são as botas com aplicações, metalizadas, spikes e fivelas.



Mas vale uma dica: as botas de cano curtinho são mais indicadas para quem tem pernas mais finas e são mais altas, pois a tendência delas é achatar a silhueta, pelo fato de não terem salto. Mas, nada impede que as mais cheinhas ou baixinhas as use, basta combinar sua bota ou coturno com meia-calça escura que alonga a silhueta, roupas mais soltinhas e menos marcadas no quadril ou cintura.

65

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

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

HOLLISTER CALIFORNIA LACOSTE LIVE AÉROPOSTALE

Rua Cônego Dametrio, 234B Centro . Tatui/SP

**NOBRE STORE**

(15) 3259-3065 NobreLaranjeira



# Quero ser jogador de futebol, e agora?

Muitos brasileiros mirins assistirão ao mundial pela primeira vez e vários desses sonham em jogar um dia ao lado de Neymar e cia

O futebol é o esporte mais popular do país, com adeptos do Oiapoque ao Chuí. E que o brasileiro é apaixonado por futebol, o mundo inteiro já sabe. E paixão não se explica, acontece. Está no sorriso de uma criança depois de um dribble, quando a seleção verde-amarela entra em campo, no hino nacional entoando no estádio em uma só voz ou no encontro entre amigos para festejar a vitória do time do coração. É emocionante ver como esse esporte tem o poder de aproximar as pessoas e fazer um país parar para vestir a camisa e vibrar no grito de um gol.

Seja nova, seja velha, ou seja feita de meia, a bola corre solta em nossas ruas e desperta paixão em milhares de jovens, que sonham ser jogadores ou jogadoras profissionais. Só

no estado de São Paulo são 4.600 atletas sindicalizados, distribuídos em 134 clubes.

Crianças como Gustavo Henrique, 10 anos, que joga bola durante o dia, à tarde e à noite. Quando tem um tempinho ele arranja um parceiro e vai pra pracinha, para o campo, para onde der. Ainda treina algumas horas por semana em clubes e escolinhas de futebol. Claro que ele quer ser jogador. E também sonha em jogar ao lado de Neymar.

“Sonho em jogar ao lado de Neymar, tenho até uma chuteira igual a dele. Chego da escola e corro jogar com meus amigos, treino no final de semana também e jogo uns amistosos pelo meu time.” Explica Gustavo.

Entre os desafios de se jogar futebol profissionalmente, estão principalmente o risco de lesões, a instabilidade financeira e o pouco tempo de carreira (a média fica entre 8 e 10 anos de atividade). Segundo dados do Sindicato dos Atletas Profissionais de São Paulo (Sapesp), dos 4.600 atletas homens do estado, somente 2.600 estão empregados.

A presença dos pais ainda dá a sensação de proteção para os mini-atletas. O pai deve saber que o filho pode não ser jogador, e por isso deve acompanhar seus jogos e incentivar outras atividades, porque a escola de futebol comum, geralmente, não está preocupada com isso, não trabalha muito com a hipótese de não formar jogadores. Quem se preocupa com isso é a família.

Tendo isso em mente, é importante não esconder a realidade, mas também não desmotivar o jovem que sonha com a profissão. Além disso, como em qualquer outra atividade, é essencial que os pais estejam presentes e acompanhem os passos do filho, mas sem fazer cobranças por resultados. Se essa paixão vier da criança, você pode incentivar, e deixar claro que a escola é prioridade.

# Criança e Smartphone

## Uma combinação perigosa

*Estudo recente afirma que crianças que usam a tecnologia precocemente podem ter atraso no desenvolvimento verbal*

A criança, atualmente, tem acesso a muita informação através da tecnologia, tudo de uma só vez, desenfreadamente, e muitas vezes sem organização, por conta disso, seu desenvolvimento verbal pode ficar defasado. Essa é a opinião de Lilian Almeida de Miranda, psicóloga de Tatuí, CRP 06/103195. Foi nesse resul-

tado que chegou o estudo da Cohen Medical Center, instituição médica em Nova York, nos Estados Unidos, sobre o assunto. Crianças de até três anos que usam os smartphones dos pais para brincar com jogos não educativos podem ter atraso no desenvolvimento verbal.

A pesquisa feita por pediatras com 65 fa-



mílias buscava determinar se havia algum benefício educacional para as crianças entre zero e três anos que brincavam com dispositivos sensíveis ao toque, como smartphones e tablets. Foram aplicados a essas crianças testes básicos de desenvolvimento. As que brincavam com jogos não educativos (como Angry Birds e Fruit Ninja) tiveram notas menores na parte sobre linguagem verbal. “Isso se deve ao fator de que a criança perde a interação social, que tem papel fundamental no desenvolvimento da linguagem nessa idade. Ela pode aprender palavras com os sons, da fonologia, mas a psicolinguística fica defasada, que é a capacidade de criar um diálogo”, explica a psicóloga.

Além disso, embora cerca de 60% dos pais entrevistados acreditem que seus filhos tenham benefícios educacionais por brincar com os smartphones e tablets, isso não ocorre na prática. A pesquisa não encontrou diferenças significativas na média geral dos testes das crianças que demonstrassem maior inteligência daquelas que usam dispositivos móveis sobre as demais.

Das famílias que participaram do estudo, quase 97% possuíam dispositivos com tela sensível ao toque. A idade média com que as crianças começaram a brincar com esses aparelhos foi de 11 meses e o tempo de uso ficou em torno de 36 minutos por dia.

A psicóloga explica também que, muitas vezes, isso ocorre pela falta de tempo que os pais alegam ter para esse tipo de desenvolvimento. “Hoje em dia, as mães também trabalham fora, então, quando ambos chegam em casa, entregam o tablet ou smartphone na mão da criança para que possam fazer as tarefas domésticas, a fim de distrair a criança enquanto isso”, explica.

“A tecnologia não pode substituir a interação de um pai com seu filho. Ler um livro antes de dormir e conversar com a criança são duas das melhores maneiras de estimular seu aprendizado”, alerta Lilian.

Sem tempo e com problemas elétricos?

**S.O.S.**  
ELETRICISTA

ADINALDO CAMARGO  
ELETRICISTA

Atendimento Residencial  
Somente nos finais de semana.

(15) 99620-7952/99832-2931  
facebook.com/adinaldo.camargo

# A Coruja e o Falcão

**A**lgum tempo atrás, meu querido amigo Luiz Carlos Mungai me enviou o texto abaixo, sobre o qual vou tecer alguns comentários.

*Certa vez, um homem que rezava dentro de uma igreja observou uma coruja junto à janela. Ela caiu e o distraiu da oração, mas ele não lhe deu muita importância. Nos outros dias, ele observou que a coruja permanecia naquele lugar, dando a impressão de que se estabelecera ali.*

*Começou a incomodar-se com aquela ave; ela ocupava mais tempo de sua atenção do que a oração. Como veio parar ali, se não comia? Certa vez, chegou até a mexer com ela, para ver se realmente era uma coruja de verdade.*

*De tanto observar, notou que a ave era cega. E isso encheu mais ainda sua cabeça de perguntas.*

*Até que, um dia, notou que um falcão entrava na igreja com algo entre os bicos. Eram algumas minhocas ou algum inseto, que servia de alimento para a coruja. Ele maravilhou-se com o que viu e chegou a coçar os olhos para ver se enxergava direito: o falcão entrava na igreja para alimentar a coruja, da mesma forma como faria com um de seus filhotes!*

*Imediatamente, o piedoso homem começou a louvar o Senhor e a se perguntar a razão de tamanho milagre – Jesus diz que Deus cuida até dos pássaros com o cuidado de um pai.*

*Sentiu enorme consolação ao pensar em um Deus amoroso, que coloca um falcão para cuidar de uma mísera coruja.*

*O que não faria Deus por ele?*

*Sentiu o coração vibrar ao perceber que Deus também cuidaria dele com o mesmo carinho com que cuidava daquela ave. Além disso, sua consolação também lhe trouxe a noção interior de que Deus lhe revelava algo único. Refletiu; decidiu vender tudo o que tinha e colocar-se aos cuidados de Deus.*

*Ponderou que era apegado demais aos seus bens e que Deus o chamava para viver uma vida de pobre, dependendo unicamente da providência divina, pois ele certamente valeria mais que milhões de corujas. Saiu de sua casa e colocou-se como mendigo na porta da mesma igreja que costumava frequentar.*

*No entanto, começou a ter dificuldades.*

*As pessoas o tinham conhecido como rico comerciante e não entendiam por que ele estava ali.*

*Alguns achavam que havia endoidecido; não lhe davam esmolas e ele começou a passar fome.*

*Desolado e entristecido, pensava que Deus o tinha abandonado. Renunciara a tudo para viver da providência de Deus e Deus não aceitou sua renúncia.*

*Entrou na igreja e revelou sua desolação a um padre.*

*Ao que o padre lhe perguntou:*

*– Você tem certeza que foi Deus quem lhe pediu para viver como mendigo?*

*– Claro, a experiência com a coruja me mostrou que Deus sempre cuida de quem precisa, eu não tinha como duvidar! – respondeu, convicto.*

*O padre o olhou serenamente, e com muita compaixão lhe perguntou:*

*– Você tem certeza que Deus o chamava para ser coruja? Não lhe estaria chamando para ser falcão?*

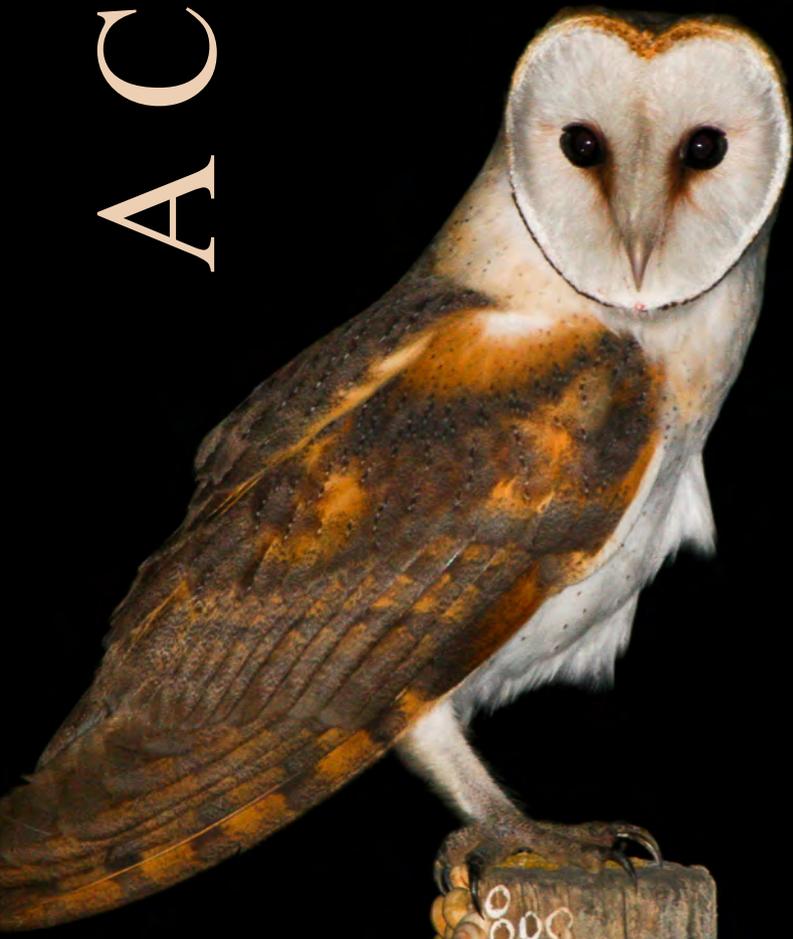
*Autor Desconhecido*

Muitos são os dons e as oportunidades que Deus nos concede na vida. No caso específico dos bens materiais, é preciso entender que não somos proprietários de nada; apenas detemos, provisoriamente, o controle de uma energia muito forte e poderosa, que pode nos ajudar a construir um mundo maravilhoso de paz e serenidade ao nosso redor, mas que também pode ser nossa completa ruína espiritual se for utilizada de forma egoísta: o dinheiro.

O dinheiro nada mais é que uma energia, uma ferramenta; não possui caráter nenhum, a não ser aquele que nós damos a ele, ocasião em que o dinheiro irá refletir o nosso caráter. Apenas isso.

A posse da energia monetária deve ser tratada com grande responsabilidade, pois Jesus necessita do bom uso dela para sermos nós, cada um dentro de sua realidade, os multiplicadores de pães e peixes que irão saciar os nossos semelhantes; para sermos os dispensadores de remédios e carinho, para auxílio dos enfermos; para sermos os divulgadores da Boa Nova, mostrando ao mundo todo que tudo, em todos os mundos, deve servir a somente a um propósito: a fraternidade e o amor. As oportunidades aparecem a todo instante, “batem em nosso rosto” a todo o momento.

Basta vermos o mundo com os olhos com que Jesus o olharia.



AUTOS &



OS & CIA

O prejuízo é enorme e o fato abala a imagem da empresa, pois há a suspeita de que a GM sabia do defeito desde 2001, mas não teria tomado uma atitude concreta. A companhia está sendo alvo de uma enxurrada de processos.

O defeito apontado pelos consumidores faria o caro desligar sozinho, em pleno movimento, causando graves acidentes. Na luta para manter sua credibilidade, a GM afirmou que não foram encontradas evidências de mau funcionamento na ignição dos modelos revisados no começo deste ano. Até o momento, as denúncias envolvem os modelos comercializados nos Estados Unidos e ainda não há notícias de problemas ocorridos no Brasil. O grupo reconheceu que cerca de 90 mil ignições foram reparadas nos modelos 2005-2007 utilizados como substitutos dos carros chamados para revisão nos EUA. Desde que começou a fazer o recall de veículos em fevereiro, a GM tem sido atingida por dezenas de processos em nome de indivíduos feridos

# Problema na ignição faz GM realizar mega recall

*Falha no sistema teria provocado mortes nos Estados Unidos*

ou que morreram em acidentes envolvendo os carros no recall, além de consumidores que dizem que seus veículos perderam valor como resultado das ações da companhia.

## Como funciona

O sistema de ignição de seu veículo deve trabalhar em perfeita harmonia com o resto do motor. O objetivo é que o combustível seja queimado exatamente no momento certo, de modo que os gases em expansão possam produzir o maior trabalho possível. Se o sistema de ignição gerar a centelha no momento errado, a potência diminuirá e o consumo de combustível e as emissões de gases poderão aumentar. A centelha é disparada pela vela antes que o pistão atinja o ponto-morto superior.

Quando a mistura ar-combustível queima dentro do cilindro, a temperatura aumenta e o combustível é transformado em gases queimados. Essa transformação faz com que a pressão no cilindro aumente muito e o pistão seja forçado para baixo.

Para obter melhor torque e potência do motor, deve-se maximizar a pressão no cilindro durante o curso útil. A maximização da pressão também aumenta a eficiência do motor, o que significa que se obterá o menor consumo de combustível. O ponto de ignição é crítico para que tudo funcione como planejado.



**OFICINA MECÂNICA ROSA**

Mecânica - Escapamento - Troca de Óleo  
Bateria - Manutenção de Frotas  
Revisão Preventiva



ACEITAMOS CARTÕES



Rua do Cruzeiro, 497 | Centro | Tatuí/SP - (15) 3251-6314



**DESIMAX**  
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO  
COM NOSSO REPRESENTANTE:

**15 97582882**

**WWW.DESIMAX.COM.BR**

# Utilitários esportivos: veículos para qualquer desafio

*Segmento cresce no país*

Um carro que possa ir para a fazenda, encarando numa boa as terríveis estradas rurais do Brasil, e que também possa levar a família para passear com todo o conforto. Este é um dos itens da receita de sucesso dos utilitários esportivos, segmento que vem crescendo no país, mesmo enfrentando críticas em alguns quesitos, como o elevado consumo de combustível. Problema que, aliás, já está sendo minimizado em modelos mais novos.

Claro que quem procura um desses veículos não tem o consumo entre suas principais preocupações, principalmente se estiver disposto a investir nos modelos top de mercado, como o Porsche Cayenne, que possui modestos (!) 300 cavalos de potência e faz de 0 a 100 km/h em 7,5 s. O modelo 2014 não sai por menos de R\$ 440 mil em anúncios na Internet. Já um modelo mais antigo, ano 2004, é encontrado por cerca de R\$ 115 mil.

Mas a grande maioria dos consumidores sonha com um SUV (Veículo Utilitário Esportivo, na sigla em inglês) por questões de

segurança, por serem automóveis mais altos, mais robustos e, muitas vezes, com mais itens de segurança e conforto do que outros veículos. Dificilmente, você irá ver um Porsche Cayenne - ou mesmo um Ford Edge, representante da montadora americana no segmento - sujo de barro ou ralando no meio do mato. Com preço a partir R\$ 130 mil, a Ford oferece em seu site a possibilidade de compra direta do Edge e você ainda pode escolher algumas configurações.

Mas o mercado nacional, atualmente, oferece modelos para todos os gostos e bolsos, é o caso do Renault Duster, que briga com o Ecosport (também da Ford) e modelos mais conhecidos e já com algum tempo de mercado, como o Sportage (Kia) ou o Santa Fé (Hyundai). Com o crescimento do mercado, novos lançamentos devem surgir em breve. Até a Lamborghini, marca tradicional de superesportivos, já exibiu um protótipo de um SUV recentemente, para alegria e sonho dos fãs desse segmento. Nada mal para um tipo de carro que surgiu para ser usado em tempos de guerra.

## Um pouco de história

O termo SUV (do inglês Sport Utility Vehicle) significa "veículo utilitário esportivo". É um tipo de automóvel com caracterís-

ticas dos veículos de passeio e dos veículos de todos os terrenos (off-road), aliando conforto, espaço e versatilidade. Tem origem nos veículos para fins militares, fabricados por ocasião da II Guerra Mundial, tais como os da marca Jeep, popularmente conhecidos, no Brasil, como jipe. Os SUV foram muito populares nos Estados Unidos entre 1990 e 2000. Com a subida dos preços dos combustíveis, e devido ao alto consumo exigido por esses veículos, a popularidade diminuiu, mas ainda possuem muitos adeptos nas terras de Tio Sam.

Entre as características desses veículos estão o porte avantajado, normalmente, derivados de caminhonetes, e apresentam uma configuração de design e interior em alusão aos veículos familiares conhecidos por "peruas" ou SW (station wagons), ou seja, a capota estende-se até o fim do veículo. E, internamente, eles dispõem de banco traseiro e porta-malas. São carros tamanho família e uma boa parte é portada de uma terceira fileira de bancos, podendo totalizar até nove assentos para passageiros.



# Câmbio de cinco marchas deixa Fusca “nervoso”

*Novidade pode ser encontrada em lojas e na internet*



**S**e você deseja que o seu fusca, ou qualquer carro da Volkswagen, incluindo clássicos como Variant 1 e 2, Brasília, SP2 ou outro modelo mais raro, com motor refrigerado à água, tenha um desempenho melhor, a opção pode ser trocar o câmbio original de quatro marchas por um de cinco velocidades.

Segundo lojas do setor, o novo câmbio é

montado com todos os rolamentos novos e originais da VW, anéis sincronizadores e retentores novos e regulados de acordo com os padrões originais do fabricante. O equipamento proporciona até 35% de economia de combustível, reduz o giro do motor, faz com que o carro rode macio e tenha maior velocidade final. Outro benefício é que, por trabalhar em baixa rotação,

aumenta a durabilidade do motor.

Claro que todas essas vantagens têm um preço: o câmbio custa em torno de R\$ 2,6 mil e só pode ser adquirido por encomenda. O prazo de entrega é de 30 dias. O equipamento também pode ser instalado em Kombi com motor a ar e modelos mais novos, com motor flex, mas o proprietário deve consultar o valor do investimento primeiro.

## INOVAR

LOCAÇÕES DE EQUIPAMENTOS

Um novo conceito de locação de equipamentos para construção.





# Enlonar e desenlonar: operação agora fica mais fácil

*Sistemas mais rápidos facilitam a vida do caminhoneiro*

A busca por melhorias, sejam elas em tempo, redução de custos, segurança, funcionalidade, é um ponto que todos os setores procuram. Encontramos em uma operação que é repetida milhares de vezes por dia uma solução que já está sendo, aos poucos, posta em prática por caminhoneiros de caminhão caçamba, são os sistemas de enlonar e desenlonar as carrocerias.

Sem o risco de acidentes, já que o motorista executa a operação sem ter de subir na carga e com um ganho enorme de tempo, a operação pode ser feita em 30 segundos, conforme o tipo de carroceria, e já há este sistema sendo colocado em caminhões caçamba, inclusive em usados.

Seu princípio de funcionamento baseia-se no deslizamento do sistema de cobertura sobre a superfície da basculante, de forma longitudinal, em que toda a lona e os arcos são recolhidos e ficam compactados no peito frontal da basculante, deixando toda a superfície de carga livre. O acionamento pode ser por meio elétrico com central de comando dentro da cabine, elétrico com controle remoto, ou mesmo na versão mais simples com manivela de redução. Em todas as versões, as operações de abertura e fechamento de carga, são feitos do chão.

O equipamento completo, mesmo na versão elétrica com controle remoto, é mais leve que o sistema utilizado atualmente, graças à sua tecnologia. Proporciona, também, economia em manutenção, considerando que não faz uso de sistemas instáveis como correias e trilhos, e sim de patins para o deslizamento da cobertura.

O sistema pode ser adequado a vários tipos de basculantes e atende à legislação vigente de enlonamento.

O valor do sistema é muito variável, dependendo do tamanho



73

da caixa de carga, dos componentes e acessórios optados pelo cliente. Pelos benefícios trazidos pelo sistema, em pouco tempo, ele mesmo acaba se pagando pelo ganho na produtividade e redução de gastos.



**AUTO CENTER**

O único especializado em  
alinhamento **3D**



Elevador para Carro



Alinhador 3D

Balanceamento | Suspensão | Freios  
Pneus | Escapamentos | Trocas de Óleo  
Mecânica em Geral | Acessórios

Rod. Mário Batista Mori, 275 | Vl. São Cristovao | Tatuí/SP | (15) 99716-9575/99703-3695

# A Copa chegou! E agora?

*Evento pode ser um divisor de águas para o país*



**D**esde meados do ano passado, quando eclodiram os protestos por todo o Brasil, reivindicando todo um leque de direitos, como moradia, saúde e educação de qualidade, segurança e transporte público digno, surgiram também os protestos contra a realização da Copa do Mundo em nosso país.

Viver em uma democracia é aprender a viver com as diferenças de opinião e o direito à livre manifestação. O que não pode ocorrer são os já conhecidos atos de vandalismo presenciados, não apenas em terras verdes e amarelas, mas praticamente em qualquer parte do mundo onde haja algum tipo de protesto, manifestação ou reivindicação.

Talvez, os pensadores e estudiosos cheguem à conclusão de que as relações humanas estão passando por profundas transformações e o desgaste natural que isso provoca atinge o assim chamado tecido social, que está cada vez mais fino e muitas vezes se rasga, expondo conflitos. Talvez, o mundo tenha sido sempre assim. A única diferença é que, com a tecnologia atual, o acesso à informação está muito mais rápido. E o poder de mobilização da sociedade também. Basta lembrar o fenômeno do Rolezinho, que tanto assustou os frequentadores de shopping centers no final de 2013 e começo deste ano. Mas, assim como a notícia e o espanto que

ela causa chegam rápido, são igualmente esquecidos na mesma velocidade.

A copa chegou e isso é um fato! Nem toda a vontade contrária ao evento vai impedir sua realização. E é bom que o Brasil passe por este teste. Será um processo de amadurecimento para o país e seu povo. Afinal, se o Brasil quer estar entre as grandes nações do mundo, tem de crescer e se comportar como tal. E investimentos em infraestrutura, transporte e esporte são consequência de um evento do porte de uma Copa do Mundo (e também das Olimpíadas, que acontecem no Rio de Janeiro, em 2016).

Se tais investimentos serão bem aproveitados ou não pela população, se houve superfaturamento ou não nas obras, tudo isso é uma coisa que a própria nação deverá fiscalizar e cobrar das autoridades. Mas não resta dúvida de que a Copa do Mundo será um divisor de águas para o país. Se o Brasil, então, conquistar o hexacampeonato, a grande festa tornará a vida mais fácil, ou pelo menos trará essa ilusão à maioria da população, que certamente não se importará muito se o preço do pão francês disparar. Afinal, somos hexa!

Mas se o Brasil perder... Até sair na rua pode ser uma aventura perigosa, mais do que já é. Enfim, a poucos dias da abertura do evento, só nos resta torcer pela seleção e pedir paz nos estádios e fora deles.



**Gustavo  
Serralheiro**

**Fabricações:**

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

**Atendemos em CAPELA DO ALTO  
e REGIÃO.**



**Rua: Antônio F.N.G. Rodrigues, 42 - Jardim Casa Nova - Capela do Alto  
(15) 99661-0907/99101-6812 - g.camargo2010@bol.com.br**



01 - Renata e Vitor, ganhadora da cesta de café da manhã do dia das mães, Loja Senso Único, Tatuí; 02 - Osni e Patrícia, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 03 - Nani, Café do Posto Bremen, Tatuí; 04 - Jaqueline, Priscila e Jessica, Mariah Pizza Bar, Tatuí; 05 - Daniela e Ana Claudia, Capitão XV, Tatuí 06 - Jennifer, Marcela e Thiciane, Café do Posto Bremen, Tatuí

## ÁGUA DOCE TATUÍ

**TORCIDA  
ÁGUA DOCE**

A cada 3 CERVEJAS no balde (Brahma ou Skol), a 4ª CERVEJA é por nossa conta, além de um SUPER TELÃO para torcermos juntos pelo BRASIL!

## Ela voltou! Quintaneja

Música ao Vivo e  
Brahma e Skol  
por apenas  
R\$ 5,90

**ÁGUA DOCE**  
cachaçaria

Sabores do Brasil

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

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 30/06/2014.



07 - Niver Angélica, Condomínio São Marcos, Tatuí; 08 - Rafael e Ketryn, Capitão XV, Tatuí; 09 - Nely, Jô e Bárbara, churrascaria O Costelão, Tatuí; 10 - Alana, Greidson, Carol e Wandisa, 9ª Festa das Nações, Cerquilha; 11 - Gustavo, Claudia, Natália e Edmilson, Niver Gustavo, Condomínio Portal de Itu



Emec



Venha torcer para o Brasil aqui com a gente.

- Entregas sem taxas
- Caldos nos finais de semana

Av. Dr. Salles Gomes, 149 - Tatuí/SP (15) 3305-2999



*Nesta data especial, dê ao seu amor o perfume ideal.  
Feliz Dia dos Namorados!*

Perfumes Nacionais e Importados  
e Linha Mahogany by Kevin Nichols

EUDORA 
 KEVIN NICHOLS 
 veridica 
 Bachelior 
 MAHOGANY

Rua Capitão Lisboa, 662 . Centro . Tatuí/SP (15) 3305-6489  
contato@ballsam.com.br ballsam

Emec



12



13



14



15



16



17

12 - Ana Paula e Kauzinho, Happy Hour, Tatuí; 13 - Priscila e Mateus, Jantar Japonês, Rotary Club, Tatuí; 14 - Maria Eduarda e Paula, Música na Praça, Praça da Matriz, Tatuí; 15 - Ana, Marcela, Débora e Patrícia, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 16 - Andrea e Inês, Mariah Pizza Bar; 17 - Rafael e Karen, Café do Posto Bremen, Tatuí



magazine

Metrópoles

Elmec

Neste Dia dos Namorados, o carinho pode ser em verde e amarelo, mas o presente é da sua escolha.



Vinhos . Cestas . Perfumes  
Presentes . Chocolates  
Nacionais e importados  
Artigos para decoração  
Lista de Casamento

Rua Capitão Lisboa, 657  
Centro . Tatuí-SP  
15 3251-1997

magazinemetropoles.com.br  
magazinemetropoles



18 - Antônio Carlos, Thiago, Gilberto e Rogério, inauguração da loja Inovar, Tatuí;



19 - César e Tatiane, Capitão XV, Tatuí;



20 - Paulo, Felipe e Alexandra, Pizzaria Hermelinos, Tatuí;



21 - Bento e Sandra, 9ª Festa das Nações, Cerquilho;



22 - Teca, Anelena, Kat, Renata e Bernadete; Colinas das Estrelas, Tatuí

**Sodiê Doces**  
Sensações irresistíveis até o último pedaço

O amor fica mais gostoso a cada pedaço.

*Feliz Dia dos Namorados*

Rua José Bonifácio, 703 - Tatuí/SP (15) 3259-1223  
Rua Saldanha Marinho, 416 - Itapetininga/SP (15) 3537-5080

# Club da Unha

A sua foto favorita vai estar até mesmo na sua unha.

Venha conferir!

Deixe a copa do mundo em suas mãos!

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



23 - Niver Gustavo, Condomínio Portal de Itu; 24 - Reginaldo e Sílvia, Happy Hour, Tatuí; 25 - Palestra com a psicóloga Marcelle sobre adoção em comemoração ao Dia da Adoção, GAATA, Buffet Claudia Rauscher, Tatuí



Balcões residenciais  
Linha Home Freezer

A Balcões Scaglioni é uma empresa que desenvolve sob encomenda, balcões refrigerados de acordo com seu projeto.

Emec



Rua XI de Agosto, 1568 . Centro . Tatuí/SP (15) 3251-8483

26



27



28



26 - Luiz Fernando e Andréia, Música na Praça, Praça da Matriz, Tatuí; 27 - Rodrigo, João e Renato, Armazém Santa Luíza, Tatuí; 28 - Pina, Carina e Marilda, Mariah Pizza Bar, Tatuí

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

**HOTEL  
DELFIOL**



**"HOTEL DEL FIOLO Hospedagem e Eventos"**



Hotel Del Fiol - Praça da Matriz, 26 - Centro - Tatuí  
(15) 3251.3355 / [contato@hoteldelfiol.com.br](mailto:contato@hoteldelfiol.com.br)

**OAB 1ª FASE**  
XIV Exame Unificado

**DAMÁSIO**  
EDUCACIONAL



**INTENSIVO MODULAR**

DIRETOR-GERAL PEDAGÓGICO: MARCO ANTONIO ARAUJO JUNIOR

DIRETOR PEDAGÓGICO - OAB: DARLAN BARROSO

Programado com o objetivo de preparar os candidatos para a prova de 1ª fase do XIV Exame de Ordem, com carga horária especial, abrangendo a revisão das 17 disciplinas do Exame.

INTENSIVO MODULAR I + II > FINS DE SEMANA > INTENSIVO MODULAR II + I

*Só o Damásio tem...*

Material de apoio especializado

Workshop OAB: "Como se preparar para o Exame"

Estudos dirigidos

Vídeos complementares

Centro de Soluções de Dúvidas

Reposição de aula para turmas telepresenciais

**Simulado Especial**

**Formato idêntico  
ao da prova FGV**

[www.damasio.com.br/OAB](http://www.damasio.com.br/OAB)

/cursodamasio

FAÇA **DI**FERENÇA.  
FAÇA **DAMÁSIO**.

(15) 3259-7979  
Praça da Concha, 39 - Centro - Tatuí/SP  
[tatu@unidades.damasio.com.br](mailto:tatu@unidades.damasio.com.br)



29 - Carolina, Erik e Rosângela, inauguração do restaurante Massa e Cia, Tatuí; 30 - Thábata e Lilian, Café do Posto, Tatuí; 31 - Jéssica e Marcos, 9ª Festa das Nações, Cerquilho; 32 - Luciano e Ivani, inauguração da loja Psiquê, Tatuí

# DETROIT

Rita Santos  
moda feminina



Rua Capitão Lisboa, 832 . Centro . Tatuí/SP  
(15) 3251-3596  
facebook.com/DetroitMultimarcasTatuí

Rua Capitão Lisboa, 826 . Centro . Tatuí/SP  
(15) 3259-0448  
facebook.com/RitaSantosModaFeminina



moda casual . moda evangélica . plus size



33



34



35



36



37

33 - Paola, Jantar Japonês, Rotary Club, Tatuí; 34 - Niver Angélica, Condomínio São Marcos, Tatuí; 35 - Antônio, Bete, Beatriz e Vinícius, 9ª Festa das Nações, Cerquillo; 36 - Diretoria do Rotary Club de Tatuí, entrega de camas à Casa de Apoio aos Irmãos de Rua São José, Tatuí; 37 - Luciana e Alexandre, 9ª Festa das Nações, Cerquillo

**STIHL** M.M. REPRESENTAÇÕES E COMÉRCIO DE PEÇAS E MÁQUINAS LTDA.

Venha conhecer nossa linha de produtos para facilitar sua vida.



**Motosserras**

a partir de  
**R\$ 600,00\***



**Roçadeiras**

a partir de  
**R\$ 649,00\***

**ASSISTÊNCIA TÉCNICA  
AUTORIZADA E ESPECIALIZADA**

Tudo em 10x nos cartões **VISA** **MasterCard**

Rua XV de Novembro, 1367 Centro - Tatuí/SP  
Tel.: (15) 3259-3144 / 3259-2974

\* Promoção de validade enquanto durarem as estoques

Atendemos toda a região!!  
*Lajes e Serralheria*  
**2001**  
Tudo para sua construção

*14 Anos  
Muito bem construídos!*

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



Cobertura Duas Águas



Estrutura para Posto

**GERDAU** **Votorantim** **VEDACIT** **Peccinin**

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](http://www.lajes2001.com.br)

\*Consulte os regulamentos internos da loja

Ebrac



O apetite deste mês está uma delícia! Veio em dose dupla, isso mesmo, nossa leitora de Boituva, Fátima Aparecida de Camargo Sartorelli nos enviou duas receitas, disse-nos que era para comemorar o Dia de Santo Antônio, São João e São Pedro em alto estilo! Anote aí, caro leitor, porque lá vai a receita...



## Cuscuz de Peito de Frango

### Ingredientes:

1 peito de frango tamanho médio  
1 lata de ervilha  
1 lata de milho  
1 vidro médio de palmito  
3 tomates maduros  
1 cebola tamanho médio  
3 dentes de alho  
1 maço de cheiro verde  
6 ovos  
½ copo de óleo  
3 xícaras de água  
2 xícaras de farinha de milho amarela  
2 colheres de sopa rasa de farinha de mandioca  
1 vidro pequeno de azeitonas  
Sal a gosto

### Modo de Fazer:

Cozinhe o peito sem a pele, em uma panela de pressão, por aproximadamente 40 minutos. Após, desfie-o e reserve.

Pique bem: o palmito, as azeitonas, a cebola chic-chic (miudinha), o alho amassado, cheiro verde, três ovos em pedaços pequenos e três em rodelas, dois tomates em pedaços pequenos e um em fatias.

Em uma panela, utilizando fogo brando, acrescente o óleo, doure a cebola, o alho e quando tiver bem dourado, coloque o tomate e mexa. Em seguida, acrescente o peito desfiado, mexa por mais ou menos 10 minutos e acrescente os demais ingredientes picados, menos os três ovos em rodelas e o tomate em fatias, os quais usaremos para decorar.

Despeje a água, mexa até ferver, assim que ferver, acrescente as farinhas e mexa novamente. Unte com azeite uma forma, de preferência redonda e com furo no meio, enfeite com os ovos em rodelas e os tomates fatiados, despeje a massa ainda quente para modelar e, ainda quente, desenforme num prato apropriado. Pronto, agora é só servir. Bom apetite!

## Bolo de Fubá com Goiabada

### Ingredientes

3 ovos  
2 copos de leite  
2 copos de fubá  
1 copo de farinha de trigo  
2 copos de açúcar  
1 copo de óleo  
1 colher de sopa de pó Royal  
50g de queijo  
50g de coco ralado  
250g de goiabada (pacote)

### Modo de Fazer:

Primeiro, corte a goiabada em pedaços e passe-a na farinha de trigo, reserve.

Bata no liquidificador os ovos, leite e óleo. Em uma tigela, reserve os demais ingredientes e misture com os do liquidificador, mexa bem até formar uma massa bem uniforme. Unte a assadeira e despeje uma parte da massa. Distribua a goiabada em pedaços, como sendo o recheio, acrescente o resto da massa de maneira que cubra todos os pedaços.

Asse em forno a 180° por aproximadamente 40 minutos, espere esfriar para desenformar.

Agora, é só cortar e servir. E Viva São João!



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

**TAMBELLI**  
Desde 1948  
LANCHONETE E PASTELARIA

**O difícil vai ser resistir à tanta tentação**

R. Maneco Pereira, 166 | 8. 400 | Tatuí | 15.3251-2210  
Mercado Municipal | Box 16 | Tatuí | 15.3251-4016

**CHURRASCARIA**  
**O COSTELÃO**

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

Foto: Davi Gangi

# TAPEMAG

Sua loja de peças e borrachas.

*Diversidade de produtos para a segurança e qualidade profissional.*



Telas de Proteção



EPI's



Sinalização

Emec

ENTREGAS DIÁRIAS EM TODA REGIÃO.

Aceitamos:



**TAPEMAG**  
Sua loja de peças e borrachas.

Rua 11 de Agosto, 1041 - Tatui  
15. 3259-2800 / Nextel 96\*60761  
[www.tapemag.com.br](http://www.tapemag.com.br)















