



COPA DO MUNDO 2014



GRANDES EVENTOS PERDA OU LUCRO?

OLIMPIÁDAS 2016



ROCK IN RIO 2015



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$ 4,90

ANO 7 • EDIÇÃO 81 • AGOSTO DE 2014

Horário Político:
Atente-se às propostas.
Serão mais quatro anos!

Febre Chikungunya:
A nova doença que está invadindo
o território brasileiro

Separação e Divórcio:
Nesta briga,
quem será o perdedor?



COPA DO MUNDO 2014



GRANDES EVENTOS PERDA OU LUCRO?

DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$ 4,90

ANO 7 • EDIÇÃO 81 • AGOSTO DE 2014

OLIMPIÁDAS 2016



ROCK IN RIO 2015



Horário Político:
Atente-se às propostas.
Serão mais quatro anos!

Febre Chikungunya:
A nova doença que está invadindo
o território brasileiro

Separação e Divórcio:
Nesta briga,
quem será o perdedor?

Obrigado à Revista Hadar que nos representa em Tatuí e região!

Rubens Fidêncio

Viva Hadar Tatuí!!! Bora ser feliz! Beijão à Bernadete e Equipe!

Claudia Heloise Rauscher

Sucesso! Cícero Protta

Que venha julho com muito sucesso, paz e amor. A revista Hadar está cada mês melhor, parabéns a todos da família Hadar!

Luiza Pozitel

Parabéns, Revista Hadar!!!

Firmina Marcelo

Parabéns para vocês, equipe Hadar! Abraços.

Adnei Das Pedras

Parabéns, Equipe Hadar! Parabéns pela matéria de Capa "A Alegria de um Povo que Conquistou o Mundo"! É bem por aí mesmo! Igual ao nosso povo, nossa gente, não há em lugar algum... Vocês sempre se superam! Muito sucesso e brilho a todos. Que a nossa ESTRELA MAIOR continue iluminando a de vocês, que também é grande!

Júlio Mazulquim

Parabéns, equipe HADAR, pelo trabalho executado mês a mês com tanto carinho e dedicação! Abraço a todos vocês e parabéns!

Veridiana Pettinelli

Boa noite a todos que gostam de ver e ler o conteúdo que nós, comerciantes, levamos para as páginas desta revista que, ano a ano, vem se destacando muito no mercado de Tatuí e região. Muito obrigado pelo profissionalismo de todos os responsáveis por levar o nosso nome com tanta dedicação. Deus abençoe a todos.

Toninho Du Gesso Moraes

DIÁRIOS COMEMORATIVOS

2014 | Agosto

- 01 – Dia Nacional do Selo Postal Brasileiro/Dia do Cerealista
- 02 – Dia do Folclore
- 03 – Dia do Tintureiro/Dia do Quadro de Engenheiros Militares/
Dia de Santa Lídia
- 04 – Dia do Padre
- 05 – Dia Nacional da Saúde
- 07 – Dia de São Caetano
- 08 – Dia Nacional do Combate ao Colesterol/ Dia de São Domingos
- 09 – Dia Nacional dos Povos Indígenas/Dia de São Fábio
- 10 – Dia de São Lourenço/ Dia dos Pais/Dia da Enfermeira
- 11 – Aniversário da Cidade de Tatuí/Aniversário da Cidade de Pereiras/
Dia do Advogado/ Dia da Consciência Negra/Dia do Garçom/
Dia do Estudante
- 12 – Dia Nacional das Artes
- 13 – Dia do Economista/Dia Internacional dos Canhotos
- 14 – Dia do Combate à Poluição/Dia do Cardiologista

- 15 – Dia Mundial do Fotógrafo/Dia do Solteiro
- 17 – Dia do Patrimônio Histórico
- 18 – Dia de Santa Helena/Dia da Revolução Cultural/Dia do Estagiário
- 19 – Dia do Artista de Teatro/Dia do Fotógrafo/Dia do Ator
- 20 – Dia do Maçom
- 21 – Dia do Favelado
- 22 – Dia Nacional do Folclore
- 23 – Dia do Aviador Naval/Dia da Luta Contra a Injustiça
- 24 – Dia dos Artistas
- 25 – Dia do Soldado/Dia do Feirante/Dia do Exército Brasileiro
- 26 – Dia da Declaração dos Direitos do Homem
- 27 – Dia do Psicólogo/Dia de Santa Mônica/Dia do Peão de Boiadeiro
- 28 – Dia Nacional dos Bancários/Dia de Santo Agostinho
- 29 – Dia Nacional do Combate ao Fumo
- 30 – Dia do Vendedor Lojista/Dia Internacional dos Desaparecidos
- 31 – Dia do Nutricionista/Dia Nacional do Outdoor

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

Carta ao leitor

Caro leitor, amigo, parceiro, integrante desta grande família que é a Revista Hadar, está chegando a suas mãos mais uma edição, preparada com muito amor, carinho e profissionalismo, especialmente para você, que nos motiva a seguir adiante.

Já ultrapassamos as 80 edições de nossa querida revista, e continuamos sempre focados nos temas e assuntos que estão no topo das discussões e do interesse da sociedade para que você esteja sempre atualizado.

A nossa reportagem de capa, por exemplo, traz uma avaliação do impacto da Copa do Mundo no cenário nacional e no comércio de algumas cidades da nossa região, com informações de empresários e das associações comerciais dos municípios. De modo geral, a experiência com a realização da Copa, em nosso País, pode e deve ser usada pelos empresários para alavancar as vendas com grandes eventos, segundo o entendimento de representantes das associações comerciais ouvidas pela Hadar. Não deixe de ler!

Mas a vida continua e, passada a Copa, as atenções agora se voltam às eleições de outono próximo. E, por esta razão, trazemos uma matéria sobre o horário político, já que se faz necessário assisti-lo e estar atento às promessas, avaliar o plano de governo daquele que, supostamente, irá governar o nosso País por mais quatro anos!

E o frio dos últimos dias faz com que muita gente pense duas vezes para sair de casa. De moto, então, quase que impossível! Mas quem tem de enfrentar o frio e o vento em uma motocicleta pode amenizar o drama com o aquecedor de manoplas, um aparelho fácil de instalar e que vai acoplado na manopla e ligado na bateria da moto. Confira na seção Acessórios.

Já os fãs da F1 podem festejar a temporada equilibrada da categoria, que trouxe de volta ultrapassagens cada vez mais empolgantes. A Mercedes ainda lidera, mas, a cada prova, os adversários melhoram um pouco. O final da temporada promete ser emocionante, você poderá saber mais na seção Velocidade.

Para quem gosta de festa, neste mês, comemoramos aniversário de duas cidades da nossa região, por sinal, as duas no mesmo dia: Pereiras, conhecida como a cidade do frango, completa 140 anos e Tatuí, cidade Ternura, conhecida como a capital da música, completa 188 anos. Parabéns!

Agosto também é mês de presentear, abraçar, lembrar-se da pessoa que sempre o apoiou, deu bronca, chorou, orientou, torceu por você, esteve sempre ao seu lado: seu pai! Aproveite para valorizá-lo. Não tenha medo de dizer que o ama, não importa a distância ou diferença entre vocês. Este 10 de agosto tem de ser muito especial.

Falando em ser especial, o Realize-se, deste mês, está mais que especial, está contagiante. Em homenagem ao Dia dos Pais, o nosso realizado é um pai, uma pessoa muito batalhadora, fantástica, não deixe de conferir!

Mergulhando um pouco no mundo da moda, trazemos até você a história de um estilista brasileiro que é sucesso mundial, Faúse Hatén, o multiartista que arrasa no universo da moda, confira na seção Território Fashion.

Pensa que parou por aí? Na seção Solidariedade, você vai conhecer um projeto maravilhoso, o AMICCA (Associação dos Amigos da Criança com Câncer), que, há 33 anos, desenvolve um trabalho de acolhimento a todas as pessoas que necessitam de atenção. Ajudar a quem precisa é o maior ato de amor!

E dentro desta edição tem muito mais! Esperamos que devore cada página que, com certeza, foi criada pensando em você. Estamos abertos às suas sugestões, críticas e opiniões. Interaja conosco, através dos nossos e-mails, facebook, site! A HADAR é nossa, caro leitor!

Boa leitura e até a próxima!

QUALIDADE DE VIDA

**Jogos Regionais:
Disputa entre cidades
garante vaga nos Jogos
Abertos do Interior**

51

AUTOS&CIA

**Fórmula 1:
As ultrapassagens
espetaculares voltaram**

70

MODA

**Body Chain:
O acessório que virou
sucesso entre as
celebridades**

20

CULTURA

**Teatro:
A emoção de pisar nos
palcos e envolver
a plateia**

55

UNIVERSO TEEN

**Timidez:
Não é nenhum bicho de
sete cabeças e pode ser
revertida com o tempo**

67

EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte

Bernadete Elmec

editora@revistahadar.com.br

Jornalista/Redação

Ana Luiza Schiffllers, Maria Eliza da Silva Rosa
e Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705

Atendimento

Juliana Souza

falecom@revistahadar.com.br

Revisão

Marry Calvin

Criação/Diagramação

Elmec Comunicações

Claudio S. dos Santos

Leonardo Manis Casarini

diagramacao@revistahadar.com.br

arte@revistahadar.com.br

Site

Danilo Casseiro de Campos

www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade

Claudio Elmec

R. Sete de Maio 150 -sala 03 - Tatuí

(15) 3259 7014 – 3259 5937 – 3259 4543

(15) 99144 8747

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, Luis Carlos Magaldi,
Maria do Carmo M. Ramos, Ivan Maia,
Roberta Lorenzetti Lourenço, Josué Mota,
Patrícia Mariah, Aline Fernanda Simões,
Marcelo Nalesso Salmaso
e Maria Renata Orsi Campos

Agradecimentos

Todas as fontes entrevistadas

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.

já foi

Aconteceu, em Tatuí, à festiva de posse da nova diretoria, do ano Rotário gestão 2014/2015: Dia 16 de julho posse presidencial de Walkyria Aparecida Zanani Beltrami, no Rotary Club de Tatuí Cidade Ternura; Dia 18 de julho, posse presidencial de Armando Pettinelli, no Rotary Club Tatuí e no dia 19 de julho posse presidencial de Mario Fernandez, no Rotaract Club.

No dia 28 de junho, tomou posse como presidente no Lions Cube de Tatuí, Paulo Roberto Gonçalves, para o ano leonístico 2014/2015.

Aconteceu, na cidade de Cerquillo, o Inverno Cultural 2014, fruto da parceria entre a Prefeitura Municipal e o Projeto Culturando. O evento superou as expectativas, com a participação de toda região.

Aconteceu, em Tatuí, nos dias 18, 19 e 20 de julho, na Praça da Matriz, a segunda edição da "Festa do Doce", que, neste ano, contou com o dobro de produtores.

Em Iperó cerca de duas mil pessoas prestigiaram, entre os dias 4 e 6 de julho, o 9º Arraiá da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae).

No dia 16 de julho, aconteceu em Tatuí à festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club de Tatuí Cidade Ternura, gestão 2014/2015, cuja posse presidencial foi de Walkyria Aparecida Zanani Beltrami.

Aproximadamente duas mil pessoas participaram da Marcha Para Jesus em Boituva. A Marcha para Jesus é um evento internacional e interdenominacional (ou seja, realizado conjuntamente por diversas denominações cristãs e evangélicas), que ocorre anualmente em milhares de cidades do mundo.

A Escola Técnica Salles Gomes, da Cidade de Tatuí, comemorou, no dia 31 de julho, 80 anos. O evento aconteceu no salão nobre e contou com a presença de muitos convidados.

vai ter

Acontece, toda quinta-feira, em Tatuí, o Bazar do Lar São Vicente de Paulo em prol à Instituição. Agora, encontra-se no próprio espaço da AMART, ao lado do Lar São Vicente de Paulo. Além de roupas e acessórios, tem também móvel e utensílios. Informações (15) 3251-4286 / 3305-4920/ 3305-4920.

Toda penúltima terça-feira do mês, no Buffet e Gastronomia Claudia Rauscher, em Tatuí, acontece a reunião do GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí), às 19 h. Informações (15) 3251-8520.

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

Acontece, na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae) de Iperó, no dia 12 de outubro, um almoço beneficente a partir das 11h. Informações: (15) 3266-6252.

De 21 de julho a 15 de agosto de 2014, estarão abertas as matrículas para entrar no Projeto Guri da cidade de Itapetininga. Estão disponíveis quatro cursos: Violão, Percussão, Canto Coral e Iniciação Musical. Informações: (15) 3273-2094.

A Unidade Avançada de Atendimento Judiciário (UAAJ) e o PROCON de

Iperó tiveram uma alteração em seu horário de atendimento, que passa a ser de segunda a sexta-feira, das 9h às 12h e das 13h às 17h. Informações: (15) 3266 1417.

O Projeto Guri, programa de educação musical da cidade de Iperó, está com inscrições abertas para 5 vagas na categoria de percussão, 1 para eufônico, 14 para violino, 4 para viola, 4 para violoncelo, 1 para contrabaixo e 12 para iniciação musical.

Informações: (15) 99789-4411.

A Prefeitura de Boituva realiza, entre os dias 26 a 29 de agosto, o primeiro Encontro de Canto Coral de Boituva, no Auditório da Câmara Municipal. O Encontro de Canto Coral fará parte da programação de aniversário da cidade e acontecerá às 19h30, no Auditório da Câmara Municipal. A entrada será 01 Kg de alimento não perecível, que será destinado aos projetos mantidos pelo Fundo Social de Solidariedade de Boituva. Informações: (15) 3363.8802 ou (15) 99787.5082

A Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Cerquillo informa que estão abertas as matrículas para o 2º Semestre da Educação de Jovens e Adultos, no período de 14 de julho a 8 de agosto de 2014. Informações: (15) 3384-9122

O curso "Administração Rural", da cidade de Tietê, ocorrerá nos dias 7, 8, 14 e 15 de agosto, das 8h às 17h, na nova sede do Sindicato, à Rua São Benedito, 169, Centro. E o curso "Processamento Artesanal de Banana" ocorrerá nos dias 21 e 22 de agosto, das 8h às 17h, no Centro de Exposições e Lazer Luiz Uliana – FAIT. Informações (15) 3285 1244.

Acontece, em Iperó, no dia 17 de agosto, a 1ª corrida no município, haverá um percurso de 6km e 12km para adultos, e 200 metros e 400 metros para crianças de 4 a 8 anos. Informações pelo site www.webrun.com.br

O CDHU da cidade de Boituva fará inscrições dos primeiros 178 apartamentos. A distribuição de senhas para inscrição acontecerá nos dias 14 e 15 de agosto, no Centro de Eventos. Informações: (15) 3363.8802 ou (15) 99787.5082.

Acontece, em Tatuí, no Teatro Procópio Ferreira, no mês de agosto: Dia 05, 20h30, Palestra "Panorama Mundial dos Sopros e Percussão"; Dia 06, 20h30, Recital de Professores do VIII Curso de Férias; Dia

07, 20h30, Espetáculo "Momoprecoce – Carnaval das Crianças"; Dia 08, 20h30, Conjunto de Metais e Conjunto de Saxofones do Curso de Férias; Dia 09, 20h30, Banda Sinfônica do VIII Curso de Férias; Dia 11, 20h30, Coral da Cidade "José dos Santos" e Camerata Corelli, Homenagem a Bimbo Azevedo; Dia 18, 20h30, Turnê Ricardo Herz Trio; Dia 21, 20h30, Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí; Dia 22, 20h30, Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí & Banda Sinfônica Jovem de Baden-Württemberg (Alemanha); De 19 a 31, 20h, Festival de MPB – 21º Certame da Canção; De 12 a 16, 6º Encontro Internacional de Saxofonistas do Conservatório de Tatuí / II Congresso ALASAX – Brasil 2014. Informações: (15) 3205-8444 ou diretamente no Conservatório, que fica na Rua São Bento, 145, Centro de Tatuí.

Acontece, no Teatro Municipal de Cerquillo, no mês de agosto: Dia 09, 20h, 5ª Mostra de Danças Étnicas "VIBE" – Espetáculo de Dança, com a "Escola de Danças Nos Passos & Compassos"; Dia 12, 20h, "Banda Sinfônica de Laranja Paulista"; Dia 13, 20h, "Escola de Educação Musical - FERMATA"; Dia 21, 20h, "A Queda! As Últimas Horas de Hitler"; Dia 23, 16h, "Frozen – Uma Aventura Congelante"; Dia 28, 21h, "Sérgio Mallandro" – STAND UP. Informações: (15) 3384-2634.

Acontece, em São Paulo, no Expo Center Norte Pavilhão Verde, nos dias 27 a 29, das 14h às 21h, a 22ª Feira Internacional de Imagem. Informações pelo site www.photoimagebrasil.com.br ou info@photoimagebrasil.com.br





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

CONDOHOTEL *Tatui*
CEDROS IBIS

NOVO HOTEL IBIS PARA INVESTIDORES

**Seja Proprietário
de um quarto de hotel.**

- Segmento com taxa de rentabilidade acima do mercado: nos últimos 12 meses foi de 0,9%.
- Valorização patrimonial sem o ônus de administração, manutenção e inadimplência.
- Alta taxa de ocupação.
- Solidez do investimento, garantia por parcerias com grandes empresas (a Accor é líder no mercado hoteleiro da América Latina e Europa).
- 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

*imagens meramente ilustrativas



CENTRAL DE ATENDIMENTO GRUPO CEDROS
Rua Dr. Sampaio Peixoto, 161 | 19 3305.2222 | Cambuí | Campinas SP

CADASTRO E INFORMAÇÕES
15 99137-7770



Impressão em 3D: a nova era das impressoras

*Tecnologia permite a
criação de objetos tridimensionais*

Para espanto de muitos, as impressoras 3D (em três dimensões) surgiram para dar forma tridimensional, como o próprio nome diz, aos arquivos impressos, produzindo objetos sólidos, que podem ser desde bonecos, até a réplica do rosto de Santo Antônio, como mostrou o Fantástico da TV Globo.

Tamanha versatilidade, além de impressionar, também preocupa as autoridades, pois já existem na internet arquivos que possibilitam a impressão de modelos de armas rústicas, mas que poderiam funcionar.

Mas, afinal, o que são impressoras 3D? Para começar, não é nenhum bicho de sete cabeças, mas, sim, a evolução natural do sistema de impressão, impulsionada pela tecnologia.

Há vários tipos diferentes de tecnologias de impressão 3D, mas todas elas têm um aspecto principal em comum: criam objetos tridimensionais ao construí-los camada acima de camada, até os objetos estarem completos. Cada uma dessas camadas é fatiada, numa linha horizontal do objeto final. Imagine um bolo com várias camadas, que um confeitador vai colocando em cima umas das outras, uma de cada vez, até o bolo inteiro estar feito. A impressão 3D é algo semelhante, mas um pouco mais precisa que a confeitaria 3D. Com o avanço da tecnologia, contudo, já existem casos de doces impressos em diversos formatos, para a alegria da criançada.

Processo

Todo o objeto impresso em 3D começa com um arquivo de Desenho Assistido por Computador (DAC ou CAD), criado com um programa de modelação em 3D ou que tenha sido digitalizado (ou escaneado) através de um programa de modelação 3D, com uma impressora 3D. Para transformar este

arquivo digital em instruções que uma impressora 3D compreenda, o software corta o desenho dele em centenas de milhares de camadas horizontais.

A impressora 3D lê o arquivo e começa a criar cada uma das camadas exatamente como especificado. À medida que as camadas são criadas, elas se juntam sem qualquer sinal visível das diferentes camadas, e o resultado é um objeto tridimensional. A impressora 3D pode ser de Modelação de Deposição Fundida (FDM), que é semelhante às atuais impressoras 2D a jato de tinta, mas com um eixo adicional, que deposita uma fina corrente de material fundido através de um bocal, de modo a que se forme cada uma das camadas. Pode ser uma impressora de sinterização seletiva a laser (SLS), com a qual o objeto é construído numa camada de material em pó, através de um raio laser digitalizador, que funde os pedaços de pó uns com os outros, de novo, uma camada de cada vez.

Em inglês, a impressão 3D, ou prototipagem rápida, também pode ser chamada de “additive manufacturing” (fabrico aditivo) porque usa um “processo aditivo”. Isto se opõe ao que é considerado um “processo subtrativo”. Para explicar a diferença, imagine um escultor que está cinzelando um bloco de pedra. Ele vai talhando a pedra até obter uma escultura tal como queria e depois joga fora os pedaços que tirou da pedra. Ele começou com um bloco de material e subtraiu algo dele. Este é um processo subtrativo. No mundo industrial, isto é o mesmo que ter um material e cortar, perfurar, triturar ou moldá-lo com uma máquina. Contudo, no fabrico aditivo, a impressora 3D não joga nada fora. Ela simplesmente cria cada pedaço do objeto onde é necessário, camada atrás de camada, sucessivamente, num processo aditivo.

Impressoras 3D Comerciais

Embora a maioria das pessoas nunca tenha ouvido falar do termo “impressão 3D”, este processo é utilizado há décadas. Há muito que os fabricantes usam as impressoras nos processos de design, de modo a criarem protótipos para o fabrico tradicional. Contudo, até há poucos anos, o processo era caro e demorado.

Com o avanço da tecnologia, as impressoras 3D deixaram o mundo industrial e se tornaram acessíveis ao público consumidor. Atualmente, há um outro mundo de impressoras 3D: o dos modelos pessoais e destinados ao lazer e/ou amadores. E elas estão cada vez mais baratas, com preços que vão, normalmente, dos 300 aos 2000 dólares (de R\$700 a R\$4600).

O projeto de código aberto da RepRap deu um enorme impulso a este mercado amador da mesma maneira que o microcomputador Apple I deu ao mercado dos computadores pessoais destinados ao lazer, no fim da década de 1970. Por cerca de mil dólares (R\$2300), pessoas comuns têm conseguido comprar o kit da RepRap e montado suas próprias impressoras 3D, com quaisquer personalizações que sejam capazes de fazer. Além disso, essas impressoras fabricam a maioria das suas partes para outras impressoras. “RepRap” é um acrônimo para “replicating rapid prototyper” (fabricante de protótipos rápido e replicante), pelo que o objetivo é a autorreplicação, incluindo a dos circuitos impressos eletrônicos. O interesse na RepRap deu origem a várias outras impressoras 3D de baixo custo, tanto montáveis como previamente montadas na íntegra, e, à medida que os preços baixam, cada vez mais consumidores adquirem impressoras 3D.

Como nos melhores filmes de ficção científica, há todo um admirável mundo novo por vir. E nós estaremos aqui para vivenciá-lo.



As melhores
OPORTUNIDADES
de Tatuí
e região
VOCÊ ENCONTRA AQUI!



TODA LOJA COM O MELHOR EM ACABAMENTO
10x SEM JUROS NO CHEQUE-PRÉ
ou **10% DE DESCONTO À VISTA***



Bacia ONE PIECE
LABASA
*Com assento Slow Down

apenas
R\$559,90
à vista | ou em 10x
em 3X | de R\$64,17



Bacia ONE PIECE
LEVANZO
*Com assento Slow Down

apenas
R\$579,90
à vista | ou em 10x
em 3X | de R\$66,43

Bacia ONE PIECE
JAKARTA
*Com assento Slow Down

apenas
R\$619,90
à vista | ou em 10x
em 3X | de R\$71,01



Bacia ONE PIECE
AQUILA
*Com assento Slow Down

apenas
R\$649,90
à vista | ou em 10x
em 3X | de R\$74,45



*Conjunto: Espelheira, Cuba e Gabinete *Não acompanha acessórios



Conjunto **MIRELA 80 cm**
apenas
R\$889,90
à vista | ou em 10x
em 3X | de R\$101,94



Conjunto **LÓTUS 80 cm**
apenas
R\$859,90
à vista | ou em 10x
em 3X | de R\$98,50



Conjunto **DUNA 80 cm**
apenas
R\$769,90
à vista | ou em 10x
em 3X | de R\$88,19



Conjunto **DUNA 60 cm**
apenas
R\$599,90
à vista | ou em 10x
em 3X | de R\$68,72

Requinte e Sofisticação tem nome.

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

Oportunidades válidas de **01 a 31 de agosto/2014**
ou enquanto durarem nossos estoques.

Dia dos Pais

Amor entre netos e avós podem mudar vidas e trazer de volta muita felicidade esquecida

“A melhor recordação que tenho do meu pai é o carinho dele, a mão que acalenta, que conduz e que acalma. Mesmo aos 26 anos, sinto ainda a mesma segurança que sentia quando era criança e ele me segurava, para amenizar meus medos. Hoje em dia, adoro segurar a mão dele e ver que nada mudou, somente o meu amor, que aumentou”, derrete-se Luiza de Oliveira Rosa, pelo seu pai

Luis Antonio.

Quem também tem ótimas recordações de seu pai, é Rafael Alves, que lembra que, apesar de levantar super cedo para trabalhar nos dias de semana, os finais de semana eram dedicados a ele. “Hoje agradeço tudo o que sou, ao meu pai, um exemplo de homem”, afirma o filho de Dorival Alves.

Já Mariana Camargo, apesar de, infelizmente, não contar mais com a presença do pai em

seu dia a dia, guarda no coração o alto astral, pois, mesmo doente, Marcos Antonio Cesar de Camargo sempre fazia piadas e arrancava sorrisos de todos. “Ele se foi há 6 anos, passou os últimos 20 anos da vida lutando contra problemas renais, passou por dois transplantes e nunca tirou o sorriso do rosto. Tinha uma força e uma alegria extraordinárias”.

Para Ana Paula Araújo, o momento mais marcante em sua vida, na companhia de seu pai, foi na primeira vez que ela o conheceu e ele a chamou de filha, mesmo não tendo certeza que havia tal parentesco. “O carinho que ele me deu foi confortador”, relembra a filha de Aderbal Araújo.

“Um dos últimos dias que falei com ele, foi numa quinta-feira e ele me abraçou e chorou, falando que me amava muito e que gostaria que eu fosse alguém na vida. Parece que era uma despedida e realmente foi, tanto que, no sábado, ele faleceu”, lembra Leandro Augusto de Barros, filho de Antonio Carlos de Barros, que leva sempre na memória, a lembrança de seu pai.

Para Ariane Lazzari, houve poucas lembranças, pois era um tempo difícil, seu pai era ausente e se foi muito cedo, quando ela tinha apenas 11 anos. “Hoje, aos 33 anos, fica um vazio, faz falta, claro, ele nem viu minhas conquistas, nem conheceu minha filha, não deu tempo de quase nada, mas foi o tempo suficiente para amá-lo. Apesar de tudo, certas coisas me recordam ele, como broa de milho, as idas à escola e espero um dia poder reencontrá-lo, pois não pude me despedir e foi tão triste a maneira como ele partiu. Porém, Deus sabe de tudo”, emociona-se a filha de Carlos Alberto Lazzari.

E por falar em lembranças da infância, Alessandra Alexandre Mendes, dona de longos cabelos cacheados, lembra-se de quando tinha 12 anos e tentou fazer escova em seus cabelos e, é claro, não deu certo: “Fiquei com a escova enroscada no cabelo e com um nó gigante. Para eu não cortar, meu pai José Lacercio Mendes sentou-se no chão e com toda paciência e carinho, cortou uma haste de cada vez da escova, salvando meu xodó, que são meus cachos”.

São tantas lembranças guardadas com carinho, que os pais sequer imaginam que alguns de seus atos possam ter marcado tanto a vida de seus filhos. E é através desses pequenos gestos de carinho, amor, cumplicidade e amizade, que a relação entre pais e filhos se estreita e se mantém.

Pais, um feliz dia a vocês, e filhos, aproveitem cada momento único, com aquele que, além de herói, é o exemplo maior que vocês podem ter na vida. Parabéns a todos os pais que, de perto ou de longe, deixam um rastro de amor no coração dos filhos.



oBoticário

PORTINARI

reforça laço entre
PAI e FILHO.



Elméc



Cidade de Pereiras comemora 140 anos

*Famosa pela festa do frango,
cidade festeja mais um aniversário com muita história.*

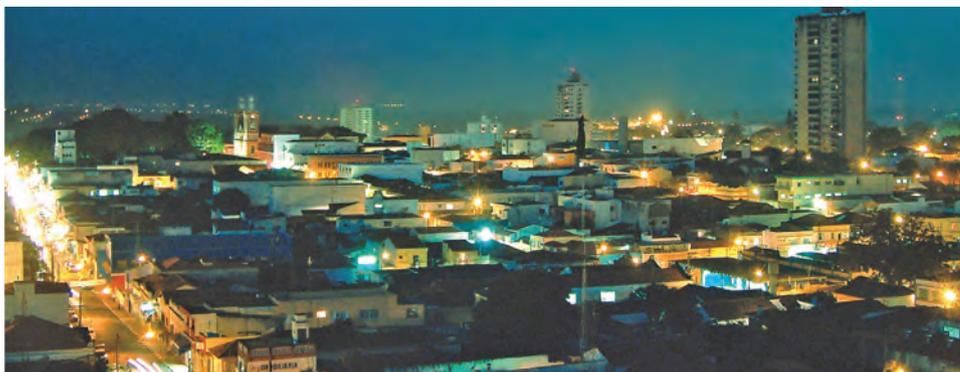
A formação da cidade de Pereiras, antigo povoado de Nossa Senhora da Conceição dos Pereiras, resultou a partir de um território desmembrado do município de Tatuí, em 1906.

Com mais de 7 mil habitantes, a economia da cidade é baseada na cultura do frango, desde a criação em granjas até o abate. Pereiras é considerada a maior produtora de fran-

gos do Estado, praticamente todas as propriedades rurais possuem granjas. Sua maior festa é justamente a famosa festa do frango, onde se comemora a produção das aves de corte. Durante os dias de evento, são consumidas cerca de duas toneladas de carnes em diversos pratos. Somente em mingau de milho com molho de frango são produzidos dois mil pratos. Já a produção do tradicional

arroz com frango chega a três mil pratos. Na festa, ainda há espetinhos, coxinha, frango a passarinho e cuscuz, as especialidades da cidade.

Já a estação de Pereiras, um dos principais pontos turísticos da cidade, foi construída em 1895 e inaugurada em 1896. Consta nos relatórios da E. F. Sorocabana que a data seria a de 21.07.1887, mas os historiadores de Pereiras contam que nessa data, quando ali chegaram os trilhos, o que foi erigido, ali, foi uma pequena parada, apenas. Nessa época, Pereiras já era município e a ela pertencia a atual cidade de Conchas. Foi em Conchas, na época apenas um bairro, que foi aberta uma estação nesse mesmo dia, pois, ali, a ferrovia passava junto à cidade, ao contrário de Pereiras, onde os trilhos passavam longe da cidade. Muitas histórias são contadas para tentar explicar por que Pereiras, que originalmente estava no projeto da Sorocabana para ter a linha junto a ela, foi preterida mesmo sendo a sede do município. O fato é que somente em 1896 é que o prédio da estação foi construído; aliás, pela população local, que o entregou à Sorocabana, que por sua vez o inaugurou no ano seguinte. A cidade é regionalmente conhecida e muito visitada.



Tatuí em festa – 188 anos de história

Cidade ternura comemora mais um ano em pleno desenvolvimento

A apenas 130 quilômetros da capital paulista, 124 quilômetros do aeroporto internacional de Viracopos, 164 quilômetros do aeroporto internacional de Cumbica e a 215 quilômetros do porto de Santos, Tatuí é reconhecida internacionalmente pela sua vocação cultural e principalmente musical.

A cidade abriga o Conservatório Dramático e Musical Dr. Carlos de Campos, o maior de música da América Latina, que também está em grande crescimento. Para este ano, ainda serão

abertas mais de 200 vagas para o segundo semestre letivo em diversos cursos. Além disso, o Curso de Férias já se tornou um grande sucesso, e devem marcar presença músicos do Amazonas, Espírito Santo, Goiás, Maranhão, Mato Grosso, Minas Gerais, Pará, Paraná, Pernambuco, Rio Grande do Sul, Rio Grande do Norte, Rio de Janeiro, Santa Catarina e Tocantins. Por conta da amplitude da instituição, o Curso de Férias conta com participação de músicos internacionais. Entre os países com inscritos, estão Argentina, Paraguai e Peru.

Tatuí recebe ainda o título de Cidade Ternura, graças à simpatia de seus moradores. Destacam-se, na gastronomia, os irresistíveis doces caseiros, que ganharam uma festa realizada, anualmente, no mês de julho, que é um sucesso e que, depois de um bom resultado do ano passado, já repercutiu em novas adesões para 2014. Os 18 estandes passaram logo na segunda edição para 40. A festa é setorizada em sete alas distintas: doces finos; chocolates; bolos e tortas; churros, crepes e pastéis; doces de festa e sobremesa, doces tradicionais e artesanais; e bebidas.

Os moradores ainda ganham notoriedade pelos haras e pelo aeroclube que é referência nacional de voo à vela. Mas, a cidade de aproximadamente 115 mil habitantes vai além por seu potencial econômico e equipamentos estruturais, que favorecem a instalação de novas empresas e projeta grande crescimento, ganhando, a cada dia, a atenção de empresas nacionais e multinacionais.

Atualmente, Tatuí, além das atividades agrícolas e de serviços, vem se destacando no campo industrial, atraindo novas indústrias, principalmente do ramo automotivo. E a cidade comemora mais um aniversário com muita festa, já que terá, a partir de 2015, um verdadeiro aumento em seu setor produtivo e na geração de emprego e renda. São esperados mais de dois mil empregos diretos criados graças à chegada de novas indústrias na região.

TATUÍ CHEGA AOS SEUS 188 ANOS CONECTADA AO FUTURO.



Tatuí chega aos seus 188 anos conectada ao futuro. Uma das novidades é a internet gratuita já disponível em seis espaços públicos da cidade: Praça da Matriz, Praça da Santa, Praça de Alimentação, Praça Ayrton Senna, Praça do Carroção e Praça do Barão. Acesso gratuito para tablets, notebooks e celulares - oportunidade de informação e conhecimento para todos.

SECRETARIA DE
ADMINISTRAÇÃO

PREFEITURA DE TATUÍ
No ritmo do futuro



WWW.TATUI.SP.GOV.BR
0 1 1 1

Ceratoconjuntivite Seca

Entenda melhor sobre esta doença e saiba como tratar seu animalzinho

Frequentemente diagnosticada em muitos animais, principalmente nos cães, a Ceratoconjuntivite Seca (CCS) é uma enfermidade que causa a anormalidade na qualidade ou quantidade de lágrima, causando o comprometimento da sua função de lubrificação dos olhos.

Segundo a Médica Veterinária Alessandra Alexandre Mendes (CRMV- SP 32625), pós-graduada em Oftalmologia de Pequenos Animais, esta enfermidade é causada pela insuficiência na fase aquosa da lágrima, uma vez que ela é composta por lipídeos (gorduras) e mucina (glicoproteína), sendo uma doença oftálmica progressiva, que pode levar à cegueira.

Alessandra explica que a lágrima tem função de nutrir, proteger e lubrificar a superfície ocular, sendo formada por três componentes, que são: aquoso, mucoso e gorduroso.

Há muitas causas de Ceratoconjuntivite Seca, como doença congênita (de nascença)

ou hereditária, lesões traumáticas nas glândulas lacrimais, remoção cirúrgica ou lesão grave da glândula da terceira pálpebra, falta de vitamina A, distúrbios endócrinos (como hipotireoidismo e diabetes), tratamentos longos com medicações a base de sulfas ou colírio de atropina, botulismo, doenças sistêmicas, como cinomose em cães e infecção por herpesvírus em gatos, doenças autoimunes e degenerativas, atrofia senil, entre outras.

A profissional Alessandra Alexandre explica que os animais afetados apresentam secreção mucoide, sinais de dor e desconforto, olhos vermelhos, podendo causar até ceratites ulcerativas. No entanto, não há tratamento preventivo para ceratoconjuntivite seca, sendo necessário apenas atentar-se aos sinais iniciais de secreção ocular ou olho vermelho, procurando um médico veterinário o mais rápido possível.

Após o animal ser diagnosticado com

Ceratoconjuntivite Seca, através dos sinais clínicos e pelo teste lacrimal de Schirmer (uma tira de papel filtro milimetrada que mensura a quantidade de lágrima produzida), será feito um tratamento médico, que estabelecerá a umidade dos tecidos oculares, tratamento dos transtornos secundários como conjuntivite bacteriana e ceratite ulcerativa, utilizando de lacrimomiméticos (lágrimas artificiais), anti-inflamatórios, sempre com o auxílio de um profissional da área, que irá instituir o tratamento adequado para caso, pois ele é longo e pode se manter por toda a vida.

Entre as raças mais afetadas, estão: Cocker Spaniel, Bloodhound, Bulldog inglês, Bulldog francês, Lhasa Apso, Shih-tzu, Pug e Pequinês.

Por isso, é aconselhável levar seu animal de estimação a consultas frequentes ao veterinário, para que ele possa ter uma vida saudável e longa.



NutrisPet
Rações NACIONAIS e IMPORTADAS
Medicamentos - Acessórios

O seu Cãozinho merece o melhor!

MULTI STAR RAÇAS PEQUENAS MINI MINI

- > Carne de Frango e Arroz Alta digestibilidade
- > Extrato de Yucca Reduz odor das fezes
- > Vitamina C Maior proteção
- > Hexametáfosfato de Sódio Previne tártaro

Distribuidor Exclusivo **Dog Star Foods**

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



Carla Francine Bertanha
Advogada - OAB/SP 199.318

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

Cesário Lange

Um comércio de qualidade e dedicação
com os seus clientes.



Arquiplan arquitetura e planejamento

- Projetos Construção/Reforma
- Regularização para a prefeitura
- Desmembramento de área

Nilson de Andrade (Arquiteto) Jossiélem Bellucci (Arquiteta)

Rua Tiradentes, 1071 – Centro – Cesário Lange
arqplan-eng@bol.com.br | (15) 99620-1096 / 99715-8062

Auto Posto Elisa BR

40 anos de qualidade
e bom atendimento.

Certificado no programa de “olho no combustível Petrobras”.



Troca de óleo informatizada para motos, autos e veículos pesados.

Nova gasolina GRID com aditivos modernos, reduz atrito, mantém sistema de alimentação sempre limpo, propicia melhor rentabilidade e menos manutenção.

- Gasolina GRID
- Gasolina comum tradicional
- Álcool comum
- Diesel S 10 – aditivado
- Diesel S 500 – aditivado



Av. Oswaldo Vieira de Camargo, 411 . Centro . Cesário Lange/SP (15) 3246-1208/99619-1208



Locação de caminhões munck.

Atendemos toda a região.

Empresa Dinamizada para atender desde grandes empresas até pessoas físicas.

Rua Tiradentes, 1071 | Cesário Lange/SP | (15) 3246-1301/99653-5347
www.mxguindastes.com.br | facebook.com/mxguindastes



Terra rica é terra produtiva.

ATENDEMOS A REGIÃO

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

tecnocaixa

“Qualidade em todos os produtos”



Estruturas



Caixas-D'água



Reservatórios Metálicos

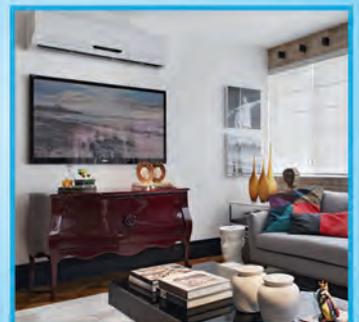
Rua Antonio Fakri, 390 - Distrito Industrial - Cesário Lange/SP
(15) 3246-2251/99712-4269 | tecnico.caixa@uol.com.br | facebook.com/Tecnocaixa



Um estilo de viver bem!

Instalação
Manutenção
Venda
Atendemos na região

Orçamento sem compromisso



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



Homenagem Radar

Alimentos fresquinhos na mesa para todos. Esse é o objetivo desse profissional competente

Dia do Feirante

No dia 25 de agosto, comemora-se o dia do feirante, o profissional que trabalha com produtos da agricultura, levando os alimentos até nossas mesas.

A primeira feira livre do Brasil aconteceu em São Paulo, mais precisamente no Largo General Osório, no dia 25 de agosto de 1914. Por esta razão, o Dia do Feirante é celebrado nesta data. Washington Luis era o prefeito de São Paulo da época e foi ele quem oficializou as feiras livres no Brasil, a partir do Ato 625. Hoje em dia, só na cidade de São Paulo, existem cerca de 850 feiras livres, segundo números da Secretaria Municipal das Subprefeituras.

A ideia surgiu dos próprios produtores, uma vez que, após fazerem as vendas de seus produtos para donos de restaurantes e mercearias, não sabiam o que fazer com

as mercadorias que restavam, assim, tentavam vendê-las a preços mais baixos, diretamente para a população.

O sucesso das feiras livres foi tão grande que elas persistem até os dias de hoje, pois os produtos estão em ótimo estado de conservação, fresquinhos, parecem até que foram colhidos na hora. Além das folhagens, leguminosas, ovos e frangos, também são comercializados vários outros produtos. São barracas de pastéis e caldo de cana, de defumados como linguças e carnes, até queijos, doces, salgadinhos, farinhas, além de outros que não têm nada a ver com o meio, mas que também são vendidos no local, como roupas, DVDs, CDs, consertos de panela etc.

O trabalho na produção de hortaliças e verduras não é tarefa fácil. É necessário cuidar do preparo da terra, adubando-a,

plantar as sementes quando a terra estiver pronta, regar todos os dias, tirar as pragas, bater pesticidas ou produtos naturais que eliminam os bichinhos, colher, separar os alimentos, encaixotá-los ou amarrá-los, fazendo os pacotes, dando condições aos produtos de serem comercializados.

As feiras-livres, como diz o nome, são democráticas. Cada um é seu próprio patrão. Não há quem não goste de “fazer a feira” à procura de frutas ou verduras frescas. Misturadas às barracas, tendas ou só num balcão, os feirantes gritam apregoando seus produtos e preços, fazendo sempre crer que os seus são os melhores. Há também os vendedores de doces tradicionais de cada região, comidas prontas, sorvetes e até lá no finalzinho aparecem vendedores de roupas, sapatos e produtos importados.

SÃO JOSÉ VAREJÃO

Frutas, verduras e legumes de ótima qualidade!
É aqui no Varejão São José!

Disk Entrega
Rua do Cruzeiro, 81 . Centro . Tatuí/SP
(15) 3305.6138

Floricultura /Jardinagem

Arranjos e Buquês | Vasos, Jardineiras e Acessórios.
Cestas de Café da Manhã | Venda e Plantio de Grama
Mudas Frutíferas e Ornamentais

15 3251-2127

Rua XI de Agosto, 2882 . Centro . Tatuí/SP | arte.flores2010@hotmail.com



COMENDADOR

Sempre o melhor para você!

Elmc



Respeite as leis de trânsito. Se beber, não dirija.

Agora, no AUTO POSTO VALINHO *PIT STOP* retornável.

Cerveja Brahma e Skol 300 ml. retornável gelada.
Guaraná Antarctica 1 lt e Pepsi 1 lt. retornável gelada.
O Melhor preço de Tatuí.



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

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

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

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

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

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

*Promoção válida por tempo indeterminado de acordo com o regulamento interno. Esta promoção é válida somente nos postos com bandeira SHELL.



O PRAZER DE DIRIGIR UM CARRO NOVO TODO DIA.

Gasolina V-power Nitro+ você só vai encontrar no **AUTO POSTO COMENDADOR - MARAPÉ e VALINHO.**



Goleada Shell

Abasteça R\$50,00 de V- Power ou consuma R\$25,00 na Shell Select e Ganhe uma Rasgadinha Shell para concorrer a 11 carros Fiat Cinquecento.*

Leve 4 pegue 3

Na compra de 3 óleos Shell Ultra 5w30, Shell Ultra 5w40 ou Shell Hellix HX7 você ganha mais um.*



Separação e Divórcio: qu

A família, fundada no afeto e no amor, é o espaço seguro para o pleno desenvolvimento da personalidade e para a proteção da dignidade humana de seus membros, ou seja, o porto seguro em que cada um de seus integrantes encontra bases sólidas, amor e amparo para o aprimoramento de suas potencialidades, para a consecução de seus objetivos e projetos de vida, para o desenvolvimento de responsabilidades, em suma, para a realização da felicidade. Assim, a Constituição Federal traz a família como a base da sociedade e o ordenamento jurídico estabelece, na definição do casamento ou da união estável, a comunhão plena de vida.

Ocorre que, por vezes, quando as almas se desencontram e o casamento ou a união estável acaba por se tornar motivo de sofrimento e tormenta para o casal, ocorrem as separações e os divórcios. É certo que vivemos em uma era, conhecida como Pós-Modernidade, em que impera a ideia da busca pelo máximo prazer, imediato e sem esforço, o que leva muitos jovens a se casarem de forma irrefletida e, por consequência, a se separarem precipitadamente. De qualquer forma, seja por motivos de imediatismo e imaturidade, ou, ainda, por justas razões, o fato é que, quando a união não mais traz segurança, suporte e felicidade para o casal, ocorre o rompimento da relação conjugal.

A partir daí, cada qual tem todo o direito de seguir o seu caminho, em busca daquilo que vê como projeto de vida e de felicidade, inclusive ligando-se a um outro alguém. Em especial, quando existem filhos da anterior relação, devem os antigos companheiros respeitarem-se mutuamente e manter o diálogo sereno, para garantir aos pequenos a tranquilidade e os cuidados necessários a um saudável desenvolvimento da personalidade, como determinam os princípios constitucionais da prioridade absoluta e da proteção integral da criança e do adolescente, que não precisariam sequer estar escritos em qualquer lei, pela obviedade ética e moral de seus conteúdos.

Mas, infelizmente, nem sempre se vê essa serenidade entre os ex-companheiros. Não é de todo incomum que ambos – ou um

deles –, não aceitando a separação, cheios de egocentrismo e exagerado amor próprio, acabem por travar verdadeira guerra, na qual não existe “perdedor” ou “vencedor”, mas, sim, alguns prejudicados, os únicos inocentes em toda a história, que sofrem intensamente: os filhos. Estes que, por vezes, de forma violenta e impensada, são usados como instrumentos nessa batalha, que se torna um verdadeiro inferno para a criança e o adolescente.

Os pais, voltados para si próprios, não se dão conta dos inúmeros e graves prejuízos que causam à formação da personalidade dos filhos quando insistem em manter um comportamento de hostilidade de um para com o outro, como se assim pudessem “vingar” as mágoas que se formaram durante o relacionamento frustrado. Nisso, esquecem-se de que sempre estarão ligados pelo filho comum, quer queiram, quer não, e que a criança ama pai e mãe, igualmente, necessitando do auxílio, do contato, da presença e do carinho de ambos para uma correta formação da personalidade, ou, em resumo, para ser feliz.

As crianças, em geral, possuem uma visão maniqueísta de mundo, pela qual, para elas, existe uma separação clara entre bem e mal, exatamente como se reflete nos desenhos animados e nos filmes de super-heróis. Assim, quando veem os pais em conflito, pron-

tamente sentem a necessidade de “rotular” qual deles é o “bem” e qual é o “mal”, muitas vezes, sendo incentivadas por cada qual dos genitores a tanto, um “jogando” o filho contra o outro.

Neste âmbito, vemos pai que fala mal da mãe para o filho e vice-versa, ou, então, genitor que, no dia de visita, manda o filho dar aquele recado mal educado e agressivo para o que vai ficar com a criança no fim de semana. Existem genitores que, como



em sai perdendo na briga?

detêm a guarda, “cobram ingresso” do ex-companheiro para a visita, dizendo: “se não pagar pensão, não vai ver o filho!”. Ou, ainda, alguns pais e mães tentam afastar o ex-companheiro da vida do filho, de todas as formas, o que foi objeto, inclusive, de recente lei, que trouxe para o ordenamento jurídico a proibição à “alienação parental”. E assim, lamentavelmente, se comportam muitos adultos em conflito, como se fosse possível apagar da memória e da vida do

filho a imagem e a referência de pai e mãe. Uma mera ilusão, decorrente do egocentrismo dos adultos, que deixa marcas profundas e tristes nas crianças.

Não é sem motivo que uma razoável quantidade de ex-companheiros sequer se dão ao trabalho de dialogar pacificamente e, assim, ingressam, perante o Poder Judiciário, com sucessivos processos, por qualquer mínimo desentendimento. Assim porque o processo judicial é uma batalha, organizada, mas

uma batalha, que pode se perpetuar. Com seu formato adversarial, o processo traz, para um ambiente seguro e de iguais oportunidades, o conflito instalado entre as partes, para, ao final, resolvê-lo com a decisão do juiz. Mas, a relação entre as partes, mesmo dentro da dinâmica processual, não deixa de ser uma disputa litigiosa, que, em regra, será resolvida da maneira “tudo ou nada”, ou seja, “um ganha” e “um perde”. E não é incomum que, ao final, a sentença não ponha fim ao conflito real entre as partes e se transforme em uma arma nas mãos daquele que tem a sua pretensão ou a sua defesa acolhida pelo juiz, pois esse que se vê como “o vencedor do processo” utiliza-se da sentença para reforçar a sua posição de “ter razão” frente ao outro, acirrando o litígio.

Nesse contexto de guerra, a parte racional do filho, pela qual procura identificar onde está o “bem” e o “mal” na disputa entre os pais, entra em conflito com o

igual amor que ele sente por ambos, o que gera uma enorme confusão na mente do jovem, a determinar uma singular e profunda angústia. Porém, para além desse sofrimento, durante seu crescimento e na vida em sociedade, o jovem apresentará dificuldades em identificar o que é correto e o que é errado dentro das normatizações de cada círculo da comunidade em que se insere, sem prejuízo de desenvolver outros males de ordem psíquica, como bem definiu o psicanalista Hélio Pellegrino.

É importante que se diga: em meio a essa “guerra” entre os pais, tanto na esfera social quanto na Justiça, existe um único prejudicado, e muito, o filho comum.

Portanto, uma vez rompida a união, é hora de os adultos, que não são mais companheiros, mas nunca deixarão de ser pais, colocarem de lado o amor próprio e compreenderem que um é tão importante para o filho quanto o outro, sendo absolutamente impossível apagar este ou aquele da vida da criança. Assim, ao invés de cada qual procurar reforçar a sua razão, seja no seu íntimo ou em processos judiciais, é muito melhor que olhem para dentro do próprio coração, busquem o amor ao próximo e procurem reconhecer a humanidade no outro, para que tenha início uma convivência mais harmoniosa. Somente assim o filho comum desfrutará da felicidade que todos, principalmente os jovens, buscam, pois estarão tranquilos ao verem a paz entre seus pais, recebendo a atenção, o carinho e o amor de ambos.

Repito os dizeres de um grande pacifista: “Nós devemos ser a mudança que desejamos ver no mundo”. Por consequência, se queremos um mundo menos violento, não devemos praticar ou alimentar os conflitos e a violência, esta que não é apenas a física, mas também está nas palavras, no silêncio, nos gestos, nas omissões e em todas as posições injustas que causam sofrimento. E, muito menos, podemos dar o exemplo da guerra às crianças, a que pretexto for.

*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.*



Muito parecida com a dengue, nova doença começou a se alastrar pelo território brasileiro



Febre Chikungunya

Recém-chegada ao Brasil, a Febre Chikungunya (CHIKV) é uma doença causada por um vírus RNA do gênero Alphavirus, parecida com a Dengue e, por isso, alguns cuidados devem ser tomados para que ela não se alastre.

Segundo a enfermeira e coordenadora da Vigilância Epidemiológica de Tatuí, Marilu Rodrigues da Costa, a Febre Chikungunya não é transmitida de pessoa para pessoa. “A transmissão aos humanos é causada pela picada do mosquito *Aedes Aegypti* infectado e, menos comumente, pelo mosquito *Aedes Albopictus*, mosquitos que transmitem a dengue e a febre amarela e que podem espalhar esse novo vírus”.

Como não existe vacina contra febre chikungunya, a prevenção consiste em adotar

medidas simples nas residências e arredores, que ajudem a combater a proliferação do mosquito transmissor da doença.

Caso sejam notados os seguintes sintomas, como febre, mal-estar, dores pelo corpo, dor de cabeça, apatia e cansaço, é necessário procurar um atendimento médico, sendo que o diagnóstico depende de uma boa avaliação clínica e de exames laboratoriais.

“A grande diferença da febre chikungunya e da dengue está no seu acometimento das articulações: o vírus avança nas juntas dos pacientes e causa inflamações com fortes dores acompanhadas de inchaço, vermelhidão e calor local”, afirma Marilu.

A enfermeira explica que não há tratamento antiviral específico para a CHIKV. “Tra-

tamento sintomático é recomendado após a exclusão de condições mais graves, tais como malária, dengue e infecções bacterianas”, orienta.

Alguns cuidados são indispensáveis para que a Febre Chikungunya não se espalhe, pois como o mosquito *Aedes Aegypti* é o transmissor do vírus e suas larvas encontram na água parada o local perfeito para se criar, devem-se evitar esses focos da reprodução desse vetor.

Também é necessário colocar areia nos vasos de plantas, limpar regularmente as calhas, colocar tela nas janelas e usar repelentes em viagens ou lugares com acúmulo de mosquitos.

Não se esquecendo de que ser consciente é o primeiro passo!

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

A man with dark hair and a light beard is the central figure. He is wearing a white, long-sleeved button-down shirt with a chest pocket and light-colored plaid shorts with a dark belt. He is standing outdoors with a blurred background of a building and greenery. The lighting is warm, suggesting late afternoon or early morning. The text 'cada um o do' is written in a white, lowercase, sans-serif font across the middle of the image. Below it, the word 'MODA' is written in a large, bold, white, uppercase, sans-serif font, with each letter contained within a dark brown square.

cada um o do
MODA

Body Chain

O colar que já foi tendência e que retorna nesta estação

De simples corrente a acessório para incrementar o visual, o Body Chain voltou nesta estação e, pelo visto, é para ficar. Queridinho das celebridades, ele é um tipo de colar que começa no pescoço e desce cruzando a barriga, circundando a parte posterior da cintura e serve para dar mais glamour aos looks e até mesmo biquínis.

Sim, o acessório, que pode ser usado até mesmo na praia, também cai muito bem com roupas lisas e em cores neutras, para dar um brilho a mais na composição, sendo que há os modelos mais simples de Body Chain, em ouro ou prata, e também aqueles com pedrarias, para dar um toque especial e mais colorido.

O Body Chain, geralmente, é usado por cima de vestidos e blusas, mas, também, por baixo de vestidos mais decotados, que irão mostrar apenas uma parte do colar, garantindo um ar de mistério e sensualidade. A inspiração da corrente vem das joias usadas pelas indianas e também caem bem com regatas básicas.

Mas é necessário cautela ao combinar um Body Chain com outros acessórios, para não deixar a produção muito carregada, dispensando maxicolares ou brincos exagerados.

Para quem gostou da ideia, mas não encontra a peça que é o hit da estação, basta seguir estas dicas e fazer seu próprio Body Chain, aproveitando, até mesmo, bijuterias que estão esquecidas no guarda-roupa.

Inicialmente, será necessário separar colares ou peças sem uso e um alicata, para abrir as argolinhas e deixar as suas pontas juntas, de forma que os pingentes sejam retirados. Em seguida, basta separar dois fios que estejam nas medidas de 30 centímetros, mais dois com 35 centímetros, outros dois com 20 centímetros e três diferentes que tenham entre 4 e 8 centímetros.

O passo seguinte é pegar um fio que seja um pouco mais grosso e acrescentar nele um pingente na ponta. Selecione as duas correntes de 30 centímetros e as duas de 35, junte todas, formando um colar mais largo e, assim que virar para o lado, notará que tem um formato desigual, que ficará mais ou menos como uma banana.

Depois, junte as duas correntes que foram feitas no passo anterior com o outro fio do pingente, então, o Body Chain começará a se formar. Os colares que foram desmanchados, que têm 43 centímetros, deverão ser unidos na ponta do pingente. Para finalizar, basta pegar os fios menores de 4 até 8 centímetros e prendê-los bem no meio da junção das duas peças.

O Body Chain está pronto para ser usado!



ESPAÇO
MarilsaGigo



Fotos: Sergio Oliveira

Elmec

Graziela: Veste vestido **Cholet**.

Graziela: Veste calça **Regina Salomão** e blusa **Lulu**.

STROKE | nem | MARA MAC | CHOLET® | studio21

MOB | Estela Geromini | Lulu | AGILITA | RR

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



Fause Hatén

“O multiartista que abala o mundo da moda”

Sofisticação, charme e elegância são adjetivos que definem muito bem Fause Hatén. Brasileiro, estilista e dono de um bom gosto indiscutível, ele começou sua carreira no ano de 1987, inicialmente com a marca Der Hatén, que, posteriormente, tomou força quando ganhou o nome do próprio Fause Hatén.

Ainda na adolescência, o gosto pela moda começou a desabrochar, pois sempre gostou de trabalhar com roupas, além de ter uma grande aptidão com as mãos. O mais interessante é que o renomado estilista nunca cursou uma faculdade de moda.

Em 1999, ele entrou no mercado americano através da grife californiana Giorgio Beverly Hills. No ano seguinte, ganhou o prêmio de melhor estilista brasileiro. Já em 2001, foi o primeiro estilista brasileiro a desfilr na Semana de Moda de Nova York.

No entanto, Fause Hatén é muito mais que um estilista. Ele é também cantor, ator, figurinista, escritor, performer, videomaker e empresário, ou seja, um multiartista. Entre seus trabalhos, a exposição “O maravilhoso mundo do Dr. F”, fruto do desfile da coleção Verão 2014 da São Paulo Fashion Week, “Vício”, seu segundo CD, com versões autorais de músicas de artistas como Sidney Magal, Cazuza, Marcelo Camelo e Chitãozinho e Xororó, assinatura em figurinos da peça “A casa de Bernarda Alba”, sob direção de Elias Andreato, e do musical “A madrinha embriagada”, dirigida por Miguel Falabella, além de estar em busca de uma editora para lançar sua autobiografia.

Fause Hatén também está à frente das criações da Riachuelo, uma das maiores lojas de departamento do Brasil e também patrocinadora oficial do São Paulo Fashion Week.

Para ele, o que mais o atrai na moda é a questão estética, a questão social que envolve a moda e, ao mesmo tempo, o lugar que ela ocupa hoje, o universo de cada pessoa, pois, muitas vezes, a moda faz isso, ela faz bem, acrescenta, valoriza, dá mais que um prazer estético, dá um prazer emocional.

O multiartista conta também que, na moda, de maneira geral, lhe interessam as pessoas que têm uma opinião, que se expressam. Já em suas coleções e criações, a marca registrada são sempre o estilo e a elegância. “Mulher elegante acima de tudo é uma mulher confortável. Isso é o mais importante, independe de altura, de físico ou da beleza, eu acho que o conforto traz a elegância, isso é uma coisa que vem de dentro e a gente pode moldar, melhorar, viabilizar, mas é uma coisa interna de cada um. E como nós estamos em um momento de trabalhar muito mais o interno do que o externo, é um bom momento para se falar de elegância”, finaliza.

Zaith
sportswear

Coleção
2014/2015

tng

Emec

Rua 11 de Agosto, 457 . Centro . Tatui/SP . (15) 3251-1955
www.zaith.com.br | f zaithsportswear



*Válido por tempo indeterminado.

Força Jovem

Tênis YOURFACE por apenas R\$139,90 ou em 6X no cartão.*

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



One Store Marisol

Nova coleção primavera verão Lilica e Tigor.

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



Cia Fitness

Sempre pronta para o dia a dia.

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



Fogaça Selaria

Selas de todos os tamanhos e modelos é aqui na FOGAÇA SELARIA.

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



Kanguru Bolsas

O presente ideal para o seu pai.

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

O Dia de Mario

Mês de agosto é um mês de muitas comemorações, mas tem uma data que é especial para todos nós, e esta data chamamos de Dia dos Pais.

E foi com todo este carinho de filha, que Gabriela, de apenas 12 anos, escreveu para nossa revista falando sobre seu pai Mario. Diferente de muitas cartas que recebemos, nas quais as pessoas contam as suas necessidades e dizem o quanto precisam desse dia, Gabriela procurou apenas elogiar o seu pai e também dizer: “Ele merece essa homenagem por ser esse paizão amoroso com todos aqui em casa”!

Mario tem 50 anos, mora na cidade de Tatuí e trabalha como mecânico de manutenção na FBA, no período da noite, e pela manhã ele é conselheiro tutelar, e isso faz com que Gabriela sinta muito orgulho do seu paizão, pois este é o jeito carinhoso que ela o chama.

Então, chegou a hora de presentear o paizão...

Na loja *Hering Store*, Mario foi muito bem atendido por Jéssica, que mostrou roupas lindíssimas para um pai moderno, e ele escolheu uma calça jeans, modelo *skinny*, cintura intermediária, modelagem ajustada e muito confortável. E para complementar o *look*, uma camisa modelo gola polo, listrada nas cores laranja, branca e azul, maravilhosa!

O sapato foi presente da loja *Calçados & Cia*, e a vendedora Rafaela mostrou vários modelos, mas o sapato que Mario gostou foi um sapatênis de couro na cor marrom e detalhes em azul marinho, que combinou muito com a sua roupa.

Na *Miriam Lingerie*, Paula deixou Mario bem à vontade para escolher o seu presente e ele saiu da loja muito contente com uma cueca básica de algodão na cor cinza-chumbo, junto com um par de meias, modelo clássico, na cor bege.

Mario ganhou também um presentão da *Óticas 10*, um lindo relógio *Condor*, analógico e digital, em aço, à prova d'água para que ele fique mais elegante e sem perder a hora.

E quem também, mais uma vez, topou participar, presenteando nosso realizado, foi a *Bless Cosmetics*, que montou um *kit* lindíssimo com uma deliciosa colônia, um creme hidratante que auxilia na recuperação da pele ressecada e gel pós-barba que hidrata e refresca.

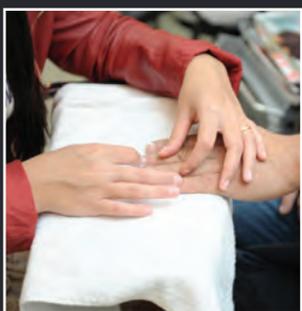
Hora de cuidar do paizão...

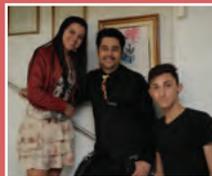
Tudo começou na *Estética Charme* com a esteticista Aline, que deixou Mario muito à vontade, fazendo uma massagem relaxante com pedras quentes, sendo que o benefício da massagem com pedras trouxe a ele o alívio de tensões, combateu a hiperatividade e proporcionou uma sensação de prazer devido ao calor das pedras. Já com a esteticista Cristiane, Mario fez um *peeling* de diamante, um procedimento que teve a finalidade de promover a renovação celular, devolver a elasticidade para a pele, clarear as manchas e amenizar as linhas de expressão. Também foi usado um *peeling* enzimático de romã que teve efeito clareador e revitalizador, um excelente tratamento para ser realizado neste inverno.

Em seguida, continuamos o processo de beleza no *Studio Zezinho*, onde a manicure Tatiane preparou as unhas de Mario, deixando-as bonitas, e o cabeleireiro Zêzinho cuidou da barba, deixando cavanhaque e bigode, e os cabelos foram lavados pelo auxiliar Thiago. E para finalizar o visual, Zezinho escovou os seus cabelos e, na pele, usou base fosca e pó, o que deixou o paizão do mês um arraso!

E para finalizar a noite, Mario foi com sua linda família na *Mariah Pizza Bar*, onde eles puderam apreciar uma saborosa porção de batatas fritas, uma deliciosa pizza de dois queijos e uma pizza de *bacon*, beberam refrigerante, batida de morango e o tradicional *chopp* bem geladinho, além de reunir a família em um ambiente aconchegante e agradável. E a *Finess Conveniência e Empório* também deixou o paizão Mario surpreso com uma belíssima cesta, tipo baú, decorada, com cervejas especiais, chocolates, aperitivos, *cookies*, torradas, enfim, tudo para ele aproveitar ainda mais o seu Dia dos Pais.

Parabéns pelo seu dia, Mario, e um feliz Dia dos Pais a todos os pais!!!





Studio Zezinho



Calçados & Cia



Finess
Conveniência e Empório



Estética Charme



Hering Store



Mariah Pizza Bar



Miriam Lingerie



Óticas Dez



Bless Cosméticos

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

Hering Store, Praça Adelaide Guedes, 88, Centro, Tatuí, fones: (15) 3259-2196/(15) 3259-2158 ou www.hering.com.br; **Calçados & Cia**, Rua 11 de Agosto, 405, Centro, Tatuí, fone: (15) 3205-1234; **Miriam Lingerie**, Rua Prudente de Moraes, 207, Centro, Tatuí, fones: (15) 3251-2318/(15) 3305-1631; **Óticas Dez**, Rua Prudente de Moraes, 430, Centro, Tatuí, fone: (15) 3305-7410 ou www.oticasdez.com.br; **Bless Cosméticos**, Rua 11 de Agosto, 540 Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-6623; **Estética Charme**, Rua Martiniano de Azevedo, 141, Centro, Tatuí, fones: (15) 3305-4396/(15) 99762-1067 ou esteticacharme@ig.com.br; **Finess Conveniência e Empório**, Praça Cesário Mota, 160, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-9633 ou www.finessconveniencia.com.br; **Studio Zezinho**, Rua Farmacêutico Afonso Avalone, 129, Bairro Dr. Laurindo, Tatuí, fone: (15) 3251-6992; **Mariah Pizza Bar**, Av. Dr. Salles Gomes, 149, Centro, Tatuí, fone: (15) 3305-2999; **Josué Mota Fotografia**, Rua Cônego Demétrio, 391, Centro, Tatuí, fones: (15) 99721-0616 / (15) 99730-2150, contato@josuemota.com e www.josuemota.com.br.

Apoio: Elmec Comunicações

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



Escolhendo cortinas

Com um simples toque, elas deixam qualquer ambiente mais bonito e sofisticado.

Deixar um lugar mais aconchegante, bonito e sofisticado, pode ser uma tarefa fácil, quando o assunto são as cortinas. Indicadas para todos os ambientes de uma casa, empresa ou comércio, as cortinas podem ser usadas para bloquear a passagem de luz, além de dar um toque diferenciado à decoração.

Elas podem ser coloridas, em cores neutras, estampadas, confeccionadas em algodão, voil, tecidos naturais como fibra ou bambu, seda, além de estarem presas aos trilhos, tubos de ferro ou argolas, que podem ser escolhidos conforme o restante dos objetos da sala, quarto ou escritório.

Mas, engana-se quem pensa que uma cortina serve somente para escurecer um ambiente. “Toda persiana tem função decorativa e de luminosidade. As cortinas

blecaute têm maior vedação dos raios solares, os tecidos translúcidos vedam o sol e passam a luminosidade e os tecidos screen protegem contra os raios UV”, explica Renata de Fátima Gonçalves Lima, gerente Comercial do Grupo Persol.

É importante lembrar que o blecaute tem um tipo de painel por dentro, que diminui a entrada de luz no ambiente em praticamente 100% e é muito indicado em locais com televisão, para que a claridade não atrapalhe. Já a tela translúcida possibilita que a luz natural passe e que seja possível visualizar de dentro o que acontece do lado de fora.

Renata aconselha que as cortinas sejam trocadas a cada cinco ou seis anos, se forem em tecido, já no caso de PVC e alumínio, pode ser mais tempo, porém, depende

do uso e dos cuidados adequados na higienização. “Qualquer produto utilizado para manter a peça limpa, por mais que seja usado corretamente, há o risco de danificar a composição”, esclarece a profissional.

No caso da seda, ela estraga muito fácil com a luz do sol e os tecidos sintéticos costumam ter maior durabilidade e são mais fáceis de limpar. Renata Lima orienta que cada tecido precisa de um tipo de higienização, pois a composição dele pode dar alterações no tom e pode até mesmo, ainda que em último caso, encolher.

Também há ambientes em que as cortinas não devem ser usadas, como em áreas externas com chuva e sol, onde não podem ser colocadas as persianas. Fora isso, as cortinas são muito bem-vindas e agregam sofisticação, romantismo e sobriedade.

ASAC
CONSTRUÇÃO & COMÉRCIO

"Transformando seus sonhos em construções ousadas e inteligentes"

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

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

SETAL
PORTÕES AUTOMÁTICOS

Portões em Alumínio Branco.

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

De Brito

Interiores

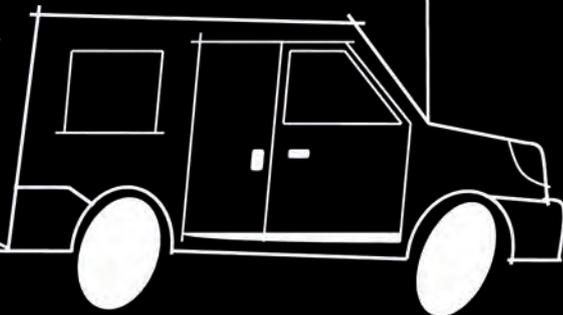
Elmcc

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  DeBritoInteriores
contato@debritointeriores.com.br



Pisos drenantes

A natureza clama por nossa maior atenção e cuidado

Enchentes são provenientes de ações sucessivas do homem contra a natureza, e isso não é mais novidade. Para tentar contornar essa situação, empresas buscam maneiras de reduzir os impactos na produção de seus produtos e também buscam inserir, no mercado, materiais inovadores que colaborem com o meio ambiente.

Há alguns anos, o piso intertravado e o piso grama já vêm colaborando com o aumento da infiltração de água de chuva no solo. Mas o avanço tecnológico da indústria da construção já nos presenteou com o piso drenante, que escoar 95% da água para o solo.

Esse piso, em seus componentes, pode apresentar pneu, restos de construção, pedras naturais entre outros. Essa diversidade de materiais reaproveitados torna o material ainda mais ecológico. E além da diversi-

dade de materiais, há a diversidade de cores. O mercado oferece uma gama extensa para atender qualquer tipo de projeto.

Podemos encontrar o material em vários formatos e dimensões, porém, para atender casos específicos, existem empresas que produzem peças exclusivas para os clientes mais exigentes, ou de acordo com o projeto do arquiteto paisagista.

Para um bom resultado final, o

produto necessita de um solo bem compactado e, na sequência, duas camadas de brita 1 e 2 e outra camada de areia grossa, que irá receber o piso. Esse piso não necessita de rejuntamento e por esse motivo pode ser transferido para outros endereços!

DICAS:

Evite revestimentos cerâmicos no seu quintal, dê preferência para revestimentos drenantes ou gramados.

Uma boa mão de obra não se escolhe por preço e sim por qualidade.

Consulte um arquiteto para deixar seu quintal mais bonito e charmoso. Pequenas alterações podem trazer grandes transformações.

Até a próxima!

Veridiana Pettinelli
www.arqprojetos.arq.br







Pedras para piscinas Pedras Prudente Pedra Seixo

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



ADNEI DAS PEDRAS

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

**TONINHO
DU GESSO**

Toninho Du Gesso
 Fixo (15) 3251.4744
 Vivo (15) 99656.4485
 Tim (15) 98159.5922
 Nextal 78362092/ID978*15517

Pavanelli
 MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

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

per tutti
 MODULADOS

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



Tijolo Ecológico

Produto e sistema construtivo inovadores

Na construção civil, o objetivo para quem vai construir é identificar tecnologias capazes de melhorar a produtividade nas obras e o desempenho do ambiente construído.

Em um mercado competitivo, como o da construção civil, identificar produtos e sistemas construtivos realmente inovadores não é uma tarefa fácil.

Todo ano, construtores e engenheiros são apresentados a uma grande variedade de soluções criadas para otimizar processos, reduzir custos ou melhorar a qualidade dos projetos de edificações e de infraestrutura.

Um exemplo de inovação e praticidade é o tijolo ecológico - composto de terra, cimento (de 5 a 12%) e água.

O tijolo de solo-cimento é mais ecológico porque sua produção, através de prensagem hidráulica, ocorre sem a queima de madeira e o consumo de energia (presentes na fabricação dos tijolos cerâmicos convencionais). Além disso, esse tipo de tijolo é autotravado:

o encaixe preciso requer apenas um filete de cola branca, dispensando a argamassa e gerando uma economia de até 50% no tempo de execução da obra.

Sua aparência lisa permite também que o tijolo seja aplicado sem reboco, permite o assentamento direto aos acabamentos e não requer viga para o apoio da laje, reduzindo ainda mais o consumo de material. Outra vantagem são os furos, que facilitam a passagem dos dutos elétricos e do sistema hidráulico.

Por possuir características que contribuem para o isolamento acústico, resistência e impermeabilidade, o material pode ser utilizado em qualquer tipo de construção - edificações habitacionais de até seis andares, estruturas industriais, áreas externas, pisos, muros, entre outros.

Este foi o sistema construtivo escolhido por uma família que queria uma casa de campo, mas devido à distância da construção à cidade, escolheram o tijolo ecológico,

por ser mais rápido no tempo de construção, exigindo-se menos mão de obra especializada.

A depender do projeto e local, dispensa-se reboco e pintura, como foi o caso da casa de campo citada acima, a pintura foi feita diretamente sobre o tijolo, proporcionando um projeto mais barato sem perder suas características, gerando uma obra limpa, com menor quantidade de entulho e perda de material, principalmente concreto e massa de assentamento.

Só vale lembrar: na hora da compra, certifique-se se o produto obedece às normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) e se a empresa ou as máquinas usadas contam com certificado de qualidade.

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

Rua José Bonifácio, 1180 - Centro - Tatuf/SP | (15) 3251-4005/99666-2210 | aline-simoes.engenharia@uol.com.br

Amigos da Criança com Câncer

Ajudar a quem precisa é o maior ato de amor.



Quando uma pessoa colabora com a outra em caso de alguma enfermidade, a dor passa a dar lugar à alegria e, dessa forma, um ajuda ao outro a amenizar o sofrimento. Pensando dessa maneira, a Associação dos Amigos da Criança com Câncer (AMICCA), uma organização sem fins lucrativos e sem vínculos partidários, que tem como missão promover o bem social com projetos sociais e trabalho voluntário, vem realizando, há 33 anos, um trabalho de acolhimento a todas as pessoas que necessitam de atenção.

Fundada em 30 de outubro de 1980, a AMICCA busca evitar a reintegração ou o agravamento do câncer nas crianças e adolescentes carentes, que são encaminhados pelo Hospital Universitário Clementino Fraga e Instituto Nacional de Câncer (Inca), oferecendo atendimento de assistência social aos pacientes e familiares, acompanhando o quadro evolutivo da doença e do desenvolvimento social da família junto aos psicólogos, encaminhando-os a outros projetos da AMICCA, além de distribuir medicamentos não padronizados, complementos alimentares, bolsa de alimentos, transporte reintegração, projeto cultural, acolhimento, fortalecendo a autoestima e a reintegração social.

Entre as atividades disponíveis na AMICCA, estão: apoio social, psicológico e pedagógico; acolhimento; apoio espiritual; arte terapia; assistência social; brinquedoteca; biblioteca; bolsa de alimentos; centro de informática; centro de ciências holísticas; dança terapia; humanização e teatro.

Presidida e fundada por Iara Rezende, a AMICCA conta com mais de 40 voluntários, que se dividem em cinco áreas: hospitalar, desenvolvimento institucional, apoio ao paciente, serviços e administração, além de auxiliar em campanhas e eventos.

O trabalho da AMICCA vem com o intuito de confortar quem convive com o câncer e também os familiares, que lutam junto com o paciente e que precisam de uma base

mão (27 mil) e estômago (20 mil), que foram calculados com base nas taxas de mortalidade dos estados e capitais brasileiras.

Já em crianças, os tipos de câncer mais comuns, são: leucemias (33%), tumores do sistema nervoso central (20%), linfomas (12%), neuroblastoma (8%), tumor de Wilms, dos rins (6%), tumores de partes moles (6%), tumores ósseos (5%), retinoblastoma, nos olhos (3%), linfoma de Hodgkin, entre outros.

Porém, o lado positivo é que houve aumento no investimento do Ministério da Saúde na assistência aos pacientes com câncer, já que em 2013 foram R\$ 2,1 bilhões e para este ano, a previsão é que o valor alocado no fortalecimento do atendimento em oncologia chegue a R\$ 4,5 bilhões.

Outro fator de positividade é que os interessados em ajudar as pessoas acometidas pelo câncer, além de participar ativamente na Associação dos Amigos da Criança com Câncer, podem contribuir até mesmo de longe, através da doação de mantimentos, eletrodomésticos, brinquedos, muito amor ou qualquer quantia em dinheiro, que pode ser depositada através do Banco Itaú, Agência



sólida para enfrentar os desafios que a doença traz e também para ter forças, a fim de alcançar a vitória na batalha contra o câncer.

De acordo com o INCA, cerca de 580 mil casos novos serão diagnosticados até o final de 2014, sendo que os cânceres mais incidentes na população brasileira são os de pele não melanoma (182 mil), próstata (69 mil); mama (57 mil); cólon e reto (33 mil), pul-

8123, Conta Corrente 10168-8, CNPJ: 35.810.076/0001-67.

Outras informações podem ser solicitadas através do e-mail presidencia@amicca.org.br, pelo telefone: (21) 2295-5353 ou pelo endereço: Rua General Polidoro, 105, bairro Botafogo, Rio de Janeiro.

Quem doa com amor, recebe amor sem fim.



Perder mais uma Copa do Mundo em casa, 64 anos depois da derrota para o Uruguai, no Maracanã, em 1950, certamente foi uma decepção muito grande para a maioria dos brasileiros. Ainda mais se levarmos em conta a humilhante goleada que a seleção brasileira sofreu da Alemanha, configurando-se na pior derrota do Brasil em copas do mundo até hoje.

Mas, tristezas à parte, e apesar dos inúmeros problemas enfrentados durante a preparação para o torneio, o Brasil causou ótima impressão nos turistas estrangeiros que por aqui passaram. Segundo pesquisa do Instituto DataFolha, 83% dos entrevistados consideraram a organização da Copa ótima ou boa e 95% dos estrangeiros ouvidos pela pesquisa aprovaram a hospitali-



A VIDA depois da COPA

*Brasil perdeu o jogo,
mas causou boa
impressão ao mundo.*

dade do povo brasileiro. Neste aspecto, a Copa no Brasil foi um grande sucesso e mostrou ao mundo um país que tem problemas, sim (qual nação não tem?), mas que está amadurecendo e tentando seguir o caminho certo para ocupar um lugar de destaque no cenário mundial.

O sucesso do evento, neste aspecto, deve ter sido um balde de água fria nos derrotistas e pessimistas, que apostavam em tumultos, protestos e que a imagem do Brasil fosse manchada. Há, ainda, os que reclamam que perderam dinheiro com a Copa, pois tiveram de fechar o comércio mais cedo e em algumas cidades foi feriado. Bem, os três milhões de turistas que vagaram pelo país em junho e julho certamente gastaram dinheiro: precisaram comer, morar, talvez alugar um carro e até comprar roupas e lembranças. Então, algum setor lucrou e lucrou bastante com a copa. E se houve prejuízo, o empresário ainda

tem o resto do ano para faturar. Talvez, seja melhor pensar em estratégia de venda, no lugar de reclamar de um evento que já passou. Até porque temos outro grande evento esportivo em 2016: as Olimpíadas no Rio de Janeiro. E também teremos, em 2015, a edição comemorativa do Rock in Rio, mega evento musical criado há três décadas pelo empresário Roberto Medina e que retornará ao Rio de Janeiro em setembro do ano que vem. O Rock in Rio já trouxe grandes nomes ao Brasil, como Guns 'N Roses e Queen, entre outros. Também em 2015, o evento faz sua estreia em Las Vegas, nos EUA.

Muito se falou dos gastos com a Copa, estimados em R\$ 26 bilhões, segundo dados do governo. Pode parecer muito dinheiro (e realmente é uma soma considerável), mas não

Talvez, os pessimistas devessem conversar com um dos mais de 2,2 mil turistas estrangeiros ouvidos pelo DataFolha, pois a maioria aprovou o transporte aéreo (76%) e a segurança (82%).

Claro que ainda há muito por fazer, mas podemos e devemos começar já, construindo um país e uma sociedade melhor, começando por nós mesmos, fazendo o que, na maioria das vezes, acreditamos que só os outros são obrigados a fazer.

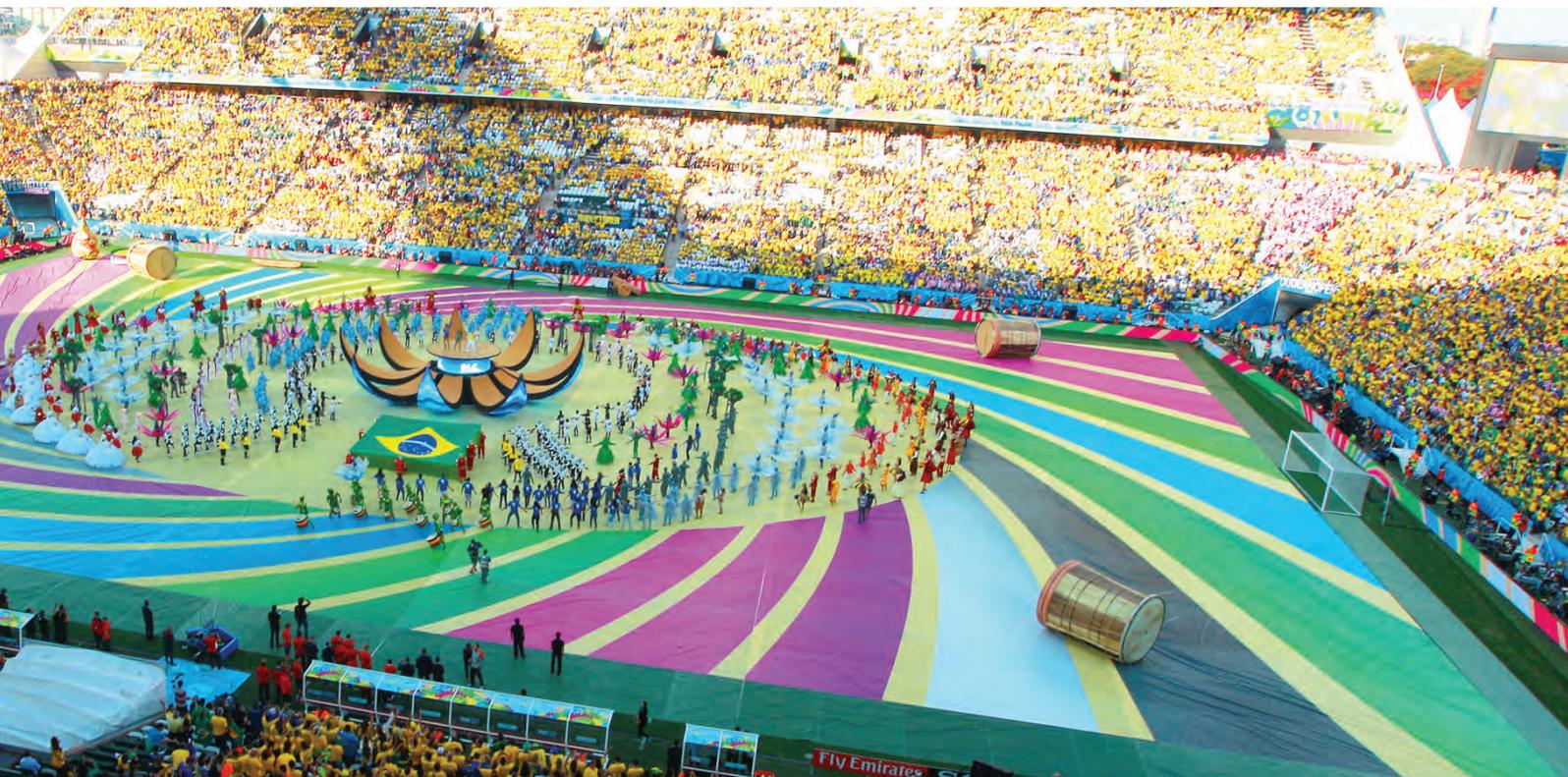
Afinal, a vida continua após a Copa e em outubro temos mais um grande evento para participar: as eleições. Um evento, sem dúvida nenhuma importantíssimo, pois definirá os rumos da nação – e de 200 milhões de brasileiros – pelos próximos quatro anos.

Mas enquanto a campanha não deslança e

Tietê

“Se analisarmos do início da Copa do Mundo ao último dia de jogo, os dados apresentam uma redução de 28% nas vendas neste período, é muita coisa, mas também acredito que seja injusto culpar o evento pela queda das vendas”, afirmou Júlio Cesar Coan, gerente administrativo da Associação Comercial de Tietê.

Segundo ele, é “preciso também analisar que o consumidor está no limite do seu endividamento neste ano. Só nestes primeiros vinte dias do mês de julho, segundo os dados divulgados pela Associação Comercial de Tietê, houve um aumento na inadimplência de 30,47% em comparação ao mesmo período do ano passado, são mais de 8.000 pessoas registradas só no serviço de proteção ao crédito (SCPC) de Tietê, o



chega a 5% do que os brasileiros já pagaram em impostos, até o dia 24 de julho. Segundo dados do site [impostometro \(www.impostometro.com.br\)](http://www.impostometro.com.br), até esta data, o governo contabiliza a impressionante cifra de mais de R\$ 922 bilhões em impostos pagos (dinheiro suficiente para construir mais de 65 milhões de salas de aula, por exemplo). Ou seja, em menos de oito meses, quase um trilhão de reais arrecadados.

Com os cofres cheios, parece que o problema do Governo Federal não é a falta de dinheiro, mas o mau uso do mesmo, com gastos mal planejados e, muitas vezes, desnecessários. O importante é que a infraestrutura ficará e poderá ser usada pela população ainda por muitos anos, assim como as obras de mobilidade urbana.

Ainda assim, há aqueles que sempre criticarão algo. O Brasil não é perfeito, mas depende do povo, da sociedade brasileira para mudar.

a política não ocupa o centro das atenções, os brasileiros ainda tentam explicar o fracasso da seleção e analisar se a nomeação de Dunga foi acertada ou um retrocesso para o futebol pentacampeão.

Para muitos, a Copa representou baixo faturamento no comércio, que em algumas cidades registrou queda de quase 30% nas vendas durante o período. Alguns empresários, porém, não sentiram muito os efeitos do fechamento das lojas e houve até quem se destacasse em seu segmento, como é o caso da rede de lojas de materiais de construção Caetano, que está em 17º lugar em vendas no setor, em todo o Estado de São Paulo, segundo pesquisa executada e publicada em revista especializada no setor.

Veja, agora, o impacto da Copa do Mundo no comércio de algumas cidades da nossa região entrevistada pela Hadar.

que corresponde a um valor de mais de R\$ 3 milhões. Já no primeiro semestre deste ano, as vendas apresentaram uma queda de 13,82%, ou seja, a inadimplência está muito alta, os consumidores estão comprometidos com dívidas parceladas, seja no cartão de crédito ou crediário, e também os bancos estão segurando mais a concessão de crédito, estão sendo mais criteriosos”, ressaltou Coan.

Para o gerente, é injusto culpar apenas a Copa pela queda nas vendas: “teve, sim, uma parcela de culpa, mas é pequena, a situação, neste ano, já vinha se encaminhando para um baixo crescimento e, talvez, tenha uma leve recuperação nas vendas do final de ano. Neste momento, é importante, principalmente, o varejo usar a criatividade para aumentar as vendas, seja através de liquidações ou campanhas, e também o mais importante de tudo: utilizar as ferramentas

de proteção ao crédito, nesta atual conjuntura econômica é de extrema importância a análise de crédito para a realização da venda”, finalizou Júlio Coan.

Tatuí

Se em Tietê a Copa não contribuiu para manter as vendas no mesmo patamar do ano passado, em Tatuí, a situação foi diferente, de acordo com a associação comercial local.

“Houve crescimento das vendas no comércio que vendia produtos relacionados à Copa, já em outros segmentos não relacionados, continuou no mesmo patamar (índice) de vendas. Em nossa avaliação não houve prejuízo por causa do evento”, afirmou Moacir Edson Silvei-

taladas em cidades da Região, a rede de lojas Caetano (venda de materiais para construção) está em 17º lugar em volume de vendas, entre 265 lojas do Interior de São Paulo, segundo levantamento feito pela revista ANAMACO, a maior do setor de construção. “Ficamos muito felizes ao saber que estamos nessa posição no ranking”, afirmou Caetano. O grupo tem planos de subir ainda mais nos próximos levantamentos. Para Caetano, o sucesso se deve “a uma forte “Estrela” lá de cima e uma boa equipe que temos aqui em baixo”.

Mesmo com o bom desempenho do grupo, a rede constatou uma pequena queda nas vendas de materiais básicos, em relação ao mesmo período de 2013. “Houve redução nas vendas

longo prazo ao País. Quanto a estarmos preparados para receber grandes eventos, fica a Copa como prova que, apesar de tantas faltas nas infraestruturas dos estados, ainda ficamos bem vistos pelos estrangeiros”, finalizou Caetano.

Porto Feliz

As vendas no comércio durante a Copa do Mundo tiveram uma queda em torno de 10%, segundo levantamento feito pela associação comercial.

“Verificamos uma queda em torno de 10% no comércio, em geral, em relação ao ano passado. Os setores que mais venderam foram os relacionados a bebidas e alimentação como supermercados, açougues, empórios, etc. O setor que mais sentiu os efeitos negativos foi o comércio de vestuário”, informou Eduardo Santinon, gerente executivo da entidade.

Para Santinon, “o comércio foi prejudicado pelos horários em que foram realizados os jogos, principalmente da Seleção Brasileira, pois interferiram diretamente na rotina das pessoas. Mas também existe um maior endividamento por parte dos consumidores, que já foi sentido durante os primeiros seis meses deste ano. Para reverter esse quadro, o comerciante tem que continuar investindo em melhor atendimento e melhores condições para atrair clientes para o seu comércio, não existe mágica”. O gerente avalia que a lição que o país deve tirar é que “devemos nos preparar melhor para receber este tipo de evento



ra, gerente administrativo da entidade. Para ele, a grande lição que o comércio pode tirar desta situação é que “tem sempre que aproveitar a oportunidade para alavancar vendas”.

Moacir acredita que o comércio deve se preparar para aquecer as vendas em oportunidades e eventos como esses. “Nas Olimpíadas, por exemplo, temos que nos preparar e aproveitar o evento para aquecer as vendas, pensando sempre positivo, entrando no ritmo das Olimpíadas”, afirmou, acrescentando que os eventos trazem benefícios “e o empresário está preparado para trabalhar com turistas”.

Ainda em Tatuí, a Hadar também entrevistou Jonas Caetano Filho, sócio-proprietário da Rede Caetano, que é destaque no segmento de materiais para construção.

Com sede na cidade e várias unidades ins-

de cimento, cal, areia, ferragem e tijolos, pois em dias de jogos, principalmente do Brasil, os pedreiros não iniciavam em suas obras serviços pesados, pois queriam ir embora mais cedo, com isto, vendeu-se menos; já o setor de materiais de acabamento acabou compensando o faturamento, mantendo a média de venda em relação ao mesmo período de 2013. Não houve setor com prejuízo”, afirmou o empresário.

Para ele, fica o exemplo de que “nós, brasileiros, damos um jeito para tudo, inclusive em uma Copa entre meio a tantas dificuldades”. Caetano dá a dica de como se preparar para as Olimpíadas de 2016: “com o calendário em mãos, com dias e horários dos jogos, temos que nos organizar para faturar em menos tempo o suficiente para não caírem as vendas. Acredito que eventos como esses trazem, sim, benefícios a médio e

de grande porte”.

Por outro lado, Santinon não acredita que as Olimpíadas afetem o comércio regional da mesma maneira como a Copa do Mundo. “o brasileiro não é tão fanático, na maioria, por outros esportes. Mas o comércio deve sempre adotar ações e aproveitar as oportunidades para alavancar seus negócios e este outro evento também é uma oportunidade”.

Sobre os benefícios que a realização de grandes eventos traz para o comércio, Eduardo Santinon ressalta que “para as cidades que foram sedes dos jogos e atraíram os turistas, é, sim, algo interessante. Também podemos dizer que estamos preparados, pois estamos vendo que foi uma das copas de futebol mais elogiadas da história pelos turistas que vieram para o evento. O brasileiro sabe bem receber suas visitas”.

Geração de empregos com a Copa fica abaixo do prometido

Terminada a Copa do Mundo, os brasileiros estão à espera dos frutos do espetacular evento. No campo do emprego, as promessas foram sedutoras. O presidente da Embratur, José Vicente L. Neto, disse que a Copa criaria 1 milhão de empregos. Considerando os efeitos de longo prazo, José Benin, do Ministério do Esporte, anunciou a geração de 3,6 milhões de postos de trabalho. O que dizer?

Com base em estudos das Copas do Mundo realizadas na Europa e na África, sabe-se que as estimativas de geração de emprego apresentadas antes do evento são muito superiores às constatadas depois do certame.

Na realidade, a Copa do Mundo é, simplesmente, uma grande festa que, como toda festa, gera oportunidades de trabalho temporário e de curta duração. Nas estimativas de Edson Domingues, da Universidade Federal de Minas Gerais, o total de empregos gerados pelo torneio deve ter ficado em torno de 185 mil, na maioria, temporários e ligados às atividades de turismo, alimentação, transporte, produção e vendas de bens alusivos ao evento - camisetas, bandeiras, flâmulas e adereços.

E o turismo, não teria alavancado a geração de empregos? O evento atraiu mais estrangeiros do que se esperava (cerca de 700 mil), o que gerou contratações de curta duração. Tudo seria diferente se, a partir da Copa, o Brasil se tornasse um polo de atração permanente para o turismo mundial, como são a França, os EUA, a China e o Caribe. É pouco provável que a Copa do Mundo tenha removido os focos de preocupação e apreensão dos estrangeiros em relação à insegurança e à violência no Brasil, assunto fartamente divulgado na imprensa internacional.

No comércio, o impacto também parece ter sido pequeno, mesmo porque, como compradores, os brasileiros não estavam tão animados como nas Copas anteriores. No setor de varejo ocorreu algo inesperado: a Copa esvaziou as lojas (com exceção das que vendem eletrodomésticos). A própria abertura do certame coincidiu com o Dia dos Namorados (12 de junho). De modo geral, os feriados decretados nas cidades-sede afetaram o setor de comércio e serviços, o que limitou a contratação de temporários.

A expansão da infraestrutura merece consideração especial. A construção dos estádios, aeroportos, vias de acesso e transporte estimulou a geração de empregos, sem dúvida. Mas, também, concluídas as obras, terminam os empregos, com exceção dos ligados à operação dos novos empreendimentos como, por exemplo, os funcionários dos estádios, aeroportos e meios de transporte. Mesmo assim, ficamos longe daimensidão de empregos prometida.

Em suma, como aconteceu nas Copas do Mundo da França, Alemanha e África do Sul, tudo indica que a promessa de geração de empregos decorrentes do certame, no Brasil, foi exagerada.

Wolfgang Maennig, que é especialista na análise dos impactos dos grandes eventos esportivos, salienta que o ganho mais concreto das Copas do Mundo é a disseminação de um sentimento de euforia e felicidade na população - fato que, no Brasil, durou só até a humilhante derrota para a Alemanha. Terminada a Copa, diz ele, as pessoas descobrem que, voltando à vida normal, têm de contar com os empregos de longa duração da indústria, agricultura, comércio e serviços, porque os que vieram com a Copa com ela se foram.

Nesse sentido, lamento dizer que, no campo do emprego, o Brasil vai tão mal quanto no campo do futebol. Nos primeiros cinco meses de 2014, a geração de novos postos de trabalho formal foi 32% menor do que em 2013 e 46% menor que em 2012. Isso indica a debilidade da nossa economia para gerar empregos, tudo agravado pela inflação, pelo custo Brasil, a baixa produtividade e a complexidade da CLT, que continuam tão perversos quanto antes da Copa. Quem sabe, passada a Copa, o Brasil decida remover esses entraves para os brasileiros poderem trabalhar e viver melhor...

Em artigo publicado no site da Federação do Comércio do Estado de São Paulo, José Pastore, presidente do Conselho de Emprego e Relações do Trabalho da FecomercioSP, avalia a realidade da geração de emprego após a Copa



Real completa 20 anos: saiba um pouco dessa historia

Plano econômico estabilizou o país e é mantido até hoje quase sem mudança

Quem tem 20 anos ou menos cresceu em um Brasil bem diferente das gerações anteriores. Expressões como “inflação galopante”, “desabastecimento” e “congelamento de preços” praticamente caíram no esquecimento e as novas gerações não estão acostumadas como uma realidade onde os preços dos produtos mudavam quase diariamente.

Imaginar uma inflação anual de mais de 2.700% ao ano, como a registrada em 1993, durante o governo de Itamar Franco, parece ser algo impossível. Mas isto de fato ocorreu em nosso país, assim como os sucessivos – e fracassados – planos econômicos lançados antes do Plano Real, em 1994.

Elaborado por uma equipe econômica ligada ao então ministro da Fazenda (e depois presidente) Fernando Henrique Cardoso, o Real foi implantando em fases, sem provocar grandes sustos na população. E esta gradatividade é apontada por muitos como uma das razões do sucesso do plano.

Afinal, a inflação e a instabilidade econômica caminham lado a lado com a história do nosso País, basta ver quantas moedas já tivemos: mil réis, cruzeiro, cruzado e Real, só para citar algumas. Apenas a título de comparação, desde que se tornaram independentes, em 1776, os Estados Unidos possuem a mesma moeda: o dólar.

Mas turbulências econômicas são um traço comum a quase todos os países latino-americanos, basta ver a recente crise argentina e os graves problemas venezuelanos. E isto em pleno século XXI.

Apesar do sucesso da política econômica brasileira, alguns ajustes podem e devem ser feitos pelo governo. O Brasil já cresce menos entre os países emergentes e a inflação, embora não seja nem sombra do que foi, ainda existe.

Ganhando dinheiro nas aplicações

No auge da hiperinflação, no início da década de 90, empresários e comerciantes não se preocupavam muito em agradar a clientela. Com a inflação galopante, as aplicações financeiras garantiam o lucro. O objetivo era aplicar e garantir o rendimento

do overnight (outro termo que anda sumido). Na época, a inflação mensal chegava a 80%. Por isso, os empresários corriam para depositar dinheiro diariamente nas agências bancárias.

A corrida diária aos bancos deixou de ser rotina após 1994, quando a estabilidade econômica, trazida pelo Plano Real, pôs fim ao lucro via aplicações bancárias e exigiu que as empresas garantissem o resultado com a produtividade do negócio e não no mercado financeiro.

A adaptação não foi da noite para o dia. Os consumidores, as empresas e até os governos levaram um tempo para se acostumar e confiar na nova realidade. No dia que antecedeu a chegada do real, não foram poucos os casos de aumentos de preços. Segundo o Procon, entre o anoitecer do dia 30 de junho e o clarear do dia 1º de julho, a alta dos preços chegou a 68,29%. Só o pão francês registrou um aumento de 15% em São Paulo. O medo de mais um congelamento de preço fez com que os supermercados remarcassem seus preços de forma abusiva, ao ponto de o presidente Itamar Franco ameaçar os estabelecimentos com multas e até interdição.

Já os governos estaduais e municipais aproveitaram a difícil operação aritmética da conversão de preços para dar um empurrãozinho na inflação. Algumas cidades amanheceram com as tarifas de transporte público mais caras no dia em que o real passou a vigorar. Em São Paulo, o aumento foi de 14%; em Recife, de 54%; e no Rio de Janeiro ficou acima de 10%. O consumidor precisou de um tempo para se acostumar com os centavos. Valores como R\$ 1,35 ou R\$ 2,75 eram totalmente novos para quem viveu anos de hiperinflação. Guias de jornais da época tiveram até que ensinar como preencher o cheque na nova moeda.

O Plano

O real tornou-se a moeda brasileira no dia 1º de julho de 1994. Mas começou a ser arquitetado em 1993, especialmente a partir do segundo semestre, pela equipe econômica criada por Fernando Henrique Cardoso, então ministro da Fazenda do governo Itamar. Faziam parte do grupo Edmar Bacha, Persio Arida, André Lara Resende, Gustavo Franco e Pedro Malan. Juntos, os economistas definiram que o plano seria dividido em três fases. A primeira delas seria o ajuste das contas públicas, através de um corte no Orçamento. A segunda seria a implantação da Unidade Real de Valor (URV), unidade monetária para desindexar a economia. Por fim, a URV seria transformada em real, a nova moeda brasileira. O Congresso, após intensa

negociação, aprovou o plano e as fases seguiriam como planejado.

Muita gente deve se lembrar da URV e dos infundáveis cálculos que tinham de ser feitos para pagar algumas contas e tributos. Até a transformação em Real, era comum cobrar-se em URV.

Em matéria especial sobre os 20 anos da estabilidade econômica, a revista *Época* afirma que o Plano Real entrou para a história como o episódio que acabou com a inflação e inaugurou um novo ciclo de desenvolvimento econômico. Mas para chegar até o real foram feitas outras tentativas de acabar com a escalada dos preços.

A primeira delas aconteceu em 1986, durante o governo de José Sarney. Era o Plano Cruzado, que congelaria os preços por alguns meses, até se tornar insustentável. Depois dele, vieram Bresser, Verão e o Plano Collor, com seu traumático confisco das poupanças. Todos tiveram um resultado positivo nos primeiros meses de vigência, mas nenhum foi bem-sucedido no longo prazo.

Para os economistas, a chave do sucesso do Real foi a URV, que entrou em vigor em 1º de março de 1994. A adoção de uma moeda virtual para fazer a transição foi a melhor solução encontrada para desindexar a economia e uma alternativa ao congelamento de preços. Na prática, funcionou assim: todos os preços foram remarcados com valores em URV, que era atrelada ao dólar. A moeda que efetivamente circulava era o cruzeiro real e todos os dias era divulgado o valor equivalente da URV em cruzeiros reais. Ou seja, se você entrasse no supermercado para comprar frango, na prateleira ele estaria marcado com o preço “1 URV”. No caixa, o valor seria convertido na moeda “de verdade” para realizar o pagamento. Pouco a pouco, a inflação inercial arrefeceu e a economia se acostumou aos preços estáveis. A população, já calejada após tantos planos e com a ajuda do governo e de jornalistas, conseguiu entender a economia da URV e contribuir para o sucesso nessa fase do plano.

“A URV foi um alívio para a indústria. Todo mundo respirou aliviado e o mercado percebeu imediatamente que aquela atitude ajudaria no consumo da população”, afirmou o presidente da Fiat para a América Latina, Cledorvino Belini, em entrevista à revista *Época*. O presidente da montadora era diretor comercial da Fiat no início do Plano Real. Nesta época, houve um boom no mercado graças à estabilidade econômica. Belini foi um dos idealizadores do projeto Mille On-Line, uma espécie de sistema telefônico de pe-

didados para compra de carros. Como a procura por veículos populares ficou muito grande, as concessionárias começaram a cobrar ágio, um valor a mais cobrado pelos comerciantes quando a demanda supera muito a oferta. Quem tinha mais dinheiro, passava à frente de quem queria pagar o preço da tabela. A Fiat, então, resolveu criar o Mille On-Line. Nele, o comprador fazia o pedido na concessionária por meio de um sistema de linhas telefônicas e a fábrica respondia quando poderia entregar o carro. O cliente dava um sinal e, se a fábrica não cumprisse o prazo, ela pagaria uma multa ao cliente. O impacto foi tão grande que, em uma semana, a empresa teve que instalar mais 200 linhas telefônicas para poder abastecer todas as concessionárias. A montadora esperava vender 40 mil veículos com o programa - vendeu quase 200 mil. “A inflação corroía o poder aquisitivo das pessoas. Quando veio a estabilidade, o consumo explodiu. Na época, o mercado vendia 800 mil unidades por ano. Chegou em 1997 a quase dois milhões de veículos. Nós crescemos significativamente nessa época e lançamos novos produtos. O país passou a ter credibilidade internacional que até então não tinha”, afirma Belini.

Mas nem todos os setores da indústria comemoraram a chegada da nova moeda. Quando o real passou a valer, sua paridade com o dólar era de 1 para 1. A partir daí, a abertura comercial e a manutenção do câmbio valorizado foram as duas principais medidas para manter a inflação sob controle. O efeito colateral era que as importações eram muito estimuladas e impediam que as empresas nacionais aumentassem seus preços, já que isso tornaria a concorrência impossível.

Para alguns economistas, a indústria pagou o maior preço pela estabilidade econômica, já que com o Real valendo o mesmo que o dólar, as importações cresceram e não tinham como competir.

Para Gustavo Franco, ex-presidente do Banco Central, e um dos “pais” do Real, se tivessem feito diferente, o plano talvez não sobrevivesse nem ao primeiro ano. Além dos problemas com a indústria nacional, o Plano Real sofreu com outras crises, especialmente externas, que vieram posteriormente. Mas o fato é que a inflação se manteve dentro de níveis aceitáveis. Em 1999, o Banco Central criou o regime de metas para a inflação e a Selic passou a ser a âncora monetária, em substituição ao controle do câmbio, que passou a ser flutuante. Foi um momento em que o Brasil temeu pela volta da inflação.

Reaproveitando pneus

Iniciativa colabora com a natureza e minimiza gastos em indústrias

Em pesquisa realizada pela Associação Nacional da Indústria de Pneumáticos (ANIP), no ano de 2009, foram produzidos, no Brasil, 53,8 milhões de pneus, que se forem descartados no meio ambiente, demoram mais de décadas para se decompor.

Além da demora em se desfazer, caso sejam queimados, os pneus liberam Monóxido de Carbono, Óxidos de enxofre, Óxidos de Nitrogênio, Hidrocarbonetos Aromáticos Policíclicos, Metais Pesados, Dioxinas e Furanos. E o pior: no local da queima, as cinzas e a fração líquida, compostas por hidrocarbonetos mais pesados, contaminarão o lençol freático.

Visando minimizar os danos ao meio ambiente e preservar a saúde da população, Boituva realizou, em seis meses, a destinação correta de 5.872 pneus inservíveis, durante os meses de janeiro e junho deste ano,

através do Programa Nacional de Coleta e Destinação de Pneus Inservíveis, sendo 4.982 de carros e 890 de caminhões.

De acordo com a Secretaria Municipal de Agricultura e Meio Ambiente, os pneus foram destinados por borracharias e estabelecimentos cadastrados previamente, sendo que os boituvenses também efetuaram o descarte em pontos de coleta específicos.

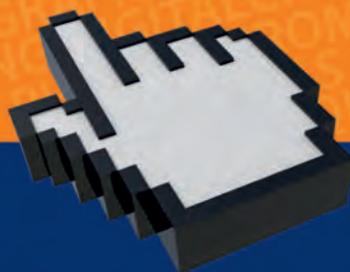
Essa iniciativa de destinar corretamente os pneus é uma parceria com a Reciclanip, uma entidade sem fins lucrativos, criada em 2007, pela Associação Nacional da Indústria de Pneumáticos (ANIP), em representação aos fabricantes de pneus novos, para consolidar a implantação do Programa Nacional de Coleta e Destinação de Pneus Inservíveis. Suas atividades atendem as exigências da resolução 416/09, que regulamenta a coleta e a destinação dos pneus

inservíveis no Brasil.

O mais interessante é que, depois do processo de coleta, trituração e reaproveitamento, os pneus poderão se tornar combustível alternativo para caldeiras industriais, soldados de calçado, tapetes de borracha, na fabricação de asfalto ecológico, pisos industriais ou quadras poliesportivas, contribuindo com a preservação da natureza.

Na cidade de Boituva, a maioria dos pneus coletados é utilizada como combustível alternativo de fornos da indústria cimenteira, que conta com um processo cercado de cuidados ambientais e de acordo com as exigências estabelecidas pela legislação, sendo que são utilizados filtros especiais para garantir a sustentabilidade do programa.

Destinar corretamente pneus que demoram anos para se decompor, é um importante passo para a preservação do meio ambiente e da vida saudável de toda a população.





Qualidade de Vida



Saiba mais sobre Diabetes

Os cuidados, sintomas e tratamento para esta doença crônica.

Grande parte da população sofre com o diabetes podendo sua incidência atingir até 12 a 15 % da população. Para explicar melhor o assunto, entrevistamos o endocrinologista Doutor Carlos Eduardo Grazzia (CRM 79098): “O Diabetes Mellitus consiste em doença crônica, determinada por aumento de glicose (açúcares) no sangue. O hormônio que controla e transfere a glicose para o interior das células é a insulina, que é produzida pelo pâncreas”.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes, os alimentos sofrem digestão no intestino e se transformam em açúcar, chamada glicose, que é absorvida para o sangue. A glicose no sangue é usada pelos tecidos como energia. A utilização da glicose depende da presença de insulina, uma substância produzida nas células do pâncreas, conforme explicou Grazzia. Quando a glicose não é bem utilizada pelo organismo ela se eleva no sangue, o que chamamos de Hiperglicemia.

O endocrinologista esclarece que o diabetes pode ser classificado em tipo 1, quando o próprio organismo agride as células que produzem insulina e essa massa de células vai diminuindo progressivamente até se esgotar

completamente. “Geralmente, este tipo de diabetes surge com sintomas bem evidentes de excesso de diurese (urina muito), sede intensa e perda de peso. Costuma iniciar desde a primeira infância até adulto jovem e seu tratamento sempre deve ser feito com uso de insulinas”.

Já o diabetes tipo 2, geralmente, acomete pessoas acima do peso e em uma fase mais madura da vida, fato que vem mudando no últimos anos, com aumento de acometimento em pessoas mais jovens. “Este ocorre por má ação de insulina nas células e/ou por diminuição de produção do hormônio. Pode ser tratado com o uso de medicamentos orais ou até com o uso de insulina”, afirma Carlos Eduardo Grazzia.

Há, ainda, o diabetes gestacional, que acomete mulheres na gestação quando estas têm uma capacidade menor de produzir insulina, por tendência, muitas vezes, hereditária. Estas mulheres geralmente têm parentes com diabetes e, em muitos casos, estão acima do peso. É importante destacar que este tipo de diabetes pode ocasionar vários problemas clínicos para o feto, desde risco de má formação, até riscos pós-parto, por isso, o diabetes gestacional deve ser controlado rigorosamente para evitar complicações.

Entre os sintomas de diabetes, podemos citar o excesso de diurese, excesso de sede, perda de peso, visão embaçada, cansaço, ou em alguns casos, não há a apresentação de sintomas, o que é um fato extremamente preocupante, pois os estudos mostram que 50% das pessoas que têm diabetes não sabem que possuem a doença, e, portanto, não estão em tratamento.

“O diabetes quando mal controlado pode, com o tempo, causar a obstrução de vasos sanguíneos

do corpo todo, podendo acarretar complicações crônicas da doença, cegueira ou comprometimento da visão, infarto cardíaco, acidente vascular cerebral, perda da função renal com indicação de diálise, amputações de membros (pés, pernas), impotência sexual masculina, neuropatia periférica”, alerta o endocrinologista Carlos Eduardo Grazzia.

As complicações citadas podem causar diminuição importante da qualidade de vida e morte, porém, hoje em dia, com as boas opções terapêuticas, é possível evitar grande parte desses problemas.

Já o tratamento de qualquer tipo de diabetes, passa por dieta adequada, exercícios físicos regulares e uso de medicamentos. “O tratamento medicamentoso evoluiu muito na última década, com várias opções. Temos medicamentos mais antigos com Metformina e sulfonilureias e outros mais recentes, como os inibidores de DPP-4, inibidores de SGLT2 e análogos de GLP-1. Estes são utilizados por via subcutânea, portanto, com injeção. Esta medicação tem estrutura semelhante ao GLP-1, que é produzido pelo intestino em contato com o bolo alimentar e tem várias ações, com o aumento do tempo do esvaziamento gástrico, estimula a secreção de insulina pelo pâncreas de forma inteligente, e outras ações. Deve ser utilizada por diabéticos tipo 2, com indicação médica e pode causar efeitos benéficos, como perda de peso”, finaliza Grazzia.

Os medicamentos podem ser grandes aliados para melhorar o controle do Diabetes Mellitus, porém, hábitos saudáveis devem fazer parte do dia a dia.



O poder dos alimentos

Seguir uma dieta equilibrada é a resposta para quem busca emagrecimento, definição ou manutenção do peso.

A facilidade dos fast foods e a falta de tempo são apenas dois dos inúmeros motivos que levam pessoas a se alimentarem mal e a recorrerem a certos alimentos que, apesar de serem baratos, acabam prejudicando a saúde.

Para ter uma alimentação equilibrada é necessário, primeiramente, ter comprometimento e organização. “Sempre digo que se durante a semana fica difícil, o final de semana existe para nos ajudar. Após uma consulta nutricional, você deve seguir seu plano alimentar, fugir dos industrializados e dos restaurantes, preparar sua própria comida e congelar em porções individuais. Vá ao mercado no sábado, cozinhe para a semana no domingo e programe seus lanches intermediários. Durante a semana, levante 15 minutinhos mais cedo para preparar sua sacola saudável. Saia de casa com seu dia programado, incluindo, é claro, a atividade física”, orienta a Nutricionista, Pós-Graduada em Nutrição Esportiva Funcional, Ana Flávia Almeida (CRN-3: 38055).

E para quem pensa que somente a academia vai trazer resultados, está muito enganado, pois alguns estudos mostram que a alimentação corresponde a 70% dos resultados obtidos e a atividade física completa os outros 30%, tanto para emagrecimento, quanto para o ganho de massa muscular.

Porém, não podemos iniciar um plano de treinamento pensando somente nos resultados. “Eles aparecerão dependendo da intensidade do treino, aliados a uma alimentação adequada dentro do seu objetivo. Cada biótipo reage de uma forma para ganho de massa ou emagrecimento. Algumas pessoas possuem maior facilidade para ganho de massa magra, outras para perda de peso, e uma série de fatores bioquímicos individuais podem interferir nos resultados. O que importa é ter disciplina e força de vontade após uma meta estipulada”, explica a nutricionista.

Ao manter um treinamento adequado e seguir uma dieta balanceada, é possível contar, também, com a ajuda dos alimentos termogênicos, que são aqueles que possuem a função de acelerar nosso metabolismo e, conseqüentemente, eliminar gorduras. Por exemplo, o gengibre, pimenta vermelha, chá verde, canela, entre outros, que precisam estar bem definidos dentro de um plano alimentar.

Já no caso de quem pratica atividade de alta intensidade, há os alimentos restritos, como os carboidratos simples, como arroz branco, pão branco, batata inglesa, e os industrializados como refrigerantes, e outros produtos refinados, que trarão malefícios, devido ao alto índice glicêmico. “O alto índice glicêmico corresponde ao aumento rápido do nível de açúcar no sangue, o que aumenta também o nível de insulina, e este mecanismo está ligado à obesidade”, afirma Ana Flávia.

Mas há os alimentos benéficos, como a batata doce, que é muito usada por atletas e é considerada um ótimo alimento, uma raiz rica em fibras, por isso tem baixo índice glicêmico, o que é muito importante para praticantes de atividade física. “É rica em antioxidantes e pode ser a substituição para o carboidrato de qualquer refeição, como, por exemplo, o pão do café da manhã, o arroz do almoço ou jantar. Uma dica de consumo é cozinhar a batata doce (casca roxa, é a mais rica em compostos antioxidantes) com casca e consumi-la sem descascar, em rodelas, com fio de azeite ou purê com leite de coco”, aconselha a nutricionista.

No entanto, a quantidade do consumo é muito importante, dependendo do objetivo individual de cada um, mas nada impede que a batata doce faça parte de um plano alimentar de emagrecimento.

Por falar em emagrecimento, uma alimentação rica e balanceada com alta densidade nutritiva é o caminho certo para quem busca emagrecer. “Não podemos deixar de citar os carboidratos integrais, arroz integral, aveias, frutas e verduras e as proteínas magras como o peixe, frango, e uma ou duas vezes na semana um corte magro de carne vermelha, lembrando que as gorduras do bem auxiliam também no emagrecimento e manutenção da saúde de qualquer indivíduo, sendo elas, castanha do para, amêndoas, nozes, todas sem adição de sal, e o abacate que, ao contrário do que as pessoas pensam, é um ótimo alimento e pode ser consumido diariamente, mas é claro que a quantidade deve ser estipulada individualmente”, orienta Ana Flávia Almeida.

Para a nutricionista, o praticante de atividade física, seja ela qual for, precisa de acompanhamento nutricional individualizado de acordo com seu objetivo. “Sabe-se que para o bom desempenho físico, deve-se aliar alimentação, exercício, hidratação e sono”.

Essa sequência é o caminho para o sucesso!

DETOX

O Kit Detox faz uma limpeza em seu organismo, eliminando toxinas com pequenas refeições fracionadas durante o dia. Desta forma, além da desintoxicação, você ainda pode perder de 3 a 5 quilos.

Conheça nossa linha de produtos!

www.qualitedevienutricao.com.br
 contato@qualitedevienutricao.com.br (15) 3305-5630 / 9.9696-3817
 Av. Coronel Firmo Vieira de Camargo, 171, Centro, Tatuí, SP

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



Esmalte SATO 3,6 lt
por apenas **R\$46,99**
à vista em 3x ou em 10x de R\$5,38



25 CORES Disponíveis



Látex SATO 1ª Linha 18 lt
por apenas **R\$109,99**
à vista em 3x ou em 10x de R\$12,60

Ofertas válidas de **01 a 31 de agosto/2014** ou enquanto durarem nossos estoques



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



TINTAS



Grafiato Branco 25 kg por apenas **RS41,90** ou em 10x de **RS4,80**
 Massa Corrida 25 kg por apenas **RS26,99** ou em 10x de **RS3,09**
 Selador Acrílico Branco 25 kg por apenas **RS42,90** ou em 10x de **RS4,91**



Kit de Pintura CONDOR 5 pcs Ref. 810 por apenas **RS19,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS2,29**

HYDRONORTH Acqua Incolor 18 lt

por apenas **RS169,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS19,46**



27 CORES Disponíveis



Latex CORAL Rende Muito 18 lt

por apenas **RS184,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS21,19**

ESQUADRIAS

SASAZAKI Portas e Janelas



Porta de Abrir c/Postigo Gr. Elo Belfort SASAZAKI 6661451E/D

por apenas **RS349,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS40,09**



Veneziana de Correr Belfort SASAZAKI c/Grade 1,0x1,5mt 6251311-0

por apenas **RS369,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS42,38**



Vitro Belfort SASAZAKI c/Grade 1,0x1,5mt 6341311-9

por apenas **RS279,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS32,07**



Veneziana COBEL c/Grade 1,0x1,5mt Cod. 20

por apenas **RS449,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS51,54**



Vitro COBEL c/Grade 1,0x1,5mt Cod. 44

por apenas **RS349,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS40,09**

COZINHA



CERROCHA

Gabinete Kaitos CERROCHA Branco/Preto

1,20 mt por apenas **RS289,99** ou em 10x de **RS33,22**
 1,50 mt por apenas **RS349,99** ou em 10x de **RS40,09**



Torneira Cozinha Parede DURIN B.M. Bc. 1012 C-50

por apenas **RS14,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS1,71**



Torneira Cozinha Parede CEMAR B.M. 1/4 Volta 2168 C-61 128-2

por apenas **RS79,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS9,15**



ESPELHEIRA Centauri Cerocha 0,80mt Berlin/Preto

por apenas **RS134,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS15,45**

Toucador Centauri Cerocha 0,80mt Berlin/Preto

por apenas **RS449,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS51,53**



BEMI

Toucador Conjunto Bemí Fine 0,60mt Branco/Branco Bisc./Bisc.

por apenas **RS499,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS57,26**

BANHEIRO

Fotos meramente ilustrativas. Não nos responsabilizamos por eventuais erros de impressão e reservamo-nos o direito de corrigi-los. Ofertas válidas por tempo limitado ou enquanto durarem nossos estoques. Não ligue este impresso em vias públicas. Mantenha o cidadão limpo.



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

Litoral de Santa Catarina é opção

Próximo de grandes centros urbanos do Sudeste, como São Paulo e Rio de Janeiro, o litoral de Santa Catarina é um destino muito procurado por quem quer conhecer belas paisagens, fazer passeios ecológicos e descansar, sem ter de viajar muito, pois fica a 40 minutos de voo do Aeroporto de Congonhas, em São Paulo.

Além disso, a boa rede de hotéis e pousadas, opções culturais e um povo atencioso contam pontos a favor da região, que tem como destaque o Balneário Camboriú, mas outras cidades próximas também oferecem opções de passeio e festas tradicionais, como a do Divino Espírito Santo.

Com cerca de 121 mil habitantes, Balneário Camboriú tem fácil acesso por estradas federais e está próxima a cidades como Blumenau (merece ser visitada por sua bela arquitetura) e Florianópolis, a capital do Estado.

Com belas paisagens e boa infraestrutura, litoral catarinense atrai turistas de todo País.

O balneário possui uma extensa rede hoteleira, concentrada na maior parte ao longo da praia (Avenida Atlântica), quadra do mar (Avenida Brasil) e transversais. Os preços das diárias são mais elevados na virada do ano e no mês de janeiro, diminuindo progressivamente conforme avança o ano. A diária padrão costuma incluir café da manhã e jantar.

A maioria dos hotéis está estabelecida há muitos anos na praia, são empreendimentos que, ao longo dos anos, passaram de pais para filhos, o que é um indicativo de solidez e confiança para os hóspedes. Os principais hotéis de Balneário Camboriú oferecem reservas pelo

serviço Booking.com, que pode ser acessado pela internet.

Vários sites da rede mundial de computadores possuem dicas para passeios no balneário. Veja algumas delas, segundo o site www.comboriu.com.br

Teleférico

Com a estação principal na Barra Sul, uma intermediária no Morro da Aguada (no local tem uma reserva da Mata Atlântica) e a estação final da praia de Laranjeiras, o teleférico é o principal equipamento turístico de Balneário Camboriú.

É possível pegar o teleférico na Barra Sul (para chegar lá use o Bondinho), parar na Estação Mata Atlântica, percorrê-la e ficar várias horas na praia, na Estação Laranjeiras, voltando à Barra Sul com o mesmo bilhete.

Ônibus

Um passeio interessante e barato, é proporcionado pelo Bondinho, ônibus circular que percorre em baixa velocidade toda a Avenida Atlântica e a Avenida Brasil. É uma excelente alternativa para transporte ao longo da região central, onde o estacionamento, na alta temporada, sempre é complicado.

Pico da Pedra

Quem gosta de caminhadas e trilhas deve visitar, em Camboriú, o Pico da Pedra, ou Pico da Gurita, que ganhou esse apelido por ser ponto de observação do exército durante a 2ª Guerra Mundial. Apesar da degradação ambiental em vários pontos, causada pelas pedreiras da região, o local ainda conserva vegetação exuberante e oferece uma vista única e privilegiada de toda praia de Balneário Camboriú, Itapema e arredores, sendo que, em dias de boa visibilidade, é possível avistar até Florianópolis. É o morro mais alto da região.

Beto Carrero

O parque Beto Carrero, localizado no município de Penha, cerca de 40 minutos de Balneário Camboriú, oferece as atrações típicas dos parques temáticos. É muito frequentado por crianças e adultos catarinenses e de outros estados. Grande parte desses visitantes se hospeda em Balneário Camboriú onde a estrutura e as atrações são em maior quantidade, vai a Penha de manhã para visitar o Beto Carrero e retorna ao final da tarde. Diversos hotéis e agências de turismo oferecem ingressos e transporte para o parque Beto Carrero.

Zoo

O Zoológico da Santur fica em frente ao Balneário Camboriú, na BR-101, sentido quem



de passeio e turismo

desce para o Sul. É um passeio interessante e econômico. Pode-se ir de automóvel ou de ônibus de linha comum, numa viagem rápida. Quatro linhas de ônibus urbano (110, 109, 106 e 103) passam próximas ao parque. Os ingressos (a preços de janeiro de 2014) custam R\$ 10,00 para adultos/ R\$ 5,00 para crianças de 6 a 12 anos e R\$ 5 para pessoas com 60 anos ou mais. Menores de 5 anos não pagam.

Parque Ecológico

Localizado no bairro dos Municípios, é um grande parque de preservação da fauna e flora regionais. O ingresso é gratuito. Ideal para levar lanche e refrigerantes e passar um tempo em meio à natureza. Fica próximo ao Centro, pode-se ir de automóvel (estacionamento gratuito) ou com o ônibus da linha Hospital.

Blumenau

É a terceira maior cidade catarinense, estabelecida no ano de 1852, na margem do Rio Itajaí Açu. Distante uma hora de carro de Balneário Camboriú, vale a visita por sua arquitetura, história, comércio e gastronomia. O povo de Blumenau é educado, está acostumado a rece-

ber turistas e no entorno da Rua XV, centro da cidade, há opções de comércio e alimentação bastante interessantes. É extremamente quente e abafada no verão, mas como os moradores correm para as praias, o turista fica meio dono da cidade. A gastronomia típica alemã ainda é encontrada, sem muitas adulterações, nos restaurantes mais tradicionais.

Quem já foi dá a dica

“Escolhemos Balneário Camboriú, quando ouvimos de amigos a respeito do lugar, que diziam ser muito bonito. Como já conhecíamos o nordeste, optamos, então, pelo sul. A distância e o preço também pesaram na hora da escolha”, conta Nancy Miranda, turista tatuiana que visitou o balneário. “Embarcamos no Aeroporto de Congonhas, a viagem durou 40 minutos, e desembarcamos no Aeroporto de Navegantes, de onde fizemos o traslado”.

Boa impressão

“A primeira impressão que tivemos ao chegar em Balneário foi excelente, pois notamos ser uma cidade limpa, organizada e bonita. Seus habitantes, muito educados, se mostraram sempre

solicitos ao darem informações e sugestões de passeios. A cidade oferece toda infraestrutura necessária que o turista precisa e espera, como hotéis, transporte, comércio e gastronomia. Fizemos vários passeios, dentre todos, os lugares que mais nos impressionaram foram o Parque Unipraias, onde de bondinho subimos até o Mirante de onde se tem uma vista privilegiada de toda a orla, de Balneário e da cidade de Camboriú. O Monumento Cristo Luz, à noite, também é um espetáculo imperdível. Além da Praia de Laranjeiras, uma das mais bonitas que já conheci”, conta a turista.

Segundo ela, “o único problema que tivemos foi a distância do hotel em que ficamos hospedados e o centro da cidade, porém, por se tratar de uma cidade segura, muitas vezes, fizemos esse trajeto a pé, inclusive à noite. Pretendemos voltar, sim, para conhecer alguns lugares que não conseguimos visitar na ocasião e rever aqueles que gostamos”.



45

BALNEÁRIO CAMBORIÚ

- Traslado + ingresso Beto Carrero
- 3 noites Hotel Sibara Flat
- Voando TAM

A partir de
R\$:

971,19*

Por pessoa

Antuérpia

antuerpia.turismo



www.antuerpia.com.br



r. capitão lisboa, 684. tatuí sp



15 3205.7777 - 0800.771.5050



*Válido por tempo indeterminado.

FACETAS x LENTES DE CONTATO DENTÁRIAS: QUANDO USAR?



lotados. Dentro deste contexto, é natural que a odontologia esteja preparada para atender esses anseios estéticos da população.

Uma das especialidades da odontologia é a Prótese Dentária, que tem como função reconstruir e/ou repor elementos dentários fraturados, perdidos ou destruídos, a fim de devolver ao paciente as funções mastigatórias, estéticas, fonéticas, e ainda proteger as funções articulares.

É inegável que um sorriso completo, bonito e bem cuidado aumenta a autoestima do paciente, devolvendo sua autoconfiança no trabalho e nas relações pessoais.

Há alguns anos, surgiram - na Odontologia - dois procedimentos conhecidos como “faceta dentária” e “lente de contato dentária”, que consistem em pequenos fragmentos de porcelana, a fim de corrigir imperfeições, manchas leves, lascas e fraturas dentárias. O que diferencia os dois procedimentos é a sua indicação.

Pacientes que já possuem restaurações extensas, dentes escurecidos alterados por tetraciclina (antibiótico), alterações de forma como dentes conoides (formato de cone), dentes escurecidos por tratamento endodôntico (tratamento de canal), dentes com alterações no esmalte, afetados por fluorose ou amelogenese imperfeita, indicam-se as facetas. Pacientes que querem aumentar o tamanho dos dentes, corrigir pequenos alinhamentos e espaços entre os dentes, indicam-se as lentes de contato.

É possível utilizá-los em apenas um dente,

ou em vários, mas, em geral, o procedimento é feito aos pares, para se obter um bom resultado de cor e aparência, sem diferenças entre um dente e outro.

Outro fator que difere esses dois procedimentos é a forma como são confeccionadas: as facetas necessitam de um leve desgaste na estrutura dentária, já as lentes de contato não.

Os fragmentos de porcelana são muito duráveis, embora sejam muito finos, variando de 0,5 a 1 mm, quando aderidas a uma superfície tornam-se muito resistentes. Eles podem durar muitos anos, com uma boa higiene oral e cuidados na mastigação de elementos muito duros, seguindo as orientações do dentista.

É importante salientar que alguns motivos impedem a realização desses tratamentos, como, por exemplo, pacientes com alta atividade de cárie, doença periodontal grave, dentes muito apinhados ou muito vestibularizados (para frente), pacientes com alterações severas na oclusão, dentes muito curtos, entre outros. Pacientes portadores de bruxismo devem realizar o tratamento adequado, mas somente o dentista poderá avaliar se o grau de bruxismo impede que esses tratamentos sejam realizados. Pacientes com dentes severamente mal posicionados ou desalinhados podem necessitar de uma avaliação ortodôntica prévia para alcançar o resultado desejado.

Dra. Maria Renata Orsi Campos (CRO .104.166)

Nos últimos anos, observa-se, por grande parte da população, uma busca incessante pela estética. Nos grandes centros urbanos, e agora também nas cidades pequenas, é comum observar academias e centros estéticos cada vez mais



Tenha mais motivos para sorrir!

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



Morosil:

chega mais um medicamento à base de frutas para combater a obesidade

Depois do Goji Berry, é a vez da laranja Moro mostrar força.

Um medicamento à base do extrato de uma variedade de laranja cultivada na região do Mar Mediterrâneo promete ser a bola da vez no combate à obesidade, ou como dizem os técnicos, no trabalho de gerenciamento do peso da pessoa, pois se trata de uma alternativa natural para a questão do controle do peso.

Conhecido como Morosil, é um extrato seco obtido a partir do suco de laranjas vermelhas Moro (cujo nome científico é Citrus Sinensis), cultivadas exclusivamente na área em torno do vulcão Etna, na Sicília (Itália). A Laranja Moro se destaca por sua excelente aparência e coloração vermelha, que é a principal fonte dos pigmentos de antocianina, um excelente antioxidante que, geralmente, não é encontrado em outras frutas cítricas, além de conter elevada concentração de vitamina C, flavonoides, e ácidos hidroxicinâmicos. Estudos comprovam que a laranja Moro possui uma ação exclusiva que não acontece com outras variedades da

Citrus Sinensis, que promove uma redução acentuada no tamanho dos adipócitos pela diminuição do acúmulo de lipídeos, que ocorre devido às dietas ricas em gorduras e à falta de exercícios físicos, entre outros fatores. O extrato da laranja vermelha Moro, devido ao mecanismo sinérgico dos polifenóis totais, promove o gerenciamento do peso, o aumento da sensibilidade à insulina e a redução do triglicérideo e colesterol total.

Este pó avermelhado reduz o apetite e contribui de maneira significativa para a redução da gordura abdominal (aquela incômoda barriguinha, que surge com frequência nos homens), conforme testes realizados em animais que receberam alimentos ricos em gordura, junto com o extrato obtido do suco enriquecido. A redução da gordura abdominal variou entre 25% a 50%, segundo estudo publicado pela revista International Journal of Obesity. O exame histológico do tecido adiposo também demonstrou uma redução acentuada no tamanho dos adipócitos, devido à diminuição

da capacidade de acumular gordura.

O Morosil pode ser administrado em cápsulas, sachês e adicionados em alimentos funcionais como bebidas sólidas e instantâneas para o gerenciamento do peso.

A dosagem de uso recomendada é de 400mg a 500mg.

Dieta saudável

A dieta mediterrânea é extremamente conhecida e considerada muito saudável por ser baseada nos alimentos característicos de alguns dos países banhados pelo mar Mediterrâneo, é rica em frutas, legumes, peixes, grãos integrais, gordura insaturada, como o azeite, e quantidades moderadas de vinho. O consumo desses alimentos cotidianamente traz inúmeros benefícios por serem fontes de vitaminas, minerais, ácidos graxos mono e poli-insaturados, fibras e antioxidantes, que proporcionam uma modulação no peso corporal, diminuição do risco de doenças crônicas e, consequentemente, o aumento da longevidade.

47



farmácia de manipulação
Personal Pharma
 Uma fórmula personalizada
www.personalpharma.com.br

Morosil[®]
 Deixando a sua barriga em forma.

- Extrato seco obtido a partir do suco da laranja vermelha Moro;
- Proporciona uma modulação no peso corporal;
- Diminui riscos de doenças crônicas;
- Aumento na longevidade;
- Contém elevada concentração de vitamina C, flavonoides e Ácidos hidroxicinâmicos.

Loja 1: Rua Capitão Lisboa, 663 - Centro - Tatuí/SP
 Loja 2: Av. São Carlos, 234 - Dr. Laurindo

(15) 3251-2331
 (15) 3205-3100

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

Tapioca no lugar do pão

Descubra as razões para trocar de carboidrato

Quem ama pão tem dificuldade de cortar esse item do cardápio - motivo para que muita gente desista do sonho de entrar num jeans justinho. Mas existem alternativas gostosas e menos engordativas a esse alimento. Uma delas é a tapioca - uma panqueca típica da Região Norte do Brasil, que virou moda na turma da dieta, pois oferece quase a metade das 135 calorias do pãozinho.

A tapioca é um alimento feito com a fécula da mandioca, substância farinácea fina extraída de raízes tuberculosas, que dá origem ao polvilho doce (goma de mandioca). É parecida com uma panqueca, também conhecida como beiju.

Sabe o que é melhor? É um alimento prático, com poucas calorias e não contém glúten.

A goma vem ganhando muito mercado quando se fala de alimentação saudável, e apesar dela também ser uma fonte de carboidrato, assim como o pão francês, torradas, etc, ela tem várias outras qualidades.

“Por não conter glúten, lactose e sódio ela se tornou excelente fonte de carboidrato de rápida absorção, fornecendo energia ideal para o corpo responder aos estímulos do dia a dia e também para as atividades físicas.” Explica Donata Bimbatti, CRN 3-22.505, Nutricionista especialista em refeições balanceadas e dietas detox.

Segundo a nutricionista, a retirada do glúten (encontrado em alimentos como trigo, centeio, cevada, onde confere a elasticidade e maciez aos alimentos) da dieta diminui processos inflamatórios e melhora a absorção de nutrientes no corpo, podendo ser um grande aliado na perda de peso. “O fato da tapioca não conter sódio, também favorece a perda de peso devido a não favorecer a retenção de líquidos no corpo. Pacientes com problemas de hipertensão ou com problemas renais crônicos podem fazer uso sem culpa devido ao baixo teor de proteína e isenção do sódio.” Conclui Donata.

Receitas de Tapioca e Crepioca (Por Donata Bimbatti)

Tapioca - Vem com a massa base pronta. Apenas coloque na frigideira com uma colher de sopa de óleo de coco ou manteiga ghee. Escolha um recheio a base de fibras para enriquecer o prato.

Crepioca - É a massa base da tapioca. Juntamente com um ovo (enriquece com proteína), coloque na frigideira com óleo de coco ou manteiga ghee. Escolha um recheio doce ou salgado.

Recheios:

Salgado - peito de peru com queijo branco/queijo branco com ervas finas/frango desfiado com requeijão

Doce - banana cozida com cacau em pó/geleia de frutas diet ou light/queijo branco com Nutella.



**JB BALDINI
SEGUROS**

Seu seguro em boas mãos.



Av. Cônego João Clímaco, 217 (Av. das Mangueiras) . Tatui/SP | (15) 3305-9100

Perícias e Serviços Topográficos (Estação Total e GPS)

João Batista da Silveira
Engenheiro Agrônomo
CREA/SP 0600760066



Rua Capitão Lisboa, 1154 . Centro . Tatui/SP | (15) 3251-7804
jbsagronomia@terra.com.br

JBS





Clínica Koza

www.clinicakoza.com.br



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



TRATAMENTOS

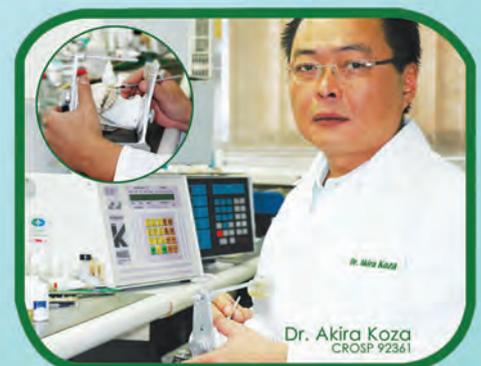
Implantes
Próteses
Facetas Laminadas
Lentes de Contato
Clínica Geral
Carga Imediata

Elmec



Dra. Naomi Koza
CRO 108096

Odontopediatria
Clínica Geral



Dr. Akira Koza
CROSP 92361

Cirurgião Dentista e
Técnico em Próteses Dentárias

Tatuí

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

São Paulo

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

Chove chuva!

Preservar também é um ato benéfico ao meio ambiente.

A chuva pode oferecer inúmeros benefícios, como colaborar para o equilíbrio da natureza, oferecer condições climáticas favoráveis ao plantio, limpar o ar da poluição, abastecer os reservatórios de água, entre outros. Porém, a falta dela causa um desequilíbrio em todo o meio ambiente, seja ele biótico, devido ao uso exagerado da terra, com inúmeras espécies desaparecendo em razão da destruição dos seus habitats, e também a falta de preservação das áreas de nascente e cursos hídricos, como no meio antrópico, com a falta de abastecimento ou mesmo um racionamento das grandes cidades, atingindo tanto a população, quanto as atividades industriais e agropecuárias.

Segundo a Engenheira Ambiental Carolina Reis Gonçalves, pequenas mudanças no hábito da população, como não desperdiçar água e economizar energia, já são uma grande contribuição com o meio ambiente. “Porém, acredito que essa é uma solução a curto prazo, sendo assim, é necessário um planejamento sensato das atividades

econômicas, ocupações dos solos e a conservação das áreas naturais para que o problema do racionamento de água seja minimizado, sendo essa uma contribuição que minimizará os impactos para as futuras gerações”, explica a profissional.

A engenheira entrevistada afirma que por termos água em nossas casas, muitas vezes, nos esquecemos do caminho que ela percorre até chegar até nós e que esse trajeto vai muito além das nossas torneiras, caixas d'água, das estações de tratamento de água e até mesmo dos reservatórios. “Tudo se inicia nas áreas naturais, e depende delas para todo o ciclo funcionar bem. Não sei dizer ao certo o que pode acontecer, mas acredito que se não realizarmos um planejamento estratégico para o crescimento populacional e econômico, e deixarmos de cuidar e preservar o ambiente, continuaremos sofrendo com a falta de água (potável) por muito tempo”.

Carolina acredita que tudo o que vem acontecendo servirá de oportunidade para refletirmos o quanto nossa qualidade de vida

é dependente de um meio ambiente equilibrado, e com essa "crise" de falta de água, poderemos enxergar a urgência da conservação das áreas naturais, nascentes, cursos d'água, da importância das árvores, porque elas também têm uma grande contribuição para o ciclo da chuva, com a transpiração das plantas, o suor virando vapor e sendo transportado para a atmosfera, transformando em chuva.

Também não podemos deixar de notar que conforme as áreas verdes vão sendo destruídas ou diminuídas, elas darão espaço para o ambiente árido, ocorrendo a desertificação, acarretando na diminuição das chuvas.

“A preservação e a conservação das áreas em torno das nascentes e rios, protegendo as margens de qualquer interferência, evitam a poluição das mesmas e até o assoreamento dessas áreas”, finaliza a engenheira ambiental Carolina Gonçalves.

É preciso que todos tenham atos conscientes, para que o que sobra, hoje, não falte amanhã.

ALEIXO MINERAÇÃO
Produzindo Qualidade, para você economizar

AREIA VENDAS & PEDRA 3266-2436

- Areia Fina e Média
- Pedra e Pedrisco.

Elnec

Jogos Regionais 2014

A cidade de Sorocaba sediou, no mês passado, os 58º Jogos Regionais da 8ª Região Esportiva, durante os dias 2 e 12 de julho, onde foram disputadas 22 modalidades em duas divisões, sendo que as cidades que mais se destacaram, foram qualificadas para os Jogos Abertos do Interior, que serão realizados entre os dias 3 e 15 de novembro, em Bauru.

Entre as cidades participantes, Boituva ficou com 132 pontos no quadro geral da competição, garantindo a 6ª colocação da 1ª Divisão, sendo que das 38 modalidades com possibilidade de pontuação, Boituva participou de 32 e pontuou em 25 delas, classificando-se entre os sete melhores de cada modalidade.

Cerquilha ficou em 4º lugar, com 122 pontos na 2ª divisão, seguida de Registro com 108 pontos e Tatuí, que garantiu 31 medalhas, ficou na sexta posição e obteve 106,5 pontos no resultado geral, contando com 220 atletas, que participaram de 17 modalidades diferentes, entre elas, o atletismo, o judô, o tênis de mesa, a capoeira, o vôlei de praia, a bocha e o basquete feminino.

Em seguida, Tietê obteve 90 pontos gerais e ficou em 7º lugar, sendo 32 pontos nas modalidades femininas e 30 na masculina, sendo que cada uma recebeu bônus de 13 e 15 pontos, respectivamente.

Já Itapetininga conseguiu o 7º lugar na classificação geral, com 106,5 pontos, se mantendo na elite dos jogos por mais um ano. Composta por 315 atletas, a delegação de Itapetininga obteve seu resultado mais expressivo com a medalha de prata conquistada na Ma-



*Disputa entre cidades
garante vaga nos Jogos Abertos
do Interior*



lha. No ciclismo, a modalidade Velocidade Olímpica Feminino ficou com o ouro, garantindo a terceira colocação no geral, entre as provas com bicicleta.

No resultado geral, Sorocaba foi campeã, seguida de Jundiá (vice-campeã), Itu (3ª colocada), São Roque (4ª colocada) e Itupeva (5ª colocada), que competiram entre si, buscando os melhores atletas ou equipes em cada uma das Regiões Esportivas, contribuindo para o aprimoramento técnico das diversas modalidades em disputa.

As colocações acima citadas envolvem as duas divisões disputadas. Na 1ª Divisão, estão os 8 municípios primeiros colocados na classificação geral dos Jogos Regionais do ano passado, os municípios 1º e 2º colocados na classificação geral da 2ª Divisão do ano anterior. Na 2ª Divisão, há a participação dos demais inscritos.

Entre as modalidades disputadas, estiveram na categoria livre: Atletismo, Basquetebol, Biribol, Bocha, Capoeira, Ciclismo, Damas, Futebol Feminino, Futsal, Ginástica Artística, Ginástica Rítmica, Handebol, Judô, Karatê, Malha, Natação, Taekwondo, Tênis, Tênis de Mesa, Voleibol, Vôlei de Praia, Xadrez. Até os 14 anos, teve Ginástica Artística Feminina, até os 16 anos foi Ginástica Artística Masculina e até os 20 anos, o Futebol Masculino.

Mais do que competir, as cidades participantes mostraram toda a garra e dedicação nas modalidades escolhidas, alcançando a vitória nos jogos e uma vaga no ano que vem.

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

Saiba o que é glúten e o que ele pode causar a sua saúde



Glúten faz mal à saúde?

Atualmente, excluir o glúten da alimentação está sendo uma situação cada vez mais comum pelas pessoas que buscam o emagrecimento e a redução da gordura abdominal.

O que é o Glúten? É uma proteína vegetal, presente no trigo, aveia, cevada. Está presente em pães, bolos, biscoitos, macarrão, cereais matinais, e também na cerveja.

Mas o glúten só realmente é maléfico às pessoas que têm a hipersensibilidade a ele (detectado em consulta com médico ou nutricionista). Para essas pessoas, o glúten pode causar alergias, dermatite, prisão de ventre, ganho de peso, resistência à insulina, entre outros.

Estudos mostram também que doenças do sistema nervoso (como crianças com autismo, Síndrome de Down e adultos com esclerose) tendem a ter melhores resultados com a retirada do glúten.

O glúten também é responsável por promover a disbiose intestinal, pois a proteína adere nas paredes intestinais como uma cola, e vai bloqueando o seu funcionamento, sendo os primeiros sintomas da intolerância, o desconforto abdominal, gases, prisão de ventre ou diarreia e retenção de líquidos.

O ganho de peso também pode ser uma das principais consequências para as pessoas intolerantes a essa proteína, pois o metabolismo se torna lento, não processando devi-

damente os alimentos, tendo como consequência o aumento de gordura abdominal. Com o metabolismo irregular, dificulta a eliminação das toxinas, elevando o risco de doenças como enxaqueca e dores de cabeça. Como o glúten é o grande aliado do açúcar, impede a absorção do cálcio, aumentando o risco de osteoporose, cáries, insônia, hipertensão e colesterol alto.

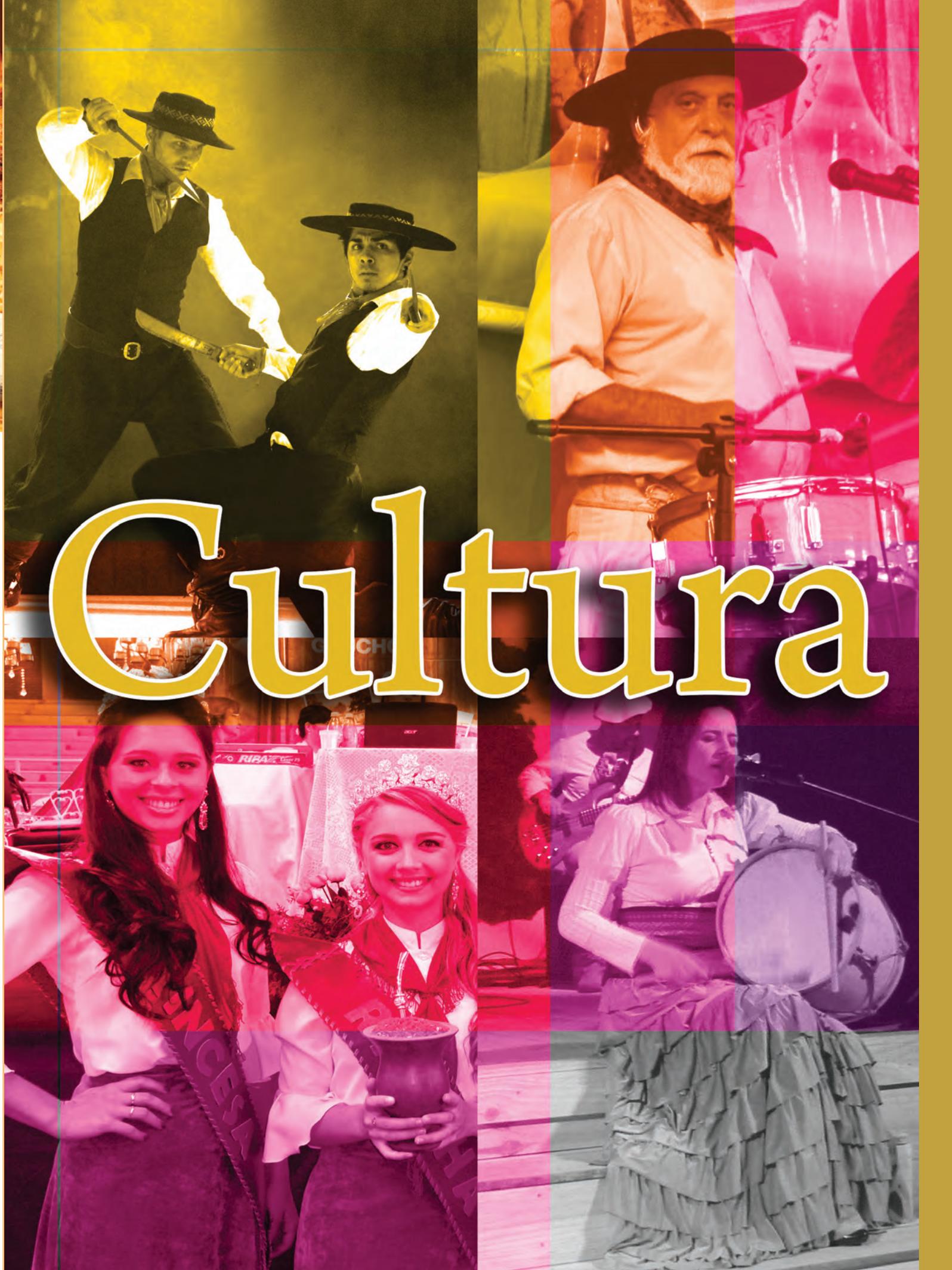
Mas é importante ressaltar que a retirada do glúten é só indicada para as pessoas com hipersensibilidade à proteína ou as com doença celíaca, as quais só podem ser diagnosticadas pelo médico e/ou nutricionista.

Roberta Lorenzetti Lourenço
Nutricionista - CRN 22509

CONECTE-SE COM A GENTE!



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



Cultura

AUSÊNCIA

Ruídos saudosos vindos do mar invisível,
Vêm de longe e somem, vão ao infinito.
Alucinados sons, saudade incrível,
Na escuridão ecoam qual um grito.

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

É saudade, memória, sofrimento,
É o afeto chorado da ausência.
Lembranças arrancadas lá no esquecimento,
Da ventura perdida em dorlência.

Choro a amargura desse amor desfeito
Da alegria que foi embora.
A alma sufocada no peito,
Lembrança dele inda me devora.

*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*



Dia



PAIS



Dia do artista de teatro

Uma cultura bastante conhecida na região celebra sua arte

No mês de agosto, comemora-se o dia do artista de teatro. Profissionais que representam sua arte no palco, a partir da natureza humana, com uma grande sensibilidade no palco. Seu papel na peça é dar vida, sonho e veracidade às artes cênicas, é fazer com que o público se divirta, reflita e se identifique sobre a mensagem que passam.

O teatro é bem mais do que representação, permite ao espectador divertir-se, relaxar, separar-se das questões do dia a dia. É utilizado, muitas vezes, em termos pedagógicos e terapêuticos.

Para Thiago de Castro Leite, ator e professor de Artes Cênicas pela Escola de Comuni-

cação e Artes da USP, todo aquele que inicia na carreira do ator e espera ter um retorno rápido pode se decepcionar. “Hoje, temos diversos mercados dentro do meio teatral, dos grandes musicais ao teatro de grupo. No primeiro caso, geralmente, existem audições e testes para seleção de elenco, sempre de maneira muito concorrida. No segundo, que cada vez mais ganha força no cenário teatral, geralmente, atores que acabam de se formar juntam-se, distribuindo funções e estabelecendo uma linguagem de trabalho em comum”, explica.

Para Thiago, o teatro pede do ator uma intensidade e um estado de prontidão diferente. O espetáculo é fugaz, nunca será

realizado do mesmo jeito, pois a simples mudança de público, de um dia para o outro, já altera a encenação. Segundo ele, profissionalmente, muitos atores de teatro realizam trabalhos na TV, buscando um retorno financeiro maior e, juntamente com isso, a divulgação de sua imagem que, por vezes, acaba por atrair mais público a seus espetáculos.

Lembrando que para ser um bom ator, não é necessário apenas o talento natural, mas também muito estudo e preparação. O artista de teatro vai além de ser só o ator da peça, é também quem cria a história, dirige, é responsável pela iluminação, pelo som ou pela parte cênica; enfim, são todos aqueles que estão envolvidos na arte de representar diante do público. “A profissão do artista do teatro não é só de glamour e sim de muita ralação, de muito empenho, de muito trabalho, o mercado é exigente e temos que persistir sempre, ter consciência para trabalhar nessa sociedade e exigir do poder público investimento em arte e cultura. O ator precisa frequentar espaços artísticos e ser um consumidor de arte. A magia do teatro está na emoção de pisar nos palcos, como se fosse sempre a primeira vez. O ator tem seus momentos de sucesso, glórias e também suas frustrações”, explica André Luiz Camargo, professor do curso de Teatro Adulto do Conservatório de Tatuí.

55



A revista Hadar parabeniza Tatuí e Pereiras pelos seus aniversários.



RECOMENDADO



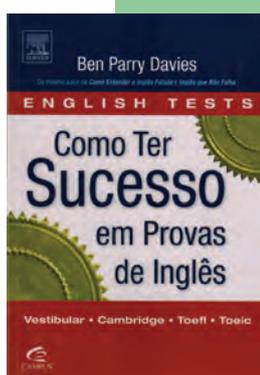
O TEOREMA KATHERINE

AUTOR: John Green

EDITORA: Intrínseca

Se o assunto é relacionamento, o tipo de garota de Colin Singleton tem nome: Katherine. E, em se tratando de Colin e Katherines, o desfecho é sempre o mesmo: ele leva o fora. Já aconteceu muito, dezenove vezes, para ser exato. Após o mais recente e traumático pé na bunda, o Colin, que só namora Katherines, resolve cair na estrada.

Uma descoberta que vai entrar para a história vai vingar séculos de injusta vantagem entre Terminantes e Terminados e, enfim, levará Colin Singleton diretamente ao distinto posto de gênio da humanidade. Também, é claro, vai ajudá-lo a reconquistar sua garota. Ou, pelo menos, é isso o que ele espera.



COMO TER SUCESSO EM PROVAS DE INGLÊS

AUTOR: Ben Parry Davies

EDITORA: Elsevier

O objetivo deste livro é dar ao leitor a confiança necessária para enfrentar qualquer prova de inglês, motivá-lo a estudar de forma eficaz e ensinar-lhe a aproveitar melhor o tempo disponível, a fim de que se prepare melhor para uma prova. Por meio de diversas estratégias, dicas, explicações, exemplos e exercícios, é possível analisar e praticar, passo a passo, as áreas de conhecimento e as habilidades necessárias para aumentar suas chances de sucesso na prova.



ADULTÉRIO

AUTOR: Paulo Coelho

EDITORA: Sextante

Minha tristeza se tornou rotina, ninguém percebe mais. Não consigo mais dormir direito. Sinto-me egoísta. Continuo tentando impressionar as pessoas como se ainda fosse criança. Choro sozinha e sem motivo no banho. Só fiz amor com vontade mesmo uma vez em muitos meses e você sabe bem de que dia estou falando. Já considereei que tudo isso seja um rito de passagem, consequência de eu ter passado dos 30 anos, mas essa explicação não basta. Sinto que estou desperdiçando minha vida, que um dia vou olhar para trás e me arrepender de tudo o que fiz. Menos de ter me casado com você e tido nossos lindos filhos.



Informações: (15) 3251-8417

Praça Paulo Setubal, 22 Galeria Del Fante - sala 7 - Tatui/SP

www.fredastairetatui.com.br - facebook.com/balleteatrofredastairetatui



DESIMAX
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:

15 97582882

WWW.DESIMAX.COM.BR



MANDELA

Escrito por William Nicholson ('Os Miseráveis', 'Gladiador'), 'Mandela' conta a história de Nelson Mandela, mostrando sua infância em um vilarejo no campo, sua luta contra o apartheid e seu mandato como o primeiro presidente eleito democraticamente na África do Sul. O U2 é responsável pela música Ordinary Love, criada especialmente para a trilha sonora do drama. A música marca o primeiro lançamento da banda em três anos. Idris Elba ('Círculo de Fogo') vive Nelson Mandela e Naomie Harris ('007: Operação Skyfall') sua esposa, Winnie Mandela.



DE REPENTE PAI

"De Repente Pai" é uma comédia que acompanha a história de um homem de meia-idade (Vaughn) que descobre ter 533 filhos, após anos de doações de esperma a clínicas especializadas. Quando várias crianças começam a procurar o pai, ele precisa decidir se assume a paternidade e conhece os filhos que ele nem sabia ter. Cobie Smulders ("Os Vingadores") interpreta a namorada do protagonista, que está grávida. Chris Pratt interpreta seu advogado.



NEED FOR SPEED – O FILME

57

O filme gira em torno de Tobey Marshall (Aaron Paul), um mecânico que compete com carros de alta potência em um circuito não oficial de corridas de rua. Em sua luta para manter a oficina de sua família funcionando, Tobey, hesitantemente, associa-se ao rico e arrogante ex-piloto da NASCAR Dino Brewster (Dominic Cooper). Mas bem quando Tobey está prestes a fechar uma grande venda com a revendedora de automóvel, Julia Bonet (Imogen Poots), que poderia salvar sua oficina, permite que Dino monte uma armadilha e culpe-o por um delito que ele não cometeu.

A DIVERSÃO SEMPRE ESTARÁ GARANTIDA PARA TODAS AS CRIANÇAS

GALAXIA BRINQUEDOS

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

M **COLEGIO Presbiteriano**

Sistema Mackenzie de Ensino

PAI

O herói sem poderes;
O protetor nas horas mais difíceis;
O parceiro ideal para as aventuras;
O homem que nos mostra o verdadeiro caminho, mas sempre está do nosso lado.

Feliz Dia dos Pais

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

Para o mês de agosto, nós, da revista Hadar, recebemos os lindos desenhos do garoto Cauã de Miranda Silva, que tem 9 anos de idade.

Cauã estuda no colégio Anglo da cidade de Tatuí e ele gosta muito de desenhar, brincar com seus bonecos de ação e andar de bicicleta. Ele também faz aulas de desenho há mais de um ano com o Deivid Leite.

Parabéns, Cauã, você é muito talentoso e nós adoramos seus desenhos!

MINUTO DE SABEDORIA

Ninguém pode construir no seu lugar as pontes que precisará passar.

Nietzsche

MINUTO DE REFLEXÃO

Às vezes, dar um passo atrás não significa derrota, mas apenas uma forma de pegar impulso para dar um grande salto para frente! Aqui, entra em cena a lei do desapego! Essa é uma excelente forma de abandonar as coisas velhas e abrir portas para novos horizontes!

Daniel Sena

Você sabia?

Previsão para o signo de Leão 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 Leão (de 23 de Julho a 22 de Agosto).

Os leoninos nascidos no segundo decanato (de 2 de agosto a 12 de agosto) estarão vivendo momentos de mudanças e novidades em suas vidas. Alguns começarão a estudar algo novo, outros decidirão desenvolver sua criatividade em atividades como fotografia, teatro ou música, enquanto outros poderão decidir começar um novo programa de treinamento físico, que aumente sua energia física, vitalidade e

Outros sinais foram testados... Em janeiro de 1914, foi adotado o TTT como "sinal de emergência" para ser usado pelos navios, em situações que envolvesse perigo na navegação.

Durante a Segunda Guerra Mundial, outros códigos foram utilizados para incluir detalhes sobre ataques de embarcações inimigas. O sinal SSS dizia respeito ao ataque de submarinos, o RRR apontava pra a possibilidade de se dar um assalto pela superfície, já o QQQ indicava a presença de uma embarcação desconhecida no campo de batalha e, por último, o AAA apontava para ataques aéreos. Por norma, estes sinais eram enviados em conjunto com o código SOS.

No conhecido episódio do Titanic, por exemplo, o radiotelegrafista transmitiu várias vezes o CQD, passando depois a intercalá-lo com o SOS, que ainda não era muito difundido.

O SOS sempre foi associado a frases como "Save Our Ship" (Salve o Nosso Navio), "Save Our Souls" (Salve as Nossas Almas) ou "Send Out Succour" (Envie Socorro). Na verdade, estas associações nunca estiveram por trás da criação do SOS, no entanto, a associação a estas frases facilitava a memorização do real significado.

E o primeiro navio a enviar um SOS, por rádio, foi o Arapahoe, que se encontrava perdido ao norte do continente americano, em 11 de agosto de 1909.

O sentido original do SOS aconteceu em janeiro de 1999, quando foi, oficialmente, retirado o serviço de telegrafia Morse nas comunicações marítimas e a Autoridade de Segurança Marítima da Austrália foi a última a renunciar oficialmente o sistema.

CURIOSIDADES

SOS

Quando você se depara com a sigla SOS, imediatamente pensa no PERIGO, não é mesmo? Mas por que a associamos ao perigo? Você sabe como e de onde ela surgiu?

Essa sigla, mundialmente conhecida, tem como finalidade pedir ajuda em qualquer idioma, e está ligada à necessidade de prestar atenção para um acontecimento fora do comum... Mas como ela surgiu? A verdade é que ela nasceu do Código Morse (para quem não sabe, Código Morse é um sistema de representação de letras, números e sinais de pontuação através de um sinal codificado), ou seja, trata-se do antigo sistema de telégrafo criado por Samuel Morse, em 1835, que combinava pontos e travessões usados na emissão de mensagens.

A letra "S", no Código Morse, consistia em três pontos, e a letra "O", consistia em três espaços, ou seja, visualmente, obteríamos qualquer coisa assim: ••• — — — •••. Desta forma, o termo SOS, surgiu para ajudar as pessoas a memorizarem a posição dos pontos e dos espaços.

Mas por que o código Morse? Porque ele combinava vários símbolos (letras, números e sinais de pontuação), através de um sinal codificado enviado ininterruptamente, que proporcionava uma fácil memorização, especialmente em situações que exigiam uma rápida ação. Assim sendo, foram criados vários códigos, CQD, por exemplo, foi o primeiro sinal de perigo emitido, que tinha a seguinte explicação: "CQ" significava a emissão de uma mensagem e o "D" estava relacionado com a palavra inglesa danger, que significa "perigo". No entanto, este símbolo foi considerado difícil de emitir porque requeria muitos toques, e por essa razão este símbolo acabou por ser considerado impróprio para situações de emergência, acabando por cair no esquecimento.

Testes foram feitos, mas ainda necessitava-se de algo mais fácil de memorizar.

melhore a aparência. As opções são muitas. Mas seja como for, sob a influência do trigono que Urano faz ao Sol leonino desde Áries, esses nativos precisarão de novidades e mudanças. Nada que crie caos ou conflitos, mas simplesmente que torne suas vidas mais interessantes. Não deixe que atitudes conservadoras ou que alguma insegurança afaste você de nenhuma oportunidade ou empreendimento que deseja iniciar, pois você deverá ser bem sucedido em tudo que envolva inovação e novas experiências.

Já para os nascidos no terceiro decanato (de 13 de agosto a 22 de agosto) a quadratura de Saturno em Escorpião ao Sol destes nativos pede paciência e perseverança.

Relacionamentos iniciados no passado, enfrentam agora suas primeiras crises, que parecem inesperadas, já que tudo vinha tão bem entre vocês. O problema é que pequenos problemas foram se acumulando ao longo do caminho e, por não terem sido resolvidos, agora eles emergem todos juntos, provavelmente motivados por algum evento externo à relação de vocês, perda de emprego, problemas familiares... A tendência é que você precise de mudança e o seu par resista a elas. Você precisa dar um passo em direção ao futuro e a sua cara metade não quer nada que altere o que já está estabelecido entre vocês. Pode ser ainda que você precise de uma relação mais leve e aberta, enquanto a cara-metade precisa de mais compromisso.

Seja como for, esse é um período de teste para a relação. O importante é saber se vale a pena lutar para continuar juntos ou não.

E para os que têm o Sol em Leão no primeiro decanato (de 23 de julho a 1º de agosto) não há nenhum trânsito planetário lento que seja muito significativo, mas certamente há outros pontos astrológicos importantes que poderão ser verificados.

Já os nascidos com ascendente em Leão, Saturno em trânsito pelo signo de Escorpião parece tornar tudo mais difícil para você. Para onde olha, parece haver obstáculos e resistências aos seus planos e projetos. Mantenha o foco, trabalhe duro e use as dificuldades que Saturno coloca em seu caminho como pedras para construir a sua escada em direção ao sucesso. O que está sendo posto em teste é a sua perseverança. E se você perseverar, alcançará seus objetivos. Portanto, mantenha a calma!

DICAS DOMÉSTICAS

Para melhorar o sabor do óleo mergulhe nele algumas azeitonas. Após alguns dias, o gosto delas passará para o óleo.



Nutritivo da semente ao talo

Você aproveita tudo do seu alimento? A casca, o talo, as sementes, as folhas... Ou vai tudo para o lixo? Sabia que essas partes chegam a ser mais nutritivas do que a própria polpa?

O que você faz com a casca da batata depois que o purê ou a salada ficam prontos? Se a resposta é “jogo no lixo”, saiba que ali são detectadas 100 vezes mais substâncias benéficas do que no interior do alimento. E isso não é exclusividade da batata, apenas, pesquisas revelam que os talos, as folhas, as sementes e as cascas de vários alimentos são muito mais nutritivos do que sua polpa.

Acontece que o aproveitamento integral de frutas e outros vegetais não costuma ser hábito na cozinha dos brasileiros. Segundo a FAO – Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura – estamos entre os dez países que mais desperdiçam comida no mundo.

Mas, antes de começar a usá-los, é importante tomar muito cuidado e caprichar na higienização, já que certas áreas tendem a ser mais expostas a agrotóxicos, que é o caso dos talos e das cascas. Os alimentos devem ficar de molho em recipientes de vidro ou louça em uma solução à base de hipoclorito de sódio, feito isso, basta usar a criatividade e encher a mesa de nutrientes.

As sementes, apesar de pequeninas, concentram elementos de peso. As do ma-

racujá, por exemplo, reúnem ômega 3 e 6. Ambos são essenciais para as funções cerebrais e a transmissão de impulsos nervosos. As da abóbora não ficam atrás, elas têm gorduras boas, muitas fibras e são ricas em vitaminas e minerais, daí sua importância para o coração, o intestino, os olhos.

Os talos são cheios de fibras, vitaminas e minerais, vale a pena aproveitá-los. Os da alcachofra, brócolis, espinafre podem ser transformados em quiches, pães e bolos, e para tornar aquela parte fibrosa mais macia, muitos desses talos devem ser submetidos a um tratamento térmico, como cozimento no vapor, mas se quiser ingerir crus, em sucos, o liquidificador dá conta do recado.

Já as folhas, como as da cenoura, beterraba, batata doce e rabanetes são ricas em vitaminas, podemos aproveitá-las fazendo bolinhos, recheios para tortas, refogados. A folha da cenoura, por exemplo, que contém vitamina A, importante para saúde dos olhos, pele, cabelos e para o crescimento, poderá ser aproveitada para substituir o uso da salinha, pois elas são extremamente parecidas em aspecto e sabor.

Sem falar das cascas, como de batata inglesa, banana, tangerina, laranja, maçã, todas são ricas em vitaminas, sais minerais e proteínas, que estão concentrados nelas.

É isso aí, caro leitor, uma boa cozinha é aquela na qual nada se desperdiça. Às vezes, não percebemos, mas há muita coisa indo para o lixo sem necessidade.

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

“Seria antiprofissional da minha parte topar um trabalho que não me deixasse plenamente confortável. Se aceitei, nada mais natural que eu estivesse disposta a fazer o que fosse preciso.”

GTainá Muller, a fotógrafa Marina da novela Em Família, da Rede Globo falando sobre o que pensa a respeito do beijo gay entre sua personagem e a de Giovanna Antonelli, a Clara, em entrevista à revista ESTILO.

“As mulheres são a coisa mais bonita que Deus fez. A igreja é mulher. Igreja é feminina. Não se pode fazer teologia sem essa feminidade.”

Papa Francisco, em entrevista ao jornal italiano Il Messaggero.

ARUAN & TIGGRE

Pra ninguém ficar parado!

Encarar os desafios que a carreira impõe, ensaiar semanalmente e fazer shows quase todas as noites poderiam ser algumas barreiras para quem vive no mundo da música. Mas, para a dupla Aruan e Tiggre, tudo isso é um prazer e um sonho que se tornou realidade.

Há três anos com o pé na estrada, eles levam a música sertaneja para Tatuí e região, com um repertório muito animado, com músicas que estão na boca do povo, porém, sem esquecer-se das canções que fizeram história no sertanejo, por isso, em todos os shows, há sempre as mais antigas, os tais “modão”.

Mas, antes mesmo de fazer sucesso por onde quer que passe, a dupla Aruan e Tiggre, que teve início em julho de 2011, já fazia vários trabalhos juntos, porém, com uma outra banda, e também num projeto acústico que tinham. “Como durante os shows, o público sempre pedia para tocar sertanejo, e a gente acabava tocando, eu sugeri, por diversas vezes, montar um show sertanejo para atingir esse público, mas nunca saía do papel. Até que veio nosso grande amigo e parceiro

Oséias Rosa Júnior, e deu o empurrão que precisávamos. Juntos, criamos, então, o projeto de sertanejo para as férias de julho de 2011 e, desde então, não paramos mais”, conta Rodrigo Tiggre.

Inicialmente, Aruan Puertas cantava sozinho e Rodrigo Tiggre cantava e tocava na banda Sigilo Absoluto. Com o tempo, Aruan começou a fazer parte da banda também e foi a partir daí que foi estreitada a relação de amizade e logo começaram a tocar juntos, também num projeto de rock acústico.

Após firmar parceria, eles declararam: “O palco é o lugar onde nos sentimos bem, não tem jeito. E claro que, não só no começo, mas ainda hoje, rola um certo nervosismo, afinal, isso é sinal da nossa preocupação em fazer o melhor para o nosso público”.

Para eles, que já tocaram em toda a região, como Sorocaba, Itapetininga, Boituva, Tietê, Conchas, Laranjal, mas também foram para São Paulo, Bauru, Campinas, Americana, e Poços de Caldas, o principal obstáculo até hoje é conseguir se manter em meio à quantidade de duplas e artistas que há em

nossa região. “Não é fácil, para conseguir trabalhar tem que sempre buscar coisa nova, já que, de fato, temos um público bem exigente”, afirma Rodrigo.

E por falar em exigência, para estarem sempre afiados e com novidades, eles ensaiam, pelo menos, uma vez por semana, para poder colocar algo novo no repertório e o mais interessante é que todas as músicas são compostas por Rodrigo Tiggre, Victor Muzel e Daniel Pires, deixando as apresentações com um toque ainda mais pessoal e especial.

Recentemente, a dupla Aruan e Tiggre lançou seu primeiro disco com o tema “Deixa eu cuidar de você”, com oito faixas autorais, que variam entre músicas dançantes e românticas, incluindo “Ela dá Lancinho”, que teve uma aceitação muito boa, em uma mistura de funk e sertanejo, que não deixa ninguém ficar parado.

Logo, eles pretendem gravar o tão sonhado DVD e realizar o sonho de conseguir emplacar uma de suas músicas, para que possam trabalhar mais e, assim, fazer com que o nome da dupla alcance ainda mais sucesso.



COMUNICAÇÃO SEM DESTRUIÇÃO

É você quem tem que mudar

O pensamento é uma ferramenta como qualquer outra: precisa ser usado da forma correta. O uso errado pode gerar muitos males. Nunca diga ou escreva algo pensando no que deseja evitar que os outros entendam. Um fato muito comum e que causa dissabores para muitas pessoas é ser mal interpretado quando escreve ou diz algo. A pessoa escreve ou diz algo buscando um resultado positivo, mas o que ocorre é que não só a outra parte não entende o que foi comunicado, como ainda entende exatamente o contrário. Isso ocorre com você? Se sim, é porque quando você vai escrever ou dizer alguma coisa, sem perceber, põe na tela da sua mente aquilo que NÃO QUER que os outros entendam. Aquilo que estiver na “tela da sua mente” é o que as outras pessoas vão entender. Quando for escrever ou dizer algo, tome um pequeno tempo antes, e ponha na mente EXATAMENTE AQUILO QUE DESEJA que os outros entendam; use esse tempo para pensar na emoção que deseja transmitir, nas ideias que deseja que sejam plenamente entendidas, na mensagem que, efetivamente, deseja comunicar. Você precisa entender que apenas 7% da comunicação está nas palavras usadas (o verbal), e os outros 93% estão naquilo que não é dito ou escrito (o não verbal). Eu o aconselho a sempre estruturar mentalmente a sua comunicação, antes de transmiti-la. O oposto disso é tragédia. Aprenda a pensar antes de escrever ou falar. Você nunca se arrependerá de seguir esse conselho. Pense nisso! Só é necessário ter humildade e reconhecer que é você quem tem que mudar, não os outros. Seja diferente da maioria! Vale a pena ser INCOMUM.

61

*“Existem dez fraquezas contra as quais todos nós devemos tomar muito cuidado. Uma delas é o hábito de tentar colher antes de semear, e todas as outras acham-se reunidas no hábito de arranjar desculpas para justificar cada erro que cometemos”
(Napoleon Hill).*

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

Lei Carolina Dieckmann

*Cuidado com seus pertences
on-line e conheça a lei que
te protege contra possíveis
"roubos virtuais"*

Você sabia que invadir o computador alheio pode render detenção de até um ano e multa? Pois bem, a lei 12.737 de 2012, conhecida como lei “Carolina Dieckmann”, que, entre outras coisas, torna crime a invasão de aparelhos eletrônicos para obtenção de dados particulares, entrou em vigor há quase dois anos.

Sancionada em dezembro de 2012, a alteração do Código Penal entrou em vigor em 2 de abril de 2013 e foi apelidada com o nome da atriz, após fotos em que Carolina Dieckmann aparecia nua terem sido divulgadas na internet.

Os delitos previstos são:

•1) Art. 154-A - Invasão de dispositivo informático alheio, conectado ou não à rede de computadores, mediante violação indevida de mecanismo de segurança e com o fim de obter, adulterar ou destruir dados ou informações sem autorização expressa ou tácita do titular do dispositivo ou instalar vulnerabilidades para obter vantagem ilícita.

Pena - detenção, de 3 (três) meses a 1 (um) ano, e multa.

•2) Art. 266 - Interrupção ou perturbação de serviço telegráfico, telefônico, informático, telemático ou de informação de utilidade pública. Pena - detenção, de um a três anos, e multa.

•3) Art. 298 - Falsificação de documento particular/cartão. Pena - reclusão, de um a cinco anos, e multa.

Como evitar

Apesar de casos como o da atriz Carolina Dieckmann, que teve fotos íntimas expostas sem sua autorização na internet, serem os que ganham notoriedade na mídia, o problema tem sido cada vez mais comum com pessoas fora do mundo das celebridades. A falta de cuidado com arquivos que contêm informações sensíveis pode acabar custando caro, causando danos irreparáveis, já que é quase impossível retirar totalmente o conteúdo da internet uma vez que ele foi publicado.

A dica mais óbvia: evite produzir fotos de si mesmo em situações íntimas. Casos de pessoas famosas indicam que o hábito dos casais em gravarem vídeos e fotos de sua intimidade é grande e deve ser acompanhado do cuidado em manter esses arquivos longe de terceiros. A maioria dos casos, no Brasil, que vão parar na Justiça envolve namorados que, ao terminar a relação, publicam na internet fotos e vídeos das namoradas, como forma de vingança.

Cuidar da segurança on-line tem de ser uma rotina na vida do usuário. Mesmo que você não entenda muito de tecnologia, existem cuidados simples que evitam o acesso fácil aos seus arquivos. Colocar senha em computadores, celulares e tablets é um desses cuidados. Outra precaução é manter instalado no dispositivo, inclusive nos smartphones e tablets, um software antivírus. Ele pode detectar e eliminar ameaças comuns que circulam na internet e que deixam os computadores vulneráveis a ataques.





universo
Teen



Novo game de futebol chega em breve

PES 2015 recebeu melhorias e deve ser comercializado até o final do ano

Se mesmo com o fim da Copa do Mundo você ainda quer mais futebol e ver de novo os craques em ação, mas ficar confortavelmente instalado no sofá de sua casa, a Konami, empresa que criou o Pro Evolution Soccer, prepara a versão 2015 do game, que é concorrente direto do FIFA 14.

O novo game recebeu melhorias para fazer os consumidores esquecerem as falhas da edição anterior, sendo ideal para rodar em videogames como o Xbox One e o PlayStation 4. O game tem previsão de lançamento para o terceiro trimestre deste ano.

Testes

Uma versão quase pronta do novo game foi testada durante as finais do torneio mundial de PES 2014, realizada em junho na cidade de Manchester, no Reino Unido.

Lançar a edição anterior de Pro Evolution Soccer apenas para PlayStation 3 e Xbox 360 talvez tenha sido o erro da Konami em 2013. Os amantes de futebol e donos dos videogames de nova geração só tinham FIFA 14 como opção, tornando o game da Electronic Arts mais popular em todo o mundo e deixando “PES 2014”, uma das edições mais fracas da série, cair no desgosto popular. Já neste ano, graças ao maior poder de processamento do PS4 e do Xbox One, “PES” flui melhor, tem intervalos de carregamento mais rápidos e não sofre com quedas de taxas de quadros durante os replays. A grama é outro destaque e, desta vez, é processada em 3D.

Segundo o G1, que testou o novo game, o PES 2015 está menos confuso do que a versão anterior, graças à participação de técnicos europeus em seu desenvolvimento. Antes, Pro Evolution Soccer era um game totalmente feito no Japão, o que se refletia em menus confusos e na apresentação do jogo. Agora, tudo está mais limpo e fácil de acessar. Na parte tática, as camisas dos jogadores foram substituídas por bolinhas, permitindo uma visualização mais fácil do posicionamento e da tática escolhida.

A nova versão está mais rápida e bonita, sobretudo se jogada no novo PS4. Usando o motor gráfico Fox Engine, o mesmo de “Metal Gear Solid V: Ground Zeroes”, os jogadores estão mais próximos do real, com expressões faciais convincentes e gritos ao marcar gols. Os atletas virtuais até correm para a câmera e dão um beijo na lente. A Konami usou esse recurso para mostrar a qualidade dos modelos em campo. Durante as partidas, é possível ver jogadores levantando a cabeça e olhando para os lados para encontrar um companheiro desmarcado ou fazendo sinal para receber a bola. Mais de mil atletas de todo o mundo tiveram seus movimentos mapeados, mostrando o jeito pessoal de cada um de correr, passar a bola, chutar e comemorar o gol.

Na versão 2015, o sistema de iluminação durante o dia e a noite (que inclui os holofotes do estádio) é gerado em tempo real. Isso permite que uma nuvem faça sombra no gramado ou que, dependendo do horário, a incidência de luz mude. No entanto, na demonstração não foi possível ver uma partida começando no final da tarde e terminando de noite.

Torcida

Embora a torcida ainda pareça de “papel”, ela possui novas animações que são ativadas de acordo com os acontecimentos em campo. Torcidas de equipes grandes da Europa serão bem representadas no game e há esperança que os fãs de times brasileiros recebam o mesmo tratamento. Por outro lado, apesar da melhora no visual, a movimentação dos jogadores ainda não agrada. Os atletas continuam parecendo robôs correndo, muito duros. Os dribles, embora rápidos, não condizem muitas vezes com o que é feito no campo real. Nesse quesito, a série “Fifa” ainda é superior.

Partidas

Um dos maiores problemas da versão 2014 é a partida truncada, quando jogadores colidem com

adversários e companheiros e perdem o controle da bola na maioria das vezes. Essa falha é explorada até em competições. Isso mudou em PES 2015, e os jogadores têm maior controle da bola mesmo quando há pressão do marcador. Durante o teste, as trombadas voltaram a aparecer, mas em escala muito menor. Isso faz com que a partida flua melhor, permitindo a criação de jogadas e de ataques em velocidade. Os controles também apresentam resposta mais rápida, com os jogadores cumprindo os comandos quase que instantaneamente. Na versão anterior, eles demoravam muito para dar um passe ou um chute ao gol.

Novos sistemas de passes e chutes

A Konami afirma ter criado novos sistemas de passes e de chutes que trazem maior sensação de realidade ao game. Os tiros ao gol parecem mais naturais e o jogador tem mais controle sobre sua direção e força. É mais fácil usar jogadores habilidosos como Rooney, do Manchester United, para chutar forte ao gol e superar o goleiro, por exemplo. No teste, vários gols foram marcados longe da grande área usando Van Persie (o holandês que fez gol de peixinho) e Rooney, e o goleiro aceitou as pauladas muito facilmente. Por outro lado, a produtora afirma que, para equilibrar esses chutes mais fortes, os goleiros estão mais espertos e são capazes de fechar os ângulos e reagir de forma mais natural a qualquer situação.

Já nos passes, há um sistema chamado, em tradução, de “último passe”. Ele se refere ao toque que dá chance ao atacante fazer o gol. Usando um sistema de física da bola mais realista que no ano passado, o passe sai mais rapidamente e segue sua trajetória levando em conta a distância e o atrito com a grama. Isso permite que um jogador habilidoso consiga dar um chute de primeira com força e precisão. As disputas mano a mano são outro ponto que a Konami tentou melhorar em PES 2015. Com a eliminação dos encontros, as disputas com o corpo ganham força, e os jogadores usam seu peso e seu centro de gravidade para tentar manter a posse da bola o tempo inteiro. Os dribles também sofreram mudanças e estão mais ágeis, embora o modo de ativá-los ainda seja o mesmo, usando a alavanca analógica da direita.

Uma das novidades do novo “PES” é a atualização semanal dos campeonatos inclusos no game, inclusive o Brasileiro. Desse modo, os times estarão idênticos aos reais em relação à escalação, às transferências e táticas usadas naquela semana. Além do campeonato brasileiro, o espanhol, o inglês, o italiano e o francês terão esse recurso. Essa atualização, por outro lado, irá fazer com que atletas que não tiveram uma boa semana tenham um desempenho abaixo do esperado em campo, o que pode prejudicar toda a equipe. E o modo Master League, um dos favoritos dos fãs, também tem mudanças, permitindo usar dinheiro virtual acumulado ou microtransações para contratar novos atletas.

Moletom das academias para as ruas Fashion



*Peça lembra os velhos
tempos e faz jus ao
conforto, podendo ser
usado de dia e de noite*

O moletom, que antes era exclusividade para uso nas academias ou nos looks muito despojados, ganhou status fashion. Tendência neste inverno, ele ficou elegante e está super na moda. “Claro que não é só tirar aquela peça velha do guarda-roupa que não usamos há anos, as peças de moletom, hoje, têm um novo estilo. Modelagens diferentes, cores mais elegantes e diversas, caimentos e modelos mais ousados. Com isso, temos que prestar muita atenção ao introduzirmos o moletom ao nosso dia a dia”, afirma a consultora de moda Thais Lopes Silva, de Cerquillo.

Segundo ela, uma das maneiras mais certeiras de inserir o moletom no look é com um tradicional casaco, agora com corte mais justo, em um top cropped (mais curtos, que deixam parte da barriga à mostra), em uma calça flare (mais largas embaixo, estilo boca de sino) ou até mesmo em uma calça saruel. “Essas peças podem ser usadas juntas sem problemas. Podem também ser combinadas com outras peças de outros tecidos, desde que haja equilíbrio. Estas peças são um exemplo de como ter uma boa introdução do moletom em um look mais sofisticado” diz.

Ele vem ganhando as passarelas internacionais e para as ruas foi um pulo. Estampas cativantes, aplicações e brilhos foram os responsáveis pelo surgimento do novo hit, que agora tem passe livre também à noite. E como sempre foi algo extremamente confortável, hoje, conseguiu misturar o conforto do moletom com a elegância, já que a ordem mundial fashion pede essa comodidade.

Como usar?

Segundo Thais, antes de escolher o que usar, é preciso saber se a peça cai bem ou não com o seu tipo de corpo. “O top cropped, por exemplo, só combina com quem está em forma com a barriga sequinha, pois ele não ajuda a disfarçar algumas gordurinhas. Já a calça, é uma peça totalmente liberada, que tem um bom caimento em todo tipo de corpo. As cores variam e são mais ousadas. As magrinhas podem apostar nas estampas, que costumam ser bem divertidas, mas o preto é e sempre será uma escolha perfeita, pois combina com tudo”, conclui.

As aulas estão voltando, e agora?

Veja dicas para lidar com os sentimentos de expectativas e até de medo que crescem nas crianças e também nos pais

É hora de se despedir dos dias de folga e voltar à rotina com aulas, tarefas de casa e trabalhos escolares. Algumas crianças estão com saudades dos colegas e das atividades, mas outras não podem nem ouvir falar em volta às aulas sem ter uma dor de barriga emocional. Como os pais podem lidar com uma criança que resiste a voltar das férias?

Em primeiro lugar, deve-se tomar cuidado com a forma como é apresentada a situação

para a criança. “Se a mãe diz: “oba, hoje tem chocolate” com entusiasmo e diz: “comam logo esses legumes” de uma forma autoritária e brava, a criança já percebe que a mãe acha chocolate muito melhor que legumes, e aprende com ela. E acabam vendo o desafio de comer legumes como insuportável. Se os pais disserem: “oba, vamos nos divertir aprendendo coisas novas e fazendo amigos na escola” é diferente de “ufa, voltem logo para escola, não aguento mais você”, e isso pode fazer uma

grande diferença”, explica a Dra. Denise Pacheco Noronha, CRP 06/96689, Psicóloga Clínica Cognitiva-Comportamental.

Conversar com os filhos sobre a importância de voltar para escola, assim como a necessidade de cumprir com suas obrigações diárias, também é uma boa alternativa. As férias trazem uma maior liberdade de horário, por isso devem ser encaradas como bônus por cumprirem seus afazeres durante grande parte do ano, e não como uma situação permanente.

A criança deve entender por que precisa estudar e a partir disso, talvez, comece a encarar o momento do aprendizado de maneira diferente. Tente explicar a ela que para realizar seus sonhos futuros, como ser médico, advogado ou piloto, deve se preparar intelectualmente na escola.

Algumas dicas que podem ajudar na hora de voltar à rotina são:

- Um pouco antes das aulas começarem, tente controlar horários, principalmente se a criança tiver entre quatro e oito anos. Ela deve se acostumar novamente a dormir, acordar e realizar as refeições no mesmo horário de antes. Uma dica é caprichar na programação do despertador, criando testes antes do início das aulas. Ou até mesmo dando um modelo infantil de relógio com alarme para a criança aprender a se programar. Procure alinhar essa rotina de maneira não arbitrária, fazendo com que ela mesma sinta a necessidade de organizar as tarefas de seu dia a dia.

- Uma boa maneira também de estimular a reentrada na rotina escolar é promover uma renovação no material, com mochila de seu personagem preferido, tênis novos, etc.

Segundo a Dra. Denise, a participação dos pais é essencial na criação dessa rotina dos filhos, pois são eles que ajudarão a ver o retorno às aulas como parte de um projeto de vida. “As pessoas precisam de objetivos na vida para desfrutar das conquistas. Se os pais não ajudam seus filhos a ver essa volta às aulas com entusiasmo, corre-se o risco de as crianças enxergarem a escola como desnecessária ou chata.” Conclui.



Timidez!

Como lidar com ela?!

67

A timidez, nos dias atuais, é algo bem comum entre os adolescentes. Talvez, as redes sociais sejam as maiores causadoras da timidez, pois afastam o real do virtual, impedindo, assim, o verdadeiro “contato com o mundo”. Mas esse não é o único motivo que torna uma pessoa tímida, muitas vezes, apenas o fato de que o corpo esteja evoluindo, já torna uma pessoa tímida. Para entendermos um pouco mais sobre o assunto, conversamos com Lucilene Alciati, Psicóloga - CRP 06/68166

Terapia Individual, Casal, Familiar e Orientação Vocacional e ela nos explicou um pouco o assunto. Acompanhe:

Hadar >> Timidez, é possível viver normalmente com isso?

Lucilene >> Claro que sim. Quem nunca sentiu os pés grudarem no chão, a voz embargar ou as mãos suarem antes de falar em público... é quase impossível não se lembrar de alguma situação onde nos sentimos um patinho feio. Para a psicologia, isso não é defeito, é característica. A questão é descobrir quando ela se torna um empecilho para nosso bem-estar. Se a sua timidez segura o seu crescimento como pessoa ou como profissional é hora de procurar ajuda.

Hadar >> Como saber se alguma pessoa é tímida? Os tímidos demonstram alguns sinais?

Lucilene >> Uma pessoa tímida tem dificuldade de iniciar novas amizades e namoros, sofre quando precisa pedir informações a estranhos, quando tem necessidade de reclamar seus direitos ou falar com autoridades. Tem dificuldade em entrevistas de emprego ou em apresentações no trabalho.

Hadar >> Existe algum momento em que uma pessoa tímida “se solta”?

Lucilene >> Existem práticas que podem ajudar o tímido a lidar com essa característica de sua personalidade. A terapia e o teatro são exemplos disso.

Hadar >> “Ser tímido” é uma fase ou uma personalidade?

Lucilene >> É uma característica da personalidade, que pode ser intensificada ou não, dependendo do ambiente em que a pessoa é exposta, isto é, da vivência, das exigências sociais e da expectativa de futuro que o indivíduo esteja vivendo.

Hadar >> Quais as dificuldades que uma pessoa tímida pode enfrentar?

Lucilene >> O tímido convive com muitos medos: De situações novas, de falar em público, de expor suas ideias ou a si mesmo, pois teme ser avaliado, julgado ou não ser aceito pelos outros. Uma pessoa tímida é incapaz de ousar! Quanto mais inseguro o tímido se sentir em relação a outras pesso-

as, quanto mais nova for a situação e quanto menos conhecida for a pessoa com quem o tímido está se relacionando, maior será a necessidade de ele se refugiar internamente, retrair-se, pois sente-se muito ameaçado.

Hadar >> Existe algum tratamento para “curar” a timidez?

Lucilene >> Existem técnicas de autocohecimento e expressão corporal como a dança e o teatro, que ajudam muito o tímido a se conhecer e se expor socialmente. Além da terapia comportamental que atua diretamente no impacto que a timidez pode causar na vida das pessoas.

Como vimos nesta pequena conversa, timidez não é nenhum bicho de sete cabeças e pode ser revertida com o tempo e alguns métodos. Para finalizar, nós, da Revista Hadar, e a psicóloga Lucilene, gostaríamos de deixar um recado para você, tímido: “Assuma sua dificuldade e enfrente-a. Se há uma situação que, normalmente, provoca muita ansiedade, vá mais devagar. Exponha-se de forma gradual, analisando com calma seu desempenho. Olhe sempre nos olhos das pessoas com quem falar. Nada de conversar somente com quem é próximo de você, procure falar com várias pessoas. Abandone os pensamentos negativos. Quando a pessoa sempre espera o pior, as consequências acabam sendo mesmo negativas”.



SÓ R\$ 25,00

Um homem chegou em casa do trabalho tarde, cansado e irritado; encontrou o seu filho de cinco anos esperando por ele na porta.

- Pai, posso te fazer uma pergunta?

- O que é? – respondeu o homem.

- Pai, quanto você ganha em uma hora?

- Isso não é da sua conta. Por que você está perguntando uma coisa dessas? – o homem disse agressivo.

- Eu só quero saber. Por favor, me diga quanto você ganha em uma hora?

“Se você quer saber, eu ganho R\$ 50,00 por hora.”

- Ah... – o menino respondeu, com a cabeça baixa – Pai, pode me emprestar R\$ 25,00?

O pai ficou furioso. “Essa é a única razão pela qual você me perguntou isso? Pensa que é assim que você pode conseguir algum dinheiro para comprar um brinquedo ou algum outro disparate? Vá direto para o seu quarto e vá para a cama. Pense sobre o quanto você está sendo egoísta. Eu não trabalho duramente todos os dias para tais infantilidades!”

O menino foi calado para o seu quarto e fechou a porta.

O homem sentou-se e começou a ficar ainda mais nervoso sobre a pergunta do filho. Como ele ousa fazer essas perguntas só para ganhar algum dinheiro?

Após cerca de uma hora, o pai já estava mais calmo e começou a pensar: “talvez haja algo que ele realmente precise comprar com esses R\$ 25,00, e ele não pede dinheiro com muita frequência”. Levantou-se, foi para a porta do quarto do menino e abriu a porta.

- Você está dormindo, meu filho? – perguntou.

- Não, pai, estou acordado – ele falou baixinho.

- Eu estive pensando. Talvez eu tenha sido muito duro com você há pouco; tive um longo dia e acabei descarregando em você. Aqui estão os R\$ 25,00 que você me pediu.

O menino se levantou sorrindo. “Oh, obrigado pai!”, gritou. Então, levantou seu travesseiro e tirou alguns trocados amassados que estavam dentro dele.

O homem viu que o menino já tinha algum dinheiro e começou a se enfurecer novamente. O menino lentamente contou o seu dinheiro e, em seguida, olhou para seu pai.

- Por que você queria mais dinheiro, se você já tinha uma quantia guardada? – grunhiu o pai.

- Porque eu não tinha o suficiente, mas agora eu tenho! – respondeu o menino. E continuou:

- Papai, eu tenho R\$ 50,00 agora. Posso comprar uma hora do seu tempo? Por favor, chegue mais cedo amanhã em casa. Eu gostaria de jantar com você.

O pai parou, sentindo seu coração destruído. Colocou seus braços em torno de seu filho, abraçou-o e beijou-o por longas horas, pedindo seu perdão.

Vou deixar algumas reflexões e alguns comentários:

- Se eu morrer amanhã, vou levar uma amargura como essa para o túmulo comigo?

- Se eu soubesse que, hoje, é meu último dia nesta vida, o que eu faria no dia de hoje? (Isso não é uma hipótese remota, é algo que pode realmente acontecer).

- Estou ocupando tempo excessivo no trabalho ou em outros compromissos que estão tomando toda a disponibilidade que tenho para minha família ou amigos?

- Estou deixando escorregar o tempo através dos meus dedos, sem ter passado algum desse tempo com aqueles que realmente importam para mim?

- Não estou perdendo tempo precioso cultivando a mágoa, o rancor e o egoísmo, desperdiçando a paz de espírito e perdendo da vida o que há de melhor?

Se morrermos amanhã, a empresa para a qual trabalhamos poderá facilmente substituir-nos em horas; se morrermos amanhã, o grupo de companheiros do “happy hour” após o trabalho irá sentir nossa perda por quinze, vinte dias. Mas a família e os amigos que deixamos para trás irão sentir essa perda para o resto de suas vidas.

AUTOS &



ROS & CIA

F1: Mercedes mantém favoritismo, mas outras equipes buscam equilíbrio

Grandes escuderias tentam recuperar tempo perdido

A temporada 2014 da Fórmula segue com as Mercedes liderando o campeonato, mas outras equipes começam a esboçar reação. O Grande Prêmio de Silverstone, na Inglaterra, mostrou que Nico Rosberg e Lewis Hamilton seguem tranquilos na ponta da tabela, com 165 e 161 pontos respectivamente, mas também deixou evidente que as outras equipes estão se movimentando e o segundo pelotão já está bastante equilibrado.

Mesmo liderando com folga, a Mercedes não pode se dar ao luxo de errar, pois em um esporte onde tudo é decidido em uma fração de segundo, um erro de estratégia ou mesmo a escolha errada de pneus pode significar a perda de uma boa posição de largada ou mesmo a perda do primeiro lugar no pódio. Cada vez mais, uma boa estratégia e uma turma de mecânicos bem treinada no *pit stop* fazem a diferença.

O GP da Inglaterra, em seus treinos classificatórios, foi um exemplo disso. Nico Rosberg conseguiu a pole position nas três últimas voltas do treino final, quando, pegou um trecho de pista seca, o que ajudou a performance dos pneus escolhidos. Hamilton, por sua vez, foi prejudicado por uma avaliação errada de sua equipe e perdeu posições, largando em sexto lugar, na terceira fila.

Mas como todo bom piloto também pre-

cisa de sorte, Hamilton vinha fazendo uma excelente corrida de recuperação e já se aproximava de Rosberg quando seu companheiro de equipe teve problemas no câmbio e abandonou a prova, abrindo caminho para o inglês vencer a prova, diante de uma torcida apaixonada, e encostar no líder do campeonato. Silverstone foi a nona etapa da temporada; das oito anteriores, Rosberg havia vencido três e Lewis Hamilton quatro, na briga particular da Mercedes pelo título. Os dois abandonos do britânico no ano, porém, deixavam o duelo desequilibrado em favor do alemão, que tinha um segundo lugar como pior resultado.

Mesmo com a superioridade da escuderia alemã, as outras equipes não estão mortas. A Williams, por exemplo, dá sinais que está quase acertando seus carros. A pole de Felipe Massa nos treinos do GP da Áustria foi a demonstração de que o carro está quase lá. O brasileiro, em décimo lugar no campeonato, também anda sem sorte. Depois de ter problemas na largada, em Silverstone, abandonou a prova logo na primeira volta, ao ser atingido pela Ferrari de Kimi Raikkonen, que perdeu o controle do carro ao sair da pista.

Nas cenas gravadas pela câmera do carro de Massa, é possível perceber que o brasileiro precisou de habilidade para evitar atingir a Ferrari bem no meio, o que poderia ter

causado uma tragédia.

Seu companheiro de equipe, o finlandês Valtteri Bottas, teve mais sorte e terminou a corrida em segundo, após ter largado em 14º lugar. Bottas é o quinto na classificação do campeonato, atrás de Fernando Alonso, da Ferrari.

O espanhol protagonizou, nas últimas voltas, um emocionante duelo com Sebastian Vettel, da RBR; O alemão acabou vencendo a disputa pela quinta posição na corrida, para reclamação de Alonso.

O outro piloto da RBR, Daniel Ricciardo, segue firme em terceiro lugar na competição. Tudo indica que a superioridade da Mercedes pode estar seriamente ameaçada no segundo semestre.

O GP de Silverstone proporcionou um fim de semana perfeito para os britânicos: prova emocionante com vitória do piloto da casa justamente na corrida que marcou o 50º Grande Prêmio realizado no tradicional circuito, berço da categoria. A festa contou com a presença de várias gerações de pilotos, como o brasileiro Emerson Fittipaldi, Nigel Mansell e Alain Prost. Também houve desfile de carros que fizeram história em mais de meio século da F1 na Inglaterra. Outro fato que marcou o dia foi que esta foi a segunda vitória de Lewis Hamilton neste circuito, exatos seis anos depois da primeira.





Peça requer
atenção e cuidados

Vela de ignição: peça fundamental para o funcionamento do carro

Mesmo com toda a tecnologia atual, os automóveis precisam de peças tradicionais para funcionar. E estas, muitas vezes, passam completamente despercebidas por alguns motoristas. Você sabe ou já ouviu falar em vela de ignição? Se nunca ouviu falar ou já esqueceu o que é, leia com atenção estas dicas.

O motor a combustão, seja a gasolina, etanol ou flex, precisa de um sistema elétrico indispensável para o seu funcionamento. E, muitas vezes, neste sistema, a vela de ignição sofre alguns danos causados pelo seu desgaste natural ou por outros problemas que o veículo

apresenta. A vela de ignição é uma peça instalada no cabeçote do motor que recebe uma corrente elétrica de 35 a 45 mil volts, criando uma faísca e permitindo a explosão na câmara de combustão. A faísca, ou centelha, é feita com a ajuda de um eletrodo central e outro lateral, e se eles não funcionarem bem, o veículo apresenta alguns sintomas.

Segundo técnicos, uma vela ruim causa falha no motor e dificuldade na partida e, em alguns casos, o veículo pode até apagar de uma hora para outra. Quando isso acontece, está na hora da troca da vela.

Problemas

Os problemas mais comuns na vela estão na carbonização da sua estrutura e no derretimento do eletrodo central. Isso acontece quando há excesso de combustível na câmara ou há entrada de óleo durante a queima. Mas é bom lembrar que toda vela tem sua vida útil. Em uma situação de uso normal da vela, o que ocorre é o desgaste dos eletrodos central e lateral e com o tempo ela vai ter dificuldade na geração da centelha. O recomendável é verificar as condições da vela a cada 10 mil km e fazer a troca entre 20 e 30 mil km rodados. Mas fique atento na instalação quanto à calibração da vela, ou seja, a distância correta que os dois eletrodos precisam ter um do outro. Feito isso, você não terá surpresas ao dar a partida no seu carro.

Fonte: www.automaistv.com.br

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

GM amplia recall

Além da montadora, Harley-Davidson também fará recall de motos

A crise gerada pelo defeito no sistema de ignição de muitos modelos de automóveis produzidos pela General Motors, uma das maiores montadoras de veículos do mundo, está longe de acabar.

A GM anunciou, no final de junho, a ampliação do mega-recall causado por um defeito que faz alguns modelos desligarem “do nada”. Mais 8,2 milhões de veículos foram chamados, elevando o número de unidades envolvidas para mais de 15 milhões, desde fevereiro passado, quando os chamados começaram, voltados principalmente aos países da América do Norte. Até o momento, a montadora não relacionou nenhuma unidade vendida, no Brasil, entre as envolvidas.

Entenda o caso

Pela demora em reconhecer e sanar o problema, reportado há mais de uma década, a GM é alvo de uma série de investigações nos Estados Unidos, onde foi vendida a maioria desses carros.

O problema, que pode fazer com que o veículo desligue totalmente enquanto roda, deixando o condutor sem nenhum controle da situação, teria sido identificado em alguns modelos clássicos da montadora, como o Pontiac Grand AM e Oldsmobile, entre outros. Embora ainda não se tenha notícia de problemas no Brasil, o defeito também foi constatado no Malibu, comercializado nos EUA entre 1997 e 2005; o modelo também foi vendido por aqui, mas teve vida curta.

Até reconhecer o problema, 54 acidentes e 13 mortes atribuídos à falha ocorreram. Mas, ao anunciar o novo recall, a montadora afirmou ter relatos de 7 colisões envolvendo os modelos convocados agora, que deixaram 3 mortos e 8 feridos. Em comunicado, a GM diz que não há evidência conclusiva de que a falha na ignição tenha provocado o acidente.

O defeito, além de fazer com que o motor do carro pare, desliga sistemas eletrônicos, como airbags. Dos 13 acidentes pre-

viamente relacionados a esse problema, em 12 deles as bolsas de ar não abriram, segundo apurou o jornal “The Times”. A montadora não deu mais detalhes das colisões relacionadas aos carros chamados nesta segunda operação de recall. A maioria dos modelos já apareceu em listas dos recalls anteriores para corrigir esse defeito, mas, agora, a montadora amplia a faixa do ano de fabricação, começando em 1997 – até então, o mega-recall contemplava carros produzidos de 2000 a 2014.

A novidade na lista é o Chevrolet Malibu, que ainda não havia sido convocado por esse problema, além de modelos Oldmobile. Até o modelo de luxo Cadillac entrou na lista, com modelos fabricados entre 2004 e 2014.

A filial da montadora do Brasil divulgou nota informando que está buscando informações adicionais sobre o recall divulgado nos Estados Unidos. “Caso a GM do Brasil tenha importado diretamente e comercializado, no país, veículos entre aqueles envolvidos nesta campanha, adotaremos todas as medidas para imediata informação às autoridades, aos nossos consumidores e à imprensa”, diz a nota.

A GM anunciou ainda que pretende indenizar as famílias das vítimas dos acidentes ligados à falha em US\$ 1 milhão por cada morte.

Mais recalls

Além dos 8,2 milhões de veículos que

podem apresentar esse tipo de defeito, a GM anunciou outros recalls por falhas diversas, totalizando 8,4 milhões de unidades convocadas no final de junho. Eles incluem os modelos Cruze, Camaro, Trailblazer e Sonic, entre outros. Ainda não há informações se alguma unidade vendida no Brasil está envolvida nesses chamados.

Harley

A Harley-Davidson também anunciou o recall de modelos 2014, fabricados em 2013, de sua linha de motos touring. De acordo com a empresa, Road King Classic, Street Glide e Ultra Limited podem apresentar problemas no freio dianteiro. O número total de motocicletas envolvidas no Brasil é de 760, segundo informou a empresa. São 430 do modelo Ultra Limited, 208 do Street Glide, e 122 do Road King Classic.

No comunicado, a fabricante informa que, em decorrência de uma possível montagem incorreta, a tubulação do freio dianteiro poderá ser comprimida entre o tanque de combustível e o chassi da motocicleta, aumentando a pressão do fluido de freio indevidamente. Segundo a H-D, o mau funcionamento dos freios traz risco de perda de frenagem e/ou travamento da roda dianteira, trazendo riscos de queda e ferimentos ao motociclista.

A empresa convoca os proprietários a comparecerem a uma concessionária da marca para a inspeção do sistema de freio dianteiro, com instalação de cabos de retenção e, se necessário, a substituição da tubulação de freio dianteiro. O reparo será totalmente gratuito e terá duração máxima de 2 horas, informa a Harley-Davidson.

É recomendado pela fabricante o comparecimento imediato a uma concessionária da empresa e mais informações podem ser encontradas no www.harley-davidson.com.br ou telefone 0800-724-1188.





Aquecedor de manopla ajuda a espantar o frio

Aparelho pode ser encontrado na internet a partir de R\$ 29,00

Quem utiliza moto no dia a dia sabe que é preciso se proteger do vento e do frio, principalmente no inverno. Até mesmo quem usa a motocicleta apenas para viagens de lazer, nos finais de semana, precisa se proteger do frio. Braços, pernas, mãos e pés devem ser bem agasalhados.

Frequentemente mais expostas às intempéries, as mãos merecem um cuidado especial,

já que, muitas vezes, as luvas não são suficientes para aquecer do frio. O aquecedor elétrico de manopla é uma boa opção para que suas mãos e dedos não congelem no inverno.

O aparelho pode ser encontrado em anúncios on-line a preços que variam de R\$ 29 a R\$ 867, nos modelos top de linha. Segundo os anunciantes, alguns aquecedores podem ser acoplados em todos os modelos de

motocicleta e até em triciclos. A escolha vai do gosto (e do bolso) do consumidor. Mas atenção: é recomendável consultar um técnico ou um mecânico de confiança para definir qual modelo se ajusta à sua moto.

O primeiro passo é saber se sua moto usa o sistema de 12 volts, pois, geralmente, os aquecedores usam este sistema. Em alguns casos, o aparelho vem com cabo e interruptor Liga/Desliga; o aquecedor pode ser instalado direto na bateria, mas é preciso retirar o cabo da bateria primeiro, recolocando-o após a instalação. O sistema também pode ser conectado via cabo, se o motociclista preferir. A dica é instalar nos cabos dos faróis, impedindo que haja um superaquecimento, caso o sistema fique ligado durante muito tempo com a moto desligada.

Em alguns modelos, as placas térmicas (as plaquinhas conectadas aos cabos) são colocadas sobre a manopla, pois as mesmas são autocolantes. Em seguida, você deve posicionar as capinhas termo retráteis (as prelinhas que envolvem as manoplas) sobre as placas térmicas.

Outros modelos, também adesivos, podem ser colocados por cima ou por baixo das manoplas, sem alterar a estrutura da mesma. Outra dica importante é a instalação de um fusível, evitando a ocorrência de sobrecarga no sistema.

73



TRANSTATUÍ
EXPRESS CARGO

- 🔗 TRANSFERÊNCIA & DISTRIBUIÇÃO
- 🔗 CARGA URGENTE - JUST IN TIME
- 🔗 ARMAZENAGEM & LOGÍSTICA
- 🔗 PRODUTOS CONTROLADOS
- 🔗 CARGA FRACIONADA
- 🔗 ENCOMENDAS
- 🔗 LOTAÇÕES
- 🔗 COLETAS

🔗 **ATENDIMENTO:**

SÃO PAULO E REGIÃO, TATUÍ, QUADRA, PORANGABA, CESÁRIO LANGE, CERQUILHO, TIETÊ, BOITUVA, IPERÓ E CAPELA DO ALTO

Terminal de Cargas Fernão Dias, Quadra 6 - Box 10 - Vila Sabrina - São Paulo/SP - (11) 2951-9288

www.transtatui.com.br - Rodovia SP 127, Km 113 - Tatuí/SP - (15) 3251-4343

Emc

HORÁRIO POLÍTICO

para que te queremos?

Propaganda em rádio e TV começa em agosto

A cada dois anos, os brasileiros são bombardeados com o famigerado horário eleitoral gratuito. Embora as eleições ocorram a cada quatro anos (nos diversos níveis), o intervalo entre os pleitos municipais e federais, por exemplo, é de apenas dois anos. Ou seja, quando não estão escutando propostas mirabolantes de candidatos a presidente e governadores, os eleitores estão sujeitos aos devaneios de candidatos a prefeito, vereadores e outros tantos seres, alguns bem excêntricos e exóticos, que fazem de tudo para chamar a atenção e conseguir o voto.

Sim, o Horário Eleitoral é um tédio! Muitos candidatos deveriam ser humoristas, no lugar de políticos, pois suas propostas são hilariantes. E a excentricidade, então, é quase uma marca registrada!

Mas, se os políticos não têm nenhuma nova proposta a apresentar, cabe ao eleitor cobrar. Afinal, por que mudar se ninguém cobra a novidade? Por mais tedioso que seja, é necessário que acompanhem as propostas do horário eleitoral, nem que seja ao menos para criticar.

Durante a campanha, todo mundo aponta os principais problemas do país (segurança, saúde, educação, emprego, distribuição de

renda) e todo mundo sabe, ao menos em tese, como resolver ou minimizar esses problemas. Pena que, na maioria dos casos, o discurso de campanha é um, mas o discurso do eleito é outro. E isto não vai mudar de uma hora para outra! E não vai mudar porque o sistema está viciado. Ninguém governa sozinho e é preciso fazer concessões para que o governo tenha governabilidade.

E é aí que entra em jogo o interesse político de partidos, em detrimento do interesse da sociedade como um todo. Mas nós, eleitores, também temos culpa por esta situação. Alguém se interessa em ouvir atentamente as propostas de seus candidatos? Em saber se ele, o candidato, tem uma vida pública e um trabalho que condizem com suas propostas? Alguém sequer se lembra em quem votou na última eleição para deputado?

O quadro político brasileiro precisa mudar, mas esta mudança passa também pelo comportamento do eleitor! Há que se tornar mais crítico e atento à política de seu país, e não apenas criticar assuntos pontuais que, muitas vezes, escondem interesses políticos obscuros, os quais, na verdade, só visam desestabilizar o sistema. O eleitor, o cidadão brasileiro, precisa mudar, precisa amadurecer. Este processo leva tempo e talvez, apenas talvez, venhamos a notar alguma diferença em nossos filhos e netos. Mas o primeiro passo pode e deve ser dado agora, nesta eleição.

Sim, o Horário Eleitoral é chato, mas pode

fornecer subsídios para você conhecer melhor – e cobrar melhor também – o candidato que você escolher.

Só para lembrar: candidatos de 32 partidos devem invadir a tela das TVs de todo o Brasil a partir deste mês de agosto. Mesmo que você não goste do horário político, certamente não ficará indiferente a ele, até porque mudará, por exemplo, o horário da programação dos canais.

A propaganda eleitoral gratuita no rádio e na TV será veiculada de 19 de agosto a 2 de outubro, ou seja, terá início 45 dias antes do primeiro turno e encerrará três dias antes das eleições. Nos municípios onde houver segundo turno, a data-limite para o início do período de horário eleitoral gratuito é o dia 11 de outubro, 15 dias antes do pleito. O último prazo previsto no calendário eleitoral, deste ano, para esse tipo de propaganda é o dia 24 de outubro, dois dias antes do segundo turno das eleições de 2014. A mesma data também é o último dia para a divulgação paga, na imprensa escrita, de propaganda eleitoral do segundo turno, bem como a realização de debates, não podendo estender-se além do horário

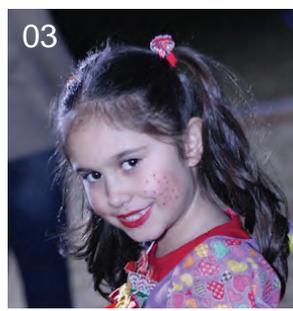




01



02



03



04



05

01 - Rafael e Camila, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 02 - Nathália e Gabriele, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 03 - Maria Eduarda, Festa Julina, Condomínio Monte Verde, Tatuí; 04 - Cristiane e Dete, Festa Julina, Clube de Campo, Tatuí; 05 - Adinaldo, Rodrigo e Luiz, Festa Julina, Chácara Reino Encantado, Bairro Água Branca, Boituva

75



Balcões
scaglioni

Balcões residenciais
Linha Home Freezer

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

Elmec





06



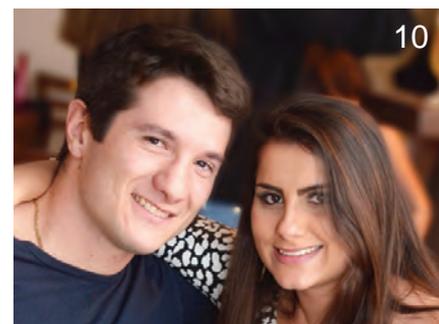
07



08



09



10

06 - Priscila e Rafael, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 07 - Marina, Marcos e Roseli, Show com o Grupo Rhaas, Clube de Campo, Tatuí; 08 - Helder, Cláudio, Gilda, Simone e Ricardo, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 09 - Tatiane, Wilson e Matheus, niver Wilson, Sítio Santa Sylvia, Bairro Água Branca, Boituva; 10 - Juca e Camila, Armazém Santa Luiza, Tatuí



Ballsam
PERFUMARIA



ElmeC

Pai, o homem que ensina. O homem que cuida.



Mês de agosto. Dia dos Pais é na Ballsam Perfumaria


eudora


KEVIN NICHOLS


veridica


Bachellor


MAHOGANY

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



11 - Gabriela, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 12 - Marcelo e Renata, 2ª Festa do Doce, Tatuí; 13 - Rafael e Rodrigo, Festa Julina, Condomínio Monte Verde, Tatuí; 14 - Daniela, Festa Julina, Clube de Campo, Tatuí; 15 - Gustavo e Enzo, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 16 - Douglas e Vanessa, Show com o Grupo Rhaas, Clube de Campo, Tatuí

ÁGUA DOCE TATUÍ

MÚSICA AO VIVO
SEXTA E SÁBADO
COM TELÃO.



A SUA HORA DO ALMOÇO
FICOU MAIS GOSTOSA.

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



Fotos ilustrativas. Se beber não dirija.

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

Instagram icon

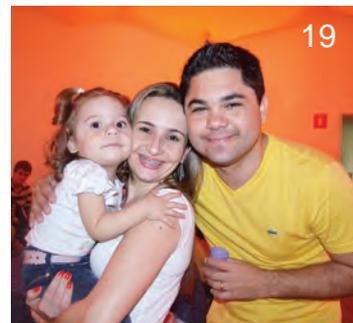
* Válido por tempo indeterminado.



17



18



19



20

17 - Pâmela e Bianca, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 18 - Simeão e Armando, Reunião festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club Tatuí, gestão 2014/2015; 19 - Maria Clara, Adriana, Clóvis, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 20 - Fafá, Michele, Gabriela e Bárbara, Armazém Santa Luiza, Tatuí



ADEGA LIG CHOPP TATUÍ
Distribuidora chopp Germânia

VENHA SABOREAR OS NOSSOS CHOPPS.



Temos galões de Águas de Santa Bárbara.

Emkc



Sensações irresistíveis até o último pedaço

Neste mês, venha com o seu pai saborear o doce que ele mais gosta. 



Emkc

Rua Brigadeiro Jordão, 87 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3305-5275/3259-1024

Rua José Bonifácio, 703 - Tatuí/SP

(15) 3259-1223

Rua Saldanha Marinho, 416 - Itapetininga/SP

(15) 3537-5080



21 - Júlio, Carol, Mariah, Victória e Renata, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 22 - Agatha e Vanessa, Festa Julina, Clube de Campo, Tatuí; 23 - Mariana, Marcela, Camila e Renata, 2ª Festa do Doce, Tatuí

No seu ritmo, quando e onde você quiser!

Graduação e pós-graduação
é na Unip Interativa.

INSCRIÇÕES ABERTAS

UNIP
UNIVERSIDADE PAULISTA

Interativa

www.unip.br/ead | 3251-1573 **OBJETIVO**
Unidade Tatuí

Todos os cursos da
Educação a Distância
da UNIP obtiveram
conceitos positivos no
ENADE-MEC 2012.

com
Cursos
Reconhecidos
**PELO
MEC**



ACESSE O SITE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

24



30



25



26

24 - Reunião festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club Tatuí, gestão 2014/2015; 25 - Samara, Farid, Sueli e Aninha, Festa Julina, Clube de Campo, Tatuí; 26 - Patrícia, Lara e Laila, Colinas Bar, Condomínio Residencial Colina das Estrelas, Tatuí

STIHL®
**M.M. COMÉRCIO E REPRESENTAÇÃO
DE PEÇAS E MÁQUINAS LTDA.**

Venha conhecer nossa linha
de produtos para facilitar
sua vida.

ROÇADEIRAS

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

**a partir de
R\$ 600,00***
* Consulte o regulamento interno da loja.
**ASSISTÊNCIA TÉCNICA
AUTORIZADA E ESPECIALIZADA**
Tudo em 10x nos cartões

**Rua XV de Novembro, 1367 - Centro - Tatuí/SP
Tel.: (15) 3259-3144 / 3259-2974**
**EMPRESA LÍDER NO SETOR DE
TELEFONIA CONTRATA**
VENDEDOR
(MASC. / FEM.)
Você é um Bom Vendedor ou tem Potencial?

Oferecemos:

- Boa remuneração
- Salário fixo
- Comissões
- Premiação
- Registro em carteira
- Convênio médico
- Vale-transporte
- Treinamento em vendas
- Convênio em academia
- Ótimo ambiente de trabalho

Interessados – currículos:
rh@tatuitelecom.com.br
Loja Autorizada vivo
Tatuí Telecom
Rua Capitão Lisboa, 630 - Centro
Ehnc



27 - Bernadete, Guilherme e Claudio, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 28 - Claudia e Veridiana, Reunião festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club Tatuí, gestão 2014/2015; 29 - Luiza, Claudia e Júnior, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí

*Seu pai não babava assim,
desde o dia que você nasceu!*



10 de Agosto. Feliz Dia dos Pais!

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





30



31



32



33



34



35

30 - Carol e Fernanda, 2ª Festa do Doce, Tatuí; 31 - Alice, Claudia e Eder, Reunião festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club Tatuí, gestão 2014/2015; 32 - Julia e Josieli, Festa Julina, Chácara Reino Encantado, Bairro Água Branca, Boituva; 33 - Luciana, Fábio, João Pedro, Colinas Bar, Condomínio Residencial Colina das Estrelas, Tatuí; 34 - Viviane e Cristiane, 2ª Festa do Doce, Tatuí; 35 - Marcelo e João Dória Jr, encontro Regional de Barueri, São Paulo

PARAÍSO
VIDRAÇARIA

Eméc



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

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

14 Anos
Muito bem construídos!

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



*Consulte os regulamentos internos da loja

Eméc

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

Nhoque à Lucas

Este delicioso Nhoque foi feito especialmente pelo nosso querido leitor Lucas Pozitel da cidade de Tatuí. Se você já sentiu água na boca só de ver, então, não deixe de fazer e apreciar essa apetitosa receita.

Ingredientes:

1 e ½kg de batata Asterix
2 ovos inteiros batidos (tirar a pele da gema)
Sal a gosto
200g de queijo parmesão ralado
200g de farinha de trigo ou até dar o ponto

Modo de Preparo

Em uma panela grande, cozinhe as batatas com a casca, até ficarem moles. Espere-as esfriarem, tire as cascas e amasse. Misture todos os ingredientes e amasse bem por mais ou menos 10 minutos. Se ficar muito mole, acrescente um pouco de farinha de trigo. Fracione a massa em vários pedaços, enrole e corte em cubinhos. Em uma panela grande, coloque mais ou menos 2 litros de água com azeite e deixe ferver, quando a água estiver borbulhando, coloque os cubinhos até que os mesmos atinjam a superfície, retire-os e coloque em um escurridor de macarrão.

Bom apetite!



Hora de fazer o molho...

Ingredientes:

1 lata de 370g de extrato de tomate
Azeite
3 dentes de alho
1kg de carne moída
2 latas de 370g de água (utilize a mesma lata do extrato de tomate)
Sal a gosto
1 colher de café de fermento em pó

Modo de Fazer:

Em uma panela com o azeite, frite o alho e a carne, quando a carne estiver bem frita, acrescente o extrato de tomate, a água, o sal e deixe cozinhar por, aproximadamente, uns 60 minutos. O segredo para tirar a acidez do molho é o fermento, por isso acrescente-o assim que o molho começar a ferver. Deixe cozinhar em uma panela com tampa.

Em um recipiente coloque os cubinhos cozidos com o molho e pronto, agora é só servir!

Nós, da Revista Hadar, provamos e amamos!



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

83

hadar
Apetite

CHURRASCARIA
O COSTELÃO

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

Foto: Davi Gangi

TAMBELLI
Desde 1948
LANCHONETE E PASTELARIA

O difícil vai ser resistir à tanta tentação

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

TAPEMAG

Sua loja de peças e borrachas.

Diversidade de produtos para a segurança e qualidade profissional.



PRODUTOS EM GERAL:

EPI's - Adesivos - Amortecedores - Borrachas - Correias - Correntes - Escadas - Tela Protetora - Lençóis e Pisos
Lonas e Cordas - Lubrificantes - Sinalizações - Linhas pneumáticas - Vedação - Aspersores - PVC e Silicone
Suporte para Mangueiras - Esguicho - Bixo para Torneira - Luvas Bombas - Regador, etc...

ENTREGAS DIÁRIAS EM TODA REGIÃO.

Aceitamos:



TAPEMAG
Sua loja de peças e borrachas.

Obrigado à Revista Hadar que nos representa em Tatuí e região!

Rubens Fidêncio

Viva Hadar Tatuí!!! Bora ser feliz! Beijão à Bernadete e Equipe!

Claudia Heloise Rauscher

Sucesso! Cícero Protta

Que venha julho com muito sucesso, paz e amor. A revista Hadar está cada mês melhor, parabéns a todos da família Hadar!

Luiza Pozitel

Parabéns, Revista Hadar!!!

Firmina Marcelo

Parabéns para vocês, equipe Hadar! Abraços.

Adnei Das Pedras

Parabéns, Equipe Hadar! Parabéns pela matéria de Capa "A Alegria de um Povo que Conquistou o Mundo"! É bem por aí mesmo! Igual ao nosso povo, nossa gente, não há em lugar algum... Vocês sempre se superam! Muito sucesso e brilho a todos. Que a nossa ESTRELA MAIOR continue iluminando a de vocês, que também é grande!

Júlio Mazulquim

Parabéns, equipe HADAR, pelo trabalho executado mês a mês com tanto carinho e dedicação! Abraço a todos vocês e parabéns!

Veridiana Pettinelli

Boa noite a todos que gostam de ver e ler o conteúdo que nós, comerciantes, levamos para as páginas desta revista que, ano a ano, vem se destacando muito no mercado de Tatuí e região. Muito obrigado pelo profissionalismo de todos os responsáveis por levar o nosso nome com tanta dedicação. Deus abençoe a todos.

Toninho Du Gesso Moraes

DIÁRIOS COMEMORATIVOS

2014 | Agosto

- 01 – Dia Nacional do Selo Postal Brasileiro/Dia do Cerealista
- 02 – Dia do Folclore
- 03 – Dia do Tintureiro/Dia do Quadro de Engenheiros Militares/
Dia de Santa Lídia
- 04 – Dia do Padre
- 05 – Dia Nacional da Saúde
- 07 – Dia de São Caetano
- 08 – Dia Nacional do Combate ao Colesterol/ Dia de São Domingos
- 09 – Dia Nacional dos Povos Indígenas/Dia de São Fábio
- 10 – Dia de São Lourenço/ Dia dos Pais/Dia da Enfermeira
- 11 – Aniversário da Cidade de Tatuí/Aniversário da Cidade de Pereiras/
Dia do Advogado/ Dia da Consciência Negra/Dia do Garçom/
Dia do Estudante
- 12 – Dia Nacional das Artes
- 13 – Dia do Economista/Dia Internacional dos Canhotos
- 14 – Dia do Combate à Poluição/Dia do Cardiologista

- 15 – Dia Mundial do Fotógrafo/Dia do Solteiro
- 17 – Dia do Patrimônio Histórico
- 18 – Dia de Santa Helena/Dia da Revolução Cultural/Dia do Estagiário
- 19 – Dia do Artista de Teatro/Dia do Fotógrafo/Dia do Ator
- 20 – Dia do Maçom
- 21 – Dia do Favelado
- 22 – Dia Nacional do Folclore
- 23 – Dia do Aviador Naval/Dia da Luta Contra a Injustiça
- 24 – Dia dos Artistas
- 25 – Dia do Soldado/Dia do Feirante/Dia do Exército Brasileiro
- 26 – Dia da Declaração dos Direitos do Homem
- 27 – Dia do Psicólogo/Dia de Santa Mônica/Dia do Peão de Boiadeiro
- 28 – Dia Nacional dos Bancários/Dia de Santo Agostinho
- 29 – Dia Nacional do Combate ao Fumo
- 30 – Dia do Vendedor Lojista/Dia Internacional dos Desaparecidos
- 31 – Dia do Nutricionista/Dia Nacional do Outdoor

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

Carta ao leitor

Caro leitor, amigo, parceiro, integrante desta grande família que é a Revista Hadar, está chegando a suas mãos mais uma edição, preparada com muito amor, carinho e profissionalismo, especialmente para você, que nos motiva a seguir adiante.

Já ultrapassamos as 80 edições de nossa querida revista, e continuamos sempre focados nos temas e assuntos que estão no topo das discussões e do interesse da sociedade para que você esteja sempre atualizado.

A nossa reportagem de capa, por exemplo, traz uma avaliação do impacto da Copa do Mundo no cenário nacional e no comércio de algumas cidades da nossa região, com informações de empresários e das associações comerciais dos municípios. De modo geral, a experiência com a realização da Copa, em nosso País, pode e deve ser usada pelos empresários para alavancar as vendas com grandes eventos, segundo o entendimento de representantes das associações comerciais ouvidas pela Hadar. Não deixe de ler!

Mas a vida continua e, passada a Copa, as atenções agora se voltam às eleições de outono próximo. E, por esta razão, trazemos uma matéria sobre o horário político, já que se faz necessário assisti-lo e estar atento às promessas, avaliar o plano de governo daquele que, supostamente, irá governar o nosso País por mais quatro anos!

E o frio dos últimos dias faz com que muita gente pense duas vezes para sair de casa. De moto, então, quase que impossível! Mas quem tem de enfrentar o frio e o vento em uma motocicleta pode amenizar o drama com o aquecedor de manoplas, um aparelho fácil de instalar e que vai acoplado na manopla e ligado na bateria da moto. Confira na seção Acessórios.

Já os fãs da F1 podem festejar a temporada equilibrada da categoria, que trouxe de volta ultrapassagens cada vez mais empolgantes. A Mercedes ainda lidera, mas, a cada prova, os adversários melhoram um pouco. O final da temporada promete ser emocionante, você poderá saber mais na seção Velocidade.

Para quem gosta de festa, neste mês, comemoramos aniversário de duas cidades da nossa região, por sinal, as duas no mesmo dia: Pereiras, conhecida como a cidade do frango, completa 140 anos e Tatuí, cidade Ternura, conhecida como a capital da música, completa 188 anos. Parabéns!

Agosto também é mês de presentear, abraçar, lembrar-se da pessoa que sempre o apoiou, deu bronca, chorou, orientou, torceu por você, esteve sempre ao seu lado: seu pai! Aproveite para valorizá-lo. Não tenha medo de dizer que o ama, não importa a distância ou diferença entre vocês. Este 10 de agosto tem de ser muito especial.

Falando em ser especial, o Realize-se, deste mês, está mais que especial, está contagiante. Em homenagem ao Dia dos Pais, o nosso realizado é um pai, uma pessoa muito batalhadora, fantástica, não deixe de conferir!

Mergulhando um pouco no mundo da moda, trazemos até você a história de um estilista brasileiro que é sucesso mundial, Faúse Hatén, o multiartista que arrasa no universo da moda, confira na seção Território Fashion.

Pensa que parou por aí? Na seção Solidariedade, você vai conhecer um projeto maravilhoso, o AMICCA (Associação dos Amigos da Criança com Câncer), que, há 33 anos, desenvolve um trabalho de acolhimento a todas as pessoas que necessitam de atenção. Ajudar a quem precisa é o maior ato de amor!

E dentro desta edição tem muito mais! Esperamos que devore cada página que, com certeza, foi criada pensando em você. Estamos abertos às suas sugestões, críticas e opiniões. Interaja conosco, através dos nossos e-mails, facebook, site! A HADAR é nossa, caro leitor!

Boa leitura e até a próxima!

QUALIDADE DE VIDA

Jogos Regionais:
Disputa entre cidades
garante vaga nos Jogos
Abertos do Interior

51

AUTOS&CIA

Fórmula 1:
As ultrapassagens
espetaculares voltaram

70

MODA

Body Chain:
O acessório que virou
sucesso entre as
celebridades

20

CULTURA

Teatro:
A emoção de pisar nos
palcos e envolver
a plateia

55

UNIVERSO TEEN

Timidez:
Não é nenhum bicho de
sete cabeças e pode ser
revertida com o tempo

67

EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte

Bernadete Elmec

editora@revistahadar.com.br

Jornalista/Redação

Ana Luiza Schiffllers, Maria Eliza da Silva Rosa
e Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705

Atendimento

Juliana Souza

falecom@revistahadar.com.br

Revisão

Marry Calvin

Criação/Diagramação

Elmec Comunicações

Claudio S. dos Santos

Leonardo Manis Casarini

diagramacao@revistahadar.com.br

arte@revistahadar.com.br

Site

Danilo Casseiro de Campos

www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade

Claudio Elmec

R. Sete de Maio 150 -sala 03 - Tatuí

(15) 3259 7014 – 3259 5937 – 3259 4543

(15) 99144 8747

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, Luis Carlos Magaldi,
Maria do Carmo M. Ramos, Ivan Maia,
Roberta Lorenzetti Lourenço, Josué Mota,
Patrícia Mariah, Aline Fernanda Simões,
Marcelo Nalesso Salmaso
e Maria Renata Orsi Campos

Agradecimentos

Todas as fontes entrevistadas

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.

Aconteceu, em Tatuí, à festiva de posse da nova diretoria, do ano Rotário gestão 2014/2015: Dia 16 de julho posse presidencial de Walkyria Aparecida Zanani Beltrami, no Rotary Club de Tatuí Cidade Ternura; Dia 18 de julho, posse presidencial de Armando Pettinelli, no Rotary Club Tatuí e no dia 19 de julho posse presidencial de Mario Fernandez, no Rotaract Club.

No dia 28 de junho, tomou posse como presidente no Lions Cube de Tatuí, Paulo Roberto Gonçalves, para o ano leonístico 2014/2015.

Aconteceu, na cidade de Cerquillo, o Inverno Cultural 2014, fruto da parceria entre a Prefeitura Municipal e o Projeto Culturando. O evento superou as expectativas, com a participação de toda região.

Aconteceu, em Tatuí, nos dias 18, 19 e 20 de julho, na Praça da Matriz, a segunda edição da "Festa do Doce", que, neste ano, contou com o dobro de produtores.

Em Iperó cerca de duas mil pessoas prestigiaram, entre os dias 4 e 6 de julho, o 9º Arraiá da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae).

No dia 16 de julho, aconteceu em Tatuí à festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club de Tatuí Cidade Ternura, gestão 2014/2015, cuja posse presidencial foi de Walkyria Aparecida Zanani Beltrami.

Aproximadamente duas mil pessoas participaram da Marcha Para Jesus em Boituva. A Marcha para Jesus é um evento internacional e interdenominacional (ou seja, realizado conjuntamente por diversas denominações cristãs e evangélicas), que ocorre anualmente em milhares de cidades do mundo.

A Escola Técnica Salles Gomes, da Cidade de Tatuí, comemorou, no dia 31 de julho, 80 anos. O evento aconteceu no salão nobre e contou com a presença de muitos convidados.

vai ter

Acontece, toda quinta-feira, em Tatuí, o Bazar do Lar São Vicente de Paulo em prol à Instituição. Agora, encontra-se no próprio espaço da AMART, ao lado do Lar São Vicente de Paulo. Além de roupas e acessórios, tem também móvel e utensílios. Informações (15) 3251-4286 / 3305-4920/ 3305-4920.

Toda penúltima terça-feira do mês, no Buffet e Gastronomia Claudia Rauscher, em Tatuí, acontece a reunião do GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí), às 19 h. Informações (15) 3251-8520.

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

Acontece, na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (Apae) de Iperó, no dia 12 de outubro, um almoço beneficente a partir das 11h. Informações: (15) 3266-6252.

De 21 de julho a 15 de agosto de 2014, estarão abertas as matrículas para entrar no Projeto Guri da cidade de Itapetininga. Estão disponíveis quatro cursos: Violão, Percussão, Canto Coral e Iniciação Musical. Informações: (15) 3273-2094.

A Unidade Avançada de Atendimento Judiciário (UAAJ) e o PROCON de

Iperó tiveram uma alteração em seu horário de atendimento, que passa a ser de segunda a sexta-feira, das 9h às 12h e das 13h às 17h. Informações: (15) 3266 1417.

O Projeto Guri, programa de educação musical da cidade de Iperó, está com inscrições abertas para 5 vagas na categoria de percussão, 1 para eufônico, 14 para violino, 4 para viola, 4 para violoncelo, 1 para contrabaixo e 12 para iniciação musical.

Informações: (15) 99789-4411.

A Prefeitura de Boituva realiza, entre os dias 26 a 29 de agosto, o primeiro Encontro de Canto Coral de Boituva, no Auditório da Câmara Municipal. O Encontro de Canto Coral fará parte da programação de aniversário da cidade e acontecerá às 19h30, no Auditório da Câmara Municipal. A entrada será 01 Kg de alimento não perecível, que será destinado aos projetos mantidos pelo Fundo Social de Solidariedade de Boituva. Informações: (15) 3363.8802 ou (15) 99787.5082

A Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Cerquillo informa que estão abertas as matrículas para o 2º Semestre da Educação de Jovens e Adultos, no período de 14 de julho a 8 de agosto de 2014. Informações: (15) 3384-9122

O curso "Administração Rural", da cidade de Tietê, ocorrerá nos dias 7, 8, 14 e 15 de agosto, das 8h às 17h, na nova sede do Sindicato, à Rua São Benedito, 169, Centro. E o curso "Processamento Artesanal de Banana" ocorrerá nos dias 21 e 22 de agosto, das 8h às 17h, no Centro de Exposições e Lazer Luiz Uliana – FAIT. Informações (15) 3285 1244.

Acontece, em Iperó, no dia 17 de agosto, a 1ª corrida no município, haverá um percurso de 6km e 12km para adultos, e 200 metros e 400 metros para crianças de 4 a 8 anos. Informações pelo site www.webrun.com.br

O CDHU da cidade de Boituva fará inscrições dos primeiros 178 apartamentos. A distribuição de senhas para inscrição acontecerá nos dias 14 e 15 de agosto, no Centro de Eventos. Informações: (15) 3363.8802 ou (15) 99787.5082.

Acontece, em Tatuí, no Teatro Procópio Ferreira, no mês de agosto: Dia 05, 20h30, Palestra "Panorama Mundial dos Sopros e Percussão"; Dia 06, 20h30, Recital de Professores do VIII Curso de Férias; Dia

07, 20h30, Espetáculo "Momoprecoce – Carnaval das Crianças"; Dia 08, 20h30, Conjunto de Metais e Conjunto de Saxofones do Curso de Férias; Dia 09, 20h30, Banda Sinfônica do VIII Curso de Férias; Dia 11, 20h30, Coral da Cidade "José dos Santos" e Camerata Corelli, Homenagem a Bimbo Azevedo; Dia 18, 20h30, Turnê Ricardo Herz Trio; Dia 21, 20h30, Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí; Dia 22, 20h30, Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí & Banda Sinfônica Jovem de Baden-Württemberg (Alemanha); De 19 a 31, 20h, Festival de MPB – 21º Certame da Canção; De 12 a 16, 6º Encontro Internacional de Saxofonistas do Conservatório de Tatuí / II Congresso ALASAX – Brasil 2014. Informações: (15) 3205-8444 ou diretamente no Conservatório, que fica na Rua São Bento, 145, Centro de Tatuí.

Acontece, no Teatro Municipal de Cerquillo, no mês de agosto: Dia 09, 20h, 5ª Mostra de Danças Étnicas "VIBE" – Espetáculo de Dança, com a "Escola de Danças Nos Passos & Compassos"; Dia 12, 20h, "Banda Sinfônica de Laranja Paulista"; Dia 13, 20h, "Escola de Educação Musical - FERMATA"; Dia 21, 20h, "A Queda! As Últimas Horas de Hitler"; Dia 23, 16h, "Frozen – Uma Aventura Congelante"; Dia 28, 21h, "Sérgio Mallandro" – STAND UP. Informações: (15) 3384-2634.

Acontece, em São Paulo, no Expo Center Norte Pavilhão Verde, nos dias 27 a 29, das 14h às 21h, a 22ª Feira Internacional de Imagem. Informações pelo site www.photoimagebrasil.com.br ou info@photoimagebrasil.com.br





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

CONDOHOTEL *Tatuí*
CEDROS IBIS

NOVO HOTEL IBIS PARA INVESTIDORES

**Seja Proprietário
de um quarto de hotel.**

- Segmento com taxa de rentabilidade acima do mercado: nos últimos 12 meses foi de 0,9%.
- Valorização patrimonial sem o ônus de administração, manutenção e inadimplência.
- Alta taxa de ocupação.
- Solidez do investimento, garantia por parcerias com grandes empresas (a Accor é líder no mercado hoteleiro da América Latina e Europa).
- 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

*imagens meramente ilustrativas



CENTRAL DE ATENDIMENTO GRUPO CEDROS
Rua Dr. Sampaio Peixoto, 161 | 19 3305.2222 | Cambuí | Campinas SP

CADASTRO E INFORMAÇÕES
15 99137-7770



Impressão em 3D: a nova era das impressoras

*Tecnologia permite a
criação de objetos tridimensionais*

Para espanto de muitos, as impressoras 3D (em três dimensões) surgiram para dar forma tridimensional, como o próprio nome diz, aos arquivos impressos, produzindo objetos sólidos, que podem ser desde bonecos, até a réplica do rosto de Santo Antônio, como mostrou o Fantástico da TV Globo.

Tamanha versatilidade, além de impressionar, também preocupa as autoridades, pois já existem na internet arquivos que possibilitam a impressão de modelos de armas rústicas, mas que poderiam funcionar.

Mas, afinal, o que são impressoras 3D? Para começar, não é nenhum bicho de sete cabeças, mas, sim, a evolução natural do sistema de impressão, impulsionada pela tecnologia.

Há vários tipos diferentes de tecnologias de impressão 3D, mas todas elas têm um aspecto principal em comum: criam objetos tridimensionais ao construí-los camada acima de camada, até os objetos estarem completos. Cada uma dessas camadas é fatiada, numa linha horizontal do objeto final. Imagine um bolo com várias camadas, que um confeitador vai colocando em cima umas das outras, uma de cada vez, até o bolo inteiro estar feito. A impressão 3D é algo semelhante, mas um pouco mais precisa que a confeitaria 3D. Com o avanço da tecnologia, contudo, já existem casos de doces impressos em diversos formatos, para a alegria da criançada.

Processo

Todo o objeto impresso em 3D começa com um arquivo de Desenho Assistido por Computador (DAC ou CAD), criado com um programa de modelação em 3D ou que tenha sido digitalizado (ou escaneado) através de um programa de modelação 3D, com uma impressora 3D. Para transformar este

arquivo digital em instruções que uma impressora 3D compreenda, o software corta o desenho dele em centenas de milhares de camadas horizontais.

A impressora 3D lê o arquivo e começa a criar cada uma das camadas exatamente como especificado. À medida que as camadas são criadas, elas se juntam sem qualquer sinal visível das diferentes camadas, e o resultado é um objeto tridimensional. A impressora 3D pode ser de Modelação de Deposição Fundida (FDM), que é semelhante às atuais impressoras 2D a jato de tinta, mas com um eixo adicional, que deposita uma fina corrente de material fundido através de um bocal, de modo a que se forme cada uma das camadas. Pode ser uma impressora de sinterização seletiva a laser (SLS), com a qual o objeto é construído numa camada de material em pó, através de um raio laser digitalizador, que funde os pedaços de pó uns com os outros, de novo, uma camada de cada vez.

Em inglês, a impressão 3D, ou prototipagem rápida, também pode ser chamada de “additive manufacturing” (fabrico aditivo) porque usa um “processo aditivo”. Isto se opõe ao que é considerado um “processo subtrativo”. Para explicar a diferença, imagine um escultor que está cinzelando um bloco de pedra. Ele vai talhando a pedra até obter uma escultura tal como queria e depois joga fora os pedaços que tirou da pedra. Ele começou com um bloco de material e subtraiu algo dele. Este é um processo subtrativo. No mundo industrial, isto é o mesmo que ter um material e cortar, perfurar, triturar ou moldá-lo com uma máquina. Contudo, no fabrico aditivo, a impressora 3D não joga nada fora. Ela simplesmente cria cada pedaço do objeto onde é necessário, camada atrás de camada, sucessivamente, num processo aditivo.

Impressoras 3D Comerciais

Embora a maioria das pessoas nunca tenha ouvido falar do termo “impressão 3D”, este processo é utilizado há décadas. Há muito que os fabricantes usam as impressoras nos processos de design, de modo a criarem protótipos para o fabrico tradicional. Contudo, até há poucos anos, o processo era caro e demorado.

Com o avanço da tecnologia, as impressoras 3D deixaram o mundo industrial e se tornaram acessíveis ao público consumidor. Atualmente, há um outro mundo de impressoras 3D: o dos modelos pessoais e destinados ao lazer e/ou amadores. E elas estão cada vez mais baratas, com preços que vão, normalmente, dos 300 aos 2000 dólares (de R\$700 a R\$4600).

O projeto de código aberto da RepRap deu um enorme impulso a este mercado amador da mesma maneira que o microcomputador Apple I deu ao mercado dos computadores pessoais destinados ao lazer, no fim da década de 1970. Por cerca de mil dólares (R\$2300), pessoas comuns têm conseguido comprar o kit da RepRap e montado suas próprias impressoras 3D, com quaisquer personalizações que sejam capazes de fazer. Além disso, essas impressoras fabricam a maioria das suas partes para outras impressoras. “RepRap” é um acrônimo para “replicating rapid prototyper” (fabricante de protótipos rápido e replicante), pelo que o objetivo é a autorreplicação, incluindo a dos circuitos impressos eletrônicos. O interesse na RepRap deu origem a várias outras impressoras 3D de baixo custo, tanto montáveis como previamente montadas na íntegra, e, à medida que os preços baixam, cada vez mais consumidores adquirem impressoras 3D.

Como nos melhores filmes de ficção científica, há todo um admirável mundo novo por vir. E nós estaremos aqui para vivenciá-lo.

Dia dos Pais

Amor entre netos e avós podem mudar vidas e trazer de volta muita felicidade esquecida

“A melhor recordação que tenho do meu pai é o carinho dele, a mão que acalenta, que conduz e que acalma. Mesmo aos 26 anos, sinto ainda a mesma segurança que sentia quando era criança e ele me segurava, para amenizar meus medos. Hoje em dia, adoro segurar a mão dele e ver que nada mudou, somente o meu amor, que aumentou”, derrete-se Luiza de Oliveira Rosa, pelo seu pai

Luis Antonio.

Quem também tem ótimas recordações de seu pai, é Rafael Alves, que lembra que, apesar de levantar super cedo para trabalhar nos dias de semana, os finais de semana eram dedicados a ele. “Hoje agradeço tudo o que sou, ao meu pai, um exemplo de homem”, afirma o filho de Dorival Alves.

Já Mariana Camargo, apesar de, infelizmente, não contar mais com a presença do pai em

seu dia a dia, guarda no coração o alto astral, pois, mesmo doente, Marcos Antonio Cesar de Camargo sempre fazia piadas e arrancava sorrisos de todos. “Ele se foi há 6 anos, passou os últimos 20 anos da vida lutando contra problemas renais, passou por dois transplantes e nunca tirou o sorriso do rosto. Tinha uma força e uma alegria extraordinárias”.

Para Ana Paula Araújo, o momento mais marcante em sua vida, na companhia de seu pai, foi na primeira vez que ela o conheceu e ele a chamou de filha, mesmo não tendo certeza que havia tal parentesco. “O carinho que ele me deu foi confortador”, relembra a filha de Aderbal Araújo.

“Um dos últimos dias que falei com ele, foi numa quinta-feira e ele me abraçou e chorou, falando que me amava muito e que gostaria que eu fosse alguém na vida. Parece que era uma despedida e realmente foi, tanto que, no sábado, ele faleceu”, lembra Leandro Augusto de Barros, filho de Antonio Carlos de Barros, que leva sempre na memória, a lembrança de seu pai.

Para Ariane Lazzari, houve poucas lembranças, pois era um tempo difícil, seu pai era ausente e se foi muito cedo, quando ela tinha apenas 11 anos. “Hoje, aos 33 anos, fica um vazio, faz falta, claro, ele nem viu minhas conquistas, nem conheceu minha filha, não deu tempo de quase nada, mas foi o tempo suficiente para amá-lo. Apesar de tudo, certas coisas me recordam ele, como broa de milho, as idas à escola e espero um dia poder reencontrá-lo, pois não pude me despedir e foi tão triste a maneira como ele partiu. Porém, Deus sabe de tudo”, emociona-se a filha de Carlos Alberto Lazzari.

E por falar em lembranças da infância, Alessandra Alexandre Mendes, dona de longos cabelos cacheados, lembra-se de quando tinha 12 anos e tentou fazer escova em seus cabelos e, é claro, não deu certo: “Fiquei com a escova enroscada no cabelo e com um nó gigante. Para eu não cortar, meu pai José Lacercio Mendes sentou-se no chão e com toda paciência e carinho, cortou uma haste de cada vez da escova, salvando meu xodó, que são meus cachos”.

São tantas lembranças guardadas com carinho, que os pais sequer imaginam que alguns de seus atos possam ter marcado tanto a vida de seus filhos. E é através desses pequenos gestos de carinho, amor, cumplicidade e amizade, que a relação entre pais e filhos se estreita e se mantém.

Pais, um feliz dia a vocês, e filhos, aproveitem cada momento único, com aquele que, além de herói, é o exemplo maior que vocês podem ter na vida. Parabéns a todos os pais que, de perto ou de longe, deixam um rastro de amor no coração dos filhos.



oBoticário

PORTINARI

reforça laço entre
PAI e FILHO.



Elméc



Cidade de Pereiras comemora 140 anos

*Famosa pela festa do frango,
cidade festeja mais um aniversário com muita história.*

A formação da cidade de Pereiras, antigo povoado de Nossa Senhora da Conceição dos Pereiras, resultou a partir de um território desmembrado do município de Tatuí, em 1906.

Com mais de 7 mil habitantes, a economia da cidade é baseada na cultura do frango, desde a criação em granjas até o abate. Pereiras é considerada a maior produtora de fran-

gos do Estado, praticamente todas as propriedades rurais possuem granjas. Sua maior festa é justamente a famosa festa do frango, onde se comemora a produção das aves de corte. Durante os dias de evento, são consumidas cerca de duas toneladas de carnes em diversos pratos. Somente em mingau de milho com molho de frango são produzidos dois mil pratos. Já a produção do tradicional

arroz com frango chega a três mil pratos. Na festa, ainda há espetinhos, coxinha, frango a passarinho e cuscuz, as especialidades da cidade.

Já a estação de Pereiras, um dos principais pontos turísticos da cidade, foi construída em 1895 e inaugurada em 1896. Consta nos relatórios da E. F. Sorocabana que a data seria a de 21.07.1887, mas os historiadores de Pereiras contam que nessa data, quando ali chegaram os trilhos, o que foi erigido, ali, foi uma pequena parada, apenas. Nessa época, Pereiras já era município e a ela pertencia a atual cidade de Conchas. Foi em Conchas, na época apenas um bairro, que foi aberta uma estação nesse mesmo dia, pois, ali, a ferrovia passava junto à cidade, ao contrário de Pereiras, onde os trilhos passavam longe da cidade. Muitas histórias são contadas para tentar explicar por que Pereiras, que originalmente estava no projeto da Sorocabana para ter a linha junto a ela, foi preterida mesmo sendo a sede do município. O fato é que somente em 1896 é que o prédio da estação foi construído; aliás, pela população local, que o entregou à Sorocabana, que por sua vez o inaugurou no ano seguinte. A cidade é regionalmente conhecida e muito visitada.



Tatuí em festa – 188 anos de história

Cidade ternura comemora mais um ano em pleno desenvolvimento

A apenas 130 quilômetros da capital paulista, 124 quilômetros do aeroporto internacional de Viracopos, 164 quilômetros do aeroporto internacional de Cumbica e a 215 quilômetros do porto de Santos, Tatuí é reconhecida internacionalmente pela sua vocação cultural e principalmente musical.

A cidade abriga o Conservatório Dramático e Musical Dr. Carlos de Campos, o maior de música da América Latina, que também está em grande crescimento. Para este ano, ainda serão

abertas mais de 200 vagas para o segundo semestre letivo em diversos cursos. Além disso, o Curso de Férias já se tornou um grande sucesso, e devem marcar presença músicos do Amazonas, Espírito Santo, Goiás, Maranhão, Mato Grosso, Minas Gerais, Pará, Paraná, Pernambuco, Rio Grande do Sul, Rio Grande do Norte, Rio de Janeiro, Santa Catarina e Tocantins. Por conta da amplitude da instituição, o Curso de Férias conta com participação de músicos internacionais. Entre os países com inscritos, estão Argentina, Paraguai e Peru.

Tatuí recebe ainda o título de Cidade Ternura, graças à simpatia de seus moradores. Destacam-se, na gastronomia, os irresistíveis doces caseiros, que ganharam uma festa realizada, anualmente, no mês de julho, que é um sucesso e que, depois de um bom resultado do ano passado, já repercutiu em novas adesões para 2014. Os 18 estandes passaram logo na segunda edição para 40. A festa é setorizada em sete alas distintas: doces finos; chocolates; bolos e tortas; churros, crepes e pastéis; doces de festa e sobremesa, doces tradicionais e artesanais; e bebidas.

Os moradores ainda ganham notoriedade pelos haras e pelo aeroclube que é referência nacional de voo à vela. Mas, a cidade de aproximadamente 115 mil habitantes vai além por seu potencial econômico e equipamentos estruturais, que favorecem a instalação de novas empresas e projeta grande crescimento, ganhando, a cada dia, a atenção de empresas nacionais e multinacionais.

Atualmente, Tatuí, além das atividades agrícolas e de serviços, vem se destacando no campo industrial, atraindo novas indústrias, principalmente do ramo automotivo. E a cidade comemora mais um aniversário com muita festa, já que terá, a partir de 2015, um verdadeiro aumento em seu setor produtivo e na geração de emprego e renda. São esperados mais de dois mil empregos diretos criados graças à chegada de novas indústrias na região.

Ceratoconjuntivite Seca

Entenda melhor sobre esta doença e saiba como tratar seu animalzinho

Frequentemente diagnosticada em muitos animais, principalmente nos cães, a Ceratoconjuntivite Seca (CCS) é uma enfermidade que causa a anormalidade na qualidade ou quantidade de lágrima, causando o comprometimento da sua função de lubrificação dos olhos.

Segundo a Médica Veterinária Alessandra Alexandre Mendes (CRMV- SP 32625), pós-graduada em Oftalmologia de Pequenos Animais, esta enfermidade é causada pela insuficiência na fase aquosa da lágrima, uma vez que ela é composta por lipídeos (gorduras) e mucina (glicoproteína), sendo uma doença oftálmica progressiva, que pode levar à cegueira.

Alessandra explica que a lágrima tem função de nutrir, proteger e lubrificar a superfície ocular, sendo formada por três componentes, que são: aquoso, mucoso e gorduroso.

Há muitas causas de Ceratoconjuntivite Seca, como doença congênita (de nascença)

ou hereditária, lesões traumáticas nas glândulas lacrimais, remoção cirúrgica ou lesão grave da glândula da terceira pálpebra, falta de vitamina A, distúrbios endócrinos (como hipotireoidismo e diabetes), tratamentos longos com medicações a base de sulfas ou colírio de atropina, botulismo, doenças sistêmicas, como cinomose em cães e infecção por herpesvírus em gatos, doenças autoimunes e degenerativas, atrofia senil, entre outras.

A profissional Alessandra Alexandre explica que os animais afetados apresentam secreção mucoide, sinais de dor e desconforto, olhos vermelhos, podendo causar até ceratites ulcerativas. No entanto, não há tratamento preventivo para ceratoconjuntivite seca, sendo necessário apenas atentar-se aos sinais iniciais de secreção ocular ou olho vermelho, procurando um médico veterinário o mais rápido possível.

Após o animal ser diagnosticado com

Ceratoconjuntivite Seca, através dos sinais clínicos e pelo teste lacrimal de Schirmer (uma tira de papel filtro milimetrada que mensura a quantidade de lágrima produzida), será feito um tratamento médico, que estabelecerá a umidade dos tecidos oculares, tratamento dos transtornos secundários como conjuntivite bacteriana e ceratite ulcerativa, utilizando de lacrimomiméticos (lágrimas artificiais), anti-inflamatórios, sempre com o auxílio de um profissional da área, que irá instituir o tratamento adequado para caso, pois ele é longo e pode se manter por toda a vida.

Entre as raças mais afetadas, estão: Cocker Spaniel, Bloodhound, Bulldog inglês, Bulldog francês, Lhasa Apso, Shih-tzu, Pug e Pequinês.

Por isso, é aconselhável levar seu animal de estimação a consultas frequentes ao veterinário, para que ele possa ter uma vida saudável e longa.

NutrisPet
Rações NACIONAIS e IMPORTADAS
Medicamentos - Acessórios

O seu Cãozinho merece o melhor!

MULTI STAR RAÇAS PEQUENAS MINI MINI

- > Carne de Frango e Arroz Alta digestibilidade
- > Extrato de Yucca Reduz odor das fezes
- > Vitamina C Maior proteção
- > Hexametáfosfato de Sódio Previne tártaro

Distribuidor Exclusivo **Dog Star Foods**

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

Carla Francine Bertanha
Advogada - OAB/SP 199.318

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

Cesário Lange

Um comércio de qualidade e dedicação
com os seus clientes.



Arquiplan arquitetura e planejamento

- Projetos Construção/Reforma
- Regularização para a prefeitura
- Desmembramento de área

Nilson de Andrade (Arquiteto) Jossiélem Bellucci (Arquiteta)

Rua Tiradentes, 1071 – Centro – Cesário Lange
arqplan-eng@bol.com.br | (15) 99620-1096 / 99715-8062

Auto Posto Elisa BR

40 anos de qualidade
e bom atendimento.

Certificado no programa de “olho no combustível Petrobras”.



Troca de óleo informatizada para motos, autos e veículos pesados.

Nova gasolina GRID com aditivos modernos, reduz atrito, mantém sistema de alimentação sempre limpo, propicia melhor rentabilidade e menos manutenção.

- Gasolina GRID
- Gasolina comum tradicional
- Álcool comum
- Diesel S 10 – aditivado
- Diesel S 500 – aditivado



Av. Oswaldo Vieira de Camargo, 411 . Centro . Cesário Lange/SP (15) 3246-1208/99619-1208



MXGUINDASTES

Locação de caminhões munck.

Atendemos toda a região.

Empresa Dinamizada para atender desde grandes empresas até pessoas físicas.

Rua Tiradentes, 1071 | Cesário Lange/SP | (15) 3246-1301/99653-5347
www.mxguindastes.com.br | facebook.com/mxguindastes



DELLAMUTTA

agropecuária
A Sua Casa Agropecuária



Terra rica é terra produtiva.

ATENDEMOS
A REGIÃO

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

tecnocaixa

“Qualidade em todos os produtos”



Estruturas



Caixas-D'água



Reservatórios Metálicos

Rua Antonio Fakri, 390 - Distrito Industrial - Cesário Lange/SP
(15) 3246-2251/99712-4269 | tecnico.caixa@uol.com.br | facebook.com/Tecnocaixa



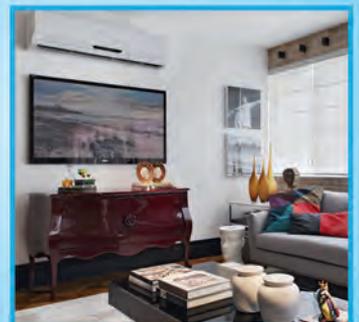
Style

ar-condicionado

Um estilo de viver bem!

- Instalação
- Manutenção
- Venda
- Atendemos na região

Orçamento sem compromisso



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



Homenagem Radar

Alimentos fresquinhos na mesa para todos. Esse é o objetivo desse profissional competente

Dia do Feirante

No dia 25 de agosto, comemora-se o dia do feirante, o profissional que trabalha com produtos da agricultura, levando os alimentos até nossas mesas.

A primeira feira livre do Brasil aconteceu em São Paulo, mais precisamente no Largo General Osório, no dia 25 de agosto de 1914. Por esta razão, o Dia do Feirante é celebrado nesta data. Washington Luis era o prefeito de São Paulo da época e foi ele quem oficializou as feiras livres no Brasil, a partir do Ato 625. Hoje em dia, só na cidade de São Paulo, existem cerca de 850 feiras livres, segundo números da Secretaria Municipal das Subprefeituras.

A ideia surgiu dos próprios produtores, uma vez que, após fazerem as vendas de seus produtos para donos de restaurantes e mercearias, não sabiam o que fazer com

as mercadorias que restavam, assim, tentavam vendê-las a preços mais baixos, diretamente para a população.

O sucesso das feiras livres foi tão grande que elas persistem até os dias de hoje, pois os produtos estão em ótimo estado de conservação, fresquinhos, parecem até que foram colhidos na hora. Além das folhagens, leguminosas, ovos e frangos, também são comercializados vários outros produtos. São barracas de pastéis e caldo de cana, de defumados como linguiças e carnes, até queijos, doces, salgadinhos, farinhas, além de outros que não têm nada a ver com o meio, mas que também são vendidos no local, como roupas, DVDs, CDs, consertos de panela etc.

O trabalho na produção de hortaliças e verduras não é tarefa fácil. É necessário cuidar do preparo da terra, adubando-a,

plantar as sementes quando a terra estiver pronta, regar todos os dias, tirar as pragas, bater pesticidas ou produtos naturais que eliminam os bichinhos, colher, separar os alimentos, encaixotá-los ou amarrá-los, fazendo os pacotes, dando condições aos produtos de serem comercializados.

As feiras-livres, como diz o nome, são democráticas. Cada um é seu próprio patrão. Não há quem não goste de “fazer a feira” à procura de frutas ou verduras frescas. Misturadas às barracas, tendas ou só num balcão, os feirantes gritam apregoando seus produtos e preços, fazendo sempre crer que os seus são os melhores. Há também os vendedores de doces tradicionais de cada região, comidas prontas, sorvetes e até lá no finalzinho aparecem vendedores de roupas, sapatos e produtos importados.

SÃO JOSÉ VAREJÃO

Frutas, verduras e legumes de ótima qualidade!
É aqui no Varejão São José!

Rua do Cruzeiro, 81 . Centro . Tatuí/SP
Disk Entrega
(15) 3305.6138

ARTE & FLORES

Floricultura /Jardinagem

Arranjos e Buquês | Vasos, Jardineiras e Acessórios.
Cestas de Café da Manhã | Venda e Plantio de Grama
Mudas Frutíferas e Ornamentais

15 3251-2127

Rua XI de Agosto, 2882 . Centro . Tatuí/SP | arte.flores2010@hotmail.com



COMENDADOR

Sempre o melhor para você!

Elmc



Respeite as leis de trânsito. Se beber, não dirija.

Agora, no AUTO POSTO VALINHO *PIT STOP* retornável.

Cerveja Brahma e Skol 300 ml. retornável gelada.
Guaraná Antarctica 1 lt e Pepsi 1 lt. retornável gelada.
O Melhor preço de Tatuí.



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

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

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

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

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

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

*Promoção válida por tempo indeterminado de acordo com o regulamento interno. Esta promoção é válida somente nos postos com bandeira SHELL.



O PRAZER DE DIRIGIR UM CARRO NOVO TODO DIA.

Gasolina V-power Nitro+ você só vai encontrar no AUTO POSTO COMENDADOR - MARAPÉ e VALINHO.



Goleada Shell

Abasteça R\$50,00 de V- Power ou consuma R\$25,00 na Shell Select e Ganhe uma Rasgadinha Shell para concorrer a 11 carros Fiat Cinquecento.*

Leve 4 pegue 3

Na compra de 3 óleos Shell Ultra 5w30, Shell Ultra 5w40 ou Shell Hellix HX7 você ganha mais um.*



Separação e Divórcio: qu

A família, fundada no afeto e no amor, é o espaço seguro para o pleno desenvolvimento da personalidade e para a proteção da dignidade humana de seus membros, ou seja, o porto seguro em que cada um de seus integrantes encontra bases sólidas, amor e amparo para o aprimoramento de suas potencialidades, para a consecução de seus objetivos e projetos de vida, para o desenvolvimento de responsabilidades, em suma, para a realização da felicidade. Assim, a Constituição Federal traz a família como a base da sociedade e o ordenamento jurídico estabelece, na definição do casamento ou da união estável, a comunhão plena de vida.

Ocorre que, por vezes, quando as almas se desencontram e o casamento ou a união estável acaba por se tornar motivo de sofrimento e tormenta para o casal, ocorrem as separações e os divórcios. É certo que vivemos em uma era, conhecida como Pós-Modernidade, em que impera a ideia da busca pelo máximo prazer, imediato e sem esforço, o que leva muitos jovens a se casarem de forma irrefletida e, por consequência, a se separarem precipitadamente. De qualquer forma, seja por motivos de imediatismo e imaturidade, ou, ainda, por justas razões, o fato é que, quando a união não mais traz segurança, suporte e felicidade para o casal, ocorre o rompimento da relação conjugal.

A partir daí, cada qual tem todo o direito de seguir o seu caminho, em busca daquilo que vê como projeto de vida e de felicidade, inclusive ligando-se a um outro alguém. Em especial, quando existem filhos da anterior relação, devem os antigos companheiros respeitarem-se mutuamente e manter o diálogo sereno, para garantir aos pequenos a tranquilidade e os cuidados necessários a um saudável desenvolvimento da personalidade, como determinam os princípios constitucionais da prioridade absoluta e da proteção integral da criança e do adolescente, que não precisariam sequer estar escritos em qualquer lei, pela obviedade ética e moral de seus conteúdos.

Mas, infelizmente, nem sempre se vê essa serenidade entre os ex-companheiros. Não é de todo incomum que ambos – ou um

deles –, não aceitando a separação, cheios de egocentrismo e exagerado amor próprio, acabem por travar verdadeira guerra, na qual não existe “perdedor” ou “vencedor”, mas, sim, alguns prejudicados, os únicos inocentes em toda a história, que sofrem intensamente: os filhos. Estes que, por vezes, de forma violenta e impensada, são usados como instrumentos nessa batalha, que se torna um verdadeiro inferno para a criança e o adolescente.

Os pais, voltados para si próprios, não se dão conta dos inúmeros e graves prejuízos que causam à formação da personalidade dos filhos quando insistem em manter um comportamento de hostilidade de um para com o outro, como se assim pudessem “vingar” as mágoas que se formaram durante o relacionamento frustrado. Nisso, esquecem-se de que sempre estarão ligados pelo filho comum, quer queiram, quer não, e que a criança ama pai e mãe, igualmente, necessitando do auxílio, do contato, da presença e do carinho de ambos para uma correta formação da personalidade, ou, em resumo, para ser feliz.

As crianças, em geral, possuem uma visão maniqueísta de mundo, pela qual, para elas, existe uma separação clara entre bem e mal, exatamente como se reflete nos desenhos animados e nos filmes de super-heróis. Assim, quando veem os pais em conflito, pron-

tamente sentem a necessidade de “rotular” qual deles é o “bem” e qual é o “mal”, muitas vezes, sendo incentivadas por cada qual dos genitores a tanto, um “jogando” o filho contra o outro.

Neste âmbito, vemos pai que fala mal da mãe para o filho e vice-versa, ou, então, genitor que, no dia de visita, manda o filho dar aquele recado mal educado e agressivo para o que vai ficar com a criança no fim de semana. Existem genitores que, como



em sai perdendo na briga?

detêm a guarda, “cobram ingresso” do ex-companheiro para a visita, dizendo: “se não pagar pensão, não vai ver o filho!”. Ou, ainda, alguns pais e mães tentam afastar o ex-companheiro da vida do filho, de todas as formas, o que foi objeto, inclusive, de recente lei, que trouxe para o ordenamento jurídico a proibição à “alienação parental”. E assim, lamentavelmente, se comportam muitos adultos em conflito, como se fosse possível apagar da memória e da vida do

filho a imagem e a referência de pai e mãe. Uma mera ilusão, decorrente do egocentrismo dos adultos, que deixa marcas profundas e tristes nas crianças.

Não é sem motivo que uma razoável quantidade de ex-companheiros sequer se dão ao trabalho de dialogar pacificamente e, assim, ingressam, perante o Poder Judiciário, com sucessivos processos, por qualquer mínimo desentendimento. Assim porque o processo judicial é uma batalha, organizada, mas

uma batalha, que pode se perpetuar. Com seu formato adversarial, o processo traz, para um ambiente seguro e de iguais oportunidades, o conflito instalado entre as partes, para, ao final, resolvê-lo com a decisão do juiz. Mas, a relação entre as partes, mesmo dentro da dinâmica processual, não deixa de ser uma disputa litigiosa, que, em regra, será resolvida da maneira “tudo ou nada”, ou seja, “um ganha” e “um perde”. E não é incomum que, ao final, a sentença não ponha fim ao conflito real entre as partes e se transforme em uma arma nas mãos daquele que tem a sua pretensão ou a sua defesa acolhida pelo juiz, pois esse que se vê como “o vencedor do processo” utiliza-se da sentença para reforçar a sua posição de “ter razão” frente ao outro, acirrando o litígio.

Nesse contexto de guerra, a parte racional do filho, pela qual procura identificar onde está o “bem” e o “mal” na disputa entre os pais, entra em conflito com o

igual amor que ele sente por ambos, o que gera uma enorme confusão na mente do jovem, a determinar uma singular e profunda angústia. Porém, para além desse sofrimento, durante seu crescimento e na vida em sociedade, o jovem apresentará dificuldades em identificar o que é correto e o que é errado dentro das normatizações de cada círculo da comunidade em que se insere, sem prejuízo de desenvolver outros males de ordem psíquica, como bem definiu o psicanalista Hélio Pellegrino.

É importante que se diga: em meio a essa “guerra” entre os pais, tanto na esfera social quanto na Justiça, existe um único prejudicado, e muito, o filho comum.

Portanto, uma vez rompida a união, é hora de os adultos, que não são mais companheiros, mas nunca deixarão de ser pais, colocarem de lado o amor próprio e compreenderem que um é tão importante para o filho quanto o outro, sendo absolutamente impossível apagar este ou aquele da vida da criança. Assim, ao invés de cada qual procurar reforçar a sua razão, seja no seu íntimo ou em processos judiciais, é muito melhor que olhem para dentro do próprio coração, busquem o amor ao próximo e procurem reconhecer a humanidade no outro, para que tenha início uma convivência mais harmoniosa. Somente assim o filho comum desfrutará da felicidade que todos, principalmente os jovens, buscam, pois estarão tranquilos ao verem a paz entre seus pais, recebendo a atenção, o carinho e o amor de ambos.

Repito os dizeres de um grande pacifista: “Nós devemos ser a mudança que desejamos ver no mundo”. Por consequência, se queremos um mundo menos violento, não devemos praticar ou alimentar os conflitos e a violência, esta que não é apenas a física, mas também está nas palavras, no silêncio, nos gestos, nas omissões e em todas as posições injustas que causam sofrimento. E, muito menos, podemos dar o exemplo da guerra às crianças, a que pretexto for.

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.



Muito parecida com a dengue, nova doença começou a se alastrar pelo território brasileiro



Febre Chikungunya

Recém-chegada ao Brasil, a Febre Chikungunya (CHIKV) é uma doença causada por um vírus RNA do gênero Alphavirus, parecida com a Dengue e, por isso, alguns cuidados devem ser tomados para que ela não se alastre.

Segundo a enfermeira e coordenadora da Vigilância Epidemiológica de Tatuí, Marilu Rodrigues da Costa, a Febre Chikungunya não é transmitida de pessoa para pessoa. “A transmissão aos humanos é causada pela picada do mosquito *Aedes Aegypti* infectado e, menos comumente, pelo mosquito *Aedes Albopictus*, mosquitos que transmitem a dengue e a febre amarela e que podem espalhar esse novo vírus”.

Como não existe vacina contra febre chikungunya, a prevenção consiste em adotar

medidas simples nas residências e arredores, que ajudem a combater a proliferação do mosquito transmissor da doença.

Caso sejam notados os seguintes sintomas, como febre, mal-estar, dores pelo corpo, dor de cabeça, apatia e cansaço, é necessário procurar um atendimento médico, sendo que o diagnóstico depende de uma boa avaliação clínica e de exames laboratoriais.

“A grande diferença da febre chikungunya e da dengue está no seu acometimento das articulações: o vírus avança nas juntas dos pacientes e causa inflamações com fortes dores acompanhadas de inchaço, vermelhidão e calor local”, afirma Marilu.

A enfermeira explica que não há tratamento antiviral específico para a CHIKV. “Tra-

tamento sintomático é recomendado após a exclusão de condições mais graves, tais como malária, dengue e infecções bacterianas”, orienta.

Alguns cuidados são indispensáveis para que a Febre Chikungunya não se espalhe, pois como o mosquito *Aedes Aegypti* é o transmissor do vírus e suas larvas encontram na água parada o local perfeito para se criar, devem-se evitar esses focos da reprodução desse vetor.

Também é necessário colocar areia nos vasos de plantas, limpar regularmente as calhas, colocar tela nas janelas e usar repelentes em viagens ou lugares com acúmulo de mosquitos.

Não se esquecendo de que ser consciente é o primeiro passo!

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

A man with dark hair and a light beard is the central figure. He is wearing a white, long-sleeved button-down shirt with a chest pocket and light-colored plaid shorts with a dark belt. He is standing outdoors with his hands in his pockets, looking slightly to the left. The background shows a blurred building and some greenery under a warm, golden light. A purple vertical bar is on the right edge of the image.

Caderno
de
MODA

Body Chain

O colar que já foi tendência e que retorna nesta estação

De simples corrente a acessório para incrementar o visual, o Body Chain voltou nesta estação e, pelo visto, é para ficar. Queridinho das celebridades, ele é um tipo de colar que começa no pescoço e desce cruzando a barriga, circundando a parte posterior da cintura e serve para dar mais glamour aos looks e até mesmo biquínis.

Sim, o acessório, que pode ser usado até mesmo na praia, também cai muito bem com roupas lisas e em cores neutras, para dar um brilho a mais na composição, sendo que há os modelos mais simples de Body Chain, em ouro ou prata, e também aqueles com pedrarias, para dar um toque especial e mais colorido.

O Body Chain, geralmente, é usado por cima de vestidos e blusas, mas, também, por baixo de vestidos mais decotados, que irão mostrar apenas uma parte do colar, garantindo um ar de mistério e sensualidade. A inspiração da corrente vem das joias usadas pelas indianas e também caem bem com regatas básicas.

Mas é necessário cautela ao combinar um Body Chain com outros acessórios, para não deixar a produção muito carregada, dispensando maxicolares ou brincos exagerados.

Para quem gostou da ideia, mas não encontra a peça que é o hit da estação, basta seguir estas dicas e fazer seu próprio Body Chain, aproveitando, até mesmo, bijuterias que estão esquecidas no guarda-roupa.

Inicialmente, será necessário separar colares ou peças sem uso e um alicata, para abrir as argolinhas e deixar as suas pontas juntas, de forma que os pingentes sejam retirados. Em seguida, basta separar dois fios que estejam nas medidas de 30 centímetros, mais dois com 35 centímetros, outros dois com 20 centímetros e três diferentes que tenham entre 4 e 8 centímetros.

O passo seguinte é pegar um fio que seja um pouco mais grosso e acrescentar nele um pingente na ponta. Selecione as duas correntes de 30 centímetros e as duas de 35, junte todas, formando um colar mais largo e, assim que virar para o lado, notará que tem um formato desigual, que ficará mais ou menos como uma banana.

Depois, junte as duas correntes que foram feitas no passo anterior com o outro fio do pingente, então, o Body Chain começará a se formar. Os colares que foram desmanchados, que têm 43 centímetros, deverão ser unidos na ponta do pingente. Para finalizar, basta pegar os fios menores de 4 até 8 centímetros e prendê-los bem no meio da junção das duas peças.

O Body Chain está pronto para ser usado!





Fause Hatén

“O multiartista que abala o mundo da moda”

Sofisticação, charme e elegância são adjetivos que definem muito bem Fause Hatén. Brasileiro, estilista e dono de um bom gosto indiscutível, ele começou sua carreira no ano de 1987, inicialmente com a marca Der Hatén, que, posteriormente, tomou força quando ganhou o nome do próprio Fause Hatén.

Ainda na adolescência, o gosto pela moda começou a desabrochar, pois sempre gostou de trabalhar com roupas, além de ter uma grande aptidão com as mãos. O mais interessante é que o renomado estilista nunca cursou uma faculdade de moda.

Em 1999, ele entrou no mercado americano através da grife californiana Giorgio Beverly Hills. No ano seguinte, ganhou o prêmio de melhor estilista brasileiro. Já em 2001, foi o primeiro estilista brasileiro a desfilá-lo na Semana de Moda de Nova York.

No entanto, Fause Hatén é muito mais que um estilista. Ele é também cantor, ator, figurinista, escritor, performer, videomaker e empresário, ou seja, um multiartista. Entre seus trabalhos, a exposição “O maravilhoso mundo do Dr. F”, fruto do desfile da coleção Verão 2014 da São Paulo Fashion Week, “Vício”, seu segundo CD, com versões autorais de músicas de artistas como Sidney Magal, Cazuza, Marcelo Camelo e Chitãozinho e Xororó, assinatura em figurinos da peça “A casa de Bernarda Alba”, sob direção de Elias Andreato, e do musical “A madrinha embriagada”, dirigida por Miguel Falabella, além de estar em busca de uma editora para lançar sua autobiografia.

Fause Hatén também está à frente das criações da Riachuelo, uma das maiores lojas de departamento do Brasil e também patrocinadora oficial do São Paulo Fashion Week.

Para ele, o que mais o atrai na moda é a questão estética, a questão social que envolve a moda e, ao mesmo tempo, o lugar que ela ocupa hoje, o universo de cada pessoa, pois, muitas vezes, a moda faz isso, ela faz bem, acrescenta, valoriza, dá mais que um prazer estético, dá um prazer emocional.

O multiartista conta também que, na moda, de maneira geral, lhe interessam as pessoas que têm uma opinião, que se expressam. Já em suas coleções e criações, a marca registrada são sempre o estilo e a elegância. “Mulher elegante acima de tudo é uma mulher confortável. Isso é o mais importante, independe de altura, de físico ou da beleza, eu acho que o conforto traz a elegância, isso é uma coisa que vem de dentro e a gente pode moldar, melhorar, viabilizar, mas é uma coisa interna de cada um. E como nós estamos em um momento de trabalhar muito mais o interno do que o externo, é um bom momento para se falar de elegância”, finaliza.

Zaith
sportswear

Coleção
2014/2015 
tng

Etnec

Rua 11 de Agosto, 457 . Centro . Tatui/SP . (15) 3251-1955
www.zaith.com.br |  zaithsportswear



*Válido por tempo indeterminado.

Força Jovem

Tênis YOURFACE por apenas R\$139,90 ou em 6X no cartão.*

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



One Store Marisol

Nova coleção primavera verão Lilica e Tigor.

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



Cia Fitness

Sempre pronta para o dia a dia.

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



Fogaça Selaria

Selas de todos os tamanhos e modelos é aqui na FOGAÇA SELARIA.

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



Kanguru Bolsas

O presente ideal para o seu pai.

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

O Dia de Mario

Mês de agosto é um mês de muitas comemorações, mas tem uma data que é especial para todos nós, e esta data chamamos de Dia dos Pais.

E foi com todo este carinho de filha, que Gabriela, de apenas 12 anos, escreveu para nossa revista falando sobre seu pai Mario. Diferente de muitas cartas que recebemos, nas quais as pessoas contam as suas necessidades e dizem o quanto precisam desse dia, Gabriela procurou apenas elogiar o seu pai e também dizer: “Ele merece essa homenagem por ser esse paizão amoroso com todos aqui em casa”!

Mario tem 50 anos, mora na cidade de Tatuí e trabalha como mecânico de manutenção na FBA, no período da noite, e pela manhã ele é conselheiro tutelar, e isso faz com que Gabriela sinta muito orgulho do seu paizão, pois este é o jeito carinhoso que ela o chama.

Então, chegou a hora de presentear o paizão...

Na loja *Hering Store*, Mario foi muito bem atendido por Jéssica, que mostrou roupas lindíssimas para um pai moderno, e ele escolheu uma calça jeans, modelo *skinny*, cintura intermediária, modelagem ajustada e muito confortável. E para complementar o *look*, uma camisa modelo gola polo, listrada nas cores laranja, branca e azul, maravilhosa!

O sapato foi presente da loja *Calçados & Cia*, e a vendedora Rafaela mostrou vários modelos, mas o sapato que Mario gostou foi um sapatênis de couro na cor marrom e detalhes em azul marinho, que combinou muito com a sua roupa.

Na *Miriam Lingerie*, Paula deixou Mario bem à vontade para escolher o seu presente e ele saiu da loja muito contente com uma cueca básica de algodão na cor cinza-chumbo, junto com um par de meias, modelo clássico, na cor bege.

Mario ganhou também um presentão da *Óticas 10*, um lindo relógio *Condor*, analógico e digital, em aço, à prova d'água para que ele fique mais elegante e sem perder a hora.

E quem também, mais uma vez, topou participar, presenteando nosso realizado, foi a *Bless Cosmetics*, que montou um *kit* lindíssimo com uma deliciosa colônia, um creme hidratante que auxilia na recuperação da pele ressecada e gel pós-barba que hidrata e refresca.

Hora de cuidar do paizão...

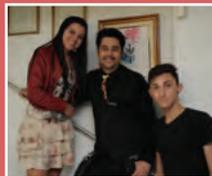
Tudo começou na *Estética Charme* com a esteticista Aline, que deixou Mario muito à vontade, fazendo uma massagem relaxante com pedras quentes, sendo que o benefício da massagem com pedras trouxe a ele o alívio de tensões, combateu a hiperatividade e proporcionou uma sensação de prazer devido ao calor das pedras. Já com a esteticista Cristiane, Mario fez um *peeling* de diamante, um procedimento que teve a finalidade de promover a renovação celular, devolver a elasticidade para a pele, clarear as manchas e amenizar as linhas de expressão. Também foi usado um *peeling* enzimático de romã que teve efeito clareador e revitalizador, um excelente tratamento para ser realizado neste inverno.

Em seguida, continuamos o processo de beleza no *Studio Zezinho*, onde a manicure Tatiane preparou as unhas de Mario, deixando-as bonitas, e o cabeleireiro Zêzinho cuidou da barba, deixando cavanhaque e bigode, e os cabelos foram lavados pelo auxiliar Thiago. E para finalizar o visual, Zezinho escovou os seus cabelos e, na pele, usou base fosca e pó, o que deixou o paizão do mês um arraso!

E para finalizar a noite, Mario foi com sua linda família na *Mariah Pizza Bar*, onde eles puderam apreciar uma saborosa porção de batatas fritas, uma deliciosa pizza de dois queijos e uma pizza de *bacon*, beberam refrigerante, batida de morango e o tradicional *chopp* bem geladinho, além de reunir a família em um ambiente aconchegante e agradável. E a *Finess Conveniência e Empório* também deixou o paizão Mario surpreso com uma belíssima cesta, tipo baú, decorada, com cervejas especiais, chocolates, aperitivos, *cookies*, torradas, enfim, tudo para ele aproveitar ainda mais o seu Dia dos Pais.

Parabéns pelo seu dia, Mario, e um feliz Dia dos Pais a todos os pais!!!





Studio Zezinho



Calçados & Cia



Finess
Conveniência e Empório



Estética Charme



Hering Store



Mariah Pizza Bar



Miriam Lingerie



Óticas Dez



Bless Cosméticos

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

Hering Store, Praça Adelaide Guedes, 88, Centro, Tatuí, fones: (15) 3259-2196/(15) 3259-2158 ou www.hering.com.br; **Calçados & Cia**, Rua 11 de Agosto, 405, Centro, Tatuí, fone: (15) 3205-1234; **Miriam Lingerie**, Rua Prudente de Moraes, 207, Centro, Tatuí, fones: (15) 3251-2318/(15) 3305-1631; **Óticas Dez**, Rua Prudente de Moraes, 430, Centro, Tatuí, fone: (15) 3305-7410 ou www.oticasdez.com.br; **Bless Cosméticos**, Rua 11 de Agosto, 540 Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-6623; **Estética Charme**, Rua Martiniano de Azevedo, 141, Centro, Tatuí, fones: (15) 3305-4396/(15) 99762-1067 ou esteticacharme@ig.com.br; **Finess Conveniência e Empório**, Praça Cesário Mota, 160, Centro, Tatuí, fone: (15) 3251-9633 ou www.finessconveniencia.com.br; **Studio Zezinho**, Rua Farmacêutico Afonso Avalone, 129, Bairro Dr. Laurindo, Tatuí, fone: (15) 3251-6992; **Mariah Pizza Bar**, Av. Dr. Salles Gomes, 149, Centro, Tatuí, fone: (15) 3305-2999; **Josué Mota Fotografia**, Rua Cônego Demétrio, 391, Centro, Tatuí, fones: (15) 99721-0616 / (15) 99730-2150, contato@josuemota.com e www.josuemota.com.br.

Apoio: Elmec Comunicações

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



Escolhendo cortinas

Com um simples toque, elas deixam qualquer ambiente mais bonito e sofisticado.

Deixar um lugar mais aconchegante, bonito e sofisticado, pode ser uma tarefa fácil, quando o assunto são as cortinas. Indicadas para todos os ambientes de uma casa, empresa ou comércio, as cortinas podem ser usadas para bloquear a passagem de luz, além de dar um toque diferenciado à decoração.

Elas podem ser coloridas, em cores neutras, estampadas, confeccionadas em algodão, voil, tecidos naturais como fibra ou bambu, seda, além de estarem presas aos trilhos, tubos de ferro ou argolas, que podem ser escolhidos conforme o restante dos objetos da sala, quarto ou escritório.

Mas, engana-se quem pensa que uma cortina serve somente para escurecer um ambiente. “Toda persiana tem função decorativa e de luminosidade. As cortinas

blecaute têm maior vedação dos raios solares, os tecidos translúcidos vedam o sol e passam a luminosidade e os tecidos screen protegem contra os raios UV”, explica Renata de Fátima Gonçalves Lima, gerente Comercial do Grupo Persol.

É importante lembrar que o blecaute tem um tipo de painel por dentro, que diminui a entrada de luz no ambiente em praticamente 100% e é muito indicado em locais com televisão, para que a claridade não atrapalhe. Já a tela translúcida possibilita que a luz natural passe e que seja possível visualizar de dentro o que acontece do lado de fora.

Renata aconselha que as cortinas sejam trocadas a cada cinco ou seis anos, se forem em tecido, já no caso de PVC e alumínio, pode ser mais tempo, porém, depende

do uso e dos cuidados adequados na higienização. “Qualquer produto utilizado para manter a peça limpa, por mais que seja usado corretamente, há o risco de danificar a composição”, esclarece a profissional.

No caso da seda, ela estraga muito fácil com a luz do sol e os tecidos sintéticos costumam ter maior durabilidade e são mais fáceis de limpar. Renata Lima orienta que cada tecido precisa de um tipo de higienização, pois a composição dele pode dar alterações no tom e pode até mesmo, ainda que em último caso, encolher.

Também há ambientes em que as cortinas não devem ser usadas, como em áreas externas com chuva e sol, onde não podem ser colocadas as persianas. Fora isso, as cortinas são muito bem-vindas e agregam sofisticação, romantismo e sobriedade.

ASAC
CONSTRUÇÃO & COMÉRCIO

"Transformando seus sonhos em construções ousadas e inteligentes"

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

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

SETAL
PORTÕES AUTOMÁTICOS

Portões em Alumínio Branco.

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

De Brito

Interiores

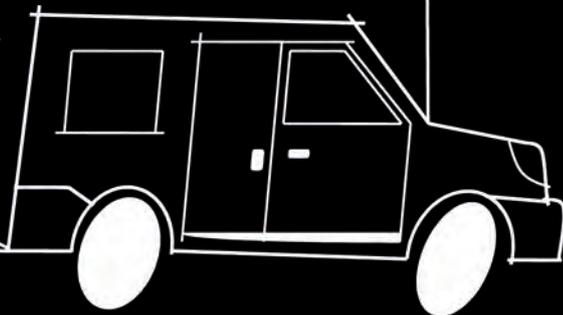
Elmcc

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  DeBritoInteriores
contato@debritointeriores.com.br



Pisos drenantes

A natureza clama por nossa maior atenção e cuidado

Enchentes são provenientes de ações sucessivas do homem contra a natureza, e isso não é mais novidade. Para tentar contornar essa situação, empresas buscam maneiras de reduzir os impactos na produção de seus produtos e também buscam inserir, no mercado, materiais inovadores que colaborem com o meio ambiente.

Há alguns anos, o piso intertravado e o piso grama já vêm colaborando com o aumento da infiltração de água de chuva no solo. Mas o avanço tecnológico da indústria da construção já nos presenteou com o piso drenante, que escoar 95% da água para o solo.

Esse piso, em seus componentes, pode apresentar pneu, restos de construção, pedras naturais entre outros. Essa diversidade de materiais reaproveitados torna o material ainda mais ecológico. E além da diversi-

dade de materiais, há a diversidade de cores. O mercado oferece uma gama extensa para atender qualquer tipo de projeto.

Podemos encontrar o material em vários formatos e dimensões, porém, para atender casos específicos, existem empresas que produzem peças exclusivas para os clientes mais exigentes, ou de acordo com o projeto do arquiteto paisagista.

Para um bom resultado final, o

produto necessita de um solo bem compactado e, na sequência, duas camadas de brita 1 e 2 e outra camada de areia grossa, que irá receber o piso. Esse piso não necessita de rejuntamento e por esse motivo pode ser transferido para outros endereços!

DICAS:

Evite revestimentos cerâmicos no seu quintal, dê preferência para revestimentos drenantes ou gramados.

Uma boa mão de obra não se escolhe por preço e sim por qualidade.

Consulte um arquiteto para deixar seu quintal mais bonito e charmoso. Pequenas alterações podem trazer grandes transformações.

Até a próxima!

Veridiana Pettinelli
www.arqprojetos.arq.br







Pedras para piscinas Pedras Prudente Pedra Seixo

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



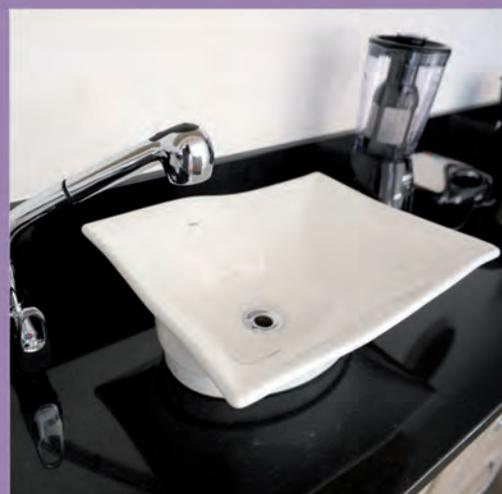
**H. OBA ENGENHARIA
E CONSTRUÇÃO**



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



ADNEI DAS PEDRAS

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

**TONINHO
 DU GESSO**

Toninho Du Gesso
 Fixo (15) 3251.4744
 Vivo (15) 99656.4485
 Tim (15) 98159.5922
 Nextal 78362092/ID978*15517

Pavanelli
 MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

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

per tutti
 MODULADOS

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



Tijolo Ecológico

Produto e sistema construtivo inovadores

Na construção civil, o objetivo para quem vai construir é identificar tecnologias capazes de melhorar a produtividade nas obras e o desempenho do ambiente construído.

Em um mercado competitivo, como o da construção civil, identificar produtos e sistemas construtivos realmente inovadores não é uma tarefa fácil.

Todo ano, construtores e engenheiros são apresentados a uma grande variedade de soluções criadas para otimizar processos, reduzir custos ou melhorar a qualidade dos projetos de edificações e de infraestrutura.

Um exemplo de inovação e praticidade é o tijolo ecológico - composto de terra, cimento (de 5 a 12%) e água.

O tijolo de solo-cimento é mais ecológico porque sua produção, através de prensagem hidráulica, ocorre sem a queima de madeira e o consumo de energia (presentes na fabricação dos tijolos cerâmicos convencionais). Além disso, esse tipo de tijolo é autotravado:

o encaixe preciso requer apenas um filete de cola branca, dispensando a argamassa e gerando uma economia de até 50% no tempo de execução da obra.

Sua aparência lisa permite também que o tijolo seja aplicado sem reboco, permite o assentamento direto aos acabamentos e não requer viga para o apoio da laje, reduzindo ainda mais o consumo de material. Outra vantagem são os furos, que facilitam a passagem dos dutos elétricos e do sistema hidráulico.

Por possuir características que contribuem para o isolamento acústico, resistência e impermeabilidade, o material pode ser utilizado em qualquer tipo de construção - edificações habitacionais de até seis andares, estruturas industriais, áreas externas, pisos, muros, entre outros.

Este foi o sistema construtivo escolhido por uma família que queria uma casa de campo, mas devido à distância da construção à cidade, escolheram o tijolo ecológico,

por ser mais rápido no tempo de construção, exigindo-se menos mão de obra especializada.

A depender do projeto e local, dispensa-se reboco e pintura, como foi o caso da casa de campo citada acima, a pintura foi feita diretamente sobre o tijolo, proporcionando um projeto mais barato sem perder suas características, gerando uma obra limpa, com menor quantidade de entulho e perda de material, principalmente concreto e massa de assentamento.

Só vale lembrar: na hora da compra, certifique-se se o produto obedece às normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) e se a empresa ou as máquinas usadas contam com certificado de qualidade.

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

Rua José Bonifácio, 1180 - Centro - Tatuí/SP | (15) 3251-4005/99666-2210 | aline-simoes.engenharia@uol.com.br

Amigos da Criança com Câncer

Ajudar a quem precisa é o maior ato de amor.



Quando uma pessoa colabora com a outra em caso de alguma enfermidade, a dor passa a dar lugar à alegria e, dessa forma, um ajuda ao outro a amenizar o sofrimento. Pensando dessa maneira, a Associação dos Amigos da Criança com Câncer (AMICCA), uma organização sem fins lucrativos e sem vínculos partidários, que tem como missão promover o bem social com projetos sociais e trabalho voluntário, vem realizando, há 33 anos, um trabalho de acolhimento a todas as pessoas que necessitam de atenção.

Fundada em 30 de outubro de 1980, a AMICCA busca evitar a reintegração ou o agravamento do câncer nas crianças e adolescentes carentes, que são encaminhados pelo Hospital Universitário Clementino Fraga e Instituto Nacional de Câncer (Inca), oferecendo atendimento de assistência social aos pacientes e familiares, acompanhando o quadro evolutivo da doença e do desenvolvimento social da família junto aos psicólogos, encaminhando-os a outros projetos da AMICCA, além de distribuir medicamentos não padronizados, complementos alimentares, bolsa de alimentos, transporte reintegração, projeto cultural, acolhimento, fortalecendo a autoestima e a reintegração social.

Entre as atividades disponíveis na AMICCA, estão: apoio social, psicológico e pedagógico; acolhimento; apoio espiritual; arte terapia; assistência social; brinquedoteca; biblioteca; bolsa de alimentos; centro de informática; centro de ciências holísticas; dança terapia; humanização e teatro.

Presidida e fundada por Iara Rezende, a AMICCA conta com mais de 40 voluntários, que se dividem em cinco áreas: hospitalar, desenvolvimento institucional, apoio ao paciente, serviços e administração, além de auxiliar em campanhas e eventos.

O trabalho da AMICCA vem com o intuito de confortar quem convive com o câncer e também os familiares, que lutam junto com o paciente e que precisam de uma base

mão (27 mil) e estômago (20 mil), que foram calculados com base nas taxas de mortalidade dos estados e capitais brasileiras.

Já em crianças, os tipos de câncer mais comuns, são: leucemias (33%), tumores do sistema nervoso central (20%), linfomas (12%), neuroblastoma (8%), tumor de Wilms, dos rins (6%), tumores de partes moles (6%), tumores ósseos (5%), retinoblastoma, nos olhos (3%), linfoma de Hodgkin, entre outros.

Porém, o lado positivo é que houve aumento no investimento do Ministério da Saúde na assistência aos pacientes com câncer, já que em 2013 foram R\$ 2,1 bilhões e para este ano, a previsão é que o valor alocado no fortalecimento do atendimento em oncologia chegue a R\$ 4,5 bilhões.

Outro fator de positividade é que os interessados em ajudar as pessoas acometidas pelo câncer, além de participar ativamente na Associação dos Amigos da Criança com Câncer, podem contribuir até mesmo de longe, através da doação de mantimentos, eletrodomésticos, brinquedos, muito amor ou qualquer quantia em dinheiro, que pode ser depositada através do Banco Itaú, Agência



sólida para enfrentar os desafios que a doença traz e também para ter forças, a fim de alcançar a vitória na batalha contra o câncer.

De acordo com o INCA, cerca de 580 mil casos novos serão diagnosticados até o final de 2014, sendo que os cânceres mais incidentes na população brasileira são os de pele não melanoma (182 mil), próstata (69 mil); mama (57 mil); cólon e reto (33 mil), pul-

8123, Conta Corrente 10168-8, CNPJ: 35.810.076/0001-67.

Outras informações podem ser solicitadas através do e-mail presidencia@amicca.org.br, pelo telefone: (21) 2295-5353 ou pelo endereço: Rua General Polidoro, 105, bairro Botafogo, Rio de Janeiro.

Quem doa com amor, recebe amor sem fim.



Perder mais uma Copa do Mundo em casa, 64 anos depois da derrota para o Uruguai, no Maracanã, em 1950, certamente foi uma decepção muito grande para a maioria dos brasileiros. Ainda mais se levarmos em conta a humilhante goleada que a seleção brasileira sofreu da Alemanha, configurando-se na pior derrota do Brasil em copas do mundo até hoje.

Mas, tristezas à parte, e apesar dos inúmeros problemas enfrentados durante a preparação para o torneio, o Brasil causou ótima impressão nos turistas estrangeiros que por aqui passaram. Segundo pesquisa do Instituto DataFolha, 83% dos entrevistados consideraram a organização da Copa ótima ou boa e 95% dos estrangeiros ouvidos pela pesquisa aprovaram a hospitali-



A VIDA depois da COPA

*Brasil perdeu o jogo,
mas causou boa
impressão ao mundo.*

dade do povo brasileiro. Neste aspecto, a Copa no Brasil foi um grande sucesso e mostrou ao mundo um país que tem problemas, sim (qual nação não tem?), mas que está amadurecendo e tentando seguir o caminho certo para ocupar um lugar de destaque no cenário mundial.

O sucesso do evento, neste aspecto, deve ter sido um balde de água fria nos derrotistas e pessimistas, que apostavam em tumultos, protestos e que a imagem do Brasil fosse manchada. Há, ainda, os que reclamam que perderam dinheiro com a Copa, pois tiveram de fechar o comércio mais cedo e em algumas cidades foi feriado. Bem, os três milhões de turistas que vagaram pelo país em junho e julho certamente gastaram dinheiro: precisaram comer, morar, talvez alugar um carro e até comprar roupas e lembranças. Então, algum setor lucrou e lucrou bastante com a copa. E se houve prejuízo, o empresário ainda

tem o resto do ano para faturar. Talvez, seja melhor pensar em estratégia de venda, no lugar de reclamar de um evento que já passou. Até porque temos outro grande evento esportivo em 2016: as Olimpíadas no Rio de Janeiro. E também teremos, em 2015, a edição comemorativa do Rock in Rio, mega evento musical criado há três décadas pelo empresário Roberto Medina e que retornará ao Rio de Janeiro em setembro do ano que vem. O Rock in Rio já trouxe grandes nomes ao Brasil, como Guns 'N Roses e Queen, entre outros. Também em 2015, o evento faz sua estreia em Las Vegas, nos EUA.

Muito se falou dos gastos com a Copa, estimados em R\$ 26 bilhões, segundo dados do governo. Pode parecer muito dinheiro (e realmente é uma soma considerável), mas não

Talvez, os pessimistas devessem conversar com um dos mais de 2,2 mil turistas estrangeiros ouvidos pelo DataFolha, pois a maioria aprovou o transporte aéreo (76%) e a segurança (82%).

Claro que ainda há muito por fazer, mas podemos e devemos começar já, construindo um país e uma sociedade melhor, começando por nós mesmos, fazendo o que, na maioria das vezes, acreditamos que só os outros são obrigados a fazer.

Final, a vida continua após a Copa e em outubro temos mais um grande evento para participar: as eleições. Um evento, sem dúvida nenhuma importantíssimo, pois definirá os rumos da nação – e de 200 milhões de brasileiros – pelos próximos quatro anos.

Mas enquanto a campanha não deslança e

Tietê

“Se analisarmos do início da Copa do Mundo ao último dia de jogo, os dados apresentam uma redução de 28% nas vendas neste período, é muita coisa, mas também acredito que seja injusto culpar o evento pela queda das vendas”, afirmou Júlio Cesar Coan, gerente administrativo da Associação Comercial de Tietê.

Segundo ele, é “preciso também analisar que o consumidor está no limite do seu endividamento neste ano. Só nestes primeiros vinte dias do mês de julho, segundo os dados divulgados pela Associação Comercial de Tietê, houve um aumento na inadimplência de 30,47% em comparação ao mesmo período do ano passado, são mais de 8.000 pessoas registradas só no serviço de proteção ao crédito (SCPC) de Tietê, o



chega a 5% do que os brasileiros já pagaram em impostos, até o dia 24 de julho. Segundo dados do site [impostometro \(www.impostometro.com.br\)](http://www.impostometro.com.br), até esta data, o governo contabiliza a impressionante cifra de mais de R\$ 922 bilhões em impostos pagos (dinheiro suficiente para construir mais de 65 milhões de salas de aula, por exemplo). Ou seja, em menos de oito meses, quase um trilhão de reais arrecadados.

Com os cofres cheios, parece que o problema do Governo Federal não é a falta de dinheiro, mas o mau uso do mesmo, com gastos mal planejados e, muitas vezes, desnecessários. O importante é que a infraestrutura ficará e poderá ser usada pela população ainda por muitos anos, assim como as obras de mobilidade urbana.

Ainda assim, há aqueles que sempre criticarão algo. O Brasil não é perfeito, mas depende do povo, da sociedade brasileira para mudar.

a política não ocupa o centro das atenções, os brasileiros ainda tentam explicar o fracasso da seleção e analisar se a nomeação de Dunga foi acertada ou um retrocesso para o futebol pentacampeão.

Para muitos, a Copa representou baixo faturamento no comércio, que em algumas cidades registrou queda de quase 30% nas vendas durante o período. Alguns empresários, porém, não sentiram muito os efeitos do fechamento das lojas e houve até quem se destacasse em seu segmento, como é o caso da rede de lojas de materiais de construção Caetano, que está em 17º lugar em vendas no setor, em todo o Estado de São Paulo, segundo pesquisa executada e publicada em revista especializada no setor.

Veja, agora, o impacto da Copa do Mundo no comércio de algumas cidades da nossa região entrevistada pela Hadar.

que corresponde a um valor de mais de R\$ 3 milhões. Já no primeiro semestre deste ano, as vendas apresentaram uma queda de 13,82%, ou seja, a inadimplência está muito alta, os consumidores estão comprometidos com dívidas parceladas, seja no cartão de crédito ou crediário, e também os bancos estão segurando mais a concessão de crédito, estão sendo mais criteriosos”, ressaltou Coan.

Para o gerente, é injusto culpar apenas a Copa pela queda nas vendas: “teve, sim, uma parcela de culpa, mas é pequena, a situação, neste ano, já vinha se encaminhando para um baixo crescimento e, talvez, tenha uma leve recuperação nas vendas do final de ano. Neste momento, é importante, principalmente, o varejo usar a criatividade para aumentar as vendas, seja através de liquidações ou campanhas, e também o mais importante de tudo: utilizar as ferramentas

de proteção ao crédito, nesta atual conjuntura econômica é de extrema importância a análise de crédito para a realização da venda”, finalizou Júlio Coan.

Tatuí

Se em Tietê a Copa não contribuiu para manter as vendas no mesmo patamar do ano passado, em Tatuí, a situação foi diferente, de acordo com a associação comercial local.

“Houve crescimento das vendas no comércio que vendia produtos relacionados à Copa, já em outros segmentos não relacionados, continuou no mesmo patamar (índice) de vendas. Em nossa avaliação não houve prejuízo por causa do evento”, afirmou Moacir Edson Silvei-

taladas em cidades da Região, a rede de lojas Caetano (venda de materiais para construção) está em 17º lugar em volume de vendas, entre 265 lojas do Interior de São Paulo, segundo levantamento feito pela revista ANAMACO, a maior do setor de construção. “Ficamos muito felizes ao saber que estamos nessa posição no ranking”, afirmou Caetano. O grupo tem planos de subir ainda mais nos próximos levantamentos. Para Caetano, o sucesso se deve “a uma forte “Estrela” lá de cima e uma boa equipe que temos aqui em baixo”.

Mesmo com o bom desempenho do grupo, a rede constatou uma pequena queda nas vendas de materiais básicos, em relação ao mesmo período de 2013. “Houve redução nas vendas

longo prazo ao País. Quanto a estarmos preparados para receber grandes eventos, fica a Copa como prova que, apesar de tantas faltas nas infraestruturas dos estados, ainda ficamos bem vistos pelos estrangeiros”, finalizou Caetano.

Porto Feliz

As vendas no comércio durante a Copa do Mundo tiveram uma queda em torno de 10%, segundo levantamento feito pela associação comercial.

“Verificamos uma queda em torno de 10% no comércio, em geral, em relação ao ano passado. Os setores que mais venderam foram os relacionados a bebidas e alimentação como supermercados, açougues, empórios, etc. O setor que mais sentiu os efeitos negativos foi o comércio de vestuário”, informou Eduardo Santinon, gerente executivo da entidade.

Para Santinon, “o comércio foi prejudicado pelos horários em que foram realizados os jogos, principalmente da Seleção Brasileira, pois interferiram diretamente na rotina das pessoas. Mas também existe um maior endividamento por parte dos consumidores, que já foi sentido durante os primeiros seis meses deste ano. Para reverter esse quadro, o comerciante tem que continuar investindo em melhor atendimento e melhores condições para atrair clientes para o seu comércio, não existe mágica”. O gerente avalia que a lição que o país deve tirar é que “devemos nos preparar melhor para receber este tipo de evento



ra, gerente administrativo da entidade. Para ele, a grande lição que o comércio pode tirar desta situação é que “tem sempre que aproveitar a oportunidade para alavancar vendas”.

Moacir acredita que o comércio deve se preparar para aquecer as vendas em oportunidades e eventos como esses. “Nas Olimpíadas, por exemplo, temos que nos preparar e aproveitar o evento para aquecer as vendas, pensando sempre positivo, entrando no ritmo das Olimpíadas”, afirmou, acrescentando que os eventos trazem benefícios “e o empresário está preparado para trabalhar com turistas”.

Ainda em Tatuí, a Hadar também entrevistou Jonas Caetano Filho, sócio-proprietário da Rede Caetano, que é destaque no segmento de materiais para construção.

Com sede na cidade e várias unidades ins-

de cimento, cal, areia, ferragem e tijolos, pois em dias de jogos, principalmente do Brasil, os pedreiros não iniciavam em suas obras serviços pesados, pois queriam ir embora mais cedo, com isto, vendeu-se menos; já o setor de materiais de acabamento acabou compensando o faturamento, mantendo a média de venda em relação ao mesmo período de 2013. Não houve setor com prejuízo”, afirmou o empresário.

Para ele, fica o exemplo de que “nós, brasileiros, damos um jeito para tudo, inclusive em uma Copa entre meio a tantas dificuldades”. Caetano dá a dica de como se preparar para as Olimpíadas de 2016: “com o calendário em mãos, com dias e horários dos jogos, temos que nos organizar para faturar em menos tempo o suficiente para não caírem as vendas. Acredito que eventos como esses trazem, sim, benefícios a médio e

de grande porte”.

Por outro lado, Santinon não acredita que as Olimpíadas afetem o comércio regional da mesma maneira como a Copa do Mundo. “o brasileiro não é tão fanático, na maioria, por outros esportes. Mas o comércio deve sempre adotar ações e aproveitar as oportunidades para alavancar seus negócios e este outro evento também é uma oportunidade”.

Sobre os benefícios que a realização de grandes eventos traz para o comércio, Eduardo Santinon ressalta que “para as cidades que foram sedes dos jogos e atraíram os turistas, é, sim, algo interessante. Também podemos dizer que estamos preparados, pois estamos vendo que foi uma das copas de futebol mais elogiadas da história pelos turistas que vieram para o evento. O brasileiro sabe bem receber suas visitas”.

Geração de empregos com a Copa fica abaixo do prometido

Terminada a Copa do Mundo, os brasileiros estão à espera dos frutos do espetacular evento. No campo do emprego, as promessas foram sedutoras. O presidente da Embratur, José Vicente L. Neto, disse que a Copa criaria 1 milhão de empregos. Considerando os efeitos de longo prazo, José Benin, do Ministério do Esporte, anunciou a geração de 3,6 milhões de postos de trabalho. O que dizer?

Com base em estudos das Copas do Mundo realizadas na Europa e na África, sabe-se que as estimativas de geração de emprego apresentadas antes do evento são muito superiores às constatadas depois do certame.

Na realidade, a Copa do Mundo é, simplesmente, uma grande festa que, como toda festa, gera oportunidades de trabalho temporário e de curta duração. Nas estimativas de Edson Domingues, da Universidade Federal de Minas Gerais, o total de empregos gerados pelo torneio deve ter ficado em torno de 185 mil, na maioria, temporários e ligados às atividades de turismo, alimentação, transporte, produção e vendas de bens alusivos ao evento - camisetas, bandeiras, flâmulas e adereços.

E o turismo, não teria alavancado a geração de empregos? O evento atraiu mais estrangeiros do que se esperava (cerca de 700 mil), o que gerou contratações de curta duração. Tudo seria diferente se, a partir da Copa, o Brasil se tornasse um polo de atração permanente para o turismo mundial, como são a França, os EUA, a China e o Caribe. É pouco provável que a Copa do Mundo tenha removido os focos de preocupação e apreensão dos estrangeiros em relação à insegurança e à violência no Brasil, assunto fartamente divulgado na imprensa internacional.

No comércio, o impacto também parece ter sido pequeno, mesmo porque, como compradores, os brasileiros não estavam tão animados como nas Copas anteriores. No setor de varejo ocorreu algo inesperado: a Copa esvaziou as lojas (com exceção das que vendem eletrodomésticos). A própria abertura do certame coincidiu com o Dia dos Namorados (12 de junho). De modo geral, os feriados decretados nas cidades-sede afetaram o setor de comércio e serviços, o que limitou a contratação de temporários.

A expansão da infraestrutura merece consideração especial. A construção dos estádios, aeroportos, vias de acesso e transporte estimulou a geração de empregos, sem dúvida. Mas, também, concluídas as obras, terminam os empregos, com exceção dos ligados à operação dos novos empreendimentos como, por exemplo, os funcionários dos estádios, aeroportos e meios de transporte. Mesmo assim, ficamos longe daimensidão de empregos prometida.

Em suma, como aconteceu nas Copas do Mundo da França, Alemanha e África do Sul, tudo indica que a promessa de geração de empregos decorrentes do certame, no Brasil, foi exagerada.

Wolfgang Maennig, que é especialista na análise dos impactos dos grandes eventos esportivos, salienta que o ganho mais concreto das Copas do Mundo é a disseminação de um sentimento de euforia e felicidade na população - fato que, no Brasil, durou só até a humilhante derrota para a Alemanha. Terminada a Copa, diz ele, as pessoas descobrem que, voltando à vida normal, têm de contar com os empregos de longa duração da indústria, agricultura, comércio e serviços, porque os que vieram com a Copa com ela se foram.

Nesse sentido, lamento dizer que, no campo do emprego, o Brasil vai tão mal quanto no campo do futebol. Nos primeiros cinco meses de 2014, a geração de novos postos de trabalho formal foi 32% menor do que em 2013 e 46% menor que em 2012. Isso indica a debilidade da nossa economia para gerar empregos, tudo agravado pela inflação, pelo custo Brasil, a baixa produtividade e a complexidade da CLT, que continuam tão perversos quanto antes da Copa. Quem sabe, passada a Copa, o Brasil decida remover esses entraves para os brasileiros poderem trabalhar e viver melhor...

Em artigo publicado no site da Federação do Comércio do Estado de São Paulo, José Pastore, presidente do Conselho de Emprego e Relações do Trabalho da FecomercioSP, avalia a realidade da geração de emprego após a Copa



Real completa 20 anos: saiba um pouco dessa historia

Plano econômico estabilizou o país e é mantido até hoje quase sem mudança

Quem tem 20 anos ou menos cresceu em um Brasil bem diferente das gerações anteriores. Expressões como “inflação galopante”, “desabastecimento” e “congelamento de preços” praticamente caíram no esquecimento e as novas gerações não estão acostumadas como uma realidade onde os preços dos produtos mudavam quase diariamente.

Imaginar uma inflação anual de mais de 2.700% ao ano, como a registrada em 1993, durante o governo de Itamar Franco, parece ser algo impossível. Mas isto de fato ocorreu em nosso país, assim como os sucessivos – e fracassados – planos econômicos lançados antes do Plano Real, em 1994.

Elaborado por uma equipe econômica ligada ao então ministro da Fazenda (e depois presidente) Fernando Henrique Cardoso, o Real foi implantando em fases, sem provocar grandes sustos na população. E esta gradatividade é apontada por muitos como uma das razões do sucesso do plano.

Afinal, a inflação e a instabilidade econômica caminham lado a lado com a história do nosso País, basta ver quantas moedas já tivemos: mil réis, cruzeiro, cruzado e Real, só para citar algumas. Apenas a título de comparação, desde que se tornaram independentes, em 1776, os Estados Unidos possuem a mesma moeda: o dólar.

Mas turbulências econômicas são um traço comum a quase todos os países latino-americanos, basta ver a recente crise argentina e os graves problemas venezuelanos. E isto em pleno século XXI.

Apesar do sucesso da política econômica brasileira, alguns ajustes podem e devem ser feitos pelo governo. O Brasil já cresce menos entre os países emergentes e a inflação, embora não seja nem sombra do que foi, ainda existe.

Ganhando dinheiro nas aplicações

No auge da hiperinflação, no início da década de 90, empresários e comerciantes não se preocupavam muito em agradar a clientela. Com a inflação galopante, as aplicações financeiras garantiam o lucro. O objetivo era aplicar e garantir o rendimento

do overnight (outro termo que anda sumido). Na época, a inflação mensal chegava a 80%. Por isso, os empresários corriam para depositar dinheiro diariamente nas agências bancárias.

A corrida diária aos bancos deixou de ser rotina após 1994, quando a estabilidade econômica, trazida pelo Plano Real, pôs fim ao lucro via aplicações bancárias e exigiu que as empresas garantissem o resultado com a produtividade do negócio e não no mercado financeiro.

A adaptação não foi da noite para o dia. Os consumidores, as empresas e até os governos levaram um tempo para se acostumar e confiar na nova realidade. No dia que antecedeu a chegada do real, não foram poucos os casos de aumentos de preços. Segundo o Procon, entre o anoitecer do dia 30 de junho e o clarear do dia 1º de julho, a alta dos preços chegou a 68,29%. Só o pão francês registrou um aumento de 15% em São Paulo. O medo de mais um congelamento de preço fez com que os supermercados remarcassem seus preços de forma abusiva, ao ponto de o presidente Itamar Franco ameaçar os estabelecimentos com multas e até interdição.

Já os governos estaduais e municipais aproveitaram a difícil operação aritmética da conversão de preços para dar um empurrãozinho na inflação. Algumas cidades amanheceram com as tarifas de transporte público mais caras no dia em que o real passou a vigorar. Em São Paulo, o aumento foi de 14%; em Recife, de 54%; e no Rio de Janeiro ficou acima de 10%. O consumidor precisou de um tempo para se acostumar com os centavos. Valores como R\$ 1,35 ou R\$ 2,75 eram totalmente novos para quem viveu anos de hiperinflação. Guias de jornais da época tiveram até que ensinar como preencher o cheque na nova moeda.

O Plano

O real tornou-se a moeda brasileira no dia 1º de julho de 1994. Mas começou a ser arquitetado em 1993, especialmente a partir do segundo semestre, pela equipe econômica criada por Fernando Henrique Cardoso, então ministro da Fazenda do governo Itamar. Faziam parte do grupo Edmar Bacha, Persio Arida, André Lara Resende, Gustavo Franco e Pedro Malan. Juntos, os economistas definiram que o plano seria dividido em três fases. A primeira delas seria o ajuste das contas públicas, através de um corte no Orçamento. A segunda seria a implantação da Unidade Real de Valor (URV), unidade monetária para desindexar a economia. Por fim, a URV seria transformada em real, a nova moeda brasileira. O Congresso, após intensa

negociação, aprovou o plano e as fases seguiriam como planejado.

Muita gente deve se lembrar da URV e dos infundáveis cálculos que tinham de ser feitos para pagar algumas contas e tributos. Até a transformação em Real, era comum cobrar-se em URV.

Em matéria especial sobre os 20 anos da estabilidade econômica, a revista *Época* afirma que o Plano Real entrou para a história como o episódio que acabou com a inflação e inaugurou um novo ciclo de desenvolvimento econômico. Mas para chegar até o real foram feitas outras tentativas de acabar com a escalada dos preços.

A primeira delas aconteceu em 1986, durante o governo de José Sarney. Era o Plano Cruzado, que congelaria os preços por alguns meses, até se tornar insustentável. Depois dele, vieram Bresser, Verão e o Plano Collor, com seu traumático confisco das poupanças. Todos tiveram um resultado positivo nos primeiros meses de vigência, mas nenhum foi bem-sucedido no longo prazo.

Para os economistas, a chave do sucesso do Real foi a URV, que entrou em vigor em 1º de março de 1994. A adoção de uma moeda virtual para fazer a transição foi a melhor solução encontrada para desindexar a economia e uma alternativa ao congelamento de preços. Na prática, funcionou assim: todos os preços foram remarcados com valores em URV, que era atrelada ao dólar. A moeda que efetivamente circulava era o cruzeiro real e todos os dias era divulgado o valor equivalente da URV em cruzeiros reais. Ou seja, se você entrasse no supermercado para comprar frango, na prateleira ele estaria marcado com o preço “1 URV”. No caixa, o valor seria convertido na moeda “de verdade” para realizar o pagamento. Pouco a pouco, a inflação inercial arrefeceu e a economia se acostumou aos preços estáveis. A população, já calejada após tantos planos e com a ajuda do governo e de jornalistas, conseguiu entender a economia da URV e contribuir para o sucesso nessa fase do plano.

“A URV foi um alívio para a indústria. Todo mundo respirou aliviado e o mercado percebeu imediatamente que aquela atitude ajudaria no consumo da população”, afirmou o presidente da Fiat para a América Latina, Cledorvino Belini, em entrevista à revista *Época*. O presidente da montadora era diretor comercial da Fiat no início do Plano Real. Nesta época, houve um boom no mercado graças à estabilidade econômica. Belini foi um dos idealizadores do projeto Mille On-Line, uma espécie de sistema telefônico de pe-

didados para compra de carros. Como a procura por veículos populares ficou muito grande, as concessionárias começaram a cobrar ágio, um valor a mais cobrado pelos comerciantes quando a demanda supera muito a oferta. Quem tinha mais dinheiro, passava à frente de quem queria pagar o preço da tabela. A Fiat, então, resolveu criar o Mille On-Line. Nele, o comprador fazia o pedido na concessionária por meio de um sistema de linhas telefônicas e a fábrica respondia quando poderia entregar o carro. O cliente dava um sinal e, se a fábrica não cumprisse o prazo, ela pagaria uma multa ao cliente. O impacto foi tão grande que, em uma semana, a empresa teve que instalar mais 200 linhas telefônicas para poder abastecer todas as concessionárias. A montadora esperava vender 40 mil veículos com o programa - vendeu quase 200 mil. “A inflação corroía o poder aquisitivo das pessoas. Quando veio a estabilidade, o consumo explodiu. Na época, o mercado vendia 800 mil unidades por ano. Chegou em 1997 a quase dois milhões de veículos. Nós crescemos significativamente nessa época e lançamos novos produtos. O país passou a ter credibilidade internacional que até então não tinha”, afirma Belini.

Mas nem todos os setores da indústria comemoraram a chegada da nova moeda. Quando o real passou a valer, sua paridade com o dólar era de 1 para 1. A partir daí, a abertura comercial e a manutenção do câmbio valorizado foram as duas principais medidas para manter a inflação sob controle. O efeito colateral era que as importações eram muito estimuladas e impediam que as empresas nacionais aumentassem seus preços, já que isso tornaria a concorrência impossível.

Para alguns economistas, a indústria pagou o maior preço pela estabilidade econômica, já que com o Real valendo o mesmo que o dólar, as importações cresceram e não tinham como competir.

Para Gustavo Franco, ex-presidente do Banco Central, e um dos “pais” do Real, se tivessem feito diferente, o plano talvez não sobrevivesse nem ao primeiro ano. Além dos problemas com a indústria nacional, o Plano Real sofreu com outras crises, especialmente externas, que vieram posteriormente. Mas o fato é que a inflação se manteve dentro de níveis aceitáveis. Em 1999, o Banco Central criou o regime de metas para a inflação e a Selic passou a ser a âncora monetária, em substituição ao controle do câmbio, que passou a ser flutuante. Foi um momento em que o Brasil temeu pela volta da inflação.

Reaproveitando pneus

Iniciativa colabora com a natureza e minimiza gastos em indústrias

Em pesquisa realizada pela Associação Nacional da Indústria de Pneumáticos (ANIP), no ano de 2009, foram produzidos, no Brasil, 53,8 milhões de pneus, que se forem descartados no meio ambiente, demoram mais de décadas para se decompor.

Além da demora em se desfazer, caso sejam queimados, os pneus liberam Monóxido de Carbono, Óxidos de enxofre, Óxidos de Nitrogênio, Hidrocarbonetos Aromáticos Policíclicos, Metais Pesados, Dioxinas e Furanos. E o pior: no local da queima, as cinzas e a fração líquida, compostas por hidrocarbonetos mais pesados, contaminarão o lençol freático.

Visando minimizar os danos ao meio ambiente e preservar a saúde da população, Boituva realizou, em seis meses, a destinação correta de 5.872 pneus inservíveis, durante os meses de janeiro e junho deste ano,

através do Programa Nacional de Coleta e Destinação de Pneus Inservíveis, sendo 4.982 de carros e 890 de caminhões.

De acordo com a Secretaria Municipal de Agricultura e Meio Ambiente, os pneus foram destinados por borracharias e estabelecimentos cadastrados previamente, sendo que os boituvenses também efetuaram o descarte em pontos de coleta específicos.

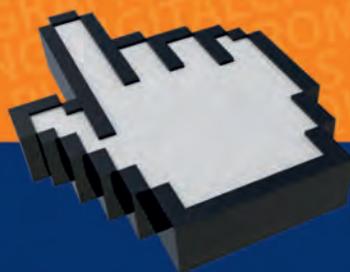
Essa iniciativa de destinar corretamente os pneus é uma parceria com a Reciclanip, uma entidade sem fins lucrativos, criada em 2007, pela Associação Nacional da Indústria de Pneumáticos (ANIP), em representação aos fabricantes de pneus novos, para consolidar a implantação do Programa Nacional de Coleta e Destinação de Pneus Inservíveis. Suas atividades atendem as exigências da resolução 416/09, que regulamenta a coleta e a destinação dos pneus

inservíveis no Brasil.

O mais interessante é que, depois do processo de coleta, trituração e reaproveitamento, os pneus poderão se tornar combustível alternativo para caldeiras industriais, soldados de calçado, tapetes de borracha, na fabricação de asfalto ecológico, pisos industriais ou quadras poliesportivas, contribuindo com a preservação da natureza.

Na cidade de Boituva, a maioria dos pneus coletados é utilizada como combustível alternativo de fornos da indústria cimenteira, que conta com um processo cercado de cuidados ambientais e de acordo com as exigências estabelecidas pela legislação, sendo que são utilizados filtros especiais para garantir a sustentabilidade do programa.

Destinar corretamente pneus que demoram anos para se decompor, é um importante passo para a preservação do meio ambiente e da vida saudável de toda a população.





Qualidade de Vida



Saiba mais sobre Diabetes

Os cuidados, sintomas e tratamento para esta doença crônica.

Grande parte da população sofre com o diabetes podendo sua incidência atingir até 12 a 15 % da população. Para explicar melhor o assunto, entrevistamos o endocrinologista Doutor Carlos Eduardo Grazzia (CRM 79098): “O Diabetes Mellitus consiste em doença crônica, determinada por aumento de glicose (açúcares) no sangue. O hormônio que controla e transfere a glicose para o interior das células é a insulina, que é produzida pelo pâncreas”.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes, os alimentos sofrem digestão no intestino e se transformam em açúcar, chamada glicose, que é absorvida para o sangue. A glicose no sangue é usada pelos tecidos como energia. A utilização da glicose depende da presença de insulina, uma substância produzida nas células do pâncreas, conforme explicou Grazzia. Quando a glicose não é bem utilizada pelo organismo ela se eleva no sangue, o que chamamos de Hiperglicemia.

O endocrinologista esclarece que o diabetes pode ser classificado em tipo 1, quando o próprio organismo agride as células que produzem insulina e essa massa de células vai diminuindo progressivamente até se esgotar

completamente. “Geralmente, este tipo de diabetes surge com sintomas bem evidentes de excesso de diurese (urina muito), sede intensa e perda de peso. Costuma iniciar desde a primeira infância até adulto jovem e seu tratamento sempre deve ser feito com uso de insulinas”.

Já o diabetes tipo 2, geralmente, acomete pessoas acima do peso e em uma fase mais madura da vida, fato que vem mudando no últimos anos, com aumento de acometimento em pessoas mais jovens. “Este ocorre por má ação de insulina nas células e/ou por diminuição de produção do hormônio. Pode ser tratado com o uso de medicamentos orais ou até com o uso de insulina”, afirma Carlos Eduardo Grazzia.

Há, ainda, o diabetes gestacional, que acomete mulheres na gestação quando estas têm uma capacidade menor de produzir insulina, por tendência, muitas vezes, hereditária. Estas mulheres geralmente têm parentes com diabetes e, em muitos casos, estão acima do peso. É importante destacar que este tipo de diabetes pode ocasionar vários problemas clínicos para o feto, desde risco de má formação, até riscos pós-parto, por isso, o diabetes gestacional deve ser controlado rigorosamente para evitar complicações.

Entre os sintomas de diabetes, podemos citar o excesso de diurese, excesso de sede, perda de peso, visão embaçada, cansaço, ou em alguns casos, não há a apresentação de sintomas, o que é um fato extremamente preocupante, pois os estudos mostram que 50% das pessoas que têm diabetes não sabem que possuem a doença, e, portanto, não estão em tratamento.

“O diabetes quando mal controlado pode, com o tempo, causar a obstrução de vasos sanguíneos

do corpo todo, podendo acarretar complicações crônicas da doença, cegueira ou comprometimento da visão, infarto cardíaco, acidente vascular cerebral, perda da função renal com indicação de diálise, amputações de membros (pés, pernas), impotência sexual masculina, neuropatia periférica”, alerta o endocrinologista Carlos Eduardo Grazzia.

As complicações citadas podem causar diminuição importante da qualidade de vida e morte, porém, hoje em dia, com as boas opções terapêuticas, é possível evitar grande parte desses problemas.

Já o tratamento de qualquer tipo de diabetes, passa por dieta adequada, exercícios físicos regulares e uso de medicamentos. “O tratamento medicamentoso evoluiu muito na última década, com várias opções. Temos medicamentos mais antigos com Metformina e sulfonilureias e outros mais recentes, como os inibidores de DPP-4, inibidores de SGLT2 e análogos de GLP-1. Estes são utilizados por via subcutânea, portanto, com injeção. Esta medicação tem estrutura semelhante ao GLP-1, que é produzido pelo intestino em contato com o bolo alimentar e tem várias ações, com o aumento do tempo do esvaziamento gástrico, estimula a secreção de insulina pelo pâncreas de forma inteligente, e outras ações. Deve ser utilizada por diabéticos tipo 2, com indicação médica e pode causar efeitos benéficos, como perda de peso”, finaliza Grazzia.

Os medicamentos podem ser grandes aliados para melhorar o controle do Diabetes Mellitus, porém, hábitos saudáveis devem fazer parte do dia a dia.



O poder dos alimentos

Seguir uma dieta equilibrada é a resposta para quem busca emagrecimento, definição ou manutenção do peso.

A facilidade dos fast foods e a falta de tempo são apenas dois dos inúmeros motivos que levam pessoas a se alimentarem mal e a recorrerem a certos alimentos que, apesar de serem baratos, acabam prejudicando a saúde.

Para ter uma alimentação equilibrada é necessário, primeiramente, ter comprometimento e organização. “Sempre digo que se durante a semana fica difícil, o final de semana existe para nos ajudar. Após uma consulta nutricional, você deve seguir seu plano alimentar, fugir dos industrializados e dos restaurantes, preparar sua própria comida e congelar em porções individuais. Vá ao mercado no sábado, cozinhe para a semana no domingo e programe seus lanches intermediários. Durante a semana, levante 15 minutinhos mais cedo para preparar sua sacola saudável. Saia de casa com seu dia programado, incluindo, é claro, a atividade física”, orienta a Nutricionista, Pós-Graduada em Nutrição Esportiva Funcional, Ana Flávia Almeida (CRN-3: 38055).

E para quem pensa que somente a academia vai trazer resultados, está muito enganado, pois alguns estudos mostram que a alimentação corresponde a 70% dos resultados obtidos e a atividade física completa os outros 30%, tanto para emagrecimento, quanto para o ganho de massa muscular.

Porém, não podemos iniciar um plano de treinamento pensando somente nos resultados. “Eles aparecerão dependendo da intensidade do treino, aliados a uma alimentação adequada dentro do seu objetivo. Cada biótipo reage de uma forma para ganho de massa ou emagrecimento. Algumas pessoas possuem maior facilidade para ganho de massa magra, outras para perda de peso, e uma série de fatores bioquímicos individuais podem interferir nos resultados. O que importa é ter disciplina e força de vontade após uma meta estipulada”, explica a nutricionista.

Ao manter um treinamento adequado e seguir uma dieta balanceada, é possível contar, também, com a ajuda dos alimentos termogênicos, que são aqueles que possuem a função de acelerar nosso metabolismo e, conseqüentemente, eliminar gorduras. Por exemplo, o gengibre, pimenta vermelha, chá verde, canela, entre outros, que precisam estar bem definidos dentro de um plano alimentar.

Já no caso de quem pratica atividade de alta intensidade, há os alimentos restritos, como os carboidratos simples, como arroz branco, pão branco, batata inglesa, e os industrializados como refrigerantes, e outros produtos refinados, que trarão malefícios, devido ao alto índice glicêmico. “O alto índice glicêmico corresponde ao aumento rápido do nível de açúcar no sangue, o que aumenta também o nível de insulina, e este mecanismo está ligado à obesidade”, afirma Ana Flávia.

Mas há os alimentos benéficos, como a batata doce, que é muito usada por atletas e é considerada um ótimo alimento, uma raiz rica em fibras, por isso tem baixo índice glicêmico, o que é muito importante para praticantes de atividade física. “É rica em antioxidantes e pode ser a substituição para o carboidrato de qualquer refeição, como, por exemplo, o pão do café da manhã, o arroz do almoço ou jantar. Uma dica de consumo é cozinhar a batata doce (casca roxa, é a mais rica em compostos antioxidantes) com casca e consumi-la sem descascar, em rodelas, com fio de azeite ou purê com leite de coco”, aconselha a nutricionista.

No entanto, a quantidade do consumo é muito importante, dependendo do objetivo individual de cada um, mas nada impede que a batata doce faça parte de um plano alimentar de emagrecimento.

Por falar em emagrecimento, uma alimentação rica e balanceada com alta densidade nutritiva é o caminho certo para quem busca emagrecer. “Não podemos deixar de citar os carboidratos integrais, arroz integral, aveias, frutas e verduras e as proteínas magras como o peixe, frango, e uma ou duas vezes na semana um corte magro de carne vermelha, lembrando que as gorduras do bem auxiliam também no emagrecimento e manutenção da saúde de qualquer indivíduo, sendo elas, castanha do para, amêndoas, nozes, todas sem adição de sal, e o abacate que, ao contrário do que as pessoas pensam, é um ótimo alimento e pode ser consumido diariamente, mas é claro que a quantidade deve ser estipulada individualmente”, orienta Ana Flávia Almeida.

Para a nutricionista, o praticante de atividade física, seja ela qual for, precisa de acompanhamento nutricional individualizado de acordo com seu objetivo. “Sabe-se que para o bom desempenho físico, deve-se aliar alimentação, exercício, hidratação e sono”.

Essa sequência é o caminho para o sucesso!

DETOX

O Kit Detox faz uma limpeza em seu organismo, eliminando toxinas com pequenas refeições fracionadas durante o dia. Desta forma, além da desintoxicação, você ainda pode perder de 3 a 5 quilos.

Conheça nossa linha de produtos!



www.qualitedevienutricao.com.br

contato@qualitedevienutricao.com.br (15) 3305-5630 / 9.9696-3817
Av. Coronel Firmo Vieira de Camargo, 171, Centro, Tatuí, SP

TINTAS



Grafiato Branco 25 kg por apenas **RS41,90** ou em 10x de **RS4,80**
 Massa Corrida 25 kg por apenas **RS26,99** ou em 10x de **RS3,09**
 Selador Acrílico Branco 25 kg por apenas **RS42,90** ou em 10x de **RS4,91**



Kit de Pintura CONDOR 5 pcs Ref. 810 por apenas **RS19,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS2,29**

HYDRONORTH Acqua Incolor 18 lt

por apenas **RS169,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS19,46**



27 CORES Disponíveis



Latex CORAL Rende Muito 18 lt

por apenas **RS184,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS21,19**

ESQUADRIAS

SASAZAKI Portas e Janelas



Porta de Abrir c/Postigo Gr. Elo Belfort SASAZAKI 6661451E/D

por apenas **RS349,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS40,09**



Veneziana de Correr Belfort SASAZAKI c/Grade 1,0x1,5mt 6251311-0

por apenas **RS369,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS42,38**



Vitrô Belfort SASAZAKI c/Grade 1,0x1,5mt 6341311-9

por apenas **RS279,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS32,07**



Veneziana COBEL c/Grade 1,0x1,5mt Cod. 20

por apenas **RS449,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS51,54**



Vitrô COBEL c/Grade 1,0x1,5mt Cod. 44

por apenas **RS349,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS40,09**

COZINHA

CEROCHA

Gabinete Kaitos CEROCHA Branco/Preto

1,20 mt por apenas **RS289,99** ou em 10x de **RS33,22**
 1,50 mt por apenas **RS349,99** ou em 10x de **RS40,09**

Torneira Cozinha Parede DURIN B.M. Bc. 1012 C-50

por apenas **RS14,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS1,71**



Torneira Cozinha Parede CEMAR B.M. 1/4 Volta 2168 C-61 128-2

por apenas **RS79,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS9,15**



CEROCHA

Espelheira Centauri Cerocha 0,80mt Berlin/Preto

por apenas **RS134,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS15,45**



Tocador Centauri Cerocha 0,80mt Berlin/Preto

por apenas **RS449,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS51,53**

BEMI

Tocador Conjunto Bemí Fine 0,60mt Branco/Branco Bisc./Bisc.

por apenas **RS499,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS57,26**



BANHEIRO

MÊS DOS PAIS

COSTA

Churrasqueira Grande COSTA Pré-moldada 0,75x2,20

por apenas **RS399,99**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS45,81**



MOR Casa e Lazer

Aspirador de Pó VONDER APV1218 127V 6864121810

por apenas **RS409,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS46,95**



Escada Multi Funcional MOR 4x3

por apenas **RS299,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS34,35**



Lavadora VONDER Alta Pressão LAV1400 110V 6864140010

por apenas **RS309,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS35,49**

Serra Mármore MAKITA s/Refr. 4100 NHZ 110/220V

por apenas **RS319,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS36,64**



Furadeira Parafusadeira VONDER 3/8 127V 6001300010

por apenas **RS199,90**

à vista em 3x | ou em 10x de **RS22,89**



Não acompanha tampo e acessórios

Não acompanha acessórios

Não acompanha acessórios

Fotos meramente ilustrativas. Não nos responsabilizamos por eventuais erros de impressão e reservamo-nos o direito de corrigi-los. Ofertas válidas por tempo limitado ou enquanto durarem nossos estoques. Não jogue este impresso em vias públicas. Mantenha o cidadão limpo.



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

Litoral de Santa Catarina é opção

Próximo de grandes centros urbanos do Sudeste, como São Paulo e Rio de Janeiro, o litoral de Santa Catarina é um destino muito procurado por quem quer conhecer belas paisagens, fazer passeios ecológicos e descansar, sem ter de viajar muito, pois fica a 40 minutos de voo do Aeroporto de Congonhas, em São Paulo.

Além disso, a boa rede de hotéis e pousadas, opções culturais e um povo atencioso contam pontos a favor da região, que tem como destaque o Balneário Camboriú, mas outras cidades próximas também oferecem opções de passeio e festas tradicionais, como a do Divino Espírito Santo.

Com cerca de 121 mil habitantes, Balneário Camboriú tem fácil acesso por estradas federais e está próxima a cidades como Blumenau (merece ser visitada por sua bela arquitetura) e Florianópolis, a capital do Estado.

Com belas paisagens e boa infraestrutura, litoral catarinense atrai turistas de todo País.

O balneário possui uma extensa rede hoteleira, concentrada na maior parte ao longo da praia (Avenida Atlântica), quadra do mar (Avenida Brasil) e transversais. Os preços das diárias são mais elevados na virada do ano e no mês de janeiro, diminuindo progressivamente conforme avança o ano. A diária padrão costuma incluir café da manhã e jantar.

A maioria dos hotéis está estabelecida há muitos anos na praia, são empreendimentos que, ao longo dos anos, passaram de pais para filhos, o que é um indicativo de solidez e confiança para os hóspedes. Os principais hotéis de Balneário Camboriú oferecem reservas pelo

serviço Booking.com, que pode ser acessado pela internet.

Vários sites da rede mundial de computadores possuem dicas para passeios no balneário. Veja algumas delas, segundo o site www.comboriu.com.br

Teleférico

Com a estação principal na Barra Sul, uma intermediária no Morro da Aguada (no local tem uma reserva da Mata Atlântica) e a estação final da praia de Laranjeiras, o teleférico é o principal equipamento turístico de Balneário Camboriú.

É possível pegar o teleférico na Barra Sul (para chegar lá use o Bondinho), parar na Estação Mata Atlântica, percorrê-la e ficar várias horas na praia, na Estação Laranjeiras, voltando à Barra Sul com o mesmo bilhete.

Ônibus

Um passeio interessante e barato, é proporcionado pelo Bondinho, ônibus circular que percorre em baixa velocidade toda a Avenida Atlântica e a Avenida Brasil. É uma excelente alternativa para transporte ao longo da região central, onde o estacionamento, na alta temporada, sempre é complicado.

Pico da Pedra

Quem gosta de caminhadas e trilhas deve visitar, em Camboriú, o Pico da Pedra, ou Pico da Gurita, que ganhou esse apelido por ser ponto de observação do exército durante a 2ª Guerra Mundial. Apesar da degradação ambiental em vários pontos, causada pelas pedreiras da região, o local ainda conserva vegetação exuberante e oferece uma vista única e privilegiada de toda praia de Balneário Camboriú, Itapema e arredores, sendo que, em dias de boa visibilidade, é possível avistar até Florianópolis. É o morro mais alto da região.

Beto Carrero

O parque Beto Carrero, localizado no município de Penha, cerca de 40 minutos de Balneário Camboriú, oferece as atrações típicas dos parques temáticos. É muito frequentado por crianças e adultos catarinenses e de outros estados. Grande parte desses visitantes se hospeda em Balneário Camboriú onde a estrutura e as atrações são em maior quantidade, vai a Penha de manhã para visitar o Beto Carrero e retorna ao final da tarde. Diversos hotéis e agências de turismo oferecem ingressos e transporte para o parque Beto Carrero.

Zoo

O Zoológico da Santur fica em frente ao Balneário Camboriú, na BR-101, sentido quem



de passeio e turismo

desce para o Sul. É um passeio interessante e econômico. Pode-se ir de automóvel ou de ônibus de linha comum, numa viagem rápida. Quatro linhas de ônibus urbano (110, 109, 106 e 103) passam próximas ao parque. Os ingressos (a preços de janeiro de 2014) custam R\$ 10,00 para adultos/ R\$ 5,00 para crianças de 6 a 12 anos e R\$ 5 para pessoas com 60 anos ou mais. Menores de 5 anos não pagam.

Parque Ecológico

Localizado no bairro dos Municípios, é um grande parque de preservação da fauna e flora regionais. O ingresso é gratuito. Ideal para levar lanche e refrigerantes e passar um tempo em meio à natureza. Fica próximo ao Centro, pode-se ir de automóvel (estacionamento gratuito) ou com o ônibus da linha Hospital.

Blumenau

É a terceira maior cidade catarinense, estabelecida no ano de 1852, na margem do Rio Itajaí Açu. Distante uma hora de carro de Balneário Camboriú, vale a visita por sua arquitetura, história, comércio e gastronomia. O povo de Blumenau é educado, está acostumado a rece-

ber turistas e no entorno da Rua XV, centro da cidade, há opções de comércio e alimentação bastante interessantes. É extremamente quente e abafada no verão, mas como os moradores correm para as praias, o turista fica meio dono da cidade. A gastronomia típica alemã ainda é encontrada, sem muitas adulterações, nos restaurantes mais tradicionais.

Quem já foi dá a dica

“Escolhemos Balneário Camboriú, quando ouvimos de amigos a respeito do lugar, que diziam ser muito bonito. Como já conhecíamos o nordeste, optamos, então, pelo sul. A distância e o preço também pesaram na hora da escolha”, conta Nancy Miranda, turista tatuiana que visitou o balneário. “Embarcamos no Aeroporto de Congonhas, a viagem durou 40 minutos, e desembarcamos no Aeroporto de Navegantes, de onde fizemos o traslado”.

Boa impressão

“A primeira impressão que tivemos ao chegar em Balneário foi excelente, pois notamos ser uma cidade limpa, organizada e bonita. Seus habitantes, muito educados, se mostraram sempre

solicitos ao darem informações e sugestões de passeios. A cidade oferece toda infraestrutura necessária que o turista precisa e espera, como hotéis, transporte, comércio e gastronomia. Fizemos vários passeios, dentre todos, os lugares que mais nos impressionaram foram o Parque Unipraias, onde de bondinho subimos até o Mirante de onde se tem uma vista privilegiada de toda a orla, de Balneário e da cidade de Camboriú. O Monumento Cristo Luz, à noite, também é um espetáculo imperdível. Além da Praia de Laranjeiras, uma das mais bonitas que já conheci”, conta a turista.

Segundo ela, “o único problema que tivemos foi a distância do hotel em que ficamos hospedados e o centro da cidade, porém, por se tratar de uma cidade segura, muitas vezes, fizemos esse trajeto a pé, inclusive à noite. Pretendemos voltar, sim, para conhecer alguns lugares que não conseguimos visitar na ocasião e rever aqueles que gostamos”.



45

BALNEÁRIO CAMBORIÚ

- Traslado + ingresso Beto Carrero
- 3 noites Hotel Sibara Flat
- Voando TAM

A partir de
R\$:

971,19*

Por pessoa

Antuérpia

antuerpia.turismo



www.antuerpia.com.br



r. capitão lisboa, 684. tatuí sp



15 3205.7777 - 0800.771.5050



*Válido por tempo indeterminado.

FACETAS x LENTES DE CONTATO DENTÁRIAS: QUANDO USAR?



lotados. Dentro deste contexto, é natural que a odontologia esteja preparada para atender esses anseios estéticos da população.

Uma das especialidades da odontologia é a Prótese Dentária, que tem como função reconstruir e/ou repor elementos dentários fraturados, perdidos ou destruídos, a fim de devolver ao paciente as funções mastigatórias, estéticas, fonéticas, e ainda proteger as funções articulares.

É inegável que um sorriso completo, bonito e bem cuidado aumenta a autoestima do paciente, devolvendo sua autoconfiança no trabalho e nas relações pessoais.

Há alguns anos, surgiram - na Odontologia - dois procedimentos conhecidos como "faceta dentária" e "lente de contato dentária", que consistem em pequenos fragmentos de porcelana, a fim de corrigir imperfeições, manchas leves, lascas e fraturas dentárias. O que diferencia os dois procedimentos é a sua indicação.

Pacientes que já possuem restaurações extensas, dentes escurecidos alterados por tetraciclina (antibiótico), alterações de forma como dentes conoides (formato de cone), dentes escurecidos por tratamento endodôntico (tratamento de canal), dentes com alterações no esmalte, afetados por fluorose ou amelogenese imperfeita, indicam-se as facetas. Pacientes que querem aumentar o tamanho dos dentes, corrigir pequenos alinhamentos e espaços entre os dentes, indicam-se as lentes de contato.

É possível utilizá-los em apenas um dente,

ou em vários, mas, em geral, o procedimento é feito aos pares, para se obter um bom resultado de cor e aparência, sem diferenças entre um dente e outro.

Outro fator que difere esses dois procedimentos é a forma como são confeccionadas: as facetas necessitam de um leve desgaste na estrutura dentária, já as lentes de contato não.

Os fragmentos de porcelana são muito duráveis, embora sejam muito finos, variando de 0,5 a 1 mm, quando aderidas a uma superfície tornam-se muito resistentes. Eles podem durar muitos anos, com uma boa higiene oral e cuidados na mastigação de elementos muito duros, seguindo as orientações do dentista.

É importante salientar que alguns motivos impedem a realização desses tratamentos, como, por exemplo, pacientes com alta atividade de cárie, doença periodontal grave, dentes muito apinhados ou muito vestibularizados (para frente), pacientes com alterações severas na oclusão, dentes muito curtos, entre outros. Pacientes portadores de bruxismo devem realizar o tratamento adequado, mas somente o dentista poderá avaliar se o grau de bruxismo impede que esses tratamentos sejam realizados. Pacientes com dentes severamente mal posicionados ou desalinhados podem necessitar de uma avaliação ortodôntica prévia para alcançar o resultado desejado.

Dra. Maria Renata Orsi Campos (CRO .104.166)

Nos últimos anos, observa-se, por grande parte da população, uma busca incessante pela estética. Nos grandes centros urbanos, e agora também nas cidades pequenas, é comum observar academias e centros estéticos cada vez mais



Tenha mais motivos para sorrir!

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



Morosil:

chega mais um medicamento à base de frutas para combater a obesidade

Depois do Goji Berry, é a vez da laranja Moro mostrar força.

Um medicamento à base do extrato de uma variedade de laranja cultivada na região do Mar Mediterrâneo promete ser a bola da vez no combate à obesidade, ou como dizem os técnicos, no trabalho de gerenciamento do peso da pessoa, pois se trata de uma alternativa natural para a questão do controle do peso.

Conhecido como Morosil, é um extrato seco obtido a partir do suco de laranjas vermelhas Moro (cujo nome científico é Citrus Sinensis), cultivadas exclusivamente na área em torno do vulcão Etna, na Sicília (Itália). A Laranja Moro se destaca por sua excelente aparência e coloração vermelha, que é a principal fonte dos pigmentos de antocianina, um excelente antioxidante que, geralmente, não é encontrado em outras frutas cítricas, além de conter elevada concentração de vitamina C, flavonoides, e ácidos hidroxicinâmicos. Estudos comprovam que a laranja Moro possui uma ação exclusiva que não acontece com outras variedades da

Citrus Sinensis, que promove uma redução acentuada no tamanho dos adipócitos pela diminuição do acúmulo de lipídeos, que ocorre devido às dietas ricas em gorduras e à falta de exercícios físicos, entre outros fatores. O extrato da laranja vermelha Moro, devido ao mecanismo sinérgico dos polifenóis totais, promove o gerenciamento do peso, o aumento da sensibilidade à insulina e a redução do triglicérideo e colesterol total.

Este pó avermelhado reduz o apetite e contribui de maneira significativa para a redução da gordura abdominal (aquela incômoda barriguinha, que surge com frequência nos homens), conforme testes realizados em animais que receberam alimentos ricos em gordura, junto com o extrato obtido do suco enriquecido. A redução da gordura abdominal variou entre 25% a 50%, segundo estudo publicado pela revista International Journal of Obesity. O exame histológico do tecido adiposo também demonstrou uma redução acentuada no tamanho dos adipócitos, devido à diminuição

da capacidade de acumular gordura.

O Morosil pode ser administrado em cápsulas, sachês e adicionados em alimentos funcionais como bebidas sólidas e instantâneas para o gerenciamento do peso.

A dosagem de uso recomendada é de 400mg a 500mg.

Dieta saudável

A dieta mediterrânea é extremamente conhecida e considerada muito saudável por ser baseada nos alimentos característicos de alguns dos países banhados pelo mar Mediterrâneo, é rica em frutas, legumes, peixes, grãos integrais, gordura insaturada, como o azeite, e quantidades moderadas de vinho. O consumo desses alimentos cotidianamente traz inúmeros benefícios por serem fontes de vitaminas, minerais, ácidos graxos mono e poli-insaturados, fibras e antioxidantes, que proporcionam uma modulação no peso corporal, diminuição do risco de doenças crônicas e, consequentemente, o aumento da longevidade.

47



Personal Pharma
farmácia de manipulação
Uma fórmula personalizada
www.personalpharma.com.br

Morosil[®]
Deixando a sua barriga em forma.

- Extrato seco obtido a partir do suco da laranja vermelha Moro;
- Proporciona uma modulação no peso corporal;
- Diminui riscos de doenças crônicas;
- Aumento na longevidade;
- Contém elevada concentração de vitamina C, flavonoides e Ácidos hidroxicinâmicos.

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

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

Ethx

Tapioca no lugar do pão

Descubra as razões para trocar de carboidrato

Quem ama pão tem dificuldade de cortar esse item do cardápio - motivo para que muita gente desista do sonho de entrar num jeans justinho. Mas existem alternativas gostosas e menos engordativas a esse alimento. Uma delas é a tapioca - uma panqueca típica da Região Norte do Brasil, que virou moda na turma da dieta, pois oferece quase a metade das 135 calorias do pãozinho.

A tapioca é um alimento feito com a fécula da mandioca, substância farinácea fina extraída de raízes tuberculosas, que dá origem ao polvilho doce (goma de mandioca). É parecida com uma panqueca, também conhecida como beiju.

Sabe o que é melhor? É um alimento prático, com poucas calorias e não contém glúten.

A goma vem ganhando muito mercado quando se fala de alimentação saudável, e apesar dela também ser uma fonte de carboidrato, assim como o pão francês, torradas, etc, ela tem várias outras qualidades.

“Por não conter glúten, lactose e sódio ela se tornou excelente fonte de carboidrato de rápida absorção, fornecendo energia ideal para o corpo responder aos estímulos do dia a dia e também para as atividades físicas.” Explica Donata Bimbatti, CRN 3-22.505, Nutricionista especialista em refeições balanceadas e dietas detox.

Segundo a nutricionista, a retirada do glúten (encontrado em alimentos como trigo, centeio, cevada, onde confere a elasticidade e maciez aos alimentos) da dieta diminui processos inflamatórios e melhora a absorção de nutrientes no corpo, podendo ser um grande aliado na perda de peso. “O fato da tapioca não conter sódio, também favorece a perda de peso devido a não favorecer a retenção de líquidos no corpo. Pacientes com problemas de hipertensão ou com problemas renais crônicos podem fazer uso sem culpa devido ao baixo teor de proteína e isenção do sódio.” Conclui Donata.

Receitas de Tapioca e Crepioca (Por Donata Bimbatti)

Tapioca - Vem com a massa base pronta. Apenas coloque na frigideira com uma colher de sopa de óleo de coco ou manteiga ghee. Escolha um recheio a base de fibras para enriquecer o prato.

Crepioca - É a massa base da tapioca. Juntamente com um ovo (enriquece com proteína), coloque na frigideira com óleo de coco ou manteiga ghee. Escolha um recheio doce ou salgado.

Recheios:

Salgado - peito de peru com queijo branco/queijo branco com ervas finas/frango desfiado com requeijão

Doce - banana cozida com cacau em pó/geleia de frutas diet ou light/queijo branco com Nutella.

 **JB BALDINI**
SEGUROS

Seu seguro em boas mãos.



Av. Cônego João Clímaco, 217 (Av. das Mangueiras) . Tatui/SP | (15) 3305-9100

Perícias e Serviços Topográficos
(Estação Total e GPS)

João Batista da Silveira
Engenheiro Agrônomo
CREA/SP 0600760066



Rua Capitão Lisboa, 1154 . Centro . Tatui/SP | (15) 3251-7804
jbsagronomia@terra.com.br

JBS





Clínica Koza

www.clinicakoza.com.br



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



TRATAMENTOS

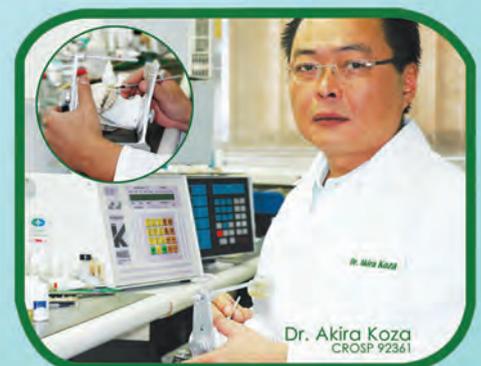
Implantes
Próteses
Facetas Laminadas
Lentes de Contato
Clínica Geral
Carga Imediata

Elmec



Dra. Naomi Koza
CRO 108096

Odontopediatria
Clínica Geral



Dr. Akira Koza
CROSP 92361

Cirurgião Dentista e
Técnico em Próteses Dentárias

Tatuí

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

São Paulo

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

Chove chuva!

Preservar também é um ato benéfico ao meio ambiente.

A chuva pode oferecer inúmeros benefícios, como colaborar para o equilíbrio da natureza, oferecer condições climáticas favoráveis ao plantio, limpar o ar da poluição, abastecer os reservatórios de água, entre outros. Porém, a falta dela causa um desequilíbrio em todo o meio ambiente, seja ele biótico, devido ao uso exagerado da terra, com inúmeras espécies desaparecendo em razão da destruição dos seus habitats, e também a falta de preservação das áreas de nascente e cursos hídricos, como no meio antrópico, com a falta de abastecimento ou mesmo um racionamento das grandes cidades, atingindo tanto a população, quanto as atividades industriais e agropecuárias.

Segundo a Engenheira Ambiental Carolina Reis Gonçalves, pequenas mudanças no hábito da população, como não desperdiçar água e economizar energia, já são uma grande contribuição com o meio ambiente. “Porém, acredito que essa é uma solução a curto prazo, sendo assim, é necessário um planejamento sensato das atividades

econômicas, ocupações dos solos e a conservação das áreas naturais para que o problema do racionamento de água seja minimizado, sendo essa uma contribuição que minimizará os impactos para as futuras gerações”, explica a profissional.

A engenheira entrevistada afirma que por termos água em nossas casas, muitas vezes, nos esquecemos do caminho que ela percorre até chegar até nós e que esse trajeto vai muito além das nossas torneiras, caixas d'água, das estações de tratamento de água e até mesmo dos reservatórios. “Tudo se inicia nas áreas naturais, e depende delas para todo o ciclo funcionar bem. Não sei dizer ao certo o que pode acontecer, mas acredito que se não realizarmos um planejamento estratégico para o crescimento populacional e econômico, e deixarmos de cuidar e preservar o ambiente, continuaremos sofrendo com a falta de água (potável) por muito tempo”.

Carolina acredita que tudo o que vem acontecendo servirá de oportunidade para refletirmos o quanto nossa qualidade de vida

é dependente de um meio ambiente equilibrado, e com essa "crise" de falta de água, poderemos enxergar a urgência da conservação das áreas naturais, nascentes, cursos d'água, da importância das árvores, porque elas também têm uma grande contribuição para o ciclo da chuva, com a transpiração das plantas, o suor virando vapor e sendo transportado para a atmosfera, transformando em chuva.

Também não podemos deixar de notar que conforme as áreas verdes vão sendo destruídas ou diminuídas, elas darão espaço para o ambiente árido, ocorrendo a desertificação, acarretando na diminuição das chuvas.

“A preservação e a conservação das áreas em torno das nascentes e rios, protegendo as margens de qualquer interferência, evitam a poluição das mesmas e até o assoreamento dessas áreas”, finaliza a engenheira ambiental Carolina Gonçalves.

É preciso que todos tenham atos conscientes, para que o que sobra, hoje, não falte amanhã.

ALEIXO MINERAÇÃO
Produzindo Qualidade, para você economizar

AREIA VENDAS & PEDRA 3266-2436

- Areia Fina e Média
- Pedra e Pedrisco.

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

Jogos Regionais 2014

A cidade de Sorocaba sediou, no mês passado, os 58º Jogos Regionais da 8ª Região Esportiva, durante os dias 2 e 12 de julho, onde foram disputadas 22 modalidades em duas divisões, sendo que as cidades que mais se destacaram, foram qualificadas para os Jogos Abertos do Interior, que serão realizados entre os dias 3 e 15 de novembro, em Bauru.

Entre as cidades participantes, Boituva ficou com 132 pontos no quadro geral da competição, garantindo a 6ª colocação da 1ª Divisão, sendo que das 38 modalidades com possibilidade de pontuação, Boituva participou de 32 e pontuou em 25 delas, classificando-se entre os sete melhores de cada modalidade.

Cerquillo ficou em 4º lugar, com 122 pontos na 2ª divisão, seguida de Registro com 108 pontos e Tatuí, que garantiu 31 medalhas, ficou na sexta posição e obteve 106,5 pontos no resultado geral, contando com 220 atletas, que participaram de 17 modalidades diferentes, entre elas, o atletismo, o judô, o tênis de mesa, a capoeira, o vôlei de praia, a bocha e o basquete feminino.

Em seguida, Tietê obteve 90 pontos gerais e ficou em 7º lugar, sendo 32 pontos nas modalidades femininas e 30 na masculina, sendo que cada uma recebeu bônus de 13 e 15 pontos, respectivamente.

Já Itapetininga conseguiu o 7º lugar na classificação geral, com 106,5 pontos, se mantendo na elite dos jogos por mais um ano. Composta por 315 atletas, a delegação de Itapetininga obteve seu resultado mais expressivo com a medalha de prata conquistada na Ma-



*Disputa entre cidades
garante vaga nos Jogos Abertos
do Interior*



lha. No ciclismo, a modalidade Velocidade Olímpica Feminino ficou com o ouro, garantindo a terceira colocação no geral, entre as provas com bicicleta.

No resultado geral, Sorocaba foi campeã, seguida de Jundiá (vice-campeã), Itu (3ª colocada), São Roque (4ª colocada) e Itupeva (5ª colocada), que competiram entre si, buscando os melhores atletas ou equipes em cada uma das Regiões Esportivas, contribuindo para o aprimoramento técnico das diversas modalidades em disputa.

As colocações acima citadas envolvem as duas divisões disputadas. Na 1ª Divisão, estão os 8 municípios primeiros colocados na classificação geral dos Jogos Regionais do ano passado, os municípios 1º e 2º colocados na classificação geral da 2ª Divisão do ano anterior. Na 2ª Divisão, há a participação dos demais inscritos.

Entre as modalidades disputadas, estiveram na categoria livre: Atletismo, Basquetebol, Biribol, Bocha, Capoeira, Ciclismo, Damas, Futebol Feminino, Futsal, Ginástica Artística, Ginástica Rítmica, Handebol, Judô, Karatê, Malha, Natação, Taekwondo, Tênis, Tênis de Mesa, Voleibol, Vôlei de Praia, Xadrez. Até os 14 anos, teve Ginástica Artística Feminina, até os 16 anos foi Ginástica Artística Masculina e até os 20 anos, o Futebol Masculino.

Mais do que competir, as cidades participantes mostraram toda a garra e dedicação nas modalidades escolhidas, alcançando a vitória nos jogos e uma vaga no ano que vem.

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

Saiba o que é glúten e o que ele pode causar a sua saúde



Glúten faz mal à saúde?

Atualmente, excluir o glúten da alimentação está sendo uma situação cada vez mais comum pelas pessoas que buscam o emagrecimento e a redução da gordura abdominal.

O que é o Glúten? É uma proteína vegetal, presente no trigo, aveia, cevada. Está presente em pães, bolos, biscoitos, macarrão, cereais matinais, e também na cerveja.

Mas o glúten só realmente é maléfico às pessoas que têm a hipersensibilidade a ele (detectado em consulta com médico ou nutricionista). Para essas pessoas, o glúten pode causar alergias, dermatite, prisão de ventre, ganho de peso, resistência à insulina, entre outros.

Estudos mostram também que doenças do sistema nervoso (como crianças com autismo, Síndrome de Down e adultos com esclerose) tendem a ter melhores resultados com a retirada do glúten.

O glúten também é responsável por promover a disbiose intestinal, pois a proteína adere nas paredes intestinais como uma cola, e vai bloqueando o seu funcionamento, sendo os primeiros sintomas da intolerância, o desconforto abdominal, gases, prisão de ventre ou diarreia e retenção de líquidos.

O ganho de peso também pode ser uma das principais consequências para as pessoas intolerantes a essa proteína, pois o metabolismo se torna lento, não processando devi-

damente os alimentos, tendo como consequência o aumento de gordura abdominal. Com o metabolismo irregular, dificulta a eliminação das toxinas, elevando o risco de doenças como enxaqueca e dores de cabeça. Como o glúten é o grande aliado do açúcar, impede a absorção do cálcio, aumentando o risco de osteoporose, cáries, insônia, hipertensão e colesterol alto.

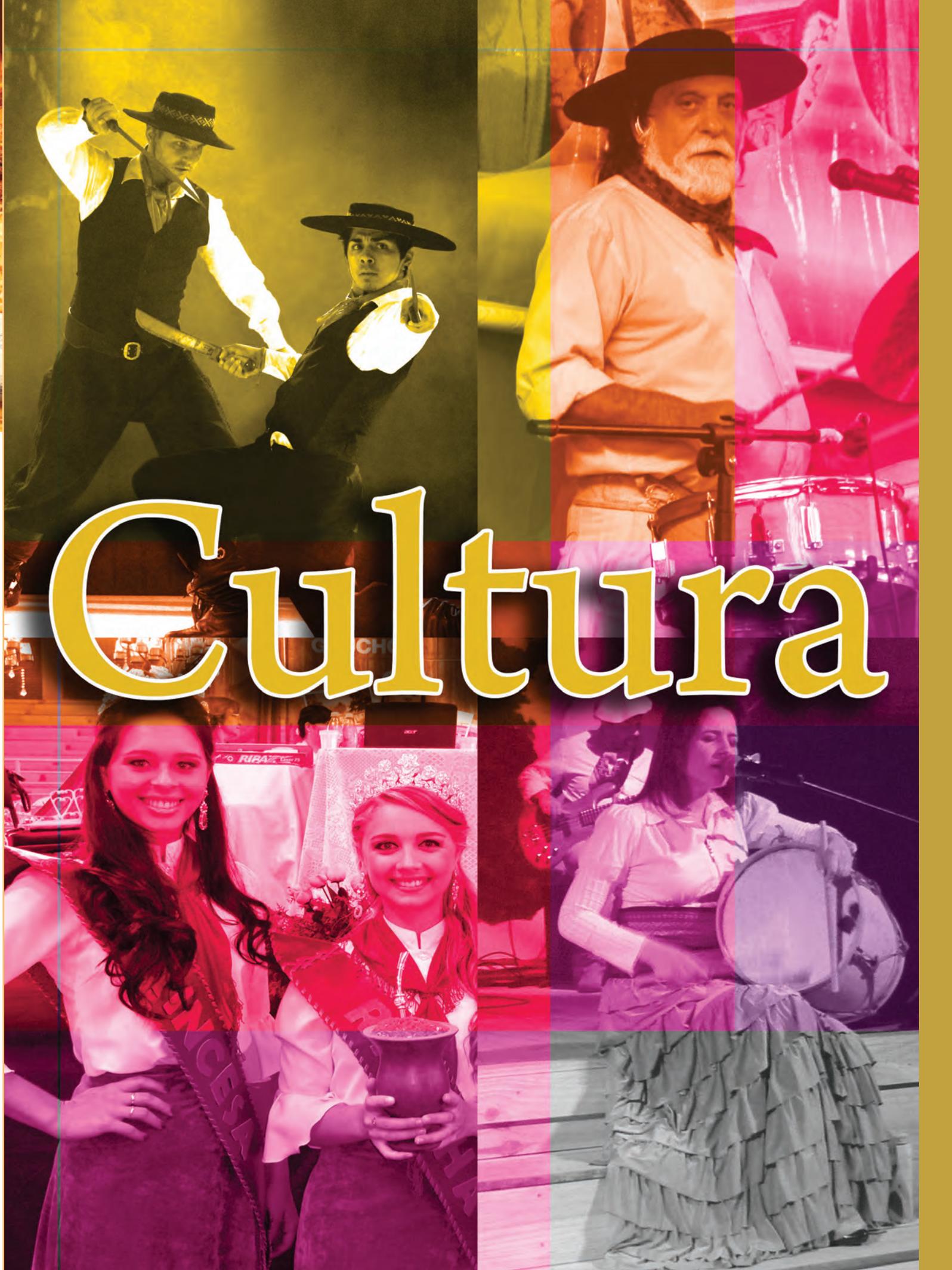
Mas é importante ressaltar que a retirada do glúten é só indicada para as pessoas com hipersensibilidade à proteína ou as com doença celíaca, as quais só podem ser diagnosticadas pelo médico e/ou nutricionista.

Roberta Lorenzetti Lourenço
Nutricionista - CRN 22509

CONECTE-SE COM A GENTE!



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



Cultura

AUSÊNCIA

Ruídos saudosos vindos do mar invisível,
Vêm de longe e somem, vão ao infinito.
Alucinados sons, saudade incrível,
Na escuridão ecoam qual um grito.

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

É saudade, memória, sofrimento,
É o afeto chorado da ausência.
Lembranças arrancadas lá no esquecimento,
Da ventura perdida em dorlência.

Choro a amargura desse amor desfeito
Da alegria que foi embora.
A alma sufocada no peito,
Lembrança dele inda me devora.

*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*



Dia



PAIS



Dia do artista de teatro

Uma cultura bastante conhecida na região celebra sua arte

No mês de agosto, comemora-se o dia do artista de teatro. Profissionais que representam sua arte no palco, a partir da natureza humana, com uma grande sensibilidade no palco. Seu papel na peça é dar vida, sonho e veracidade às artes cênicas, é fazer com que o público se divirta, reflita e se identifique sobre a mensagem que passam.

O teatro é bem mais do que representação, permite ao espectador divertir-se, relaxar, separar-se das questões do dia a dia. É utilizado, muitas vezes, em termos pedagógicos e terapêuticos.

Para Thiago de Castro Leite, ator e professor de Artes Cênicas pela Escola de Comuni-

cação e Artes da USP, todo aquele que inicia na carreira do ator e espera ter um retorno rápido pode se decepcionar. “Hoje, temos diversos mercados dentro do meio teatral, dos grandes musicais ao teatro de grupo. No primeiro caso, geralmente, existem audições e testes para seleção de elenco, sempre de maneira muito concorrida. No segundo, que cada vez mais ganha força no cenário teatral, geralmente, atores que acabam de se formar juntam-se, distribuindo funções e estabelecendo uma linguagem de trabalho em comum”, explica.

Para Thiago, o teatro pede do ator uma intensidade e um estado de prontidão diferente. O espetáculo é fugaz, nunca será

realizado do mesmo jeito, pois a simples mudança de público, de um dia para o outro, já altera a encenação. Segundo ele, profissionalmente, muitos atores de teatro realizam trabalhos na TV, buscando um retorno financeiro maior e, juntamente com isso, a divulgação de sua imagem que, por vezes, acaba por atrair mais público a seus espetáculos.

Lembrando que para ser um bom ator, não é necessário apenas o talento natural, mas também muito estudo e preparação. O artista de teatro vai além de ser só o ator da peça, é também quem cria a história, dirige, é responsável pela iluminação, pelo som ou pela parte cênica; enfim, são todos aqueles que estão envolvidos na arte de representar diante do público. “A profissão do artista do teatro não é só de glamour e sim de muita ralação, de muito empenho, de muito trabalho, o mercado é exigente e temos que persistir sempre, ter consciência para trabalhar nessa sociedade e exigir do poder público investimento em arte e cultura. O ator precisa frequentar espaços artísticos e ser um consumidor de arte. A magia do teatro está na emoção de pisar nos palcos, como se fosse sempre a primeira vez. O ator tem seus momentos de sucesso, glórias e também suas frustrações”, explica André Luiz Camargo, professor do curso de Teatro Adulto do Conservatório de Tatuí.

55



A revista Hadar parabeniza Tatuí e Pereiras pelos seus aniversários.



RECOMENDADO



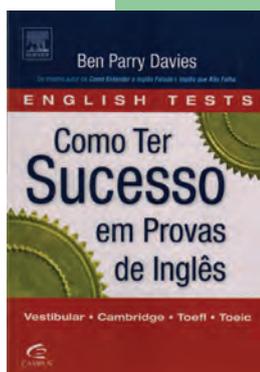
O TEOREMA KATHERINE

AUTOR: John Green

EDITORA: Intrínseca

Se o assunto é relacionamento, o tipo de garota de Colin Singleton tem nome: Katherine. E, em se tratando de Colin e Katherines, o desfecho é sempre o mesmo: ele leva o fora. Já aconteceu muito, dezenove vezes, para ser exato. Após o mais recente e traumático pé na bunda, o Colin, que só namora Katherines, resolve cair na estrada.

Uma descoberta que vai entrar para a história vai vingar séculos de injusta vantagem entre Terminantes e Terminados e, enfim, levará Colin Singleton diretamente ao distinto posto de gênio da humanidade. Também, é claro, vai ajudá-lo a reconquistar sua garota. Ou, pelo menos, é isso o que ele espera.



COMO TER SUCESSO EM PROVAS DE INGLÊS

AUTOR: Ben Parry Davies

EDITORA: Elsevier

O objetivo deste livro é dar ao leitor a confiança necessária para enfrentar qualquer prova de inglês, motivá-lo a estudar de forma eficaz e ensinar-lhe a aproveitar melhor o tempo disponível, a fim de que se prepare melhor para uma prova. Por meio de diversas estratégias, dicas, explicações, exemplos e exercícios, é possível analisar e praticar, passo a passo, as áreas de conhecimento e as habilidades necessárias para aumentar suas chances de sucesso na prova.



ADULTÉRIO

AUTOR: Paulo Coelho

EDITORA: Sextante

Minha tristeza se tornou rotina, ninguém percebe mais. Não consigo mais dormir direito. Sinto-me egoísta. Continuo tentando impressionar as pessoas como se ainda fosse criança. Choro sozinha e sem motivo no banho. Só fiz amor com vontade mesmo uma vez em muitos meses e você sabe bem de que dia estou falando. Já considereei que tudo isso seja um rito de passagem, consequência de eu ter passado dos 30 anos, mas essa explicação não basta. Sinto que estou desperdiçando minha vida, que um dia vou olhar para trás e me arrepender de tudo o que fiz. Menos de ter me casado com você e tido nossos lindos filhos.



Informações: (15) 3251-8417

Praça Paulo Setubal, 22 Galeria Del Fante - sala 7 - Tatui/SP

www.fredastairetatui.com.br - facebook.com/balleteatofredastairetatui



DESIMAX
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:

15 97582882

WWW.DESIMAX.COM.BR



MANDELA

Escrito por William Nicholson ('Os Miseráveis', 'Gladiador'), 'Mandela' conta a história de Nelson Mandela, mostrando sua infância em um vilarejo no campo, sua luta contra o apartheid e seu mandato como o primeiro presidente eleito democraticamente na África do Sul. O U2 é responsável pela música Ordinary Love, criada especialmente para a trilha sonora do drama. A música marca o primeiro lançamento da banda em três anos. Idris Elba ('Círculo de Fogo') vive Nelson Mandela e Naomie Harris ('007: Operação Skyfall') sua esposa, Winnie Mandela.



DE REPENTE PAI

"De Repente Pai" é uma comédia que acompanha a história de um homem de meia-idade (Vaughn) que descobre ter 533 filhos, após anos de doações de esperma a clínicas especializadas. Quando várias crianças começam a procurar o pai, ele precisa decidir se assume a paternidade e conhece os filhos que ele nem sabia ter. Cobie Smulders ("Os Vingadores") interpreta a namorada do protagonista, que está grávida. Chris Pratt interpreta seu advogado.



NEED FOR SPEED – O FILME

57

O filme gira em torno de Tobey Marshall (Aaron Paul), um mecânico que compete com carros de alta potência em um circuito não oficial de corridas de rua. Em sua luta para manter a oficina de sua família funcionando, Tobey, hesitantemente, associa-se ao rico e arrogante ex-piloto da NASCAR Dino Brewster (Dominic Cooper). Mas bem quando Tobey está prestes a fechar uma grande venda com a revendedora de automóvel, Julia Bonet (Imogen Poots), que poderia salvar sua oficina, permite que Dino monte uma armadilha e culpe-o por um delito que ele não cometeu.

A DIVERSÃO SEMPRE ESTARÁ GARANTIDA PARA TODAS AS CRIANÇAS

GALAXIA BRINQUEDOS

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

M **COLEGIO Presbiteriano**

Sistema Mackenzie de Ensino

PAI
O herói sem poderes;
O protetor nas horas mais difíceis;
O parceiro ideal para as aventuras;
O homem que nos mostra o verdadeiro caminho, mas sempre está do nosso lado.

Feliz Dia dos Pais

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

Para o mês de agosto, nós, da revista Hadar, recebemos os lindos desenhos do garoto Cauã de Miranda Silva, que tem 9 anos de idade.

Cauã estuda no colégio Anglo da cidade de Tatuí e ele gosta muito de desenhar, brincar com seus bonecos de ação e andar de bicicleta. Ele também faz aulas de desenho há mais de um ano com o Deivid Leite.

Parabéns, Cauã, você é muito talentoso e nós adoramos seus desenhos!

MINUTO DE SABEDORIA

Ninguém pode construir no seu lugar as pontes que precisará passar.

Nietzsche

MINUTO DE REFLEXÃO

Às vezes, dar um passo atrás não significa derrota, mas apenas uma forma de pegar impulso para dar um grande salto para frente! Aqui, entra em cena a lei do desapego! Essa é uma excelente forma de abandonar as coisas velhas e abrir portas para novos horizontes!

Daniel Sena

Você sabia?

Previsão para o signo de Leão 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 Leão (de 23 de Julho a 22 de Agosto).

Os leoninos nascidos no segundo decanato (de 2 de agosto a 12 de agosto) estarão vivendo momentos de mudanças e novidades em suas vidas. Alguns começarão a estudar algo novo, outros decidirão desenvolver sua criatividade em atividades como fotografia, teatro ou música, enquanto outros poderão decidir começar um novo programa de treinamento físico, que aumente sua energia física, vitalidade e

Outros sinais foram testados... Em janeiro de 1914, foi adotado o TTT como "sinal de emergência" para ser usado pelos navios, em situações que envolvesse perigo na navegação.

Durante a Segunda Guerra Mundial, outros códigos foram utilizados para incluir detalhes sobre ataques de embarcações inimigas. O sinal SSS dizia respeito ao ataque de submarinos, o RRR apontava pra a possibilidade de se dar um assalto pela superfície, já o QQQ indicava a presença de uma embarcação desconhecida no campo de batalha e, por último, o AAA apontava para ataques aéreos. Por norma, estes sinais eram enviados em conjunto com o código SOS.

No conhecido episódio do Titanic, por exemplo, o radiotelegrafista transmitiu várias vezes o CQD, passando depois a intercalá-lo com o SOS, que ainda não era muito difundido.

O SOS sempre foi associado a frases como "Save Our Ship" (Salve o Nosso Navio), "Save Our Souls" (Salve as Nossas Almas) ou "Send Out Succour" (Envie Socorro). Na verdade, estas associações nunca estiveram por trás da criação do SOS, no entanto, a associação a estas frases facilitava a memorização do real significado.

E o primeiro navio a enviar um SOS, por rádio, foi o Arapahoe, que se encontrava perdido ao norte do continente americano, em 11 de agosto de 1909.

O sentido original do SOS aconteceu em janeiro de 1999, quando foi, oficialmente, retirado o serviço de telegrafia Morse nas comunicações marítimas e a Autoridade de Segurança Marítima da Austrália foi a última a renunciar oficialmente o sistema.

CURIOSIDADES

SOS

Quando você se depara com a sigla SOS, imediatamente pensa no PERIGO, não é mesmo? Mas por que a associamos ao perigo? Você sabe como e de onde ela surgiu?

Essa sigla, mundialmente conhecida, tem como finalidade pedir ajuda em qualquer idioma, e está ligada à necessidade de prestar atenção para um acontecimento fora do comum... Mas como ela surgiu? A verdade é que ela nasceu do Código Morse (para quem não sabe, Código Morse é um sistema de representação de letras, números e sinais de pontuação através de um sinal codificado), ou seja, trata-se do antigo sistema de telégrafo criado por Samuel Morse, em 1835, que combinava pontos e travessões usados na emissão de mensagens.

A letra "S", no Código Morse, consistia em três pontos, e a letra "O", consistia em três espaços, ou seja, visualmente, obteríamos qualquer coisa assim: ••• — — — •••. Desta forma, o termo SOS, surgiu para ajudar as pessoas a memorizarem a posição dos pontos e dos espaços.

Mas por que o código Morse? Porque ele combinava vários símbolos (letras, números e sinais de pontuação), através de um sinal codificado enviado ininterruptamente, que proporcionava uma fácil memorização, especialmente em situações que exigiam uma rápida ação. Assim sendo, foram criados vários códigos, CQD, por exemplo, foi o primeiro sinal de perigo emitido, que tinha a seguinte explicação: "CQ" significava a emissão de uma mensagem e o "D" estava relacionado com a palavra inglesa danger, que significa "perigo". No entanto, este símbolo foi considerado difícil de emitir porque requeria muitos toques, e por essa razão este símbolo acabou por ser considerado impróprio para situações de emergência, acabando por cair no esquecimento.

Testes foram feitos, mas ainda necessitava-se de algo mais fácil de memorizar.

melhore a aparência. As opções são muitas. Mas seja como for, sob a influência do trigono que Urano faz ao Sol leonino desde Áries, esses nativos precisarão de novidades e mudanças. Nada que crie caos ou conflitos, mas simplesmente que torne suas vidas mais interessantes. Não deixe que atitudes conservadoras ou que alguma insegurança afaste você de nenhuma oportunidade ou empreendimento que deseja iniciar, pois você deverá ser bem sucedido em tudo que envolva inovação e novas experiências.

Já para os nascidos no terceiro decanato (de 13 de agosto a 22 de agosto) a quadratura de Saturno em Escorpião ao Sol destes nativos pede paciência e perseverança.

Relacionamentos iniciados no passado, enfrentam agora suas primeiras crises, que parecem inesperadas, já que tudo vinha tão bem entre vocês. O problema é que pequenos problemas foram se acumulando ao longo do caminho e, por não terem sido resolvidos, agora eles emergem todos juntos, provavelmente motivados por algum evento externo à relação de vocês, perda de emprego, problemas familiares... A tendência é que você precise de mudança e o seu par resista a elas. Você precisa dar um passo em direção ao futuro e a sua cara metade não quer nada que altere o que já está estabelecido entre vocês. Pode ser ainda que você precise de uma relação mais leve e aberta, enquanto a cara-metade precisa de mais compromisso.

Seja como for, esse é um período de teste para a relação. O importante é saber se vale a pena lutar para continuar juntos ou não.

E para os que têm o Sol em Leão no primeiro decanato (de 23 de julho a 1º de agosto) não há nenhum trânsito planetário lento que seja muito significativo, mas certamente há outros pontos astrológicos importantes que poderão ser verificados.

Já os nascidos com ascendente em Leão, Saturno em trânsito pelo signo de Escorpião parece tornar tudo mais difícil para você. Para onde olha, parece haver obstáculos e resistências aos seus planos e projetos. Mantenha o foco, trabalhe duro e use as dificuldades que Saturno coloca em seu caminho como pedras para construir a sua escada em direção ao sucesso. O que está sendo posto em teste é a sua perseverança. E se você perseverar, alcançará seus objetivos. Portanto, mantenha a calma!

DICAS DOMÉSTICAS

Para melhorar o sabor do óleo mergulhe nele algumas azeitonas. Após alguns dias, o gosto delas passará para o óleo.



Nutritivo da semente ao talo

Você aproveita tudo do seu alimento? A casca, o talo, as sementes, as folhas... Ou vai tudo para o lixo? Sabia que essas partes chegam a ser mais nutritivas do que a própria polpa?

O que você faz com a casca da batata depois que o purê ou a salada ficam prontos? Se a resposta é “jogo no lixo”, saiba que ali são detectadas 100 vezes mais substâncias benéficas do que no interior do alimento. E isso não é exclusividade da batata, apenas, pesquisas revelam que os talos, as folhas, as sementes e as cascas de vários alimentos são muito mais nutritivos do que sua polpa.

Acontece que o aproveitamento integral de frutas e outros vegetais não costuma ser hábito na cozinha dos brasileiros. Segundo a FAO – Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura – estamos entre os dez países que mais desperdiçam comida no mundo.

Mas, antes de começar a usá-los, é importante tomar muito cuidado e caprichar na higienização, já que certas áreas tendem a ser mais expostas a agrotóxicos, que é o caso dos talos e das cascas. Os alimentos devem ficar de molho em recipientes de vidro ou louça em uma solução à base de hipoclorito de sódio, feito isso, basta usar a criatividade e encher a mesa de nutrientes.

As sementes, apesar de pequeninas, concentram elementos de peso. As do ma-

racujá, por exemplo, reúnem ômega 3 e 6. Ambos são essenciais para as funções cerebrais e a transmissão de impulsos nervosos. As da abóbora não ficam atrás, elas têm gorduras boas, muitas fibras e são ricas em vitaminas e minerais, daí sua importância para o coração, o intestino, os olhos.

Os talos são cheios de fibras, vitaminas e minerais, vale a pena aproveitá-los. Os da alcachofra, brócolis, espinafre podem ser transformados em quiches, pães e bolos, e para tornar aquela parte fibrosa mais macia, muitos desses talos devem ser submetidos a um tratamento térmico, como cozimento no vapor, mas se quiser ingerir crus, em sucos, o liquidificador dá conta do recado.

Já as folhas, como as da cenoura, beterraba, batata doce e rabanetes são ricas em vitaminas, podemos aproveitá-las fazendo bolinhos, recheios para tortas, refogados. A folha da cenoura, por exemplo, que contém vitamina A, importante para saúde dos olhos, pele, cabelos e para o crescimento, poderá ser aproveitada para substituir o uso da salinha, pois elas são extremamente parecidas em aspecto e sabor.

Sem falar das cascas, como de batata inglesa, banana, tangerina, laranja, maçã, todas são ricas em vitaminas, sais minerais e proteínas, que estão concentrados nelas.

É isso aí, caro leitor, uma boa cozinha é aquela na qual nada se desperdiça. Às vezes, não percebemos, mas há muita coisa indo para o lixo sem necessidade.

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

“Seria antiprofissional da minha parte topar um trabalho que não me deixasse plenamente confortável. Se aceitei, nada mais natural que eu estivesse disposta a fazer o que fosse preciso.” //

GTainá Muller, a fotógrafa Marina da novela Em Família, da Rede Globo falando sobre o que pensa a respeito do beijo gay entre sua personagem e a de Giovanna Antonelli, a Clara, em entrevista à revista ESTILO.

“As mulheres são a coisa mais bonita que Deus fez. A igreja é mulher. Igreja é feminina. Não se pode fazer teologia sem essa feminidade.” //

Papa Francisco, em entrevista ao jornal italiano Il Messaggero. //

ARUAN & TIGGRE

Pra ninguém ficar parado!

Encarar os desafios que a carreira impõe, ensaiar semanalmente e fazer shows quase todas as noites poderiam ser algumas barreiras para quem vive no mundo da música. Mas, para a dupla Aruan e Tiggre, tudo isso é um prazer e um sonho que se tornou realidade.

Há três anos com o pé na estrada, eles levam a música sertaneja para Tatuí e região, com um repertório muito animado, com músicas que estão na boca do povo, porém, sem esquecer-se das canções que fizeram história no sertanejo, por isso, em todos os shows, há sempre as mais antigas, os tais “modão”.

Mas, antes mesmo de fazer sucesso por onde quer que passe, a dupla Aruan e Tiggre, que teve início em julho de 2011, já fazia vários trabalhos juntos, porém, com uma outra banda, e também num projeto acústico que tinham. “Como durante os shows, o público sempre pedia para tocar sertanejo, e a gente acabava tocando, eu sugeri, por diversas vezes, montar um show sertanejo para atingir esse público, mas nunca saía do papel. Até que veio nosso grande amigo e parceiro

Oséias Rosa Júnior, e deu o empurrão que precisávamos. Juntos, criamos, então, o projeto de sertanejo para as férias de julho de 2011 e, desde então, não paramos mais”, conta Rodrigo Tiggre.

Inicialmente, Aruan Puertas cantava sozinho e Rodrigo Tiggre cantava e tocava na banda Sigilo Absoluto. Com o tempo, Aruan começou a fazer parte da banda também e foi a partir daí que foi estreitada a relação de amizade e logo começaram a tocar juntos, também num projeto de rock acústico.

Após firmar parceria, eles declararam: “O palco é o lugar onde nos sentimos bem, não tem jeito. E claro que, não só no começo, mas ainda hoje, rola um certo nervosismo, afinal, isso é sinal da nossa preocupação em fazer o melhor para o nosso público”.

Para eles, que já tocaram em toda a região, como Sorocaba, Itapetininga, Boituva, Tietê, Conchas, Laranjal, mas também foram para São Paulo, Bauru, Campinas, Americana, e Poços de Caldas, o principal obstáculo até hoje é conseguir se manter em meio à quantidade de duplas e artistas que há em

nossa região. “Não é fácil, para conseguir trabalhar tem que sempre buscar coisa nova, já que, de fato, temos um público bem exigente”, afirma Rodrigo.

E por falar em exigência, para estarem sempre afiados e com novidades, eles ensaiam, pelo menos, uma vez por semana, para poder colocar algo novo no repertório e o mais interessante é que todas as músicas são compostas por Rodrigo Tiggre, Victor Muzel e Daniel Pires, deixando as apresentações com um toque ainda mais pessoal e especial.

Recentemente, a dupla Aruan e Tiggre lançou seu primeiro disco com o tema “Deixa eu cuidar de você”, com oito faixas autorais, que variam entre músicas dançantes e românticas, incluindo “Ela dá Lancinho”, que teve uma aceitação muito boa, em uma mistura de funk e sertanejo, que não deixa ninguém ficar parado.

Logo, eles pretendem gravar o tão sonhado DVD e realizar o sonho de conseguir emplacar uma de suas músicas, para que possam trabalhar mais e, assim, fazer com que o nome da dupla alcance ainda mais sucesso.



COMUNICAÇÃO SEM DESTRUIÇÃO

É você quem tem que mudar

O pensamento é uma ferramenta como qualquer outra: precisa ser usado da forma correta. O uso errado pode gerar muitos males. Nunca diga ou escreva algo pensando no que deseja evitar que os outros entendam. Um fato muito comum e que causa dissabores para muitas pessoas é ser mal interpretado quando escreve ou diz algo. A pessoa escreve ou diz algo buscando um resultado positivo, mas o que ocorre é que não só a outra parte não entende o que foi comunicado, como ainda entende exatamente o contrário. Isso ocorre com você? Se sim, é porque quando você vai escrever ou dizer alguma coisa, sem perceber, põe na tela da sua mente aquilo que NÃO QUER que os outros entendam. Aquilo que estiver na “tela da sua mente” é o que as outras pessoas vão entender. Quando for escrever ou dizer algo, tome um pequeno tempo antes, e ponha na mente EXATAMENTE AQUILO QUE DESEJA que os outros entendam; use esse tempo para pensar na emoção que deseja transmitir, nas ideias que deseja que sejam plenamente entendidas, na mensagem que, efetivamente, deseja comunicar. Você precisa entender que apenas 7% da comunicação está nas palavras usadas (o verbal), e os outros 93% estão naquilo que não é dito ou escrito (o não verbal). Eu o aconselho a sempre estruturar mentalmente a sua comunicação, antes de transmiti-la. O oposto disso é tragédia. Aprenda a pensar antes de escrever ou falar. Você nunca se arrependerá de seguir esse conselho. Pense nisso! Só é necessário ter humildade e reconhecer que é você quem tem que mudar, não os outros. Seja diferente da maioria! Vale a pena ser INCOMUM.

61

*“Existem dez fraquezas contra as quais todos nós devemos tomar muito cuidado. Uma delas é o hábito de tentar colher antes de semear, e todas as outras acham-se reunidas no hábito de arranjar desculpas para justificar cada erro que cometemos”
(Napoleon Hill).*

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 Sílvia - Bairro Água Branca - Boituva/SP

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

Lei Carolina Dieckmann

*Cuidado com seus pertences
on-line e conheça a lei que
te protege contra possíveis
"roubos virtuais"*

Você sabia que invadir o computador alheio pode render detenção de até um ano e multa? Pois bem, a lei 12.737 de 2012, conhecida como lei “Carolina Dieckmann”, que, entre outras coisas, torna crime a invasão de aparelhos eletrônicos para obtenção de dados particulares, entrou em vigor há quase dois anos.

Sancionada em dezembro de 2012, a alteração do Código Penal entrou em vigor em 2 de abril de 2013 e foi apelidada com o nome da atriz, após fotos em que Carolina Dieckmann aparecia nua terem sido divulgadas na internet.

Os delitos previstos são:

•1) Art. 154-A - Invasão de dispositivo informático alheio, conectado ou não à rede de computadores, mediante violação indevida de mecanismo de segurança e com o fim de obter, adulterar ou destruir dados ou informações sem autorização expressa ou tácita do titular do dispositivo ou instalar vulnerabilidades para obter vantagem ilícita.

Pena - detenção, de 3 (três) meses a 1 (um) ano, e multa.

•2) Art. 266 - Interrupção ou perturbação de serviço telegráfico, telefônico, informático, telemático ou de informação de utilidade pública. Pena - detenção, de um a três anos, e multa.

•3) Art. 298 - Falsificação de documento particular/cartão. Pena - reclusão, de um a cinco anos, e multa.

Como evitar

Apesar de casos como o da atriz Carolina Dieckmann, que teve fotos íntimas expostas sem sua autorização na internet, serem os que ganham notoriedade na mídia, o problema tem sido cada vez mais comum com pessoas fora do mundo das celebridades. A falta de cuidado com arquivos que contêm informações sensíveis pode acabar custando caro, causando danos irreparáveis, já que é quase impossível retirar totalmente o conteúdo da internet uma vez que ele foi publicado.

A dica mais óbvia: evite produzir fotos de si mesmo em situações íntimas. Casos de pessoas famosas indicam que o hábito dos casais em gravarem vídeos e fotos de sua intimidade é grande e deve ser acompanhado do cuidado em manter esses arquivos longe de terceiros. A maioria dos casos, no Brasil, que vão parar na Justiça envolve namorados que, ao terminar a relação, publicam na internet fotos e vídeos das namoradas, como forma de vingança.

Cuidar da segurança on-line tem de ser uma rotina na vida do usuário. Mesmo que você não entenda muito de tecnologia, existem cuidados simples que evitam o acesso fácil aos seus arquivos. Colocar senha em computadores, celulares e tablets é um desses cuidados. Outra precaução é manter instalado no dispositivo, inclusive nos smartphones e tablets, um software antivírus. Ele pode detectar e eliminar ameaças comuns que circulam na internet e que deixam os computadores vulneráveis a ataques.





universo
Teen



Novo game de futebol chega em breve

PES 2015 recebeu melhorias e deve ser comercializado até o final do ano

Se mesmo com o fim da Copa do Mundo você ainda quer mais futebol e ver de novo os craques em ação, mas ficar confortavelmente instalado no sofá de sua casa, a Konami, empresa que criou o Pro Evolution Soccer, prepara a versão 2015 do game, que é concorrente direto do FIFA 14.

O novo game recebeu melhorias para fazer os consumidores esquecerem as falhas da edição anterior, sendo ideal para rodar em videogames como o Xbox One e o PlayStation 4. O game tem previsão de lançamento para o terceiro trimestre deste ano.

Testes

Uma versão quase pronta do novo game foi testada durante as finais do torneio mundial de PES 2014, realizada em junho na cidade de Manchester, no Reino Unido.

Lançar a edição anterior de Pro Evolution Soccer apenas para PlayStation 3 e Xbox 360 talvez tenha sido o erro da Konami em 2013. Os amantes de futebol e donos dos videogames de nova geração só tinham FIFA 14 como opção, tornando o game da Electronic Arts mais popular em todo o mundo e deixando “PES 2014”, uma das edições mais fracas da série, cair no desgosto popular. Já neste ano, graças ao maior poder de processamento do PS4 e do Xbox One, “PES” flui melhor, tem intervalos de carregamento mais rápidos e não sofre com quedas de taxas de quadros durante os replays. A grama é outro destaque e, desta vez, é processada em 3D.

Segundo o G1, que testou o novo game, o PES 2015 está menos confuso do que a versão anterior, graças à participação de técnicos europeus em seu desenvolvimento. Antes, Pro Evolution Soccer era um game totalmente feito no Japão, o que se refletia em menus confusos e na apresentação do jogo. Agora, tudo está mais limpo e fácil de acessar. Na parte tática, as camisas dos jogadores foram substituídas por bolinhas, permitindo uma visualização mais fácil do posicionamento e da tática escolhida.

A nova versão está mais rápida e bonita, sobretudo se jogada no novo PS4. Usando o motor gráfico Fox Engine, o mesmo de “Metal Gear Solid V: Ground Zeroes”, os jogadores estão mais próximos do real, com expressões faciais convincentes e gritos ao marcar gols. Os atletas virtuais até correm para a câmera e dão um beijo na lente. A Konami usou esse recurso para mostrar a qualidade dos modelos em campo. Durante as partidas, é possível ver jogadores levantando a cabeça e olhando para os lados para encontrar um companheiro desmarcado ou fazendo sinal para receber a bola. Mais de mil atletas de todo o mundo tiveram seus movimentos mapeados, mostrando o jeito pessoal de cada um de correr, passar a bola, chutar e comemorar o gol.

Na versão 2015, o sistema de iluminação durante o dia e a noite (que inclui os holofotes do estádio) é gerado em tempo real. Isso permite que uma nuvem faça sombra no gramado ou que, dependendo do horário, a incidência de luz mude. No entanto, na demonstração não foi possível ver uma partida começando no final da tarde e terminando de noite.

Torcida

Embora a torcida ainda pareça de “papel”, ela possui novas animações que são ativadas de acordo com os acontecimentos em campo. Torcidas de equipes grandes da Europa serão bem representadas no game e há esperança que os fãs de times brasileiros recebam o mesmo tratamento. Por outro lado, apesar da melhora no visual, a movimentação dos jogadores ainda não agrada. Os atletas continuam parecendo robôs correndo, muito duros. Os dribles, embora rápidos, não condizem muitas vezes com o que é feito no campo real. Nesse quesito, a série “Fifa” ainda é superior.

Partidas

Um dos maiores problemas da versão 2014 é a partida truncada, quando jogadores colidem com

adversários e companheiros e perdem o controle da bola na maioria das vezes. Essa falha é explorada até em competições. Isso mudou em PES 2015, e os jogadores têm maior controle da bola mesmo quando há pressão do marcador. Durante o teste, as trombadas voltaram a aparecer, mas em escala muito menor. Isso faz com que a partida flua melhor, permitindo a criação de jogadas e de ataques em velocidade. Os controles também apresentam resposta mais rápida, com os jogadores cumprindo os comandos quase que instantaneamente. Na versão anterior, eles demoravam muito para dar um passe ou um chute ao gol.

Novos sistemas de passes e chutes

A Konami afirma ter criado novos sistemas de passes e de chutes que trazem maior sensação de realidade ao game. Os tiros ao gol parecem mais naturais e o jogador tem mais controle sobre sua direção e força. É mais fácil usar jogadores habilidosos como Rooney, do Manchester United, para chutar forte ao gol e superar o goleiro, por exemplo. No teste, vários gols foram marcados longe da grande área usando Van Persie (o holandês que fez gol de peixinho) e Rooney, e o goleiro aceitou as pauladas muito facilmente. Por outro lado, a produtora afirma que, para equilibrar esses chutes mais fortes, os goleiros estão mais espertos e são capazes de fechar os ângulos e reagir de forma mais natural a qualquer situação.

Já nos passes, há um sistema chamado, em tradução, de “último passe”. Ele se refere ao toque que dá chance ao atacante fazer o gol. Usando um sistema de física da bola mais realista que no ano passado, o passe sai mais rapidamente e segue sua trajetória levando em conta a distância e o atrito com a grama. Isso permite que um jogador habilidoso consiga dar um chute de primeira com força e precisão. As disputas mano a mano são outro ponto que a Konami tentou melhorar em PES 2015. Com a eliminação dos encontros, as disputas com o corpo ganham força, e os jogadores usam seu peso e seu centro de gravidade para tentar manter a posse da bola o tempo inteiro. Os dribles também sofreram mudanças e estão mais ágeis, embora o modo de ativá-los ainda seja o mesmo, usando a alavanca analógica da direita.

Uma das novidades do novo “PES” é a atualização semanal dos campeonatos inclusive no Brasileiro. Desse modo, os times estarão idênticos aos reais em relação à escalação, às transferências e táticas usadas naquela semana. Além do campeonato brasileiro, o espanhol, o inglês, o italiano e o francês terão esse recurso. Essa atualização, por outro lado, irá fazer com que atletas que não tiveram uma boa semana tenham um desempenho abaixo do esperado em campo, o que pode prejudicar toda a equipe. E o modo Master League, um dos favoritos dos fãs, também tem mudanças, permitindo usar dinheiro virtual acumulado ou microtransações para contratar novos atletas.

Moletom das academias para as ruas Fashion



*Peça lembra os velhos
tempos e faz jus ao
conforto, podendo ser
usado de dia e de noite*

O moletom, que antes era exclusividade para uso nas academias ou nos looks muito despojados, ganhou status fashion. Tendência neste inverno, ele ficou elegante e está super na moda. “Claro que não é só tirar aquela peça velha do guarda-roupa que não usamos há anos, as peças de moletom, hoje, têm um novo estilo. Modelagens diferentes, cores mais elegantes e diversas, caimentos e modelos mais ousados. Com isso, temos que prestar muita atenção ao introduzirmos o moletom ao nosso dia a dia”, afirma a consultora de moda Thais Lopes Silva, de Cerquillo.

Segundo ela, uma das maneiras mais certeiras de inserir o moletom no look é com um tradicional casaco, agora com corte mais justo, em um top cropped (mais curtos, que deixam parte da barriga à mostra), em uma calça flare (mais largas embaixo, estilo boca de sino) ou até mesmo em uma calça saruel. “Essas peças podem ser usadas juntas sem problemas. Podem também ser combinadas com outras peças de outros tecidos, desde que haja equilíbrio. Estas peças são um exemplo de como ter uma boa introdução do moletom em um look mais sofisticado” diz.

Ele vem ganhando as passarelas internacionais e para as ruas foi um pulo. Estampas cativantes, aplicações e brilhos foram os responsáveis pelo surgimento do novo hit, que agora tem passe livre também à noite. E como sempre foi algo extremamente confortável, hoje, conseguiu misturar o conforto do moletom com a elegância, já que a ordem mundial fashion pede essa comodidade.

Como usar?

Segundo Thais, antes de escolher o que usar, é preciso saber se a peça cai bem ou não com o seu tipo de corpo. “O top cropped, por exemplo, só combina com quem está em forma com a barriga sequinha, pois ele não ajuda a disfarçar algumas gordurinhas. Já a calça, é uma peça totalmente liberada, que tem um bom caimento em todo tipo de corpo. As cores variam e são mais ousadas. As magrinhas podem apostar nas estampas, que costumam ser bem divertidas, mas o preto é e sempre será uma escolha perfeita, pois combina com tudo”, conclui.

As aulas estão voltando, e agora?

Veja dicas para lidar com os sentimentos de expectativas e até de medo que crescem nas crianças e também nos pais

É hora de se despedir dos dias de folga e voltar à rotina com aulas, tarefas de casa e trabalhos escolares. Algumas crianças estão com saudades dos colegas e das atividades, mas outras não podem nem ouvir falar em volta às aulas sem ter uma dor de barriga emocional. Como os pais podem lidar com uma criança que resiste a voltar das férias?

Em primeiro lugar, deve-se tomar cuidado com a forma como é apresentada a situação

para a criança. “Se a mãe diz: “oba, hoje tem chocolate” com entusiasmo e diz: “comam logo esses legumes” de uma forma autoritária e brava, a criança já percebe que a mãe acha chocolate muito melhor que legumes, e aprende com ela. E acabam vendo o desafio de comer legumes como insuportável. Se os pais disserem: “oba, vamos nos divertir aprendendo coisas novas e fazendo amigos na escola” é diferente de “ufa, voltem logo para escola, não aguento mais você”, e isso pode fazer uma

grande diferença”, explica a Dra. Denise Pacheco Noronha, CRP 06/96689, Psicóloga Clínica Cognitiva-Comportamental.

Conversar com os filhos sobre a importância de voltar para escola, assim como a necessidade de cumprir com suas obrigações diárias, também é uma boa alternativa. As férias trazem uma maior liberdade de horário, por isso devem ser encaradas como bônus por cumprirem seus afazeres durante grande parte do ano, e não como uma situação permanente.

A criança deve entender por que precisa estudar e a partir disso, talvez, comece a encarar o momento do aprendizado de maneira diferente. Tente explicar a ela que para realizar seus sonhos futuros, como ser médico, advogado ou piloto, deve se preparar intelectualmente na escola.

Algumas dicas que podem ajudar na hora de voltar à rotina são:

- Um pouco antes das aulas começarem, tente controlar horários, principalmente se a criança tiver entre quatro e oito anos. Ela deve se acostumar novamente a dormir, acordar e realizar as refeições no mesmo horário de antes. Uma dica é caprichar na programação do despertador, criando testes antes do início das aulas. Ou até mesmo dando um modelo infantil de relógio com alarme para a criança aprender a se programar. Procure alinhar essa rotina de maneira não arbitrária, fazendo com que ela mesma sinta a necessidade de organizar as tarefas de seu dia a dia.

- Uma boa maneira também de estimular a reentrada na rotina escolar é promover uma renovação no material, com mochila de seu personagem preferido, tênis novos, etc.

Segundo a Dra. Denise, a participação dos pais é essencial na criação dessa rotina dos filhos, pois são eles que ajudarão a ver o retorno às aulas como parte de um projeto de vida. “As pessoas precisam de objetivos na vida para desfrutar das conquistas. Se os pais não ajudam seus filhos a ver essa volta às aulas com entusiasmo, corre-se o risco de as crianças enxergarem a escola como desnecessária ou chata.” Conclui.



Timidez!

Como lidar com ela?!

67

A timidez, nos dias atuais, é algo bem comum entre os adolescentes. Talvez, as redes sociais sejam as maiores causadoras da timidez, pois afastam o real do virtual, impedindo, assim, o verdadeiro “contato com o mundo”. Mas esse não é o único motivo que torna uma pessoa tímida, muitas vezes, apenas o fato de que o corpo esteja evoluindo, já torna uma pessoa tímida. Para entendermos um pouco mais sobre o assunto, conversamos com Lucilene Alciati, Psicóloga - CRP 06/68166

Terapia Individual, Casal, Familiar e Orientação Vocacional e ela nos explicou um pouco o assunto. Acompanhe:

Hadar >> Timidez, é possível viver normalmente com isso?

Lucilene >> Claro que sim. Quem nunca sentiu os pés grudarem no chão, a voz embargar ou as mãos suarem antes de falar em público... é quase impossível não se lembrar de alguma situação onde nos sentimos um patinho feio. Para a psicologia, isso não é defeito, é característica. A questão é descobrir quando ela se torna um empecilho para nosso bem-estar. Se a sua timidez segura o seu crescimento como pessoa ou como profissional é hora de procurar ajuda.

Hadar >> Como saber se alguma pessoa é tímida? Os tímidos demonstram alguns sinais?

Lucilene >> Uma pessoa tímida tem dificuldade de iniciar novas amizades e namoros, sofre quando precisa pedir informações a estranhos, quando tem necessidade de reclamar seus direitos ou falar com autoridades. Tem dificuldade em entrevistas de emprego ou em apresentações no trabalho.

Hadar >> Existe algum momento em que uma pessoa tímida “se solta”?

Lucilene >> Existem práticas que podem ajudar o tímido a lidar com essa característica de sua personalidade. A terapia e o teatro são exemplos disso.

Hadar >> “Ser tímido” é uma fase ou uma personalidade?

Lucilene >> É uma característica da personalidade, que pode ser intensificada ou não, dependendo do ambiente em que a pessoa é exposta, isto é, da vivência, das exigências sociais e da expectativa de futuro que o indivíduo esteja vivendo.

Hadar >> Quais as dificuldades que uma pessoa tímida pode enfrentar?

Lucilene >> O tímido convive com muitos medos: De situações novas, de falar em público, de expor suas ideias ou a si mesmo, pois teme ser avaliado, julgado ou não ser aceito pelos outros. Uma pessoa tímida é incapaz de ousar! Quanto mais inseguro o tímido se sentir em relação a outras pesso-

as, quanto mais nova for a situação e quanto menos conhecida for a pessoa com quem o tímido está se relacionando, maior será a necessidade de ele se refugiar internamente, retrair-se, pois sente-se muito ameaçado.

Hadar >> Existe algum tratamento para “curar” a timidez?

Lucilene >> Existem técnicas de autocohecimento e expressão corporal como a dança e o teatro, que ajudam muito o tímido a se conhecer e se expor socialmente. Além da terapia comportamental que atua diretamente no impacto que a timidez pode causar na vida das pessoas.

Como vimos nesta pequena conversa, timidez não é nenhum bicho de sete cabeças e pode ser revertida com o tempo e alguns métodos. Para finalizar, nós, da Revista Hadar, e a psicóloga Lucilene, gostaríamos de deixar um recado para você, tímido: “Assuma sua dificuldade e enfrente-a. Se há uma situação que, normalmente, provoca muita ansiedade, vá mais devagar. Exponha-se de forma gradual, analisando com calma seu desempenho. Olhe sempre nos olhos das pessoas com quem falar. Nada de conversar somente com quem é próximo de você, procure falar com várias pessoas. Abandone os pensamentos negativos. Quando a pessoa sempre espera o pior, as consequências acabam sendo mesmo negativas”.



SÓ R\$ 25,00

Um homem chegou em casa do trabalho tarde, cansado e irritado; encontrou o seu filho de cinco anos esperando por ele na porta.

- Pai, posso te fazer uma pergunta?

- O que é? – respondeu o homem.

- Pai, quanto você ganha em uma hora?

- Isso não é da sua conta. Por que você está perguntando uma coisa dessas? – o homem disse agressivo.

- Eu só quero saber. Por favor, me diga quanto você ganha em uma hora?

“Se você quer saber, eu ganho R\$ 50,00 por hora.”

- Ah... – o menino respondeu, com a cabeça baixa – Pai, pode me emprestar R\$ 25,00?

O pai ficou furioso. “Essa é a única razão pela qual você me perguntou isso? Pensa que é assim que você pode conseguir algum dinheiro para comprar um brinquedo ou algum outro disparate? Vá direto para o seu quarto e vá para a cama. Pense sobre o quanto você está sendo egoísta. Eu não trabalho duramente todos os dias para tais infantilidades!”

O menino foi calado para o seu quarto e fechou a porta.

O homem sentou-se e começou a ficar ainda mais nervoso sobre a pergunta do filho. Como ele ousa fazer essas perguntas só para ganhar algum dinheiro?

Após cerca de uma hora, o pai já estava mais calmo e começou a pensar: “talvez haja algo que ele realmente precise comprar com esses R\$ 25,00, e ele não pede dinheiro com muita frequência”. Levantou-se, foi para a porta do quarto do menino e abriu a porta.

- Você está dormindo, meu filho? – perguntou.

- Não, pai, estou acordado – ele falou baixinho.

- Eu estive pensando. Talvez eu tenha sido muito duro com você há pouco; tive um longo dia e acabei descarregando em você. Aqui estão os R\$ 25,00 que você me pediu.

O menino se levantou sorrindo. “Oh, obrigado pai!”, gritou. Então, levantou seu travesseiro e tirou alguns trocados amassados que estavam dentro dele.

O homem viu que o menino já tinha algum dinheiro e começou a se enfurecer novamente. O menino lentamente contou o seu dinheiro e, em seguida, olhou para seu pai.

- Por que você queria mais dinheiro, se você já tinha uma quantia guardada? – grunhiu o pai.

- Porque eu não tinha o suficiente, mas agora eu tenho! – respondeu o menino. E continuou:

- Papai, eu tenho R\$ 50,00 agora. Posso comprar uma hora do seu tempo? Por favor, chegue mais cedo amanhã em casa. Eu gostaria de jantar com você.

O pai parou, sentindo seu coração destrocado. Colocou seus braços em torno de seu filho, abraçou-o e beijou-o por longas horas, pedindo seu perdão.

Vou deixar algumas reflexões e alguns comentários:

- Se eu morrer amanhã, vou levar uma amargura como essa para o túmulo comigo?

- Se eu soubesse que, hoje, é meu último dia nesta vida, o que eu faria no dia de hoje? (Isso não é uma hipótese remota, é algo que pode realmente acontecer).

- Estou ocupando tempo excessivo no trabalho ou em outros compromissos que estão tomando toda a disponibilidade que tenho para minha família ou amigos?

- Estou deixando escorregar o tempo através dos meus dedos, sem ter passado algum desse tempo com aqueles que realmente importam para mim?

- Não estou perdendo tempo precioso cultivando a mágoa, o rancor e o egoísmo, desperdiçando a paz de espírito e perdendo da vida o que há de melhor?

Se morrermos amanhã, a empresa para a qual trabalhamos poderá facilmente substituir-nos em horas; se morrermos amanhã, o grupo de companheiros do “happy hour” após o trabalho irá sentir nossa perda por quinze, vinte dias. Mas a família e os amigos que deixamos para trás irão sentir essa perda para o resto de suas vidas.

AUTOS &



ROS & CIA

F1: Mercedes mantém favoritismo, mas outras equipes buscam equilíbrio

Grandes escuderias tentam recuperar tempo perdido

A temporada 2014 da Fórmula segue com as Mercedes liderando o campeonato, mas outras equipes começam a esboçar reação. O Grande Prêmio de Silverstone, na Inglaterra, mostrou que Nico Rosberg e Lewis Hamilton seguem tranquilos na ponta da tabela, com 165 e 161 pontos respectivamente, mas também deixou evidente que as outras equipes estão se movimentando e o segundo pelotão já está bastante equilibrado.

Mesmo liderando com folga, a Mercedes não pode se dar ao luxo de errar, pois em um esporte onde tudo é decidido em uma fração de segundo, um erro de estratégia ou mesmo a escolha errada de pneus pode significar a perda de uma boa posição de largada ou mesmo a perda do primeiro lugar no pódio. Cada vez mais, uma boa estratégia e uma turma de mecânicos bem treinada no *pit stop* fazem a diferença.

O GP da Inglaterra, em seus treinos classificatórios, foi um exemplo disso. Nico Rosberg conseguiu a pole position nas três últimas voltas do treino final, quando, pegou um trecho de pista seca, o que ajudou a performance dos pneus escolhidos. Hamilton, por sua vez, foi prejudicado por uma avaliação errada de sua equipe e perdeu posições, largando em sexto lugar, na terceira fila.

Mas como todo bom piloto também pre-

cisa de sorte, Hamilton vinha fazendo uma excelente corrida de recuperação e já se aproximava de Rosberg quando seu companheiro de equipe teve problemas no câmbio e abandonou a prova, abrindo caminho para o inglês vencer a prova, diante de uma torcida apaixonada, e encostar no líder do campeonato. Silverstone foi a nona etapa da temporada; das oito anteriores, Rosberg havia vencido três e Lewis Hamilton quatro, na briga particular da Mercedes pelo título. Os dois abandonos do britânico no ano, porém, deixavam o duelo desequilibrado em favor do alemão, que tinha um segundo lugar como pior resultado.

Mesmo com a superioridade da escuderia alemã, as outras equipes não estão mortas. A Williams, por exemplo, dá sinais que está quase acertando seus carros. A pole de Felipe Massa nos treinos do GP da Áustria foi a demonstração de que o carro está quase lá. O brasileiro, em décimo lugar no campeonato, também anda sem sorte. Depois de ter problemas na largada, em Silverstone, abandonou a prova logo na primeira volta, ao ser atingido pela Ferrari de Kimi Raikkonen, que perdeu o controle do carro ao sair da pista.

Nas cenas gravadas pela câmera do carro de Massa, é possível perceber que o brasileiro precisou de habilidade para evitar atingir a Ferrari bem no meio, o que poderia ter

causado uma tragédia.

Seu companheiro de equipe, o finlandês Valteri Bottas, teve mais sorte e terminou a corrida em segundo, após ter largado em 14º lugar. Bottas é o quinto na classificação do campeonato, atrás de Fernando Alonso, da Ferrari.

O espanhol protagonizou, nas últimas voltas, um emocionante duelo com Sebastian Vettel, da RBR; O alemão acabou vencendo a disputa pela quinta posição na corrida, para reclamação de Alonso.

O outro piloto da RBR, Daniel Ricciardo, segue firme em terceiro lugar na competição. Tudo indica que a superioridade da Mercedes pode estar seriamente ameaçada no segundo semestre.

O GP de Silverstone proporcionou um fim de semana perfeito para os britânicos: prova emocionante com vitória do piloto da casa justamente na corrida que marcou o 50º Grande Prêmio realizado no tradicional circuito, berço da categoria. A festa contou com a presença de várias gerações de pilotos, como o brasileiro Emerson Fittipaldi, Nigel Mansell e Alain Prost. Também houve desfile de carros que fizeram história em mais de meio século da F1 na Inglaterra. Outro fato que marcou o dia foi que esta foi a segunda vitória de Lewis Hamilton neste circuito, exatos seis anos depois da primeira.





Peça requer
atenção e cuidados

Vela de ignição: peça fundamental para o funcionamento do carro

Mesmo com toda a tecnologia atual, os automóveis precisam de peças tradicionais para funcionar. E estas, muitas vezes, passam completamente despercebidas por alguns motoristas. Você sabe ou já ouviu falar em vela de ignição? Se nunca ouviu falar ou já esqueceu o que é, leia com atenção estas dicas.

O motor a combustão, seja a gasolina, etanol ou flex, precisa de um sistema elétrico indispensável para o seu funcionamento. E, muitas vezes, neste sistema, a vela de ignição sofre alguns danos causados pelo seu desgaste natural ou por outros problemas que o veículo

apresenta. A vela de ignição é uma peça instalada no cabeçote do motor que recebe uma corrente elétrica de 35 a 45 mil volts, criando uma faísca e permitindo a explosão na câmara de combustão. A faísca, ou centelha, é feita com a ajuda de um eletrodo central e outro lateral, e se eles não funcionarem bem, o veículo apresenta alguns sintomas.

Segundo técnicos, uma vela ruim causa falha no motor e dificuldade na partida e, em alguns casos, o veículo pode até apagar de uma hora para outra. Quando isso acontece, está na hora da troca da vela.

Problemas

Os problemas mais comuns na vela estão na carbonização da sua estrutura e no derretimento do eletrodo central. Isso acontece quando há excesso de combustível na câmara ou há entrada de óleo durante a queima. Mas é bom lembrar que toda vela tem sua vida útil. Em uma situação de uso normal da vela, o que ocorre é o desgaste dos eletrodos central e lateral e com o tempo ela vai ter dificuldade na geração da centelha. O recomendável é verificar as condições da vela a cada 10 mil km e fazer a troca entre 20 e 30 mil km rodados. Mas fique atento na instalação quanto à calibração da vela, ou seja, a distância correta que os dois eletrodos precisam ter um do outro. Feito isso, você não terá surpresas ao dar a partida no seu carro.

Fonte: www.automaistv.com.br

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

GM amplia recall

Além da montadora, Harley-Davidson também fará recall de motos

A crise gerada pelo defeito no sistema de ignição de muitos modelos de automóveis produzidos pela General Motors, uma das maiores montadoras de veículos do mundo, está longe de acabar.

A GM anunciou, no final de junho, a ampliação do mega-recall causado por um defeito que faz alguns modelos desligarem “do nada”. Mais 8,2 milhões de veículos foram chamados, elevando o número de unidades envolvidas para mais de 15 milhões, desde fevereiro passado, quando os chamados começaram, voltados principalmente aos países da América do Norte. Até o momento, a montadora não relacionou nenhuma unidade vendida, no Brasil, entre as envolvidas.

Entenda o caso

Pela demora em reconhecer e sanar o problema, reportado há mais de uma década, a GM é alvo de uma série de investigações nos Estados Unidos, onde foi vendida a maioria desses carros.

O problema, que pode fazer com que o veículo desligue totalmente enquanto roda, deixando o condutor sem nenhum controle da situação, teria sido identificado em alguns modelos clássicos da montadora, como o Pontiac Grand AM e Oldsmobile, entre outros. Embora ainda não se tenha notícia de problemas no Brasil, o defeito também foi constatado no Malibu, comercializado nos EUA entre 1997 e 2005; o modelo também foi vendido por aqui, mas teve vida curta.

Até reconhecer o problema, 54 acidentes e 13 mortes atribuídos à falha ocorreram. Mas, ao anunciar o novo recall, a montadora afirmou ter relatos de 7 colisões envolvendo os modelos convocados agora, que deixaram 3 mortos e 8 feridos. Em comunicado, a GM diz que não há evidência conclusiva de que a falha na ignição tenha provocado o acidente.

O defeito, além de fazer com que o motor do carro pare, desliga sistemas eletrônicos, como airbags. Dos 13 acidentes pre-

viamente relacionados a esse problema, em 12 deles as bolsas de ar não abriram, segundo apurou o jornal “The Times”. A montadora não deu mais detalhes das colisões relacionadas aos carros chamados nesta segunda operação de recall. A maioria dos modelos já apareceu em listas dos recalls anteriores para corrigir esse defeito, mas, agora, a montadora amplia a faixa do ano de fabricação, começando em 1997 – até então, o mega-recall contemplava carros produzidos de 2000 a 2014.

A novidade na lista é o Chevrolet Malibu, que ainda não havia sido convocado por esse problema, além de modelos Oldsmobile. Até o modelo de luxo Cadillac entrou na lista, com modelos fabricados entre 2004 e 2014.

A filial da montadora do Brasil divulgou nota informando que está buscando informações adicionais sobre o recall divulgado nos Estados Unidos. “Caso a GM do Brasil tenha importado diretamente e comercializado, no país, veículos entre aqueles envolvidos nesta campanha, adotaremos todas as medidas para imediata informação às autoridades, aos nossos consumidores e à imprensa”, diz a nota.

A GM anunciou ainda que pretende indenizar as famílias das vítimas dos acidentes ligados à falha em US\$ 1 milhão por cada morte.

Mais recalls

Além dos 8,2 milhões de veículos que

podem apresentar esse tipo de defeito, a GM anunciou outros recalls por falhas diversas, totalizando 8,4 milhões de unidades convocadas no final de junho. Eles incluem os modelos Cruze, Camaro, Trailblazer e Sonic, entre outros. Ainda não há informações se alguma unidade vendida no Brasil está envolvida nesses chamados.

Harley

A Harley-Davidson também anunciou o recall de modelos 2014, fabricados em 2013, de sua linha de motos touring. De acordo com a empresa, Road King Classic, Street Glide e Ultra Limited podem apresentar problemas no freio dianteiro. O número total de motocicletas envolvidas no Brasil é de 760, segundo informou a empresa. São 430 do modelo Ultra Limited, 208 do Street Glide, e 122 do Road King Classic.

No comunicado, a fabricante informa que, em decorrência de uma possível montagem incorreta, a tubulação do freio dianteiro poderá ser comprimida entre o tanque de combustível e o chassi da motocicleta, aumentando a pressão do fluido de freio indevidamente. Segundo a H-D, o mau funcionamento dos freios traz risco de perda de frenagem e/ou travamento da roda dianteira, trazendo riscos de queda e ferimentos ao motociclista.

A empresa convoca os proprietários a comparecerem a uma concessionária da marca para a inspeção do sistema de freio dianteiro, com instalação de cabos de retenção e, se necessário, a substituição da tubulação de freio dianteiro. O reparo será totalmente gratuito e terá duração máxima de 2 horas, informa a Harley-Davidson.

É recomendado pela fabricante o comparecimento imediato a uma concessionária da empresa e mais informações podem ser encontradas no www.harley-davidson.com.br ou telefone 0800-724-1188.





Aquecedor de manopla ajuda a espantar o frio

Aparelho pode ser encontrado na internet a partir de R\$ 29,00

Quem utiliza moto no dia a dia sabe que é preciso se proteger do vento e do frio, principalmente no inverno. Até mesmo quem usa a motocicleta apenas para viagens de lazer, nos finais de semana, precisa se proteger do frio. Braços, pernas, mãos e pés devem ser bem agasalhados.

Frequentemente mais expostas às intempéries, as mãos merecem um cuidado especial,

já que, muitas vezes, as luvas não são suficientes para aquecer do frio. O aquecedor elétrico de manopla é uma boa opção para que suas mãos e dedos não congelem no inverno.

O aparelho pode ser encontrado em anúncios on-line a preços que variam de R\$ 29 a R\$ 867, nos modelos top de linha. Segundo os anunciantes, alguns aquecedores podem ser acoplados em todos os modelos de

motocicleta e até em triciclos. A escolha vai do gosto (e do bolso) do consumidor. Mas atenção: é recomendável consultar um técnico ou um mecânico de confiança para definir qual modelo se ajusta à sua moto.

O primeiro passo é saber se sua moto usa o sistema de 12 volts, pois, geralmente, os aquecedores usam este sistema. Em alguns casos, o aparelho vem com cabo e interruptor Liga/Desliga; o aquecedor pode ser instalado direto na bateria, mas é preciso retirar o cabo da bateria primeiro, recolocando-o após a instalação. O sistema também pode ser conectado via cabo, se o motociclista preferir. A dica é instalar nos cabos dos faróis, impedindo que haja um superaquecimento, caso o sistema fique ligado durante muito tempo com a moto desligada.

Em alguns modelos, as placas térmicas (as plaquinhas conectadas aos cabos) são colocadas sobre a manopla, pois as mesmas são autocolantes. Em seguida, você deve posicionar as capinhas termo retráteis (as prelinhas que envolvem as manoplas) sobre as placas térmicas.

Outros modelos, também adesivos, podem ser colocados por cima ou por baixo das manoplas, sem alterar a estrutura da mesma. Outra dica importante é a instalação de um fusível, evitando a ocorrência de sobrecarga no sistema.

73



TRANSTATUÍ
EXPRESS CARGO

- 🔗 TRANSFERÊNCIA & DISTRIBUIÇÃO
- 🔗 CARGA URGENTE - JUST IN TIME
- 🔗 ARMAZENAGEM & LOGÍSTICA
- 🔗 PRODUTOS CONTROLADOS
- 🔗 CARGA FRACIONADA
- 🔗 ENCOMENDAS
- 🔗 LOTAÇÕES
- 🔗 COLETAS

🔗 **ATENDIMENTO:**

SÃO PAULO E REGIÃO, TATUÍ, QUADRA, PORANGABA, CESÁRIO LANGE, CERQUILHO, TIETÊ, BOITUVA, IPERÓ E CAPELA DO ALTO



Emc

Terminal de Cargas Fernão Dias, Quadra 6 - Box 10 - Vila Sabrina - São Paulo/SP - (11) 2951-9288

www.transtatui.com.br - Rodovia SP 127, Km 113 - Tatuí/SP - (15) 3251-4343

HORÁRIO POLÍTICO

para que te queremos?

Propaganda em rádio e TV começa em agosto

A cada dois anos, os brasileiros são bombardeados com o famigerado horário eleitoral gratuito. Embora as eleições ocorram a cada quatro anos (nos diversos níveis), o intervalo entre os pleitos municipais e federais, por exemplo, é de apenas dois anos. Ou seja, quando não estão escutando propostas mirabolantes de candidatos a presidente e governadores, os eleitores estão sujeitos aos devaneios de candidatos a prefeito, vereadores e outros tantos seres, alguns bem excêntricos e exóticos, que fazem de tudo para chamar a atenção e conseguir o voto.

Sim, o Horário Eleitoral é um tédio! Muitos candidatos deveriam ser humoristas, no lugar de políticos, pois suas propostas são hilariantes. E a excentricidade, então, é quase uma marca registrada!

Mas, se os políticos não têm nenhuma nova proposta a apresentar, cabe ao eleitor cobrar. Afinal, por que mudar se ninguém cobra a novidade? Por mais tedioso que seja, é necessário que acompanhem as propostas do horário eleitoral, nem que seja ao menos para criticar.

Durante a campanha, todo mundo aponta os principais problemas do país (segurança, saúde, educação, emprego, distribuição de

renda) e todo mundo sabe, ao menos em tese, como resolver ou minimizar esses problemas. Pena que, na maioria dos casos, o discurso de campanha é um, mas o discurso do eleito é outro. E isto não vai mudar de uma hora para outra! E não vai mudar porque o sistema está viciado. Ninguém governa sozinho e é preciso fazer concessões para que o governo tenha governabilidade.

E é aí que entra em jogo o interesse político de partidos, em detrimento do interesse da sociedade como um todo. Mas nós, eleitores, também temos culpa por esta situação. Alguém se interessa em ouvir atentamente as propostas de seus candidatos? Em saber se ele, o candidato, tem uma vida pública e um trabalho que condizem com suas propostas? Alguém sequer se lembra em quem votou na última eleição para deputado?

O quadro político brasileiro precisa mudar, mas esta mudança passa também pelo comportamento do eleitor! Há que se tornar mais crítico e atento à política de seu país, e não apenas criticar assuntos pontuais que, muitas vezes, escondem interesses políticos obscuros, os quais, na verdade, só visam desestabilizar o sistema. O eleitor, o cidadão brasileiro, precisa mudar, precisa amadurecer. Este processo leva tempo e talvez, apenas talvez, venhamos a notar alguma diferença em nossos filhos e netos. Mas o primeiro passo pode e deve ser dado agora, nesta eleição.

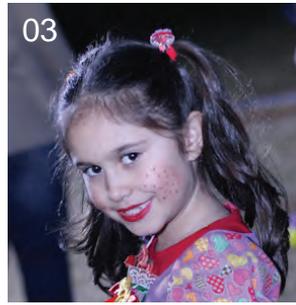
Sim, o Horário Eleitoral é chato, mas pode

fornecer subsídios para você conhecer melhor – e cobrar melhor também – o candidato que você escolher.

Só para lembrar: candidatos de 32 partidos devem invadir a tela das TVs de todo o Brasil a partir deste mês de agosto. Mesmo que você não goste do horário político, certamente não ficará indiferente a ele, até porque mudará, por exemplo, o horário da programação dos canais.

A propaganda eleitoral gratuita no rádio e na TV será veiculada de 19 de agosto a 2 de outubro, ou seja, terá início 45 dias antes do primeiro turno e encerrará três dias antes das eleições. Nos municípios onde houver segundo turno, a data-limite para o início do período de horário eleitoral gratuito é o dia 11 de outubro, 15 dias antes do pleito. O último prazo previsto no calendário eleitoral, deste ano, para esse tipo de propaganda é o dia 24 de outubro, dois dias antes do segundo turno das eleições de 2014. A mesma data também é o último dia para a divulgação paga, na imprensa escrita, de propaganda eleitoral do segundo turno, bem como a realização de debates, não podendo estender-se além do horário





01 - Rafael e Camila, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 02 - Nathália e Gabriele, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 03 - Maria Eduarda, Festa Julina, Condomínio Monte Verde, Tatuí; 04 - Cristiane e Dete, Festa Julina, Clube de Campo, Tatuí; 05 - Adinaldo, Rodrigo e Luiz, Festa Julina, Chácara Reino Encantado, Bairro Água Branca, Boituva

Balcões residenciais
Linha Home Freezer

Balcões
scaglioni

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





06



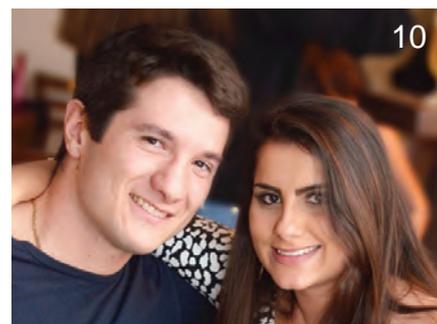
07



08



09



10

06 - Priscila e Rafael, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 07 - Marina, Marcos e Roseli, Show com o Grupo Rhaas, Clube de Campo, Tatuí; 08 - Hel-der, Cláudio, Gilda, Simone e Ricardo, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 09 - Tatiane, Wilson e Matheus, niver Wilson, Sítio Santa Sylvia, Bairro Água Branca, Boituva; 10 - Juca e Camila, Armazém Santa Luiza, Tatuí



Ballsam
PERFUMARIA



ElmeC

Pai, o homem que ensina. O homem que cuida.



Mês de agosto. Dia dos Pais é na Ballsam Perfumaria

€ eudora

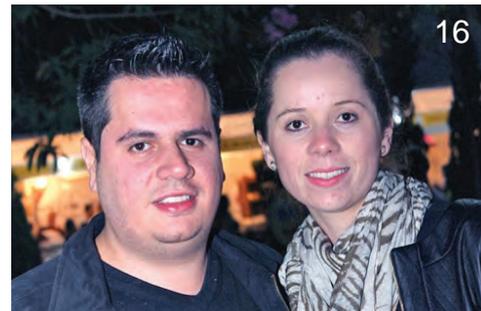
KEVIN NICHOLS

veridica

Bachelor

MAHOGANY

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



11 - Gabriela, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 12 - Marcelo e Renata, 2ª Festa do Doce, Tatuí; 13 - Rafael e Rodrigo, Festa Julina, Condomínio Monte Verde, Tatuí; 14 - Daniela, Festa Julina, Clube de Campo, Tatuí; 15 - Gustavo e Enzo, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 16 - Douglas e Vanessa, Show com o Grupo Rhaas, Clube de Campo, Tatuí

ÁGUA DOCE TATUÍ

MÚSICA AO VIVO
SEXTA E SÁBADO
COM TELÃO.



A SUA HORA DO ALMOÇO
FICOU MAIS GOSTOSA.

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



Fotos ilustrativas. Se beber não dirija.

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

Instagram icon

* Válido por tempo indeterminado.



17



18



19



20

17 - Pâmela e Bianca, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 18 - Simeão e Armando, Reunião festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club Tatuí, gestão 2014/2015; 19 - Maria Clara, Adriana, Clóvis, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 20 - Fafá, Michele, Gabriela e Bárbara, Armazém Santa Luiza, Tatuí



ADEGA LIG CHOPP TATUÍ
Distribuidora chopp Germânia

VENHA SABOREAR OS NOSSOS CHOPPS.



Temos galões de Águas de Santa Bárbara.

Rua Brigadeiro Jordão, 87 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3305-5275/3259-1024



Sensações irresistíveis até o último pedaço

Neste mês, venha com o seu pai saborear
o doce que ele mais gosta. 



Rua José Bonifácio, 703 - Tatuí/SP

(15) 3259-1223

Rua Saldanha Marinho, 416 - Itapetininga/SP

(15) 3537-5080



21 - Júlio, Carol, Mariah, Victória e Renata, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 22 - Agatha e Vanessa, Festa Julina, Clube de Campo, Tatuí; 23 - Mariana, Marcela, Camila e Renata, 2ª Festa do Doce, Tatuí

No seu ritmo, quando e onde você quiser!

Graduação e pós-graduação
é na Unip Interativa.

INSCRIÇÕES ABERTAS

UNIP
UNIVERSIDADE PAULISTA

Interativa

www.unip.br/ead | 3251-1573 **OBJETIVO**
Unidade Tatuí

Todos os cursos da
Educação a Distância
da UNIP obtiveram
conceitos positivos no
ENADE-MEC 2012.

com
Cursos
Reconhecidos
PELO MEC



ACESSE O SITE E FAÇA SUA INSCRIÇÃO

24

30



25



26



24 - Reunião festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club Tatuí, gestão 2014/2015; 25 - Samara, Farid, Sueli e Aninha, Festa Julina, Clube de Campo, Tatuí; 26 - Patrícia, Lara e Laila, Colinas Bar, Condomínio Residencial Colina das Estrelas, Tatuí

STIHL®
**M.M. COMÉRCIO E REPRESENTAÇÃO
DE PEÇAS E MÁQUINAS LTDA.**

Venha conhecer nossa linha
de produtos para facilitar
sua vida.

ROÇADEIRAS


a partir de
R\$ 649,00*

MOTOSSERRAS


a partir de
R\$ 600,00*

* Consulte o regulamento interno da loja.

**ASSISTÊNCIA TÉCNICA
AUTORIZADA E ESPECIALIZADA**

Tudo em 10x nos cartões



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

EMPRESA LÍDER NO SETOR DE
TELEFONIA CONTRATA

VENDEDOR

(MASC. / FEM.)

Você é um Bom Vendedor ou tem Potencial?



Oferecemos:

- Boa remuneração
- Salário fixo
- Comissões
- Premiação
- Registro em carteira
- Convênio médico
- Vale-transporte
- Treinamento em vendas
- Convênio em academia
- Ótimo ambiente de trabalho

Interessados – currículos:

rh@tatuitelecom.com.br

Loja Autorizada **vivo**

Tatuí Telecom

Rua Capitão Lisboa, 630 - Centro

Enhec



27 - Bernadete, Guilherme e Claudio, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí; 28 - Claudia e Veridiana, Reunião festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club Tatuí, gestão 2014/2015; 29 - Luiza, Claudia e Júnior, niver Guilherme, Buffett e Gastronomia Claudia Rauscher, Tatuí

*Seu pai não babava assim,
desde o dia que você nasceu!*



10 de Agosto. Feliz Dia dos Pais!

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





30



31



32



33



34



35

30 - Carol e Fernanda, 2ª Festa do Doce, Tatuí; 31 - Alice, Claudia e Eder, Reunião festiva de posse da nova diretoria do Rotary Club Tatuí, gestão 2014/2015; 32 - Julia e Josieli, Festa Julina, Chácara Reino Encantado, Bairro Água Branca, Boituva; 33 - Luciana, Fábio, João Pedro, Colinas Bar, Condomínio Residencial Colina das Estrelas, Tatuí; 34 - Viviane e Cristiane, 2ª Festa do Doce, Tatuí; 35 - Marcelo e João Dória Jr, encontro Regional de Barueri, São Paulo

PARAÍSO
VIDRAÇARIA

Eméc



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

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

14 Anos
Muito bem construídos!

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



*Consulte os regulamentos internos da loja

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

Eméc

Nhoque à Lucas

Este delicioso Nhoque foi feito especialmente pelo nosso querido leitor Lucas Pozitel da cidade de Tatuí. Se você já sentiu água na boca só de ver, então, não deixe de fazer e apreciar essa apetitosa receita.

Ingredientes:

1 e ½kg de batata Asterix
2 ovos inteiros batidos (tirar a pele da gema)
Sal a gosto
200g de queijo parmesão ralado
200g de farinha de trigo ou até dar o ponto

Modo de Preparo

Em uma panela grande, cozinhe as batatas com a casca, até ficarem moles. Espere-as esfriarem, tire as cascas e amasse. Misture todos os ingredientes e amasse bem por mais ou menos 10 minutos. Se ficar muito mole, acrescente um pouco de farinha de trigo. Fracione a massa em vários pedaços, enrole e corte em cubinhos. Em uma panela grande, coloque mais ou menos 2 litros de água com azeite e deixe ferver, quando a água estiver borbulhando, coloque os cubinhos até que os mesmos atinjam a superfície, retire-os e coloque em um escurridor de macarrão.

Bom apetite!



Hora de fazer o molho...

Ingredientes:

1 lata de 370g de extrato de tomate
Azeite
3 dentes de alho
1kg de carne moída
2 latas de 370g de água (utilize a mesma lata do extrato de tomate)
Sal a gosto
1 colher de café de fermento em pó

Modo de Fazer:

Em uma panela com o azeite, frite o alho e a carne, quando a carne estiver bem frita, acrescente o extrato de tomate, a água, o sal e deixe cozinhar por, aproximadamente, uns 60 minutos. O segredo para tirar a acidez do molho é o fermento, por isso acrescente-o assim que o molho começar a ferver. Deixe cozinhar em uma panela com tampa.

Em um recipiente coloque os cubinhos cozidos com o molho e pronto, agora é só servir!

Nós, da Revista Hadar, provamos e amamos!



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

83

hadar
Apetite

CHURRASCARIA
O COSTELÃO

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

Foto: Davi Gangi

TAMBELLI
Desde 1948
LANCHONETE E PASTELARIA

O difícil vai ser resistir à tanta tentação

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