



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$ 4,90

A região está sofrendo pela falta de água

ANO 7 • EDIÇÃO 82 • SETEMBRO DE 2014



PIS:
Saiba se você tem ou
não direito

Educação no trânsito:
A importância da
conscientização desde pequeno

Política:
A hora
está chegando!

Tema interessante da edição de agosto! Sucesso!

Oséias Rosa Jr.

Oi, Ju, tudo bem aí? Parabéns, a revista sempre é elaborada com muita dedicação!!!

Virgínia Camargo

Tema muito interessante!

NaAh Nsc

Parabéns, Maria Eliza, pela matéria feita com a dupla Diego e Leandro. Agradecemos a oportunidade e parabenizamos o trabalho da Revista Hadar.

Diego, da dupla Diego & Leandro

A revista Hadar, como sempre, está linda e muito rica em conteúdo. Parabéns a toda equipe Hadar!

Joel Barbosa

Amo a revista Hadar, sem dúvida, é a melhor da região! Parabéns a equipe toda!

Márcia Miranda Cavallera

Bernadete, achei a matéria sobre os 20 anos do Real muito boa! Parabéns a você e a sua equipe que tanto se dedica para nos proporcionar tanta informação. Sucesso sempre!

José Costa Ferreira

Oi, Bernadete, tudo bem? Sou um grande admirador do seu trabalho e da sua equipe! Desejo que a estrela continue brilhando e nos contagiando com esse brilho. Sucesso!

Júlio Carrascoza

Pra quem ainda não viu, saiu uma matéria bem bacana sobre nosso trabalho na revista Hadar. Fica aqui o nosso obrigado a equipe da revista pelo apoio dado ao nosso trabalho. Boa tarde!!! #aruanetiggre #sertanejo#revistahadar #sucesso #top#boatarde #deusnocomando

Rodrigo Tigre

DATAS COMEMORATIVAS

2014 Setembro

- 01 – Dia do Caixeiro Viajante/Dia de Santa Beatriz
- 02 – Dia do Repórter Fotográfico e Cinematográfico/Dia do Florista
- 03 – Dia do Biólogo
- 04 – Dia do Serventuário
- 05 – Dia do Oficial de Farmácia/Dia do Irmão
- 06 – Dia do Cabeleireiro/Dia do Sexo/Aniversário da Cidade de Boituva
- 07 – Dia da Pátria Brasileira/Dia Santa Regina
- 08 – Dia Mundial da Alfabetização/Dia Nacional da Luta por Medicamento
- 09 – Dia do Administrador/Dia da Velocidade/Dia do Médico Veterinário/Dia do Técnico em Administração
- 10 – Dia do Gordo
- 11 – Dia do Árbitro Esportivo
- 12 – Dia Nacional da Recreação
- 13 – Dia Mundial do Agrônomo/Dia da Cachaça
- 14 – Dia da Exaltação da Santa Cruz/Dia do Frevo/Dia do Guarda Civil Metropolitano/Dia do Operador de Redes Telefônicas
- 15 – Dia do Musicoterapeuta/ Dia da Nossa Senhora das Dores
- 16 – Dia Internacional para a Prevenção da Camada de Ozônio
- 17 – Dia da Compreensão Mundial
- 18 – Dia dos Símbolos Nacionais
- 19 – Dia do Comprador/Dia de São Januário
- 20 – Dia do Pombo da Paz
- 21 – Dia da Árvore/Dia do Fazendeiro/Dia do Radialista/Início da Primavera no Hemisfério Sul/Dia do Outono no Hemisfério Norte
- 22 – Dia Nacional da Defesa da Fauna/Dia Mundial sem Carro/Dia do Contador
- 23 – Dia do Técnico Industrial
- 24 – Dia do Soldador
- 25 – Dia do Rádio/Dia da Tia Solteirona/Dia Internacional do Farmacêutico
- 26 – Dia do Policial/Dia de São Cosme e São Damião
- 27 – Dia do Ancião/Dia Mundial do Turismo
- 28 – Dia Nacional da Liberdade de Expressão/Dia de São Venceslau/Dia Mundial do Coração
- 29 – Dia do Anunciante
- 30 – Dia Nacional do Jornaleiro/Dia da Secretária/Dia da Tuberculose/Dia do Churrasqueiro/Dia dos Capelães da Marinha

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

Carta ao leitor

Caro leitor, é com muita satisfação, amor, carinho, trabalho e dedicação, que chegamos, mais uma vez, ao seu lar e trazemos, até você, muito conteúdo e informações em primeira mão e uma edição recheada de matérias atuais.

Estamos quase no fim do ano e, nesta edição de setembro, trazemos na matéria de capa uma situação alarmante e de interesse mundial, que é a escassez da água e o que está sendo feito para sanar esta falta de um bem que é indispensável a todo e qualquer cidadão. Também falaremos sobre os sistemas de captação de água, que estão sendo utilizados em diversas cidades do Brasil, e sobre os investimentos em fontes de energia limpas e renováveis. É muito importante que todos se conscientizem sobre a necessidade da preservação das águas, não só para este momento, mas para o futuro.

E falando em futuro... Está chegando a hora de dar as boas vindas à primavera, uma estação cheia de cores, flores e aromas, perfeita para a chegada do mês de setembro.

Na seção Conscientize-se, abordamos o Dia Nacional do Trânsito, as novas normas das autoescolas para quem está tirando a Carteira Nacional de Habilitação (CNH) e como estão as medidas preventivas da polícia, em relação aos infratores das leis de trânsito.

Por falar em leis, na seção de Atualidade, trazemos até você, caro leitor, algumas informações sobre o Secret, um aplicativo que chegou para invadir a privacidade dos usuários de celulares, mas que não obteve muito sucesso em seus objetivos.

Também de interesse social, falamos, nesta edição, na seção fala Doutor, sobre o Vírus Ebola, que vem se espalhando aceleradamente, mas que pode ser combatido.

Em Esporte, você irá se aventurar pelas fitas do Slackline, um esporte que vem fazendo a cabeça e os pés dos amantes da adrenalina.

E para quem busca preservar o meio ambiente e economizar, na seção de Velocidade, vêm aí as bicicletas elétricas, que além de leves e econômicas, podem transportar os ciclistas para qualquer lugar.

Já em Política, você poderá ficar por dentro de tudo o que vai rolar nas eleições, que é um assunto que ninguém pode ficar de fora, pois decidir o futuro do país é um dever de todos, não é? Olhe só, voltamos para o futuro... E então, como será? Vote consciente! Imagine que serão mais quatro anos!

É isso aí, caro leitor, como sempre, empenhamo-nos ao máximo para trazer até você um pouco mais de informação, pois julgamos ser indispensável em nosso dia a dia.

Desejamos uma ótima leitura e um mês carregado de boas energias e ótimas vibrações.

Até a próxima!



EXPEDIENTE HADAR

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

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

Atendimento
Juliana Souza
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Marry 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
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,
Sandra de Brito e Marcelo Nalesso Salmaso

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.



No dia 10 de agosto, o Coletivo Práxis realizou a 2ª Virada Cultural da Juventude, na Concha Acústica de Tatuí. O evento durou 10 horas e mesclou várias tribos recebendo quase 10 mil pessoas.

Seis toneladas de alimentos foram arrecadadas durante a primeira edição do Rodeio Fest 2014, realizada entre os dias 7 e 10 de agosto, no Bairro de George Oetterer, em Iperó. A organização do evento estima que cerca de 6.700 pessoas tenham prestigiado o evento.

Aconteceu, em Boituva, nos dias 12 e 13 de agosto, um ciclo de palestras sobre infância, no Centro de Capacitação do Magistério "Italo Labronice". O evento foi gratuito e direcionado a pessoas que atuam em instituições do segmento.

No dia 29 de agosto aconteceu, em Itapetininga, o evento de inauguração das novas salas do Fundo Social, incluindo a sala da Escola de Beleza. E o Fundo Social iniciará seus cursos no dia 1º de setembro, às 13h30 min, com um total de 15 cursos, atendendo, assim, 307 alunos.

vai ter

Toda a quinta-feira acontece, 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 Beneficente do COSC, que complementa as receitas mensais da entidade, localizado na Rua Teófilo Andrade Gama, 470. O bazar vende roupas usadas, móveis, utensílios, itens em geral, que são recebidos em forma de doação. Informações: (15) 3251-4168.

Acontece, 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.

Educadores de Ensino Infantil e Fundamental e gestores da Educação de Iperó participarão da Formação Docente do Sistema SESI de Ensino. Nos dias 13 e 14 de outubro. Mais informações: (15) 3266-2064.

No período de 01 a 3 de setembro, das 14 às 16 horas, acontece o curso "Mão na Massa", do Fundo Social de Solidariedade de Iperó. Esse curso tem como finalidade a qualificação profissional e geração de renda. Informações: (15) 3266-1198.

Acontece, dia 13 de setembro, às 14h30, na Escola Estadual "Dr. Gaspar Ricardo Júnior", em Iperó, a segunda fase da Olimpíada Brasileira de Matemática. Informações: (15) 3266-1321.

Em Tietê, a partir de 01 de setembro, todos os contêineres azuis que, até então, eram usados para a população colocar o lixo reciclável, serão retirados

dos bairros. O Centro é o último bairro a passar pelo processo. Informações no site da Prefeitura: www.tiete.sp.gov.br.

O Centro de Formação Profissional de Boituva recebe inscrições de interessados em participar do curso gratuito de Costureiro Eclético, por meio da metodologia SENAI. Ao todo, estão sendo disponibilizadas 32 vagas, sendo 16 para o período da tarde (das 13h às 17h) e 16 vagas para o período da noite (das 18h às 22h). O curso deve acontecer entre os meses de setembro e dezembro. Informações: (15) 3363.2866 ou (15) 3363.3569.

O Sindicato Rural de Tietê, em parceria com o SENAR/AR/SP e com o apoio da Prefeitura Municipal, realizará nos dias 8, 9, 10 e 11 de setembro, das 8h às 17h, o curso "Administração Rural" para produtores, proprietários e trabalhadores rurais de Tietê e Jumirim. Informações: (15) 3285 1244.

Acontece, em Tatuí, no Teatro Procópio Ferreira no mês de setembro: Do dia 03 a 06, às 20h30, 6º Encontro Internacional de Percussão; Dia 09, às 20h30, Recital de Pianistas Correpetidores e Alunos do Conservatório de Tatuí; Dia 10, às 20h30, Recital de Premiação Vencedores do V Prêmio Incentivo à Música de Câmara; Dias 15 e 16, a partir das 14h, Concurso Interno da Área de Cordas do Conservatório de Tatuí; Dia 16, às 20h30, Orquestra de Cordas de Tatuí; Do dia 17 a 20, 5º Encontro Internacional de Cordas do Conservatório de Tatuí; Dia 17, às 20h, Concerto Especial de Abertura Trio Images; Dia 18, às

20h30, Recital de Contrabaixo e Piano; Dia 19, às 20h30, Recital de Violoncelo; Dia 20, às 20h30, Orquestra Sinfônica do Conservatório de Tatuí; Dia 21, às 18h, Big Band do Conservatório de Tatuí convida Orquestra Sinfônica da FASCs; Dia 22, às 14h, Grupo de Percussão do Conservatório de Tatuí; Dia 22, às 20h30, Jazz Combo do Conservatório de Tatuí apresenta "Janelas Contemporâneas"; Dia 23, às 10h, Grupo de Percussão do Conservatório de Tatuí; Do dia 29 de setembro a 04 de outubro, III Semana de Música de Câmara e Prática de Conjunto. Acontece também no Salão Villa Lobos: Dia 10, às 19h, Recital de Saxofone e Piano; Dia 12, às 19h, Recital de Violoncelo; Dia 17, a partir das 14h, Concurso Interno da Área de Cordas do Conservatório de Tatuí, Dia 22, às 19h, Recital de Conclusão de Curso da Área de MPB&Jazz - Guitarra e no Saguão do Teatro Procópio Ferreira do dia 17 a 24, das 8h às 18h, Exposição "Janelas Contemporâneas". Informações: (15) 3205-8444 ou diretamente no Conservatório, que fica na Rua São Bento, 415.



Acontece no Teatro Municipal de Cerquillo: Dia 6, às 11h, Espetáculo: Seu Bonanza; Dia 13, às 21h, Show de Humor, Socando a Bucha com Mateus Ceara; Dia 17, às 18h e 22h, Oficina "Luz Câmera e Educação"; Dia 18, às 20h, cinema GRATUITO, A Banda das Velhas Virgens; Dia 23, às 18h30, cerimônia do 1º Concurso Municipal de Fotografia; Dia 24, às 19h, 5ª Mostra Nacional de Produção Audiovisual Independente (Mostra de Cinema Socioambiental), Circuito Tela Verde; Dia 27, às 16h, Teatro Infantil, A Bailarina e o Mágico; Dia 27, às 21h, Feliz Por Nada, Teatro com a atriz global Cristiana Oliveira. Informações: (15) 3384-2634.

Acontece, no Expo Center Norte, do dia 17 a 23 de setembro, em São Paulo, a 31ª Feira Internacional da Música. O evento estará aberto ao público das 11h às 19h. Informações: expomusic@francal.com.br

Do dia 06 a 09 de setembro, acontece, no Pavilhão do Empo Center, em São Paulo, a Beauty Fair – 10ª Feira Internacional de Beleza Profissional, das 10h às 20h. Informações: atendimento@beautyfair.com.br

Do dia 10 a 13 de setembro, das 11h às 19h, acontece, no Centro de Exposições Imigrante de São Paulo: a 3ª Feira Internacional de Tecnologia para Arquitetura e Urbanismo, 10ª Feira Internacional de Esquadrias, Ferragem e Componentes, 3ª Feira Internacional de Vidros e 15ª Exposição de Produtos e Equipamento para Serralheria. Informações: cipa@cipanet.com.br

INVESTIMENTO SEGURO,
FÁCIL E QUE GERA RENDA.



CONDOHOTEL *Tatuí*
CEDROS



- Categoria Econômica
- 133 Unidades habitacionais
- com 17m² de área privativa e 29m² de área Ráti
- 13m² de área comum
- Restaurante Ibis Kitchen
- Estacionamento Rotativo com 69 vagas
- Sistema de Ar-Condicionado Central;
- Internet Wi-Fi gratuita
- Sprinklers e detectores de fumaça em todas as áreas do prédio
- Portas com fechamento automático e travas eletrônicas
- 7 quartos para PNE (Pessoas com Necessidades Especiais)



Seja Proprietário
de um quarto de hotel.



CENTRAL DE ATENDIMENTO GRUPO CEDROS

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

CADASTRO E INFORMAÇÕES

15 99137-7770

Compras on-line: fazer ou não fazer?

Dúvidas, insegurança e ótimas ofertas fazem consumidor ficar em dúvida na compra on-line.

A pesar das mais de três mil reclamações que o Procon recebeu no primeiro semestre de 2014, as vendas on-line no mesmo período cresceram quase 30%. Somente no primeiro semestre de 2014, o comércio eletrônico faturou R\$ 16,06 bilhões, superando o mesmo período do ano passado – quando registrou R\$12,74 bilhões. Com isso, podemos acreditar que o e-commerce conquistou o consumidor brasileiro.

Na região não é diferente. Segundo Lucia Favorito, presidente da ACE (Associação Comercial e Empresarial de Tatuí), o comércio não parou no tempo, e muitas lojas já têm sua e-commerce. “Com o comércio eletrônico há um aumento nas vendas, pois é um público diferente do que vai até a loja física comprar. Tem gente que gosta de comodidade, de comprar e receber em casa, assim como tem gente que gosta de ir até a loja e ver o produto de perto”, explica.

Para comemorar o dia do cliente, 15 de setembro, a Revista Hadar traz para você dicas na hora de comprar on-line.

1 – Recomenda-se nunca acreditar logo de cara em ofertas “boas demais para ser verdade”. Se a promoção aparece no site de uma

loja que você não conhece, “verifique sempre o endereço físico e o número de telefone” da empresa, para não acabar enganado por um fantasma.

2 - Se esses dados apontarem para uma loja que realmente existe, vale procurar depois por avaliações de outros clientes “para verificar os antecedentes”. Sites como o Reclame-Aqui podem ser um bom ponto de partida para isso.

3 - Ainda que a oferta pareça estar no site de uma marca conhecida, tome cuidado. Erros ortográficos na descrição já são motivos para desconfiar de uma página falsa, clonada.

4 - É bom também sempre desconfiar das mensagens que chegam por e-mails de sites que você não costuma acessar. Esses anúncios de promoções não solicitados já costumam parar automaticamente na caixa de spam, o que é outro motivo para não botar muita fé nelas. Aliás, mesmo mensagens que chegam de remetentes conhecidos, com links ou anexos, não são 100% confiáveis – e o ideal mesmo é até checar com a pessoa se foi ela mesma quem enviou.

5 - É bom utilizar um cartão de crédito para efetuar o pagamento de uma compra on-line, pois eles oferecem melhor proteção contra fraude. Ter um cartão separado só para isso, com limite baixo, ou usar serviços

de pagamento on-line, como PagSeguro e BoaCompra, também são opções.

6 - Não faça compras em computadores públicos, que podem já estar infectados com algum malware. E evite também redes Wi-Fi abertas e desprotegidas, tanto no PC ou no notebook quanto nos smartphones e tablets – elas são tentadoras, mas alguém pode muito bem interceptar o tráfego e ver o que você está fazendo no seu dispositivo.

7 - Na hora de criar uma conta em uma loja on-line, utilize senhas fortes, que sejam longas e combinem números, letras e símbolos.

8 - É bom também ter um antivírus instalado na máquina utilizada. A solução pode detectar e barrar malwares que tentarem infectar o computador e atrapalhar na hora de fazer compras – e, em alguns casos, até alertar que o site em que você está é falso.

9 - A mesma sugestão também pode valer para smartphones e tablets, especialmente se você costuma baixar e instalar apps por fora das lojas oficiais – Google Play e Amazon App Store, no caso do Android.

10 - Por fim, fechada a aquisição, guarde uma cópia do número do pedido e do recibo da compra e tome nota do cartão de crédito que foi usado.



**A BRZ chegou a Tatuí.
E trouxe o 2 quartos
dos seus sonhos.**

PORTAL
CORES DA VIDA



**Venha conhecer o apartamento da sua vida.
Visite o decorado.**

Apartamento:

- 2 quartos
- Banheiro
- Área de serviço
- Sala para 2 ambientes
- Cozinha

Área comum:

- Elevadores
- Estacionamento
- Piscina e quadra
- Playground
- Salão de festas
- Churrasqueiras

**ENTREGA
GARANTIDA**

Valor do apartamento

R\$ 125 MIL

Use o seu

FGTS

Sinal facilitado

R\$ 6 MIL

Mensais a partir de

R\$ 450,00



**Visite o
apartamento
decorado.**

Você vai se apaixonar.

Rua José Bonifácio, 630 - Centro

(15) 3259.7848

www.brzempendimentos.com.br



EMPENDIMENTOS

Todas as imagens são meramente ilustrativas de representações artísticas por se tratarem de bem a ser construído, podendo sofrer alterações de cor, textura, acabamento e composição, sem prévio aviso. As perspectivas e ilustrações artísticas mostram ambientes e vegetação de porte adulto. O porte na entrega do empreendimento será igual ao do projeto paisagístico. O mobiliário, adorno e equipamentos são meramente ilustrativos e não integram valor de venda das unidades, não fazendo parte do imóvel. Somente farão parte do imóvel as peças e materiais constantes no memorial descritivo do empreendimento. Incorporação imobiliária devidamente registrada no Cartório de Registro de Imóveis, Títulos e Documentos e Civil de Pessoa Jurídica da Comarca de Tatuí/SP sob o RI de matrícula nº 80.943, ROI do Livro nº 2, ficha 1/8.

Primavera: a volta da estação das flores

Hora de comemorar a chegada do calor e das flores e frutos nos campos e hortas



Setembro chega e junto com ele chegam as flores, as frutas, e as altas temperaturas começam a aparecer timidamente. A primavera começa neste mês, e o termo primavera originou-se do latim, através da junção das palavras primo e vere que significam “no começo do verão”.

Com a chegada dessa nova estação, há uma mudança no regime de chuvas e temperaturas na maior parte do Brasil. Os dias são mais compridos e a luminosidade é muito maior. Todas estas mudanças climáticas afetam também a vida de todos os seres na terra. É nesta época que a maioria das espécies procriam. Especialmente as flores, que se fazem presentes neste período. Desabrocham, crescem, enfeitam e perfumam tudo a nossa volta. Ela é também uma estação especial porque dá à vida um clima de otimismo. Ela nos traz a sensação de que coisas boas irão acontecer e, principalmente, de que o amor está no ar. No canto dos pássaros, na beleza dos jardins, em cada pessoa, em cada sorriso.

E não é por acaso que no dia 21 de setembro, chegada da primavera, comemora-se o Dia Mundial da Árvore. No Brasil, existem fortes laços da população com a cultura indígena, que deu origem ao país. Um deles é o amor e respeito pelas árvores como representantes maiores da imensa riqueza natural que o Brasil possui.

É interessante também aproveitar para consumir alimentos da época, pois são mais nutritivos, frescos, saborosos, além de mais baratos. Veja abaixo quais são os alimentos típicos dessa época:

- **Frutas:** abacaxi pérola, amêndoa, avelã, banana nanica, banana prata, caju, castanha, coco verde, framboesa, jabuticaba, laranja pera, lichia, maçã fugi, mamão havaí, manga, maracujá, melancia, melão, nectarina, nozes, pêssego;

- Legumes e verduras: abóbora, abobrinha italiana, alcachofra, berinjela, cenoura, nabo, pepino japonês, pimentão amarelo, tomate, vagem, alho poró, almeirão, aspargos, brócolis, couve de bruxelas, endívias, espinafre, mostarda e rúcula.





JOSUÉ MOTA

FOTOGRAFIA E CINEMA

site
www.josuemota.com

blog
www.josuemota.com.br

contato@josuemota.com

15.997302150 15.997210616
R. Conego Demétrio 391
Centro Talul -SP

15.997387483 11.998160565
R. Milton Monzoni Vagner 193
Campolim Sorocaba-SP

vivo

Chegou Vivo Internet Box.

A banda larga para sua casa que
chega aonde as outras não chegam.



50% de desconto

~~De R\$ 99,90~~

por

R\$ 49,95
/mês por
1 ano.

No Plano 12GB. Oferta válida para cliente vivo fixo

- Maior cobertura 3G do Brasil.
- Melhor recepção e estabilidade de sinal.
- Acesso Wi-Fi para conectar todos da sua casa.
- Velocidade muito mais rápida.

Passa na **Tatuí Telecom – Rua Capitão Lisboa, 630 – Centro** e aproveite esta oferta
ou acesse: vivo.com.br

Telefónica

vivo Conectados vivemos melhor.

Promoção de 12 meses válida para adesão até 31/08/2014 dos planos Vivo Internet Box 12GB, 20GB ou 40GB para clientes que possuem ou adquirem Vivo Fixo. No caso de desistência da assinatura de um dos serviços, o benefício será cancelado e a mensalidade promocional passará a ser cobrada integralmente. Os valores serão reajustados, conforme previsto em contrato. Para funcionamento, é necessário um dos aparelhos Vivo Box habilitado. Preço do equipamento não incluso, sendo o valor sujeito ao plano e tecnologia escolhida. O 3G está disponível para todos os planos. O 4G está disponível para os planos 6GB, 12GB, 20GB e 40GB. A velocidade de conexão disponível do 3G, para download é de 1Mbps, para upload é de 100Kbps. A velocidade de conexão disponível do 4G é de 5Mbps para download; para upload, é de 500Kbps. Promocionalmente, caso alcance a franquia de Internet, você continuará navegando, porém com velocidade reduzida. A comparação de melhor recepção e estabilidade de sinal, mais velocidade e maior franquia de dados é do 4G em relação ao 3G. Serviço sujeito a disponibilidade técnica no local. Para saber mais, acesse www.vivo.com.br ou ligue 103 15. Pessoas com necessidades especiais de fala/audição, acesso pelo 142. Para dúvidas e informações pós-venda, ligue 1058. Maior cobertura 3G em municípios e população cobertos conforme o site da telecom.com.br do dia 18/02/2014





Parabéns, Boituva!

*Cidade comemora
mais um ano de vida e quem ganha são os cidadãos*

Os paraquedas voando no céu são como uma espécie de cartão postal ou desejos de boas-vindas. Sim, você chegou a Boituva, capital do paraquedismo, reconhecida pela prática deste esporte e também por acolher tão bem os visitantes e moradores deste pequeno município.

Por sua grande diversidade étnica, entre índios, negros, italianos, austríacos, portugueses, sírios libaneses e alemães, Boituva é uma cidade boa de se viver, organizada e cheia de pequenos detalhes, que a

deixam ainda mais bonita.

Sua origem foi através das mãos de João Rodrigues Leite, doador do terreno em que a Estrada de Ferro Sorocabana construiu, no ano de 1883, a estação ferroviária, e assim, surgiram os primeiros municípios, Eugênio Corte Real, Nicolau Vercelino, Coronel José de Campos Arruda Botelho e familiares. Mas foi em 16 de outubro de 1906 que Boituva foi elevada à categoria de vila, e tornou-se município pelo decreto 3045, de 6 de setembro de 1937, que foi instalado em 1938.

Desde então, a população boituvense não parou de crescer e, hoje, somam-se quase 50 mil habitantes, numa cidade cujo clima predominante é o subtropical e que, além de ótimas temperaturas, está bem localizada, fazendo limites com as cidades de Cerquilha, Tietê, Iperó, Porto Feliz e Tatuí.

Já com relação à economia, Boituva evoluiu, anualmente, e começou esse progresso no século 19, com o cultivo de cana de açúcar, sendo que, atualmente, tem sua economia baseada na indústria e agroindústria, turismo e comércio, o que lhe rendeu o título de maior índice de geração de empregos nos últimos 12 meses, apresentando uma elevação de 8,35%, segundo os dados do Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged), do Ministério do Trabalho e Emprego.

No setor turístico, Boituva também faz bonito, principalmente quando o assunto é paraquedismo, pois abriga o Centro Nacional de Paraquedismo, conhecido como área de salto de Boituva e referência nacional e internacional do paraquedismo.

Apesar de pequena em território, ela mostra a cada dia que tem capacidade para crescer e se destacar entre as cidades da região. Parabéns pelo seu aniversário, querida Boituva, e muito progresso!



*A revista Hadar parabeniza
Boituva pelos seus
78 anos!*





Vem aí um dos mais *CHARMOSOS*
loteamento fechado de Boituva.

Aguardem!

Você sabia que pode ter direito ao abono salarial e ao PIS?

Muito trabalhadores têm direito a esses benefícios

Receber um dinheiro extra não faz mal a ninguém, não é mesmo? Ainda mais se você é trabalhador e tem direito a receber o abono salarial, bem como os rendimentos do PIS (Programa de Integração Social). Veja, aqui, algumas dicas para você não perder esses benefícios.

Têm direito ao abono salarial trabalhadores que tenham: 5 anos de cadastramento no PIS-PASEP (até 2009); recebido em média até 2 salários mínimos/mês; trabalhado pelo menos 30 dias, consecutivos ou não, durante o ano-base (2013); informação na RAIS 2013 (empresa CNPJ – contribuinte PIS-PASEP).

Já para receber o dinheiro do PIS, o trabalhador tem que estar com saldo nas contas de participação PIS-PASEP (distribuição da arrecadação até 1988). Para se informar sobre o seu direito a estes benefícios, o trabalhador pode ligar 0800.726.0207.

No caso do abono salarial, o trabalhador tem direito ao valor de um salário mínimo, vigente no dia do saque (atualmente, este valor é de R\$ 724,00); já com relação ao PIS, o valor depende do saldo de quotas do participante.

Como receber

Segundo a Caixa, existem várias opções para a pessoa receber o PIS: através do Cartão do Cidadão e a senha cadastrada na rede Caixa, que inclui terminais de autoatendimento; lotéricas; Caixa AQUI e pontos de atendimento, conforme a data de nascimento do trabalhador.

Quem tem conta na Caixa já pode ter recebido o dinheiro, pois o pagamento teve início no último mês de julho, com crédito nas contas 001, 013 e 023. Empresas conveniadas com o banco podem efetuar o pagamento na folha de salários até o próximo mês de setembro. O mesmo procedimento vale tanto para receber o PIS quanto o abono.

Regularização

Caso o trabalhador descubra que tem esse direito, mas não há o benefício disponível, ele deve, no caso do abono, verificar com

a empresa se a informação foi prestada na RAIS e de forma correta. Caso haja falha, é preciso retificar. Se a empresa se recusar, o trabalhador deve reclamar nas SRTE (Superintendência Regional do Trabalho e Emprego). O abono é liberado até o fim do exercício ou no exercício seguinte. Podem ser gerados até 5 abonos de exercícios anteriores.

Quanto ao PIS, é preciso verificar se o saldo da conta de participação está zerado devido a saque por motivo autorizado ou se não houve distribuição da arrecadação até 1988. Neste último caso, solicitar a revisão em ponto de atendimento da CAIXA. Lembre-se: O benefício é anual. O calendário de pagamento tem início no segundo semestre e término no fim do primeiro semestre do ano seguinte.

Podem ocorrer diferenças nos pagamentos aos trabalhadores. Isto acontece, segundo a Caixa, porque no caso do abono, por exemplo, o valor equivale a um salário mínimo vigente no dia do saque e o valor do SM pode sofrer alteração no período. Quanto ao PIS, a diferença pode ocorrer devido à diferença dos saldos das contas de participação (distribuição da arrecadação até 1988 ou saque parcial).

A Caixa ressalta ainda que, se não receber em um ano, o trabalhador perde o direito ao abono e os recursos são devolvidos ao Fundo de Amparo ao Trabalhador-FAT. No caso do PIS, o valor é incorporado ao saldo da conta de participação PIS-PASEP.

Mudanças

Algumas mudanças no calendário de pagamentos foram feitas pelo Ministério do Trabalho. A primeira foi a antecipação do início dos pagamentos, que passou de agosto para julho. Outra mudança no calendário, segundo o ministério, é que os trabalhadores que recebem o benefício em conta corrente vão ter o depósito em suas contas de acordo com o mês de aniversário, a partir de 15 de julho. O prazo final para sacar o abono é dia 30 de junho de 2015.

O governo estima que cerca de 23 milhões de trabalhadores tenham direito ao benefício. O montante a ser pago será de cerca de R\$ 17 bilhões. O valor de cada abono é um salário mínimo.

Como sacar o benefício

Os trabalhadores inscritos no Programa de Integração Social (PIS) recebem o abono salarial nas agências da Caixa, e os inscritos no Programa de Formação do Patrimônio do Servidor Público (Pasep) recebem nas agências do Banco do Brasil, de acordo com o calendário de pagamento (veja abaixo). Os inscritos no PIS que tiverem o Cartão do Cidadão com senha cadastrada também podem fazer o saque em lotéricas, caixas de autoatendimento e postos do Caixa Aqui, conforme já foi informado. Os inscritos devem apresentar um documento de identificação e o número do PIS ou Pasep.

Cronograma para saque do abono salarial nas agências da Caixa Econômica Federal

Nascidos em	Recebem a partir de	Recebem até
Julho	15 de julho de 2014	30 de junho de 2015
Agosto	22 de julho de 2014	30 de junho de 2015
Setembro	31 de julho de 2014	30 de junho de 2015
Outubro	14 de agosto de 2014	30 de junho de 2015
Novembro	21 de agosto de 2014	30 de junho de 2015
Dezembro	28 de agosto de 2014	30 de junho de 2015
Janeiro	16 de setembro de 2014	30 de junho de 2015
Fevereiro	23 de setembro de 2014	30 de junho de 2015
Março	30 de setembro de 2014	30 de junho de 2015
Abril	14 de outubro de 2014	30 de junho de 2015
Mai	21 de outubro de 2014	30 de junho de 2015
Junho	31 de outubro de 2014	30 de junho de 2015

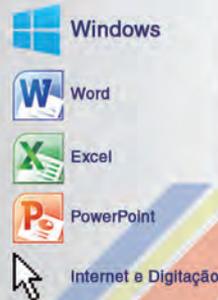
Cesário Lange

Um comércio de qualidade e dedicação com os seus clientes.



Cursos

Básicos:



Técnicos:



Profissionalizantes

- Administração,
- Automação de Escritório,
- Departamento de Pessoal,
- Contabilidade,
- Operador de Caixa,
- Propaganda e Marketing,
- Telemarketing
- Técnicas de Vendas.
- Excel Avançado, Administração e Logística, Matemática

E A PARTIR DO MÊS DE SETEMBRO ATENDENTE DE FARMÁCIA
E AGORA MANUTENÇÃO DE MICROS, FORMATAÇÃO HARDWARE, ASSISTÊNCIA TÉCNICA.

Rua do Comércio, 726 | Centro | Cesário Lange | (15) 3246-3170
x-printinformatica@x-printinformatica.com.br

Auto Posto Elisa



40 anos de qualidade
e bom atendimento.



Box para troca de óleo de todas as cilindradas.



Gasolina GRID | Gasolina comum tradicional
Alcool comum | Diesel S 10 – aditivado
Diesel S 500 – aditivado



Transporte Próprio de caminhões.

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



Terra rica é terra produtiva.

ATENDEMOS
A REGIÃO

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



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

Ser irmão vai além de puxar os cabelos somente para irritar o outro, esconder algo para não ter de dividir, ser cúmplice para livrar-se das broncas, ou emprestar aquela roupa preferida, afinal, irmão é para isso mesmo. Ser irmão também carrega tudo isso que foi citado no começo deste texto, mas, principalmente, ser irmão é ser amigo, companheiro, parceiro para toda a vida.

“Meu irmão significa muito na minha vida, é um pedacinho do meu coração, já que somos formados do mesmo amor de pai e mãe. Sei que nossos laços são eternos e somos a herança genética que nossos pais irão deixar aqui, quando um dia forem morar no céu”, descreve Luciana Moretti.

Para a entrevistada, o momento mais marcante na companhia de seu irmão foi quando, no casamento dele, dois anos após sua cunhada ter realizado um transplante de medula óssea, ela entrou na igreja, curada e linda, e Luciana pôde ver seu irmão no altar com os olhos lacrimejando e sabia que era de alegria e emoção. “Naquele momento, agradei a Deus pela bênção e com gratidão celebramos aquele dia de festa. Sem dúvida é uma cena que ficará para sempre na minha memória”.

Já Ana Claudia Pavanelli Silveira tem na sua irmã a referência do que é o amor: “Minha irmã é meu primeiro grande amor! Com ela aprendi a ser mãe, amiga, confiante, aprendi que é possível sorrir e chorar ao mesmo tempo, que o meu coração é capaz de bater fora do meu peito”.

Incrível como um amor sincero e verdadeiro é capaz de transformar as pessoas, como é o caso das irmãs Pavanelli, e também da

família Campos, formada por doze irmãos, incluindo Jonatas, nosso entrevistado.

“Eu tenho onze, e onze personalidades fantásticas que me surpreendem pelo carinho, respeito e o verdadeiro amor que existe. O motivo simplesmente é você se apaixonar todo momento pela vida, pois ela nos deu pessoas que completam, neste caso, os irmãos, que são nosso primeiro amor, nosso primeiro amigo, nosso primeiro tudo”, afirma Jonatas.

Para ele, que sempre foi “extrapolado”, sempre causou acidentes no sítio, em casa, ou em qualquer lugar, tinha e até hoje tem a presença dos irmãos, que estavam ali para apoiar ou “zoar”, é claro, que tal pergunta sempre existia: “Onde você estava com a cabeça”, cuja piada resultou em seu apelido.

E se houve momentos memoráveis? Muitos, inclusive quando ele soube que seria tio e pôde sentir algo único, a presença de um anjo em sua vida, a pureza e a sinceridade, além de saber que iria compartilhar de seus conhecimentos e que, de certa forma, viveria novamente com os irmãos, bagunçando, mas com um pouco mais de experiência.

Ter um irmão é isso, é uma forma de carinho com liberdade para cobrar, querer bem, cuidar a sua maneira e, acima de tudo, amar e proteger, pois quem tem um irmão, tem um melhor amigo para sempre.

Feliz Dia dos Irmãos!

Irmãos

Amigos para toda a vida





COMENDADOR

Sempre o melhor para você!

O PRAZER DE DIRIGIR UM CARRO NOVO TODO DIA.

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



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

Na troca de óleo dívida em até **3x** nos cartões



*Consulte o regulamento interno.

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.



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



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

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



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

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

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



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



“Batalha da Santa”: jovens como sujeitos de suas histórias



Fotos: Evandro Ananias

Na noite de sexta-feira do dia 08 de agosto de 2014, o ecossistema, tão desajustado quanto nossa estrutura de convivência social, fez com que a temperatura caísse repentinamente, mas o vento gelado e o frio não impediram que centenas de jovens se dirigissem à Praça Martinho Guedes, a “Praça da Santa”, para aquecerem e se aquecerem no embalo do rap, nas manobras do skate, nos movimentos do break dancing e nas cores do graffiti, todos unidos aos pés e sob as bênçãos de Nossa Senhora da Conceição. Acontecia a “Batalha da Santa”, evento que tem por finalidade “possibilitar aos jovens frequentadores da praça a aproximação com uma vivência social crítica por meio da cultura hip hop”, o qual “possui grande importância na transformação da vida de milhares de jovens das periferias das grandes cidades brasileiras”.

Os garotos e garotas que ali chegavam, a partir das 17 horas, já podiam realizar inscrições para a competição que teria início momentos depois ou optar por apenas ficar na praça para “curtir” o som e torcer por seu rapper, para desenvolver painéis de graffiti, como também, para realizar saltos radicais de skate sobre as traves e obstáculos que foram instalados. E, às 19 horas, começou o ponto alto do evento, no palco central, a “Batalha da Santa”, com as primeiras “batalhas” de rap. Cada uma das disputas ocorria sempre entre dois competidores, para a qual o MC apresentador anunciava uma palavra-chave, que necessariamente deveria ser usada pelo rapper, em sua rima, durante os quinze segundos em que o DJ garantia a base rítmica e harmônica. Ao final, o público elegia o vencedor, que se classificava para a fase seguinte. Na batida do ritmo contagiante e na empolgação da torcida animada e bem comportada, as etapas se seguiram, até que, na finalíssima, emergiu, após “batalha” dura e intensa, como grande vencedor, o rapper “Duum”, aclamado pelo público jovem.

A “Batalha da Santa” teve início e desenvolveu-se como uma parceria entre o Núcleo da Justiça Restaurativa da Comarca de Tatuí – Polo Irradiador, o Curso de Tecnologia em Produção Fonográfica da FATEC



de Tatuí e a Secretaria Municipal de Cultura de Tatuí, contando com o apoio da AMART, do Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS), do Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente (CMDCA), da Guarda Civil Municipal, da Polícia Militar e de colaboradores da iniciativa privada. Mas os representantes de referidas instituições e órgãos públicos e privados apenas orientaram e garantiram suporte a alunos da FATEC de Tatuí e a jovens músicos, que, unidos pelo ideal de fazer o bem, pensaram, elaboraram e executaram esse brilhante projeto, sem medir esforços e com dedicação total. Por isso, tamanho o sucesso. Para dar a dimensão do empenho desses jovens empreendedores sociais, todas

ativamente da construção da sociedade e da Democracia, como nos mostram os protestos nas ruas, o que é legítimo dentro de um Estado Democrático de Direito. E, quando eles próprios se veem como os responsáveis por pensar o problema e desenvolver a solução, alçados a sujeitos da história e de suas histórias, assumem a responsabilidade pela construção de caminhos e pelas consequências de suas escolhas. Daí nascem grandes projetos de futuro e de evolução social, como se pode concluir a partir da “Batalha da Santa”. E tal ideia é válida em todos os âmbitos da comunidade, como nas famílias, nas escolas e nas demais instituições.

Por outro lado, a partir da linguagem dos próprios garotos e garotas, que está tam-

de educador Paulo Freire, não é possível realizar nada para ou pelos jovens, muito menos sem eles. A autoridade legítima, numa sociedade democrática, é construída sempre com os jovens e nasce do diálogo, da corresponsabilidade e do poder com o outro.

Para concretizar a real transformação pretendida, esse evento “piloto”, “Batalha da Santa”, está inserido em um projeto amplo, e, assim, na sequência, a ideia é “oferecer oficinas artístico-culturais, proporcionando aos jovens a expressão das diversas formas de manifestação englobadas na cultura do hip hop e fomentar o desenvolvimento sociocultural dos frequentadores do local [“Praça da Santa”], no intuito de alcançar a transformação coletiva”. Em referidas ofi-

17



as passagens deste texto, acima e abaixo, que estão entre aspas e em itálico, foram copiadas do descritivo por eles elaborado para o projeto “Batalha da Santa”.

O primeiro grande aprendizado que se extrai de todo esse movimento é que chega a hora de se rever uma “verdade” tão repetida, qual seja, que os jovens servem apenas para seguir as ideias e as ordens dos adultos, como meros objetos para afirmar a autoridade – muitas vezes autoritária – destes, agindo como autômatos. Isso porque, garotos e garotas que apenas seguem, por obediência cega, as ordens e os projetos passados por outros, não se responsabilizam pelos problemas da comunidade e pelas consequências de seus atos, já que tudo fica a cargo de quem comanda, e, assim, acabam bloqueados na construção de sua própria cidadania. Os jovens, no mundo atual, querem participar

bém na cultura hip hop, envolvendo-os e envolvendo-se com eles nesses significados comuns, de forma a assumir que todos, adultos e jovens, são professores e aprendizes ao mesmo tempo, é que se mostra possível construir um novo caminho, de união e de paz, mudando os rumos dessa sociedade brasileira tão individualista, desunida, preconceituosa, de lado a lado, e em constante guerra de todos contra todos. Como bem enfatizado pelos alunos e músicos responsáveis pelo projeto “Batalha da Santa”, o movimento sociocultural hip hop “permite aos agentes um crescimento individual que é refletido no coletivo, o que, no limite, fortalece a ideia de cultura como direito fundamental e exercício de cidadania”. Assim, legitimam-se todas as formas de arte, inclusive aquela produzida nas ruas dos centros urbanos.

Utilizando, aqui, o cerne da ideia do gran-

das, disponibilizadas para os garotos e garotas que se inscreveram no dia do evento, possivelmente haverá a conexão com outras modalidades esportivas e culturais, abrindo-se o leque de oportunidades.

O projeto traz em seu nome o vocábulo “batalha” por ser este bastante utilizado em tais competições adversariais de rap e, assim, conhecido do público jovem. Mas, a “Batalha da Santa” é uma verdadeira proposta de união, de legitimação de manifestações culturais jovens, de desenvolvimento de responsabilidades e de apoio à autoestima de centenas de adolescentes, em suma, um instrumento realmente eficaz para a construção de uma sociedade de paz.

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.

Dia do Trânsito – Deveres e Direitos

Educação e conscientização no trânsito deve começar na escola

Conscientizar a população de seus direitos e deveres, esse é o objetivo de comemorar, no dia 25 de setembro, o Dia Nacional do Trânsito. Este dia comemorativo está inserido na Semana Nacional do Trânsito, que ocorre entre 18 e 25 de setembro.

O Brasil é um dos países com mais acidentes de trânsito. Segundo pesquisa do Instituto Alberto Luiz Coimbra de Pós-Graduação e Pesquisa de Engenharia, da Universidade Federal do Rio de Janeiro (Coppe-UFRJ), foram cerca de 536 mil mortos, no Brasil, em dez anos.

O levantamento começa no ano de 2003, com o registro de 34,7 mil mortes no trânsito, e constata um crescimento de quase 100% até 2007, ano em que é atingido o pico de 66,8 mil mortes. O número de vítimas cai até 50,7 mil de 2008 a 2010 e volta a subir nos anos seguintes, encerrando 2012 em 60,7 mil. Na conclusão, a pesquisa menciona que, em 2013, houve novo recuo, para 54 mil.

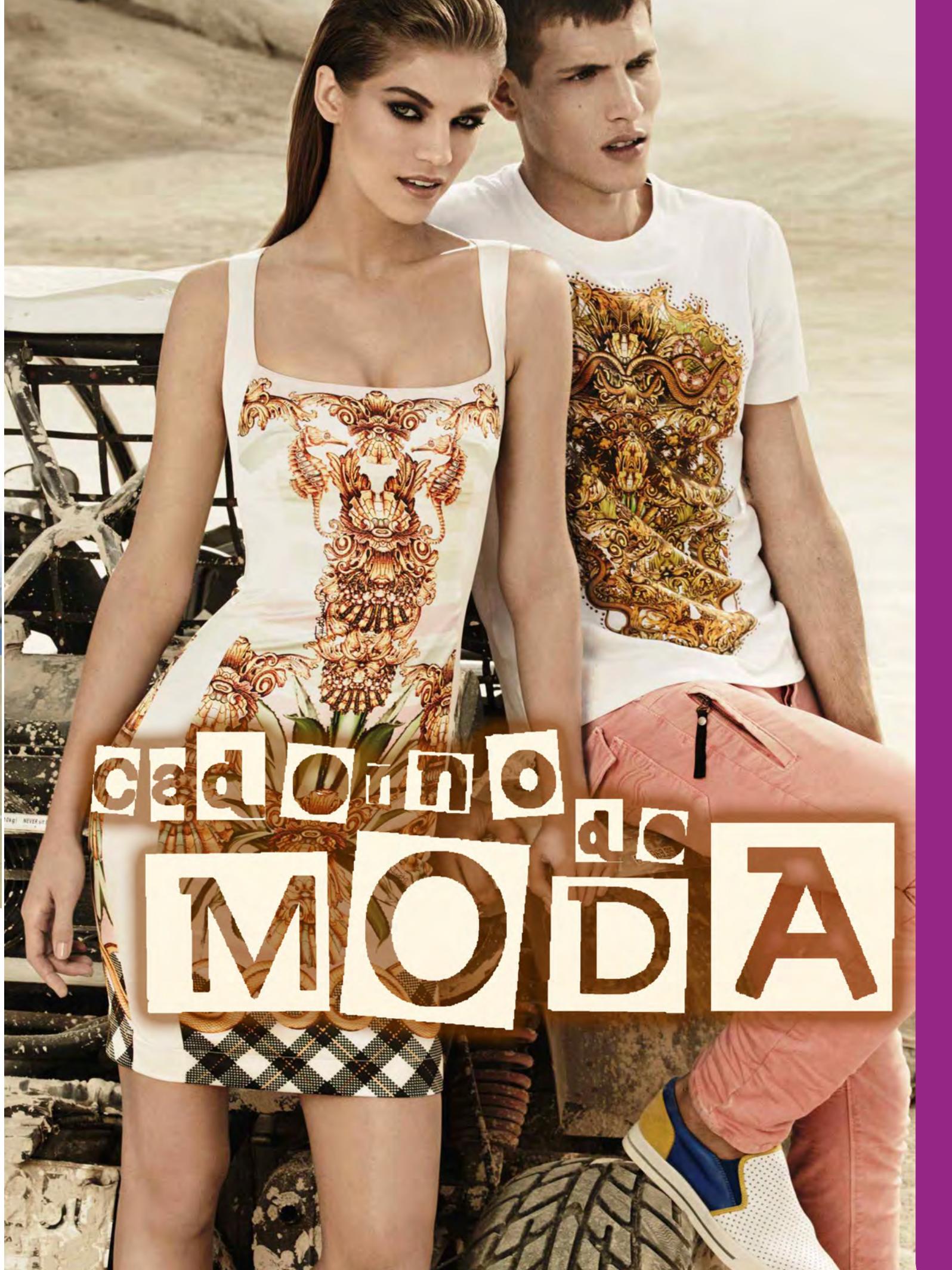
O trânsito é importante para a economia de um país, por interligar produções industriais ou naturais aos consumidores, através dos meios de transporte. Além disso, proporcionando o fluxo de pessoas para o trabalho, escola, médico, diversão, etc. Porém, é essencial o ensino de atitudes de respeito, precaução e responsabilidade no trânsito,

para que essas estatísticas alarmantes possam mudar. Para isso, existem projetos como o da Polícia Rodoviária, por exemplo, que ensinam as crianças como funciona o trânsito, com um mini circuito, onde elas podem participar de uma simulação, com sinais de trânsito.

Segundo a Lei, a educação para o trânsito deve ser adotada nas escolas, desde as séries iniciais, na educação infantil, transcorrendo pelo ensino fundamental, ensino médio e ensino superior, a fim de educar os cidadãos, fazendo-se um trabalho de conscientização dos mesmos.



The image shows the logo for 'Revista HADAR' on the left, featuring a yellow star with a white outline and the word 'hadar' in a stylized, lowercase font. To the right, the text 'Visite nosso site!' is written in black. Below this, a yellow banner contains the website address 'www.revistahadar.com.br' in red. At the bottom, the address 'Rua 7 de Maio, 150 - Tatuí - 15 - 3259-7014' is written in black. The background of the entire block is a blue and white abstract pattern.



cada ornamento
de
MODA



Vivienne Westwood

Irreverência em forma de estilista

Ela ostenta o título de “Rainha do Punk”, quando esse estilo tornou-se, na década de 70, um manifesto feito através da moda, em que era carregada a imagem dos revolucionários urbanos modernos, que tinham a pretensão de mudar, revolucionar. E o tempo passou, mas Vivienne Westwood carrega essa marca e continua irreverente, revolucionária e única!

Nascida no ano de 1941, em Glossop, na Inglaterra, mesmo que Vivienne não tivesse entrado para o mundo da moda, ela com certeza não passaria despercebida, pois aonde quer que vá, seus cabelos em tom laranja chamam a atenção e tornaram-se marca registrada da estilista, que ingressou nessa carreira ainda na juventude, quando frequentou o curso de moda na Faculdade de Arte de Harrow, em Londres.

Após algum tempo, Westwood casou-se, divorciou-se e, então, conheceu Malcolm McLaren, seu então marido e sócio, em sua primeira loja, a Let it Rock, que tinha como público-alvo, as periferias de Londres, com confecções inspiradas no rock e punk.

Mas foi na década de 90 que Vivienne Westwood ganhou o título de “British Designer of the Year”, lançou sua primeira coleção masculina em Florença, na Itália, e em 1998 venceu o prêmio de “Queen’s Export Award” e o título de “Lady”.

Outro fato interessante de sua carreira é que Vivienne sempre se mostrou preocupada com os problemas ambientais e sociais no mundo, levando essa preocupação em seus desfiles e, conseqüentemente, para as ruas, como foi o caso da coleção de camisetas que tinham a seguinte frase estampada: “Não sou terrorista, por favor, não me prenda”, quando houve o atentado em Londres, no metrô, há nove anos.

A Rainha do Punk também assina coleções, anualmente, para a marca de sapatos Melissa, desde 2008, sempre com modelos surpreendentes. E por falar em surpreendente, Vivienne defende uma posição bastante interessante e um pouco estranha, pois, a todo o momento, faz discursos que incentivam as pessoas a não serem consumistas: “Eu sempre digo às pessoas: ‘parem de comprar roupas’. Por que não proteger esse presente que é a vida enquanto nós a temos? Eu não acho que essa atitude destrutiva seja inevitável. Alguns de nós gostariam de parar e ajudar as pessoas a sobreviverem”.

Inédito alguém que vive no mundo do consumo pedir que tal ato seja repensado. Mas, vindo de Vivienne Westwood, não há motivo para estranheza.



asics
GEL-NOOSA TRI 9
LANÇAMENTO



Zaith

sportwear
www.zaith.com.br

Rua 11 de Agosto 457 - 3251 1955

 facebook.com/zaithsportwear



— ESPAÇO —
• MarilsaGigo •



Fotos: Carolina Nunes

Elmec

STROKE | nem | MARA MAC | CHOLET® | studio21

MOB | Estela Geromini | Lulu | LETAGE |

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

Biquíni ou Maiô?

Seja qual for sua escolha, eles estão cheios de charme.

A pesar do friozinho desta estação, que nos faz deixar as roupas de verão esquecidas no guarda-roupa, as coleções de biquínis e maiôs já estão em polvorosa e trazem, para a temporada verão 2014/2015, novidades para deixar qualquer mulher enlouquecida.

São tantos modelos, tecidos, cores e detalhes, que vai ser praticamente impossível não se render às tentações. E o melhor é que não há apenas uma ou duas peças que vão ser o foco, e sim, dezenas, para ninguém ficar de fora da moda, só porque perdeu alguns dias de academia e quer esconder aquele indesejável pneuzinho, que insiste em aparecer.

Algumas grifes resgataram as famosas cavas, que fizeram sucesso nos anos 80, e tiraram da moda antiga, uma ideia para deixar as roupas de praia com um ar retrô. Os biquínis tomara que caia também continuam nesta estação, acompanhados das maxi es-



tampas e cores nada discretas.

E para quem quer “esconder” as gordurinhas, as Hot Pants são a solução, pois além de serem elegantes, estão super na moda e são charmosas. Há também os maiôs de manga comprida, para quem gosta de inovar na praia ou piscina.

Já as mais ousadas podem optar pelos modelos com muito recorte sem costura, que deixam à mostra partes do corpo, lembrando que a parte de baixo dos biquínis está mais reta, com modelos com recortes e franzido, além de muitos detalhes e amarrações, pedraria e brilhos.

No quesito estampas, elas remetem ao fundo do mar, coqueiros, cocar, penas e muitas cores. Mas há também os modelitos lisos e bicolors, confeccionados em couro, lycra, elastano, seda e linho.

Para finalizar o look praia, as saídas, macacões, calças, bermudas, togas e saias longas darão um toque de sensualidade e elegância, que podem ser acompanhados de acessórios como pulseiras, tiaras, tornozeleiras, brincos ultra coloridos e óculos de sol.

Coleção Primavera / Verão 2015



Eiméc



insiuante
moda íntima

Rua XI de Agosto, 205 - Centro - Tatuí/SP
Rua XI de Agosto, 370 - Centro - Tatuí/SP

(15) 3259-7191
(15) 3251-3130

Visite nosso
sexshop



Maricota

Primavera/verão 2015 by Jorge Bischoff e Loucos & Santos

Rua Capitão Lisboa, 664 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3305-3746

One Store Marisol

Nova coleção primavera/verão Lilica e Tigor.

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



Psiquê

Anéis, pulseiras e correntes by Bruna Semi Joias.

Rua Cel Lúcio Seabra, 421 - Tatuí/SP
(15) 99114-0542

Kanguru Bolsas

Nova coleção de bolsas e carteiras primavera/verão Fellipe Krein.

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



O Dia de Caroline

O realize-se desse mês vai mostrar a você, querido leitor, a história de uma realizada que nos mandou e-mail e foi sorteada para o realize-se do mês de maio, fez a entrevista para ser selecionada e, mesmo assim, não era o dia dela. E você deve estar se perguntando, mas se ela foi sorteada, por que não foi escolhida? É que todos os meses, sorteamos duas cartas e fazemos uma entrevista para saber se realmente a pessoa gostaria de ser realizada e quais das duas cartas estão mais necessitada naquele momento e foi, então, que escolhemos outra pessoa para o realize-se do mês de maio. Mas, então, mais uma vez, sorteamos o seu e-mail e como já conhecíamos a história de Caroline, que de uma maneira carinhosa passamos a chamá-la de Carol, ela foi a escolhida deste mês de setembro!

Carol chegou super ansiosa, querendo uma transformação e começou a contar o que estava vivendo naquele momento e, então, não tivemos dúvidas de que ela estava precisando de um dia somente dela!

Hora de escolher os presentes...

Na loja *Você + Bonita*, a proprietária Vivian atendeu nossa realizada, deixando-a muito à vontade para a escolha do presente. E Carol saiu de lá toda feliz com uma blusa lindíssima de viscose estampada e uma calça jeans na cor azul bic com o zíper dourado, que valorizou o corpo e ela amou! E Vivian ainda presenteou Carol com uma bolsa de couro ecológico, vermelho queimado, com detalhes em dourado e uma alça transversal, além de um porta níquel super fashion!

E quem mais uma vez participou todo animado do realize-se foi o Alexandre da *Calçados Machado e Poles*, que deu uma sandália preta maravilhosa com salto meia pata e detalhes em tela, que já é modelo novo da Vizano.

Os lindos acessórios vieram da *Gôut Dolce Vita*, um conjunto de pulseiras e brinco, de swarovski, com banho de ouro e pedras sapphire, chiquérrimo! E o par de óculos de sol com armação dourada, lentes degradê, na cor marrom, com proteção UV, foi presente da ótica *Golden Mix*, sendo que a Joyce fez questão de participar.

A linda lingerie preta de renda com detalhes de strass na alça do sutiã e calcinha no modelo calesson é da *Sempre Bella Lingerie*, onde, mais uma vez, as vendedoras deixaram nossa realizada super à vontade na escolha. E o perfume Beautiful da Fiorucci, com fragrância floral oriental musk de alta performance e fixação destinada a mulheres sedutoras e de personalidade marcante, que deixou Carol mais cheirosa é da *Visual Moda e Perfumaria*.

Hora da transformação...

Tudo começou no *Espaço Beleza Lu Ribas*, onde a cabeleireira Lu Ribas deixou Carol super à vontade para começar a mudança.

Nos cabelos, a cabeleireira Lu fez mechas em tons claros em Carol, depois, lavou e matizou os cabelos, preparando-os para o corte feito em estilo chanel de bico com pontas desfiadas na navalha. Para valorizar o corte, Lu escovou os cabelos de nossa realizada, que ficou maravilhosa.

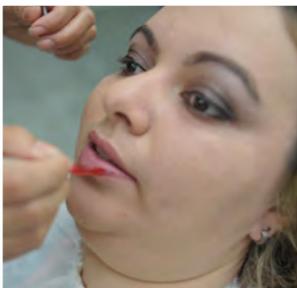
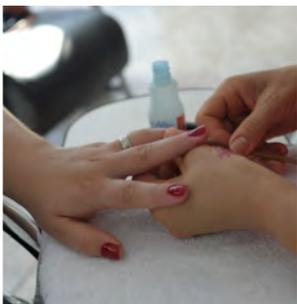
Nas mãos, a manicure Neide esmaltou com a cor vermelha e nos pés com a cor renda (branquinha), e nossa realizada ficou super feliz com o profissionalismo e a simpatia de Lu e Neide.

Na maquiagem, Lu usou tons terrosos (marrom) para os olhos e batom rosé para os lábios, deixando Carol ainda mais bonita.

A noite ainda estava começando...

Na *Pizzaria Villa Rosa*, Carol foi acompanhada de seu esposo e, juntos, receberam um ótimo atendimento em um ambiente agradável e aconchegante. Lá, eles puderam saborear uma deliciosa Pizza e, para beber, o casal optou por refrigerante.

Carol, parabéns, que seja o início de grandes conquistas em sua vida!





Calçados Machado e Poles



Ótica Golden Mix



Gôut Dolce Vita



Sempre Bella Lingerie



Espaço Beleza Lu Ribas



Pizzaria Villa Rosa



Você+Bonita



Visual Modas e Perfumaria

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

Você+Bonita, Rua Teófilo Andrade Gama, 04, Centro de Tatuí, fone (15) 3259-5644; **Calçados Machado e Poles**, Rua Teófilo Andrade Gama, 52, Centro de Tatuí, fone: (15) 3251-1550; **Gôut Dolce Vita**, Rua 11 de Agosto, 90 A, Centro, Tatuí, fone (15) 3259-6126; **Sempre Bella Lingerie**, Rua 11 de Agosto, 471, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-4923; **Visual Modas e Perfumaria**, Rua Capitão Lisboa, 716, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-5038; **Ótica Golden Mix**, Rua 11 de Agosto, 462, Centro, Tatuí, fone(15) 3259-4631 ou Sac: clientegoldenmix@terra.com.br; **Espaço Beleza Lu Ribas**, Rua Capitão Lisboa, 1339, Centro de Tatuí, fone (15) 3205-2967/99642-4120; **Pizzaria Villa Rosa**, Rua São Bento, 726, Centro de Tatuí, fone (15) 3259-3839; **Josué Mota Fotografia**, Rua Cônego Demétrio, 391, Centro, Tatuí, Fones: (15) 99721-0616 / (15) 99730-2150, contato@josuemota.com e www.josuemota.com.br.

Apoio: Elmec Comunicações.

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

Tecidos Para Decoração

*Bom
gosto e sofisticação*

Visitando a Têxtil House Fair (feira das indústrias têxteis), surpreendi-me com tamanha variedade e beleza em tecidos para revestimentos. São muitas as opções para dar um ar de magia a sua casa. Muda-se tudo, mas conserva-se a essência.

Os estofados e cadeiras pedem jovialidade, as paredes têm necessidade de um certo charme e as cortinas um toque mais sofisticado.

As almofadas e colchas sempre arrematando e colorindo algum projeto.

Trocar os tecidos é importante e o processo nem é tão complicado, basta um tapeceiro qualificado ou uma costureira caprichosa, e, claro, os tecidos são importantes.

Aposte na compra de um belo corte e o seu ambiente se transformará em moderno ou romântico, clássico ou rústico. Escolha o que mais o agrada.

É sempre bom pedir ajuda a um designer de interiores ou arquiteto, pois são inúmeras as possibilidades.

Entre os mais usados estão sempre presentes os elegantes linhos e gazes de linho

para as cortinas. Os veludos, jacquard e suedes para os estofados. E as sedas e tafetás para as almofadas.

Enfim, podemos inovar saindo do contexto habitual e criar seu ambiente com calor e personalidade. As cores vivas estão em alta, tons cítricos e estampas geométricas e coloridas voltam a reinar.

Vamos garimpar! Para fugir da regra, é preciso coragem!

Misture cores, estampas e estilos de forma improvável e harmônica.

*Sandra de Brito.
Designer de Interiores.*



De Brito
Interiores

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

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

"A loja que vai até você"



Rua Cel. Bento Pires, 485 | Centro | Tatuí/SP | (15) 3251-4896
www.debritointeriores.com.br | [f De Brito Interiores](#)
contato@debritointeriores.com.br

persol
persol
persol

Revenda Autorizada

Fina Stampa

Uniformes Profissionais

10 anos de compromisso e respeito



Neste mês de setembro, comemoramos dez anos de sucesso! São dez anos de atuação no mercado do vestuário. Mas não são roupas só conhecidas no mundo da moda, mas, sim, confecção própria de uniformes, que usam tecidos profissionais de primeira qualidade e confortáveis para todas as atividades profissionais e de todas as áreas.

Tudo começou no dia 24/09/2004, quando observamos a necessidade de pessoas que atuavam na área da saúde, e vimos como era difícil encontrar roupas brancas. Então, percebemos que faltavam uniformes para profissionais desta área e decidimos entrar neste mercado.

Após anos de trabalho e pesquisa, passamos a verificar a necessidade de atender outras áreas de atividades profissionais que realmente o mercado necessitava e exigia, e para isso fizemos cursos de aperfeiçoamento e adequação de nossas instalações, tudo para oferecer aos nossos clientes o que há de melhor e inovador, o resultado foi positivo. E

hoje dez anos depois, não só atendemos aos clientes da área da saúde, mas também outros de vários setores como: restaurantes, escritórios, engenharia, indústrias, comércios, etc... Sempre buscando entender a necessidade do cliente.

A loja Fina Stampa confecciona e fornece uniformes que vão dos tecidos brancos aos especiais (para atividades de riscos), e todos os tecidos especiais possuem a CA (Certificado de Aprovação).

Também personaliza uniformes, por meio do silk screen, sublimação e bordados computadorizados.

Venha nos fazer uma visita, utilize nosso estacionamento e teremos o prazer de mostrar todas as opções que a Fina Stampa uniformes profissionais tem para oferecer a você e sua empresa.

Horário de atendimento: Segunda a Sexta, das 9h às 18h, Sábado das 9h às 13h.

Av. Dr. Salles Gomes, 292

(15) 3305.1189

www.grupofinastampa.com.br

Centro . Tatuí/SP

(15) 99833.3723

fina-stampa@hotmail.com



Tranquilidade em sua Obra

Confira as dicas

Construir ou mesmo reformar se torna uma verdadeira aventura para quem não é da área. Todas as etapas, nomes técnicos ou mesmo materiais básicos são novidade para a maioria das pessoas.

Dessa forma, pedreiros se transformam em verdadeiros “professores” e ganham cada vez mais confiança de seus clientes. Mas cuidado! Não é por isso que passam a ser desnecessárias as contratações de profissionais para fazer os projetos arquitetônico, estrutural, elétrico e hidráulico. Esses trabalhos trazem mais segurança para dentro da obra no presente e no futuro.

Um ponto importante a salientar: é impossível encontrar apenas um profissional que faça tudo com perfeição, por isso, procurar profissionais especializados em cada tipo de serviço é a melhor solução.

Vale lembrar que antes de contratar mão de obra, as referências são de grande impor-

tância. Procure ver os serviços anteriormente executados e peça telefones das referências dos trabalhos anteriores.

Nunca dê sorte para o azar, pois um sonho pode se transformar em pesadelo em poucos dias!

Dicas:

- Antes de fechar qualquer negócio, exija um contrato.
- Antes de contratar profissionais para execução dos serviços, peça referência.
- Nunca inicie sua obra sem ter o projeto aprovado junto à Prefeitura.
- Nunca deixe o empreiteiro ser responsável pelas compras de sua obra.
- Sempre contrate um engenheiro ou um arquiteto para acompanhar sua obra, contratar equipes e fazer a compra dos materiais.

Veridiana Pettinelli
vpettinelli@yahoo.com.br





Pedras para piscinas **Pedras Prudente** Mosaico 3D
Tudo em pedras decorativas

(15) 3251-1487

www.pedrasprudente.com.br
vendas@pedrasprudente.com
facebook.com/pedrasprudente

CAIXA Construcard **até 18%**

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




SOLTEK
AQUECEDORES SOLAR

Vendas, Instalações e Manutenção
Aquecimento solar de Banho, Piscinas e Banheiras



Deixe o seu banho
quentinho e confortável
com a **SOLTEK**




Rua 7 de Setembro, 271D - Tatui/SP (15) 3259-3021/3259-2375
www.soltekaquecedores.com.br



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 - Cerquillo/SP
 (15) 3284-2104

Escolha bem a cobertura da sua construção

A cobertura dá forma à estrutura de uma construção

A escolha da cobertura é essencial em uma construção – afinal, a cobertura nos protege e é ela quem dá a “forma” para a construção. Cada construção, seja ela residencial, comercial ou industrial, exige uma cobertura, cada uma com o seu tipo de estrutura.

Para a escolha de uma cobertura ideal, o profissional deve observar os fatores do clima (calor, frio, vento, chuva, granizo, neve etc.), que determinam os detalhes das coberturas, conforme as necessidades de cada situação.

Entre os detalhes a serem definidos em uma cobertura, deverá ser sempre especificado, o sistema de drenagem das águas pluviais, por meio de elementos de proteção, captação e escoamento, tais como: rufos, contra rufos, calhas, coletores e canaletas.

A diversidade das coberturas é grande. Segue alguns tipos de coberturas mais utilizadas no Brasil:

Laje impermeabilizada – A manta asfáltica, é o tipo de cobertura mais barata, porém a que mais exige manutenção, pois o sol e a chuva, em pouco tempo, deterioram a manta, tendo que ser substituída.

Telha metálica – a mais usada, do tipo “sanduíche” (telha + isolante + telha) e utili-

za o EPS (poliestireno expandido) como isolante. Esta telha é ideal para coberturas onde se deseja conforto térmico e acústico. Devido ao seu isolamento térmico, as telhas permitem o uso de menores equipamentos de refrigeração e consumo de energia elétrica.

Telha de fibrocimento – são muito utilizadas em construções pelo Brasil afora por terem baixo custo de instalação e por não exigirem madeiramento muito resistente. Do projeto mais simples ao mais complexo, pois é resistente e durável, econômica, fácil e é rápido para instalar. Para cobertura de laje, dispensa a impermeabilização. Porém, é importante deixar ventilado o espaço entre a laje e as telhas, para não aquecer a casa.

Telha de cimento - verdes, vermelhos, amarelos, azuis - começam a pintar a paisagem das cidades brasileiras. Um dos diferenciais é a qualidade do produto, muito superior às telhas tradicionais, de cerâmica. Além disso, as telhas convencionais exigem inclinações maiores do que as de concreto. Apesar de as telhas em dia de chuva ficarem mais pesadas, o peso é irrelevante. O madeiramento de apoio exige ripas de 5 cm x 2 cm, isto porque a garra de fixação das telhas de concreto tem dimensões diferentes, se comparadas com telhas cerâmicas. Com alta re-

sistência, as telhas de concreto natural (sem pigmento) possuem preço compatível com as telhas cerâmicas.

Telha Resinada - tem demonstrado bom desempenho na impermeabilização de telhas, o que aumenta a durabilidade e apresenta diversas possibilidades de decoração de telhados.

Telha de plástico - São telhas leves e fáceis de carregar e não exigem madeiramento muito resistente. Atuam como isolante térmico e acústico e são resistentes a produtos químicos. Podem ser encontradas em várias cores e modelos, o que facilita sua adaptação a vários projetos. Servem como alternativa mais econômica às telhas de vidro, que são bem mais onerosas.

Telhas de barro - Também conhecidas como telhas de barro, as de cerâmica são as mais antigas e ainda as mais utilizadas em residências. A sua inclinação acentuada exige um bom projeto de telhado e cálculo de madeiramento. Devido a sua porosidade, exige maior manutenção para a retirada de manchas e sujeira. Elas dão mais conforto térmico e são mais bonitas visualmente, além de serem muito eficientes em termos de vedação.

Na escolha do telhado, sempre deve ser levado em consideração o melhor tipo de cobertura para o tipo de construção, com viabilidade construtiva da obra, somada com a beleza da edificação.

Para obter estas informações, um profissional habilitado - engenheiro ou arquiteto - pode orientá-lo na melhor escolha.

Aline Fernanda Simões
Engenheira Civil – CREA – 5062291795

ConstruBem

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

Projeto Guri

Levando conhecimento através da música



Tocar um instrumento musical é uma oportunidade para aprender a fazer música, ter uma carreira nessa área, além dos muitos outros benefícios que a música traz, como contribuir para a coordenação motora, aliviar o estresse, incentivar a memória e o pensamento lógico.

Pensando nessas inúmeras possibilidades, surgiu a Amigos do Guri, uma organização social de cultura, que administra, há 19 anos, o Projeto Guri, um programa de educação musical que oferece, nos períodos de contraturno escolar, cursos de canto coral, instrumentos de cordas dedilhadas, cordas friccionadas, sopro, teclados, percussão e iniciação musical.

As aulas do Guri são direcionadas a crianças e adolescentes entre 6 e 18 anos, sendo que não é necessário ter conhecimento de música. Ou seja, os interessados só precisam ter a idade solicitada, procurar um polo com disponibilidade de vagas e comprovar a frequência à escola regular. Atualmente, são mais de 360 polos de ensino, incluindo os polos da Fundação Casa, que tem mais de 30 mil alunos inscritos. Os outros polos estão localizados em cidades como Araçoiaba da Serra, Avaré, Sorocaba, Capela do Alto, Guareí, Iperó, Itu, Jaguariúna, Lindóia, Mongaguá, Pilar do Sul, Salto, São Roque, Tietê, entre outras.

Além de aprender música, os jovens têm a oportunidade de trabalhar a integração social, pois as atividades do Guri são sempre praticadas em grupo, estimulando a participação dos alunos e fazendo com que os desafios de aprendizagem sejam mais fáceis de superar.

Entre os cursos disponíveis no Projeto, estão: Canto Coral, Cordas Dedilhadas (Bandolim, Cavaco, Contrabaixo elétrico, Guitarra, Viola Caipira, Violão), Cordas Friccionadas (Rabeca, Viola, Vio-



lino), Cordas Graves, Violoncelo, Iniciação Musical, Percussão e Bateria, Sopros, Metais e Teclas.

Durante os anos de 2008 a 2014, foram criados diversos projetos e atividades especiais pela organização Amigos do Guri, direcionados ao aprimoramento do

ensino da música e desenvolvimento dos alunos, entre eles, Acervo Cultural, Aula Espetáculo, Bloco do Guri, CD Guri, Encontro de Polos, Orquestra Verde e muitos outros.

O Projeto Guri recebe apoio das prefeituras das cidades em que está instalado, do Governo de São Paulo, que é o idealizador do projeto, organizações sociais, empresas e pessoas físicas. No caso de organizações que estiverem interessadas no Guri, ela terá incentivo fiscal da Lei Rouanet, Programa de Ação Cultural do Governo do Estado de São Paulo (ProAc) e do Fundo Municipal da Criança e do Adolescente (FUMCAD).

Os interessados em contribuir com o Projeto Guri podem proceder das seguintes maneiras: Através de doação direta, com o valor que optar, por meio de boleto, transferência bancária ou cartão de crédito. Além do ambiente on-line, é possível fazer uma doação direta, pela área de Mobilização de Recursos, por meio dos seguintes contatos: mobilizacao@projetoguri.org.br ou (11) 3874-3357. Também é possível adquirir produtos da loja virtual do Guri, com vários

itens, como brinquedos, CD's e livros. Adquirindo um destes produtos, você estará automaticamente contribuindo para o projeto e ajudando a levar música, entretenimento e aprendizado, a milhares de crianças e jovens espalhados pelo Brasil.

Seca evidencia no fornecimento d

A maior estiagem dos últimos 50 anos apontou a falta de estrutura

São Paulo. O estado mais rico e populoso do Brasil, com uma população estimada, segundo o IBGE, em 43,6 milhões de pessoas, enfrenta um desafio à altura de sua fama e de sua história: onde buscar água e como fornecer esse bem essencial para tanta gente? Como estão a estrutura e os investimentos para atender a demanda por água e energia? Como o Estado – e a nossa Região – está tratando do tema?

Estamos sabendo usar os nossos rios e mananciais de forma sustentável? O que está sendo feito para estimular ações politicamente corretas, como o uso racional da água ou a utilização de fontes de energia limpa e renovável? Estas são algumas questões que esta matéria especial da revista Hadar levanta, no momento em que São Paulo enfrenta a pior seca em meio século, que já leva ao racionamento de água em alguns municípios.

São Paulo não vê uma chuva forte o suficiente para elevar o nível dos rios e reservatórios há meses. Embora a situação seja particularmente crítica na Capital (com mais de 11,6 milhões de habitantes), outras cidades do Estado já sofrem com o racionamento, como é o caso de Itu.

Procurada pela reportagem, a Sabesp encaminhando uma nota, divulgada no começo de agosto, em que afirma que “nenhum dos 364 municípios operados pela Sabesp enfrenta qualquer restrição no abastecimento

de água, tanto na capital e Região Metropolitana de São Paulo, quanto no interior, apesar da estiagem que reduz a vazão dos principais mananciais paulistas e que já traz problemas para dezenas de cidades no Estado”.

Ainda segundo a nota, “nos últimos três anos, desde 2011, foram construídos 202 poços, outros sete estão em execução e um em contratação. O investimento passa de R\$ 27 milhões e a disponibilidade de água aumenta em 1,5 mil litros por segundo. Além dos poços, 30 novas estações de tratamento de água serão entregues no período 2011/2014. Já foram concluídas 18, beneficiando a população de oito grandes regiões: região de Franca, região de Itapetininga, Botucatu, Vale do Paraíba, região de Jundiaí, Registro, além do Litoral Norte e Baixada Santista”.

A estatal informou também que aumentou a capacidade de reserva da água, com a entrada em operação de 98 novos reservatórios nos últimos três anos; além disso, outros 35 dispositivos estão em fase de construção ou contratação. O investimento, de acordo com a Sabesp, é de mais de R\$ 117 milhões e a capacidade de reserva chega a 143,7 milhões de litros.

Obras e ações emergenciais

Ainda segundo o governo, “diante da estiagem rigorosa deste ano, a Sabesp de Botucatu antecipou investimentos de R\$ 4,3 milhões:

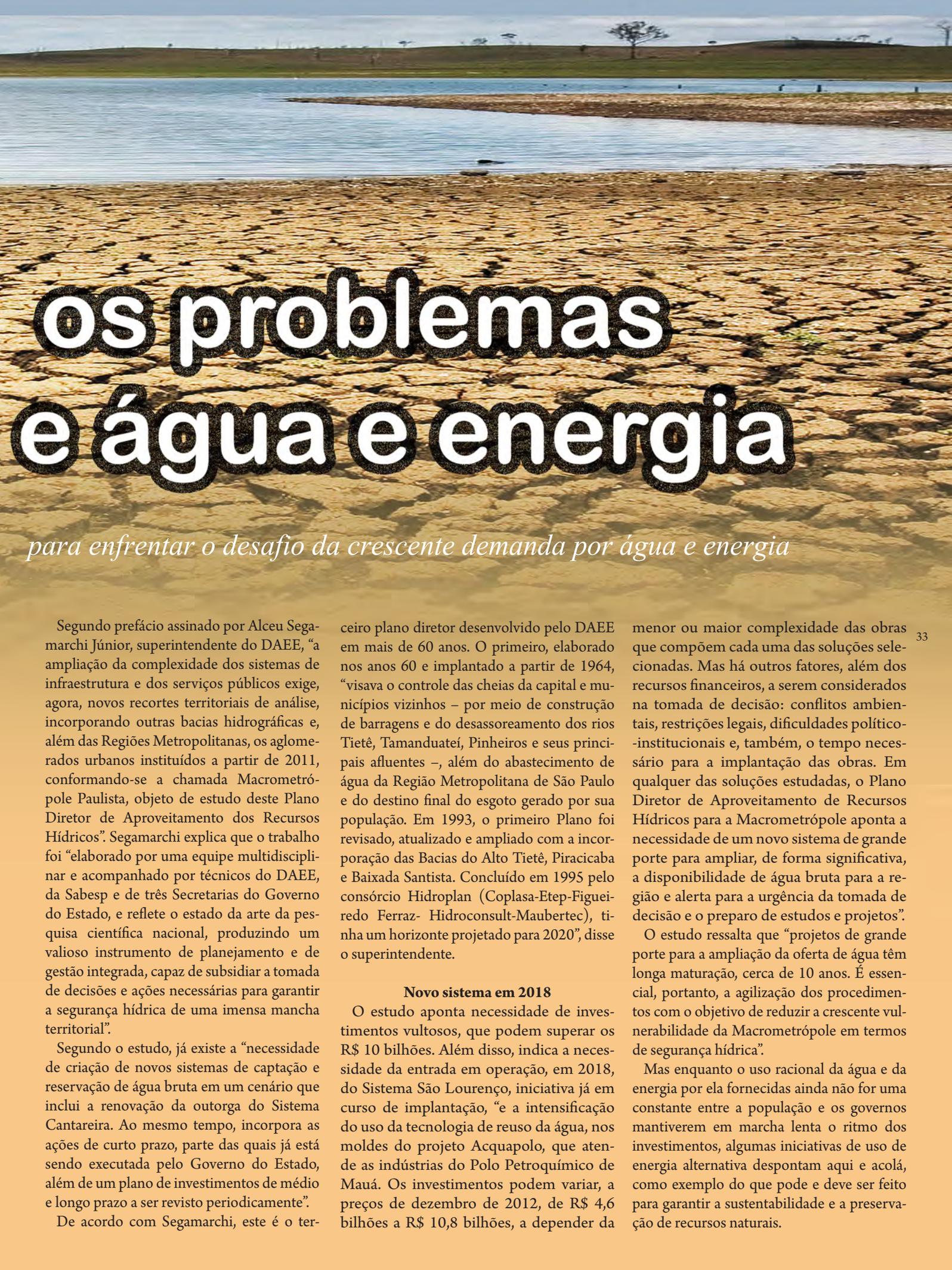
a construção da nova captação de água no rio Pardo. As obras tiveram início em abril e foram concluídas em 45 dias. O novo sistema incluiu a implantação de 8,3 km de adutora - que transportará água bruta do Ribeirão Pinheiro e mais dois afluentes do rio Pardo até a estação de tratamento de água -, além da instalação de duas unidades de bombeamento”.

Em Tatuí, a Sabesp informou ter construído “um novo sistema de bombeamento que permitirá adução em maior quantidade do Rio Sarapuí, mais perene, e redução da vazão aduzida, atualmente, do Rio Tatuí, que apresenta menor disponibilidade hídrica”.

A empresa lista ainda uma série de obras em várias regiões do estado, que teriam por objetivo garantir o abastecimento de água a milhões de pessoas.

Plano Diretor

O Governo de São Paulo, através da Secretaria de Recursos Hídricos e do Departamento de Águas e Energia Elétrica (DAEE), finalizou, recentemente, o Plano Diretor de Aproveitamento de Recursos Hídricos, que prevê diversas ações para garantir o abastecimento da população, sobretudo na chamada Macrometrópole Paulista, que nada mais é do que o grande conglomerado urbano que surgiu nos últimos anos, como na região entre Campinas e a capital paulista, por exemplo.



os problemas e água e energia

para enfrentar o desafio da crescente demanda por água e energia

Segundo prefácio assinado por Alceu Segamarchi Júnior, superintendente do DAEE, “a ampliação da complexidade dos sistemas de infraestrutura e dos serviços públicos exige, agora, novos recortes territoriais de análise, incorporando outras bacias hidrográficas e, além das Regiões Metropolitanas, os aglomerados urbanos instituídos a partir de 2011, conformando-se a chamada Macrometrópole Paulista, objeto de estudo deste Plano Diretor de Aproveitamento dos Recursos Hídricos”. Segamarchi explica que o trabalho foi “elaborado por uma equipe multidisciplinar e acompanhado por técnicos do DAEE, da Sabesp e de três Secretarias do Governo do Estado, e reflete o estado da arte da pesquisa científica nacional, produzindo um valioso instrumento de planejamento e de gestão integrada, capaz de subsidiar a tomada de decisões e ações necessárias para garantir a segurança hídrica de uma imensa mancha territorial”.

Segundo o estudo, já existe a “necessidade de criação de novos sistemas de captação e reservação de água bruta em um cenário que inclui a renovação da outorga do Sistema Cantareira. Ao mesmo tempo, incorpora as ações de curto prazo, parte das quais já está sendo executada pelo Governo do Estado, além de um plano de investimentos de médio e longo prazo a ser revisto periodicamente”.

De acordo com Segamarchi, este é o ter-

ceiro plano diretor desenvolvido pelo DAEE em mais de 60 anos. O primeiro, elaborado nos anos 60 e implantado a partir de 1964, “visava o controle das cheias da capital e municípios vizinhos – por meio de construção de barragens e do desassoreamento dos rios Tietê, Tamanduaté, Pinheiros e seus principais afluentes –, além do abastecimento de água da Região Metropolitana de São Paulo e do destino final do esgoto gerado por sua população. Em 1993, o primeiro Plano foi revisado, atualizado e ampliado com a incorporação das Bacias do Alto Tietê, Piracicaba e Baixada Santista. Concluído em 1995 pelo consórcio Hidroplan (Coplasa-Etep-Figueiredo Ferraz- Hidroconsult-Maubertec), tinha um horizonte projetado para 2020”, disse o superintendente.

Novo sistema em 2018

O estudo aponta necessidade de investimentos vultosos, que podem superar os R\$ 10 bilhões. Além disso, indica a necessidade da entrada em operação, em 2018, do Sistema São Lourenço, iniciativa já em curso de implantação, “e a intensificação do uso da tecnologia de reuso da água, nos moldes do projeto Acquapolo, que atende as indústrias do Polo Petroquímico de Mauá. Os investimentos podem variar, a preços de dezembro de 2012, de R\$ 4,6 bilhões a R\$ 10,8 bilhões, a depender da

menor ou maior complexidade das obras que compõem cada uma das soluções selecionadas. Mas há outros fatores, além dos recursos financeiros, a serem considerados na tomada de decisão: conflitos ambientais, restrições legais, dificuldades político-institucionais e, também, o tempo necessário para a implantação das obras. Em qualquer das soluções estudadas, o Plano Diretor de Aproveitamento de Recursos Hídricos para a Macrometrópole aponta a necessidade de um novo sistema de grande porte para ampliar, de forma significativa, a disponibilidade de água bruta para a região e alerta para a urgência da tomada de decisão e o preparo de estudos e projetos”.

O estudo ressalta que “projetos de grande porte para a ampliação da oferta de água têm longa maturação, cerca de 10 anos. É essencial, portanto, a agilização dos procedimentos com o objetivo de reduzir a crescente vulnerabilidade da Macrometrópole em termos de segurança hídrica”.

Mas enquanto o uso racional da água e da energia por ela fornecidas ainda não for uma constante entre a população e os governos mantiverem em marcha lenta o ritmo dos investimentos, algumas iniciativas de uso de energia alternativa despontam aqui e acolá, como exemplo do que pode e deve ser feito para garantir a sustentabilidade e a preservação de recursos naturais.

Experiência realizada em um posto de gasolina na cidade do Rio de Janeiro, na Barra da Tijuca, reduziu em 50% o uso de detergente e em 10% o uso de água no lava jato do posto. Isto foi possível porque a empresa inaugurou, recentemente, o serviço de utilização de energia solar. Trata-se da instalação de um sistema fornecedor de água aquecida pelo sol para a lavagem de veículos. O primeiro foi o carregamento de baterias de carros elétricos, movidos à energia solar. A água que jorra das mangueiras chega aquecida, entre 45 a 50 graus centígrados. O aquecimento é feito por placas solares, fabricadas no Brasil, sem causar emissão de poluentes.

A água quente desengordura a superfície dos carros melhor do que a água fria com detergente. E no processo de enxágue, pelo fato de envolver menos detergente, gasta-se menos água.

Foram necessárias apenas duas semanas para adequar o lava-jato à nova tecnologia. “A única mudança foi no local. As bombas têm que ser adequadas com peças de metal, no lugar das de plástico, para suportar a água quente”, explica o gerente. Os clientes estão satisfeitos com os resultados, segundo ele. “Excesso de detergente mancha a pintura”, justifica. Para lavar um carro nos moldes tradicionais, com água fria e detergente, são gastos cem litros de água, segundo pesquisa da Unicamp.

Região

No município de Tatuí, a rede de postos LA Comendador também abraçou a sustentabilidade e está investindo R\$ 100 mil para adequar uma unidade ao uso da energia solar. A iniciativa ainda está em fase inicial e o grupo espera obter o retorno do investimento em um prazo de oito anos.





Investir em fontes de energia limpas e renováveis faz parte da estratégia da rede, garante Lupércio de Almeida Neto, sócio-proprietário do grupo. “Sendo esta uma posição de futuro da nossa empresa, optamos pela energia solar por ser, em nosso entendimento, a fonte mais promissora de energia renovável para nossa região, e com tempo de vida útil longo e barato, pois o sol nos serve sem cobrar nenhum valor em troca”. Ele aguarda a liberação do uso da nova fonte pela concessionária local de energia, a Elektro, para, então, calcular a economia que será gerada pelo novo sistema.

“Esperamos que a repercussão seja muito positiva junto aos clientes, pois estaremos ajudando o meio ambiente onde vivemos, economizando recursos naturais na geração de energia e evitando poluir com a não utilização de poluentes na geração de energia”, afirma Neto.

O empresário ressalta que considera os incentivos do governo para quem quer usar este tipo de energia “muito baixos. O governo não tem nenhum tipo de isenção de impostos ou de incentivo a este tipo de tecnologia, no Brasil, prova disto é que os materiais que são fabricados, aqui, acabam sendo mais caros que os importados de outros países, acabando, com isto, desenvolvendo as indústrias de fora e deixando a nossa indústria atrasada perante outras nações que já utilizam esta energia em larga escala, como, por exemplo, a Alemanha e os Estados Unidos, entre outros”.

Finalizando, Neto avaliou que a instalação da nova fonte de energia não apresentou nenhuma dificuldade. “Fácil de instalar e funcionamento simples”.

Municípios

A longa estiagem está fazendo com que as administrações municipais adotem medidas emergenciais, como captar água de poços artesianos. Em Itu, a prefeitura iniciou, em agosto, a captação de água de poços artesianos em propriedades particulares. A cidade vinha racionando água desde fevereiro. No começo de agosto, atendendo a orientação do Ministério Público, a prefeitura começou a usar a água de um poço artesiano particular, com expectativa de elevar em 20% a oferta de água na área central da cidade. Serviços essenciais, como hospitais, estavam sendo atendidos por caminhões-pipa. A prefeitura informou que outros 40 poços artesianos particulares poderiam ser usados para o fornecimento de água, garantindo o abastecimento da população.

Gigante ameaçado

A longa estiagem e a atividade de poços



clandestinos representam uma ameaça até a um imenso reservatório subterrâneo de água doce: o aquífero Guarani, que abastece alguns municípios paulistas.

A represa de São José do Rio Preto é reflexo da pior seca das últimas décadas na Região Sudeste. Os moradores só não enfrentam desabastecimento porque a cidade conta com outras reservas. 70% da água que chega às casas vêm dos Aquíferos Guarani e Bauru.

O Aquífero Guarani é o maior manancial de água doce do mundo. Ele abrange oito estados do Brasil, além do Uruguai, Paraguai e Argentina. Há estudos que estimam que as reservas permanentes deste manancial estejam em mais de 45 mil km³ de água. O que seria suficiente, segundo técnicos, para abastecer toda a população brasileira por um longo período.

Mas, por maior que seja o aquífero, ele é finito e depende das chuvas para manter seu volume. Sua importância é estratégica e o seu uso deve ser feito com planejamento, pois pode fornecer água para agricultura, abastecimento, lazer e turismo, mas a retirada indiscriminada de suas reservas e a seca continuam sendo uma ameaça real a este gigante.

A água subterrânea é retirada por meio de poços artesianos. Em São José do Rio Preto, são quase 250 poços que retiram água dos Aquíferos Bauru e Guarani. Como não é poluída, pois é filtrada no longo caminho entre a superfície e o aquífero, a água não precisa passar pela estação de tratamento convencional. Recebe flúor e cloro no poço. Uma bomba instalada, onde a lâmina de água é mais espessa, bombeia a água para cima. O problema é que existem, além dos poços municipais, quase 3,8 mil poços retirando água do aquífero, a maioria de forma descontrolada e clandestina.

Dia do Gaúcho

A região está cheia de gaúchos que vêm para terras paulistas à procura da felicidade

Todos os dias, São Paulo é invadida por levas de migrantes de vários Estados do país. Vez ou outra, eles chegam em bandos, ajudam um ao outro e alcançam o sucesso em suas áreas de trabalho ou simplesmente no amor. Atraem novos amigos e familiares, que se apaixonam pela cidade e por aqui ficam.

Essa também é a história de Marta Guttler, gaúcha que veio de Porto Alegre para a capital de São Paulo por conta do trabalho do ex-marido. Depois, acabou se separando e conheceu seu atual marido, que é de Tatuí, o que acabou trazendo-a para a cidade. E, apesar de gostar muito da cidade, ela diz que sempre pensa em voltar para o sul, mas que a sua vida e as pessoas que ela ama estão aqui.

O dia 20 de setembro é uma data especial tanto para os gaúchos que vivem no Rio Grande do Sul quanto para os que se debandaram para outros estados e países. É durante a semana em que se comemora a Revolução Farroupilha que a saudade da terra natal bate mais forte e o orgulho das origens, costumes e folclore do estado se manifesta mais claramente, relatam os migrantes.

E falando em costume, apesar de saber dos benefícios do chimarrão, Marta conta que não tem o hábito de tomá-lo, e acredita que, antigamente, ele era ingerido mais

para esquentar, devido às baixas temperaturas do estado. Mas que, hoje em dia, já virou um hábito que eles levam a sério, tomando a bebida até mesmo na praia.

Quanto à fama que os homens do sul têm por aqui, Marta explica que é somente por aqui mesmo. “Acho que essa fama deve ter aparecido por conta do sotaque que temos no sul. Porque por lá, os gaúchos têm a fama de serem machões. Talvez pela bombacha e pelo bigode.” Completa a gaúcha de Tatuí.



SETAL
PORTÕES AUTOMÁTICOS

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



TATUÍ

GRANDES OBRAS

MUITAS CONQUISTAS

Tatuí vai viver nos próximos dias um ciclo de inaugurações nunca antes visto. Muitas dessas realizações são esperadas há décadas, como a Escola do Senai. Outras vão revolucionar setores fundamentais, como é o caso do CEMEM (Centro Municipal de Especialidades Médicas) que dará uma nova dinâmica para a saúde do município. Participe você também. Venha conferir de perto como o seu IPTU vem sendo revertido em benefícios para nossa cidade.

AGENDA DE INAUGURAÇÕES

NOVAS VIATURAS E NOVOS HOMENS PARA A GUARDA CIVIL MUNICIPAL

Sábado, 6 de setembro, às 10h
Praça da Matriz, Centro

DELEGACIA DE POLÍCIA

Sexta-feira, 12 de setembro, às 17h.
Travessa Amaro Padilha, 10, Centro.

SENAI

Sexta-feira, 19 de setembro, às 17h
Rua Manecó Pereira, 619, Centro

CRECHE PROFESSOR VICENTE DE CAMARGO BARROS

Sábado, 20 de setembro, às 10h
Avenida Cônego João Clímaco (Das Mangueiras), 87

CEMEM (CENTRO DE ESPECIALIDADES MÉDICAS)

Sábado, 27 de setembro, às 10h
Rua São Bento, 15, Centro

ESCOLA DO JARDIM SANTA RITA (INÍCIO DAS OBRAS)

Sexta-feira, 3 de outubro, às 17h
Rua Artur Eugênio dos Santos, s/nº



PREFEITURA DE TATUÍ
No ritmo do futuro



Capital de Minas
Cidade São Paulo



WWW.TATUI.SP.GOV.BR
11 19 25 4411



O Brasil precisa de alternância no poder



Abalo causado pela morte de Eduardo Campos expôs um quadro de falta de opções em novas lideranças nacionais

Em um país onde, tradicionalmente, há escassez de novas lideranças políticas que se apresentem como alternativa para o eleitor saturado dos discursos da esquerda radical e da direita conservadora, a morte de Eduardo Campos, candidato à Presidência da República pelo PSB, ocorrida no último dia 13 de agosto, deixou uma lacuna que Campos tentava preencher, conquistando seu próprio espaço.

Um dia antes do fatídico acidente com o avião que transportava o candidato do Rio de Janeiro até a cidade paulista de Santos, onde daria uma palestra, Campos foi entrevistado pelo *Jornal Nacional*, da Rede Globo de Televisão.

Durante 15 minutos, Campos respondeu às questões levantadas pelos apresentadores William Bonner e Patrícia Poeta. O candidato não se furtou a responder nenhuma pergunta, incluindo questões delicadas, como seu empenho na eleição de sua mãe, a então deputada federal Ana Arraes, para o cargo vitalício de Conselheira do Tribunal de Contas da União. Ou mesmo a indicação de dois primos para o Tribunal de Contas do Estado de Pernambuco.

Antes dele, Aécio Neves (PSDB) também teve de enfrentar e responder questões de-

licadas, como a construção de uma pista de aeroporto ao lado de um sítio que pertence à sua família, no interior de Minas. Ou o caso do mensalão tucano em MG e das obras superfaturadas em São Paulo.

Mesmo com um tempo tão curto, as entrevistas foram uma ótima oportunidade para se conhecer um pouco mais sobre estes candidatos. Afinal, as eleições já estão chegando e realmente precisamos conhecer melhor aqueles que se propõem a dirigir os destinos de 200 milhões de brasileiros pelos próximos quatro anos.

Claro que não podemos nos esquecer de que cada um dos candidatos está tentando vender seu peixe, como diz o ditado, ou seja, tentando conquistar a simpatia (e o voto) do eleitorado. Antes da eleição, parece que todos – com exceção do presidente que está no cargo – sabem exatamente quais caminhos trilhar e quais ações empreender para gerar emprego e renda, elevar salários, baixar a inflação e colocar o Brasil de novo na rota do crescimento. Por que então, após a eleição, o discurso muda? A primeira questão que vem à mente é que ninguém governa sozinho (pelo menos em um estado democrático de direito) e os governantes precisam ceder espaço para aliados – e adversários, muitas vezes – para poder governar. E é aí exatamente que, com frequência, os anseios da população são sobrepujados por interesses político-partidários.

Por isso é extremamente importante a população procurar conhecer as propostas e pla-

taformas de governo dos candidatos e avaliar se são viáveis, concretas ou simplesmente eleitoreiras. Uma boa dica é procurar saber se os candidatos estão se reunindo com lideranças representativas e vários segmentos da sociedade para ouvir suas reivindicações. E também se contam com a participação de especialistas em diversas áreas para elaborar suas ações quando eleitos.

O brasileiro de modo geral anda cético com a classe política e as eleições. Pesquisas recentes apontam queda no número de jovens com menos de 18 anos que têm intenção de votar. Claro que há muitas razões para este ceticismo, mas há muitas outras para se votar. E a primeira razão é que o voto é o melhor instrumento para a realização de mudanças em uma democracia.

O país vive uma crise de novas lideranças, disso não há dúvida, e a alternância no poder é algo saudável para a nação. Mas, para saber escolher de forma consciente, o eleitor tem de fazer o dever de casa: pesquisar, analisar, conhecer o candidato e suas propostas e não se deixar levar por interesses pessoais ou de grupos. Lembrando que, se escolher errado, passará quatro anos se lamentando. E a nação paga caro por esses erros.

Vote consciente no dia 5 de outubro, caro leitor!



Qualidade de Vida

Ebola

O vírus mortal

Devastador, o Ebola se caracteriza por ser uma febre grave do tipo hemorrágica, transmitida por um vírus do gênero Filovirus, considerado altamente infeccioso, que desenvolve seu ciclo em animais.

Esta doença foi classificada como uma zoonose, pois embora os morcegos frutíferos sejam considerados os prováveis reservatórios naturais do vírus ebola, ele já foi encontrado em gorilas, chimpanzés, antílopes e porcos. Alguns especialistas defendem a hipótese de que a transmissão dos animais infectados para os seres humanos ocorra através do sangue e de fluídos corporais, como sêmen, saliva, lágrimas, suor, urina, fezes, ou do contato com superfícies e objetos contaminados, por isso, uma das razões para ser um vírus tão mortal e resistente é que acaba comprometendo o sistema de defesa do organismo humano.

É preciso estar em alerta, pois os surtos de Ebola atingiram países da África nos anos de 1995, 2000, 2007, mas acabaram sendo

controlados. Porém, neste ano, o Ebola já atingiu Guiné, Serra Leoa, Libéria e Nigéria e é considerada a maior epidemia em termos de pessoas afetadas, de mortos e de extensão geográfica, segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), que afirma que o atual surto tem o potencial de se espalhar para fora dos países afetados e além da região, caso medidas urgentes e relevantes de contenção não sejam colocadas em prática.

Segundo a enfermeira e coordenadora da Vigilância Epidemiológica de Tatuí, Marilu Rodrigues da Costa, a manifestação do Ebola é geralmente caracterizada pelo início súbito de febre, fraqueza intensa, dores musculares, dor de cabeça e dor de garganta, seguidos por vômitos, diarreia, funções hepática e renal deficientes, erupções cutâneas, e, em alguns casos, sangramentos internos e externos, com interrupção do funcionamento dos órgãos. O período de incubação do vírus pode durar de dois dias a três semanas, e o diagnóstico é difícil, além do que, não existe tratamento específico para a doença, sendo limitado às medidas de suporte à vida.

A profissional em saúde afirma que, até o

momento, não há uma vacina específica para o Ebola, por isso, as seguintes medidas são fundamentais para evitar o contato com o vírus, a fim de prevenir a infecção e evitar a disseminação da doença: lavar as mãos com frequência, utilizando água e sabão (se não for possível, usar álcool em gel), procurar não frequentar lugares que facilitem a exposição ao vírus ebola, evitar contato com pessoas infectadas (quanto mais avançada a doença, maior a concentração de vírus e mais fácil o contágio), comer somente alimentos de procedência conhecida e lembrar que o corpo dos doentes continua oferecendo risco de contágio, mesmo depois da morte.

São medidas simples, mas que se não forem colocadas em prática, podem contribuir para a disseminação do vírus, que já deixou mais de 600 mortos desde o início do ano e contabilizou mais de 900 casos.



Intolerância à Lactose – Fique de olho

Atente-se aos sinais que podem indicar uma intolerância aos produtos derivados do leite

Um simples copo de leite ou um pedaço de queijo pode fazer mal. Dor abdominal, sensação de inchaço no abdome, flatulência, diarreia são alguns dos sintomas que uma pessoa com intolerância à lactose pode vir a ter.

Essa intolerância é caracterizada pela dificuldade da digestão do açúcar do leite, a lactose, conforme explica a nutricionista Ana Flavia Almeida CRN-3: 38055. “Ela acontece devido à diminuição ou inativação de uma enzima chamada lactase na mucosa do intestino delgado, onde ocorre a digestão. A enzima lactase é responsável pela digestão da lactose. A intolerância pode ser diagnosticada devido aos desconfortos abdominais entre outros fatores”, explica.

Segundo dados brasileiros, 70% dos adultos têm algum desses sintomas após consumir leite de vaca ou derivados. Em países como Japão e alguns do continente africano, praticamente todos os habitantes com mais de 80 anos têm algum grau de intolerância e isso se deve ao fato de que, conforme a idade vai aumentando, a chance de se criar uma intolerância aumenta.

Existem duas maneiras de descobrir se a pessoa tem a doença. No primeiro, que é feito pelo Sistema Único de Saúde (SUS), o paciente recebe uma dose de lactose em jejum e, depois de algumas horas, são colhidas amostras de sangue que indicam os níveis de glicose. Se não houver alteração, a pessoa é intolerante à lactose. Há também um exame respiratório, que custa cerca de R\$ 120 e monitora a quantidade de hidrogênio nos gases exalados após a ingestão da lactose.

Para quem foi ao médico e foi constatada a doença, a nutricionista recomenda, inicialmente, evitar leite e seus derivados para recuperação dos sintomas, lembrando que o quadro deve ser estudado, individualmente, dependendo do grau da complicação do paciente. “Alguns casos podem tolerar a reintrodução gradual da lactose na dieta”, explica Ana Flavia.

Talvez, você tenha que procurar um pouquinho nas prateleiras do supermercado, mas já existem muitas alternativas de produtos

saborosos sem lactose, como o leite de soja, a opção mais popular. É possível também beber e utilizar nas receitas os leites de arroz, aveia ou amêndoas. A quantidade ideal? Até três copos ao dia.

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

CAETANO

Materiais p/ Construção



SETEMBRO

20 anos

Venha comemorar com a gente!



REDE CAETANO em todo



Cimento CSN 50 kg

por apenas **R\$ 19,99**
à vista | ou em 10x de R\$2,47



Plastificante Mineral LIGA Sc 20 kg

por apenas **R\$ 4,49**
à vista | ou em 10x de R\$0,51



Cal MINERAL Sc 20 kg

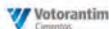
por apenas **R\$ 5,99**
à vista | ou em 10x de R\$0,69



Cimento VOTORAN CII 50 kg

A RETIRAR por apenas **R\$ 20,99**
à vista | ou em 10x de R\$2,60

ENTREGA por apenas **R\$ 21,99**
à vista | ou em 10x de R\$2,72



Cal ITAÚ Sc 50 kg

por apenas **R\$ 6,49**
à vista | ou em 10x de R\$0,80



Bloco Cerâmica CAETANO 14x19x29cm milheiro

por apenas **R\$ 819,99**
à vista | ou em 10x de R\$101,44



Bloquinho Cerâmica CAETANO 11,5x14x24cm milheiro

por apenas **R\$ 349,99**
à vista | ou em 10x de R\$43,30



Tijolo Baiano Cerâmica CAETANO 9x19x19cm milheiro

por apenas **R\$ 349,99**
à vista | ou em 10x de R\$43,30

Ofertas válidas de **01 a 30 de setembro/2014** ou enquanto durarem nossos estoques

© resultado (11) 3894-2257



	por apenas	à vista	ou em 10x de
Areia Fina	R\$56,99	R\$7,05	
Areia Média	R\$56,99	R\$7,05	
Areia Grossa	R\$59,99	R\$7,42	
Pedra Britada 1	R\$69,99	R\$8,66	



Treliza Pesada H8 12mt

por apenas **R\$ 29,99**
à vista | ou em 10x de R\$3,71



Laje Treliza Forro H8 c/ Capa 30cm

por apenas **R\$ 16,99**
à vista | ou em 10x de R\$2,10



Barra de Ferro CA 50 GERDAU 12 mt

	por apenas	à vista	ou em 10x de
3/16 - 4,2mm - 1,30kg	R\$3,99	R\$0,49	
1/4 - 6,3mm - 2,94kg	R\$9,99	R\$1,24	
5/16 - 8,0mm - 4,74kg	R\$15,99	R\$1,98	
3/8 - 10,0mm - 7,40kg	R\$23,99	R\$2,97	

Produtos com frete grátis até 10km do local da compra.

Acima dessa distância, consulte frete na loja.

CONSTRUÇÃO



Tubo Soldável TIGRE 3/4

por apenas

R\$ 13,99

à vista | ou em 10x de R\$1,73

Telha Eternit

	por apenas	à vista	ou em 10x de
4mm - 2,44x0,50mt	R\$10,99	R\$10,99	R\$1,36
5mm - 2,44x1,10mt	R\$34,99	R\$34,99	R\$4,31
6mm - 2,44x1,10mt	R\$41,99	R\$41,99	R\$5,19

Eternit



Porta Sanfonada BCF Bege, Branca ou Cinza

	por apenas	à vista	ou em 10x de
0,72 cm	R\$79,99	R\$79,99	R\$9,16
0,84 cm	R\$89,99	R\$89,99	R\$10,31



Tubo Esgoto TIGRE 4"

por apenas

R\$ 49,99

à vista | ou em 10x de R\$6,18

Celite

Conjunto Sanitário Celite Saveiro Branco

por apenas

R\$ 149,99

à vista | ou em 10x de R\$18,56

Forro de PVC 8mm Normatizado Branco REAL PVC Barra 4, 5, 6 e 7mt

por apenas **R\$ 12,29m²**



TIGRE

Caixa d'Água Polietileno TIGRE c/Tampa

	por apenas	à vista	ou em 10x de
310 lt	R\$109,99	R\$109,99	R\$13,61
500 lt	R\$139,99	R\$139,99	R\$17,32
1000 lt	R\$249,99	R\$249,99	R\$30,93

Acesse nosso site

www.redecaetano.com



CAETANO
Materiais p/ Construção

&

Ullian
portas e janelas

20 anos de parceria!



Porta de Abrir Lucasa Básica Laminada

Ref.: 1414-1E

1414-2D

por apenas

R\$269,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$30,93



Porta de Abrir Lucasa Básica Mista Basculante 2,15x0,85

Ref.: 1343-1E

1343-2D

por apenas

R\$314,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$36,08



Porta de Abrir Lucasa Básica Postigo Gr. Elo

Ref.: 1358-1E

1358-2D

por apenas

R\$379,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$43,53



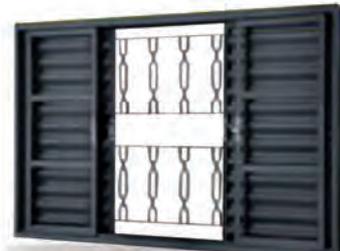
Vitrô de Correr Lucasa Básica c/Grade Elo

1,0x1,5 Ref. 3299-0

por apenas

R\$219,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$25,20



Veneziana de Correr Lucasa Básica c/Grade Elo

1,0x1,5 Ref. 2132-0

por apenas

R\$299,99

à vista em 3x | ou em 10x de R\$34,36

Fotos meramente ilustrativas. Não nos responsabilizamos por eventuais erros de impressão e reservamo-nos o direito de corrigi-las. Ofertas válidas por tempo limitado ou enquanto durarem nossos estoques. Não jogue este impresso em vias públicas. Mantenha a cidade limpa.



Trav. Romeu Picchi, 532
Tatuí - SP



Rua Juvenal de Campos, 293
Tatuí - SP



Rua Manoel de Lara, 295
Capela do Alto - SP



Rua Cel. Eugênio Mota, 985
Boituva - SP



Rua Cel. Eugênio Mota, 68
Boituva - SP



Rua Quintino Bocaiuva, 08A
Itapetininga - SP



Avenida Brasil, 105
Cerquilha - SP



Rua Onze de Agosto, 893
Tatuí - SP



Viagem de Formatura

É hora de se preparar e escolher o melhor destino

A viagem de formatura talvez seja o momento mais esperado dos jovens que estão no Ensino Fundamental e Médio, que além de celebrar as mudanças que ocorrem durante esta época, terão a oportunidade de fazer a primeira viagem na companhia dos amigos.

Fechar as notas no colégio, arrumar as malas, separar os documentos e preparar-se para uma aventura que, com certeza, ficará para sempre na memória, são os primeiros passos. Mas, antes disso, vale entrar em um acordo com a turma toda e escolher o melhor destino para seguir viagem.

Carolina Rodrigues da Costa, 18 anos, esteve em Porto Seguro, Bahia, e aconselha: “Não deixe essa chance passar. Às vezes, a gente acha besteira, mas é algo que fica marcado para sempre. É o fechamento de um ciclo da vida que não volta mais. Todos os dias, tenho saudades da semana da minha viagem”.

Apesar de não ter feito sua viagem com a sala toda, pois muitas pessoas não queriam ou não se animaram, a jovem resolveu viajar com duas amigas, através de uma agência de turismo. “O que ficou marcado foram os dias compartilhados com elas, as pessoas que conhecemos, as risadas e uma semana de muito sol na Bahia. Os clubes e a cidade histórica eram muito bonitos e interessantes, mas o que mais gostei foram as festas e as novas amizades que fizemos. Cada dia foi especial e único”, conta Carolina.

Já quem está na expectativa para a viagem de formatura é Guilherme Camargo Elmec, 14 anos: “Penso que será divertida e não esquecerei jamais”, anima-se o estudante, que acredita que, numa viagem entre amigos, os

laços de amizade poderão se estreitar e que é indispensável estar alegre e contente com sua viagem, além de manter o espírito preparado para muita ação.

Para Julia Camargo Mazzocchi, 14 anos, os dias ao lado dos amigos serão inesquecíveis, pois, para uma boa viagem, basta um bom lugar e ótimas amizades.

E por falar em coisas boas, Renata Elmec lembra que, em sua formatura do 9º ano, o destino escolhido foi um cruzeiro que saiu do Porto de Santos, seguiu para o Rio de Janeiro e Búzios. “O que eu mais gostei foi da oportunidade de fazer um cruzeiro pela segunda vez e ficar com meus amigos, além do fato de ter uma experiência diferente e perceber que os navios, definitivamente, não são a minha praia”.

Apesar disso, Renata dá algumas dicas: “Búzios é um lugar maravilhoso, cheio de lojinhas de praias, artesanatos, bons restaurantes e bares legais. Minha dica é sempre fazer o que tiver vontade, independente do que os outros digam. Se der vontade de nadar, nade, comer, coma, dormir, durma, ir à praia, faça! Viagem de Formatura, seja ela de 9º ano ou 3º ano (Ensino Médio), só acontece uma vez na vida, então, é sempre mais gostoso se você aproveitá-la ao máximo”.

Quanto ao destino escolhido, as praias brasileiras são sempre a primeira opção e os destinos mais procurados pelas turmas do colégio são: Florianópolis (belas praias, baladas e lanchonetes) e Porto Seguro (considerada a “capital da diversão” brasileira). Há também quem procure lugares fora do país, como Cancun e Bariloche. Bora fazer as malas e curtir, moçada!





A Antuérpia Turismo é a representante oficial da Forma Turismo em Tatuí e Boituva!

A Forma Turismo é uma empresa com anos de experiência em viagens de formatura e em geral. A empresa trabalha com diferentes roteiros que variam de acordo com a idade dos alunos, destinos e duração, porém, com toda a credibilidade, estrutura e experiência. Com a Forma Turismo, o aluno não é apenas um passageiro. Conte conosco para 2.014 e 2.015 nas suas viagens! Club Med, Bariloche, Cancun, Flórida e muito mais.



Informações
e reservas:



r. capitão lisboa, 684. tatuí sp



15 3205.7777 - 0800.771.5050



antuerpia.turismo



www.antuerpia.com.br



Na onda do Slackline

Basta uma fita e a diversão estará garantida

Uma mistura de adrenalina com equilíbrio resultou no Slackline, um esporte praticado em cima de uma fita elástica de 5 centímetros, fixada entre dois pontos. O objetivo? Trabalhar o corpo e a mente, exigindo equilíbrio, foco e concentração do praticante, permitindo caminhar, fazer manobras paradas na fita, manobras de giro e aéreas.

Considerado um esporte altamente viciante, o Slackline é praticado, normalmente, em parques, praças e praias, ou em algum lugar que tenha dois pontos fixos. Algumas academias também estão aderindo ao esporte, que trabalha com todos os membros do corpo, como pernas, braços e abdômen.

“Quando me perguntam se é difícil, costumo dizer que é mais difícil do que se parece e mais fácil do que se pensa”, afirma o sócio fundador do Slacker Brasil, Marcio Lopes de Oliveira, que pratica o Slackline há 2 anos.

Márcio, desde que subiu pela primeira vez na fita, não parou de praticar. “Um dia estava escutando um amigo falar sobre o esporte e resolvi experimentar. Logo de cara veio o primeiro desafio: ficar em pé numa corda que não para de balançar, depois atravessar a corda até a outra ponta e assim foram surgindo as outras barreiras, como cair sentado, de peito, de costas, mas é claro que a evolução vem com o tempo, pois assim como na vida, esse esporte é cheio de desafios, sendo que você tem de se concentrar e focar para alcançar as metas.

Para praticar o Slackline, alguns acessórios são indispensáveis, como uma fita de 25 milímetros (usadas no long, high ou water), 50 milímetros (mais usadas por iniciantes, trickline e waterline) de largura que pode variar o comprimento entre 10 e 30 metros no trick e no caso do long, a partir de 50 metros de ponta a ponta, além de uma catraca para tensionar a

fita e os protetores de árvores, para não machucar o tronco.

Também é necessário que os praticantes façam uso do backup, que nada mais é do que uma corda de segurança para a catraca (uma peça de metal bem pesada), que tensiona a fita, caso a mesma estoure.

No Slackline, há algumas modalidades, entre elas, Trickline: modalidade praticada em uma fita de 5 centímetros de largura, em que o atleta fica fazendo manobras estáticas, dinâmicas e aéreas, sendo que esta é a mais comum e mais vista nos parques e praças. O Waterline: modalidade praticada sobre a água, numa fita de 2,5, em que o atleta caminha na fita, ou de 5 centímetros, onde são feitas manobras e, ao invés de cair na grama, o atleta cai na água, o que deixa o esporte ainda mais divertido.

Há também o Longline, praticado com a fita de 2,5 centímetros, em que os praticantes esticam a fita por longas distâncias, deixando a fita menos tensionada. Esta modalidade exige mais concentração, foco e equilíbrio. As distâncias vão de 50 a 300 metros em média. Já o Highline usa os mesmos equipamentos do Longline e as mesmas distâncias, porém, a 30 metros de altura, podendo chegar a 200 ou 300 metros de altitude.

Marcio de Oliveira explica que o Slackline é indicado para pessoas de todas as idades. “Já ensinei crianças de 5 anos e pessoas com uma idade mais avançada, mas é claro que cada pessoa conhece seu próprio limite e, geralmente, as crianças não têm medo e já querem sair pulando e fazendo todas as coisas que viram os atletas fazendo instantes antes”.

O profissional explica que o equilíbrio na fita depende muito de cada pessoa; “em 2 horas já consegui me equilibrar na fita, dar uns passos e ter um pouco de controle, mas já vi pesso-

as que em 30 minutos conseguiram cruzar 15 metros de fita. Vai muito de você, da concentração e este é um esporte que requer paciência e dedicação”.

Como o Slackline é considerado um esporte, Marcio faz uma comparação: “sabe quando você vai à academia e sente aquelas dores musculares no dia seguinte? No Slackline também é assim, quando você começa a praticar, exige muito dos membros inferiores, ajudando a torner as pernas e glúteos, trabalhar o abdômen, e os membros superiores, braços e ombros, pois o corpo fica em movimento constante. Outro benefício é que esse esporte trabalha com a mente também, pois, para chegar à outra ponta da fita, é necessária muita concentração, ou seja, são benefícios físicos e psicológicos que ajudam no dia a dia do indivíduo”.

E se você está disposto a enfrentar os desafios que o Slackline propõe, também deve estar atento à montagem e desmontagem do kit de slack, que é composto por uma fita de 20 metros, que vem com um olhal em uma das pontas e uma catraca com um pedaço de 2 metros de fita, também com um olhal na ponta. “Depois de colocar os protetores, você usará o olhal das pontas para abraçar a árvore, passará a fita por dentro da catraca e, antes de começar a catracar, você tem que deixa-la pré-tensionada, senão não irá atingir a tensão necessária. Para desmontar, é só girar a catraca até o fim, que ela destensionará a fita”, explica Marcio Lopes de Oliveira.

Ao desmontar seu kit, é necessário ter muito cuidado, pois como a fita é como um elástico, quando a tensão é liberada, ela pode voltar de uma só vez no sentido de onde está amarrada e provocar um acidente.

Prático, leve e saudável, o Slackline é a mais nova tendência entre os esportistas de plantão.

Cuidar da pele com extratos da casca da maçã

Composto promete ajudar no fotoenvelhecimento e clareamento da pele

Muita gente esquece que devemos cuidar de nossa pele, tanto no inverno quanto no verão, e por esse “esquecimento” acabam aparecendo alguns problemas como manchas de sol por falta de proteção solar, pintas e sardas excessivas, além de um envelhecimento, muitas vezes, precoce pela falta de cuidados.



siológicos. Estas alterações ocorrem no organismo todo, inclusive na pele com o aparecimento das rugas, linhas de expressão, manchas e flacidez. “Com o aumento da expectativa de vida, houve um aumento da procura por alternativas que retardam o envelhecimento, aumentam a autoestima e, conseqüentemente, melhoram a qualidade de vida”, explica.

Mas, agora, existe uma novidade no mercado que promete revolucionar e acabar com esses problemas. É o Phloretin LM®, um composto flavonoide potente, extraído da casca da maçã. Ele promete combater as linhas finas de expressão e rugas;

proteger o DNA celular; promover a antielastase, trazendo tônus e brilho para a pele; aumentar a absorção de outros ativos fotoprotetores e antioxidantes; promover o clareamento e uniformidade da pele; e tratar do fotoenvelhecimento da pele sensibilizada e com eritema causado por raios UV.

Márcia explica que os tratamentos estéticos estão disponíveis justamente para auxiliar as pessoas a atingir seus objetivos. Com uma boa avaliação da pele com profissional qualificado é possível atingir resultados satisfatórios. “Como estamos próximos do verão, estação mais quente do ano, é necessário intensificar os cuidados com a pele, devido à exposição solar em piscinas e praias”. Conclui a esteticista.

Phloretin LM® consegue penetrar na pele e interagir com outros ativos antioxidantes naturais e sintéticos. Estudos clínicos demonstraram que Phloretin LM® atua em sinergia, potencializando a atividade antioxidante e ativos que promovem clareamento da pele como: ácido ferúlico, vitamina C e derivados.

Sabemos que, devido à imensa exposição aos radicais livres, devemos ter cuidado em dobro com nossa pele. Por isso, o uso dessa combinação deve ser contínuo para obter os melhores resultados. A melhor forma de utilizá-la é com o uso tópico em creme, sérum ou loção antes da proteção solar. Lembrando sempre que o uso de filtro solar é indispensável e nunca deve ser esquecido.

47

Morosit®
Sucesso absoluto!
Resultados comprovados!



PHLORETIN LM® + FERÚLICO

Os ativos utilizados nas melhores marcas de cosméticos importados, agora, disponíveis na linha de cosméticos Personal Pharma.

- . Reforça a estrutura da pele;
- . Corrige os sinais do envelhecimento;
- . Possui ação clareadora;
- . Possui ácido ferúlico, vitamina C e outros;
- . É eficaz contra os danos dos raios UV.

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

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



Biomassa de banana verde

O alimento funcional da moda

Descubra as razões para trocar de carboidrato

A biomassa de banana verde é um purê obtido a partir da fruta ainda verde. Parece estranho, mas não é: quase sem gosto, a massa é neutra e pode ser usada em receitas doces ou salgadas como um espessante.

A Biomassa é rica em vitamina A, B1, B2, minerais essenciais como fósforo, magnésio, potássio e sódio. “Uma das qualidades do alimento é a sua alta quantidade de um tipo de fibra chamado Amido Resiste, similar à fibra alimentar, desta forma, o consumo da Biomassa auxilia no adequado funcionamento intestinal, além de trazer outros benefícios ao nosso organismo, pois age na prevenção de doenças como diabetes, obesidade, colesterol e triglicérides.” Explica Donata Bimbatti, CRN 3-22.505, Nutricionista especialista em refeições balanceadas e dietas detox.

Segundo a nutricionista, não existe contraindicações para o consumo do alimento. “A Biomassa pode ser consumida por todos, desde crianças, gestante até idosos. É interessante introduzi-la no dia a dia, a sugestão de consumo é de 1 a 2 colheres de sopa por dia.” Conclui Donata.

Existem duas opções para consumir a biomassa de banana verde: você pode fazer a biomassa ou comprar pronta em lojas de produtos naturais, o que é bem mais prático — e mais eficaz, pois o produto apresenta melhor qualidade de fibras por ter um processo mais controlado. Mas, se você quiser preparar em casa, a nutricionista ensina o passo a passo:



RECEITA DA BIOMASSA

Ingredientes:

10 bananas nanicas bem verdes (optar pela banana natural; a que tem no supermercado já contém produtos para controlar amadurecimento)

Modo de preparo

- Corte 10 bananas nanicas pela ponta, sem deixar aparecer a polpa. Lave-as com casca, uma a uma, utilizando esponja com água e sabão e enxague bem.

- Ferva água suficiente para cobrir as bananas em uma panela de pressão de 7 litros. Coloque as bananas com casca na água fervente (para criar choque térmico).

- Tampe a panela e conte 8 minutos a partir do início da pressão da panela. Desligue e deixe as bananas cozinhando até o vapor escapar ou até 20 minutos de cocção.

- Ao término do cozimento, mantenha as bananas na água quente da panela.

- Vá aos poucos tirando a casca da polpa, que deve ser passada imediatamente no processador ou liquidificador. É importante que a polpa esteja bem quente, para não esfarinhar.

- Triture a polpa até ficar homogênea, adicionando água mineral suficiente para deixar virar um creme.

- Se não for utilizar imediatamente, guarde na geladeira por até 5 dias ou congele por até 3 meses em vasilhas de vidro ou na vasilha de gelo (tem de ser de plástico duro e novo, sem ranhuras para não haver contaminação de derivados de plástico ou micro-organismos).

DICAS IMPORTANTES

1 – Cuidado para não queimar o liquidificador: como é uma massa pesada, a dica é colocar junto com 5 bananas no liquidificador pelo menos 100ml de água mineral.

2 – Colocar para congelar em porções suficientes para acrescentar nas preparações. Para descongelar, utilizar um pouco de água para dissolver em panela aquecida em fogo brando.

3 – Para facilitar a limpeza da panela, após o processo, unte-a antes com óleo com auxílio de um papel toalha e também pode passar óleo após fazer a banana para que o resíduo saia com facilidade.



Clínica Koza

www.clinicakoza.com.br



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



TRATAMENTOS

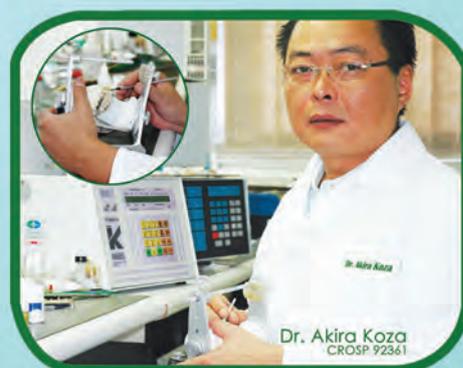
Implantes
Próteses
Facetas Laminadas
Lentes de Contato
Clínica Geral
Carga Imediata

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

Alimentos termogênicos: aceleradores do metabolismo



Descubra como ter uma vida mais saudável

O metabolismo é um processo bioquímico que transforma os nutrientes que consumimos em energia para manter o nosso organismo ativo.

O metabolismo retira dos alimentos as calorias necessárias para podermos viver, e o seu funcionamento, por muitas vezes, é determinado pelo fator genético. Por isso é necessário que ele funcione bem para manter uma boa saúde e atingir ou manter o peso ideal.

Embora uma parte seja determinada pelo fator genético, a outra parte é o resultado do estado de saúde e dos hábitos adquiridos durante a vida.

Fatores que aumentam o funcionamento do metabolismo:

- Fracionar as refeições, comer em 3 em 3 horas, realizar de 5-6 refeições ao dia, pois

um intervalo muito grande de uma refeição para outra torna o metabolismo mais lento por poupar mais energia.

- Ingerir mais água, pois quando deixamos de tomar água, o metabolismo se torna mais lento, reduzindo 5% do seu funcionamento.

- A prática de atividade física regular é um grande aliado ao funcionamento melhor do metabolismo, podendo aumentar 25% da taxa metabólica. Sendo necessária uma combinação de exercícios aeróbicos com anaeróbicos.

- Introduzir alimentos termogênicos nas suas refeições:

- Gengibre: aumenta o funcionamento de metabolismo mais de 10%, adicione nos chás, sucos, salada, sopas, água;

- Canela: possui cálcio mineral, ativa o me-

tabolismo basal e regula os níveis de açúcar no sangue. Pode-se consumir na forma de chá e acrescentar em preparações;

- Chá verde: possui catequinas e cafeína, que ativam o metabolismo.

- Guaraná em pó: possui cafeína, além de melhorar o gasto energético, tem também ação lipolítica;

- Chá de hibisco: aumenta a temperatura corporal durante a digestão, assim, acelerando o metabolismo;

- Pimenta vermelha: rica em capsaicina, substância que auxilia na lipólise, aumentando até 20% da taxa metabólica.

Roberta Lorenzetti Lourenço
Nutricionista - CRN 22509

CONECTE-SE COM A GENTE!

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

Implante com Carga Imediata Por que fazer?

Quem não pode esperar de três a seis meses para fazer um implante dentário tradicional, tem a opção de fazer o Implante com Carga Imediata, que é carregado, imediatamente, após a cirurgia, quer dizer, sem aguardar a osteointegração (cicatrização do implante) normal.

Segundo o Dr. Fabricio Gebrin, Cirurgião Dentista, não existe diferença na cirurgia entre um procedimento tradicional e o de carga imediata, porém o cirurgião-dentista especialista deverá analisar alguns fatores para colocar “carga” imediatamente após a cirurgia, como tipo de osso, local da cirurgia, travamento do implante, dentre outras. “Existem implantes mais específicos para a prática da “carga imediata”, porém todos os implantes podem ser

Procedimento é o ideal para quem procura a reposição rápida de dentes perdidos

carregados dentro das indicações corretas. Um planejamento prévio com tomografia computadorizada também pode auxiliar nesta decisão”, conclui.

Os implantes com carga imediata são um grande passo dentro da área de implantes dentários e, por isso, muito difundidos, atualmente. Mas, infelizmente, esse procedimento ainda não pode ser aplicado para todos os pacientes. Porém, o risco e con-

traindicações são as mesmas dos implantes convencionais. Seguindo todos os quesitos de indicação, a diferença estatística de perda de implante entre normais e com “carga imediata” não são maiores que 2%.

“A grande vantagem, sem dúvida nenhuma, é pelo fato de o paciente já sair com a prótese na boca, seja ela provisória ou definitiva, no mesmo dia em que realiza a cirurgia. Mas vale lembrar novamente que não é indicado para todos os casos e pacientes, e que o especialista é quem deve tomar essa decisão”, conclui Dr. Fabricio.

Quando fizer sua consulta para colocação de implantes dentários, converse com o seu dentista, tire as suas dúvidas, afinal, independente do procedimento escolhido, o importante é ter a saúde bucal em ordem.



ODONTOLOGIA
VITALITA

Trate-se com quem é especialista no que faz.

CROSP:82874





10 anos
Reconstruindo
Sorrisos

Especialistas em:
Dentística
Endodontia
Implantodontia
Odontopediatria
Ortodontia
Prótese Dentária

Antes *Ortodontia*



Depois



Dra. Ana Paula Miranda

Antes



Depois



Dr. Fabricio L. Gebrin

Antes



Depois



Dr. Fabricio L. Gebrin

Antes *Ortodontia*



Depois



Av. Dr. Sales Gomes, 101 - Centro - Tatuí - SP - Telefones: (15) 3259-6390/3259-7922

Horta

Como cultivar uma em casa?

Dicas para conseguir montar, com sucesso, uma horta na sua casa ou apartamento.

Comer verduras e legumes colhidos na hora não é privilégio de quem mora na área rural. Aliás, já não é também somente de quem mora em casas e tem grandes espaços. Com um pouco de criatividade e cuidado, é possível ter sua própria horta em qualquer lugar que desejar.

Apesar de ser possível fazer em todos os tipos de casas e apartamentos, é preciso ficar atento e tomar alguns cuidados na hora de montá-la.

Em grandes espaços, o ideal é plantar a horta em locais como jardins, que não precisam ser grandes. Canteiros com dois metros de comprimento por um metro de largura ficam proporcionais. Para formar os canteiros, você pode cercá-lo com tijolos aparentes ou colocar pedriscos entre eles.

Para pequenas áreas, as jardineiras de

cimento são mais adequadas. Os modelos ideais são aqueles com profundidade e largura mínimas de 30 cm e capazes de drenar o excesso de água, assim, você evita o excesso de umidade que pode apodrecer as raízes. Em geral, as hortas podem ser feitas em qualquer lugar, de pequenos vasos a grandes canteiros. O que muda são as espécies a serem utilizadas.

O ideal é regar uma vez por dia, logo no início da manhã ou no fim da tarde. A terra não pode ficar totalmente seca. No caso de apartamento, se você mora em andares mais altos, irrigue mais, pois o vento resseca mais o solo. O indicado também é colocar adubo a cada 40 dias. Pode ser adubo orgânico ou húmus de minhoca. Também vale lembrar: não retire as folhas secas que caem na terra - elas também servem como adubo.

Não plante muitas mudas diferentes no

mesmo canteiro. Junte as que têm necessidades parecidas, como os temperos (salsinha e cebolinha; alecrim e manjeriço) ou legumes (cenoura e beterraba) da mesma família.

O que plantar?

Grandes espaços (sítios e jardins)

Abobrinha, alecrim, berinjela, boldo, brócolis, chicória, couve, couve-flor, ervilha-torta, espinafre, melissa, milho, pimenta, quiabo, repolho, salsão, sálvia, tomate e vagem.

Pequenos espaços (varandas de apartamentos e quintais de casa)

Agrião, alface, almeirão, beterraba, capim-limão, cebolinha, cenoura, coentro, endro, estragão, hortelã, manjeriço, manjerona, orégano, rabanete, rúcula, salsinha e tomilho.



ALEIXO MINERAÇÃO
Produzindo Qualidade, para você economizar

AREIA VENDAS DE 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 | alexomineracao@ig.com.br



Cultura



Os desafios da

É inacreditável, mas em meio a tanto progresso, inovações tecnológicas e descobertas, ainda existem 12,9 milhões de analfabetos com 15 anos ou mais, levando o Brasil a ocupar o oitavo lugar no ranking de país do mundo com maior taxa de analfabetismo entre adultos, segundo dados do 11º Relatório de Monitoramento Global de Educação para Todos.

Porém, antes de falarmos sobre os desafios enfrentados em sala de aula e no sistema, devemos, primeiramente, elucidar sobre o que é, como se dá o processo de alfabetização e a postura do professor.

Segundo o dicionário Aurélio, alfabetizar é ensinar a ler e a escrever ou dar instrução primária. Mas sabemos que alfabetizar vai muito além disso, e nesta tarefa, a linguagem é uma fiel aliada dos educadores neste processo de ensino e aprendizagem.

Para a pedagoga especializada em Psicopedagogia Clínica e Institucional, Kátia Roberta Pacheco, falar de alfabetização é um tanto complexo até mesmo pela diversidade de métodos utilizados, e ainda devido às dificuldades de aprendizagem dos alunos, reprovações e evasão escolar. “Assim, a alfabetização caracteriza-se por uma fase muito importante no desenvolvimento do aluno, sendo a base para conhecimentos futuros e é o processo em que o aluno se apropria do ensino e da aprendizagem. Alfabetizar é possibilitar que o aluno tenha conhecimento não só das letras, mas, sobretudo, do significado, a fim de compreender o que está escrito, pois, mediante aquisição e produção de conhecimento, são obtidas outras formas de linguagem”, discorre a profissional.

É importante proporcionar ao aluno o contato com diversos tipos de leitura, seja ela de qualquer texto e gravuras, fazendo com que desperte sua imaginação e criatividade. Portanto, o processo de alfabetização só ocorrerá quando o aluno souber ler, escrever, interpretar e elaborar produções de texto simples ou complexo, com eficiência e qualidade.

Kátia explica que esse processo tem seu início na alfabetização e estende-se por toda a vida, pois a alfabetização não se esgota na

Como contornar e enfrentar cada etapa desse processo

aprendizagem da escrita, leitura, matemática, pois abrange todas as linguagens, por isso que o papel do professor alfabetizador é de extrema importância.

Entre as etapas de alfabetização, é possível destacar algumas, entre elas, o Primeiro Desafio: Aprender para Ensinar. Nesta busca constante por novos métodos e práticas pedagógicas, o professor tem visto a alfabetização como uma fase distinta, que requer mais conhecimentos específicos na área e é claro que, além dos conhecimen-

tos básicos, o alfabetizador precisa de outros dons para se sair bem. “Ele deve ter respeito pelos alunos, evitar o papel de cúmplice de um sistema interessado em manter esmagada uma grande parte do seu povo, confiar na capacidade de desenvolvimento dos alunos e ter criatividade, inventividade, iniciativa, combatividade e fé em sua capacidade de tornar este mundo melhor”, acredita Kátia Pacheco.

O professor necessita rever, visitar, refletir sua prática, a fim de possibilitar a aprendizagem, pois são vários os fatores que influenciam nesse processo, entre eles a diversidade presente na sala de aula. Na verdade, os desafios são importantes para amadurecer em uma prática inovadora e transformadora,



Alfabetização

são eles que oferecerão ao professor subsídios para a construção do fazer escolar cotidiano.

O segundo desafio é o Apoio. Nos dias atuais, a sociedade tem atribuído ao professor a grande responsabilidade de sanar as carências intelectuais dos alunos e evitar que estes sejam futuros analfabetos funcionais. Sabemos que são atribuídos ao professor alfabetizador a responsabilidade de alfabetizar e letrar o aluno, e resultados são exigidos dele por este trabalho. Porém, o professor não desenvolverá um bom trabalho sozinho e desamparado, mas necessitará de apoio pedagógico e da família.

É tempo de atitudes conjuntas que visem

restaurar os laços de companheirismo e respeito mútuo no objetivo de expandir e contribuir para uma educação qualitativa.

Outro desafio bem pertinente é o índice de indisciplina na escola atual, o que é bem assustador. “Para reverter esse quadro faz-se necessária a implantação de ações que sensibilize o educando no respeito por normas e regras. O aluno, através dessas medidas, deverá aprender o verdadeiro sentido da cidadania e dos valores morais, que irão refletir na sua formação social e ética”, afirma a educadora.

São necessárias mudanças de mentalidade e muita esperança para que as coisas melhorem. A tarefa é árdua, cabe aos professores mediar essas mudanças, pois é na escola que tudo acontece e onde todas as diversidades prevalecem.

No quarto desafio, ficam as dificuldades de aprendizagem. Estas dificuldades podem ocorrer por inúmeros fatores orgânicos ou emocionais que acabam sendo descobertos nas salas de aula por professores atentos e preocupados com o desenvolvimento de seus alunos. Devemos compreender que o papel do alfabetizador não é transferir conteúdos, mas, sim, dividir e construir saberes e oferecer aos alunos com dificuldades de aprendizagem conhecimentos contextualizados e prazerosos.

O quinto desafio está no ensino fundamental de nove anos: Referindo-se às dificuldades encontradas em sala de aula, sobre o ensino fundamental de nove anos, a criança tem de se alfabetizar até o terceiro ano. “Então, eles estão passando no primeiro ano, e no segundo (não podemos reprovar), assim, muitos chegam, ao terceiro ano, analfabetos. Isso tem ocasionado uma grande confusão, pois as nomenclaturas das séries continuam as mesmas, porém, na prática, é diferente, pois se percebe a falta de maturidade para se dar ao processo de alfabetização. A alfabetização e a aprendizagem dos alunos ocorrem de forma processual e efetiva durante o primeiro, segundo e o terceiro ano”, explica Kátia.

De acordo com Seber (2009, p. 26), “o ritmo próprio de cada criança para apren-

der pode variar tanto quanto a qualidade das estimulações propiciadas pelo meio social em que ela cresce.” O professor precisa, então, buscar novas metodologias e teorias que deem conta de tal diversidade em sala de aula, caso contrário, as dificuldades vivenciadas pelos alunos na alfabetização se arrastarão durante toda vida escolar, ou seja, dos anos iniciais até o ensino médio.

E por falar em dificuldades e desafios, com o ritmo acelerado em que as informações e novas tecnologias chegam, a escrita tradicional, com lápis e papel, acabou sendo deixada de lado. Atualmente, é muito mais fácil e rápido, digitar em celulares, computadores ou tablets.

Mas, se quiser aprender alguma coisa, anote à mão, pois cientistas da Noruega constataram que quem escreve uma informação à mão se lembra mais dela do que se tivesse apenas digitado. A explicação é que a escrita manual demanda mais esforço e concentração do cérebro, favorecendo o processo de aprendizagem, além do que, escrever é mais que um processo mental, é também um processo físico, que exige habilidades visuais, táteis e cinestésicas específicas. As diferentes habilidades envolvidas na escrita à mão, opostas à digitação, exigem habilidades cognitivas diferentes e resultam em diferentes composições.

Além de estar mais atento, a escrita à mão exige que cada indivíduo domine a língua em que escreve, sem contar com a ajuda de corretores ortográficos.

Ler, escrever e aprender são alguns desafios constantes e ferramentas indispensáveis para quem busca o saber.

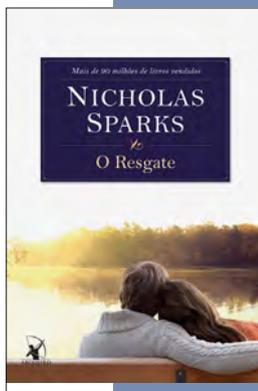


RECOMENDADO

O RESGATE

AUTOR: Nicholas Sparks

EDITORA: Arqueiro

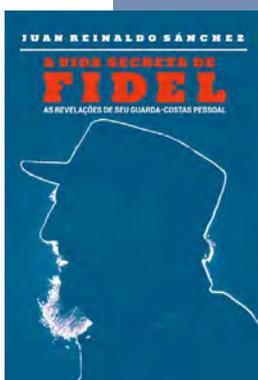


Taylor McAden é voluntário do corpo de bombeiros da pequena Edenton. Numa noite de tempestade, enquanto sinalizava postes de energia caídos, Taylor encontra um carro batido na beira da estrada. Assim que recobra os sentidos, Denise, a motorista, pergunta pelo filho. Durante a busca pelo garoto, Denise se surpreende ao ver que está diante de um homem capaz de abrir mão da própria vida para salvar uma criança. E o que Taylor nem imagina é que esse resgate será muito diferente de todos os que ele já fez, pois exigirá mais do que coragem e força física e talvez possa levá-lo à própria salvação.

A VIDA SECRETA DE FIDEL

AUTOR: Juan Reinaldo Sánchez

EDITORA: Paralela



Poucos estiveram tão perto ou souberam da vida do líder máximo de Cuba quanto Juan Reinaldo Sánchez, seu guarda-costas pessoal. Ao longo de dezessete anos, ele foi responsável pela segurança de Fidel, mas também testemunha de seus relacionamentos, de sua vida em família, de suas estratégias políticas, entre outras tantas coisas. Em parceria com Axel Gylden, repórter da revista francesa L'Express, Sánchez nos revela segredos de Estado e as múltiplas faces do ditador cubano, a partir de fatos que presenciou e que expõe sem julgamentos.

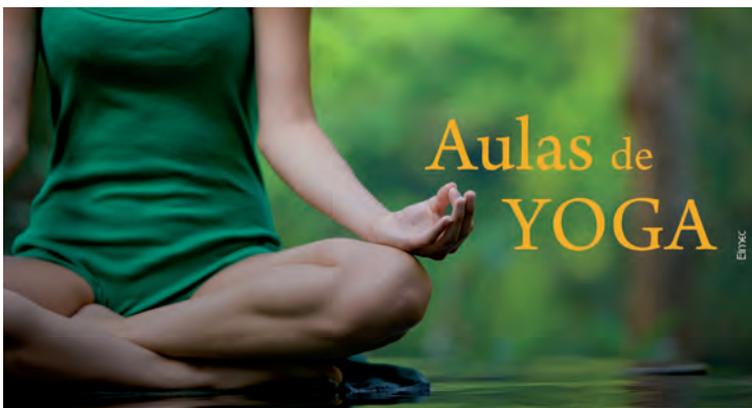
NÃO SE APEGA, NÃO

AUTOR: Isabela Freitas

EDITORA: Intrínseca



Tudo começa com um ponto-final: a decisão de terminar um namoro de dois anos com Gustavo. As amigas acharam que Isabela tinha enlouquecido, porque, afinal de contas, eles formavam um casal PER-FEI-TO! Parece fácil, mas atrapalhada do jeito que é, Isabela precisa, primeiro, lidar com o assédio de um primo gostosão, das tentações da balada e, principalmente, entender que o príncipe encantado é artigo em falta no mercado.



Informações: (15) 3251-8417
Praça Paulo Setubal, 22 Galeria Del Fante - sala 7 - Tatuí/SP
fastairetatui@gmail.com - www.fredastairetatui.com.br

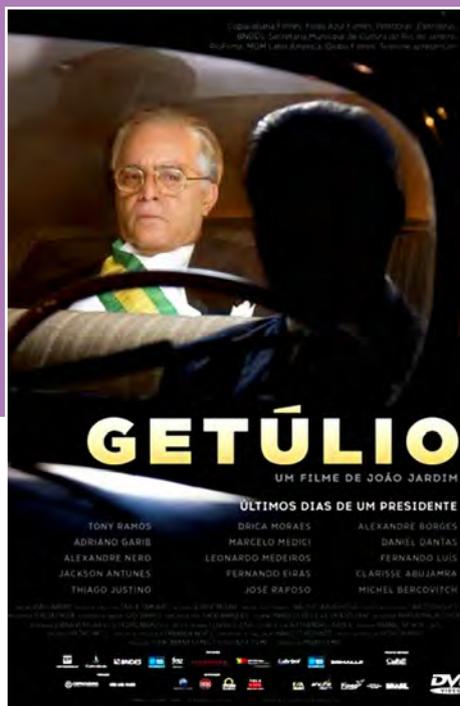


Praça Cesário Mota, 140, Jd. Junqueira, Tatuí
(15) 3305-1138 - facebook.com/pequeninastrajeseacessorios



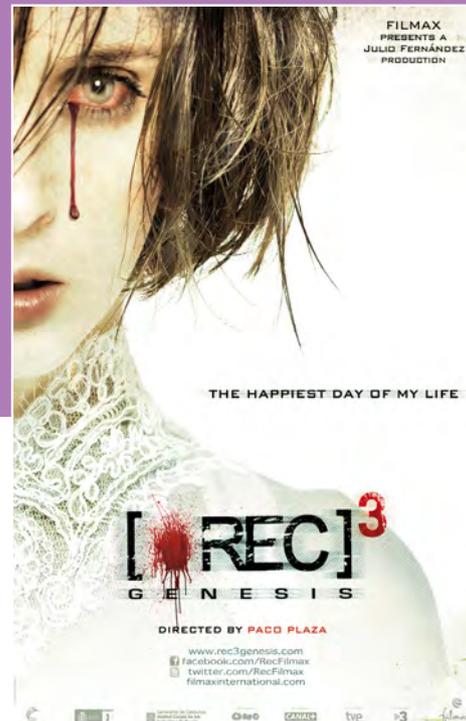
NÃO ACEITAMOS DEVOLUÇÕES

Valentin sempre levou uma vida des-preocupada no México, saindo com várias mulheres e alternando entre pequenos trabalhos. Um dia, uma mulher bate à sua porta e lhe deixa um bebê, dizendo ser sua filha. Apesar da surpresa inicial, Valentin se muda para os Estados Unidos e cria a pequena Maggie durante vários anos, tornando-se um homem responsável e encontrando um emprego fixo como dublê em filmes de ação. Seis anos mais tarde, a mãe de Maggie reaparece, com a intenção de levar a filha de volta com ela. Uma linda comédia com os atores Andrés Vázquez, Hugo Stiglitz, Eugenio Derbez, Leia Freitas, Ângela Moreno, Gilda Gentile, Nancy Taira. Moreno, Gilda Gentile, Nancy Taira.



GETÚLIO

Baseado em fatos reais, narra a conspiração político-militar que culminou no suicídio de Getúlio Vargas, Presidente da República, em 1954. O filme percorre a intimidade dos 19 últimos dias da vida de Getúlio, período em que ele fica isolado no Palácio do Catete, enquanto seus opositores o acusam de ser o mandante do atentado contra o jornalista Carlos Lacerda, onde morreu o Major Vaz. O longa-metragem encontra emoção e entretenimento nos acontecimentos que levaram o presidente a dar um tiro no coração sozinho em seu quarto. Filme brasileiro de João Jardim.



GÊNESIS

A infecção está oficialmente fora do prédio. E atinge diretamente a festa de casamento de um inocente casal, os convidados começam a mostrar sinais claros de uma terrível doença. Uma doença que os faz perderem a consciência, e sentirem uma incontrolável sede de sangue. Continuação direta dos dois primeiros filmes, reunindo as duas tramas e preparando o fã para o quarto filme. Este será o primeiro filme da franquia a ser lançado pela Fox Searchlight Pictures da América do Norte, empresa detentora dos direitos autorais do filme depois de comprá-los em 2011. Muito drama e suspense com os atores Leticia Dolera, Diego Martin e direção de Paco Plaza.

GALAXIA BRINQUEDOS Brincar faz bem, e toda criança gosta.

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

M **COLEGIO Presbiteriano**
Sistema Mackenzie de Ensino

MOSTRANDO O CAMINHO CERTO PARA O FUTURO.

Rua Monsenhor Silvestre Murari, 90 - Dr. Laurindo - Tatui/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

Neste mês de setembro, nós, da revista Hadar, recebemos os desenhos do pequeno Matheus de Campos Camargo de apenas 7 anos de idade. Matheus mora na cidade de Tatuí e está no 2º ano do Ensino Fundamental, no Colégio Bem Me Quer Positivo. Além de se dedicar aos estudos, nosso garoto adora brincar, andar de bicicleta, jogar vídeo game, e praticar esportes como Futebol, Tênis e Judô, e torce pelo Corinthians, seu time do coração. Virgínia, mãe de Matheus, diz que a paixão dele é o desenho, ele faz aulas com o professor Deivid e é um menino muito dedicado em tudo que faz.

Parabéns, Matheus, você é um exemplo de criança!



DICAS DOMÉSTICAS

Laceie seus sapatos de uma maneira fácil e rápida:

Passo 1 – Vista meias grossas e, depois, coloque o sapato.

Passo 2 – Passe o secador, por alguns minutos, nas partes em que o sapato está apertando.

Passo 3 – Continue usando as meias e o sapato enquanto esfria.

Passo 4 – Faça o teste. Repita o processo se você perceber que eles não lacearam o suficiente.

Você sabia?

Previsão para o signo de Virgem 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 Virgem (de 23 de agosto a 22 de setembro).

Com Netuno em Peixes fazendo oposição ao seu Sol, os virginianos, nascidos do primeiro decanato (23 de agosto a 02 de setembro), precisam atentar mais ao que comem e a qualquer medicação que precisem tomar, devido a possíveis quadros de alergia e de intoxicação alimentar. A influência de Netuno não só mexe com a condição física e emocional, como também os deixam mais sensíveis e confusos. Pode parecer que as pessoas não vejam e percebam claramente esses efeitos, e que eles não consigam comunicar aquilo que desejam, porém não se preocupe, esse efeito é parte de um lento processo de mudança pelo qual está passando, no qual existe uma gradual dissolução de antigas crenças, princípios e valores para dar lugar a algo novo. Esta posição de Netuno é importante, portanto, tomar cuidado com fanatismos de todo tipo, inclusive religiosos, e prestar atenção às pessoas falsas em toda e qualquer área de suas vidas. Para aqueles que trabalham com arte, no entanto, essa é uma influência favorável, que deve ser aproveitada para representar os sonhos dos outros.

Já os nativos do segundo decanato (de 03 a 12 de setembro) estão em processo de crescimento e consolidação das conquistas feitas. Plutão em Capricórnio sugere um maior compromisso com a carreira e

CURIOSIDADES

Gelatina

Sabe de onde ela é extraída

Você gosta de comer gelatina? Sabia que ela é feita de uma proteína animal chamada colágeno, tirada quase sempre do couro do boi?

Então, é isso mesmo, do couro do boi à mesa! O processo inicia-se com a preparação das raspas da pele e, depois, vêm as etapas de extração, filtragem, concentração, esterilização, secagem e moagem.

Após, vira um pó incolor, aplicado não só na indústria de alimentos, como na farmacêutica entre outras. Para fabricar a gelatina consumida como sobremesa, esse pó é acrescido de aromatizantes, corantes e açúcar ou adoçante. A transformação do pó em alimento, já em casa, se dá através da hidratação das cadeias de moléculas de proteína e da retenção da água pela formação de ligações entre essas cadeias.

A hidratação da gelatina ocorre quando ela é dissolvida em água quente. Assim, as moléculas de água conseguem penetrar no interior da cadeia de moléculas de proteína. Com o resfriamento, as moléculas de água são aprisionadas e o líquido solidifica, formando a gelatina que você consome em sua casa, caro leitor! E fala sério, é uma delícia, não é? Com ela podemos preparar deliciosas sobremesas!

MINUTO DE REFLEXÃO

“Felicidade é nada mais que boa saúde e memória ruim”.

Albert Schweitzer

Marmelo

Conheça os vários benefícios desse fruto

Sabia que o marmelo pode ajudar a curar uma tosse irritante? Isso mesmo! Ele é um fruto com excelentes propriedades medicinais, sendo por isso utilizado contra a tosse e a diarreia, mas também como fortalecedor do aparelho digestivo.

Esse fruto possui um formato semelhante ao da pera, possui uma coloração amarelo-dourado, característica que faz com que o marmelo seja conhecido como “pomo dourado”. Sua polpa é rígida e muito aromática. É um fruto muito rico em água, vitaminas C e pectinas e é próprio dos meses de setembro a novembro.

um aprofundamento da sua ambição e dedicação profissional, o que, provavelmente, trará frutos no futuro. O apoio de Júpiter em Câncer e Saturno em Escorpião garante um crescimento moderado, porém com bases firmes, o que facilita o alcance dos seus objetivos.

Para os que têm o Sol em Virgem no terceiro decanato (de 13 de setembro a 22 de setembro) não há nenhum trânsito planetário lento que seja muito significativo, mas certamente há muitos outros pontos astrológicos importantes que só podem ser verificados através de uma consulta astrológica individual.

Já para os nascidos com Ascendente em Virgem, Netuno em Peixes em trânsito pela casa 7 do seu mapa pede cuidado com as pessoas com as quais se relacionam este ano. Relacionamentos atuais podem entrar em um processo lento de dissolução, nos quais mentiras podem vir à tona. Novos relacionamentos ficam contraindicados, já que, neste momento, você está mais inclinado a idealizar as pessoas que entrarem em sua vida agora. A menos que tais pessoas sejam envolvidas com as artes ou com a espiritualidade, o melhor é desconfiar de tudo que lhe parecer muito bom, perfeito ou mágico, porque embarcar nessa ilusão agora é a receita certa para desilusão em algum momento dos próximos três anos, por isso, todo o cuidado é pouco!

Também, por ser um fruto com apenas 39 calorias, é recomendado às pessoas com restrições alimentares, como, por exemplo, excesso de peso, diabetes entre outras. Suas sementes, cozidas em forma de chá, podem ser utilizadas em inflamações cutâneas, queimaduras e hemorroidas.

Já o xarope funciona como uma bebida digestiva e ligeiramente adstringente, além de auxiliar na diminuição das dores, e também ajuda a parar hemorragias.

O marmelo, quando cozido, é indicado contra a diarreia infantil. As flores da árvore do marmeleiro são comestíveis e podem ser utilizadas em saladas e na decoração de diversos pratos.

Ele é natural do Cáucaso, uma região montanhosa, localizada na Ásia Ocidental entre os mares Cáspio e Negro. É uma

planta típica de climas temperados, sendo bastante exigente em tratamentos culturais. Segundo pesquisas, aqui, no Brasil, essa planta foi introduzida em 1532, por Martim Afonso de Souza, tendo sido, inclusive, o primeiro produto de exportação paulista, antes mesmo do café.

Atualmente, os maiores produtores desta fruta são: Turquia, China, Marrocos, Argentina, Irã, Peru, Uruguai e Chile. No Brasil, o maior produtor é o Estado de Minas Gerais, seguido pelo Rio Grande do Sul.



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

“O ruim não é ter um inimigo. O ruim é não saber o que o inimigo quer da gente.”

Antonio Nóbrega, músico, dançarino e coreógrafo ao Jornal O Valor Econômico.

“Não estou legalizando (a maconha); estou regulando um mercado que já existe, para que não cresça mais. No fundo estou lutando contra isso por um caminho mais inteligente.”

José Mujica, presidente do Uruguai, falando ao canal alemão Deutsche Welle.

MINUTO DE SABEDORIA

Que tamanho tem o universo?
O universo tem o tamanho do seu mundo.
Que tamanho tem o meu mundo?
Tem o tamanho dos seus sonhos.

Augusto Cury

Conservatório de Tatuí recebe Encontro Internacional de Saxofonistas

Primeiro evento acadêmico dedicado exclusivamente ao instrumento atrai muitos estrangeiros

A cidade de Tatuí está acostumada com a decorrente musicalidade que corre por suas ruas e, principalmente, pelos arredores de seu conservatório de música. Porém, agosto foi especial, pois aconteceu o 6º Encontro Internacional de Saxofonistas, que faz parte das comemorações dos 60 anos da famosa entidade de música.

Recebendo instrumentistas do mundo inteiro, o evento teve mais uma edição, que começou em 2004 como o pioneiro na América Latina a reunir saxofonistas estudantes, profissionais, amadores, oriundos de diversos países e dos mais variados estados brasileiros para aprender e celebrar a musicalidade do saxofone.

Para Maria Bragança, saxofonista de Minas Gerais, apesar de ter estudado o instrumento durante muitos anos na Alemanha e tam-

bém no Brasil, ser convidada para participar de um evento como esse em um conservatório de tanto prestígio é uma honra, pois a diversidade de estilos e culturas é grandiosa. “Eu mesma irei tocar algumas obras em jazz europeu e muita música popular brasileira. Essa é a beleza da música, a diversidade”, explica.

O evento foi composto basicamente por atividades artísticas e pedagógicas. As atividades artísticas foram concertos, shows, recitais, mostras, onde foi possível ver muitos saxofonistas tocando músicas de diversos estilos musicais e explorando a diversidade musical do saxofone. As atividades pedagógicas foram workshops, palestras e master-classes.

A ALASAX, Associação Latino Americana de Saxofonistas, realizou, neste 6º encon-

tro, o primeiro evento acadêmico dedicado exclusivamente ao instrumento. E segundo os coordenadores do evento, não há dúvidas de que os frutos deste congresso perdurarão na formação de todos os presentes e contribuirão para a contínua solidificação da seriedade com que se encara o saxofone no Brasil e no mundo.



Sem tempo e com problemas elétricos?

S.O.S.
ELETRICISTA

ADINALDO CAMARGO
ELETRICISTA

Atendimento Residencial

Somente nos finais de semana.

(15) 99620-7952/99832-2931/99749-8247

facebook.com/adinaldo.camargo

A Semente do Tempo

Como você o tem usado?

Cada país tem sua própria moeda e ela é que diferencia os povos ricos dos povos pobres. Não existe colheita mais rica – ou mais miserável – do que aquela que brota da semente do TEMPO. No planeta Terra, existe uma só moeda, e é somente ela que torna todas as pessoas iguais. O dia dos milionários tem 24 horas; o dia dos miseráveis também; o dia dos idosos tem 24 horas; o dia das crianças também. Deus entrega, a cada pessoa e a cada dia, 24 horas inteiras, para serem usadas como cada uma delas desejar. Todos os seres humanos vivos recebem A MESMA QUANTIDADE DE TEMPO, mas o que o eles fazem com esse tempo é que define quem serão os fortes e os fracos, os ricos e os pobres, os alegres e os tristes, os extraordinários e os ordinários – e as águias e os vermes. O TEMPO é uma das mais poderosas sementes! Você já percebeu como os imbecis semeiam o tempo? Para decrescer e falecer. E você já percebeu como os excelentes semeiam o tempo? Para crescer e aprender. Visite uma favela qualquer e veja como as pessoas de lá usam o tempo; depois, visite uma empresa próspera e veja como as pessoas usam o tempo. Só o uso correto da semente do tempo levará você aos píncaros da felicidade. Como você tem usado seu tempo de vida? Semeie essa poderosa semente com sabedoria todos os dias. Vigie seu viver diário! O que você tem semeado em sua vida? O que você tem semeado na vida das pessoas ao seu redor? A forma como você encara e respeita o tempo é uma profecia sobre o seu Futuro na área financeira. Use seu tempo com sabedoria e você gerará Milagres. Falta apenas um dia para amanhã. “Tudo tem o seu tempo determinado, e há tempo para todo o propósito debaixo do céu. Há tempo de nascer, e tempo de morrer; tempo de plantar, e tempo de arrancar o que se plantou; tempo de matar, e tempo de curar; tempo de derrubar, e tempo de edificar...”

61

Ivan Maia
Treinador Emocional
ivan@ivanmaia.com.br

IRMÃOS TATU
O negócio é cavocar

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

Solicite um orçamento!

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

CREPÚSCULO DO AMOR

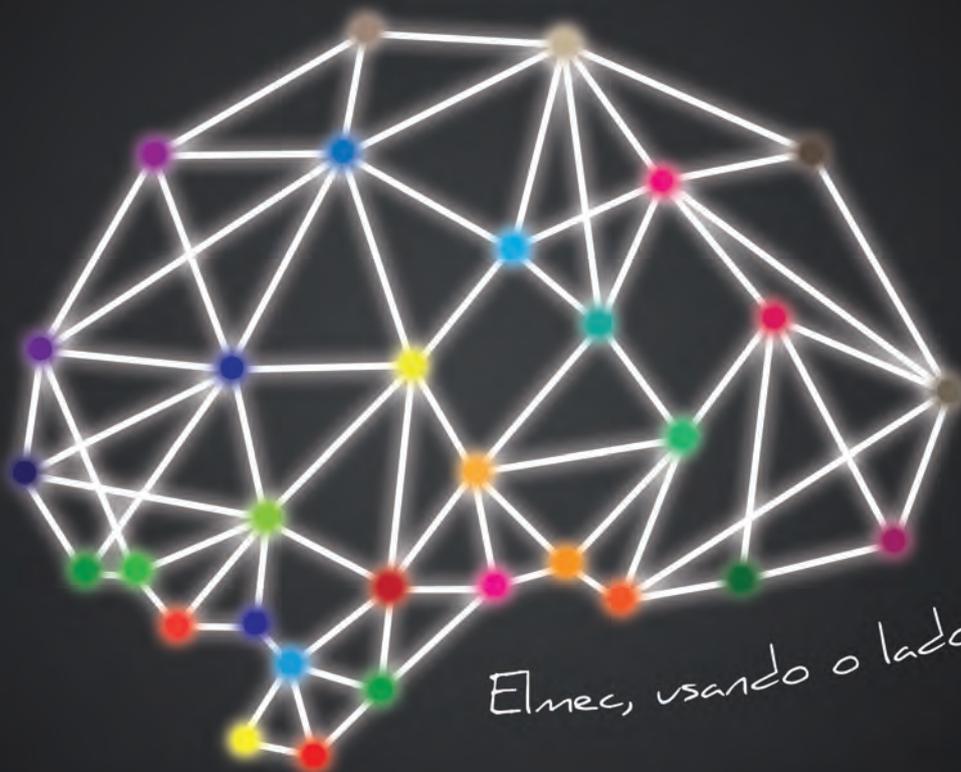
A tristeza em meu peito fez seu trono...
Luz que me alegra, já não mais te vejo!
Padeço, não consigo mais ter sono,
És meu infinito amor, louco desejo!

Caminho só. Na estrada do abandono
Consigo ver-te em "rútilos lampejos".
Do meu coração és o único dono...
Lembrança dos teus mornos, doces beijos.

Meu coração é rio de saudade!
Minh'alma machucaste com tal jeito,
Tornando a vida eterna tempestade.

Essa agonia funda bate em mim,
Restando apenas dor, sonho desfeito.
Apaga, querido, essa dor sem fim!

*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*



Elmec, usando o lado direito das ideias!



universo

Teen

Secret

Um aplicativo nada secreto

Por trás da tela de um computador ou celular, é possível ser fulano, ciclano ou beltrano. Muitas vezes, ou melhor, na maioria delas, quem usa a internet não revela sua real identidade, seja para privar-se ou até mesmo para ofender alguém, sem que ninguém saiba.

Principal assunto do momento é o aplicativo Secret, que permite que seus usuários postem mensagens ou fotos e comentem outras, lançadas por outros indivíduos que a integram, sempre de forma anônima, sem qualquer restrição quanto sobre o conteúdo dos textos.

Como um rastilho de pólvora, o Secret ganhou fãz em uma velocidade surpreendente, com a ideia de que todos podem dizer o que pensam e o que sentem, sem qualquer identificação.

Por assegurar o anonimato dos usuários, o Secret bombou na internet, pois, diariamente, milhares de fotos pornográficas e frases maldosas eram lançadas, além de comentários para lá de indiscretos e casos de bullying.

Segundo o advogado Lucas Américo Gaiotto, (OAB- 317.965), é importante dizer que não há qualquer obrigação em filiar-se à rede social. “Quem quiser ser usuário, que seja. Quem não quiser, não o seja. A liberdade, pelo menos aqui, ainda está garantida. As consequências jurídicas se iniciam a partir do uso indevido do aplicativo. O artigo 5º, inciso IV, da Constituição Federal, veda manifestações anônimas, sob o seguinte texto: ‘É livre a manifestação do pensamento, sendo vedado o anonimato’”.

Para Gaiotto, independentemente das di-

versas opiniões doutrinárias existentes sobre o alcance desse anonimato, certo é que ele não pode ser utilizado como subterfúgio para a prática de ilícitos. Não se pode aceitar que pessoas, sob o manto da “invisibilidade”, pratiquem os mais variados delitos, transmitindo assuntos que violem os direitos subjetivos das outras, como a imagem, a honra, a reputação e a privacidade.

E o profissional ainda completa: “Engana-se quem acredita no completo anonimato. O usuário só será anônimo para os outros que integram a rede social. As informações cadastrais, de cada um dos que utilizam o aplicativo, poderão ser fornecidas e escancaradas em caso de determinação judicial.

Porém, desde o final do mês de agosto, o aplicativo não podia mais ser baixado. Apesar de continuar disponível na lista de APP, ao tentar fazer o download, o usuário receberá uma mensagem de indisponibilidade do item.

Portanto, é bom lembrar que não existem duas realidades: uma real e a outra virtual. “Aquele que pensa que o anonimato garantido pelo Secret permitirá que o agente se veja impune pela prática de crimes está muito enganado. Toda ação na internet deixa rastros, que devem, por lei, ser monitorados pelos administradores das redes sociais e exibidos diante da determinação judicial, garantindo-se a preservação, principalmente, dos direitos da personalidade dos cidadãos. Quando se considera os valores do direito de liberdade de expressão com a garantia da imagem, da honra e da privacidade, o anonimato perde completamente sua força”, finaliza Gaiotto.

Não foi dessa vez que se garantiu a impunidade.



Brincos Leque

Um charme só!

Muito parecidos com o formato de um leque, os brincos Leque Tassel estão dominando os looks e orelhas das mais antenadas. Todo trabalhado em pedras coloridas ou em cores neutras, os “brincos leque” viraram febre e têm sido encontrados com muitos detalhes, aplicações e modelos.

Apesar de serem maxi, eles são super leves e feitos com Tassel, ou seja, franjas, que antes eram muito vistas em bolsas, colares e até mesmo sapatos, mas que, agora, ganharam espaço como acessório.

Por receberem grande destaque, o ideal é montar um look pensando, principalmente, nos brincos, que não permitem o uso de outros acessórios chamativos. Por isso, vale dispensar colares ou correntes.

E aí vai uma dica infalível: para quem tem cabelos claros, o ideal é optar pelos brincos em cores mais escuras, como o preto, verde, vinho ou azul marinho. Já as morenas devem adquirir o acessório em cores mais vivas, como rosa, amarelo, azul, lilás ou nude, criando um contraste entre os fios e os brincos.

E por falar em cabelos, já que o brinco leque rouba a cena, coques ou rabos de cavalo são ideais para combinar com este acessório.

Quanto à roupa, os brincos de Leque Tassel vão deixar qualquer produção básica, um arraso, garantindo beleza, personalidade e estilo a quem usa. Por isso, nada de exagerar e abusar das estampas. Neste caso, prefira tons pastéis, que automaticamente deixarão o foco para os brincos.

Por falar em foco, vale caprichar na maquiagem, preparar a pele, hidratar e limpar, já que o rosto é o cartão de visita de toda mulher e um brinco no estilo Tassel merece uma make mais especial.



Saiba como ensinar seu filho a economizar

Dicas ajudam a ensinar crianças e adolescentes a mexer com dinheiro

Você não precisa ser um gênio das finanças e nem um economista para ensinar seus filhos a trabalharem com dinheiro e economizar. Algumas dicas e, principalmente, seu exemplo no cotidiano são os ingredientes que acompanharão seus filhos por toda a vida. E isto serve não apenas para ensinar economia, mas para todos os aspectos da vida. Afinal, como o pai pode querer que o filho seja educado, se ele mesmo não é? Ou como exigir que o jovem guarde dinheiro e gaste com responsabilidade, se a família vive atolada em dívidas, muitas vezes desnecessárias?

E como diz o sábio ditado popular: É de pequeno que se torce o pepino, ou seja, a educação, em todos os sentidos, começa em casa, com os filhos ainda crianças. Ensinadas desde cedo, elas aprendem a serem econômicas e a terem uma vida frugal, o que contribui para que se tornem adultos equilibrados financeiramente.

Veja agora algumas dicas para ajudar você nessa tarefa.

Ensine sobre o valor do dinheiro

Mostre-lhe um brinquedo ou outro objeto de valor e diga o quanto custa. A seguir, mostre quantas outras coisas ele poderia comprar com o valor daquele objeto. (brinquedos menores, alimento ou roupa, de preferência algo que lhe interesse).

Dê-lhe uma mesada

A idade ideal para mesadas é a partir dos 6 anos. Nessa faixa etária, um mês é tempo longo demais, por isso o ideal é dar uma “semanada”. O importante não é o valor, mas a regularidade. Cumpra com o prazo combinado. Especialistas sugerem que sejam dadas, aos menores de seis anos, somente algumas moedas, sempre que possível. Aos maiores, o ideal é 1 real para cada ano de vida, por semana. Adapte o valor às suas condições.

Deixe-o gastar parte da mesada com o que ele quiser

Você pode persuadi-lo a ser frugal e a guardar a outra parte.

Dê-lhe um cofrinho de presente. Dê, também, algumas moedas para ele iniciar suas economias. Deixe combinado que ele não poderá retirar o dinheiro até que:

a) O cofrinho esteja cheio. Prometa que você vai comprar-lhe o que ele quiser desde que ele se comprometa a reservar uma parte das economias para ser depositada numa conta poupança. (sugestão para as crianças menores)

b) Dentro de mais ou menos seis meses vocês abrirão o cofre juntos. Você acrescentará o mesmo valor que ele tiver economi-

zado. Ele tem a opção de comprar algo que quer e depositar o restante. Ou manter todo o dinheiro e ganhar um percentual sobre o montante dentro de alguns meses. Você não precisa fazer isso sempre. É uma forma de estimular a economia em crianças maiores.

Não dê dinheiro fora do prazo combinado: Lembre-se, você está tentando ensinar a criança a ter autocontrole.

Não remunere seu filho por ele cumprir com suas obrigações. É seu dever tirar boas notas, comportar-se bem e ajudar nas tarefas da casa.

Ensine o valor do trabalho

Ele precisa ter noção do quanto custa ganhar dinheiro. Dê algumas tarefas que fogem da rotina da casa e pague a ele por isso. Deixe-o saber o quanto é gasto com água, luz, alimentação e outras despesas. Se as contas de luz e água aumentarem, envolva-o numa meta para reduzi-las. É interessante que ele saiba quanto custa tomar banho, por exemplo.

E falando em referências, seja o melhor exemplo para seu filho. Afinal, quem ensina deve ser controlado nos seus gastos, vivendo dentro de seu orçamento e poupando dinheiro.

Como tratar a fimose

Cirurgia é indicada ainda na fase infantil

É comum entre a população masculina ter fimose, que é a dificuldade ou impossibilidade de expor a glândula, ou a cabeça do pênis, por haver, ali, o prepúcio, uma espécie de prega de pele, que envolve a glândula e acaba estreitando a sua passagem. Em alguns casos, ainda na fase infantil, há a aderência natural do prepúcio à glândula, mas até os três anos, essa aderência desaparece na grande maioria dos meninos.

Segundo o clínico geral Dr. Bruno Alexandre da Silva (D – 8602), conforme o pênis cresce, há a separação natural entre essas duas partes, sendo que esse processo é auxiliado por ereções que ocorrem, ocasionalmente, nas crianças. Há dados que afirmam que quando estes meninos atingem a faixa etária de 3 anos de idade, 90% dos prepúcios podem ser retraídos e menos de 1% dos homens apresentam fimose aos 17 anos de idade.

Há também outras causas relacionadas à fimose, como as assaduras, algumas cicatrizes que podem retraindo a pele daquele local, sendo que a ausência de higiene adequada pode ser a grande responsável pela incidência de inflamações ou infecções que deixam a abertura do prepúcio mais estreita.

Na confirmação de fimose, é possível visualizar uma secreção esbranquiçada, chamada de esmegma, que possui mau cheiro

e é formada por bactérias e fungos. Nestes casos, pode haver dificuldade para urinar, infecções e inflamações no pênis (as bálano-postites), infecções urinárias e parafimose, que é quando o prepúcio não retorna à sua posição normal, causando inchaço e dor.

O profissional da saúde, Dr. Bruno Alexandre, explica que se não houver o descolamento do prepúcio, naturalmente, e se confirmar a fimose, o pediatra poderá recomendar cirurgia ou, antes disso, fazer o uso diário de pomadas, indicadas a partir dos 12 meses de idade. “A intervenção cirúrgica, chamada de circuncisão ou postectomia, deve ocorrer após os seis anos de idade, em média, caso o tratamento com pomada não tenha o resultado esperado. O procedimento é rápido e a recuperação idem. Mas podem ocorrer sangramento, dor e inchaço no local. Também recomendamos que ela seja realizada antes da adolescência, devido às ereções comuns nesta fase”.

É aconselhável que, ao primeiro sinal de presença de fimose, o responsável procure um médico, que orientará o melhor tratamento, lembrando que não se deve forçar a pele da glândula, nem fazer massagens para aumentar a abertura do prepúcio, pois isso pode provocar microtraumatismos e, posteriormente, cicatrizes que reduzem o diâmetro do anel prepucial.

Infelicidade é viver para impressionar os outros

Infelicidade é viver para impressionar os outros.

Todos nós fazemos isso, ainda que uns mais do que outros. Por mais que seja natural gostar de ter as realizações reconhecidas, viver em função disso é gerar uma expectativa muito grande naquilo que os outros vão julgar, e isso inviabiliza qualquer sonho de felicidade.

Por quê? Porque a felicidade, a autoestima fortalecida e a paz de espírito são elementos que se manifestam de dentro para fora, e independem do que acontece ao nosso redor. Claro, essa sensação é fruto de conquistas que vamos realizando em nosso dia a dia, de nossas escolhas, mas a verdade é: nossa felicidade depende somente de nós – se nossa felicidade estiver condicionada a uma permissão de terceiros, nós nunca a alcançaremos.

Nós nascemos com um potencial infinito de realizações. Porém, muitas vezes, à medida que vamos sendo educados, durante a infância e adolescência, perdemos a rota original de nossa própria existência; muitas vezes, somos depreciados por pessoas e situações no ambiente social em que vivemos – e a insegurança sobre nossas opiniões e ações, advindas desses julgamentos, turvam nossos sentimentos e a maneira como enxergamos a vida.

E, então, nem sempre direcionamos nosso viver para algo que nos satisfaz.

Não raro, deixamos de fazer aquilo que nos realiza e passamos a agir em função dos outros: pais, professores e depois toda a sociedade. Nosso objetivo de vida nos é imposto e passamos a condicionar nosso sucesso ao aplauso das pessoas que nos cercam. E, para continuar merecendo essa aprovação, progressivamente abandonamos nossas vocações e passamos a realizar os desejos alheios.

Não estamos nesta vida para sermos melhores ou piores do que ninguém, mas, sim, para realizarmos o potencial que existe em cada um de nós. Sermos sempre melhores comparados a nós mesmos.

Alguém irá dizer: como saberemos se somos melhores sem um parâmetro de comparação? Não necessitamos de um padrão de comportamento com todas as características que definiriam o que é ser bem sucedido para aí, sim, podermos alcançá-lo?

Ser bem-sucedido significa ter atingido a serenidade, a paz de espírito e a capacidade de viver nos sentindo constantemente em harmonia; ser bem-sucedido é compreender que valores como educação, respeito, ética e gentileza constroem um mundo melhor. Isso independe totalmente dos valores sociais atuais que condicionam a admiração a uma pessoa como bem-sucedida se essa pessoa acumulou grande quantidade de bens materiais. Esse tipo de admiração chama-se ilusão.

A maioria das pessoas vive para ser admirada por uma multidão de olhos vorazes que, muito provavelmente, não se cruzarão mais. Quem vive para ser admirado sempre será infeliz, porque está deixando de lado o compromisso consigo mesmo.

Seja feliz: viva para surpreender a si próprio, e não aos outros.

Para reflexão:

O Mestre, já em idade avançada, em seu leito de morte, ouviu de um de seus discípulos:

- Mestre, tens medo da morte?

E o Mestre respondeu: Sim, tenho medo do meu encontro com Deus.

O discípulo, sem entender, disse:

- Mas, Mestre, você foi um exemplo de vida. Fostes sábio como Moisés, justo como Salomão.

O Mestre, sabiamente, interrompe o discípulo dizendo:

- Quando eu estiver frente a frente com Deus, ele não me perguntará se fui como Moisés ou como Salomão – mas, sim, se eu fui eu mesmo.

Luis Carlos Magaldi Filho

<http://www.facebook.com/#!/luiscarlos.magaldifilho>



AUTOS &



OS & CIA

Os benefícios da bicicleta elétrica

Empresas já estimulam funcionários a usar este tipo de veículo

Com o trânsito cada dia mais caótico nas cidades brasileiras, a bicicleta é, cada vez mais, a opção de transporte para quem quer se locomover sem jogar poluentes no ar e ainda aumentar o condicionamento físico.

Na capital paulista, 10 empresas participam de um projeto que incentiva os funcionários a usarem a bicicleta elétrica como meio de ir ao trabalho. A iniciativa tem melhorado a qualidade de vida das pessoas e contribuído para a redução de CO₂ (gás carbônico) na atmosfera. Também reduz o número de veículos nas ruas.

Além da qualidade de vida, os funcionários ficam mais bem dispostos e ganham brindes a cada 100 km rodados, que incluem desde um vale-livro até um curso de arco e flecha.

As empresas também ganham, já que economizam em vagas de estacionamento e vale-transporte aos funcionários, que compartilham as bicicletas, ou bikes, no dia a dia.

Um sistema de monitoramento através da internet aponta, em tempo real, as calorias queimadas pelos ciclistas, os quilômetros rodados e quanta gasolina foi economizada, bem como a quantidade de CO₂ que deixou de ser lançada no ar. Outra vantagem apontada pelos participantes do projeto é o tempo que o pessoal leva para ir do trabalho para a casa e vice-versa. Em alguns casos, o tempo passou de uma hora e meia (percurso de 10 km, de carro) para 25 minutos de bike. Uma diferença de mais de uma hora!

Cuidados

Andar de bike no trânsito das grandes e médias cidades brasileiras requer alguns cuidados, segundo adeptos mais experientes desse tipo de veículo. Uma dica importante é não usar as vias expressas, com tráfego intenso e pesado, como caminhões e outros veículos grandes; indicar com as mãos que vai mudar de direção (esquerda ou direita); manter uma distância de um metro da borda da faixa de rolamento e ter muito cuidado com carros estacionados, mantendo uma distância segura para evitar acidentes quando alguém abrir as portas do automóvel; e jamais andar na contramão. Quem possui bike elétrica deve evitar correr.





Também conhecida como bico injetor, peça requer cuidados.

Preste atenção na válvula injetora de combustível

Se o carro começa a gastar mais combustível que o normal, ou apresenta falhas durante o funcionamento, o motorista deve estar atento. O problema pode ser o acúmulo de impurezas na válvula injetora de combustível.

Embora não seja um problema muito comum, isto pode acontecer, sobretudo, devido ao uso de combustível de baixa qualidade e à saturação do filtro instalado próximo ao tanque do carro. Técnicos avaliam, porém, que é difícil que a sujeira se acumule no bico, pois ele possui peças autolimpantes, e nem sempre é o caso de se proceder à limpeza do mesmo, como, muitas vezes, algumas oficinas desejam fazer.

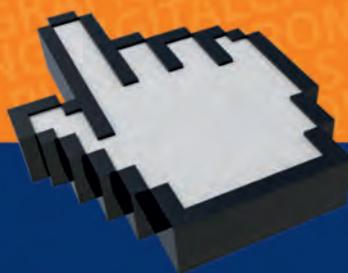
Saiba como é a limpeza

A limpeza do bico injetor é um procedimento relativamente simples, que consiste na remoção de obstruções que comprometem o funcionamento da válvula injetora (bico injetor), que é formada por um corpo cilíndrico, que armazena combustível pressurizado, e uma agulha móvel, responsável pelo controle da vazão do combustível. Cada movimento da agulha dura milésimos de segundo e libera uma pequena quantidade de combustível, formando um spray que se mistura ao ar no coletor de admissão. Se os bicos estiverem sujos, devem ser colocados numa máquina apropriada, que fará a limpeza por ultrassom, injetando também

um líquido à base de querosene.

Segundo as montadoras e os fabricantes de sistema de injeção, os bicos são autolimpantes, sendo difícil ou quase impossível a formação de resíduos. O que significa que uma oficina nunca deveria sugerir a limpeza como manutenção preventiva, apesar de essa ser uma desculpa comum. De fato, só poderá ser feita em casos excepcionais, quando há acúmulo de partículas que alteram o spray de combustível. Técnicos da área informam que, por mais aperfeiçoada que seja a tecnologia do bico, não se pode negligenciar que impurezas no combustível podem vir a comprometer seu funcionamento. Os principais sinais de entupimento são aumento no consumo, funcionamento irregular e desempenho fraco. Mas é fácil prevenir o problema. Basta usar combustível de qualidade (de preferência aditivado) e ficar atento ao filtro de combustível, seguindo os prazos de troca de manual. A maioria das falhas associadas a impurezas nos bicos está relacionada à saturação do filtro. Como na maioria dos carros ele está localizado perto ao tanque, local de difícil acesso, poucos se lembram dele. O custo da limpeza sai em média 25 reais por bico injetor e exige que o mecânico retire-os do coletor de admissão para testes na máquina de ultrassom.

71



DG
Digimeta
soluções web

www.digimeta.com.br (15) 3205.2880

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

Comprar carro pela internet requer cuidados

*Saiba algumas dicas
para não comprar gato por lebre*

Com a facilidade trazida pela internet e por sites especializados em comprar e vender coisas, muitos consumidores preferem escolher o veículo que lhes interesse através de ofertas on-line.

Com a oferta de carros usados (ou semi-novos) ou mesmo modelos zero km, escolher um automóvel através de sites especializados pode ser o jeito mais fácil e barato para quem pretende trocar de carro e quer ter várias opções de modelos para avaliar e decidir sem precisar ir às feiras, lojas e concessionárias.

Mas, para evitar situações desagradáveis, alguns cuidados precisam ser tomados. Uma das primeiras coisas a fazer é entrar em contato com o anunciante e, se possível, marcar um encontro para conhecer o carro pessoalmente, mesmo que o anunciante seja de outra cidade.

Outra dica para quem pretende comprar automóveis on-line é verificar se o produto está com a documentação em dia, se está alienado, se já foi batido, se as peças são originais, se há multas, enfim, checar todas as informações para não ter surpresas na hora de passar o veículo para o seu nome.

Certifique-se de que a oferta escolhida é realmente a melhor levando em consideração o custo benefício. Só, então, confirme a compra e tente verificar mais de um carro antes de comprar, pois é possível encontrar modelos mais novos ou carros mais completos com preços melhores.

Existem sites especializados, como o Mercado Livre, que podem facilitar ainda mais sua procura, além de oferecer uma segurança ao consumidor. Mas lembre-se: não se esqueça de verificar cuidadosamente a oferta, checando as informações e o estado do veículo, para ver se condiz com o que está sendo anunciado. Outro detalhe importante é sempre verificar mais de uma oferta, pois pode acontecer de achar um modelo mais novo e mais barato do mesmo carro.

Montadoras

Mas se você é daquele tipo de comprador que quer escolher um carro zero, colocando um toque pessoal nele, isto também pode ser feito pela internet. Algumas montadoras disponibilizam em seus sites a possibilidade de você comprar um modelo novinho, realizando algumas combinações conforme o gosto do cliente: a escolha da cor e o nível do acabamento e até alguns acessórios, além da motorização.

Claro que, dependendo da configuração do carro, o comprador vai pagar um pouco (ou até bem mais) do que o valor inicial sugerido pelo fabricante. Mas para quem curte deixar o carro novo com a sua cara, isso não chega a ser um problema.



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



DESIMAX
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:

15 97582882

WWW.DESIMAX.COM.BR



Vinil texturizado personaliza interior de veículo

Moda é fácil de ser instalada

Muitos motoristas não se contentam em personalizar apenas o exterior do seu carro ou mesmo alguns detalhes do interior. Para eles, nem o painel do veículo escapa sem ter algum tipo de personalização.

Para estes donos de automóveis, o mercado oferece um produto fácil de ser instalado e de manutenção simples, mas que pode deixar o painel do carro com um visual diferente, que

pode ser moderno ou clássico, dependendo do gosto da pessoa.

O vinil texturizado pode imitar couro, marfim e outros produtos, inclusive proporcionando uma sensação agradável ao toque, por causa do relevo.

Se você sempre quis ter o painel do seu carro igual ao de modelos de luxo, como o Rolls-Royce ou BMW 750, que usam materiais nobres, como madeiras, mas não podia arcar

com os custos, o vinil é a solução.

O produto pode ser aplicado em um dia (o tempo de instalação varia conforme o modelo do carro, assim como custo, que pode chegar a R\$ 1,2 mil). Apenas lembrando que esse valor é só para adesivar o painel do carro. Veículos mais luxuosos custam mais caro para fazer esse serviço.

O primeiro passo é remover as partes do painel que podem estragar ou atrapalhar a instalação; depois aplicar e secar com a ajuda de um secador. Para manter o vinil sempre limpo, basta passar um pano úmido. Pronto! Você já está com um painel novinho e pronto para ser apreciado. Caso queira trocar ou retirar o adesivo, a dica é procurar uma oficina especializada, que pode ser a mesma que você escolheu para aplicar o produto.

Família

O vinil texturizado para o painel do carro é mais um integrante de uma família que não para de crescer, seguindo as tendências do mercado e o gosto dos consumidores. Há vinil (adesivos) para todos os gostos e bolsos: preto fosco ou brilhante (para envelopamento do veículo), transparente para proteção da pintura até aqueles adesivos que imitam vários desenhos de outros adesivos, em uma moda conhecida como Sticker Bomb, ou bombardeio de adesivos, em uma tradução livre.

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 - Tatuí

ANUNCIE AQUI!

Elmec
comunicações

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

COMIL

CIDADE DE TATUÍ



Aniversário de
18 anos

Renata Camargo Elmec







01



02



03



04



05

01 - Giovana e Gabriel, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 02 - Irany, Theo e Marco, Buffet Hulla Hoop, Valinhos; 03 - Diego, Carol e Daniel, Mr. John, Cerquillo; 04 - Amilton, Simone, Mirian e Carlos, Cazavelha, Tatuí; 05 - Thainá, Ana Laura e Letícia, Show da dupla Hugo e Tiago, Clube de Campo, Tatuí



Adoce seu dia com Sueli Bolos



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



06



07



08



09



10



11

06 - Andréia e Felipe, Show da dupla Hugo e Tiago, Clube de Campo, Tatuí; 07 - Érica, Eduardo e Fabiana, 80 Anos Salles Gomes, Salão Nobre da Escola Técnica Salles Gomes, Tatuí; 08 - Beatriz e Junior, Padaria Quinze, Tatuí; 09 - Marisol e Renata, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 10 - Ângelo e Isabela, Rir é o Melhor Remédio com o Inconveniente, Conservatório de Tatuí; 11 - Fátima e Célia, niver Célia, Boituva

A elegância de um Buffet e o requinte da gastronomia

ElmeC



Filipe George de Sant

Avenida Cel. Firmo Vieira de Camargo, 171 | Centro | Tatuí - SP
(15) 3251-8520/99696-3817/7835-3178 | www.claudiarauscher.com.br





12



13



14



15

12 - Jair e Bruna, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 13 - Fernando e Paula, 80 Anos Salles Gomes, Salão Nobre da Escola Técnica Salles Gomes, Tatuí; 14 - Magali e Andréia, Capitão XV, Tatuí; 15 - André e Reinaldo, Mr. John, Cerquillo

CONTROL SYS ENGENHARIA

CONSULTORIA TÉCNICA E PROJETOS

- Estudo de Eficiência Energética
- Laudos Técnicos NR-10, NR-12, SPDA e Instalações Elétricas

ENGENHARIA DE CAMPO

- Manutenção e Instalação Elétrica em Baixa, Média e Alta Tensão
- Inspeção de Termográfica

AUTOMAÇÃO RESIDENCIAL

- Controle Convencional e Wireless: Iluminação, Aquecedor e Filtro de Piscinas, Irrigação de Jardim, Som, Climatização, Controle pela Internet, Acesso Biométrico

AUTOMAÇÃO INDUSTRIAL

- Descrição do controle do Processo Produtivo e Fluxograma
- Desenvolvimento de Hardware e Software de CLP, IHM e Supervisórios

Engenheiro Eletricista Responsável: (Marcio Camargo) (15) 99741-1233/14*1004517

TATUÍ: R. Chiquinha Rodrigues, 1274 - VI. Dr. Laurindo - (15) 3259-2993

www.controlsysengenharia.com.br
vendas@controlsysengenharia.com.br
[f controlsysengenharia](https://www.facebook.com/controlsysengenharia)



Foto: Davi Ganga



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



16 - Márcio, Michele e Lucas, Rir é o Melhor Remédio com o Inconveniente, Conservatório de Tatuí; 17 - Adelino e Armando, Padaria Quinze, Tatuí; 18 - Samara e Anadele, Show da dupla Hugo e Tiago, Clube de Campo, Tatuí

Chega de desperdício!

Passa encanamentos e conduítes sem quebrar paredes, utilizando os Blocos City com furos verticais. Eles economizam argamassa, acabamento, mão-de-obra e são ideais para sua construção!



Blocos Inteligentes

SAC: (15) 3246 8030
Rodovia Castelo Branco, Km 144 - Cesário Lange - SP
www.ceramicacity.com.br



Encontre os Blocos City na Rede Caetano



18 - Julia e Núbia, Show da dupla Hugo e Tiago, Clube de Campo, Tatuí; 19 - Maria Eliza e Angélica, Cazavelha, Tatuí; 20 - Claudia e Adriana, Mr. John, Cerquillo; 21 - Lucas e Marco, Rir é o Melhor Remédio com o Inconveniente, Conservatório de Tatuí

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.*





22 - Ernandes, Vinicius e Lauro, Churrascaria O Costelão, Tatuí; 23 - Maria e José, Cazavelha, Tatuí; 24 - João Luis, Jack, Gilson e Yara, Mr. John, Cerquilha; 25 - Hugo e Tiago, Clube de Campo, Tatuí



Semestral: R\$59,90*

Anual: R\$89,90*

Contato: 15 3259-7014

15 3259-4543

falecom@revistahadar.com.br

*Consultar regulamento interno

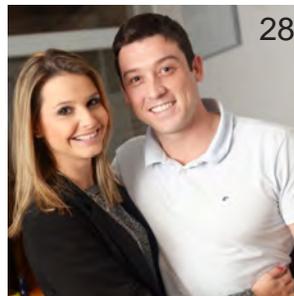
Emec



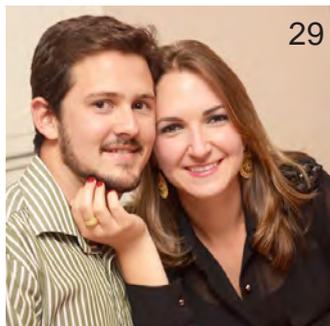
26



27



28



29



30



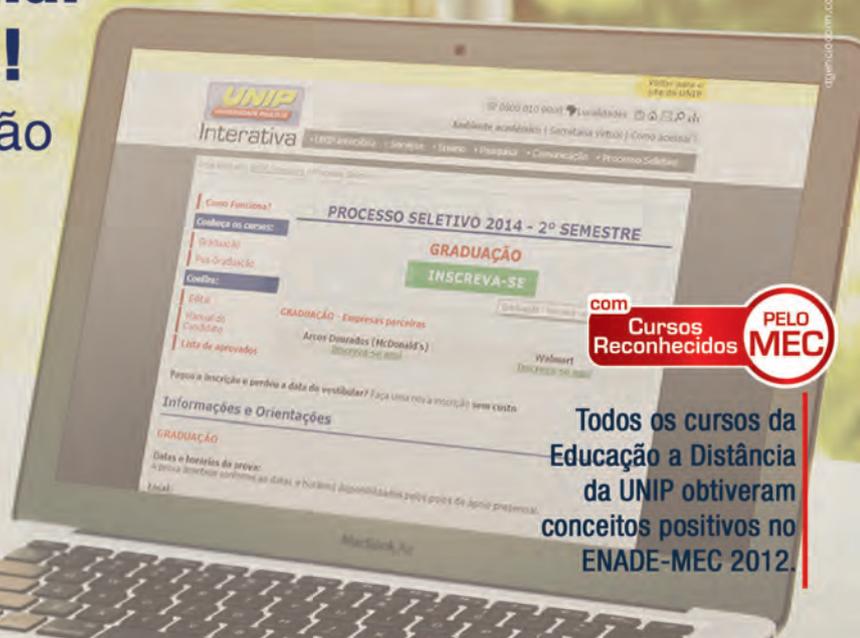
31

26 - Isabelle, 80 Anos Salles Gomes, Salão Nobre da Escola Técnica Salles Gomes, Tatuí; 27 - Rafael e Ketryn, Rir é o Melhor Remédio com o Inconveniente, Conservatório de Tatuí; 28 - Cecília e Gregory, Armazém Santa Luiza, Tatuí; 29 - Danilo e Narimã, Capitão XV, Tatuí; 30 - Isabela e Juliane, Capitão XV, Tatuí; 31 - Beatriz e Cristian, 80 Anos Salles Gomes, Tatuí, Salão Nobre da Escola Salles, Tatuí

O sucesso profissional a um clique de você!

Graduação e pós-graduação é na Unip Interativa.

- ▶ Plantão de dúvidas 24 horas
- ▶ Chat on-line e fóruns de discussão
- ▶ Mesmo diploma da modalidade presencial



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

INSCRIÇÕES ABERTAS



Interativa



www.unip.br/ead | 3251-1573

Pizza Enrolada

Você gosta de pizza? Então, você não pode perder esta deliciosa receita de pizza enrolada que a nossa querida leitora Patrícia Miranda da Silva, da cidade de Tatuí, fez para nós, da revista Hadar. E você não vai ficar só passando vontade, não é? Então, corra pegar os ingredientes e faça agora, pois é mais fácil do que você imagina.

Ingredientes para a massa:

½ kg de farinha de trigo
1 xícara de leite morno
1 xícara de óleo
2 ovos
1 pitada de sal
1 pitada de açúcar
50g de fermento biológico. Obs. Não use o fermento biológico seco.

Modo de preparo:

Pegue o fermento, coloque açúcar até ficar líquido e, em seguida, misture os ingredientes restantes.

Ingredientes para o recheio:

150g de presunto
150g de mozzarella
2 tomates picados
1 cebola picada
1 pacote de azeitona sem caroço
Azeite e sal a gosto

Modo de Fazer:

Estique a massa, coloque todo o recheio e enrole, leve ao forno quente e espere até a massa assar.
Bom apetite!



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!



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

EMPÓRIO DONA VITA

Pratos balanceados
Congelados
Próprios para o consumo

Produtos sem glúten
Produtos sem lactose
Bolos funcionais
Salgados funcionais

Donata Bimbatti CRN 22505
Mariane Módena CRN 37356

Rua Capitão Lisboa, 526 - Centro - Tatuí/SP | (15) 99833.2323
Empório DonaVita | @emporiodonavita

TAPEMAG

Sua loja de peças e borrachas.

Diversidade de produtos para a segurança e qualidade profissional.



PRODUTOS EM GERAL:

EPI's - Adesivos - Amortecedores - Borracharia - reias - 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:

