



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$4,90

ANO 8 • EDIÇÃO 86 • JANEIRO DE 2015



# Empresários e comerciantes apostam no ano de 2015

## AIDS:

Uma doença que precisa ser lembrada e prevenida

## Astrologia:

O que os astros mostram para 2015?

## IPVA:

Os paulistas vão pagar menos por ele

Parabéns, que esta estrela brilhe cada vez mais, e que, em 2015, possamos continuar a ter o privilégio de obter esta revista maravilhosa.

Tatiane Cove

Parabéns pelo sucesso e obrigado por proporcionar ótimas informações!

Wilson Covre

Que o sucesso seja maior a cada ano, beneficiando ainda mais a população de Tatuí e região. Prosperidade!

Débora Kuntz Pyles

Ficou linda a edição de 7 anos, adorei!!! Estou vendo pela internet.

Ariana Silva Camargo

Muito Obrigada, Juliana, equipe da Revista Hadar e todos que ajudaram e me proporcionaram esse dia abençoado.

Patrícia Carvalho (realizada de Janeiro 2015)

Revista Hadar Tatuí

Parabéns pelo sucesso. Que vocês continuem a sempre produzir matérias de qualidade e levar informação a tanta gente!

IE Intercâmbio

Só tenho a agradecer a todos vocês, pela dedicação e carinho, comigo e com meu pequeno Ângelo. Um Grande Beijo.

Aline Oliveira (realizada do mês de novembro)

Beijos a todos da equipe HADAR. Um Natal feliz repleto de bênçãos do MENINO JESUS.

Maria do Carmo Marques Ramos

(Carminha)

Parabéns, dona Bernadete, trabalhando com honestidade, Deus abençoa. Parabéns, Hadar!!!

Almir Hessel

Parabéns a toda equipe da Revista Hadar e seus colaboradores, que proporcionam esse dia de Princesa para as pessoas que, de uma forma ou de outra, estão precisando de um estímulo para dar um UP em sua vida. Deus abençoe e continuem proporcionando essa oportunidade para outras pessoas!

Flaviana Capellari Pecchio

Parabéns pelo trabalho de vocês. Já li as suas revistas e são muito instrutivas. Sete é um número infinito, que seja infinito o sucesso de vocês, pois, até aqui, o Senhor nos tem ajudado. Que Deus abençoe a todos que fazem parte deste trabalho de levar o conhecimento, principalmente de Deus às pessoas que têm acesso a sua revista.

José Sérgio Correia

Que seja apenas o início de uma história de sucesso para se contar! Parabéns! Beijos.

Joanisa Ascava

DIÁRIOS COMEMORATIVOS

2015

Janeiro

- |  |   |
|--|---|
| 01 – Dia de Ano-Novo                           | 19 – Dia do Cabeleireiro  |
| 04 – Dia Nacional da Abreugrafia               | 20 – Dia do Farmacêutico  |
| 06 – Dia de Reis/ Dia da Gratidão              | 21 – Dia Mundial da Religião  |
| 07 – Dia do Leitor/ Dia da Liberdade de Cultos | 24 – Dia dos Aposentados/ Dia da Constituição/ Dia da Previdência Social                              |
| 08 – Dia do Fotógrafo                          | 25 – Dia do Carteiro  |
| 09 – Dia do Astronauta/ Dia do Fico            | 27 – Dia Internacional em Memória das Vítimas do Holocausto   |
| 14 – Dia do Enfermo                            | 30 – Dia da Saudade/ Dia do Portuário/ Dia Nacional das Histórias em Quadrinhos/ Dia da Não-Violência |
| 15 – Dia do Compositor/ Dia do Adulto          | 31 – Dia do Mágico  |
| 18 – Dia do Esteticista                        |   |

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

## Carta ao leitor

*Feliz Ano-Novo, que tudo se realize no ano que já nasceu, muito dinheiro no bolso, saúde, paz, prosperidade, otimismo... Acredite, você já venceu!*

É isso aí, caro leitor! É com este clima de otimismo, comemoração e alegria que abrimos nossas páginas para que, juntos, possamos comemorar mais um ano! Um ano que se inicia com muita promessa de mudança, aliás, está precisando mesmo mudar muita coisa, começando, quem sabe, por nós mesmos. Afinal, se temos a pretensão de querer mudar o país e o mundo, precisamos ser modestos e humildes para assumir que, talvez, tenhamos que começar a mudança por nós mesmos: sacudindo a poeira e nos libertando de velhos hábitos. Entre eles, o hábito de ser pessimista quanto ao futuro. O que precisamos ser é realistas e corajosos para enfrentar as adversidades e não ter medo do desconhecido e nem de mudanças.

Sim, este será um ano difícil, mas isso não quer dizer que seja um ano ruim. Ao contrário: será um ano de muito trabalho e isto, certamente, será bom. Depois da tempestade, sempre vem a calmaria! Quantas empresas fecharam suas portas nos últimos anos? Mas quantos empreendedores novos não estão apenas aguardando uma oportunidade?

Quantos não enxergam, não podem ler! E quantos aguardam a chance de aprender a ler? Ou simplesmente a oportunidade de ir para uma escola, estudar? Um direito elementar, mas negado a milhões de pessoas no mundo. Mas, apesar disso tudo, a esperança se renova a cada ano novo.

Então, vamos celebrar 2015 em alto e bom tom, pois o que nos espera é só alegria, paz, saúde, prosperidade... Muitas espadas foram quebradas durante ao longo dos anos, mas dentre elas, uma ficou inteira e com ela venceremos a guerra! A nossa força é e deverá ser tamanha, vem de cima, brilha muito, é a nossa "Estrela Maior" e, através dela, nos energizamos, para que possamos seguir a nossa luta e sairmos vencedores, continuar a nossa missão com você, caro leitor, que nos acompanha há sete anos e faz com que o sonho se torne realidade a cada edição.

Essa é a HADAR, muito além de uma revista, uma família, na qual a felicidade mora na satisfação de nossos leitores, clientes e colaboradores. Nosso muito obrigado por estarem conosco em cada linha, imagem, informação e vitória!

E que o ano de 2015 seja com muita leitura interessante para que você esteja, cada vez mais, ligado a nós, e que esse elo nunca se rompa.

Bom... Agora pode devorar a revista!



## EXPEDIENTE HADAR

### Editora/Direção de Arte

Bernadete Elmec

editora@revistahadar.com.br

### Jornalista/Redação

Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705 e

Ana Luiza Schifflers

### Atendimento

Juliana Souza

### Revisão

Marry Calvin

### Criação/Diagramação

Elmec Comunicações

Claudio S. dos Santos

Leonardo Manis Casarini

diagramacao@revistahadar.com.br

arte@revistahadar.com.br

### Site

Danilo Casemiro de Campos

www.revistahadar.com.br

### Anúncios e Publicidade

Claudio Elmec

R. Sete de Maio 150 - sala 03 - Tatuí

(15) 3259 7014 - 3259 5937 - 3259 4543

99144 8747

comercial@revistahadar.com.br

contato@elmeccomunicacoes.com.br

### Empresa Responsável

Editora Camargo & Cia Ltda.

Rua 7 de Maio, 150 - sala 03 - Tatuí

(15) 3259-4543

revistahadar@gmail.com

### Colaboradores

Julio César Gomes, Veridiana Pettinelli, Luiz

Carlos Magaldi Filho, Roberta Lorenzetti

Lourenço, Ivan Maia, Maria do Carmo

Marques Ramos

### Agradecimentos

Todas as fontes entrevistadas

### Distribuição

Boituva, Capela do Alto, Cerquilha, Cesário

Lange, Iperó, Itapetininga, Laranjal Paulista,

Pereiras, Quadra, Tatuí, Tietê, Porto Feliz.

### Tiragem

8.000 exemplares

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

**já foi**

Cerca de duas mil pessoas prestigiaram, no último dia 14 de dezembro, as festividades do 15º aniversário da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais de Iperó (Apae). A entidade, que realizou nesse dia um almoço em sua sede, ofereceu, aos convidados, uma programação diversificada.

O Banco de Alimentos de Tatuí fechou 2014 distribuindo quatro toneladas de alimentos para 28 instituições filantrópicas do município. Gestores das entidades participaram de um café da manhã, no dia 18 de dezembro, que marcou o encerramento das atividades do ano.

O dia 14 de dezembro foi cheio de alegria para cerca de 3 mil pessoas, entre crianças e adultos, que participaram do Natal Solidário 2014 da Ajutietê (Associação da Juventude de Tietê). Também houve entrega de presentes para as crianças que não estavam cadastradas, como bolas e bonecas.

Itapetininga realizou a primeira Caminhada pela Paz, um encontro para toda a população, com o intuito de levar saúde, bem-estar e informação a todos. O evento aconteceu no dia 8 de dezembro.

Aconteceu, em Tatuí, no dia 11 de dezembro, o coquetel de inauguração do Centro Empresarial Barão de Tatuí.



O Projeto Panela Cheia, desenvolvido pela Prefeitura de Iperó, está com inscrições abertas. As aulas acontecem às terças e quintas-feiras, das 9h às 12h e das 14h às 17h, na Avenida Carlos Oetterer, 30. Os interessados em participar devem comparecer ao Cras, localizado na Rua Anita, 160, no bairro de George Oetterer, de segunda a sexta-feira, das 8h às 12h e das 13h às 17h, portando a cédula de identidade original (RG). É necessário ter, no mínimo, 18 anos de idade. Informações (15) 3266-1321.

Em 2015, acontece o último ano de curso de LIBRAS (Língua Brasileira de Sinais) na Associação Surdos de Tatuí. Informações (15) 99850-5050/3305-6328 ou [tilibras@hotmail.com](mailto:tilibras@hotmail.com).

A aula de atividade física oferecida pelo Centro de Referência de Assistência Social de Boituva (CRAS Boituva) anunciou que, além das quintas-feiras, as aulas acontecerão também às terças-feiras, no mesmo horário: das 8h às 9h. Informações: (15) 3263-5308.

Agora, a população pode procurar o órgão do Procon, em Tietê, a partir das 12h. O atendimento segue de segunda a sexta-feira, até às 17h. O Órgão de Proteção e Defesa do Consumidor atende o público no que se refere às consultas e reclamações de produtos e serviços nas áreas de: alimentos, saúde, habitação, produtos, serviços, assuntos financeiros e fiscalização. Informações: (15) 3282-1575 ou [www.procon.sp.gov.br](http://www.procon.sp.gov.br) ou envie e-mail para [procon@tiete.sp.gov.br](mailto:procon@tiete.sp.gov.br).

**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.

A reunião do GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí) entrará em recesso e retornará no dia 24 de fevereiro, às 19h, no Buffet e Gastronomia Claudia Rauscher, em Tatuí. 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. Localizada 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.

Nos dias 5 e 6 de janeiro, o Sebrae Móvel de Cerquillo retornará para orientar empreendedores sobre prestação de serviços e gestão de negócios. Os atendimentos são gratuitos e são distribuídos materiais informativos sobre produtos oferecidos pelo Sebrae. Informações: [www.sebraesp.com.br](http://www.sebraesp.com.br)

Acontece, entre os dias 20 e 25 de janeiro, a feira da Gestante no Expo Center Norte em São Paulo. A entrada é gratuita. Informações: (11) 5084-6199 ou [www.feiragestante.com.br](http://www.feiragestante.com.br)

Entre os dias 11 e 15 de janeiro será realizada, no complexo de Exposições Expo Center Norte, a 42ª Feira Internacional de Calçados e Artefatos de Couro, a COUROMODA. Informações: (11) 3897-6100 ou pelo site: [couromoda.com](http://couromoda.com)

Nos dias 24 e 25 de janeiro, acontece o 29º Mutirão de Castração de Cães e Gatos em Tatuí. As inscrições acontecem no período de 10 a 17 de Janeiro. Informações: (15) 98118-9436 ou 99826-0277. [mutirao@ciadobicho.com.br](mailto:mutirao@ciadobicho.com.br)

## PROMOÇÃO CAMISAS FERRARI

Na compra de **R\$25 nas Lojas SHELL SELECT + R\$ 19,99** ou **R\$50 nos Postos SHELL + R\$ 19,99**, você leva uma camisa da **FERRARI**.\*



## PROMOÇÃO 1 DUCATI + 30 MOCHILAS DA FERRARI

Na compra de **R\$25 nas Lojas SHELL SELECT** você ganha um cupom para concorrer a **1 DUCATI MONSTER 796 + 30 MOCHILAS FERRARI**. Entre no site [www.shell.com.br](http://www.shell.com.br) e digite o número da sorte.\*\*



Imagens meramente ilustrativas.


\*Promoção Camisas Ferrari - Válida de 01/12/2014 a 31/03/2015.  
\*\*Promoção Ducati + 30 Mochilas Ferrari - Válida de 25/10/2014 a 28/01/2015.  
Promoções válidas somente nos Postos com Bandeira SHELL. Consulte regulamento interno.

**PIT STOP do POSTO VALINHO**, cerveja **BRAHMA** e **SKOL 300ml** retornável gelada a **R\$1,49**.  
E grande variedade de cervejas especiais da **LOJA SELECT do MARAPÉ**.




Auto Posto Comendador - Avenida  
Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, 500  
Centro - Tatuf - (15) 3205-7881

Auto Posto Comendador - Aviação  
R. Ayrton Senna, 41 - Jardim Aeroporto - Tatuf  
(15) 3205-7885

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

Auto Posto Comendador - Mercado  
Largo do Mercado, 117 - Centro - Tatuf  
(15) 3205-7883  
Ducha para Autos

Auto Posto Comendador - Morro  
Rod. SP 127 s/nº km 112 - B. Guardinha - Tatuf  
(15) 3205-7884  
Serviço de lavagem de caminhões

 Auto Posto Comendador - Valinho  
R. XI de Agosto, 2440 - B. Valinho - Tatuf  
(15) 3205-7882  
Abastecimento de GNV e Duchas para Autos



# Vale a pena ter um e-commerce?

*As lojas na internet estão ganhando cada vez mais o Brasil*

O ano de 2014 acabou com números espetaculares na área do comércio eletrônico brasileiro. Depois de ter registrado um faturamento de R\$ 16 bilhões no primeiro semestre do ano, com alta de 26% em relação ao mesmo período de 2013, a previsão era de atingir uma receita de R\$ 35 bilhões até o final do ano, resultado 21% superior ao de 2013, alcançando 104 milhões de pedidos. Estes são alguns dos principais dados do 30º relatório *WebShoppers*, divulgado pela empresa *E-bit*.

Um dos fatores responsáveis por este crescimento nas vendas é, segundo o relatório, a entrada de novos consumidores no varejo *on-line*, que, até junho de 2014, foi de 5,06 milhões.

O destaque do ano de 2014 é a famosa "*Black Friday*", que bateu recorde nas vendas *on-line* e registrou R\$1,3 bilhão em compras nos sites de comércio eletrônico, cifra alcançada em apenas um dia, com um aumento de 71% em relação ao ano de 2013. As informações foram divulgadas pela consultoria *Conversion*, especializada em internet.

Segundo Osmar Junior, Analista de Sistemas, o mercado de vendas está em constante crescimento, uma vez que, segundo ele, é muito barato criar um site e vender qualquer que seja seu produto. "Existem

diversas empresas especializadas em construção de lojas virtuais com baixos custos de criação", explica.



Existem muitas vantagens em se ter um comércio *on-line*, primeiramente porque sua loja está disponível 24 horas por dia, sete dias por semana. Além disso, é possível re-

passar um desconto maior ao consumidor final, tendo em visto o custo de contratação de vendedores e sem repasse de comissões aos mesmos. Também é retirado o custo de aluguel de uma loja física e investimento em decoração, etc. "Vale muito a pena vender pela internet. Dados mundiais apontam o crescimento das vendas pela internet, no Brasil, nos deixando entre os 10 países com maior potencial de vendas pela internet.

Ficamos atrás apenas de países como Estados Unidos, China, Japão, Alemanha, Reino Unido e França. E temos potencial de aumentar ainda mais essas vendas", conclui Osmar.

Para 2015, o Analista de Sistemas aposta em algumas áreas promissoras no comércio eletrônico. "As áreas que sempre estão no topo das vendas são as de eletrônicos. Itens de saúde e beleza também têm uma grande fatia do mercado, e outra área com muita procura é a dos cursos *on-line*, onde se pode aprender de tudo, desde uma simples aula de matemática até cursos de graduação completos." Explica. Mas, segundo ele, a área que vem despontando com muita força, nesses dois últimos anos, é a da pesca e *camping*. "Lojas virtuais que vendem material especializado nesse setor tem apresentado um ótimo crescimento em suas vendas. Aposte em alguma dessas áreas e, com certeza, terá grandes chances de sucesso", finaliza.

vivo

Só na Vivo você aproveita  
o melhor do seu smartphone  
para viver intensamente  
na velocidade 4G.

**Tatuí Telecom**



**Vivo. Líder absoluta em 4G no Brasil.**



Aparelho Moto G 4G

**12x SEM JUROS**

de **R\$42,00** /mês

No Smartvivo 500MB

- Tela HD de 4,5";
- Velocidade Quad-Core;
- Memória de 16 GB.



Aparelho Iphone6 16GB

**12x SEM JUROS**

de **R\$208,25** /mês

No Smartvivo 4GB

- Câmera 8MP;
- IOS 8;
- Tela HD de 4,5".

Aproveite com **MultiX Vivo** A partir de **R\$29,99** /mês

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

**Telefonica** No Mais Vivo. Saiba mais em [vivo.com.br/4G](http://vivo.com.br/4G)

**vivo** Conectados vivemos melhor.



O valor informado refere-se ao aparelho Moto G no valor à vista de R\$ 499,00 se habilitado no plano SmartVivo 500MB com desembolso mensal de R\$99,99/mês e aparelho Iphone 6 16 Gb no valor à vista de R\$ 2.499,00 se habilitado no plano SmartVivo 4GB com desembolso mensal de R\$ 259,99/mês. Valores com tributos e sujeitos a alterações seguindo a legislação vigente e as alterações da Operadora. Oferta válida para clientes de outras operadoras móveis que realizarem a portabilidade do número e contratarem um dos planos Vivo Pós participantes e para clientes Vivo, não fidelizados, que estejam ativos em um dos planos Vivo Pós participantes. Oferta válida até 20/12/2014. Ofertas sujeitas a análise de crédito e permanência mínima de 12 meses. Oferta de aparelho e plano válidos para o Estado de SP. Aparelhos limitados ao estoque. MultiVivo: período de adesão até 31/12/2014, podendo ser prorrogado a critério da Vivo. Promoção válida para os planos Pós, por aparelho adicional. Consulte mais informações, condições de uso dos serviços e informações sobre acesso à internet móvel em [vivo.com.br](http://vivo.com.br). Imagens ilustrativas.

# 2015

## O ano da luz

*Mais um ano com proposições e boas energias para todos*

Um ano começa e começam também novas proposições e ideias. Um mundo que está cheio do amor e fraternidade acolhidos pela época de natal. Assim começa o ano de 2015 para o planeta. E por decisão da Assembleia Geral das Nações Unidas, esse será o Ano Internacional da Luz, em reconhecimento à importância das tecnologias associadas à luz na promoção do desenvolvimento sustentável e na busca por soluções para desafios globais no campo da energia, educação, agricultura e saúde.

A ideia deste ano foi liderada pelo México, e entre os 35 países que apoiaram a proposta encontram-se o Chile, Israel, Nova Zelândia, Rússia, Sri Lanka, Estados Unidos, China, Cuba ou a Ucrânia. O objetivo é promover o conhecimento sobre o papel essencial que a luz desempenha nas nossas vidas, e assinalar, como refere a resolução aprovada pela Assembleia Geral da ONU, algumas datas científicas importantes, que, coincidentemente, fazem aniversários “redondos” nessa altura.

Em 2015, completam-se 100 anos da teoria da relatividade geral, de Albert Einstein. E os 110 anos da explicação do efeito fotoelétrico, também de Einstein e que lhe valeu o Nobel da Física de 1921, anunciado no ano seguinte (neste efeito, um fóton – uma partícula de luz –, ao incidir sobre certos metais, arranca electrões que aí se encontram). Outra data, entre outras: em 2015 comemoram-se os 50 anos da descoberta da radiação cósmica de fundo, a radiação emitida no Big Bang (ocorrido há 13.800 milhões de anos) e que banha todo o Universo. Por esta descoberta, os norte-americanos Arno Penzias e Robert Wilson ganharam o Nobel da Física, em 1978.

No horóscopo chinês, 2015 será um ano para relaxar e fazer as pazes com tudo e todos. As coisas vão progredir, lentamente, e as pessoas tenderão a ser mais sentimentais e emocionais. Haverá influências que trarão mais proximidade com o lar e com a família, fazendo com que as pessoas se importem mais com aqueles que estão perto e sejam

mais liberais com o tempo e o dinheiro.

Na numerologia, o número 8 representará o ano de 2015, obtido por meio da soma dos algarismos que compõem o ano universal:  $2+0+1+5 = 8$ . Esse número é considerado um número cármico, mas não no sentido negativo ou religioso, que, normalmente, está relacionado a essa palavra. Carma é simplesmente a Lei da Ação e Reação. Colocam-se um pensamento, uma emoção e uma ação em movimento. Como consequência natural, recebemos um efeito. 2015 será um ano marcado por situações difíceis para aqueles que não sabem se decidir em pouco tempo. Por isso, é preciso aprender a confiar que a vida é realmente feita de escolhas e que para cada uma delas haverá um resultado específico.

Por conta de tudo isso, 2015 será um ano em que precisaremos ter muita responsabilidade sobre nossas decisões. Afinal, a repercussão do que fizermos será na justa medida. Se formos merecedores de um resultado positivo ou de conquistas significativas, será porque agimos em conformidade com esse mérito.

IRMÃOS  
**TATU**  
O negócio é cavocar

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

**Solicite um orçamento!**

Sítio Santa Sylvania - Bairro Água Branca - Boituva/SP

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



2015  
Um  
Feliz

Agradecemos a todos que  
estiveram com a gente ao  
longo destes anos.

Nosso foco é crescer com  
você que acreditou em  
nosso projeto e o fez  
tornar-se realidade.

Que 2015 seja repleto de  
sucesso!



grupo  
**cedros**

CENTRAL DE ATENDIMENTO GRUPO CEDROS

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

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



*Há quem diga que o bebê pode se incomodar, mas pesquisas apontam que mal não faz.*

## O excesso de ultrassom prejudica o bebê?

**A**té aproximadamente 20 anos atrás, para ter ideia de como evoluía a gravidez de uma mulher, o médico tinha de contentar-se com os próprios sentidos e alguns aparelhos rudimentares. Fazia o toque vaginal, palpava o útero com as duas mãos, tentava ouvir o batimento cardíaco do feto, encostando um aparelho simples na barriga da mãe. Todas as verdades só seriam descobertas no nascimento do bebê.

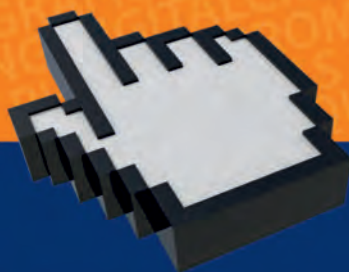
Foi só com o aparecimento da ultrassonografia que se pôde visualizar o interior do útero para saber como o feto estava se desenvolvendo. Nestes últimos anos, porém, os aparelhos de ultrassom se sofisticaram de tal maneira, que tornaram possível obter imagens muito nítidas da criança e do interior da cavidade uterina. Essas imagens não só satisfazem a curiosidade das mães, pais e avós, mas permitem que os médicos tenham acesso ao

local, introduzam agulhas para colher material para exame e avaliem as condições da gravidez e do feto, algo inimaginável há 20 anos. Contudo, é seguro expor o bebê tantas vezes ao mesmo exame? Ele não faz mal nenhum ao feto?

Estudos realizados, ao longo dos últimos 35 anos, não mostraram nenhuma indicação de que a ultrassonografia seja prejudicial. Há quem diga que o exame incomoda o bebê, mas não há pesquisas mais aprofundadas que comprovem isso. Como o som não é audível ao ouvido humano, não deve ser detectado pelo bebê. “Ele é um exame isento de contraindicações tanto para a mãe quanto para o feto. No caso do ultrassom com dopplerfluxometria colorida, que analisa o fluxo sanguíneo em diferentes vasos do corpo humano, recomendamos que seja realizado somente após a 9ª semana de gestação, para maior segurança”, explica, em entrevista para um site,

o médico especialista em medicina fetal e ultrassonografia Victor Bunduki, de São Paulo.

Geralmente, três exames são suficientes para o acompanhamento de uma gestação normal. A primeira ultrassonografia deve ser feita em 10-14 semanas e, preferencialmente, entre 11-13 semanas, pois nessa época pode-se avaliar a nuca do feto. Uma alteração na nuca fetal poderá significar maior risco de anomalia genética. O segundo exame deve ser feito entre 20-24 semanas. Esta é a melhor época para ver os órgãos do bebê como face, coração, pulmões, estômago, fígado, rins, bexiga e membros. É nessa época também que pode ser definido o sexo do bebê. O terceiro exame deve ser feito por volta de 34-36 semanas. A finalidade deste exame é verificar a posição do feto, avaliar a placenta, o volume de líquido amniótico e, principalmente, o bem-estar fetal.



**DG**  
**Digimeta**  
soluções web

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

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

## ESCARAS: PREVENÇÃO É O MELHOR REMÉDIO

**A**s escaras, também conhecidas por **úlceras de pressão** ou **úlceras de decúbito**, correspondem a um tipo especial de lesões da pele, de extensão e profundidade variáveis. A principal causa da formação de escaras é a **deficiência prolongada na irrigação de sangue** e na **oferta de nutrientes** em determinada área do corpo, em virtude da pressão externa exercida por um objeto contra uma **superfície óssea** ou **cartilaginosa**. Umidade e fricção são condições que ajudam a agravar o quadro.

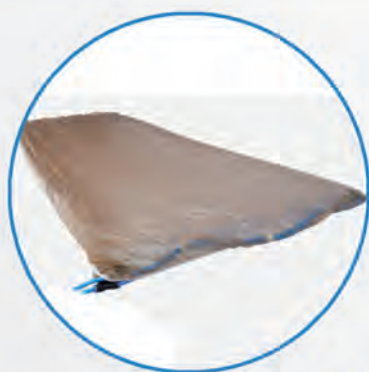
Para amenizar esse problema, a DACCOL desenvolveu um **colchão inflável de alta pressão**, que muda constantemente os **pontos de apoio**, evitando que haja compressão constante em pontos determinados, **evitando a escara**.

O grande diferencial é que, no produto, são utilizados **tubos muito flexíveis sem soldas**, podendo ser usado por **pacientes com até 250 quilos**.

Colchão inflável de alta pressão antiescaras



Controle Mod. DPC-03



Capa para colchão inflável de alta pressão antiescaras



Colchão inflável de alta pressão antiescaras

A cada **6 minutos**, tem-se uma **troca de posição** com **pontos de apoio** muito bem definidos em razão da alta pressão. Dessa forma, **evita-se a formação das escaras**.

O produto é composto pela **Unidade de Controle**, um **Colchão Inflável de Alta Pressão** e um **Lençol Impermeável tipo vapt-vupt**. Adequado para ser usado em cama hospitalar ou cama comum, tendo as seguintes dimensões de **1,80m X 0,78 X 0,03**, sendo de **fácil manuseio e instalação**.

A interligação do colchão com a unidade de controle é feita por tubos plásticos.

O produto pode ser fornecido em voltagens de **110v** ou **220v**, tendo baixíssimo consumo de energia e ruído praticamente nulo. Para mais informações consulte nosso **site [www.daccol.com.br](http://www.daccol.com.br)**

# FOOD TRUCK

## Comida de rua e da moda

*Caminhões servindo todo tipo de comida chegam à capital paulista e abalam suas estruturas*

Famosos em países do exterior, principalmente em Nova York, e quem já foi ou assistiu aos filmes que passam na cidade conhecem. Os *food trucks* chegaram ao Brasil há algum tempo e estão conquistando multidões. Esses caminhões são verdadeiras lanchonetes sobre rodas que se locomovem pela cidade e param em alguns pontos para fazer a venda de comida de rua.

Muitos deles já estão em pleno funcionamento na capital paulista, vendendo massas, hambúrguer *gourmet* e tacos. Isso foi possível graças à aprovação do decreto que permite a venda de alimentos frescos, industrializados ou perecíveis em São Paulo, que aconteceu no último mês por Fernando Haddad. Anteriormente, somente vendedores de cachorro-quente, pipoca e feirantes podiam vender comida em espaço público.

Para as sócias e criadoras do Guia *Food Truck* nas Ruas, Carla Somose e Kelly Fer-

reira, o *Food Truck* não é uma simples comida de rua. “É uma experiência gastronômica que se diferencia de uma simples comida de rua, pois os pratos são *gourmet*, ou seja, mais elaborados – e, na maioria das vezes, *chefs* de cozinha produzem as refeições. Toda essa sofisticação atrai um público formador de opinião para as ruas. Essa gastronomia agrada o paladar do público, pois é visivelmente diferente, com qualidade e tudo com muita higiene, segurança e economia, por isso a aceitação é muito positiva”, explicam.

Apesar dos impostos e da fiscalização, a lei trará vantagens tanto para quem quer abrir um negócio como para quem já tem um comércio de alimentos informal. Números do Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas de São Paulo (Sebrae-SP) indicam que o setor de alimentação é o que mais atrai empreendedores. Estudos de 2012 do órgão indicam que 140.910

das 728.077 micro e pequenas empresas (MPEs) paulistas voltadas para serviços são de alimentação. Isso representa 19,4% de todas as MPEs de serviços.

“Como é um negócio que está em expansão, novos *Food Trucks* estão aparecendo toda semana no mercado e essas novidades também despertam o interesse do público. E além da experiência gastronômica que proporciona e da culinária refinada, sofisticada e diferenciada, são “*Trucks*” personalizados, cada um com sua especialidade e identidade visual. Isso faz toda a diferença para o modelo de negócio, como para qualquer empresa corporativa. Toda essa personalidade traz um impacto no mercado, e muitas pessoas se identificam com o estilo dos *Food Trucks*, seja pela gastronomia ou pela própria comida, por isso a popularidade!”. Explicam as sócias.

Mobile gourmet Argentinian Food



# Espaço de eventos Castanheiro oferece grande estrutura na região

Festivais na hípica fecham o ano do espaço, que se firma no roteiro de eventos da cidade.

Informe publicitário hedar



O Festival do Cavalo Lusitano de Tatuí, ocorrido no último mês de 2014, fechou o ano de eventos do Espaço de Eventos Castanheiro em grande estilo. Ele foi palco de grandes decisões e momentos emocionantes, com a definição de campeões da temporada e liderança dos rankings de Adestramento, Equitação de Trabalho e Morfologia.

O evento contou com o apoio de diversas empresas, entre elas a incorporadora do Hotel Ibis Tatuí, Grupo Cedros - Consultoria Imobiliária de Negócios, que se instalou na cidade de Tatuí, desde o início de 2012. No festival, houve provas de salto, adestramento, apresentações funcionais, equitação, entre outras, sendo palco da última etapa do ano no Campeonato Brasileiro da Associação Brasileira de Criadores do Cavalo Puro Sangue Lusitano.

O cavalo lusitano tem conquistado bastante espaço dentro do universo equestre, devido ao seu comportamento dócil. Segundo os criadores, o animal é indicado para aulas de montaria, por exemplo. O festival, que aconteceu na Hípica Centaurus, reuniu criadores de todo o país.

O espaço de Eventos Castanheiro, que abriga a Hípica Centaurus, surgiu como uma oportunidade de explorar uma lacuna de eventos na região de Tatuí, uma vez que o mesmo estava ocioso. A hípica conta com duas pistas abertas e iluminadas,



EVENTOS  
CASTANHEIRO

pista de adestramento clássico oficial, redondel, pistas de aquecimento, pavilhão com 105 baias, de uso exclusivo para eventos, um picadeiro coberto de 20x60m com capacidade para 1000 pessoas, um espaço com churrasqueira com capacidade para 150 pessoas, sala de aula, vestiários, lanchonete e etc.

A estrutura para esportes equestres oferece, desde 2007, em Tatuí, um espaço completo dentro dos padrões, estando apto a receber eventos de diversos portes (leilões, feiras, exposições, clínicas, cursos, entre outros), com uma disposição para tratar com todas as raças equestres. É oferecido estabulagem de animais, escola de equitação, equoterapia, e Horseball masculino e Feminino.

Já o espaço para eventos sociais é completo e especial. Perfeito para os mais diferentes tipos de eventos, desde cursos até formaturas e grandes casamentos. Ele inclui, ainda, capela, chalés, ampla área verde, estacionamentos, banheiros, cozinha de apoio e depósitos. Já foram realizados diversos casamentos e já estão sendo preparadas formaturas para o começo deste ano. Uma das principais vantagens é o amplo espaço que oferece, aliado à simplicidade, conforto e charme, além de ser seguro e próximo à cidade.

Elméc



# Planejamento Financeiro Pessoal

*A Importância do Planejamento Financeiro  
Para Qualidade de Vida*

**D**epois das festas de final de ano, confraternizações com amigos e familiares, dos presentes e mais presentes, das viagens com a família, certamente, todos nós ansiamos por um ano melhor, por menos corrupção em nosso país, por mais qualidade de vida, alguns planejam emagrecer, outros voltar a estudar, outros, talvez, mudar de emprego, ou quem sabe, comprar um carro novo. Há os que prometeram dedicar-se mais à família... A mudança no calendário... É como se a nossa vida, simplesmente, se transformasse quando o relógio anuncia meia noite: esse momento 31/12/2014 à 00h - faz com que todas as nossas falhas, nossos vícios, nossos problemas fiquem para trás, e à 00h01 do dia 01/01/2015, automaticamente, nós nos transformamos em pessoas melhores. Agora, todos os nossos planos vão dar certo, vamos colocar nossas finanças em dia, vamos trabalhar melhor, estar mais próximos da família, enfim, nossa vida irá entrar no ritmo que sempre sonhamos, vamos ganhar dinheiro, emagrecer, fazer exercício, ter mais saúde, etc. Será que tudo isto vai acontecer somente porque o calendário mudou?

É tão obvio que, às vezes, nem percebemos

ou, talvez, fingimos não perceber, mas, absolutamente, nada mudou, ou melhor, mudou sim, o calendário mudou, agora estamos em 2015... E nada vai acontecer de novo, a não ser que estejamos realmente dispostos a fazer as coisas acontecerem. Existe uma frase creditada a Albert Einstein, da qual gosto muito e diz o seguinte: "Insanidade é fazer as mesmas coisas e esperar resultados diferentes". Por isso, quer mudanças para a sua vida? Comece mudando as suas próprias atitudes!

Mas, voltando ao nosso tema: "o que qualidade de vida tem a ver com planejamento financeiro"? Eu diria simplesmente: "TUDO"! Pois se estiver com as suas contas atrasadas, com banco e a operadora do cartão de crédito ligando toda hora, a despesa estiver vazia, dificilmente você conseguirá ter uma vida tranquila, ficará estressado, dormirá mal, os conflitos familiares, certamente, irão aparecer e, como consequência, a baixa autoestima, o que, possivelmente, irá culminar em resultados ruins no trabalho. Diminuindo ainda mais os ganhos, pois quem não produz, não ganha, gerando com isto: mais incertezas, menos noites de sono e, assim, se forma um ciclo sem fim... Até chegar a uma situação insustentável.

Por isso, hoje, a educação financeira passou a ser também uma preocupação das grandes empresas, que tentam preparar seus times para lidar com o planejamento financeiro doméstico de forma mais organizada, evitando quedas na produção, desmotivação e baixa produtividade. Portanto, verifique se a sua empresa oferece algo neste sentido, e se ainda não, quem sabe este é um item que pode entrar no planejamento da organização para 2015.

No início do ano, além dos excessivos gastos normalmente realizados em dezembro, existem as despesas extras; matrículas, uniformes e material escolar, IPTU, IPVA e mais um monte de coisas que atrapalham e prejudicam o orçamento. Neste período, se não houver um planejamento financeiro adequado, feito com antecedência, já vamos começar o ano "no vermelho". Assim, o melhor meio de evitar surpresas é montar uma planilha de controle financeiro, na qual TODAS as despesas do ano estarão contabilizadas, anotando cada um dos seus gastos, sem exceção, partindo desde o cafezinho na padaria, passando pelas roupas, escola, aluguel, condomínio, enfim, colocar absolutamente tudo no papel e comparar com os seus rendimentos líquidos (já extraídos os impostos), e então analisar se o orçamento está equilibrado ou se precisará de ajustes e cortes. Lembrando que é importante ter uma reserva de, pelo menos, 20% dos seus rendimentos mensais, para utilizar com as consideradas despesas extras e emergenciais, coisas que podem acontecer de forma inesperada e prejudicar todo o seu orçamento.

Estas planilhas estão disponíveis na internet, e a maioria delas pode ser ajustada de acordo com as suas necessidades, algumas oferecem gráficos por tipo de gastos, outras têm conexão com smartphones e equipamentos portáteis, permitindo que você anote os gastos mais comuns e corriqueiros do dia a dia.

Faça esta experiência, tenho certeza que, além de se surpreender com os valores gastos com coisas banais, se você de fato estiver disposto a tornar este controle um hábito, isto pode transformar sua vida financeira.

Espero que tenha um excelente ano, que consiga planejar suas finanças de forma adequada e possa melhorar sua qualidade de vida.

Um abraço e que 2015 seja um grande ano para todos nós.

Julio César Gomes

Professor Universitário, Especialista em Marketing e Vendas pela FGV, Consultor na Área de Atendimento ao cliente.

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



# Dê um Feliz

# 2015

## para seus filhos!

**MATRÍCULAS ABERTAS**  
**Descontos Especiais!**



Para ser ideal, um colégio precisa ter conteúdo forte, professores feras, instalações adequadas e equipadas e uma metodologia de ensino que estimule o aprendizado e a criatividade. É por isso que o Colégio Ideal de Tatuí tem esse nome. Além de tudo, é o único da cidade com o imbatível sistema COC de ensino.



**Colégio Ideal** **coc**

Agora sob Direção do Grupo Educacional FSP

Consulte: (15) 3205 2160  
Tatuí/SP (Em frente ao novo fórum)

# Com maior expectativa de vida, aposentadoria sofre mudanças.



**C**om o aumento da expectativa de vida do brasileiro, constatado em pesquisa do IBGE, os brasileiros estão vivendo três meses a mais, em média, o que pode provocar perdas no valor da aposentadoria, fazendo com quem se aposente, hoje, por exemplo, com um salário de R\$ 1 mil, tenha de trabalhar quase três meses a mais para manter o mesmo valor da aposentadoria e evitar perdas.

Se por um lado, em nosso país, os homens passaram de uma expectativa de vida de 71 anos para 71,3 anos, esse aumento na longevidade

aposentadoria. Isto ocorre devido ao fator previdenciário, cálculo usado pelo sistema da previdência para estabelecer os valores das aposentadorias; vários itens compõem este cálculo, como tempo de contribuição e idade, mas o peso maior é do índice de expectativa de vida. Na prática, segundo especialistas, quando maior a expectativa de vida, maior a redução na aposentadoria, ou então a pessoa tem de trabalhar mais para manter os mesmos níveis. É o caso de quem ganha mil reais, hoje, de aposentadoria, com o aumento na expectativa de vida, as perdas chegam a R\$ 9,20 por mês (para os homens) e R\$ 7,80 ao mês para as mulheres. Para não perder dinheiro, a pessoa teria de trabalhar 79 dias a mais.

## O que fazer

Especialistas em direito previdenciário alertam que o trabalhador deve programar sua aposentadoria ao longo do tempo, conhecendo as regras do fator previdenciário. Segundo eles, o fator foi criado para inibir a aposentadoria precoce e ajudar a equilibrar as contas da previdência. O fim do fator previdenciário é um dos temas a serem debatidos na reforma da previdência, prevista para este ano.

*Valores podem sofrer redução*

significa uma redução de 0,92% no valor da aposentadoria. As mudanças também afetam as mulheres, que passaram de uma expectativa de vida de 78,3 anos para 78,6, o que representa uma redução de 0,78% na



**DESIMAX**  
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO  
COM NOSSO REPRESENTANTE:

15 97582882

[WWW.DESIMAX.COM.BR](http://WWW.DESIMAX.COM.BR)

**SOLTER**  
AQUECEDORES SOLAR  
Proporcionando conforto para você e sua família.

Vendas, instalações e Manutenções  
Aquecimento solar de Banho  
piscinas e Banheiras

**Rinnai** **JELLY FISH**

Rua 7 de Setembro, 271D, Tatuf/SP (15) 3259-3021/3259-2375  
[www.solteraquecedores.com.br](http://www.solteraquecedores.com.br)



CHURRASCARIA



MATE AMARGO

EMEC

Enquanto você está almoçando, o seu carro está sendo bem cuidado!



**AUTO POSTO TREVO I**

**Troca de Óleo**

**Carro e Moto**

(15) 3251-4852 / 3251-8240 (churrascaria Mate Amargo)

Rod. SP127 | KM113 | Tatuí/SP



**POSTO  TREVO**

**AUTO POSTO TREVO II**

Venha aproveitar o seu **HAPPY HOUR** com os amigos!



**Troca de Óleo e  
Lavagem de Carro**

Rua XI de Agosto, 1150 | Tatuí/SP

(15) 3251-1010



# Casos de AIDS crescem no país

*Especialistas alertam os jovens e dizem que eles não têm mais a mesma percepção do risco que correm*

**E**m dezembro, é comemorado o Dia Mundial de Luta Contra a Aids, uma doença que, infelizmente, ainda precisa ser lembrada, e, atualmente, muito lembrada. No último mês, foi feita uma intensificação do trabalho de conscientização, por conta dos números assustadores que foram divulgados pelo Ministério da Saúde. O doutor Dráuzio Varella explicou por que a Aids voltou a assustar tanto e a preocupar tanto: “Houve um aumento absurdo dos casos de Aids entre os jovens nos últimos anos. Neste sentido, nós, no Brasil, estamos indo na contramão de outros países”, afirma o médico.

Segundo a Dra. Mariana Char, Infectologista, a tendência, hoje, no Brasil, é de estabilização no número de novos casos de HIV. Porém, os últimos dados sobre a doença revelam aumento nas taxas de infecção em algumas populações específicas, como jovens de 15 a 24 anos, especialmente entre homossexuais. “Estima-se, hoje, que haja 734.000 pessoas que vivem com HIV, no Brasil. A in-

cidência no grupo de jovens de 15 a 24 anos aumentou de 9,6 casos/100 mil habitantes para 12,7/100 mil”, explica a médica.

Para os especialistas, os motivos que levam à contaminação estão a sensação de invulnerabilidade, a discriminação, o uso de drogas, má comunicação com esse grupo e, principalmente, o não uso da camisinha. “Uma possível explicação para esse aumento é que os jovens não estão se prevenindo, não fazem uso do preservativo como deveriam. E isso é notado por nós na prática diária, nas conversas com os pacientes. Pelos mais diversos motivos, como falta de preocupação com as possíveis Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST) a que são suscetíveis, recusa do parceiro(a) e talvez também por não terem vivido o início da epidemia do HIV, onde a mortalidade era altíssima”, diz a Dra. Mariana.

O Ministério da Saúde lançou, no mês de dezembro de 2014, uma campanha voltada para o público jovem. Com o slogan #partiu teste, a ação visa informar so-

bre a prevenção do vírus HIV, com material específico para a população jovem gay e também para travestis. Nas peças publicitárias, é destacada a importância de se iniciar o tratamento logo depois de um resultado positivo.

A médica explica também que ainda existem pessoas que morrem de AIDS. Geralmente, aquelas com diagnóstico tardio, que chegam com a doença extremamente avançada, já sem possibilidades terapêuticas. “Há ainda aqueles que conhecem o diagnóstico, mas não aderem ao tratamento, não tomam as medicações, mantêm hábitos de vida ruins, como uso abusivo de álcool e drogas ilícitas”, explica.

Ela conclui dizendo que, quando um paciente recebe o diagnóstico de HIV, prontamente lhe é oferecido o tratamento medicamentoso com antirretrovirais, que são as drogas que atuam controlando o vírus, reduzindo significativamente sua quantidade no organismo. Isso promove a recuperação da imunidade, o que é importante para a qualidade de vida do paciente, que fica livre de doenças oportunistas. O paciente faz acompanhamento com 3 ou 4 consultas por ano, onde são feitos também exames de controle da imunidade e carga viral.



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

- Areia Fina e Média
- Pedra e Pedrisco.

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



cada um no seu mundo  
**MODA**

# Camila Klein do Brasil para o mundo

*Designer de joias cria verdadeiras obras de arte  
no mundo da joalheria*

**S**empre muito fascinada pelo mundo das artes e da cultura, Camila Klein foi apresentada ao mundo da moda ainda muito pequena pela família e costumava perder a noção do tempo olhando as vitrines das joalherias no shopping. Quando chegou à adolescência, um pouco mais velha, começou a se envolver com contas e pedrarias e se encantando por esse mundo.

Resolveu, então, cursar artes plásticas e começou a desenvolver acessórios para renomadas marcas de roupa, antes de decidir, finalmente, investir em seu próprio negócio e criar, em 2000, a marca que leva seu nome. Hoje, quem cuida da empresa é o casal Luis Fernando La Selva e Camila Klein, diretores do empreendimento. Ele, nos números, ela, na criação. A visão de ambos levou ao grande crescimento da marca, que, hoje, está presente em todo o país, emprega mais de 200 funcionários, e mira na contínua expansão da marca.

Cada vez mais reconhecida, Camila é publicação certa nas principais revistas e sites de moda do Brasil, e foi considerada mais que uma designer, uma artista, pela revista VOGUE: "Camila Klein conquistou a elite fashion com suas bijoux exageradas na medida certa". Com suas importantes criações, a artista vem se destacando também na mídia internacional.

Sua primeira loja foi inaugurada em novembro de 2006 e, atualmente, possui sete lojas próprias, cinco em São Paulo e duas no Rio de Janeiro. Em 2012, a marca dá grandes

passos e, além de abrir duas lojas, a designer também lança o seu novo site e e-commerce. A marca também está presente, estrategicamente, nas melhores multimarcas em todo o país. O sucesso de Camila Klein já ultrapassa as fronteiras. Suas criações são exportadas para os cinco continentes e a marca também se encontra em lojas de joias espalhadas pelo mundo em conjunto com estilistas e designers de acessórios renomados. A grife ainda marca presença em grandes feiras e encontros de negócios, nacionais e internacionais.

Recentemente, a artista lançou sua coleção Verão 2015. Na nova coleção, sua inspiração surgiu de ornamentos de livros, tapeçarias, construções e objetos originários de diversas épocas e locais. Camila imaginou um futuro no qual culturas e costumes de diferentes épocas coexistem harmoniosamente! A coleção é dividida em 7 linhas que a marca chama de famílias: Ambrogio, Apulia, Hágia, Susa, Jumièges, Savonnerie e Lale.



CONECTE-SE COM A GENTE!



[www.revistahadar.com.br](http://www.revistahadar.com.br)  
[facebook.com/hadar.tatui](https://facebook.com/hadar.tatui)

ESPAÇO  
**MarilsaGigo**



Fotos: Carolina Nunes

ElmeC

STROKE | nem | CAMILA KLEIN | CHOLET® | SIMONE FRANCO  
 MOB | Estela Geromini | Lulu | LETAGE | JEANSERIA

# Plus Size

Não é mais sinônimo de “roupa de vó”

*A moda praia ganha novas cores e estampas, ensinando como valorizar as curvas certas.*

A mídia, em geral (televisão e editoriais de moda), acaba impondo um padrão de beleza ao mundo que, normalmente, não corresponde à realidade vivida por todos, e por conta disso, muitas pessoas defendem a ideia de que quem é gordinha não deve usar biquíni na piscina ou na praia. Tudo isso acaba gerando sentimentos de insegurança e não aceitação do próprio corpo em algumas mulheres.

E como metade da população vive essa realidade, pois está acima do peso e não tem o corpo perfeito e sarado que gostaria de ter, acaba escondendo o corpo atrás de maiôs ou biquínis grandes demais e, muitas vezes, escuros.

Segundo Mariana Doval, consultora de moda de Mairinque, os modelos ideais devem ser aqueles que valorizam o que a mulher tem de melhor. “Biquínis muito grandes acabam aumentando algumas partes do corpo e fazem com que elas pareçam maiores do que realmente são. O biquíni deve acinturar e modelar o corpo de qualquer pessoa”.

## Truques da consultora:

**Para disfarçar a barriga** – É simples, deve-se fugir de modelos de amarrações laterais ou cortininha, pois, além de aumentarem a silhueta, ainda podem ser desconfortáveis para um banho de mar ou piscina. Prefira calcinhas de cós mais alto e lateral larga, elas ajudam a disfarçar as gordurinhas extras. Um exemplo é o *hot pant*, que foi moda nos anos 60 e está reaparecendo como tendência para verão 2015.

**Para realçar os seios** – *Tops* estruturados são ótimos, pois dão uma sustentação maior, já que, normalmente, as gordinhas costumam ter seios volumosos. Alças largas também ajudam a não machucar a pele e evidenciar os seios, modelando-os. Os bojos e cortininhas devem ser evitados.

**Para usar estampas** – Ninguém quer ir à praia ou à piscina parecendo que pegou o biquíni da avó, e por conta disso, modelos estampados são uma opção interessante. Mas

devem ser usados com cuidado. Listas na horizontal e estampas muito grandes devem ser evitadas. Estampas de flor e poá são lindas, mas deve-se escolher as menores e com fundo escuro de preferência, pois ele ajuda a diminuir o tamanho da silhueta.

**Para realçar a cintura** – Maiôs não são proibidos, claro, e há quem prefira usá-los, por achar mais confortável. Para isso, escolha os que têm uma faixa ou uma estampa na linha da cintura, pois ajuda a deixar a cintura mais fina e o corpo mais modelado.



## One Store Marisol

**Promoção de verão tudo com até 40%.\***

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



\* Consulte o regulamento interno da loja.



## Cia Fitness

**Alto Giro juntinho seja aonde você for.**

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

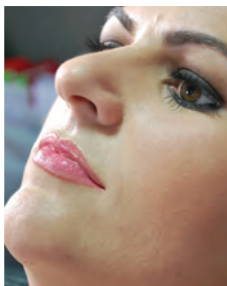
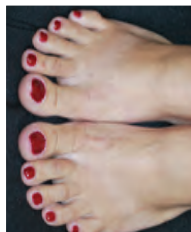
## Kanguru Bolsas

**A volta às aulas vai ser muito divertida.**

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



# O Dia de Patrícia



**F**eliz 2015! Iniciamos mais um Realize-se, e este mês está tão especial quanto os outros que já fizemos, pois você irá conhecer a história de Patrícia, que mora na cidade de Taubaté, trabalha como faxineira, é casada com Alan e mãe das pequenas Isabelle e Gabriele.

Patrícia tinha um grande desejo de fazer uma cirurgia bariátrica e em março de 2014, ela conseguiu através de seu plano de saúde. Patrícia pesava 113 kg, hoje, já perdeu 38 kg, porém, ela escreveu um e-mail para nós, pois a transformação ainda não havia sido completa, já que ela queria mudar o visual.

Quando nós, da revista Hadar, ligamos, Patrícia ficou muito feliz e na hora disse que toparia uma transformação. E, então, demos início a mais um Realize-se!

## Chegou a hora de ir às lojas...

Na **Zillef Jeans**, Kelly e Jéssica montaram vários looks, e Patrícia escolheu uma regata preta, uma calça jeans coral e um cinto. E quando achamos que já estava tudo certo, o proprietário Renato surpreendeu nossa realizada dando mais uma calça jeans preta que ela até se emocionou!

O sapato modelo *peep toe*, com salto estampado, foi um presente da Poliana da loja **Caçados & Cia**, e os brincos e o anel dourado com pedra laranja chiquíssimo foram dados pela Néia da **Alternativa Trajes e Acessórios**.

A **Ótica Virtual**, mais uma vez, fez questão de participar e Sonia ajudou a escolher um par de óculos de sol, de acetato, com lentes degradê e proteção UV maravilhoso. A *lingerie* ficou por conta da **Miriam Lingerie**, e Paula presenteou Patrícia com um sutiã com bojo e calcinha fio dental na cor *off*, com bolinhas pretas, tudo muito elegante.

A bolsa lindíssima de couro ecológico na cor nude é da **Chuva Doce**, e a proprietária Flávia fez questão de participar. O perfume *Love Dreams* da linha Cuba, para mulheres que gostam de um aroma suave de bambu, rosa branca, jasmim, âmbar, cedro e *musk*, foi escolhido especialmente por Ronaldo da **Loja Celina**.

## Hora de cuidar da Beleza...

Nossa realizada começou a transformação cuidando da beleza e da saúde dos pés na **Utiloc Centro de Podologia**, com a Dra. Márcia. Primeiro, foi realizada uma higienização, em seguida, uma esfoliação e, para hidratar, Dra. Márcia complementou com mais um creme para finalizar a hidratação. Foi feito também um lixamento das lâminas e limpeza geral com broca; e na parte plantar, que é a sola dos pés, foi feito um lixamento total, que a nossa realizada amou. Patrícia nunca havia ido a uma podóloga e ficou encantada com o resultado.

A cabeleireira Karina do **Studio Ká - Cabelo e Corpo**, mais uma vez, esteve presente em nosso Realize-se e começou a transformação fazendo uma hidratação intensa e fortalecedora da *L'oréal* e, enquanto o produto agia, Karina fez um *design* lindíssimo nas sobrancelhas de Patrícia, o que levantou o semblante da nossa realizada.

Karina lavou os cabelos da Patrícia e fez um corte *chanel* super moderno, levemente repicado, e finalizou com uma escova que deu mais volume e mostrou o corte super estiloso.

As unhas ficaram por conta das meninas do **Club da Unha**, que deram um atendimento vip. Como Patrícia já havia ido à podóloga, a manicure Beatriz pintou as unhas dos pés na cor vinho clássico da *Avon*. Já a manicure Vivian cuidou das mãos, e, para pintar, Patrícia usou a mesma cor dos pés. E Vivian finalizou, aplicando uma película com a técnica de filha única na cor banca com rosas, um luxo!

Voltamos ao **Studio Ká**, e Karina, caprichou na maquiagem da nossa realizada. Karina usou base, pó, *blush* na cor bronze, para os olhos tons de sombra marrom e preta, rímel, lápis, e para os lábios batom rosê. Para finalizar, usou um fixador. Todas as maquiagens usadas são importadas como *MAC*, *Sephora*, entre outras...

## Hora do jantar com a família...

Levamos a família de Patrícia até o **Paulinho Choperia** e lá eles foram super bem atendidos e ficaram super à vontade na escolha do cardápio. Alan escolheu arroz, virado de feijão, bisteca e salada. Patrícia escolheu para ela e para a pequena Gaby, arroz, virado de feijão, batata frita e parmegiana. E Isabelle optou por um delicioso misto quente. Todos beberam suco natural de laranja e, como sobremesa, cada um escolheu um sorvete.

Parabéns, Aline! Que em 2015 outros sonhos possam se realizar!!!





Paulinho Choperia



Miriam Lingerie



Chuva Doce



Alternativa Trajes e Acessórios



Utiloc Centro de Podologia



Loja Celina



Calçados & Cia



Ótica Virtual



Club da Unha



Zillef Jeans



Studio Ká - Cabelo e Corpo

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

**Zillef Jeans**, Rua Prudente de Moraes, 383, Centro, Tatuí, fone (15) 3259-7371, lojas também na Rua XV de Novembro, 232, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-3566; **Calçados & Cia**, Rua 11 de Agosto, 405, Centro, Tatuí, fone (15) 3205-1234; **Alternativa Trajes e Acessórios**, Rua 11 de Agosto, 436, Centro, Tatuí, fone (15) 3259-1612; **Ótica Virtual**, Rua 13 Maio, 539, Centro, Tatuí, fone (15) 3259-2783; **Miriam Lingerie**, Rua Dr. Prudente de Moraes, 207, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-2318; **Chuva Doce**, Rua XV de Novembro, 275, Centro, Tatuí, fone (15) 3305-4485; **Loja Celina**, Rua José Bonifácio, 853, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-4263/3251-6684; **Utiloc Centro de Podologia**, Rua Santa Cruz, 140, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-6957/99736-9361; **Club da Unha**, Av. Firmo Vieira de Camargo, 800, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-2709; **Studio Ká - Cabelo e Corpo**, Rua Adauto Pereira, 112, Centro, Tatuí, fone (15) 3251- 9265; **Paulinho Choperia**, Rua São Bento, 700, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-6105.

Apoio: **Elmec Comunicações**.

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

# Cinza é o novo bege na decoração

*Tons neutros ganham espaço e marca de cores lança paletas para 2015*

**A**ssim como em todos os outros universos, as tendências de decoração também se renovam a cada ano. Entre as mudanças apresentadas, normalmente, as que se destacam são as alterações na paleta de cores. Muito utilizada nos dias de hoje, a cromoterapia está sendo usada nas empresas e nas casas, pelo poder que as tonalidades exercem sobre cada pessoa e ambiente.

Este ano, foi lançado o catálogo da PANTONE com as combinações. Isso significa que a marca das cores antenada às tendên-

cias de comportamento, lança não só a cor que deve ser ícone do ano, como paletas de cores que devem se ressaltar e marcar os ambientes. A cor do ano, escolhida pela marca, é a cor Marsala (18-1438), trata-se de uma tonalidade mais robusta e forte. Um tom de vinho mais claro e mais terroso. Segundo a PANTONE, é uma cor sutilmente sedutora, que nos atrai pelo seu calor envolvente!

Para todos que trabalham com desenvolvimento de produtos, moda, décor e festas, vale espiar as combinações sugeridas e tirar inspirações! São, ao todo, nove paletas

de cores compostas a partir de pesquisas no mundo todo. Cada cartela sugere um tema central e mistura tons quentes e frios. Dá para imaginar combinações inusitadas tanto para decoração de espaços como mesa de festa!

Focando nas cores neutras, a ideia de composição é explorar um universo lúdico e criativo, no que diz respeito aos ornamentos. E, ao mesmo tempo, manter a neutralidade na paleta das paredes. Os tons de cinza são o novo bege, como a grande aposta do setor para manter o ambiente clean. Do cinza claro ao expressivo cinza chumbo, a variedade se mantém entre o branco e o preto, demonstrando a estabilidade e neutralidade da cor.

A combinação de várias tonalidades é essencial, em nuances, predominantemente, suaves e tons pastéis (todas reforçadas pela cor do ano), enquanto o uso de materiais desgastados, sobrepostos e opacos dá mais sensação de profundidade.

Do ponto de vista terapêutico, a cor cinza - que foi a principal surpresa dessa paleta - aumenta a conexão com a Terra, sendo ideal para ambientes como home offices e mesmo em áreas corporativas, onde é necessário tomar decisões e manter o pé no chão. Além de ser uma boa alternativa para manter ambientes organizados e explorar a independência.





**Pedras Prudente**  
Tudo em pedras decorativas

[www.pedrasprudente.com.br](http://www.pedrasprudente.com.br)  
[vendas@pedrasprudente.com](mailto:vendas@pedrasprudente.com)  
[facebook.com/pedrasprudente](https://www.facebook.com/pedrasprudente)

Caco Mesclado



Mosaico 3D



Pedras para piscinas



**(15) 3251-1487**  
Rua Cornélio Vieira de Camargo, 255 - Centro - Tatuí/SP

**CAIXA**  
Construcard







Av. Salles Gomes, 146 - Tatuí/SP (15) 3305-7000/3251-4519/ID: 649\*1788  
[setalserralheria@hotmail.com](mailto:setalserralheria@hotmail.com)



# Cesário Lange

O comércio que cresce junto com a cidade



Elme



A beleza do campo está no cuidado de cada um

ATENDEMOS A REGIÃO

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

**Auto Posto Elisa**

**BR**

**40 anos de qualidade  
e bom atendimento.**



**Box para troca de óleo  
de motos de todas as  
cilindradas.**



**Gasolina GRID | Gasolina comum tradicional  
Álcool comum | Diesel S 10 – aditivado  
Diesel S 500 – aditivado**



**Transporte Próprio de combustível**

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

Elme

# Adaptações

*A lei de acessibilidade veio para ficar!*

**T**rata-se da lei de acessibilidade (NBR 9050), que dia após dia, passa a fazer parte de nosso cotidiano. A implantação desta lei possibilitou, aos portadores de deficiência, o direito de ir e vir, injetando ânimo à inclusão social.

Atualmente, seu uso é obrigatório, em estabelecimentos de uso público e privado. E para se adaptar à norma, basta apenas procurar um profissional da área, engenheiro ou arquiteto, que desenvolverá adaptações necessárias para cada tipo de situação. Um projeto de acessibilidade requer banheiros

adaptados com barras de apoio, portas, sanitários e pias especiais, além do mais, rampas de acesso com inclinação entre 3 a 8% e diversos tipos de sinalizações.

A norma existe e é obrigatória, mas existem várias pessoas que se utilizam dela, para trazer conforto e segurança para dentro de suas casas. Caso você tenha algum ente querido que esteja necessitando de maiores cuidados, no dia a dia, uma boa solução é instalar barras de apoio dentro do box do banheiro e próximo a sanitários para proporcionar um maior conforto e segurança a eles.

As rampas de acesso interno e externo podem fazer parte do projeto de uma casa desde cedo, não precisa esperar a idade chegar para pensar na acessibilidade. Pense em utilizar a norma desde já porque conforto é bom sempre.

Feliz Ano-Novo a todos!

Veridiana Pettinelli  
vpettinelli@yahoo.com.br





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



**ADNEI DAS PEDRAS**

Tudo em pedras decorativas e também mármore e granitos  
 Rod. Mário Batista Mori, 424 - Vl. Angélica  
 Tatuí/SP - (Próximo à Rontan)  
 (15) 3251-9936 / (15) 99781-5677  
 www.adneidaspedras.com.br



Decoração em geral, Projetos e Manutenções (Box)  
 Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, 755 - Centro  
 Tatuí/SP  
 (15) 3251-1668  
 centerboxtatui@hotmail.com



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



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

# O que dizem os astros s



## *Previsões são tradição*

2015 mal acabou de nascer e as pessoas já fazem previsão para quase tudo. Prever o futuro não chega a ser uma ciência exata e é por isso que os erros são comuns e quase sempre mais lembrados dos que os acertos. Mas sempre existirão aqueles que pautam suas vidas pelo que dizem os astros e até quem se diz cético gostar de olhar as previsões, esperando boas notícias e bons fluídos.

Segundo o site [www.2015online.net](http://www.2015online.net), “as previsões astrológicas são sempre vistas em dois prismas, por pessoas que acreditam e já se preocupam, ou se empolgam para o ano seguinte, e também tem aquelas pessoas que não levam em consideração, visto que, em grande parte do que os astrólogos apontam, em proporções, os erros são mais constantes, mais do que propriamente os acertos”.

**Áries:** Emoções problemáticas para a galera de Áries. O início do ano será de dificuldades, mas, com o passar do ano, os ares mudarão.


**Touro:** 2015 será de reconciliações harmoniosas. Fatos externos serão mais presentes que o habitual.

**Gêmeos:** Em 2015, as realizações serão constantes, adicionado de êxitos nas conquistas.

**Câncer:** Dificuldades no início de 2015, mas com força e fé os cancerianos podem superar os obstáculos e vencer.

**Leão:** 2015 será de alternância entre momentos bons e ruins.

**Virgem:** Ficar atento às amizades para não ter decepções durante o ano 2015. Preocupe-se com o atual momento.



# Sobre o ano que começa

*em muitas culturas*

31

**Libra:** Paixões estarão presentes em 2015, acompanhadas de alguns problemas, mas que são fáceis de superar.

**Escorpião:** Em 2015, a intuição estará em foco, acompanhada da entrada de novas pessoas na vida.

**Sagitário:** O ano de 2015 será de novas conquistas, mantenha o foco que o sucesso estará presente.

**Capricórnio:** O ano de 2015 será de paixões e romances, tendo maior ação sobre o lado material da vida.

**Aquário:** Decepções no início de 2015, mas com mudanças radicais, que garantirão um restante do ano de maior êxito.

**Peixes:** 2015 será de grande sucesso em diversas áreas da vida, incluindo o lado amoroso.

E, como sempre, há aquelas previsões sombrias, de catástrofes naturais e epidemias devastadoras (basta lembrar o recente surto de Ebola em países africanos), e não poderia faltar para este ano, o temor de um avanço do vírus H1N1, causador da Gripe Suína. Especialistas preveem que o vírus sofrerá mutações, ficando mais potente e infectando milhares de pessoas até o final de 2015. E, além do vírus, há uma bactéria asiática ainda desconhecida, mas que está se desenvolvendo, perigosamente, sendo resistente aos antibióticos.

Agora, para aqueles que se guiam pelos signos do Zodíaco, 2015 promete ter de tudo um pouco: dificuldades, superação, vitórias. Cada um dos 12 signos terá sua cota de bons e maus momentos, com a ressalva de que, para alguns, a frequência de conquistas e bons momentos será maior do que para outros. Veja, agora, como será o seu ano, segundo os astros.

**E**m um ano de definições e ajustes na economia, começando pela troca do ministro da Fazenda (sai Guido Mantega e entra Joaquim Levy) e muitas re- viravoltas na política, o consumo das famílias brasileiras deverá ser menor do que em anos anteriores. Esta é uma situação que já começou a ser sentida no Natal de 2014, pois pesquisas já apontaram a intenção do brasileiro de gastar menos com as compras de fim de ano. Muitos devem aproveitar as promoções de janeiro para comprar, uma situação que vem se repetindo já há algum tempo.

Diante deste quadro, comerciantes, empresários e associações de lojistas apostam nas promoções para manter o nível das vendas durante todo o ano. Além das datas tradicionais, como Dia dos Namorados, Dia dos Pais, Mães e Crianças, ocasiões como o Dia Internacional da Mulher ou a Semana do Freguês se tornam opções para vender mais e, a cada ano, recebem mais atenção dos comerciantes e também do consumidor, que está cada vez mais atento e cauteloso com o gasto do seu dinheiro.

Pesam nas expectativas dos empresários as recentes melhorias nos indicadores sociais e econômicos, como por exemplo, a entrada no mercado de consumo de milhões de pessoas que saíram da faixa da miséria e, atualmente, estão comprando e consumindo produtos e serviços que, até há pouco tempo, eram inacessíveis. Outro ponto positivo é a melhora no nível salarial do país, o que faz as famílias terem um orçamento maior, permitindo mais gastos.

Neste contexto, aliado a uma ainda incipiente recuperação da economia, fazer promoções e liquidações, com olho em um mercado que tem grande potencial, é um instrumento cada vez mais usado por comerciantes e empresários.

“Fazer promoções em janeiro é uma prática que funciona muito bem”, afirma Jonas Caetano Filho, proprietário da rede de lojas de materiais para construção que leva o seu sobrenome. “Inclusive tem clientes que esperam as promoções de saldão para efetuar as compras em janeiro”, acrescentou Caetano.

Para o resto do ano, ele ressalta que o comércio “sempre acredita em boas vendas”, mas faz uma ressalva diante das circunstâncias políticas atuais, “pois mostram o contrá-

rio. Em minha opinião, vamos ter que viver o ano, mês a mês, com muito entusiasmo para não gerar ainda mais efeitos negativos e, conseqüentemente, menos vendas”.

### **Cerquilha**

Para Isauro de Oliveira Filho, gerente da Associação Comercial de Cerquilha, as promoções em janeiro estão “cada vez mais co-



# Deverá ser um ano de

Empresários e lojistas acreditam que promoções e liquidações devem manter comércio aquecido







munas. As famílias economizam nas compras de final de ano para aproveitar os preços de janeiro, principalmente em eletrônicos e eletrodomésticos. Mesmo porque, recente pesquisa desenvolvida pela Fundação Getúlio Vargas aponta a mudança do comportamento do consumidor para as vendas no Natal, deste ano, quando 43% dos consumidores devem gastar menos neste final de ano.

Segundo Oliveira, a pesquisa aponta que “as compras serão mais enxutas e a busca por

promoções será maior, ao observar os dados apresentados pela pesquisa Sondagem do Consumidor da Fundação Getúlio Vargas (FGV), avaliamos que a intenção de compras de Natal pelas famílias atingiu o menor nível desde 2008, no auge da crise mundial”, ressalta o gerente, que possui mais de duas décadas de experiência no comércio.

Para ele, as vendas, neste começo de ano, “não deverão superar os anos anteriores, pois o consumidor está cauteloso e, com o crédito mais caro, a procura por promoções e as compras à vista serão a alavanca que impulsionará a economia no início do ano”.

### Empregos

Oliveira afirma que “o clima econômico, no País, está estranho e isso influencia diretamente na postura cautelosa das famílias, diante de uma percepção menos favorável sobre a economia, do crédito mais caro, do peso maior da inflação no orçamento doméstico e da insegurança em relação ao mercado de trabalho. Portanto, a oferta de trabalho deve estagnar até o mercado sentir confiança nas mudanças da economia que estão por vir, cautela seria o nome certo. As ofertas de trabalho deverão ser sazonais e setoriais”.

O gerente informou, ainda, que a Associação Comercial local pretende incrementar as vendas em 2015, adotando a estratégia de realizar promoções. “Além das costumeiras, dia das Mães, Namorados, Pais e Crianças, temos na Semana da Mulher, em março, o Bota Fora e, em setembro, na semana do consumidor, a Semana D, depois, vem o Natal”.

### Porto Feliz

Para Eduardo Santinon, gerente-executivo da Associação Comercial local, as promoções realizadas em janeiro auxiliam o comerciante a manter o estoque renovado. “Muitas lojas fazem essas promoções, pois as novas coleções de outono já estão chegando e é muito importante não ter estoque parado. Dá resultado, pois é um período em que muitas pessoas estão ainda de férias e circulando pelas ruas. No mês de janeiro, o lojista deve promover algumas ofertas, que podem ser semanais. Se tiver um mailing de compradores, aproveitar para divulgar suas ofertas. Ligar ou mandar e-mail falando das

# cautela no comércio



promoções e destacar os produtos que são da preferência do cliente. Não se esquecer de anunciar isso na própria loja! A fidelização funciona exatamente aí: ao comunicar ao cliente os novos produtos, descontos e ofertas da semana ou do mês”.

Para Santinon, 2015 será um ano de muita cautela por parte do consumidor. “Será um ano em que o consumidor estará mais cauteloso, esperando as decisões que o governo tomará sobre os reajustes que deverão ocorrer na economia. Deverá ocorrer também um grande crescimento no comércio virtual em vendas pela internet. Em nossa região, a expectativa de crescimento é mais positiva do

que em 2014, devido à instalação de várias indústrias, principalmente com o início das atividades da Toyota Motores em nossa cidade”.

O diretor lembra, ainda, que “no final de ano, sempre há um aumento de contratações temporárias para suprir o maior movimento nas lojas devido ao Natal. Aqueles que se destacam nas vendas, normalmente, são contratados em definitivo. Em nossa cidade, com a inauguração do shopping, deverá ocorrer um número de contratações acima dos últimos anos”. Santinon ressalta que a associação comercial deve definir, em breve, o calendário de promoções para 2015, mas adiantou que o destaque deve ficar mesmo “para as datas promocionais mais importantes como Dias das Mães, Pais, Crianças, Namorados e Natal”.

#### Tatuí

As promoções de começo de ano, logo após o Natal, também são as opções que o comércio local tem para manter o nível das vendas. “As promoções e liquidações dão resultado, sim, e alavancam as vendas em janeiro”, afirma Moacir Edson Silveira, gerente administrativo da ACE (Associação Comercial e Empresarial) do município. A expectativa é tanta, que a entidade fará o sorteio de dois carros no próximo dia 17 de janeiro. “Nosso objetivo é fazer com que o consumidor continue indo às compras em janeiro, para concorrer aos carros”, acrescentou Sil-

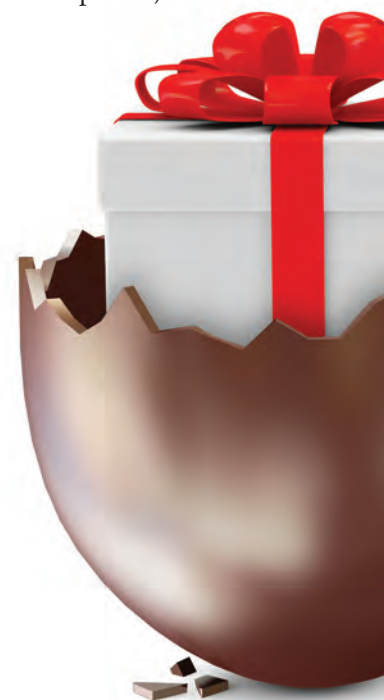
veira; ele espera também que as vendas durante o ano de 2015 sejam melhores do que o fim do ano passado.

Por conta dessa esperança, a associação prevê um aumento de 10 a 15% nas vagas de emprego temporário na região, entre o final de 2014 e começo deste ano. “Cerca de cinco a 8% dos contratados podem ser efetivados”, avalia o gerente.

Segundo ele, Tatuí também aposta em promoções e nas datas tradicionais, como Dia das Mães, Dia dos Namorados, Dia dos Pais e Dia das Crianças, além, claro, do Natal, para manter um bom ritmo de vendas durante o ano. “Com essas campanhas, temos horários especiais e prêmios para atrair os consumidores”, finalizou o gerente.

#### Tietê

Os comerciantes do município também acreditam nas promoções de começo de ano. “Esta estratégia dá resultado, sim. A queima de estoque ou as liquidações, neste período do ano, são essenciais para aumentar as vendas nessa época”, declarou Júlio César Coan, gerente da associação comercial local. Segundo ele, “estamos vivendo uma situação em que há pleno emprego e aumento da renda. Porém, o mercado dá sinais de que vai ter aumento da inflação e, provavelmente, o governo vai continuar a escalada do aumento dos juros para frear, justamente, esse aumento da inflação, o que, na verdade, reflete no crédito ao consumidor. Em relação à inadimplência, até o final de



novembro, tivemos um aumento de 5, 82% em relação ao mesmo período do ano passado, porém, o Serviço de Proteção ao Crédito da ACE de Tietê conseguiu recuperar 67,80% dessa dívida, o que representa, em dinheiro, um montante de R\$ 827.384,30". Coan ressalta que, neste ano, "vai se sair bem aquela empresa que continuar agregando serviços aos seus produtos, como forma de manter a fidelização do cliente e, assim, garantir as vendas".

O gerente informou, ainda, que a associação aguarda a publicação do número de empregos gerados no final de 2014 para fazer uma avaliação. A título de comparação, ele disse que foram gerados 151 novos empregos no comércio, em janeiro de 2013. A associação também aposta nas datas tradicionais do comércio para manter um bom nível de venda durante o ano.

#### **Laranjal Paulista**

"Fazer promoções é uma atitude cada vez mais comum, pois ajuda no faturamento", afirma Danilo José Franguelli, presidente da Associação Comercial de Laranjal Paulista.

Mesmo assim, ele não se mostra otimista com as vendas em 2015. "As expectativas não são promissoras, se conseguir em torno de 1%. Somente as grandes redes estão contratando", acrescenta Franguelli sobre a criação de empregos. Assim como outras cidades, Laranjal aposta nas datas tradicionais para elevar as vendas em 2015, além da Campanha Natal Premiada 2015.



# Tomar decisões

**S**e existe algo na vida que traz desespero à maioria das pessoas é ter de tomar decisões. Devido aos medos que as consequências de nossas decisões trazem, pois, obviamente, nem todas serão acertadas, muitos, simplesmente, param no caminho ou transferem a outros essa responsabilidade – e, certamente, em nenhum desses dois casos, as consequências serão as melhores para nós. Cada um é responsável pela própria vida.

Não devemos ficar muito tempo parados nas encruzilhadas da vida, pois a encruzilhada drena nossas energias, atrapalha todos os aspectos de nosso viver e conduz à frustração e autodesvalorização. O mais breve que nossas condições psicológicas e emocionais permitam, devemos tomar uma decisão.

É natural que fiquemos inseguros antes de decidirmos sobre algo importante. E é fundamental compreender essa insegurança e não permitir que ela paralise nossas vidas – a vida é fluxo, é movimento contínuo, é harmonia ao passar do tempo. Para nossa paz interior e serenidade, temos de ter consciência de que nunca teremos total segurança em nossas escolhas – se formos esperar essa segurança, nunca sairemos do lugar. Somente saberemos se a escolha feita foi ou não a melhor depois que a fizermos!

Para optarmos por aquilo que devemos fazer, muitos aconselham: “siga o que seu coração diz”, enquanto que outros, mais afeitos ao racionalismo, sugerem: “a razão é o único caminho para não cair, novamente, nos obstáculos da vida”.

É impossível, a meu ver, ter de responsabilizar a razão ou o coração, isoladamente, pelas nossas decisões. Se ambos existem é porque, certamente, necessitam andar juntos, e esse conjunto forma o conceito subjetivo de intuição, que, secretamente, sugere à nossa alma o que deve ser feito.

E, também, somos passivos de erros a qualquer minuto. Sabendo disso, fica mais fácil compreender que assim também o é com nossos semelhantes, fica mais fácil compreender as variadas diferenças de pensamentos e comportamentos. Cada um escolhe de acordo com o que o momento de sua vida permite, sejam decisões acertadas ou equivocadas. Precisamos enxergar que chegaremos todos ao mesmo lugar, ainda que através de caminhos alternativos – mais longos ou mais curtos, mais retos ou sinuosos, não importa. O importante é, no caso de decisões equivocadas, aprender com elas e não trilhar mais o caminho errado.

Nunca vou errar numa decisão? É claro que sim. Assim se adquire experiência. A história zen abaixo ilustra isso perfeitamente:

O discípulo pergunta a seu mestre: “Mestre, como faço para me tornar sábio?”.

O mestre responde: “Boas escolhas”.

- Mas como fazer boas escolhas?
- Através da experiência.
- E como adquirir experiência?
- Pelas más escolhas.

As decisões são sempre tomadas em base de nossa experiência, conhecimento e moral, e em nossos valores pessoais.

Quer saber se vai tomar a melhor decisão? Pergunte a si mesmo: eu gostaria que fizessem isso comigo? Seja sincero consigo mesmo na resposta e siga em frente!

# 461 anos da cidade de São Paulo

*Aniversariante do mês, a cidade mais importante do estado celebra mais um ano de vida em pleno desenvolvimento.*

**D**ia de festa para os paulistanos! No dia 25 de janeiro é comemorado o aniversário da maior cidade, da mais populosa e mais importante do nosso estado. A cidade que não para, que você encontra todo tipo de gente pelas ruas, que você encontra tudo que procurar pelas lojas e que fica aberta 24h por dia.

Em 25 de janeiro de 1554, os padres Manuel da Nóbrega e José de Anchieta fundaram o Colégio dos Jesuítas, com a intenção de estabelecer um colégio para a educação dos indígenas da região. O Pátio do Colégio, no centro da cidade, é considerado o marco zero da fundação de São Paulo. A cidade recebeu esse nome, pois, no dia 25 de janeiro, a igreja católica celebra a conversão do Apóstolo Paulo, tornando-se São Paulo e assim, dando seu nome à cidade.

Para Eric Carvalho, viver em São Paulo é viver em uma loucura constante. “É morar em um lugar onde, caso eu queira, posso comer um hambúrguer às 4 horas da manhã. É

conviver com carros e pedestres, parques e prédios, praças e calçadas. É o local onde se ganha grana, caso você tenha disposição pra ralar bastante. É o lugar onde se encontram várias raças, credos, cores e personalidades. É o coração e cérebro do Brasil”. Explica.

Aqui, o turista mais desavisado se surpreende com a estranha união do feijão de corda com o pão de queijo que, por sua vez, convivem em total harmonia com o forró e a música sertaneja. Tudo isso regado a um bom churrasco com chimarrão. É possível encontrar, em São Paulo, cada pedacinho do Brasil, com seus sotaques e culinárias dos mais variados.

Muitos vêm a São Paulo buscar o tão famoso “sonho de uma vida melhor”. E apesar de ter havido durante muitos anos um grande fluxo migratório de outros estados e até mesmo países para a capital do estado, hoje em dia, esse número caiu. Nos anos 70,

de cada dez habitantes da grande São Paulo, seis eram imigrantes de outros países ou estados. Esse número, hoje em dia, é de três para cada dez moradores.

Seja fugindo da seca ou em busca do sonho de uma vida melhor e do melhor centro educacional do País, enfim, cada um chegou a São Paulo por um motivo. Porém, adotar essa terra como seu lar e sua terra foi escolha fácil, já que a cidade é acolhedora de todas as formas. Quem ganhou com isso também foi ela, com uma infinita riqueza de culturas variadas.

Mas nem só de belezas se vive em São Paulo. A loucura também cansa e estressa, pois se acaba demorando muito para chegar ao trabalho, chegar em casa, chegar em qualquer lugar. Você vive a loucura constante da cidade. E quando perguntamos ao Eric se ele trocaria São Paulo por outra cidade, ele foi enfático: “Sim, eu trocaria, porém não neste momento. Pretendo fazer um pé de meia, encaminhar meu filho aos estudos e sofrer um pouquinho mais. Quem sabe, um dia, quando estiver mais velho, pegarei a patroa e irei morar no interior”. Finaliza.



# CAETANO

Materiais p/ Construção



## ANO NOVO sonhos novos!

Ofertas válidas de  
**2 a 28 de Janeiro/2015**  
ou enquanto durarem nossos estoques

# 2015

Construir, reformar ou ampliar.  
**É na Rede Caetano.**



**IMPERDÍVEL! AGORA É AGORA!**  
TODA LOJA DO BÁSICO AO ACABAMENTO  
**10x SEM JUROS NO CHEQUE-PRÉ**  
ou **10% DE DESCONTO À VISTA**  
\*consulte regulamento na loja

**CH-III**  
USO IMEDIATO  
**MINERCAL**  
Gmic  
MINERCAL  
Cal MINERCAL Sc 20 kg  
por apenas **R\$ 5,69**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$0,65

**LIGA original**  
silicate  
Plastificante Mineral LIGA Sc 20 kg  
por apenas **R\$ 4,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$0,57

**CIMENTO**  
CSN  
Cimento CSN 50 kg  
por apenas **R\$ 18,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$2,18

Telha Romana ou Portuguesa CONQUISTA 16 pçs p/m<sup>2</sup>  
\*Frete grátis até 10km do local da compra  
por apenas **R\$ 849,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$97,37

Bloquinho Cerâmica CAETANO 11,5x14x24cm milheiro  
\*Frete grátis até 10km do local da compra  
por apenas **R\$ 359,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$41,24

Tijolo Baiano Cerâmica CAETANO 9x19x19cm milheiro  
\*Frete grátis até 10km do local da compra  
por apenas **R\$ 359,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$41,24

TIJOLOS

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

Laje Treliça p/Forro H8 c/Capa 30 cm  
por apenas **R\$ 16,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$1,95

Treliça Especial Pesada 8 12mt  
por apenas **R\$ 29,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$3,44

## CONSTRUÇÃO

**IMPERDÍVEL**  
Barra de Ferro 12 mt CA 50  
à vista em 3x | ou em 10x de

3/16 - 4,2mm - 1,30kg	por apenas <b>R\$4,19</b>	R\$0,48
1/4 - 6,3mm - 2,94kg	por apenas <b>R\$9,79</b>	R\$1,12
5/16 - 8,0mm - 4,74kg	por apenas <b>R\$15,99</b>	R\$1,83
3/8 - 10,0mm - 7,40kg	por apenas <b>R\$22,99</b>	R\$2,63

Carrinho de Mão Pneu e Camara CANAL  
por apenas **R\$ 79,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$9,16

**R\$** **ENTREGA RÁPIDA**  
Telha Eternit/Brasilit  
à vista em 3x | ou em 10x de

4mm - 2,44x0,50mt	por apenas <b>R\$9,99</b>	R\$1,14
5mm - 2,13x1,10mt	por apenas <b>R\$32,99</b>	R\$3,78
5mm - 2,44x1,10mt	por apenas <b>R\$37,99</b>	R\$4,35
6mm - 1,83x1,10mt	por apenas <b>R\$34,99</b>	R\$4,01
6mm - 2,44x1,10mt	por apenas <b>R\$46,99</b>	R\$5,38
6mm - 3,05x1,10mt	por apenas <b>R\$59,99</b>	R\$6,87

**VEDACIT**  
3,6 li por apenas **R\$29,99** | 18 li por apenas **R\$76,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$3,44 | R\$8,82

**VEDALIT**  
3,6 li por apenas **R\$27,99** | 18 li por apenas **R\$99,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$3,21 | R\$11,45

**SIKA TOP 100**  
18 kg por apenas **R\$44,99** | 4 kg por apenas **R\$22,99**  
à vista em 3x | ou em 10x de R\$5,15 | R\$2,63

Acesse: [www.redecaetano.com](http://www.redecaetano.com)

# DUCHAS

**hydra**  
 Ducha Delus HYDRA Digital  
 c/ Turbo  
 127V/220V  
**por apenas**  
**RS 249,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$28,64

**hydra**  
 Ducha Delus HYDRA  
 Turbo Eletrônica 127V/220V  
**por apenas**  
**RS 149,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$17,18

**hydra**  
 Torneira Elétrica Lumen HYDRA 127V/220V  
**por apenas**  
**RS 99,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$11,45

**LORENZETTI**  
 Ducha Advanced LORENZETTI Multi 127V/220V  
**por apenas**  
**RS 94,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$10,88

**CEMAR**  
 Torneira Cozinha Parede CEMAR B.M. 1/4 Volta 2168 C-61 128-2  
**por apenas**  
**RS 79,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$9,16

**CEMAR**  
 Torneira Lavatório CEMAR 3197 Plus 811-1  
**por apenas**  
**RS 99,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$11,45

**CEMAR**  
 Torneira Lavatório CEMAR B.M. 1/4 Volta 2197 C-61 145-3  
**por apenas**  
**RS 79,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$9,16

**ALUPOX**  
 Kit Alumínio 5 Peças  
 Alumínio e ABS Acessório para Banheiro  
**por apenas**  
**RS 19,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$2,29

**DURIN**  
 Torneira Máquina de Lavar DURIN Bc. 1052 C-50  
**por apenas**  
**RS 14,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$1,72

**DURIN**  
 Torneira c/Filtro Compacto 1081 C-50 DURIN  
**por apenas**  
**RS 49,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$5,72

**DURIN**  
 Torneira Cozinha Parede DURIN B.M. Bc. 1012 C-50  
**por apenas**  
**RS 14,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$1,72

## ILUMINAÇÃO & HIDRÁULICA

**TIGRE**  
 Tubo Corrugado TIGREFLEX mt  

3/4"	por apenas	RS 1,49	RS 0,17
1"	por apenas	RS 2,19	RS 0,25

**FORTLEV**  
 Caixa de Luz FORTLEV Amarela 4x2 PVC  
**por apenas**  
**RS 0,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$0,11

**PULVITEC**  
 Anel de Vedação p/ Vaso Sanitário PULVITEC  
**por apenas**  
**RS 6,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$0,80

**PULVITEC**  
 Bisnaga de Silicone PULVITEC 280 g  
**por apenas**  
**RS 9,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$1,14

**ASTRA**  
 Assento Almofadado TPK ASTRA  
**por apenas**  
**RS 59,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$6,87

**BLUMENAU**  
 Imperdível Luminária Aletada Branca BLUMENAU Completa  

2x20 2622/55/04	por apenas	RS 44,99	RS 5,15
2x40 2642/55/04	por apenas	RS 59,99	RS 6,87

**TIGRE**  
 Caixa Sifonada TIGRE 4x2 Grelha Redonda Inox  
**por apenas**  
**RS 24,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$2,86

**TIGRE**  
 Cola TIGRE Pote c/ Pincel 175 g  
**por apenas**  
**RS 10,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$1,26

**CELITE**  
 Kit Instalação p/Bacia Convencional CELITE  
**por apenas**  
**RS 49,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$5

Serra Mármore MAKITA s/Ref. 4100 NHZ 1400W 110V/220V  
**por apenas**  
**RS 249,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$26,64



**vonder**  
 Lavadora Alta Pressão VONDER LAV1400 110V/220V Ref. 6864140010  
**por apenas**  
**RS 299,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$34,36

## MÁQUINAS

## PINTURA

**ALBATROZ**  

Grafite Branco 25 kg	por apenas	RS 44,99	RS 5,15
Massa Corrida 25 kg	por apenas	RS 32,99	RS 3,78
Selador Acrílico Branco 25 kg	por apenas	RS 49,99	RS 5,73

**25 CORES**  
**Satu**  
 Latex SATO 1ª Linha 18 l  
**por apenas**  
**RS 109,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$12,60

**Coral**  
 Latex CORAL Rende Muito 18 l Cores  
**por apenas**  
**RS 189,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$21,76

**condor**  
 Prolongador p/Rolo Pintura CONDOR 3,0mt Ref. 803/3  
**por apenas**  
**RS 24,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$2,86

**condor**  
 Rolo de Lã CONDOR s/Cabo 957 Ref. 957  
**por apenas**  
**RS 6,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$0,80

**condor**  
 Bandeja p/ Pintor Caçamba CONDOR  
**por apenas**  
**RS 9,99**  
 à vista em 3x | ou em 10x de R\$1,14

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

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

Rua Manoel de Lara, 295  
 Fone: (15) 3267-8900  
**Capela do Alto - SP**

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

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

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

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

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

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

# Dia do compositor deve ser muito comemorado na região

*Conhecidos também como verdadeiros artistas, a composição tem ganhado novos adeptos*

**C**omposição musical é uma arte. O compositor é o profissional responsável por essa arte que, através das notas musicais, acompanhadas ou não de letra, muitos aspectos de uma sociedade são revelados em termos históricos, sociológicos, estéticos e filosóficos. Para Giovani Estéfano Briguento, compositor, flautista e regente, a vontade de compor apareceu logo no aprendizado das primeiras notas na flauta. “Ela se tornou mais forte conforme minha atuação como flautista estava tomando corpo e se tornou definitiva ao adentrar no universo da regência. Componho há, pelo menos, 10 anos, obviamente que de forma inconsequente em seu início, mas tenho muitas obras sérias concluídas para formações instrumentais diversas, que somente após o concurso estão sendo reveladas.”

A música é sempre manipuladora das mais íntimas sensações - individuais ou coletivas - e de todo o mecanismo das emoções. A música eleva, inspira, comove; mas também pode deprimir, agitar, conturbar. Cabe ao compositor traçar caminhos. E o fará através do domínio da técnica, do estilo, da estética.

Giovani experimentou ganhar um prêmio de composição no “Concurso Nacional de Composição para Banda Sinfônica”, dirigido pelo maestro Dario Sotelo, e expressando todas as sensações que poderia, ele explica um pouco de sua composição vencedora aos leitores da Revista Hadar. “A ‘Revolução Francesa’ é uma obra em 4 movimentos de conteúdo descritivo, O I movimento mostra o ambiente medieval bucólico que, ao final, é interrompido pela autoridade coercitiva feudal. O II movimento sintetiza o advento do Iluminismo e seus pensadores. O III movimento cria um clima de instabilidade, um mau agouro, que dá lugar à presença da burguesia e do restante do povo que se rebela. O IV movimento é a Revolução em si. Turbulenta, agitada e imprevisível em seu curso, mescla elementos, anteriormente, expostos”, explica.

Para ele, os compositores que o inspiram são aqueles que muitos conhecem por sua genialidade indiscutível na história da música, mas também aqueles que estão vivos, hoje. “Nas artes, em geral, temos uma

ideia da existência de gênios mortos como se tivessem sempre figurado os livros e nunca a vida real, desse modo, nós nos esquecemos dos gênios vivos, que conosco vivenciam a atividade musical. Sendo assim, para mim, como compositor, me inspiram Bach, Mozart e da mesma forma Beltrami, Villani-Cortês e outros”. Conclui Briguento.

Heitor Villa-Lobos foi o maior compositor das Américas com uma obra de cerca de mil composições. Foi através dele que a música brasileira se fez representar em outros países, culminando por se universalizar. Villa-Lobos fundou, em 1945, a Academia Brasileira de Música, que pretendia reunir os nomes mais ilustres de nossa música em prol da cultura e da educação musical do país. Outros nomes como: Adoniran Barbosa, Chiquinha Gonzaga, Pixinguinha, Carlos Gomes, Chico Buarque, Ivan Lins, etc., são talentos que enriqueceram a linguagem musical do país.







# Qualidade de Vida





## Homens também são vítimas de câncer de mama

*Muito raro, câncer desenvolvido em homens pode ser perigoso por ser pouco conhecido*

**A**té pouco tempo, acreditava-se que somente mulheres, e principalmente as com mais idade, podiam desenvolver o câncer de mama. Infelizmente, esta colocação não condiz mais com a realidade, já que, atualmente, homens também podem desenvolver a doença.

Pouco conhecido, o câncer de mama atinge um homem em cada 100 mulheres, porém a ocorrência desta neoplasia tende a aumentar devido à má qualidade de vida e dificuldade em diagnosticar o tumor na sua fase inicial, que pode ser confundido com outras doenças como a ginecomastia.

Segundo o Dr. Rafael Kaliks, oncologista clínico, aproximadamente 20% dos homens, que desenvolvem câncer de mama, têm caso(s) de câncer de mama na família. Aproximadamente 10% deles são portadores de uma mutação genética que os predispõe ao câncer, uma mutação no gene denominado de BRCA2.

O uso de anabolizantes, principalmente por jovens que querem ganhar massa muscular em academias e o uso de hormônios por transexuais, piora a situação, pois torna a detecção mais difícil e a maior tendência em

desenvolver o câncer. Alguns sinais apresentados, que podem ser de câncer de mama em homens incluem: Protuberâncias ou inchaço, geralmente indolor, pele ondulada ou enrugada, retração do mamilo, vermelhidão ou descamação da pele da mama ou do mamilo e inchaço nos linfonodos axilares.

Segundo informações do site da Sociedade Brasileira de Mastologia, a melhor maneira de combater esse problema é a informação. É necessário que haja uma orientação aos homens quanto à possibilidade deles também apresentarem o processo. Quando existe a queixa de um nódulo, a forma de diagnóstico utilizado para detectar o câncer de mama masculino é feito através do histórico do paciente e de exames como mamografia, ultrassonografia e biópsia do tumor. Da mesma forma do feminino, quanto antes for diagnosticado, melhor.

Ainda segundo a SBM, a importância do autoexame independe do sexo. E caso seja observada qualquer irregularidade, deve-se procurar o auxílio de um especialista. Além disso, a prática de exercícios físicos, juntamente a uma alimentação balanceada, são os maiores aliados na prevenção dessa doença.

Feliz

Muita saúde,  
paz, alegria e  
prosperidade  
a todos.



**Elmec**  
comunicações



**Clínica Koza**

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

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

## TRATAMENTOS

Implantes  
Próteses  
Facetas Laminadas  
Lentes de Contato  
Clínica Geral  
Carga Imediata



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



Os medicamentos manipulados são “personalizados” de acordo com a necessidade de cada paciente, ou seja, ele pode ser feito em forma de cápsulas, shakes, gomas de colágeno, cremes, chocolates ou pós-aromatizados. Segundo Cristiane de Oliveira Teles, Farmacêutica, CRF/SP20336, cerca de aproximadamente 70% dos medicamentos industrializados podem ser manipulados mediante uma prescrição médica, como por exemplo: anti-inflamatórios, hormônios, antibióticos, anti-hipertensivos; ansiolíticos e muitos outros. “Além de que é possível realizar a manipulação de cremes dermatológicos e cremes voltados para a estética facial e corporal”.

Segundo dados do Conselho Regional de Farmácia de São Paulo (CRF-SP), os medicamentos manipulados são 50% mais baratos do que os industrializados e apresentam

as mesmas qualidades. Para a farmacêutica, esse preço mais acessível se dá pois remédios manipulados não possuem uma marca registrada, são comercializados mediante uma prescrição médica. “Já as indústrias farmacêuticas investem e muito no lançamento de um medicamento industrializado a fim de garantir a patente da marca registrada. Esses investimentos fazem com que o medicamento industrializado seja mais caro que o manipulado”. Explica Cristiane.

Toda matéria prima utilizada na farmácia de manipulação vem acompanhada de um laudo de análise do fabricante. Além disso,

os estabelecimentos, geralmente, possuem o seu laboratório próprio de controle de qualidade, garantindo a segurança das fórmulas. Isso faz com que o medicamento seja confiável, mas, para isso, a farmácia deve trabalhar respeitando as normas vigentes da ANVISA. Cristiane lembra que é necessário que a farmácia atenda todos os requisitos da RDC 67, a legislação vigente. “A farmácia deve preocupar-se em qualificar os fornecedores de matérias-primas, realizar treinamentos internos com os funcionários, realizar auditorias e inspeções internas e ter farmacêuticos atuantes em todas as etapas de manipulação, a fim de garantir a qualidade do medicamento manipulado”.

Para comprar um remédio na farmácia de



# Remédios manipulados podem ser até 50% mais baratos

*Marca registrada e investimento em lançamentos encarecem produtos industrializados*

manipulação, é preciso ter uma receita médica que indique o princípio ativo necessário e a dose recomendada, assim, o farmacêutico irá preparar o fármaco com a concentração exata e no tempo certo do tratamento, evitando a automedicação. “O paciente, obri-

gatoriamente, deve ler o rótulo do medicamento manipulado pronto e verificar se está de acordo com a prescrição. Deve também atentar-se em relação à validade e conservação do medicamento manipulado. Sempre que existir qualquer dúvida, entrar imediata-

mente em contato com os farmacêuticos da farmácia de manipulação. “O medicamento manipulado garante uma economia no tratamento, facilitando desta forma uma maior adesão do paciente ao tratamento”. Conclui a farmacêutica.

  
farmácia de manipulação  
**Personal Pharma**  
Uma fórmula personalizada  
[www.personalpharma.com.br](http://www.personalpharma.com.br)

**TRI-UP®** Creme Cirúrgico  
Beautifeye . Idealift . Essenskin

Diminui as Olheiras, Rugas;  
Levanta as Pálpebras;  
Melhora a elasticidade da pele;

Promove reconstrução do Contorno Facial;  
Aumenta a resistência à Flacidez;

Deixa a pele mais Firme, Densa, Elástica e Suave;  
Fortifica e Reestrutura a região do pescoço.



Dois resultados comprovados!  
Dois sucessos absolutos!  
Você vai se surpreender.

**Morosil®**  
Deixando a sua barriga em forma.

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



## Envelhecimento da pele X nutrição

**A** medida que o indivíduo envelhece, a pele vai perdendo a elasticidade, aumentando o aparecimento das rugas. Também ocorre redução da produção do colágeno e da sua hidratação, tornando a pele mais seca por menor capacidade funcional das glândulas sudoríparas e sebáceas. As manchas vinhosas, encontradas nas peles dos idosos, são resultados da fragilidade capilar.

O envelhecimento da pele é um fenômeno que inclui fatores intrínsecos e extrínsecos.

Dentre os primeiros, destacam-se a genética individual e fatores hormonais; já os fatores extrínsecos incluem fotoenvelhecimento (sol), nutrição e tabagismo.

Pela nutrição funcional, é possível retardar o envelhecimento. Com o consumo de alimentos ricos em antioxidantes, pode-se neutralizar a ação excessiva dos radicais livres que causam danos às células do nosso corpo e, com isso, prevenir o envelheci-

mento precoce. E há alguns nutrientes que apresentam a capacidade de minimizar este fenômeno natural, destacam-se as vitaminas lipossolúveis (A, D, E) e hidrossolúveis (C), e os minerais selênio, magnésio e zinco.

É importante ressaltar que a simples reposição destas vitaminas e minerais não terá efeito desejado se não forem associados a uma alimentação balanceada, horas adequadas de sono e exercícios físicos moderados.

**Vitamina A** – auxilia na produção de novos tecidos, no tratamento da pele (acne, abscesso) e queda de cabelo. Estão presentes no fígado, gema de ovo, iogurte, leite e derivados.

**Betacaroteno** – presente na abóbora, agrião, cenoura, batata doce, brócolis, couve, damasco e espinafre. Aumenta a biodisponibilidade da vitamina A.

**Vitamina C** – protege a pele da ação de raios do sol, preserva a estrutura dos fibroblastos e do colágeno. Presente no aba-

caxi, acerola, caju, goiaba, laranja, limão, tangerina, morango, salsaão, pimentão, tomate, agrião.

**Vitamina E** – protege a membrana celular e potencializa a ação da vitamina C, reduz cicatrizes. Presente na castanha do Brasil, óleo de coco, cereais integrais, gérmen de trigo, repolho.

**Zinco** – Potencializa a ação das enzimas que combatem os radicais livres, estimula o sistema imunológico e favorece a renovação celular. Presente em carnes vermelhas, algas, ostras, leite e derivados e grãos.

**Magnésio** – potencializa a troca de substâncias entre as células, atua na formação de tecidos, participa do trabalho muscular. Presente nas nozes, leguminosas, milho, frutos do mar, cenoura.

**Flavonoides** – aceleram os antioxidantes mais ativos, capazes de capturar os radicais livres. Presentes em vegetais, abacaxi, morango, nozes, chá verde, suco de uva integral.

**Selênio** – protege as células do aumento de radicais livres, evita a flacidez tecidual e protege o envelhecimento da pele causado pelo sol. Presente em grãos integrais, peixes, castanha do Brasil.

A suplementação dos mesmos é importante, dependendo de cada indivíduo e pode ser utilizada, mas vale lembrar que os nutrientes isolados não apresentam a mesma ação dos alimentos, nos quais diversos nutrientes atuam em sinergismo para determinada ação. Além disso, os antioxidantes isolados, e dependendo da quantidade, acabam desempenhando um papel oposto, sendo pró-oxidante (aumentando a produção de radicais livres).

Uma alimentação saudável e equilibrada é o que precisamos para adquirir todos os nutrientes necessários para promover o bem-estar, otimizar a saúde e manter a vida com qualidade.

Roberta Lorenzetti Lourenço  
Nutricionista - CRN 22509



Você não precisa mais espiar a revista dos seus vizinhos.

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

# Todo mundo precisa de dois litros de água por dia?

*Beber água de menos faz mal, e beber água além do necessário também.*

Uma pessoa seria capaz de aguentar até 200 dias sem comer. Sem água, porém, a resistência é muito menor: após cerca de 36 horas, o organismo começa a entrar em colapso. A água é a bebida mais consumida do mundo. Barata e livre de calorias, ela é essencial para a manutenção da beleza e para o bom funcionamento do organismo. Mas quantos litros são necessários por dia? Muita gente não sabe qual deve ser a quantidade correta ingerida por dia, afinal, este cálculo deve ser personalizado para que não aconteça um excesso, que também poderia ser prejudicial à saúde.

Para suprir todas as necessidades do organismo, é preciso tomar, em média, dois litros de água todos os dias. A nutricionista funcional Débora Lisboa explica que esta é apenas uma média estimada para a maior parte da população. Pois cada indivíduo é único e possui suas necessidades específicas, que podem variar de acordo com o peso, estatura, prática de atividade física, clima, etc.

“Condições fisiológicas e/ou patológicas também requerem recomendações individuais de ingestão hídrica. Lactantes, por exemplo, possuem uma demanda de ingestão de água aumentada para a produção do leite materno, enquanto pessoas com insuficiência cardíaca crônica ou pacientes renais crônicos em tratamento conservador tem a ingestão de água limitada para evitar possíveis complicações”, explica.

Por outro lado, idosos e crianças são mais suscetíveis à desidratação. Os mais velhos, por sentirem menos sede, terem que tomar

diuréticos, falta de mobilidade, entre outros. Os pequenos são mais ativos e não têm controle da sede, dependendo de outra pessoa para ter acesso ao líquido.

Beber água demais pode fazer mal à saúde. Débora conta que o excesso de líquido pode levar a uma perigosa consequência, a diluição da concentração de sais minerais no sangue, especialmente de sódio, podendo levar à alterações na pressão arterial e até mesmo nas contrações musculares, inclusive do coração, havendo relatos na literatura de coma e até mesmo morte.

Para isso, segundo a nutricionista, existe uma regrinha que pode ajudar, mas também é uma fórmula geral que considera apenas o peso.

“Basta multiplicar 35ml por quilo de peso corporal para adultos, 55ml para crianças e 150ml para bebês”. Explica.

Entretanto, para não restar dúvidas sobre o consumo ideal de água, Débora dá uma dica: observe a coloração da urina, ela deve estar bem clarinha, quase transparente (com exceção da primeira do dia). Isso é sinal que seu corpo está bem hidratado. Quanto mais amarela, mais desidratado o organismo está.



47



Semestral: R\$59,90\*

Anual: R\$89,90\*

Contato: 15 3259-7014

15 3259-4543

falecom@revistahadar.com.br

# As verdades por trás do Hidrogel

## Quais são os mitos e verdades do uso do hidrogel no organismo

A apresentadora Andressa Urach, de 27 anos, que teria injetado, cinco anos atrás, cerca de 400ml de hidrogel, passou o mês de dezembro lutando pela vida, após uma infecção gerada pela aplicação da substância, que após precisar ser feita uma drenagem cirúrgica para retirada do produto, teve a infecção propagada pelo corpo, ficando vários dias na UTI, respirando com a ajuda de aparelhos.

“O "hidrogel", na verdade, é um termo que representa a formulação do produto que significa "gel à base de água". Qualquer gel à base de água pode ser chamado assim. O produto em questão que foi injetado na paciente é feito à base de poliamida e soro fisiológico”, explica Dr. Flávio Stillitano Orgaes, cirurgião plástico de Sorocaba, CRM 106.508.

O procedimento é feito com a infecção do produto na camada mais profunda da pele, para dar volume, e se fixa no local da aplicação. O organismo reage ao corpo estranho e cria uma membrana ao redor da substância. O problema é que essa membrana pode infeccionar, e é aí que está o perigo: quanto maior a quantidade de hidrogel, maior o risco de infecção. Cem mililitros é uma quantidade muito maior do que a recomendada pela Sociedade Brasileira de Dermatologia, que é de, no máximo, 5 ml para o corpo.

Segundo o Dr. Flávio, todo procedimento tem seu risco. No caso de "preenchimentos", pode-se utilizar substâncias sintéticas como a poliamida, o polimetilmetacrilato (PMMA bioplastia) e o ácido hialurônico. “O ácido hialurônico é um componente natural da nossa pele, e por isso sabe-se que a resposta inflamatória que produz é menor. Por isso, podemos utilizá-lo em áreas mais superfici-

ais como as rugas da face ou o sulco nasogeniano ("bigode chinês"). O PMMA sabemos que tem uma resposta inflamatória maior e, eventualmente, até tardia (1 a 5 anos após a aplicação), por isso, a recomendação de uso é para áreas mais profundas, de preferência junto aos ossos. A literatura médica em relação à poliamida é escassa, mas parece ter uma atividade inflamatória maior também, ou seja, não deve ser utilizada em áreas muito superficiais”, Explica.

O produto vem da Ucrânia e começou a ser vendido, no Brasil, com o nome de Aqualift. A Agência Nacional de Vigilância Sanitária, a (Anvisa), informou, em nota, que o registro para comercialização do Aqualift venceu em março de 2014. O produto, portanto, neste momento, não pode ser importado e nem vendido no Brasil. Apenas os lotes fabricados até o dia 31 de março deste ano estão liberados.

“O que podemos falar em relação ao caso da paciente citada é apenas recomendar que os pacientes sempre busquem todas as informações possíveis sobre o procedimento que irá realizar e, principalmente, o médico que vai executar. Checar se o profissional é Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica, o que assegura um mínimo de formação profissional ao mesmo; após isto, checar também suas qualificações. Todo procedimento e cirurgia têm seu risco; o dever do médico é minimizá-lo, e o dever da paciente é escolher bem o seu médico”, conclui o cirurgião plástico.



**M** COLÉGIO **Presbiteriano**  
Sistema Mackenzie de Ensino



**Matrículas  
Abertas 2015!**

**Garanta sua vaga!  
Não perca tempo!  
Matricule-se já!**





# Cultura



# 2015 promete boa safra de filmes

*Mega produções devem encher as salas de cinema*

**P**ara quem gosta de cinema, 2015 tem tudo para ser um ano de atrações que vão desde superproduções à dramas e comédias que resgatem o talento de atores consagrados, mas que andavam meio esquecidos.

Se, nos últimos anos, a saga Jogos Vorazes atraiu a atenção principalmente da galera teen, os adultos poderão se deliciar com filmes de franquias já conhecidas, como o Exterminador do Futuro – Gênesis, quarto filme da série que transformou Arnold Schwarzenegger em um dos maiores astros de Hollywood. A história do robô assassino enviado do futuro para matar a mãe de um líder rebelde foi lançada em 1984 com Schwarzenegger interpretando o personagem principal e teve três filmes na sequência, que arrecadaram mais de US\$ 1 bilhão em bilheterias de todo o mundo. O filme deve estreiar, no Brasil, em 2 de julho do ano que vem. Você pode ter um gostinho vendo o trailer no Youtube. Vale a pena!

Quem tem mais de 40 anos deve se lembrar de Mad Max, filme do começo dos anos 80 que lançou Mel Gibson e fez muito garoto sonhar com um carrão preto envenenado que perseguia bandidos que aterrorizavam as estradas de

uma terra longínqua. O terceiro longa da série contou até com a cantora Tina Turner. Pois bem; Max está de volta (sem Mel Gibson), mas dirigido pelo mesmo George Miller do primeiro filme. Estrada da Fúria conta a história de um mundo após o apocalipse e traz no elenco a bela atriz sul-africana Charlize Theron. O filme deve estreiar no verão de 2015 nos Estados Unidos.

## **Guerra nas Estrelas**

Talvez, a mais bem-sucedida franquia de toda a história do cinema. Guerra nas Estrelas (Star Wars) arrebatou fãs no mundo todo (e bilhões de dólares também) e volta em 2015, ou seja, a dois anos da saga completar 40 anos de sua estreia nas telas de cinema. Agora, será o Episódio 7 da saga, intitulado O Despertar da Força.

No final de novembro, a Disney divulgou um teaser com as primeiras imagens da produção. O vídeo mostra a nave Millennium Falcon, pilotada por Han Solo na trilogia original, e um novo sabre de luz, com três pontas. O longa estreia em 17 de dezembro de 2015 e é dirigido por J.J. Abrams, o nome por trás da série de ficção-científica Fringe e que também dirigiu os novos Jornada nas Estrelas. A história acontece mais de 30 anos após os acontecimentos de "Star Wars: Episódio VI: O Retorno de Jedi", em que Luke Skywalker consegue fazer com

que Darth Vader encontre o seu lado bom e elimine o Imperador Palpatine na segunda Estrela da Morte.

A produção tem cenas rodadas em várias partes do mundo, como o deserto de Abu Dhabi. Além de dirigir, Abrams também colaborou com o roteirista Lawrence Kasdan. Ele também assina a produção, junto com Kathleen Kennedy e Bryan Burk. O compositor John Williams, que fez a trilha sonora de todos os seis filmes, voltou à franquia.

## **Super-Heróis**

Os fãs de super-heróis também terão sua fatia nesse bolo cinematográfico. A Sony prepara mais uma história do Homem-Aranha e a Marvel, o estúdio que mais fatura nos dias atuais, pode surpreender com uma superprodução envolvendo praticamente todo o universo de seus personagens. Talvez, essa seja a razão pela qual Robert Downey Jr recusou o papel de Homem de Ferro em mais um filme do herói, apesar do modesto salário de US\$ 40 milhões. E tem também a segunda parte de Jogos Vorazes, a Esperança, o filme Êxodo, que conta a história de Moisés, com Christian Bale no elenco e a sequência de Procurando Nemo.



# Palavras que transformam

*Seu destino já está sendo criado*

Existe uma verdade que tem o poder de mudar sua vida para sempre. Suas palavras formam “a força poderosa capaz de transformar seu futuro em realidade”.

Deus criou todas as coisas através da palavra. As palavras têm um alto custo para você. Só ao ser humano foi dado o privilégio da linguagem verbal, nenhum outro ser o possui. Isso torna você um criador, também, pois o Altíssimo lhe concedeu deus esse poder.

Tudo o que você fala se torna realidade em sua vida, inclusive doenças e saúde. Sempre foi assim e sempre será, até o fim. Suas palavras determinam o tipo de vida que você conseguiu e conseguirá. *“A morte e a vida estão no poder da língua; e aquele que a ama comerá do seu fruto.” (Provérbios 18:21).*

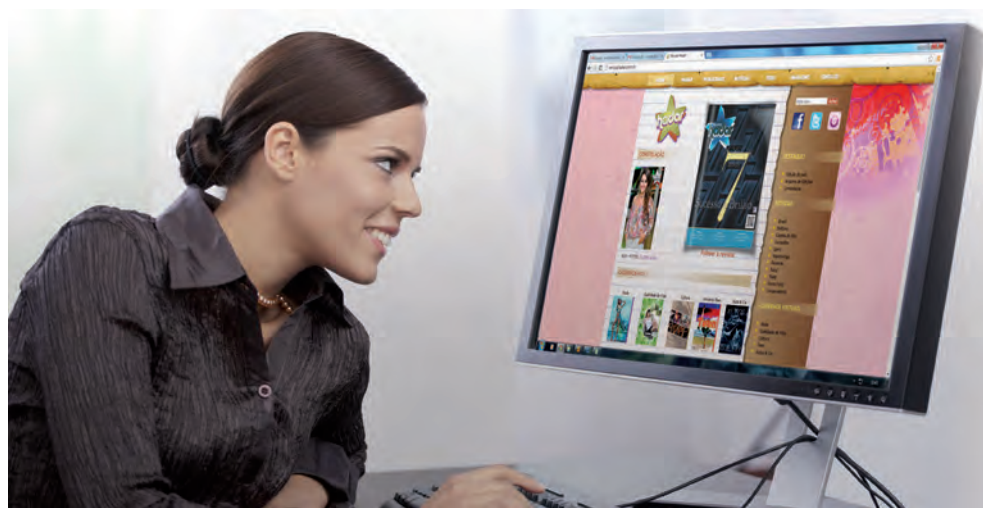
Suas palavras definem como você será visto pelas pessoas nos lugares por onde você passa ou onde costuma ficar. *“Quem tem conhecimento é comedido no falar, e quem tem entendimento é de espírito sereno. Até o tolo passará por sábio, se ficar quieto, e, se contiver a língua, parecerá que possui discernimento.” (Provérbios 17:27,28).*

As palavras aproximam as pessoas de você ou as afastam. Muitas guerras começaram por causa de palavras, e as negociações de paz sempre ocorreram quando homens se uniram para dialogar.

As palavras formam a ponte que leva ao seu futuro. Fale bem dos seus filhos, do seu trabalho, dos seus pais, do seu cônjuge. Fale bem de si mesmo, da sua vida, de tudo o que lhe foi dado. Fale bem da sua empresa e dos seus empregados.

*“A Sabedoria é a Chave Mestra para todos os tesouros da vida”  
(Mike Murdock).*

Ivan Maia  
Treinador Emocional  
ivan@ivanmaia.com.br



**Visite o nosso site**

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

## RECOMENDADO



### LEIS DA PAIXÃO

AUTOR: N.M. Silber

EDITORA: Universo dos Livros

Gabrielle Ginsberg é uma defensora pública. Braden Pierce é um promotor de justiça. Juntos, eles descobrirão o valor de salas vazias e também descobrirão que a trilha do amor pode ser atravessada por pessoas neuróticas de todos os tipos, capazes até de escrever uma carta anônima bombástica para separar os pombinhos. Será que Gabrielle e Braden conseguirão fazer cumprir as leis do coração e contornar a falta de privacidade, a interferência de rivais ciumentos e a insanidade do sistema judiciário?



### RAINHA DE COPAS

AUTOR: Colleen Oakes

EDITORA: Universo dos livros

Os dias de Dinah são de muitos chás, tortas e uma série de humilhações causadas pelo Rei de Copas, seu pai. O momento mais esperado de seus dias é quando é visitada por Wardley, seu melhor amigo de infância, o futuro Cavaleiro de Copas e o amor de sua vida. Quando a coroação de Dinah se aproxima, uma sequência de eventos sangrentos sugere que algo errado está acontecendo nos extravagantes salões do palácio. A princesa terá de desvendar esses mistérios antes que ela perca a cabeça para um inimigo sagaz e sem rosto.



### RARO E PRECIOSO

AUTOR: Raine Miller

EDITORA: Suma de Letras

Depois de uma lua de mel apaixonada, Ethan e Brynne Blackstone se preparam para o nascimento de seu precioso bebê. No entanto, fantasmas do passado ressurgem, trazendo, ao casal, dúvidas e incertezas. Raro e Precioso é a história de duas almas que precisam uma da outra para se completar. Um marido e uma esposa que só compreendem que o amor que sentem um pelo outro é realmente raro diante da possibilidade de perdê-lo. Duas pessoas que deverão expor seus maiores medos para terem um final feliz.

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

**Tatuí Garden**  
*Tudo para paisagismo!*

Av. Salles Gomes, 86 . Tatuí/SP | (15) 3259.2087 | www.tatuijarden.com.br



### A BELA E A FERA

Um comerciante financeiramente arruinado exila-se no campo com seus seis filhos, três rapazes e três moças. Apenas a sua filha mais nova, Bela, uma menina alegre e cheia de graça, fica entusiasmada com a vida rural.

Quando o pai de Bela estava tirando uma rosa para sua filha de um jardim encantado, foi condenado à morte pelo proprietário do castelo, um mostro. Mas Bela oferece sua vida no lugar do pai. Bela vai jantar com a Fera e todas as noites é visitada por sonhos sobre a triste história dela. A Fera começa a se sentir atraído por Bela e ela usa toda sua coragem para chegar ao fundo da maldição que atormenta seu estranho admirador. Inspirado no conto original francês, de Gabrielle-Suzanne Barbot, a versão de Christophe Gans.



### OS ÚLTIMOS DIAS EM MARTE

Em Os Últimos Dias em Marte, uma missão espacial faz uma grande descoberta no seu último dia em Marte: evidências de uma forma de vida microscópica. Em suas últimas horas no planeta, dois astronautas vão em busca de mais provas em uma região chamada Site 9, um vale cavernoso na superfície de Marte. A escavação de rotina se transforma em tragédia quando um dos homens morre e seu corpo é tomado como um hospedeiro e reanimado pela mesma forma de vida que investigava. O longa-metragem é estrelado por Liev Schreiber e dirigido pelo irlandês Ruairi Robinson. Os efeitos visuais ficarão por conta da Weta Digital, empresa de Peter Jackson, que também trabalhou em Distrito 9 (2009), X-Men: Primeira Classe (2011) e Avatar (2009).



### O CANDIDATO HONESTO

O Candidato Honesto acompanha João Ernesto Praxedes (Leandro Hassum). Ele é um candidato corrupto à presidência da República. Quando chega ao segundo turno das eleições e vai super bem nas pesquisas, recebe uma mandinga da avó e agora só consegue falar a verdade, por pior que seja. A grande questão é: Como vencer uma grande eleição falando apenas a verdade?

A comédia O Candidato Honesto é um filme que faz uma sátira ao universo político nacional, criticando com muito humor casos de corrupção e inúmeras mentiras. A direção é de Roberto Santucci, que trabalhou com Hassum nos filmes Até que a Sorte Nos Separe 1 e 2.

53

BALLETEATRO  
**FRED  
ASTAIRE**

*"De a sua filha raízes...  
Mais tarde, asas."*

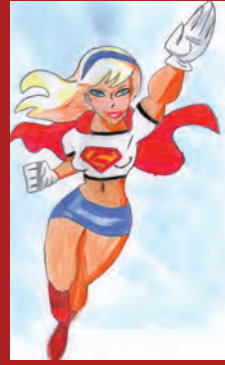
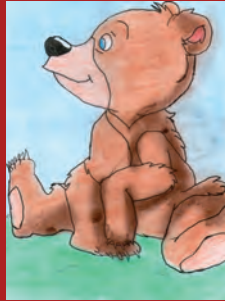
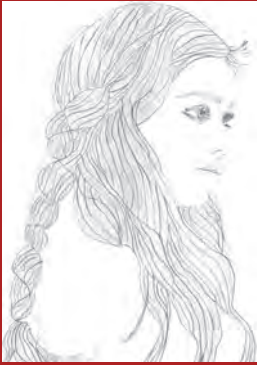
Praça Paulo Setubal, 22 - (15) 3251-8417 - [www.fredastairetatui.com.br](http://www.fredastairetatui.com.br)

DIVERSÃO GARANTIDA  
PARA AS CRIANÇAS!

**GALAXIA**  
BRINQUEDOS

Rua 15 de Novembro, 516 - Centro - Tatuí-SP | (15) 3251-7020 | [www.galaxiabrinquedos.com.br](http://www.galaxiabrinquedos.com.br)

# Pequenos Notáveis



Chegamos ao ano de 2015 e o primeiro pequeno notável deste ano é a Vitória Silva Santos, da cidade de Tatuí.

Vitória tem 13 anos e vai começar a cursar o 9º ano na escola Lígia Vieira de Camargo Del Fiol. Ela é uma menina super talentosa e, além de fazer esses desenhos lindos na aula com o professor Deivid Leite, ela também faz balé no Balleteatro Fred Astaire e Inglês no CENAIC.

Vitória também ama brincar com suas amigas e, nas horas vagas, ainda acha um tempinho para atualizar seu facebook.

Parabéns, Vitória, que 2015 seja um ano de muitas realizações!

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

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

## DICAS DOMÉSTICAS

Hora de limpar o guarda-roupa!

Pelo menos duas vezes por ano, esvazie o maleiro e o guarda-roupa. Limpe as paredes laterais e as portas internas com um pano úmido.

Deixe o móvel vazio e aberto por algumas horas, abra as janelas do cômodo.

Certifique-se de que o interior está bem seco, recoloque a roupa no lugar.

A naftalina, ao contrário do que se pensa, não mata as traças, apenas repele.

Deve ser usada com cautela, pelas pessoas alérgicas, pois pode causar irritações na pele e nas vias aéreas.

Pedrinhas de cânfora podem ser usadas com a vantagem de terem um cheiro mais agradável.

Também podem ser usadas folhas de louro, erva-de-santa-maria ou pimenta em grão.

## Você sabia?

Você sabe qual é o animal mais assassino do mundo? Não tem ideia, não é? Pois saiba que o mosquito é o animal que mais mata pessoas no mundo, garante Bill Gates, o fundador da Microsoft, que se retirou, oficialmente, dos negócios, após ter se tornado um dos maiores bilionários do mundo e resolveu se dedicar e espalhar boas ações pelo universo.

Pode parecer um absurdo, caro leitor, mas os mosquitos são os seres mais perigosos do mundo.

Imagine pensar que um "mosquitinho" poderá derrubar um homenzarrão, e o pior é que derruba mesmo.

Foi em um gráfico elaborado a partir dos dados da OMS (Organização Mundial da Saúde), que Bill Gates conseguiu concluir que é o mosquito que mais mata seres humanos no mundo!

A cada ano, cerca de 750 mil pessoas morrem por causa da picada do mosquito, mas não é a picada em si que mata imediatamente, que a torna tão letal, mas, sim, o que é injetado na corrente sanguínea enquanto o mosquito procura o sangue para se alimentar. Segundo a pesquisa de Gates, a grande parcela da morte deve-se à malária, doença transmitida ao homem, exclusivamente, pela picada da espécie Anopheles. É por isso que

## CURIOSIDADES

### O Guaraná e suas origens

Guaraná, um fruto tipicamente brasileiro, que tem propriedades excitantes, pelo conteúdo de cafeína e teobromina, dele é produzido um delicioso refrigerante, que, certamente, conquistou o paladar de todos que já o provaram... Mas você sabe por que ele se chama guaraná? Conheça a sua origem?

Então, segundo a lenda, no meio da floresta Amazônica, um casal de índios pertencente à tribo Maués, vivia junto por muitos anos, sem ter filhos, mas desejava muito ter uma criança. Certo dia, eles pediram a Tupã, o rei dos deuses, para dar a eles uma criança para completar aquela felicidade. Tupã, sabendo que o casal era cheio de bondade, lhes atendeu o desejo, trazendo a eles um lindo menino.

O tempo foi passando e o menino crescendo bonito, generoso e bom. No entanto, Jurupari, o deus da escuridão, sentia uma extrema inveja do menino e da paz e felicidade que ele transmitia, e decidiu ceifar aquela vida em flor.

Certo dia, o curumim saiu sozinho para colher frutos na floresta. Jurupari aproveitou-se da ocasião e transformou-se numa serpente venenosa e picou o menino.

O pequeno índio morreu quase que instantaneamente. O veneno da serpente era muito poderoso para o seu frágil corpinho de criança.

A triste notícia se espalhou rapidamente. Neste momento, trovões ecoaram e fortes relâmpagos caíram pela aldeia. A mãe, que chorava em desespero, entendeu que os trovões eram uma mensagem de Tupã, dizendo que ela deveria plantar os olhos da criança e que deles uma nova planta cresceria dando saborosos frutos.

Os índios obedeceram aos pedidos da mãe e plantaram os olhos do menino. Algum tempo depois, neste lugar, nascia uma linda plantinha, o guaraná, cujas sementes são negras, cada uma com um arilo em seu redor, imitando os olhos humanos ou melhor, os olhos do curumim.

# Urucum

## Conheça os benefícios dessa planta



Com a aparência de um coração vermelho coberto de espinhos, o urucum, que é o fruto do urucuzeiro, uma planta perene, que chega a atingir seis metros de altura, utilizada para produzir corantes naturais, transportada da Ásia para as Américas pelos espanhóis, por volta do século 17, é uma planta de onde se podem usar folhas, óleo essencial e sementes.

No Brasil, o urucum é nativo dos estados do Amazonas, do Pará, do Maranhão, do Ceará e da Bahia, mas é cultivada também em outros estados como Minas Gerais, Espírito Santo, Rio de Janeiro, São Paulo, Paraná, entre outros. Sua primeira utilização foi feita pelos índios, com o objetivo de obter um corante que servia de pintura para seus corpos e para a proteção da pele contra picadas de insetos e dos raios solares. Atualmente, esses são empregados na indústria alimentícia, farmacêutica, de cosméticos e têxteis.

A famosa tintura de urucum em pó é conhecida como colorau, e usada na culinária para realçar a cor dos alimentos. De sabor levemente picante, pode ser usado para temperar saladas, carnes, arroz e massas.

Muito rico em carotenoides, o urucum também é aproveitado por vários segmentos industriais, pois ele é rico em cálcio, fósforo, ferro, aminoácidos, e vitaminas B2, B3, A e C, contém cianidina, os ácidos elágico e salicílico, saponinas e taninos, fitoquímicos, que ajudam a prevenir e tratar doenças.

As suas sementes são usadas com sucesso para a cura da icterícia. Para crianças, o chá das sementes deve ser dado para matar vermes. O uso da tintura remonta à antiguidade, para tratar doenças venéreas, controlar os sintomas da menopausa, melhorar a libido sexual, e para diminuir suores noturnos, dores, inchaço.

Se misturar as suas sementes com óleo de coco, ou azeite de oliva, poderá produzir um remédio caseiro que pode ser aplicado topicamente para tratar queimaduras, feridas e picadas de insetos. O interessante é que impede a formação de cicatrizes.

Segundo estudos, há outros benefícios causados pelo urucum, o segredo está nos pigmentos que deram ao alimento a fama de bronzeador: os carotenoides, que, além de melhorar a absorção de raios solares, são convertidos em vitamina A pelo organismo. O fruto é fonte desses compostos, dentre os quais se destaca a bixina, seu principal corante ativo, que é um antioxidante que combate os radicais livres responsáveis pelo envelhecimento. Os carotenoides também estão associados ao controle do ácido úrico e de taxa de açúcar no sangue, o que ajudaria no tratamento e prevenção do diabetes e gota.

Outro benefício seria o de facilitar o emagrecimento. Ele pode estimular a redução da gordura periférica. Neste caso, o princípio ativo em questão é obtido por meio da manipulação da semente em laboratório, portanto, a prescrição do composto deve ser individualizada. Ainda há evidências de que o consumo de urucum ajuda a evitar o câncer de colo retal, e diminuir o risco de patologias derivadas de mutações genéticas.

É muito importante consultar um profissional antes de ingerir qualquer alimento/medicamento, pois, no caso do urucum, uma superdoses pode promover efeito purgativo e hepatotóxico, além de não ser recomendado o seu uso durante a gravidez e lactação.

grande parte dos esforços de erradicação da malária, de acordo com o Bill Gates, passa pela colocação de redes mosquiteiros.

E, apesar da evolução na última década, que reduziu em até 45% o número de vítimas da doença, esta infecção ainda mata muita gente, atualmente, 600 mil pessoas por ano. Na dengue, que também afeta milhares de pessoas todos os anos, o processo é semelhante, sendo que, nesse caso, o transmissor é o *Aedes aegypti*, usado pelo vírus para se multiplicar.

No caso da dengue, as expectativas mais bem sucedidas feitas, no Brasil, incluem a produção e introdução de mosquitos transgênicos na natureza, que impediriam a proliferação. Sem falar da mosca tsé-tsé, que mata 10 mil pessoas por ano.

Uma informação interessante, ainda segundo Gates, é que nem as mortes causadas pelo homem são tão numerosas quanto àquelas causadas pelos mosquitos.

Mas, mesmo assim, vale refletir que, apesar de tudo, o homem, com suas contínuas guerras e homicídios, ainda ocupa um desastroso segundo lugar no ranking, com 475 mil pessoas mortas por ano.

Ainda de acordo com Gates, os tubarões e os lobos são responsáveis por 10 mortes no mundo por ano. Enquanto isso, os elefantes matam 100 e os crocodilos 1000 pessoas, anualmente. A cobra mata 50 mil pessoas por ano. A raiva transmitida pelos cachorros causa a morte de 25 mil pessoas, o percevejo 9 mil e o caramujo quase que empata com ele, causando 8900 mortes, já a lombriga 2500 e a tênia 2 mil mortes por ano.

Existem mais de 2.500 espécies de mosquitos encontradas em todas as regiões do mundo, exceto na Antártida. Durante as estações de reprodução, os mosquitos superam em número todos os outros animais da Terra, excluindo as formigas e os cupins.

Considerando esses números, era de se esperar que os mosquitos recebessem mais atenção do que eles realmente possuem, não acha, caro leitor?

## MINUTO DE REFLEXÃO

A arte de escutar é como uma luz, que dissipa a escuridão da ignorância.

Dalai Lama

## MINUTO DE SABEDORIA

Nós não recebemos sabedoria, nós devemos descobri-la depois de uma jornada pelo erro que ninguém mais pode fazer por nós.

Marcel Proust

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

*"Queridos, estou bem, mas ainda não aprendi a atuar sem voz! Precisei descansar para me recuperar de uma rouquidão causada por uma faringite, depois de meses gravando a novela em ritmo acelerado. Espero retornar em breve!"*

Drica Moraes, atriz, afastada de "Império" devido a uma faringite, em entrevista ao site UOL

*"Primeiro, criei vergonha na cara. Mas eu trabalhei muito para isso, fiz dieta e tudo mais. Exercícios eu até fiz, mas não com a mesma intensidade, antes, fazia treino de três horas por dia, hoje, diminuí bastante porque o tempo que tenho livre quero curtir meu filho. Ele me faz queimar bastante caloria também."*

Ana Hickmann, apresentadora do programa "Tudo é Possível" na TV Record, com 33 quilos a menos, na festa antecipada de Natal da decoradora Andréa Guimarães, que aconteceu na noite dessa quinta-feira em um buffet, em São Paulo, site UOL

# Trasbordando Saudades

A noite andava, num suave lamento...  
No céu, o argênteo luar,  
As suntuosas estrelas cintilantes,  
Parecendo chuva de prata a derramar.

Havia um ameno descanso sobre a terra.  
Ouviam-se aves noturnas a piar.  
O murmurar tranquilo do riacho,  
Deslizando entre as pedras, a rolar.

Tu me enlaçavas cheio de carinho,  
Inundando de amor meu coração.  
Nós ficávamos assim juntinhos,

Vivendo momentos de felicidade,  
E nossas almas, plenas de emoção.  
Hoje... só transbordam a saudade.

*Maria do Carmo Marques Ramos  
(Carminha)*

## O que você está esperando?

Em 2015, venha divulgar  
no **busdoor** com a gente!

ANUNCIE  
**AQUI!**

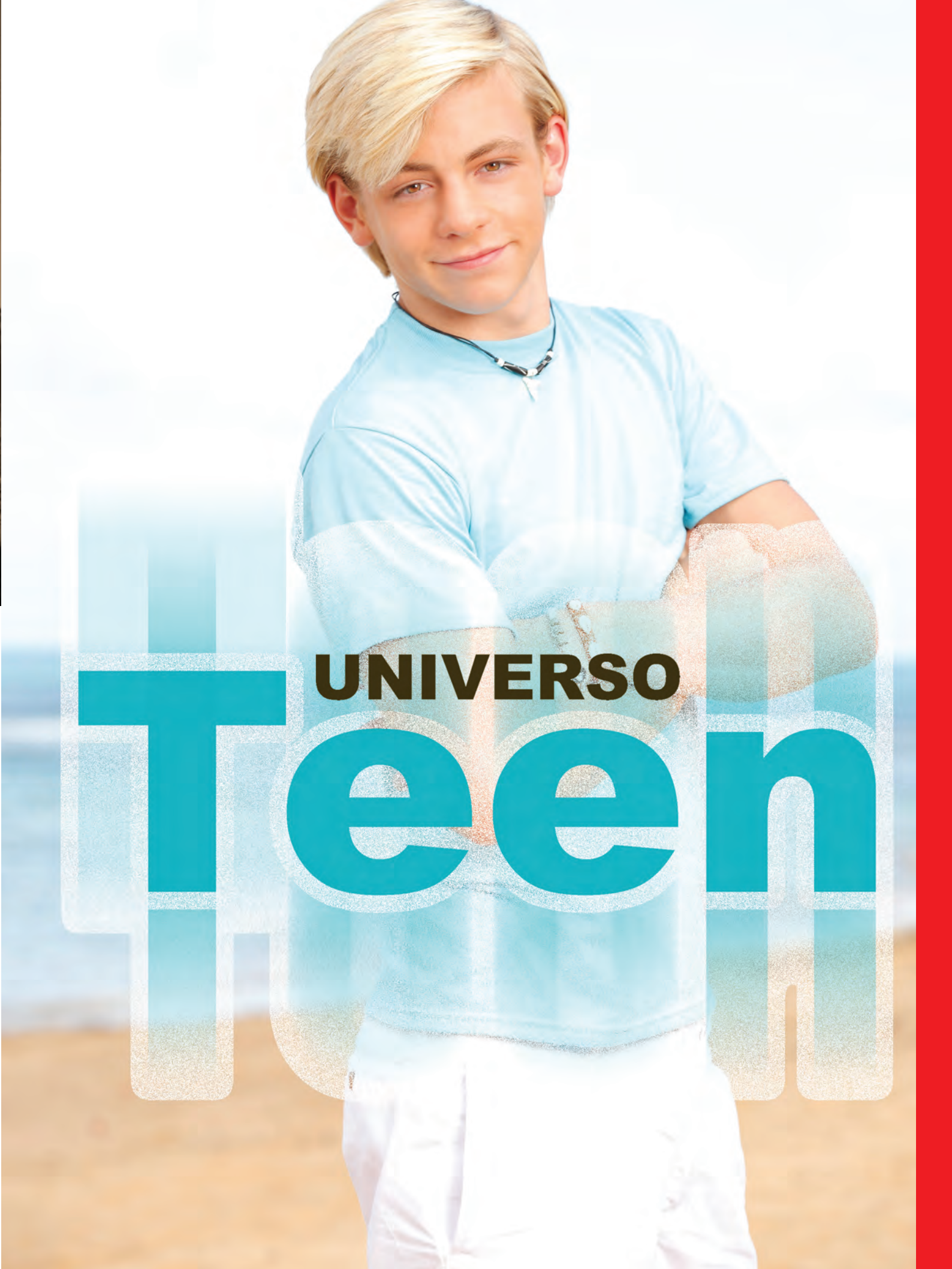
**Elimec**  
comunicações

[www.elmeccomunicacoes.com.br](http://www.elmeccomunicacoes.com.br)  
15. 3259-7014 / 3259-5937

COMIL

CIDADE DE TATUÍ





**UNIVERSO**

**Teen**



# LEAGUE of LEGENDS®

## O jogo do momento

*Jogo on-line mais rentável de 2014 teve mais de 27 milhões de espectadores na final do mundial*

O game de batalhas em arenas “League of Legends” é o jogo on-line mais rentável de 2014, de acordo com pesquisa da consultoria Super Data Research. O mercado de jogos do gênero movimentou cerca de US\$ 11 bilhões nos últimos 12 meses do ano.

O jogo da Riot Games arrecadou US\$ 946 milhões, em 2014, ficando na frente de jogos populares como “Dota 2”, “World of Warcraft”, “World of Tanks” e “Crossfire”.

Ele possui o modelo de pagamento por assinaturas e cobram por itens adicionais que os jogadores podem comprar. A pesquisa aponta que ele cresceu 600 mil usuários, este ano, por conta do lançamento da expansão “Warlords of Draenor”, em novembro.

A final do mundial do game on-line “League of Legends” foi realizada no dia 19 de

outubro de 2014 e sagrou a equipe sul-coreana Samsung Galaxy White como a campeã do campeonato, promovido pela produtora e distribuidora do jogo. O time levou para a casa US\$ 1 milhão.

O embate entre as equipes foi visto por um total de 27 milhões de espectadores em todo o mundo. O pico de views simultâneos foi de 11,2 milhões, um número maior que os 8,7 milhões alcançados no evento de 2013. Neste domingo, 40 mil pessoas foram ao estádio Sangam, que já recebeu jogos de Copa do Mundo.

Esse tipo de jogador vive em uma espécie de sistema de concentração. Enquanto muitos garotos sonhavam em “crescer e jogar futebol”, o que alguns jovens sempre quiseram era “crescer e jogar videogame” não de brincadeira, mas, profissionalmente, com salário e patrocinador. De segunda a sexta, eles cumprem uma rotina de treinos que começa às 15h e se estende pelo menos até às 22h. Diferentemente de José Alberto Junior, jogador do game, para ele, é somente uma diversão e ele não perde de

fazer outra coisa por conta do jogo. “Jogar, para mim, é a última opção, ou seja, caso não tenha nada pra fazer, eu jogo. Normalmente, jogo de noite quando tem vários amigos on-line jogando”.

Essa é uma ideia copiada das equipes americanas e asiáticas, onde o esporte eletrônico subiu de nível. E o “League of Legends”, o jogo que eles gostam, é o “futebol” dos games. Você pode nunca ter jogado, mas, se frequenta as redes sociais, já viu por aí a sigla LOL, como o jogo é conhecido entre os gamers.

Quem banca tudo isso, incluindo as despesas da casa são os patrocinadores, a maior parte ligada à indústria de games. Os jogadores recebem salário fixo e quanto mais fama o cyber atleta tiver, maior será a renda dele.

# Os chinelos não são mais os mesmos

*Personalizados, eles podem até ser usados em eventos noturnos*

Foi-se o tempo em que o calçado usado para trabalhar era fechado e de couro. No calor tropical do Brasil, nem sempre o tênis e o sapato se apresentam como o mais confortável. Os chinelos estão fazendo a vez no pé dos brasileiros e já não se restringem ao lar: há quem vá de chinelo para a empresa e até para a balada.

A produção de calçados, no Brasil, se mantém estável desde 2010, quando faturou R\$ 21,7 bilhões, segundo a Abicalçados (Associação Brasileira das Indústrias de Calçados).

Desde a década de 60, as empresas do ramo de calçados têm apostado nos chinelos femininos. Antes, somente de borracha e com poucas opções de cores, hoje, o acessório ganha vida e novos formatos, apresentando-se de forma mais sofisticada ao mercado.

Em 2003, cada um dos indicados ao Oscar recebeu um par dos chinelos com cristais Swarovski. Um ano antes, a marca conseguiu incluir seus chinelos no desfile da coleção verão do estilista Jean Paul Gaultier. Tam-

bém são encontrados como lembranças em casamentos, formaturas, amigos secretos, aniversários e o que mais for desculpa para ganhar um chinelo personalizado.

Com pérolas, pedras que imitam joias preciosas, ou qualquer outro adereço que seja escolhido, o acessório pode ser usado em ambientes distintos. No entanto, é preciso ter cuidado na hora de combiná-lo com a roupa, pois alguns têm detalhes que chamam bastante atenção e não ficam bem com alguns tipos de roupas ou eventos. A atenção tem que ser redobrada quando o evento for à noite como uma balada ou um restaurante mais refinado, que não combinam com chinelos, mesmo eles sendo mais incrementados. Agora, se for uma saída no barzinho, na praia ou até na ida à faculdade, fica bacana. No dia a dia, os chinelos combinam com saia, shorts e vestido.

Para Cristina Mendonça, enfermeira, antigamente, era triste você ganhar de presente um chinelo, pois era algo barato e sem graça. “Diferentemente de hoje, quando as pessoas adoram ganhar um chinelo. Costumo sempre participar até de amigos secretos no final do ano onde ele é o único presente. Cada um escolhe seu modelo, sua cor e seu número. E acaba sendo uma delícia por conta da infinidade de modelos. Chinelos nunca são demais”.

Em 2011, foram vendidos 210 milhões de pares de sandálias no mundo, conforme dados da marca Havaianas, que explica que 15% da produção é exportada. Hoje em dia, existem chinelos que custam R\$ 8 e outros que chegam a valer R\$ 280, como os que têm aplicação de cristais Swarovski.



# Belfie

## Selfie de bumbum

*Nova mania na internet vira moda nas redes sociais*

**S**elfie é coisa do passado, agora a moda é o *belfie*. A nova onda que tem conquistado adeptos na rede social é o “*belfie*”, um tipo de *selfie* que, ao invés de ressaltar o rosto, dá destaque ao bumbum.

O “*selfie*” é uma modalidade de fotografia já adotada por muita gente e o objetivo é captar apenas o rosto da pessoa. Sozinho ou em grupo, geralmente com um *smartphone* ou até máquinas fotográficas, o usuário faz a foto direcionando, ele mesmo, o dispositivo para o rosto.

O chamado “*Butt Selfie*”, ou apenas “*Belfie*”, se tornou sensação nas redes sociais com pessoas, principalmente mulheres, tirando fotos de seus “*derrières*”. Muitos já dizem que ele é o ‘*selfie* brasileiro’, uma tendência que combina com os brasileiros, pelo bumbum ser uma paixão dos brasileiros, tanto que há lojas no exterior especializadas em vender biquínis para brasileiras que moram lá, com modelagem apropriada para elas.

E toda moda tem sua inspiração, que, neste caso, é a norte-americana Jen Selter. A moça, considerada uma “marombeira”, queria apenas mostrar os resultados da malhação e postava fotos em vários ângulos de seus fartos glúteos. A fama foi tanta que, hoje, ela já tem mais de 1,7 milhão de seguidores em seu *Instagram*. O registro da parte traseira do corpo tem conquistado muitos adeptos, incluindo famosas como as irmãs socialites Khloe e Kim Kardashian, que divulgaram imagens recentes aderindo ao movimento.

A prática está sendo reproduzida em todas as redes sociais, especialmente *Twitter*, *Instagram* e *Tumblr*, e em todas já é possível encontrar perfis dedicados às fotos de bum-

bum, que compartilham e postam imagens usando a *hashtag* #*belfie*. No *Facebook*, também já virou tendência, mas não está tão aparente quanto nas outras ferramentas. Algumas publicações são apenas imagens na praia ou espelho, e quanto outras são mais ousadas e vão à nudez.



# Masturbação

## Excesso faz mal?

*Fase não é obrigatória e nem necessária na vida de todos*

Considerada uma das práticas mais antigas e comuns da humanidade, a masturbação segue sendo motivo de vergonha para muitas pessoas - principalmente, os mais novos, que estão ainda começando a conhecer o próprio corpo. Mas até que ponto ela é saudável? E seu excesso faz mal?

Um estudo realizado pela *Gossard Lingerie*, empresa britânica de roupas íntimas, descobriu que 92% das mulheres praticam masturbação. A pesquisa foi feita com mais de 1.000 mulheres com idade entre 18 e 30 anos no Reino Unido, e revelou que nove em cada 10 mulheres admitiram terem se masturbado pelo menos uma vez naquele ano, enquanto dois terços delas davam prazer a si mesmas pelo menos três vezes por semana. Diante desses números é possível afirmar que a prática não é uma exclusividade masculina, tampouco restrita a um pequeno grupo.

Porém, a masturbação não é necessária ou fase obrigatória na vida de todos. Para alguns, não existe sentido em atingir o orgasmo de maneira solitária, sendo mais agradável com a presença de um parceiro ou parceira. Fato é que não existem regras quando

o assunto é o sexo e a sexualidade, e que a masturbação pura e simplesmente não traz qualquer malefício à saúde.

Segundo Jairo Bauer, médico-psiquiatra, masturbar-se com muita frequência e desde cedo não aumenta o risco de a pessoa desenvolver qualquer disfunção sexual. “Uma coisa não tem nada a ver com a outra”, garante o médico em entrevista para um portal da internet.

Existem diversos benefícios para masturbação: é o método mais conveniente para maximizar orgasmos. E há uma abundância de benefícios adicionais com os orgasmos, em geral, incluindo a redução do estresse, redução da pressão sanguínea, aumento da autoestima e redução da dor.

Porém, vale lembrar que qualquer extremo é prejudicial. Masturbar-se em excesso ou nunca se masturbar podem ser problemas. Muitas vezes, foi ensinado à criança que se masturbar era uma coisa errada, então, ela se priva daquilo durante a vida, pois acredita que é algo errado a se fazer. Por outro lado, vale lembrar que ela deve ser um alívio de tensão, e não pode se tornar tão importante a ponto de inibir ou diminuir a vida social.



# O que esperar de 2015



*Ano começa com boas notícias, mas nem tudo são flores.*

**O** alvorecer de 2015 começa com uma notícia que, certamente, entrará para a história: a reaproximação e o restabelecimento das relações diplomáticas entre os EUA e Cuba, após um intervalo de mais de meio século, período no qual a economia da ilha caribenha, praticamente, parou, principalmente devido ao embargo comercial imposto pelos americanos.

A decisão da administração Obama foi corajosa, já que enfrenta resistência até dentro do partido Democrata, do próprio presidente, e entre asilados cubanos que vivem nos EUA.

Mas a iniciativa mostra que sempre há espaço para o diálogo e a abertura deste canal de comunicação pode ser muito saudável para o povo cubano, já que os bons ventos da modernidade podem trazer novas ideias e flexibilizar o regime dos irmãos Castro.

O Brasil também colherá os frutos políticos dessa reaproximação, segundo analistas. Nos últimos anos, Brasil e Cuba estreitaram laços fortalecidos por uma natural sintonia ideológica entre os governos. Como resultado, o intercâmbio comercial entre os dois países cresceu quase sete vezes, passando de US\$ 92 milhões, em 2003, para US\$ 625 milhões, em 2013. Atualmente, o Brasil é o terceiro maior parceiro comercial de Cuba, após a China e a Venezuela. O ápice das relações entre os dois países veio com a construção do porto de Mariel, obra tocada em grande parte pela brasileira Odebrecht a um custo de US\$ 975 bilhões e financiada com dinheiro do BNDES. O terminal ocupa uma área de 400 quilômetros quadrados que abriga a “zona de desenvolvimento especial” de Cuba, uma zona franca e industrial para a qual o governo pretende atrair indústrias estrangeiras por meio de incentivos. Ali vi-

gora um sistema diferente do resto da ilha, onde empresas têm poucas restrições para contratar, contam com isenção de impostos e não são obrigadas a se associar a companhias estatais.

Apesar dos dividendos políticos e dos investimentos brasileiros na ilha, o retorno econômico da construção do porto ainda gera controvérsia, embora o governo brasileiro ressalte que a obra beneficiou empresas e gerou empregos em nosso país. O problema, segundo analistas, é que o comércio entre Brasil e Estados Unidos não precisa do porto gigante, como defendem alguns setores. Além disso, a economia cubana é acanhada para atrair indústrias e desenvolver um mercado consumidor. Investir no país, hoje, é uma aposta.

E falando em apostas... Alguém quer apostar que a crise na Rússia vai durar mais de dois anos? Extremamente dependente da exportação de petróleo e gás natural, a Rússia se vê em palpos de aranha, com o preço do barril de petróleo despencando no mercado mundial por pressão dos países árabes. Os russos ainda enfrentam os problemas causados pelas sanções econômicas impostas pela comunidade europeia, por causa do apoio de Moscou aos separatistas ucranianos. Realmente; parece que o inverno russo de 2015 vai ser ainda mais rigoroso do que o normal.

E o petróleo também está no centro das discussões, aqui, no Brasil, mais precisamente a Petrobrás, maior empresa nacional envolvida em um gigantesco escândalo de corrupção e lavagem de dinheiro, descoberto pela Operação Lava Jato. A história ainda vai dar muito pano para manga, como afirma o ditado popular, e deve adentrar o ano de 2015.

Mas um dos pontos positivos deste episódio é que a Petrobrás já anunciou mudanças em seu processo de contratação de empresas e licitações, com o objetivo de tornar a empresa mais transparente e menos sujeita a desmandos e desvio de dinheiro. Pode parecer que a mudança veio tarde, mas é, sem dúvida, um reflexo da operação desencadeada pela Polícia Federal, que deve continuar agindo com firmeza e independência em 2015, assim como o Ministério Público. Afinal, para passar o Brasil a limpo, é necessário encarar a sujeira de frente!

E encarar os desafios de frente nos leva a outra questão: ampliar o uso da energia limpa e renovável, que não agrida o Meio Ambiente. Embora o mercado brasileiro de automóveis ainda esteja engatinhando no segmento de carros híbridos (que usam motores a combustão e elétricos) e também no nicho de veículos elétricos, algumas montadoras já disponibilizam seus modelos ecológica e corretos para o consumidor brasileiro, que também deverá aprender a usar a água de modo mais racional.

Por fim, em 2015, infelizmente, muitos pontos do planeta continuarão a conviver com a violência, a intolerância, a tortura, os assassinatos e perseguições movidos por puro ódio, seja ele religioso, político ou por diferenças étnicas e culturais. Em alguns pontos da Terra, grupos extremistas tentam impor sua visão mais do que radical de como deve ser a vida em sociedade. Esquecem que somos todos humanos e descendemos de um mesmo ancestral comum, que há muito deixou a África e se espalhou e conquistou todo o planeta. Somos um só, independente da religião, cor da pele, altura e idioma. Não podemos nos esquecer disso!

AUTOS



OS & CIA

# Carros – Lançamentos 2015



*O ano promete fomentar o mercado automobilístico com diversos lançamentos*

Já escolheu seu carro para este ano? Muitos lançamentos já foram anunciados, e 2015 promete ser quente para o mercado automobilístico, com novos modelos. Isto pode ser importante se você está pensando em comprar um novo carro, pois se o modelo escolhido for modificado em breve, você poderá perder dinheiro ou ficar com um carro defasado.

## Fiat

A Fiat já confirmou quatro novos modelos para o mercado brasileiro. Mas, por enquanto, a única certeza é a estreia do novo Bravo, que passou por facelift, apresentado durante o Salão do Automóvel de São Paulo, no final de 2014. O hatch médio da Fiat recebeu nova frente, com grade cromada, para-choque redesenhado e traseira com lanternas repaginadas. Sem preços anunciados, a novidade não teve alterações mecânicas ou nas opções de configuração. Porém, foi adicionada a versão Blackmotion, de visual escurecido.

## Ford

Se este ano foi bastante agitado com o lançamento da nova geração do Ka, 2015 promete ser ainda melhor para a Ford no mercado brasileiro. A montadora norte-americana anunciou de forma oficial que vai lançar oito novos modelos para sua linha, porém, sem muitos detalhes

dos carros. Uma já confirmada é a nova linha do Focus hatch e sedã, que vai oferecer mudanças no visual e no acabamento interno, em sintonia com a versão comercializada lá fora, tendo como destaque a grade trapezoidal na dianteira, já encontrada no New Fiesta e no Fusion.

Outro lançamento da marca será a nova Ranger, que também já foi antecipada durante um vídeo e ganhará visual inspirado no Everest, com direito a faróis mais afilados e grade dianteira maior, além de pequenas melhorias no seu interior. Além disso, a Ford deve trazer a nova geração do Edge. O crossover foi totalmente renovado e traz diversas melhorias, o que inclui novos equipamentos (como o airbag para os joelhos do passageiro da frente, assistente de estacionamento e câmera frontal de 180 graus) e novos motores, como o 2.7 V6 EcoBoost. A grande cartada fica com o anúncio também da chegada do Mustang, que pela primeira vez será vendido de forma oficial no Brasil. O novo muscle-car deve chegar apenas na versão topo de linha GT com motor 5.0 V8 de até 440 cavalos de potência e 55,1 kgfm de torque, com transmissão automática de seis velocidades.

## Volkswagen

A marca anunciou, no final de 2014, três lançamentos para este ano: Novo Gol 2015, Novo Voyage 2015 e Nova Saveiro 2015.

O novo Gol chega a sua 7ª geração, que na versão Rallye ganhou o motor 1.6 de 120cv, maior potência e, ao mesmo tempo, mais economia. Já o Voyage teve a inclusão do modelo Evidence, uma versão mais refinada do automóvel, que já vem equipado com ar condicionado, volante multifuncional, som, retrovisores elétricos, airbag duplo e freios ABS, além das rodas de liga leve 16.

Já a Nova Saveiro conta com poucas mudanças externas, mas todas as versões, agora, vêm com mais equipamentos de série. Por exemplo, a versão mais básica já conta com vidros e travas elétricos, freios a disco nas quatro rodas com ABS e airbag duplo.

## Chevrolet

A marca da General Motors deve lançar, no Brasil, um compacto com preço abaixo dos R\$ 30 mil. Substituto do Celta, provavelmente o hatch Spark, que já é vendido no Chile, entra no mercado brasileiro com novidades na motorização 1.0 e 1.4.

Para o segmento premium, a GM vai importar o Corvette C7 Stingray, com preço que deve ficar abaixo de um Porsche 911 Carrera e um Lamborghini. A Opel, também marca da GM, prevê trazer o Corsa, que deve atualizar o modelo. Promessa é de surpreendentes amortecedores e dirigibilidade.





A quilometragem do carro é, muitas vezes, fator decisivo no momento da compra. O número descrito pelo hodômetro pode servir de impulso ou barreira para fechar um negócio. Por ser tão representativa, a peça virou meio de fraude em carros usados, a fim de alterar os números que constam no painel do veículo para que ele pareça menos rodado. O que era para ser apenas um ponto de análise se torna um risco para o consumidor.

Para quem ainda não sabe, há dois tipos de hodômetros no mercado, sendo que o mecânico, que é mais antigo, já está entrando em desuso, principalmente por causa da possibilidade de adulteração.

O digital, muito mais moderno, é o tipo de hodômetro que está presente em praticamente todos os modelos de carros novos que circulam no mercado, atualmente, sendo muito mais confiável e preciso do que o mecânico. Os digitais vieram para dificultar, mas, infelizmente, não para impedir a adulteração. Basta um laptop e o software correto para mudar tudo através da eletrônica do próprio carro. É válido lembrar que a prática é considerada crime de estelionato, com pena de um a cinco anos de prisão.

Não é possível perceber a alteração sem retirar a peça do painel e verificar o estado dos lacres. Como a maioria dos novos automóveis tem hodômetro digital, pode acontecer de a peça queimar sozinha, por defeito na placa ou umidade, recomençando a contagem após o conserto. Para Rui de Figueiredo Carneiro, empresário, apaixonado por carros e comprador de carros usados, "A única maneira de ter certeza sobre a quilometragem do carro é verificando o estado da peça e se os lacres não foram mexidos", explica.

## Fique de olho no hodômetro

*Peça essencial na hora de comprar um seminovo deve ser observada com cuidado*

### Mas como saber se o usado foi ou não adulterado? Na hora de olhar o carro, siga as dicas:

- Veja se a quilometragem é compatível com o ano do carro. Em São Paulo, a média é de 20 mil quilômetros por ano;
- Procure pelo manual e veja os carimbos das revisões. Neles constam a quilometragem do veículo e a data. Se você comprar um carro com 40 mil km, que fez a revisão dos 60 mil km um mês antes, fuja;
- Verifique o estado geral do automóvel. Desgaste excessivo de volante, manopla do câmbio, pedais e apoios de braço denunciam que o carro é bastante rodado;
- Leve o carro para um mecânico de confiança. Uma rápida olhada nos itens de maior desgaste já determina a idade do modelo;
- Se o hodômetro for analógico, procure por marcas de rompimento do painel, como chaves de fenda nos parafusos. Os fraudadores costumam também acessar o marcador com um arame pelo buraco deixado pelo pino de zerar o hodômetro parcial, o que pode riscar a sua borda.



auto posto  
**SATURNO**

**confiança**  
que abastece  
**gerações**



Rua General Glicério, 506 | Pça. do Rosário | Itapetininga/SP | (15) 3272-4804



## Prepare o bolso: Janeiro é mês de pagar o IPVA

**N**ão tem jeito. Nem bem passou o Natal e o Ano-Novo, o brasileiro já se vê às voltas com uma infinidade de contas e impostos a pagar. Para quem tem carro, então, nem se fale. Além do IPVA (Imposto Sobre Propriedade de Veículos Automotores), existe também o seguro obrigatório, Seguro de Danos Pessoais Causados por Veículos Automotores Terrestres (DPVAT).

No caso de veículos usados, o IPVA do exercício atual deve ser pago até a data indicada nas tabelas de vencimentos, conforme final de placa nos veículos terrestres, pois o imposto incide também sobre a propriedade de barcos e aeronaves.

A boa notícia, pelo menos para os paulistas, é que o IPVA ficará mais barato em São Paulo, em 2015, segundo a Secretaria Estadual da Fazenda. O valor venal dos veículos registrou queda média de 4,2%, conforme levantamento feito pela Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas (Fipe), com 11.176 diferentes marcas, modelos e versões de veículos. Os usados tiveram queda média ainda maior, de 4,6%, e as motos, de 4,1%. Os dados são valores de mercado referentes a setembro de 2014.

Os contribuintes podem pagar em cota única no mês de janeiro, com desconto de 3%, ou parcelar o tributo em três vezes (nos meses de janeiro, fevereiro e março), de acordo com o final da placa do veículo. O vencimento para carros com final 1, os pri-

meiros a pagar o imposto, será no dia 9 de janeiro. Para os carros com placa de final 0, a data final para pagamento da primeira parcela será 22 de janeiro.

### Valor

Para saber qual será o valor do seu IPVA é simples. Multiplique o valor do veículo com a alíquota, que é de 4%. A porcentagem vale para veículos a gasolina e modelos flex, o mesmo vale para pickups ou veículos com cabine dupla. Já para modelos a álcool, elétricos ou a gás, a alíquota é de 3%. Para donos de utilitários, ônibus, micro-ônibus e motos, a alíquota é de 2%. Para caminhões, 1,5%. Os proprietários também podem conferir o valor do tributo a ser pago, consultando o site da Secretaria da Fazenda do Estado de São Paulo ([www.fazenda.sp.gov.br](http://www.fazenda.sp.gov.br)).

### Como pagar

O pagamento do imposto pode ser feito nos bancos autorizados, bastando que o proprietário leve o número do RENAVAM (Registro Nacional de Veículos Automotores). O recolhimento pode ser feito no caixa, nos terminais de autoatendimento, pela Internet ou através de débito agendado. O pagamento pode ser feito ainda em casas lotéricas ou na rede Banco 24 horas, também com o uso do número do RENAVAM. No caso de multa e infração, os donos dos veículos devem ainda obter a guia de recolhimento do

*A boa notícia  
é que houve redução  
no imposto*

IPVA no site do DETRAN (Departamento de Trânsito) de seu Estado.

### Cota única tem desconto?

Segundo o DETRAN de São Paulo, o pagamento em cota única, efetuado em janeiro, de acordo com as tabelas de vencimento, terá desconto conforme determinação do órgão. Mas alguns bancos conveniados com o departamento podem oferecer descontos de até 10%, por isso, é bom conversar na sua agência bancária. Após a data de vencimento da primeira parcela ou da cota única com desconto, o contribuinte não poderá parcelar ou efetuar o pagamento com desconto. Para fazer jus ao parcelamento, o proprietário deverá providenciar o pagamento da primeira parcela na data do seu vencimento e recolhida pelo seu valor integral. No caso de pagamento em parcelas, estas devem ser recolhidas nos vencimentos, não se admitindo a inversão das duas últimas parcelas.

### Veículos Novos

O pagamento do IPVA de veículos novos é feito por meio de guia de recolhimento, obtida obrigatoriamente no sistema de emissão de guia disponível no site do DETRAN, no item Consulta - Cálculo e geração de guias (outras opções).

### Isenção

Alguns veículos são isentos ao IPVA 2015 pelo seu ano de fabricação, essa determinação é feita pelo Detran de cada estado, porém a média é de 10 a 20 anos (Em São Paulo, por exemplo, veículos com mais de 20 anos de fabricação são isentos do imposto). Você pode consultar na página de seu estado quais veículos são isentos. Ao contrário do que muitos imaginam, o IPVA não é apenas para carros, entram também aeronaves, caminhões, motocicletas e ônibus.

Os valores do IPVA 2015 são diferentes para cada estado brasileiro, sendo determinados pela secretaria da fazenda. Vale lembrar que, caso você não efetue o pagamento, seu carro pode ser recolhido mesmo por um dia de atraso. Procure se informar e não deixe de pagar o IPVA 2015 do seu veículo.

# Pais precisam ter cuidado na escolha da cadeirinha

O uso da cadeirinha no carro é obrigatório no Brasil. De acordo com a Organização Mundial da Saúde, o uso correto do equipamento pode diminuir em até 70% as chances de morte de uma criança em um acidente grave de trânsito.

Dados da Polícia Rodoviária Federal mostram que o número de mortes de crianças menores de 10 anos no trânsito caiu 23%, em 2012, como reflexo da Lei da Cadeirinha.

Segundo a assessoria de imprensa do Detran de São Paulo, as regras para o transporte de crianças são determinadas pela Resolução 277 do Conselho Nacional de Trânsito (Contran),

válida em todo o país. De acordo com a norma, menores de 10 anos devem ser transportados no banco traseiro, com o uso do equipamento adequado para cada idade. Os pais devem seguir as seguintes orientações: 0 a 12 meses - bebê conforto ou conversível; 1 a 4 anos - cadeirinha; 4 a 7,5 anos - assento de elevação; 7,5 a 10 anos - cinto individual de segurança do próprio banco traseiro.

O corpo de uma criança é muito frágil, e

as cadeirinhas são projetadas para segurá-las nos pontos mais resistentes do organismo, de modo a causar o mínimo de ferimentos internos no caso de um acidente. Por isso, a escolha da cadeirinha também faz toda a diferença, pois existem, hoje, no mercado, inúmeros modelos e marcas.

A Proteste divulgou, no final do ano passado, um teste realizado com cadeirinhas automotivas para crianças de 0 a 36 kg, ou seja, com até 10 anos de idade. E os resultados são preocupantes. Foram avaliados 13 modelos - incluindo três que não são vendidos no Brasil - e nenhum obteve nota máxima. De cinco estrelas possíveis, apenas dois modelos obtiveram três estrelas na nota final. Três modelos conseguiram duas estrelas e os demais ficaram com apenas uma estrela.

Ainda assim, embora tenha ficado claro que as cadeirinhas precisam melhorar, a entidade faz questão de ressaltar que as crianças sempre estarão mais seguras e protegidas dentro delas do que fora.

O Detran indica que o consumidor, ao comprar o equipamento, verifique, no manual de instruções, se a cadeirinha atende às normas de segurança, bem como a capacidade de peso e volume suportado pelo aparelho, a fim de reduzir o risco ao usuário em casos de colisão ou desaceleração repentina do veículo. "São elas: Ter tiras com fechos de travamento; dispositivo de ajuste; partes de fixação e; em certos casos; cadeirinha auxiliar ou uma proteção antichoque que deve ser fixada ao veículo". Explica a assessoria.



*Detran-SP dá dicas para escolher a melhor cadeirinha e garantir a segurança das crianças*



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





01 - Alberto Zuzzi, coquetel de inauguração do Centro Empresarial Barão de Tatuí, Tatuí; 02 - Wilson, Tatiane, Sônia, Valdecir e Matheus, batizado Matheus, Igreja São Judas Tadeu, Boituva; 03 - Diego, Márcia e Manuela, comemoração dos 20 anos da Casa Ramos Rolamentos, Tatuí; 04 - Beatriz, Henrique, Beto, Larissa, Giulia e Mariana, formatura do Colégio Anglo de Tatuí, A.A.XI de Agosto, Tatuí; 05 - Marcelo, Tomé Jorge e Jorge Ricardo (juízes), Festival do Cavalo Lusitano de Tatuí, Hípica Centauros, Tatuí

FELIZ

Revista  
**hedar**  
www.revistahadar.com.br

ANO NOVO

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

Rua 7 de Maio, 150 | Fone (15) 3259-4543 / 3259-7014



06 - Cristina e Victor, Festival do Cavalo Lusitano de Tatuí, Hípica Centauros, Tatuí; 07 - Bene, Maria José e Bernadete, inauguração da loja Shop Casa e Decoração, Tatuí; 08 - Tiago Grilo, Carlos, Ary, José Roberto, Grilo, Toni Caranguejo, Valdir, Luíza, Ari, Fernanda e Rodrigo, inauguração do Supermercado Pompeo, Tatuí; 09 - Alencar, Cubas, Ana Maria, Cida, Celina, Marinho, Ana, Alexandra, Aléx e Tirson, confraternização dos Engenheiros de Tatuí, sede da Associação dos Engenheiros, Tatuí; 10 - Caetano e Adriana, coquetel de inauguração do Centro Empresarial Barão de Tatuí, Tatuí



Brilhe com a gente!



11



12



13



14



15

11 - Guilherme e Bernadete, formatura do Colégio Anglo de Tatuí, A.A.XI de Agosto, Tatuí; 12 - Eliana, Diana, Lígia e Ione, Festival do Cavalo Lusitano de Tatuí, Hípica Centauros, Tatuí; 13 - Mocinha, Lúcia e Santa, inauguração da loja Shop Casa e Decoração, Tatuí; 14 - Evandro, Rafaeli, Valéria, Edgard e Lavínia, jantar de confraternização dos Engenheiros de Tatuí, sede da Associação dos Engenheiros, Tatuí; 15 - Sueli e Antônio Carlos, comemoração aos 20 anos da Casa Ramos Rolamentos, Tatuí

Invista em Qualificação Profissional. Capacite seus Colaboradores!



**UNIP**  
UNIVERSIDADE PAULISTA  
Interativa

Cursos Superiores Tradicionais

**GRADUAÇÃO**  
Administração  
Ciências Contábeis

Cursos Superiores de Menor Duração

**GRADUAÇÃO**  
Logística - Segurança do Trabalho  
Gestão de Recursos Humanos  
Gestão Financeira

INSCRIÇÕES PELO SITE:  
[www.unipinterativa.edu.br](http://www.unipinterativa.edu.br)

OU LIGUE:  
15 3251-1573

UNIP TATUÍ

CONDIÇÕES ESPECIAIS

até 23/01/2015

Faça já a sua  
inscrição!

PROCESSO  
SELETIVO  
**UNIP** 2015

agenciocare.com.br



16



17



18



19

16 - Gabriel, Patrícia, Clélia, Joseph Georges, Maria Ângela, Fátima Sueli, Sívio e Audo, Festival do Cavalo Lusitano de Tatuí, Hípica Centauros, Tatuí; 17 - Rafael e Guilherme, formatura do Colégio Anglo de Tatuí, A.A.XI de Agosto, Tatuí; 18 - Formatura do 9º ano, Colégio Anglo Tatuí, Conservatório de Tatuí; 19 - Bárbara, Ana Laura, Miguel e Bruna, coquetel de inauguração do Centro Empresarial Barão de Tatuí, Tatuí



**Bolo, Doce  
e Carinho...**  
**É Aqui na  
Sueli Bolos!**



**Tatuí:** R. Cel. Aureliano 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

**Porto Feliz Shopping:** Shopping Porto Miller Boulevard  
Rua Ademar de Barros nº 345

**Indaiatuba:** R. 15 de Novembro, 543 T: (19) 3834-3329

[www.suelibolos.com](http://www.suelibolos.com) **Seja um franqueado!**



20



22



23



21



24

20 - Gustavo, Renata e Claudio, formatura do Colégio Anglo de Tatuí, A.A.XI de Agosto, Tatuí; 21 - Eli e Norberto, coquetel de inauguração do Centro Empresarial Barão de Tatuí, Tatuí; 22 - Major Camargo e Patrícia, Festival do Cavalo Lusitano de Tatuí, Hípica Centauros, Tatuí; 23 - Batizado do Matheus, Igreja São Judas Tadeu, Boituva; 24 - Alessandra, Maria José, Sônia, Lúcia, Giovana, Soraya e Rosa, inauguração da loja Shop Casa e Decoração, 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](http://www.ceramicacity.com.br)



Encontre os Blocos City na Rede Caetano





25



26



27



28

25 - João, Edson, Ângela, Dirce, Roberta, Edson e João Vitor, comemoração dos 20 anos da Casa Ramos Rolamentos, Tatuí; 26 - Fred, He-loisa, Maria Renata e João Pedro, coquetel de inauguração do Centro Empresarial Barão de Tatuí, Tatuí; 27 - Batizado do Matheus, Boituva; 28 - Coquetel de inauguração do Centro Empresarial Barão de Tatuí, Tatuí

**ENERGIA SOLAR AQUECEDORES**

REPRESENTANTE **UNISOL** AQUECEDORES SOLAR

Há mais de 15 anos no mercado, a Energia Solar Tatuí procura atender seus clientes com qualidade e garantia. Atendimento Personalizado; Profissionais Capacitados; Prazos Reduzidos; Preços Competitivos; Facilidades no Pagamento.

**Faça um orçamento sem compromisso.**

- Aquecedor Para Banho
- Aquecedor Solar
- Banheiras e SPAs
- Trocador de Calor Para Piscinas
- Aquecedor Solar Piscina
- Filtros Água Potável

Rua Juvenal de Campos, 170 - Tatuí/SP  
 (15) 3305-2793 / 99706-4715 / 7812-4355  
 www.energiasolartatui.com.br | energiasolartatui@uol.com.br

**UTILOC**  
 CENTRO DE PODOLOGIA

Adulto | Criança | Diabéticos | Geriátricos | Esportiva

**Tratamento a Laser e Eletroterapia:**

- Unhas Encravadas
- Unhas Infeccionadas
- Verruga Plantar
- Micose de Unhas

**Podóloga**  
 Márcia Regina Bueno  
 Formada pelo SENAC

**Avaliações Gratuitas**

**Horário de Atendimento:**  
 Segunda a Sexta das 8h às 20h e Sábado das 8h às 18h

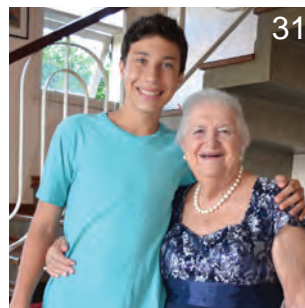
Rua Santa Cruz, 140 | Centro | Tatuí/SP  
 (15) 3251-6957/99736-9361



29



30



31



32



33



34

29 - Ismael, Cristina, Luana, Mila, Norberto, Sueli e José Luiz, Festival do Cavalo Lusitano de Tatuí, Hípica Centauros, Tatuí; 30 - Carlos e Rafael, coquetel de inauguração do Centro Empresarial Barão de Tatuí, Tatuí; 31 - Guilherme e Cyla, formatura Colégio Anglo de Tatuí, Tatuí; 32 - Nenê, Antônio, Maria Alice e Antônio Carlos, comemoração dos 20 da Casa Ramos Rolamentos, Tatuí; 33 - Evandro e Lúcia, inauguração da loja Shop Casa e Decoração, Tatuí; 34 - Dirceu, Cima, Clara e Maíra, jantar de confraternização dos Engenheiros de Tatuí, sede da Associação dos Engenheiros, Tatuí

# NATAL *dos meus* SONHOS

Autorização da Caixa Econômica Federal  
processo nº 6-3194/2014

Compre nos estabelecimentos participantes, peça seu cupom e é só torcer para ganhar!

Sorteio dia: 17/01/2015 - 12:00hrs  
Local: Praça da Matriz



\*Imagens ilustrativas, as cores dos veículos podem variar

**Comércio aberto em horário especial:**  
Do dia 02/12 até 23/12 de Segunda à Sexta até às 22:00hrs  
Aos sábados até às 18:00hrs e Domingos das 9:00hrs às 15:00hrs  
Dia 08/12 das 9:00hrs às 18:00hrs  
Conforme LEI MUNICIPAL 4278 de 9 de novembro de 2009  
Dia 24/12 até às 18:00hrs



# Geleia de Pinga

A receita do mês de janeiro está de dar água na boca. E quem nos enviou essa sobremesa foi a nossa querida leitora e amiga Carolina de Oliveira Serafino, da cidade de Tatuí. A receita é uma delícia e para você que está curtindo as férias de janeiro e quer algo fácil para preparar, é só pegar os ingredientes e começar agora! Anote aí, caro leitor!

## Ingredientes

250 ml de água  
1 pacote de gelatina sem sabor incolor  
1 pacote de gelatina com sabor (de sua preferência)  
800g de açúcar cristal  
125 ml de pinga  
Óleo para untar

## Modo de preparo:

Em uma panela, despeje a água, a gelatina com sabor e a sem sabor (de sua preferência).

Neste caso, foram feitas duas receitas, uma com gelatina de morango e outra com gelatina de tutti frutti.

Mexa até dissolver bem. Quando ficar totalmente dissolvida, despeje os 500g de açúcar e a pinga (muito cuidado ao despejar).

Mexa até ferver. Quando estiver borbulhando, já pode desligar o fogo.

Em um pirex ou uma vasilha de sua preferência, pingue umas gotinhas de óleo para untar. Despeje o conteúdo da panela no recipiente e leve à geladeira (pelo menos por umas 8 horas).

Corte-os em cubinho, misture aos 300g de açúcar e deixe-os na geladeira.



75



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

## TAMBELLI

LANCHONETE E PASTELARIA  
DESDE 1948

# Feliz 2015!



Emxc

# **TAPEMAG**

Sua loja de peças e borrachas.

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

Mangueiras hidráulicas em geral



Mangueiras para lavadoras



Mangueiras



Ferramentas



Adaptador



Ligação reparadora



Suporte para mangueiras



Tesoura para poda



Tesoura de grama



Cortador de grama

**TRAPP**



## Produtos em geral:

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

R. Onze de Agosto, 1041 - Tatuí / Centro - Fone: 15.3259-2800 Nextel: 96\*60761