



DISTRIBUIÇÃO GRATUITA E DIRIGIDA

ANO 3 • EDIÇÃO 34 • SETEMBRO DE 2010

Cultive sua Semente



Cássio Junqueira
Paixão Poética

Florais de Bach
Plantas do bem

Especial
Semana de Trânsito

Uma novidade Dell Anno para você.



Autorizada

Pavanelli Design

Onze de Agosto, 1550

Tatui/SP

15 3305.1856 / 3305.1864



www.dellanno.com.br

Dell Anno
home styling

Olá, quero agradecer a todos que colaboraram para que o sonho da minha esposa Fabiana se realizasse, em especial a vocês da Revista Hadar. Vocês não têm ideia da felicidade dela em participar desta promoção. Foi um momento único para ela e para mim também, em vê-la tão feliz! Obrigado mais uma vez pela oportunidade!

Wladimir, via E-mail

A Hadar chegou e NÃO PAROU! Adoro todas as matérias, sempre com muito conteúdo. Sinto o quanto vocês valorizam a cultura. Parabéns equipe Hadar! Continuem sempre brilhando...

Vanderleia Ribeiro,
via E-mail

A Hadar brilhou tão de repente, que virou uma constelação. Beijos Bernadete!

Fátima, via Orkut

É um prazer compartilhar meu trabalho com vocês! Já visitei o site e é tudo muito lindo, um material de primeira! Desejo sucessos. Abraços.

Thiago, via Orkut

Eu sempre leio a revista HADAR e vejo quantos milagres vocês conseguem fazer e acho uma ótima revista, com matérias interessantes, lugares que fico sonhando em conhecer e informações importantes.

Simone Cerqueira, via E-mail

Setembro

Confira as datas comemorativas deste mês...

FOI MAL

O telefone correto do Salão Cintia e Adolfo Cabelereiros é (15) 3305.3635

- 01 • Início da Semana da pátria, Dia do Profissional de Educação Física
 - 02 • Dia do Repórter Fotográfico, Dia do Florista
 - 03 • Dia do Guarda Civil, Dia do Biólogo
 - 05 • Dia Oficial da Farmácia, Dia Mundial da Amazônia
 - 06 • Dia do Alfaiate, Oficialização da letra do Hino Nacional
 - 07 • Independência do Brasil
 - 08 • Dia Internacional da Alfabetização
 - 09 • Dia do Administrador, Dia do Médico Veterinário, Dia da Velocidade
 - 10 • Fundação do 1º Jornal do Brasil
 - 12 • Dia do operador de rastreamento
 - 14 • Dia da Cruz, Dia do Frevo
 - 15 • Dia do Cliente
 - 16 • Dia Internacional para a Preservação da Camada de Ozônio
 - 17 • Dia da Compreensão Mundial
 - 18 • Dia dos Símbolos Nacionais
 - 19 • Dia de São Geraldo, Dia do Teatro
 - 20 • Dia do Funcionário Municipal, Dia do Gaúcho
 - 21 • Dia da Árvore, Dia do Fazendeiro, Dia da Luta Nacional das Pessoas com Deficiências
 - 22 • Data da Juventude do Brasil, Dia do Contador
 - 23 • Início da primavera, Dia do Soldador, Dia do Técnico Industrial e do Técnico em Edificações
 - 25 • Dia Nacional do Trânsito
 - 26 • Dia Interamericano das Relações Públicas, Dia Nacional do Surdo
 - 27 • Dia de Cosme e Damião, Dia do Encanador, Dia Mundial de Turismo, Dia Nacional do Idoso
 - 28 • Dia da Lei do Ventre Livre
 - 29 • Dia do Anunciante, Dia do Petróleo
 - 30 • Dia da Secretária, Dia da Navegação, Dia Mundial do Tradutor, Dia Nacional do Jornaleiro
- ... Mas não se esqueça, todo dia é dia de ser feliz!

Carta ao leitor

Caro leitor, a primavera está chegando, as flores renascendo e a Hadar a cada dia desenvolvendo as matérias com os assuntos mais interessantes, para que você fique interado em tudo o que é útil para curtir os dias com mais alegria, saúde, bem-estar e sabedoria.

O Realize-se deste mês está super bacana, com a transformação especial da realizada. Em nossas páginas, Celso Kamura ensina as melhores dicas para quem quer um visual com estilo e cores, assim como a seção Estilo, que está recheada de novidades para quem quer curtir a primavera e o verão.

Para os admiradores da velocidade, batemos um papo com Oswaldo Fragnani Junior, que está entre os melhores colocados da categoria Marcas e Pilotos. E para os esportistas, uma matéria sobre Esgrima.

Em Região, homenageamos Boituva, a cidade aniversariante do mês de setembro e é de lá a entrevistada da seção Andanças, que foi até Cancun, desvendar as maravilhas paradisíacas das praias e pontos turísticos.

Já na Política, abordamos algumas curiosidades presidenciais. E por falar em política, dia 3 de outubro vamos às urnas para eleger o presidente da república, o governador do estado, os deputados estadual e federal e os senadores, que vão governar por mais 4 anos o nosso país. Está na hora de refletir que vivemos em uma democracia, todos devem participar das decisões da nossa nação. Para isso são escolhidos representantes, os políticos. A nós cabe uma reflexão: Será que realmente esses políticos estão aptos a nos representar? Então, vote em quem você confiaria como seu representante, pois em 4 anos muita coisa pode mudar, ou não.

É isso aí, caro leitor, que você tenha um excelente setembro, que se inspire na primavera e sinta o perfume das flores que acabam de brotar.

Que devore cada página desta edição, que está agora em suas mãos, feita com muito amor, carinho e dedicação, de toda a equipe Hadar.

Ótima leitura!

		MODA Kamura Em cabelos e cores 12
QUALIDADE DE VIDA Aleitamento Materno: Um ato de amor 26		
		CULTURA Big Band do Conservatório Som e estilo 50
AUTOS&CIA Marcas e Pilotos 58		
		CELEBRAÇÃO Brasil: Somos Patriotas? 63

EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte
Bernadete Elmec

Jornalista Responsável/Redação
Maria Eliza da Silva Rosa
jornalismo@revistahadar.com.br

Revisão
Marry Calvino

Criação/ Diagramação
Cláudio S. dos Santos
Wilson Prado Filho
arte@revistahadar.com.br
diagramação@revistahadar.com.br

Site
Danilo Casemiro de Campos
www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade
Claudio Elmec
Rua 7 de Maio, 150 sala 03- Tatuí
(15) 3259-7014 / 9144-8747
(15) 7812-6172 ID 119*76172
anuncieaqui@revistahadar.com.br
elmeccomunicacoes@yahoo.com.br
comercial@revistahadar.com.br
elmeccomunicacao@terra.com.br

Empresa Responsável
Editora Camargo & Cia Ltda.
Rua 7 de Maio, 150 - sala 03 - Tatuí
(15) 3259-4543 / (15) 7812-8350 ID 119*63894
editoracamargo@gmail.com

Colaboradores
Veridiana Petinelli, Luis Carlos Magaldi Filho,
Maria do Carmo M. Ramos, Josué Mota, Silvia
Strufaldi, Katia Ruzsicska, Rafael Christen, Rober-
ta Lorenzetti Lourenço e Otox.

Atendimento
falecom@revistahadar.com.br

Agradecimentos
Akira Koza, José Vieira, Célia A. Camargo, Emerson
Carriel Cleto, Cildete Saroba, Tatiane de Miranda
Camargo Covre, Wilson P. Covre, Vale Cred

Distribuição
Boituva, Capela do Alto, Cerquillo, Cesário Lange,
Iperó, Itapetininga, Laranjal Paulista, Pereiras, Por-
to Feliz, Quadra, Tatuí e Tietê.

Tiragem
8.000 exemplares

A Revista Hadar não se responsabiliza por concei-
tos e opiniões emitidos por entrevistados e colabo-
radores da revista, não necessariamente refletem a
opinião da redação e editores, assim como não se
responsabiliza pelo conteúdo de informes e anún-
cios publicitários.

JÁ FOI

O Centro Cultural da Secretaria de Cultura de Tatuí realizou a exposição "Tatuí na Visão do Artista", no dia 05 de agosto.

Também em Tatuí, foi realizada a 68ª Semana Paulo Setúbal, com game interativo entre as escolas e cerimônia de entrega de prêmios aos vencedores, no dia 06 de agosto, no Teatro Procópio Ferreira.

Foi realizado no domingo, dia 8 de agosto, em Tatuí, o 2º Festival de Capoeira, que reuniu mais de 500 pessoas no Ginásio de Esportes Araão Donizeti de Araújo Guerra.

Dia 14 de agosto, aconteceu o III Encontro de Ultraleves, no Aeroclube de Tatuí.

Nos dias 28 e 29 de agosto, em Boituva, a Virada Esportiva do Interior, com 24 horas de esportes e lazer à população, além de conscientização sobre a necessidade da prática de exercícios físicos para manutenção da qualidade de vida.

No período de 12 a 22 de agosto, aconteceu 21º Bienal Internacional do Livro e a nossa colaboradora Sílvia Strufaldi lançou mais um livro "Os Ziskisitos e o Quadro Roubado". Confira fotos na constelação.

Acontece no período de 18 a 25 de setembro a Semana Nacional do Trânsito e o tema será Cinto de Segurança e Cadeirinha.

VAI TER

Em Tatuí, no Lar São Vicente de Paulo, todas as quintas-feiras, das 13h às 17h, acontece o Bazar do Asilo em prol à instituição. As doações podem ser entregues na recepção do Lar. Informações (15) 3251-4286.

De 03 a 07 de setembro, acontece o Boituvana 2010, no Centro de Eventos Francisco Gianotti, em Boituva.

O Rotaract Club Tatuí realizará a 7ª edição da tradicional Noite da Pizza, no dia 18 de setembro, na sede social do Rotary Club, com parte da renda revertida para a campanha do Dia das Crianças, no jardim Europa. Mais informações pelo telefone (15) 9714- 5057.

Durante os dias 18 a 24 de setembro, em Cerquilha, acontece o 1º Festival de Teatro, no Teatro Municipal da Cidade das Rosas. Informações (15) 3384.2634

No período de 24 a 26 de setembro, acontece o campeonato brasileiro de Horseball, na Hípica Centaurus, em Tatuí. Informações (15) 9133.5841.

No dia 30 de setembro, a Big Band Jovem do Conservatório de Tatuí se apresenta no Teatro Procópio Ferreira, às 20h30, com coordenação de Érica Masson. A entrada será franca e os ingressos podem ser retirados antecipadamente: de terça a sexta, das 15h às 19h; nos dias de eventos até as 21h30. Informações (15) 3205.8444.

Realidade em

3D

A modernidade tecnológica em três dimensões

Já pensou assistir TV e "participar" de cada cena simultaneamente? A tecnologia 3D (três dimensões) tem a função de criar esta ilusão e levar aos telespectadores, as melhores imagens em alta definição e representações ainda mais reais, que causam a impressão de profundidade. Este feito é possível pois as imagens em 3D são criadas através de dois projetores distintos que, consequentemente, geram duas imagens. Com o auxílio das lentes de óculos apropriados, eles acabam filtrando o que está sendo visto e o resultado são duas imagens juntas, enquadradas e com distância, profundidade e posição correta do que aparece no filme ou programa assistido.

Há três tipos de óculos 3D: os anáglifos, ativos, e polarizados. O primeiro, permite a

visualização através de um filtro vermelho no lado esquerdo e verde na lente direita, mas com qualidade baixa de cores. Os ativos são sincronizados com a TV e os óculos polarizados devolvem imagens com cores originais a quem assiste.

Mas é bom saber que as imagens em 3D não existem, pois através da estereoscopia (duas imagens projetadas em pontos diferentes), nosso cérebro une as imagens e cria uma ilusão em três dimensões daquilo que se vê. Há também os efeitos em 3D que são obtidos mesmo sem óculos especiais, mas com a utilização de telas de cristal líquido e aparelhagem específica.

O mais interessante é que os telespectadores não só assistirão TV, mas irão participar do que é exibido nela, pois o realismo das

imagens é indescritível, além de ser muito eficaz contra a pirataria. Mas há aspectos contra, pois os óculos 3D são prejudiciais para a visão e podem ocasionar dores de cabeça e outros problemas.

Bom, você já deve ter visto filmes em 3D, como Avatar, Shrek e Alice no País das Maravilhas, com conteúdo incrível e imagens para ninguém colocar defeito. Mas esta tecnologia já é antiga, mesmo que não tão desenvolvida, pois foi em 1952, nos Estados Unidos, que aconteceu a exibição do primeiro filme em 3D.

O que arde nos bolsos é o custo elevado para adquirir uma TV em 3D, que por enquanto necessita dos óculos, os quais também não são baratos, mas garante modernidade e qualidade em três dimensões.

**DIAS
INSANOS!**

**PROMOÇÃO
Imaginarium
para você**

Concorra a 3 presentes
Imaginarium

30%

20%

40%

ATÉ
50%
OFF

20%



Via Mundi
produtos criativos

R. Prudente de Moraes, 94 • Fone: (15) 3251.6870 - Tatuí

NACIONAL
SOLDAS
MATERIAIS PARA SOLDAGEM E CORTE
WHITE MARTINS
FABRIL DE

**CONJUNTO DE SOLDA PPU
COMPLETO COM VÁLVULA DE SEGURANÇA**
R\$ 1.950,00
-válido para todo o mês de Setembro/2010

Produtos originais White Martins você
só encontra na representante autorizada
Tatuí • Itapeva • Boituva • Itapetininga

Rua 11 de Agosto, 3282 - Tatuí • (15) 3305-7878





Cuidados com os Peixes

Os pequenos seres da água

Ter um animal em casa exige muitos cuidados diários, pois assim como os seres humanos, eles exigem atenção, alimentação, cuidados e amor. Muitas pessoas optam por ter um cachorro ou gato em casa, mas um peixe, além de ter capacidade natural de proporcionar bem-estar no local em que se encontram, nadam livremente e com suavidade pelo aquário.

Os peixes, além de serem seres calmos e que dispensam tantos cuidados, são alimentados somente duas vezes ao dia e a manutenção do espaço em que vivem, seja um aquário ou tanque, pode ser limpo aos finais de semana, ou sempre que houver necessidade.

Por respirarem fazendo a água entrar pela boca e, seguir até as guelras, de onde é retirado o oxigênio, deve-se ter extremo cuidado com a qualidade e cor da água, para que eles tenham maior tempo de sobrevivência.

Geralmente, estes seres aquáticos se alimentam de rações, plantas aquáticas, ovos de outros peixes, crustáceos, peixes com tamanho menor e até mesmo restos de alimentos.

Mas, mesmo sem tantas exigências, os peixes devem ser manuseados com cuidado durante a lavagem dos ambientes, pois podem sofrer com estresse e muito cuidado na escolha do peixe, pois algumas espécies não toleram companheiros para compartilhar o mesmo lugar e exigem algumas condições para sobreviver, como condicionador-anticloro, termômetros para verificar a temperatura da água, plantas artificiais, vitaminas, entre outros.

Quanto aos aquários, vamos exemplificar alguns cuidados, como oferecer rações com mais de 40% de proteínas, iluminar o aquário de 8 a 12 horas diariamente, não usar pedras cortantes, porque podem machucar os peixes, verificar sempre a temperatura da água, trocar a alimentação para evitar doenças nutricionais, evitar bater no vidro, higienizar as mãos e braços antes de manusear o aquário.

O fato de gostar de peixes pode influenciar as pessoas a criarem estes seres e aderirem ao Aquarismo, que é a criação de organismos aquáticos, como usar os peixes para decoração ou estudos.

Muito mais que um peixe para decorar, é ter alguém para cuidar que beneficiará o ambiente e a saúde de quem está próximo, pois segundo especialistas, observar um aquário ou tanque com muitos peixes é tão eficiente quanto as técnicas de meditação.

DISTRIBUIDOR



MACHADINHO

AGROPECUÁRIA

TODO O CARINHO QUE O SEU AMIGO MERECE!



Rações • Medicamentos • Banho e tosa

Rua Teófilo de Andrade Gama, 30 • Centro • Tatuí
Banho e Tosa: 15. 3259.6240 • Disk Ração: 15. 3251.4788

IMPLANTES

Elmec

Dr. Akira Koza
CROSP 92.361

**Cirurgião Dentista &
Técnico em Prótese Dentária**

- **Implantodontia**
- **Prótese**
- **Carga Imediata**
(Dentes no mesmo dia)
- **Clínica Geral**

Imagem Ilustrativa



Tatuí

Rua Brigadeiro Jordão, 140

15. 3259-6343

São Paulo

Rua Tirso Martins, 100

2º andar Cj, 202 (Próximo ao metrô Santa Cruz)

11. 2532-5177



Parabéns, cidade do paraquedismo!

O aniversário de 73 anos de Boituva

A cidade referência do paraquedismo, com o maior centro de paraquedismo da América Latina, completa 73 anos no dia 6 de setembro e esta data é motivo de muito orgulho para os boituvenses.

Localizada no interior de São Paulo, Boituva faz limite com Cerquillo, Iperó, Porto Feliz, Tatuí e Tietê, e tem aproximadamente 44 mil habitantes, que residem em uma cidade ideal para prática de esportes e turismo rural, composta por uma rede de hotéis estruturados para receber visitantes, além de pesqueiros, estádios, campings, praças públicas, Parque Ecológico e baladas noturnas.

Em Boituva, você também encontrará o Centro Nacional de Paraquedismo, que oferece uma estrutura especial, com praça gastronômica, hospedaria, artigos esportivos e uma extensa área para a prática do esporte.



Na área de eventos, Boituva não deixa a desejar e realiza, anualmente, eventos que já são tradicionais na cidade, como Boituvana, que é o Festival de Rodeio, Festa de São Roque, Carnaval Popular e no Ar, Festa Junina da APAE, Semana da Primavera, Fest-Riso, Mês da Cultura e Natal de Luzes.

As atividades econômicas de Boituva estão voltadas para o turismo e hotelaria,

setores que se tornaram responsáveis pela geração de empregos diretos e indiretos aos moradores da cidade. E a diversidade de etnias faz com que Boituva seja o berço de alemães, austríacos, índios, italianos, negros, portugueses, sírios libaneses, e muitos outros, que preservam suas tradições e colaboram com o crescimento econômico e cultural da cidade.

No setor gastronômico, boituvenses são especialistas em preparar comidas típicas, como sopas

de mandioca e cebola, churrasco, cuscuz de frango, pastéis, pizzas e uma variedade de pratos.

Quem busca aventura pelos ares, cultura e turismo, pode se deixar levar pelas maravilhas que Boituva oferece e você, com certeza, será muito bem recebido, e de braços abertos, literalmente.

Parabéns, Boituva!



Parabéns Boituva



caderno de
MODA



Celso Kamura

As mãos que dominam os cabelos e face das mulheres

Beleza, glamour, estilo e moda, são algumas condições que as mulheres buscam, seja por influência da mídia ou de algum ícone e neste caso, podemos citar o hairstylist Celso Kamura, o cabeleireiro que causa furor entre as famosas e anônimas, por seu talento e autenticidade, que garantem tudo o que o público feminino busca e um pouco mais.

Aos 17 anos, Kamura fez um teste para ser maquiador, sem conhecer a profissão, pois acreditava que maquiadores só existiam na ficção e começou a trabalhar na área, tornando-se também cabeleireiro, após um ano. Ele aprendeu a mexer nos cabelos ao ver outros profissionais trabalhando e desde então, tomou gosto por este trabalho. Após sete anos, Kamura preferiu ter um salão próprio e se instalou em um local de tamanho médio, porém tinha pretensão de ter um local amplo e melhor projetado.

Com o tempo, o cabeleireiro se especializou em fazer maquiagens para capas de revistas e buscou estruturar um espaço de beleza voltado para a moda. Após certo período e com o intuito de atender a crescente demanda de clientes, hoje ele atende no bairro Jardins, em São Paulo, em um local que oferece o que há de mais completo em tratamentos

estéticos, estúdio fotográfico e agência de profissionais, administrados por quem entende melhor de moda, conceitos e estilo.

Kamura ainda oferece uma linha completa de artigos para maquiagem composta por batons, blush de cores variadas, base e cuidados com os cabelos, desde tonalizantes, até xampus e condicionadores específicos, todos com seu nome, disponíveis também no moderno Salão C. Kamura, que dispõe de mobiliário completo, para deixar as clientes mais confortáveis e melhor atendidas.

O fato de gostar de viagens auxilia Celso Kamura em suas criações que, em grande parte, surgem com ideias de outros locais visitados e culturas diferentes, aplicadas em criações para o cotidiano e também para desfiles.

Simples, alegre e criativo, Celso Kamura tem o poder de cativar as pessoas. Não segue tendências, prefere dar seu toque pessoal nos elementos que a moda dita como tendência, garantindo visuais únicos, extremamente belos e exclusivos, sempre com uma conotação artística. Foi com sua atitude que conquistou o estilista Alexandre Herchcovitch, em 1995. Até hoje, Kamura é o responsável pelos looks de todos os desfiles do estilista, que faz questão de ter o maquiador em seu casting oficial no Brasil e no exterior. Ele também assina os look de marcas no Fashion Rio e São Paulo Fashion Week.

Referência em revistas de moda, maquiagem e design de cabelos, o profissional destaca: "O cabelo é o que dá acabamento no look de uma pessoa. Acho que nós, cabeleireiros, exercemos um papel muito sério", analisa Kamura.

Bem, nem todas têm a oportunidade de contar com o Celso toda semana, no entanto, ele dá dicas que podem ser seguidas em casa e, é claro, qualquer orientação vinda dele, vale a pena ser seguida, não é mesmo?

Em primeiro lugar, Kamura orienta as mulheres a usarem o xampu e condicionador correto para cada tipo de cabelo, pois somente assim, os fios terão mais brilho e ficarão mais sedosos, ainda mais se forem lavados com água fria ou morna, repetindo a lavagem e distribuindo o xampu por toda a extensão da cabeça e comprimento dos cabelos, evitando o condicionador na raiz. Para os lisos, aparador de pontas e aos enrolados, hidratantes. E Celso Kamura ainda revela que quem quer ficar bonita de cabelo preso, pode fazer um coque desmanchado ou optar por uma trança: "O importante não é o penteado e, sim, a maquiagem. Qualquer mulher com um penteado simples, mas um rosto tratado e maquiado fica ótima", finaliza.

As tendências da moda primavera-verão

É hora de abrir seu guarda-roupa e investir nas novidades da moda



de charmoso, valorizam a produção, principalmente por cima de vestidos ou camisas.

Algumas marcas famosas de roupas também apostam em batas, pantalonas, texturas, shorts (curtos e com o forro dos bolsos para fora), sandálias, saias e vestidos longos ou curtos, mas leves.

As calças jegging, que parecem jeans e são justas como os leggings, são calças confortáveis e feitas em elastano e seguem firmes nas próximas estações, por isso, pode investir.

Um hit que provavelmente fará sucesso no verão são os tamancos, que assim como em outras épocas, deixam as mulheres "em polvorosa". Eles geralmente têm saltos em madeira e infinitas cores, mas se você já tem um guardado, a hora de retirar a poeira e usar, é agora. Mas não podemos nos esquecer das rasteiri-

nhas, que são ótimas para arejar os pés e encarar com elegância a primavera e o verão.

Já os cabelos com mechas coloridas também estão super em alta e por isso é hora de investir nos fios! Mas para quem não curte muito essa moda, basta tratá-los e hidratar bem as madeixas, para que o sol e o vento não estraguem seu visual.

Na área de maquiagens, os olhos bem marcados e com sombras coloridas tomam lugar dos estilos mais simples.

Fique de olho no que as vitrines têm para oferecer e entre sem medo para o mundo da moda.

É hora de aproveitar que a primavera está chegando e investir em roupas com cores alegres, vibrantes e que, além de levantar a auto-estima, alegam qualquer ambiente, pois mesmo que nós não sejamos objetos de decoração, somos alvo dos olhares críticos de outras pessoas.

As cores cítricas e que remetem à estação (rosa, laranja, verde, azul, amarelo) vieram para ficar e marcam as vitrines, sejam em blusas coloridas, calças, acessórios ou esmaltes. Em roupas bem coloridas, aposte nos cintos para fazer uma composição, que além

hello
neighbours!
gOma.

**72 HORAS
FREAKSALE**

T-SHIRT - 39,00
CAMISA MASC - 79,00
JEANS FEM - 69,00
TOP FEM - 39,00

SETEMBRO

Quinta - 09

Sexta - 10

Sábado - 11

O dia de Fabiana Almeida



O Realize-se deste mês foi todo especial, pois a Fabiana Zacarias de Almeida, que é nossa leitora assídua e guarda todas as Revistas que recebe, além de ter um dia reservado somente para cuidar de si, teve total apoio do marido Wladimir, que torcia para que ela fosse sorteada, já que em agosto, o casal comemorou 21 anos de união.

A alegria da nossa realizada era contagiante e, é claro, foi determinante para que o *Salão Stilo Chic*, de Maria Aparecida Evangelista, desse um toque de elegância e modernidade a ela. Logo cedo, a manicure Maria cuidou das unhas e as pintou com uma cor rosada. Depois, a proprietária do salão tonalizou os cabelos de Fabiana com louro escuro e fez mechas platinadas em tom marrom dourado, cortando os fios em seguida.

Para relaxar e cuidar do corpo, a massagista Neide fez uma drenagem a laser e Mariah completou a sessão de relaxamento com uma hidratação facial. Em seguida, fez um banho de imersão, para ativar a circulação. Pelas mãos da Aline, Fabiana ganhou uma maquiagem em tons acinzentados. Para finalizar, Fabiana ganhou da loja *Sintonia Modas e Acessórios*, um lindo vestido na cor beterraba, com mangas compridas e gola, que valorizaram ainda mais a beleza da nossa realizada. A loja *Witrinni Trajes e Acessórios* presenteou Fabiana com sapatos estilo *peep toe*, na cor nude, que a deixou ainda mais elegante e deu conforto aos seus pés.

Já a *Cris Modas*, complementou o visual com um par de brincos com pérolas e strass, acompanhados de um bellissimo anel com as mesmas aplicações, que deram um charme todo especial para a Fabiana. A *Óticas Peixoto* finalizou a arrumação e a presenteou com um lindo óculos de sol em tom de marrom degradê, com aplicações de strass nas hastes laterais e lentes polarizadas.

O *República Botequim* foi o responsável por oferecer uma noite inesquecível para Fabiana e sua família. Para amenizar o frio, uma variedade de caldos foi servida, além de filés à parmegiana, vinhos e refrigerantes.

Novamente, a dedicação e cumplicidade dos nossos colaboradores fizeram com que o sonho de nossa realizada se tornasse real. Fabiana, desfrute muito bem desta mudança e que você seja intensamente feliz. Tudo de bom, FÁ!



Óticas Peixoto



Sintonia Modas e Acessórios



Witrinni Trajes e Acessórios



Cris Modas



Stilo Chic Cabeleireiros



República Botequim

Nosso muito obrigado aos nossos parceiros e amigos que mais uma vez nos ajudaram a tornar um sonho em realidade: Stilo Chic Cabeleireiros, R. Alexandre Sallum, 154, Tatuí, fone: (15) 3205-2222; Sintonia Modas e Acessórios, R. Cel. Aureliano de Camargo, 465, Tatuí, fone: (15) 3251-3834; Witrinni Trajes e Acessórios, R. XI de Agosto, 211, Tatuí, fone: (15) 3305-6290; Cris Modas, R. Prudente de Moraes, 211, Tatuí, fone: (15) 3305-5638; Óticas Peixoto, Praça da Matriz, 03, Tatuí, fone: (15) 3259-7878; República Botequim, R. Treze de Fevereiro, 320, Tatuí, fone: (15)3259-7667; Josué Mota Fotografia, fones: (15) 3251-2536 / 9721-0616 j.motafotografo@yahoo.com.br.

Apoio: Elmec Comunicações.
Quer ser realizada também? Escreva para nós: Rua Sete de Maio, 150, Tatuí - SP, CEP 18270-010 ou mande um e-mail para: jornalismo@revistahadar.com.br e seja a próxima.



1



2



3

1- Tênis Pony by Juliana Jabour, Converse Mad Bull a partir de 3x de R\$ 25,30*.

• Duo, Kdabra
Rua XV de Novembro, 62 - Tatuí
(15) 3251.3095

2- Bolsas e pastas para Notebook Chenson a partir de 3x de R\$ 28,30*.

• Kanguru Bolsas e Acessórios Ltda
Rua XV de Novembro, 299 - Tatuí
(15) 3251.8151

3- Calça Crocker Jeans a partir de 3x de R\$ 19,90*.

• Fina Stampa
Rua Cel. Aureliano de Camargo, 286 - Tatuí
(15) 3305.1189

4- Linha Sapatoterapia super Comfort (modelos masculinos e femininos)

• Mobelli Calçados - Pr. Paulo Setúbal, 04 - Tatuí
(15) 3251.6113

*Preços sujeitos a alterações ou enquanto durar o estoque. Consulte regulamento interno

4



NEWLINE

Móveis Planejados

Show Room de fábrica

Closet's • Cozinhas • Home Offices • Dormitórios • Salas • Lojas

MODERNIDADE E ESTILO EM PLANEJADOS

Quem é que não gosta de chegar em casa ou até mesmo no escritório e ter ao redor os melhores móveis e bem aconchegantes?

Foi pensando em você e no seu bem estar que a New Line Móveis Planejados oferece o mais moderno em móveis, com os melhores designers.

Planejando e organizando todos seus ambientes, trazendo mais alegria e conforto a todos.

O diferencial da New Line Móveis Planejados é que você sonha, nós planejamos, executamos e você só começa a pagar depois de montado com perfeição do início ao fim, pois os projetos são personalizados de acordo com seu sonho e com o que o cliente deseja. O mobiliário é desenvolvido por profissionais renomados e capacitados.

Com isso a New Line Móveis Planejados abrirá as portas em Capela do Alto, Araçoiaba e Sorocaba para que os seus desejos tornem-se realidade e que o seu lar tenha os móveis que realmente merece!

Venha- nos fazer uma visita e tenha com você um pedacinho da New Line.



Rua Cel. Guilherme F. Wincler, 205 Centro Cap. do Alto (15) 3267.2116

Rua Miranda Azevedo, 383A Centro - Sorocaba (15) 3233.8473

Rua XI de Agosto, 3380 Jd. Lucila - Tatuí (15) 3251.9799 / 3205.1385

Rua 21 de Abril, 442 Centro - Araçoiaba da Serra

newlinemoveis@hotmail.com





Projeto de Interior:

Arquiteta Maria Helena de Sá Del Fiol

Rua 13 de fevereiro, 58 – Centro – Tatuí

Fone: (15) 3251-6634

mariahelenafiol@yahoo.com.br

Iluminação

Elmaluz

Rua Maneco Pereira, 99 - Tatuí

Fone: (15) 3305-3506

elmaluz@terra.com.br

**Mobiliário, cadeiras e poltronas,
armários e gaveteiros para escritório**

Alberflex

Av. Washington Luiz, 400 – Jardim Faculdade

Sorocaba

Fone: (15) 3232-6989

luciana.alberflex@terra.com.br

Divisórias piso teto e móveis para escritório

Zeta Office

Rua Professor Aristides de Campos, 326

Vila Luci – Sorocaba – SP

Fone: (15) 3417.3906

milton@zetaoffice.com.br

Gesso

Toninho du Gesso

Rua Antonio Emilio de Oliveira, 30 - Tatuí

Fone: (15) 3305-2229 (15) 9167-0456





Criatividade na decoração

A arte de decorar

Entre quatro paredes, há muita história e é por isso mesmo que estas estruturas, muito úteis e indispensáveis, também aderiram ao mundo da moda e, atualmente, os adesivos estão em alta e vieram para revolucionar.

A decoração de um ambiente pode gerar tranquilidade e bem-estar, desde que receba cores adequadas e os objetos que compõem o local não "briguem" com a composição de uma sala, quarta, cozinha ou banheiro. Os adesivos decorativos vieram para mudar o conceito de decoração, que muitas vezes exige tempo, dinheiro e criatividade.

Os temas são variados e dão uma cara diferente e moderna aos ambientes, seja em quartos de bebês (bichos de pelúcia, fadas, estrelas, corações, nomes personalizados), adolescentes (notas musicais, esportes, caricaturas, flores, símbolos), adultos (ara-

bescos, mandalas, signos, florais) ou em outros cômodos de uma casa ou empresa.

Esta novidade veio para colorir os espaços e o melhor de tudo, é que se pode personalizar uma parede, que representará você ou as pessoas que habitam o local, sem que outras pessoas copiem sua ideia, ou seja, seu desenho será único.

A variedade de modelos e cores é uma boa pedida para quem não quer ter muito trabalho com tintas, procura praticidade e baixos custos, mas deve-se levar em conta o tom dos adesivos, que não devem ser iguais à parede, para que não desapareçam na hora da aplicação.

Ao aplicar o adesivo de sua escolha, é necessário limpar a área com um pano úmido e esperar secar, para que a poeira ou sujeira não danifique o desenho. Em seguida, quem deseja montar cenários, deve separar os adesivos, os quais geralmente vêm em uma cartela,

e destacar a película protetora, para que em seguida, eles sejam colocados no local escolhido e o papel transparente seja removido.

Sempre que optar por colar um adesivo decorativo, é necessário aplicá-lo em paredes lisas, para que o desenho fique uniforme. A limpeza dos adesivos é feita também com um pano umedecido. Se todos esses cuidados forem aplicados, mas ainda houver bolhas de ar, ligue um secador de cabelos, pois com o calor direcionado ao adesivo e com a ajuda de uma espátula, as imperfeições irão desaparecer.

Use a imaginação e decore as paredes, os móveis, as portas e até mesmo o teto! E leve em conta, na hora de escolher seu adesivo predileto, o tema que mais se aproxima ao seu estilo de vida, aos seus gostos e personalize o ambiente que, com certeza, transmitirá as melhores sensações, tanto para quem vive na casa, quanto para as visitas.

Adesivos Decorativos

Decore sua casa com imagens alegres e criativas.

☎ 15 3259-2499

Rua Capitão Lisboa, 931 · Tatuí-SP





Banheiros

Um lugar destinado ao relaxamento

O prazer de chegar em casa após um dia de trabalho e tomar um longo e relaxante banho é inigualável, será que o seu banheiro está preparado para proporcionar esses momentos?

Geralmente, com áreas muito reduzidas, banheiros e lavabos podem ser valorizados de muitas maneiras diferentes e criativas. O segredo está em decidir os materiais mais adequados para cada caso e intenção. Do sofisticado ao econômico, eles podem esbanjar charme de várias maneiras.

A decoração deve ter a cara do morador, o banheiro não foge esta regra, a aposta no branco sempre será uma escolha segura, para pisos, pias e azulejos, e para combinar, os metais devem ser cromados, quem usa esta dica pode estar sempre mudando a decoração do banheiro, pois poderá usar várias cores de toalhas e acessórios, o branco por ser uma cor clássica supera modismos, am-



plia os ambientes, traz a tão desejada luminosidade e é de fácil manutenção.

Também vale lembrar que a cor é uma ótima aliada tanto de projetos para espaços compactos quanto para os de grandes metragens.

As cores ideais são as que combinam com o jeito das pessoas, mas as cores vivas estão em alta nos pequenos detalhes, amarelo, verde, vermelho etc.

O banheiro é um ambiente onde as pessoas se sentem à vontade, não é à toa que existem banheiros com som, televisão, cadeiras, revestimentos, ofurôs e até jardins.

Christen
engenheiros e arquitetos



- Projetos -

- Residenciais
- Comerciais
- Reformas
- Maquetes
- Paisagismo

Pioneira na arte 3D

FAÇA-NOS
UMA VISITA!!!





Quebra-cabeça

Como aproveitar os espaços em casa

Muitas vezes a família deseja uma série de ambientes que, dificilmente, cabem na área total do terreno. Nesse momento começa o jogo de encaixes, um quebra-cabeça do sonho e do possível.

O possível tem seus limites evanescentes, onde o sonho vira e mexe abocanha novas realidades. Quando o modelo padrão não responde ao desejo, é preciso um novo padrão, uma disposição que não responda às velhas questões, mas seja a melhor resposta para um problema inédito. Essa mudança de pensamento é o caminho, novas perspectivas são necessárias.

No projeto deste mês, encontramos essa situação. A família queria uma série de ambientes, internos e externos que, de imediato, pareciam ser exagerados para a dimensão

do terreno disponível. Uma resposta padrão não seria suficiente.

Por discricção, evitamos publicar o projeto, mas as imagens dão uma ideia da disposição elaborada. A garagem e a área de lazer possuem uma continuidade, permitindo assim um espaço maior para possíveis festas familiares. A cozinha também possui a versatilidade de atender ao lazer e ao cotidiano da casa.

Os quartos, dispostos numa circulação que abraça a lateral do terreno, estão voltados para um jardim interno. Nesse jogo de interações, há o destaque para a banheira na suíte do casal, que descansa ao lado de um jardim acolhido por uma mureta interna.

Mudando as lógicas, novas possibilidades se abrem, permitindo assim espaços inusitados e criativos.

DICAS

- Diante de um problema novo, abandone as certezas antigas.
- Um problema apenas é a limitação da certeza antiga. Seja criativo.
- Procure integrar os usos dos ambientes, versatilidade é a palavra.
- A beleza não está presa nas lógicas, mas as lógicas devem seguir a beleza.

Veridiana Petinelli
www.arqprojeto.arq.br

Oséias
Pedreiro profissional

Qualidade e segurança
para sua construção

Reformas em geral,
fazemos pequenos serviços
do alicerce ao acabamento

Orçamento sem compromisso

(15) 9789.7612
9623.4648

Persianas
SÃO JORGE

Fabricação, lavagem e reformas de
persianas verticais

Trabalhamos com:
•Vertical Tecido
•Vertical Resinado
•Vertical Blackout
•Vertical PVC
•Horizontal Alumínio
•Horizontal Madeira
•Porta Sanfonada



Orçamentos sem compromisso

Confeccção Própria

Rua Teófilo de Andrade Gama, 463 centro Tatui-SP (15) 3251.1279 - 9767.4236
persianas.saojorge@hotmail.com



Qualidade de Vida



Depilação a Laser

O fim do sofrimento e das ceras depilatórias



Hadar>> Quais são os benefícios da depilação a laser?

Dra. Gisele>> Os benefícios da depilação a laser é a redução da quantidade de pêlos. Não costumo falar definitiva, pois isso depende do ciclo de vida dos pêlos, ou seja, os fios danificados são aqueles que estão na fase de crescimento (anágena). Já os que estão na fase de repouso (telógena), serão menos afetados. Além disso, o paciente pode ter um distúrbio hormonal, que acaba estimulando o nascimento de outros pêlos, mas não aqueles que foram eliminados. Por isso, podem ser necessárias várias sessões para se obter o melhor resultado (em média 5 sessões com intervalo de 30 dias). É importante ressaltar que eliminar pelos de algumas regiões do corpo é o sonho de grande parte das mulheres.

Hadar>> A depilação é dolorida?

Dra. Gisele>> A dor é muito individual, pois cada um tem um tipo de sensibilidade. Há um desconforto, mas é leve e suportável. Existem anestésicos tópicos que podem ser aplicados antes do procedimento, mas depende da pessoa querer ou não usar.

Hadar>> Há restrições?

Dra. Gisele>> A pele bronzeada é a maior restrição, porque este tipo de pele é rica em melanina e toda vez que alguém se expõe ao sol, a pele produz muita melanina. Quando o laser é disparado, ele não sabe diferenciar qual é a melanina do pêlo, nem a da pele, ocasionando a formação de bolhas, queimaduras, até discromias, manchando a pele no tom escuro ou claro. Os que desejam fazer a depilação, não devem estar bronzeados, pelos menos dois meses antes do procedimento para evitar essas complicações.

Hadar>> A partir de qual idade a depilação a laser é indicada?

Dra. Gisele>> O indicado é que mulheres optem pela depilação, somente após a primeira menstruação, pois quando as jovens entram

na puberdade, os pêlos mudam de característica e se for feita antes, podem surgir dificuldades em eliminar os pêlos posteriormente.

Hadar>> É necessário fazer algum preparo na pele antes de fazer a depilação?

Dra. Gisele>> O indicado é fazer uma avaliação, quanto à espessura e cor dos pêlos, para depois fazer a sessão. Pedimos ao paciente não retirar o pêlo com raiz, ou seja, não usar cera e nem extrair com pinça, pois a maior concentração de melanina está no bulbo (raiz). No dia da depilação, o ideal é estar com a pele limpa.

Hadar>> Quais são os cuidados que devem ser tomados após a depilação?

Dra. Gisele>> Nos próximos quinze dias após o procedimento, o paciente deve evitar a exposição ao sol e após este período, usar sempre protetor solar.

Hadar>> Os homens também procuram a depilação?

Dra. Gisele>> Os homens têm procurado a depilação a laser frequentemente, principalmente na área da barba, para fins estéticos ou porque há uma doença chamada foliculite, que é uma inflamação onde se formam pequenas bolhas de pus ou apenas vermelhidão local, gerando dor ou coceira e por isso, a eliminação dos pêlos é indicada. Outras áreas procuradas pelo sexo masculino são pescoço, tórax, costas, nariz e orelhas.

E a dermatologista ainda ressalta que os folículos pilosos (pêlos) têm um grande poder de regeneração e podem voltar após o tratamento principalmente se houver ocorrência de distúrbios hormonais, porém, quando isso ocorre, os pêlos são mais finos, claros e de crescimento mais lento.

Se você procura bem-estar, um tratamento rápido e seguro, além da remoção definitiva dos pêlos, esta é a solução.

Mulheres e homens, a Hadar conversou com a dermatologista Gisele Cristina Soares (CRM 104201) que nos explicou o procedimento que age na eliminação dos pêlos do corpo. Já imaginaram ter uma pele lisa, sem pêlos indesejáveis? Pois este desejo é algo alcançável e um pequeno aparelho pode trazer a solução.

Hadar>> Como é o processo de depilação?

Dra. Gisele>> O laser (luz) é direcionado a um pigmento. No caso do pêlo, o pigmento é a melanina, então toda vez que a luz é disparada, a melanina que fica na raiz é danificada, retardando ou evitando a produção de um novo fio. Por isso, o tratamento é mais eficaz em pêlos grossos e escuros (maior quantidade de melanina). O laser que tem grande eficácia é o Laser de Diodo que tem uma ponteira de milímetros e os disparos são feitos na região a ser depilada.

Lipoaspiração

A cirurgia para quem quer retirar gorduras indesejáveis

Quem não quer estar com o corpo bonito, esbelto e com curvas definidas? As mulheres, são os principais alvos desta busca constante da beleza, seja por influência da mídia ou apenas por uma questão de estética.

A lipoaspiração, uma técnica que chegou ao Brasil há 30 anos, consiste em pequenas incisões na pele, através de cânulas que sugam e retiram uma porcentagem de gordura corporal. Há também a lipoescultura, que é o reaproveitamento da gordura retirada, para enxertar e corrigir depressões ou aumentar áreas pouco projetadas, como glúteos. Geralmente, as cicatrizes resultantes são mínimas e seu tamanho varia entre 0,5 a 1 cm.

Para explicar o que é a lipoaspiração e em quais casos o procedimento pode ser aplicado, conversamos com o Dr. Paulo Banov Júnior (CRM 63.623) e Ivan Machado (CRM 85.816), dois cirurgiões plásticos de Tatuí, que sanaram as nossas dúvidas.

Antes de acompanhar as entrevistas, é importante destacar que quem deseja fazer o procedimento, deve levar em conta o local em que a intervenção será feita, ou seja, com bons equipamentos, escolher um profissional especializado em cirurgia plástica e com referências, considerar que a lipoaspiração não é indicada para emagrecer, mas para retirar gordura localizada, fazer exames indicados pelo médico, ter cuidados pós-operatórios, e seguir à risca as demais orientações profissionais.

Hadar>> O que é lipoaspiração?

Dr. Ivan>> Realizada pela primeira vez no Brasil há 30 anos, uma das técnicas mais populares da cirurgia plástica, a lipoaspiração, surgiu por causa de uma história de amor. Em 1977, o cirurgião francês Yves Gerard Illouz inventou o procedimento para resolver o problema da namorada, uma atriz famosa cujo nome ele não revela, que não podia usar decote nas costas por causa



Pode-se minimizar o risco preparando cada paciente, mas não eliminá-lo completamente, entretanto é importante levar em conta que grandes volumes retirados poderão variar o risco. É consenso da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica que o volume total não ultrapasse de 5 a 7% do peso corporal em cada procedimento.

Hadar>> Em quais locais do corpo a lipoaspiração

pode ser feita?

Dr. Ivan>> A Lipoaspiração pode ser feita em qualquer local onde haja gordura no subcutâneo, porém evitamos algumas áreas onde o risco de lesar nervos e vasos sanguíneos é maior, como a face.

Hadar>> A lipoaspiração tem efeito emagrecedor?

Dr. Paulo>> Sendo uma cirurgia que retira determinada quantidade de pele e gordura, evidentemente haverá uma redução no peso corporal, que varia de acordo com o volume do abdome de cada paciente. Não são, entretanto, os quilos retirados que definirão o resultado estético, mas sim as proporções que cada área determinada mantenha com as demais.

Os resultados dependem da cicatrização, da elasticidade da pele, do volume retirado e da área afetada, que ficará inchada e poderá apresentar alguns pontos mais densos que outros. A obtenção do resultado definitivo pode ser auxiliada por técnicas de fisioterapia.

Hadar>> Como é feita a avaliação do paciente?

Dr. Paulo>> Há avaliação de três itens: elasticidade da pele, quantidade de gordura e sua localização, que nos permitem otimizar o resultado. Há casos em que se faz emagrecimento para um equilíbrio do peso corporal, outros em que se faz necessário que se retire a gordura de certas áreas e se reintegre em outras para aumento de volume.

de um lipoma (tumor benigno formado por células gordurosas).

Através de pequenas incisões na pele são introduzidas cânulas que, através da sucção, retiram a gordura localizada no subcutâneo. Hoje, com o aperfeiçoamento das cânulas e das técnicas, a recuperação do paciente é bem mais rápida e menos dolorosa.

Hadar>> Quais são os cuidados pré-operatórios?

Dr. Paulo>> O uso de cigarros deve ser abandonado por pelo menos 30 dias antes e duas semanas após a cirurgia, pois a nicotina diminui a nutrição e oxigenação dos tecidos, prejudicando a cicatrização. É necessário comunicar qualquer alteração de saúde ao médico, como gripe, tosse e atraso menstrual, anotar os medicamentos que tem alergia, manter jejum de 8 horas antes da cirurgia, evitando água, balas e chicletes, não usar esmaltes e cremes, entre outras orientações que são repassadas ao paciente.

Hadar>> Há contra-indicações?

Dr. Ivan>> Sim. Hérnia de parede abdominal é um risco para a cirurgia de lipoaspiração. Outras contra-indicações são: doenças pré-vias que estejam descompensadas (Diabetes, Hipertensão Arterial) e exames pré-operatórios alterados (anemia, infecção) ou seja, o paciente deve estar saudável.

Hadar>> Há riscos nesta operação?

Dr. Paulo>> Todo ato cirúrgico possui um risco e cirurgia plástica não é exceção.

Aleitamento Materno é vida!



Garanta a saúde do seu filho

Crianças saudáveis e com bom desenvolvimento podem adquirir estas qualidades a partir do primeiro dia de vida, desde que sejam devidamente amamentadas e recebam carinho e atenção para suprir suas necessidades. Estes são alguns dos benefícios que o aleitamento materno pode trazer, pois de acordo com um estudo da Organização Mundial da Saúde (OMS), o aleitamento evita cerca de 13% das mortes de crianças menores de cinco anos, sendo que o risco de crianças de zero a seis meses que não recebem o leite materno aumenta e elas têm seis vezes mais chances de morrer por diarreia. Na faixa etária de seis a doze meses, embora o risco seja menor, ainda há crianças que morrem pelo diagnóstico citado acima e devido a doenças respiratórias.

Os benefícios, tanto para o bebê que mama, quanto para a mãe, são diversos, pois para a criança, além de ser um alimento completo, com vitaminas, proteínas, energia, água na quantidade suficiente, traz outras melhorias, que é a relação mãe e filho, conforme descreve a nutricionista e pesquisadora do Instituto de Saúde de São Paulo, Silvia Médici Saldiva: "O leite materno também diminui as chances da criança ter baixa imunidade, diarreias, doenças pulmonares ou resfriados, porque ele funciona como uma vacina. Para as mães, o leite as ajuda a ter menores riscos de desen-

volver o câncer de mama e ovário.

A Sociedade Brasileira de Pediatria afirma que a amamentação durante seis meses, reduz em 17 vezes as chances de uma criança adquirir pneumonia e cinco vezes a possibilidade de contrair anemia.

Silvia Saldiva diz que a amamentação exclusiva deve ser feita até seis meses, pois há evidências científicas que até essa idade, a quantidade de leite que a mãe produz é suficiente para fazer a criança crescer com saúde. "Após seis meses, não se deve oferecer outro leite, continua com o leite materno, mas é necessário complementar a alimentação com legumes, verduras, papinha, frutas, entre outros. A partir de um ano de idade, a criança já estará preparada para comer a mesma comida que a família ingere como arroz, feijão, enfim, há todo um preparo. A mediana de aleitamento é pequena, mas prioriza-se o leite materno até dois anos de idade", afirma a nutricionista.

As mães tendem a ficar inseguras, mas a quantidade do leite depende do quanto o bebê mama, ou seja, há os mais preguiçosos, que dormem ao peito, mas precisam ser estimulados porque ao mamar mais, a mãe fabricará mais leite.

Por isso, mães, aproveitem que a Legislação Brasileira garante a licença maternidade de 180 dias (conforme a Lei 11.770) sem prejuízo do emprego ou salário e amamentem seus filhos, lembrando que uma alimentação saudável deve ser consumida, evitando muito sal, condimentos, pois este

tipo de alimento altera o sabor do leite. E os pais, que legalmente têm cinco dias livres, auxiliem suas esposas.

Há evidências científicas que comprovam a importância do aleitamento. O bebê que mama já no primeiro dia que vem ao mundo, diminui em 16% o risco de morte e os que mamam na primeira hora, diminui em 22%. "Isto influencia não somente nas questões biológicas e emocionais, mas principalmente na melhora da progressão da mortalidade neonatal", explica Silvia.

Já as mães que não têm condições de amamentar seus bebês, podem recorrer aos Bancos de Leite, que têm a função de auxiliar as mulheres a amamentar, colaboram com a coleta, processamento e distribuição de leite humano. Os Bancos acolhem bebês prematuros, com alguma enfermidade que os impossibilita de se alimentar do leite materno, ou não conseguem sugar, atendendo também, aqueles que não recebem a quantidade suficiente de leite, em razão de a mãe estar sofrendo algum tipo de estresse ou outros problemas.

Por isso, as mães que estiverem amamentando, não usam nenhum tipo de medicamento e que produzem grande quantidade de leite, podem procurar um Banco de Leite e aproveitar não somente o Dia Nacional de Doação de Leite Humano (comemorado em 1º de outubro), mas sempre que estiver amamentando e doar. Faça a sua parte e preserve a vida do seu filho e a de muitos bebês.



Espadas ao alto!

Conheça a Esgrima, um esporte refinado



Este mês, escolhemos um esporte um tanto quanto refinado, que possui apreciadores no mundo todo e que surgiu há três mil anos, em um templo egípcio, onde os guerreiros lutavam com armas pontiagudas, acompanhadas com bicos de proteção, ou seja, a esgrima existe há muito tempo e é uma das cinco modalidades esportivas que estão presentes nos Jogos Olímpicos de Atenas, desde 1896.

Segundo Luiz Ribeiro dos Santos, Responsável e Técnico da Sala São Jorge de Esgrima do projeto "Esgrima para Todos", um bom esgrimista deve ser disciplinado para poder se desenvolver no aprendizado: "Basta o esgrimista gostar de vencer para ele ultrapassar os limites".

Na esgrima, três "armas" podem ser usadas. O Florete é uma das mais comuns, com bastante flexibilidade e leveza. Este tipo de espada também é indicada para as pessoas que são iniciantes, mas que precisam ter boa postura, agilidade equilíbrio, flexibilidade e um bom reflexo, para não machucar ninguém. O Florete tem 90 centímetros, um copo e pomo, usado para segurar a arma e lâmina com formato que remete a um trapézio.

Já a Espada ou "Épée" é útil principalmente para os jogadores com grande estatura. A lâmina é mais resistente e pontiaguda. Esta modalidade é praticada principalmente no Brasil. O Sabre é a arma mais violenta que há na esgrima e também a mais ágil, com lâmina totalmente flexível.

Esgrima é praticada em uma pista com catorze metros de comprimento, adicionada de um metro e meio ou dois metros utilizados para recuo, espaços que também podem ser usados durante os duelos. A pista ainda precisa ter entre um metro e meio a dois, com elevação do chão e malha condutiva, que é aterrada para usar eletronicamente já que, atualmente, as roupas da esgrima possuem sensores eletrônicos para indicar o golpe.

No Brasil há muitos seguidores deste esporte, de acordo com Santos, e a esgrima está em plena expansão, através de projetos de base para as crianças, projetos de fomento ao esporte, como por exemplo, projetos de formação para profissionais de Educação Física. "Atualmente buscamos parcerias com prefeituras do interior, visando massificar ainda mais a prática esportiva no Estado de São Paulo. Possuímos todo o equipamento, e acreditamos que o esporte, e neste caso a esgrima, é para todos. O Brasil é um país com um enorme potencial de resultados esportivos e os jovens estão aí, à espera da oportunidade. O esporte diminuiu comprovadamente em 30% os índices de violência no meio infanto-juvenil", revela Luiz.

Na Esgrima, o Brasil é uma das cinco maiores potências no continente americano ao lado de Venezuela, Estados Unidos, Canadá e Cuba. Disputa-se 72 medalhas por evento completo, o que mostra o potencial de se investir no esporte por resultados.

Praticando saúde sempre!
Venha praticar também!

AL. Heitor Villa Lobos, 271 - Nova Tatuí - Tatuí - 15. 32511869

- Natação para todas as idades •
- Hidroginástica •
- Yoga •
- Aulas de alongamento •
- Ginástica •
- Musculação •





Agrotóxicos no seu estômago

Conscientize-se e prefira alimentos saudáveis

Preocupada com a saúde de nossos leitores e de toda a população, a Revista Hadar abordará nesta matéria um assunto de interesse geral, que preocupa e também alerta quanto ao uso excessivo de agrotóxicos, para então “melhorar” a qualidade dos produtos que posteriormente iremos consumir em nossas refeições. Diferentemente de outras matérias abordadas neste espaço, colocaremos em pauta um tema preocupante e que deixamos passar despercebido no nosso dia a dia.

Por infelicidade, nosso país se tornou o maior consumidor de agrotóxicos do mundo. Somente no ano passado foram vendidas 725,6 mil toneladas dessas substâncias no país, movimentando US\$ 6,62 bilhões, segundo o Sindicato Nacional da Indústria de Produtos de Defesa Agrícola (SINDAG) (RADIS Nº 095) índice este, que torna a produção agrícola brasileira “Químico-Dependente”.

Defensivo agrícola, pesticida, praguicida, veneno, são muitas as formas de se referir ao produto agrotóxico que, na verdade, é o mo-

tor principal do agronegócio no país, supostamente intitulado como o celeiro do mundo, essas substâncias são fundamentais para a produção em larga escala e de alta competitividade. Esses venenos são de origem química e permanecem na natureza. Degradam o solo. Contaminam a água. E, sobretudo, se acumulam nos alimentos.

As lavouras que mais utilizam tais substâncias são: cana de açúcar, soja, arroz, milho, tomate, batata, uva, morango, hortaliças, entre outras.

Segundo estudos do Instituto Nacional do Câncer, referência de pesquisa nacional, depois do tabaco, esses produtos são os motivos da maior incidência desta patologia no país; importante ressaltar que não somente pela presença destas substâncias nos alimentos, mas em todas as áreas e etapas, desde sua fabricação, manipulação e aplicação.

A maior preocupação e o grande questionamento é este: quando vamos ao supermercado e realizamos nossas compras de produtos “saudáveis”, estamos levando à nossa mesa saúde ou doença?

Diferentemente de um alimento com presença de fungos (bolores) ou com mau cheiro, não conseguimos através de nosso paladar, olfato, ou visão distinguir a presença de tais substâncias no alimento.

Sabemos que muitas dessas substâncias são penetrantes, sendo assim, a devida higienização não retirará os resíduos presentes nos mesmos.

O problema é que ninguém retira da prateleira tais produtos “in natura” porque não há rastreabilidade e fiscalização eficiente, quanto à prescrição, comercialização e aplicação técnica assistida.

Em contrapartida, encontramos no mercado alimentos orgânicos, sendo que estes possuem um selo de procedência. É importante frisar também que cada vez mais os consumidores estão atentos, exigentes e sabem da responsabilidade da forma correta de consumo, pois estamos falando de saúde, que sempre vem em primeiro lugar.

Jogue lixo no lixo!

Seja um cidadão consciente e pense nas próximas gerações



Você sabia que mesmo ao se livrar do lixo que há em sua casa, ele ainda continua poluindo o ambiente e sujando outros lugares? Isso mesmo, pois a partir do momento em que o que “não presta” vai para a lixeira, os funcionários encarregados fazem o descarte, mas grande parte do que está em sacolas e sacos plásticos pode ser reaproveitado e se transformar em objetos muito úteis e econômicos.

A reciclagem, antes mesmo de reaproveitar materiais orgânicos (origem animal) e inorgânicos (origem biológica), é um ato de consciência e responsabilidade, pois quem reaproveita, também está priorizando a vida e um mundo melhor para quem ainda está para nascer.

O que jogamos fora, como restos de comida, pode ser muito útil na fertilização de um jardim, os pneus velhos viram sofás, chinelos ou objetos de decoração, garrafas pet po-

dem virar matéria-prima para fabricação das chamadas “telhas ecológicas”, aquelas que não prejudicam o meio ambiente e têm um custo mais barato que telhas feitas de barro, além de ser possível fazer cadeiras, vasos e até mesmo camisetas.

A decomposição dos materiais depende de sua constituição. Uma latinha de refrigerante demora aproximadamente dez anos para se desfazer, os plásticos só irão se desfazer após mais de 100 anos, assim como os pneus e embalagens “longa vida”.

O papel, por exemplo, não demora muito tempo para se desfazer, podendo variar de três a seis meses, pois este tipo de material é orgânico, no entanto, muitas árvores são derrubadas para obter uma pequena quantidade de papel, ou seja, para cada 1000 kg de papel economizados, 20 árvores são poupadas. Um simples chiclete, que mascamos e em

menos de uma hora jogamos nas ruas, demora 5 anos para se desfazer, assim como os filtros dos cigarros; por isso, pense em seus dentes, na sua saúde e na natureza, fazendo o descarte em lixos adequados. Sabe aquele saquinho plástico que você se livra ao sair de uma loja ou supermercado? Leva no mínimo 450 anos para se decompor. Imagine que aquela mesma sacolinha, que você jogou na rua e entupiu um bueiro, sobreviverá durante gerações, até seus filhos, netos e bisnetos.

Para contribuir com a reciclagem, vamos dar os primeiros passos, começando com o descarte em lixeiras corretas, como a azul, destinada aos papéis, a amarela para metais, a verde para os vidros, a vermelha para plásticos e as de cor cinza ou marrom para os lixos orgânicos e sobras de alimentos.

Vamos colaborar com o mundo, pois a natureza agradece!

AQUECEDORES
AQUECE Brasil
www.aquecebrasil.com.br
15 3259-3747
15 9125-2410 Elcio
15 9125-4094 Rogério

Aquecedor solar banho
Aquecedor solar piscina

“AQUECEDOR SOLAR PARA BANHO E PISCINA”
VENDA, INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO EM TATUI E REGIÃO.

Rua 11 de Agosto, 1911 • Centro • Tatui • vendas@aquecebrasil.com.br

CHURRASCARIA
O COSTELÃO

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

Foto: Osmar Camp

Florais de Bach

Use-os a seu favor



A correria diária, as pressões psicológicas no trabalho ou em casa, problemas e estresse, são alguns dos fatores que nos impedem de ter uma vida mais tranquila e também dificulta a concentração em tarefas rotineiras ou que exigem maior atenção. E foi com a intenção de diminuir esses aspectos que os Florais de Bach, essências extraídas de plantas e flores, foram criados.

No decorrer dos estudos, Edward Bach, renomado médico e bacteriologista, encontrou os 38 estados negativos presentes na mente dos seres humanos e por meio disso, utilizou cada essência para determinado problema e descobriu que, individualmente ou mistura-

das, elas têm o poder de agir a seu favor. Mas, para que cada floral realize sua tarefa adequadamente, é preciso encontrar aquele que realmente tem a ver com o que está sentindo e assim, analisando, prescrevendo e equilibrando aquilo do que se sente falta.

Por serem de origem natural, os Florais de Bach são indicados para todas as pessoas e também aos animais, pois têm atuação suave no organismo e no sistema nervoso, corrigindo as disfunções corporais e mentais.

Quem tem a intenção de agregar os Florais à rotina, deve diluir duas gotas da essência que mais se assemelha ao tipo de problema que enfrenta em um copo com água, toman-

do devagar e com intervalos regulares e repetindo se necessário.

Atualmente, muitas pessoas fazem o uso dos Florais, principalmente em nosso território, que é pioneiro no curso de Pós-Graduação em Terapia Floral, sendo que aqui no Brasil, a combinação entre as tinturas fitoterápicas e as essências florais, originaram os Fitoflorais, que foram desenvolvidos por um professor brasileiro.

Geralmente, os resultados com o uso dos Florais de Bach são obtidos em aproximadamente um mês após o uso contínuo. E a atuação deles começa logo após a ingestão, no entanto, é necessário sempre consultar um



Cristiane de Oliveira Teles

Farmacêutica Responsável - CRF/SP 20336 - Título de Especialista em Manipulação Magistral Alopática

BioFlorais
SISTEMA DE ESSENCIAS FLORAIS

SISTEMA DE
ESSENCIAS
FLORAIS



*Garantia e qualidade
na sua prescrição médica.*

terapeuta, pois o tempo de percepção e melhora varia de pessoa para pessoa. Portanto, as gotinhas não servem para curar uma doença, mas sim amenizar o que está levando um indivíduo a produzir determinados sintomas e ajudar na superação dos problemas.

É importante ressaltar que os Florais não devem ser consumidos para que remédios prescritos sejam evitados, mas são indicados para complementar um tratamento médico, pois a interrupção de um tratamento pode gerar danos para a saúde.

Ao adquirir um frasco do produto, o ideal é conservá-lo em locais secos e frescos. O ideal é manter sempre o Floral longe de aparelhos eletrônicos, como televisores, computadores e microondas, para não danificar a qualidade do líquido, evitando esquentá-lo. E não se deixe enganar com produtos falsificados, pois os verdadeiros

Grupo Emocional	Tipos de Florais
Preocupação com outras pessoas	Chicory, Vervain, Vine, Beech, Rock Water
Medo	Rock Rose, Mimulus, Cherry Plum, Aspen, Red Chestnut
Incerteza	Cerato, Scleranthus, Gentian, Gorse, Hornbeam, Wildoat
Desespero	Larch, Pine, Elm, Sweet Chestnut, Star of Bethlehem, Willow, Oak, Crab Apple
Solidão	Water Violet, Impatiens, Heather
Hipersensibilidade aos outros	Agrimony, Centaury, Walnut, Holly
Falta de interesse no mundo à sua volta	Clematis, Honeysuckle, Wild Rose, Olive, White Chestnut, Mustard, Chestnut Bud

Florais de Bach têm a assinatura do estu-
dioso Edward Bach.

A fórmula dos Florais de Bach não é má-
gica, por isso, deve-se sempre consultar um
médico para verificar as condições de saúde e
qual é o tratamento mais indicado para cada
tipo de problema, pois os florais não trarão a
cura, mas uma melhora no cotidiano.





Pés cansados nunca mais.





Bem Estar

Os produtos Mironneli recebem a cada coleção inovações em componentes e design que ampliam ainda mais as características de charme e conforto, são a pura tradução da sensação de bem-estar, também completada pela beleza visual que as tonalidades cêtricas trazem para a temporada.

Acesse www.mironneli.com.br e conheça outros modelos.




LSD

Não entre nessa!

Conheça a capacidade que esta droga tem de interferir no psicológico dos usuários

A seção Conscientize-se deste mês abordará uma droga que ultimamente vem sendo bastante usada e que, assim como as outras drogas, age no sistema nervoso do usuário. O LSD (dietilamina do ácido lisérgico), conhecido também como doce, papel, ácido ou outras denominações, tem a capacidade de provocar alucinações, sensação de bem-estar, ilusões ou delírios.

É encontrado em diversos formatos, como líquido, gelatinoso, cápsulas, barras e são consumidos através da inalação, injeção ou em grande maioria, oralmente. Uma dose média equivale a 50 ou 75 microgramas, lembrando de que micrograma é um milésimo de uma miligrama e esta quantia já é suficiente para causar alucinações. Geralmente, o efeito surgirá após meia hora do consumo e permanecerá durante oito ou doze horas, mas engana-se quem pensa que os efeitos da droga terminarão depois deste período, pois o LSD tem a capacidade de criar um flashback, ou seja, todas as sensações que o usuário experimentou ao usar, passarão a ser

sentidas novamente, mesmo após semanas da ingestão.

Estudos comprovam que os adeptos desta droga sofrem náuseas, dores de cabeça, aumento da pressão arterial, as pupilas se dilatam, suam em excesso e têm confusão mental. Também não controlam o emocional e se sentem eufóricos e angustiados ao mesmo tempo.

Mesmo não causando dependência física, o LSD (considerada a droga alucinógena mais potente) pode causar a dependência psicológica, pois as cenas reais podem tornar-se diferentes, com excesso de cores, com aromas e formatos diversos, mas há os efeitos contrários, como paranoia, convulsões e até mesmo depressão. O LSD também é uma alusão à música Lucy in the Sky with Diamonds, dos Beatles, já que suas iniciais formam o nome da droga e a letra descreve um mundo mágico, com árvores de tangerina e céus de marmelada. Por estes e tantos outros motivos, não caia no mundo das drogas e viva sua vida intensamente, não apenas em flashbacks.

Pisos & Opções

Forro de PVC apenas **R\$9,99/m²** com acabamento

Persianas 5x sí juro

Cominas sob medida - Persianas Automáticas
Divisórias - Box - Paviflex
Portas Sanfonadas - Pisos Laminados
Carpete de Nylon
Telas Mosquiteiras - Forro de PVC - Isopor

Rua Manoel Pereira, 248 Centro - Tatui/SP - CEP 18.270-400
(15) 3259.3295 (15) 15-78118408 ID 105*8126 e-mail: pisosopcoes@ig.com.br

SETAL

Av. Salles Gomes, 156 - Tatui • Fone: 15. 3305-7000 / 3251-4519

Adultério

Palavras de Osho (*Bhagwan Shree Rajneesh*, filósofo-religioso indiano):

Adultério. O significado comum dessa palavra é "fazer amor com uma mulher ou um homem com quem você não esteja casado (a)". Mas o verdadeiro significado de adultério é fazer amor sem amar.

Pode ser sua própria esposa, mas, se você não a estiver amando naquele momento, fazer amor com ela será um adultério.

O homem é um ser complexo: hoje você pode estar amando sua mulher - sim, sua própria mulher - e, infelizmente, eu sei como as pessoas tornam isto difícil atualmente. Então, hoje você pode estar amando sua própria mulher, e fazer amor com ela será uma oração, uma devoção, uma comunhão com Deus.

Se o amor não estiver presente, seja quem for a outra pessoa, será adultério.

Ainda que eu falasse a língua dos homens, que eu falasse a língua dos anjos, sem amor eu nada seria.

All you need is Love.

Quando amais, não deveis dizer "Deus está em meu coração", mas dizei antes "Eu estou no coração de Deus".

O desejo nos cega, como o bateador de carteiras que só vê os bolsos da vítima.

Amai-vos uns aos outros, como Eu vos amei.

Todas as palavras acima, escritas e proferidas iluminadamente por irmãos que já passaram pelo nosso planeta, falam sobre amor, mas o título é adultério. Por quê? Porque o adultério é quase tão importante quanto o amor. Importante em nossas atitudes, e jamais como sentimento.

Khaled Hosseini, em seu livro *O Caçador de Pipas*, descreve muito bem algo que é considerado, entre os afegãos, o maior pecado: roubar. Se roubarmos algo material, estamos tirando algo que não nos pertence por direito; se matarmos alguém, roubaremos um pai de uma família; se traírmos alguém, roubaremos a confiança com que a pessoa nos presenteou, como seu bem mais caro. E esta confiança rege os relacionamentos saudáveis entre as pessoas, seja entre amantes, amigos, nos negócios, etc. Em qualquer

ambiente, a confiança cimenta a relação e proporciona alento e sustento à alma, dando segurança ao coração, e este sentimento é inegociável.

Por isso, o adultério é importante. Pois o adultério é justamente a violação da confiança e do respeito, duas qualidades que, quando perdidas, dificilmente são resgatadas. Sempre haverá uma pequena sombra, um pequeno grão de areia escura impedindo a entrega total, novamente.

Respeitando as diferenças de crenças, a verdade é que o ser humano não foi feito para ser polígamo. Isto foi necessário na alvorada da espécie humana, quando era necessário aumentar a espécie e povoar o planeta, numa época de vida regida pelos instintos, quando a matéria dominava a alma.

Hoje, não. A alma, com seus dons maravilhosos de ligação com o Amor Universal, deve dominar a matéria, sobrepunhando todas as ilusões que a vida apresenta. Este é o caminho para o retorno ao Lar verdadeiro.

O amor é a antítese do adultério, em qualquer de suas formas. Amor é confiança e respeito.

Como já foi dito muitas vezes ao longo da História: "faz a teu semelhante apenas o que queres para ti mesmo".

Há como duvidar disso? Não. Basta fazer um exame verdadeiro e sincero daquilo que sentimos em nosso coração...

Luis Carlos Magaldi Filho
escreverminhapaixao.blogspot.com

Marearth



SEMI-JÓIAS
AGENDE UMA VISITA
FONE: 15-9752-7687

renato_fermino@hotmail.com



Ultrassom

Dr. Fernando De Lamare Paula
CRM 87.269

Atendendo em novo endereço:
Avenida das Mangueiras, 416 - Tel.: 15 3305-1301

ÁRVORE

da

Vida

Os aspectos que unem as árvores à genealogia humana

Uma planta lenhosa, elevada, cuja altura não é menor que cinco metros e que, em regra, não apresenta ramificações na base. Essas são as características que descrevem as árvores, conforme o Dicionário da Língua Portuguesa e de acordo com a realidade. Complementando, as árvores são fontes de vida, destinadas a oferecer frutos ou flores, proteger o solo, preservar os animais, as nascentes dos rios e se corretamente destinadas, produzir móveis.

Por isso, 21 de setembro foi instituído o Dia da Árvore, segundo Felipe Soares Rocha, Relações Públicas do Instituto Ambiental Nova Era, para chamar atenção a formas de educação ambiental, usando as árvores como elemento principal da maior parte dos ecossistemas.

Atire a primeira folha aquele que nunca subiu em árvore, fez uma casinha no topo ou escreveu o seu nome e de seu (sua) pretendente no tronco? Pois é, mas muito mais que servir como uma estrutura ou caderno,

elas são consideradas pulmão do nosso planeta e por isso, a missão de nós, seres humanos, é fazer com que as árvores sejam preservadas e que aqueles que ainda nascerão, também possam desfrutar do que deixaremos de melhor a eles: a vida.

Em primeiro lugar, é necessário levar em conta que a preservação de indivíduos arbóreos, tanto no meio urbano quanto no meio rural, é de grande importância para a manutenção e melhoria da qualidade de vida das pessoas.

Para falar um pouco mais sobre este assunto que é de interesse geral, conversamos com Aretha Medina, coordenadora de Restauração Florestal da SOS Mata Atlântica, que nos explicou quais são os benefícios que as árvores trazem para as pessoas, pois elas exercem um papel de vital importância para a vida e por suas múltiplas funções. A árvore atua diretamente sobre o microclima, a qualidade do ar, o nível de ruídos, a paisagem, além de constituir refúgio indispensável à fauna remanescente nas cidades e nas áreas rurais e com a derrubada destas fontes de saúde, as consequências são infinitas.

Com o objetivo de evitar a derrubada de árvores nativas, o plantio de árvores exóticas vem sendo crescente e segundo Aretha, desta forma, a madeira de espécies exóticas é utilizada para a produção de móveis, portas, pisos, papel e celulose, evitando o desmata-

mento remanescente de matas nativas. Mas, nem sempre esse replantio é feito e o número de árvores que são derrubadas em todo o planeta, é incalculável.

“O desmatamento e as queimadas indiscriminadas são responsáveis pela degradação de diferentes biomas, destacando como consequência a perda da biodiversidade, degradação dos mananciais, redução dos regimes das chuvas, dentre outros”, afirma a coordenadora do SOS Mata Atlântica.

Para ela, em algumas situações a madeira pode ser reaproveitada para a conversão em energia através da queima, uso doméstico, produção de carvão e utilização em trabalhos artesanais, pois “o reaproveitamento de resíduos da madeira pode contribuir para a proteção dos recursos naturais”.





De acordo com Rocha, a madeira é uma das principais matérias-primas da indústria, além de móveis, moradias e embarcações, a madeira contribui com suas matérias secundárias como é o caso da celulose na produção de papel e derivados. Também, não somente os troncos de árvores, mas qualquer composto de fibra natural, como casca de coco, bagaço de cana, bambu, podem ser usados como combustível na produção da termo-eletricidade.

Para que o Planeta seja um lugar saudável de se viver, é preciso que todas as gerações, independente da idade, cuidem dele e preservem o meio ambiente, pois por mais que a natureza seja capaz de se recompor, seja de forma natural ou através do reflorestamento, o que vemos atualmente é um desmatamento contínuo e irresponsável, capaz de destruir desde a Mata Atlântica até os seres vivos que nela habitam.

Conforme dados do Instituto Ambiental Nova Era de São Paulo, se cada brasileiro plantasse uma árvore ao ano, em dez anos seria possível multiplicar a absorção de todos os poluentes do planeta, pois o nosso país é considerado o quarto maior poluidor do planeta, ficando atrás da Indonésia, China e Estados Unidos.

Continuando nosso assunto, mas genealogicamente falando, os seres humanos também são como árvores, pois conforme o mesmo dicionário que citamos há pouco, a palavra Genealógica significa um esquema de forma arborescente que indica a descendência de uma família através de gerações sucessivas, ou o grau de parentesco dos diferentes grupos de seres vivos. Resumindo, também fomos uma semente, temos raízes, tronco (corpo), galhos (membros da família), frutos (descendentes) e assim como as árvores, as pessoas também secam (morrem).

Constituímos nossa árvore genealógica através de nossos familiares que, separados, não tinham tanta história para contar, mas quando começaram a ficar unidos, formaram uma grande família e a partir daí, fizeram com que as nossas raízes fossem plantadas, crescessem, tomassem forma, nascessem os galhos e finalmente as folhas e frutos.

A palavra genealogia vem de gene e logo, que significa estudo da ascendência e relações familiares, especialmente nas linhagens nobres, ou uma série de progenitores e ascendentes de cada indivíduo e também, origem, procedência.

Para conhecer os indivíduos que pertencem a uma mesma família, basta saber o sobrenome deles, que por sinal, no Brasil, Silva é um dos sobrenomes mais comuns, seguido por Oliveira, Santos, Carvalho, Almeida,

Como sabemos, para que nosso interior esteja bem, é necessário que fatores exteriores colaborem para esta melhora, ou seja, uma vida saudável depende de um bom clima, de relações harmoniosas, de exames de saúde regulares, de uma boa alimentação e outros

Calendário Ambiental

Janeiro

11 - Dia do Controle da Poluição por Agrotóxico

Fevereiro

02 - Dia Mundial das Zonas Ambientais
06 - Dia do Agente de Defesa Ambiental
22 - Dia da Criação do IBAMA

Março

01 - Dia do Turismo Ecológico
14 - Dia das Barragens
21 - Outono, Dia Florestal Mundial
22 - Dia Mundial da Água

Abril

15 - Dia da Conservação do Solo
22 - Dia da Terra
28 - Dia da Caatinga

Mai

03 - Dia do Solo
05 - Dia Mundial do Campo
08 - Dia Mundial das Aves Migratórias
13 - Dia do Zootecnista
22 - Dia Internacional da Biodiversidade
27 - Dia Nacional da Floresta Atlântica

Junho

05 - Dia do Meio Ambiente
08 - Dia dos Oceanos
17 - Dia de Combate à Desertificação e à Seca

Julho

12 - Dia de Proteção às Florestas
28 - Dia da Conservação da Natureza

Agosto

14 - Dia do Combate à Poluição
27 - Dia da Limpeza Urbana

Setembro

03 - Dia do Biólogo
05 - Dia da Amazônia
11 - Dia do Cerrado
16 - Dia Internacional para Proteção de Desastres Naturais
18 - Dia Mundial da Limpeza do Litoral
19 - Dia Mundial pela Limpeza das Águas
21 - Dia da Árvore
22 - Dia da Defesa da Fauna
23 - Primavera

Outubro

04 - Dia dos Animais, Dia da Natureza
05 - Dia das Aves, Dia Mundial do Habitat
12 - Dia do Mar
14 - Dia para a Redução dos Desastres Naturais

Dezembro

07 - Dia do Pau Brasil
11 - Dia das Montanhas
21 - Verão

mais. Para isto, a natureza deve estar em harmonia, assim como os seres humanos e é disto que estamos falando, da árvore da vida.

Abaixo, selecionamos algumas datas comemorativas que remetem aos humanos e às árvores.

Calendário Humanidade

Janeiro

- 02 – Dia do Sanitarista
- 04 – Dia do Hemofílico
- 24 – Dia Mundial do Hanseniano

Fevereiro

- 04 - Dia Mundial do Câncer
- 05 - Dia da Papiloscopia

Março

- 21 – Dia Nacional da Síndrome de Down
- 22 – Dia Mundial da Água
- 24 – Dia Mundial de Combate a Tuberculose
- 31 – Dia Nacional da Nutrição

Abril

- 07 – Dia Mundial da Saúde
- 08 – Dia Mundial de Combate ao Câncer
- 26 – Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão

Maio

- 15 – Dia do Combate à Infecção Hospitalar
- 28 – Dia Nacional de Redução da Mortalidade Materna
- 31 – Dia Mundial sem Tabaco

Junho

- 05 – Dia Mundial do Meio Ambiente
- 09 – Dia da Imunização
- 21 – Dia Nacional da Prevenção à Asma
- 25 – Dia Internacional de Combate às Drogas
- 26 – Dia Internacional sobre o Abuso e Tráfico Ilícito de Drogas

Julho

- 10 – Dia da Saúde Ocular
- 25 – Criação do Ministério da Saúde
- 28 – Dia Mundial de Luta Contra as Hepatites Virais

Agosto

- 01 – Dia Mundial da Amamentação
- 05 – Dia Nacional da Saúde (nascimento de Oswaldo Cruz)
- 08 – Dia Nacional de Combate ao Colesterol
- 29 – Dia Nacional de Combate ao Fumo

Setembro

- 21 – Dia Nacional de Luta das Pessoas com Deficiência
- 30 – Dia do Coração

Outubro

- 01 – Dia Internacional da Terceira Idade (Idoso)
- 10 – Dia Mundial da Saúde Mental
- 10 – Dia Mundial da Alimentação
- 12 – Dia da Criança
- 16 – Dia Mundial da Alimentação Saudável
- 20 – Dia Mundial e Nacional da Osteoporose
- 30 – Dia Nacional de Luta contra o Reumatismo

Novembro

- 10 – Dia Nacional da Surdez
- 14 – Dia Nacional e Mundial dos Diabéticos
- 21 – Dia Nacional da Homeopatia
- 25 – Dia Internacional do Doador de Sangue
- 27 – Dia Nacional de Combate ao Câncer

Dezembro

- 01 – Dia Mundial de Luta contra a Aids
- 02 – Dia Panamericano da Saúde

Costa, entre muitos outros. E por falar em Silva, um dos nomes mais conhecidos nacional e internacionalmente, é o do piloto Ayrton Senna da Silva, que marcou história por ser o melhor piloto de Fórmula 1 e por carregar o sobrenome mais encontrado em nosso país.

Com um sobrenome não tão comum, mas com as raízes da árvore genealógica fincadas na história, a família Setúbal é bastante conhecida por seus feitos direcionados à área da educação e cultura. O patriarca Paulo Setúbal, casado com Francisca de Sousa Aranha, teve três filhos, Maria Vicentina, Teresinha e Olavo Egidio, que ao longo dos anos, tiveram filhos, netos e bisnetos, responsáveis por construir uma das genealogias brasileiras mais conhecidas.

Quando a mulher se casa, se preferir pode adotar o sobrenome do marido e assim, será constituída uma nova família e consequentemente, outra árvore genealógica.

Árvore é vida, assim como uma família e como foi possível observar acima, há uma infinidade de semelhanças entre o ser natural e os seres vivos, começando pela semente, que é como um bebê em crescimento no ventre materno e em seguida nascerá, mas isso só foi possível através da união entre seus pais, que por sinal, só nasceram por causa de seus avós, que vieram ao mundo por causa dos seus bisavós e assim sucessivamente. 37

A genealogia ainda é capaz de construir a história das pessoas, bem como ajudá-las a entender o que se passa e o que pode acontecer consigo, como problemas hereditários, que podem ser evitados desde que se conheça o passado de seus ancestrais. Também podemos descobrir de onde viemos, bem como quem são nossos entes e analisar a evolução das espécies.

Resumindo, a árvore genealógica é uma representação histórica dos descendentes de uma pessoa, pois é através dela, que se torna possível conhecer um pouco mais sobre a origem do próprio nome, apelidos, ou mesmo os parentes que tiveram o mesmo nome que você tem.

Na construção de uma árvore genealógica, tanto você ou seu ancestral podem formar a raiz, que vai trazendo todos os descendentes pelas ramificações, por isso chama-se árvore.

Quem desejar desenvolver uma árvore genealógica pode recorrer aos familiares, para que estes revelem um pouco sobre a história de cada ente, ou então, visualizar ícones disponíveis na internet, que permitem a construção detalhada da genealogia.

Esta é a árvore da vida e deve ser preservada, assim como a natureza, para que todos tenham histórias bacanas para compartilhar com os filhos, netos e toda a genealogia que será criada.

acesse www.redecaetano.com

CAETANO
Rede Caetano

*Mês de Aniversário
da Rede Caetano:
16 anos com você!*

Breve nova loja em Cerquilha

Construir, reformar ou ampliar?

*A hora é
agora!*

CONSTRUCARD
CAIXA

Novas regras na aprovação de seu financiamento proporcionando maior rapidez e flexibilidade. Disponível para correntistas e não correntistas da Caixa Econômica Federal. Até R\$ 30.000,00 não precisa ser correntista da Caixa Econômica Federal pois a conta será aberta após a aprovação da documentação pela Caixa Econômica Federal.

**Financiamentos a partir
de R\$ 2.000,00
até R\$ 180.000,00**

para reforma e construção.
*(De acordo com aprovação do Crédito)

Prazo do Financiamento:

Até 58 meses
Juros de
1,75% ao mês



Financiamento para pessoas jurídicas e empresas cadastradas ao BNDES. Micro, pequena, média e grandes empresas.

Juros de
1,01% ao mês
Crédito rotativo
pré-aprovado

Financiamento automático
em até 48 meses*

Prestações
fixas

*OBS: Os Cartões BNDES emitidos pela Caixa Econômica Federal. Montante a ser financiado parcelado em até 48 meses, a ser dividido entre as prestações, e a serem aplicadas as condições de parcelamento em 12, 18, 24 ou 36 parcelas.

**ENTREGA
RAPIDA**

R\$
Melhor
PREÇO
da região

ACEITAMOS



Vendemos do **BÁSICO** ao **ACABAMENTO**
em até 24X no cheque pré
ou carnê com **crediário próprio**

Venha aproveitar!

CAETANO
Rede Caetano

**6 lojas
para melhor
atendê-los**



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



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



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



Rua Cel. Eugênio Mota, 985
Fone: (15) 3263-8777
Boituva - SP



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



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

PISOS E REVESTIMENTOS



Mafaguar
Piso MAOPAR Extra

31x45 Ref. 31122 PFI 2
de 10,89 por apenas **RS 8,29**
à vista em 3x de R\$ 2,76

45x45 Ref. 45001 PFI 4
de 10,89 por apenas **RS 8,29**
à vista em 3x de R\$ 2,76

45x45 Ref. 45122 PFI 4

CEDISA
Piso CEDASA Extra

31x45 Ref. Pastelado Super 1 PFI 2
de 10,49 por apenas **RS 8,29**
à vista em 3x de R\$ 2,50

31x45 Ref. Onix Strada 1 PFI 2

31x45 Ref. Pastelado Strada 1 PFI 2

Bella
Piso VISTARELLA Extra

31x45 Ref. 31004 PFI 2
de 10,79 por apenas **RS 8,29**
à vista em 3x de R\$ 2,50

45x45 Ref. 10004 PFI 4

45x45 Ref. 10010 PFI 4

ICF
Piso FORTALEZA Extra

20x30 Ref. 20001 PFI 3
de 9,99 por apenas **RS 7,49**
à vista em 3x de R\$ 2,16

45x45 Ref. 45121 PFI 4

32x32 Ref. 32001 PFI 4

Lume
Piso LUME Extra

45x45 Ref. 45001 PFI 4
de 11,49 por apenas **RS 7,49**
à vista em 3x de R\$ 2,26

32x32 Ref. 32001 PFI 4

45x45 Ref. 45121 PFI 4

45x45 Ref. 45111 PFI 4

Lume
Piso LUME Extra

32x32 Ref. 32122 PFI 2
de 11,49 por apenas **RS 9,90**
à vista em 3x de R\$ 2,97

45x45 Ref. 45122 PFI 4

45x45 Ref. 45101 PFI 4

45x45 Ref. 45111 PFI 4

ARTEC
Piso ARTEC Extra

45x45 Ref. 45122 PFI 4
de 11,49 por apenas **RS 8,29**
à vista em 3x de R\$ 2,50

45x45 Ref. 45111 PFI 4

45x45 Ref. 45101 PFI 4

SAVANIE
Piso SAVANIE Extra

40x40 Ref. 40001 Super PFI 4
de 9,99 por apenas **RS 7,49**
à vista em 3x de R\$ 2,26

40x40 Ref. 40121 Super PFI 4

40x40 Ref. 40101 Super PFI 4

Incefra
Piso INCFRA Extra

45x45 Ref. 45001 PFI 4
de 12,99 por apenas **RS 9,90**
à vista em 3x de R\$ 2,97

45x45 Ref. 45101 PFI 4

45x45 Ref. 45111 PFI 4

RG
Piso ROCHA GRES Extra

35x35 Ref. 35001 PFI 4
de 9,99 por apenas **RS 7,49**
à vista em 3x de R\$ 2,26

35x35 Ref. 35101 PFI 4

35x35 Ref. 35001 PFI 4

gorbi
Piso Gerbi Extra

40x60 Ref. 40001 PFI 4
de 27,99 por apenas **RS 15,90**
à vista em 3x de R\$ 4,77

Argamassa Quartzolit Interna AC I 20 kg
por apenas **RS 6,29**
à vista em 3x de R\$ 1,89

Argamassa Quartzolit Externa AC II 20 kg
por apenas **RS 17,99**
à vista em 3x de R\$ 5,33

Argamassa Quartzolit Interna Forma Risco 20 kg
por apenas **RS 22,49**
à vista em 3x de R\$ 6,75

Argamassa Quartzolit Impermeável p/ Banheiro 20 kg
por apenas **RS 11,99**
à vista em 3x de R\$ 3,59

GYOTOKU

Piso GYOTOKU Extra 27x42 Ref. Gallery White
de 26,99 por apenas **RS 16,49**
à vista em 3x de R\$ 5,49

Piso GYOTOKU Extra 27x42 Ref. Cristal Branco
de 25,19 por apenas **RS 16,49**
à vista em 3x de R\$ 5,15

Porcelanato GYOTOKU 40x40 Extra Ref. Polar PFI 5
de 23,99 por apenas **RS 19,90**
à vista em 3x de R\$ 5,97

Porcelanato GYOTOKU 40x40 Extra Ref. Marble Sand PFI 4
de 34,99 por apenas **RS 23,49**
à vista em 3x de R\$ 7,15

Telha Canaleta 49 Eternit 8mm

4,00 m²	por apenas	RS 88,90	RS 22,23
8,00 m²	por apenas	RS 168,49	RS 42,12
16,00 m²	por apenas	RS 329,90	RS 84,24

Telha Eternit

4,00 m²	por apenas	RS 18,19	RS 4,55
8,00 m²	por apenas	RS 35,49	RS 8,90
16,00 m²	por apenas	RS 70,99	RS 17,80
32,00 m²	por apenas	RS 141,99	RS 35,60
64,00 m²	por apenas	RS 283,99	RS 71,20
128,00 m²	por apenas	RS 567,99	RS 142,40

SASAZAKI

Portas e Janelas



Vitrô de Correr Belfort Sasazaki 1,0x1,5 c/Grade Ref.: 6341311-9
por apenas **RS 224,90**
à vista em 3x de R\$ 74,97



Veneziana de Correr Belfort Sasazaki

MEGA PROMOÇÃO Sasazaki
Toda linha Sasazaki com desconto de 17% para pagamentos à vista!

1,0x1,5 c/Grade ref. 6051311-0 por apenas **RS 299,90** ~~RS 34,35~~
1,2x1,5 c/Grade ref. 6051311-4 por apenas **RS 349,90** ~~RS 40,00~~

ATCO
Telha Plástica Atco Branca

2,44x0,50 m²	por apenas	RS 25,49	RS 2,92
1,83x1,30 m²	por apenas	RS 45,49	RS 5,31
2,44x1,10 m²	por apenas	RS 59,99	RS 6,87

COSCS de Tatuí

*Um exemplo de
entidade solidária*

Criado em dezembro de 1963, liderado por Orlando Iazetti e por diversos tatuianos que tinham a finalidade inicial de arrecadar fundos para destinar às entidades da cidade, o Conselho Social da Comunidade (COSC) funcionava como um conselho e hoje, é um exemplo de assistencialismo aos mais necessitados. Contando com um atendimento mensal de 700 pessoas e um cadastro que envolve mais de três mil famílias, a entidade está há 47 anos direcionando novos rumos às famílias de Tatuí.

O presidente da entidade, Juvenal Marques Rodrigues, nos recebeu com muito carinho na sede do COSC e descreveu como é o trabalho do Conselho que, no decorrer do tempo, foi se transformando em uma entidade assistencial, que atendia com remédios, roupas e tudo mais. “De quinze anos até aqui, os objetivos do COSC foram sendo direcionados no sentido de ensinar a pescar, deixar a área assistencialista, mas direcionando no sentido de educar e incluir os indivíduos socialmente, para que adquiram independência e possam caminhar sozinhos. Buscamos resgatar a auto-estima das crianças, dos adolescentes, gestantes e mães carentes”, afirma Rodrigues.

Hoje, o COSC conta com 13 funcionários e aproximadamente 30 voluntários e quem deseja se tornar voluntário, pode entrar em contato, falar com a coordenação e fazer uma entrevista, para que a pessoa descreva o que sabe fazer e no que pode ajudar, para que semanalmente, esteja trabalhando pelo menos meio período na entidade.

Para se manter, o COSC tem dois imóveis que são alugados e geram verba, além do repasse da Secretaria de Assistência Social do Estado de São Paulo, da Prefeitura Municipal, Fundo Municipal da Criança e do Adolescente, que é decorrente do Imposto de Renda, contribuições mensais de pessoas físicas e jurídicas, somando-se aos bazares realizados duas vezes ao ano.

Aqueles que desejam ajudar o COSC podem fazê-lo tanto financeiramente, como doando roupas, utensílios domésticos e alimentos não perecíveis, indo até a sede ou ligando no telefone do Conselho.

Dentro das atividades do COSC são desenvolvidos vários projetos. Primeiramente, é o Projeto Gestante, onde são acolhidas adolescentes grávidas, a partir do quarto mês de gestação até o nono, que começam a participar de reuniões quinzenais, onde são desenvolvidas orientações no sentido de pre-

venção do uso de drogas, responsabilidade, noções de higiene, métodos contraceptivos. No final das orientações, elas ganham um enxoval completo para o bebê.

Há também o Projeto Crescer, desenvolvido no Bairro Santa Rita de Cássia, direcionado para as mães do local, que aprendem a fazer trabalhos (crochê, culinária, ponto cruz, salgados), para gerar renda e melhorar a receita familiar.

O Projeto Cidadão do Futuro trabalha com crianças de 9 a 12 anos que aprendem computação, noções de cidadania, civismo, moral cristã, responsabilidade, disciplina e honestidade. Já o Projeto Caminhar é desenvolvido com jovens de 12 a 16 anos, com objetivo de incluí-los socialmente. Eles têm aulas de computação, atividades esportivas, judô, música e outros. “Também temos uma parceria com a AVAPE (Associação para Valorização de Pessoas com Deficiência), onde após quatro anos que os adolescentes passam aqui, seguem para lá e buscam a inserção no mercado de trabalho, como aprendizes, dentro do programa Menor Aprendiz”, destaca o presidente.

Todas as atividades são ministradas por educadores e voluntários, sendo realizadas no período inverso à escola, ou seja, funcionam como um complemento das tarefas escolares.

Ainda há o Plantão Social, que é o atendimento direto às pessoas em situação de fome, frio, que precisam de documentos pessoais e empréstimo de cadeiras de rodas e muletas.

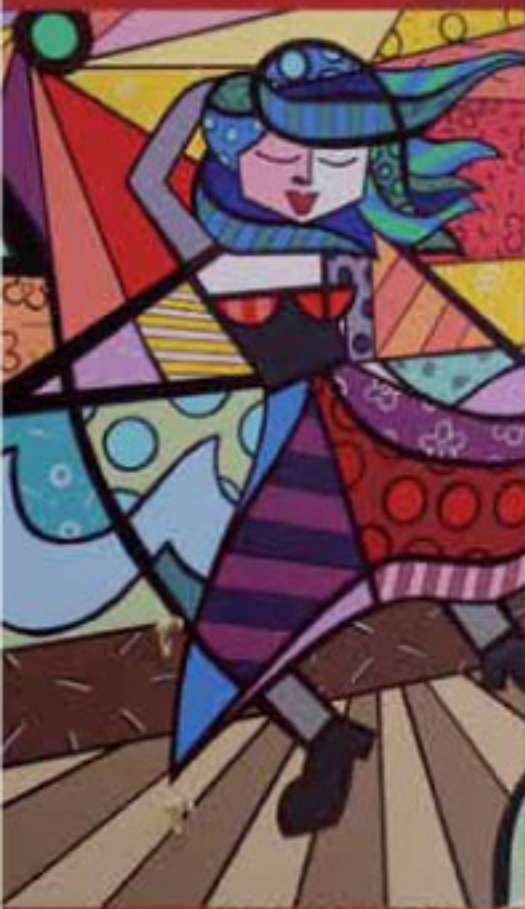
Atualmente, o COSC possui três unidades onde os trabalhos com as pessoas carentes são desenvolvidos, como o Núcleo 1, próximo à Vila Esperança, Núcleo 2, no Santa Rita e a sede, no Centro.

Nos parágrafos acima, resumimos um pouco do grande trabalho que o COSC vem realizando e o presidente Juvenal, finaliza: “Gostaria de deixar uma mensagem para que as pessoas se sensibilizassem com as necessidades do próximo. Não só o COSC, mas são tantas as entidades que prestam auxílio aos necessitados. Quero pedir que as pessoas se deixem levar pelo sentimento de amor e procurem ajudá-los”.

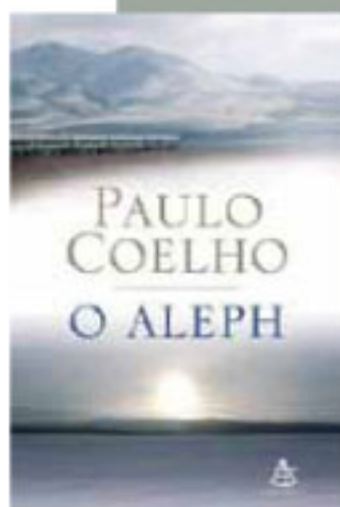
Como ajudar: pelo telefone (15) 3251.4168 ou à Rua José Ortiz de Camargo, 403, Centro, Tatuí.

E-mail: familiacosc@hotmail.com.

CULTURA



RECOMENDADO



O ALEPH

AUTOR: : Paulo Coelho

EDITORA: Sextante

Em "O Aleph", Paulo Coelho volta às origens em um relato pessoal. Neste livro, ele revela como uma grave crise de fé o levou a sair à procura de um caminho de renovação e crescimento espiritual. Para se reaproximar de Deus, o mago resolve começar tudo de novo - viajar, experimentar, se reconectar às pessoas e ao mundo. Ao longo da viagem, Paulo vai, pouco a pouco, saindo do seu isolamento, se despidendo do ego e do orgulho e se abrindo à amizade, ao amor, à fé e ao perdão, sem medo de enfrentar os desafios inerentes à vida.



MULHERES, COMIDA E DEUS

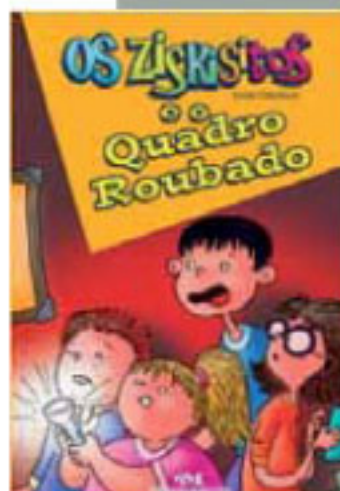
UMA ESTRATÉGIA INSPIRADORA PARA QUASE TUDO NA VIDA

AUTORA: Geneen Roth

EDITORA: Lua de Papel

A comida está intrinsecamente ligada à maneira como nos sentimos e vemos a nós mesmos. 'Mulheres, Comida e Deus' baseia-se em casos reais, e mostra que a comida está longe de ser o único prazer verdadeiro em nossas vidas. A autora traça a relação entre sentimentos não digeridos e situações mal resolvidas com a comida. A autora ensina aos leitores como fazer autoanálise e, também, como usar a relação com a comida como ferramenta de autoconhecimento.

Katia Ruzsicska



OS ZISKITOS E O QUADRO ROUBADO

AUTORES: Silvia Strufaldi

EDITORA: Melhoramentos

O primeiro livro da coleção "Os Ziskitos", dedicada a todos os garotos e garotas que são inteligentes, bem-humorados, criativos, simpáticos, têm muitos amigos, adoram uma aventura e curtem desvendar mistérios. Fora dos livros isso também acontece muitas vezes, por estarem fora do que seus colegas consideram "normal", muitas pessoas superlegais são taxadas de esquisitos - ou Ziskitos, como essa nossa turminha de amigos.

GALAXIA BRINQUEDOS

Muito mais produtos e presentes, agora com uma **loja virtual!**
www.galaxiabrinquedos.com.br

Logotipos de marcas: LEGO, REN 10, MAX STYL, pally, Fisher-Price, Barbie, cocorico.

Rua 15 de Novembro, 491 • Centro • Tatuí • Fone: 15 3251.7020

JOSUE MOTA FOTOGRAFIA
www.jmotafotografia.wordpress.com

15 32512536 | 15 97210616



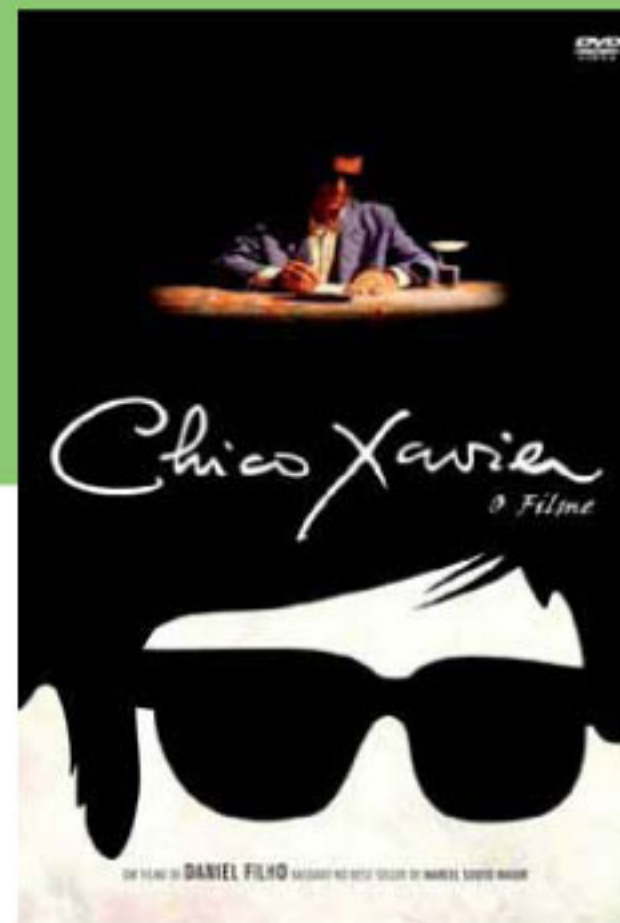
ALICE NO PAÍS DAS MARAVILHAS

Versão deslumbrante e com fantásticos recursos visuais de um clássico da literatura. Conta a história de Alice, de 19 anos, que retorna ao mundo mágico que ela encontrou pela primeira vez quando criança e volta a se reunir com seus amigos de infância: o Coelho Branco, Tweedle-Dee e Tweedle-Dum, o Dormouse, a Lagarta, o Gato Risonho e, é claro, o Chapeleiro Louco. Alice embarca em uma jornada fantástica para encontrar seu verdadeiro destino e acabar com o reino de terror da Rainha de Copas.



BASTARDOS INGLÓRIOS

2ª Guerra Mundial. A França está ocupada pelos nazistas. O tenente Aldo Raine (Brad Pitt) é o encarregado de reunir um pelotão de soldados de origem judaica, com o objetivo de matar, de forma mais cruel, todos os alemães que encontrarem. Conhecido pelo inimigo como "Os Bastardos", o grupo de Aldo acaba tendo como nova integrante a atriz alemã e espiã disfarçada *Bridget Von Hammersmark*, que tem a perigosa missão de derrubar os líderes do Terceiro Reich. Paralelamente, *Shosanna Dreyfuss* (*Mélanie Laurent*) assiste à execução de sua família pelas mãos do coronel Hans Landa (*Christoph Waltz*), o que faz com que fuja para Paris. Lá ela se disfarça como operadora e dona de um cinema local, enquanto planeja um meio de se vingar.



CHICO XAVIER - O FILME

O filme descreve a trajetória de Chico Xavier, que viveu 92 anos e se tornou o médium mais importante e influente do Brasil. Narra sua vida conturbada, com lutas e amor e atividades filantrópicas. Seus mais de 400⁴³ livros psicografados consolaram os vivos, pregaram a paz e estimularam a caridade. Para os admiradores mais fervorosos ele foi um santo. Para os descrentes, no mínimo, um personagem intrigante. O filme é baseado no livro "As Vidas de Chico Xavier", do jornalista Marcel Souto Maior.

Silvia Strufaldi

BALLETARCO
FRED ASTAIRE
Exames do Royal Academy Of Dance

www.fredastairetatui.com.br
fcastaire@fasternet.com.br

Praça Paulo Setúbal, 22 (Galeria Del Fante) - Tatuí - 15. 3251-8417

Sandrin
móveis

Cobrimos
Áreas de serviço
Banheiros
Dormitórios
Cozinha
Home Theater
Home Offices
Ambientes Corporativos

Rua do Cruzeiro, 740 • Centro • Tatuí • Fone: 15. 3251.1473

PEQUENOS NOTÁVEIS

"Mãe... São três letras apenas as desse nome bendito:

*Também o céu tem três letras
E nelas cabe o infinito.
Para louvar a nossa mãe,
Todo bem que se disser
Nunca há de ser tão grande,
Como o bem que ela nos quer.
Palavra tão pequenina,
Bem sabem os lábios meus
Que és do tamanho do céu
E apenas menor que Deus!"*



Giovanna Maria Santos Scheavolin
10 anos
6º ano do Colégio Anglo de Tatuí.

Ela gosta de escrever e já ganhou um concurso de redação quando estudava no Colégio Adventista de Tatuí, no entanto, desta vez, não foi nenhum concurso, escreveu apenas para homenagear a mãe.

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

DICAS DOMÉSTICAS

A borra do café serve para adubar as plantas:

Para manter as formigas que comem plantas, afastadas, misture borra de café em água e molhe uma estopa, coloque-a em volta do tronco da árvore. Molhe novamente a cada 3 dias. As formigas não suportam cheiro de café e irão deixar sua planta em paz. Pode colocar no jardim também.

Limpe flores artificiais: Coloque-as dentro de um saco de papel, adicione uma colher de sal e sacuda por alguns minutos. Pronto! Sua flores estarão limpas!

Plantas repelentes: Algumas plantas ajudam a manter as pragas afastadas dos canteiros. Alguns exemplos: cravo-de-defunto, hortelã, calêndula, arruda.

A HADAR ESTÁ DE OLHO NO QUE OS FAMOSOS DIZEM POR AÍ... CONFIRA!

- ▶ "Sou de uma geração que ainda busca conteúdo, mas sei que sou tão conhecida quanto uma mulher melancia".
Aracy Balabanian
- ▶ "Entro numa loja e, se gostar, sou capaz de comprar 10, 15 pares de sapato. Na última viagem que fiz a Milão voltei com uma mala cheia".
Ana Hickman
- ▶ "Vou continuar com as minhas peladas".
Ronaldo Fenômeno, sobre aposentadoria
- ▶ "Não minto, mas omito algumas coisas".
Mano Menezes, técnico da Seleção

MINUTO DE DESCONTRAÇÃO Gol de Placa

Tarde de domingo. Futebol de várzea em Lisboa. A certa altura um dos jogadores vai cobrar um escanteio e o gandula, muito sacana, coloca uma pedra no lugar da bola. O cobrador do escanteio toma distância, corre e pimba. Mete uma bicuda na bola, ou melhor, na pedra.

Cai no chão, começa a gemer, mas logo está dando gargalhadas!

O gandula, indignado, pergunta:

Você acabou de quebrar o pé chutando a pedra, posso saber do que você está rindo?

Hahaha! Tô rindo daquele imbecil que fez o gol de cabeça!

Autor desconhecido

Quer interagir conosco? Envie seu texto para:
jornalismo@revistahadar.com.br

Quem viu um açaizeiro por aí? Pois é, o açaí, uma fruta muito típica encontrada no Pará, Maranhão, Amazonas, Acre e Amapá é extraída desta árvore que citamos há pouco e, além de ter um sabor exótico muito gostoso, é bem refrescante, tem vitaminas e pode ser utilizada até mesmo na produção de cosméticos, bijuterias, ou consumida através de doces, geleias, sorvetes e sucos. Muitas pessoas consomem o açaí na tigela e misturam bem gelado com frutas, principalmente banana, além da granola e de outros cereais.

Mas atenção, quem quer emagrecer não deve consumir uma quantidade muito grande, pois cada 100 gramas do açaí contém aproximadamente 250 calorias. As vitaminas que compõem o açaí são: C, B1 e B2, além de proteínas, lipídios, fibras, cálcio, ferro e fósforo, o que leva o açaí a ser efetivamente consumido por pessoas que praticam algum tipo de esporte.

O açaí também é altamente antioxidante e possui uma grande quantidade de antocianinas, responsáveis por proteger as flores, plantas e frutas dos raios ultra-violetas, evitando a produção de radicais livres e com-



batendo o colesterol, favorecendo também o funcionamento correto do intestino. E é essa tal antocianina, uma substância presente no açaí, que auxilia no combate ao colesterol.

Prefira alimentos, frutas e verduras saudáveis em seu cardápio e consuma uma quantidade controlada de açaí que, comprovadamente, pode trazer inúmeros benefícios para a saúde.

Você sabia?

O maior tempo que alguém ficou prendendo a respiração é 19 minutos e 2 segundos. Quem conseguiu este feito, foi o italiano Nicolangelo Putignano.

Com 9,5m de comprimento por 2,4m de largura, o maior skate do mundo foi construído nos EUA, pesa 1.816kg e carrega mais de dez pessoas.

A abóbora mais pesada do mundo tem 766,12kg, plantada por Joseph Jutras (EUA) e pesada em 29/9/2007.

CURIOSIDADES

O barulho que escutamos em nossa barriga/estômago é provocado pelo estômago e intestino delgado, que passam a se contrair e relaxar várias vezes, no chamado movimento peristáltico. Esse movimento provoca a agitação dos gases e líquidos contidos em seu interior, resultando no "ronco" do estômago.

Quem pensa que foi na Itália que o macarrão foi inventado, está enganado! Foi na China.

Uma gota de óleo de cozinha torna 25 litros de água imprópria para o consumo.

Vivendo a terceira idade

Como a qualidade de vida pode gerar benefícios a longo prazo.

A Hadar deste mês não poderia se esquecer do Dia do Idoso, estas pessoas tão queridas, que acompanham nosso trabalho e que vêm ganhando um espaço cada vez maior no cotidiano e nas atividades diárias da sociedade.

Para agradecer tal atenção deste público, preparamos uma matéria direcionada a eles e também para aqueles que oferecem carinho, atenção e respeito aos idosos e, com o intuito de complementar esta matéria, entrevistamos a gerontóloga Paola Campos (ABG 114), pioneira nesta profissão em Tatuí e boa entendedora do assunto, que nos explicou o que é a Gerontologia e como este estudo pode auxiliar na melhora da qualidade de vida dos mais velhos. Lembrando que dia 29 de setembro é Dia Nacional do Idoso.

Inicialmente, vamos explicar o que o gerontólogo faz: são especialistas na velhice e no processo do envelhecimento humano e gestores do cuidado da pessoa idosa. Este profissional oferece apoio, suporte e orientação aos idosos, familiares e cuidadores (responsáveis por cuidar dos idosos), através de programas relacionados à velhice, capacitação de profissionais, desenvolvimento de ações sócio-educativas, além de combater os preconceitos, contribuindo para um envelhecimento saudável.

Atualmente, estamos vivenciando um aumento na expectativa de vida dos mais velhos, tanto que no território brasileiro, registra-se

70% desta alta nos últimos 10 anos, sendo que em média, os brasileiros vivem 71 anos.

Segundo a gerontóloga Paola, a população envelhece e possui mais expectativa de vida, atualmente, por diversos motivos, entre eles, a diminuição da taxa de mortalidade infantil e a diminuição da taxa de natalidade, consequentemente fazem com que mais pessoas envelheçam. Já as novas tecnologias e os avanços na área da saúde, além de um país sem guerras, com doenças sendo controladas, com um bom índice de desenvolvimento humano (IDH) e a educação sendo valorizada, acabam contribuindo para a melhor vivência. “Ou seja, quanto mais desenvolvido um país for, mais se espera que a população viva”, afirma a especialista.

Entre as ações para melhorar a qualidade de vida desta faixa etária, nossa entrevistada garante que o processo de envelhecimento e a vivência da velhice são experiências particulares, além disso, a qualidade de vida é um evento que tem múltiplas dimensões, onde valores individuais levam um indivíduo a considerar que tem uma boa qualidade de vida e outro não: “Por isso, não existe uma tarefa, uma regra que melhore a qualidade de vida, existem fatores que contribuem na busca deste aspecto na velhice, que são o bem-estar físico, psicológico e social”, descreve a gerontóloga.

Mas, para que a vida tenha uma vivência plena, é preciso considerar que as atividades realizadas sempre com prazer e por vontade,

conforme revela Paola, tem extrema importância, pois uma vida com hábitos saudáveis, prática de exercícios regulares e alimentação equilibrada, quando bem planejados de acordo com as condições sócio-econômicas e necessidades individuais, auxiliam no bem-estar na velhice: “porém, para colhermos os frutos de uma velhice saudável devemos começar a rever nossos hábitos desde já, pois ainda somos uma sociedade que busca a cura, onde medidas preventivas, infelizmente, acabam ficando em segundo plano”.

Por isso, vamos deixar de lado a falta de ânimo e seguir à procura daquilo que nos faz bem, pois somente desta maneira, seguiremos em harmonia interior e com aqueles que nos cercam, mas sempre lembrando de deixar de lado o preconceito, um mal que nos impede de viver bem e que cerca principalmente a população idosa.

“A população, em geral, possui atitudes preconceituosas além dos mitos com relação à velhice, que podem contribuir para as dificuldades dos idosos nos mais variados contextos, como por exemplo, afirmar que os idosos são todos iguais, o que é uma alegação falsa, pois a heterogeneidade tende a aumentar com a idade, devido a fatores como a diversidade de estilos de vida, de oportunidades educacionais, de cultura, valores, situação econômica, fatores de personalidade entre outros”, argumenta Paola Campos.

Conforme a gerontóloga, também é errado dizer que os idosos não têm sexualidade, pois a sexualidade pode mudar de acordo com a faixa etária de cada pessoa, mas isso não significa que idosos não a possuem, tanto que para comprovar este fato, há pesquisas que revelam um aumento no número de pessoas com 60 anos ou mais contraindo o vírus da AIDS e um dos fatores que contribuem para este índice, é a procura de medicamentos contra a disfunção erétil e o não uso de preservativos. Lembrando que, independente da idade, o uso de camisinha é indispensável,

Bom, com esta matéria, mostramos o quanto ativa é a vida na velhice e que o Dia Nacional do idoso tem o objetivo de valorizar as pessoas idosas. “Devemos refletir sobre a situação dos idosos nesta nova realidade da sociedade que está envelhecendo rapidamente e necessitando de novas demandas, profissionais especializados e bem preparados para atendê-los”, finaliza Paola.

Por isso, não se esqueça que todos, sem exceção, envelhecem e que o respeito é um conceito que deve ser usado todos os dias. Vamos optar pela vida e envelhecer com qualidade.

Dia da secretária

Conheça o perfil das profissionais

Perfil hadar

Para ilustrar o perfil deste mês, escolhemos Nancy Antunes Fogaça, que há 18 anos trabalha como secretária, já que no dia 30 de setembro, comemoramos o Dia da Secretária. São elas, profissionais que além de apreciar o que fazem, exercem tal ato com carinho e responsabilidade. Em São Paulo, a lei nº 1.421, de 26/10/1977, oficializa 30 de setembro como "Dia da Secretária", uma profissão que vem crescendo gradativamente e com isso, existem cursos para a área, como Secretariado.

Hadar>> Quando se tornou secretária?

Nancy>> Tornei-me secretária há 18 anos. Fiz curso de enfermagem, mas optei por ser secretária e através de um convite, me interessei pela área e porque gosto muito de ajudar. Como secretária, vi que poderia ser muito útil e colaborar com as pessoas. Diariamente, faço atendimento ao público, marcação de consultas e arrumação das salas.

Hadar>> Como a secretária deve proceder em caso de atendimentos desmarcados?

Nancy>> No contexto, temos que dizer: infelizmente não dará certo, por tal motivo. É preciso explicar sempre a razão, porque o interessante nestes casos é mostrar que não é por vontade do profissional que presta atendimento, nem da secretária, mas sim por outras ocasiões que ocorreu o imprevisto. Digo que é necessário ter sempre paciência, ouvir

o que as pessoas precisam e orientá-las.

Hadar>> Quais são os fatores que levam uma pessoa a ficar durante muito tempo no cargo?

Nancy>> A confiança que o chefe adquire em nós e também o discernimento ao lidar com diversas situações e, acima de tudo, seguir em frente, não se sentir derrotada e através das dificuldades, crescer na profissão.

Hadar>> Há diferenças entre o começo e agora, já que está há 18 anos no cargo?

Nancy>> No início, eu não tinha nenhuma experiência e quando algum paciente chegava, eu ficava desesperada e pensava: "meu Deus, tenho que marcar", então havia um certo constrangimento, mas agora sei como contornar as situações e tenho um certo jogo de cintura.

Hadar>> Como é a relação entre a senhora e seu chefe?

Nancy>> Graças a Deus é muito boa. Ele é muito atencioso, uma pessoa muito digna, com um caráter excelente e também nos trata com muito respeito. Em tudo o que preciso, ele me orienta, então, o meu chefe é nota mil.

Hadar>> Como conquistar a confiança dos clientes e também dos pacientes?

Nancy>> Através do contato, pois o im-

portante é chegar, cumprimentá-lo, olhar nos olhos. Se ficar de cabeça baixa, não passará nenhuma confiança para as pessoas e principalmente, tratar com carinho, pois se um paciente vem para a clínica, é porque ele está precisando de ajuda, seja através da marcação de consultas ou de uma palavra que esteja precisando.

Hadar>> Gostaria de deixar um recado para as outras secretárias?

Nancy>> Este dia é importante para nós, pois somos lembradas e, em primeiro lugar, devemos tratar as pessoas sempre com um sorriso nos lábios, pois somos a porta de entrada de um estabelecimento, então, esta data precisa ser marcada com a união das secretárias.

E para quem quer ser secretária, Nancy deixa um recado: "Em primeiro lugar, deve-se gostar da profissão, ter caráter, dignidade, integridade, uma boa aparência e saber cuidar e tratar bem as pessoas, além de saber que há dificuldades, mas que é necessário quebrar as barreiras e seguir em frente", finaliza.



Você não acredita em tudo que vê, né?!

Nem tudo o que você vê é verdade. Existem muitos meios de comunicação, mas você tem que investir naquele que realmente irá trazer retorno para a sua empresa. Anuncie no **busdoor** de Tatuí e descubra o que é sucesso.

Elmec
COMUNICAÇÕES

15. 3259-7014

Apenas uma Noite

*Lava o caminho a chuva fina e fria,
Gotas luzentes, sons de sinfonia.
O céu está escuro e barulhento!
Solidão bate, sopra o rijo vento.*

*Tu que chegas de longe, tão cansado,
Com o coração triste, amedrontado,
Entra, repousa, espera a bela aurora
Que não tarda a chegar e vais embora.*

*Quando o faceiro sol dourar, formoso,
A estrada grandiosa, sem fim, nua,
Irás só, andarilho desditoso!*

*Deixarás para trás, noite fugaz.
Apenas restará lembrança tua
De uma só noite... O dia vem, desfaz!*

Maria do Carmo Marques Ramos
mcarminharamos@hotmail.com

Soneto selecionado pela CBJE (Câmara Brasileira de Jovens Escritores), entre os melhores poemas do mês de julho.

studio
W. LOPES

Cabeleireiro

Diga adeus à calvice!
Prótese Capilar



Quimioterapia e alopecias universais
Resistente à água, de acordo com
sua cor e tipo de cabelo

Completa privacidade, feito de
cabelo natural
Trabalhamos também com perucas

Rua Nove de Julho, 50 • Centro • Baituva-SP Fones: (15) 3263.3478



Clínica Integrada



Atendimento Infantil, adolescente e adulto

Renata dos Santos Orvalho
Psicóloga / Neuropsicóloga
CRP 06/70753
reorvalho@ig.com.br

Rua Treze de Fevereiro, 297 • Centro • Tatui • SP
Fones: 15. 3305.6242 • 9749.3241

Cássio Junqueira

O amante das palavras



“As palavras só são verdadeiras se expressam sentimentos. Fazer poesia é isso”. Eis o poema Fazer Poesia, de Cássio Junqueira, o poeta que conversou com a Hadar e, em algumas palavras, nos falou sobre sua grande paixão: escrever.

Hadar>> De onde vêm suas inspirações?

Cássio>> Isso é segredo, mesmo pra mim. Nem eu mesmo sei de onde vem a inspiração, o ato de criar é sempre misterioso. Tem gente que me pergunta assim: “Quando você está triste, você escreve mais?” “Quando você está apaixonado?” E não tem regra, já houve situação em que eu gostaria muito de escrever porque estava difícil pra mim e não aconteceu, outras vezes, eu estava sossegado, voltava da academia de carro, dirigindo e o poema nasceu. Qualquer coisa dá poesia, qualquer pessoa, qualquer flor, qualquer acontecimento, só tem de ser verdadeiro. Aquilo que é o que é, serve para a poesia, porque há a beleza essencial ali.

Hadar>> Em quem você se inspira?

Cássio>> Minhas referências são muitas. O Brasil é um país de grandes poetas, e há ainda os portugueses. Eu só sei a língua portuguesa, então acaba que minhas referências são poetas de língua portuguesa. O primeiro que me interessou foi Castro Alves, a Canção do Africano, eu era criança, lia esse poema e chorava com a mãe escrava que dormia com receio de que viessem no meio da noite tirar o seu filho. Outras referências são Vinícius de Moraes, Clarice Lispector, Mário Quintana, Fernando Pessoa, que é pra mim o maior de todos e Adélia Prado, que é

minha poetisa (ela gosta de ser chamada assim) preferida.

Hadar>> Em média, quantos poemas você já escreveu?

Cássio>> Não sei bem. Escrevi e publiquei sete livros no Brasil, agora foi publicada uma coletânea de poemas desses livros na Itália, em português e italiano, o que me deixou muito feliz. Escrevi poemas pra mais um livro, esses ainda estão guardados, logo mais serão publicados.

Hadar>> Como é a parceria livro e música?

Cássio>> A poesia tem ritmo, não é? Então alguns compositores leem o poema e já sacam a melodia que ele lhes sugere e criam a música. Comigo foi bem natural, alguns compositores conheceram a poesia que escrevo e pediram pra musicar. Ficaram lindas as canções, eu fico sempre muito feliz quando isso acontece.

Hadar>> Como você vê o espaço na mídia para os poetas?

Cássio>> Eu sei pouco sobre isso. Agora tenho um assessor de imprensa, a gente está começando um trabalho. Ainda não sei dizer sobre se há ou não espaço. Mas claro que, como amo poesia, sinto falta, acho que a poesia poderia ter um espaço maior.

Cássio, foi um prazer entrevistá-lo.

Revista
hadar

www.revistahadar.com.br

*Brilhe você também!
Anuncie na Hadar!*

Big Band do Curta

A Banda que é referên

Em um clima descontraído, mas com muita disciplina e ao som de "Carinhoso", fomos entrevistar a Big Band do Conservatório de Tatuí, uma banda que vem se destacando cada vez mais no cenário musical, por revelar talentos e oferecer ao público, as mais belas músicas durante as apresentações, sejam elas formais ou bem alegres, dependendo de cada local.

Coordenada por Celso Veagnoli, a Big Band é composta por 18 integrantes, responsáveis por tocar os mais diversos instrumentos, como trompete, trombone, saxofone, piano, baixo, guitarra, bateria e percussão, e que juntos formam as mais belas canções de Jazz ou Música Popular Brasileira (MPB), desde 1975. Um dos fatos interessantes é que apenas uma mulher faz parte do quadro de músicos, mas isso não é machismo não, mas talento! Isso mesmo, Rosa Garbin é uma aluna adiantada da escola de música e passou na rigorosa seleção para fazer parte da Big Band.

Curta o bate-papo que tivemos com Veagnoli:

Hadar>> Como é a expectativa a cada apresentação?

Celso>> A expectativa do grupo é sempre fazer o melhor possível, seja musicalmente ou artisticamente. Então, sempre esperamos que o local da apresentação esteja cheio e que as pessoas apreciem o nosso trabalho. Nos momentos finais, sempre há um pouco de tensão,



mas no final dá tudo certo. Geralmente estamos acostumados e preparados, mas o momento inicial de cada apresentação é único.

Hadar>> Em qual banda vocês se inspiram para compor o repertório?

Celso>> A Big Band em si já é uma formação consagrada na história da música popu-

lar, que vem do jazz, das bandas de baile que foram deixando este estilo de apresentação e passaram a ser bandas que se apresentam em teatros, então o repertório também foi mudando, foram aparecendo composições e por influência da música americana aqui no Brasil, tivemos algo parecido nas Big Bands brasileiras. Um exemplo é a banda do Severino Araújo.

Transformando conceitos.

Elmec
comunicações

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

Conservatório: este som

ância em Tatuí e região



jo, a Tabajara, que até hoje está em evidência, além de muitas outras. Atualmente, as bandas estão mais preocupadas em fazer um repertório de shows. Procuramos atender todo o tipo de público, seja para baile, praças ou teatro, que "exige" uma música mais elaborada.

Hadar>> Qual é o repertório da Big Band

do Conservatório de Tatuí?

Celso>> Temos um repertório diverso, com músicas que vão desde Linha de Passe de João Bosco, Ladeira da Preguiça de Gilberto Gil, Zabumbeiro de Victor Santos, até Carinhoso de Pixinguinha ou Passo de Anjo de Spock (banda de frevo do Recife). Buscamos dar maior ênfase para a música

brasileira, como Bossa Nova, Samba, mas sempre colocando o Jazz. Em determinadas apresentações, fazemos músicas mais leves e em outras, mais agitadas, alegres.

Hadar>> Em quais locais vocês já se apresentaram?

Celso>> A Banda já se apresentou na Embaixada do Paraguai e também em cidades do interior, como Votuporanga, Bauru, São Bernardo do Campo, Mogi das Cruzes, entre outras.

Hadar>> Qual é o diferencial da Big Band?

Celso>> O diferencial da Big Band é que somos uma banda do Conservatório e em nossa composição, há somente músicos contratados, professores e alunos bolsistas. A função da banda é difundir essa música de Big Band, mas também oferecer uma oportunidade aos alunos, de tocar em um grupo com estrutura profissional e auxiliar na profissionalização deles.

Musicalmente, o diferencial é que criamos alguns arranjos e composições através de pessoas da própria banda.

Ao final da entrevista, Celso deixou um recado para os apreciadores da boa música que a Big Band toca: "Venham sempre nos prestigiar, pois preparamos nossos trabalhos com o maior carinho para o público. Aos que gostam, nos acompanhem, pois na medida do possível, estaremos sempre evoluindo".

Carla Francine Bertanha
Advogada - OAB/SP 199.318

R. Cel. Lúcio Seabra, 403A . Tatuí
Fone: 15. 3259.2621 / Cel: 15. 9723.2043 / E-mail: cabertanha@ig.com.br

DESIMAX
design gráfico e web

WEB SITES
ARTES GRÁFICAS
LOGOMARCAS

Visite o site do
Dr. Wagner Villas Boas
www.wagner.odo.br

19 32245070
19 88158266
e-mail: design@desimax.com.br

WWW.DESIMAX.COM.BR



Nunca é tarde para alfabetizar

Estudos mostram que a alfabetização é a melhor maneira de crescer pessoalmente e profissionalmente

Ainda pequenas, as crianças ouvem os pais dizendo as letras do alfabeto que, unidas, formam palavras e são essenciais para o processo de alfabetização de uma pessoa, a qual futuramente, dependerá deste aprendizado para obter chances de empregabilidade, inclusão social e até mesmo para a formação individual e atuação na sociedade.

Foi pensando na positividade que a alfabetização exerce, que foi criado o Dia Mundial da Alfabetização, comemorado em 8 de setembro, mas que no Brasil, é lembrado no dia 14 de novembro, em razão da fundação do Ministério da Educação e Saúde Pública, com o intuito de diminuir ou até mesmo, combater o analfabetismo no mundo.

Porém, mesmo que as crianças aprendam a ler e escrever desde cedo, a alfabetização, infelizmente, não é um processo que inclui

a todos. E tal fato acontece pela falta de recursos pessoais ou estruturas que se comprometam a ensinar e trabalhar este aspecto também com adultos, pois segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no ano de 2007, o Brasil tinha 1.013 municípios com índice de analfabetismo, entre jovens e adultos, sendo que a região Nordeste, abriga cerca de 90% deste público. No entanto, esta taxa vem mudando, pois há dez anos, nosso país tinha 14% de analfabetos, com idade superior aos 15 anos e atualmente, revelou-se uma diminuição e existem 9,9% de pessoas que não sabem ler ou escrever.

As mudanças têm resultados por meio do Programa Brasil Alfabetizado, que desde 2003, através do Ministério da Educação (MEC) vem alfabetizando jovens, adultos e idosos, principalmente nos municípios com

taxa de analfabetismo superior a 25%. O auxílio é designado através de ações que garantem os estudos com a distribuição de livros didáticos e literatura, de acordo com a faixa etária de cada classe, incluindo alimentação e transporte escolar. Ou seja, são ações que contribuem para o interesse das pessoas que não foram alfabetizadas e oferece uma maneira de melhorar a vida deles, com o ensino.

Com índices favoráveis, não serão apenas cidadãos que passarão a ter mais sociabilidade ou chances de ingressar no mercado de trabalho. Também teremos um país desenvolvido, com melhores taxas de educação, direitos iguais, menos problemas sociais a serem enfrentados e aptos a compreender e criticar tudo o que acontece diariamente, seja na mídia, no mundo ou na vida pessoal de cada um.

**Ensino sério é obrigação.
Forte e competente
É ANGLO!**

**Provas de bolsas em setembro
fique ligado!**

www.anglotatui.com.br

CNA
Inglês Definitivo

SNACK
aulas
CNA

**CNA. A ESCOLHA DE QUEM
É APAIXONADO PELO SUCESSO**

Rua Santa Cruz, 644 • Tatuí • SP Fone: (15) 3251.3507 tatui@cna.com.br • www.cna.com.br

Não deixe de visitar o Caribe

As praias e paisagens que compõem a beleza caribenha

Praias com águas cristalinas, muito sol, agitação noturna e o clima tropical, são algumas características que remetem ao Caribe, localizado numa região entre a América do Sul e América do Norte, ficando a leste da América Central e tendo ao seu redor, ilhas paradisíacas, entre elas, Barbados, Curaçao, Punta Cana e St. Maarten, responsáveis por embelezar o local.

Batemos um papo com a boituvense Paula

as praias proporcionam total segurança aos turistas, pois elas dispõem de bandeiras para indicar a condição em que o mar se encontra.

Entre os pontos turísticos que mais gostou, Paula destacou as pirâmides de Chichén-Itza, o Parque Xcaret e a Playa del Carmen, na Riviera Maya, lugares magníficos e com estrutura para abrigar tanto quem procura descanso, como os que querem agitação diurna ou noturna, pois Cancun leva o título de cidade mais agita-

A hospitalidade dos caribenhos, conhecidos pelo carisma e educação, foi algo que a encantou: "A receptividade é muito boa. Cancun é totalmente preparada para receber os turistas, e eles também são muito animados".

Apesar de ter um custo de vida elevado, a cidade de Cancun é regada de shoppings, espaços de artesanato e boutiques que são capazes de enlouquecer qualquer mulher. Para quem pretende ir até lá, a Hadar informa que o México não é um país caribenho,



de Almeida Rosa Ferriello, que passou sua lua de mel em Cancun, um balneário localizado na Península de Yucatán e banhada pelo mar do Caribe, ou seja, uma vista paradisíaca com praias belíssimas e ilhas, como Cozumel e Isla Mujeres, cenários dignos de cartões postais. Ah, é importante lembrar que

da do Caribe, com casas noturnas e bares.

Já no setor gastronômico, a cozinha mexicana tem em sua base três produtos: milho, feijão e chili (pimentas e pimentão), conforme descreveu a nossa entrevistada: "Comer-se muita tortilla e beber-se muita tequila", afirma Ferriello.

mas Cancun é uma ilha do Caribe.

É claro que Paula pretende voltar para Cancun, pois a infinidade de spas, hotéis, praias e paisagens, são um convite mais do que especial, para quem deseja estar próximo da natureza e também das badalações caribenas.



Caribe com voos especiais

Inclui: Aéreo, 7 noites com café da manhã, traslados e seguro. Saídas sábados 4/Setembro a 11/Dezembro

Barbados
A partir de (R\$ 1.990)
R\$ 595 + 9x R\$ 155
VARIG*

Curaçao
A partir de (R\$ 2.658)
R\$ 795 + 9x R\$ 207
AD

Punta Cana • All Inclusive
A partir de (R\$ 2.845)
R\$ 856 + 9x R\$ 221
VARIG*

St. Maarten
A partir de (R\$ 2.732)
R\$ 824 + 9x R\$ 212
VARIG*

Notas: Preços por pessoa em apos. duplo saindo de São Paulo, válido para a data de publicação, sujeitos à alteração e disponibilidade sem prévio aviso. Não incluem taxas aeroportuárias e de serviços. Valores referenciais calculados ao câmbio de 04/09/10 a R\$ 1,87, serão convertidos em Reais ao câmbio do dia de pagamento. Parcelamentos sem juros (1ª parcela e taxas à vista) exclusivo para pagamentos em cartões de crédito. **Ver Curaçao com conexão em Brasília.**

Apelo:
NASCIMENTO
ONSIBOL
Seu melhor compromisso

TATUI TURISMO

Como utilizar a Numerologia na sua vida?

A numerologia teve sua origem há milênios. É uma ciência tão antiga quanto a origem do Universo. Foi ensinada e praticada com êxito desde os mais remotos tempos. O exercício dos números nos foi repassado por gregos e romanos que trouxeram os números para o ocidente.

O filósofo Pitágoras, considerado o "Pai da Numerologia", no século VI a.C., estabeleceu uma verdadeira correspondência metafísica dos números com os arquétipos, símbolos essenciais da vida. Até os dias de hoje o homem continua usando os números como meio de acesso ao conhecimento que está além de sua mente racional.

Estabelecer um mapa numerológico é a maneira mais prática e eficiente inclusive de comprovar os benefícios que você pode obter através dos seus números. Corresponde a um guia de sua vida, passo a passo, inclusive do que ocorre ao seu redor, inserindo-no contexto.

Vamos imaginar uma estrada que liga duas cidades importantes. Entre elas, existem outras cidades, vilas e vilarejos menores e ainda, estradas vicinais que li-

gam a outras localidades. Ao longo da estrada principal, existem praças de pedágio, mas também postos de abastecimento, restaurantes, etc. Nesta estrada, existem outros veículos, por isso, conta com sinalização que lhe informa inclusive se existe algum acidente ou congestionamento à sua frente. Assim, você poderá planejar a sua viagem com antecedência, sabendo onde parar para colocar mais combustível, alimentar-se ou mesmo, desviar-se do caminho por conta de algum contratempo (informado pela sinalização).

A vida acontece simultaneamente. Ou seja, você interage com pessoas que, mesmo tendo suas existências individuais, encontram-se submetidos às mesmas circunstâncias. A numerologia sinaliza isso através dos anos, meses e dias universais, oferecendo-lhe opções e sugestões para obter os melhores resultados.

Porém, cada veículo é conduzido por um motorista, que tem a sua própria vida, com talentos e atributos que lhe são particulares. Por meio dos pináculos, desafios, anos, meses e dias pessoais, você fica sabendo como sua vida será conduzida.

O negócio é cavocar

- **Poços convencionais** (feitos à mão)
- **Fossa séptica**
- **Canaletas** (para desvio de água)

Solicite um orçamento!



AUTOS & CIA



Semana Nacional de Trânsito

Por ruas e estradas mais seguras

população, para que todos reflitam sobre os perigos decorrentes do não cumprimento da legislação.

O Ministério da Saúde, em pesquisa realizada há seis anos, revelou que 34.654 pessoas morreram em acidentes de trânsito, porém, estima-se que 6242 foram vítimas do cochilo ao volante.

A conscientização é o primeiro passo, por isso, respeite a sinalização de trânsito e pense sempre nas outras pessoas, pois o álcool pode influenciar e atrapalhar o motorista, assim como falar ao celular enquanto dirige. E não deixe de respeitar os limites de velocidade estabelecidos, pois em caso de freadas bruscas, as velocidades altas são bem mais difíceis de controlar.

Seja um motorista consciente!

Neste mês, o Brasil todo poderá presenciar a Semana Nacional de Trânsito, uma iniciativa do Conselho Nacional de Trânsito (Contran), com o objetivo de minimizar os acidentes envolvendo veículos automotores e também conscientizar a população, que na maioria das vezes, não cumpre com as obrigações e acaba colaborando para o aumento do índice de acidentes fatais.

Os problemas ocasionados em decorrência das infrações de trânsito vitimam, aproximadamente, mais de um milhão de pessoas anualmente, segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), sendo que a falta de cinto de segurança é um dos fatores que mais causam mortes.

Com o tema "Cinto de Segurança e Cadeirinha", a Semana de Trânsito, acontece durante os dias 18 a 25 de setembro, de acordo com o artigo 326 do Código de Trânsito Brasileiro.

É sabido que tanto o cinto de segurança, quanto a cadeirinha infantil, são itens indispensáveis e que têm a capacidade de evitar lesões e até mesmo acidentes fatais, visto que ambos são de uso obrigatório e o desrespeito às leis, está sujeito a multas, retenção do veículo e aplicação de pontos na CNH (Carteira Nacional de Habilitação).

A Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia divulgou informações sobre o uso de cinto de segurança por ocupantes dos bancos dianteiros, que resultaram em 88%, porém, as pessoas que usam cinto no banco traseiro, somaram apenas 11%.

As cadeirinhas são de uso obrigatório desde este ano e quem descumprir a Lei nº. 009.503 de 1997 do Código de Trânsito Brasileiro sofrerá infração gravíssima e multa no valor de R\$191,54. Os bebês devem ser assentados em bebê-conforto e as crianças a partir de sete anos até dez anos, deverão usar o banco traseiro e o cinto de segurança.

A Semana é realizada anualmente e os temas abordados são diversos, mas sempre focados na segurança de quem utiliza as estradas e ruas, seja de carro ou a pé e as orientações de segurança são direcionadas à

Leva Tudo Tatuí

Compre nas Lojas Participantes, retire cupons e concorra vários Vales Compras

Participe!

Sortelo dia 17/09 - 16h

local: sede ACE-Tatuí

Comércio aberto em Horário Especial:
dia 06 ao 10/09 até as 20h
e 04 e 11/09 até as 18h

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL TATUÍ

Agora é Lei!

Instrutores de Trânsito têm profissão regulamentada desde o mês de agosto

Ao completar 18 anos, a maioria das pessoas corre para os Centros de Formação de Condutores (CFC) para retirar a tão sonhada Carteira Nacional de Habilitação (CNH) e sair dirigindo por todos os lugares. O primeiro passo, mesmo para quem já atingiu a maioridade, é escolher uma escola que siga as normas exigidas e disponha de profissionais capacitados para ensinar aos alunos e torná-los aptos para seguir as regras de segurança e de proteção à vida, tanto de quem dirige, como de quem utiliza as vias de trânsito, no caso, os pedestres.

Por isso, foi aprovada no mês de agosto, a Lei 12.302/10, que tem como objetivo, regulamentar a profissão dos instrutores de trânsito, que obrigatoriamente devem ser habilitados por pelo menos um ano na cate-

goria D, ter um curso de formação e ainda, não ter sofrido nenhuma penalidade de trânsito ou suspensão da carteira. Os instrutores também devem ser registrados em cada órgão executivo de trânsito dos estados aos quais pertencem.

A Lei ainda prevê que os instrutores orientem os alunos teoricamente e na prática, que os cursos de especialização sejam ministrados de acordo com o Conselho Nacional de Trânsito (Contran), que os horários das aulas e exames sejam respeitados, e que a segurança seja um fator primordial na execução das tarefas. Conforme a Lei, nas aulas práticas de direção veicular, o instrutor poderá instruir candidatos à habilitação, somente para a categoria igual ou inferior àquela em que esteja habilitado.

As pessoas que pretendem exercer a profissão de instrutor de trânsito precisam ter, no mínimo, 21 anos de idade, possuir ensino médio completo, receber a certificação de um curso específico que é realizado pelo órgão executivo de trânsito, assim como ter curso de primeiros socorros e direção defensiva. Também é exigido que o profissional tenha, no mínimo, dois anos de habilitação, além de não ter cometido nenhuma infração de trânsito considerada gravíssima nos dois meses.

Essas melhoras envolvem tanto os instrutores, os quais agora terão seus direitos e deveres assegurados, como os alunos, os quais terão aulas com profissionais capacitados e com formação específica para exercer esta prática.

Silvamarts



No mundo da velocidade, Oswaldo Fragnani Junior é um vencedor nato e a bordo de um Gol Volkswagen, ultrapassa os 180 km/h nas pistas das competições que ocorrem em Interlagos, São Paulo, no Campeonato Paulista de Velocidade do Asfalto, onde há oito categorias, entre elas, Marcas e Pilotos, que vêm se destacando cada vez mais no automobilismo.

Com mais de 1500 voltas em Interlagos, Fragnani Jr. revela em tom de brincadeira que mesmo de olhos fechados, conseguiria pilotar por lá, em razão de sua dedicação e treinamento, independente das condições climáticas, seja no frio, calor, chuva, sol ou vento.

Três conquistas na segunda colocação, duas vitórias em primeiro lugar e, atualmente, o segundo lugar no Campeonato, resultaram em total satisfação com os resultados por parte do piloto.

Acompanhe a entrevista com o piloto:

Hadar>> Em qual classe você compete? (super, light e novatos)

Fragnani Jr>> Comecei a correr em 1999, na Fórmula Chevrolet, passei para a Renault, Fórmula 3 Sulamericana, Kart e ingressei no Marcas e Pilotos, desde agosto do ano passado.

Corro na Super, devido a minha carteira ser PGCA (Piloto Graduado). Se o piloto fizer 80% de um campeonato, é obrigado a migrar para uma classe superior, pois eu poderia entrar na Light e ter migrado para a Super, mas fui direto e porque buscava um nível acima, e agora estou como vice-líder nesta categoria.

Hadar>> Quando se interessou por corridas?

Fragnani Jr>> Quando ingressei nesta área, corria de Jet Ski e fui campeão duas vezes e em categorias diferentes. Conheci o Felipe

Massa, que na época tinha 17 anos e me convidou para correr em Guaporé (RS) e desde então, busquei algo mais profissional, ou seja, ele me impulsionou em certas partes.

Hadar>> Como é a disputa na categoria Marcas e Pilotos?

Fragnani Jr>> É muito acirrada, com muitos pilotos experientes e um nível de pilotos muito alto, tanto que, neste ano, formamos o maior grid do Brasil. A corrida tem 11 voltas ou 25 minutos. Há duas baterias que são disputadas no domingo e uma ocorre às 10 horas e a outra acontece 1 hora depois. Com o resultado da segunda bateria é montado o pódio.

Hadar>> Quais marcas de carros entram para o campeonato na Marcas e Pilotos?

Fragnani Jr>> Gol Volkswagen, GM Corsa e Celta, Ford KA e Fiesta e Renault Clio.

Acelerando com Oswaldo Fagnani Junior

O piloto do asfalto



Hadar>> Há diferenças entre um carro visto nas ruas e os de corrida?

Fagnani Jr>> Na verdade, usamos somente a carroceria de um carro, porque todo o interior é modificado. O veículo tem 160 cavalos de potência, suspensão trabalhada, amortecedores a óleo que são endurecidos ou amolecidos conforme a temperatura da pista, carro inteiro tubular para garantir a segurança de quem está correndo, relógios para medir a temperatura, óleo e água, e não tem velocímetro. Por fora, é um carro normal, mas é totalmente depenado, tanto que colocamos peso no interior para chegar aos 900 kg. A única coisa original são os pneus radiais.

Hadar>> Como é a expectativa antes das corridas?

Fagnani Jr>> É uma ansiedade grande e na verdade, é necessário chegar focado e se

adaptar. Depois do segundo treino já melhora. De sexta a domingo, para mim passa muito rápido.

No começo, treinava mais, porém como trabalho em Tatuí, agora chego na sexta em São Paulo e por estar mais adaptado ao carro, treino em um dia.

Hadar>> Qual é o preparo antes de uma corrida?

Fagnani Jr>> É necessário saber o que irá comer, por exemplo, para não passar mal no dia seguinte, dormir bem, para estar preparado, pois fazemos um esforço físico extremo. Notei uma melhora em razão de fazer exercícios fisicamente regularmente, mas é algo bem tenso, que exige muita concentração, seja em treinos livres, classificações ou corridas.

Hadar>> Quais são as dicas que você dei-

xa para quem quer ser um bom piloto?

Fagnani>> Primeiro, começar com o Kart, ⁵⁹ passar por outras categorias e ver se realmente gosta, até se tornar piloto profissional e escolher se irá para o Monoposto ou Turismo. Como diz meu chefe de equipe: "o talento vale apenas 10%, ou seja, 90% é transpiração e o restante é inspiração", então seu talento vale apenas dez e se você não suar dentro do carro, não der 100 ou 200 voltas naquela pista com aquele carro, por mais que tenha um talento enorme, ficará para trás.

Para finalizar, Fagnani Junior agradeceu a Deus, ao apoio que sua família sempre lhe ofereceu, à equipe e aos patrocinadores. E, é claro que nós, da Hadar, não poderíamos deixar de agradecer a oportunidade de entrevistar este grande profissional e desejar que ele continue acelerando pelas pistas Brasil afora.

Bagageiro

Uma ótima opção para complementar o porta-malas

Em longas viagens, fica complicado levar somente o necessário dentro do porta-malas, pois são tantas roupas, acessórios, sapatos, cobertores, que nem tudo cabe. Por isso e também para facilitar a vida dos motoristas e de seus acompanhantes, que surgiram os bagageiros, caixas que transportam materiais com segurança e comodidade.

Geralmente, os bagageiros são acoplados no teto do carro ou naquelas barras que ficam em cima do automóvel, porém, quem deseja comprar este acessório, deve levar em conta as Leis de Trânsito, que não permitem bagageiros muito altos, ou seja, não devem ultrapassar os 40 cm e nem

exceder a demarcação superior da carroceria em largura e comprimento do veículo. Em caso de infração, segundo a Comissão Executiva Municipal de Trânsito (Cemtran) de Tatuí, a multa é de R\$127,00 e cinco pontos na Carteira Nacional de Habilitação (CNH).

Quanto ao peso, o manual de instruções certamente explicará o total de carga e também a forma correta de distribuição de peso, pois o bagageiro altera a maneira de dirigir o carro, bem como o seu equilíbrio e estabilidade, por isso, é importante

respeitar as velocidades permitidas.

Lembre-se que pelo fato de você estar transportando mais peso, a quantidade de combustível também aumentará, levando em conta ainda, que o conteúdo extra que você levará, não deve ultrapassar as dimensões do automóvel, pois este ato é contra a lei e pode prejudicar até mesmo a visibilidade do motorista, tanto em ruas, quanto estradas.

Não se esqueça que além de você e sua família, outras pessoas utilizam as vias, por isso tenha atitudes que respeitem todos. Ao terminar de arrumar as malas, verifique se não há nenhum item faltando e se tudo está bem preso, pois em caso de desprendimento, um objeto pode causar acidentes ou ferir alguém.

Aproveite estas dicas, escolha o bagageiro que melhor se adapta ao seu veículo e viaje aproveitando todas as belezas que cada cidade brasileira oferece e não se esqueça: motorista consciente é um cidadão que trafega com segurança e respeita a sinalização e os limites de velocidade.



Seu clique tem poder!

No guia mais completo de Tatuí, você agora pode dar sua nota para as empresas cadastradas. Participe!

Melhor do que achar um telefone, é ter referências na hora de escolher qual utilizar.

Tatuí Fácil
www.tatuifacil.com.br



Câmbio Manual X Câmbio Automático

Saiba quais são as facilidades destes componentes



A segurança e o conforto são quesitos que vêm em primeiro lugar quando a questão é um automóvel. Para isso, as revendedoras desenvolvem carros com câmbio manual e também automático, sendo que ambos são fundamentais para o funcionamento e desempenho, pois é a partir deles que as marchas são mudadas.

O câmbio manual, padrão de hoje em dia, possui cinco velocidades, que são: 1ª marcha para colocar o veículo em movimento que, em seguida, passará para a 2ª marcha, utilizada geralmente em trânsitos lentos em que o carro precisa parar a toda hora e também com o intuito de economizar os freios. A 3ª marcha é usada nas cidades e assim se segue a 4ª marcha, indicada em velocidade acima dos 60 km/h e assim sucessivamente, até chegar na 5ª. Há também a marcha ré, usada frequentemente ao estacionar.

O custo dos veículos com câmbios manuais é mais baixo, no entanto, é necessário que seja feita uma manutenção regular deste componente, para não gerar gastos mais tarde.

Já o câmbio automático realiza a troca das marchas automaticamente, reduzindo-as

e aumentando conforme a velocidade. As posições deste tipo de câmbio são, D, N, P, R, 1, 2, L e funcionam da seguinte maneira: "P" (Parking) é usada sempre quando o carro for estacionado, liberando a partida do motor. O "R" é ré. A posição "N" (Neutra) é indicada quando o carro for movimentado com o motor desligado, ligado ou para dar partida no motor. A letra "D" é usada para dirigir. O "L" é acionado quando necessita-se de freio constante e também em aclives e declives. O número 1 designa a primeira marcha e serve para sair quando o carro está parado e o 2, a segunda, é útil em locais com médio aclive.

Além das facilidades, garante segurança e um motor mais duradouro, pois o sistema automático utiliza as marchas conforme foi previsto desde a montagem nas fábricas, contudo, o tempo de conservação do motor será maior. Porém, apresenta um custo bem maior de manutenção, se comparado ao câmbio manual.

Vale ressaltar que falando em comodidade, os veículos automáticos ganham pontos, pois o fato de não precisar pisar na embrea-

gem toda vez que for trocar a marcha, torna viagens extensas bem menos cansativas.

Há ainda carros que possuem os dois modelos de câmbios citados em um, ou seja, o motorista escolhe se quer guiar automaticamente ou manualmente.



Retífica Santa Helena

USINAGEM • MONTAGEM • PEÇAS • BOMBAS • BICOS INJETORES

A Retífica Santa Helena
agora com manutenção de BOMBA INJETORA!



Curiosidades Presidenciais

Fique interado no meio político

Em época de eleição, nada melhor que conhecer algumas curiosidades referentes aos presidentes que administraram o Brasil e contribuíram ou não, para o crescimento de nosso país. Seleccionamos este assunto para que você, caro leitor, fique atento e faça de seu voto, um ato consciente, para que os próximos anos sejam de crescimento e aprendizado ao povo brasileiro, através das mãos condutoras do futuro ou futura presidente.

A seguir, saiba como foi o mandato de cada um deles:

- Presidente que morreu na função: o mineiro Afonso Pena (1909), sendo substituído por seu vice, Nilo Peçanha.
- Último presidente paulista: Nascido em São Paulo, Rodrigues Alves presidiu de 1902 a 1906.
- Presidentes que foram eleitos e não assumiram: Rodrigues Alves (foi eleito pela segunda vez em 1918, mas morreu de gripe espanhola e foi substituído por seu vice, Delfim Moreira). Tancredo Neves (eleito pelo colégio eleitoral, morreu em 1985 e o vice José Sarney, assumiu). Júlio Prestes (em 1930 é eleito para suceder Washington Luis, porém é deposto por um golpe comandado por Getúlio Vargas).
- Presidentes civis que não foram eleitos pelo voto direto: Getúlio (1930 a 1945) e José Sarney.
- Presidente que governou intensivamente até assumir o eleito: José Linhares, em 1945, quando um golpe militar depôs Getúlio. Linhares era presidente do Supremo Tribunal Federal (STF) e governou intensivamente por quatro meses.
- Presidentes Militares: Marechal Deodoro, Floriano Peixoto, Hermes da Fonseca, Dutra, Castelo Branco, Costa e Silva, Geisel, Médici e João Figueiredo.
- Presidentes militares eleitos pelo voto: Hermes da Fonseca, Eurico Gaspar Dutra.
- Presidentes Civis: Prudente de Moraes, Campos Salles, Rodrigues Alves, Afonso Pena, Venceslau Brás, Epitácio Pessoa, Artur Bernardes, Washington Luis, Getúlio Vargas, Juscelino Kubitschek, Jânio Quadros, José Sarney, Fernando Collor de Mello, Fernando Henrique Cardoso e Luiz Inácio Lula da Silva.
- Presidente afastado por doença: Costa e Silva.
- Presidente que sofreu impeachment: Fernando Collor de Mello.
- Primeiro presidente reeleito por voto popular: Fernando Henrique Cardoso.
- Presidente que assumiu em renúncia do titular: Marechal Floriano Peixoto, João Goulart e Itamar Franco.
- Presidente deposto em exercício por golpe militar: João Goulart e Getúlio Vargas.
- Presidente que cometeu suicídio: Getúlio Vargas. Após este ato, Café Filho assumiu a presidência.
- Presidentes não paulistas, eleitos por São Paulo: Washington Luis (carioca), Lula (pernambucano) e Jânio Quadros (matogrossense) e Fernando Henrique (carioca).
- Presidente que sofreu tentativa de assassinato: Prudente de Moraes, mas saiu ileso da tentativa.
- Presidentes do Congresso Nacional que foram interinos na presidência por alguns dias: Ranieri Martinelli, Nereu Ramos e Carlos Luz.

Estas foram algumas curiosidades que envolveram os presidentes que fizeram história em nosso país.

O mês de outubro será decisivo para o Brasil, mas pesará ainda mais para nós, brasileiros, que além de termos direito ao voto e escolher quem presidirá nosso país, escolheremos qual pessoa é a mais indicada para direcionar o rumo destes quatro anos que estão por vir.

As eleições estão marcadas para o dia 03 de outubro, porém, se um determinado candidato não obtiver a maioria de votos válidos, haverá o segundo turno, no dia 31 de outubro, ou seja, vamos votar com consciência, tanto para Presidente da República, quanto Governadores de estado, Senadores, deputados federais e estaduais.

Unidos, temos o direito de decidir o futuro do Brasil

7 de setembro

Independência ou Morte!

Vamos relembrar quando o Brasil tornou-se independente de Portugal

Você sabe o que é comemorado no dia 7 de setembro? Alguns dirão que sim, outros arriscarão alguma hipótese remota, ou até mesmo não saberão. Pois bem, vamos esclarecer do que se trata este memorável feriado brasileiro. Há exatos 182 anos, o Brasil tornou-se independente de Portugal e autônomo politicamente, através de algumas intervenções do príncipe Dom Pedro I que, em 7 de setembro de 1822, declarou a Independência do Brasil e daí surgiu a famosa frase de Dom Pedro: "Independência ou Morte".

Bom, vamos explicar por partes: no mesmo ano (1822), Dom Pedro foi intimado a retornar para Portugal, no entanto, ele não correspondeu aos chamados e na época, anunciou "Se é para o bem de todos e felici-

dade geral da nação, diga ao povo que fico" e foi a partir daí, que foram realizadas uma série de atividades com o intuito de tornar o nosso país independente, sempre com o auxílio da população, pois o Brasil sofria com as pressões externas e internas e a cobrança de impostos exagerados, mesmo o comércio sendo livre. O príncipe continuou sendo intimado e recebendo cartas de Portugal, responsável por anular a Assembleia Constituinte, que declarava as tropas portuguesas inimigas e então determinou que ele voltasse, mas Dom Pedro proclamou a independência à beira do riacho do Ipiranga, após infinitas brigas entre Portugal e Brasil.

No entanto, a Bahia, o Maranhão e o Pará, que em sua maioria predominavam os governantes portugueses, passaram a reconhe-

cer a independência somente em 1823. Já Portugal reconheceu o ato em 1825, estabelecendo através de Dom João 6º, o Tratado de Paz e Aliança entre Portugal e Brasil.

Porém, com tamanha "revolução", a realidade não mudou muito na época, pois o setor agrário continuou como estava, os escravos continuaram presos e a desigualdade quanto à distribuição foi conservada, ou seja, beneficiou apenas o setor agrário com maior poder aquisitivo, pois foram eles que mais auxiliaram Dom Pedro I.

Eis o motivo deste feriado nacional: uma conquista que nos libertou do poder português e nos tornou brasileiros de verdade! Nosso muito obrigado ao príncipe e aos nobres cidadãos que lutaram na época e também aos que lutam para ter um país melhor.

Lanchonete & Pastelaria
TAMBELLI

O difícil vai ser resistir à tentação.



Rua Maneco Pereira, 166 - Bairro 400 - Tatuí - 15. 3251-2210
Mercado Municipal - Box 16 - Tatuí - 15. 3251.4016

SUSHIYA
和之平和
COZINHA JAPONESA



**RODÍZIO NO JANTAR
QUARTAS E QUINTAS**

Rua 13 de fevereiro, 703 Centro - Tatuí/SP - Fone: (15) 3251.7716



01 - Sílvia - Lançamento do livro Os Ziskisitos - 21ª. Bienal Internacional do livro - SP; 02 - Giovanna, Luiza, Victória, Renata e Jerushka - Mostra de Dança - Centro Cultural - Tatuí; 03 - Casamento Cláudia e Rafael - Tatuí; 04 - Ana Júlia - Desfile Cívico - Aniversário de Tatuí; 05 - Camila e Paula - Chá Solidário FUSSTAT - Tatuí; 06 - Diva, Sandra e Eugênia - Hawai; 07 - Aymee, Emily e Rosângela - Encontro de Ultraleves Tatuí; 08 - Bete e Paulo - Exposição de Quadros - Centro Cultural - Tatuí

insiuante
moda íntima

Elmec

VISITE NOSSO
SEX SHOP

R. Onze de Agosto, 370 • Centro • Tatuí • Fone: 15. 3251.3130



09 – Sônia, Rodrigo, Luiz Augusto, David, Badin e Joaquim – Trote Solidário – Faculdade Paulo Setubal - Tatuí; 10 – Beatriz, Ana Paula, Renata, Patrícia, Virgínia, Telma e Adriana – Arraiá Colina das Estrelas - Tatuí; 11 – Ana e Leonardo – Noite Argentina - Rotary Club Tatuí; 12 – Filipe Augusto - Jogos Regionais – Itu; 13 – Kauê, Paulo e Caíque – Inauguração da Churrascaria Boi Dourado – Tatuí; 14 – Célia e José – Níver Célia – Boituva; 15 – Clóvis e Adriana – Níver Natália – Boituva; 16 – Mirian e Eduardo – Arraiá Colina das Estrelas – Tatuí

Naturalle

Interiores & Design

Elmec

"o maior espaço garden de boituva e região"

www.naturalle.com.br

Aberto de segunda a sábado até às 19h30

Conheça nossos lançamentos 2010

Móveis internos e externos
Persianas de alto padrão:
Cascaia • Rolô • Plissê
Celular • Romana • Vertical

Rua Acácio Manoel da Silva Vianna, 313 - Boituva - 15. 3265-4385 (continuação da Eugênio Mota - sentido Portal dos Pássaros)



17 - Paulo, Fábio Spinosa e Fábio Maranello - Rio Miranda - MS; 18 - Juliana, Kamila, Mari, Osni, Lurdes e Ricardo - Lançamento da Coleção Primavera Verão Mobelli e Dolce Vita - Tatuí; 19 - Ana Clara e Ana Paula, Sarau na Amart - Tatuí; 20 - Vitor, Sílvia e Paulo - 21ª. Bienal Internacional do Livro - SP; 21 - Giulia e Beatriz - Mostra de Dança - Centro Cultural - Tatuí; 22 - Larissa e Mayara - Inauguração Novo Espaço Unanã Club - Tatuí, 23 - Dançarinos de Hula e Diva - Hawaii



per tutti
MODULADOS

**COZINHAS - DORMITÓRIOS - CLOSET'S
BANHEIROS - HOME THEATER'S E MUITO MAIS**

OS MELHORES PREÇOS E DESCONTOS DA REGIÃO

Projetos sem compromisso

Tatuí: R. Coronel Lúcio Seabra, 496 - 15 3205 2571
Cerquillo: R. Dr. Campos, 175 - 15 3284 2104

15 Anos

Cláudia Rauscher
Buffet & Gastronomia

Elegância
&
Sofisticação

Coquetéis - Temáticas
Casamentos - Confraternizações
Eventos Corporativos - Baile de Debutantes

www.claudiarauscher.com.br
www.buffetpapodeanjo.com.br
Av. Cel Firmo Vieira de Camargo, 171 | Centro
Tatuí | São Paulo | CEP: 18.270-770 | Tel.: 15 3251-8520
NEXTEL 15 7835-3178 ID 936*8908 / 15 7835-2955 ID 936*15587





24 - Eric e Kátia – Chá Solidário FUSSTAT – Tatuí; 25 – Gabriela e Marina – Desfile Cívico – Aniversário de Tatuí; 26 – Marcos e Vanessa – Exposição de Quadros - Centro Cultural – Tatuí; 27 – Vicenzo e Liliane – Noite Argentina – Rotary Club Tatuí; 28 – Renata, Mateus, Mateus, Guilherme, Padu, Thiago, Plínio e Isabela – Apresentação Dia dos Pais – Escola Fisk – Tatuí; 29 – Alunos Faculdade Paulo Setúbal em Trote Solidário – Tatuí; 30 – Natália e Carol – Inauguração da Churrascaria Boi Dourado – Tatuí

PARK SHOP

Presentes e Decorações

Ídolo em setembro, compre na PARK SHOP e pegue seu cupom para o dia 12 de outubro

Dia das Crianças
concorra a uma moto elétrica na **PARK SHOP**

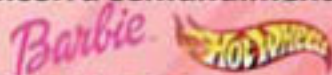


Moto elétrica 6v
Bandeirantes



*ver regulamento

Concorra semanalmente a



Na **PARK SHOP**, Setembro e Outubro de festas e prêmios

Fone: (15) 3305-1396

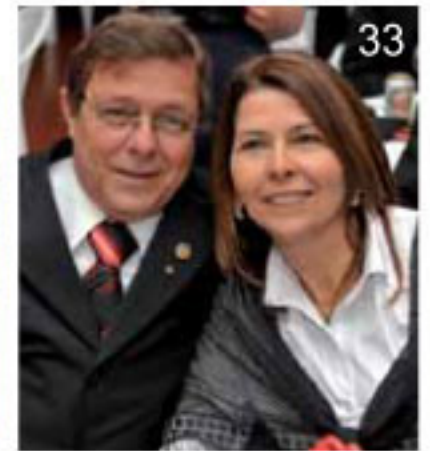
Presentes de casamento, Presentes de Aniversário e Brinquedos
Rua XI de Agosto, 980 - Centro - Tatuí/SP
Ao lado das Tintas PIG e estacionamento



Roupas para todas as idades e manequins

SimpleLife • Ducatto • Sharon
Ella Bella • Talento • Grog

R. Dr. Prudente de Moraes, 14 • Tatuí Fone: (15) 3259-0461
(próximo à escola Eugênio Sartori)



31 – Mari, Marisa e Maria Inês – Lançamento da Coleção Primavera Verão Mobelli e Dolce Vita - Tatuí; 32 – José, Emerson, Élio, Célia, Lídia, José, Laura, Fátima, Tatiane, Josiele, Gabriele, Gustavo, Guilherme, Clóvis, Natália e Wilson – Niver Célia – Boituva; 33 – Aristides e Zilá – Noite Argentina – Rotary Club Tatuí; 34 – Josiele, Natália e Adinaldo – Niver Natália - Boituva; 35 – Eduardo, Moacir, Soraia e Janaina – Inauguração da Praça Gastronômica – Tatuí; 36 – Bernadete, Mingo e Élcio – Sarau Amart – Tatuí; 37 - Luiza e Marilene - Mostra de dança - Centro Cultural-Tatuí

ÓTICAS
Dez

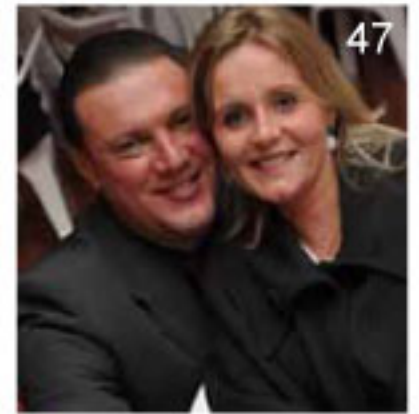
AGÊNCIA COMPOSTO

DEZ EM TUDO!

ÓCULOS E
RELÓGIOS
DAS
MELHORES
GRIFES!

TUDO EM
10X VEZES
SEM JUROS
PARA COMPRAS NO CARTÃO

BOITUVA • CERQUILHO • TATUÍ • TIETÊ



38 – Lorena e Luíza – Casamento Cláudia e Rafael – Tatuí; 39 – Gisele e Renata – Chá Solidário FUSSTAT – Tatuí; 40 – Heny e Olavo – Noite Argentina – Rotary Club Tatuí; 41 – Michele e Renata – Uaná Club - Tatuí; 42 – Márcio e Sabrina – Show do Lulu Santos - SP; 43 – Drica e Fernanda – Arraiá Colina das Estrelas – Tatuí; 44 – Rogério e Danilo – Inauguração da Churrascaria Boi Dourado – Tatuí; 45 – Celeste – Mobelli – Tatuí – 46 – Renan, William, Gabriele, Raissa, Natália, Guilherme, Tainá e Renata – Níver Natália – Boituva; 47 – Mário e Ana Paula – Noite Argentina – Rotary Club Tatuí

Na compra de uma
cozinha planejada
ganhe um fogão cook-toop



- Cozinhas • Dormitórios • Home theaters • Home offices
- Áreas de serviço • Banheiros • Ambientes corporativos

A qualidade Itálinea com a garantia de entrega da Kichic Decorações

Loja 01: R. Chiquinha Rodrigues, 193 • Dr. Laurindo • Tatuí • 15. 3259.4500

Loja 02: R. Dr. Prudente de Moraes, 70 • Centro • Tatuí • 15. 3251.7070





48



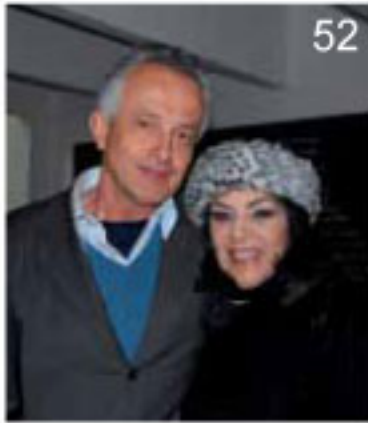
49



50



51



52



53



54

48 – Gabriel e Carmen – Inauguração Praça Gastronômica – Tatuí; 49 – Marilda e Rafael – Sarau Amart – Tatuí; 50 – Maria José e Juliana – Chá Solidário FUSSTAT – Tatuí; 51 – Janaina e Pires – Uaná Club – Tatuí; 52 – Voss e Carlota – Exposição de Quadros Centro Cultural – Tatuí; 53 – Fernanda, Rose e Moura – Arraiá Colina das Estrelas – Tatuí; 54 – Senhoras da Casa da Amizade – Noite Argentina - Rotary Club Tatuí

E TATUÍ ELEGANTE

Olympikus
Linha completa com os melhores preços



Linha Converse-All Star
do básico ao fashion



Tudo em 6x nos cartões Visa, Master e Sorocred
Visite nosso site: www.tatuielegante.com.br

Rua Prudente de Moraes, 552 Tatuí - SP 15 3251.3630



SEU UNIVERSO ELETRÔNICO



XBOX 360 Arcade
apenas R\$1099,00 à vista
ou em 12 x R\$109,00



Gps a partir de R\$339,00
à vista ou em 12 x R\$33,90



Play Station 2, de R\$470,00 por
apenas R\$449,00 à vista
ou em 12 x de R\$44,90



MP10 e celulares de vários modelos
a partir de R\$299,00 ou 12 x R\$29,90



Novo PS3 Slim 120gb + PES2010
apenas R\$1389,00 à vista
ou em 12 x R\$138,90

Rua Coronel Aureliano de Camargo, 283 Tatuí - SP (15) 3305.5861



55; Tamires e Rafaela - Niver Natália - Boituva; 56 - Nando, Rinald, Antônio Marcos, Márcio e Tarcísio - Inauguração Praça Gastronômica - Tatuí; 57 - Adriano, Flávio, Jorge, Fernando, Jorge e Edson - Arraiá Colina das Estrelas - Tatuí; 58 - Rodolfo, Júlia e Juliana - Sarau - Amart - Tatuí; 59 - Sônia e Luciana - Chá Solidário FUSSTAT - Tatuí; 60 - Bailarinos do Grupo Che Bandoneon em Noite Argentina Rotary Club Tatuí; 61 - Marcos Carboni e Priscila - Arraiá Colina das Estrelas - Tatuí; 62 - Tatiana, Ana, Jéssica e Picida - Lançamento da Coleção Primavera Verão Mobelli e Dolce Vita - Tatuí

FOCUS
PORTARIA E MONITORAMENTO

A Focus traz segurança para sua residência, condomínio, empresa e indústria

Fone : (15)3259-1611 / 9722-2528 R. Sen. Laurindo Minhoto, 736
Dr. Laurindo - Tatuí - SP focuseseguranca@hotmail.com

PARAÍSO
VIDRACARIA

Atendemos suas necessidades com criatividade

Box padrão (pronta entrega)	Fachadas
Tampo	Pára-Brisas
Espelhos	Molduras
Box de Acrílico	

Vidros Temperados nas cores
fumê | verde | bronze | incolor

(15) **3251 7764**
Rua Maneco Pereira 503 - Tatuí

(15) **3251 5199**
R. 15 de novembro, 1645 - Tatuí



Atividade Física: Jeito gostoso de levar a vida! A Onda Viva conta com os melhores profissionais para lhe atender da melhor forma! Em Tatuí (15) 3251.1869.



Churrasco cai bem em qualquer ocasião e nada melhor do que saborear este prato na melhor churrascaria da região! O Costelão. Em Tatuí (15) 3251.2719.



Portões automáticos, interfones, sacadas, fechaduras, tudo com a qualidade que você merece, aqui na Setal você encontra. Venha conferir! Em Tatuí (15) 3305.7000 ou 3251.4519.



Dr. Akira Koza
CROSP 92.361

Dê à sua boca o melhor tratamento. No consultório do Dr. Akira Koza você terá as soluções para os seus problemas. Em Tatuí (15) 3259.6343.

Sandrin
móveis

A Sandrin Móveis pensa nos mínimos detalhes para deixar seus espaços como você merece. Em Tatuí (15) 3251.1473.



Durante todo o mês de setembro, a Via Mundi e a Imaginarium estarão te esperando com ótimas promoções, venha conferir e ainda concorrer a 3 lindos presentes.

Em Tatuí (15) 3251.6870.



Lanches, salgados, pastéis com muito sabor é aqui. Venha com os amigos e com a família e aproveite o que a Lanchonete e Pastelaria Tambelli tem para você. Em Tatuí (15) 3251.2210 e 3251.4016.

Persianas
SÃO JORGE

Fabricação, lavagem e reformas de persianas é na Persianas São Jorge, trabalhamos com atacado e varejo. Em Tatuí (15) 3251-1279.

CNA
Inglês Definitivo

Aprenda inglês! Cursos para todas as idades, em formatos diferenciados, de acordo com a sua necessidade. Aprenda a língua mais falada do mundo e tenha um Certificado Internacional. Em Tatuí (15) 3251-3507.



Estamos há onze anos oferecendo as melhores cozinhas, dormitórios, closet's, banheiros, home theaters e muito mais para o conforto do seu lar. Tudo isso você encontra na Per Tutti, além de um ótimo atendimento e qualidade. Em Tatuí (15) 3205.2571 / Cerquilha (15) 3284.2104.



Manutenção de Bombas Injetoras com altíssima qualidade e atendimento diferenciado é na Retífica Santa Helena. Em Tatuí (15) 3305.4066.

Ψ Clínica Integrada

Tratamento psicológico e neuropsicológico é com a Dra. Renata dos Santos Orvalho, na Clínica Integrada. Conheça! Em Tatuí (15) 3305.6242.

TAPEMAG
Sua loja de peças e borrachas.

Precisou de peças de borracha, ou até mesmo produtos para jardinagem? Vá até a Tapemag, lá você encontra tudo o que precisa, além de um ótimo atendimento. Em Tatuí (15) 3259.2800



Tudo o que você precisa, como cortinas sob medida, toldos, persianas automáticas e manuais, box, portas sanfonadas, pisos laminados, tudo sob medida para adequar ao seu lar, na Pisos e Opções tem. Em Tatuí (15) 3259.3295 / ID 105*6126.



Tudo em roupas e calçados para sua família em 6 vezes nos cartões você encontra na Tatuí Elegante Loja 4. Sempre com você! Em Tatuí (15) 3251.3630.

WHITE MARTINS
FARMACIA

Distribuição em toda a região de gases industriais, medicinais ou especiais. Conte com a Nacional representante White Martins. Em Tatuí (15) 3305.7878.



Insinuante Moda Íntima tem os melhores produtos com os melhores preços para você! Conheça também o melhor e mais completo Sex shop de Tatuí e Região. Em Tatuí (15) 3251.3130.



Box padrão, espelhos, box acrílico, fachadas, molduras, vidros temperados e muito mais para você. Qualidade e transparência é na Vidraçaria Paraíso. Em Tatuí (15) 3251.7764.

studio W. LOPES

Colaborador

Trabalhamos com a maior privacidade e discrição. Próteses capilares de acordo com a sua necessidade. Studio W. Lopes. Em Boituva (15) 3263.3478



A casa de Carnes Progresso investe na qualidade de seus serviços prestados, procurando a satisfação total de seus clientes. Com suas modernas instalações possui um excelente e diferenciado serviço. Em Tatuí (15) 3251.4335.



A maquete digital é uma simulação de espaços, volumes, materiais e cores em um projeto arquitetônico, geralmente produzido por arquitetos, gerando imagens interiores e exteriores com muita realidade. Ideal para visualizar sua obra antes mesmo que fique pronta. Essa tecnologia você encontra na Christen Engenheiros e Arquitetos. Em Tatuí (15) 3305.7977.



A Planeta Brinquedos cresceu e se tornou a Galáxia Brinquedos, um universo de variedades para você! Visite nossa loja virtual. Em Tatuí (15) 3251.7020.



Ensino sério é obrigação. Forte e competente é Anglo. Em Tatuí (15) 3251.1013.



Aquecimento solar lhe traz benefícios como: economia de energia, conforto no banho, além de ser ecologicamente correto e ter uma vida útil longa. Saiba mais, venha fazer uma visita na Aquece Brasil! Em Tatuí (15) 3259.3747.



FOCUS

Segurança precisa passar confiança a quem está sendo protegido e impor respeito para quem observa. Conheça a Focus Segurança. Em Tatuí (15) 3259.1611 / 9722.2528.

Marearth

Seja uma revendedora Marearth, ligue e agende uma visita. Fone (15) 9752.7687.



Ballet clássico, Jazz, Sapateado, Hip Hop, Dança de Salão, Dança do Ventre.

Em Tatuí (15) 3251.8417
www.fredastairetatui.com.br.



Dr. Fernando De Lamare, diagnóstico radiológico. Em Tatuí (15) 3305.1301.

73



Estilo e produtos de qualidade é na Kichic Decorações, você encontra para sua casa móveis e decorações que irão arrasar. Venha conhecer! Em Tatuí (15) 3259.4500.



Móveis sofisticados que irão valorizar ainda mais a sua casa, só na Naturalle Interiores e Design. Em Boituva (15) 3263.4385.

PARK SHOP

Presentes e Decorações

Park Shop com ofertas imperdíveis, concorra a partir de setembro ao sorteio de uma moto elétrica Bandeirantes. Em Tatuí (15) 3305.1396.



A Rede Caetano está em festa. São 16 anos de trabalho, dedicação, qualidade e o compromisso de quem garante o que vende. Com financiamento próprio em até 24x com ou sem entrada. Com 6 lojas para melhor atendê-lo. Breve também em Cerquillo. Acesse www.redecaetano.com



Na NewLine você encontra móveis, acessórios e objetos de decoração para decorar sua casa e enriquecer seus projetos. Em Tatuí (15) 3251.9799

Oséias

Pedreiro profissional

Necessita de pequenas reformas e consertos, ligue para Oséias. Em Tatuí (15) 9798.7612



Sua internet está lenta? Precisa imprimir trabalhos, fazer pesquisas ou jogar online? Na Canal você tem os melhores computadores e a melhor velocidade. Em Tatuí (15) 3305.5861.



Na Machadinho Agropecuária você encontra rações de alta qualidade para seu cavalo, para que ele tenha uma saúde e vitalidade de campeão, além de contar com produtos para cachorros e gatos, banho e tosa, disk ração e muito mais. Em Tatuí (15) 3251.4888.



Conheça os melhores destinos do Brasil e do mundo, com a Tatuí Turismo. Pacotes de viagem e excursões sob consulta. Em Tatuí (15) 3205.8484.

Dell Anno

Decore sua casa ou escritório com os móveis da Dell Anno. Lá você encontra as melhores opções para deixar seu espaço aconchegante e bem decorado. Em Tatuí (15) 3305.1856.



A Mironneli desenvolve um calçado seguro e confortável e um design bastante criativo com formas sutis e vários estilos, ideais para a urbanidade e casuais. O processo de fabricação garante a qualidade, pois utiliza as matérias-primas de melhor qualidade, com um avanço tecnológico significativo. Conheça mais em: www.mironneli.com.br



72 horas freksale. Setembro, quinta dia 9, sexta dia 10, sábado dia 11.



Para nós o importante é a sua satisfação, pensando nisso desde 1995 oferecemos a mais completa equipe de profissionais, contando com Chef Internacional, Maitres, Garçons, Bartenders e Cerimonialistas para a perfeita execução de todos os detalhes de seu evento. Em Tatuí (15) 3251.8520.



Deixe sua casa e escritório na moda! Os adesivos decorativos que enfeitam e embelezam, só na Mil Cópias têm. Em Tatuí (15) 3259.2499.



Comida típica japonesa para saborear a toda hora, no restaurante Sushiya tem. Venha conferir nosso cardápio regado a peixe. Em Tatuí (15) 3251.7716



Fique na moda com as roupas do Ateliê. As últimas tendências do mercado feminino, em todos os tamanhos, você encontra aqui. Em Tatuí (15) 3259.0461



Veja melhor! Só nas Óticas Dez você encontra os melhores óculos de grau e de sol, todos os nossos óculos têm proteção UV, saúde para os seus olhos. Confira nossos preços e faça a escolha certa. Lojas em Boituva, Cerquillo, Tatuí e Tietê.



Língua ao Molho

Ingredientes:

1 kg de língua de boi
 1 cebola grande cortada em rodela finas
 1 xícara de alho
 1 xícara de pimentão verde
 10 tomates maduros
 Sal e manjericão a gosto
 Azeite para refogar

Modo de preparo:

Cozinhe a língua em água e sal durante cerca de 40 minutos em panela de pressão até que fique bem macia. Escorra e corte em fatias. Refogue a cebola e o alho no azeite, acrescente os tomates picados, o pimentão e cozinhe em fogo baixo durante 20 minutos. Coloque as fatias de língua no molho que se formou com os ingredientes e deixe ferver durante alguns minutos para tomar gosto. Depois, experimente e adicione sal e manjericão a gosto. Coloque a língua em uma travessa e sirva com pão ou arroz branco.



75

Quer ver sua receita aqui nas páginas da Hadar? Faça como o nosso querido leitor Cláudio Fornachari, de Tatuí, SP, envie um email para: jornalismo@revistahadar.com.br e seja o próximo.

CARNES
PROGRESSO

Os melhores cortes!

Bovinas • Suínas • Aves • Peixes

DELIVERY: 15. 3251.4335

Rua Capitão Lisboa, 622 • Centro • Tatuí





TAPEMAG

Sua loja de peças e borrachas.

www.tapemag.com.br



Abraçadeiras, Conexões e Engates, Cordas, Escadas, Lençóis de Borracha, Linha Borracharia, Linha Pneumática,
Lubrificantes, Mangueiras Hidráulicas, Perfis de Borracha, Rolamentos, Vedantes,
Toda linha de Equipamentos de Proteção Individual, Sinalização e muito mais.

Rua 11 de Agosto, 1041 - Tatuí • 15. 3259-2800 / 3251-3649