



Revista  
**hadar**

www.revistahadar.com.br

# MEXA-SE

Atividade física  
não é modismo,  
é qualidade de vida!

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA E DIRIGIDA

ANO 4 • EDIÇÃO 13 • JUNHO DE 2011



**Marcelo Tanaka:**  
O artista plástico que  
conquistou o mundo

**Drift:**  
Você sabe  
que esporte é esse?

**Dom Gorgônio**  
enaltece os valores do  
Papa João Paulo II

Parabéns, a capa desta edição, Dia das Mães, ficou linda!

patricia Mariah.

Vi a edição de maio, estava muito legal. Parabéns!

Abraço, Luis  
Via e-mail.

Gostaria de saber como faço para adquirir a revista? Já a conheço há um tempo e gosto muito do layout e das matérias. Obrigada!

Letícia Mello  
Agente cultural.

Sou leitor da Revista Hadar há 2 anos e sempre gostei do editorial desta revista, pelo seu conteúdo cultural, informativo e por despertar no leitor a reflexão para temas relevantes.

Mas quero parabenizar, nesta oportunidade, a qualidade visual que esta revista tem adquirido nas últimas edições.

Sua equipe tem aprimorado na arte de diagramação, utilizando imagens produzidas para ilustrar e complementar, visualmente, a informação do texto.

Além do uso inteligente da tipografia que tem estimulado a leitura, usando com sabedoria dos estímulos visuais segundo a temática do assunto.

Com certeza vocês deram mais um passo para ser a melhor revista de nossa região.

Parabéns aos designers,

Kleyton Xavier - Tietê  
Via e-mail.

Bernadete

A revista Hadar sempre brilha! Adoro, leio todas através do site, mas a edição de maio está maravilhoosaa! Quanta informação boa! Adorei a matéria sobre o ronco, aliás, gostei de tudo. E a capa? Linda... Parabéns!

Ana Luíza de S. Braga

Boa tarde a todos da Revista Hadar!

Parabenizo-te, Bernadete, e toda equipe da REVISTA HADAR!

Todo mês fico encantada com os variados e importantes assuntos que a Revista nos oferece.

Ela é feita com esmero e amor e por isso brilha tanto.

Beijos a todos.  
Maria do Carmo

DATAS COMEMORATIVAS

# 2011 Junho

- 1- Dia de Duque de Caxias, Dia da Imprensa
- 2- Dia Mundial do Administrador Pessoal
- 5- Dia Internacional do Meio Ambiente, Dia da Ecologia
- 6- São Marcelino Champagnat
- 7- Dia da Liberdade de Imprensa
- 8- Dia do Citricultor, Dia Mundial dos Oceanos
- 9- Dia do Tenista, Dia do Porteiro, Dia Nacional de Anchieta, Dia da Imunização
- 10- Dia da Língua Portuguesa, Dia da Artilharia, Dia da Praça, Dia de Camões, Dia do Exército Brasileiro, Fundação da Sociedade Bíblica Brasileira
- 11- Dia da Marinha Brasileira, Dia do Educador Sanitário
- 12- Dia do Correio Aéreo Nacional, Dia dos Namorados
- 13- Dia de Santo Antônio, Dia do Turista
- 14- Dia do Solista
- 15- Dia do Paleontólogo
- 16- Dia da Unidade Nacional
- 17- Dia Mundial do Combate à Desertificação, Dia do Funcionário Público ou Aposentado e Dia da Unidade Alemã.
- 18- Dia do Químico, Dia da Imigração Japonesa
- 19- Dia do Migrante
- 20- Dia do Revendedor, Dia Mundial do Refugiado
- 21- Início do Inverno, Dia da Mídia, Dia do Intelectual, Dia Nacional do Controle da Asma, Dia Universal Olímpico.
- 22- Dia do Aeroviário, Dia do Orquidófilo (apreciador de orquídeas)
- 23- Dia de Corpus Christi, Dia do Lavrador
- 24- Dia Internacional do Leite, Dia das Empresas Gráficas, Dia de São João, Dia do Caboclo, Dia Mundial dos Discos Voadores.
- 26- Dia Internacional do Combate às Drogas
- 27- Dia Internacional do Diabético, Dia Nacional do Progresso, Dia do Mestiço, Dia Nacional do Professor de Educação Física e Dia do Artista Lírico.
- 28- Dia do Orgulho Gay
- 29- Dia do Papa, Dia de São Pedro e São Paulo, Dia do Telefonista, Dia do Pescador
- 30- Dia do Caminhoneiro

...Mas não se esqueça: todo dia é dia de ser Feliz!

## Carta ao leitor

Caro leitor! É tempo de amar... E é com muito amor que trazemos até você mais esta edição. Estamos no mês em que celebramos o amor, o Dia dos Namorados, e preparamos uma matéria toda especial, abordando sua origem e a necessidade de estar sempre ao lado da pessoa que se ama. E fala a verdade, o amor é a base para tudo na vida, sem ele não há combustível para nos mover, não é mesmo?

Também estamos na metade do ano, junho, início de uma das estações mais charmosas, o inverno, época em que as pessoas se arrumam mais, além das guloseimas... Mas tome cuidado para não exagerar! Preparem-se porque aí vêm as festas juninas! E por falar nelas... Já nos dá uma vontade de dançar quadrilha, soltar rojões, pular fogueira, comer batata assada, pé de moleque... É de dar água na boca, são muitas as delícias que ajudam a reunir as pessoas e festejar cada momento, além de aquecer os corações com a alegria da tradição. Mas é preciso ter muito cuidado, estar bem consciente para não se machucar e não provocar nenhum acidente com os fogos, o que é comum nessa época do ano, já que as queimadas estão por toda a parte e devastam as nossas matas.

Nessa metade do ano tivemos alguns momentos marcantes, como por exemplo, a morte de Osama Bin Laden, o que novamente mudou a história do mundo e esperamos que seja para melhor, encerrando um momento de guerra e terror e dando espaço para mais união e harmonia; e para entender melhor o que esse momento representa, trazemos até você uma matéria especial sobre esse assunto em nossa seção Política.

Para ajudar você a se prevenir contra doenças típicas da época, a Hadar conversou com a pneumologista Dra. Maria Nazareth, que alerta sobre as doenças respiratórias e mostra a diferença entre a asma e a bronquite, confira no Fala Doutor.

Em nossa capa, abordamos um assunto que também nunca cai de moda, a atividade física, e a vantagem que ela proporciona em termos de qualidade de vida. Você já malhou hoje? Se não, vai sentir vontade de começar imediatamente...!

Sem falar do Realize-se! Este mês, está mais que especial, está muito emocionante, não perca!

É isso aí, caro leitor, esses assuntos são apenas uma prévia da nossa edição, que, como sempre, está repleta de informações de qualidade que irão trazer mais conteúdo para os seus dias. Mais uma vez pedimos licença para trazer, com todo amor e carinho, o resultado de um trabalho que foi feito pensando em você.

		<b>MODA</b>	
		<b>Meia Calça: Qual é a melhor para mim?</b>	
			<b>12</b>
<b>QUALIDADE DE VIDA</b>			
<b>Musicoterapia: Tratamento eficaz através da música</b>			
			<b>26</b>
		<b>CULTURA</b>	
		<b>Festa Junina: Conheça melhor essa tradição</b>	
			<b>45</b>
<b>AUTOS&amp;CIA</b>			
<b>Calibragem: Segurança e estabilidade para você</b>			
			<b>63</b>
		<b>UNIVERSO TEEN</b>	
		<b>Está na hora de usar maquiagem?</b>	
			<b>56</b>

## EXPEDIENTE HADAR

Editora/Direção de Arte  
Bernadete Elmec

Jornalista/Redação  
Vanessa Cancian

Marcos A. Vieira de Moraes - MTB 026705  
Amanda Dantas Silva  
jornalismo@revistahadar.com.br

Revisão  
Marry Calvino

Criação/ Diagramação  
Cláudio S. dos Santos  
Rodrigo Sá  
arte@revistahadar.com.br  
diagramação@revistahadar.com.br

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

Anúncios e Publicidade  
Claudio Elmec

Rua 7 de Maio, 150 - sala 03 - Tatuí  
(15) 3259-7014 / 9144-8747 / 3259-4543  
(15) 7812-6172 ID 119\*76172

Dorival Benedito Prado  
(15) 9771-7153

anuncieaqui@revistahadar.com.br  
comercial@revistahadar.com.br  
elmeccomunicacoes@yahoo.com.br  
elmeccomunicacao@terra.com.br

Empresa Responsável  
Editora Camargo & Cia Ltda.  
Rua 7 de Maio, 150 - sala 03 - Tatuí  
CNPJ: 09.343.183/0001-12  
(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,  
Roberta Lorenzetti Lourenço e Rafael Christen

Atendimento  
falecom@revistahadar.com.br

Agradecimentos  
Emerson Carriel Cleto,  
Josieli Cristina Soncim Camargo, Tatiane de M.  
Covre, Célia A. Camargo, José Vieira e Solange

Distribuição  
Boituva, Capela do Alto, Cerquilho, Cesário  
Lange, Iperó, Itapetininga, Laranjal Paulista,  
Pereiras, Quadra, Tatuí e Tietê.

Tiragem  
8.000 exemplares

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

# já foi

No dia 14 de maio, Tatuí realizou mais uma Feira da Saúde, tendo como local o Largo do Mercado.

No dia 1º de maio, no Autódromo Altair Passarini Filho, na cidade de Tatuí, foi realizado o "Campeonato Sul Paulista de Motocross".

No dia 1º de maio, no Recinto Donato Flores, em Tatuí, ocorreu a "Festa de São Jorge 2011".

No dia 25 de maio, como incentivo à prática da atividade física, foi realizado o "Dia do Desafio 2011". Acontece, anualmente, na última quarta-feira do mês de maio, por meio de ações comunitárias sob a coordenação do SESC-SP, em todo o Continente Americano desde 2000.

No dia 21 de maio houve a apresentação do Grupo de Choro do Conservatório de Tatuí, e no dia 28 foi a vez da Big Band do Conservatório de Tatuí. Ambos se apresentaram na Praça do Museu de Tatuí como parte do projeto "Música na Praça".

Foi divulgado no dia 9 de maio o resultado do concurso "Ao Redor do Mundo 2011". A vencedora nacional foi a aluna iperoense Amanda Souza Umburana da Escola Municipal "Professor Roque Ayres de Oliveira". Parabéns, Amanda!

Em Tatuí, no dia 15 de maio ocorreu a 4ª Corrida Solidária – Lançamento da Campanha do Agasalho, na Praça da Santa.

Em Boituva, no dia 14 e 15 de maio, pela primeira vez realizado em dois dias, e também em novo local no pátio da Connan, aconteceu o 8º Encontro de Carros Antigos.

Do dia 16 ao dia 22 de maio ocorreu a 9ª Semana Nacional dos Museus no Museu Histórico Paulo Setúbal de Tatuí.

O comediante Marcos Veras, (o Solução do programa "Zorra Total") esteve no Teatro Municipal de Cerquilha, no dia 27 de maio, com o espetáculo "Falando a Veras".

A cidade de Cerquilha sediou no dia 21 de maio o Festival de Voleibol Adaptado Feminino no Ginásio Municipal de Esportes "Mário Pilon".

No dia 15 de maio ocorreu na Sede Social do Rotary Club de Tatuí o "Fashion Day" em benefício do Lar do Bom Velhinho.

No dia 21 de maio foi disputada a final da primeira fase da 1ª edição da Copa das Indústrias de Futsal, no Complexo Dito Bom de Iperó.

Em Tatuí, no dia 28 de maio, na Concha Acústica Municipal, aconteceu a 5ª edição do Casamento Comunitário, uma ação social, organizada pelo FUSSTAT (Fundo Social de Solidariedade de Tatuí) que reuniu em matrimônio um total de 50 casais. Durante o evento religioso, aberto ao público, foi celebrada uma cerimônia ecumênica.

# vai ter

As inscrições para o 3º Concurso Literário Infanto-Juvenil e 2º Concurso de Ilustração do COLIJUC "Mulher" de Cerquilha estão abertas até 22 de junho e são gratuitas. Mais informações: [www.cerquilha.sp.gov.br](http://www.cerquilha.sp.gov.br) ou pelos telefones (15) 3284-2701 e (15) 3384-1796, pelos e-mails [biblioteca@cerquilha.sp.gov.br](mailto:biblioteca@cerquilha.sp.gov.br) e [sala-leitura@cerquilha.sp.gov.br](mailto:sala-leitura@cerquilha.sp.gov.br).

Em Pereiras, no período de 22 a 26 de junho, no Recinto Municipal de eventos "Prefeito Geraldo Tomazela", no bairro Vila dos Sonhos acontece a 20ª Festa do Frango de Pereiras.

Em Tatuí, no período de 20 de maio a 26 de junho, no Museu Paulo Setúbal da cidade de Tatuí acontece a exposição "Getúlio Damado - A arte da transformação". A mostra traz o trabalho do artista carioca Getúlio Damado que transforma sucata em arte.

De 22 a 26 de junho, haverá o II Encontro Internacional de Performance Histórica do Conservatório de Tatuí e o V Encontro Nacional de Flauta Doce, no Conservatório Dramático e Musical "Dr. Carlos de Campos" na cidade de Tatuí.

O espetáculo "Eu, ele e a outra" estará no Teatro de Cerquilha no dia 4 de junho, sábado, às 21 horas. Informações: (15) 3384-2634 e-mail: [teatro@cerquilha.sp.gov.br](mailto:teatro@cerquilha.sp.gov.br)

No dia 4 de junho, haverá apresentação da Banda Sinfônica do Conservatório de Tatuí, na Praça do Museu em Tatuí, a partir das 11 horas, pelo projeto "Música na Praça".

No dia 11 de junho, haverá apresentação da Corporação Museu dos Bandeirantes Portofelicenses da cidade de Porto Feliz, na Praça do Museu de Tatuí, a partir das 11 horas pelo projeto "Música na praça".

No dia 18 de junho, a partir das 11 horas, a Banda Sinfônica Jovem do Conservatório de Tatuí se apresentará na Praça do Museu pelo projeto "Música na Praça".

No dia 25 de junho, a partir das 11 horas, na Praça do Museu, haverá apresentação da Banda da Guarda Municipal de Santana de Parnaíba pelo projeto "Música na praça".

A fase final do concurso "Arte na Praça" será realizada nos dias 11 e 12 de junho, na Praça da Matriz de Tatuí, a partir das 10 horas.

No dia 13 de junho, o projeto "Conversa com o Autor" trará para Cerquilha o jornalista o escritor Laurentino Gomes.

Até o dia 15 de junho, estarão abertas as inscrições para o 18º Festival de MPB – Painel Instrumental, os interessados deverão entrar em contato através do site: [www.conservatoriodetatui.org.br/painelinstrumental](http://www.conservatoriodetatui.org.br/painelinstrumental). O Festival ocorrerá no período de 3 a 9 de julho no Conservatório de Tatuí.

No dia 11 de junho, em Tatuí, ocorrerá a 12ª Festa Junina do Lar Donato Flores sempre em caráter beneficente no Lar Donato Flores da cidade de Tatuí. Mais informações: (15) 3251-8417.

Dia 23 de junho, em Tatuí, acontece a 82ª Romaria, Festa da Caridade, Tradicional Festa do Asilo do "Lar São Vicente de Paulo".

A Exposição Guilherme de Almeida "O Quarto Príncipe dos Poetas Brasileiros", estará aberta até 6 de julho, em comemoração aos 40 anos da Biblioteca Pública Municipal de Cerquilha, que leva o nome do artista. Mais informações pelo telefone: (15) 3284-2701.

O espetáculo Carmen da série "Ópera Contada e Cantada" terá apresentação no dia 8 de junho, a partir das 20h30, no Teatro Municipal de Cerquilha, com entrada franca, mas é recomendado somente para maiores de 12 anos. Informações: (15) 3384-2634 e-mail: [teatro@cerquilha.sp.gov.br](mailto:teatro@cerquilha.sp.gov.br)

O jovem profissional Gustavo Galvão, de Cerquilha, vai realizar o design da parte frontal da medalha dos Primeiros Jogos Olímpicos de Inverno da Juventude que serão realizados na cidade de Innsbruck, na Áustria, em 2012. Ele foi campeão de um concurso mundial. Parabéns, Gustavo, sucesso!

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

No dia 9 de julho, a partir das 14 horas, no Salão de Festas da Sabesp acontecerá a V Festa Julina da Avape, com barracas típicas, shows e muita diversão.

Conforto  
com sabor de  
exclusividade

em até  
**15x\***



Projetos meramente ilustrativos | objetos decorativos não inclusos.

VOCÊ  
NUNCA  
APROVEITOU  
TANTO  
SUA CASA.

**new**  
móveis planejados

Autorizada:

**Pavanelli Materiais**

Av. Dr. Sales Gomes, 195 - Tatuí

Fone: 15.3251-1365

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

Agora na

  
**Pavanelli**  
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO



# Sensação do momento

Por que os tablets fazem tanto sucesso?

Ele é maior que um telefone e menor que um netbook. Sua tela é relativamente grande, não tem teclado, funciona como telefone. Você pode baixar livros e revistas e folhear como se fosse realmente algo impresso. Também serve como um bloco de notas, e ainda melhor: não há limites de páginas e você não precisa ficar rasgando papéis após usá-los. Já sabe do que se trata? Isso mesmo: estamos falando dos famosos "Tablets".

O mais popular, o iPad da Apple, foi lançado no Brasil em 2010 e desde então o produto passou a ser incorporado nos mais diversos setores da sociedade. Universidades já o utilizam como forma de transmitir o material das

aulas. Ademais, é comum ver nas ruas das grandes cidades pessoas utilizando a novidade em todos os lugares.

Jogos, aplicativos para entretenimento, ouvir músicas, acesso a internet, assistir vídeos e a mobilidade e praticidade são alguns dos exemplos de funcionalidade do aparelho. Há limitações como aspectos do processamento de dados, a interface na qual o uso de programas pesados como Photoshop não é recomendado e onde não roda flash; e a abertura de arquivos do pacote Office (Word, Excel e PowerPoint) é complicada.

A principal concorrente da marca da maçã é o tablet da Google, que funciona a partir do sistema operacional Android. Alguns

especialistas em informática já apontam que o produto da Google pode apresentar algumas vantagens com relação à funcionalidade; mesmo que no quesito design seja difícil competir com a simplicidade e elegância dos produtos da Apple.

A maior vantagem do aumento no número de tablets na área empresarial está na redução do impacto ambiental causado pela diminuição do uso de papéis e planilhas diariamente. Ademais, as empresas que estão incorporando essa tecnologia têm seus gastos com papel e impressão reduzidos.

No Brasil, o preço da novidade está por volta dos 1600 reais, e nos EUA já podem ser encontrados por cerca de 500 dólares.



**Sem tempo e com problemas Elétricos?**

**Adinaldo Camargo  
Eletricista**

Atendimento Residencial

**S.O.S.  
ELETRICISTA**

**SOMENTE  
nos finais de semana**



15. 9620-7952

15. 9647-6958



**Clínica Koza**



# IMPLANTES

**Dr. Akira Koza**  
CROSP 92.361

**Cirurgião Dentista &  
Técnico em Prótese Dentária**

TRATAMENTOS

- Implantodontia
- Carga Imediata
- Prótese
- Clínica Geral

**Há gerações  
cuidando dos seus  
dentes**

**Tatuí**

R. Brigadeiro Jordão, 140  
15.3259-6343

**São Paulo**

R. Tirso Martins, 100  
(2º andar Cj. 202 (Próximo ao metrô Santa Cruz))  
11.2532-5177



# Disso VOCÊ n3o sabia

*N3o h3 luz que n3o espante a treva;  
N3o h3 sorriso que n3o ilumine um semblante;  
N3o h3 riso que n3o sane o mau humor;  
N3o h3 amor que n3o desfaça o 3dio;  
N3o h3 perd3o que n3o traga a cura;  
N3o h3 humildade que n3o rebaixe o orgulho;  
N3o h3 simplicidade que n3o enrugue a vaidade;  
N3o h3 beleza interior que n3o nuble a beleza externa;  
N3o h3 toler3ncia que n3o vença a ignor3ncia;  
N3o h3 persist3ncia que n3o atinja um objetivo;  
N3o h3 calma que n3o inferiorize a ira;  
N3o h3 paci3ncia que n3o dissolva a ansiedade;  
N3o h3 coragem que n3o dissolva o medo;  
N3o h3 serenidade que n3o desarme a agress3o;  
N3o h3 desprendimento que n3o ridicularize a avareza;  
N3o h3 ambiç3o bem dosada que n3o humilhe a gan3ncia;  
N3o h3 f3 que n3o vença a rebeldia;  
N3o h3 rendiç3o que n3o cesse a guerra;  
N3o h3 sil3ncio que n3o quebre a exaltaç3o;  
N3o h3 compreens3o que n3o incomode o erro;  
N3o h3 verdade que n3o derrube a mentira.  
H3 olhos que observam os meus atos e tamb3m os teus: n3o  
h3 atos que n3o sejam vistos e nem h3 pensamentos que n3o  
cheguem a Deus.*

*("Sementes de Verdade", de Silvia Schmidt)*

Voc3 sabia tudo que est3 colocado acima? Eu, n3o. Ou, se sabemos, n3o utilizamos essas ideias em nosso cotidiano.

Por que n3o agimos conforme cada uma das proposiç3es acima? 3 t3o l3gico e razo3vel, que certamente trariam muito mais harmonia, serenidade e felicidade para nossas vidas...

N3o agimos assim porque somos ego3stas. Alguns, no sentido b3sico e prim3rio da autopreservaç3o simples e pura ("farinha pouca, meu pir3o primeiro..."); outros, simplesmente pelo desejo doentio de ser mais, de ter mais – n3o se importando com a consequ3ncia de seus atos. Sabem qual 3 o final dessa loucura? Solid3o. E n3o h3 nada pior do que a solid3o.

O planeta poderia nos abrigar muito melhor, se n3o f3ssemos t3o ego3stas; as pessoas viveriam muito melhor, se n3o f3ssemos t3o mesquinhos; e a solid3o nunca nos atingiria, se f3ssemos mais generosos.

Precisa ser assim? N3o, 3 claro que n3o. Do que estamos dispostos a abrir m3o para que tudo se harmonize? Este 3 o grande desafio.

Na verdade, s3 temos que abrir m3o do nosso ego3smo; todo o resto se harmoniza r3pida e naturalmente.

"V3s sois deuses..." – sim, somos; e a possibilidade de mudarmos tudo ao nosso redor, de acordo com nossas escolhas, 3 a grande d3diva que os Mestres t3m nos deixado.

Quer ser feliz? Eu tamb3m. Ent3o hoje vou abdicar, voluntariamente, de pelo menos um pouco do meu ego3smo, e s3 peço a voc3 que faça o mesmo. N3o vou esperar nada em troca, pois do contr3rio n3o estou abdicando de nada, mas vou ficar confiante de que voc3 tamb3m vai pensar assim.

Tenho certeza de que disso voc3 n3o sabia, mas acabamos de começar a transformaç3o do nosso planeta!





# Uma cidade apaixonante!

*Onde um simples passeio pode ser maravilhoso.*

**U**ma das maiores cidades do mundo exerce grande influência sobre o comércio mundial, finanças, cultura, moda e entretenimento. É a sede da Organização das Nações Unidas e é também um importante centro de negócios internacionais, além de ser um dos destinos mais procurados por turistas de todo o mundo. Sabe de que cidade estou falando? É claro que é Nova Iorque.

Para conhecer um pouco mais sobre esta cidade, conversamos com André e Adilson, que viajaram para lá no início deste ano. Como muitos, foram motivados pelo mesmo sonho: "sempre quis Nova Iorque como minha primeira viagem internacional e também, por ser uma cidade incrível, moderna, e no mês de janeiro por causa do frio, é como estar em um filme, perfeita!", destaca André.

Por falar em frio, eles pegaram cerca de 10 a 15 graus, mas as lojas e estabelecimentos são todos climatizados. "Para você ter uma ideia, na Abercrombie os vendedores trabalham de jeans, chinelos e sem camisa. As lojas são realmente quentes", exemplifica André.

Diante de tantos encantos, fica até difícil destacar um, mas segundo André, o que é

mais lindo é ver "o Central Park coberto de neve". Apesar da beleza, a frieza do povo americano é popularmente conhecida, mas nem isso incomoda, e ainda há quem justifique. "O grande problema é que eles não suportam falar com você e você não entender direito, eles acham que é obrigação falar um inglês perfeitíssimo, aí é meio complicado, mas no mais tirei de letra, foi tranquilo".

Há tanto para se ver e tanto para se fazer, que um simples passeio pela Times Square pode ser totalmente diferente. "Ela é toda iluminada, o som é alto, parece uma discoteca a céu aberto", lembra André.

Os espetáculos à parte são outros lugares que encantam. "A Broadway é demais, também os museus, as lojas. Até o cemitério de Nova Iorque é lindo, é tudo perfeito, só quem foi sabe do que estou falando".

Além de ser uma viagem incrível, a cidade é uma tentação no que se diz respeito às compras – tem muita variedade. Os bons preços chamam a atenção. "Você fica louco naquela cidade, graças a Deus que não parcelam no cartão de crédito, senão eu estaria perdido!

Comprei de tudo um pouco, mas por mais que você compre você acha que não comprou nada. Dá vontade de trazer NY pra casa, ou de não voltar mais ao Brasil".

As opções de comida são muitas – existem até restaurantes de comida brasileira, diferem muito da nossa alimentação. "A maioria das opções são fritas e muito condimentadas. Acabei comendo mais nas cafeterias e nos bares, onde a comida é perfeita", recomenda André.

Nossos entrevistados conheceram a cidade no inverno. No verão, além das compras que estão sempre em alta, a cidade conta com uma gama de eventos, que vão fazer com que você, que está prestes a embarcar nesta maravilhosa viagem, se divirta muito e assim como eles, se apaixone por Nova Iorque. Alguns deles são: o espetáculo "Shakespeare in the Park", no Teatro Delacorte no Central Park nas duas últimas semanas do mês; o Festival "Jazz em Nova Iorque" no Central Park e o "Carnegie Jazz at Lincoln Center". Há também os clubes noturnos de jazz e o Dia do Orgulho Gay, que acontece sempre no final de junho na Quinta Avenida, entre a Washington Square e a Greenwich Village.

## Escolha seu destino e boa viagem!



### New York e Las Vegas

Aéreo, 06 noites de hospedagem (hotel cat. primeira) sendo 03 em New York e 03 em Las Vegas e seguro de viagem

Saídas diárias em Agosto /2011  
A partir de (R\$ 2.900)

**R\$ 605 + 09x R\$ 255**

### Orlando e Miami e New York

Aéreo, 12 noites de hospedagem (hotel cat. primeira) sendo 06 em Orlando, 03 em Miami e 03 em New York, seguro de viagem.

Saídas diárias em Agosto/2011  
A partir de (R\$ 3.460)

**R\$ 670 + 09x R\$ 310**

### Orlando Fly & Drive

Aéreo, 10 noites em apartamento quádruplo, locação de carro econômico com seguro CDW e KM livre e seguro. Saídas 3, 10 e 12/Julho.

A partir de (R\$ 3.931)

**R\$ 790 + 9x R\$ 349**

### New York

Aéreo, 06 noites, traslado semi privativo de chegada e saída e seguro. Saídas aos sábados até 25/Junho. A partir de (R\$ 2.735)

**R\$ 530 + 9x R\$ 245**

Apoio:  
**NASCIMENTO**  
**OWNSHILL**

Notas: Pacotes aéreos. Preço por pessoa em apto. triplo - Saída de SP. NÃO inclui taxa de embarque, sujeito a alteração e a disponibilidade sem prévio aviso. Preços referenciais calculados ao câmbio de R\$ 1,88 (sujeito a alteração diária). Parcelamento 10X sem juros (20% entrada + 09X sem juros) Para embarcar para os EUA é necessário passaporte e visto americano válidos! CONSULTE-NOS SOBRE OUTROS ROTEIROS!

**TATUI TURISMO**

# A numerologia do dia de aniversário e a sua profissão

A relação entre esses dois fatores de acordo com a numerologia.

A numerologia do aniversário pode lançar alguma luz sobre quem é e qual a profissão que mais se adapta a si.

Com a numerologia de aniversário, pode se olhar não somente para si mesmo, mas também para todos os seus amigos. (Desde que saiba a sua data de nascimento deles).

A sua data de nascimento é o primeiro número que se torna importante e a numerologia tem algo importante a dizer-lhe de acordo com ele:

- 01.** Lógico e independente – mais adequado para trabalhar por conta própria porque não gosta de receber ordens.
- 02.** Afetuoso e atencioso embora possa ser nervoso e emocional. Trabalha melhor em equipe.
- 03.** Amigável e expressivo, boa companhia. Funciona melhor estando sob o olhar público.
- 04.** Trabalhador, leal e prático. Adequado ao mundo dos negócios.
- 05.** Versátil, com inteligência elevada e muito engraçado. Qualquer profissão que envolva viagens e variedade será adequada.
- 06.** Um perfeccionista que acredita que o amor realmente consegue tudo! Gosta de servir, áreas que envolvam educação, saúde, prisões ou paternidade são as mais adequadas.
- 07.** Estudioso e sério – difícil de conhecer na medida que tem dificuldade de mostrar os seus sentimentos. Estará bem numa carreira científica.
- 08.** Altruísta, mas astuto. Tem normalmente sorte no que se diz respeito a dinheiro. Adequado ao mundo das finanças.
- 09.** Muito inteligente e generoso. Deverá casar-se cedo. Pode adaptar-se à qualquer profissão.

Isabel Numerologista

isabel.numeros@terra.com.br

# Festa da Caridade

**23/06/11 - CORPUS CHRISTI**



Fundado em 1905

**LAR SÃO  
VICENTE  
DE PAULO  
DE TATUÍ**

## **82ª ROMARIA**

### **TRÍDUO DE ORAÇÃO**

20/06 - Segunda Feira às 18 h.  
21/06 - Terça Feira às 18 h.  
22/06 - Quarta Feira às 18 h.

Responsável:

Pe. Milton de Campos Rocha

**Envelhecer bem é possível  
quando se envelhece sorrindo!**



Foto: F. Simões

**DOAÇÕES: (15) 3251-4286 - [www.larsvpaulotatui.org.br](http://www.larsvpaulotatui.org.br)**

R. Prof. Francisco Pereira de Almeida, 451 - Centro - CEP 18.270-780 - Tatuí-SP.



caderno  
de  
**MODA**

# ARRASE NA meio-calça!

*Fashion e elegantes, elas vêm com tudo neste inverno.*

**A**lém de um acessório indispensável nos dias de frio, ela transmite um ar de sensualidade ao visual da mulher, elegância e feminilidade e deixa as pernas em evidência. Desde o inverno passado ela tem feito um novo estilo de moda. São elas que ficavam escondidas por baixo das peças, somente com a finalidade de aquecer mas agora podem ser usadas as de fio 40, 60 ou 80, que protegem melhor do frio do que aquelas meias mais finas e clássicas.

A maior vantagem é para quem gosta de usar shorts e vestidos, nessa época do ano, é que a meia cai muito bem, e também pode ser usada com diversos tipos de calçados da sua preferência, sejam botas, sapatilhas, ankle boots ou qualquer outro sapato que seja confortável para você. Fique atenta sempre à combinação da meia-calça com a cor do sapato e demais acessórios para compor um visual harmonioso.

A meia-calça costumava ser muito discreta no passado, mas agora, com maior destaque, estão cheias de novidades: são coloridas, rendadas, estampadas, listradas, xadrezes, arrastão, risca-de-giz, etc. Há outras opções neutras também usadas para incrementar um look, como o preto básico.

A preta é o modelo clássico, que vai bem com qualquer produção. As coloridas transmitem ousadia, são muito joviais. As rendadas dão um ar chique para uma ocasião

mais especial, já as estampadas caem bem apenas para o visual neutro, pois ela já incrementa o visual por si só. A grande sensação do momento são as meias tatuadas.

Tanto meias coloridas como as estampadas serão muito usadas nessa estação. Esta nova tendência dá um ar mais de "menina", mas é preciso tomar muito cuidado para não exagerar nos acessórios, pois a meia já vai ser destaque. Muitas famosas já optaram por esse look.

### O que vai bem com você?

Para as pernas mais grossas, o ideal é apostar em meias de cores escuras como vinho, azul-marinho, verde-musgo, marrom e outras; e evitar as rendas, mescladas, com desenhos geométricos, além, é claro, as cores claras. O único modelo aceitável é a risca-de-giz, que alongam as pernas, bem indicada também, para as pernas curtas. Uma dica bacana também é usar as meias opacas.

Se tiver pernas muito longas, você deve evitar as meias com riscas verticais, que as alongam ainda mais; e abusar das meias com detalhes e cores vibrantes, pois dão a impressão de pernas mais grossas.

As pernas finas dão mais liberdade para uso de meias com mais detalhes, além de acrescentar estilo, elas deixam as pernas mais grossas, use desenhos, texturas e cores fortes, rendas, desenhos geométricos, estampas animais, entre outros tipos.



**Trajes a Rigor**  
**Mariotto**  
 Aluguel e Venda de roupas  
*Apenas uma questão de estilo e bom gosto!*

Aluguel e Venda de Vestidos e Ternos para festas e eventos e agora também com vestidos de noiva, confecção sob medida.

**(15) 3527-1119**

Rua Quintino Bocaiuva, 654 - Centro - Itapetininga-SP  
 e-mail: mariottotrajesarigor@yahoo.com.br  
 www.lojasmariotto.com.br



**Colita**



R. Sete de Maio, 33  
 15. 3259-2488

# A escolhida de Kate Middleton

*Conheça um pouco mais da estilista da Duquesa de Cambridge.*



**S**arah Burton foi criada em Manchester, em uma família de cinco filhos. Em 1997, graduou-se na Central Saint Martins College of Art and Design, em Londres. Quando estava prestes a estudar Belas Artes, na Ruskin College em Oxford, decidiu assumir seu interesse pela moda.

Juntou-se a McQueen em 1996, como estagiária e depois de sua formatura voltou a trabalhar com ele assumindo o cargo de assessora de McQueen, e assim permaneceu, como única assistente e braço-direito do chefe até sua morte em fevereiro de 2010. Durante toda esta época, auxiliou em criações para Michelle Obama, Cate Blanchett, Lady Gaga e Gwyneth Paltrow. Atualmente mora em St Johns Wood com o marido, o fotógrafo David Burton.

Ao todo, foram 16 anos trabalhando como assessora de Alexander McQueen. Em maio de 2010, assumiu o cargo de diretora criativa da marca, decisão tomada pelo Grupo Gucci, proprietário da marca. Em setembro do mesmo ano, apresentou sua primeira coleção de moda feminina, que trazia os traços já contidos na marca e alguns detalhes seus, tornando a coleção ainda mais feminina, sem perder o brilho de quem lhe ensinou tudo sobre a moda.

Após se tornar a escolhida da Duquesa

de Cambridge, Catherine Middleton, para criar seu vestido de noiva, ganhou notoriedade em todo o mundo. Os rumores foram muitos, como por exemplo, os porquês de ser a eleita para criar este modelo tão especial. A dúvida só foi sanada no momento em que Kate chegou ao Palácio de Buckingham.

Kate fez questão de acompanhar a criação de perto: a ideia era criar um vestido que aliasse a tradição real à modernidade típica da marca Alexander McQueen, sempre com roupas exuberantes e valorizando as curvas. O resultado foi um vestido delicado, com mangas longas e cobertas de rendas, decote em "V", cobrindo o colo também por rendas feitas à mão, cauda de 2,7 metros, véu cobrindo o rosto e buquê pequeno e delicado.

Em diversas entrevistas a estilista se declarou honrada e satisfeita com a criação da equipe. Meses antes do casamento, Kate Middleton esteve atraindo a atenção da mídia como destaque por sua elegância e modernidade em todos os eventos que frequenta. A expectativa era de um vestido mais ousado e moderno, mas ela preferiu um modelo mais conservador e simples, bem estilo princesa, sem deixar a elegância de lado.

# Aqui você encontra presentes

quiosque

**oBoticário**

15 3305.4590

Traga aquele  
*friozinho na barriga*  
de volta para seu namorado



loja 16

**Open Door**  
Trajes e Acessórios

15 3251.2552

Moda  
*masculina e feminina*  
para você arrasar em  
qualquer estação



loja 12

**Chic Show**  
Trajes e Acessórios

15 3205.1510

*Fique mais linda*  
e elegante



quiosque

**Bless**

15 3305.1657

aromas  
que deixam você ainda  
*mais irresistível*



loja 08

**Modernità**

15 3022.1237

projetos  
*que cabem no seu*  
ambiente



loja 05

**Vinci Acessórios**

15 3305.1655

tudo sobre  
*acessórios de moda*



loja 01

**My House**

15 3305.7349

Acessórios para informática  
*VHS para DVD*  
*Recargas de cartuchos*  
Vinil para CD  
k7 para CD



## ...e deixá-lo mais apaixonado por você

Aqui você tem moda, alimentação, lazer e serviços em um só local

**amplo  
estacionamento**

**Serviços Bancários  
Casa Lotérica  
Video Locadora**

Aberto todos os dias

das **10h até as 22h**

# que vão surpreender seu amor...

loja 16 C

## Nutri Coco

15 9706.7295

Suco de milho  
e água de coco  
servidos no copo  
caldo de cana, tapioca  
e salgados em geral



loja 06

## Chic Show

Calçados e Acessórios

15 3259.7913

porque  
beleza é ter estilo



loja 15

## Haya JeansWear

15 3305.1657

Moda masculina e feminina  
para quem tem estilo  
Denuncia  
Docthos  
DeMillus



quiosque - em breve

## Chopp Universitário

15 3205.2002

encontro com amigos  
Chopp geladíssimo  
agora tem lugar certo



foto ilustrativa

loja 25

## Restaurante 3F

15 3205.2002

sistema self-service  
boa variedade em comida caseira



foto ilustrativa

loja 21

## Nick Foods

15 3251.5146

venha provar nosso  
café com variedade de aromas  
e degustar nossos  
deliciosos salgados



foto ilustrativa

em breve - loja 23

## Sorveteria & Cia

15 3251.5146

sabores irresistíveis  
experimente já nossas delicias  
e conheça nossas novidades:  
açai raspadinha  
yogurte natural  
e muito mais...



foto ilustrativa

quiosque

## Gelato Express

crepe  
sorvete tipo americano  
fondue de chocolate  
lanche natural  
hot dog tipo americano



foto ilustrativa

loja 14

## Nalva Enxovais

15 9662.7263

proteção, conforto  
e beleza

enxoval personalizado



15

loja 13

## Brasileirinha

15 3251.5146

a maior  
variedade  
de brinquedos  
e produtos de época



## GALERIA DA COOP

Rua Onze de Agosto, 3045  
Jd. Lucila  
Tatui - SP

# Dia da Valdirene

Desde o dia 31 de julho do ano passado, estivemos acompanhando – por meio das cartas das duas filhas de Valdirene – sua triste história. Valdirene descobriu que tinha um câncer e teve que se submeter aos tratamentos de quimioterapia e radioterapia. Como sabemos, são procedimentos médicos agressivos que provocam queda de cabelo (muitas vezes de todo o cabelo), de pelos (inclusive os cílios e as sobrancelhas) e enfraquecimento das unhas. Quando encontramos a Valdirene, após o final do tratamento, ela estava com a autoestima muito baixa, os cabelos bem curtos, unhas extremamente fracas e sobrancelhas com muitas falhas.

Antes de entrarmos em ação para realizarmos seus sonhos, primeiramente uma consulta ao médico era necessária. Assim, nos certificamos que tratamentos estéticos não causariam problemas para a saúde dela. Mais do que satisfação por realizar os desejos de Valdirene, nos sentimos felizes pela oportunidade de devolver um pouco da alegria ao seu rosto. Foi esta a mesma alegria que vimos nas pessoas que colaboraram com esse projeto, desta vez, na cidade de Boituva.

Fomos até a Butik Vício, onde a Valdirene ganhou um maravilhoso vestido de festa longo, no tecido francês voile com estampa de onça, que parecia ter sido feito para ela, ficou linda e já parecia uma princesa! Para complementar este visual, a boutique Lívia Barros doou lindos brincos pequenos na cor preta e um conjunto de pulseiras nas cores prata e preta, com detalhes pendurados, tudo obra da estilista Lívia, um luxo!

A loja Miss Flora deu uma charmosíssima sandália preta no estilo meia-pata, que tem um detalhe frontal em forma de uma flor. Além de combinar com o vestido, é uma sandália versátil que poderá ser usada com qualquer roupa, além de ser muito confortável.

Já a loja Nefertitix deu um delicado conjunto de calcinha e sutiã de cetim com detalhes em veludo na cor branca, com sainha e luvinha – super sofisticadas!

Quem também colaborou foi a loja Atrativa, que doou um delicioso perfume Keen da linha Mahogany e lindos óculos de sol na cor preta, que deixaram nossa realizada muito chique e perfumada!

Chegou a hora mais esperada por todos: a transformação da Valdirene! Quem a realizou foi a equipe do Studio W. Lopes, que é o único da região que faz um trabalho com prótese capilar para quimioterapia, calvície e alopecias. Decidimos procurá-los e fomos prontamente atendidos e, após a avaliação, os especialistas chegaram à conclusão que ela não precisaria de prótese de químio, mas sim de um alongamento.

Primeiramente, a Valdirene ficou nas mãos da fisioterapeuta e dermato funcional Dra. Grace, que fez uma limpeza de pele com peeling para deixar o rosto com aparência ainda mais bonita e a pele mais macia.

Depois, a Walquiria e a sua assistente Rosimari fizeram a sobrancelha definitiva tridimensional para preencher as falhas existentes devido ao tratamento. Este era um dos seus maiores sonhos!

A Gabriela fez a mão e o pé da Valdirene e pintou suas unhas com a cor vermelha. A Walquiria e a Rosimari se esforçaram para realizar o sonho da nossa realizada: fizeram a coloração dos fios na cor canela, um alongamento de 50 cm de cabelo natural, babylliss e uma maquiagem com olhos esfumados em preto e pálpebras pérola e azul, com um suave gloss "nude" nos lábios.

Após toda essa produção, o delicioso jantar ficou por conta do restaurante Goiano, onde ela pode ir degustar das delícias da casa, na companhia das duas filhas e do marido. Assim se encerra muito bem o seu dia de rainha. Que Deus sempre lhe guie, Valdirene!







Atrattiva - Acessórios e presentes



Miss Flora Sapatos Finos



Butik Vício



Nefertitisex



Boutique Lívia Barros



Goiano Restaurante e Petiscaria



Studio W. Lopes,

O nosso muito obrigado a todos que ajudaram a transformar mais este sonho em realidade: Butik Vício, Avenida Professora Célia Lourdes Vercellino, 109, Centro, Boituva, (15) 3263-1500; Boutique Lívia Barros, Avenida Professora Célia Lourdes Vercellino, 105, Centro - Boituva, (15) 7835-2816/ ID:55\*96\*1766; Atrattiva - Acessórios e Presentes, Rua Camilo Thame, 39, Centro, Boituva (15) 3263-4121/ (15) 9785-8867; Nefertitisex - Moda Íntima, Rua Camilo Thame, 37, Centro, Boituva, (15) 3263-1875; Miss Flora - Sapatos Finos, Rua Camilo Thame, 47, loja 05, Centro, Boituva, (15) 3363-1505; Goiano - Restaurante e Petiscaria, Av. Mário Pedro Vercellino, 300, Centro, Boituva, (15) 3363-3936; Studio W. Lopes, Rua Nove de Julho, 50, Centro, Boituva, (15) 3263-3478 e Josué Fotógrafo (15) 9721-0616/3251-2536 - j.mfotografo@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 com endereço e telefone para: [jornalismo@revistahadar.com.br](mailto:jornalismo@revistahadar.com.br) e seja a próxima.

**One Store Marisol Pimpolho's**



Conjunto Tigor T. Tigre / Conjunto Lilica Ripilica  
**One Store Marisol Pimpolho's**  
 Tatui - Rua Prudente de Moraes, 490  
 Rua Cel. Lúcio Seabra, 512  
 (15) 3251.6986 / 3259.1091

**Street Wash**



Moleton/ Bermudas Volcom  
**Street Wash**  
 Tatui - Rua 11 de Agosto, 149-B  
 (15) 3259.3865

**Andréia Moda Intima**



Beleza, sensualidade e conforto  
**Andréia Moda Intima**  
 Tatui - Rua 7 de Maio, 205  
 (15) 3251.3085 / 9787.1537

**Absolutha**



Casaco e Bata  
**Absolutha**  
 Tatui - Rua Cel. Aureliano de Camargo, 442  
 (15) 3305.7952

**Kanguru Bolsas e Acessórios**



Cinto e Carteiras NOS  
 Bolsas Rafitty  
**Kanguru Bolsas e Acessórios**  
 Tatui - Rua XV de Novembro, 299  
 (15) 3251.8151

**Lavarina Presentes**



Linha Margaret Mee - GRANADO  
 Moda Intima feminina e masculina  
**Lavarina Presentes**  
 Tatui - Rua 13 de Fevereiro, 173  
 (15) 3251.9131 / 3251.5432  
**Casa Rosa**  
 Cerquilha - Rua Dr. Campos, 287  
 (15) 3384.1862



Móveis  
**Per Tutti Modulados**  
Rua Cel. Lúcio Seabra, 496 - Tatui  
Fone: (15) 3205-2571

Iluminação  
**Elmaluz - Fabricação própria**  
Rua Maneco Pereira, 99 - Tatui  
Fone: (15) 3305-3506

Pisos, tintas, portas e esquadrias  
**Pavanelli Mat. para Construção**  
Av. Dr. Salles Gomes, 195 - Tatui  
Fone: (15) 3251-1365

Cortinas e persianas  
**Loja Móvel Decorações**  
Fone(15) 9137-5647 / 9683-4445

# Ponto comercial



*Saiba o que fazer para torná-lo mais atrativo.*

**C**omerciantes procuram renovar suas lojas a cada três ou cinco anos, mas se esquecem de pontos importantes a levar em consideração quando pensam em reformar.

O primeiro passo a ser dado é a contratação de um arquiteto. É ele quem dita as melhores soluções para os espaços porque possui conhecimentos em design (desenvolvimento de móveis), luminotécnica e decoração, pontos importantes para proporcionar ambientes agradáveis ao consumidor. Pense que quanto maior tempo de permanência do cliente no estabelecimento, maior a chance de aumentar a venda, por isso a preocupação com o conforto e espaços diferenciados.

Além da preocupação com o interior da loja que é imprescindível, o ponto-chave encontra-se na fachada. Seja ela uma drogaria, padaria, loja de roupas ou sapatos – não importa o ramo! A fachada deve ser excessivamente atrativa, para que o consumidor queira entrar de qualquer forma.

Às vezes pode-se achar que o seu caso não tem solução, mas o bom

profissional sempre acha uma alternativa que se adapte ao perfil do consumidor e à situação do local.

Algumas dicas:

Evite a poluição visual – tanto interna quanto externa.

Capriche na iluminação: é ela que realça seu produto.

Climatize os ambientes: a boa sensação térmica é inigualável.

Proporcione conforto ao cliente no provador.

Em caso de ter apenas balcões, disponibilize banquetas confortáveis.

Veridiana Pettinelli  
www.arqprojetos.arq.br

**TONINHO  
DU GESSO**  
www.toninhodugesso.xpg.com.br

Forros, Sancas, Molduras, Revestimentos de parede e Divisórias em drywall



**(15) 9656-4485**

www.SRBOTUVA.com.br

6<sup>em</sup>

Portões Automáticos

Locação Andaime

15.3263-3331 / 15.3363-4581  
Rua. Manoel dos Santos Freire, 277

Automatização do Motor

**S.R**  
Serralheria

# Pisos de madeira

## Uma boa opção para o inverno!

O inverno é a estação em que ficamos mais dentro de casa para fugir do frio. Por isso, nada melhor do que preparar ao máximo o ambiente para receber a nova estação. Uma ideia é decorar a casa com acessórios como cortina, tapete, manta e velas para quem não gosta do conforto e do aconchego das madeiras. Este é um item caro da obra com qual você vai conviver por muito tempo. Mas, convenhamos, não é fácil decidir entre tantos tipos existentes no mercado. Afinal, nessa turma cada um tem seus preços, medidas e regras de instalação, que são variáveis importantes para você considerar antes da escolha.

Conheça os tipos a seguir:

### Pisos de madeira natural (maior resistência e durabilidade)

**Assoalho:** ele costuma ser o sonho de muita gente, por dois motivos: conforto térmico e durabilidade que pode chegar a 30 anos, ou mais, quando bem aplicado. As tábuas de madeira maciça sempre têm 2 cm de espessura, com largura e comprimentos variáveis. As espécies mais recomendadas são: ipê, jatobá, cabreúva, perobinha, cumaru, sucupira e eucalipto de reflorestamento.

**Taco:** feito de placas de madeira nativa em tamanhos variados, o taco é uma opção mais em conta que os assoalhos. Os modelos têm entre 1,1 e 2 cm de espessura.

**Parquetê:** seu diferencial está na medida. São quatro peças unidas, formando placas de 24 x 24 cm ou 48,20 x 48,20 cm. Sua espessura pode variar entre 8 mm e 1 cm.

### Pisos Laminados (menor resistência e durabilidade)

**Laminado:** composto de réguas entre 6 e 9 mm de espessura, feitas de HDF ou HPP (pedacinhos de madeira de alta densidade).

**Carpete:** composto de miolo de placas de madeira compensada ou HDF, as tábuas são recobertas com lâminas de madeira maciça de várias espécies e diferentes tonalidades.

E mais: para que o piso fique lindo e dure muito, preste atenção em todas as etapas, da compra e colocação até o último retoque. Confira o material ao ser entregue e peça ao profissional responsável pela obra que acompanhe meticulosamente cada passo.

Rafael Christen  
Arquiteto e Urbanista.

# Naturalle Interiores & Design



Persianas de alto padrão

www.naturalle.com.br

Conheça nossos lançamentos

Móveis  
Internos e Externos

o maior espaço garden  
de boituva e região



R. Acácio Manoel da Silva Vianna, 313 • Boituva • 15 3263 4385  
(continuação da Eugênio Mota, sentido Portal dos Pássaros)

Aberto de segunda a sábado até as 19h30

# Murmúrios na Noite

A noite é gelada,  
Roça a brisa perfumada,  
E a ramaria farfalha  
Como som de uma batalha,  
E, no infinito afora, ecoa.  
Invade a névoa sombria,  
Trazendo à alma agonia,  
Caminha a noite poderosa,  
Entre a ramagem rumorosa.  
Faceiras, estrelas cintilam,  
Ouvem-se sons coloridos  
De corações aquecidos.  
Em um quarto inundado de luz,  
Onde o amor terno reluz,  
Espalha-se o clarão, perde-se no céu.  
Há rumores de ardentes beijos,  
Despertando flamantes desejos.  
Almas apaixonadas, palpitantes,  
Por carícias delirantes.  
Já se ouve o cantar da passarada.



A brisa calou-se,  
A névoa dissipou-se.  
Raios de morna luz, em todo o firmamento,  
Fulguram nesse momento.  
Luzes da aurora acordam toda a natureza,  
E os iluminados olhos do dia,  
Velam o amor com alegria.  
No quarto, o brando calor...  
E beijam-se com cálido amor,  
Bocas iluminadas pela luz do sol!

(Carminha)

Email: mcarninharamos@hotmail.com

## studio W. LOPES

*Cabeleireiro*

Emec



### Prótese Capilar Diga adeus à calvice!

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

- Completa privacidade
- Feito de cabelo natural
- Trabalhamos com peruca

Rua Nove de Julho, 50 | Centro | Boituva/SP | Fone (15) 3263.3478

Suas **necessidades**  
são nossos **serviços!**



## Grafica Regional

Criação | Impressão | Produção Gráfica

R. Lopes de Oliveira, 375 - Centro - Itapetininga - SP  
www.scudeler.com.br | 15 3271-0992



**Qualidade de Vida**

# Bronquite e Asma

## Por que elas se confundem?

**E**m época de estar atento aos problemas respiratórios, devido à queda das temperaturas, o mais grave ainda é se deparar com doenças como a asma e bronquite, que geram consequências ainda mais graves. A Dra Maria Nazareth Jenner de Faria Orsi, pneumologista portadora do CRM 66942, conversou com a gente e explicou a diferença entre essas doenças, tratamentos, incidências e deu dicas que podem ajudar a evitar as chamadas "crises".

**Hadar>>** Quais são as principais diferenças entre a asma e a bronquite? São hereditárias?

**Dra.Nazareth>>** A asma é uma doença inflamatória crônica das vias aéreas, que se caracteriza pela hiper-responsividade das vias aéreas inferiores que levam a um fechamento desses brônquios (chiado) por inflamação e contração da musculatura que pode ser reversível espontaneamente ou com tratamento medicamentoso. Já a bronquite se caracteriza pela ocorrência de tosse produtiva crônica, com catarro por mais de três meses num ano, durante dois anos consecutivos. A bronquite é uma das manifestações da DPOC (Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica), doença ligada ao tabagismo. A asma tem fatores genéticos hereditários.

**Hadar>>** Por que elas se confundem tanto?

**Dra.Nazareth>>** A confusão existe porque a bronquite crônica também pode causar fechamento das vias aéreas, só que esse quadro é

persistente e não reversível como na asma. A asma é erroneamente chamada de bronquite pelos leigos.

**Hadar>>** Como cada uma se manifesta?

**Dra.Nazareth>>** A asma se manifesta muitas vezes desde a infância, na qual ocorrem crises de falta de ar, chiado e tosse. A bronquite já ocorre nos tabagistas com crises de tosse, catarro, chiado e falta de ar.

**Hadar>>** No frio há mais incidências? Por quê?

**Dra.Nazareth>>** No frio a incidência é maior de ambas as patologias, pois no asmático o ar frio desencadeia a hiper-resposta do brônquio e este se fecha levando ao chiado e falta de ar. Além disso, as pessoas ficam em ambientes fechados onde aumenta a transmissão de doenças virais e bacterianas que levam à piora das crises de asma e bronquite.

**Hadar>>** Qual a mais grave? Quais suas formas de tratamento?

**Dra. Nazareth>>** Tanto a asma quanto o DPOC são classificados de acordo com a gravidade (leve, moderado e severo). O tratamento da asma envolve controle ambiental para diminuir a exposição à alérgenos e medicamentoso para controle das crises, já que a asma NÃO TEM CURA, mas tem controle e é necessário fazê-lo.

Para a bronquite, o principal é a cessação do

tabagismo e tratamento medicamentoso dependendo da gravidade.

**Hadar>>** Qual a mais comum? Qual a estimativa para esse tipo de doença?

**Dra.Nazareth>>** A prevalência global da asma varia entre 1 a 18% da população em diferentes países e existem boas evidências de que esteja aumentando em alguns países e estabilizando-se em outros locais. A mortalidade anual por asma em todo mundo foi estimada em 250.000 casos. No Brasil, a prevalência de asma está estável, atingindo cerca de 20% das crianças e adolescentes.

A DPOC está diretamente relacionada à prevalência do tabagismo no mundo, seu principal fator de risco. Dados recentes apontam que cerca de 25% dos fumantes desenvolverão DPOC.

**Hadar>>** Existe alguma forma de evitar essas doenças?

**Dra.Nazareth>>** Por causa de fatores genéticos é difícil evitar a asma, pois os genes passam de pais para filhos. O DPOC, novamente, implica na necessidade de parar com tabagismo.

Nessa época de frio e seca devemos beber muita água, manter uma boa alimentação com frutas e verduras, lavar sempre as mãos, deixar a casa arejada e ventilada e evitar aglomerações. São orientações para todas as pessoas para melhor qualidade de saúde.



Desde  
1975

**Laboratório Bioquímico Campos Ltda.**  
análises clínicas

- Análises clínicas
- Teste de paternidade (DNA)
- Análise de água
- Análise de alimentos

*Há 35 anos cuidando da sua saúde.*

Praça Manoel Guedes, 52 - Centro - Tatuí  
Tel 15.3251 - 4216 | Fax 15.3251 - 1681





# PERSONAL DIET

A SAÚDE NO ALIMENTO QUE VAI ATÉ VOCÊ!

## COMO FUNCIONA

A nutricionista especializada que vai até o local desejado (escritório, local de trabalho, casa, etc.), faz uma avaliação das suas necessidades particulares, sugere e define metas, e apresenta como funciona este serviço.

## O PROCESSO E ACOMPANHAMENTO DAS VISITAS

A Personal Diet irá orientar os procedimentos que devem ser realizados na rotina de sua casa/trabalho, de acordo com os objetivos definidos no primeiro encontro.

## OS RESULTADOS

Os resultados serão avaliados durante as visitas. A intenção deste acompanhamento é introduzir conhecimentos e hábitos alimentares saudáveis no seu cotidiano, ou seja, uma reeducação alimentar personalizada.

## QUAIS SÃO OS SERVIÇOS PRESTADOS

Cardápios personalizados especiais (emagrecimento, ganho de peso, esportistas, gestantes, crianças, adolescentes e outros). Cardápios para ocasiões especiais (eventos, jantares e coquetéis). Orientações sobre técnicas dietéticas (receitas light, congelamento e armazenamento de alimentos, conservação do valor nutritivo). Listas de compras do supermercado e como fazer essas compras. Orientações sobre higienização e conservação correta dentro do refrigerador. Aulas de culinária básica e especial. E todas as outras necessidades relacionadas à nutrição saudável e equilibrada.

Agende sua consulta

“UM ENCONTRO MARCADO EM SUA CASA PARA AUXILIAR NA ESCOLHA DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E DE BONS HÁBITOS ALIMENTARES.”

**Mariana M. Cardenas**

CRN: 27190/P

Especialista em Nutrição Clínica

15.9796-7487 | [mariana.personalnutri@hotmail.com](mailto:mariana.personalnutri@hotmail.com)

Clínica Climmm: Rua Dorival Carneiro, 41. Jd São Paulo. Tatuí | Fone: 15.3305-3233

NUTRICIONISTA





# Terapia

*Há mais de cinque*

**O**uvir uma música pode representar muito mais do que apenas um momento de prazer e descontração. E por mais estranho que possa parecer, a música é tão eficaz quanto fórmulas e medicamentos vendidos em farmácias. Além de melhorar nosso bem-estar, já é cientificamente comprovado que ela pode também auxiliar no tratamento de diversas doenças.

Sua definição científica, atualmente, está relacionada a uma disciplina do campo de medicina que estuda e utiliza o movimento e o fenômeno acústico, seja este musical ou não, audível ou inaudível, (fenômenos vibratórios), com objetivos profiláticos, de diagnóstico, de reabilitação e de tratamento terapêutico.

A técnica foi aplicada pela primeira vez por volta do ano de 1950, ao término da 2ª Guerra Mundial. Os veteranos de guerra ainda possuíam diversas sequelas e sintomas decorrentes dos confrontos, e a terapia musical auxiliou para que tais pro-

NOVA MARCA, NOVO SITE.

**DESIMAX**  
design gráfico e web

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

WebSites | Portais | Lojas Virtuais

DIVERSOS  
TIPOS DE  
PETISCOS

**HAPPY  
HOUR**

Ganhe  
uma porção  
nas 10 primeiras  
Cervejas.

Sarapatel  
Mocotó  
Isca de Peixe  
Camarão  
Peixe na Brasa  
E muito mais

**ALMOÇO  
TODOS OS DIAS  
JANTAR**  
EXCETO AOS DOMINGO

Tel. 15.3266-1896

**Coirana's**  
RESTAURANTE E PETISCARIA

ALMOCE E JANTE  
no **Coirana's** e  
**CONCORRA**  
A UM JANTAR NO  
Dia dos Namorados

Almoço especial 12/06  
Dia dos Namorados  
**SAMBAPAGODE**

Av Paulo Antunes Moreira, 1.113  
Dist. Industrial - Iperó-SP

# Música

nta anos, doenças são curadas pela musicoterapia

blemas fossem amenizados.

Os demais elementos da música, como ritmo, melodia e harmonia são outras ferramentas utilizadas pelo musicoterapeuta.

Esse tipo de tratamento é indicado para pessoas com dificuldades motoras, autistas, pacientes com deficiência mental, dificuldades emocionais, paralisia cerebral, gestantes, idosos, pacientes psiquiátricos, com Alzheimer, desequilíbrios físicos, dores crônicas entre outros. A musicoterapia pode, inclusive, ser aplicada a pessoas em todas as idades.

Para usufruir dos efeitos que a música proporciona a pessoa não tem de saber nada de música, nem ter qualquer sensibilidade específica. Isso acontece porque, de acordo com os especialistas da área, existe um estilo particular de música que é mais terapêutico que todos os outros. O tratamento pode ser feito de forma receptiva, quando o paciente apenas absorve a música ou, então, de forma participativa, o que acontece na maior parte

das vezes. Desse modo os pacientes tocam instrumentos musicais, dançam, cantam e interagem com o terapeuta.

Pesquisas comprovaram que a música trabalha os hemisférios cerebrais, promovendo o equilíbrio entre o pensar e o sentir, resgatando a "afinação" do indivíduo, de maneira coerente com seu diapasão interno. A melodia trabalha o emocional, a harmonia, o racional e a inteligência. A força organizadora do ritmo provoca respostas motoras que, através da pulsação, dão suporte para a improvisação de movimentos, para a expressão corporal.

Atualmente, um exemplo onde a musicoterapia tem sido muito utilizada é com relação ao mal de Alzheimer, os sintomas dessa doença degenerativa são esquecimento, dificuldade em conversar e redução da concentração e da atenção. O tratamento através da música estimula a memória e diversos outros campos para combater esse mal na vida das pessoas mais velhas.



**Dr. Paulo R. Guidon**  
CRMSP-44416

Otorrinolaringologia  
Clínica e Cirurgia de Ovidos, Nariz e Garganta

Clínica São Carlos

Rua Dorival Caneiro, 80  
Jardim São Paulo, Tatuí-SP

15.3205-8700

Restaurante  
**Parati**  
Refeições saudáveis

16 ANOS

Four small images showing different dishes: a fresh salad with tomatoes and cucumbers, a plate of shrimp, a plate of fish, and a plate of chicken.

Alimente-se bem, viva melhor.  
Gastronomia contemporânea, regional e internacional.

[www.comercioitape.com.br/parati](http://www.comercioitape.com.br/parati)  
R. Cel. Pedro Dias Batista, 1164  
Centro - Itapetininga/SP

15.3271-0246  
disk marmitex

Marmitas  
Marmitex  
Eventos  
Diets Especiais  
Refeições Empresas

# Liberdade

## O Horseball ganha espaço.



O Horseball é um esporte nascido na década de 70 na França, que descende do Bouzkachi Afegão, do Pato e do Pato Indoor argentinos. Hoje está de acordo com a Federação Internacional de Horse-Ball (FIHB) e é praticado por mais de 300 equipes pelo mundo, em países como Argentina, Áustria, Austrália, Alemanha, China, Brasil, Bélgica, Canadá, Espanha, Finlândia, França, Grã-Bretanha, Alemanha, Israel, Inglaterra, Itália, México,

Portugal e Estados Unidos, entre outros.

O esporte vem crescendo tanto no Brasil que a Associação Brasileira dos Clubes de Horseball (ACBNB), que existe há apenas 1 ano, já representa o Brasil na Federação Internacional de Horseball (FIHB).

Recentemente, disputou o 1º Campeonato Panamericano de Horseball e ficou em segundo lugar, atrás apenas da Argentina. "O segundo lugar já foi considerado uma vitória mesmo perdendo para a Argentina", diz Fábio Cortese (Presidente do Atlético Horseball e da Associação Brasileira de Horseball).

O Horseball é simples, possui grande liberdade de movimentos, e "é um tipo de basquete, só que em cima de um cavalo, com movimentos rápidos que requer alguma prática de montaria", conta Fábio.

Uma das coisas que mais chama atenção de todos, é de ele ser praticado sem distinção de sexo num mesmo time. "Na verdade, por não requerer muita força do jogador, não há necessidade de ser praticado apenas por homens", explica Fábio.

### Para praticar:

O esporte não tem limitação de idade, pode ser praticado de aproximadamente 6 anos até 80 anos. Basta ter um cavalo, podendo ser este cavalo de qualquer raça,



# Seja Bem Visto!

Criamos seu site e ajudamos a divulgá-lo  
Soluções criativas e dinâmicas para sua empresa fazer bonito na internet.

 **DigiMeta**  
www.digimeta.com.br

Visite nosso site



 **Tatuí Fácil**  
www.tatuifacil.com.br

Encontre empresas e serviços de forma rápida e prática.

Agende uma visita:  
(15) 3205-2880

# para um esporte



saber montar e ter um time com quatro jogadores titulares e dois reservas, que podem ser substituídos infinitas vezes.

É importante ressaltar que cada jogador só pode permanecer 10 segundos com a bola, o campo pode ser de no mínimo 60 X 25 e no máximo 75 X 35. “Embora pareça ser um esporte de muito risco, as

quedas são poucas, devido às próprias regras do jogo que evitam esse tipo de risco”, garante Fábio.

“Para ser um bom jogador, é necessário ter bons arremessos, bons passes, qualidade para pegar a bola sem descer do cavalo, cerca de três treinos por semana e cerca de quatro meses de prática”, destaca Fábio.



Avaliação Física e Pedagógica  
a cada TRÊS meses.



- Academia
- Ginástica
- Hidroginástica
- Hidroterapia
- Natação
- Yoga



CUIDANDO DA SUA SAÚDE  
O ANO INTEIRO

Al. Heitor Vila Lobos, 271 • Nova Tatuí • 15. 3251-1869

# DEPILAÇÃO

## qual a melhor forma?

*Saiba qual o melhor método para deixar sua pele sempre saudável!*



**A** depilação, uma rotina antes somente procurada por mulheres, hoje também é bastante requisitada por homens. A preocupação com a pele e a vaidade são alguns dos motivos. Conversamos com a esteticista Silvana Moreno, que nos indicou os melhores métodos para se fazer a depilação, a importância e os métodos depilatórios para cada tipo de pele.

O maior benefício não se limita apenas à estética. "O hábito de se depilar faz com que sua pele esteja sempre macia e hidratada, proporcionando uma agradável sensação de bem-estar e limpeza", destaca Silvana.

Apesar de ser um dos métodos mais utilizados, a depilação com lâminas engrossa os pelos e faz com que reapareçam rapidamente. "É o maior causador de pelos encravados, a foliculite (inflamação ou infecção do poro por onde o pelo sai chamado de folículo piloso)", lembra Silvana. Um dos métodos menos utilizados é a cera fria, porque além de causar muita dor, segundo Silvana, "é um dos métodos que mais agride a pele".

As ceras quentes podem ser consideradas o segundo método mais utilizado. Existem vários tipos, os mais utilizados são: a marroquina, a cera de mel e a cera calmante. "A

cera quente desbancou a cera fria por ser um procedimento menos dolorido: a temperatura elevada garante a abertura dos poros, facilitando a retirada dos pelos".

Dentre os métodos utilizados para a depilação com cera quente, o mais prático é o que utiliza aparelho de roll-on, mas ele não é indicado para todos os tipos de pele. "Geralmente, o roll-on é mais indicado para as pernas. É o método mais usado para quem tem pelos fortes e grossos", aconselha Silvana.

Os cremes depilatórios, bastante práticos, também são muito utilizados, e semelhante ao que ocorre com as lâminas, também não arrancam os pelos pela raiz, e sim, dissolvem a parte externa deles. "Não deixe de fazer o teste indicado na embalagem antes de espalhá-lo por toda a pele. Muitas pessoas são alérgicas a esses cremes", destaca Silvana.

Para eliminar os pelos de forma definitiva, basta recorrer ao laser. A única exigência para a aplicação do laser é: "basta deixar de lado qualquer tipo de depilação com cera um mês antes e, no caso das lâminas, três a cinco dias", explica a esteticista.

Ela ainda dá algumas dicas para evitar surpresas desagradáveis na hora de se depilar. Preste muita atenção:

Sempre dê um intervalo de 24 horas entre a depilação, banho de sol ou bronzamento artificial, caso contrário, o bronzamento da pele causará manchas.

Nunca use roupas muito apertadas sobre a área recém depilada, porque a pele estará sensível.

Nunca nade logo depois de se depilar, pois a água pode conter bactérias que têm mais facilidade de penetrar com os poros ainda abertos.

Nunca depile áreas que estejam "descascando" por causa de banho de sol, pois a pele pode sair com os pelos.

Nunca depile áreas onde haja cortes ou ferimentos, porque você poderá se machucar mais ainda ou ainda causar inflamações.

Não use hidratantes logo após a depilação, pois obstruem os poros causando irritação.


As manchas escuras podem aparecer caso haja exposição ao sol sem o uso do protetor solar. Por isso, é aconselhável sim usar protetor solar após a depilação.

Tratamentos com ácido glicólico ou retinóico devem ser suspensos uma semana antes da depilação, pois deixam a superfície tão fina e sensível que a pele pode ser arrancada, indiferente da região a ser depilada.

## Rosa Chique

*Beleza e Boa Forma*



 **3259-2871**

Rua José Bonifácio, 1116, Centro - Tatuí

*Dia dos Namorados perfumado é aqui!*



**Cel. Aureliano de Camargo, 455**  
Tatuí | Fone 15.3251-9696

**O BÉKO**  
Perfumes e Cosméticos Importados

# BALÃO INTRAGÁSTRICO x ALIMENTAÇÃO



**N**ão há milagres para a redução do peso e sim a adesão ao tratamento escolhido pelo paciente para obter êxito.

O balão intergástrico pode ser uma boa opção para auxiliar o paciente na perda de peso, mas a redução do peso é proporcional ao comprometimento do paciente com tratamento.

O balão é um tratamento endoscópico, destinado a induzir a perda de peso pelo preenchimento parcial no estômago, provocando uma sensação de plenitude (estômago cheio). O paciente sente-se satisfeito mais rapidamente quando se alimenta. Com isso haverá uma redução calórica na dieta, orientada pelo profissional da área, com as mudanças dos hábitos alimentares. É nesta reeducação

alimentar que se baseia todo o tratamento do balão intragástrico.

A alimentação do paciente pós colocação do balão possui 3 etapas:

- 1ª – Dieta Líquida
- 2ª – Dieta Pastosa
- 3ª – Dieta Geral

Algumas orientações importantes durante a dieta:

- Mastigar e saborear bem os alimentos;
- As preparações deverão ser pobres em gorduras e açúcar, dar preferência aos produtos light, integrais e diet;
- Evitar líquidos durante as refeições;
- Usar somente adoçante;
- Fracionar as refeições, realizar de 6 a 7 refeições ao dia;

- Ingerir líquidos nos intervalos das refeições, em média 1500 a 2000 ml ao dia.

- Consumir grande quantidade de verduras;
- Evitar embutidos, frituras, temperos e molhos prontos, sopas industrializadas, bebidas gasosas;
- Consumir 3 a 4 frutas ao dia.

Lembre-se: o plano alimentar é individual, cada pessoa possui necessidades energéticas e nutricionais diferentes, por isso que durante o tratamento é indispensável o acompanhamento com o profissional da área.

Roberta Lorenzetti Lourenço  
Nutricionista  
CRN: 22509

## Conheça a nova Tecnologia para perda de Peso.

### Balão Intragástrico:

Emagreça sem submeter-se a uma cirurgia. O Balão Intragástrico é uma proposta não cirúrgica para o tratamento do sobrepeso e da obesidade, auxiliando a perda de peso por meio do preenchimento parcial do estômago, que induz à sensação de saciedade.

**Tratamento realizado por endoscópico:**

- Aprovado pela ANVISA
- Tratamento utilizado na Espanha e na França
- Procedimento utilizado por mais de 105 mil pessoas.

Dr. Juliano Piunti Teles  
CRM 90.412  
Rua Dorival Carneiro, 60  
15.3205-8700

Dr. Roberto Ascava  
CRM 54.835  
Av. das Mangueiras, 414  
15.3322-8603





# É hora de cuidar

No mês do meio ambiente  
saiba o que você pode fazer para ajudar.

**T**odo dia, mês e hora é tempo de pensar no meio ambiente. A terra, a água, o ar e a vida do planeta precisam ser preservados por todos. Infelizmente, o homem só se deu conta de que a preservação ambiental era necessária quando se viu em uma situação de perder os bens oferecidos pela natureza.

Durante todo mês de junho diversas datas foram instituídas como oficiais com relação ao meio ambiente. É no dia primeiro

deste mês que se inicia a Semana do Meio Ambiente, além do dia 5 ser celebrado internacionalmente como Dia Mundial do Meio Ambiente e da Ecologia.

O dia 5 é especial para as causas ambientais desde o ano de 1973. Exatamente um ano antes, na cidade de Estocolmo, acontecia um encontro promovido pela ONU para tratar de assuntos ambientais. No evento estiveram presentes 113 países e 250 organizações

não governamentais. O encontro foi fundamental para estabelecer as primeiras metas de preservação ambiental para todo o globo terrestre.

Desde então, a postura do mundo com relação ao assunto mudou. Muitos países começaram a colocar a questão ambiental no centro das atenções para conscientizar o maior número de pessoas de que o cuidado com a natureza é fundamental para a manutenção da vida na terra.

A importância da existência do dia e semana do meio ambiente está relacionada ao fato de que geralmente são estes os dias que o governo e as organizações não governamentais escolhem para fazer campanhas, divulgar e promover a ideia de que a preservação deve ser praticada por todos.

Segundo pesquisas recentes, a preocupação ambiental do brasileiro vem crescendo nos últimos anos. Mesmo assim, para muitos o problema ainda não deve ser tratado como prioridade quando comparado aos demais problemas enfrentados pelo nosso país. Por isso, as campanhas para conscientização da população são fundamentais, porque assim pode-se mostrar o poder das pequenas atitudes.

LUSTRES  
**mattucci**  
*Requinte e bom gosto.*



"Inspire-se no que há de melhor e garanta conforto e beleza para todos os ambientes da sua casa."

**Confie em quem há mais de 15 anos está solidamente estruturado e pode garantir a sua tranquilidade.**

**[www.lustresmattucci.com.br](http://www.lustresmattucci.com.br)**

Loja 1- R. Quintino Bocaiúva, 720 - Centro Itapetininga-SP - 15. 3272-7341  
Loja 2- R. Domingos José Vieira, 966 - Centro Itapetininga-SP - 15. 3272-6343

**PARAÍSO**  
V I D R A Ç A R I A



Box padrão (pronta entrega)

Tampo

Espelhos

Box de Acrílico

Fachadas

Molduras

**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



Brasileiro com influências japonesas

# Marcelo Tanaka

e seu estilo único de pintar

Bate papo **hedar**

**O** contato com a pintura começou desde os oito anos de idade. As influências para a arte nasceram de sua própria casa. Sua mãe foi estilista da Vogue e veio de uma família na qual havia escultores e desenhistas. O artista plástico brasileiro Marcelo Tanaka, nascido em abril de 1966 na cidade de Bragança Paulista, está nesta estrada há mais de trinta anos e tem se destacado no cenário da arte contemporânea com um estilo único, usando uma técnica de pintura milenar.

Quando jovem, Marcelo foi para Tóquio estudar artes plásticas e lá entrou em contato com a arte oriental. Foi na terra do sol nascente também que aprendeu a pintar utilizando a técnica da Encáustica.

Logo depois do seu retorno do Japão, o artista começou a estudar Educação Física, curso que realizou em busca de sanar as curiosidades a respeito do funcionamento do corpo humano. As aulas de anatomia presentes no currículo de graduação auxiliaram nos desenhos e estudos do corpo que ele realizou.

Marcelo acredita que todos nascem com aptidões para realizar diversas coisas, mas especificamente nas artes plásticas ele afirma que é necessário um certo dom.

O processo de criação também faz parte do dom, discorre Tanaka. “No meu caso, quando entro no ateliê para trabalhar, eu sempre trabalho em série, e predetermino quantas obras irão compor cada uma. E conforme o trabalho vai acontecendo, acontecem mudanças inesperadas em razão do surgimento de novas ideias”. E ele acredita que ver a obra finalizada deve ser o ápice de qualquer artista.

O artista conta que não possui um único artista que o influenciou na construção do seu estilo, e sim uma gama de mestres e artistas que passaram por sua vida, e muito

além de segmentos artísticos, o influenciaram em sua vida e conseqüentemente na sua forma de pintar.

## Reconhecimento e realizações

Para Marcelo, o reconhecimento é algo construído diariamente, e a fama ou o fracasso representam sempre novas oportunidades de aprendizado e melhorias. “As críticas e elogios são necessárias para que a gente melhore tanto nas técnicas quanto em nosso comportamento cotidiano”, completa o artista.

Em 2006, Marcelo foi selecionado junto a dez artistas brasileiros que foram escolhidos para participar de uma exposição no Museu do Louvre em Paris. “Foi a realização de um sonho ainda em vida” – conta Marcelo –, “ainda tenho vários outros sonhos, mas com certeza, expor no Louvre, um dos museus mais importantes do mundo e representar o Brasil lá fora é muito gratificante”.

O artista tem obras permanentes em museus na Itália e no Japão. Já realizou duas exposições no MASP. No ano que vem fará uma exposição no Centro Cultural Maria Antonia em São Paulo, que pertence ao MAC-Museu de Arte Contemporânea. Está aguardando o cronograma de datas para realização da exposição da série “EMARGINATUS” no museu Nacional de Belas Artes no Rio de Janeiro, local que foi a casa da primeira escola de Belas Artes do Brasil.

**O artista que estudou Artes no Japão trouxe para o Brasil seu estilo e suas influências. Possui obras em vários países e expôs até no Louvre.**

# Mexa-se

**T**odo mundo quer ter saúde e qualidade de vida, mas para isso é necessário manter uma alimentação balanceada e praticar exercícios físicos regularmente. O problema são as dúvidas com relação à melhor atividade física nas diversas faixas etárias.

Em busca de soluções e informações para este problema, a revista Hadar trouxe para você uma matéria recheada de novidades para melhorar cada vez mais a sua rotina. Você poderá conferir tudo sobre a importância da atividade física em qualquer idade e qual a mais indicada para você, de acordo com especialistas.

Qualquer pessoa pode praticar exercícios físicos, não importando a idade, é pre-

# Você também!

ciso cuidar com a escolha da atividade e a frequência a ser praticada, pois cada pessoa apresenta seu próprio ritmo e isso deve ser respeitado” orienta Mariana Cárdenas, nutricionista e personal diet.

A pessoa que está ativa desenvolve melhoras visíveis no dia a dia e cada pessoa pode e deve praticar exercícios. “Manter-se ativo fisicamente é um elemento-chave para a longevidade, para uma vida mais feliz e saudável. Pode ajudar a aliviar o estresse e fornecer um sentimento agradável de bem-estar. Além da prevenção de doenças, melhora a qualidade de vida, aumenta a auto-estima e a pessoa fica com mais energia”, destaca Marusca Passini, professora de Educação Física e proprietária de uma academia em Tatuí.

É bom sempre lembrar que o acompanhamento de um profissional adequado proporciona uma melhora nos exercícios, pois sua função é estabelecer o melhor exercício para cada pessoa. O professor de Educação Física ou personal trainer também pode orientar e ajudar a iniciar a prática do exercício com saúde e com foco voltado para um determinado objetivo, sempre com uma orientação médica previamente recebida.

Um dos exercícios mais indicados para o

início de uma prática – logo que o indivíduo sai do sedentarismo – é a natação. Dentre as muitas opções, é preciso escolher a mais adequada. “Caminhar é a atividade de mais fácil execução e, por isso, muitas pessoas começam por ela na retomada da atividade física”, aconselha Marusca.

Segundo a professora, no caso das crianças o ideal é iniciar a natação já a partir dos seis meses. Este tipo de exercício trabalha toda a musculatura e é uma atividade de baixo impacto e alta queima de calorias.

Existem exercícios que exigem uma idade mínima para a prática, para não gerar problemas com relação ao desenvolvimento e à



**É hora de se dedicar à sua saúde e bem-estar.**

saúde, como é o caso da musculação. “É recomendada somente a partir dos 13 anos, e ainda sim, com muito cuidado e orientação médica, pois a criança ainda está em fase de crescimento e pode prejudicar o seu desenvolvimento”.

A idade não é algo determinante, diferentemente do condicionamento físico e do estado atual de saúde do indivíduo. No entanto, a escolha da melhor atividade física é uma questão pessoal também. “A melhor atividade física para qualquer idade é aquela que mais se adapta ao temperamento da pessoa, com a qual ela se sentirá bem consigo mesma”, frisa Marusca.

Qualidade e quantidade também caminham juntas neste sentido: “segundo recomendação de cardiologistas e especialistas, uma maneira indicada de se iniciar a prática de atividade física é realizar exercícios aeróbicos (como caminhada, corrida ou natação) quatro vezes por semana e em dois dias alternados fazer exercícios para o fortalecimento muscular”, explica a professora. “Depois de 45 dias, a pessoa poderá iniciar seu esporte preferido”, complementa.

Segundo a nutricionista Mariana, “nos exercícios mais intensos, de curta duração e rápidos, levantamento de peso, musculação, ou seja, predominantemente exercícios anaeróbicos, o organismo usa basicamente a glicose como combustível para os músculos. Nos esportes intermitentes e de menor intensidade, como basquete, futebol e corrida, o organismo também solicita a glicose como fonte de energia, porém a gordura é predominantemente oxidada como fonte de energia. A partir do momento em que o organismo não tem disponível a glicose e nem a gordura como fonte de combustível para os músculos, a proteína é degradada e conse-

quentemente há perda de massa magra, ou seja, músculos”.

Marusca ainda indica os exercícios que causam menos riscos a saúde e mais benefícios. Fique atento!

**Atividades aeróbicas:** aceleram a frequência cardíaca e respiratória e melhoram a resistência cardíaca e pulmonar. Exemplos: caminhada rápida, corrida e natação.

**Atividades de resistência e força:** ajudam a construir e manter ossos e músculos, trabalhando-os para vencer a gravidade. Exemplos: carregar uma criança, levantar peso e caminhar.

**Atividades de equilíbrio e elasticidade:** melhoram a estabilidade física e flexibilidade, o que reduz riscos de acidentes. Exemplos: dança, ioga e artes marciais.

### **Mais que um aliado**

A preocupação com a atividade a ser praticada aumenta quando isso começa a ser utilizado como um esporte. “Há necessidade de se cuidar melhor da alimentação, junto aos exercícios. Eles caminham juntos, funcionam juntos. É sempre bom lembrar



que o desempenho no esporte será melhor quando estiver aliado a uma alimentação saudável”, lembra Mariana.

Diferentemente das pessoas sedentárias, o atleta necessita de um cuidado especial, para ele não basta seguir a pirâmide dos alimentos. “O atleta, além de se alimentar saudavelmente, precisa de um maior aporte calórico devido ao gasto energético do esporte praticado. A reposição de nutrientes servirá como substrato energético que vai gerar energia aos músculos”, explica.

Segundo Mariana, muito do que diz respeito à alimentação não está somente relacionado ao tipo de esporte, mas também à intensidade e duração da atividade, e deve ser levado em consideração para cada pessoa em especial: “há variáveis, como a necessidade nutricional do indivíduo de acordo com a composição corporal, com o gasto energético do esporte praticado e com o tipo de substrato energético utilizado”.

Mariana também destaca que, na prática de exercícios constantes e competições, é necessário ficar ainda mais atento à alimentação, pois se for inadequada pode gerar estresse e desgastes desnecessários: “a alimentação deve ser equilibrada e diversificada, contendo todos os grupos alimentares, priorizando sempre os carboidratos”.

A profissional também faz questão de destacar outro elemento essencial: a água. A reposição deve ser frequente para garantir a energia necessária para continuar os exercícios: “a dica é beber água antes, durante e depois da atividade”.

### Na Terceira Idade

A atividade física na Terceira Idade previne lesões, fortalece os músculos, amplia os movimentos, contribui para aumentar a autonomia e a independência durante esta faixa etária. A informação é de Luciana Cauchioli, preparadora física do Centro de Atendimento à Melhor Idade, em Itapetininga (Ceami).

“Com a idade, a perda dos movimentos é natural, mas a atividade física melhora a situação”, conta Luciana, lembrando que os idosos atendidos pelo centro passam por uma avaliação física para determinar quais exercícios podem fazer. “Temos algumas atividades, como a dança, que também é uma terapia, pois as pessoas interagem entre si, mas às vezes um ou outro idoso não pode fazer. Então a gente diz que agora tal pessoa deve ‘descansar um pouco’”, diz Luciana. Segundo a preparadora física, muitos idosos já trazem recomendações médicas sobre as atividades que podem desenvolver.

Luciana ainda esclarece que os exercícios não são de alto impacto – são mais focados no alongamento e na amplitude de movimentos. “Existem idosos que têm dificuldade para tomar banho sozinho ou cortar as unhas dos pés, por exemplo. Com a prática de exercícios, elas conseguem melhorar a mobilidade e ficam mais independentes”.

De acordo com Luciana, a prática regular de atividade física previne problemas na idade madura. “Uma pessoa que faz exercícios desde a juventude dificilmente terá problemas na Terceira Idade”.

O objetivo desta matéria foi mostrar que, independente da idade, a atividade física quando é feita de forma contínua e programada resulta no ganho de força física, incremento da capacidade cardiorrespiratória, da flexibilidade entre outros fatores responsáveis pela melhoria da qualidade de vida de um indivíduo no que diz respeito à performance humana.



*Bispo da Diocese de Itapetininga, que abrange 30 municípios e 26 paróquias, Dom Gorgônio Alves da Encarnação Neto fala da beatificação do Papa João Paulo II*

## **“João Paulo II é referência para todos nós”, diz bispo diocesano**

“O Papa João Paulo II foi uma figura extraordinária na vida da Igreja e marcante para todos nós com seu testemunho, sendo um Papa que veio de longe, da Polônia, e assumiu uma missão, sendo um grande anunciador de Cristo”, a afirmação é do bispo da Diocese de Itapetininga dom Gorgônio Alves da Encarnação Neto, que comentou a beatificação de João Paulo II, ocorrida no dia 1º de maio, no Vaticano. A cerimônia foi comandada por Bento XVI, sucessor do Sumo Pontífice.

A beatificação é o primeiro passo para a canonização e é realizada após a constatação de um milagre atribuído ao candidato a beato. Depois disto, vem a canonização, quando o beato torna-se um santo.

No caso de João Paulo II, a Igreja Católica atribuiu a ele a cura da freira francesa Marie Simon-Pierre Normand, que sofria do mal de Parkinson, mesma doença do Papa. O Parkinson é incurável.

“Ela estava em uma cadeira de rodas e curou-se da noite para o dia. É um milagre”, afirmou o bispo itapetiningano, lembrando que a igreja é rigorosa nestas investigações e o milagre (a cura da freira) foi comprovado cientificamente. “Os médicos consideraram a cura um fato extraordinário e o importante é a ciência reconhecer que isto foi algo além das possibilidades científicas”. O religioso informou ainda que a biografia da pessoa também pesa e a investigação para a beatificação geralmente tem início cinco anos após a morte do futuro beato. No caso do Papa, o processo foi acelerado.

### **Missionário**

João Paulo II nasceu Karol Wojtila, na Polônia, em 1921. Em seu pontificado, iniciado em 1978, percorreu mais de 150 países, o que o tornou conhecido como Papa Missionário. Esteve no Brasil três vezes. Ao chegar ao destino de cada viagem, beijava o solo do país, gesto que tornou-se uma de suas marcas.

“Ele não tinha medo das dificuldades e foi para lugares difíceis. Até mesmo na sua Polônia, pois ele veio da época do comunismo e foi uma força

para a resistência dos cristãos na luta pela democracia e maior solidariedade no país e o respeito à dignidade humana”, observou o bispo itapetiningano, lembrando que a queda do Muro de Berlim e o fim do comunismo ocorreram durante o pontificado de João Paulo II.

### **Humildade e Santidade**

Para Dom Gorgônio, “A Igreja reconhece os sinais de Deus na vida das pessoas que realmente vivem de maneira heroica a sua fé, sua dedicação ao próximo e sua caridade. É importante nós termos estes testemunhos, mostrando que é possível sim viver uma caminhada no bem e na santidade e isto é um dom de Deus dado aqueles que com humildade procuram atender a este dom”, afirmou o bispo, ressaltando que o Papa polonês deu este testemunho, levando mensagem de amor, perdão e paz a lugares aonde a miséria e a pobreza imperavam.

“Além de todo este trabalho marcante em seu pontificado, ele também enfrentou sofrimento, pois há 30 anos foi baleado na Praça de São Pedro, no dia 13 de maio (dia de Nossa Senhora de Fátima) e recebeu o milagre dela, conforme ele sempre reconheceu”.

João Paulo II se recuperou e perdoou seu agressor, Ali Agca (que era muçulmano), dando mais um exemplo para o mundo. Sobre o mal de Parkinson, o religioso itapetiningano lembra que “ele nunca se entregou à doença, nem no final de sua vida, com todas as limitações que havia, mostrou-se presente e dedicado. Seu sepultamento uniu todo mundo”.

Dom Gorgônio afirma que o pontificado de João Paulo II deu um grande estímulo vocacional para a Igreja. “Foi muito significativo, um sinal extraordinário das graças de Deus, por isso a beatificação é um reconhecimento. É muito importante que nós tenhamos esses sinais, essas referências, no mundo de hoje”.

O bispo diocesano frisou ainda o exemplo de João Paulo II, conhecido como o Papa da Comunicação, do diálogo e do perdão, deve ser seguido pelo mundo, que hoje vive uma época de extremismos.

# É o amor! Clima de Dia dos Namorados.

O romance está no ar! No mês de junho, exatamente no dia 12, é quando se celebra o Dia dos Namorados: época de namorar, de presentear e estar perto de quem se ama, sejam os casais namorados, noivos ou mesmo marido e esposa – afinal, mesmo após anos juntos, é necessário que o casal tenha momentos para se aproximar como se fosse a primeira vez, é hora de se unir mais e surpreender a quem se ama.

Namorar não é algo moderno! Porém, inclusive nos dias de hoje, é algo envolvente e inspirador. Tanto é que o amor é o tema principal de inúmeras histórias e estórias, em filmes e livros. A origem desta palavra vem da expressão em espanhol “estar en amor”, que forma o verbo enamorar e originou nossa palavra em português “namoro”.

Com o avanço da tecnologia, é possível ver mais relações de pessoas que moram em cidades e até países diferentes que só conseguem manter contato através do telefone ou internet.

Independentemente da forma de relacionamento, o Dia dos Namorados é o dia de lembrar e criar novos bons momentos, para se aproveitar o mais belo dos sentimentos: o amor. Datas especiais na convivência vêm à tona: o momento em que se o casal se conheceu, o primeiro beijo e os momentos mais íntimos e especiais com aquela pessoa que faz parte dos momentos bons e ruins de nossas vidas. Com a presença da pessoa amada nossa vida se torna mais bonita e cheia de expectativas.

Os namorados nada mais são do que pessoas

apaixonadas que estão juntas, se conhecendo e esperando a hora certa de transformar esta união em algo mais sério, como um noivado ou casamento.

A convivência e a cumplicidade do casal trazem a vontade de não apenas comemorar, mas também planejar o futuro e definir algo sólido para uma vida juntos. A vontade de se casar – a necessidade de transformar a relação e as carícias diárias em algo cotidiano e formar uma família – é inevitável.

A Revista Hadar deseja a todos os nossos leitores, um maravilhoso Dia dos Namorados. Que sempre possam ter alguém ao lado e por quem se apaixonar. Porque não há neste mundo nada melhor do que ser correspondido no amor.



ASSOCIAÇÃO  
COMERCIAL  
TATUÍ  
Comércio Forte. Tatuí Forte.

Compre nas lojas participantes,  
refira cupons e concorra a  
**1 NOTEBOOK.**

Viva todo o seu amor

Comércio aberto em  
horário especial Dia  
10/06 até 22h e dia  
11/06 até 18h.

Sorteio  
17/06 - 17h  
Sede da ACE Tatuí



Rua. XV de Novembro, 491 - 1º andar - Centro | 15 3259.8588

vivo

Já que **todo namoro**  
**começa** com uma ligação  
passe em uma de nossas  
lojas e **compre um**  
**Vivo** de presente para  
quem **você ama.**



DE UM VIVO DE PRESENTE  
E FALE AINDA MAIS COM QUEM VC AMA.

Loja 01: Rua Capitão Lisboa, 630

Loja 02: Rua Rafael de Campos, 250 - Tietê/SP

Loja 03: Rua Prudente de Moraes, 531

vivo Comércio como sempre, só mais.

# CAETANO

Rede Caetano

**Motocompressor G3 CHIAPERINI Ar Direto 220V Completo**  
por apenas **R\$365,59**  
Apenas para Loja 4 BOITUVA  
à vista ou em 4x no Cheque ou Cartão

**PROMOÇÃO EXCLUSIVA DA LOJA 4 - Boituva**  
ou enquanto durarem nossos estoques

## SUPER OFERTAS de ARGAMASSAS

**IMPERDÍVEL**  
Argamassa Quartzolit Piso sobre Piso Interna 20 kg por apenas **R\$22,49**  
à vista em 3x de R\$2,58 ou em 10x de R\$2,58

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

**Argamassa Quartzolit Porcelanato Interna 20 kg por apenas R\$18,99**  
à vista em 3x de R\$2,17 ou em 10x de R\$2,17

**Argamassa Quartzolit Interna AC I 20 kg por apenas R\$6,69**  
à vista em 3x de R\$0,77 ou em 10x de R\$0,77

**Oferta IMPERDÍVEL**  
**1 a 22 JUN/11**

# Realizando seus sonhos!



**FENIX**  
**Forro de PVC Branco Fênix**  
Barras de 4 mt 5 mt, 6 mt e 7 mt por apenas **R\$10,99 m<sup>2</sup>**  
à vista em 3x de R\$1,26 ou em 10x de R\$1,26

**Ducha Eletrônica Termo System 127V / 220V por apenas R\$94,99**  
à vista em 3x de R\$10,88 ou em 10x de R\$10,88

**Ducha Spot 8T Termo System 6800W 127V / 220V por apenas R\$51,49**  
à vista em 3x de R\$5,90 ou em 10x de R\$5,90

**ThermoSystem**

## SASAZAKI

Portas e Janelas

**MEGA PROMOÇÃO Sasazaki**  
Toda linha Sasazaki com desconto de 15% para pagamentos à vista

Prática Belfort Alumínium Alumifort evoLUTION Silenfort

**Porta de Abrir Belfort c/ Postigo Grade Elos**  
Ref. 6661450-60  
6661451-4E  
de 907,99 por apenas **R\$421,90**  
à vista em 3x de R\$140,63 ou em 10x de R\$140,63

**Porta de Abrir Mista Belfort c/ Basculante**  
Ref. 6641184-2D  
6641185-0E  
de 402,13 por apenas **R\$333,90**  
à vista em 3x de R\$111,30 ou em 10x de R\$111,30

**Veneziã de Correr Belfort Sasazaki**

de	à vista em 3x	ou em 10x de
1,0x1,5 c/Grade ref. 6251311-0	R\$290,96	por apenas R\$255,90
1,2x1,5 c/Grade ref. 6251314-4	R\$464,46	por apenas R\$395,90

**Veneziã de Correr 1,0x1,5mt Multiflex c/ Grade**  
Ref. 6121121-7  
de 896,42 por apenas **R\$726,90**  
à vista em 3x de R\$242,30 ou em 10x de R\$242,30

**Vitrô de Correr Belfort Sasazaki**

de	à vista em 3x	ou em 10x de
1,0x1,5 c/Grade ref. 6341311-9	R\$286,01	por apenas R\$238,90
1,0x2,0 c/Grade ref. 6341312-7	R\$350,17	por apenas R\$273,90

**Porta de Correr Belfort 2,0 mt Quadrículada**  
Ref. 6951202-0  
de 1.193,68 por apenas **R\$999,90**  
à vista em 3x de R\$333,30 ou em 10x de R\$333,30



# Construir, reformar ou ampliar? *A hora é agora!*

**SAVANE**  
Piso SAVANE Extra

40x40 Ref. Marajo Marrom PEI 4

40x40 Ref. Rio Branco PEI 5

de 9,99 por apenas **R\$8,29**

à vista em 3x ou em 10x de R\$0,95

40x40 Ref. Sôa Luiz Verde PEI 3

de 9,99 por apenas **R\$8,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

**CEDASA**  
Piso CEDASA Extra

32x45 Ref. Havana I PEI 2

de 10,99 por apenas **R\$8,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

45x45 Ref. Marro Verde PEI 4

45x45 Ref. Havana PEI 4

**REALEZA**  
Piso REALEZA Extra

43x43 Ref. 40900 PEI 3

de 8,90 por apenas **R\$8,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

43x43 Ref. 50000 PEI 4

43x43 Ref. 00050 PEI 5

**MEGA PROMOÇÃO**  
Toda a linha Realiza por apenas **R\$8,90**

**eliane**  
Piso ELIANE Extra

20x20 Ref. Forma Slim Branco

41x41 Ref. Forma Slim Branco PEI 4

de 19,49 por apenas **R\$19,49**

à vista em 3x ou em 10x de R\$2,23

45x45 Ref. Victoria Alvo PEI 4

de 20,90 por apenas **R\$20,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$2,30

**ARTEC**  
Piso ARTEC Extra

41x41 Ref. 41290 PEI 4

de 9,99 por apenas **R\$8,29**

à vista em 3x ou em 10x de R\$0,95

45x45 Ref. 4507 PEI 4

45x45 Ref. 4512 PEI 4

**LUME**  
Piso LUME Extra

33x51 Ref. LS 512 PEI 4

de 12,40 por apenas **R\$8,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

33x51 Ref. LS 529 PEI 4

33x51 Ref. LS 531 PEI 4

**MEGA PROMOÇÃO**  
Toda a linha Splendore por apenas **R\$8,90**

**GYOTOKU**  
Piso GYOTOKU Extra

27x42 Ref. Artico Branco

de 15,49 por apenas **R\$15,49**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,77

42x42 Ref. Artico Branco PEI 4

31x31 Ref. Amsterdã Gray

**Majopar**  
Piso MAJOPAR Extra

32x45 Ref. 31197 PEI 2

de 10,99 por apenas **R\$8,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

32x45 Ref. 31199 PEI 2

45x45 Ref. 45008 PEI 4

**VistaBella**  
Piso VISTA BELLA Extra

45x45 Ref. 12005 PEI 5

de 10,99 por apenas **R\$8,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

45x45 Ref. 12015 PEI 4

45x45 Ref. 12016 PEI 4

**INCEFRA**  
Piso INCEFRA Extra

45x45 Ref. PD 32560 PEI 4

de 12,99 por apenas **R\$9,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,13

32x56 Ref. PD 32590 PEI 1

45x45 Ref. PD 32660 PEI 4

**MEGA PROMOÇÃO**  
Toda a linha Incefra por apenas **R\$9,90**

**ICF**  
Piso FORTALEZA Extra

28x38 Ref. 2880 PEI 3

de 9,49 por apenas **R\$8,29**

à vista em 3x ou em 10x de R\$0,95

28x38 Ref. 3210 PEI 3

45x45 Ref. 43211 PEI 5

**Lef**  
Piso LEF Extra

44x44 Ref. 4481 PEI 4

de 10,49 por apenas **R\$8,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$1,02

44x44 Ref. 44338 PEI 4

44x44 Ref. 44352 PEI 4

**Super PROMOÇÃO**

**Porcelanato Extra VIA ROSA Retificado**

50x50 Ref. BR 50105 Travertino Claro PEI 4

50x50 Ref. BR 50133 PEI 4

33x58 Ref. BR 58105 Travertino Claro

de 37,69 por apenas **R\$27,90**

à vista em 3x ou em 10x de R\$3,20

**11 MODELOS** Disponível

**GYOTOKU**

**PORCELANATOS**

Porcelanato GYOTOKU 50x50 Extra Ref. Branco Polido de 89,00 por apenas **R\$39,99**

à vista em 3x ou em 10x de R\$4,58

Porcelanato GYOTOKU 45x45 Extra Ref. Veneza Plus de 41,99 por apenas **R\$34,99**

à vista em 3x ou em 10x de R\$4,08

Porcelanato GYOTOKU 45x45 Extra Ref. Toca Natural de 40,99 por apenas **R\$31,49**

à vista em 3x ou em 10x de R\$3,64

**LOTUS**

Porcelanato LOTUS 60x60 Extra Ref. Casca Roca

de 39,99 por apenas **R\$39,99**

à vista em 3x ou em 10x de R\$4,58

Porcelanato LOTUS 60x60 Extra Ref. Casca Roca

de 34,49 por apenas **R\$18,99**

à vista em 3x ou em 10x de R\$2,17

**INCEFRA**

Porcelanato INCEFRA 45x45 Extra Ref. 45660 PEI 3

de 34,49 por apenas **R\$18,99**

à vista em 3x ou em 10x de R\$2,17

**ENTREGA RÁPIDA**

**R\$** Melhor PREÇO da região

**CAETANO** Rede Caetano

**7 lojas para melhor atendê-los**

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

- Trav. Romeu Picchi, 532 Fone/Fax: (15) 3322-5000 **Tatuí - SP**
- Rua Juvenal de Campos, 593 Fone: (15) 3322-2000 **Tatuí - SP**
- Rua Manoel de Lara, 295 Fone: (15) 3267-8900 **Capela do Alto - SP**
- Rua Cel. Eugênio Mota, 955 Fone: (15) 3363-8777 **Boituva - SP**
- Rua Cel. Eugênio Mota, 68 Fone: (15) 3288-9700 **Boituva - SP**
- Rua Quintino Bocaiuva, 08A Fone: (15) 3473-9100 **Itapetininga - SP**
- Avenida Brasil, 105 Fone: (15) 3288-4600 **Cerquillo - SP**

Fotos meramente ilustrativas. Não nos responsabilizamos por eventuais erros de impressão e reservamos-nos o direito de corrigi-los. Ofertas válidas por tempo limitado ou enquanto durarem nossos estoques.

© Resultado (15) 3322-2207

# Berne: saiba como prevenir

Velho conhecido de quem mora em sítio, o “berne” é um parasita que ataca homens e animais: boas condições de higiene ajudam na prevenção.

**P**arasita muito frequente em sítios e fazendas, o “berne” é a larva da mosca berneira, inseto que mora em áreas de mata e é de difícil controle. Entretanto, sua transmissão é feita por outro inseto, conhecido como veiculador ou vetor. É ele que deposita os ovos da berneira em animais e humanos.

Como a transmissão pode ser feita inclusive pela mosca doméstica, a recomendação é manter em bom estado de higiene as áreas onde ficam os animais, recolhendo fezes e restos de alimentos.

Mesmo na cidade, onde o berne aparece menos, quem tem um cão ou um gato já deve ter tido a desagradável experiência de encontrar o parasita em seu bicho de estimação. Se o dono já encontrou um berne e retirou do seu animal, é importante frisar que isto deve ser feito por um profissional, no caso, um médico veterinário, o que assegura um procedimento feito de maneira correta, evitando que pedaços do parasita fiquem dentro do hospedeiro, o que pode causar infecções.

Se você costuma levar seu cão a lugares com matas, fique atento. Prurido (coceira intensa) e lesões parecidas com furúnculos podem ser sinais da presença deste parasita. Na dúvida, procure sempre seu veterinário.

## O que é?

Segundo o site Dogtimes ([www.dogtimes.com.br](http://www.dogtimes.com.br)), a mosca berneira (*Dematobia hominis*), é encontrada desde o México até o

norte da Argentina. A transmissão pode ser feita pela mosca de estábulo (que é hematófaga – ou seja, alimenta-se através da sucção de sangue) ou pela mosca doméstica, também conhecida por “lambedoura”.

Os hospedeiros mais conhecidos do berne são bovinos, caninos e até humanos. Em cachorros parasitados, as lesões podem servir com uma porta de entrada para bactérias causadoras de infecções secundárias.

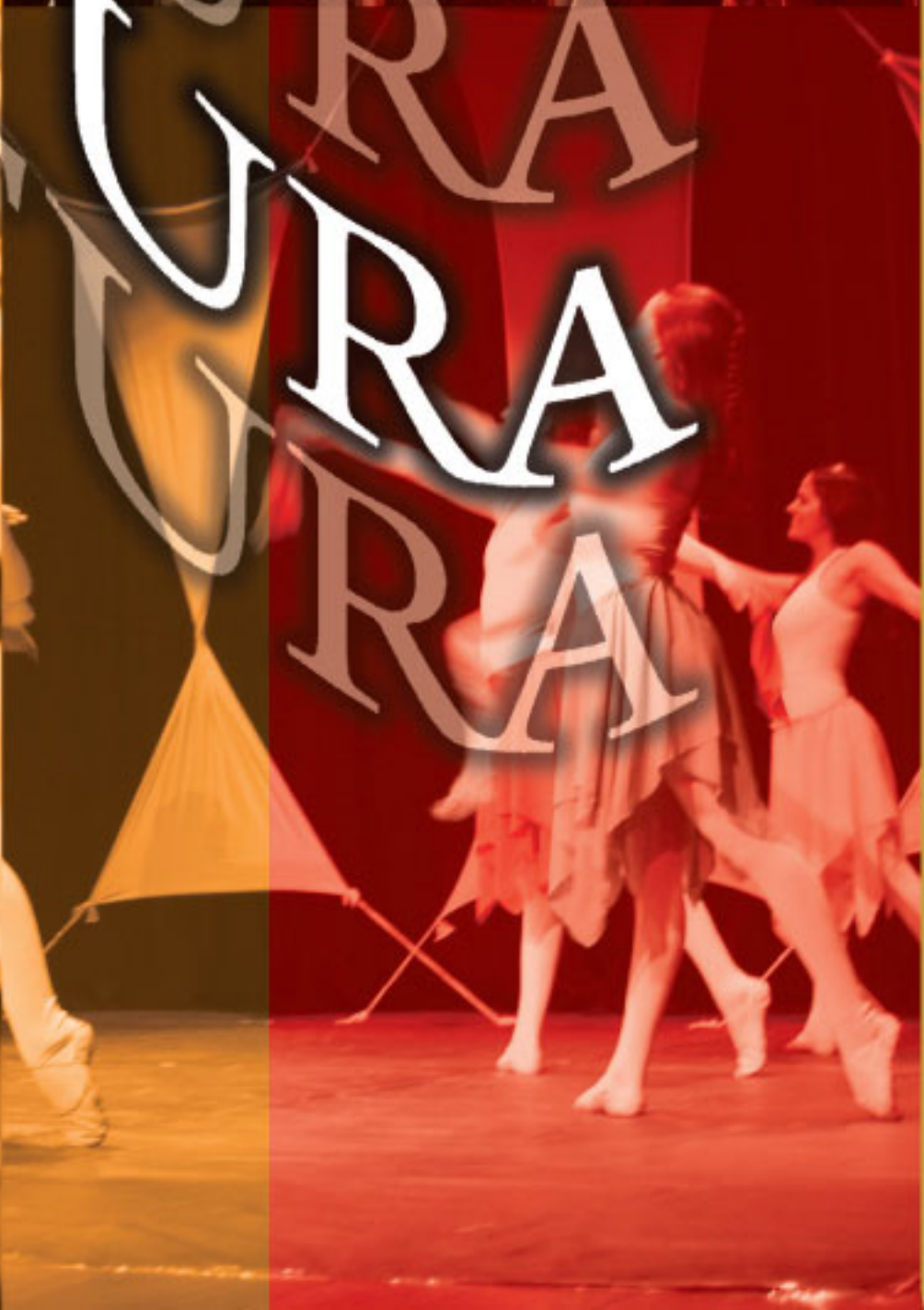
O desconforto causado pela presença de vários bernes pode fazer com que o animal não se alimente nem repouse adequadamente, prejudicando sua saúde.

## Tratamento

Evite utilizar sprays ou inseticidas que matam o berne. O mesmo deve ser dito quanto a tentar tirá-lo por conta própria – é preciso saber que a retirada do berne é dolorosa e que o parasita deve estar vivo para que possa ser retirado por inteiro, já que se uma parte dele ficar no animal há o risco de se desenvolver quistos, abscessos e infecções. A piodermite (infecção cutânea com pus) causada pelo estafilococcus, um micro-organismo que vive normalmente na pele do animal, é a mais grave delas.

É muito importante procurar um veterinário assim que se percebem as primeiras lesões, para a melhor indicação de tratamento para o caso.





# CULTURA

# Artista de solos

**A vida e o trabalho dos solistas.**



**D**ia 14 de junho é o dia do solista, e para homenagear este profissional, que costuma acompanhar uma orquestra ou se apresentar sozinho, sempre como protagonista nos solos acompanhado de seu instrumento musical, a revista Hadar conversou com o solista Emmanuelle Baldini, este italiano que já se considera um pouco brasileiro e que se apresentará no Conservatório Dramático e Musical de Tatuí no dia 19 de junho.

Ele nos fez mergulhar no seu universo e entender como funciona o seu trabalho e dos demais solistas existentes, que por onde passam tornam mais ricas as apresentações musicais. Confira:

**Hadar>>** O que fez você se encantar pela música? Por que a escolha do violino?

**Emmanuelle>>** Nasci em uma família de músicos. Meus pais são pianistas e cresci ouvindo música em casa, tanto “ao vivo” como em gravações. Gostava de passar horas improvisando ao piano, mas de repente, assistindo a um concerto de um violinista na televisão, me apaixonei pelo violino, e no Natal de 1978, com nem 7 anos completados, recebi meu primeiro violino.

**Hadar>>** Com que idade começou a desenvolver esse talento?

**Emmanuelle>>** Logo após ter recebido esse presente, comecei a ir às aulas: duas aulas semanais com o mais severo professor da cidade. Posso dizer que isto, unido à uma disciplina que meu pai me impôs foram os fatores fundamentais pelo meu crescimento

instrumental e musical. Estudava horas e horas e quando parava ouvia música sem cansar. Foi uma época (que dura até hoje) em que a música era, sobretudo, minha grande paixão. Não sentia cansaço estudando horas, e não era um sacrifício ficar em casa enquanto meus amigos saíam para jogar bola. Sempre foi um prazer: estudar música, ouvir música, ler livros sobre música.

**Hadar>>** Quando começou a trabalhar como solista?

**Emmanuelle>>** Ganhei meu primeiro concurso internacional com 12 anos. A partir daquela idade, comecei a receber convites para tocar “solos” com orquestras e sobretudo muitos recitais em duo com meu pai ao piano. Com ele praticamente toquei pelo mundo inteiro: Europa, Austrália, Argentina e Brasil (com 17 anos, em minha primeira vinda aqui não tinha ideia de que um dia seria minha segunda Pátria...)

**Hadar>>** Quais as particularidades de um solista?

**Emmanuelle>>** Como a palavra sugere, precisa ter um caráter de líder. Um solista, além de ter a técnica necessária para dominar o repertório sempre desafiador – qual é o repertório para violino e orquestra, precisa saber tomar decisões, precisa ter a coragem das ideias. Muitas vezes assisto a concertos em que o solista limita-se em tocar as notas, corretamente... E sempre me pergunto: para que serve isso? Um solista deve saber passar horas estudando a peça que irá tocar, aprofundando os detalhes, tentando entender quais os recados musicais que

o compositor escondeu atrás das notas. É um trabalho duplice, pois por um lado, precisa treinar a técnica, quase como um atleta, por outro lado, precisa descobrir o significado profundo da obra.

**Hadar>>** O trabalho de solista exige maior preparo? É mais difícil?

**Emmanuelle>>** O repertório solístico exige um maior preparo técnico, pois as peças, geralmente, são extremamente difíceis tecnicamente. Musicalmente não diria, pois as dificuldades musicais são as mesmas de um concerto solístico: como as de um quarteto. A diferença aqui é que em um quarteto, por exemplo, você trabalha junto a outros três músicos, e o trabalho de busca musical é um trabalho conjunto, enquanto o solista trabalha sozinho o tempo inteiro, até chegar um dia antes do concerto, para os ensaios com a orquestra e o regente. Então, diria que não é mais difícil, mas mais solitário.

**Hadar>>** Como se tornar um solista?

**Emmanuelle>>** A primeira coisa, para mim, é NÃO PENSAR NISSO. Se você ama de paixão a música, se você sabe trabalhar bem, se você está disposto a gastar horas e horas com a música, se você tem um professor que sabe lhe ensinar a responsabilidade, se você sabe se tornar independente dele, se você não pensa em sucessos, mas sim em melhorar a cada dia a qualidade das suas execuções, você se descobrirá um dia solista, e descobrirá com surpresa que está sendo pago para fazer algo que você, quando criança, pagaria para fazer.

“O balão vai subindo,  
vai caindo a garoa, o céu é tão lindo,  
a noite é tão boa”



*O clima junino chegou, mas de onde vem esta tradição?*

**T**razida para o Brasil pelos portugueses ainda durante o período colonial, as festas juninas passaram a fazer parte da nossa cultura e com o tempo foram se agregando às demais tradições e costumes do povo brasileiro. Hoje, de norte a sul e de leste a oeste, há festejos nos meses de junho e julho que marcam a chegada do inverno e aquecem as noites de tempo frio.

Atualmente, tais festas são associadas à comemoração de santos como São João (dia 24) Santo Antônio (dia 13) e São Pedro (dia 29). Mas, historicamente, ao contrário do que acontece hoje, a origem das festas juninas está relacionada às comemorações pagãs do período pré-gregoriano, nas quais o povo comemorava a fertilidade da terra e a colheita ocorrida perto do solstício de verão.

O costume de se acender fogueiras – símbolo de purificação desde a antiguidade – também é de origem europeia e muito antiga. Há uma lenda a respeito do costume: de que Isabel, mãe de São João Batista, deveria acender uma fogueira no alto de um monte para avisar Maria do nascimento de seu filho.

E não há arraiá sem uma boa quadrilha, não é mesmo? Essa dança de origem francesa chegou ao Brasil como uma “moda” trazida de Paris. Ao longo do século XIX se popularizou de forma mais intensa recebendo

do influências de outras danças já existentes. Ademais, houve grande simpatia por parte da população brasileira rural, o que fez com que os trajes e trejeitos da dança tomassem a forma que têm atualmente.

Na região Nordeste as festas juninas ganharam intensa popularidade. Em Campina Grande, na Paraíba, a tradicional Festa de São João é a maior do País, e todo ano atrai milhares de turistas até o local. Os principais pratos típicos são a canjica e a pamonha, devido à época de colheita do milho.

Além da quadrilha e da fogueira, muitos outros costumes preenchem as festas juninas e fazem com que esse momento seja muito esperado. Os balões, os doces, o pau de sebo, a cadeia, cuscuz, pipoca, as bandeirinhas e muitas outras tradições alegam o ambiente junino e fazem a festa ser completa.

45

**CONSORPAN**  
PRODUTOS PARA  
CONFEITARIA  
SORVETERIA  
E FESTAS

Todos os tipos de **Produtos** para  
**Festas em Geral**

Tudo que você precisa para sua festa  
você encontra aqui na CONSORPAN.

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

Rua do Cruzeiro, 909  
15.3251-7982

## Pequenos Notáveis



Felipe Camargo da Silva tem 13 anos e está no 8º ano na Escola Estadual "Alan Alves de Araújo" de Tatui, também é integrante do programa "Segundo Tempo", onde ele aprendeu todas as técnicas sobre dama, e por onde conquistou o primeiro lugar na primeira competição, dentro da modalidade, no "Torneio de Dama do Programa Segundo Tempo".

Foram apenas cerca de cinco meses de treino e, segundo

Adriana Bento coordenadora do projeto, foram selecionados os quatro melhores, que treinavam entre si. O destaque foi Felipe que também conquistou o primeiro lugar no "1º Torneio de Dama do CCAA de Tatui", na categoria até 14 anos.

O primeiro contato com esse esporte foi através de inocentes brincadeiras com o primo, que ganhara um tabuleiro e, a partir daí, foi paixão na certa. Hoje, Felipe pretende seguir carreira no esporte e cursar Educação Física, o curso que evidencia o gosto por diversos esportes, além da dama. "É preciso atenção, concentração, raciocínio e calma, para ser um campeão de damas" destaca Felipe.

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

## MINUTO de SABEDORIA

### "Vale a Pena"

Vale a pena a tentativa e não o receio;  
Vale a pena confiar e nunca ter medo;  
Vale a pena encarar e não fugir da realidade...

Ainda que haja fracasso, vale a pena lutar.  
Vale a pena discordar do melhor amigo e não apoiá-lo em suas atitudes erradas;  
Vale a pena corrigi-lo;  
Vale a pena encarar-se no espelho e ver se está certo ou errado;  
Vale a pena procurar ser o melhor e aí...

Vale a pena ser o que for...  
Enfim...  
Vale a pena viver a vida, já que a vida não é tudo que ela pode nos dar,  
Mas sim tudo o que podemos dar por ela.

Quer interagir conosco? Envie seu texto para: [jornalismo@revistahadar.com.br](mailto:jornalismo@revistahadar.com.br)

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

*"Já mostrei o que tinha que mostrar"*

Claudia Raia, sobre a possibilidade de posar nua.

*"Ainda não morri! Não é melhor esperar um pouco?"*

Martinho da Vila, ao saber que seria homenageado com uma estátua em sua cidade, Duas Barras, no Rio de Janeiro.

*"Tudo o que nos dá mais prazer é o que nos aproxima da morte"*

Bruna Linzmeyer, a Leila da novela Insensato Coração, em entrevista à revista Cortigo Online

*"Você não podia entrar em campo com este cabelo, vá embora!"*

Árbitro que expulsou o jogador de futebol australiano Nathan Van Someren, por causa de seu pontiagudo corte de cabelo moicano considerado muito perigoso.

## Você sabia?

Em 30 de junho comemoramos o dia do caminhoneiro. É o profissional que conhece as estradas como ninguém, costuma ficar muito tempo longe de casa e muitas horas trabalhando, vivendo à beira das estradas, sem conforto, solitário.

A vida pelas estradas é difícil, é preciso ter paixão e entender bem do assunto para suportar tantos dias trabalhando estrada a fora, e além do mais, cada carga e cada caminhão exige uma maneira diferente de transporte. Eles são responsáveis por cerca de 60% do transporte de cargas existentes no Brasil e, consequentemente, pela economia gerada através do conteúdo delas.

Ora sinônimo de liberdade, ora de solidão, eles vivem suas aventuras, uma de cada vez, com muito companheirismo por parte dos colegas de estrada e desfrutam de paisagens lindas a bordo de seu caminhão, que sempre será seu único e maior amigo de estrada, em troca de sustento para a sua família.

# Tomate Gostoso e acessível.



Apesar de ser confundido muitas vezes com legume por ser muito utilizado em salada e como ingrediente para a preparação de diversos pratos salgados, o tomate é uma fruta. Possui poucas calorias e é rico em vitaminas A, B e C, além de sais minerais como fósforo, ferro, potássio e magnésio. O período de safra vai de maio a junho.

Originário da América Central e do Sul, foi primeiramente muito cultivado e consumido pelos povos pré-colombianos. Hoje, o consumo de tomates é apreciado em todo o mundo. Ribeirão Branco, Guapiara e Apiaí, no Sudeste do Estado de São Paulo, são as regiões que detêm as maiores produções de tomates no Brasil.

Quando maduro, é muito bom para o preparo de molhos e condimentos. Liso e de cor uniforme, fica delicioso em saladas, e verde também é ideal para saladas, com um sabor mais azedo. Já quando estão

com uma aparência mais irregular, podem ser utilizados na preparação de sucos que também são grandes fontes de vitaminas, apenas contraindicados em casos de fermentações gástricas e acidez no estômago.

Entre os diversos benefícios do tomate, estão: evitar infecções, auxiliar no crescimento, ajudar a manter a normalidade da vista, das mucosas e da pele, ajudar na regularização dos sistemas nervosos e digestivos, fortalecer os músculos cardíacos, dar mais resistência aos vasos cardíacos, ajudar na formação dos ossos e dentes e ajudar na cicatrização da pele. É um ótimo reagente natural na purifi-

cação do sangue, no combate às doenças do fígado, ao desgaste mental e às perturbações digestivas e pulmonares, tudo isso por possuir as vitaminas A, B e C.

Todo cuidado pode ser pouco quando se trata, porém, de agrotóxicos. O tomate é um dos produtos com maior índice deste produto químico. Uma pesquisa recente realizada na Universidade de São Paulo constatou que o cultivo de tomates de forma agroecológica reduz em até 84% os custos da produção: basta que os produtores apliquem essa nova prática que promete economizar e tornar o tomate ainda mais saudável.

## DICAS DOMÉSTICAS

### Como retirar manchas de molho mostarda?

Numa xícara de chá, coloque 2 dedos de vinagre branco e complete o restante da xícara com água e misture bem.

Pingue esta mistura sobre a mancha e deixe agir no máximo um minuto (é bem rápido).

Absorva o líquido da mancha com uma toalha de papel branca ou pano branco.

Depois lave normalmente.

### Na cozinha:

**Para saber se o fermento está bom** - Em meio copo de água morna, coloque uma colher rasa do fermento e mexa. Se o fermento ferver e crescer está bom para uso.

**Para não transbordar o leite ao ferver** - Coloque uma colher ou um pires no fundo da leiteira antes de levá-la ao fogo.

**Para limpar tábua de carne** - Esfregue com uma esponja grossa com amoníaco misturado com limão. Depois, lave bem em água abundante.

**Para amaciar frango** - Coloque uma pitada de fermento em pó ou bicarbonato de sódio junto ao tempero ou durante o cozimento.

## CURIOSIDADES

Dia 23 de junho é dia de comemorar a existência de um dos protagonistas nesta prática: a lavoura. O lavrador é quem cuida da terra para a produção de várias e diferentes culturas, tão importantes para a economia do País, que fazem o Brasil ser reconhecido. Através de riquezas brasileiras e do solo produtivo vem o fruto de seu trabalho.

O lavrador pode ser um simples trabalhador ou um dono de um sítio que vive do trabalho na terra. Além de seu sustento e dos seus familiares, é capaz de produzir alimentos para toda uma população.

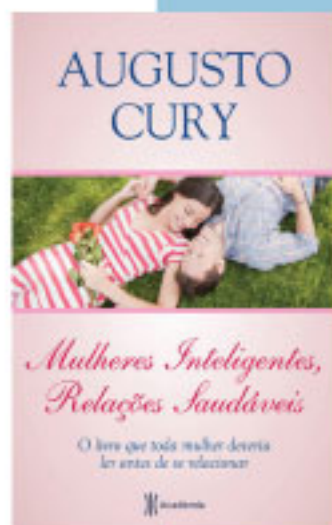
É preciso valorizar o trabalhador e de onde vem a nossa comida de todos os dias: o trabalho é árduo, muitas vezes feito debaixo de sol quente e por muitas horas. É feito com amor pela terra, por pessoas que sabem dar valor às maiores riquezas e conhecem de onde elas vêm. Tudo isso é necessário para que alimentos estejam em nossas mesas todos os dias. Reconheçamos o papel dessas pessoas que derramam suor e lágrimas a cada colheita.

## MINUTO de DESCONTRAÇÃO

- Doutor, como eu faço para emagrecer?
- Basta a senhora mover a cabeça da esquerda para a direita e da direita para a esquerda.
- Quantas vezes, doutor?
- Todas as vezes que lhe oferecerem comida!

Quer interagir conosco? Envie seu texto para:  
[jornalismo@revistahadar.com.br](mailto:jornalismo@revistahadar.com.br)

## RECOMENDADO



### MULHERES INTELIGENTES, RELAÇÕES SAUDÁVEIS

AUTOR: Augusto Cury  
 EDITORA: Planeta do Brasil

O autor busca levar esclarecimentos às leitoras sobre que tipo de mulher que ela é, para trazer uma reflexão sobre o que é bom e ruim, a fim de que ela perceba o seu valor.

Aborda temas importantes do mundo feminino e como lidar de maneira correta em várias situações. Manter o controle das emoções, transformar as atitudes e identificar os erros que estão sendo cometidos são iniciativas que podem levar à solução dos problemas.

O livro promete apontar as características da mulher atual e a cada final de um capítulo há um texto de reflexão em forma de frases e conselhos para compreender melhor as mulheres, frases, conselhos. Ao final, uma mensagem em homenagem às mulheres inteligentes.



### KATE -- NASCE UMA PRINCESA

AUTOR: Claudia Joseph  
 EDITORA: Best Seller

Baseando-se em entrevistas exclusivas com amigos íntimos e parentes de Kate, a jornalista Claudia Joseph consegue traçar um perfil interessante da trajetória de sua família, que conseguiu superar as dificuldades até chegar a conviver com a elite inglesa.

Filha mais velha do empresário e ex-piloto Michael Francis Middleton e da ex-comissária de bordo Carole Elisabeth, Catherine Elizabeth Middleton é a mais nova plebeia a entrar para a família real inglesa, quem conquistou o coração do filho mais velho do príncipe Charles e da falecida princesa Diana.

De uma forma surpreendente, a autora mostra a difícil história de vida da família de Kate com imagens inéditas. Dona de um estilo refinado que encantou o mundo numa caminhada cheia de obstáculos, que vai das minas de carvão de Durham até o castelo de Buckingham, a tímida Catherine é a primeira princesa a ter se formado em uma universidade, ter desfilado de lingerie e ter morado com o herdeiro do trono inglês antes do casamento.



### ÁGUA PARA ELEFANTES – A VIDA É O MAIOR ESPETÁCULO DA TERRA

AUTOR: Sara Gruen  
 EDITORA: Sextante

Após a morte da sua esposa, Jacob Jankowski vive em uma casa de repouso, mas guarda um segredo de sua juventude por 70 anos.

Jacob era apenas um estudante de veterinária quando perdeu os pais em um acidente de carro. Ao ficar órfão, sem dinheiro e sem rumo, abandona a faculdade e pula em um trem em movimento, o trem do circo "O Esquadrão Voador do circo Irmãos Benzini, o maior espetáculo da Terra".

É no circo onde consegue um emprego como tratador de animais e passa a sofrer nas mãos de Tia Al e August. É o mesmo lugar onde também acaba se apaixonando por Marlena, mulher de August. Conhece então a elefante fêmea Rosie, por quem passa a ter um carinho especial e que se torna a salvação do circo.

**Tempo e agilidade:**  
**INTENSIVO CNA**  
 Faça sua matrícula e ganhe  
**50%** de desconto

**CNA**  
 Inglês Definitivo

R. Santa Cruz, 644 - Tatuí / SP  
 15. 3251-3507  
 www.cna.com.br

Apresentando uma abordagem

Matrícula em Inglês Definitivo Intensivo CNA. Matrícula em Inglês Definitivo Intensivo CNA. Matrícula em Inglês Definitivo Intensivo CNA.

**GALÁXIA**  
 BRINQUEDOS

mais produtos e presentes no  
[www.galaxiabrinquedos.com.br](http://www.galaxiabrinquedos.com.br)

**Dia dos Namorados**

Rua 15 de Novembro, 491 - Tatuí / SP - Fone: 15.3251-7020





### COMER, REZAR, AMAR

Em busca da descoberta pessoal e na esperança de encontrar um amor verdadeiro, Liz Gilbert (Julia Roberts) decide passar um ano viajando pela Itália, Índia e Bali. Ela acredita que a vida possui algo mais do que ter marido, casa e carreira. Nesta história verdadeira que rendeu um grande best-seller em 2010, Gilbert mostra sua jornada em busca de seus objetivos.



### O SEGREDO DOS SEUS OLHOS

Benjamin Espósito se aposenta de seu trabalho no Tribunal Penal e decide transformar o sonho de escrever um romance baseado em suas próprias experiências no passado.

Tudo aconteceu em 1974, quando foi encarregado de investigar um misterioso assassinato. Neste período, a Argentina enfrentava extrema violência política e esse trabalho colocou em risco a sua vida.

O processo de escrita do romance não foi somente um tempo de se recuperar de seus traumas, mas também de recordações de erros traçados pelo caminho e lembranças de decisões equivocadas. Reviver esta história irá, além de emocioná-lo, transformar sua vida para sempre.



### AVATAR – A LENDA DE AANG - LIVRO 3: FOGO - VOL. 1

Com o objetivo de enfrentar e vencer o Senhor do Fogo, os meninos entram na Nação do Fogo e percorrem as ilhas até chegar ao Palácio Real.

Durante o caminho, eles se surpreendem ao se depararem com as mesmas necessidades de outros povos do mundo na Nação do Fogo.

**Festa Junina**  
Venha se divertir com a gente!

Dia: 11/junho - 14 horas  
Local: Associação da Sabesp

**Faça aula de:**

Dança do Ventre  
Dança de Salão  
Ballet Clássico  
Dança Solta  
Sapateado  
Jazz

**BALLETEATRO FRED ASTAIRE**

Praça Paulo Setúbal, 22  
(Galeria Del Fante) | Tatuí

15.3251-8417  
www.fredastairetatui.com.br



# Herança Multicultural

*Unidos por natureza*



No dia 16 de junho comemoramos o Dia da Unidade Nacional, um dia para celebrar e refletir a importância da união das diferentes raças, povos, culturas e crenças existentes no nosso país. Sem esta união e entendimento, e sobretudo sem o respeito, não existiria um país como o Brasil, uma verdadeira mistura de raças.

A variedade cultural nada mais é que o resultado da colonização do nosso país. O entrosamento entre os diferentes povos que aqui habitaram mostra que em cada um deles há um pouco da nossa história, da cultura brasileira, e mais do que isso, há um pouco de cada brasileiro.

Os dias 24 e 27 de junho também são dias de duas grandes raças existentes no nosso país: o Caboclo (a mistura de branco com índio) e o Mestiço (mistura de raças). Com eles, é possível resgatar um pouco das heranças e das primeiras colônias do nosso país, e assim manter viva a riqueza da história do Brasil.

Devido à grande mistura e diferença de cada um, nós nos acostumamos com as característi-

cas e particularidades. É assim que mantemos a união e preservamos nossos valores culturais, morais, políticos e sociais.

A característica de povo acolhedor, receptivo e simpático vem daí: somos diferentes povos em um só, não nos importamos apenas com a nossa felicidade, mas procuramos nos importar com tudo, com todos, sem egoísmo.

Não é à toa que podemos ver grandes migrações e bairros de diversas culturas em um simples passeio por São Paulo, a maior cidade do país. São japoneses, chineses, mexicanos, dentre outros, que vivem e moram há tempos em um só país e que preservam e mantêm suas respectivas culturas e tradições convivendo mutuamente com a cultura brasileira.

Em tempos difíceis, repleto de drogas de todos os tipos, em que enfrentamos fatos de terrorismo, mães abandonando filhos, guerras, mortes, corrupção, os brasileiros se unem para levar uma vida normal. Apesar de viverem sob miséria e desgraças constantes, é um povo com garra e fome de vencer que

procura se superar a cada dia.

A união é tão intensa que o próprio povo discrimina quem é racista, com punição prescrita pela lei. De tempos em tempos, esta união tem sido a característica de um povo solidário que vem à tona, principalmente, quando há necessidade de se estar lado a lado.

Acontecimentos recentes, como o massacre na escola de Realengo, e a destruição causada pelas fortes chuvas em diversas regiões do país, além de tocar o coração de todo o país, mobilizaram os brasileiros a colaborarem entre si para diminuir o sofrimento das famílias. As mobilizações não aconteceram só com fatos do nosso país: o brasileiro procura ajudar sempre, como também ajudou após o tsunami no Japão, e se solidarizou com vários dramas e tragédias mundiais no decorrer da história.

Mais do que uma reflexão, um pedido que a Revista Hadar faz é para que os brasileiros continuem solidários e cada vez mais unidos. Que esta união possa ultrapassar as fronteiras e contagiar outros países pelo mundo.

# Transformação através da arte



*Uma iniciativa social  
em prol das crianças  
carentes.*

O Centro Social “Arte pela vida”, de Tatuí iniciou seus trabalhos em agosto de 2003. A instituição resgata crianças que estão nas ruas e desenvolve atividades complementares relacionadas à arte e a cidadania. O Centro acredita que através da arte podem ajudar as crianças a terem algum futuro e a se desenvolverem como profissionais, e a isso tem se dedicado no decorrer desses anos.

A entidade é mantida com a ajuda da prefeitura, do Fundo da Criança e do Adolescente e pela Comunidade Recado, outras instituições e empresas que não colaboram com a mesma frequência, além de um grupo de 15 pessoas, entre eles monitores, professores e equipe administrativa.

O projeto surgiu através de uma moradora do Jardim Lírio, que viu muitas crianças nas ruas e sugeriu que a Comunidade Recado, que administra o projeto, providenciasse a essas crianças aulas de violão, para que assim saíssem das ruas. Uma pequena turma se formou e cresceu. Hoje já são 70 crianças, cerca de 90% do Jardim Lírio e o restante de outros bairros da cidade.

“São assistidas pessoas de 7 a 21 anos, que possuem carência familiar ou financeira, matriculadas na rede pública. Uma análise da renda familiar é realizada para saber se a

criança realmente precisa de ajuda”, explica o coordenador Fabiano Araújo.

Apesar de a Comunidade Recado ser uma entidade católica, as atividades não têm nenhum vínculo com religião. São atividades culturais diversas: Dança, Fanfarras, Iniciação Musical, Oficina de Violão, Orquestra e Teoria Musical, além de aulas e palestras mensais. Crianças e adultos que desejam conhecer o Centro Social “Arte pela vida” podem se dirigir até o espaço cedido pela Comunidade Nossa Senhora da Aparecida, que funciona no período da manhã às 8h30 e às 11h30 e no período da tarde às 14 e às 17 horas.

O estudo, seja em qual área for, gera empregos, e o resultado disso pode ser visto na prática. “Um dos destaques é um ex-aluno nosso que atuava como monitor e vai se tornar professor no projeto a partir de julho”, diz Fabiano.

Em julho o projeto pretendia inaugurar uma nova sede, mas devido às necessidades que ainda restaram na obra, não será possível. O objetivo é inaugurar este estabelecimento próprio o mais breve possível, pois lá poderão atender melhor as crianças e adolescentes. Os interessados em colaborar com a iniciativa devem entrar em contato com Fabiano, através do telefone (15) 3305-6000.

**S** *SENSAÇÕES DOÇES*

*Adoce seu  
Namoro  
sensações irresistíveis!*

**Aceitamos  
Encomendas**

Rua Capitão Lisboa, 770 | Centro | Tatuí 15 3259-1223

**CHURRASCARIA  
O GOSTELÃO**

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

# Divertir-se com responsabilidade

## Uma questão de todos.

Pensar sobre a importância da saúde tem a ver com responsabilidade.

Responsabilidade com você, com a família, com a empresa e com os seus clientes.

Você é capaz de tomar suas próprias decisões. Mas algumas pessoas são mais sujeitas a influência de outras e as pressões do dia a dia. Pode ser que essas pessoas se esqueçam da saúde e cometam abusos no estilo de vida e consumo.

Por isso, a educação para a responsabilidade com a saúde é essencial. Isso pode acontecer através de leitura, treinamentos e aulas.

Mas também pode acontecer através das suas atitudes: você pode mostrar e incentivar a responsabilidade. No lazer, ao consumir bebidas alcoólicas e, principalmente, durante o trabalho, ao servir, você pode dar um grande exemplo da prática da responsabilidade.

Quando estiver no trabalho, servindo, multiplique essa maneira de pensar e agir.

Seus clientes vão agradecer. E voltar.

### Responsabilidade com o estabelecimento e com os clientes

As empresas são feitas de pessoas. Por isso, ao ter atitudes responsáveis, você se torna essencial para construir e manter a boa imagem da empresa em que trabalha.

A profissão de bartender e garçom é baseada na relação com outras pessoas. Essa relação é o que garante a fidelidade dos clientes. É uma relação de confiança, já que os alimentos e, principalmente, as bebidas que você serve e que os seus clientes consomem têm a ver com a saúde deles.

Observando seus clientes e usando sua experiência, você consegue saber se o cliente está satisfeito e pode ir embora com segurança depois de ter sido atendido. Ou se ele abusou.

Como você e o proprietário do estabelecimento são responsáveis pela satisfação do cliente, acabam se tornando, de alguma forma, responsáveis pelo bem-estar e até mesmo pela vida deste cliente. É por isso que a questão da responsabilidade é tão importante, já que o bem-estar e a qualidade de vida que o cliente aproveita frequentando o estabelecimento onde você trabalha passa a ser uma medida de satisfação para ele.

Cliente satisfeito e atendido com responsabilidade vai embora tranquilo, volta, e ainda traz os amigos.

### Como a bebida alcoólica age no organismo?

O álcool age no sistema nervoso (principalmente no cérebro) e chega até ele logo após passar pelo estômago. Os efeitos são quase imediatos. O impacto é diferente em cada pessoa e depende de diversos fatores. Confira:

- Quantidade consumida: Em geral, quanto maior a quantidade de bebida, mais forte é o efeito.
- Graduação alcoólica da bebida: Quanto maior a graduação (porcentagem de álcool), mais forte é o efeito.
- Velocidade da ingestão: Quanto mais rápido se bebe, mais rápido o álcool é absorvido pelo estômago e começa a produzir seus efeitos.
- Presença de alimentos no estômago: os alimentos retardam a absorção do álcool e reduzem seu impacto no organismo. É por isso que não se deve beber de estômago vazio.
- Peso e sexo: As mulheres e pessoas mais magras absorvem o álcool mais rapidamente. Nelas, o efeito da bebida tende a ser mais forte.
- Estado emocional e de saúde geral: cansaço, depressão e problemas de saúde potencializam a absorção. Ou seja, o cliente que procura

a bebida para esquecer um problema emocional pode contribuir para que ele piore.

• Experiência anterior de consumo: bebedores "experientes" podem acabar desenvolvendo certa "tolerância" ao álcool. Mas beber muito sem sentir os efeitos não é sinal de saúde. Ao contrário, isso cria uma falsa "capacidade de beber". E ao beber mais ainda, a saúde fica comprometida.

Embora uma pequena parte do álcool seja eliminada pelo suor e pela urina, o fígado é o principal responsável pelo seu processamento. Ele produz certas substâncias que convertem o álcool etílico em gás carbônico e água. Mas há um limite a partir do qual o fígado perde essa capacidade. Esse é outro motivo para beber (e servir) com responsabilidade.

### Atendendo o cliente com responsabilidade e qualidade

O cliente que consome moderadamente pode relaxar e se divertir sem causar problemas para os outros e para ele mesmo. Pode aproveitar melhor o ambiente, a música e as pessoas.

Poderá voltar para casa em segurança e não incomodar nem sofrer repressão dos seus familiares. No dia seguinte terá disposição para cumprir suas obrigações. Enfim, levará com ele uma imagem positiva, de alegria e satisfação, do estabelecimento e do atendimento prestado. O cliente satisfeito volta ao estabelecimento. E o recomenda.

*Luciano Paulino da Costa,  
Bartender há 7 anos.*

*Membro da Associação Brasileira de Bartenders e IBA  
(Internacional Bartenders Association)  
Atualmente trabalha como chefe de Bar na Cozinha e  
Choperia Rota 11.*

## OS MELHORES EVENTOS

**Bartender para festas de aniversários**

**Eventos**

**Casamentos**

**Treinamento**



e-mail: [lucianopaulino@yahoo.com](mailto:lucianopaulino@yahoo.com)

15 | 9733-2985





universo  
**T**een



# Tech n i

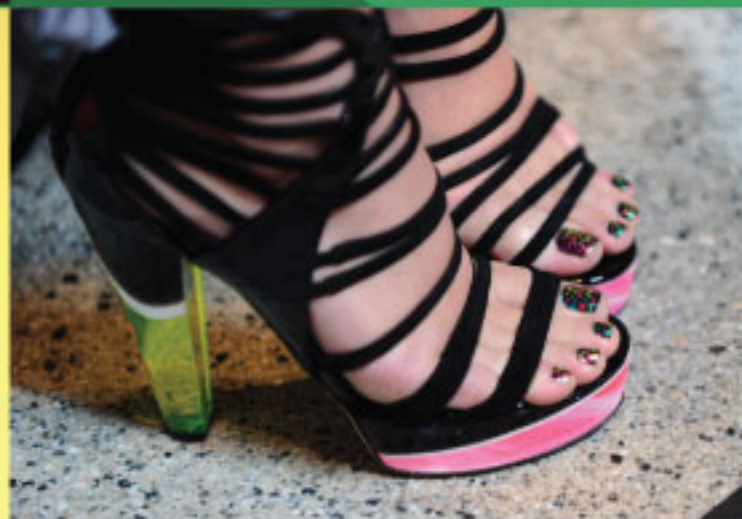
## Mistura

**M**oda com tudo combinando, certinho? Discreto? Coisas do passado! Desde o verão, as cores vibrantes estão com tudo: é a chamada moda technicolor. Nada de conservador! Vale tudo: cores vibrantes e um mix de cores que antes não se misturavam. Agora o que vale é ousar, pois esta tendência exprime originalidade e é super democrática e dinâmica. O exótico não é mais feio – agora cores como preto também podem ser usadas no batom, como o faz a cantora Lady Gaga.

As cores mais vibrantes ficam bem com as cores mais discretas e fechadas, use o bom senso e defina o melhor visual para você. A melhor dica é: se abusar na cor das roupas, escolha acessórios mais claros, o mesmo se resolver usar a technicolor nos batons, procure não exagerar nas sombras, uma parte deve ficar em maior destaque sempre.

As cores mais básicas como nude também se encaixam muito bem, nessa nova fase da moda, elas se unem às cores mais fortes, dando harmonia para o visual, em que o que vale é inovar.

Tanto em looks, como em acessórios e maquiagem, as cores que estão com tudo, es-



Josué Mota | FOTOGRAFIA

### Casamentos

- Making Of
- Pré-Wedding
- Street Wedding
- Trash The Dress

### Aniversários

- 15 Anos
- Infantil

### Ensaios

- Casal
- Bebês
- Gestantes
- Família

### Álbuns

- Livros
- Photobook

### Estúdio

# icolor que cai bem!



pecialmente nessa época, são os tons neon, que dão um realce para este estilo. As marcas mais famosas já oferecem muitas novidades nesse sentido – basta dar uma vasculhada nas lojas especializadas, para notar a falta de cores discretas.

O vermelho e o laranja, cores quentes como o laranja brilhante, coral, também transmitem o glamour da nova tendência, que além de transmitir um visual mais moderno e divertido, faz com que você não passe despercebida e transmita um ar de mulher de personalidade e atitude.

E a moda não se refere apenas às roupas: tudo para compor o look da moçada está cada vez mais colorido e luminoso. Os tecidos, que estão cada vez mais fortes, são o cetim e seda pura, que transmitem sofisticação e elegância. Agora no inverno esta combinação vem com muitas meias-calças e leggings que também ajudam na composição. Se a regra é inovar e reinventar, fiquem atentas às novidades que elas oferecem.

Essa moda já tem sido vista nas passarelas e campanhas publicitárias por todo o mundo, os grandes estilistas, já utilizam essa tendência: Dior, Armani e outros já foram

flagrados nesta tendência.

Outra cor muito forte é o rosa-avermelhado. No passado, o azul-turquesa estava muito em alta e continua entre as cores mais pedidas. Também conhecido como rosa madressilva, esta é considerada a cor do ano, que ainda traz um significado de prosperidade, segundo a Pantone, uma das empresas mais famosas na produção de cores do mundo.



55


[www.Revista](http://www.Revista)

hedar

.COM.BR

Visite!

Elmec



# O uso da maquiagem na adolescência só cresce

**As meninas estão cada vez mais vaidosas.**

O uso de maquiagem está cada vez mais comum, principalmente entre as adolescentes brasileiras. O Brasil é o segundo no consumo de cosméticos, e um dos públicos que não para de crescer neste segmento é o adolescente. A fase da adolescência é a fase em que as meninas deveriam apenas começar a utilizar esses produtos, mas hoje em dia já é o momento em que elas não conseguem mais se separar deles.

Sair de casa não é mais uma coisa simples – o que antes era uma rotina só para festas, agora se torna diário. A vaidade que está mais forte e o desejo de esconder as famosas espinhas que são frequentes nesta fase fazem com que um simples passeio ou a rotina escolar necessitem de um ritual de beleza. A maquiagem é peça-chave nesta hora.

A indústria de cosméticos também estimula esse consumo e chama atenção pela criação de produtos que tem um apelo direto para este público. Seja no exagero de cores, cada vez mais intensas e populares no mundo da moda, ou no uso de brilhos ou nas cores pastéis – tendência atual –, as maquiagens são próprias para a pele adolescente.

Toda mulher, em qualquer idade, quer parecer linda e a maquiagem serve exatamente para realçar a beleza natural de cada uma. Porém, a maquiagem adulta não deve ser usada pela adolescente,

que está com a pele mais oleosa e sensível devido às mudanças hormonais da fase. É necessário observar detalhes que fazem toda a diferença e se possível, consultar um dermatologista que indicará o produto mais adequado.

Pedir ajuda para a mãe ou uma amiga também é uma atitude válida, pois se você quer parecer bonita, elas podem tirar as suas dúvidas e ajudá-la a encontrar a melhor forma de se produzir.

Não exagere! A maquiagem deve parecer natural, segundo especialistas. Um corretivo já é o suficiente para disfarçar as imperfeições. A máscara de cílios incolor também é a melhor opção. Somente é permitido abusar das sombras e escolher tons coloridos, pois eles realçam a menina que existe em cada uma de vocês, adolescentes.







# Mallu Magalhães

uma revelação da MPB

**Artista multidisciplinar.**

**A** paulista Maria Luiza de Botelho Pereira Magalhães, mais conhecida como Mallu Magalhães, 19 anos, apenas dois CDs gravados e um DVD, já vem conquistando seu espaço na Música Brasileira. Além de cantora, Mallu é também compositora e instrumentista. Seus dois maiores sucessos até agora foram "Tchubaruba" e "Shine Yellow".

Bastante conhecida por interpretar sucessos em inglês no início da carreira, era exatamente o que fazia em suas primeiras apresentações. Aos poucos, todos passaram a conhecer seu grande talento musical. O "boom" da carreira surgiu com a interpretação de uma canção de própria autoria: "Tchubaruba".

Não muito diferente de outros cantores da atualidade, ela conquistou grande espaço em sites na internet: além de seus vídeos muito acessados no Youtube, já possui mais de 4 milhões de acessos no Myspace e 3,5 milhões de players, tudo isso com apenas 4 anos de carreira.

Carreira, diga-se de passagem, precoce. Aos 8 anos ganhou um violão de seu pai, e aos 15 anos, como presente de aniversário, gravou pela primeira vez em estúdio chamado "Lúcia do Céu", onde formou a sua banda: Kadu Abecassis (guitarra) Jorge Moreira (bateria), Thiago Consorti (baixo) e Rodrigo de Alencar (piano).

Seu primeiro clipe "J1" foi gravado pela MTV e se tornou um dos mais pedidos pela emissora. Além disso, foi a primeira artista brasileira a participar do projeto musical Sessões, da mesma emissora.

Seu primeiro álbum foi gravado em um grande estúdio no Rio de Janeiro, com direito a equipamentos vintage, que se assemelham aos equipamentos vintage usados pelos Beatles na Abbey Road.

Em outubro de 2008, gravou seu primeiro DVD ao vivo, que reuniu algumas apresentações no Rio de Janeiro e em São Paulo. Em novembro do mesmo ano, lançou outro álbum, realizado de forma independente pela Agência de Música, em um show no Morro da Urca no Rio de Janeiro.

Ainda em 2008 foi indicada pela MTV Video Brasil 2008 para as categorias Artista do Ano, Banda/Artista Revelação e Show do Ano e participou de diversos programas de TV. Sua canção "Tchubaruba" foi veiculada em um comercial em rede nacional.

Em 2009, além de ser convidada para apresentações internacionais, se apresentou nos maiores festivais do Brasil, como: Planeta Atlântica, Festival de Inverno, João Rock, e outros.

Ainda no mesmo ano, passeando por vários ritmos e com pretensão de incorporar a música clássica ao seu estilo, gravou seu segundo álbum na Sony Music com a produção de Kassin, o mesmo

produtor de Vanessa da Mata, Caetano Veloso, Jorge Mautner, Los Hermanos, e outros grandes nomes da MPB.

Hoje, Mallu encanta todas as gerações. Apesar da sua pouca idade, esbanja talento e vem demonstrando que é necessário se reinventar, para se estar em evidência.



# Hora de mudanças

*A orientação sexual é muitas vezes definida durante a adolescência.*

**A**s diversas fases da vida possuem suas singularidades e desafios. Atualmente, diz-se que nenhuma delas se compara à fase das emoções e descobertas que acontecem durante a adolescência. É nessa fase que alguns fenômenos acontecem, sendo esses responsáveis pela personalidade, aparência física e inclusive orientação sexual de cada um.

Mesmo que esse assunto ainda pareça ser um pouco "tabu" em nossa sociedade, é fundamental que falemos a respeito da homossexualidade. Ademais, pesquisas apontam que é durante a juventude que ela tende a florescer ou dar indícios mais evidentes de sua existência.

É durante os primeiros anos da adolescência que há o despertar dos hormônios sexuais e com eles o interesse pelo sexo oposto. Por isso, é nessa época também que pode ser percebido se o jovem em questão manifesta interesses diferentes da maioria.

A construção da identidade do adolescente já é um processo difícil devido às inúmeras mudanças psicológicas e físicas do período. São inseguranças e incertezas pelas quais eles passam durante todo esse processo até o momento de se sentirem seguros para tomar decisões e poderem se afirmar como pessoas mais maduras.

Nesse período, é fundamental que os pais saibam como conversar para que possam entender o filho e sua situação. Muitas vezes o jovem homossexual passa por preconcei-

tos por não corresponder às "expectativas sociais" já que desde pequenos as crianças aprendem com a sociedade a satirizar os gays.

O diálogo e a conversa são ferramentas essenciais para que pais e filhos se entendam e para que, principalmente, o adolescente seja compreendido. O preconceito arraigado à cultura atual podem influenciar para que os jovens escondam suas verdadeiras "vontades" e "personalidades", gerando crises existenciais que podem prejudicar a vida da pessoa para sempre.



# Os melhores anos

## Aproveitar a juventude, antes que ela acabe



**Q**uando perguntamos para alguém mais velho do que ele tem mais saudade quando era novo, a resposta é quase sempre a mesma. “Tenho saudade dos meus anos de colegial, de quando ainda não precisava me preocupar com nada, quando só curtia a vida” etc. Essa e outras respostas vêm à tona, mostrando que sim, a fase da adolescência é sim um período muito legal de viver, e sempre marca nossa vida para sempre.

Ainda que muitos façam aquela brincadeira de que esse período é chamado de “aborecência”, essa etapa é cheia de felicidade. Ainda não somos adultos, por isso há pitadas de irresponsabilidade. O tempo passa rápido

demais e quando damos conta já crescemos e nos tornamos “gente grande”.

Ir pra escola, sair com os amigos, jogar futebol, passear no shopping, ficar horas conversando com a turma, tocar violão. Fazer tudo isso sem preocupação, sem pensar em trabalho, e demais responsabilidades é algo que só pode ser feito quando ainda somos jovens.

Quando entrevistamos o administrador de empresas Rafael Moraes, de 32 anos, a respeito do que representou para ele seus anos de juventude, a nostalgia foi certa. “Eu saía de casa sem preocupação, e quando voltava tinha aquela comida da mamãe pronta me esperando”, afirma Rafael.

E nessa fase de formação da nossa personalidade, buscar ocupações e formas de preencher o tempo são coisas fundamentais para que a época seja ainda melhor. Ademais, enquanto ocupados, não haverá tempo para pensar em atitudes erradas como envolvimento com drogas.

Para Thaís Almeida, estudante de 16 anos, ser adolescente é algo bom. A garota afirma que mesmo que as pessoas não percebam, a fase da adolescência é muito importante e única. “Acho que esse momento é muito bom em nossa vida, pois é nessa fase que construímos nossos sonhos e colocamos objetivos para quando crescermos, alcançarmos” completa Thaís.

**SUSHIYA**  
愛と平和  
COZINHA JAPONESA

**Dia dos Namorados**

**MULHER GANHA** 1 Sakerita ou 1 caipiroska

**RODÍZIO no Jantar TODAS as Quartas**

**Tatuí:** 13 de Fevereiro, 703 | 15.3251-7716  
**Boituva:** Mario Pedro Vercellino | 15.3263-4898

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

Tradição e Qualidade

**Lanchonete & Pastelaria TAMBELLI**

Maneco Pereira, 166 | 8.400 | Tatuí | 13.3251-2210  
Mercado Municipal | Box 16 | Tatuí | 13.3251-4016

# A "brita"

Um novo inimigo se apresenta.

Como se já não bastasse o poder devastador do crack e as graves consequências em seus usuários, a cada dia drogas que possuem efeitos ainda mais fortes são descobertas.

A brita foi encontrada no Piauí. O nome significa "forte" ou "resistente", e assim como o nome, a droga também produz este efeito: ela é uma mistura do crack com cimento e ácido. Assim como o oxi, possui poder mais devastador que o crack, até então, o maior medo das famílias e o fundo do poço para os viciados.

É uma "pedra" extremamente tóxica, escolhida por muitos para ser fumada devido ao rápido efeito e baixo custo. Vicia rapidamente e pode matar em apenas um ano. O nome também é utilizado pelos usuários de crack para se referir à droga, mas não deve ser confundida com o próprio crack, do qual ela é derivada, porém sendo muito mais forte.

O preço também é mais acessível. Quanto menor o preço, maior o perigo, pois o consumo aumenta. Os componentes são ainda mais

surpreendentes. O perigo é que não se torna uma droga só da elite, mas das populações mais carentes, que viviam protegidas pelos altos preços das drogas. A classe média como usuário é outro alvo em potencial.

O inimigo é novo e ainda pouco conhecido. São poucas as notícias e informações sobre ele. A polícia tem mais este temido vilão para perseguir, antes que se espalhe como os demais entorpecentes. Descobrir como tratar os novos dependentes será o mais novo objetivo das clínicas para dependentes químicos.



**Hotel e loja de conveniência (24 horas).**

**Apartamentos, quartos e estacionamento com segurança.**

**Café-da-manhã e internet gratuita.**

**Restaurante com almoço de segunda a sábado.**

**Informações e Reservas:**  
15.3246-1651 / 15.3246-1656  
ou ainda pelo e-mail:  
atendimento@hotelfiusa.com.br

**Av. Oswaldo Vieira de Camargo, 461  
Centro - Cesário Lange/SP**  
[www.HOTELFIUSA.com.br](http://www.HOTELFIUSA.com.br)

**Hotel Fiusa**  
Conforto e Qualidade



**Os móveis que combinam com VOCÊ!**

**PROMOÇÃO conjunto 03 Poltronas 10x 149,90 ou 1.350,00 à vista.**

**ACEITAMOS CONSTRUCARD CAIXA**

**Tudo em até 24x c/ entrada para agosto\***

**Projetos sem compromisso.**  
Os melhores preços e descontos da região!

- Cozinhas
- Dormitórios
- Closets
- Banheiros
- Home Theaters
- Salas de jantar
- E muito mais

**per tutti MODULADOS**

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

AUTOS

AUTOS & CIA

S & CIA

# Saber regular retrovisor elimina pontos cegos



*Espelhos retrovisores regulados corretamente aumentam a segurança do motorista.*

Um dos grandes problemas quando se está dirigindo é o chamado "ponto cego", quando um veículo fica fora da visão de outro motorista, mesmo estando perto dele.

Saber regular corretamente os retrovisores externos contribui para eliminar esse problema e garante segurança para manobras no trânsito, como, por exemplo, mudar de faixa.

Embora não elimine o problema por completo, a regulação correta dos retrovisores reduz sensivelmente o risco de acidentes, segundo estudo feito na cidade de São Paulo.

De acordo com este trabalho, os espelhos retrovisores devem ser regulados em ângulo aberto, tendo como ponto de partida a traseira

do veículo. O motorista vai abrindo até que a traseira de seu carro literalmente desapareça de seu campo de visão. Pode parecer estranho, mas assim ele poderá ver outros veículos (principalmente motos), que seguem ao seu lado mas estão fora do alcance de sua vista.

Com esta medida simples, você reduz os pontos cegos, aumentando a segurança, já que este é um problema que afeta praticamente todos os modelos de veículos.

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

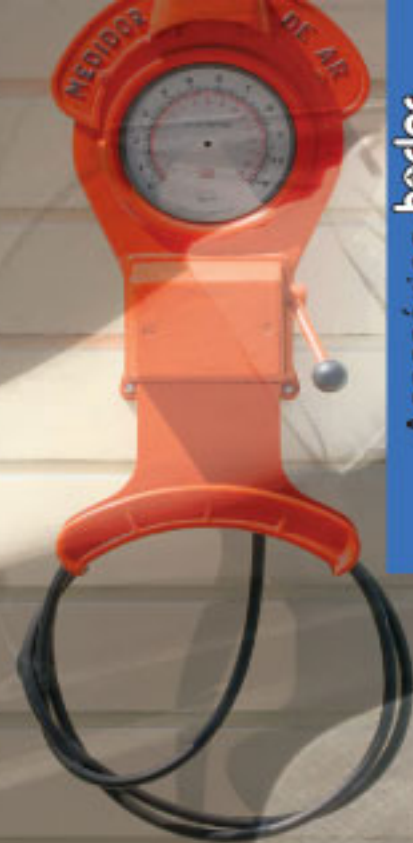
**VITÓRIA**  
TERRAPLENAGEM E GUINDASTES

TUDO QUE VOCÊ  
**PRECISA**  
PARA SUA OBRA



15.9109-5519 - Alexandre  
11.9933-8568 - Marcos

# Calibragem correta dos pneus ajuda na segurança



*Manter os pneus do carro calibrados corretamente melhora a estabilidade do veículo.*

**M**anter os pneus do carro devidamente calibrados contribui para a economia e a segurança do automóvel. O proprietário deve estar atento às recomendações do manual do seu veículo, que traz as informações do fabricante sobre a calibragem certa para cada modelo de automóvel.

Uma dica importante é sempre verificar a pressão do pneu de manhã, quando ele está frio, pois o pneu quente pode enganar o motorista, já que o ar quente se expande e dá a impressão de que o pneu está cheio. Portanto, o proprietário deve verificar o estado dos pneus logo de manhã e, se for o caso, calibrá-los.

Segundo técnicos, os pneus devem ser calibrados semanalmente e o estepe, quinzenalmente. Como pneu não tem hora nem lugar para furar, é importante que o estepe esteja em boas condições de uso para os casos de emergência, com uma viagem com toda a família e o carro cheio. Mas, atenção: se o veículo usar a mesma calibragem nos quatro pneus, a recomendação é colocar duas libras a mais no estepe. No caso de valores diferentes para os eixos dianteiro e traseiro, a referência é a maior calibragem.

## Estabilidade

A calibragem correta contribui para uma melhor estabilidade do veículo, principalmente nas curvas. Se a pessoa deixa o pneu muito cheio, isto acaba diminuindo a área de contato com o solo. Isso faz com que o carro escorregue com mais facilidade, seja em uma freada ou em uma curva. Em pista molhada, a situação se agrava.

Deixar o pneu com menos ar do que o fabricante recomenda também é perigoso. O pneu murcho permite um contato mais próximo das laterais da banda de rodagem com o solo, o que forma um espaço no centro e provoca, por exemplo, a entrada de uma grande quantidade de água. Isto torna o carro instável, principalmente se houver aquaplanagem – que é quando o veículo literalmente plana sobre a película de água na pista.

O uso do pneu muito cheio é uma tentativa de alguns proprietários em economizar um pouco de combustível, mas esta economia é muito baixa em relação ao risco à segurança.

## Auto Posto Elisa

35 anos de Qualidade e Tradição

Posto **PREMIADO** pelos resultados alcançados no **DESAFIO PETROBRÁS 2010**;

- Programa "De olho no combustível";
- Transporte próprio;
- Lubrax Center; (Troca de óleo monitorada.)



Cesário Lange/SP | 15.3246-1208  
Av. Oswaldo Vieira de Camargo, 411



# DRIFT

**ESPORTE QUE MISTURA TÉCNICA E OUSADIA**

*Surgida no Japão há 40 anos, esta modalidade consiste em levar o carro ao limite nas curvas e provocar assim um deslizamento.*

Quem gosta de carros e velocidade, mas anda meio entediado com as corridas que passam na TV, tem no Drift a opção que reúne técnica e ousadia e proporciona muita adrenalina. A competição surgiu no Japão nos anos 70 e é uma febre por lá. Nos últimos anos, porém, vem conquistando fãs em todo mundo, inclusive no Brasil, onde há até site especializado no esporte.

Até Hollywood se rendeu ao Drift, pois o terceiro filme da série Velozes e Furiosos se passa no Japão, abordando o mundo dos aficionados por este esporte.

#### O que é

Segundo o site DriftBrazil ([www.driftbrazil.com](http://www.driftbrazil.com)), o Drift é uma técnica japonesa que consiste em deslizar o carro nas curvas escapando a traseira, girar o volante para que as rodas dianteiras estejam sempre em uma direção oposta a curva (se o carro vira para a direita então a roda deve estar a esquerda, e se o carro virar para a esquerda a roda deve estar à direita), controlando o nível de derrapagem com o freio de mão, fazendo o carro literalmente andar de lado.

#### História

O Drift moderno começou a ser praticado no "All Japan Touring Car Championship ra-

ces" há mais de 40 anos, de acordo com o site. O lendário corredor Kunimitsu Takahashi foi o criador da técnica em 1970. Ele ficou famoso batendo seu "apex" (o ponto onde o carro está mais perto da curva) em alta velocidade e derrapando na curva, saindo da curva com mais velocidade que o normal. Depois desta façanha, ganhou uma legião de fãs que deram início ao drift japonês.

Um corredor de rua chamado Keiichi Tsuchiya ficou particularmente interessado no drift de Takahashi. Tsuchiya começou a praticar suas técnicas de Drift nas montanhas do Japão, e rapidamente ganhou uma grande reputação. Em 1977, uma revista muito popular de tuning e carros concordou em produzir um vídeo sobre as habilidades de Tsuchiya, esse vídeo conhecido como Pluspy se tornou



**Retífica Santa Helena**

- USINAGEM
- MONTAGEM
- PEÇAS
- BOMBAS
- BICOS INJETORES

Av. Zilah de Aquino, 970 | Tatuí / SP

**15 3305.4066 | 3251.1801**







um hit e inspirou milhares de corredores profissionais de Drift que correm nos circuitos atualmente. Em 1988, o diretor-chefe da Option Magazine, Daijiro Inada, ajudou a organizar o primeiro torneio especializado em Drift.

O Drift no Brasil só começou a ganhar destaque depois do filme *The Fast and The Furious: Tokyo Drift*. Depois de sua estreia, vários documentários e matérias em jornais e revistas começaram a falar do esporte, que agora está se difundindo muito rápido.

#### Carros

Os carros utilizados em Drift são consideravelmente leves. No Japão os carros mais

usados são o Nissan Silvia/180SX, Toyota AE86, Mazda RX-7, Nissan Cefiro (versão RWD, ou seja, tração traseira), Nissan Laurel, Nissan Skyline (versão RWD), Nissan Fairlady Z, Toyota Altezza, Toyota Soarer, Honda S2000, e Mazda Miata. Já a competição de Drift nos EUA utiliza versões locais desses carros, tais como Nissan 240SX e o Corolla GT-S da Toyota. Os drifters em outros países geralmente usam seus carros locais, tais como o Ford Escort (Ucrânia e Irlanda), BMW 3 Series (em outras partes da Europa), Porsche, ou Volvo 700 series.

Carros de tração dianteira (FWD na sigla em inglês) não são permitidos em torneios de Drift. Automóveis de tração integral (nas quatro rodas) possuem Drift de ângulos bem

diferentes. D1 e outras competições profissionais não permitem carros AWD, porém carros como o Impreza e o Lancer podem ser convertidos para RWD para poderem competir nesses torneios.

O site DriftBrasil traz ainda dicas sobre como fazer Drift, principalmente para quem está começando a praticar a modalidade. São informações sobre como controlar o carro usando o acelerador, no caso de tração traseira, e ainda como fazer o veículo deslizar utilizando o freio de mão. A dica mais importante, contudo, é treinar bastante com o carro adequado e em locais apropriados, como autódromos.

• **TURBO**  
• **NITRO**  
• **ASPIRADO**

**Compre no interior com preço da capital!**

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

R. Viriato da Silva Viana  
nº143 | sala-01 | Boituva

(15) 3363-4644  
(15) 7835-1515  
nextel: 7\*16546





## Motores de mil cilindradas perdem espaço no mercado

*Sinônimo de economia – e baixa potência – os motores 1.0 já responderam por mais da metade dos automóveis comercializados no País.*

**C**ampeões de vendas entre os anos 90 e começo desta década, os automóveis com motores de 1000 cilindradas já responderam por mais de 70% das vendas de veículos no País.

Hoje, porém, perderam espaço e representam pouco mais de 46% (precisamente 46,2%) do mercado, segundo dados da Associação Nacional dos Fabricantes de Veículos Automotores (ANFAVEA), referentes a janeiro deste ano. A tendência de queda manteve-se nos meses de fevereiro e março, fechando este último com 45,5%, ou seja, uma retração de quase um ponto percentual em relação a janeiro.

Em 2010, por exemplo, o percentual fechou em 50,8%, com o menor nível contabilizado em dezembro (48%).

Para a ANFAVEA, a queda na participação dos veículos 1.0 nas vendas no mercado brasileiro de automóveis pode ser pontual e não está, necessariamente, relacionada às medidas adotadas pelo governo para frear o consumo. A entidade avalia que neste mês poderá ser feita uma nova avaliação da situação.

### Importados

Com a desvalorização do dólar, os veículos importados tiveram novo impulso no País, abocanhando uma fatia de mercado dos veículos populares. Em janeiro, esses veículos, – conside-

rando na conta também comerciais leves, ônibus e caminhões – responderam por 23,5% do total emplacado em janeiro, o maior patamar desde dezembro de 1998 (31%). O licenciamento é usado como referência para se saber o total de veículos comercializados no Brasil.

Mesmo com o dólar enfraquecido, a tendência de queda atingiu também os importados, que fecharam o mês de março com uma participação de 20,4% nas vendas.

A maior preocupação do setor é com a competitividade do produto brasileiro no exterior. As empresas querem exportar mais, mas o real fortalecido dificulta.

### Gargalo

A ANFAVEA está elaborando um estudo com os principais gargalos do setor para negociar mudanças com o governo federal, que se tornaram mais urgentes com a valorização do real. A previsão é que esse levantamento fique pronto ainda este ano.

### História e curiosidades

O reinado dos carros mil começou em 1990, quando houve a redução das alíquotas de IPI (Imposto sobre Produto Industrializado) para automóveis que possuíssem motor com configuração abaixo de 1000 cm<sup>3</sup> de cilindrada.

O primeiro carro que se beneficiou com a nova lei foi o Fiat Uno. O modelo tinha motor

com cilindrada abaixo de 1000 cm<sup>3</sup> (mais precisamente 994,4 cm<sup>3</sup>) e 48 cv de potência. Foi um dos mais baratos que já surgiram no mercado, uma vez que, além da motorização baixa, o compacto teve uma série de itens retirados para baratear o custo, como o encosto para a cabeça dos bancos, retrovisor externo ao lado direito e entrada de ar externa.

Entre os 10 modelos mais vendidos no Brasil, oito possuem opção de motorização 1.0: Volkswagen Gol, Fiat Uno, Chevrolet Celta, Chevrolet Classic, Fiat Siena, Fiat Palio, Ford Ka e Volkswagen Voyage.

Os populares mudaram bastante desde seu lançamento. Agora não estão mais baratos quanto antes e alguns chegam a ter potência de 80 cv, quase o dobro do que tinha o primeiro Uno Mille. Já foram vendidos 1.0 com até 112 cv de potência, com o Gol e Parati com motor 1.0 16V com turbo, lançados em 2000.

Em 2005, foi lançado no Brasil o primeiro 1.0 Flex. O Gol 1.0 Total Flex deu início ao segmento de modelos populares com possibilidade de receberem tanto álcool como gasolina.

O primeiro modelo 1.0 do Brasil foi também um dos primeiros automóveis produzidos no Brasil. O DKW-Vemag, depois chamado de Vemaguet, possuía um motor de três cilindros em linha com volume de 1,0 litro. Começou a ser produzido em 1958 e sobreviveu até 1967, quando a fábrica foi fechada.

## NOVIDADE DE ABRIL

PORTA AUTOMÁTICA EM AÇO INOX



www.setalserralheria.com.br  
setalserralheria@hotmail.com

Av. Salles Gomes, 156 - Tatuí  
Fone: 15. 3305-7000 | 3251-4519

**SETAL**  
PORTÕES AUTOMÁTICOS



**NACIONAL**  
SOLDAS  
MATERIAIS PARA SOLDAGEM E CORTE



**WHITE MARTINS**  
PRIMAR INC



Bicos de corte



Maçarico



Tocha MIG



Regulador de pressão



Arame MIG

Produtos originais White Martins você só encontra na representante autorizada

REPRESENTANTE

Tatuí • Itapeva • Boituva • Itapetininga

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

# O Mundo sem OSAMA BIN LADEN

**O**sama Bin Laden, o homem mais procurado do mundo, foi morto por militares americanos em uma mansão instalada na cidade paquistanesa de Abutabbad, em uma operação realizada no começo da madrugada do último dia 2 de maio.

Foram quase 10 anos de uma caçada humana sem igual, desde que a rede Al-Qaeda, fundada e comandada por Bin Laden, atacou as torres gêmeas do World Trade Center, em Nova York, no maior atentado terrorista da história, com mais de três mil mortos.

O mundo não é mais o mesmo desde 11 de setembro de 2001 e certamente haverá mudanças profundas depois de 2 de maio de 2011. Bin Laden mudou a história da humanidade durante a sua vida e também na morte.

Desde que fundou a sua rede terrorista e declarou guerra ao Ocidente e principalmente aos Estados Unidos, Bin Laden foi o responsável direto pela morte de centenas de pessoas.

Além disso, suas ações inspiraram outros ataques, como o antraz nas cartas americanas, logo após o 11 de setembro. Outros grupos que pregam o terror se espelharam na Al-Qaeda para cometer mais atos violentos. É o caso do ETA, que luta pela independência do País Basco (Espanha). Atualmente, o ETA renunciou à violência, mas especula-se que tenha dado suporte a Bin Laden nos atentados aos trens de Madri, a capital espanhola.

A comunidade internacional espera uma retaliação da rede terrorista. Não resta dúvida de que esta é uma possibilidade forte. O material encontrado na casa do terrorista indica que outros ataques já estavam sendo preparados. Com a confirmação da morte de seu líder, a Al-Qaeda também já avisou que haverá retaliação.



A organização não ficará acéfala. O médico egípcio Al Zawari, segundo em comando na rede terrorista, deve assumir o comando. Os Estados Unidos já o colocaram no topo da lista dos mais procurados.

Bin Laden teve o um fim previsível por causa das escolhas que fez em sua vida. Ele escolheu viver pela espada. E é sábio o ditado que diz que quem vive desta forma, morre do mesmo jeito. Ou seja, quem vive pela violência, morre de forma violenta.

Mas o mundo não é mais o mesmo. Embora nós ainda não tenhamos sentido as mudanças, elas virão. O reforço da segurança em diversos países e instituições, como embaixadas e con-

sulados, é o primeiro sintoma dos novos ventos que começam a soprar.

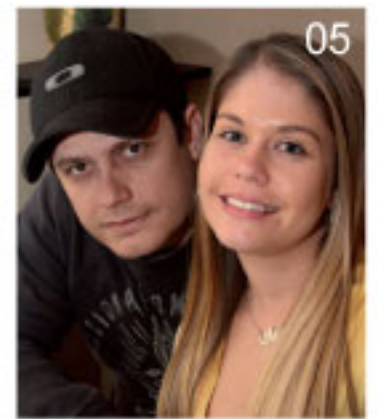
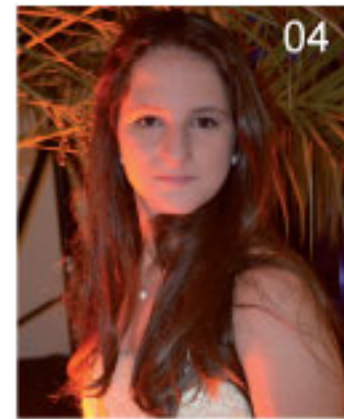
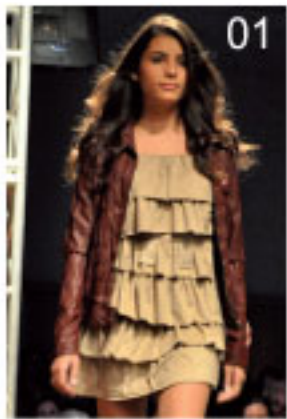
O mundo está melhor sem Bin Laden? Talvez, mas a grande questão é: a situação pode ficar pior do que está? Infelizmente sim! A morte do terrorista pode desencadear uma onda de violência. E enquanto o homem tiver esse imenso apreço pela violência e o completo desprezo pela vida de seu semelhante, a situação só pode piorar. Alguém duvida? Ou será que o número de casos de bebês abandonados em caçambas de lixo pelas próprias mães é um bom sinal? E olha que esta é uma situação que passa longe do terrorismo.

Para os que defendem ações terroristas como instrumentos válidos para a mudança do status é que fica a pergunta: alguém acredita mesmo que algo de bom pode surgir da matança de inocentes, simplesmente porque pensam diferente de nós, ou são de outra cultura, raça e religião? Não creio que alguém acredite nisso de verdade.

Alguém pode falar sobre uma obra social desenvolvida pela Al-Qaeda? O próprio Osama Bin Laden era multimilionário e não se tem notícias de que tenha ajudado instituições de caridade... E eu duvido que promovesse grandes mudanças se atingisse o poder um dia. Talvez implantasse a pena de morte pra quem cuspiasse na rua. Coisas do tipo. Quem sabe?

Nunca saberemos, mas que Bin Laden mudou o mundo duas vezes em menos de meio século, disto não se há dúvida. Mudou, só que para pior.

Agora, a comunidade internacional mais uma vez se vê às voltas com um futuro incerto, nebuloso. Vamos acompanhar atentamente o desenrolar dos fatos.



01 - Giovanna, Fashion Day, Rotary Club Tatuí; 02 - Pedro e Clóvis, Inauguração Digital Doc, Tatuí; 03 - Elvis cover, 6ª Festa das Nações de Cerquilho; 04 - Giuliana, Niver 15 anos; 05 - Júnior e Dani, Cazavelha Tatuí; 06 - Cristina, Marcelli, Valéria, Ana Cristina e Kátia, Jantar em homenagem aos 80 anos da Escola Estadual Barão de Suruí, Tatuí; 07 - 1ª Etapa do Campeonato Leste Paulista de Motocross, Tatuí; 08 - Camila e Giovana, Inauguração da Loja Dandah, Tatuí; 09 - NXzero, Ginásio Monteiro Lobato, Sorocaba

## Dia dos Namorados

# insiuante

moda íntima

**NOVA LOJA**

→ **R. Onze de Agosto, 205**

**R. Onze de Agosto, 370**  
Centro • Tatuí • Fone: 15.3251.3130

Visite nosso  
**Sex Shop**



10 - Jaque, Capitão XV, Tatuí; 11 - Adriana e William, Cazavelha, Tatuí; 12 - Luiz e Iracy, jantar em homenagem aos 80 anos da Escola Estadual Barão de Suruí, Tatuí; 13 - Daiane, Bia, Andressa e Agatha, Niver Rose, Colina das Estrelas Tatuí; 14 - Guilherme, Garotynho e Jhony Salles, niver André, Chácara do Cristo, Tatuí; 15 - Márcio, Jaqueline, Vânia e Du Pilon, 6ª Festa das Nações de Cerquilho; 16 - Senhoras da Casa da Amizade, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí



MÓVEIS PLANEJADOS



**11**  
anos

Móveis que você sempre sonhou.

15|3259-4500  
15|3251-7070



- Cozinhas
- Dormitórios
- Banheiros
- Home Theaters
- Home Offices
- Áreas de serviço
- Ambientes corporativos



17



18



19



20



21



22



23

17 - Lucimara, Silmara, Miriam e Regiane, Festa do Boi Sentado, Cerquilho; 18 - Cláudia, Fátima, Débora e Carolina, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 19 - Eliane e Augusto, Inauguração da Loja Dandah, Tatuí; 20 - Galera de Tatuí no show do Michel Teló, 42ª Expo Agro, Itapetininga; 21 - Ana Tereza e Juliano, Festa dos Filhos da Mãe, Clube 11 de Agosto, Tatuí; 22 - Karina e Olga, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 23 - Juiz Marcelo Nalesso Salmaso, projeto "Conversando com o Judiciário", EMEF Eunice Pereira de Camargo, Tatuí

**Cazavelha**

Cazavelha, o seu lugar para Petiscar, Namorar, ouvir música ao vivo e tomar Chopp.

Agora com **HAPPY HOUR e Pratos Executivos**

Praça da Bandeira, 26  
Ao lado do Cinema  
| 15 | **7811-9938**

**Schmidt**  
DECORAÇÃO E LOCAÇÃO

Decoração e Locação de Objetos para Festas

Casamentos

Festas de 15 anos

Eventos em Geral

Camila 15.9128-5037  
Gilda 15.9709-4300  
Nei 15.9750-9363  
Helder 15.9722-7336  
15.9640-4939  
Comercial 15.3305-3716

R. Demétrio Luciano de Campos, 65  
Jd. XI de Agosto - Tatuí-SP

CONTE COM A MELHOR EQUIPE DE DECORAÇÃO DE TATUÍ E REGIÃO.



24



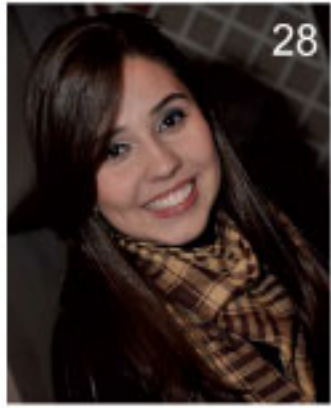
25



26



27



28



29



30

24 - Raphael, Giuliana, Rolando, Helena e César, niver 15 anos Giuliana; 25 - Natali, Juliana e Rose, niver Rose, Colina das Estrelas, Tatuí; 26 - 4ª Corrida Solidária em prol à Campanha do Agasalho 2011; 27 - Rafael e Renata, Festa do Boi Sentado, Cerquilho; 28 - Isabela, Capitão XV, Tatuí; 29 - Lairiane, Jaisse e Patrícia, Cazavelha, Tatuí; 30 - Oscar e Eder, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí

**resulty**

# Demonstre todo o seu amor!

Alguém que te ama tanto merece o melhor presente no seu dia. As Óticas Dez preparou uma linha de relógios, óculos de sol e de grau das melhores marcas e modelos para você presentear o seu amor.

Venha conferir!

**12 DE JUNHO - DIA DOS NAMORADOS**

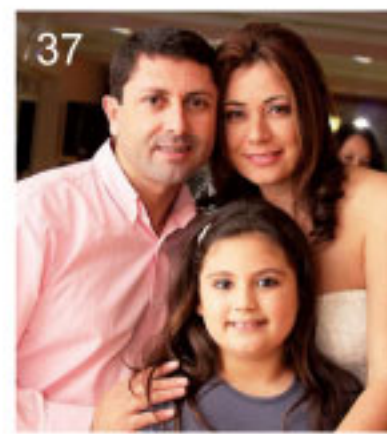
TUDO EM 10X

EMPORIO ARMANI | ORIENT | GUESS | CITIZEN | MAGNUM | DUMONT | CASIO

**ÓTICAS Dez**

WWW.OTICASDEZ.COM.BR

BOITUVA | CERQUILHO | TATUÍ | TIETÉ



31 - Marcelo, Eduarda e Patricia, jantar em homenagem aos 80 anos da Escola Estadual Barão de Suruí, Tatuí; 32 - Jéssica, Capitão XV, Tatuí; 33 - Luciano, Iramaia, Andressa e Jordão, Cazavelha, Tatuí; 34 - Adriana e Caetano, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 35 - Mariana, Camila e Ricardo, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 36 - Fabiana, Luciana e Cidinha, Inauguração da Digital Doc, Tatuí; 37 - Moura, Rose e Ana Laura, niver Rose, Colina das Estrelas, Tatuí

# Outlet

Beachwear  
Nightwear  
Underwear

As melhores marcas  
de moda íntima e moda  
praia com preços imperdíveis.

Valisere+

CIA.MARÍTIMA

AGUA  
DOCE

CLASSIC

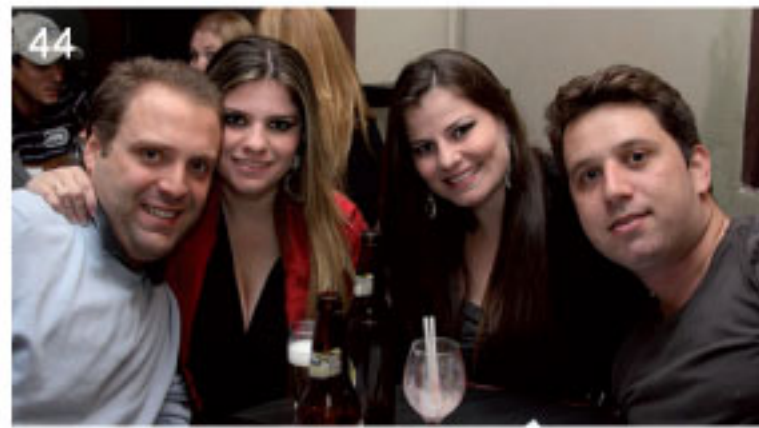
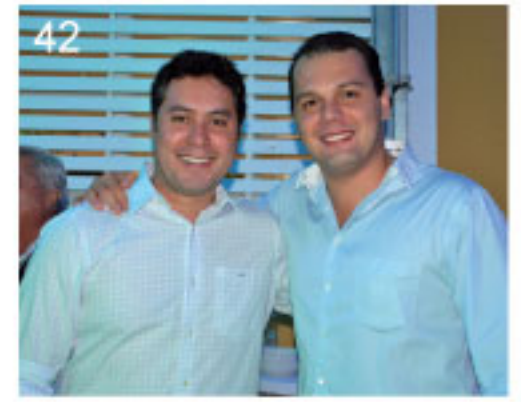
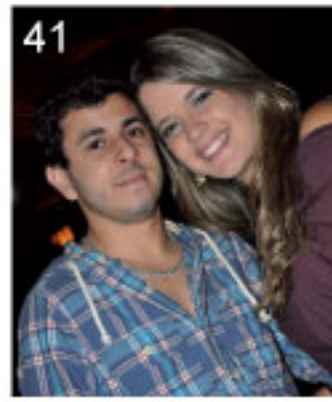
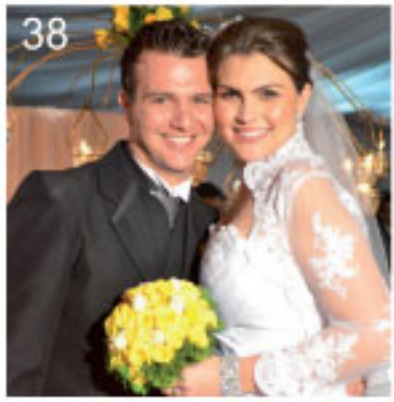
Valfrance

Venha  
Conferir!

Soutiens a partir de R\$ 14,90  
Calcinhas a partir de R\$ 6,90  
Coleção Inverno Cia. Marítima  
Biquinis e Maios Cia. Marítima  
a partir R\$ 49,90

R. Cel Lúcio Seabra, 582  
Centro - Tatuí  
15.3251-7322





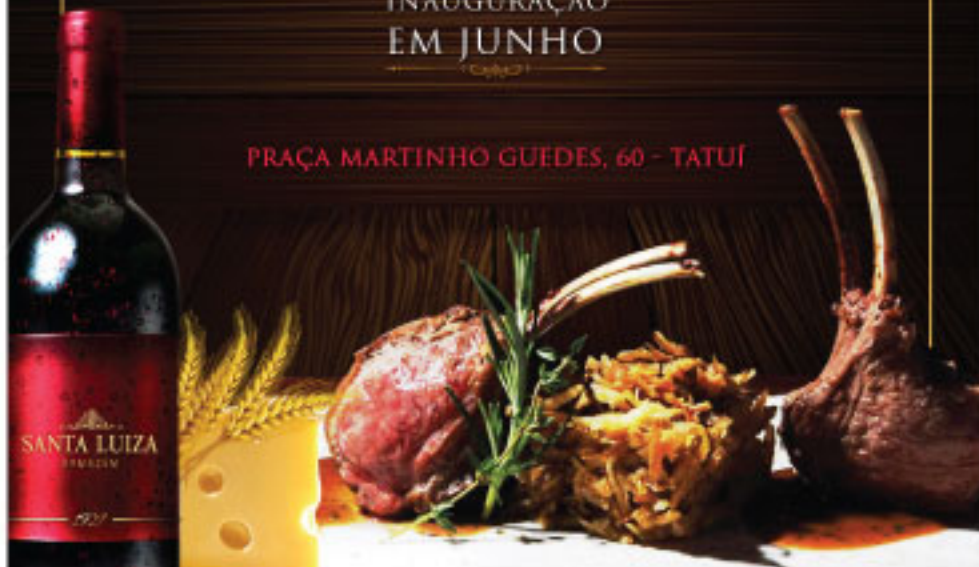
38 - Casamento André e Chris, Chácara São Francisco, Tatuí; 39 - Marina, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 40 - Viviane e Ponce, Festa à Fantasia, Laranjal Paulista; 41 - Flávio e Taís, Festa dos Filhos da Mãe, Clube 11 de Agosto, Tatuí; 42 - Ricardo e Fabrício, Inauguração da Digital Doc, Tatuí; 43 - Danilo, Talita, Luciana e Ricardo, República Botequim, Tatuí; 44 - Maurício, Ana Carolina, Ana Paula e Anderson, Cazavelha, Tatuí; 45 - Theodora, Lucila e Maria Eduarda, Inauguração da loja Dandah, Tatuí

O MELHOR EM ALTA  
GASTRONOMIA COM  
UMA PITADA DE REQUINTE.

**SANTA LUIZA**  
ARMAZÉM

INAUGURAÇÃO  
EM JUNHO

PRAÇA MARTINHO GUEDES, 60 - TATUI



**LOCAÇÃO**

SALA, 2 QUARTOS, 2 BANHEIROS, 2 COZINHAS  
(sendo uma com Forno a Lenha, Forno para PIZZA e Churrascaria).

PISCINA AZULEJADA COM VESTIÁRIO E BANHEIRO.

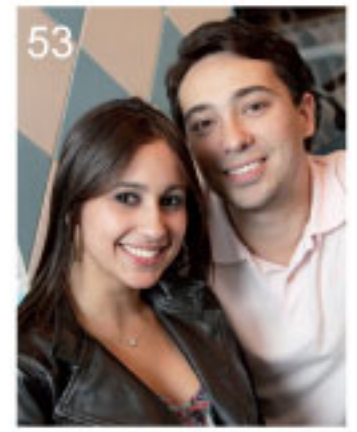
AMPLA ÁREA VERDE COM 2 QUIOSQUES.

CAMPO DE FUTEBOL.

**CHÁCARA PARA  
EVENTOS EM GERAL**

BAIRRO SANTUÁRIO - TATUI/SP  
INFORMAÇÕES E RESERVAS:  
15.3251-5518  
15.9142-4901 | 15.9142-4910  
HUMBERTO OU SÍLVIA





46 - Fabrício e Ana Paula, Inauguração da Digital Doc, Tatuí; 47 - Letícia e Maria Carolina, Viernes, Itapetininga; 48 - Carlos, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 49 - Sonia, Juliane, Val, Vanessa, Solange, Celia e Carolina, Casamento André e Chris, Chácara São Francisco, Tatuí; 50 - 4ª Corrida Solidária em prol à Campanha de Agasalho 2011, Tatuí; 51 - Marisa, Eunice, Renata e Denise, jantar em homenagem aos 80 anos da Escola Estadual Barão de Suruí, Tatuí; 52 - João Pedro e Giovanna, Festa dos Filhos da Mãe, Clube 11 de Agosto, Tatuí; 53 - Kate e Júnior, República Botequim, Tatuí

# PONTO & VIRGULA

AQUEÇA O CORAÇÃO  
DO SEU AMOR  
COM PRESENTES  
DA PONTO & VIRGULA

Tudo facilitado **6x** em até **10%** desconto  
à vista



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

R. José Bonifácio, 881 15.3251-3314

## DIA DOS NAMORADOS

*Nefertitisex*  
Onde a Bela é Você!

Nesse dia dos Namorados  
nós temos o melhor presente  
para sua alma gêmea.

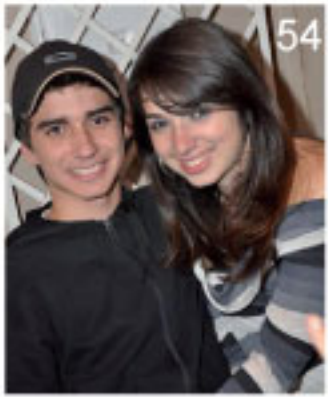
Por isso preparamos  
uma promoção especial.

Nas Compras acima de  
R\$ 50,00 você concorre  
a uma cesta com produtos  
sensuais e uma linda lingerie.



Seu amor vai adorar a ideia...  
**Lingerie, Acessórios e Sex Shop**  
**Venha nos fazer uma visita!**

Rua: Camilo Thame, 37 Centro - Boituva  
Tel. (15) 3263.1875



54



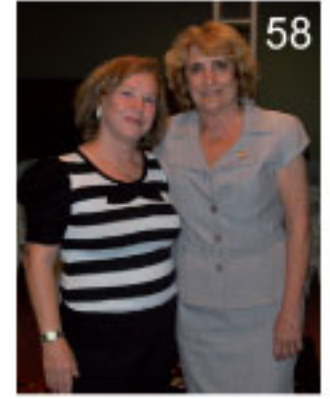
55



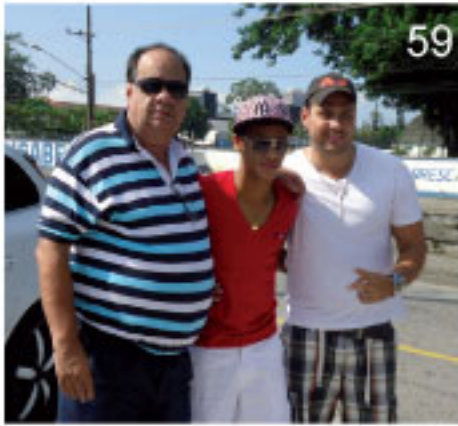
56



57



58



59



60



61

54 - Thiago e Rafaela, Capitão XV, Tatuí; 55 - NXzero, Ginásio Monteiro Lobato, Sorocaba; 56 - Fernanda e Alexandre, Inauguração da Digital Doc, Tatuí; 57 - Luciano em treinamento da Amarula no Restaurante Outback, São Paulo; 58 - Heloísa e Bete, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 59 - Zé Amaro, Neymar e Fabrício, visita ao Centro de Treinamento do Santos Futebol Clube; 60 - Valéria, Cleide, Eliane, Sofia e Eliana, Inauguração da loja Dandah, Tatuí; 61 - Ronaldo, Viviane, Kátia e Adri, República Botequim, Tatuí

CONVENIÊNCIA  
FINESS

ABSOLUT  
Country of Sweden  
VODKA



Pça. CESÁRIO MOTA, 140  
Praça do Junqueira | Centro | Tatuí  
(15) 3251.9633

Segunda a Quinta  
das 9h às 23h  
Sexta e Sábado  
das 9h à 01h

Quer comer  
coisa boa??

o Gordinho entrega pra você!  
de segunda a segunda



Pizzas, Lanches e Massas

LANCHES  
E  
MASSAS  
Rondelli  
Canelone  
Lasanha  
entre outras



DISK  
15. 3305-1677

Rua. José Ribeiro de Menezes, 10 - Tatuí



62 – 4ª Corrida Solidária em prol à Campanha do Agasalho, Tatuí; 63 – Guilherme, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 64 - Cristiane e Fernando, Festa à Fantasia, Laranjal Paulista; 65 – Júlio Costa, Celso, Fabrício, Ricardo, Marcos, Jarbas, e Oswaldo, Inauguração da Digital Doc, Tatuí; 66 - Ricardo, Lucas, Giovani, Victor e Carol, show do Michel Teló, 42ª ExpoAgro, Itapetininga; 67 - Denise, Débora e Samara, Rota 11, Tatuí; 68 - Eunice, Angela, Moacir, Edna, Nancy, Cláudia, Larissa, Bruna e Vânia, jantar em homenagem aos 80 anos da Escola Estadual Barão de Suruí, Tatuí

## Pizzaria Maranata



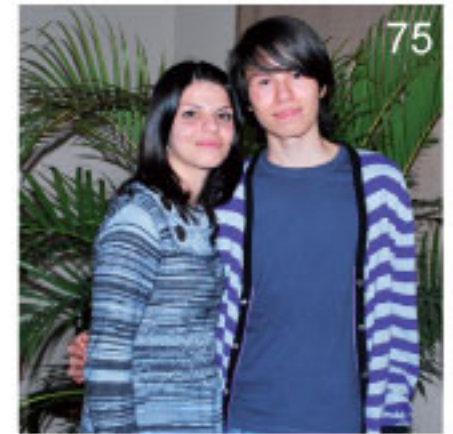
Confira as pizzas.  
Cardápio de dar água na boca.

**Pizza**  
**Grande**  
**Média**  
**Pequena**

**Rodízio**  
**de Sopas**  
de Terça a Domingo

**DISK PIZZA**  
**15.3259-0784**

Rua Treze de Fevereiro, 80  
Centro | Tatuí



69 - Integrantes da Banda Sexta Dimensão, niver Rose, Colina das Estrelas, Tatuí; 70 - Iriana, Valdevez, Priscila e Ellen, Churrascaria O Costelão, Tatuí; 71 - Viviane e Bossolan, Jantar em homenagem aos 80 anos da Escola Estadual Barão de Suruí, Tatuí; 72 - Tainá, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí; 73 - Samara, Festa à Fantasia, Laranjal Paulista; 74 - Vanessa, Juliane, Célia, Caroline e Jackeline, Casamento André e Chris, Chácara São Francisco, Tatuí; 75 - Natália e Gustavo, Fashion Day, Rotary Club, Tatuí

Rua Cônego Demétrio, 234 - Tatuí-SP  
Tel.: 15 3251-6918

*Tchu Belha*

*Festa & Arte*  
Locação de Artigos para Festa

**TEMOS TODOS OS APARATOS PARA SUA FESTA DESDE:**

- pratos
- talheres e talheres de serviço
- taças e copos
- rechauds inox e prata
- travessas  
(inox, porcelana, cerâmica)
- toalhas
- sobretoalhas
- capas de cadeira
- mesas
- cadeiras de plástico e ferro

**Fone: 15.3251.4333**  
R. Maneco Pereira, 91 • Centro • Tatuí

# Pé de Moleque



É tempo de festa junina, e junto com ela vêm muitas comidas típicas e especiais do interior que dão água na boca só de imaginar. E para saborear esse gostinho, recebemos, da nossa leitora Maria, a receita de um pé de moleque delicioso e fácil de fazer, para você experimentar e oferecer para os seus convidados. Aproveite você também essa delícia!

## Ingredientes:

4 xícaras (chá) de amendoim torrado e sem pele  
1 lata de leite condensado  
4 xícaras (chá) de açúcar  
Manteiga para untar

## Modo de Fazer:

Coloque o açúcar em uma panela ao fogo médio, até que ele caramelize. Assim que ele estiver começando a caramelizar, adicione a lata de leite condensado e continue mexendo. Quando ambos estiverem formando um creme, coloque o amendoim, aos poucos, e mexa até que ele se misture com o creme.

Coloque em uma assadeira ou pedra de mármore untada com manteiga, deixe esfriar e corte.



Quer ver sua receita nas páginas da Hadar? Faça como a nossa querida leitora Maria Araci Pascoal, da cidade de Tietê, envie um e-mail para [jornalismo@revistahadar.com.br](mailto:jornalismo@revistahadar.com.br) e brilhe com a gente.

**PAIÓL CAIPIRA**  
PAIÓL CAIPIRA RESTAURANTE

REFEIÇÕES  
ABERTO todos os DIAS

Estrada Tatuí - Cesário Lange km 33.1 Tatuí/SP 15 3205-2924 3251-3845 9745-4471

# DARLING

MA BELLE

*Lavanira*  
PRESENTES

R.13 de Fevereiro, 173 - Tatuí  
|15| 3251-9131/3251-5432

*Casa  
Rosa*

R.Dr. Campos - Cerquilha  
|15| 3384-1662

# TAPEMAG

Sua loja de peças e borrachas.

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

**Cortadores e Aparadores  
de GRAMA**



**Lavadoras  
Karcher**



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