



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$4,90

75 anos

Sucesso e Brilho

ANO 8 • EDIÇÃO 85 • DEZEMBRO DE 2014



Política:

Será que o país está realmente dividido?

Adoção:

É doação, um ato pleno de amor

São Silvestre:

A tradicional corrida chega a sua 90ª edição

Parabéns, revista Hadar! Que Deus continue abençoando esse trabalho Lindo.

Susi Almir Honório

Eu Li ontem a matéria de capa, muito bom.

Jonatan Silveira

Parabéns! Vocês merecem, pois a Hadar é maravilhosa! Beijos.

Rose Pozitel

Parabéns, revista Hadar... Sucesso sempre!

Sonia Rocha

Parabéns, Bernadete, você merece sempre todo sucesso! Adoro quando chego em casa e vejo que a Hadar Tatuí já chegou! Beijos.

Cássia Peixoto Guidon

Uma matéria super interessante sobre "A busca pelo corpo perfeito", em que eu tive a honra de compartilhar com vocês... minhas opiniões em um tópico exclusivo! Agradeço à jornalista Ana Luiza Schiffers pela oportunidade!

Bru Quevedo

Parabéns pelos sete anos e que venham mais sete e mais sete e mais sete... Beijos!

Cláudia M. Barg Pettinelli

HADAR...! Com certeza cheia de novidades e informações importantes pra sociedade!!!! Abraços.

Virginia Camargo

Parabéns, equipe Hadar... Linda edição... Como sempre!!!

Veridiana Pettinelli

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

Almir Hessel

Parabéns para Hadar Tatuí... Ou melhor, parabéns para nós, leitores, por ter uma revista hiper, mega, maravilhosa... Beijos a todos!

Josieli Camargo

Gostaria de deixar, aqui, registrado o quanto é bom ler os textos escritos por Julio Cesar Gomes, textos que sempre nos fazem refletir, enriquecem nosso conhecimento e o melhor de tudo, Julio escreve de uma forma que não dá vontade de parar de ler, e faz com que fiquemos sempre com vontade de "quero mais".

Alecéia Benvenuto

Parabéns, minha amiga Bernadete!! Você e guerreira e vencedora!! Ama o que faz!!! Beijos à revista Hadar.

Claudia Heloise Rauscher

Parabéns, Bernadete!! Com toda sua garra e dedicação, a Hadar vai ser sempre um sucesso!! Beijos.

Ana Paula Strufaldi Medeiros

Desde já, parabéns, Hadar Tatuí!

Lú Dantas Peixoto

DATAS COMEMORATIVAS

2014

Dezembro

- 01 – Dia Internacional de Combate à AIDS/Dia do Casal
- 02 – Dia Nacional de Astronomia/Dia do Advogado Criminalista/
Dia Nacional do Samba/Dia Nacional das Relações Públicas
- 03 – Dia de São Francisco Xavier/Dia Internacional da Luta dos Portadores
de Deficiência/Dia do Seleccionador de Pessoa/
Dia de Combate à Pirataria
- 04 – Dia do Orientador Escolar/Dia do Podólogo/
Dia Mundial da Propaganda/Dia do Orientador Educacional
- 05 – Dia da Cruz Vermelha
- 06 – Dia de São Nicolau/Dia do Madeireiro
- 07 – Dia Internacional da Aviação Civil
- 08 – Dia do Cronista Esportivo/Dia Nacional da Família/Dia da Mulata
- 09 – Dia do Fonoaudiólogo/Dia do Profissional de Culinária
- 10 – Dia do Palhaço/Dia Internacional dos Direitos Humanos
- 11 – Dia do Arquiteto/Dia do Engenheiro/Dia do Evangélico/Dia do Tango/
Dia Internacional das Montanhas
- 13 – Dia do Avaliador/Dia do Cego/Dia do Marinheiro/
Dia do Lapidador/Dia do Pedreiro
- 14 – Dia Nacional da Ópera
- 15 – Dia do Jardineiro/Dia do Jornaleiro
- 16 – Dia do Teatro Amador/Dia do Reservista/Dia de Santa Adelaide
- 17 – Dia de São Lázaro/Dia do Presbiteriano
- 18 – Dia Internacional do Imigrante
- 20 – Dia da Bondade/Dia do Mecânico
- 21 – Dia do Artista Profissional/Início do Verão no Hemisfério Sul/
Início do Inverno no Hemisfério Norte
- 22 – Dia da Consciência Ecológica
- 23 – Dia do Vizinho/Dia do Atleta Amador/Dia da Carteira de Habilitação
- 24 – Dia Nacional do Órfão /Dia Universal do Perdão
- 25 - Dia de Natal
- 26 – Dia da Lembrança/Dia de Santo Estevão
- 28 – Dia do Salva-Vidas
- 30 – Dia de São Sabino
- 31 – Dia da Esperança/Dia de São Silvestre

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

Carta ao leitor

Prezado leitor, dezembro sempre é um mês especial, Natal, Fim de Ano, época em que as pessoas se tornam mais solidárias, refletem sobre tudo o que passou e já se preparam para o ano novo que está por vir, tudo isso faz parte desse mês. Para nós, da revista Hadar, além de tudo isso, é muito mais do que especial, estamos contagiados pelo brilho e sucesso dos 7 anos da nossa estrela! Uma longa jornada... Estamos entrando em nosso oitavo ciclo, inicia-se mais uma nova corrida, agora, cabe a nós vencermos mais uma maratona. Temos a certeza de que, com a confiança, o carinho e a força que recebemos de nossos leitores, clientes, colaboradores e amigos, executaremos com êxito nossa missão, que é, foi e sempre será a informação! Começou como um sonho e, certamente, continuará por muitos anos...

Esse brilho que irradia e reflete nos quatro cantos é para você, caro leitor, fiel companheiro que nos acompanha desde a primeira edição e nos motiva para que, a cada dia, brilhemos mais e mais... E é com essa luz, essa energia positiva, que preparamos mais esta edição que está recheada de assuntos interessantes, os quais lhe ajudarão no seu dia a dia.

Sabe, a vida é formada de acertos e erros, muito do que está sendo feito, em 2014, pode ser colocado na balança e, assim, ser aperfeiçoado em 2015. Refletir sobre acontecimentos do passado poderá tornar um futuro melhor, por isso, estude sua trajetória.

Nós somos formados de várias vidas, somos filhos, pais, colegas de trabalho, namorados (as), esposas, maridos, mas, acima de tudo, somos humanos, com sentimentos, desejos, vontades e vivemos na esperança de um tempo melhor.

Nossa mensagem de fim de ano para você, que sempre acreditou em nosso trabalho, esteve presente durante todo o ano e, certamente, estará conosco em mais este que se inicia, é que nunca lhe faltem garra, determinação, sinceridade, prosperidade e muito amor... Que a hipocrisia, a falsidade, a derrota, entre outras coisas mais, afastem-se dos nossos corações e mentes. Que possamos transformá-las somente em vitórias. Pois vencer desafios da vida depende das escolhas de cada um. Se cair, levante, erga a cabeça e siga em frente!

É isso aí, caro leitor, esperamos que goste desta edição que está mais do que especial, afinal, foi preparada para você!

		MODA
		SPFW: Saiba o que aconteceu na mais importante semana de moda da América Latina 22
QUALIDADE DE VIDA		
Câncer de próstata: O diagnóstico precoce da doença pode salvar vidas 51		
		CULTURA
		Cururu: A cultura de um povo, uma história cantada e representada através das trovas e danças 54
AUTOS&CIA		
Salão do Automóvel mostra maturidade do mercado brasileiro 70		
		UNIVERSO TEEN
		Filhos: Esforçados ou inteligentes? 64

EXPEDIENTE HADAR

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

Jornalista/Redação
Ana Luiza Schifflers e Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705

Atendimento
Juliana Souza
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Marry Calvino

Criação/Diagramação
Elmec Comunicações
Claudio S. dos Santos
Leonardo Manis Casarini
diagramacao@revistahadar.com.br
arte@revistahadar.com.br

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

Anúncios e Publicidade
Claudio Elmec
R. Sete de Maio 150 -sala 03 - Tatuí
(15) 3259 7014 – 3259 5937 – 3259 4543
99144 8747
comercial@revistahadar.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br

Empresa Responsável
Editora Camargo & Cia Ltda.
Rua 7 de Maio, 150 – sala 03 – Tatuí
(15) 3259-4543
revistahadar@gmail.com

Colaboradores
Veridiana Pettinelli, Luis Carlos Magaldi,
Maria do Carmo M. Ramos, Ivan Maia,
Roberta Lorenzetti Lourenço, Roberto
Massuo Nakatsubo, Julio César, Sandra de
Brito, Juliana Serra Yamamoto Soares, Andrea
Liette Camargo, J. M. Rigolon, Walquíria
Bezerra, Aline Fernanda Simões
e Marcelo Nalesso Salmaso

Agradecimentos
Todas as fontes entrevistadas

Distribuição
Boituva, Capela do Alto, Cerquillo, Cesário
Lange, Iperó, Itapetininga, Laranjal Paulista,
Pereiras, Quadra, Tatuí, Tietê, Porto Feliz.

Tiragem
8.000 exemplares

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

Aconteceu, no Lar São Vicente de Paulo de Tatuí, dia 23 de novembro, o 3º Almoço Solidário “churrasco à moda Gaúcha”, em prol das obras assistenciais.

A comarca de Boituva ganhou, no dia 27 de novembro, o seu primeiro Centro Judiciário de Solução de Conflitos e Cidadania (Cejusc). O serviço é gratuito e deve atenuar a demanda processual judiciária nas varas da comarca, além de oferecer um atendimento célere, diferenciado e eficaz para à população de Boituva e Iperó.

No dia 27 de novembro, aconteceu, na cidade de Itapetininga, um jantar de confraternização para a entrega do prêmio “Destaque Empresarial”, organizado pela empresa Vena Focus Pesquisa e Marketing.

Aconteceu, entre os dias 20, 21, 22 e 23, na A.A.XI de Agosto, na cidade de Tatuí, o JOPRI (Jogos Paulistas de Relações Internacionais). Estiveram presentes no evento as faculdades FAAP, PUC, USP, FMU, FASM, FACAMP e FIRB.

vai ter

A academia La Danse Studio, da Cidade de Cerquillo, apresenta, no seu 27º Festival de Dança, o “Musical Shrek”, nos dias 13 e 14 de dezembro de 2014, no Teatro Municipal de Cerquillo, às 20h30. Informações: (15) 3284-1454.

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

O GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí) entrará em recesso e retornará no dia 24 de fevereiro, às 19h, no Buffet e Gastronomia Claudia Rauscher, em Tatuí. Informações: (15) 3251-8520.

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

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

Em Tatuí, o ano de 2015 é último ano do curso de libras (Língua Brasileira de Sinais) na AST (Associação Surdos de Tatuí), quanto mais pessoas souberem LIBRAS, melhor para os surdos. Informações: (15)99850-5050/3305-6328 ou tilibras@hotmail.com

A aula de atividade física oferecida pelo CRAS (Centro de Referência de Assistência Social) de Boituva anunciou que, além das quintas-feiras, as aulas acontecerão também às terças-feiras, no mesmo horário: das 8h às 9h. Informações: (15) 3263.5308.

No mês de dezembro, acontece, na cidade de Boituva, uma programação especial para o Natal: Exposição de ícones Sacros, que terá como tema “E o Verbo se fez Carne e habitou entre nós”, dia 12, 20h, no antigo prédio do SESI da Praça da Matriz; do dia 13 ao 21, o público poderá visitar gratuitamente a exposição, das 18h às 22h; dia 13, 20h, desfile de Natal que terá a presença da caravana Coca-Cola, a abertura da Vila de Natal, coro “Canta Boituva” e a programação segue até o dia 21, trazendo vários agrupamentos musicais de estilos variados e todos relacionados com o tema natalino. Informações: (15) 3363.8802 ou (15) 99787.5082

Acontece, em Tatuí, na Igreja Matriz Nossa Senhora da Conceição, na Praça da Matriz, dia 13, 19h30, Recital de Conclusão de Curso de Canto Lírico (Aperfeiçoamento) e dia 18, 19h, Orquestra Sinfônica do Conservatório de Tatuí e como soprano Angélica de La Riva, João Maurício Galindo, regência. Informações: (15) 3205-8444

Desde o dia 03 de novembro, o PROCON (Órgão de Proteção ao Consumidor) da cidade de Tietê está funcionando em um novo horário: de segunda a sexta-feira, das 12 às 17h. O Procon se localiza à Rua Bento Antônio de Moraes, 78, Centro. Informações: (15) 3282-1575 ou www.procon.sp.gov.br ou e-mail: procon@tiete.sp.gov.br.

No dia 7 de dezembro, em Boituva, será realizada a 1ª Corrida e Caminhada do Recanto Maravilha, para corredores masculino e feminino, em três categorias: Pré-Mirim (6 a 12 anos); Mirim (12 a 16 anos) e Principal (acima desta idade). As inscrições podem ser realizadas na sede da Secretaria Municipal de Esportes e na sede da Associação de Moradores. No dia da corrida, cada atleta inscrito deve levar o comprovante da inscrição, um documento com foto e um quilo de alimento não perecível (exceto sal e fubá). Informações: (15) 3363.8802 ou (15) 99787.5082.

Acontece, no Teatro Procópio Ferreira, no mês de dezembro, na cidade de Tatuí: dia 6, 15h, Dois Corações e Quatro Segredos, 18h, Fragmentos Sobre a Liberdade, Um Recorte de Dois Perdidos Numa Noite Suja, 20h30, Esse Trem Chamado Desejo; dia 7, 15h, O Menino Que Virou História, 20h30, dias 09, 10, 11, 19h30, Mostra de Encerramento de Ano Letivo da Área de Iniciação Musical. Acontece também no Salão Villa Lobos: dia 6, 9h, Recital da Classe de Percussão Sinfônica, 15h, Recital de Alunos da Classe de Viola; dia 11, 19h, Recital da Classe de Violoncelo; dia 12, 19h, Harpeando, Recital de Alunos da Classe de Harpa. Informações: (15) 3205-8444 ou diretamente no conservatório que fica na Rua São Bento 415.

Acontece, no Teatro Municipal de Cerquillo, no mês de dezembro: dia 7, 20h, Festa dos Deuses, espetáculo de dança; dia 13 e 14, 18h30, musical Shrek, espetáculo de dança. Informações: (15)33842634.

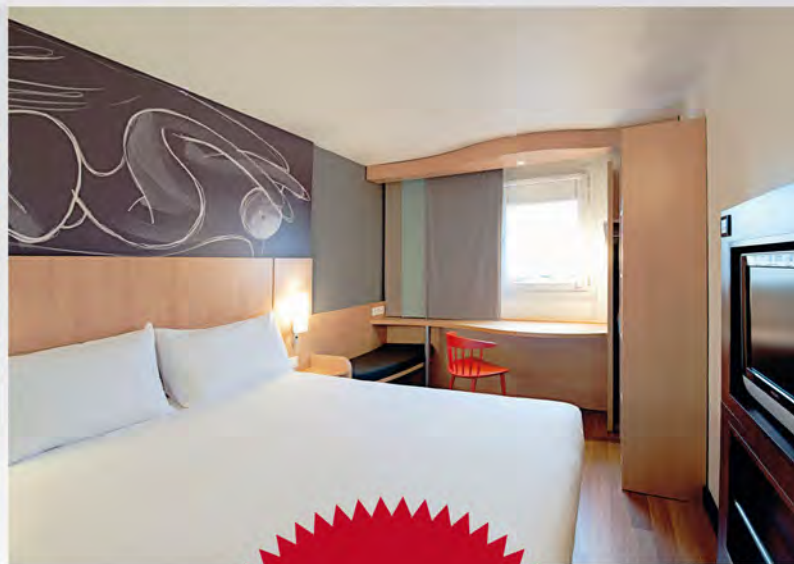
De 1 a 3 de dezembro, acontece, no Anhembi, em São Paulo, o evento Latino Americano de negócios com exposição de palestras, oficinas e estandes (tecnologia, reciclagem, compostagem, logística reversa e tratamento de resíduos). Tem como objetivo a divulgação do trabalho de catadores de lixo junto a empresas e a disseminação do conhecimento e tecnologias para a gestão eficiente de resíduos sólidos. Informações: www.expcatadores.com.br





Condohotel Cedros Ibis Tatuí

SENHAONLINE.COM.BR



**OBRAS
INICIADAS**

*imagens meramente ilustrativas



grupo
cedros



ACCOR

CENTRAL DE ATENDIMENTO GRUPO CEDROS

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

Projeto aprovado pela Prefeitura Municipal de Tatuí, processo nº 3287/14, alvará nº 783/14, expedido em 29/09/2014.

CADASTRO E INFORMAÇÕES

15 99137-7770



ASUS apresenta *smartphone* desenvolvido para o Brasil

Fabricante apresenta aparelhos equipados com processadores Intel e sistema Android para o mercado brasileiro

Conhecida como fabricante de placa mãe e depois de *notebooks*, a ASUS traz para o Brasil uma linha de *smartphone* que promete unir luxo, sofisticação e alto desempenho, e tudo isso por um preço acessível.

Com a linha Zen, que disponibiliza o ZenFone5 e ZenFone6, a empresa oferece, ao consumidor brasileiro, aparelhos que trazem processador Intel e sistema Android otimizado (mais de mil otimizações, segundo a ASUS).

A empresa redesenhou o *Launcher*, focando na clareza de imagens, fontes e legibilidade, além de uma cara mais visual para a área de “Configurações Rápidas”. Os engenheiros da ASUS garantem que a tecnologia usada na câmera do *smartphone* (batizada de PixelMaster) proporciona uma qualidade de foto comparável ou superior às câmeras digitais. Lembrando que o ZenFone 5 (com uma câmera de 8MP) e o ZenFone 6 (13MP) utilizam lentes Largan (entre as melhores do mundo e utilizadas pela Apple) com abertura de f2.0.

Mais qualidade nas fotos

Ainda no quesito câmera, encontramos a tecnologia chamada *PixelMerging*, que combina 4 pixels próximos em um super-

pixel para aumentar a qualidade da foto em até 4 vezes, deixando a imagem mais brilhante. E para evitar o ruído digital, a tecnologia PixelPerfect aumenta o contraste e saturação. Segundo estudo feito pela própria equipe da ASUS, a tecnologia PixelMaster venceu o Sony Xperia Z1, iPhone 6 Plus, Galaxy S5, Moto G e Lumia 1020 em brilhos, detalhes e nitidez em fotos tiradas com pouca luz. Toda a linha ZenFone traz 9 filtros e 18 modos especiais.

Observando as características de cada modelo, individualmente, temos o ZenFone 5 com tela de 5 polegadas e resolução HD (1280x800 pixels), processador Intel CloverTrailPlus dual-core a 2GHz, 1 GB de memória RAM, 8GB para armazenamento interno, bateria de 2.110 mAh e câmera traseira de 8MP.

O ZenFone 6, que ainda será lançado, oficialmente, em solo verde e amarelo, trará uma tela de 6 polegadas com resolução HD, processador Intel dual-core a 2GHz, 1 GB de memória RAM, 8GB/16GB de memória interna, câmera traseira de 13MP e bateria de 3.300 mAh. Ambos os modelos contam com Gorilla Glass 3 para proteger a tela contra riscos. Também já foram apresentadas as capas intercambiáveis com cores e

acabamentos diferentes, além de capas estilo “View Flip”.

Conectividade

Os dispositivos não trazem conexão 4G. Em vez disso, a ASUS optou por uma solução chamada DC-HSPA+ que ajuda a manter o preço mais acessível, e mesmo não contando com a tecnologia LTE, a ASUS incorporou duas antenas 3G (daí o DC - de Dual Channel) para garantir alcançar velocidades de download de 42MB.

Sistema e recursos

Na parte do *software*, temos o Android 4.3 Jelly Bean com disponibilidade de atualização para o Android 4.4 KitKat. E funcionalidades interessantes deverão agradar os usuários da marca. A opção de *RemoteLink* permite controlar o computador usando o *smartphone*. O *ShareLink* permite compartilhar fotos, arquivos e aplicativos com outros dispositivos Zenfone, sem utilizar WiFi, 3G e *Bluetooth*. O PC Link permite, com um cabo USB, espelhar a tela do seu *smartphone* para o computador e controlá-lo a partir desse equipamento maior. Ou seja, é possível escrever uma mensagem do *WhatsApp* com o teclado do PC.

vivo

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

Tatuí Telecom



Vivo. Líder absoluta em 4G no Brasil.



Aparelho Moto G 4G

12x SEM JUROS

de R\$42,00 /mês

No Smartvivo 500MB

- Tela HD de 4,5";
- Velocidade Quad-Core;
- Memória de 8 GB.



Aparelho Iphone6 16GB

12x SEM JUROS

de R\$208,25 /mês

No Smartvivo 4GB

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

Aproveite com Multi X Vivo A partir de R\$29,99 /mês

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

Telefônica

No Mais Vivo. Saiba mais em vivo.com.br/4G

vivo Conectados vivemos melhor.



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

Que Tipo de Árvore Sou Eu?

*Você pode fazer toda
diferença no ambiente onde
vive e trabalha.*

A natureza, além de linda, é muito sábia. Vejamos um exemplo disso: a árvore.

Tudo começa com uma semente que germina e nasce uma plantinha frágil, antes de querer crescer para o alto, lança suas raízes em direção ao solo, em busca de todos os nutrientes que possam torná-la uma árvore frondosa.

Depois, trata de tornar seu caule em um tronco forte, que possa sustentar toda a sua futura estrutura com galhos e folhas. Assim, poderá suportar todas as tempestades e intempéries.

Seus galhos servem de proteção para muitos animais, sua sombra é refrescante, suas flores trazem um aroma que se espalha por todo o ambiente, seus frutos servem de alimento, mas também carregam sementes, que provocarão a multiplicação de outras árvores. Além de tudo isso, ainda transforma gás carbônico em oxigênio.

Bem, talvez, você esteja se perguntando: O que isto tem a ver comigo como pessoa e como profissional?

Façamos uma analogia: Quando você nasce é frágil e demanda cuidados, mas, antes de crescer, a primeira coisa que faz é buscar alimento, o que provoca suas raízes (conexões neurais) a buscarem conhecimento para seu crescimento. A fim de tornar-se um indivíduo forte, absorve valores, os quais darão forma ao seu caráter.

Assim, ao passo que fortalece seu tronco, seu caráter se prepara para as tempestades e adversidades da vida. Isto sustentará toda sua estrutura futura como cônjuge, como profissional, como indivíduo inserido numa sociedade.

Portanto, analise: Será que você está estendendo seus “galhos” através da influência positiva no seu lar, na empresa, no seu meio social de forma que todos que o cercam sintam-se em segurança? Cria um ambiente agradável como a refrescante sombra de uma árvore? Ou permite que o PAN (pen-

samento automático negativo) afaste as pessoas de você?

Por exemplo: Quando as pessoas vendem ideias baseadas no senso comum de que o país só anda depois do carnaval, o que você faz? Aceita, passivamente, ou toma a iniciativa com criatividade para influenciar, positivamente, os que estão ao seu redor, produzindo algo diferente? Há casos de empresas nas quais a cultura organizacional foi totalmente mudada e nunca venderam tanto como nos três primeiros meses do ano.

Quando você se comunica, deixa de lado as autarquias e, como as flores, transmite ao ambiente ao seu redor como um aroma agradável em que todos param para ouvi-lo, mantendo a comunicação efetiva?

Quais são seus “frutos”, seus legados? Você é fonte de conhecimento para o crescimento de outros? Contribuiu para a multiplicação de cidadãos melhores, lançando sementes que gerarão outras árvores?

Além disso tudo, como as árvores que transformam o gás carbônico em oxigênio, você transforma todo o negativismo em pensamentos e ações positivas? Isto fará muita diferença, especialmente nos momentos de crise pelas quais passarmos em nossa vida pessoal, familiar e empresarial.

Desta forma, olhe no espelho e pergunte-se:

QUE TIPO DE ÁRVORE SOU EU?

Do tipo que murcha logo diante das adversidades, desiste no meio do caminho ou do tipo que faz a diferença no meio onde vive?

Esta reflexão nos ajudará em todos os aspectos de nossa vida, assim, faça a diferença. Seja uma pessoa melhor, um cônjuge, um filho melhor, um profissional melhor e seja feliz pelos resultados e pelo seu legado.

Roberto Massuo Nakatsubo
Administrador de Empresas, Especializado em Treina-
mentos Corporativos.
Well Business Treinamentos
www.wellbusiness.com.br



well | **business**
treinamentos



A Well Business possui programas de treinamento focados no desenvolvimento do potencial humano, com o objetivo de transferir conhecimento para a formação de melhores profissionais, colaboradores e líderes.



Programa de Desenvolvimento de Lideranças
Formação da 3ª Turma

Início das aulas em 28/01/2015 às 14:00h
Hotel DEL FIOL, Centro, Tatuí, SP



Objetivos do PDL:

- Trabalhar os alicerces empresariais que possibilitem transformar um sonho em negócio e torná-lo uma empresa sustentável, produtiva, rentável e perene.
- Trazer à tona como o psicológico do indivíduo afeta diretamente na sua persona profissional. Descobrir os pontos cegos, os medos inconscientes que o impedem de avançar ou fazer algo diferente.
- Trabalhar a resiliência e combater o negativismo, melhorando significativamente a proatividade.
- Trabalhar a comunicação assertiva.
- Trabalhar a gestão do tempo e monitoramento sistemático.
- Tornar pessoas que cuidam de pessoas em líderes eficazes.

Solicite uma visita!

Matriz: **(15) 3205-1468** - Comercial: **(15) 98185-1991** - clodoaldo@wellbusiness.com.br
www.wellbusiness.com.br - www.mbmbs.com.br - @wellbusinessbx - Fan Page - LinkedIn



Esporte
hólder

Evento realizado no último dia do ano mostra resistência e determinação dos competidores e apreciadores

Corrida de São Silvestre é para os fortes e determinados

Chegando a sua 90ª edição, a Corrida de São Silvestre é a prova de rua mais tradicional e importante da América Latina. Idealizada pelo jornalista Cásper Líbero, no ano de 1925, a disputa nunca foi interrompida, sendo realizada até mesmo durante a Revolução Constitucionalista de 1932 e a II Guerra Mundial. Ela é realizada, todo ano, no dia 31 de dezembro e encerra o ano esportivo brasileiro.

Para Camilo Soares, gerente do Banco do Brasil de Angatuba, participar dessa prova é muito especial. “Minha história com a corrida iniciou-se no réveillon de 2008 para 2009. Em uma daquelas promessas de virada de ano, eu e mais três parentes combinamos que nosso principal objetivo para 2009 seria correr a São Silvestre daquele ano. Infelizmente, dois desistiram, mas eu e um tio

cumprimos a promessa”, explica.

A preparação para a prova, segundo especialistas, deve começar, no mínimo, um ano antes, pois o corpo precisa se acostumar àquela situação. Durante todo o ano anterior, o interessado em completar o percurso deve seguir uma rotina de alimentação saudável, treinamentos constantes e conhecimento dos limites do próprio corpo. O gerente explica que sua preparação não é específica para a última corrida do ano, e sim para corridas de média distância em geral. “Treino corrida de 2 a 3 vezes por semana, e faço mais 2 treinos de musculação. Especificamente na semana da prova, procuro balancear a alimentação para preparar melhor o corpo”.

A prova deste ano seguirá sendo realizada no período da manhã, com a primeira largada, para corredores cadeirantes, às 6h50, e

para portadores de necessidades especiais, às 6h55. O pelotão de elite feminino terá a largada às 8h40. Logo em seguida, às 9h, será a vez do pelotão de elite masculino, pelotão especial (masculino e feminino) e atletas em geral. O percurso terá a distância de 15 km, com início na Avenida Paulista, altura da Rua Frei Caneca, próximo ao Museu de Artes de São Paulo, o MASP. Já a chegada acontecerá em frente ao prédio da Fundação Cásper Líbero, no número 900 da Avenida Paulista.

“O sentimento de participar da São Silvestre é muito, muito especial. Devido à tradição da prova, toda participação parece ser um sonho se realizando. Ao final, o sentimento é de dever cumprido, não só com relação à prova, mas simboliza o fechamento de mais um ano na vida”. Conclui Camilo.

Carla Francine Bertanha
Advogada - OAB/SP 199.318

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

DESIMAX
design gráfico e web

Sites - Lojas Virtuais - Blogs

FAÇA UM ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
COM NOSSO REPRESENTANTE:

15 97582882

WWW.DESIMAX.COM.BR



**DE BRAÇOS ABERTOS
ESPERANDO POR VOCÊ!**



Acesso pela Rodovia SP143, Km 3,5 - Cesário Lange/SP
Fones: 15 3246 1137 / 3246 3580
ACESSE NOSSO SITE: WWW.CASTELOPARKAQUATICO.COM.BR

VOCÊ TEM UM CHEFE OU UM LÍDER?

Com seus empregos cada vez mais ameaçados, os antigos chefes tentam se tornar líderes.



foram capazes de envolvê-los e cativá-los. E com isto, acabam perdendo bons profissionais, normalmente para a concorrência, pois o chamado capital humano é cada vez mais valorizado e procurado neste mercado extremamente competitivo, entendendo que a diferença entre o fracasso e o sucesso de uma organização está nas pessoas, e não somente em produtos ou serviços oferecidos.

O período em que os chefes mandavam e os seus subordinados obedeciam está acabando. O verdadeiro líder compartilha suas decisões com a Equipe, coloca a mão na massa junto com o time, em caso de fracasso chama

a responsabilidade para si, assume a culpa, busca sempre aprender com os erros, e com isto faz seu time se preparar cada vez melhor para não errar novamente.

Uma pergunta que sempre ouço em sala de aula é: “Líderes nascem prontos e têm um dom natural ou desenvolvem a aptidão para a liderança ao longo da carreira?”. Alguns até imaginam um líder natural, chorando mais alto que todos os demais bebês do berçário, justamente para atrair atenção. Em minha opinião, e estudando o assunto, podemos constatar que a liderança pode e deve ser desenvolvida dia a dia. Entretanto, algumas características são fundamentais para se tornar um líder de verdade. Destas características, quatro delas são imprescindíveis e indissolúveis, dessa forma, certamente irão determinar o fracasso ou sucesso do líder.

Como cada um tem uma opinião sobre o assunto, fizemos um breve brainstorming em sala de aula. Os alunos deveriam falar, pelo menos, quatro características que julgassem mais importantes para ser um bom líder. Ao final da primeira rodada, tínhamos mais de cinquenta itens relacionados. Utilizando os mecanismos desta ferramenta, primeiro, eliminamos as pa-

lavras similares ou com o mesmo significado, sobraram mais ou menos vinte, e com estas, chegamos ao consenso de quatro destas características, que são fundamentais:

1) Gostar verdadeiramente de lidar com pessoas:

Se o líder gostar de pessoas, sempre fará com que estas cresçam e se desenvolvam profissionalmente. Além disso, quem gosta de pessoas está constantemente disposto a servir e a ajudar, e esta é uma das características mais valorizadas de um bom líder. Líderes que gostam de pessoas são éticos, transparentes, valorizam a meritocracia e, sobretudo, o profissionalismo.

2) Ter iniciativa:

Líderes precisam ser determinados, tomar a frente, assumir riscos, responsabilizar-se pelas derrotas e dividir as vitórias com os seus liderados.

3) Ter conhecimento:

Se não conhecer do que está falando; não tiver domínio do seu negócio e das atividades da sua Equipe, como poderá cobrar resultados, e ainda pior, como poderá ajudar o time a se desenvolver?

4) Ser exemplo:

Quando entendemos que palavras ensinam, mas os exemplos transformam, percebemos que apenas falar não resolve, que precisamos ser o fator motivador, que o líder somente atrairá seguidores se sempre der o exemplo.

Como eu já disse aqui, não existe um padrão, e muito menos uma verdade única para as principais características de um bom líder, entretanto, os pontos acima mencionados foram extraídos de uma discussão bastante acalorada e produtiva, por isso, gostaríamos de receber também a sua opinião sobre o assunto.

Um grande abraço e até a próxima edição.

Ser um bom líder não é uma tarefa das mais fáceis. Qualquer um pode ser chefe, mas pouquíssimos estão preparados para serem líderes de verdade. Bons profissionais não estão dispostos a seguir chefes autoritários, burocráticos e, sobretudo, que não os inspirem, eles querem estar subordinados a pessoas que joguem juntos, que tenham disposição para extrair o seu melhor, que os tornem pessoas mais capacitadas e aptas a enfrentar os desafios do dia a dia.

Seguindo na contramão disto tudo, muitas empresas, até por questões de sobrevivência, cobram exaustivamente melhora na lucratividade e exigem que os gestores apresentem resultados cada vez mais ousados, o que num ano, como este que encerraremos daqui a algumas semanas, é ainda mais complexo e trabalhoso, fazendo com que, em alguns momentos, estes líderes tenham como alvo apenas números, esquecendo-se da sua principal função, que é transformar pessoas comuns em profissionais de alta performance.

A maioria dos funcionários que pede demissão não o faz por causa da empresa, salários ou do pacote de benefícios oferecidos, mas sim, por causa dos seus chefes, pois estes não

A FSP chegou a Tatuí. Sua tradicional qualidade de ensino, também.

NOTA 4 MEC

Em visita de reconhecimento à nova unidade de ensino da FSP, em Tatuí, o MEC contemplou-a com nota 4 - conceito que a posiciona no Grupo de Excelência!

Se ensino superior de verdade é o que você procura para sua formação acadêmica, não tem desculpa para não estudar aqui. Além de estar perto de você, na FSP TATUÍ, o aluno conta com o valorizado curso de Administração, estrutura moderna e equipe afiada de professores. Conta também com os principais programas de incentivo ao estudo (entre eles, o FIES - com o qual você financia seus estudos e só começa a pagar depois de formado). Conheça melhor a faculdade no site: fsp.edu.br.



Faculdade Sudoeste Paulista
UNIDADE TATUÍ-SP

Ensino verdadeiramente superior.

Rua José Ribeiro de Campos, 200
Bairro Nova Tatuí (em frente ao novo fórum)
Tel: (15) 32052160 - www.fsp.edu.br

Credenciada aos programas:

ProUni
UNIVERSIDADE PARA TODOS

 **ESCOLA
DA FAMÍLIA**

FIES
PROGRAMA DE FINANCIAMENTO
ESTUDANTIL

Adoção – Um ato de amor cada vez mais fácil

Apesar do processo para adoção, a busca por uma criança ainda demora. Mas, no final, vale a pena.

A adoção se dá através de um processo judicial perante o juiz com competência na área da Infância e Juventude. Aqueles que pretendem adotar devem se dirigir ao juiz da comarca onde residem. Segundo Dr. Marcelo Nalesso Salmaso, Juiz de Direito e Membro da Coordenadoria da Infância e da Juventude, na Comarca de Tatuí, o processo de adoção, entre a petição inicial apresentada pelo casal que pretende adotar, o que é feito após o surgimento de uma criança em condições para adoção e respeitando-se a ordem da fila de pretensos adotantes, e a sentença, dura, em média, de seis meses a um ano. No entanto, pode durar bem mais se o perfil apresentado pelo adotante para a criança for muito diferente do disponível no cadastro. Segundo pesquisa do Conselho Nacional de Justiça (CNJ), no Brasil, há 30.900 interessados na fila de adoção para 5.456 crianças aptas para adoção - sendo que 67% são negras ou pardas.

Cada vez menos os casais estão selecionando cor, idade e sexo dos filhos ao candidatar-se à adoção. O que mostra a pesquisa do CNJ é que entre 2010 e 2014, o número dos casais que desejavam adotar apenas crianças brancas caiu de 39% para 29%. Já o total de casais indiferentes à cor subiu de 29% para 42,5%. Aumentou também o número dos que aceitam adotar crianças com 3 anos ou mais: de 41%, em 2010, para 51,1%, em 2014. Dr. Marcelo também considera importante, àqueles que pretendem adotar, que realmente estejam com o coração plenamente aberto, pois, muitas vezes, quando preenchem o formulário para adoção, os casais colocam determinadas características para a criança a ser adotada. “E, assim, cria-se uma fantasia em torno desse imaginário, um ser ideal, que, muitas vezes, mesmo quando chega uma criança

com essas características, pronta para a adoção, o casal a rejeita, pois criança real nenhuma é capaz de se enquadrar naquele molde de filho ideal que os pretensos adotantes projetaram em sua fantasia”, explica.

A Nova Lei de Adoção estabelece a necessidade de preparação dos futuros pais pelo poder judiciário. Segundo Cláudia Heloíse Rauscher, presidenta do Gaata (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí), os grupos de apoio à adoção podem atender a essa demanda de preparação, mas não foram criados com essa intenção, mas para acolher as dúvidas de quem pretende adotar ou já adotou. “Frequentá-los não é obrigatório, mas é aconselhável, justamente, em função da troca de experiências. A mulher gestante e o futuro pai biológico costumam ter a orientação dos médicos, fazer cursos para pais, etc. Os grupos de apoio fazem um pouco esse papel. Antecipam questionamentos, levam a reflexão sobre diversas fases do processo de adoção, desmitificam preconceitos. Vale buscar por um próximo à sua cidade”.

O casal interessado na Adoção deve procurar, primeiramente, as Reuniões Mensais do Gaata (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí). Lá, eles ajudarão com todos os trâmites, documentos e apoio que o casal precisar, explicando o caminho como deve ser.

Quando uma criança ou adolescente está em situação de risco dentro de casa e, por isso, tenha sido abrigada, será desenvolvido todo um trabalho, pelas equipes da Rede de Garantia de Direitos, no sentido

de garantir estrutura à família biológica para que ela possa receber de volta a criança ou o adolescente, mas dentro de novas circunstâncias que não mais tragam riscos ao seu bem-estar e seu saudável desenvolvimento. “Caso não se mostre possível o retorno à família biológica, o Juízo da Infância e da Juventude buscará alguém, dentro da família extensa – como irmãos maiores, avós, tios, primos etc. – que possam receber a criança ou o adolescente e lhe garantir todo o amor e os cuidados necessários a um saudável e pleno desenvolvimento” explica o Juiz.

Se não houver sucesso na reintegração da criança ou adolescente na família biológica, terá início o processo para destituição do poder familiar dos pais biológicos. Marcelo explica que nesse caso serão produzidos os laudos sociais e psicológicos, pela equipe técnica da Justiça, e serão asseguradas, aos pais biológicos, todas as garantias processuais, como direito de defesa, possibilidade de recurso, etc. Mesmo aqui, pode-se chegar à conclusão de que é possível reinserir a criança ou o adolescente novamente na família, desde que tenham sido demonstradas mudanças nas condições desfavoráveis da criança.

Caso seja decretada, pelo Juiz da Infância e da Juventude, a perda do poder familiar, não havendo mais possibilidade de interferência de recursos. Nesse caso a criança ou o adolescente estará pronto para a adoção, tendo-se início, aí, o processo de adoção. Este, por sua vez, contará com uma aproximação adequada e cuidadosa entre a criança ou o adolescente e a família que pretende receber em adoção, contando com períodos de experiência e avaliações sociais e psicológicas, pautadas sempre nos princípios da proteção integral e do maior interesse da criança, até que se chegue a um ponto confiável o suficiente para se concluir que aquela criança ou aquele adolescente terão, com a família adotante, um ambiente saudável e seguro para o pleno desenvolvimento da personalidade.

“Considero adotar uma criança um ato de amor pleno, talvez um dos maiores e mais sólidos atos de amor que pode partir de um ser humano, pois se trata de receber e amar um outro ser humano incondicionalmente, para dele cuidar, para respeitá-lo, para estar presente em todos os momentos de sua vida, alegres ou tristes, para amparar, para dar limites, para proteger, para transmitir valores, para sofrer e se alegrar junto, assim por toda uma vida.” Conclui Dr. Marcelo.



PROMOÇÃO CAMISAS FERRARI

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



EXCLUSIVO
SHELL
SELECT

EXCLUSIVO CHOCOTTONE BAUDUCCO

Novo **CHOCOTTONE** da **BAUDUCCO** agora uma exclusividade da **SHELL SELECT** por apenas **R\$ 12,99**.**

PROMOÇÃO 1 DUCATI + 30 MOCHILAS DA FERRARI

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



*Promoção Camisas Ferrari - Válida de 01/12/2014 a 31/03/2015.
**Exclusivo Chocottone Bauducco - Válida de 05/11/2014 a 15/12/2014 ou enquanto durar o estoque.
***Promoção Ducati + 30 Mochilas Ferrari - Válida de 25/10/2014 a 28/01/2015.
Promoções válidas somente nos Postos com Bandeira SHELL. Consulte regulamento interno.



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

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

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

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



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



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

Dirigir perigosamente tem multa pesada



Desde o começo de novembro, o motorista mais ousado e imprudente terá de enfiar ainda mais a mão no bolso, se for pego cometendo uma infração de trânsito considerada gravíssima, como apostar corrida (os famosos rachas) ou forçar a passagem entre dois veículos, transitando em sentidos opostos, entre outras infrações.

Em alguns casos, os valores das multas foram elevados em até 10 vezes. É o caso, por exemplo, de quem for apanhado fazendo manobra perigosa com o veículo ou forçando a

tração de perícia ao volante de um carro, também terão de pagar mais caro. No primeiro caso, a multa passou de R\$ 574,62 para R\$ 1.915,40 e no segundo, foi de R\$ 957,70 para R\$ 1.915,40.

Ultrapassar pelo acostamento ou em local proibido também ficou mais caro para o infrator: em ambos os casos, o motorista pagará uma multa de R\$ 957,70. Até novembro, esse valor era de R\$ 127,69 e R\$ 191,54, respectivamente.

Este é o primeiro reajuste nos valores das multas desde 2008, quando foi implantada a Lei Seca no país. Apesar do aumento considerável no valor das multas, ainda é cedo para avaliar a mudança no comportamento do motorista brasileiro.

Segundo dados da Polícia Rodoviária Federal, só na primeira semana de novembro, mais de 5,3 mil motoristas foram multados por usar o acostamento, ultrapassar em locais proibidos ou por forçar ultrapassagem nas rodovias federais em todo o país. Quase 10% das autuações aconteceram em São Paulo. No Centro-Oeste do estado, uma fiscalização da polícia em três rodovias importantes multou, em pouco mais de duas horas, 66 motoristas que desrespeitaram a lei. Quem abusou no trânsito e colocou outras pessoas em risco vai pagar caro.

Novos valores entraram em vigor em novembro; multas estão quase quatro vezes mais caras.

passagem entre dois veículos que trafeguem em sentidos opostos. Nestas duas situações, a multa era de R\$ 191,54 e passou para R\$ 1.915,40.

Os motoristas que gostam de apostar corridas ou mesmo promover este tipo de competição ou qualquer tipo de demons-

ALEIXO MINERAÇÃO
Produzindo Qualidade, para você economizar

- Areia Fina e Média
- Pedra e Pedrisco.

Elnec

Cesário Lange
Feliz Natal e um próspero Ano-Novo.



Elmec



A Dellamutta deseja a todos os seus clientes Boas Festas.

ATENDEMOS A REGIÃO

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



Elmec

Estruturas Metálicas
Coberturas Residenciais
Portões Industriais e Residenciais

Aceitamos Cartão:



Coberturas Residenciais



Rod. Castelo Branco Km 146 | Bairro Aleluia | Cesário Lange/SP
(15) 3246-1586 | 99602-1452 | 99760-3098
martinelli.estruturasmetalicas@gmail.com

Auto Posto Elisa

BR

40 anos de qualidade e bom atendimento.



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



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



Transporte Próprio de combustível

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

Krokodil

A droga mais mortal do mundo

Sem notícias de uso, no Brasil, droga aparece nos EUA e México e mata em pouco tempo.

Existe uma antiga droga ganhando mercado no mundo, e após chegar aos EUA, segundo especialistas, em pouco tempo, chegará ao Brasil. Trata-se da Krokodil ou Permonid, uma droga russa fabricada a partir da desomorfinina. Esta droga não é apenas a pior droga que uma pessoa poderia usar, ela é também capaz de apodrecer uma pessoa ainda em vida (literalmente). É considerada, atualmente, como a mais devastadora de todas as drogas.

O uso da krokodil como droga recreativa surgiu em 1992, e seus efeitos colaterais são extremamente assustadores. O usuário desenvolve, como primeiros sintomas, uma pele de tom esverdeado e cheio de escamas. A partir daí, o corpo já fica tomado por total dependência e, infelizmente, as chances de reabilitação, são quase inexistentes.

Segundo a Dra. Karen Gonçalves, Médica Psiquiatra, CRM/SP 89648, a Krokodil é dez vezes mais forte que a Morfina, mais barata que a Heroína e com efeitos semelhantes, porém mais avassaladores. “Na sua preparação,

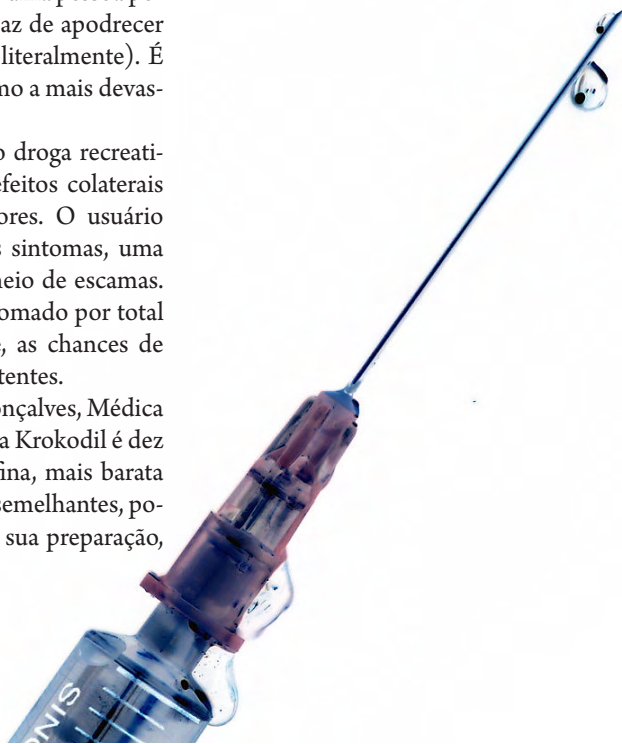
são utilizadas várias substâncias muito tóxicas, como a gasolina, o tiner (solvente para tintas e vernizes), fósforo vermelho e iodo. Em curto período de uso, essa droga, logo, causa gangrena no local de aplicação, com muitas morbidades já mencionadas anterior-

mente. Além disso, podem ser necessárias a amputação de membros ou as debridações extensas”, explica.

Os riscos dependem da droga utilizada. Algumas são mais “viciantes”, levando a um comportamento exagerado da procura e uso. “A droga Krokodil (Permonid) causa efeitos similares aos da Heroína, no organismo, porém, é mais “viciante” e mais barata, tendo como efeito deletério a gangrena no local da aplicação endovenosa, levando a lesões importantes na pele, vasos sanguíneos e ossos, causando, inclusive, flebite, trombozes, pneumonia, osteomielite e danos cerebrais”. Explica a médica.

Felizmente, essa droga ainda não tem uma penetração de uso em nosso país. Porém, como é barata e altamente “viciante”, calcula-se que o número de usuários possa ser grande no futuro. Pesquisas nos EUA e no México comprovaram que o seu uso leva à morte dentro de dois ou três anos, no máximo, e que todos os usuários acabam lidando com graves efeitos colaterais.

Infelizmente, as estatísticas de tratamento para essa droga também são desanimadoras. “Apenas 20 a 30% dos pacientes conseguem a abstinência completa. Os demais, geralmente, alternam períodos de abstinência com períodos de uso pesado”. Conclui Dra. Karen.



Sem tempo e com problemas elétricos?

S.O.S.
ELETRICISTA

ADINALDO CAMARGO
ELETRICISTA

Atendimento Residencial
Somente nos finais de semana.

(15) 99620-7952/99832-2931/99749-8247
[facebook.com/adinaldo.camargo](https://www.facebook.com/adinaldo.camargo)



Cada donna è
MODA



Donatella Versace

marca presença na SPFW

Empresária e estilista desfilou pela primeira vez no Brasil

A edição da São Paulo Fashion Week (SPFW) realizada no começo de novembro, no Parque do Ibirapuera, trouxe, além da moda e dos estilos e tendência do inverno do ano que vem, a empresária e estilista italiana Donatella Versace, de 59 anos, que desfilou pela primeira vez no País.

A estilista e diretora artística da marca italiana desde 1997, mostrou sua coleção em parceria com a marca brasileira Riachuelo, em evento realizado no dia 6 de novembro, no Pavilhão das Culturas Brasileiras, dentro do Parque Ibirapuera. A apresentação, além de marcar a estreia de Donatella em uma passarela nacional, também exibiu a primeira parceria da Riachuelo com uma grife estrangeira. Com atmosfera de parque de diversões, a passarela foi montada ao redor de uma pista de carrinhos de bate-bate, por onde passaram peças com ares marítimos (mas sem cair para o “navy”, ou seja, o estilo marinheiro), em tons de preto, off white, amarelo, roxo, rosa e coral.

As clássicas camisas da grife ganharam estampas em tons fortes e fizeram dupla com calças skinny em couro ecológico, com aplicação de renda guipure. Saias lápis, tops cropped em neoprene e shorts de cintura alta.

A tendência marítima continua nos acessórios, chamados de Tesouros do Mar, como as bijuterias em versão maxi, que trazem como destaque as correntes e os pingentes de estrela-do-mar e conchas.

Fernanda Tavares abriu o desfile, enquanto o último look ficou por conta de Carol Ribeiro. Ao final da apresentação, Donatella entrou na passarela acompanhada de “marinheiros” sem camisa. Depois, ela seguiu para uma festa, também realizada no Parque Ibirapuera.

Embora esse tenha sido o primeiro desfile oficial de Donatella no Brasil, a estilista já conhecia o país. Por sinal, ela diz amar o Brasil e as brasileiras, consideradas por ela como mulheres fortes. “Para mim, essa coleção para a Riachuelo representa o encontro entre a Versace e as mulheres brasileiras. É a perfeição”. A negociação da Riachuelo com a Versace levou dois anos para se concretizar, segundo a gerente de marketing da loja, Marcella Kanner.

As peças da coleção custam até R\$ 399 e estarão à venda em, pelo menos, uma loja por cidade que tenha a Riachuelo.

Elmec
comunicações

Rua Sete de Maio, 150 | Centro | Tatuí/SP
15.3259-7014/3259-5937
www.elmeccomunicacoes.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br

ESPAÇO
MarilsaGigo



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

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

Quais foram as novidades no SPFW

Muitas das atrações podem ser usadas na rua sem medo algum



Começando as comemorações de 20 anos do SPFW, na primeira semana de novembro, aconteceu a mais importante semana de moda da América Latina. O ponto alto do evento foi que a maior parte do que foi visto nas passarelas pode, perfeitamente, ganhar as ruas sem parecer fantasia.

Entre as principais diretrizes da semana de moda, ficaram claros a preocupação e o aperfeiçoamento no trabalho de pesquisa e desenvolvimento de tecidos, estampas e acessórios. E também dos trabalhos manuais como o tricô, o crochê, os bordados e as rendas, alçados a elementos artísticos na moda contemporânea por diversos estilistas.

A palavra da vez é simplicidade. “Vimos Gisele Bündchen, estrela da marca Colcci,

chegando de jeans e camiseta, mostrando ao mundo que o mais é menos. E essa foi a proposta deste SPFW, renovar a moda novamente, traduzindo um antigo preconceito de que tudo que se faz na moda, fica-se na moda e não sai para as ruas”. Explica a consultora de moda Mariana Doval.

Novidades

Algo que pode ser observado e que já acontece nas passarelas e nas ruas das capitais internacionais da moda é o uso dos quimonos e afins, trazendo à tona uma forte inspiração no japonismo. As amarrações, com faixas, cintos e blusas, figuraram com força em vários desfiles, como o da marca Lolitta, Pedro Lourenço e de Vitorino Campos.

Os anos 60 e 70 também foram destaque. O jogo de comprimentos e proporções da estação foi baseado em peças e modelagens típicas dessa era. Os vestidos de vinil de Glo-

ria Coelho, acompanhados de botinhas, revisitam as décadas com muita classe. O primeiro look que Gisele desfilou para a Colcci, com a saia evasê, remete ao visual da Jovem Guarda. Por fim, casacos e sobretudos longos e abertos, com calças de alfaiataria com a boca levemente aberta, trazem um momento menos batido (e mais elegante) da década de 70 à cena.

Algo que deixou sua marca forte na última semana é a basiquíssima camisa branca, que volta com status de peça fashion ao guarda-roupa feminino. Clássica e prática, agora, ganha versões alongadas, que podem fazer as vezes de vestido. A marca Animale trouxe, agora, com o estilista Vitorino Campos à frente, versões interessantes com amarrações que estão em alta. Parecer chique sem esforço é o mantra da vez.

Outra coisa que já virou normal por aqui são grandes estilistas assinando linhas para marcas de fast fashion. Dessa vez, quem contribuiu para o mundo da moda foram nada menos que Stella McCartney, que assinou uma linha de roupas com a C&A e Donatella Versace, que lançou uma coleção especial para a Riachuelo, em um desfile com ares de show.



Loja Celina

Toda linha de perfumes importados das melhores marcas para você aproveitar neste Natal.

Rua José Bonifácio, 853 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3251-4263/3251-6684

One Store Marisol

Seu filho vai arrasar neste verão.

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



Cia Fitness

Preparada para fazer aquela caminhada ou manter a forma na academia.

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

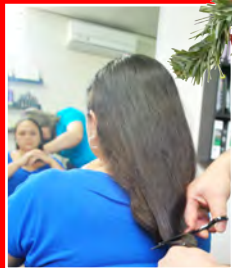
Kanguru Bolsas

Bolsas, mochilas e carteiras. Os presentes ideais para o Natal.

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



O Dia de Roseli



O último Realize-se do ano chegou! Depois de muitos choros, muitos sorrisos e muitos finais felizes, este não poderia ser diferente.

Existe um versículo bíblico que diz: "O que o homem semear, isso colherá" (Gálatas 6). E foi isso que aconteceu com Roseli, a qual, carinhosamente, vamos chamar de Rose.

Durante toda a vida, Rose pensou em sua mãe, seu filho, seu marido, seus amigos de trabalho, mas ela estava se esquecendo do mais importante, estava se esquecendo de pensar nela mesma. Mas quando você planta amor, você colhe amor e, então, chegou o tempo de Rose colher!

Quando recebemos Rose, aqui, na revista Hadar, e lemos o e-mail que havíamos recebido, ela caiu em lágrimas de tanta emoção e nos contou o quanto era feliz fazendo o bem para as pessoas, e a nossa resposta foi: "continue assim", pois vimos que ela é feliz e o mundo precisa de mais pessoas como ela.

Então, chegou o dia de presentear Rose...

Neste mês, começamos na *Fábrica de Óculos SR*, onde Juliano fez questão de participar e a vendedora Tatiane atendeu Rose com muito carinho e ajudou-a a escolher um par de óculos de sol da *Atitude*, no estilo aviador, com lente marrom e proteção UV, e Rose amou!

Em seguida, fomos à loja *O Ateliê*, onde a proprietária Suzeli ficou muito feliz em participar e Damaris mostrou uma variedade incrível de vestidos, mas Rose ficou elegantíssima com um vestido de cetim floral, com detalhes de botões dourados. E para completar o *look*, a Marilda, da loja *Moça Bonita*, deu para Rose um conjunto de brincos, pulseira e anel dourado perolado, que deixou nossa realizada ainda mais bonita.

E, mais uma vez, Junior, da *Sempre Bella Lingerie*, participou, e Paola foi super atenciosa, ajudando Rose a escolher um conjunto de lingerie preto, com renda, bojo e um delicado laço. Já Vera, da loja *Saad Casa das Bolsas*, que ama participar desse quadro, deu uma bolsa maravilhosa transversal de couro ecológico, detalhes em dourado na cor nude, que complementou esse *look* elegantíssimo.

E para finalizar o *look* chiquérrimo, contamos, mais uma vez, com a participação da *Calçados Machado e Poles*, que mostrou muitos modelos de sandálias, sapatos, rasteirinhas e sapatilhas, e Rose optou por uma sandália modelo meia pata, cor nude e salto em madeira, que Rose adorou. E para deixá-la muito perfumada, a Áurea, da loja *Visual Moda e Perfumaria*, presenteou nossa realizada com um perfume da *Fiorucci*, que é composto por notas cítricas como: limão, maçã verde e laranja, dando uma sensação de frescor para Rose.

Hora de transformar o Visual...

Tudo começou no salão *Cor Corte Make Up Cabeleiros*, com o cabeleireiro Diego, cortando os longos cabelos de Rose, que teve a iniciativa de doar para as crianças do Hospital do Câncer de Barretos.

Em seguida, Diego descoloriu as pontas para fazer uma californiana e enquanto o produto estava agindo nos cabelos, a manicure Carol cuidou das unhas dos pés e das mãos, tirando as cutículas, lixando, hidratando e pintando. Nas mãos, Carol finalizou, aplicando a delicada técnica da francesinha em branco e natural, e nos pés Rose ousou com a cor jabuticaba, tudo da marca *LAPOGÉE*.

O cabeleireiro Sergio tirou o produto para coloração e aplicou o produto argila branca para deixar bem hidratados os cabelos da nossa Realizada. Após hidratado, o cabeleireiro Diego lavou e aplicou um defrizante, em seguida, fez um corte na altura dos ombros e repicou as pontas para realçar a coloração e, juntamente com a cabeleireira Michele, foi feita uma escova, deixando as pontas enroladas.

Para finalizar, Sérgio tirou a sobrancelha de Rose e, para a maquiagem perfeita, ele usou base, pó e valorizou o olhar dela com tons em vinho, aplicou cílios postiços, e para o batom usou cor rosa nude. Sérgio usou as marcas *Mary Kay*, *Kryolan*, *Make* e *Natura*.

Chegou a hora de Encontrar a Família...

O marido e os filhos só elogiaram Rose e todos estavam muito felizes. E para finalizar a noite, Rose foi super bem recebida pela proprietária Renata, na *Cachaçaria Água Doce*, que ofereceu a esta linda família uma deliciosa salada refrescante, porções de pastel de queijo, o famoso escondidinho de carne de sol e, juntos, a família brindou com um suco de laranja.

Parabéns, Rose, nós desejamos a você e a toda sua família um feliz Natal e que 2015 venha cheio de bênçãos!



Cachaçaria Água Doce



Calçados Machado e Poles



Cor Corte Make Up Cabeleireiros



Moça Bonita



O Ateliê



Visual Moda e Perfumaria



Saad Casa das Bolsas



Sempre Bella Lingerie



Fábrica de Óculos SR

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

Fábrica de Óculos SR, Rua 11 de Agosto, 42, Centro, Tatuí, fone (15) 3305-2307; **O Ateliê**, Rua Dr. Prudente de Moraes, 14, Próximo a escola Eugênio Santos, Centro, Tatuí, fone (15) 3259-0461/99815-8181; **Moça Bonita**, Rua 11 de Agosto, 447, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-9526, lojas também em Itapetininga; **Sempre Bella Lingerie**, Rua 11 de Agosto, 471, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-4923; **Saad Casa das Bolsas**, Rua Dr. Prudente de Moraes, 508, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-8591; **Calçados Machado e Poles**, Rua Teófilo Andrade Gama, 52, Centro de Tatuí, próximo ao Mercado Municipal, Tatuí, fone (15) 3251-1550, **Visual Moda e Perfumaria**, Rua Capitão Lisboa, 716, Centro, Tatuí, fone (15) 3251-5038; **Cor Corte Make Up Cabeleireiros**, Rua Quintino Bocaiuva, 695, Bairro Santa Cruz, Tatuí, fone (15) 3251-6420/99794-8227/99744-3192; **Cachaçaria Água Doce**, Rua 11 de Agosto, 2997, Valinho, Tatuí, fone, (15) 3022-2800, email, tatui@aguadoce.com.br

Apoio: Elmec Comunicações.

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

Ano Novo, Vida Nova, Casa Arrumada

Fique atento aos detalhes

“**J**amais haverá ano novo se continuar a copiar os erros dos anos velhos”!
(Luís de Camões)

Esta frase nos faz lembrar que é hora de nos preocuparmos mais com nossos lares, é agora que recebemos mais visitas de amigos e familiares tão queridos.

Pensar na casa e arrumá-la, sem muita complicação, podem nos trazer novas sensações e prazeres.

Aquela famosa “Faxina” de fim de ano renovará nossas energias. Vamos doar aquilo que não nos serve mais, a hora é agora.

A mudança na casa pode ser sutil ou radical, troque pequenos objetos de lugar, como quadros, almofadas, poltronas e pinte paredes.

E por falar em cor, as cores tão famosas nas festas de final de ano também podem estar presentes em algum detalhe na sua decoração.

Lembre-se:

- Amarelo é dinheiro
- Azul, tranquilidade
- Verde, harmonia e esperança

-Laranja, energia e entusiasmo

-Vermelho, paixão

Os tradicionais enfeites de natal, árvores e guirlandas valorizam ainda mais a decoração, deixando a casa viva e cheia de energia positiva.

Nós voltamos a ser crianças, e ficamos tristes na hora de desmontar tudo que fizemos com tanto amor e carinho.

Vamos lembrar que a velha máxima de que a “menos é mais”. Use a sua criatividade e carinho, e com pouco recurso, acredito que conseguirá resultados surpreendentes.

Festa, animação, descontração!

Feliz Natal! Feliz Ano-Novo!

*Sandra de Brito
Designer de interiores*



De Brito

Interiores

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

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

Revenda Autorizada



**SE A GENTE COLOCASSE AQUI TODOS OS
NOSSOS PRODUTOS...**

**...VOCÊ NÃO ENCONTRARIA O PRINCIPAL:
A NOSSA LOJA!**




MAGAZINE

METRÔPOLES®

Presente nas melhores opções.




Acerte no seu presente, surpreenda com as mais diversificadas opções em chocolates, panetones, bebidas, cestas comemorativas, perfumes e objetos de decoração.

 Rua Capitão Lisboa, 657 . Centro . Tatuí/SP

 15 3251-1997

 [magazinemetropoles](#)

 [@magazine_metropoles](#)

EM BREVE, NOVAS INSTALAÇÕES

PISCINAS

Vamos nos refrescar?

As piscinas residenciais agora têm cascatas, jatos de borda, borda infinita, hidroterapia, bar molhado e raiais. A tendência de incorporar lazer e saúde a esse equipamento veio para ficar.

Os projetos ligam piscinas às áreas de lazer como churrasqueiras e paisagismo.

As piscinas indoors ou cobertas também são tendência, pois todos querem usufruir da piscina o ano todo e não apenas no verão. Principalmente praticantes de natação e quem usa o equipamento para condicionamento físico.

As necessidades de segurança e o deslocamento problemático, principalmente nas grandes cidades, tornaram o cliente, que vai construir, mais exigente quanto aos itens de lazer, afinal, quem não quer que o filho tenha mais qualidade de vida sem sair de casa?

Toda a evolução das piscinas possibilitou um maior índice de aproveitamento em casas residenciais.

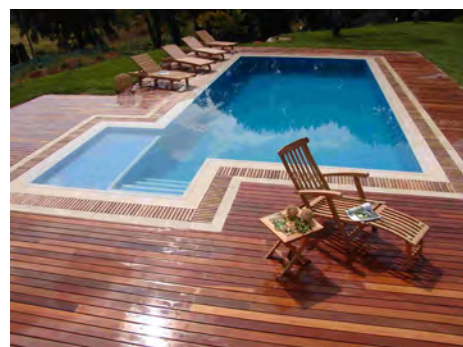
O projeto da piscina deve ser estudado de acordo com o projeto da casa, ao espaço disponível, terreno, entre outras condições. As opções construtivas como concreto, alvenaria, fibra de vidro ou vinil variam de acordo com as necessidades de cada cliente, preço e durabilidade de cada sistema.

A piscina de concreto armado é a mais sofisticada e resistente.

A estrutura de uma piscina de alvenaria é composta por ferragem armada, vigamentos, concreto estrutural, produtos de impermeabilização e acabamento (azulejos, pastilhas, etc.) - por isso é a mais resistente. É versátil, pois pode ser construída em qualquer formato e tamanho, ajusta-se a qualquer tipo de terreno, valorizando o seu imóvel, pois se agrega a sua área construída, com grande durabilidade. Porém, a sua desvantagem é por ser a mais cara na hora de construir.



A piscina de vinil é, basicamente, uma piscina construída em alvenaria - sua estrutura é composta por colunas, canaletas, malha de ferro, paredes construídas em blocos, não necessitando de nenhum produto para impermeabilização, pois o vinil promove estanqueidade, higiene, flexibilidade, trazendo rapidez na execução da obra.



Portanto, parte principal da piscina de vinil é o revestimento, também chamado de bolsão de vinil, o qual tem como objetivo maior a estanqueidade da água da piscina. Este bolsão é confeccionado de acordo com as dimensões e recortes da alvenaria, os fabricantes disponibilizam várias estampas. O acabamento interno da alvenaria também é importante, pois o bolsão deve ser bem encaixado ou acomodado, isto está intimamente ligado à vida útil da piscina.

As desvantagens da piscina de vinil são que ela não resiste a elementos cortantes, necessita de caminhão pipa para encher rapidamente - para evitar rugas na borda - e nos cantos o vinil não encosta na estrutura e a sua garantia é de três anos.

A piscina de fibra de vidro é a mais barata, é vendida no sistema de pré-moldado, basta a abertura do solo para a instalação, ela não rasga e não enrugam.

Mas tem suas desvantagens, pois os fabricantes, geralmente, não dão assistência técnica, elas desbotam com facilidade e não oferecem muitas opções de formatos. Sua segurança é muito questionável.



Opções de formas e preços para ter uma piscina não faltam, mas é importante lembrar que a piscina também é uma construção, que não pode faltar no seu projeto, principalmente na hora de fazê-la, a Prefeitura deve saber e autorizar, de acordo com as normas Legais para construção.

E vamos nos refrescar!

Aline Fernanda Simões
Engenheira Civil - CREA - 5062291795





Projetos:

- Residencial, Comercial e Industrial <
- Corpo de Bombeiro <
- Estrutura <
- Regularização <
- Ampliação Residencial, Comercial e Industrial <
- Reforma em Geral <
- Estudo de Viabilidade de Terreno <

Aline Fernanda Simões
Engenheira Civil CREA 5062291795

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

Prepare seus eventos e festas de final de ano em um espaço completo

Hotel da região de Sorocaba tem infraestrutura completa para eventos



Organizar as festas - sejam elas de final de ano, casamento ou evento corporativo - é tarefa difícil e complicada. Achar um local que ofereça toda a infraestrutura necessária é mais difícil ainda. Porém, temos, em nossa região, o Hotel Fazendinha Greto, um local aconchegante e encantador, repleto de espaços verdes em perfeita sintonia com a natureza, oferecendo tudo o que seu evento precisa.

Com localização precisa na cidade de Cesário Lange, na região de Sorocaba, e a apenas 1 hora de São Paulo, pela Rodovia Castelo Branco, o hotel conta com uma área de 144 mil metros quadrados, cercada de natureza e uma rara beleza natural.

Seus lindos jardins podem ser utilizados para cerimônias e eventos diurnos e noturnos

e contam com todo o lazer necessário para os convidados. O Hotel Fazendinha Greto conta, ainda, com 34 suítes equipadas, e oferece comida típica caipira e um complexo aquático completo com quatro piscinas, sendo: a maior com tobogã, uma infantil e uma piscina com entrada interligada à sauna.

A Fazendinha Greto conta, ainda, com uma quadra de vôlei, um campo de futebol, um salão de jogos e pista de cooper. O espaço conta também com uma fazenda com horta, pomar e diversos animais, como: avestruzes, emas, carneiros, pavões, perus, bois e cavalos, que vão fazer a diversão dos seus filhos, além de passeio de trenzinho, charrete e cavalo.

Vale a pena conhecer a Fazendinha Greto e desfrutar da natureza onde a paz e a harmonia serão seu par constante.



Rod. Floriano de Camargo Barros, Km4,5
Laranja Azeda | Cesário Lange/SP

fazendinhagreto@terra.com.br
facebook.com/hotelfazandagreto

Central de Reservas:
(15) 3246-1260 | 3246-1369
www.hotelfazendinhagreto.com.br





Vem chuva!

Fique de olho na manutenção

Entramos em época de chuva. E é neste período que devemos tomar algumas precauções para evitar maiores transtornos nas edificações ou mesmo nas construções.

Atenção para os seguintes pontos:

1-Nunca subir em telhado molhado. O correto é esperar secar um pouco para fazer a manutenção, o que evitará quedas e quebra de um número maior de telhas.

2- Fazer a limpeza das calhas é imprescindível. Na maioria das vezes, esse trabalho só é lembrado quando os problemas aparecem. O correto é fazer a manutenção para retirada de folhas, terra, fuligem ou qualquer tipo de objeto que possa impedir o bom escoamento da água pluvial. Esse trabalho deve ser feito, pelo menos, duas vezes por ano.

3- É bom considerar que o acúmulo de sujeira nas calhas causa o apodrecimento do metal por umidade permanente, diminuindo sua vida útil.

4- Se houver árvores muito próximas da edificação, o cuidado será dobrado. Evite o plantio de árvores de grande porte junto à edificação. Isso diminuirá a manutenção e prolongará a vida útil, não só das calhas, como também, telhas e madeiramento.

5- Quando for construir, colabore com o meio ambiente, diminua a área de piso frio e aumente as áreas de gramado. Essa ação gerará a redução do calor e também ajudará no escoamento da água de chuva, evitando enchentes. Essas áreas são chamadas de áreas percoláveis.

Feliz Natal e Boas Férias a todos!

*Veridiana Pettinelli
vpettinelli@yahoo.com.br*

Chega de desperdício!

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

Cerâmica City

Blocos Inteligentes

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

CAETANO
Rede Caetano
www.redecaetano.com

Encontre os Blocos City na Rede Caetano



Oportunidades válidas de
01 a 27 de Dezembro/2014
 ou enquanto durarem nossos estoques.



CERÂMICA
PORTINARI

Porcelanato
 PORTINARI
 Diamante Alpes
 Polido 60x60

77,90m²
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$8,92

Porcelanato
 PORTINARI
 Antique HD
 20x120

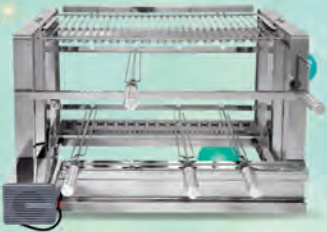
139,90m²
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$16,03

Porcelanato
 PORTINARI
 Gea BK
 Polido 60x60

104,90m²
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$12,02

Revestimento
 PORTINARI
 White Plain
 Mate 29x58

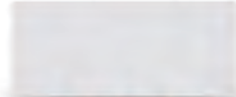
34,90m²
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$4,00



ELEVEGRILL + Painel c/
 motor e 4 espetos

3.199,90
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$366,55

Revestimento INCEPA
 Nordico Claire 25x60



35,90m²
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$4,11

Revestimento INCEPA
 Melody Areia 24x59



19,90 un.
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$2,28

Incepa
 Do seu jeito

Cuba BERGAN
 Curve 385x260



389,90
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$44,66

Cuba BERGAN
 Canoa 500x270



469,90
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$53,83

Cuba BERGAN
 Quattro 355x355

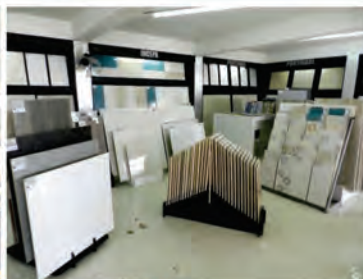


399,90
 à vista em 3x
 ou 10x de R\$45,81

bergan



Boas Festas!



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

www.caetanogold.com

Transformando paletes em móveis

Criatividade traz sustentabilidade para dentro da casa e ajuda a economizar

Mais do que uma tendência, a reutilização de materiais é uma oportunidade de fazer sua parte e diminuir a quantidade de lixo no planeta, além de criar algo único para o seu espaço. Com um pouco de criatividade, habilidade manual e paciência, é possível transformar material de lixo, aparentemente sem utilidade, em objetos incríveis e únicos. Um bom exemplo disso são os paletes.

Originalmente utilizados para armazenagem de produtos grandes e pesados, possuem resistência e durabilidade. No entanto, quando são descartados, acabam virando entulho. Fáceis de serem transformados em móveis e em objetos de decoração, os paletes são



uma tendência sustentável e inteligente. “Os paletes podem ser transformados em peças decorativas ou em móveis (decoração de interiores e exteriores) de forma

simples, útil, econômica e sem muito esforço, apenas criatividade. São recicláveis, versáteis e fáceis de serem encontrados. As formas de uso são quase infinitas, podendo ser pintados, lixados e complementados com outros materiais, como o tecido, vidro e cordas. O tamanho padrão da peça é de 1m x 1.20m x 0.14m”, explica Bruna Marques, arquiteta de Tatuí.

Para Bruna, existe uma conscientização da população pelo meio ambiente. “A qualidade de vida da população está cada vez mais comprometida e essa prática de reutilização de materiais contribui para minimizar os impactos ambientais, além de gerar receita com a comercialização desses materiais”. Explica.

Algumas ideias de uso, segundo a arquiteta:

- Mesa de centro: Pode ser feita com 2 paletes empilhados um em cima do outro, podendo acrescentar rodinhas para fácil locomoção e/ou vidro para dar uma aparência mais sofisticada, ou podendo optar por uma peça rústica sem esses acessórios.

- Mesa para computador: Pode ser feita com um palete, colocando uma folha de madeira compensada para colocar em cima do palete e pés como desejar.

- Sofá: Pode ser feito com paletes empilhados um em cima do outro, colocando sobre eles espuma revestida de tecido. Podendo dimensionar o sofá de acordo com o ambiente a ser decorado. O espaço entre um palete e outro pode ser utilizado para organizar livros, controles, dvd's e o que mais desejar.

- Prateleiras ou estantes: Podem ser colocados ao longo da parede, presos, podendo ser pintados de acordo com o ambiente. Podendo também ser usados como sapateiras.





ADNEI DAS PEDRAS

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

TONINHO DU GESSO

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

Pavanelli
 MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

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

per tutti
 MODULADOS

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

Fazendo a nossa história a cada dia

Revista é um veículo de integração da Região

ANOS

Neste mês de dezembro, a revista Hadar completa sete anos de existência e vem se consolidando como um importante veículo de comunicação e integração nas cidades onde circula. Não é fácil fazer uma revista que entenda a realidade de nossa Região, que possui muitas particularidades, mas tem como traço comum a hospitalidade de um povo trabalhador, que não tem medo de pegar no batente. E é preciso coragem para construir, diariamente, um mundo melhor, ou pelo menos

não ter medo de lutar por este sonho. Também é preciso coragem para fazer um veículo de comunicação que se pautar pela ética, seriedade e, sobretudo, pelo respeito ao leitor. Um veículo que fale a nossa língua e entenda que existem diferenças de uma cidade para outra.

Um órgão de imprensa que não tenha medo de tocar em temas polêmicos, como a realidade da AIDS em nossas cidades, a preservação do Meio Ambiente, a situação dos nossos rios, a estiagem que afeta o Estado há

meses, a busca pelo corpo perfeito e o ato de amor que é a doação de órgãos ou adotar uma criança.

Estes são apenas alguns temas que foram capa de nossa revista nos últimos sete anos. E olha que a Hadar é atendida com tudo que interessa ao leitor: Moda, Comportamento, Saúde, Qualidade de Vida, Tecno e Universo Teen. Sem falar do Realize-se, um projeto social que, através de um gesto de solidariedade dos nossos colaboradores, parceiros e amigos, podemos realizar os sonhos de muitas pessoas, inclusive, casamento, ao longo desses anos, já realizamos cinco. São seções pensadas, planejadas e concretizadas para possibilitar uma boa leitura, além de estar em sintonia com a sociedade moderna.

Nesta edição de aniversário, trazemos uma homenagem a pessoas que tiveram a vida marcada pela revista, com depoimentos sobre como a Hadar mudou as suas vidas. E como essas reportagens mudaram a nossa vida também. Afinal, é impossível não se emocionar com algumas histórias.

A primeira história é justamente da pessoa responsável por tudo isso, Bernadete do Carmo Camargo Elmec, a grande realizadora de um sonho: o sonho de brindar a nossa Região com um veículo de comunicação que possua qualidade.

“Tudo começou em dezembro de 2007. A ideia nasceu de uma necessidade que eu tinha de honrar compromissos com os meus clientes, no caso da Agência Elmec Comunicações. Vivía uma situação, naquela época, em que precisava tomar uma atitude. Não foi fácil, mas com sabedoria divina, a estrela brilhou”, conta a editora, ressaltando que o surgimento da revista foi como um nascimento.

Desafios diários

“Todo dia é um desafio, para que quando você abra seu exemplar consiga identificar-se com as matérias, com o equilíbrio de beleza nas imagens e qualidade de informação. Tudo o que fazemos é para que nossos anunciantes e os leitores brilhem como a Hadar”, diz a fundadora da revista, para, em seguida, explicar por que escolheu este nome para pôr na revista.

“Nosso brilho vem da constelação de Centauro, que tem a forma de um cavalo com cabeça de rapaz. Entre suas estrelas mais brilhantes, existe uma que brilha até mesmo em uma noite de luar forte, seu nome é HADAR. É uma das guardiãs do Cruzeiro do Sul, assim, quando você olhar para o céu e estiver buscando seu caminho sempre o achará! É como um guia, uma bússola natural e brilhante que estará sempre em seu

caminho para te iluminar e orientar! Esse é nosso ideal: dar a base necessária para você brilhar conosco!”, afirma Bernadete Elmec.

“Os desafios são diários e vamos vencer todos”, diz a editora, ressaltando que “vender credibilidade, com certeza, é um grande desafio, e graças a Deus à Revista conseguimos! A cada edição publicada, parece um parto, quando se vê a carinha da criança, meu Deus, é demais! Principalmente quando se tem uma equipe boa como tem a Hadar. Como eu sempre digo - uma andorinha não faz verão!”.

O prazer em fazer

Fazer uma revista em sintonia com a realidade de 12 cidades, segundo a editora, “é muito bom, é muito prazeroso! Sabe, o mais importante é que o povo interage com a gente. A maioria dos assuntos são as próprias pessoas que sugerem, isso me dá uma satisfação tão grande, pois imagine você ver o quanto as pessoas leem e gostam daquilo que você escreveu ou idealizou, é muito bom, não é?! Certamente, é uma das maiores recompensas, é pensar assim: que legal, estão me notando, que legal, estão gostando de mim... Não posso parar... A satisfação é muito grande!”.

Equipe

O dia a dia tem sido muito intenso para nós; trabalhar na área de comunicação não é nada fácil, é um processo que requer muito autocontrole e autoconfiança, além de precisar de muita criatividade, é claro! Na atual conjuntura, devido à situação econômica mundial, manter um veículo do nível da Hadar é um grande desafio, mas quando se trabalha em equipe, tudo acaba se resolvendo. Até mesmo a formação de uma boa equipe, por exemplo, se torna um desafio. Hoje, tenho uma equipe formada, e acredito que está muito bem servida, porém, sempre estamos precisando formar outras em outras áreas e isso é um desafio que enfrentamos constantemente. Nem tudo são flores, afinal, os desafios enfrentados pela equipe são determinantes para o sucesso da operação e, muitas vezes, para a sobrevivência da empresa.

Luta

“Quando iniciei, há sete anos com a revista Hadar, não imaginava que passaríamos por tanta luta e, ao mesmo tempo, tanta alegria por estar lutando. Vencer essa batalha é um grande desafio de todos nós e o que mais nos motiva é que temos a certeza que já somos vencedores! Os nossos desafios e objetivos são e sempre serão informar e formar opiniões, levar o que há de melhor aos

nossos leitores. Assim como sempre enfatizo: um veículo de comunicação contribui muito para a formação de um cidadão e uma sociedade mais justa”.

Para Bernadete Elmec, a sensação de alívio é quando a revista já está em produção, na gráfica. Ela confessa que ora muito para que tudo dê certo: “Depois, quando chega a revista, meu primeiro pensamento é: Vamos distribuir logo essa revista”, conta a editora, rindo, para acrescentar em seguida: “quando uma edição chega (da gráfica), a sensação é do dever cumprido, porém, já estou com a pauta da próxima quase definida, assim é o meu dia a dia”.

“Já tive momentos difíceis, mas nunca pensei em abandonar o barco, sempre acreditei que ele poderia aprumar... Ao longo dessa jornada, fiz muitos amigos, conversei muito com pessoas que eu nem imaginava que me estenderiam as mãos, deram-me muitos conselhos, força, palavras de sabedoria, sendo assim, por que eu iria pensar em desistir? Não! Avante sempre! O que falou mais alto de tudo o que já vivi e ainda vivo, certamente é a fé que habita em meu cora-

ção e perseverança de que nada melhor do que um dia após o outro, a minha família, a minha equipe, os meus parceiros, os leitores, amor que tenho pelo trabalho que desenvolvo, o tempo é o melhor remédio, há tempo para todas as coisas na vida!”.

Bernadete revela que cada edição da Hadar é preparada “com muito profissionalismo, respeito, responsabilidade, comprometimento, criatividade, carinho, dedicação e, acima de tudo, com muito amor”. Segundo ela, a relação com os leitores é muito forte, “seja através do site, do facebook, carta, e-mail, tem sempre leitores interagindo com a gente. Todo instante que acessamos o site tem mais de 100 leitores on-line, de modos que esse retorno é muito satisfatório”.

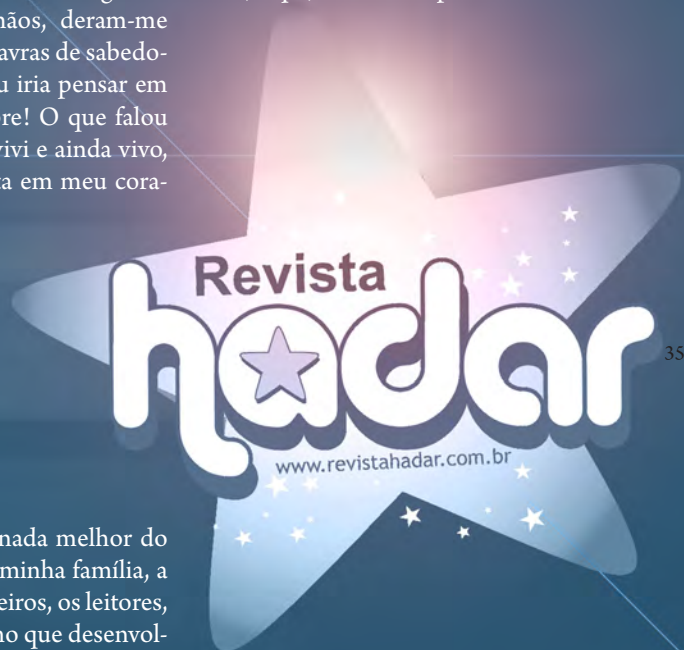
“Quem nos conhece sabe como é difícil finalizar os trabalhos, mas a batalha é saudável. Na edição de número 26, quando do falecimento da mãe da Bernadete, ela foi, acima de tudo, profissional e finalizou os trabalhos”, relata Claudio Elmec, responsável pela área comercial e financeira da revista e esposo da editora. Ele avalia que, “a cada edi-

ção estamos atendendo melhor a exigência do nosso leitor no que diz respeito a matérias atuais e assuntos da Região”, finaliza ele.

Alegria

“Há mais de cinco anos compartilho da alegria e da honra de fazer parte dessa grande família que é a revista. Ainda não conheço a todos pessoalmente, pois nosso trabalho, graças à tecnologia, é compartimentalizado, mas sinto que todos buscamos o mesmo objetivo: fazer o melhor para o nosso leitor e nossos parceiros e colaboradores. Acho que esse é o segredo do sucesso dessa revista: trabalho, dedicação e amor pelo que fazemos”, afirma o jornalista Marco Vieira de Moraes.


Com mais de duas décadas de profissão, ele diz que várias matérias feitas para a Hadar ficarão para sempre em sua memória: “cito, aqui, dois exemplos: os 30 anos da



“descoberta” da AIDS e a situação em nossa Região; e a entrevista com os prefeitos recém-eleitos, em 2012, com suas propostas de governo. Aliás, acho que devemos revisar essas propostas e ver o que foi realizado e o que não foi... já que as eleições municipais estão praticamente aí”.

Para o jornalista, a revista é a melhor em seu segmento nas 12 cidades onde circula. “Mas ela pode e com certeza vai melhorar. Acredito na seriedade do nosso trabalho”, finalizou.

A revisora Marry Calvino, integrante da equipe há pouco mais de quatro anos, afirma que a revista “se consolida como uma das mais importantes da Região. Orgulho-me em fazer parte da equipe e ajudar a construir esta história”. Ela diz ainda que é difícil apontar uma matéria em particular,



mas ressalta que sempre se emociona com a seção Realize-se: “Ali, sonhos e esperança são renovados a cada edição”.

A seção também emociona Juliana Souza, há três anos integrante da família Hadar. “Todos os meses eu faço o Realize-se e acompanho desde o choro emocionado até o brinde final e cada história que escrevo eu me emociono, pois vivo com eles aquele momento tão importante e a gratidão que eles sentem faz com que eu me emocione e queira uma história ainda mais especial a

cada mês”. Ela lembra que “vou completar três anos de revista Hadar, e como sempre digo, aqui, somos uma família. Passo oito horas do meu dia aqui, compartilhando, além do profissionalismo, emoção, pois não tem como não se envolver. Sinto um carinho por cada uma dessas pessoas que fazem parte dessa equipe, e trabalho como se essa revista fosse também minha, pois eu também dependo disso. Por isso, como diz o ditado: “Eu visto a camisa da minha empresa”.

Realizando sonhos

E já que estamos falando da realização de sonhos, nada melhor do que o relato de quem passou por essa experiência, como foi o caso de Ariana de Camargo, que participou da seção na edição de maio deste ano.

“Conheci quando trabalhava no comércio da cidade, recebia as revistas mensalmente. Meu primeiro contato foi via e-mail, onde contei minha história e pedi para participar do quadro Realize-se. Mandeí diversos e-mails pedindo para participar do quadro, até que no

Tecno Solidariedade Pro
Celebração Conscient
Região Estilo Decoração
Negócio Dicas Acc

mês de abril meu pedido foi realizado!”

Após participar da revista, ela conta que tudo mudou na sua vida: “sinto-me uma nova mulher; a autoestima foi lá em cima”. Ela faz questão de dizer o que sente pela revista: “adoro vocês! Continuem com esse excelente trabalho e que Deus ilumine a todos”.

Entre as crianças a revista também tem marcado presença. É o caso dos irmãos Kaique e Kauane, que participaram da edição especial do Dia das Crianças, em outubro de 2012.

“Nossa vida mudou muito”, contam os irmãos, “pois, na escola, nossos amiguinhos nos viram na revista e nós amamos cada presente que ganhamos”. Kaique, de 10 anos, aproveita para agradecer e fazer um novo pedido: “eu agradeço a revista Hadar por ter me dado um dia tão especial e, se puder, eu quero participar de novo do Realize-se, pois, para mim, foi um presente”.

Realização como profissional

“Faço parte da equipe Hadar faz mais de 1 ano e foi uma realização profissional. Desde que entrei na faculdade, sempre quis trabalhar na área editorial, mais especificamente em revista, e a Hadar me deu essa oportunidade. Sempre cercada de ótimos profissionais, que fazem de tudo para escolher o melhor assunto, e deixar a revista pronta o quanto antes para o leitor”, afirma a jornalista

ta Ana Luíza Schifflers.

Para ela, “fazer jornalismo é aprender constantemente. Cada nova matéria é um conhecimento novo ou uma atualização de um que você já possui. Algumas matérias me marcaram. Nesta edição, por acaso, escrever sobre a droga krokodil foi muito marcante mesmo, e até um pouco perturbador. Uma droga nova que nunca tinha ouvido falar, e que é totalmente devastadora. São coisas novas que acabam assustando qualquer ser humano. Algumas matérias sobre meio ambiente também marcaram, pois é um assunto atual e urgente. Ser jornalista é entrar no assunto, mergulhar de cabeça e se inteirar da matéria de forma mais completa”.

Ana Luíza avalia que a revista vem crescendo desde o início. “Você nota com os conhecimentos na área e também escuta comentários diversos da população da região que não perde a revista um único mês e é só elogios. Como avaliar algo tão bom?”.

Bem, se depender da avaliação do empresário Jonas Caetano Filho, sócio-proprietário da Rede Caetano, a nota da revista é “simplesmente 10. Considero a Hadar a melhor revista de Tatuí e Região”.

“A Hadar está sempre evoluindo e melhorando. É a principal revista de Tatuí e tem um bom conteúdo, por isso resolvemos anunciar nela e consolidar a parceria com nossas empresas”, afirmou Gabriel Moutran, diretor-comercial do Grupo Cedros.

“É uma grande satisfação (fazer parte da equipe) e uma excelente maneira de colocarmos nossas opiniões e formas de enxergar a atualidade para milhares de pessoas”, observa Luiz Carlos Magaldi Filho, colaborador da Hadar, “ela é um dos poucos exemplos de revistas regionais que acrescentam algo para seus leitores”, acrescenta ele.

João Alfredo Sartorelli, sócio-proprietário do Empreendimento Sartorelli, também

elogia a revista: “desde o início, pautou-se em divulgar e informar, não só propagandas e anúncios, como também atender acontecimentos sociais e interesses da coletividade, saúde, educação, política, degustação e outros acontecimentos pertinentes ao momento presente. Devo parabenizá-la pela fidelidade constante durante esse período”, afirma Sartorelli.

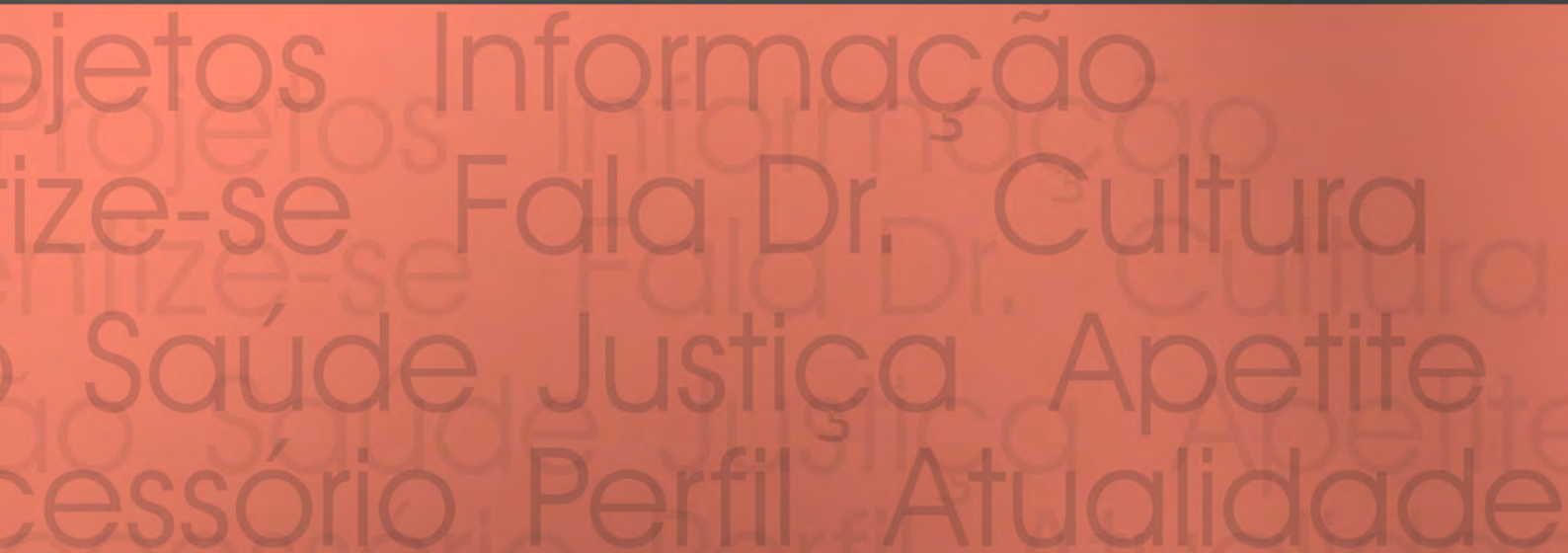
O leitor José Rigolon diz que conhece a revista “praticamente desde o início e ressalta que os temas são muito bem apresentados”. Ele ainda deixa um recadinho:

“Revista Hadar, não me deixe com saudades”.

Outra leitora, Patrícia Miranda da Silva, conta que teve o primeiro contato com a revista no comércio, “pois, há alguns anos, apenas as lojas recebiam e deixavam disponível para os clientes. Hoje, recebo a revista todos os meses em minha casa, e fico ansiosa aguardando sua chegada. Gosto de tudo, mas, principalmente, do Realize-se, os artigos sobre Decoração e Reforma, a Constelação, sem contar as matérias de capa que sempre trazem reportagens muito interessantes, que acrescentam informações relevantes ao nosso dia a dia. Acompanho a revista há dois anos. A Hadar, hoje, é uma revista em evolução que deve tornar-se cada dia melhor. A Revista Hadar preenche nossos dias, tornando-os muito mais interessantes”.

De leitor a colaborador

Para o juiz Marcelo Nalesso Salmaso, Coordenador do Núcleo da Justiça Restaurativa da Comarca de Tatuí – Polo Irradiador e membro da Coordenadoria da Infância e da Juventude e do Grupo Gestor da Justiça Restaurativa do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo, escrever para a revista e fazer parte do rol de colaboradores “tem sido um grande prazer”.



Salmaso lembra como tomou conhecimento da revista: “certa vez, li uma matéria, na edição do mês de agosto do ano de 2013, em que se tratava, de forma muito clara e bem fundamentada, da Justiça Restaurativa. Tempos depois, fiquei sabendo que a jornalista, que havia escrito o texto, era filha de uma professora, que se encontrava no curso de formação em Justiça Restaurativa, do qual eu também fazia parte. Assim, enviei um e-mail ao editorial, parabenizando pela forma bem preparada, carinhosa e digna com que aquele tema de tamanha complexidade - como a Justiça Restaurativa - havia sido trabalhado e descrito na matéria. Em seguida, recebi um convite para escrever artigos na revista”.

O magistrado ressalta que “existe um respeito muito grande para com aquilo que escrevo em primeiro lugar, porque nada do texto original é modificado sem antes isso ser conversado, e, ainda, a arte desenvolvida em torno do texto e a diagramação são de um imenso bom gosto, tornando mais atrativa a leitura do trabalho. Ademais, é muito importante contar com um espaço, na mídia, para tratar de um tema tão importante como a Justiça Restaurativa e outros correlatos, o que ajuda, em muito, a legitimar essa verdadeira missão de vida, voltada à construção de uma sociedade mais humana e de paz”.

Na avaliação de Salmaso, “a Revista Hadar está ocupando um espaço de relevância na imprensa regional, pois percebo que as pessoas comentam, cada vez mais, sobre os textos que publico e, ainda, muitos dizem ter tomado contato com a Justiça Restaurativa por meio da revista”.

Ele deixa um recado: “Parabenizo o trabalho desenvolvido pela equipe da revista Hadar ao longo destes anos, principalmente no sentido de cada vez melhor informar as pessoas, o que é fundamental para a construção

da cidadania e para a melhoria do padrão de vida nas sociedades. E, por outro lado, agradeço por terem sempre divulgado a possibilidade de uma sociedade mais justa, como aquela proposta pela Justiça Restaurativa”.

Abrangente

“A Hadar é uma revista que abrange todo o tipo de informação e prende a atenção de pessoas em qualquer faixa etária, com seus cadernos de qualidade de vida, atualidade, mundo teen, moda, fala doutor e até mesmo a constelação. É uma revista muito bem elaborada que, a cada dia, supera as expectativas dos leitores”, a afirmação é da estudante Renata Camargo Elmec, que viu a revista nascer. “A Hadar é o fruto de sonhos, é um presente entregue nas mãos de pessoas que, hoje, transmitem desde a informação, atualidade mundial até a história de vida de pessoas que são exemplos”, observou Renata.

Para Renata, “um momento marcante desses sete anos foi o dia em que ela (a revista) nasceu com o nome que, hoje, carrega. O nome de uma das estrelas mais brilhantes de uma constelação”. Ainda conta que “amo ler o Realize-se. Gosto de saber que a revista faz o possível para realizar sonhos!”.

Desde o início

“Trabalho para Revista Hadar desde que ela foi criada até o momento, 85 edições, 85 meses, e minha nossa! Já foram sete anos!”. A frase é do web designer Danilo Cassemiro de Campos, que cuida do site da revista.

Para ele, a matéria mais marcante está bem no começo da nossa história, na edição de número 06 da revista. “Foi A Mágica da Vida, que falava do dia das mães, dei meu depoimento em meio a outros do pessoal da revista, e me marcou, pois tive uma mãe muito amorosa que sofreu para que eu viesse a este mundo e dedicou-se a mim e a minha

irmã com tudo que pôde, não fazendo caso de si mesma”.

Campos analisa que “cada edição é como um novo filho que nasce, tem um preço alto de dedicação, de esforço, mas deixo, aqui, meu incentivo: se algo vale a pena nesta vida, com certeza, trará consigo lutas, desafios, algumas perdas, mas também vitória. A todos que fazemos a Hadar, continuemos a luta, sempre olhando para frente, afinal, uma nova edição virá, e filho é bênção, é vitória, e traz consigo sempre muita alegria”.

Já o designer gráfico Cláudio dos Santos, que trabalha para a Hadar há quatro anos, responsável pela diagramação, diz que a revista está de parabéns, possui uma “forma clara, simples, objetiva e cativante de expor temas variados”. E ainda nos conta que as matérias que mais marcaram para ele foram “Família: o alicerce para a vida, na edição 49” e “Onde encontrar a tal felicidade, na edição 73”.

O sucesso e a evolução da revista é um fato que não passa despercebido nem pelos membros mais novos da equipe, como é o caso do designer gráfico Leonardo Manis Casarini, há pouco mais de um ano na empresa. “À medida que o tempo passa, a Hadar vai se aprimorando e melhorando, mas ainda temos que melhorar cada dia mais”.

A empresária Maria Luiza Pozitel, proprietária do Supermercado Pozitel e Magazine Metrôpoles, na cidade de Tatuí, é uma das pessoas que incentivam a revista desde o começo, inclusive, investindo em publicidade. “Porque acho a melhor revista da região, todo o conteúdo dela é escrito com muita dedicação, seriedade e amor, não tem blá, blá, blá... Para mim, atingiu todas as expectativas”. Ela ainda deixa uma mensagem para a editora “amiga, irmã, parabéns a você, mulher guerreira, maravilhosa e vitoriosa, a você um grande beijo e cada vez mais sucesso. Conte sempre comigo!”.

Filmes Mais info Livros

Papo Sério Especial



Qualidade de Vida

FLV da Estação

Frutas, legumes e verduras são essenciais para o nosso corpo

Mesmo vivendo em um clima favorável para o plantio de uma diversidade muito grande de frutas, legumes e verduras (FLV), infelizmente, o consumo destes alimentos é muito baixo no nosso país. Segundo o IBGE, 90% da população brasileira consomem menos de 400g destes alimentos diariamente, um índice abaixo do recomendado considerado pela OMS. Sendo o consumo proporcional à renda e à escolaridade da pessoa. Em 2011 e 2012, os índices de déficit de peso reduziram drasticamente e a obesidade dobrou, principalmente, na população feminina, e em crianças e adolescentes, assim, aumentando, cada vez mais, o número de doenças relacionadas à má alimentação (obesidade, hipertensão, diabetes, doenças cardiovasculares, câncer, entre outras).

As FLV's apresentam alto teor de vitaminas, minerais, antioxidantes, fitoquímicos e fibras, mantendo o equilíbrio do nosso organismo, prevenindo diversas doenças e impedindo o aumento de radicais livres, desacelerando o envelhecimento precoce das células e auxiliando na melhora da saúde do intestino, cabelo, unha, pele, além de outras propriedades preventivas e promotoras à saúde.

Estudos demonstram que comer,



no mínimo, 7 porções de frutas e vegetais por dia, reduz a mortalidade por qualquer causa e qualquer idade em 42%.



O mais importante é dar preferências às FLV's da época, por várias razões: são mais naturais, as vitaminas e minerais estão em concentrações mais intensas, exigem um uso menor de agrotóxicos, além ter custos reduzidos.



Mas lembrando-se de que as frutas não devem ser consumidas à vontade, principalmente em indivíduos diabéticos e quem necessita reduzir peso, pelo alto teor de açúcar (frutose), o consumo ideal de frutas 3 – 5 frutas diárias. Já o consumo de verduras e legumes, por conter carboidratos de índice glicêmico mais baixo, pode ser em maiores quantidades, exceto beterraba.

Sempre é muito importante seguir orientações e um plano proposto por um nutricionista e/ou profissional capacitado, por ser propostas individualizadas.

Roberta Lorenzetti Lourenço
Nutricionista - CRN 22509



**ORIENTAL FOODS
DIRETO NA SUA CASA!
LIGUE JÁ!**

**Aberto das 18:30 às 22:00
Fechado nas Quartas-Feiras**

**15 9793-1109 (Vivo)
15 8113-1010 (TIM)
15 9163-4000 (Claro)**

Praça de Alimentação - Centro - Tatuí - BOX 03



Comercial • Prato feito •
Feijoada todas as sextas •
Filé à parmegiana todas as terças e sábados •



Rua: José Bonifácio, 400 . Centro . Tatuí/SP
(15) 3205.2933/99156.6879



GAMETERAPIA: A Terapia através do vídeo game

“O tratamento e a cura através dos games incentivam a atividade cerebral do paciente e até recuperam movimentos”

Já se foi o tempo em que vídeo game era apenas um brinquedo de criança. Nos dias de hoje, eles já são usados como ferramenta para reabilitação de pacientes ortopédicos e neurológicos. Especialistas defendem que o uso dos consoles, além de entreter e divertir os pacientes auxilia na

recuperação da concentração e da coordenação motora. Esta inovadora prática terapêutica iniciou-se no Canadá, há alguns anos, e, hoje, é facilmente encontrada no Brasil. As clínicas de fisioterapia mais modernas foram as primeiras a adotar a terapia virtual.

Indicada para todas as idades, a terapia

não substitui as outras práticas terapêuticas, mas complementa o tratamento, uma vez que leva o paciente para outra realidade. Os consoles mais comuns, como o Nintendo Wii, fazem parte desse processo, trata-se de jogos que requerem movimentos sensíveis e precisos, que simulam: atividades esportivas (boliche, tênis, basquete, beisebol, futebol, boxe), treinamento e ganho de equilíbrio, alongamento e fortalecimento (yoga e treinamento muscular), cognição (jogos de memória) e exercícios aeróbicos (caminhada, corrida, step, dança).

Na brincadeira, os pacientes até se esquecem de que estão em tratamento. As pessoas conseguem mudar o foco e a atenção da terapia, o que alivia o tédio causado pelos movimentos repetitivos que envolvem a reabilitação.

O esforço para executar bem as jogadas provoca impactos positivos no organismo. Há o fortalecimento da musculatura, maior facilidade para recuperar movimentos, estímulos da atividade cerebral e aumento da capacidade de concentração e de equilíbrio.

Juliana Serra Yamamoto Soares

Fisioterapeuta

CREFITO3/72451-F

41



Fisioterapia . Fonoaudiologia . Musicoterapia . Psicologia . Psicopedagogia . Terapia Ocupacional

Com a finalidade de integrar em um único lugar uma equipe multiprofissional qualificada com uma nova visão de tratamento, que observa o paciente como um todo, isso é integração. Terapia interdisciplinar aliada a um tratamento de alto nível.



Roberta Soares de Barros Florencio
Musicoterapeuta
APEMESP 0495

Eliege Miranda
Fonoaudiologia
CRFª 14422

Fernanda Monteiro Rossi
Psicóloga
CRP 06/101720

Ingled de Castro Elias Abrame
Fonoaudiologia
CRFª 15493

Juliana Serra Yamamoto Soares
Fisioterapeuta
CREFITO 3/ 72451-F

Ana Paula Camargo Orsi
Terapeuta Ocupacional
Formação em Integração Sensorial
CREFITO 3/13049-TO

Suelen Cristina da Silva Barros
Pedagoga
Especialista em Educação Especial

Rua Joaquim Camargo de Barros, 210 . Ch. Junqueira . Tatuí/SP | (15) 3251.8314 |  Stimulus terapias integradas



CAETANO

Materiais p/ Construção



Ofertas válidas de

01 a 27 de dezembro/2014

ou enquanto durarem nossos estoques

O Natal da construção!



REDE CAETANO em color

Acesse nosso site:
www.redecaetano.com

Escada de Ferro HASHIGO Bca/Am Extensiva



6 deg. - 1,95 ou 3,10mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS134,99	RS15,46	
7 deg. - 2,25 ou 3,75mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS159,99	RS18,33	
8 deg. - 2,50 ou 4,10mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS179,99	RS20,62	

VITRÔS&JANELAS



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

por apenas **RS389,90**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$44,66



Veneziana de Correr SASAZAKI APD c/Grade Elo Branca 1,0x1,5 2122202-0

por apenas **RS549,99**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$63,00



Vitrô Max Ar SASAZAKI APD c/Grade Elo Branca 0,6x0,8 2416244-3

por apenas **RS219,99**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$25,20



CASA



CEROCCHA
Toucador Conj. Pratic CEROCCHA 0,50 Branco/Preto

por apenas **RS219,99**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$25,20



Arte
Gabinete Belo ARTE Branco e Preto

1,20mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS89,99	RS10,31	
1,50mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS229,99	RS26,35	
1,50mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS259,99	RS29,78	



Cozimax
Gabinete de Aço COZIMAX Apolo Branco e Preto

1,20mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS309,99	RS35,51	
1,50mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS349,99	RS40,09	
2,00mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS429,99	RS49,26	



Classinco

Pia Inox CLASSINOX

1,20mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS89,99	RS10,31	
1,50mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS119,99	RS13,75	
2,0mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS249,99	RS28,64	



Pia de Granito RG&LG

Cinza Corumbá 1,50mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS259,99	RS29,78	
Ocre Itabirita 1,50mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS279,99	RS32,07	
Cinza Corumbá 2,00mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS329,99	RS37,80	
Ocre Itabirita 2,00mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS329,99	RS37,80	
Verde Ubatuba 2,00mt	por apenas	à vista em 3x	ou em 10x de
	RS359,99	RS41,24	



JB
Toucador Conj. Eko JB 0,50 Branco/Preto Branco/Branco

por apenas **RS159,99**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$16,53

TINTAS&PINTURA



POLIREX
Mogno Imbuia 3,6 lt

por apenas **RS49,99**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$5,73



Broxa Quadrada CONDOR Ref. 945

por apenas **RS3,49**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$0,40



Kit de Pintura CONDOR 5 pçs Ref. 810

por apenas **RS19,90**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$2,28



Grafito Branco 25 kg por apenas **RS39,99** RS4,58
Massa Corrida 25 kg por apenas **RS29,99** RS3,43
Selador Acrílico Branco 25 kg por apenas **RS44,99** RS5,15



Sato
Esmalte SATO 3,6 lt

por apenas **RS39,99**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$4,58

25 CORES Disponíveis



Sato
Latex SATO 1ª Linha 18 lt

por apenas **RS99,90**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$11,44



Coral
Latex CORAL Rende Muito 18 lt Cores

por apenas **RS179,99**
à vista em 3x | ou em 10x de R\$20,62

São mais de
300
modelos
de PISOS
à pronta entrega!

Venha conhecer nosso show room!

PISOS & REVESTIMENTOS

DURAGRES
Extra

54x54 Ref. HD Parquet Athena HT

54x54 Ref. HD Baltimore Gray XT

31x54 Ref. HD Himalaia MT

54x54 Ref. HD Glacial 54 BR PEI 4

por apenas R\$ 14,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,72

incefra
Piso INCEFRÁ Extra

32x56 Ref. RD32630 PEI 2

45x45 Ref. PD32780 PEI 3

50x50 Ref. HD50330 PEI 3

50x50 Ref. NHDS0220 PEI 3

por apenas R\$ 11,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,37

por apenas R\$ 16,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,93

ROCHA FORTE
Extra

45x45 Ref. 4501 PEI 4

33x37 Ref. 5701

45x45 Ref. 4575 PEI 3

50x50 Ref. S0511 PEI 4

50x50 Ref. HD50701 PEI 3

por apenas R\$ 9,49
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,09

por apenas R\$ 9,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,14

por apenas R\$ 12,49
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,43

Lume
Piso LUME Divah Extra

57x57 Ref. 5712 Mogno PEI 4

57x57 Ref. 57514 Milão PEI 4

57x57 Ref. 57521 Concreto PEI 4

por apenas R\$ 13,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,60

por apenas R\$ 15,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,83

bellacer
Piso BELLACER Extra

32x45 Ref. 5148

45x45 Ref. 20120 PEI 3

45x45 Ref. 20107 PEI 4

32x45 Ref. 5137

por apenas R\$ 10,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,26

SAVANE
Piso SAVANE Extra

54x54 Ref. 500 Thome PEI 4

38x38 Ref. Anhembi C/02

38x38 Ref. Anhembi C/03

54x54 Ref. HD Cancun PEI 3

por apenas R\$ 13,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,60

por apenas R\$ 16,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,93

Lume
Piso LUME Extra

47x47 Ref. 4742 PEI 4

33x51 Ref. HD540

47x47 Ref. 4738 PEI 4

33x51 Ref. HD535

por apenas R\$ 10,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,25

por apenas R\$ 12,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,49

Via Ápia
Piso VIA APIA Extra

30x57 Ref. VA57084 PEI 4

30x57 Ref. VA57081

30x57 Ref. VA57080

30x57 Ref. VA57086

por apenas R\$ 14,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,72

por apenas R\$ 16,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,95

PASTILHAS de VIDRO
30x30
Várias cores

LI-1 9004

LI-C 9015

ARQ C-05

ARQ C-08

ARQ C-09

por apenas R\$ 9,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,14

por apenas R\$ 29,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 3,45

por apenas R\$ 37,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 4,35

Elizabeth
Porcelanato ELIZABETH

62x62 Ref. Taverino Polido

62x62 Ref. Branco Polido

62x62 Ref. Crema Marfil Polido

por apenas R\$ 44,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 5,15

por apenas R\$ 49,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 5,73

Delta Porcelanato
Porcelanato DELTA

54x54 Ref. RT Recl. HT

54x54 Ref. RT Nobreza MT

54x54 Ref. RT Marsella Brilho MT

54x54 Ref. RT Solinas XT

por apenas R\$ 29,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 3,43

por apenas R\$ 32,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 3,78

Via Rosa
Porcelanato VIA ROSA

31x58 Ref. BR58000

31x58 Ref. BR58141

54x54 Ref. BR54101 PEI 4

54x54 Ref. AR54105 PEI 4

por apenas R\$ 36,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 4,24

votomassa
Argamassa
Cola Bem
Cinza 20 kg

por apenas R\$ 16,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 1,95

votomassa
Argamassa
Colante Interior
ACI

por apenas R\$ 5,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 0,69

weber
Argamassa
Quartzolit
Interna
ACI 20 kg

por apenas R\$ 7,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 0,91

weber
Argamassa
Quartzolit
Porcelanato
Externa 20 kg

por apenas R\$ 34,99
à vista em 3x | ou em 10x de R\$ 4,01

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

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

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

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

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

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

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

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

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

©2022 weber. (15) 3322-5000

Ressonância Magnética de última geração chega a Tatuí

Diagnósticos por imagem de alta resolução cada vez mais nítidos e precisos

A Ressonância Magnética é um método que não utiliza radiação ionizante, mas, sim, ondas de radio-frequência totalmente inofensivas ao ser humano. Atualmente, é o mais moderno, o mais tecnológico e o menos ofensivo meio de obtenção de imagens em alta resolução. Sua utilização é ampla, sendo o exame mais indicado para o estudo da coluna vertebral, articulações (joelho, cotovelo, ombro, etc.), partes moles (coxa, perna, braço, etc.), crânio, vasos sanguíneos do corpo, mamas e etc. Por conta disso, a **CIT (Central Imagem Tatuí)** está há 17

anos no mercado e conta com equipamentos de alta tecnologia na área de exames de imagens na região de Tatuí e conta com um aparelho de **Ressonância Magnética - Anchieva de 1,5 tesla** - marca Philips de **última geração**, o **mais novo da região** e **recém-adquirido**, e também com equipamento de **Tomografia Computadorizada Multislice** de alta resolução, com multidetectores de 16 canais com **reconstrução em 3D**, trazendo a tecnologia mais avançada para a região.



TOMOGRAFIA COMPUTADORIZADA <
RESSONÂNCIA MAGNÉTICA <



> Dr. Eder Balliari
> Dr. Eduardo Jozala
> Dr. José Roberto Simões de Almeida
> Dr. Márcia Gravatá
> Dr. Mário Menezes
> Dr. Seizo Yamashita
> Dr. Cássio Yakura

Responsável Técnico:
Dr. Mário Menezes
CRM 46453

Avanço na mamografia tradicional

Novo aparelho traz mais segurança no resultado dos laudos médicos para Tatuí e região



CENTRO RADIOLÓGICO TATUÍ

Dr. José Roberto Simões de Almeida <
Dr. Mário Menezes <



Responsável Técnico:
Dr. Mário Menezes
CRM 46453

ULTRASSONOGRRAFIA <

RADIOLOGIA DIGITAL <

MAMOGRAFIA DIGITAL <

ULTRASSONOGRRAFIA EM 4D <

ECOCARDIOGRAMA COM DOPPLER COLORIDO <

ULTRASSONOGRRAFIA COM DOPPLER COLORIDO <



Emec

Um avanço recente na mamografia tradicional inclui a mamografia digital, que promete trazer um resultado muito mais eficaz e menos suscetível ao erro. Há 22 anos na cidade, o **Centro Radiológico Tatuí** oferece múltiplos exames e já conta com essa tecnologia avançada da mamografia. Os exames realizados com o mamógrafo digital tornam o processo mais ágil, pois, já na sala de exames, a técnica pode definir, através do monitor "Barco", de alta resolução (5mp), se as imagens estão ou não em padrão adequado para a análise e tirar um laudo mais preciso. Na **mamografia digital**, são oferecidas imagens com características superiores. Os

laudos são dados através da **Estação de Laudo com 02 monitores "Barco" de alta resolução (5mp)**, onde o radiologista pode utilizar recursos de ampliação digital, medidas precisas de distância e imagem "negativa" para obter o máximo de informações possíveis. Além disso, adquiriu, recentemente, mais um Aparelho de Ultrassom com Análise Espectral Doppler Aplio 400 – marca Toshiba, **totalizando três aparelhos de ultrassom**, tendo uma maior capacidade no atendimento à demanda da cidade. Tudo isso faz com que o **CRT** tenha um melhor atendimento e menor tempo de espera para seus clientes.

A CIÊNCIA DA BIOPSIKOLOGIA

Como superar o estresse e a depressão!

Biopsicologia é um termo usado para definir o comportamento e os processos mentais através do estudo científico das interações entre o sistema nervoso e o sistema endócrino humano.

Cada mudança de humor é acompanhada por uma cachoeira de “moléculas de emoção” – hormônios e neurotransmissores – que flui através do corpo, afetando todas as células. Cada célula humana contém cerca de 1 milhão de receptores para receber essas substâncias bioquímicas. Praticamente tudo no corpo é regulado pelos hormônios. Eles estão entre os mais poderosos agentes biológicos, influenciando, por exemplo, nossa resposta ao estresse e à depressão.

A Dra Susan Andrews, autora do livro “Stress a seu favor: como gerenciar a sua vida em tempos de crise”, discute com propriedade sobre as práticas que equilibram as glândulas endócrinas e ajudam a diminuir as nossas atitudes de medo, irritabilidade, ansiedade, depressão e fortalecer as qualidades positivas como amor, coragem, otimismo e tranquilidade. E no livro “A ciência de ser feliz”, convida ao conhecimento dos caminhos práticos que trazem bem-estar e alegria.

Cortisol: o inimigo da felicidade

Robert Sapolsky, um premiado neuroendocrinologista da Universidade de Stanford, Estados Unidos, explica que a característica

definidora de um surto depressivo é a perda de prazer: “Se eu tivesse que definir depressão severa em apenas uma frase, seria um distúrbio genético/neuroquímico que requer um forte gatilho ambiental, cuja a característica manifestada é a incapacidade de apreciar o pôr do sol.”

O correlato fisiológico desse estado e de várias emoções negativas é o aumento do cortisol, o hormônio do estresse produzido pelas glândulas suprarrenais. A secreção excessiva de cortisol também afeta a nossa cognição – literalmente mata as células cerebrais no hipocampo, a região do cérebro responsável pela memória. O cortisol desempenha um papel significativo em diversas enfermidades, causando a perda óssea e muscular, supressão do sistema imunológico, esclerose múltipla e mal de Alzheimer.

Em contrapartida, os pesquisadores comprovaram que os baixos níveis de cortisol estão ligados à sensação de bem-estar e que a FELICIDADE transforma a nossa bioquímica. Pessoas felizes secretam 32% menos cortisol durante o dia, mesmo que estejam passando por algum estresse.

Uma vez que a sensação de bem-estar subjetivo está diretamente relacionada aos processos biológicos, os cientistas estão investigando os meios possíveis de mudar a nossa biologia e, assim, transformar o nosso humor.

Empatia e compaixão

Estudos demonstram que um dos mais importantes fatores na saúde e longevidade não é exercício, alimentação ou estilo de vida, mas nossa resposta à pergunta: “Você tem alguém em sua vida que realmente o ame”? Aqueles que respondem “não”, têm risco até cinco vezes maior de morte prematura que os que respondem “sim”. A mensagem dessas pesquisas é que o amor realmente conta. O hormônio ligado ao amor e à afeição é a oxitocina, estimulada, em todos, durante as relações afetivas e nas mulheres durante a amamentação.

Como diz o Dalai Lama, “compaixão e amor não são supérfluos. São fundamentais para a sobrevivência da nossa espécie”.

A prática da Biopsicologia

O objetivo da Biopsicologia é otimizar a secreção hormonal. Existem métodos antigos integrados à psicoterapia, com o objetivo de equilibrar as emoções e as glândulas endócrinas e transformar os sentimentos negativos – raiva, ódio, medo – em atitudes positivas, como otimismo, entusiasmo e compaixão. Inclui posturas físicas do yoga, que massageiam glândulas endócrinas, visualizações, respiração, relaxamento profundo e meditação.

Uma prática para o cotidiano:

Faça breves pausas durante o dia para respirar lenta e profundamente através do diafragma. Faça isso também quando lidar com pessoas irritantes ou negativas e se esforce para abrir o coração e manter a mente positiva. Lembre-se: simplesmente olhar para a foto ou lembrar-se de uma pessoa que você ama ajuda a diminuir os hormônios do estresse. Lembre-se que quando uma mulher beija seu marido antes que ele parta para o trabalho de manhã, a expectativa de vida dele aumenta cinco anos. A dela também.

Andrea Liette Camargo
(Psicóloga clínica)

Bibliografia:

Andrews, Susan - “A ciência de ser feliz”

- “Stress a seu favor: como gerenciar a sua vida em tempos de crise”.



Psicologia
Andrea Liette

Professora de Hatha-yoga
para Adultos e Crianças
Ana Maria de Souza

Yoga e Meditação
Valéria Gonçalves

Reiki
Marcelo Rinaldi

Dança do Ventre
Layla Rangel

Para os interessados em praticar
Yoga e Meditação - participe de
uma aula aberta e experimental.
Toda terça-feira, 19:30h às 20:30h.
Faça sua inscrição antecipada no
site, email ou telefone.

Vagas limitadas, inscrições:
facebook.com/casalotustatui
casalotustatui@gmail.com
Tel. (15) 3251.2018
Rua Pedro Holtz, 331
Jd. Junqueira . Tatui/SP



Cápsulas ajudam a emagrecer

Nutricosméticos se tornam famosos com resultados em artistas

Quem nunca ouviu falar que alguns medicamentos ajudam a diminuir a fome e estimulam o emagrecimento? Atualmente, existem diversas cápsulas de nutricosméticos com essa finalidade no mercado, mas uma novidade que tem adquirido cada vez mais adeptos ao uso é a Pholia Roja. Até mesmo celebridades como a apresentadora Sabrina Sato já são adeptas desse medicamento natural.

Composta com espécies vegetais do gênero baccharis com lichia sinensis, a Pholia Roja é um fitoterápico que atua, não apenas na queima de gordura abdominal, como da gordura localizada.

Segundo a nutricionista Donata Bimbatti, CRN 3-22.505, A Pholia Roja não tem con-

tra indicação e é conhecida como a “erva desacopladora de gordura”. “Sua fórmula acelera o metabolismo interno das células de gordura, fazendo com que usem mais energia e diminuam de tamanho. Ela também inibe o apetite, já que aumenta a sensação de saciedade. Os resultados e as indicações referentes ao uso desse produto foram avaliados e comprovados por estudos que comprovam a ação dos mesmos, conforme descrito em referências bibliográficas”. Explica a nutricionista.

Segundo a nutricionista, os benefícios da Pholia Roja são: diminuir a biossíntese do tecido adiposo, reduzir medidas abdominais, promover perda de peso (segundo estudos, a pholia roja funciona na redução de peso em 30 dias), faz também com que as células consumam mais glicose e gordura que o normal, evitando, assim, a formação do tecido adiposo.

Porém, para usar o medicamento, é preciso buscar orientação de um médico. Além disso, é preciso estar ciente de que essas cápsulas não agem sozinhas. Ou seja, para ajudar no processo, você deve fazer sua parte, por meio de uma dieta saudável e da prática de exercícios físicos. Também é importante beber entre quatro e seis copos de água por dia.

TRI-UP[®]
Creme Cirúrgico
Sucesso Absoluto!!

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

PHOLIA ROJATM

O cuidado com o corpo é essencial para mantê-lo lindo e saudável.

Coadjuvante na redução da obesidade abdominal;
Diminui a biossíntese do tecido adiposo;
Aumenta o gasto de energia, promovendo a perda de peso;
É capaz de combater a formação de gordura em partes como:
braços, costas, pernas e glúteos;
Faz com que as células consumam mais glicose e gordura que o normal.
Consulte um especialista!



Dietas restritivas devem ser feitas com parcimônia e orientação nutricional

Sem acompanhamento, elas podem trazer problemas físicos e psicológicos

Quem nunca fez a dieta da proteína, da lua, da sopa, que atire a primeira pedra. E, atualmente, este tipo de dieta está em pleno crescimento por pessoas que recorrem a dietas restritivas para perder peso e que, sem acompanhamento profissional adequado, acabam desenvolvendo alguns problemas, o que, muitas vezes, as faz engordar novamente.

Pesquisadores do Instituto Francês Nacional da Saúde e Pesquisa Médica (Inserm) realizaram uma pesquisa com mais de 100 mil pessoas, questionadas, mensalmente, durante três anos. Os dados revelaram que conselhos de especialistas em alimentação (nutricionistas e endocrinologistas) são mais eficientes em longo prazo quando comparados aos regimes restritivos.

Segundo o levantamento do Inserm, 76% das pessoas que tinham seguido as recomendações nutricionais oficiais conseguiram perder peso e manter a forma, mesmo seis meses após abandonarem a dieta. Já os que fizeram dietas restritivas ou ca-

seiras não conseguiram manter o peso por tanto tempo.

Para Débora Soares Lisboa, Nutricionista, CRN-3: 32284, os riscos de se fazer uma dieta restritiva sem orientação ou mal orientada são grandes. “Essas dietas podem causar sintomas como hipoglicemia, cansaço, irritabilidade, aumento da compulsão alimentar devido a baixíssima ingestão de carboidratos e, consequentemente, de vitaminas do complexo B. Ainda podem prejudicar o desempenho em atividades físicas e até cognitivas, já que trata-se do principal combustível do cérebro”. Explica. Mais do que isso, a nutricionista alerta para o consumo excessivo de proteínas nestas dietas, pois podem levar a uma sobrecarga renal ao longo do tempo, especialmente em indivíduos que já possuem algumas doenças como hipertensão sistêmica arterial, por exemplo.

O conselho da nutricionista é procurar um profissional que possa ajudar a criar a melhor dieta para cada um. “Não acredito que exista a dieta perfeita, existe, sim, a melhor dieta para cada indivíduo em particular, o que depende de inúmeros fatores como: objetivos, estado nutricional, presença ou não de morbidades, histórico familiar de patologias, nível de atividade física, entre outros. É claro que, no geral, ter uma alimentação o mais natural possível, com consumo regular de frutas, verduras, legumes, castanhas, grãos e semente, e reduzida ingestão de produtos industrializados, é o melhor caminho para se começar”, conclui Débora.



Seu Natal merece
nossas delícias!

Bolo de
Nozes



Tatuí: R. Cel. Aureliano Camargo, 286 T: (15) 3205-2661

Boituva: R. São Roque, 25 T: (15) 3363-3012

Porto Feliz: R. José Bonifácio, 88 T: (15) 3262-6408

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

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

www.suelibolos.com Seja um franqueado!



Clínica Koza

www.clinicakoza.com.br

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

TRATAMENTOS

Implantes
Próteses
Facetas Laminadas
Lentes de Contato
Clínica Geral
Carga Imediata



Dra. Naomi Koza
CRO 108096

Odontopediatria
Clínica Geral



Dr. Akira Koza
CROSP 92361

Cirurgião Dentista e
Técnico em Próteses Dentárias

Tatuí

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

São Paulo

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

22 de dezembro

Dia da Consciência Ecológica

Importância de ensinar as crianças a cuidar do planeta é fundamental para criar adultos conscientes

A consciência ecológica é um dos temas de maior evidência nos últimos anos. Seja ele desmatamento, aquecimento global ou lixões a céu aberto. Independentemente da idade, ser consciente é perceber que pequenos atos podem ajudar nessa luta. Não está na hora de ensinarmos nossas crianças e lembrar os adultos dessa luta diária para ajudar o planeta?

Para a bióloga Sandra Aires, de Sorocaba, antes de mais nada, temos de colocar em nossa cabeça para quando queremos essas pessoas conscientes. “Se formos pensar em consciência desperta, devemos agir agora. Cada um fazendo sua parte, ensinando pelo exemplo. Só mudamos os outros quando nós mudamos os nossos hábitos. Para tornar as pessoas conscientes, é preciso sair da zona de conforto, levar informações onde as pessoas estão. Envolver feiras de bairro, escolas, centros de convivência esportiva, postos de saúde, empresas, igrejas. Transformar estes locais em pontos de educação, adaptar estes lugares para serem melhores, socialmente falando”. Explica.

Desde a revolução industrial, o homem foi se tornando frio e alheio às causas ambientais. Para a bióloga, qualquer atitude que possamos tomar, hoje, o resultado efetivamente

só começará a surtir efeitos a médio e a longo prazo, pois foram gerações degradando o meio ambiente e não será tão fácil mudar a consciência das pessoas.

O atual momento vivido pelo país, com a escassez de água em regiões onde não existia esse tipo de situação, alarma para essa consciência. “Quando se sente na pele as consequências é que compreendemos qualquer problema. Porém, não devemos esperar as

coisas acontecerem, precisamos agir enquanto há tempo. Agir na prevenção. O que aconteceu com a Cantareira está muito próximo de nós e nos abalou. Mas temos muitos outros exemplos para observar e aprender com eles. Enchentes, desmoronamentos, vendavais, terremotos, tsunamis, desmatamento, congestionamentos, contaminação do solo, violência, descaso por parte dos governantes, etc”, conclui Sandra.

Como conscientizar as crianças?

Para a bióloga, primeiro deve-se inter-relacionar a educação, a cultura, o esporte, o lazer às questões ambientais.

- Estimular o contato destas crianças com a natureza, através de hortas orgânicas implantadas nas escolas. Aproveitando para ensinar bons hábitos alimentares.
- O reaproveitamento de resíduos orgânicos em compostagem que pode ser desenvolvida nas próprias escolas e servir como material didático.
- Educação financeira, para que elas aprendam a lidar com dinheiro e não se tornem consumistas.
- Educação no trânsito, para que saibam que carro não é o único meio de locomoção, mesmo tendo carro.

“Temos uma infinidade de alternativas educacionais, somos um país rico em cultura, precisamos usar estes recursos através de teatro, musicoterapia, biodança, etc. Valorizar o ser humano acima de qualquer interesse, capacitá-lo para ser esse ser humano consciente”. Conclui Sandra Aires.





O câncer de próstata é o segundo mais comum entre os homens, atrás apenas do câncer de pele não-melanoma

Exame de próstata pode salvar vidas

Superar o preconceito e conscientizar os homens sobre a importância dos exames preventivos e do diagnóstico precoce da doença são os objetivos da campanha Novembro Azul, movimento que começou com um grupo de amigos, na cidade de Melbourne, na Austrália, em 2004. Na ocasião, eles deixaram o bigode crescer para alertar sobre os riscos do câncer de próstata e a depressão masculina. O movimento denominado Movember (contração das palavras inglesas moustache, que significa bigode, e november, que é novembro) ganhou força e se espalhou pelo mundo e o bigode segue como símbolo da campanha.

A próstata é uma glândula que fica abaixo da bexiga do homem. A principal função é produzir parte do líquido do sêmen. Esse líquido possui uma proteína chamada PSA.

Quando há alguma alteração nas células da próstata, o PSA pode cair na corrente sanguínea em maior quantidade que os níveis normais e indicar a existência de um tumor. Já o toque retal pode revelar o crescimento anormal da glândula, o que também pode ser um indício de câncer. Se os dois exames juntos levantarem a suspeita, deve ser feita também a biópsia, que é a retirada de pequenos pedaços do tecido para verificação em laboratório.

“Existem sintomas que, antigamente, eram chamados de “prostatismo”. Hoje, a denominação é LUTS, em inglês, ou STUL, em português, e que significa “Sintomas do Trato Urinário Inferior”. Vale lembrar que os referidos sintomas se relacionam mais aos quadros de Hiperplasia Benigna da Próstata e Prostatite. O câncer não produz sintomas em grande parte das

vezes, daí a importância de se fazer, rotineiramente, o exame e por isso surgiu o “Novembro Azul”, realmente para chamar a atenção”. Explica um urologista de Tatuí, que prefere não se identificar.

A estimativa do Instituto Nacional do Câncer (Inca) para o câncer de próstata, em 2014, é de 68,8 mil novos casos, ou seja, a descoberta de um caso a cada 7,6 minutos. Só para comparação, a expectativa para o câncer de mama é de 57 mil novos casos para este ano.

Para o urologista, o exame não é preventivo. “A finalidade é fazer o diagnóstico precoce do câncer de próstata, uma vez que, quando descoberto no início, ele é curável em mais de 90% dos casos. O tabu na sociedade em volta do exame está relacionado, principalmente, ao fator cultural (machismo), o que não ocorre com as mulheres”, explica.

ART & FLORES

Floricultura /Jardinagem

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

15 3251-2127

Um Feliz Natal e um próspero Ano Novo para todos.

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

B A B Y - U S E

Fraldas infantis, geriátricas e acessórios para bebê.

- maior variedade
- maior estoque
- menor preço
- linha completa da Nuk

entrega a domicílio • aceita cartões

Tatuí: Rua Juvenal de Campos, 841
15. 3251-1291

Boituva: Av. Brasil, 267
15. 3363-3362

Cresce a aviação civil no Brasil

Alta de 177% no número de brasileiros voando

não aumenta número de pessoas concluindo curso profissionalizante

Qual criança nunca sonhou em ser um piloto de avião? O Dia Internacional da Aviação Civil foi celebrado, pela primeira vez, no dia 7 de dezembro de 1994, para marcar o 50º aniversário da assinatura da Convenção sobre a Aviação Civil Internacional. E, em 1996, a Assembleia Geral das Nações Unidas reconheceu, oficialmente, a data de 7 de dezembro como o Dia Internacional da Aviação Civil.

A aviação civil é qualquer utilização não-militar da aviação. Dentre as utilizações estão: aviação desportiva, voos panorâmicos, acrobáticos, aeronaves experimentais, ultraleves, e transporte de passageiros e cargas com fins comerciais. Geralmente, ouvimos falar de aviação e imaginamos aeronaves bélicas, prontas para a guerra; mas o ideal do mais belo invento do ser humano é auxiliá-lo no seu sonho de conquistar os ares.

Cesar Augustus Mazzoni, diretor presidente do Aeroclube de Tatuí, conta que, em seus 40 anos de existência, o Aeroclube de Tatuí já formou centenas de pilotos, sendo que muitos deles estão em grandes companhias aéreas (TAM, GOL, Azul) e também na Força Aérea Brasileira. “Por ter grande reconhecimento na área, nosso aeroclube é muito visitado e também nossos cursos pro-

curados. Para 2015, um novo projeto está nascendo, no qual jovens, com idades entre 17 e 18 anos, vindos de escolas públicas, poderão se inscrever junto a FBVV e, se escolhidos, terão a oportunidade de se tornarem atletas pilotos de planador”, explica.

“Ao voar, me sinto livre, sem as limitações que existem em uma estrada, por exemplo. Posso ir para todos os lados, totalmente livre, somente são necessárias a prudência e a responsabilidade. A minha lembrança da primeira vez que voei em um monomotor, com um amigo, é de muita emoção até hoje.” explica Marcelo Vinicius de Almeida, contador e aficionado pela aviação, participante do Projeto Voa SP, em 2012.

O Brasil vive uma seca de pilotos comerciais. Formar um profissional requer tempo e dinheiro, muito dinheiro. E os pilotos que

se formam, no país, estão indo trabalhar no exterior, principalmente na Ásia. Os cursos de formação são caros - custam mais de R\$ 100 mil - e demorados. Algumas escolas não estão sequer equipadas para treinar, adequadamente, os futuros comandantes.

“Sempre gostei muito do assunto “aviões” e, quando estava na escola, comecei a estudar sobre física e entender os motivos que levam uma aeronave que pesa toneladas a voar tão alto e, assim, fui buscando saber cada vez mais sobre o assunto. Encaro, hoje, a aviação como um hobby, apesar de já ter começado um curso profissionalizante, pois acredito que o compromisso de ter isso como profissão poderia comprometer meu prazer em voar”. Conclui Marcelo Vinicius.



52

IRMÃOS



TATU

O negócio é cavocar

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

Solicite um orçamento!



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

Cultura



Cultura

Estilo musical único, cururu pode acabar

Gênero faz parte do folclore da Região

Fortemente identificado com a cultura popular brasileira, o cururu é um estilo de música de raiz que pode desaparecer. A afirmação é do apresentador e ex-radialista Comendador Pedraco, que, há 29 anos, mantém um espaço para apresentação de duplas de cantores e violeiros, aos domingos e quintas-feiras, durante a feira-livre na Avenida Peixoto Gomide e, aos sábados, na feira da Vila Rio Branco, em Itapetininga.

“O cururu é o nosso folclore. Antigamente era cantado na Igreja Católica. A palavra cururu quer dizer curucê, que significa cantar dentro da Cruz (dentro da igreja); era cantado em versos, com duas violas, para atrair o povo para catequisar e para a missa”, conta Pedraco. “Isso vem do tempo dos Bandeirantes e dos padres jesuítas”, acrescenta. Segundo ele, na primeira metade do século passado, o folclorista Cornélio Pires levou o cururu para fora do ambiente religioso, apresentando o gênero em circo, por exemplo.

O cururu tem como característica principal ser cantado por dois violeiros. “Antigamente, as violas tinham 12 cordas, simbolizando os 12 apóstolos, depois baixou para 10. No cururu, o violeiro pega a carreira do A (letra A) e vai embora rimando de improviso, depois passa para o B e assim por diante”, diz Pedraco, lembrando que, antigamente, a cantoria seguia pela madrugada afora.

O apresentador enfatiza, porém, que este estilo de música raiz pode desaparecer, já que as gerações mais novas não o apreciam. “Só os mais velhos gostam e tocam”. Pedraco afirma que, se não houver estímulo, “não só o cururu, mas a catira, o fandango e outras manifestações podem acabar”, disse. Enquanto isso, o apresentador continua em sua luta solitária, defendendo a cultura regional.

“O cururu contribui para a identidade cultural porque é manifestação artística e folclórica das mais antigas. Os temas en-

focados, geralmente, são sobre o universo caipira, sendo que, nas festas rurais, sempre tinha um bom desafio de cururu pra animar e divertir os muitos fãs do gênero”, afirmou Bob Vieira, ex-secretário de Cultura de Itapetininga. Vieira lembra que o cururu é um gênero típico de São Paulo e confirma sua origem ligada à igreja.

“Quando os jesuítas se esforçavam para catequisar os índios no início da colonização, perceberam que eles se interessavam pelo som da viola e pelos cânticos. Foi, então, que resolveram divulgar os ensinamentos da Sagrada Escritura, cantando em versos rimados ao som da viola. Mais para frente, virou desafio improvisado entre cantadores caipiras, que disputam para ver

quem é o melhor repentista”.

Apesar da importância do cururu para a cultura, Vieira afirma que “pouca coisa está sendo feita para preservar essa manifestação folclórica. Os mais jovens não se interessam em aprender a arte herdada dos pais e avós. Do jeito que está, certamente, o cururu entrará para o rol dos extintos, assim como tantas outras manifestações como Cavalhada, Bugrada, Congada, etc. Se os aspectos do cururu fossem explorados nas escolas, valorizando a criatividade das rimas, o improviso cantado e o debate em desafio, se fossem ensinados aos alunos os seus fundamentos e incentivados, na certa isso contribuiria muito para que o cururu não fosse esquecido”, disse o ex-secretário.

Fonte: blog Marconews-itape

Tatuí sedia torneio estadual de cururu

O conservatório tatuiano sediou, nos dias 21, 22 e 23 de novembro, a sexta edição do Torneio Estadual de Cururu, evento voltado à categoria “Raiz e Tradição” e parte integrante do Festival de MPB. Com coordenação de Jaime Pinheiro, o torneio foi realizado nas dependências da instituição, repetindo estrutura consagrada e com novo formato de apresentação.

Ao todo, o evento contou com a participação de 12 duplas convidadas. “São cantadores e violeiros reconhecidos, especialmente convidados”, disse Pinheiro. Além da mostra de cururu, que premiou todos os participantes convidados, cada dia de evento contou com a participação de violeiros locais, sempre na abertura. O torneio teve palco especialmente instalado no estacionamento do Conservatório de Tatuí.

Um cronômetro indicou o tempo para cada “cantador” se apresentar. A ordem de apresentação das duplas foi definida por meio de sorteio. Outro destaque foi a transmissão ao vivo do evento, no último dia, pela Rádio Notícias AM de Tatuí (sintonizada em 1530MHz), dentro do programa de Helinho Beijo-Frio, que também foi um dos apresentadores do evento.

O Torneio Estadual de Cururu tem por objetivo apresentar a tradição aos que ainda não a conhecem, festejar as raízes da cultura caipira entre os conscientes de sua importância e preencher uma lacuna no interior do Estado de São Paulo, que é a falta de eventos voltados ao gênero raiz. Criado em 2008, o Torneio Estadual de Cururu teve, desde 2012, uma identidade visual desenvolvida pelo coordenador e artista plástico Jaime Pinheiro.

O Amor Vence

O tempo nos envolve com seu manto,
Impiedoso, avassalador, nos cobre.
O tempo, a idade nos perseguem,
Marcas no rosto, nas mãos surgirão.
O tempo fere e tudo apaga,
E nos persegue com uma saga.
Mas, meus sentimentos por ti
Estarão sempre no coração.
O tempo, ávido, apaga a existência,
Deixando na alma a triste ausência.
O amor verdadeiro prossegue
Vivo, jubiloso, pulsante...
Esse, o tempo não apaga.

*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*



55

Eita Mundo Velho Sem Porteira

Todo Mundo sabe
Tem dia que é pra cantar,
tem dia que é pra ouvir...
Tem dia que é pra chorar,
tem dia que é pra sorrir.

Tem dia que é pura amargura,
tem dia que é uma gostosura.
Tem dia que parece que o tempo não anda,
e também tempo feliz a espera da amada.

Uma coisa é simples, meu amigo, aprenda,
não mandamos em ninguém nem em nada.
Insisto vivendo num mundo complicado,
o que fazer para não morrer desesperado?

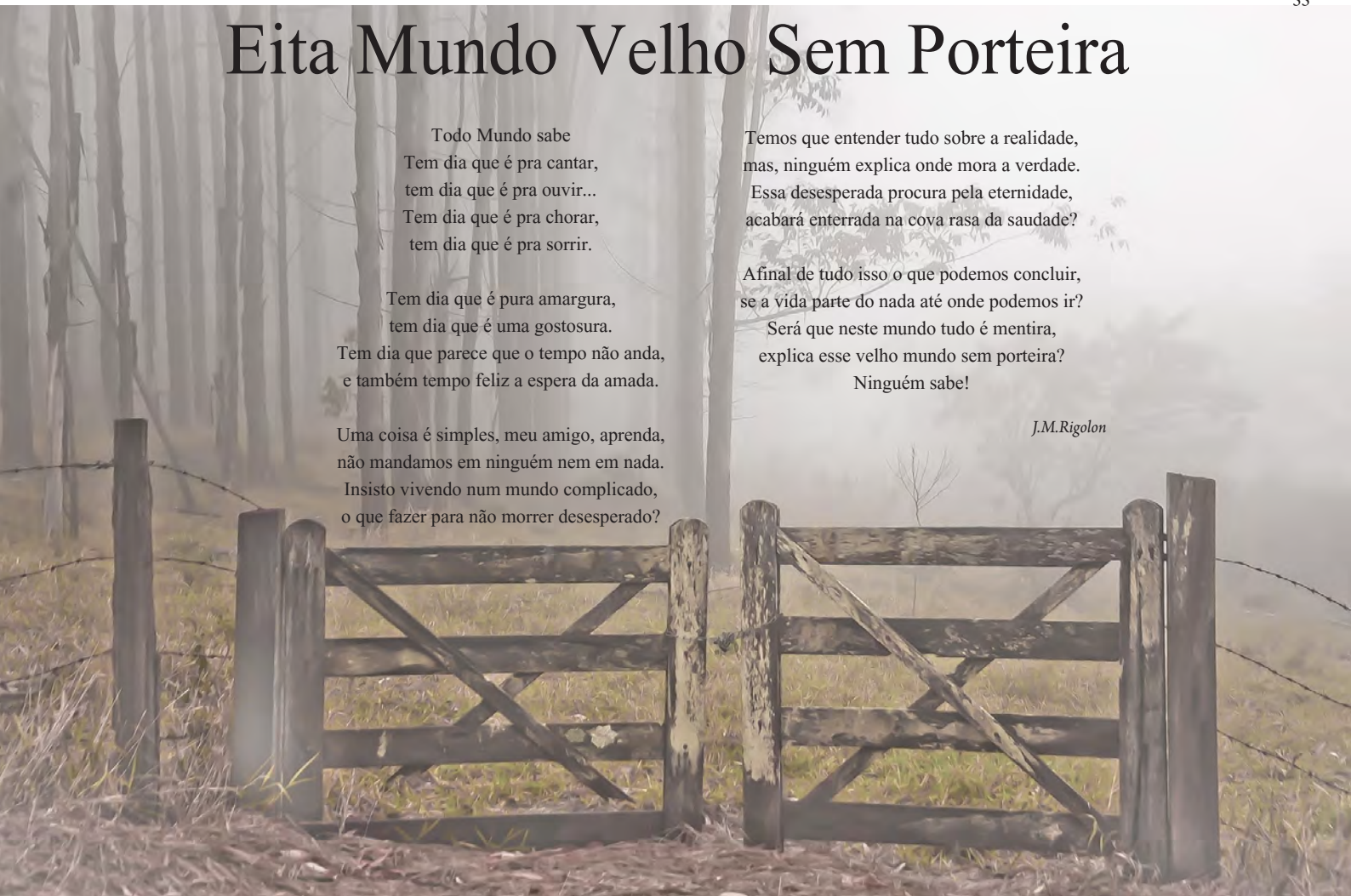
Temos que entender tudo sobre a realidade,
mas, ninguém explica onde mora a verdade.
Essa desesperada procura pela eternidade,
acabará enterrada na cova rasa da saudade?

Afinal de tudo isso o que podemos concluir,
se a vida parte do nada até onde podemos ir?

Será que neste mundo tudo é mentira,
explica esse velho mundo sem porteira?

Ninguém sabe!

J.M.Rigolon



RECOMENDADO



DOUTOR SONO.
AUTOR: Stephen King
EDITORA: Suma de Letras

Assombrado pelos habitantes do Overlook Hotel, Dan ficou desesperado para se livrar do legado de alcoolismo e violência do pai. Finalmente, ele se instala em uma cidade de New Hampshire, onde encontra abrigo. Ajudado por um gato que prevê a morte dos pacientes, ele se torna o “Doutor Sono”. Então, Dan conhece Abra Stone, uma menina com um dom espetacular. Ela desperta os demônios de seu passado e Dan se vê envolvido em uma batalha pela alma e sobrevivência dela. Uma guerra épica entre o bem e o mal, uma sangrenta e gloriosa história que vai emocionar os milhões de fãs de O Iluminado, e satisfazer os leitores deste novo clássico da obra de King.



DIÁRIO DA SELEÇÃO
AUTOR: Kiera Cass
EDITORA: Seguinte

A Seleção é aquele tipo de série que nos deixa pensando sobre a história e os personagens por muito tempo... e com vontade de compartilhar tudo com outras leitoras tão apaixonadas quanto a gente. Se você não consegue ficar muito tempo longe de America, Maxon e o mundo de Illéa, o Diário da Seleção será sua companhia perfeita durante um ano inteiro. Em suas páginas com design especial, você poderá mergulhar no universo da série, contar um pouco sobre você, além de montar playlists, criar desenhos, colagens, novas passagens para os livros e muito mais. Este diário traz uma atividade para cada dia do ano.



13 INCIDENTES SUSPEITOS
AUTOR: Lemony Snicket
EDITORA: Seguinte

A peculiar cidade de Manchado-pelo-Mar é palco de muitos eventos estranhos e é lá que o jovem Lemony Snicket - famoso solucionador de mistérios - tenta resolver seu primeiro grande caso, relatado em detalhes na série Só Perguntas Erradas.

Mas os mistérios se sucedem, e o detetive mirim agora terá de descobrir por que quadros caem sozinhos das paredes, quem roubaria um tritão amarantino, como é possível que um fantasma passeie pelo cais à meia-noite e quem faz parte da famigerada Gangue do Tijolão, entre vários outros enigmas. Lemony Snicket precisará juntar pistas e interrogar testemunhas para desvendar cada caso.

M **Presbiteriano**
 Sistema Mackenzie de Ensino

Que as suas **Férias** sejam muito divertidas, e que este **Fim de Ano** traga para todos saúde, alegria e paz. **BOAS FESTAS!**
 E nos vemos em **2015** cheios de energia.

Rua Monsenhor Silvestre Murari, 90 - Dr. Laurindo - Tatuí/SP
 (15) 3259-7765 www.colegiomack.com.br

JB BALDINI
SEGUROS

Seu seguro em boas mãos.

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



OS HOMENS SÃO DE MARTE... E É PRA LÁ QUE EU VOU

Ironia. Essa é a definição ideal para a situação de Fernanda, de 39 anos, que trabalha organizando a cerimônia mais importante do imaginário feminino, o casamento, mas é solteira. Forte devota do amor, a produtora lida com os mais diversos tipos de homem e reserva grande parte do seu tempo à procura do par perfeito. Dirigido por Marcus Baldini, o mesmo do filme Bruna Surfistinha. Uma comédia nacional para você dar muita risada com a sua família!



O GRANDE MESTRE

Querendo provar a superioridade japonesa, o general Miura (Hiroyuki Ikeuchi) desafia chineses a participarem de duelos. Quem vencesse, ganharia como prêmio um saco de arroz. Mas Ip Man, que se recusa a lutar, descobre que seu amigo Lin foi morto e aceita ir até o general, em uma tentativa de descobrir como Lin morreu. Logo após, presencia a morte de mais um amigo: o mestre Liu, que foi baleado na cabeça pelo coronel Sato (Shibuya Tenma), enfurecendo-o muito. Vendo a morte do amigo, desafia dez lutadores japoneses e derrota-os de maneira arrasadora.



UMA LIÇÃO DE VIDA

Baseado em fatos reais, Uma Lição de Vida conta a história de Kimani Maruge (Oliver Litondo), um queniano de 84 anos, que está determinado em conseguir uma vaga numa escola primária para aprender a ler e a escrever. Maruge lutou pela independência do Quênia e, por isso, nunca conseguiu estudar. Desta forma, para se dedicar aos estudos, ele terá que se juntar a crianças de seis anos de idade. A professora Jane Obinchi (Naomie Harris) decide ficar ao lado dele para ajudá-lo nessa nova empreitada.

57

BALLETEATRO FRED ASTAIRE

*"Dê a sua filha raízes...
Mas tarde, asas."*

Praça Paulo Setubal, 22 - (15) 3251-8417 - www.fredastairatui.com.br

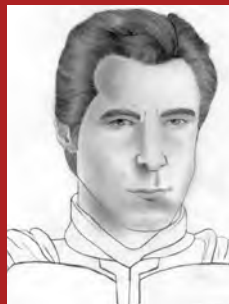
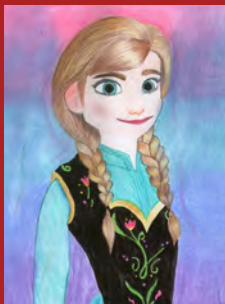
GALAXIA
BRINQUEDOS

O presente de Natal do seu filho você encontra aqui!

Um Feliz Natal e um próspero Ano-Novo para todas

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

Pequenos Notáveis



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

jornalismo@revistahadar.com.br



E pra fechar o pequeno notável do ano de 2014, nós da revista Hadar, recebemos os desenhos do Valdick Silva Santos Júnior, de 11 anos de idade, da cidade de Tatuí. Valdick estuda na Escola Municipal de Ensino Fundamental - Lígia Vieira de Camargo Del Fiol e está cursando 6º ano. O nosso pequeno notável gosta de assistir TV, jogar vídeo-game, nadar, andar de bicicleta, mas em seu dia a dia ele tem muitas atividades como: aula de

Sapateado e Street Dance, no ballet teatro Fred Astaire Informática, aula de Desenho, com o professor Deivid Leite, pinturas em tecidos no Fundo Social do Jardim Gonzaga, com a professora Damaris. Valdick nos disse que tem um sonho "queria de verdade ser desenhista, mágico e dançarino". Ele é um menino muito querido por todos e não temos dúvidas de que o seu futuro será brilhante! É isso aí, Valdick, nunca desista dos seus sonhos!

CURIOSIDADES

Amigo Secreto

Quem já não teve um amigo secreto? Mas você sabe como surgiu essa brincadeira, que todos os anos, principalmente na época em que estamos, Natal, Fim de Ano, invade os lares dos brasileiros?

Então, acredita-se que essa brincadeira tenha vindo dos povos nórdicos. Segundo a história, na véspera do Natal, os povos esperavam o amanhecer para trocar presentes e nesta troca diziam: "Que você jamais se esqueça dos deuses sobre nós". E o presente trocado era para eternizar o pacto. Porém, era também uma brincadeira de costumes e tradições de povos pagãos. Com o passar do tempo, a brincadeira foi se popularizando e por volta do ano de 1929, em plena crise, onde muitos não tinham dinheiro para comprar presentes a seus entes queridos, fazia-se a brincadeira para que todos pudessem ganhar presentes e, assim, todos se reuniam e ficavam felizes.

A brincadeira ocorria da seguinte forma: cada participante tirava um papel com o nome de outro participante, tinham que manter em segredo. No dia da brincadeira, através de dicas, as pessoas tentavam adivinhar quem era o sorteado e, quando a pessoa não acertava, tinha que pagar algo, daí vinha o próximo e assim sucessivamente.

E assim, com a evolução do tempo, essa brincadeira foi se popularizando e se espalhando pelo mundo... Até que chegou ao Brasil. Aqui, há várias formas de brincar. O tradicional "Amigo Secreto", acontece nes-

ta época do ano (Natal), mas há também outras formas como o amigo de chocolate, amigo choco, amigolote, chococulto ou amigo doce, que tem as mesmas regras do amigo secreto, porém, a diferença é que os presentes podem ser apenas chocolates, usado principalmente na Páscoa. Muitas pessoas ficam em dúvida sobre como dizer "amigo secreto" em outros idiomas. Em inglês se diz Secret Santa (e não secret friend, como muitos pensam), em espanhol amigo invisible (ou amigo secreto como no português), e em alemão Wichteln.

Partindo dessa cultura, como nem sempre se aproveita apenas o lado bom, infelizmente, foi criado o "amigo da onça" ou inimigo oculto, que tornou-se comum, principalmente, entre colegas de trabalho. Como o próprio nome já diz, no "amigo da onça", não se dá presentes, faz-se apenas uma brincadeira para aquela pessoa que foi sorteada, dando a ela algo que ela não goste, que não tenha utilidade nenhuma.

É isso aí, caro leitor, independente se é em inglês, português, chinês, se é "Amigo Secreto, Amigo Oculto, Amigo Chocolate, Inimigo Secreto ou Amigo da Onça", o importante mesmo é ter um amigo! Por isso, reúna a sua família, amigos e revele o "amigo secreto" que está próximo de você! Feliz Natal!

DICAS DOMÉSTICAS

Os benefícios do sal em seu dia a dia

Restaure suas esponjas, de preferência buchas, com a imersão delas em água salgada e fria.

Misture duas colheres de sopa de sal com uma colher de chá de vinagre e use para dar brilho às torneiras cromadas.

No momento de limpar restos de comida queimada das panelas, adicione o sal para uma remoção mais fácil.

Para limpar panelas esmaltadas, utilize uma pasta de partes iguais de sal e vinagre.

Você sabia?

Previsão para o signo de Sagitário

Você sabe qual é o seu signo? Em que decanato você nasceu? Quando ele entra em vigor? Então, este mês vamos falar do signo de Sagitário (de 22 de novembro a 20 de dezembro).

A generosidade e o otimismo dos sagitarianos estarão em alta neste fim de ano. Aproveite que é o ano de Júpiter, o regente do signo, e consiga mais prosperidade e fartura.

2014 é o ano para deixar a razão um pouco de lado e ceder para os relacionamentos se firmarem. Não deixe que as crises financeiras sejam responsáveis pelos problemas conjugais no decorrer dos dias.

Há grandes chances de acumular recursos necessários para realizar seus projetos. Seus ganhos tendem a aumentar neste fim de ano.

Você encontrará, em seu trabalho, o terreno ideal para sua energia. Os últimos quatro meses do ano estão sendo sinônimo de reconhecimento dos esforços que você forneceu durante o

Romã

História e curiosidade dessa fruta milagrosa

ano todo. Será também o momento de iniciar um projeto novo, algo que você deseja.

Se estiver solteiro (a), não faça cerimônia na hora de exibir seus encantos, quanto mais se destacar, maiores serão as chances de atrair pretendentes. Para os já comprometidos, o ano será de dedicação e muito amor. Invista alto nos objetivos a dois.

Os sagitarianos nascidos no primeiro decanato (22 de novembro a 1º de dezembro) devem estar atentos a possíveis mal entendidos durante esses dias. A quadratura de Netuno em Peixes sobre o seu Sol indica que esse nativo deve agir de maneira que não reflita em seus sentimentos ou seus princípios, o que poderá trazer confusões. Em alguns casos, essas pessoas poderão se sentir perdidas em relação ao rumo que devem tomar. Portanto, cuidado com atitudes impulsivas. Sob os efeitos de Netuno, seu sentido de realidade e praticidade está comprometido durante todo o ano: portanto, evite decisões extremas ou radicais, pelo menos por enquanto.

Já os nativos do segundo decanato (2 de dezembro a 11 de dezembro) têm sinal verde para abraçar e promover mudanças. As vibrações de Urano em Áries os tornarão mais autênticos, livres e originais. Novos amigos devem surgir, e até mesmo um novo amor pode acontecer ainda este ano. Aproveite!

Para os nascidos no terceiro decanato (12 de dezembro a 20 de dezembro) não há nenhum trânsito planetário lento que seja muito significativo.

Os nascidos com ascendente em Sagitário terão um fim de ano favorável para assuntos relacionados a impostos e despesas fiscais. Júpiter em trânsito pela Casa 8 favorece a restituição de impostos e a negociação de dívidas, com o objetivo de liquidá-las.

Fique atento às questões de saúde e trate problemas crônicos, ainda que pequenos, para que eles não cresçam e tenham impacto em seu dia a dia.

Romã, fruta milagrosa... Conhecida como a fruta da sorte, ela é originária do Oriente Médio e seu nome é derivado de rimmon e rumman, dos vocabulários semita e árabe, respectivamente. Assim como há diversas referências às diversas propriedades terapêuticas da romã, também são das mais variadas menções dela na história. A romã é rodeada por muitos simbolismos: os textos bíblicos e os povos gregos a consideravam como símbolo do amor e da fertilidade, consagrando sua árvore à deusa Afrodite.

Para os judeus, a romã é um símbolo religioso, incluído no ritual do Ano-Novo. Na mitologia iraniana, o fruto desejado da árvore sagrada é a romã e não a maçã. Em muitas culturas, nas cerimônias e nos cultos, a romã era considerada símbolo de ordem, riqueza e fecundidade. Uma antiga crença popular ainda resiste, sendo acreditado que se colocar três sementes de romã na carteira, o "dinheiro nunca há de lhe faltar".

Além de todo esse misticismo, a romã possui diversas propriedades terapêuticas. Acredita-se que o grande número de substâncias ativas se deve ao fato de que, em seu habitat nativo, teve que desenvolver meios de suportar o clima árido e as mudanças bruscas de temperatura. Os antioxidantes presentes na fruta serviam para minimizar os danos causados pelo calor extremo durante o dia e frio durante a noite.

Estudos mostraram que o consumo do suco de romã, rico em ácidos gálico e elágico, pode auxiliar na redução da pressão arterial e na prevenção de al-

guns problemas cardiovasculares como infarto e derrame. Dentre os constituintes da romã estão o manganês, vitamina B2, e vitamina C, elementos fundamentais para a vida e necessários no organismo humano em diversas funções. A romã também é rica em antioxidantes, que estimulam o aumento da circulação sanguínea nos órgãos genitais do homem, facilitando a ereção.

Desta fruta, você pode usar tudo: o chá feito com as folhas é usado contra irritação nos olhos; o chá das cascas por ser antimicrobiano, auxiliando no tratamento de infecções de garganta na forma de gargarejo, e se ingerido, é utilizado no combate às verminoses e apresenta atividade antimicrobiana contra *Staphylococcus aureus*, *Clostridium perfringens* e o vírus Herpes simplex II (herpes genital). Sem falar que o consumo do suco da romã pode ajudar no combate ao câncer de próstata. Após cirurgia e retirada do tumor, o suco faz com que o PSA, marcador da doença, tenha seus níveis no sangue reduzidos.

Cuidado! Você deverá ter certa precaução ao consumi-la, pois há relatos de intoxicações devido à alta concentração de alcaloides e à possível cocção destes com os taninos das raízes, podendo, inclusive, servir de veneno espasmódico, que pode levar à paralisia central generalizada. Os primeiros sintomas de uma intoxicação são alterações visuais, vertigens e vômitos.



59

MINUTO DE REFLEXÃO

“Não espere resultados diferentes se você faz diariamente tudo igual.”

Miriam Ibañes

MINUTO DE SABEDORIA

Mais vale um minuto de sabedoria do que uma vida inteira de tolices.

Natália Ribeiro

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

“Só se pode confiar em quem demonstra com fatos e sinceridade dos seus propósitos”.

Fernando Henrique Cardoso, ex-presidente da República, revelando em artigo publicado na imprensa, sua desconfiança em relação à proposta de diálogo feita por Dilma Rousseff.

“Quando você faz um trabalho humanitário, percebe que a política tem de ser considerada (...). Mas, honestamente, não sei em qual papel eu seria mais útil.”

Angelina Jolie, atriz americana, embaixadora da Boa Vontade da ONU, em entrevista à Vanity Fair.

“Idiotice não tem nacionalidade. Agora, se os argentinos, os portenhos, têm esse estereótipo de arrogantes? Com certeza.”

Paola Carosella, jurada argentina do reality show MasterChef Brasil, da rede Bandeirantes, em entrevista à Revista PLAYBOY, edição de novembro.

Compras de Natal

Comércio espera alta nas vendas

Expectativa para este fim de ano é um pequeno aumento em relação ao último

Com a proximidade do final do ano, começamos a nos planejar para a correria das compras. O Natal é a data comemorativa mais rentável para o comércio varejista. Tradicionalmente conhecida pelas grandes celebrações, confraternizações e trocas de presentes, a data tem o poder de movimentar, praticamente, todos os segmentos e a expectativa dos lojistas é grande.

“As vendas no período de Natal deste ano devem crescer 3% na comparação com 2013. Se as expectativas dos lojistas se confirmarem, as vendas devem, praticamente, repetir o crescimento do ano passado, quando a alta verificada foi de 2,97%”, explica Lúcia Favorito, Presidente da ACE (Associação Comercial e Empresarial de Tatuí). Como, em 2014, o varejo apresentou desempenho

modesto na maior parte das datas comemorativas e sofreu com as vendas no período da Copa do Mundo, os lojistas esperam alavancar as vendas no fim do ano.

Mas o comércio da nova classe média deverá faturar mais que no ano passado. Uma característica desse público é que, durante o ano, eles se preocupam em pagar as contas e elegem o final do ano como mês de gastos e investimentos. As vendas, nessa época, tendem a ser multiplicadas por 3 ou 4, logo, podemos dizer que os grandes mercados populares e lojas voltadas para a classe C devem apresentar ótimos resultados. Por conta disso, o mercado de produtos sofisticados não está em um bom momento, pois o público de maior renda tem comprado muito nas viagens ao exterior, o que acaba penalizando o mercado de alto luxo no Brasil.

Para Lucia, a inflação tem pesado no bolso dos consumidores, assim como os juros se encontram num patamar elevado e a massa salarial já não cresce com tanto vigor como nos últimos anos, em virtude da injeção extra de capital com o pagamento de abono de Natal e com as tradicionais compras de última hora. “As vendas para o fim de ano devem ser melhores do que nas demais datas festivas de 2014. O período natalino é conhecido por beneficiar, praticamente, todos os segmentos da economia de maneira homogênea. No Natal, é comum que o consumidor direcione seus gastos aos mais variados bens e serviços”, completa.



O BEKO DNIC
 Perfumes e Cosméticos Importados
O seu Natal sempre bem perfumado.

PRADA CANDY
 PRADA
 PRADA
 PRADA CANDY

Cel. Aureliano de Camargo, 455
 Tatuí | (15) 3251-9696

COPLASPEL
EMBALAGENS DNIC

Produtos para Confeitaria | Caixas para Presentes | Sacolas Plásticas
 Produtos de Limpeza | Produtos para Restaurantes | e mais

Rua Maneco Pereira, 200 - Tatuí - Tel.: (15) 3305-3939 www.coplaspel.com.br

A IMPORTÂNCIA DO RESPEITO

USE BEM AS PALAVRAS

A falta de educação, o desrespeito e a prepotência são três coisas comuns, em todos os lugares. Nas empresas, nas igrejas – aliás, principalmente nelas -nas famílias e em qualquer agrupamento de seres humanos você encontrará as três coisas mencionadas acima. Nunca faltará gente insensata, ríspida, rançosa, que acha que é dona da razão e que trata as outras pessoas como lixo. É comum vermos gente que ofende, que humilha, que grita, que envergonha os semelhantes ou as pessoas menos favorecidas. Quem age assim ignora o que o ser humano tem de mais sagrado: sua DIGNIDADE. É preciso que você faça o contrário! Jamais diga ou faça algo que leve uma pessoa a sentir-se pequena, diminuída. Jamais diga ou faça algo que constranja alguém, jamais faça gozação de algo que seja importante ou sagrado para alguém. Jamais menospreze alguém. Jamais corrija alguém em público. Respeite todos os seres humanos e ajude-os a preservar sua dignidade. Existem pessoas que possuem o “verniz emocional” muito sensível, um fio tênue que pode quebrar-se à menor pressão. Você nunca sabe quais os reais efeitos que suas palavras ou gestos podem causar em alguém, portanto, seja cauteloso. Muitos suicídios ocorrem por causa de situações assim. Seja cauteloso, vigie suas palavras, sua forma de ser, seus atos mais comuns – especialmente com as crianças. Suas palavras podem criar ABISMOS ou PONTES, lembre-se disso. Não foi dado a você o poder de criar a vida, portanto, cuide de nunca tirá-la de alguém. Seja um construtor, já existem muitos destruidores no mundo.

“Na multidão de palavras não falta o mal, mas o que modera os seus lábios é sábio”
 (Provérbios 10:19).

jose

Ivan Maia
 Treinador Emocional
 ivan@ivanmaia.com.br

H. OBA ENGENHARIA E CONSTRUÇÃO

Há mais de 30 anos ajudando você a realizar o seu sonho de um projeto com nossa maior dedicação.

“CONSTRUINDO COM QUALIDADE”

Rua XV de Novembro . 883 . Tatuí - SP (15) 3251-6379

Pedras Prudente
 Tudo em pedras decorativas

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

Filite Exportação | Mosaico 3D | Pedras para piscinas

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

CAIXA Construcard

Dia de Ação de Graças

O Dia de Ação de Graças é um dia onde as pessoas expressam gratidão a Deus e a outras pessoas pelas bênçãos recebidas durante o ano.

É um dos feriados mais importantes dos Estados Unidos e Canadá, juntamente com o Natal e Ano-Novo.

Na verdade, não precisaríamos de um dia para expressar gratidão por tudo que Deus tem nos dado e feito por cada um de nós. Devemos fazer isso a cada dia, a cada amanhecer, a cada oportunidade que surge.

O sentimento de gratidão nos faz reconhecer a grandeza de Deus e nossa dependência total do Criador.

Neste período do ano, temos as Festas Natalinas e de Ano-Novo. Mas podemos parar um pouquinho e AGRADECER não so-

mente pelas coisas boas que Deus nos deu, mas pelos livramentos.

Olhe ao seu redor, existe sempre alguém que precisa mais que você. Seja grato por sua família, pelos bens, pouco ou muito, pelo alimento, pelos filhos que são bênçãos de Deus, pelos amigos que são uma grande riqueza. Agradeça a Deus pelo dom da vida e por tudo que fez e fará em seu favor.

Olhe para trás e reconheça o cuidado de Deus. Olhe para frente e tenha esperança da presença do Altíssimo ao seu lado.

É com este sentimento que terminamos o ano letivo de 2014 no Colégio Adventista de Tatuí, dando graças ao Senhor!

Desejamos que, ao final deste ano, todos tenham o mesmo sentimento, GRATIDÃO!

Walquiria Bezerra
Diretora do Colégio Adventista



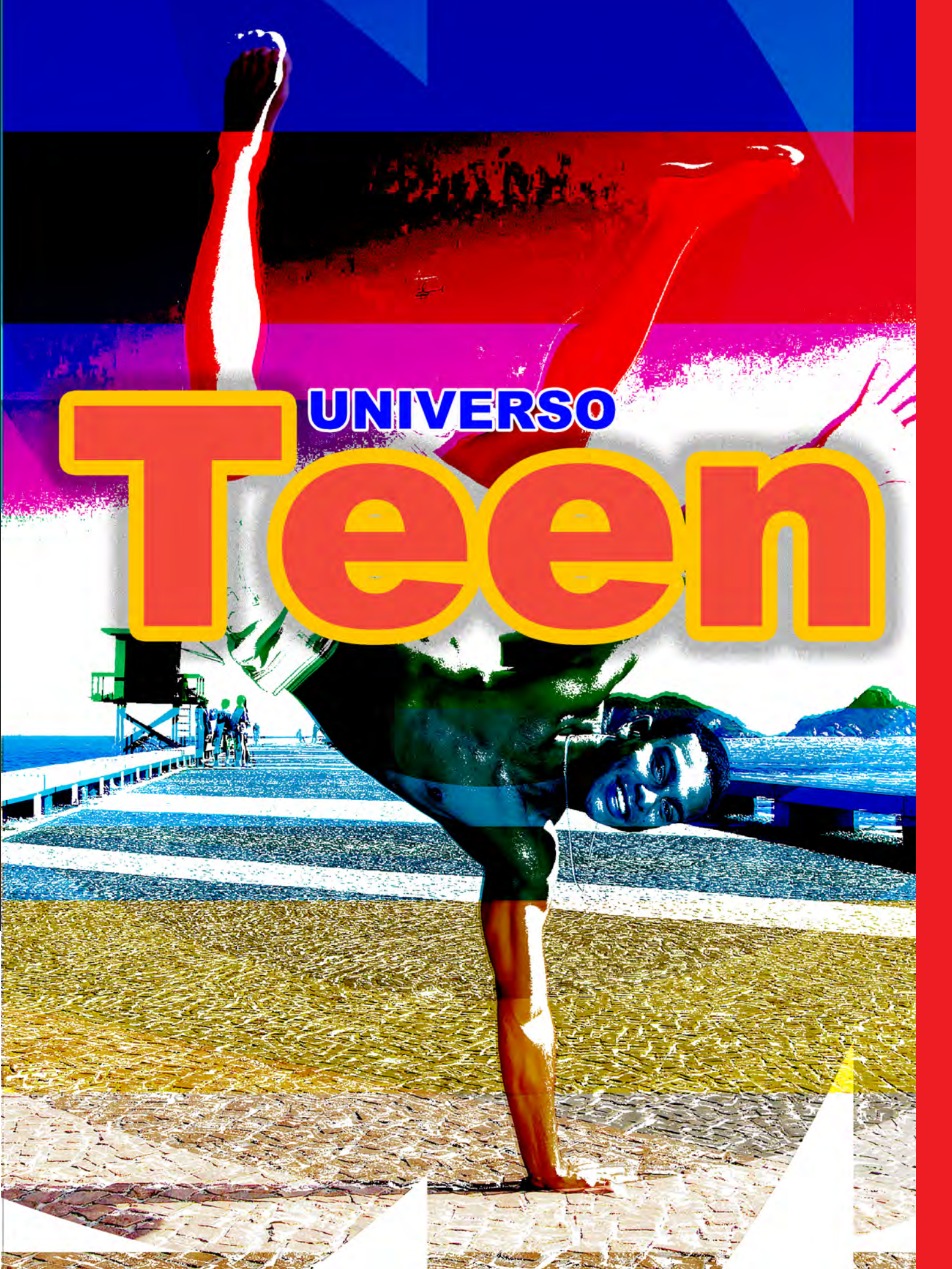
FORMANDO
CIDADÃOS DE
DESTAQUE!

da Educação Infantil
ao Ensino Médio

(15) 3251 8080

tatui@apso.org.br

tatui.educacaoadventista.org.br



UNIVERSO

Teen

Você prefere que seu filho seja inteligente ou esforçado?

Dúvida na hora de agir quando chegar a uma dessas situações é normal, vale a pena saber lidar

Observar e acompanhar o desenvolvimento dos filhos são tarefas difíceis, mas muito prazerosas para os pais. Porém, chega uma hora que você precisa lidar com certas situações em que não sabe o que fazer ou como agir. E uma delas é quando você percebe que seu filho é mais inteligente que os outros ou então que não é tão inteligente, mas acaba sendo mais esforçado. E o que é melhor? Que ele seja inteligente ou esforçado?

Para a Dra. Denise Pacheco, Psicóloga Clínica Cognitiva-comportamental, dependendo da forma como a inteligência acima da média é passada para a criança, se isso inflar o ego dos pais, pode, sim, trazer problemas. A questão de um ego inflado por essa criança,

se perceber que é diferente dos demais, pode atrapalhar a vida social e a maneira como ela se relaciona com seus colegas. “Hoje em dia, falamos em inteligências múltiplas e a criança com QI acima da média, não podendo descartar que as pessoas têm potencialidades diferentes, você pode tirar só 10 em Matemática e ser o melhor no seu instrumento musical, mas isso não garante você ter facilidade em fazer amigos. Existem diferentes potencialidades e devemos sempre reforçar o que a criança tem de bom. Pais que reconhecem a virtude maior dos filhos criam uma criança forte emocionalmente e com boa autoestima. Pais que ensinam seus filhos a terem empatia,

que é você se colocar no lugar do outro, criam crianças que respeitam e valorizam o outro e, consequentemente, crianças que terão bons relacionamentos pela vida afora.” Explica.

Se os pais percebem que seu filho tem facilidade em aprender ou a própria escola pontua que o que ele vem aprendendo parece pouco para a criança, vale a pena realizar uma avaliação psicológica para medir o QI desta criança. O QI é apenas um número, mas é muito importante sempre os pais terem uma noção qualitativa da inteligência de seus filhos. “Tanto a inteligência acima da média como a dificuldade de aprendizagem, se percebida quando a criança ainda é pequena, há todo um investimento que pode ser feito no aprendizado e desenvolvimento. Existem crianças que não têm o estímulo que sua inteligência merece por não ter condições de frequentar uma escola que trabalhe esse aprender criativo. A grande pergunta, quando uma criança, ao contrário, apresenta problemas de aprendizagem, é se a culpa é da escola ou da criança? Nem sempre é da criança”. Explica a psicóloga.



As bandanas voltam a fazer a cabeça das mulheres

Acessório muito utilizado nos anos 90 retorna para o verão

Com certeza, você tem uma foto dos anos 90, utilizando uma bandana, aquela clássica feita de algodão e estampa Paisley, prendendo os cabelos, no melhor estilo Axl Rose. Depois de passar pela categoria “brega”, ela voltou mais atualizada e feminina e é a cara do verão.

Bandanas têm a sua origem na Ásia, onde as mulheres costumavam usar como um len-

ço na cabeça. Desde então, têm sido popularizadas por vaqueiros que as usavam para proteger seu rosto e os olhos da poeira ao andar. Mais tarde, tornaram-se uma tendência da moda nos Estados Unidos com os membros das bandas de rock mais populares, utilizando um pedaço quadrado de pano.

Mas foi com Brigitte Bardot na Nouvelle Vague francesa que o laço acabou por se

tornar um ícone mundial de moda, ao unir o requinte europeu com o romantismo juvenil no pequeno laço vermelho que marcou a imagem da atriz.

Como uma união entre o punk despojado e o romântico feminino, a bandana volta com o poder de remeter ao clássico, de acompanhar um coque alto à la 60's, de ser romântica e casual ao mesmo tempo. Mas não vale apenas colocá-la na testa ou cobrindo parte do cabelo. A versão moderninha é torná-la parte integrante do penteado. Pode ser como um prendedor de um coque ou na própria trança. E vale lembrar que a estampa pode ajudar e muito e quanto mais floral e colorida, melhor combina com a estação de calor.

Para quem quer deixar o look meio hippie/boho, a bandana é acessório essencial. Ela é a queridinha da mulherada que frequenta festivais de músicas, como o famoso Coachella, inspirado nos anos 80. Nesse caso, ela pode ser usada bem larguinha ou com um lacinho na testa - à la coroa de flores. Vai bem com calça jeans e com vestidos, com qualquer coisa que represente o romantismo pós-moderno da segunda década dos anos 2000.

Dicas de como usar a nova moda e como aprender amarrações diferentes? Entra no youtube, pois o que não faltam são tutoriais ensinando diversos jeitos.



Quando Nasceu Jesus?

Oração para o Natal

Perguntemos à Maria de Magdala onde e quando nasceu Jesus. E ela nos responderá:

- Jesus nasceu em Betânia. Foi certa vez, que a sua voz, tão cheia de pureza e santidade, despertou em mim a sensação de uma vida nova com a qual até então jamais sonhara.

Perguntemos a Francisco de Assis o que ele sabe sobre o nascimento de Jesus. Ele nos responderá:

- Ele nasceu no dia em que, na praça de Assis, entreguei minha bolsa, minhas roupas e até meu nome para segui-lo, incondicionalmente, pois sabia que somente Ele é a fonte inesgotável de amor.

Perguntemos a Pedro quando se deu o nascimento de Jesus, ele nos responderá:

- Jesus nasceu no pátio do palácio de Cai-fás, na noite em que o galo cantou pela terceira vez, no momento em que eu o havia negado. Foi nesse instante que acordou minha consciência para a verdadeira vida.

Perguntemos a Paulo de Tarso, quando se deu o nascimento de Jesus. Ele nos responderá:

- Jesus nasceu na Estrada de Damasco quando, envolvido por intensa luz, que me deixou cego, pude ver a figura nobre e serena que me perguntava: Saulo, Saulo por que me persegues? E na cegueira passei a enxergar um mundo novo quando eu lhe disse: “Senhor, o que queres que eu faça?”

Perguntemos à Joana de Cusa onde e quando nasceu Jesus. E ela nos responderá:

- Jesus nasceu no dia em que, amarrada ao poste do circo, em Roma, eu ouvi o povo gritar: “Negue! Negue!”. E o soldado com a tocha acesa dizendo: “Este teu Cristo ensinou-lhe apenas a morrer?”. Foi neste instante que, sentindo o fogo subir pelo meu corpo, pude com toda certeza e sinceridade dizer: “Não me ensinou só isso, Jesus ensinou-me também a amá-lo”.

Perguntemos a Tomé onde e quando nasceu Jesus. Ele responderá:

- Jesus nasceu naquele dia inesquecível, em que Ele me pediu para tocar suas chagas, e me foi dado testemunhar que a morte não tinha poder sobre o filho de Deus. Só então compreendi o sentido de suas palavras: “Eu sou o caminho, a verdade e a vida”.

Perguntemos à mulher da Samaria o que ela sabe sobre o nascimento de Jesus. E ela nos responderá:

- Jesus nasceu junto à fonte de Jacob, na tarde em que me pediu de beber e me disse: “Mulher, eu posso te dar a água viva que sacia toda a sede, pois vem do amor de Deus e santifica as criaturas”. Naquela tarde, soube que Jesus era realmente um profeta de Deus e lhe pedi: “Senhor, dá-me desta água”.

Perguntemos a João Batista quando se deu o nascimento de Jesus. Ele responderá:

- Jesus nasceu no instante em que, chegando ao rio Jordão, pedi-me que o batizasse. E, ante a meiguice do seu olhar e a majestade da sua figura, pude ouvir a mensagem do Alto: “Este é o meu Filho Amado, no qual pus a minha complacência!”. Compreendi que chegara o momento de ele crescer e eu diminuir, para a glória de Deus.

Perguntemos a Lázaro onde e quando nasceu Jesus. Ele nos responderá:

- Jesus nasceu em Betânia, na tarde em que visitou o meu túmulo e disse: “Lázaro! Levanta!”. Neste momento, compreendi finalmente quem Ele era... A Ressurreição e a Vida!

Perguntemos a Judas Iscariotes quando se deu o nascimento de Jesus. Ele nos responderá:

- Jesus nasceu no instante em que eu assistia ao seu julgamento e a sua condenação. Compreendi que Jesus estava acima de todos os tesouros terrenos.

Perguntemos, finalmente, à Maria de Nazaré onde e quando nasceu Jesus. E ela nos responderá:

- Jesus nasceu em Belém, sob as estrelas, que eram focos de luzes guiando os pastores e suas ovelhas ao berço de palha. Foi quando o segurei em meus braços pela primeira vez e senti se cumprir a promessa de um novo tempo, através daquele Menino que Deus enviara ao mundo, para ensinar aos homens a lei maior do amor.

Agora pensemos um pouquinho:

E para nós, quando Jesus nasceu?

Pensemos mais um pouquinho:

E se descobrirmos que ele não nasceu?

Então, procuremos, urgentemente, fazer com que ele nasça um dia desses, porque, quando isso acontecer, teremos, finalmente, entendido o Natal e verdadeiramente encontrado a Luz.



Distribuidora de Gás e Água
PIKE GÁS



Restaurante
PARATI



Embalagens em Geral
SANDRA EMBALAGENS



Laboratório de Análises Clínicas
ITALAB



Auto Escola
BARROS



Rádio FM
VALE VERDE 96,7



Hotel
COLONIAL



Lustres em Geral
MATUCCI



Roupas Esportivas
CHARBEL



Materiais para Construção
REDE CAETANO



Instrumentos Musicais
GA INSTRUMENTOS MÚSICAIS



Enfermeira
ELENA RITSUHO YABUKO



Farmácia de Manipulação
ESSENCIAL PHARMA



Compra, Venda de Ouro e Diamante
BRILHANTE JÓIAS



Auto Posto
SATURNO



Floricultura e Decoração
COPEFLOR



Revista
HADAR



Homenagem Vena Focus
SANDRA E RUBENS



Empresário do ANO
PAULO SORIANI JUNIOR



Serviços de Chaves em Geral
CHAVEIRO GILSON



Cópias e Xerográfica
ORGANIZAÇÃO JOÃO ELIAS



Imobiliária
FRANCIOSI IMÓVEIS



Auto Peças em Geral
AGAPITO



Bordados e Enxovais
DOCE LAR BORDADOS



Recarga de Cartuchos e Toners
LINE PRINT

A Vena Focus Pesquisa e Marketing revela as empresas profissionais que oferecem excelência em seus produtos e serviços. Acima, uma sequência de fotos com os momentos da entrega do prêmio “**Destaque Empresarial**” e do jantar de confraternização. Agradecemos em especial aos empresários e a todos que participaram e colaboraram com a realização do evento. Acesse o perfil da Vena Focus no facebook e confira mais detalhes sobre o evento!

O Brasil está dividido?



O resultado apertado da eleição presidencial mostra o tamanho do desafio do governo

Em um universo de mais de 105 milhões de votos válidos, a presidente reeleita Dilma Roussef (PT) obteve vitória apertada sobre Aécio Neves (PSDB), ex-governador e, atualmente, senador por Minas Gerais. Pouco mais de 3,5 milhões de votos garantiram a continuidade do PT no poder.

Além de mostrar que o país está profundamente dividido, a disputa acirrada pode e deve soar como um sinal de alerta para nossos governantes e lideranças políticas de modo geral. O brasileiro está mais crítico a cada eleição, ainda que muitos demonstrem sua insatisfação votando em candidatos folclóricos e de pouca expressão.

Mas o povo está atento ao que ocorre ao seu redor e denúncias de desmandos, corrupção e desvio de dinheiro público não passam mais em brancas nuvens, independente de quem sejam os envolvidos ou os partidos políticos.

A voz que ecoa das ruas é clara: o país não engolirá mais denúncias de corrupção, sejam elas perpetradas pela esquerda, direita ou centro. Com o peso de mais de 50 milhões de vo-

tos, Aécio Neves tem o dever de ser a voz dos insatisfeitos, de fiscalizar o governo, cobrar resultados e denunciar irregularidades.

Mas está oposição tem de ser feita de maneira responsável, consciente, pensando no bem maior do povo brasileiro. A oposição não pode ser irresponsável e engessar o governo, criando uma queda de braço na disputa do poder.

Afinal, Dilma Roussef não é mais a escolha deste ou daquele! Reeleita, ela passa a ser a presidente de todos os brasileiros; de quem votou nela e de quem não votou.

Aqui, também vale lembrar que o governo tem de agir com responsabilidade, governando para todos, mas com foco, principalmente, nos mais necessitados, os esquecidos, aqueles que são lembrados durante o período eleitoral. Mas, ainda que eles se encontrem nos mais longínquos recônditos deste imenso Brasil, continuam sendo brasileiros e, antes disso, seres humanos que merecem ser tratados com respeito e dignidade. Afinal, são nossos irmãos que não tiveram sorte ou oportunidade para ter uma vida melhor.

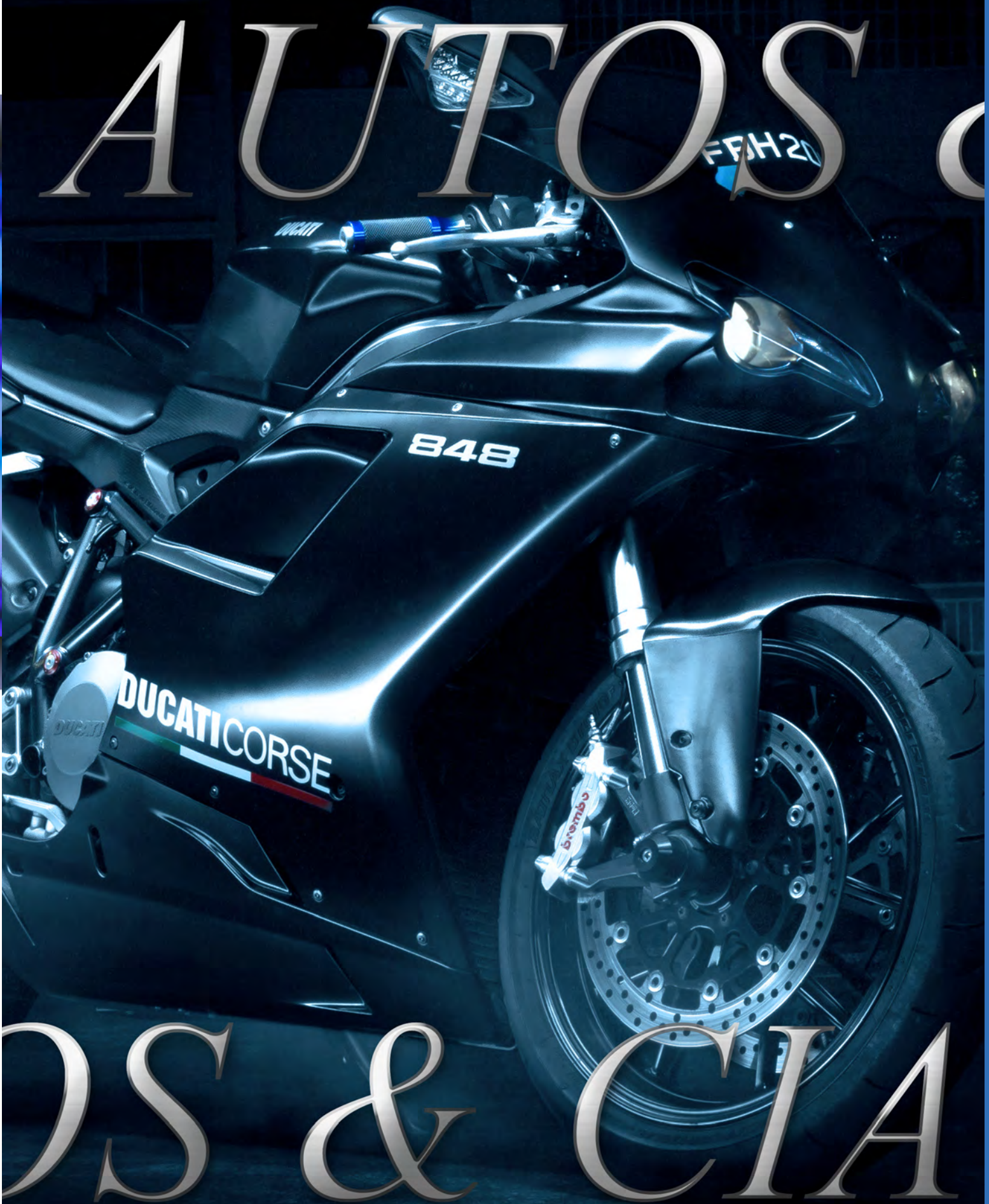
E cada centavo, cada Real desviado ou desperdiçado, poderia ser usado para melhorar a qualidade de vida de quem mais precisa!

Sim, o Brasil está dividido, mas, em uma democracia consolidada como é a brasileira, é saudável que haja essa diferença, pois em uma população que já ultrapassa 200 milhões de pessoas, é natural que haja muitas correntes de pensamento, tendências e os mais variados clamores e reivindicações. Dá para imaginar o desafio que é governar um país como este?

Por último, a população também precisa fazer a sua parte, acompanhando e fiscalizando as lideranças políticas em todos os níveis, começando pelo prefeito e pelos vereadores de cada cidade. Nada de trocar votos por benefícios pessoais.

A caminhada é longa e o caminho tortuoso e difícil, mas esta jornada precisa ser feita. O Brasil precisa amadurecer, precisa crescer, se um dia deseja ter maior importância no cenário mundial. E o povo precisa participar deste processo, começando, de preferência, o mais breve possível.

AUTOS



OS & CIA



Salão do Automóvel mostra potencial do mercado nacional

Evento mostra a maturidade do segmento automobilístico

Com mais de 750 mil visitantes (80 mil, só no sábado, véspera de encerramento), a 28ª edição do Salão do Automóvel de São Paulo, realizada em novembro último, mostrou que o Brasil entrou, definitivamente, para o seleto grupo dos grandes mercados mundiais e,

hoje, é o objeto de desejo, por assim dizer, de grandes marcas, seja no segmento de superesportivos ou de carros de luxo. Isso sem deixar de lado os lançamentos mais tradicionais, focados no consumidor médio, aquele que quer unir benefícios com novas tecnologias e preço.

Mas a maior evidência da solidez e do crescimento do mercado nacional é a presença cada vez maior de montadoras chinesas. Não por acaso, as chinesas conquistaram, em pouco tempo, o respeito do mercado mundial. Maior mercado de automóveis do mundo, a China, agora, avança para outros territórios e o Brasil é um mercado cobiçado.

O Salão do Automóvel de São Paulo serve como uma linha do tempo para a ainda breve, mas dinâmica, história dos carros chineses no Brasil. Seis anos após Lifan e Hafei “desbravarem” o Anhembi, como as primeiras marcas da China no evento, e deixando para trás os tempos de “inchaço”, quando até marcas que nem chegaram a comercializar no mercado brasileiro participaram, a edição deste ano teve, pela 1ª vez, apenas chinesas que vendem, regularmente, no país.

Embora, em 2014, o número de marcas chinesas tenha diminuído em relação aos anos anteriores, os estandes estavam melhores e, o mais importante, as marcas presentes realmente querem participar do mercado nacional. As quatro marcas desta edição têm em comum também o discurso de que pretendem se consolidar no país como uma opção viável. Na avaliação delas, quem ficou para trás não investiu o suficiente para se manter. A avaliação é de que as marcas, que realmente almejam o nosso mercado, estão. Um exemplo disso é a Geely, que também é dona da sueca Volvo. A empresa começou a operar, no Brasil, em janeiro deste ano, e estreou no salão nesta edição, em um espaço antes ocupado pela japonesa Nissan, que mudou de lugar.

Diversidade

Após treze dias de festa e diversão para quem ama carros, o Salão do Automóvel de São Paulo de 2014 terminou, mas deixou, pelo menos, uma esperança: a julgar pelos 30 estandes de fabricantes instalados no Anhembi, o mercado brasileiro tende a ficar muito mais diverso a partir da próxima temporada. Disputado, ele já está. E importante também, com certeza.

Luxo

Como o mercado de produtos Premium é, de fato, o mais aquecido do momento, o Salão de SP acabou vendo uma boa leva de produtos que vão movimentar este nicho em breve: a BMW mostrou os esportivos M3 e M4; a General Motors brindou o público com um vislumbre do Corvette em sua versão topo (Stingray), mas sinalizou que pode trazer mesmo é o Z/28, versão ainda mais instigante e forte do Camaro (a reestilização do Cruze ainda serviu de “brinde”); a Ford mostrou seu novo Mustang em todas as formas (cupê, conversível, com motorção V8 e até o sustentável – e polêmico – EcoBoost de 4-cilindros), bem como as formas do novo Edge, com um conceito que é quase o SUV final); a Honda mostrou o futuro HR-V (SUV baseado no Fit e City), bem como o esportivo Civic Si e o futuro NSX, superesportivo híbrido que tem tudo para ser vendido, aqui, no Brasil, quando ganhar corpo real. A Jaguar Land Rover mostrou o Discovery Sport, outro modelo recém-lançado na Europa, e confirmou que irá fabricá-lo no Brasil.

Se você já gostou da GERMÂNIA 55, a nova CERVEJA BLACK 56 é ainda melhor.

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

Desgaste de borrachas pode provocar incômodo

Suspensão é onde o desgaste é maior

Sabe aquele barulho chato e a direção pesada, situações que podem tirar o prazer de dirigir? Muitas vezes, o problema não é o amortecedor ou a suspensão, mas, sim, o desgaste das borrachas que compõem o sistema.

Em carros de luxo e bem cuidados, as borrachas de vedação funcionam bem e as portas fecham a um simples clique. Mas as borrachas da suspensão dos veículos não têm tanta sorte e sofrem com a situação, muitas vezes, lastimável das ruas e estradas brasileiras. Se o proprietário do veículo não fica atento à manutenção dessas partes, o desgaste é ainda maior.

As borrachas de suspensão sofrem maior desgaste e podem apresentar barulho parecido, como batida seca, mas o problema não é no amortecedor, como pode parecer e sim

nas borrachas.

Até há pouco tempo, a alternativa para muitos motoristas era passar óleo de mamonha nas partes ressecadas. Embora a medida surtisse efeito estético adequado, com o tempo, o óleo seca ainda mais a borracha, causando mais atrito.

Por isso, a dica é levar o carro para uma oficina de confiança para passar por uma avaliação. Na maioria das vezes, o mecânico pode identificar que o problema é causado pelo acúmulo de sujeira, seja no chassi, nas borrachas, amortecedores ou na suspensão como um todo. Após este diagnóstico, a solução é uma limpeza profunda em todas as partes, utilizando um produto desengraxante para dissolver as crostas e depois uma lavagem com uma mangueira de alta pressão (com



cuidado para não desperdiçar água). Em seguida, é feita a aplicação de vaselina líquida para lubrificar as articulações da suspensão, proporcionando um rodar mais macio, com direção mais leve, sem barulho.

Para saber se deu certo, basta sair às ruas. O motorista sentirá imediatamente a diferença na condução do veículo. Isso sem falar no fim do barulho incômodo causado pelo atrito da borracha seca.



TRANSTATUI
EXPRESS CARGO



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

● ATENDIMENTO:

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





*Acúmulo de carbono
pode elevar consumo de
combustível*

Saiba quando limpar resíduos de carbono das peças do carro

Quando a combustão não é realizada completamente pelo motor do veículo pode ocorrer a formação de depósitos de carbono em peças que estão em contato direto com a combustão interna. Este processo é chamado de carbonização e pode afetar pistões, câmaras de combustão, válvulas e até mesmo dutos de admissão. Quando isto ocorre, faz-se necessária a limpeza com produto químico específico.

Este trabalho de limpeza é conhecido como descarbonização. Saiba quando e como ela deve ser feita.

A primeira dica é que este trabalho só deve ser realizado quando os depósitos de carbono comprometerem o funcionamento do motor. O principal sintoma é a falha

na vedação nas válvulas, o que reduz o desempenho e aumenta o consumo. Em casos extremos, pode levar à pré-detonação (batida de pino), que pode até furar o pistão. Assim como o flushing (abordado na última edição), a descarbonização tem eficiência discutível, pois a carbonização é de difícil remoção até mesmo por processos físicos como a abrasão, sendo ainda mais difícil com o uso de produtos químicos. Segundo especialistas, um processo químico como os oferecidos no mercado pode até atenuar os efeitos de uma carbonização leve, mas não será capaz de propiciar uma limpeza interna totalmente eficaz. “A limpeza completa só é possível com banho químico, durante a retífica do cabeçote ou

motor”, dizem profissionais do setor, que fazem questão de lembrar que esse é um problema maior de motor a gasolina. “Nos carros com motor flex, o uso do etanol diminui bastante a carbonização”.

Preço

Esse processo de limpeza é feito por cerca de R\$ 85 e também é relativamente simples: com o motor ligado, injeta-se o produto químico diretamente pela borboleta de aceleração ou por algum ponto de vácuo no coletor de admissão. Dura em torno de meia hora.

Mas sempre vale a pena lembrar: é aconselhável procurar um mecânico de confiança para fazer o serviço.

Feliz Natal e um próspero Ano-Novo para todos.

POSTO E AUTO PEÇAS **QUATROCENTÃO**

CASA dos PARAFUSOS

TROCA DE ÓLEO

RUA DO CRUZEIRO, 711 • CENTRO • TATUÍ • SP
FONE: 15. 3251.4674 • 3259.1270

SETAL
PORTÕES AUTOMÁTICOS

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

Conta-giros garante esportividade ao painel do carro

Acessório ajuda também a aproveitar o rendimento do motor

S seja para dar aquele ar de esportividade ao interior do automóvel ou para realmente acompanhar o rendimento do motor, instalar o conta-giros, ou mais mostradores no painel, ou em alguns casos, nas colunas do para-brisa dianteiro, garante um toque pessoal ao veículo.

Para muitos motoristas, o conta-giros proporciona beleza, personalidade, esportividade e funcionalidade. Além disso, o dispositivo ajuda a aproveitar melhor o rendimento do motor, mostrando, por exemplo, o momento exato de trocar as marchas.

O mercado disponibiliza, atualmente, diversos modelos e design, com preços que vão de R\$ 54 a R\$ 420.

Como cada condutor tem o seu jeito pessoal de dirigir, o conta-giros pode ajudar no caso do motorista desejar uma condução mais confortável e econômica (basta trocar as marchas antes dos três mil giros, se for um carro popular) ou, se preferir aceleração e performance, esticar as marchas depois desse nível. Mas é bom lembrar: ao atingir a marca vermelha, que identifica o limite seguro de giros, o motor corta o giro e não adianta pisar mais fundo que o carro não vai acelerar mais.

O que é o giro do motor

O motor é composto por algumas partes móveis no seu interior. Essas peças fazem um movimento interno para o motor entrar em funcionamento e esse movimento é cha-

mado de giros do motor. Assim, os giros do motor são representados por rotações por minuto (rpm), que quer dizer quantos giros essas peças internas fazem a cada minuto.

Quando se ouve falar que a rotação do motor está em 5 mil giros, significa que o funcionamento do motor naquele momento está em um regime de 5 mil rotações a cada minuto. Para se ter uma ideia disso na prática, em marcha lenta, ou seja, o motor funcionando, mas o carro parado, a rotação do motor estará entre 1 mil e 1,5 mil giros.



O seu anúncio publicado onde todos veem!

O que você está esperando?

Venha divulgar no **busdoor** com a gente!

Justiça Restaurativa

o exemplo de um processo circular real e o

Ao longo deste ano, escrevi diversos textos, publicados nas edições anteriores da Hadar, sobre a Justiça Restaurativa, trazendo, aos leitores, uma noção geral da sua definição, de seu procedimento para resolução de conflitos, o processo circular, e de suas dimensões, em especial, na edição do mês de novembro, em que traço um panorama geral acerca da metodologia desenvolvida no âmbito do Grupo Gestor da Justiça Restaurativa da Coordenadoria da Infância e da Juventude do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo, em parceria com a Professora Mônica Mumme, para a implementação da Justiça Restaurativa no Estado.

Neste artigo, descrevo uma experiência concreta da Justiça Restaurativa, um conflito real que foi tratado em processo circular, assim para que os leitores possam melhor compreender como funcionam, na prática, o processo circular e seus reflexos nas demais dimensões da Justiça Restaurativa. Para preservar o sigilo do processo circular e da intimidade das pessoas que dele participaram, estas não serão identificadas, como também não mencionarei o local onde tudo se deu e, ainda, nenhuma das falas será reproduzida na íntegra. Passemos ao caso.

Certo dia, em uma determinada escola, um aluno, com treze anos de idade, quebrou o braço de uma também aluna, de mesma idade, e a ocorrência foi registrada pela direção da instituição de ensino e pelos familiares da garota, na Delegacia de Polícia. Por meio desse Boletim de Ocorrência, o caso chegou até a Vara da Infância e da Juventude, de forma bem definida: por um lado,

o garoto, apontado como “infrator”, e, de outro lado, a menina, que era a “vítima”. Ao invés de se prosseguir pelo procedimento formal e tradicional, optou-se por trabalhar essa situação no âmbito da Justiça Restaurativa, por meio de um processo circular, como é permitido, ou mesmo determinado, pelo artigo 35, incisos II, III e IX, da Lei nº 12.594/2012.

As conversas prévias, ou “pré-círculo”, com os jovens e respectivas famílias foram realizadas, inclusive com visitas residenciais, pelos integrantes do Núcleo da Justiça Restaurativa local e por professor-mediador daquela escola, também capacitado a tanto, para fins de sensibilização e esclarecimento dos garotos e seus familiares quanto à proposta da Justiça Restaurativa. Ademais, procurou-se identificar, na oportunidade, as necessidades e anseios dos jovens e demais integrantes da família, tudo para fins de posterior composição do círculo.

No dia e horário combinados, compareceram os jovens em conflito, seus familiares, professores e alunos integrantes daquela comunidade escolar, bem como, representantes de instituições, públicas ou privadas, componentes da Rede de Garantia de Direitos, estes que poderiam atender às necessidades de todos os envolvidos e dar suporte a um novo caminho eventualmente querido e proposto pelos garotos. Assim, teve início o processo circular, facilitado por duas pessoas previamente capacitadas como “facilitadoras”, o qual durou aproximadamente três horas e meia. O trabalho contou com a proteção da Sala da Justiça Restaurativa para

que não houvesse interrupção externa, mantendo-se o espaço seguro para conversação e para que as pessoas pudessem expressar os sentimentos mais profundos.

Durante o processo circular, veio à tona que, há quatro anos, a garota vinha chamando o garoto de “gordo, baleia”, dentre outras humilhações. Certo dia, farto do bullying que sofria, o menino deu um “encontrão” na aluna, que caiu, batendo com seu braço contra o chão e, assim, fraturando o osso. Percebeu-se, também, que o pai do garoto estava desempregado há algum tempo, pelo que passou a ter problemas com o uso excessivo de bebidas alcoólicas e, sempre quando chegava em casa alcoolizado, agredia o filho. Justamente nesse período, o garoto passou a apresentar comportamento violento na escola, culminando no conflito com a aluna. Os professores e alunos da escola compreenderam a necessidade de se desenvolver, com urgência, um trabalho antiviolença e antibullying na instituição de ensino, o que, até então, não havia sido feito. E, claro, os pais da garota perceberam que deveriam orientar melhor a sua filha sobre o respeito ao próximo.

Abro, aqui, um parêntese. Se a situação acima fosse julgada de acordo com o procedimento formal para atos infracionais, infrator, vítima e testemunhas seriam ouvidos e, mesmo que todos os fatos acima viessem à tona, o garoto, certamente, receberia uma punição, como, por exemplo, prestar serviços à comunidade, imposta pelo juiz. Ocorre que, apegado ao bullying que sofria, ele nunca entenderia o seu erro e, assim, pensaria:



tiva na prática:



trabalho em todas as dimensões do conflito

“Será que ninguém vê que eu sou a vítima disso tudo, pois há quatro anos essa menina vem praticando bullying contra mim?” Por outro lado, a menina pensaria: “Se o garoto foi punido, isso significa que eu estou certa e, portanto, posso continuar fazendo o mesmo, humilhando outras pessoas”. E, ainda, as questões de fundo, envolvendo a responsabilidade dos familiares e da escola, passariam totalmente esquecidas. Assim, as “molas propulsoras” da violência restariam intactas, de forma a fomentar e produzir novos conflitos em tempo muito breve. Fecho o parêntese, saindo da forma punitiva, para retomar o trabalho feito na Justiça Restaurativa.

No processo circular da Justiça Restaurativa, os jovens, seus familiares, a comunidade e os representantes das instituições, de forma ordenada e pacífica, puderam falar sobre suas histórias de vida e seus sentimentos, de forma a refletirem sobre o erro ocorrido e a responsabilidade de cada qual para que o caminho tomasse um rumo diferente, voltado para o bem. O garoto, então, compreendeu que, apesar de tudo aquilo que havia sofrido com o bullying, ele não tinha o direito de quebrar o braço da garota, comprometendo-se, juntamente com seus pais, a ressarcir os prejuízos que a menina e sua família tiveram com medicamentos e fisioterapia. A garota, por sua vez, percebeu a grande parcela de responsabilidade que teve para que tudo chegasse ao ponto em que chegou e seus familiares notaram a necessidade de melhor orientar sua filha quanto ao respeito ao outro. Por sua vez, os representantes da Rede

comprometeram-se a ajudar o pai do garoto a encontrar um emprego e, também, a superar as questões com o alcoolismo, bem como disponibilizaram vagas em projetos de esportes, desejados pelos alunos em conflito, para que eles pudessem encontrar satisfação e reconhecimento em um ambiente saudável. A escola, a seu turno, viu, aí, a possibilidade de dar início a um projeto, em parceria com os alunos, para promover a paz no ambiente escolar. Assim, ambos os alunos, antes em conflito, comprometeram-se, juntos, a desenvolver um projeto antibullying e antiviolença, dentro da escola, envolvendo os demais alunos e os professores daquela instituição, ao longo de um ano.

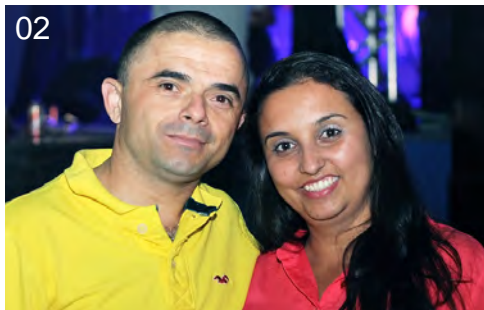
No pós-círculo, realizado três meses depois, com esse mesmo grupo, verificou-se que o feixe de acordos estava sendo cumprido, por todos, sendo relatado, inclusive, que o garoto, ao ver um conflito no recreio, chamou os alunos que brigavam, bem como, outros alunos, e promoveu um “círculo”, até mesmo usando o bastão da fala, de forma a ajudá-los a resolver o problema e para que não ocorressem agressões. Assim, esse garoto, que antes se valeu da violência para “solucionar” seu problema, tornou-se um agente da paz. Os alunos, tanto os garotos envolvidos no conflito quanto os demais que passaram a participar do trabalho voltado à construção da paz, ganharam, por meio de referido projeto, protagonismo e voz em uma escola que, até então, garantia pouco espaço para que eles pudessem pensar e se responsabilizar pelos problemas da instituição de ensino, o que gerava uma sensação

de não pertencimento, de forma a colocar muitos alunos contra a escola e tudo aquilo que ela representa. O Poder Público e a comunidade, representados pela Rede, viram a necessidade de existirem mais projetos, voltados ao esporte e às artes, para que os jovens possam aplicar a sua energia e encontrar reconhecimento.

Assim, o processo circular realmente foi hábil a modificar os paradigmas de convivência, passando-se da ideia do um poder sobre o outro, pela dominação, para a concepção do poder com o outro, por meio da corresponsabilização dos envolvidos, direta ou indiretamente, e de toda a sociedade.

O final do ano já se aproxima. Aproveito, assim, a oportunidade, para agradecer aos leitores por terem dedicado alguns momentos do tempo livre – que hoje tanto nos falta – para conhecerem um pouco mais sobre essa missão de vida chamada Justiça Restaurativa. E, desde logo, desejo a todos um feliz Natal, pleno de luz! Aproveitemos para nos lembrar da mensagem que nos deixou aquele que nasceu nesse dia: “Amai-vos uns aos outros, assim como eu vos amei”. Seguindo Jesus Cristo, amemos os outros seres humanos, todos e cada qual, independentemente de estarem próximos ou não, de credo, raça, cor e religião, ou de um dia haverem errado ou não. Afinal de contas, quem nunca errou?

Marcelo Nalesso Salmaso é Juiz de Direito e Coordenador do Núcleo da Justiça Restaurativa da Comarca de Tatuí – Polo Irradiador e membro da Coordenadoria da Infância e da Juventude e do Grupo Gestor da Justiça Restaurativa do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo.



01 - Laís e Felipe, Beer House, Laranjal Paulista; 02 - Ivan e Cintia, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 03 - Bernadete, Gildo e Silmara, 3ºAlmoço Solidário, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí; 04 - Maria, Odair, Zilma e Suely, Inauguração da Loja Promoção do Brás, Tatuí; 05 - Equipe SESI Tatuí, Festival de Natação, Colégio Objetivo, Itapetininga

Ballsam
PERFUMARIA
NACIONAIS E IMPORTADOS

Tenha um Natal mais perfumado.

ΕUDORA KEVIN NICHOLS Bachellor MAHOGANY BAYLIS & HARDING ENGLAND

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



06 - Carolina e Gustavo, Baile do Havai, A.A.XI de Agosto, Tatuí; 07 - Cíntia, Núbia e Gisele, Beer House, Laranjal Paulista; 08 - JOPRI (Jogos Paulistas de Relações Internacionais), A.A.XI de Agosto, Tatuí; 09 - Juliana e Davi, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 10 - Simone, Alexandre, Odair, Suely e Antônio, Inauguração da Loja Promoção do Brás, Tatuí

insiuante
moda íntima

Imagem meramente ilustrativa



Moda Praia
2015

Eméc

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

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

Visite nosso
sexshop



11



12



13



14



15

11- Marcelo e Taciano, Curso de Preparação Psicossocial e Jurídica Para Pretendentes à Adoção, Fórum de Tatuí; 12 - JOPRI (Jogos Paulistas de Relações Internacionais), A.A.XI de Agosto, Tatuí; 13 - Francine e Cassiano, Baile do Havaí, A.A.XI de Agosto, Tatuí; 14 - Jaqueline, Carlos, Ane e Taisa, 3ºAlmoço Solidário, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí; 15 - Camila, representante da empresa Video News Produções e Eventos, Prêmio Melhores do Ano de 2014 eleitos pela Vena Focus Pesquisa e Marketing, Churrascaria Campeiros Grill, Itapetininga

NATAL *dos meus* SONHOS

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

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

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



1 PALIO 0KM

1 RENAULT CLIO 0KM

*Imagens ilustrativas, as cores dos veículos podem variar

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





16 - Bárbara e Florides, Curso de Preparação Psicossocial e Jurídica para Pretendentes à Adoção, Fórum, Tatuí; 17 - Pâmela e Hugo, Beer House, Laranjal Paulista; 18 - Mariane e Juliana, Clínica Atividade, Tatuí; 19 - Reinaldo, Laís, Rubens e Sandra, representantes da Rede Caetano, Prêmio Melhores do Ano de 2014 eleitos pela Vena Focus Pesquisa e Marketing, Churrascaria Campeiros Grill, Itapetininga; 20 - Nino e Solange, 3º Almoço Solidário, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí

SHOP

Casa & Decoração

Um novo espaço especializado em decoração, com muito requinte, qualidade e ótimos preços!



Rua Onze de Agosto, 980 Centro Tatuí/SP (15) 3305-1396
Estacionamento privativo para Clientes

f SHOP Casa & Decoração



21 - Juliana e Lucas, representantes da Revista Hadar, Prêmio Melhores do Ano de 2014 eleitos pela Vena Focus Pesquisa e Marketing, Churrascaria Campeiros Grill, Itapetininga; 22 - Mariana e Cláudia, Curso de Preparação Psicossocial e Jurídica para Pretendentes à Adoção, Fórum de Tatuí; 23 - Gabriel e José Carlos, 3º Almoço Solidário, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí; 24 - Adriele, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí

Maricota

Para deixar você mais elegante neste Final de Ano



Elmec

Rua Capitão Lisboa, 664 - Centro - Tatuí/SP

(15) 3305-3746



25 - Daniel e Cíntia, Baile do Havai, A.A.XI de Agosto, Tatuí; 26 - Yasmim e Daiane, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 27 - Florides e Luciana, Curso de Preparação Psicossocial e Jurídica para Pretendentes à Adoção, Fórum de Tatuí; 28 - Maria Luiza e Flávio, 3ºAlmoço Solidário, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí

oBoticário

ZAAD
O charme de todo homem.



make B.
Brilhando junto com a mulher.

Malbec
duo
Duas vezes mais elegante.





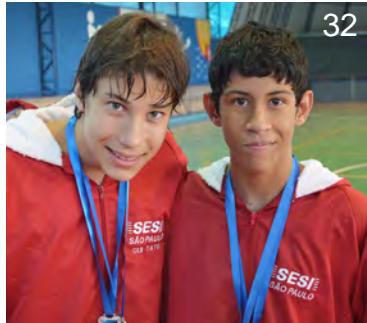
29



30



31



32



33

29 - Carolina e Renata, JOPRI (Jogos Paulistas de Relações Internacionais), A.A.XI de Agosto, Tatuí; 30 - Tiago, Wilson e Bruno, Encontro Sertanejo, Clube de Campo, Tatuí; 31 - Franciele, Beer House, Laranjal Paulista; 32 - Guilherme e Wendryl, Festival de Natação, Colégio Objetivo, Itapetininga; 33 - Roque, Marcelle, Bernadete, Claudia, Carla, Ana, Cris, Marina, Florides, Marcelo e Taciano, Curso de Preparação Psicossocial e Jurídica para Pretendentes à Adoção, Fórum de Tatuí

CONVENIÊNCIA & EMPÓRIO
FINESS



Segunda a Quinta
das 10h às 20h
Sexta e Sábado
das 10h à 00h

*Boas Festas
para todos*

Pça. CESÁRIO MOTA, 160 | Praça do Junqueira | Centro | Tatuí/SP
(15) 3251.9633



Sensações irresistíveis até o último pedaço

Sodiê deixando o seu

Fim de Ano mais doce



Rua José Bonifácio, 703 - Tatuí/SP

(15) 3259-1223

Rua Monsenhor Soares, 450 - Itapetininga/SP

(15) 3537-5080

Emec

Naked Cake

Aaaaaah o Natal! Aquela época gostosa que reunimos a família. Época das cores quentes, que o vermelho e o verde entram em cena. Doces, guloseimas, panetone, frutas cristalizadas, peru... É tudo uma delícia, não é mesmo?! E, pensando nisso, a Revista Hadar preparou algo especial para deixar seu Natal ainda mais prazeroso e suculento. Anote aí, caro leitor, essa delícia de receita que as nossas leitoras Gabriele Sampaio e Renata Camargo Elmec nos enviaram. Nós, da Revista Hadar, provamos e aprovamos... Huummmm! Uma delícia!

Ingredientes

- 6 ovos
- 2 xícaras de açúcar
- 2 ½ xícaras farinha de trigo
- 1 xícara de chocolate em pó
- 1 colher de sopa rasa de fermento em pó
- 1 xícara de água fervendo

Modo de preparo:

Bata na batedeira os ovos com o açúcar durante 15 minutos. Adicione, em partes, a farinha e o chocolate em pó e continue batendo. Em seguida, adicione a colher de fermento e o copo de água fervendo e bata até que a mistura esteja homogênea, ou seja, de uma só cor.

Unte duas formas de tamanhos diferentes, se tiver com fundo removível é mais fácil, mas, caso não tenha, unte em formas normais. Divida a mistura nas formas e coloque no forno pré-aquecido por uns 30/40 minutos a 180 graus. Após certificar-se de que o pão de ló está ponto, retire-o do forno e deixe esfriar por alguns minutos. Depois, com uma linha (pode ser a de costura), divida o bolo no meio, na horizontal, para que ele se transforme em duas camadas de pão de ló. Faça isso com o bolo da forma maior e com o da forma menor.

Dica: Faça um corte com a faca para marcar a metade dos bolos, não se esqueça de que é sempre na horizontal, assim fica mais fácil de cortar com a linha.



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

Ingredientes para o recheio feito com leite Ninho:

- 200g de manteiga
- 2 xícaras de leite Ninho
- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite sem soro
- Raspas de chocolate branco

Modo de preparo:

Adicione o leite condensado e a manteiga cortada em vários pedaços em uma batedeira. Em seguida, coloque o creme de leite sem soro e, aos poucos, o leite Ninho e bata até a mistura ficar homogênea e consistente. Adicione as raspas e os pedaços de chocolate branco e com uma colher misture tudo e coloque na geladeira.

Dica: Faça o recheio antes do pão de ló.

Montagem do bolo:

Agora você já tem quatro pães de ló, dois grandes e dois pequenos. Pegue um pedaço grande e coloque em um prato, suporte de bolo ou em algo de sua preferência, coloque o recheio, espalhando pelo pão de ló todo com uma colher. Coloque o outro pedaço maior e faça a mesma coisa até o final. Quando todos os pães de ló já estiverem posicionados, coloque todo o recheio que sobrou na parte de cima como se fosse uma cobertura, mas não espalhe por toda a lateral. O propósito desse bolo, como já diz o nome "naked", nu em português, é ele ficar sem a cobertura em toda a lateral.

Para finalizar, adicione algumas frutas de sua preferência para deixar o bolo com um ar enfeitado. As frutas vermelhas são uma ótima combinação, e se você optar por elas, não se esqueça do morango e deixe-o com a folhinha verde, isso vai fazer com que seu bolo seja de dar água na boca!



CHURRASCARIA
O COSTEIRÃO

Foto: Davi Gangi

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

TAMBELLI
LANCHONETE E PASTELARIA
DESDE 1948

Desejamos
a todos um Feliz Natal
e Próspero Ano-Novo

R. Maneco Pereira, 166 | B. 400 | Tatuí-SP | (15) 3251-2210
Mercado Municipal | Box 16 | Tatuí-SP | (15) 3251-4016

Diversidade de produtos para a segurança e qualidade profissional.

*A Tapemag deseja aos
nossos, clientes e amigos,
Feliz Natal e um
próspero Ano-Novo*

O verão está chegando, ainda dá tempo de se proteger
com a linha de produtos **MAVARO**

Cremes Protetores de Pele



Protetor Solar

Bloqueador Solar Sabonete Líquido Desengraxante



ENTREGAS DIÁRIAS EM TODA REGIÃO.

Aceitamos:

