

Revista
hedar

www.revistahadar.com.br



DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA - R\$9,90

ANO 16 • EDIÇÃO 188 • JULHO DE 2023

Feira do Doce de Tatuí

Em sua 9ª edição,
60 empreendedores participarão
do evento mais doce
da região



Pizza:

É uma das fatias do mercado gastronômico que movimentava a economia do país!

Dia do Amigo:

Na era digital, colecionamos novos amigos, sem jamais perder aqueles verdadeiros, de há tempos!

Esporte:

Tatuí sediou os 38º Jogos Abertos da Juventude do estado de São Paulo.

Boa tarde!
A revista está maravilhosa!
Vou ler todas as matérias!

Daniela Barbin
(Fazendo alusão à edição de junho)

Boa noite!
Show!
Parabéns!

Sergio Oliveira
(Fazendo alusão à edição de junho)

Hadar sempre com assuntos
pertinentes!! Obrigada!

Suely Bacha- Belo Horizonte
(Fazendo alusão à edição de junho)

Bernadete, parabéns! Acabei
de ler a revista agora. Está
show! Assuntos interessantes
e bem escritos!

Lúcia Varo
(Fazendo alusão à edição de junho)

Bom dia, Bernadete!!!!
Parabéns, pela REVISTA! Muito
bacana, aliás, TREMENDA revista!!!

Sérgio Lopes
(Fazendo alusão à edição de junho)

Cada dia mais me surpreendo
com sua garra, perseverança e
determinação, querida Bernadete!
Você é uma profissional extremamente
competente! Desejo que Deus
continue iluminando sua vida e a
de toda a sua equipe! Sucesso e
prosperidade, sempre

Milton Bertin
(Fazendo alusão à edição de junho)

Lindíssima a Revista Hadar!
Parabéns!

Marta Lisboa
(Fazendo alusão à edição de junho)

Parabéns, pela linda revista,
amiga Bernadete!
Sucesso sempre!

Antônio Bicudo
(Fazendo alusão à edição de junho)

Parabéns, Bernadete. Você
sempre nos encantando com seu
trabalho ímpar e favorecendo
a todos nós, comerciantes,
com sua nota impecável!!!

Marilsa Gigo
(Fazendo alusão ao à edição de
junho e ao reels da Hadar digital)

Arrasou! Show essa Hadar! Obrigada!

Sérgio Oliveira
(Fazendo alusão à edição de junho)

DIAS COMEMORATIVOS

2023 | Julho

- 01 - Dia Internacional do Cooperativismo/ Dia de Santo Aarão/ Dia Mundial da Arquitetura/ Dia da Vacina BCG
- 02 - Dia do Hospital/ Dia do Bombeiro Brasileiro/ Independência da Bahia
- 03 - Dia Nacional de Combate à Discriminação Racial/ Dia de São Tomé
- 04 - Dia do Operador de *Telemarketing*/ Dia de Santa Isabel/ Dia da Independência dos Estados Unidos
- 05 - Dia Mundial do Biquíni
- 06 - Dia da criação do IBGE/ Dia de Santa Maria Goretti/ Dia Mundial das Zoonoses
- 07 - Dia Mundial do Chocolate
- 08 - Dia do Panificador/ Dia Nacional da Ciência e do Pesquisador/ Dia Mundial da Alergia
- 09 - Dia da Revolução Constitucionalista/ Dia do Médico Oncologista/ Dia de Santa Paulínia
- 10 - Dia do Engenheiro de Minas/ Dia Mundial da Lei/ Dia da Saúde Ocular/ Dia da Pizza
- 11 - Dia Mundial da População/ Dia Nacional do Socorrista
- 12 - Dia do Engenheiro Florestal
- 13 - Dia Mundial do Rock/ Dia do Engenheiro de Saneamento/ Dia dos Compositores e Cantores Sertanejos/ Dia do Cantor
- 14 - Dia do Propagandista de Laboratório/ Dia da Liberdade de Pensamento/ Dia de São Camilo/ Dia do Engenheiro de Aquicultura/ Dia do Administrador Hospitalar
- 15 - Dia Nacional dos Clubes/ Dia Nacional do Pecuarista/ Dia Mundial das Habilidades dos Jovens/ Dia do Homem
- 16 - Dia do Comerciante/ Dia de Nossa Senhora do Carmo
- 17 - Dia de Proteção às Florestas/ Dia Mundial do Emoji/ Dia do Curupira
- 18 - Dia Internacional de Nelson Mandela/ Dia de São Francisco Solano/ Dia do Trovador
- 19 - Dia da Caridade/ Dia Nacional do Futebol/ Dia de São Símaco
- 20 - Dia do Amigo e Internacional da Amizade/ Chegada do Homem à Lua/ Dia Nacional do Biscoito/ Dia Pan-americano do Engenheiro
- 21 - Dia Nacional do Garimpeiro
- 22 - Dia de Santa Maria Madalena/ Dia Mundial do Cérebro/ Dia do Cantor Lírico
- 23 - Dia do Guarda Rodoviário/ Dia de Santa Brígida
- 24 - Dia de São Charbel Makhlof/ Dia Nacional do Suínocultor
- 25 - Dia de São Cristóvão/ Dia do Colono/ Dia do Motorista/ Dia de São Tiago Maior/ Dia da Mulher Negra Latina e Caribenha/ Dia Mundial de Prevenção do Afogamento/ Dia do Escritor/ Dia da Imigração Alemã no Brasil
- 26 - Dia Nacional do Arqueólogo/ Dia do Recepcionista/ Dia dos Avós/ Dia da Vovó/ Dia Mundial de Proteção aos Manguezais
- 27 - Dia do Motociclista/ Dia Mundial de Conscientização e Combate ao Câncer de Cabeça e Pescoço/ Dia de São Pantaleão de Nicomédia/ Dia do Pediatra/ Dia Nacional Prevenção de Acidentes do Trabalho
- 28 - Dia do Agricultor/ Dia Mundial de Luta Contra as Hepatites Virais
- 29 - Dia de Santa Marta
- 30 - São Pedro Crisólogo/ Dia Mundial contra o Tráfico de Pessoas/ Dia Internacional da Amizade/ Dia do Cirurgião Geral
- 31 - Dia do Orgasmo/ Dia de Santo Inácio de Loyola/ Dia Mundial do Guarda-Florestal

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

Carta ao leitor

Prezado amigo leitor:

A edição de julho da nossa querida Hadar está de deixar bastante gente com água na boca! E sabe por quê? Porque trazemos até você uma reportagem especial sobre a Feira do Doce de Tatuí; um evento que, além de divulgar e preservar a cultura e culinária regional, ainda proporciona excelentes oportunidades de negócios a quem participa ou até mesmo a quem está só visitando.

Para quem pensa que os doces caseiros trazem apenas as boas lembranças da infância, a Feira do Doce de Tatuí mostra que produzir guloseimas é também um excelente negócio, que gera empregos, renda e atrai turistas de toda a região, do estado de São Paulo e até de outros estados.

Em sua nona edição, a Feira do Doce, consolida-se como importante vitrine dos tradicionais doces de Tatuí, atraindo turistas e tornando-se importante evento cultural do calendário do município e do estado de São Paulo.

Assim como em outros países, a culinária é importante fator de preservação da cultura, da identidade e da memória dos povos. Alguém conhece algo mais americano do que o hambúrguer ou, no caso dos doces, a torta de maçã? Ou algo mais regional do que o bolinho de frango ou a famosa pamonha de milho, que pode ser de Piracicaba, mas também de Angatuba ou qualquer outra cidade do interior paulista? Por isso, a Feira é o tema da nossa reportagem de capa desta edição. Apreciem a reportagem e saboreiem-na como um gostoso doce caseiro, igual a aqueles preparados por nossas avós.

Mas como sempre, nesta edição, abordamos também outros assuntos que são bastante interessantes, objetivando sempre aquilo que interessa ao seu dia a dia, caro leitor.

É isso aí! A Hadar, mais uma vez, chega recheada de informações. Esperamos que devore cada página que foi criada com muito amor, carinho e profissionalismo, especialmente a você!

Boa leitura e até a próxima!

“Até Aqui nos ajudou o Senhor!” (Samuel 7:12).

		MODA
		Xadrez: Como usar e ousar do xadrez neste inverno: <i>looks</i> versáteis para todas as ocasiões. 12
QUALIDADE DE VIDA		
Febre Maculosa: Os cuidados que devemos ter sobre essa doença. 24		
		CULTURA
		Lei Paulo Gustavo: Conheça a Lei que visa o incentivo à cultura e tem movimentado as prefeituras da nossa região. 33
AUTOS & CIA		
Cuidados com o carro: Dicas e cuidados com o motor do seu carro no inverno. 46		
		UNIVERSO TEEN
		Fiquem atentos: Pais devem invadir o celular dos filhos (as) adolescentes para saber o que estão escrevendo? 42

Visão: Como Revista regional, almeja à valorização do interior paulista, ao proporcionar, sempre, uma publicação de efetiva qualidade que, realmente, atinja todo o nosso público, de forma prazerosa e culturalmente eficaz.

Propósito: A Revista Hadar tem o propósito de proporcionar distração e informação correta e com qualidade, a seus leitores. Cada dia é um desafio para que, quando o leitor abrir seu exemplar, possa identificar-se com as publicações, com o equilíbrio da beleza nas imagens e com a qualidade das informações, atualização e ética.

Valores: Comprometimento com anunciantes e leitores; qualidade em tudo o que é feito; valorização da revista como um todo; cumprimento de datas/prazos.

EXPEDIENTE HADAR

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

Jornalista/Redação
Marcos A. Vieira de Moraes MTB 026705 e
Maria Eliza Rosa MTB 0083950/SP
jornalismo@revistahadar.com.br

Atendimento
Ariany Cunha
falecom@revistahadar.com.br

Revisão
Maria Eugênia Voss Campos Bacha

Criação/Diagramação
Elmec Comunicações
Leonardo Manis Casarini
arte@revistahadar.com.br
diagramacao@revistahadar.com.br

Site
Elmec Comunicações
www.revistahadar.com.br

Anúncios e Publicidade
Elmec Comunicações, Marketing e Negócios Ltda
Rua Sete de Setembro, 270, Sala 02, Dr. Laurindo, Tatuí, SP,
CEP: 18271-590
(15) 3259-7014/ (15) 99789-5266/99789-5267
comercial@revistahadar.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br

Empresa Responsável
Camargo Elmec Comunicações e Marketing Ltda.
Rua Sete de Setembro, 270, Sala 03, Dr. Laurindo, Tatuí, SP,
CEP: 18271-590
(15) 3259-4543/ (15) 99789-5266/99789-5267
editora@revistahadar.com.br

Colaboradores
Luiz Carlos Magaldi Filho; Maria do Carmo Marques Ramos; Pacco, Cláudia Cacau; Ana Regina Elmec e Veridiana Pettinelli

Agradecimentos
Priscilla Collalto Pavanelli; Gabriel Postigo; Marcos Caldeira; Marcelo Bueno; Isabela Correia; Vivi Lousada; Rosana Oliveira; Miguel Lopes Cardoso Júnior; Douglas Dalmatti Alves Lima; Marcelo Almeida; Ederson Camargo - Ebo & Lima; Ivo Canal; Jose Eduardo Cantieri Costa; Lia Pires Ribeiro Cantieri Costa; Ana Carolina Brasil Vasques e Maria Eugênia Voss Campos Bacha

Distribuição
Araçoiaba da Serra, Boituva, Capela do Alto, Cerquillo, Cesário Lange, Iperó, Quadra e Tatuí.

Tiragem
8.000 exemplares

A Revista Hadar não se responsabiliza por conceitos, opiniões e afirmações emitidos por entrevistados e colaboradores da revista; visto não necessariamente refletirem a verdadeira opinião da redação e editores; assim como não se responsabiliza pelo conteúdo de informes e anúncios publicitários, quaisquer sejam eles.

Que tudo acabe em Pizza!

A importância da pizza para a economia brasileira: setor em constante crescimento



Foto: Aurelien - Unsplash

A pizza é um dos pratos mais populares em todo o mundo; e no Brasil, não é diferente. Além de ser uma deliciosa iguaria, a pizza também desempenha um papel importante no fomento da economia brasileira. Nos últimos anos, o setor de pizzarias tem registrado um crescimento notável, impulsionado pelo aumento do número de patrocinadores desse prato tão apreciado. Neste artigo, exploramos a proteção econômica da pizza no Brasil e como esse setor tem se desenvolvido, nos últimos anos.

A indústria de pizzarias desempenha um papel significativo, na economia brasileira. Ela engloba toda uma cadeia produtiva: desde a produção de ingredientes até a entrega final aos clientes. Esse setor emprega grande quantidade de pessoas em diferentes áreas, como agricultura, indústria de alimentos, logística e serviços de entrega. Além disso, a pizza igualmente impulsionou o consumo de diversos produtos, como farinha, queijos, molhos, embalagens e utensílios de cozinha.

Segundo APUBRA (Associação Pizzarias Unidas do Brasil), que levou em consideração a amostragem de 70.839 empreendimentos, 85% (60.410) registraram abertura entre 2012 e 2022, que totaliza um crescimento total de 499% nos últimos 10 anos. Nessa pesquisa, dentre a totalidade, 94% estão classificadas como Micro Empresas. O que mostra a crescente força do empreendedorismo, no país.

Fonte: APUBRA

As pizzarias, especialmente as pequenas e médias empresas, desempenham um papel importante no fortalecimento da economia local. Elas criaram elementos para a geração de empregos nas comunidades em que estão incorporadas, além de seguir o comércio e a movimentação financeira, nas áreas onde operam. Além disso, várias pizzarias utilizam ingredientes frescos e de origem local, apoiando a agricultura local e a cadeia produtiva regional.

A pizza tornou-se a verdadeira paixão nacional no Brasil, conquistando o paladar de milhões de pessoas, em todo o país. Segundo a Associação de Pizzarias Unidas de São Paulo (APUSP), estima-se que mais de 50 milhões de brasileiros sejam servidos dessa deliciosa iguaria. Esse número expressivo reflete não apenas a variedade

de sabores e opções disponíveis, mas também, a versatilidade da pizza, que pode ser apreciada em diferentes ocasiões, como reuniões familiares, encontros com amigos e, até mesmo, como uma opção de refeição rápida.

Ao longo dos anos, adaptou-se aos gostos e influenciou os brasileiros. Além das opções tradicionais de “margherita” e “pepperoni”, misturadas com inúmeras variações com ingredientes típicos do país, como calabresa, frango com catupiry, quatro queijos e outros sabores regionais. Tal diversidade contribui para atrair ainda mais consumidores e ampliar o alcance do mercado. Com mais de 60 milhões de pedidos, a pizza estabeleceu-se como comida querida e presente, em todo o país. A diversidade de sabores e adaptáveis.

Toda essa quantidade de empresas do ramo, com certeza, torna o desafio para os empreendedores ainda maior para ser criado um negócio de sucesso, em meio a tamanha concorrência. Por isso, conversamos com o empresário Ederson Camargo da pizzaria que leva o nome de, Ebo & Lima, na cidade de Tatuí, que hoje se tornou referência em pizzaria na cidade. Começou a nossa entrevista, com uma frase bem interessante: “Nem tudo termina em pizza, mas é maravilhoso quando as coisas começam com esse prato delicioso, não é mesmo?” E deu orientações de extrema relevância para quem se deseja aventurar-se nessa deliciosa trajetória, repleta de desafios.

“A forma de atuar dentro do negócio é o primeiro passo para o empresário de sucesso. Muitas pizzarias começam pequenas, onde o empresário tem uma atuação muito operacional. Mas quem quer crescer e construir um negócio competitivo, deve ter foco na gestão: esse é o primeiro desafio a ser vencido.

Migrar da operação para a gestão pede uma mudança de comportamento do empresário, que deve dedicar-se a fatores, tais como: planejamento, criação de processos e padrões, estruturação de equipe, treinamentos, comunicação e controles” E ainda, “saber analisar, rivalidade entre concorrentes; poder de barganha com os fornecedores e compradores; ameaça de novos entrantes; ameaça de produtos ou serviços substitutos”.

Além dessa gestão complexa, é preciso inovar, quando o mercado sugere, acrescentou: “Estamos sempre buscando outras ideias e outros canais. Fomos os primeiros a lançar a *Pizza Napoletana*

em Tatuí, uma pizza de longa fermentação natural. E recentemente, lançamos nossos pães Italianos, com longa fermentação 48h, antes de serem preparados. Hoje, somos referência em nossa cidade, apostamos em novas tendências como pizza sem glúten, integral, é nosso carro chefe (massa *Napoletana* fermentação Natural). Iniciamos esse processo em 2019 e hoje, pode-se dizer que elas representam 60% do faturamento. Esse nicho de mercado atrai muitos turistas de nossa região. A *Massa Napoletana* é uma pizza “fora da curva” e tem certos benefícios pra saúde. Hoje, somos a Primeira pizzaria a oferecer esse produto. Para esse tipo de cliente, é sempre uma grata surpresa encontrar um estabelecimento que ofereça algo que atenda às suas restrições e preocupe-se com o que eles podem consumir.”

- Um pesquisa encomendada pela APUBRA (Associação Pizzarias Unidas do Brasil), mostra que 28% das pizzarias de todo país estão situadas no estado de São Paulo, sendo o local que possui o maior número de pizzarias no Brasil. Considerando apenas a região Sudeste, 57% dos estabelecimentos estão em São Paulo; na sequência, está o Rio de Janeiro com 21% e Minas Gerais com 18,2%. No *Ranking* nacional, o Rio de Janeiro está em 2º lugar em números de pizzarias ativas e MG em 3º.

- A pizza é um prato popular originário da Itália. Sua história remonta à Antiguidade, com os egípcios e os gregos preparando pães planos assados com coberturas. No entanto, foi na cidade de Nápoles, no século XIX, que a pizza moderna começou a ganhar forma. Originalmente, era um alimento simples para as classes trabalhadoras, composto por massa de pão coberta com tomate, azeite e queijo. Com o tempo, a pizza espalhou-se pelo mundo e ganhou diferentes variações de ingredientes, tornando-se um dos pratos mais amados e conhecidos globalmente.

- Pizza Margherita e a Rainha da Itália: A pizza Margherita, famosa por sua combinação de ingredientes simples, como tomate, mussarela e manjericão, recebeu esse nome em homenagem à Rainha Margherita de Savóia, esposa do Rei Umberto I da Itália. Diz a lenda que, em 1889, o pizzaiolo Raffaele Esposito criou essa pizza em formato de homenagem à rainha, utilizando ingredientes que representassem as cores da bandeira italiana.

Pizzaria

Ebo & Lima

ESPERAMOS POR VOCÊ!

Feliz Dia da

PIZZA



Elm&c



Segunda a quinta, das 18h30 às 23h
Sexta e sábado, das 18h30 às 24h

Serviço Delivery:
(15) 3251-9688 / 99669-6390

Av. Cel. Firmo Vieira de Camargo, 977 | Tatuí/SP |  Pizzaria Ebo & Lima

Amizades Verdadeiras

20 de julho: Dia internacional do Amigo: Navegando pelos Desafios da Amizade Verdadeira em uma Era Digital

Manter amizades verdadeiras e duradouras é uma busca constante, na vida das pessoas. Em um mundo cada vez mais conectado, paradoxalmente, encontrar e cultivar amizades profundas tornou-se um desafio. No entanto, pesquisas comprovam que a importância dessas amizades genuínas vai além do simples vínculo social, impactando diretamente o bem-estar emocional, mental e até mesmo a qualidade de vida dos indivíduos.

A amizade verdadeira é caracterizada por uma conexão profunda, baseada em confiança, lealdade e apoio mútuo. A pesquisa conduzida pela Universidade de Harvard destacou que pessoas com amizades sólidas e significativas têm maior probabilidade de serem felizes, saudáveis e terem vidas mais longas. Mas o que torna a amizade tão essencial?

Em um mundo onde a solidão e o isolamento social têm se tornado cada vez mais comuns, as amizades verdadeiras desempenham um papel fundamental na construção de uma rede

de suporte emocional. Ter amigos com quem compartilhar alegrias, desafios e até mesmo momentos difíceis, pode trazer conforto, alívio e uma sensação de pertencimento.

Além disso, as amizades verdadeiras também proporcionam um ambiente seguro para a expressão genuína das emoções. Pesquisadores da Universidade de Massachusetts descobriram que amigos verdadeiros são aqueles com quem podemos ser nós mesmos, sem medo de julgamento, permitindo que compartilhem nossas alegrias e tristezas de maneira autônoma. Essa liberdade emocional promove a saúde mental, o estresse emocional e fortalece a resiliência emocional.

Viver sem amigos verdadeiros pode ser um desafio assustador. A falta de conexões pode levar ao sentimento de solidão, depressão e ansiedade. Estudos têm associado a solidão crônica a um maior risco de doenças cardíacas, comprometimento cognitivo e, até mesmo, uma vida mais curta. Ter amigos verdadeiros pode ser o antídoto para essas condições adversas, proporcionando suporte

emocional e um senso de propósito, na vida.

No entanto, apesar do reconhecimento da importância das amizades verdadeiras, mantê-las em um mundo digitalizado e acelerado pode ser um desafio. A prevalência das sensações virtuais pode criar uma ilusão de conexão, mas, por vezes, falta a profundidade e a intimidade que as amizades verdadeiras oferecem. É essencial investir tempo e esforço em permanecer, estabilizando um equilíbrio saudável entre as felizes amizades *on-line* e as conexões presenciais.

Em suma, ter amizades verdadeiras e duradouras é parte vital da vida humana. Além de proporcionar felicidade e bem-estar, essas amizades têm o poder de fortalecer a saúde mental e emocional, oferecer suporte nos momentos difíceis e melhorar a qualidade de vida. Em um mundo onde a solidão e o isolamento têm se tornado cada vez mais comuns, é crucial valorizar e nutrir os genuínos valores que nos cercam. Afinal, a jornada da vida torna-se mais significativa e gratificante quando trilhada com amigos verdadeiros, ao nosso lado.

FELIZ

Dia do Amigo!



Rua 7 de Setembro, 270 | Tatui/SP
www.revistahadar.com.br

f/hadar.tatui | i/revistahadar

(15) 99789-5267/3259-7014/3259-4543



Clínica ROT - Digital

Imagens Odontológicas de Alta Resolução

Descubra a excelência em imagens odontológicas na Clínica ROT - Radiologia Odontológica de Tatuí! Estamos orgulhosos de apresentar-lhe o que há de mais moderno em geração de imagens, proporcionando o melhor atendimento e tratamento para você, a nossos clientes, e para toda a comunidade.

Apresentando o VeraView X 800, fabricado pela renomada Morita, este aparelho revolucionário permite a produção de imagens de alta qualidade em 2D e 3D. Graças ao inovador sistema de combinação de raios X de primeira classe, podemos oferecer imagens com uma definição impressionante. Com essa tecnologia de última geração, a ROT - Digital destaca-se como referência em diagnóstico odontológico em Tatuí e Região.

Com mais de três décadas de experiência, a clínica é especializada em radiologia odontológica,

e tomografia computadorizada. Desde sua fundação, em 1992, nós nos dedicamos a oferecer aos nossos pacientes os mais modernos equipamentos de diagnóstico por imagem, garantindo precisão nos diagnósticos e tratamentos eficientes para um sorriso ainda mais bonito.

Nossas instalações modernas são projetadas para proporcionar conforto aos pacientes, com doses mínimas de radiação. Além disso, nossa agilidade na entrega dos laudos, bem como a precisão dos diagnósticos são características que nos destacam, no mercado, permitindo que os cirurgiões-dentistas elaborem e executem tratamentos com eficiência.

Na Clínica ROT - Digital, oferecemos ampla gama de serviços, incluindo radiografias, tomografia odontológica de alta resolução, documentações ortodônticas, escaneamento intraoral e impressão de modelos. Nosso serviço de escaneamento intraoral pode ser realizado no próprio consultório do seu cirurgião-dentista,

proporcionando-lhe maior comodidade.

Com a odontologia digital, simplificamos os processos entre profissionais e pacientes, garantindo alta qualidade nos serviços e agilidade no atendimento. Além disso, estamos comprometidos com a sustentabilidade e o meio ambiente, contribuindo diretamente para um mundo melhor.

Nossa equipe é formada por radiologistas, cirurgiões-dentistas, técnicos em radiologia e atendentes altamente qualificados, sempre buscando inovação e aprimoramento para oferecer a você uma experiência de saúde excepcional.

Cuide do seu sorriso como um investimento para sua saúde e sua vida. Venha visitar-nos e descubra por que a Radiologia Odontológica Tatuí é a escolha certa para precisão nos diagnósticos, num atendimento de excelência.

Clínica ROT - Digital, referência em Imagens Odontológicas de Alta Tecnologia.



VERAVIEW X800
O MELHOR TOMÓGRAFO DO MUNDO,
AGORA EM TATUÍ!





Fotos: Freepik

Que fazer se o seu celular cair na água

Dicas para salvar o aparelho

Celular e água: essa combinação, na maioria das vezes, não costuma acabar bem para o aparelho. Afinal, é de conhecimento geral que água e equipamentos eletrônicos, de modo geral, não se dão bem.

Acidentes acontecem e estamos todos sujeitos a eles. Como o celular é um dispositivo pequeno, é fácil deixá-lo cair numa poça, na privada ou na piscina, o que em aparelhos com certificação IP de resistência não costuma ser um problema, mas em muitos casos, pode ser. Com isso em mente, saiba agora o que fazer quando o celular cai na água.

Atualmente, os *smartphones* são peça fundamental do nosso dia a dia, centralizando nossas finanças, comunicação com familiares e amigos, entretenimento, lazer e até mesmo produtividade. Portanto, é comum vermos situações em que o eletrônico está em nossa mão e, ao escorregar, acabar caindo na água, seja uma piscina, banheiro, poça de água ou pia da cozinha. A saber, água suja, água doce ou até mesmo água salgada, como a do mar.

A água pode causar um curto-circuito no seu dispositivo, mesmo que não tenha sido exposto a uma grande quantidade do líquido. Isso pode ocorrer mesmo em smartphones que tenham resistência IP67 ou IP68, por exemplo,

visto que a certificação não garante vedação total contra água, mas sim, resistência. Com isso, pode existir, sim, a chance de entrar água dentro do celular, sendo muito comum a entrada na câmera do aparelho – e existem algumas soluções que podem ajudar a secar a lente do seu dispositivo.

Partes que podem ser afetadas

Acidentes podem fazer com que água entre na câmera, alto-falante ou conector de energia do celular. Geralmente, em modelos com IP68, um dos problemas relacionados à água está no conector USB do aparelho, que pode oxidar, ou então, no seu alto-falante, que pode começar a ter um som metalizado.

Para essas situações, existem alguns aplicativos ou então vídeos no YouTube que forçam o alto-falante a emitir determinada frequência de som, que ajuda a expulsar as gotas que estiverem ali. Por outro lado, se caso tenha passado muito tempo com o celular molhado, ou então, se ele não tiver proteção, a boa notícia é que existem pequenas soluções caseiras para secar o aparelho – mas o ideal mesmo é você levá-lo a uma assistência técnica o quanto antes.

Como tirar água do celular?

Deixar o telefone por muito tempo molha-

do é perigoso, ainda mais se estiver ligado, nesse período. Por isso, o ideal é deixar o celular desligado, logo após o acidente. Depois disso, caso seu celular tenha bateria removível, tire-a, e então seque-o por inteiro com um pano. Agora, existem soluções que permitem tirar a água de dentro dele, com a mais segura sendo usar sílica, que tenta absorver a umidade o máximo possível.

Agora, se essa não for uma possibilidade, outra um pouco menos segura é a de colocá-lo dentro de um pote de arroz. Alguns especialistas dizem que o pó do grão de arroz pode entrar no aparelho e inchar devido à absorção da água. Ainda assim, é uma possibilidade, mas deve-se ficar atento. Preferencialmente, o ideal é colocar o celular em um recipiente com sílica ou arroz, por 24 horas.

Por outro lado, se essas soluções não funcionarem, o certo é mandá-lo diretamente a uma assistência autorizada para a realização de um reparo. Porém, é importante salientar que esse serviço será feito fora da garantia, visto que nenhuma marca cobre dano causado por líquido – mesmo modelos que contam com certificação IP de proteção.

Fonte: Canaltech

Brasil Vasques

ADVOGADOS

Brasil Vasques

ADVOGADOS



Brasil Vasques Advogados: Destaque em Assessoria Jurídica e Tributária no Interior de São Paulo

ElmeC

Na cidade de Tatuí, encontra-se o escritório de Advocacia Brasil Vasques Advogados. Fundado em 2014, pela reconhecida Dra. Ana Carolina Brasil Vasques, a empresa tornou-se referência em Assessoria Jurídica e Tributária, para empresas.

Dra. Carolina afirma que foi escolhida pelo Direito e sempre teve paixão pelo ramo empresarial, formada pela Faculdade Damásio de Jesus, possui Pós-graduação em Direito Tributário, além de um MBA em Gestão Tributária pela Universidade de São Paulo (USP-ESALQ). Sua vocação levou-a a fundar o escritório, que conquistou grande reconhecimento e tem obtido êxito exponencial, nos últimos anos.

Diferenciando-se da concorrência, o Brasil Vasques Advogados, destaca-se pela excelência e inovação em sua atuação. Poucos escritórios de advocacia, usam a tecnologia como peça-chave para o desenvolvimento das empresas. Com um setor de planejamento estratégico, o escritório oferece serviços de alta qualidade, entregando soluções que aumentam a produtividade, a lucratividade e a competitividade, nos negócios.

A área tributária brasileira é uma das mais complexas do mundo, é preciso assertividade na tributação para uma precificação correta, muitas empresas cometem erros em sua escrituração fiscal e acabam comprometendo sua margem de lucro, o escritório Brasil Vasques conta com a melhor tecnologia tributária para deixar a empresa em conformidade

Escritório de Advocacia propõe soluções inovadoras e tecnológicas para empresas da região

com a legislação vigente, eliminando riscos e reduzindo a carga tributária de forma lícita.

Outro ponto forte da atuação do Brasil Vasques Advogados é o compliance traba-

lista. A conscientização dos empresários sobre a importância de implementar uma cultura empresarial sólida, promover um ambiente de trabalho harmonioso e engajar a equipe tem aumentado, otimizando os resultados dos negócios. O Compliance também reduz o passivo trabalhista e aumenta a produção dos colaboradores.

Além disso, o escritório valoriza o crescimento e desenvolvimento profissional de seus colaboradores. A Dra. Carolina Brasil oferece oportunidades de cursos e treinamentos para manter sua equipe engajada e atualizada.

A missão do Brasil Vasques Advogados é contribuir para o crescimento empresarial de forma segura e eficiente, sempre priorizando a entrega da excelência em seus serviços. Atualmente, o escritório conta com equipe de 10 profissionais, sendo a área Cível e Trabalhista liderada pelo Diretor Renato Motta.

Com sólida credibilidade e equipe altamente capacitada, o Brasil Vasques Advogados é a escolha confiável para empresas que buscam assessoria jurídica e tributária de excelência, no interior de São Paulo.



Tatuí: Rua Maneco Pereira, 330, sala 31
São Paulo: Avenida Washington Luís, 6675, 5º andar, Santo Amaro.

(15) 3251-1518

www.brasilvasques.com.br

Brasil Vasques Advocacia

brasilvasques

Brasil Vasques

carolinabrasil

Ana Carolina Brasil Vasques

19 de Julho: Dia da Caridade

A caridade é o amor em ação

Com o intuito de reforçar o sentimento de altruísmo entre os brasileiros, foi criado o Dia da Caridade no Brasil, oficializado pela Lei nº 5.063, de 4 de julho de 1966, decretada pelo então presidente Humberto Castello Branco, sendo comemorada, anualmente, em 19 de julho. Essa data tem como objetivo conscientizar as pessoas sobre a prática e difusão da solidariedade, como meio de desenvolver um bom entendimento entre todos os seres humanos. A caridade é uma das qualidades mais defendidas pela maioria das religiões, que insistem que a principal definição de caridade é “amar e ajudar o próximo”.

Mas o que é fazer caridade? A caridade é o amor em ação. Tudo o que deriva do amor é individual e voluntário para cada pessoa. Isso significa que a caridade é uma doação de si para o outro, sem pedir ou esperar nada em troca, e isso pode ser feito de várias formas: umas delas é doar seu tempo para ouvir, oferecer um abraço ou uma palavra de consolo para quem precisa, ser presente e prestativo, ser paciente, ter empatia e não julgar o próximo. Algumas práticas de bondade, como doar sangue, que é um ato de amor e que pode salvar vidas, são consideradas atos de caridade, além das ações beneficentes em prol de causas,

como animais, moradores de ruas, crianças e idosos em situações de risco, dependentes químicos, entre tantas necessidades existentes num grupo da sociedade.

Fazer caridade promove efeitos positivos no doador: provoca sensação de paz, bem-estar e equilíbrio emocional. Além de: dar mais valor e significado à sua vida, motivar amigos e familiares a também doarem e sentir que estão fazendo a diferença na vida de alguém e da comunidade.

“Amai-vos uns aos outros” foi proclamado, e a humanidade recebeu a oportunidade de crescer na consciência do amor e da paz.

O compromisso diário com a caridade revela-se na própria tarefa, no desafio cotidiano de estar com o outro. É como uma energia que envolve, orienta e impulsiona. A caridade é como uma mãe que nos chama a agir, dá-nos ânimo, esperança e energia para estarmos presentes, com todo o nosso ser, diante de cada necessidade. E reconhece que são constantes os aprendizados experimentados por quem se dispõe a servir. À medida que surge a necessidade, e responde-se a ela, a caridade, envolve-nos e ensina-nos a doar mais a cada dia, sem questionar, sem pedir explicações, nem nada em troca. O que a caridade lembra-nos e repara em nós é a consciência da Irmandade Universal. Não haveria crise humanitária se a humanidade realmente praticasse a fraternidade.

Mas como podemos fazer caridade? Sabemos que a atual situação financeira da maioria das famílias brasileiras limita-se às ações de caridade, principalmente, aquelas que envolvem dinheiro, e ainda mais após uma pandemia mundial!

“Fazer o bem sem olhar a quem” faz-nos refletir que, antes de sermos caridosos, é preciso acolher-nos e amarmos-nos para, então, podermos nos doar completamente ao outro. Eu preciso estar bem comigo mesmo para poder ajudar o outro.

Eu não dou o que não tenho; não dou amor se não o tenho; não dou alimento se não o tenho; não dou caridade se ela não fizer parte da minha rotina e crença diária.

É preciso que eu seja caridoso na alma, que eu aqueça em mim o sentimento de nutrir o outro por amor, que eu saiba dar sem querer receber nada em troca, que a minha doação seja um gesto de amor e bondade.

Não existe caridade sem amor, não existe caridade sem compaixão, não existe caridade sem o sentimento que lhe move para o bem daqueles que tanto precisam de você!

Caridade é amor. Amor é caridade. Seja caridoso, ame e não espere recompensas.



Caderno de
MODA

Foto: Fxquadro - Freepik

Xadrez

Bastou o inverno chegar para o queridinho da estação voltar a ser visto. O xadrez, mais tradicional em preto e branco, acabou ganhando novas cores e reinventando-se, para estar com tudo, neste ano.

O xadrez é para todos os estilos, desde quem curte algo mais *rock and roll*, os clássicos ou alternativos. E, além de ser usado em camisas, também cai bem em calças, terninhos, *t-shirts* e até mesmo em acessórios, como bolsas, calçados, tiaras e presilhas.

Fugindo do xadrez clássico, existe o Tartan, muito visto em vermelho e que remete aos escoceses, já que sua origem é a Escócia. É extremamente bonito e marcante.

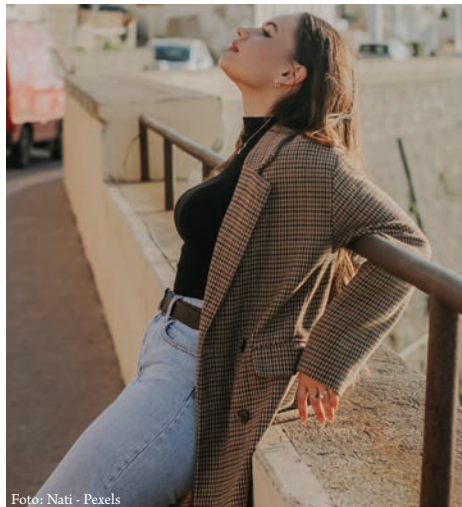


Foto: Nati - Pexels



Foto: Mariana - Pexels

Marcante estilo e ousadia nas estampas invernais

Para quem gosta de ser visto, a estampa *Buffalo Check* carrega quadriculados maiores, em vermelho ou preto, geralmente com peças confeccionadas em flanela.

Nas cores cinza, preto, marrom e bege, a estampa Príncipe de Gales contém listras finas e irregulares, bem a cara do inverno. Maravilhosa para ser usada em *blazers* alongados ou calças.

Belíssima e contemporânea, a estampa *Vichy* contém tanto linhas verticais, quanto horizontais, com quadradinhos em xadrez miúdo, em cores vivas, como vermelho, verde, azul, amarelo e fundo *off white* ou branco.

O tradicional *Pied-de-Poule* em preto e branco

é encontrado nas roupas de alfaiataria. Já o *Artsy* carrega pequenos quadrados em xadrez por toda a extensão da roupa.

Com tantas opções, é notável que o xadrez deixou de fazer parte somente das roupas juvenis ou as de festas de rodeio. Agora, além de criar *looks* ousados, carrega muito estilo, caindo bem em qualquer ocasião.

Para o trabalho, vale usar e abusar de camisas xadrez, lenços ou *pashminas*. Para ir ao cinema ou a um passeio ao shopping, a aposta pode ser lançada em um casaco ou acessórios.

Para os pés, tênis clássicos, botas ou sapatilhas.

— ESPAÇO —
MarilsaGigo



Elinc

Vivi Lousada

Empreendedora sorocabana é sucesso no mundo dos calçados

Em uma das entradas principais de Sorocaba, logo se vê uma enorme foto de Vivi Lousada. A belíssima empresária, além de estampar a fachada de sua loja, é a grande responsável pelo espaço que expõe sua marca.

Natural de São Paulo, mas sorocabana de coração, a veia empreendedora sempre esteve presente, em sua vida. “Já nasci no meio de uma família que empreende, que sempre buscou formas de fazer com que as oportunidades fossem criadas. Minha marca, que sempre foi o meu sonho, tornou-se realidade em 2022”, conta.

Ela afirma que sempre teve essa motivação em trazer a moda de forma mais acessível às suas clientes. “Desde muito cedo,



procurei alternativas para as marcas e modelos que ditam as tendências, e com esse desejo principal, as coisas foram acontecendo. Mas a essência sempre foi trazer esse empoderamento através de peças icônicas e marcantes, já que nos pés é que se inicia a montagem de um *look*”, descreve Vivi.

Essa paixão, como dissemos, sempre esteve guardada em seu coração. “Desde que me conheço por gente, na verdade, quando brincava de boneca e queria mudar as roupas delas todas, trocando as peças. Agora, uma pessoa que sempre me chamou a atenção, nesse nosso mundo digital, foi uma *influencer* conhecida como Milla Gomes, que, além de ter uma história linda de superação, também tem esse lado de empresária de sucesso, que julgo ser um exemplo a ser seguido. Sempre falo dela para as pessoas”, diz.

Vivi Lousada conta que a ideia de abrir seu próprio negócio sempre esteve incubada em sua cabeça. Mas, coisas começaram a acontecer, mesmo, no começo do ano passado. “Nesse mundo dos calçados, as coleções sempre estão pelo menos 6 meses à frente. Por exemplo, quando estamos no verão, já começamos a olhar os produtos de inverno. E com isso, no

meio desses atendimentos, apareceu a oportunidade de montar algumas linhas para o outono/inverno naquele ano. Os primeiros pés que recebi foram em março de 2022, com modelos campeões de vendas. Como já temos mais de um ano da marca estabelecida, já passamos por todas as coleções. Então, temos todo tipo de calçados, desde as clássicas botas de inverno, os coturnos que não saem de moda e as sandálias de festas e também sapatos para o dia a dia, pois nós, mulheres, também precisamos desses modelos para nossa rotina”, afirma a entrevistada.

Com lojas físicas em Sorocaba, Rio Claro e Atibaia, e com o enorme sucesso nas vendas, foi necessário abrir um site para atender clientes que não conseguem ir até essas cidades. “Então, hoje nós vendemos para todo o Brasil. E para coroar esse primeiro ano, inauguramos uma loja exclusiva só com produtos da marca, no começo de junho de 2023.

E para as queridas leitoras da Revista Hadar, Vivi Lousada separou algumas dicas: “Sou fã de peças básicas, o preto não sai de moda. Falando em calçado, sempre tenho coringas como bota coturno, *flatforms* e saltos clássico! Amo quando cada pessoa conhece sobre seu corpo e adapta-se à moda que a passarela traz, no seu jeito de ser”, finaliza.

Muito sucesso, Vivi!



Fotos: Victor de Almeida



No mês de julho, a reunião do GAATA (Grupo de Apoio à Adoção de Tatuí), será no dia 19, às 19h30, na Sede da Justiça Restaurativa, em Tatuí.





Não esconda seu sorriso!
Há gerações, cuidando da saúde bucal.



ODONTOLOGIA KOZA



TRATAMENTOS

Facetas Laminadas
Lentes de Contato
Clínica Geral
Carga Imediata
Implantes
Próteses



imagem meramente ilustrativa.

Dr. 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

☎ (15) 99187-1627

☎ (11) 99217-3076

f Odontologia Koza

📷 Odontologia Koza

www.odontologiakoz.com.br

As guerras

Impactos causados na arquitetura

As guerras exercem um impacto devastador, em todas as áreas da vida humana, transformando-se em perdas significativas, que afetam a sociedade, a cultura e a infraestrutura. Quando consideramos a guerra na Ucrânia, por exemplo, observam-se série de perdas trágicas, que afetam não apenas o país, mas também toda a humanidade, de maneira geral.

Construções centenárias e monumentos históricos são transformados em toneladas de entulho e formam verdadeiras feridas abertas, na história. A Ucrânia possui um patrimônio cultural valioso, com inúmeras estruturas antigas, que testemunharam séculos de civilização. Infelizmente, em tempos de guerra, esses locais tornam-se alvos, e sofrem danos irreparáveis. Igrejas, mosteiros, castelos e outros edifícios históricos são bombardeados, resultando na perda de tesouros arquitetônicos únicos, que contam a história de uma região e de um povo.

Além das construções, sistemas construtivos valiosos, técnicas de construção tradicionais e conhecimentos ímpares também se perdem entre os escombros. Habilidades e práticas transmitidas ao longo de séculos são interrompidas, quando as edificações são danificadas. Conhecimentos construtores são parte integrante da cultura de uma sociedade, e sua perda representa um empobrecimento irreparável para as futuras gerações.

As guerras trazem consequências econômicas graves; aqueles recursos financeiros que poderiam ser direcionados para o desenvolvimento, como: educação, saúde e outras necessidades básicas da população são redirecionados para financiar o conflito. E os custos da reconstrução pós-guerra são enormes e podem levar décadas para que possam ser recuperados. Essa despesa impacta negativamente o crescimento econômico.

Claro que as perdas mais importantes são as vidas. As guerras resultam numa quantidade indescritível de mortos e feridos, causando sofrimento, afetando famílias e comunidades inteiras. A perda de vidas preciosas deixam um vazio terrível e um impacto duradouro na sociedade.

Além dessas perdas materiais e humanas, as guerras também impactam profundamente na saúde mental e emocional das pessoas envolvidas. O trauma, o medo e o estresse resultantes do conflito podem persistir por anos, afetando o bem-estar individual e coletivo.

Vamos rezar para que sejam encontradas soluções pacíficas, havendo a promoção do diálogo, da negociação e da compreensão mútua, a fim de evitar outras mais perdas trágicas para a humanidade.

Veridiana Pettinelli
Arquiteta e Paisagista



Fotos: Wirestock - Freepik

Solicite um orçamento!

Jardinagem
Preparação de terra
Aragem de solo com trator
Perfuração de poço caipira
Sondagem de água
Entre outros



IRMÃOS
TATU
O negócio é cavoucar!

Sítio Santa Sylvania | Bairro Água Branca | Boituva/SP
Cláudio: (15) 99815-3477/Élio: (15) 99766-3067



Geovision

Poços Artesianos



Problema com a água?
Nós temos a solução!



Feira torna-se vitrine da produção doceira, de Tatuí

Evento, que atraiu mais de 170 mil pessoas no ano passado, acontece na primeira dezena de julho

A 9ª edição da Feira do Doce de Tatuí, que acontece entre os dias 6 e 9 de julho, deverá superar as edições anteriores, incluindo a de 2022, realizada logo após a pandemia de Covid-19, que recebeu 175 mil visitantes, segundo dados da Prefeitura. O evento vem tendo um crescimento constante, ano após ano.

Segundo o prefeito Miguel Lopes Cardoso Júnior, “na questão dos Eventos da Cidade, já superamos o pós-pandemia; haja vista, que a Feira do Doce do ano passado bateu recorde de público, quando o sistema de inteligên-

cia registrou que passaram pelo evento mais de 175 mil pessoas, durante os quatro dias”. Ainda de acordo com o chefe do Executivo, a Segurança receberá atenção especial, durante a feira. “Quanto ao aumento do fluxo de visitantes, existe todo um planejamento estratégico criado para os quatro dias da Feira; assim, a segurança será reforçada no Centro de Tatuí, com patrulhamento da Guarda Civil Municipal, da Polícia Militar e o de empresas privadas. Também haverá um sistema de monitoramento no local – o mesmo utilizado na última edição –, para coibir possíveis furtos, roubos e outras situações, e na questão do fornecimen-

to de água, a nossa SABESP é capaz de atender a toda população fixa e flutuante. A coleta de resíduos será totalmente intensificada pela Secretaria Municipal de Serviços Públicos e Zeladoria, nas imediações da Praça da Matriz, onde acontece a Feira”.

A programação, inclui abertura oficial às 10h no dia 06 de julho e encerramento diário, nos 4 dias de festas, às 22h.

Números

Conforme dados apresentados pelo prefeito, na edição de 2022 da feira “aproximadamente 337.257 unidades de doces dos produtores



tatuianos foram vendidas, o que movimentou cerca de R\$ 1,5 milhão, a saber, R\$ 727 mil a mais que na 7ª edição da Feira (2019), que gerou um lucro de R\$ 840 mil. Neste ano, acreditamos que os números devem ser iguais ou superados. O investimento da Prefeitura é de mais de R\$ 300 mil, porém, lembrando que essa é a Maior Feira de Doces do Estado de São Paulo, que fomenta o turismo cultural e gastronômico e movimenta a economia local”.

Melhorias

Cardoso Júnior informou, também, que “a Secretaria Municipal de Turismo” está estudando novos locais para a realização da 10ª Feira do Doce (2024), pois todos sabemos que a Praça da Matriz não é o melhor local para abrigarmos um evento desta magnitude. A ideia é que, a médio prazo, possamos dispor de um Recinto de Eventos para a Cidade, visando atrair cada vez mais visitantes. Sempre trabalhamos em conjunto com o Conselho Municipal de Turismo, que também ajuda na divulgação turística da cidade, além de fomentarmos todas as redes sociais da Prefeitura e da Secretaria Municipal de Turismo. Quanto ao Governo do Estado, temos um excelente diálogo com a Secretaria de Turismo e Viagens do Estado de São Paulo e também somos representados pela AMITESP (Associação das Prefeituras dos Municípios de Interesse Turístico do Estado de São Paulo) devido Tatuí ser reconhecida como “Município de Interesse



Turístico – MIT”, através da Lei nº 16.429, de 31 de maio de 2017, onde a AMITESP, em parceria com a Universidade de São Paulo – USP está criando o Observatório do Turismo para auxiliar todas as cidades MIT com a disponibilização de dados para o incremento do fluxo turístico, o qual visa gerar um sistema de inteligência de dados para os municípios e a

capacitação para o trade (comércio)”.

O prefeito ressaltou que “ocorrem vários 19 benefícios (para o município), pois a Feira do Doce movimenta todo o trade turístico (hotéis, restaurantes, lanchonetes, transportes, e fornecedores de estruturas para eventos e decoração), o que ajuda os moradores, quanto à questão de emprego e renda. Já na questão social, a Prefeitura, em parceria com a Aprodoce (Associação dos Produtores de Doces de Tatuí) sempre leva grupos de crianças carentes para prestigiar o evento, dando-lhes a oportunidade de apreciarem os doces da Feira”.

Agenda de negócios

“Existe toda uma agenda de capacitação dos produtores de doces locais que participam da Feira do Doce, tais como: capacitação do Sebrae sobre como atender bem o cliente, inovação e ideias criativas; capacitação da Vigilância Sanitária sobre higiene e manipulação de alimentos; e assuntos relacionados à Feira, quando o objetivo não é preparar o empreendedor somente para o Evento, fomentando a geração de renda, novos negócios e aumento de *networking*, entre os doceiros locais”, afirmou o prefeito sobre os negócios e empreendimentos impulsionados pelo evento.

Turismo

Ainda de acordo com Cardoso Júnior, “o Departamento de Turismo terá novamente um estande para tirar dúvidas e oferecer informações aos turistas, com a distribuição de guias turísticos, *folders* e cartões postais do município; a apresentação de um vídeo institucional da



Cidade Ternura; e a realização da tradicional “Pesquisa de Demanda” para com os visitantes. A grande novidade, deste ano, do estande turístico será o lançamento oficial de Tatuí no aplicativo “Destinos Inteligentes”, que permite com que todos tenham acesso às informações turísticas do município, diretamente da tela do celular, sem custo algum”.

Expositores e música

Para Douglas Dalmatti Alves Lima, Secretário de Esporte, Cultura, Turismo e Lazer do município, a expectativa é de que “o evento

alcance outro patamar. Nessa edição, contaremos com 60 expositores de doces de Tatuí e com 22 apresentações musicais dos gêneros: MPB, ROCK/POP, ERUDITO, JAZZ, CLÁSSICO, SERESTA e SAMBA. No ano passado, contamos com uma decoração que impressionou a todos, e este ano estamos trabalhando para superar as expectativas das pessoas; não podemos contar muito para não estragar a surpresa”, observou Lima.

Segundo ele, “a Feira do Doce, desde suas primeiras edições, já incluiu outros segmentos de doces e, a cada ano, vamos evoluindo. Nesta

edição, contaremos com os segmentos: Bebidas doces; Doces Tradicionais e Artesanais; Produtos de Milho; Doces de Festa e Sobremesas; Churros, Crepes, Pasteis e Pizzas Doces; Bolos e Tortas; Chocolates e Doces Finos e Brigadeiros *Gourmet*. “Esse ano, em parceria com APRODOCE (Associação dos Produtores de Doces de Tatuí), iremos incrementar novos elementos para dar mais suporte às pessoas que visitam a Feira do Doce”.

De acordo com o secretário, “o evento está incluído no Calendário Turístico do Estado de São Paulo, através da Lei Estadual nº 15.844/2015,



Foto: Bernadete Camargo Elmecc

observando que, nas primeiras edições do evento, utilizávamos o nome “Festa do Doce” e desde 2017, foi adotada a nomenclatura “Feira do Doce”, para enfatizarmos ainda mais o caráter empreendedor dos Produtores de Doce. A Feira do Doce é um Patrimônio Cultural Imaterial do Município de Tatuí/SP pela lei municipal nº 5.670, de 22 de junho de 2022. No estande do Departamento de Turismo, as pessoas que prestigiaram a Feira, tinham um totem à disposição para avaliar o evento e o município, na “Pesquisa de Demanda Turística”. Alguns dos dados obtidos são referentes ao conhecimento do evento, sendo 68,8% das pessoas já conheciam e 31,2%, ainda não; além disso, 61,3% dos presentes

deslocou-se até à Praça da Matriz com veículo próprio; 22,6%, de ônibus, van ou excursão; e 9,2%, com veículo de aplicativo. Dos turistas que prestigiaram a Feira, 24,7% estiveram em Tatuí unicamente em virtude do evento, sendo que 55,6% ficaram sabendo sobre a realização da Feira pelas Redes Sociais, 24,3% por meio de amigos e 9,8% pela TV. De todas as pessoas que responderam à pesquisa, 78,4% acharam a Feira do Doce ótima e 19,7% boa; e, dos turistas, 99% admitiram que voltarão para Tatuí”, disse Lima, acrescentando: “Nossa Secretaria criou um núcleo para focar na divulgação da Feira do Doce, desenvolvendo estratégias através dos meios de publicidade e propaganda, para que o evento

possa atingir o maior número de pessoas possível. Com isso, aumenta o fluxo turístico, à nossa cidade. Atualmente, a Feira do Doce é o maior evento turístico do município, já sendo reconhecido em nível estadual. O “Tradicional Doce ABC de Tatuí (abóbora, batata branca, batata roxa e cidra)” é um patrimônio cultural e imaterial da gastronomia tatuiana, reconhecido através da lei municipal nº4.972 de 2015, doces esses com mais de 70 anos de tradição, em nossa cidade”.

Evento movimentada cerca de R\$ 1,5 milhão

Ainda de acordo com o secretário, “a Feira do Doce é um evento turístico, cultural e

gastronômico de extrema importância para a nossa cidade, pois movimentada a economia criativa, gerando renda e empregos. Somente a Feira do Doce, na última edição, movimentou cerca de R\$ 1,5 milhão, ou seja, R\$ 727 mil a mais que na 7ª edição da Feira. Os empregos, gerados pelos quatro dias “mais doces do ano”, também foram superiores, se comparados à última edição. Em 2022, 558 empregos diretos e indiretos foram criados; em 2019, este número foi de 495”, observou Lima.

Evento cresce ano a ano

Para o produtor e empreendedor Marcelo Leite de Almeida, 52 anos, as expectativas para esta edição da feira “são as melhores, pois o evento cresce a cada ano; a pandemia foi útil para aperfeiçoar-nos e fortalecer-nos”. Almeida é presidente da APRODOCE e confirma que, este ano, 60 produtores participarão da feira. Segundo ele, a associação possui atualmente 35 membros, número que deve crescer ainda este ano.

Canal importante

Para Almeida, a feira, “sem dúvida, é um canal importante para divulgação dos doces e

das empresas produtoras, além dos microempreendedores individuais. A feira está profissionalizando-se a cada ano. Com certeza, vamos precisar de um espaço mais amplo já para o próximo ano”, afirmou o produtor.

De acordo com ele, este ano a feira terá mais de 250 tipos diferentes de doces. Almeida disse ainda que a associação está com uma parceria. “Esse ano, estamos em parceria com a Fatec e vamos realizar o primeiro concurso para eleger os melhores doces, tradicionais, gourmet e inovadores”. Ele ressalta que a entidade tem “muitos planos em vista, com mais atrativos ainda. “Com apoio da prefeitura e do Sebrae, temos envidado esforços para romper fronteiras e vender cada vez mais, sem perder as características de sabor e qualidade. Meu sonho é que tenhamos, em Tatuí, um centro de eventos, que possamos chamar de Quinta dos Doces e todos os eventos da cidade sejam realizados nesse espaço”.

Finalizando, Marcelo Almeida afirma que “sem dúvida, os doces caseiros tradicionais são os ABC. Mas as cocadas são muito representativas também. Realmente, um patrimônio cultural da cidade”.



Foto: Freepik

PROGRAMAÇÃO DO FESTIVAL CAPITAL DA MÚSICA “MAESTRO ANTÔNIO CARLOS NEVES CAMPOS”

Dia 6 de julho (Quinta-feira)

- 11h: Apresentação da Bravo Electro
- 13h: Show da Banda Drone
- 14h30: Apresentação do “Duo Casa Forte” (Mayara Rios e Reginaldo César)
- 16h: Show do Grupo de Choro do Conservatório de Tatuí
- 18h: Apresentação de Pedro Paulo e os Seresteiros Alados de Tatuí
- 20h: Show da Banda Live By Night

Dia 7 de julho (Sexta-feira)

- 11h: Apresentação do Duo Natália Campos (Voz) e Joseval Paes (guitarra)
- 13h: Show da Big Band do Conservatório de Tatuí
- 14h30: Apresentação do Grupo Seresteiros com Ternura
- 16h: Show da Banda Blacking Stone
- 20h: Abertura oficial com a Orquestra Sinfônica de Tatuí

21

Dia 8 de julho (Sábado)

- 11h: Apresentação do Grupo de Música Raiz do Conservatório de Tatuí
- 12h30: Show do M. Medeiros Grupo de Choro
- 14h: Apresentação da Banda Symphony
- 15h30: Show da Banda Marcato
- 18h: Apresentação de Rose Araújo (tributo a Rita Lee)
- 20h30: Show da Banda Cherry Bomb

Dia 9 de julho (Domingo)

- 13h: Apresentação da Orquestra Sinfônica de Laranjal Paulista
- 14h30: Show da Banda Ruby Woo
- 16h: Apresentação da Jazz Combo do Conservatório de Tatuí
- 17h30: Show do Samba em Família
- 20h: Apresentação da Banda Hereditários (encerramento da Feira e do Festival)

Observação: Os horários e a programação estão sujeitos a alterações.



Foto: www.solitudocom.br



Frase de Luz

Conta uma velha lenda que um rei muito poderoso, ao enfrentar um outro rei tão poderoso quanto ele, quase perdeu tudo.

Foram anos de batalhas, quando muitos soldados perderam a vida e muito ouro foi consumido.

A guerra só acabou com a morte do rei inimigo, mas custou bastante caro ao vencedor, que sentiu o peso da miséria em sua própria vida; foram necessários alguns anos para que o rei conseguisse, de novo, acumular fortuna, com muito trabalho nos campos e a conquista de outros lugares.

Assim, meditando na sorte e no azar, na riqueza e na pobreza, o rei chamou seus sábios consultores e pediu que eles definissem, em uma única frase, esses dois momentos tão opostos – e que dessem forças para que ele superasse a falta de recursos, os problemas e dificuldades; e, quando na riqueza, não se esquecesse dos mais pobres e das dificuldades do povo que ele comandava.

Essa frase vencedora daria honras e glórias ao seu criador e seria inserida no brasão real. Por

isso, os gênios de todos os cantos do reino mandavam sugestões, enviando frases e mais frases que não atingiam o anseio do monarca.

Um dia, em um dos seus passeios pelos arredores de seu reino, o rei teve sede e parou perto de um casebre na estrada, onde um dos seus soldados bateu palmas.

Um senhor sorridente o atendeu, e logo trouxe água para o rei em uma caneca muito simples bem limpa, o que impressionou o soberano – que também ficou impressionado com a pureza e o frescor da água.

Curioso, o rei desceu de seu cavalo e resolveu entrar no casebre. Surpreendeu-se com a paz do ambiente, com sua limpeza e com os vasos de flores em cada canto daquela residência humilde. Perguntou ao camponês como ele conseguia ser feliz naquele lugar tão longe de tudo, e vivendo em tamanha simplicidade.

Sorrindo, o camponês contou que, no passado, tivera bens e posses; era alfaiate e tinha uma grande freguesia, chegou a ter muito dinheiro, mas perdeu tudo com o ataque de um rei muito poderoso

naquela região, e assim teve que mendigar pelas ruas para comer.

Andou muito, conheceu muitas vidas e muitas realidades até encontrar esse lugar que, hoje, ele chamava de “paraíso”; e mostrou ao rei uma tabuleta onde ele mandou gravar a frase da sua vida – para que se lembrasse sempre, na alegria ou na tristeza, na saúde ou na doença, na pobreza ou na riqueza, que ele podia superar tudo, desde que se lembrasse da verdade escrita na tabuleta.

Lá estava a frase que o rei tanto buscara – lá estava, escrita em apenas duas palavras, toda a filosofia que seus sábios não souberam explicar: “Tudo passa!”

E agora eu ofereço esta tabuleta a você. Guarde sempre em seu coração, pois este é o grande tesouro de sabedoria que mantém a chama acesa do maior bem que possuímos: a esperança.

Luis Carlos Magaldi Filho

Instagram/ luiscarlosmagaldifilho

Canal do YouTube: @luiscarlosmagaldifilho3541

**S.O.S.
ELETRICISTA**

Sem tempo e com
problemas elétricos?

ADINALDO CAMARGO
ELETRICISTA

Atendimento Residencial
Somente nos finais de semana

 (15) 99784-4165 |  adinaldo.camargo



Qualidade de Vida





Foto: Erik Karits - Pexels

Que é a Febre Maculosa?

*Pelo menos, seis mortes já foram confirmadas;
há mais casos suspeitos*

Os casos de morte por Febre Maculosa, registrados na região de Campinas, chamaram a atenção para esta doença causada por bactérias e que, em casos graves, pode levar à morte.

Segundo o médico-veterinário Ivo Canal (CRMV SP 3967), a Febre Maculosa “é transmitida por um dos parasitas hemáticos, ou seja, parasitas do sangue. Também conhecida como **“doença do carrapato”**, a febre maculosa é uma infecção febril de gravidade variável, com elevada taxa de letalidade (morte). Causada por uma bactéria do gênero *Rickettsia*, é transmitida pela picada do carrapato. É semelhante à *Erlichia* dos cães ou *babésia* dos bovinos”. Ele destaca que esta doença é uma zoonose (doença que pode ser transmitida aos humanos), uma vez que os carrapatos transmitem-na a nós, e que outros mamíferos a têm. As capivaras são bastante infectadas pela febre maculosa; e se um carrapato de capivara picar o humano, pode transmitir a ele a doença. Por outro lado, a doença é transmitida pelo carrapato-estrela, que também é o carrapato dos cavalos... mas não há registro de febre maculosa em equinos ou bovinos”.

Como o carrapato também pode transmitir a doença para animais domésticos, como cães e gatos, Ivo Canal destaca a importância de um trabalho de controle do carrapato-estrela, já que ele está presente também nos animais selvagens. O médico-veterinário informa ainda que já foram registrados casos, na cidade de Piracicaba, de Febre Maculosa transmitida “pelos carrapatos das capivaras”.

Quanto ao fato de capivaras serem vistas na

área urbana de municípios da Região, principalmente perto de cursos d’água, o veterinário afirmou que “(isto) não me preocupa, mas deveria ser feita uma campanha para controlar os carrapatos das capivaras”. Ele ainda faz um alerta: “as pessoas não devem ir com seus cães até onde ficam as capivaras. Inclusive porque as capivaras podem atacar um humano ou cão que invada seu território”. Sobre o controle dos carrapatos desses animais, ele observa que isto poderia ser feito “colocando iscas de produtos orais contra o carrapato nos locais onde as capivaras estão presentes, os mesmos medicamentos usados no sal de bois, junto com o sal. Pode acrescentar em milho ou quirera... fazer cochos para as capivaras comerem e, de tempo em tempo, acrescentar veneno contra carrapato nos cochos”

Ministério da saúde

Segundo o Ministério da Saúde, a Febre Maculosa é causada, no Brasil, por duas bactérias do gênero *Rickettsia*, e a transmissão ocorre por picada de carrapato. A *Rickettsia rickettsii* causa a versão grave e é encontrada no norte do Paraná e no Sudeste. A *Rickettsia parkeri* leva a quadros menos severos e é encontrada em áreas da Mata Atlântica no Rio Grande do Sul, em Santa Catarina, na Bahia e no Ceará.

Ainda de acordo com o Ministério, os carrapatos que transmite a doença são do gênero *Amblyomma*, principalmente aquele conhecido como carrapato-estrela. Mas o Ministério alerta que qualquer espécie pode transmitir a febre maculosa, inclusive o carrapato do cachorro. A transmissão por contato humano é impossível.

Sintomas

Os principais sintomas da doença são: febre; dor de cabeça intensa; náuseas e vômitos; diarreia e dor abdominal; dor muscular frequente; inchaço e vermelhidão nas palmas das mãos e sola dos pés; gangrena nos dedos e orelhas; e paralisia dos membros, que começa nas pernas e vai subindo até os pulmões, causando problemas respiratórios.

O Ministério da Saúde alerta que, com a evolução do quadro, “é comum o aparecimento de manchas vermelhas nos pulsos e tornozelos, que não coçam, mas que podem aumentar em direção às palmas das mãos, braços ou solas dos pés”. O tratamento é feito com um antibiótico específico. Ele deve começar imediatamente, assim que o médico suspeitar que o paciente está contaminado, antes mesmo da confirmação do resultado do exame.

O Brasil registrou 2.059 casos de febre maculosa de janeiro de 2013 a 14 de junho de 2023, de acordo com dados do Ministério da Saúde. Desse total, 1.292 casos foram na Região Sudeste. Desde o início deste ano, 53 casos ocorreram em todo o país, dos quais 30 concentraram-se no Sudeste.

Especialistas recomendam evitar locais onde foi constatada a doença. Para quem precisa visitar uma área rural, é aconselhável o uso de roupas adequadas, como camisas de manga comprida, calças e botas de cano longo. E aqui vai mais uma dica: se você encontrar um carrapato no seu bichinho de estimação, a forma ideal de retirar é puxar o carrapato na vertical com uma pinça, para que ele não se rompa e espalhe as bactérias na área picada do animal ou ser humano.

Coenzima Q10

Enzima possui inúmeros benefícios

Foto: Freepik

A Coenzima Q10 carrega inúmeros benefícios para a nossa saúde. Ela também é conhecida por Ubiquinona, e, por incrível que pareça, é produzida pelo nosso organismo. Ela tem efeito antioxidante, que auxilia na reconstrução das células, além de ser muito eficiente no metabolismo energético e de participar da produção de ATPs (moléculas que armazenam e liberam energia).

Segundo a nutricionista Isabela Correia (CRN 09100556), por mais que nosso corpo produza tal enzima, é necessário suplementá-la, pois após os 30 anos, há uma redução fisiológica em sua produção.

Seu consumo é indispensável, pois vai garantir mais energia no dia a dia, redução na fadiga, vai auxiliar na produção de colágeno, no aumento da força muscular, sem falar que protege o coração e na regeneração das vitaminas C e E.

Graças às propriedades antioxidantes, a Coenzima Q10 auxilia na proteção da pele contra os radicais livres e contra os raios ultravioletas. Então, se for usada em suplementos ou cremes, irá evitar a formação de rugas na pele, ajudando na prevenção do envelhecimento precoce.

Além dos suplementos, a Coenzima Q10 também pode ser encontrada em alguns alimentos, como peixes, carnes, cereais, brócolis, abacate, damasco, maçã, entre outros.

Lembrando que a ingestão da Coenzima Q10 em forma de suplemento deve ser indicada por um especialista, e não deve ser utilizada por gestantes, lactantes e crianças.

“A concentração recomendada depende de cada pessoa, pois também devemos levar em consideração a necessidade dessa suplementação. Geralmente, a ingestão de 100mg de Coenzima Q10 já garante benefícios”, afirma a nutricionista.

25

PERSONAL PHARMA
farmácia de manipulação
www.personalpharma.com.br

21 anos

MaxSolve™

- Fornece mais energia;
- Potente ação antioxidante;
- Contribui para a saúde cardiovascular;
- Reduz fadiga associada ao exercício físico.

Faça-nos uma visita e comprove!!
*Nunca use medicamentos sem orientação de um profissional habilitado.
Fale com seu médico ou farmacêutico.

Loja 1: Rua Capitão Lisboa, 663 - Centro - (15) 3251-2331/ 97403-4211
Loja 2: Av. São Carlos, 234 - Dr. Laurindo - (15) 3205-3100/ 99743-2331

Personal Pharma Farmácia de Manipulação
[personal_pharma](https://www.instagram.com/personal_pharma)

Elmec
Imagem meramente ilustrativa.



Fotos: Freepress

Vacina contra Influenza

Imunização deve ocorrer como forma de prevenção da gripe

Desde o ano passado, através da aprovação da Anvisa, a composição das vacinas contra a Influenza sofreram mudanças. Isso foi necessário para aumentar a eficiência das vacinas, devido à adaptação dos vírus e as suas mutações.

Essa vacina tem a função de prevenir a infecção pelo vírus Influenza, responsável por causar a gripe. Há, no mercado, a vacina Trivalente, com duas cepas de vírus A e uma cepa de vírus B, e vacina Quadrivalente, com duas cepas de vírus A e duas cepas de vírus B.

“A importância de receber a vacina contra Influenza é uma forma de prevenção, principalmente, da forma mais grave da doença. O impacto dela tem sido na redução do número de casos graves de pacientes que necessitavam de hospitalizações. A imunização reduz a necessidade de internações, todos os anos no Brasil, segundo dados do Ministério da Saúde”,

explica a enfermeira Rosana Oliveira.

Ela afirma que, como o vírus da influenza sofre constante mutações, é importante manter atualizada a carteira de vacinação. “Para termos a devida proteção contra o vírus, é indispensável vacinar. Sabemos também que a vacina não protege somente o indivíduo que está recebendo a dose, mas evita a propagação em massa dessa doença que pode levar até à morte ou a sequelas graves, comprometendo a qualidade de vida e a saúde das pessoas vitimizadas”.

Em Tatuí, a vacina está disponível em todas as salas de vacinação da rede pública, de segunda a sexta-feira, das 8h da manhã até 15h. É permitido que bebês, a partir dos seis meses de vida, tomem a vacina, bem como crianças, jovens, adultos e idosos, sem restrições, exceto para pessoas com alergia grave (anafilaxia), a algum componente da vacina ou a dose anterior.

Esquemas de doses funcionam da seguinte maneira: Para crianças entre 6 meses e 8 anos

de idade: duas doses na primeira vez em que forem vacinadas (primovacinação), com intervalo de um mês e dose única nos anos seguintes. A partir de 9 anos: dose única anual. Para menores de 3 anos, no sistema público, o volume a ser aplicado em cada dose é de 0,25 ml. Para as vacinas quadrivalentes disponíveis no sistema privado, o volume de cada dose é de 0,5 ml, em qualquer idade. Em situação epidemiológica de risco, como surtos ou aumento da circulação do vírus Influenza fora da temporada da gripe (outono e inverno), pode ser considerada uma segunda dose no mesmo ano para os seguintes grupos: idosos, imunodeprimidos e pacientes com doenças crônicas que prejudicam a resposta à vacina e aumentam as chances de quadros graves (diabéticos, pneumopatas, cardiopatas, entre outros). O intervalo em relação à dose anual é de três meses.

Lembrando que, em caso de febre, é necessário esperar a melhora do paciente.

Elio Sonda

Sistema de Radiestesia para encontrar água

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

DURMA BEM E ACORDE FELIZ

COM AS MELHORES MARCAS DE COLCHÕES DO MUNDO.



**COMPRE AS
MARCAS MAIS
CONSAGRADAS
DE COLCHÕES**

Entregamos em todo
Estado de São Paulo
com Frete Grátis
www.fabrispuma.com.br

+ DE 90 LOJAS



em até
18X NO
CARTÃO*



KING
KOIL

STEARNS
& FOSTER



Dédicace
PARIS



CAROLINA
MATTRESS GUILD

APOLOSPUMA



Venha nos visitar
no Centro de Tatuí!
R. Onze de Agosto, 63
15 99657-3052
R. Onze de Agosto, 356
15 99684-5477



DESDE 1999

Acompanhe nossas redes
@ fabrispumaoficial

*Válido somente para lojas físicas. Consulte condições



Foto: Prefeitura de Tatuí

Pela primeira vez, Tatuí sediou os Jogos Abertos da Juventude, em sua 38ª edição

O maior evento esportivo do Estado para jovens até 19 anos

Os Jogos Abertos da Juventude, em sua 38ª edição, foram sediados pela primeira vez na cidade de Tatuí, interior de São Paulo. Esse evento esportivo, considerado o maior do estado para jovens até 19 anos, reuniu mais de 4 mil atletas, competindo em 15 modalidades esportivas diferentes, entre os dias 23 de junho e 1º de julho. O Evento foi promovido pela Secretaria de Esportes do Estado de São Paulo.

Diversas praças esportivas de Tatuí foram utilizadas para sediar os jogos, como o XI de Agosto, Clube de Campo, CIE (Centro de Iniciação ao Esporte), APAE, Complexo Major Silvío de Magalhães Padilha e o Complexo Educacional Acassil José de Oliveira. A abertura oficial aconteceu no dia 23/06, no Ginásio da Associação Atlético XI de Agosto, com a presença dos representantes das delegações, autoridades e convidados, além da presença ilustre do ex-jogador de vôlei, Rodrigo (Rodrigo Santana), campeão olímpico nos Jogos de Atenas em 2004. Na abertura, houve a execução do Hino Nacional Brasileiro, pela “Bravo Tatuí”, com um trio de cordas e, para finalizar, a apresentação de dança da Oficina de Ballet da Prefeitura de Tatuí.

Os Jogos Abertos da Juventude foram exclusivos para os atletas campeões de suas regiões, que se credenciam para competir em Tatuí. A responsabilidade de realizar o evento foi da Secretaria Estadual de Esporte do Estado de São Paulo, que buscou promover oportunidades para os jovens entre 15 e 19 anos desenvolve-

rem seu potencial esportivo.

Uma característica marcante dessa edição foi o fato de ser a primeira vez que os Jogos Abertos da Juventude foram realizados em uma cidade com menos de 300 mil habitantes, o que demonstra a importância e o interesse em descentralizar o evento, possibilitando a participação de diferentes regiões do estado. Tatuí participa de 8 (oito) modalidades, sendo elas: atletismo, futebol, futsal, ginástica artística, basquete, judô, voleibol e vôlei de praia.

A Prefeitura de Tatuí, por meio da Secretaria de Esporte, Cultura, Turismo e Lazer, colaborou com o evento, fornecendo apoio logístico e estrutural para a realização do mesmo. Desde a sua criação em 1983, os Jogos Abertos da Juventude têm como propósito gerar oportu-

nidades para jovens atletas desenvolverem seu potencial esportivo. Nessa edição, estiveram presentes as 14 regiões administrativas do Estado de São Paulo, incluindo Araçatuba, Araçuaia, Barretos, Bauru, Campinas, Franca, Grande São Paulo, Marília, Presidente Prudente, Ribeirão Preto, Santos, São José do Rio Preto, São José dos Campos e Sorocaba.

As modalidades esportivas em disputa nos Jogos Abertos da Juventude incluíram atletismo, basquete, damas, futebol, futsal, ginástica artística, ginástica rítmica, handebol, judô, natação, tênis, tênis de mesa, voleibol, vôlei de praia e xadrez. Conversamos com alguns atletas que, gentilmente compartilharam suas experiências conosco: Thiago Bassani do Carmo, 18 anos, Capitão da Equipe de Vôlei



Foto: Prefeitura de Tatuí



Foto: Ariany Cunha

Masculino de Santo André, que ficou em terceiro lugar no campeonato dos Jogos Abertos da Juventude, pontuou: “Com o campeonato, a experiência e a convivência entre atletas é muito importante, reuniu o time e aproximou mais os atletas. Antes cada um se recolhia mais no seu canto. E agora, estando 24 horas juntos, foi criado um vínculo maior e isso refletiu no time, e é nítido na quadra”. Quanto às expectativas para o desempenho da sua delegação nessa edição, Thiago disse: “a competição tem sido difícil, a maioria das equipes são fortes e dependendo do resultado, você pega uma equipe mais forte ainda. Até agora ganhamos todos os jogos e mantemos uma regularidade muito boa. A expectativa é bem alta para os jogos. Na vida, espero viver disso, ter um retorno depois de muito investimento”.

Ricardo Vasconcelos, 41 anos, técnico do time de Vôlei Masculino de Praia Grande, segundo lugar em sua categoria, afirmou sobre a importância dos Jogos Abertos da Juventude: “o campeonato fomenta o esporte, para que os jovens não fiquem na ociosidade. Tem grande importância na formação do caráter”. Participando pela segunda vez como treinador, Ricardo disse que a prefeitura do seu município apoia bastante o esporte, oferecendo “bolsa esporte” para os jovens e uma residência para os jogadores de fora. Muitos atletas são de fora e alguns, inclusive, moram sozinhos (sem os pais), para se dedicarem ao voleibol, superando muitos obstáculos para participarem da equipe. Há integrantes do time que moram longe da família desde os 13 anos. Quanto ao processo de seleção dos atletas, o time disputa a Federal Paulista de Vôlei, e todo final de ano, eles fazem uma seletiva que vai desde o sub 15 até a sub 21 e para esse primeiro semestre, priorizaram os Jogos Abertos da Juventude, contratando atletas que atendem a categoria da competição”. Questionamos ao Ricardo quanto a receptividade e acolhimento da cidade de Tatuí, que prontamente respondeu terem sido muito bem acolhidos, e está admirado de ver que, pelo tamanho da cidade, Tatuí oferece muitas quadras, pista de atletismo, a estrutura dos clubes. A expectativa da cidade é conquistar o maior número de medalhas.

Como sugestão para as próximas edições, Ricardo sugere incluir mais pontos de alimentação, pois a cada edição, aumenta o número de participantes, e assim, evitar deslocamentos desnecessários. Ele ainda deixou uma mensagem importante aos jovens iniciantes da categoria e de todos os esportes: “Pratiquem esportes, é bom. Você pode não se tornar um campeão olímpico, mundial, mas você vai se tornar uma excelente pessoa, o esporte lhe dá isso, faz você um ser humano melhor, dá-lhe suporte para ser uma pessoa correta”.

Falamos, ainda com algumas das meninas do vôlei de Ribeirão Preto, que se emocionaram no final da entrevista, após Luara Rezende Daniel, 16 anos, atleta do time de Vôlei Feminino de Ribeirão Preto, deixar uma mensagem emocionante no final da entrevista. Ela participa pela segunda vez dos Jogos Abertos da Juventude e, ao ser questionada sobre como se sente ao participar dos Jogos Abertos da Juventude e o que significa para ela como atleta, disse-nos: “esta é uma experiência incrível, principalmente, ficar com o time e jogar o esporte que eu amo! O esporte é um investimento necessário na formação do cidadão”. Ela ainda mencionou que o campeonato incentiva os atletas e as pessoas ao assistirem os jogos, tornam tudo mais legal, que essa experiência ficará marcada para a sua vida inteira. Sobre os desafios encontrados na preparação dos Jogos Abertos, ela disse que foram muitos treinos para terem um bom volume de jogo e bons momentos. Os treinos ocorriam mais que uma vez por semana, numa quadra longe, muitas vezes não tinha inves-

timento, e isso dificultava o acesso, mas que tudo valeu a pena para estarem ali, que elas conseguem e que realmente sabem jogar. A mensagem da Luara aos atletas iniciantes diz: “Não desistam de maneira nenhuma, vão haver dias difíceis, dias em que você vai chorar porque não vai conseguir jogar, mas vão ter dias que você vai amar o esporte, e ele vai fazer parte de você, e você vai amar isso mais que qualquer coisa e nunca vai querer desistir. E é a melhor coisa que você vai fazer na sua vida. Nunca desista, persista, você vai amar e isso nunca vai sair do seu coração”. E ainda finaliza: “o esporte não é só competição, o esporte também são as amizades que você conquista. Às vezes, você vai jogar, treinar todos os dias e não vai entrar no jogo, mas vai amar aquilo e amar as amizades que fez, experiência e tudo isso vai fazer ser incrível!”

Do mesmo time, a amiga e parceira de jogo, Vitória Maria Escajão, 17 anos, relatou que é primeira vez que participa dos Jogos Abertos, e está muito feliz. Sugeriu para as próximas edições, que as alimentações sejam servidas no mesmo colégio que as delegações estejam acomodadas, para evitar o excesso de deslocamentos para cada refeição (café da manhã, almoço e jantar) e assim, não centralizar em apenas um único lugar; deixou uma mensagem para os interessados no esporte: “em algum momento, precisamos passar pelas dificuldades para chegar ao topo”, e ainda fez a seguinte analogia: “a melhor parte de escalar uma montanha, não é a chegada, mas todo o percurso. E sim, haverá momentos em que você vai pensar em desistir e virá o pensamento, sou eu no meio de um milhão, são tantas pessoas tentando disputar, mas eu estou ali, eu também vou disputar e conseguir. É preciso ter essa linha de pensamento, porque, no final vale tudo muito a pena, compensa muito”!

Com a realização dos Jogos Abertos da Juventude, em Tatuí, outras oportunidades como essa podem surgir. Que haja sempre um olhar para o esporte e o incentivo necessário aos nossos jovens, pois a prática esportiva é uma excelente ferramenta de formação de caráter e inclusão social!



Foto: Ariany Cunha



Saúde vem da cozinha

Da última vez, falamos sobre a utilização do leite. Hoje, gostaria de falar sobre as sobras de arroz. Conheço muita gente que as atira na lata de lixo, pois não gostam de arroz amanhado. Elas podem transformar-se em deliciosos **bolinhos de arroz** recheados ou não, com queijo ou requeijão, virar um **arroz à grega** quando adicionamos milho, cenoura e abobrinha raladas, azeitona e tomate cereja. Podem ser misturados ao arroz ainda cru, pois essa mescla irá ao forno em um *pirex*, com fatias finas de muçarela e orégano na cobertura.

Também podem picar em cubinhos rodela de berinjela e passar rapidamente na frigideira com um pouquinho de óleo e irá enriquecer o prato. Como o arroz está cozido, será pouco tempo de forno o suficiente para gratinar.

Quem não gosta de uma **omelete de arroz** com queijo? Basta bater um ovo ou mais, dependendo da quantidade de arroz, colocar cubinhos de queijo e, rapidamente, numa frigideira com margarina ou manteiga mexer e está pronto.

Pimentões recheados com carne moída e arroz. Queimar a pele do pimentão direto na chama. Retirar a pele queimada e cortar o pimentão ao meio retirando as sementes com cuidado para não romper a “barquinha”. Enquanto isso, fritar a carne moída com cebola e alho, uma azeitona preta que dá um sabor especial e misturar o arroz. Recheiar as barquinhas e, se quiser, podem ir ao forno, mas dá

A importância do aproveitamento dos restos alimentares para manter a saúde física e financeira do Ser Humano



Foto: Freepik

Imagem de pimentões com arroz e carne moída e bolinho de arroz.

para aquecer no micro-ondas.

O mesmo procedimento pode ser feito com berinjela ou chuchu. Cozinhar ao vapor, cortar ao meio retirando a polpa que será temperada e acrescida ao arroz sobrando.

Creme de arroz processe o arroz com o *mixer* e junte um pouquinho de leite e cheiro verde. Em uma panelinha, agregue maisena à mescla e vai mexendo até espessar. Acompanha um peixe ou uma carne, tranquilamente. Os temperos, eu os deixo a cargo e gosto de cada um. (Azeitona, queijo ralado, manjeriço, tomate seco, cubinhos de presunto etc.).

Ainda dá para fazer **falsos charutos**. Frite a carne moída com os temperos a gosto e misture o arroz. Jogue as folhas de repolho em água fervente rapidamente para amolecer. Coloque um pouco da mistura em cada folha de repolho, tendo o cuidado de cortar um pouco as nervuras, e enrole os charutininhos. Como está cozido, o melhor é arrumar em um *pirex*, colocar o molho de

tomate e vai ao forno rapidamente.

E por último, o arroz pode ser batido no liquidificador com leite e ovos, e servir de base para **panquecas**, como na receita anterior que eu já passei. Como é massa, será colocado somente um pouco de farinha de trigo para dar a liga.

Como vocês podem perceber, dá pra fazer inúmeras coisas. Basta ter criatividade e lembrar que muita gente ainda está passando fome para que se jogue fora qualquer tipo de alimento em bom estado.

Fica a dica: tudo pode ser reciclado na cozinha, o que é uma grande economia, e claro, saúde aos bolsos. No próximo mês, abordaremos algo muito importante: **prisão de ventre**. O que fazer, o papel das fibras, como alimentar as bactérias boas que vivem em nosso trato digestivo. Todos os alimentos que nos podem ajudar.

A romantic scene featuring a man and a woman in silhouette, dancing together. The woman is on the left, wearing a long, flowing dress, with her right arm raised. The man is on the right, wearing a suit and a cap, with his left arm around the woman's waist. They are holding hands. The background is a deep blue with several bright spotlights creating a hazy, atmospheric effect. The floor is dark and reflective, showing the silhouettes of the couple and the lights. The overall mood is elegant and intimate.

CULTURA

“NUNCA TE ESQUECI”

A noite se adensava
E a brisa da saudade
Em mim, se debruçou,
Borbulhando lembranças
Inesquecíveis, sublimes,
De um passado
Distante e feliz.
Que imensa saudade
Em meu peito pulsa!
Do nosso inesgotável amor,
Da magia do teu calor,
Da luz bendita,
Do quente olhar,
Brilhando em meu caminhar!
Da ardência de tua boca,
Do teu lindo sorriso,
Ao pousar em mim.
Tenho saudade, sim!
Das demoradas conversas,
Da inesquecível cumplicidade,
Das mãos sempre unidas,
Das risadas gostosas,
Da beleza de tua alma,
Da grandeza do teu caráter,
Do brilho da felicidade,
Reinando em nós.

*Maria do Carmo Marques Ramos
(Carminha)*

Fotos: Freepik

Ao ilustre Epaminondas

O céu estava límpido e sereno,
Na despedida ao ilustre Epaminondas;
Arrebatava o peito, nessas sondas,
O adeus infindo, enfim, um breve aceno!

Uma canção se ouviu, neste comenos,
Que as almas langorosas choram em rondas;
Neste soneto ao nobre Epaminondas,
Que fora um mestre e amigo, neste treno.

E foi encontrar Isabel, num grã vergel,
Que o esperava aflita — lá no céu...
E flutuando assim, bela e risonha,

De lá emanando as ondas d'um dossel,
A luz que resplandece aos filhos seus:
Rivaldo, Edson, Edgar e Sônia!!!!

Paulo Costa (Pacco)

Fotos: Freepik



LEI PAULO GUSTAVO

Fique por dentro dessa nova Lei

Municípios são contemplados com verbas para a Cultura

Conhecida como “Lei Paulo Gustavo”, em homenagem ao ator falecido em decorrência de complicações pela Covid-19, a Lei Complementar (LC) nº 195, de 8 de julho de 2022, tem como principal motivação a crise econômica vivida pelo setor cultural em consequência da pandemia. Por isso, é previsto o repasse de R\$ 3.862.000.000,00 (três bilhões, oitocentos e sessenta e dois milhões de reais) aos Estados, Distrito Federal e Municípios. Segundo o Ministério da Cultura, tal verba teve como fontes principais os superávits do Fundo Setorial do Audiovisual (FSA) e de outras fontes de receita vinculadas ao Fundo Nacional de Cultura (FNC).

Desde 12 de maio, foi aberto o sistema TransfereGov para cadastro dos Estados, Distrito Federal e Municípios. A partir daí, os contemplados terão prazo de até 60 dias para cadastrarem seus planos de trabalho. Os planos serão analisados e, na medida em que aprovados pelo Ministério da Cultura, os recursos serão liberados.

De acordo com o Ministério da Cultura, desse valor total destinado à LPG, serão destinados o total de R\$2.797.000.000,00 (dois bilhões, setecentos e noventa e sete milhões de reais) exclusivamente a ações na modalidade de recursos não reembolsáveis ao audiovisual, da seguinte forma: a) R\$1.957.000.000,00 para apoio a produções audiovisuais, de forma exclusiva ou em complemento a outras for-

mas de financiamento; b) R\$447.500.000,00 para apoio a reformas, restauros, manutenção e funcionamento de salas de cinema; c) R\$224.700.000,00 para capacitação, formação e qualificação no audiovisual, apoio a cineclubes e à realização de festivais e mostras de produções audiovisuais; e d) R\$167.800.000,00 para apoio às microempresas e às pequenas empresas do setor audiovisual. Neste caso, o recurso é exclusivo para Estados e Distrito Federal. Ou seja, o valor de R\$1.065.000.000,00 (um bilhão, sessenta e cinco milhões de reais) deverá ser destinado às demais áreas, exclusivamente a ações na modalidade de recursos não reembolsáveis, da seguinte forma: a) apoio ao desenvolvimento de atividades de economia criativa e de economia solidária; b) apoio, de forma exclusiva ou em complemento a outras formas de financiamento; e c) desenvolvimento de espaços artísticos e culturais, de microempreendedores individuais, de microempresas e de pequenas empresas culturais, de cooperativas, de instituições e de organizações culturais comunitárias.

Em Cerquillo, segundo o Coordenador de Cultura, Gabriel Postigo, o município deverá receber aproximadamente R\$450.000,00, para os seguintes segmentos: audiovisual, capacitações e outros.

Em Tatuí, o valor da aplicação será de R\$1.029.318,24, distribuídos em ações de apoio a produções audiovisuais, reformas, restauros, manutenções e funcionamento de salas

de cinema, ações de capacitação, formação e qualificação audiovisual, apoio a cineclubes e festivais, e outras manifestações culturais.

Já em Boituva, de acordo com o Secretário de Cultura Marcos Caldeira, o município receberá R\$558.162,62, sendo a maior parte, para o segmento audiovisual e o restante, para as demais áreas.

Na cidade de Quadra, R\$57.000,00 deverão ser investidos no setor cultural. Destes, R\$30.000,00 serão para o segmento de audiovisual, segundo o Secretário de Cultura, ³³ Marcelo Bueno.

É gratificante observar que municípios da nossa região, como Cerquillo, Tatuí, Boituva e Quadra, também serão beneficiados por essa lei, recebendo recursos para promover atividades culturais em diversas áreas. O valor destinado a essas localidades permitirá o fomento do audiovisual, a realização de capacitações e a promoção de festivais, contribuindo para o enriquecimento cultural das comunidades locais.

Nesse sentido, é fundamental que haja transparência e uma gestão eficiente dos recursos, garantindo que sejam direcionados de forma adequada e beneficiem o maior número possível de pessoas e de projetos culturais. Assim, a “Lei Paulo Gustavo” poderá deixar um legado positivo, incentivando a retomada do setor cultural e proporcionando novas oportunidades para artistas, produtores e profissionais envolvidos nesse campo tão importante para a sociedade como um todo.

Pequeno Notável



A Pequena Notável deste mês é a Talita Marques Queiroz, uma linda garota de 15 anos, nascida em Boituva. Ela está cursando o 9º ano do Ensino Fundamental II, na E.E. Alferes Mário Pedro Vercellino, em Boituva.

Talita é aquela adolescente bastante inteligente, esperta, curiosa e esforçada. Em entrevista à Hadar, Talita contou-nos que adora fazer unhas, já está quase terminando o curso de manicure, que ganhou de presente de sua tia.

Com tão pouca idade, Talita já deu início à atividade. Já fez unhas das amigas, da mãe, das tias... já está formando a própria clientela.

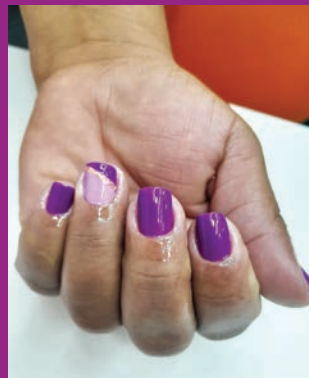
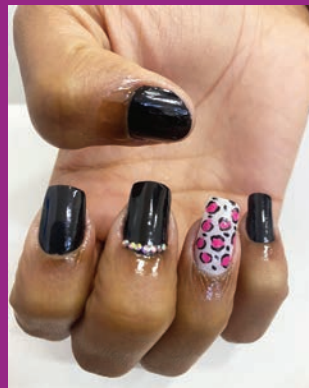
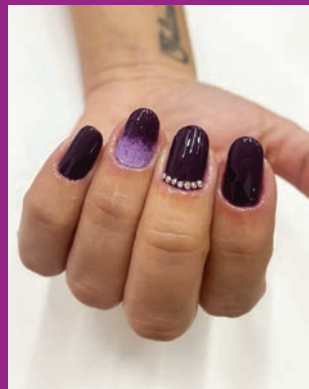
Mas além de fazer unhas, Talita também gosta de estudar, adora fazer maquiagem, cuidar da beleza própria, passear. Embora não tenha tido a oportunidade de viajar, ela quer muito conhecer as maravilhas do nosso Brasil e do mundo.

Nossa Pequena Notável também confessou que é boa de garfo! Adora comer estrogonofe e bolo de cenoura com cobertura de chocolate!

Talita é uma adolescente bastante sincera; contou-nos que não gosta de falsidade, cultiva as boas amizades e não leva desaforo para a casa.

Quando questionada sobre ter um sonho, ela foi direto ao ponto “Quando adulta, gostaria de ser advogada”

Parabéns, Talita, que Deus continue iluminando-a. Que todos os seus sonhos e desejos sejam realizados. Nós, da Revista Hadar, desejamos-lhe muito sucesso, na vida! Foi um prazer relatar sua história! Quem quiser acompanhar o trabalho da Talita siga-a no: @nails_talita



Fotos: Bernadete Camargo Elmec e Talita Marques



Foto: ZoomViewer - Wikimedia Commons

Primeiro celular com câmera surgiu em 1999

Aparelho da Kyocera tinha resolução de 0,11 MP

Em um mundo cada vez mais conectado, fotografado e filmado por inúmeros dispositivos, parece incrível pensar que, há 25 anos, havia celulares sem câmeras. Quando finalmente este recurso foi adicionado, sua resolução era de 0,11 MP. Isto está bem abaixo do que é oferecido hoje, pelo Iphone 14, por exemplo, que possui câmera com 12 MP de resolução.

A presença de câmeras em telefones móveis nem sempre foi uma obviedade, já que os dispositivos passaram anos com recursos voltados apenas para as chamadas de voz e, posteriormente, mensagens de texto. Por isso, o primeiro celular com câmera começou a ser vendido apenas em 1999, sendo o detentor do título o modelo VP-210, da Kyocera.

A câmera é um dos aspectos mais destacados do aparelho, já que ele traz um imenso vidro frontal para acomodar os componentes ópticos. Mesmo que, na época, ele tenha sido chamado de “videofone móvel”, a qualidade do seu sensor ficava bem abaixo de qualquer modelo atual, como já dissemos.

Por se tratar de um dispositivo com mais de 20 anos de idade, o restante de suas especificações também chama a atenção pela simplicidade. O dispositivo vinha com uma tela TFT de 2 polegadas, com suporte para apenas 65 mil cores.

Na época, o celular funcionava de forma integrada ao sistema japonês de redes de dispositivos móveis, chamado de PHS – por meio dele, era possível realizar o envio de duas imagens por segundo. O usuário ainda poderia armazenar 20 fotos, e mandá-las por e-mail. Ele teve seu preço de lançamento fixado em 40 mil ienes, cerca de 325 dólares (cerca de R\$ 1.625) em conversão direta, o que, para a época, era verdadeira fortuna.

Mesmo que tivesse características consideradas rudimentares, o VP-210 foi visto como uma revolução em seu tempo. Quase duas décadas e meia depois, não há como afirmar o contrário.

Seu filho(a) também é um pequeno(a) notável?

Então, mande seu trabalho para o e-mail: jornalismo@revistahadar.com.br para que ele possa brilhar nas páginas da Revista Hadar.

Mais modelos inovadores

Outro dispositivo pioneiro, na história dos celulares com câmeras, é o SCH-V200, produzido pela Samsung e apresentado no ano 2000. Ele funcionava de forma um pouco diferente, já que as imagens capturadas pela câmera de 0,35 MP só poderiam ser visualizadas após o usuário transferi-las para um computador via cabo.

Também em 2000, a marca japonesa Sharp produziu o J-SH04, que resolvia em partes o problema do modelo da Samsung, ao permitir transferências eletrônicas das imagens. Além disso, o modelo também facilitava a captura de *selfies*, ao trazer um pequeno espelho ao lado da lente, que poderia ser usado para acertar o enquadramento.

Fonte: Canaltech



Foto: Freepik

Chocolate que não é chocolate

Explorando ingredientes alternativos e suas vantagens

O chocolate é um alimento apreciado por pessoas de todas as idades, ao redor do mundo. No entanto, existem várias razões pelas quais algumas pessoas podem optar por procurar alternativas para o chocolate tradicional. Uma dessas razões é a intolerância ou alergia ao cacau, o principal ingrediente do chocolate convencional. Felizmente, existem várias opções de “chocolates” que não contêm cacau, mas ainda oferecem um sabor delicioso e uma experiência indulgente. Neste artigo, exploraremos uma alternativa popular ao chocolate convencional, conhecida como alfarroba, e também sugeriremos outros ingredientes opcionais para a preparação de “chocolates” sem cacau.

A alfarroba como alternativa ao cacau

A alfarroba é um ingrediente natural que tem sido usado como substituto do cacau, em várias preparações culinárias. Originária do Mediterrâneo, a alfarroba é derivada da vagem da árvore *Ceratonia Siliqua*. Embora a alfarroba seja frequentemente referida como “chocolate de alfarroba”, é importante ressaltar que não é tecnicamente chocolate, pois não contém cacau. No entanto, ela pode oferecer uma expe-

riência semelhante ao chocolate, em termos de sabor e textura.

Os “chocolates” feitos com ingredientes alternativos podem oferecer várias vantagens nutricionais, em comparação com o chocolate tradicional. Embora os valores exatos variem de acordo com os ingredientes utilizados, geralmente, as alternativas sem cacau têm menos gordura e menos calorias. Além disso, várias vezes são livres de cafeína e não contêm lactose, tornando-se opções adequadas para pessoas com restrições alimentares específicas.

Ingredientes opcionais para preparar “chocolate” sem cacau

Além da alfarroba, existem outros ingredientes que podem ser utilizados para preparar “chocolates” sem cacau. Esses ingredientes proporcionam enorme variedade de sabores e texturas, permitindo a personalização das receitas, de acordo com as preferências individuais. Aqui estão algumas opções de ingredientes:

1. Cenoura em pó: A cenoura em pó é alternativa saudável e natural que adiciona um sabor adocicado ao “chocolate”. Além disso, a cenoura é rica em nutrientes, como vitamina A e antioxidantes.

2. Amendoim em pó: O amendoim em pó pode ser utilizado para conferir um sabor rico e uma textura cremosa ao “chocolate”. Ele também é boa fonte de proteínas e gorduras saudáveis.

3. Coco ralado: O coco ralado é uma opção popular para dar um toque tropical aos “cho-

colates”. Além do sabor característico, o coco fornece fibras e ácidos graxos saudáveis.

4. Nozes: As nozes picadas, como também as amêndoas, castanhas de caju ou avelãs, podem adicionar crocância e um sabor marcante aos “chocolates”. Além disso, são fontes de gorduras saudáveis e minerais essenciais.

Os valores nutricionais podem variar, mas as opções sem cacau geralmente fornecem fibras, vitaminas e minerais provenientes dos ingredientes utilizados, como as vitaminas A e E da alfarroba, a vitamina C da cenoura em pó e os minerais das nozes e do coco. Além disso, as nozes e sementes podem adicionar proteínas e gorduras saudáveis, contribuindo para a sensação de saciedade e proporcionando benefícios para a saúde cardiovascular.

Embora o chocolate tradicional seja amplamente apreciado, é possível encontrar alternativas deliciosas e saudáveis para aqueles que desejam evitar o cacau ou têm restrições alimentares específicas. A alfarroba e outros ingredientes opcionais podem proporcionar a experiência de “chocolate” sem cacau, com sabores e texturas únicas. Além disso, essas alternativas frequentemente possuem valores nutricionais benéficos e atendem às necessidades de pessoas com restrições alimentares. Portanto, não é necessário abrir mão do prazer do chocolate, mesmo quando se opta por não consumir a versão tradicional. Experimente essas alternativas e desfrute de uma experiência indulgente e saudável!

35

DICAS DOMÉSTICAS

Limpeza de fogão: para tirar manchas mais facilmente do seu fogão, ferva os queimadores juntamente com água, sal, gotas de limão, vinagre e algum produto saponáceo em pó. Para conseguir deixá-los como novos, basta esfregar neles uma esponja de aço que a sujeira sai rapidamente.

Neutralize o cheiro da tábua de carnes: visando neutralizar odores fortes após o uso da tábua de corte, basta esfregar um pedaço de limão por toda a sua extensão, lavando-a a seguir.

Retire etiquetas adesivas mais facilmente: se a cola da etiqueta é forte, antes de descolar a etiqueta do objeto, aqueça-o rapidamente com o secador de cabelo. A retirada será mais fácil.

MINUTO DE REFLEXÃO

“O verdadeiro valor de uma pessoa é determinado pela medida em que ela beneficia os outros.”

César Chavez

MINUTO DE SABEDORIA

“A liberdade consiste em saber escolher as próprias prisões.”

Jean Paul Sartre

FRASES DOS FAMOSOS

“Foi uma catastrófica implosão. Embora estejamos cientes do tempo e tenhamos incluído muitos dados e informações na pesquisa, esta ainda é uma busca ativa, neste momento. Estamos usando o equipamento que temos na parte inferior com os ROV's para expandir nossos recursos de busca”

John Mauger – contra-almirante da Guarda Costeira dos EUA, falando sobre o acidente que ocorreu com o submarino Titan, que foi fazer uma expedição até o navio Titanic. Em entrevista à BBC News e a G1.



VIVA MAIS, PENSE MENOS

AUTOR: Pia Callesen

EDITORA: Sextante

Um livro prático sobre a terapia metacognitiva, uma abordagem inovadora que modifica os padrões de pensamento que causam depressão e ansiedade.

Quando passamos por um momento difícil, geralmente remoemos a angústia dia e noite, pensando no que poderíamos ter feito diferente, no que fizemos de errado, em como nós estamos sentindo.

Mas, segundo a psicóloga Pia Callesen, é justamente o excesso de atenção que damos aos problemas que nos pode levar a estados de tristeza, desânimo, ansiedade e até depressão.

Baseado na abordagem da terapia metacognitiva, este livro apresenta um método prático para você interromper o ciclo de ruminação que desencadeia mudanças de humor, redirecionando seu foco sempre que os pensamentos negativos começarem a dominar sua mente.

Quando impedimos que os pensamentos nos controlem e escolhemos focar em outras coisas – como em um livro ou nas pessoas, à nossa volta –, libertamo-nos da sensação de impotência e conseguimos voltar para o mundo real.

ERA UMA VEZ UMA IMPOSTORA

AUTOR: Lorraine Heath

EDITORA: Harlequin books

Era uma vez um arrogante duque em busca de uma duquesa. Porém, ocupado com a restauração de seu ducado, Kingsland não tem tempo para procurar uma esposa por conta própria, então coloca um anúncio no jornal encorajando damas solteiras a lhe escreverem, dizendo por que dariam uma boa duquesa, e encarrega sua mais leal funcionária de cuidar da seleção.

Era uma vez uma assistente dedicada, eficiente e prática, mas cujo coração sempre fora o mais sonhador de todos. Penelope Pettepeace sabe que, no momento em que o duque se casar, eles não poderão continuar sob o mesmo teto. Ainda assim, está determinada a executar sua última tarefa com perfeição.

À medida que a busca pela futura duquesa os aproxima, sentimentos – e segredos – colocam-se no caminho, deixando a linha entre assistente e duque cada vez mais tênue. E Kingsland se vê com um problema nas mãos quando, ao imaginar o futuro, só consegue pensar na mulher que pode colocar todo o seu legado em risco.



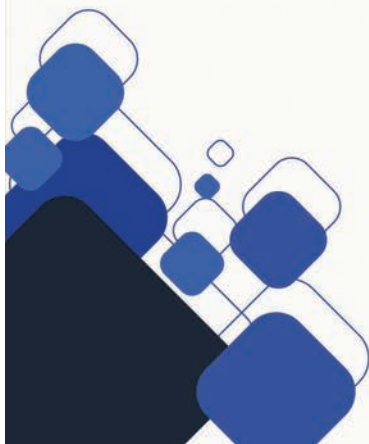
A BATALHA DE MALDON

AUTOR: J.R.R. Tolkien

EDITORA: Harper Collins

Este livro apresenta pela primeira vez aos leitores brasileiros a tradução de J.R.R. Tolkien do poema clássico A Batalha de Maldon. De autoria desconhecida, o poema em inglês antigo narra o ataque de invasores vikings a uma força de defesa anglo-saxônica, liderada pelo duque Beorhtnoth. O combate ocorreu em 991 d.C., em Essex, próximo a Maldon, e é lembrado como um dos mais brutais da história inglesa.

Escrito logo após a batalha, o poema original sobrevive apenas como um fragmento de 325 versos, mas seu valor até hoje é incalculável; não apenas como um conto heroico, mas por expressar vividamente a linguagem perdida daquela região da Inglaterra e celebrar ideais de lealdade e amizade. Tolkien considerava A Batalha de Maldon “o último fragmento sobrevivente da antiga tradição literária heroica inglesa”, e isso o inspiraria a compor, durante a década de 1930, seu próprio poema dramático, O Regresso de Beorhtnoth, filho de Beorhthelm, que imagina as consequências do conflito a partir do diálogo entre dois dos lacaios de Beorhtnoth que voltam para recuperar o corpo de seu duque.



CONECTE-SE



Homem-Formiga e a Vespa

Em **Homem-Formiga e a Vespa: Quantumania** - quando Cassie (Kathryn Newton), filha de Scott Lang (Paul Rudd), desenvolve um dispositivo que permitiria a comunicação com o reino quântico, o experimento termina em desastre: Cassie, Scott e sua companheira e heroína, Vespa, Hope van Dyne (Evangeline Lilly), involuntariamente se encontram no reino místico. Unindo forças com os pais de Hope, Hank Pym (Michael Douglas) e Janet van Dyne (Michelle Pfeiffer), o trio trabalha um caminho de volta enquanto os atrai para o misterioso mundo do Reino Quântico, onde encontram criaturas alienígenas e uma civilização oculta. Eles também descobrem que Janet, que ficou presa aqui por 30 anos, ainda esconde deles um ou dois segredos de seu passado: porque o misterioso Kang (Jonathan Majors), que tem a habilidade de passar, também está preso no quantum, a dimensão usada para viajar no tempo e no multiverso? E o mais importante: por que ele precisa da ajuda de Scott, em uma missão importante? Será que o poderoso Kang pode ser confiável?



M3gan

Em **M3gan**, seguimos uma jovem garota chamada Cady, que teve seus pais mortos em um acidente de carro, e é deixada sob os cuidados de sua tia Gemma, uma roboticista de uma empresa *high-tech* de brinquedos de criança, em Seattle. Gemma trabalha no desenvolvimento chamado M3gan, um robô humanoide, designada para ajudar a criança e ser companhia para ela. Mas após um teste que ocorreu mal, o projeto foi cancelado. Sem ter alguma conexão com a sobrinha e sempre sendo *workaholic*, Gemma presenteia M3gan para a sobrinha após ela querer a “boneca”. O modelo finalizado é emparelhado com Cady, e convence a empresa do potencial de sucesso do projeto após observar as interações de M3gan com Cady. À medida que o tempo passa, M3gan acaba ficando mais independente e andando pela casa sem qualquer ordem, além de matar qualquer coisa que ela considere uma ameaça para Cady. Mas, os dias passam e M3gan pode parecer mais uma ameaça para Cady e Gemma do que é imaginado.



Avatar: O Caminho da Água

Em **Avatar: O Caminho da Água**, sequência de Avatar (2009), após dez anos da primeira batalha de Pandora entre os Na'vi e os humanos, Jake Sully (Sam Worthington). Ele e Ney'tiri formaram uma família e vivem pacificamente na tribo da floresta, Omatikaya, fazendo de tudo para ficarem juntos, devido a problemas conjugais e papéis que cada um tem que exercer dentro da tribo. No entanto, eles devem sair de casa e explorar as regiões de Pandora, indo para o mar e fazendo pactos com outros Na'vi da região, passando a conviver com o clã Metkayina, liderado por Tonowari (Cliff Curtis) e Ronal (Kate Winslet), para escapar da ameaça representada pelos humanos da corporação RDA, comandados pelo Coronel Miles Quaritch (Stephen Lang). Quando uma antiga ameaça ressurgir, Jake deve travar uma guerra difícil contra os humanos, novamente. Mesmo com dificuldade, Jake acaba fazendo novos aliados – alguns dos quais já vivem entre os Na'vi e outros, com novos avatares. Mesmo com uma guerra em curso, Jake e Ney'tiri terão que fazer de tudo para ficarem juntos e cuidar da família e de sua tribo.

37



COM A GENTE!



Rua 7 de Setembro, 270 | Tatuí/SP

www.revistahadar.com.br

[f/hadar.tatui](https://www.facebook.com/hadar.tatui) | [i/revistahadar](https://www.instagram.com/revistahadar)

[wa \(15\) 99789-5267/3259-7014/3259-4543](https://www.whatsapp.com/channel/00299560000000000000)

Fotos: Freepik

ECONOMIA MOSTRA SINAIS POSITIVOS

A recente reclassificação do país por uma agência internacional de análise de risco aponta que, pelo menos para os analistas internacionais, a economia brasileira apresenta sinais positivos de que está entrando nos eixos e pode voltar a ser destino de investimentos estrangeiros. Vale destacar que os *experts* internacionais analisam o quadro sob o ponto de vista técnico, a saber, não está contaminado por interesses políticos ou ideológicos de qualquer espécie.

A economia brasileira mostra sinais de recuperação, como apontam as prévias do PIB (Produto Interno Bruto), que indicam um crescimento acima do esperado. Isto sem dúvida é boa notícia! Uma ótima notícia para o país, diga-se de passagem. Infelizmente, para alguns setores, esta informação teve um gosto amargo.

São segmentos da sociedade brasileira que torcem para que a economia vá mal a fim de

que, dessa maneira, possam justificar os ataques contra o governo de plantão. Esses setores parecem esquecer – ou ignorar de forma proposital – que se a economia vai mal, o país como um todo é prejudicado, principalmente as parcelas mais necessitadas da população. Para alguns setores, a campanha eleitoral ainda não acabou. Torcer para que a economia tenha problemas é como desejar que o teto de sua própria casa desabe, apenas para você dizer que tinha razão. Mas um detalhe passa despercebido: se o teto cair, cairá também sobre sua cabeça, ou você esqueceu que também mora nesta casa?

As decisões do atual governo mostram-se, pelo menos até o momento, na direção certa. Ou será que os analistas internacionais erraram ao considerar que o Brasil está menos vulnerável ao risco de dar calote nas contas? Uma economia estabilizada e confiável é o primeiro passo para atrair investimentos estrangeiros. E

País pode voltar a ser atrativo para investimentos

é claro que investimentos impulsionam a economia de qualquer país. Em um mundo cada vez mais conectado, todos precisam uns dos outros para crescer.

Portanto, torcer para que a economia vá mal é torcer contra seu próprio país. É esquecer o passado de inflação galopante, que existia antes do Plano Real, que estabilizou a economia. Os governos, assim como as pessoas, têm erros e acertos. E é certo que, em um estado democrático, haja críticas e oposição ao governo, mas essa oposição tem de ser consciente e atuar dentro dos limites da democracia. É preciso pensar no interesse do país como um todo, e não apenas nos interesses de grupos ou segmentos, por vezes privilegiados, que representam apenas uma pequena parcela da sociedade. É preciso deixar a mesquinhez de lado e arregaçar as mangas para construir um país melhor, mais justo e igualitário para as gerações futuras. Reflitamos sobre isso!



SERRALHERIA Elmecc
CASARINI

Portão Basculante | Portão de Correr | Vitrôs
Corrimão | Instalação de motor para Portão
e muito mais

Rua Joaquim Silvério de Almeida, 290 | Parque Santa Maria | Tatuí/SP

(15) 99707-9907 | serralheriacasarini@hotmail.com

universo Teen



Perfil de consumo da geração Z

Como os jovens dessa geração estão gastando seu próprio dinheiro?



A

Geração Z, composta por jovens nascidos entre meados dos anos 1990 e início dos anos 2010, estão se tornando um público cada vez mais influentes, no mercado de consumo.

Com hábitos e preferências distintas das gerações anteriores, esses jovens estão moldando as tendências de consumo e desafiando as estratégias das empresas. Neste artigo, vamos mostrar como os jovens da Geração Z estão gastando seu dinheiro, como estão sendo vistos pelo mercado e em que áreas estão concentrando seus gastos.

Ao contrário das gerações anteriores, a Geração Z é conhecida por ser mais consciente em relação ao consumo. Pesquisas recentes mostram que 65% dos jovens da Geração Z estão dispostos a gastar mais em produtos e serviços de marcas e, socialmente, são mais responsáveis. Essa preocupação ambiental e social tem impulsionado o mercado de produtos orgânicos, veganos, de comércio justo e adoção de práticas empresariais mais éticas.

Para entender melhor a Geração Z, é vital considerar os eventos globais que lhes moldaram visão de mundo. Já tendo passado por inúmeras crises econômicas, ascensão da internet, mudanças climáticas e a pandemia do COVID-19, a Geração Z chega ao cenário do consumidor com características e expectativas únicas das marcas.

As consequências da COVID-19 e o subsequente aumento do custo de vida terão um impacto variado na Geração Z. Alguns estão parcialmente isolados dos impactos mais drásticos da alta inflação, pois ainda dependem de seus pais. No entanto, a crise econômica incutiu neles a mentalidade de gastos pragmática e mais defensiva entre os consumidores da Geração Z, com 43% esperando cortar gastos não essenciais e 51% optando por priorizar suas finanças, como resultado do aumento dos preços. Isso tem um efeito direto em suas decisões de compra.

Como a primeira geração a crescer em um mundo totalmente conectado *on-line*, não é surpresa que os jovens da Geração Z sejam ávidos consumidores de tecnologia e entretenimento digital. Com acesso fácil à internet e às mídias sociais, eles estão constantemente conectados e em busca de experiências digitais inovadoras. As influências do mundo digital e da mídia social no estilo de vida e comportamentos da Geração Z não podem ser exageradas.

Pesquisas revelam que cerca de 78% dos jovens da

Geração Z gastam seu dinheiro em dispositivos eletrônicos, jogos, aplicativos e serviços de *streaming*. Essa demanda tem impulsionado o crescimento das indústrias de tecnologia e entretenimento.

Impressionantes, 98% da Geração Z usam mídias sociais, e muitos recorrem ao TikTok para pesquisar produtos *on-line* antes de comprá-los. Além disso, esse grupo demográfico tem duas vezes mais chances de usar carteiras *on-line* e móveis do que o consumidor médio. Esses nômades digitais são capazes de tomar decisões mais rápidas e informadas sobre suas compras, gerando um nível mais alto de envolvimento com as marcas do que nunca.

Tendo crescido cercada por mais diversidade, a Geração Z está desafiando as estruturas sociais tradicionais, com dois terços concordando que os papéis tradicionais de gênero estão ultrapassados. Eles estão comprometidos com a diversidade e inclusão, mesmo que isso não os afete diretamente. A Geração Z está abraçando ativamente diversas expressões de identidade e busca marcas que sejam inclusivas e diversificadas, em sua representação e *marketing*.

Apesar da suposição de que a Geração Z está mais envolvida em questões climáticas do que as gerações mais velhas, a pesquisa da Mintel descobriu que, relativamente, poucos veem isso como característica definidora. No entanto, a pesquisa da Mintel destacou que a Geração Z adotou seu próprio conjunto de comportamentos ecológicos mais modernos. A Geração Z também responsabiliza as marcas por melhorar suas credenciais ecológicas, com 34% concordando que as marcas devem ser boicotadas se não agirem em questões sociais e ambientais.

Os consumidores da Geração Z estão cada vez mais tomando decisões de compra com base em seus valores e crenças ideológicas. O relatório US Gen Z Beauty Consumer da Mintel descobriu que mais de um terço dos adultos da geração Z e 13% dos adolescentes da geração Z não usam marcas que agem de forma antiética, indicando que esta geração está optando por apoiar marcas que se alinham com seus valores éticos. Enquanto mais marcas alavancam sua posição eco ética, há um risco de “lavagem verde”, algo com o qual a Geração Z está sintonizada, com 58% concordando que não acreditam em marcas tradicionais que dizem que são sustentáveis. Para evitar tais acusações, as marcas devem evitar linguagem vaga e oferecer evidências de seus esforços sustentáveis.

No quesito lazer, mais de 70% dos jovens dessa geração preferem gastar seu dinheiro em experiências, como viagens, eventos ao vivo, festivais e restaurantes. Essa busca por experiências únicas tem influenciado a indústria do turismo, com uma demanda crescente por destinos exóticos, turismo sustentável e hospedagens alternativas.

A Geração Z também demonstra um forte desejo de independência e empreendedorismo. Muitos jovens estão aproveitando as oportunidades digitais para criar as próprias marcas pessoais, influenciando suas comunidades *on-line* e monetizando suas habilidades. Eles estão dispostos a investir em educação, treinamento e ferramentas para aprimorar suas habilidades, em áreas como *marketing digital*, *design gráfico* e desenvolvimento de aplicativos.

A Geração Z está redefinindo o consumo, priorizando a sustentabilidade, a tecnologia, as experiências e o empreendedorismo. Os jovens dessa geração estão cada vez mais influenciando o mercado com suas escolhas de consumo conscientes e a demanda por produtos e serviços com seus valores. As empresas que buscam atrair a Geração Z devem adaptar suas estratégias, investindo em sustentabilidade, inovação tecnológica, experiências únicas e oferecendo oportunidades para o desenvolvimento pessoal e profissional dos jovens consumidores.

Esse desejo de autenticidade e moralidade também pode ser visto em outras áreas. Os consumidores da Geração Z estão lutando contra padrões de beleza irrealistas. Eles exigem uma representação mais realista e atingível das marcas e esperam, cada vez mais que, as marcas tirem o estigma das falhas. Além disso, a popularidade do aplicativo de mídia social BeReal é uma prova do desejo da Geração Z por conteúdo autêntico, pois permite que os usuários compartilhem fotos não filtradas em uma janela de dois minutos (*BeReal é um aplicativo de mídia social francês, lançado em 2020. Foi desenvolvido por Alexis Barreyat e ganhou popularidade com a Geração Z no início de 2022*).

É imperativo que as marcas reconheçam a importância da Geração Z como um grupo demográfico crítico com o qual se engajar, especialmente à medida que seu poder de compra e renda disponível aumentam. No futuro, os consumidores da Geração Z esperam cada vez mais que as marcas atuem com autenticidade, comprometam-se com a diversidade, melhorem suas credenciais ecológicas e encantem-nos com conteúdo divertido e experiências digitais únicas.

Parachute Paints: A Tendência Marcante do Inverno 2023

Como incorporar a versatilidade e a energia rebelde das calças parachute em seus looks

Recentemente, a moda presenciou a incrível ressurreição dessa icônica peça de vestuário. O que um dia foi símbolo de rebeldia e individualismo, agora retorna com força total, ganhando popularidade original: *parachute paints*.

As calças *parachute* são, sem dúvida, uma das tendências mais marcantes do inverno de 2023, conquistando os holofotes do streetwear e tornando-se queridinhas dos maiores ícones da moda. Essa peça folgada, feita de materiais maleáveis e esportivos, é a marca registrada do estilo *y2k*, que resgatou elementos da moda dos anos 2000.

O nome desse estilo de calças tão distintivo, que se assemelham às vestimentas do paraquedismo, não é por acaso. As calças paraquedas são propositalmente largas, aumentando a área de contato, e possuem um aspecto corta-vento. Embora se pareçam às calças “cargo” em alguns aspectos, as calças *parachutes* brilham intensamente quando coloridas e nem sempre possuem



Fotos: Teju - Pexels

os bolsos típicos das calças cargo.

A abordagem intuitiva, ao combinar peças tão amorfas e esportivas, é criar um contraste, como usar *cropped*s que mostram bastante pele ou *tops* justinhos. Essa combinação certamente funciona, mas se você deseja aderir ao estilo *hi-lo* (uma mistura de peças de grifes com artigos comuns), as calças *parachute* são a peça-chave para incorporar esse contraste de conceitos, em seu dia a dia.

Enquanto as calças *parachute* transmitem um estilo urbano, esportivo e rebelde, um cardigã texturizado expressa alta costura, feminilidade e delicadeza. Para completar o visual, saltos metalizados e uma bolsinha como acessório adicionam maturidade, em contraposição à energia jovem dessa peça marcante. Aliás, o uso de saltos com calças cargo ou *parachute* é uma das melhores apostas para esse tipo de estilo, especialmente aqueles com amarração.

Em vez de esconder os detalhes do nó,



Fotos: Saul Ticon - Pexels

a escolha mais *fashion* é amarrá-lo sobre a barra da calça. Se você nunca experimentou isso, é hora de tentar: essa técnica, além de ousada, também cria uma “divisão de setores” no corpo, destacando claramente onde termina o tornozelo, o que quebra o padrão amorfo desse modelo. Além disso, essa escolha de calçado cria uma quebra típica do estilo *hi-lo*, que é encorajada na hora de escolher os acessórios. Peças que fogem dos tradicionais combinados com *looks* mais pomposos têm um efeito semelhante. 41

Estamos apostando no movimento contrário, desta vez. Com o mesmo modelo *baggy* e um salto que transmite profissionalismo, maturidade e feminilidade, a escolha de uma combinação de jeans sobre jeans encaixa-se perfeitamente na nostalgia dos anos 2000, combinando com elementos de alta moda presentes na bolsa, joias e óculos. O robusto encontra o delicado, o jovial encontra o adulto.

Se você deseja abraçar totalmente a *vibe* das calças *parachute*, vá em frente e descubra.



Fotos: Freepik



Fotos: Freepik

Fotos: Freepik



Pais e Filhos

Uma relação de confiança e limites

Sabemos que o relacionamento entre pais e filhos deve ser baseado na confiança. Essa é a indicação de profissionais, para que, além do afeto, o respeito também seja estabelecido.

É aí que entra a questão: pais devem supervisionar o celular dos filhos? “É de total responsabilidade dos pais cuidar e orientar os filhos sobre o que acessam. Até porque, judicialmente, eles podem ser responsabilizados por qualquer atitude que seja caracterizado crime, nesse contexto”, orienta a psicopedagoga Priscilla Collalto Pavanelli.

Por isso, é necessário atenção e cuidado na relação entre pais, filhos e celulares/intimidade. “Vivemos atualmente uma “moda” de educar filhos apenas com diálogo e amizade. Claro que essas ideias surgiram, com a intenção de

reavaliar a educação que tínhamos, baseada na agressão física e autoritarismo. Porém, a percepção que tenho, em consultório, é que muitos pais não conseguem encontrar o equilíbrio entre as duas linhas. Penso que ter comunicação com os filhos e um diálogo aberto é essencial. Mas as regras devem vir dos pais: eles são a voz de autoridade dentro de casa. Os responsáveis devem estipular tempo e conteúdos que podem ser vistos”, destaca a profissional.

Por isso, é importante ressaltar até que ponto é permitido ou “legal” checar o que os filhos estão vendo? “É dever legal dos pais educar os filhos. Dever não quer dizer que possuem somente o direito, mas a obrigação. Essa educação deve ser estendida ao mundo virtual. O Código Civil Pátrio registra em seu artigo nº1.634 que: Art. 1634. Compete aos pais, quanto à pessoa dos filhos menores:

I. Dirigir-lhes a educação e criação. Os pais respondem na esfera cível pelos atos praticados pelos filhos. Caso o adolescente venha a ferir a honra de um terceiro, o ofendido poderá buscar o desagravo pelo ato contra os pais, podendo assim serem responsabilizados também pela reparação civil”, salienta Priscilla.

Fonte: jusbrasil

Então, vemos o seguinte, quando algo não vai bem: “Sentar e colocar as regras. Os pais podem, sim, dar espaço aos filhos, nestas situações. No entanto, neste diálogo precisa ficar claro que não é sobre confiar ou não confiar, mas sobre o papel dos pais na formação deles e isso inclui o que fazem na vida real e dentro da virtual, também. Pais estão formando filhos e não se podem esquecer disso”, finaliza a entrevistada.



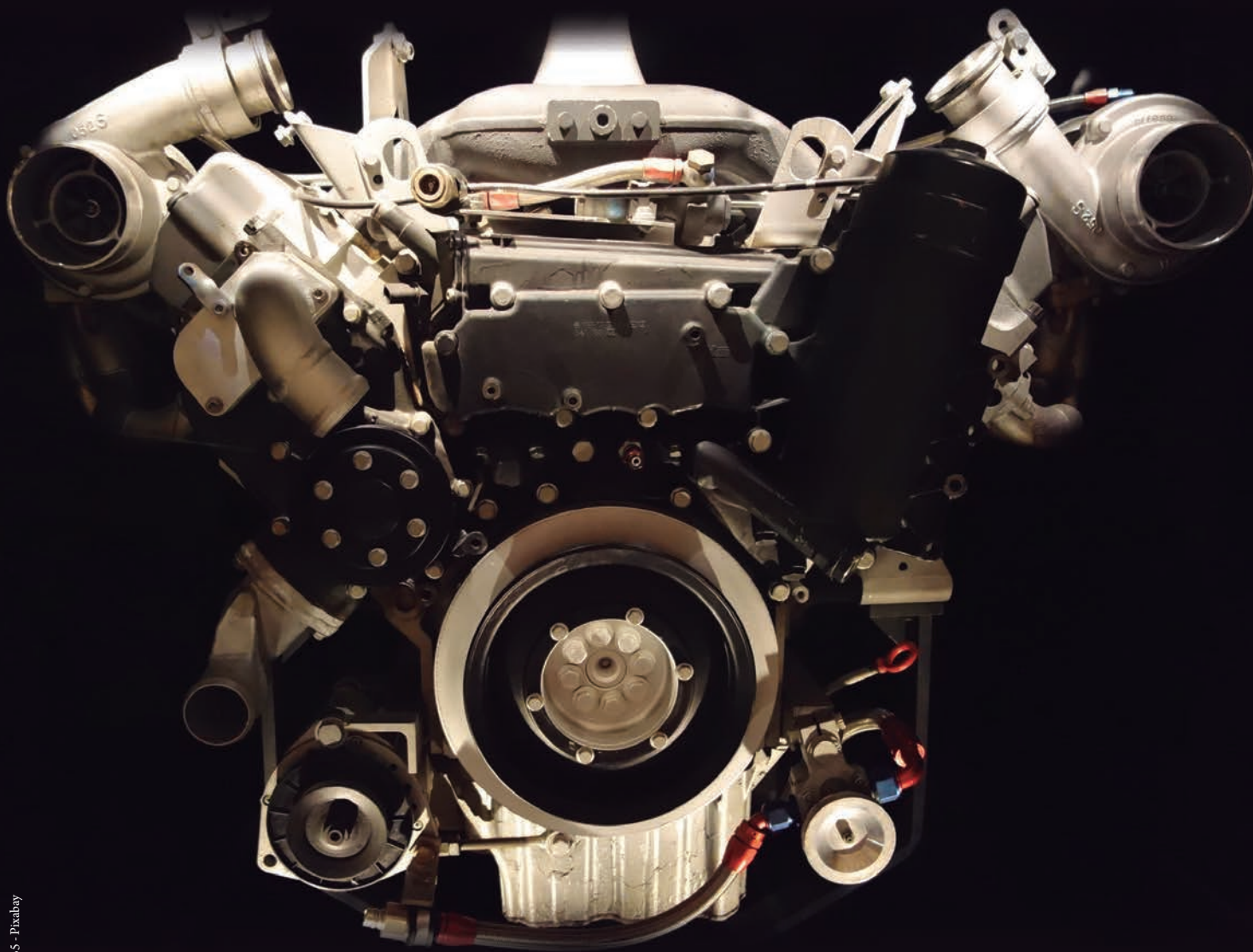
onde ideias...
tomam forma...
cores... e vida...

Elmec
Comunicações

 Elmec
comunicações

Rua 7 de Setembro, 270 | Tatuí/SP
www.elmeccomunicacoes.com.br
contato@elmeccomunicacoes.com.br
f /camargoelmec | elmeccomunicacoes
📞 (15) 99789-5267/3259-7014/3259-4543

AUTOS & CIA





Equinox: o SUV de R\$ 238 mil da Chevrolet

Com mais de 2,70 de entre-eixos, veículo une espaço e muita tecnologia

O segmento dos veículos utilitários esportivos (SUV, na sigla em inglês) é um dos mais disputados da indústria automobilística e caiu no gosto do brasileiro, assim como de boa parte dos consumidores pelo resto do mundo.

Em nosso país, existem inúmeras opções de SUVs, que atendem praticamente a todos os gostos (e bolsos dos consumidores). O Chevrolet Equinox é o modelo da montadora americana que traz boas soluções tecnológicas, além de um bom espaço interno, proporcionado pela distância entre-eixos de 2,72m e uma largura de 1,84, além do porta-malas de 468 litros de capacidade. Como se pode notar, não é um carro pequeno; mesmo assim, oferece boa dirigibilidade e um consumo razoável para um veículo deste tamanho.

Na versão *Premier*, o carro vem com motor 1.5 turbo e tração integral, que pode ser acionada por um botão, no console. Em termos de *design*, o Equinox tem a grade imensa cromada que faz a ligação entre os faróis que são *Full LED*, com projetores *DRL* e ainda farol de neblina em *LED* e sensores frontais. Um friso cromado envolve a área envidraçada do carro na lateral.

Para quem não gosta de cromado, a versão *RS* traz a grade escurecida, garantindo um visual mais esportivo. O carro também vem com rodas de aro 19 e pneus de perfil baixo, que pro-

porcionam boa dirigibilidade, principalmente para quem gosta de uma tacada mais esportiva.

A tecnologia já começa no ato de abrir e fechar o carro. Sensores identificam a chave no bolso do motorista e tudo que ele precisa fazer é tocar a maçaneta para abrir ou fechar. No porta-malas, sensores permitem que você abra a porta com um movimento do pé (sem precisar colocar as compras no cão) ou apertando um botão na chave, além, é claro, do botão na tampa do porta-malas. E se você é do tipo que leva muita coisa, ainda tem o *rack* em cima do teto, que, por sua vez, é panorâmico.

E você ainda tem mais espaço escondido sob o tapete do porta-malas, que serve mais para você guardar objetos mais sujos ou valiosos, se você quiser esconder alguma coisa, e abaixo disso, está o estepe temporário. Há ainda a possibilidade de você abaixar o banco traseiro parcial ou totalmente, o que faz o Equinox ficar com mais de 1.600 litros de capacidade.

Graças ao entre-eixos de mais de 2,70, o carro possui um bom espaço interno, proporcionando conforto para quem vai atrás, com ar-condicionado e duas entradas *USB* e uma tomada de 12 volts. Mesmo sendo um carro com tração nas quatro rodas, o Equinox não possui aquele túnel característico, que toma espaço de quem vai atrás, o que aumenta o conforto.

O painel tem várias superfícies diferentes, plástico rígido, sim, mas tem um acabamento que parece emborrachado, o que dá uma sensação de qualidade.

O acabamento em couro é muito bonito. O visual é completado pelo volante multifunção, usado também no cruze: no lado esquerdo, você tem controle de piloto automático, assistência de permanência em faixa e o controle da distância do carro da frente, que funciona junto com o sistema de anticolisão, já no lado direito, tem controle de telefonia e modos do computador de bordo, que é bem na sua frente.

A tela colorida é compacta mas bem funcional, junto com mostradores analógicos de velocidade, de giros do motor, temperatura do motor e capacidade do tanque, ao lado temos o *my link* de 8 polegadas que é carregado de aplicativos. Você pode instalar aplicativos nele como *Spotify* e até *Alexa*, e tem *Wi-Fi* e internet. O Equinox também possui botões físicos que ajudam no controle, por exemplo, do ar-condicionado *dual zone*, além de carregador de celular por indução, além de entradas *USB*. O sistema de som *Premium* também merece destaque.

O motor 1.5 turbo de 4 cilindros, movido apenas à gasolina, gera 172 cavalos e 27,8 kg de torque, disponível muito cedo, a dois mil giros, ou seja, o carro é muito vivo e acoplado a ele e um câmbio de 6 marchas automático tradicional, presente apenas nesse carro.

Por essas qualidades, o Equinox é um sério candidato a roubar uma fatia do mercado de seus concorrentes.

Nova geração da Ford Ranger é apresentada na Agrishow

Picape está mais parecida com a irmã maior; a F-150



A nova geração da Ford Ranger foi apresentada na Agrishow, em Ribeirão Preto, a maior feira do setor, no país. A Ranger está ainda mais parecida com a sua irmã maior, a F-150, um fenômeno de vendas, nos Estados Unidos.

A nova geração, que deverá chegar ao mercado no segundo semestre deste ano, possui câmera de visão 360°, faróis de LED e motor V6 3.0 turbo diesel, que estreou na F-150 há alguns anos e deixou de ser oferecido, nos Estados Unidos, mas foi trazido para a Ranger, junto com o câmbio automático de 10 marchas, presente em todas as versões da picape,

assim como o novo sistema de tração 4x4, com acionamento eletrônico e reduzido. As versões mais caras terão um diferencial central para acionar o sistema automaticamente, conforme as condições do terreno.

Outra novidade é o sistema de modos de condução com seis configurações (Normal, Econômico, Reboque, Escorregadio, Lama e Areia). O recurso altera os parâmetros do acelerador, câmbio, tração, freios e controle de tração, de acordo com a condição de rodagem. O modo Reboque, por sua vez, prioriza as marchas mais fortes em subidas ou aciona o freio-motor para auxiliar as frenagens em descidas.



2000m² de Terreno
415m² de Área Construída

1837m² de Terreno
468m² de Área Construída



1000m² de Terreno
450m² de Área Construída



1000m² de Terreno
310m² de Área Construída



Oportunidades de negócios!

Um destes lindos imóveis, na Colina das Estrelas, em Tatuí, pode ser seu!

Informações:

camargoelmecempreendimentos@gmail.com

15. 3259-4543/ 99789-5266

/Camargo Elmec

/camargoelmec

Cuidados com o motor do seu carro, no inverno

Em dias muito frios, a bateria do carro elétrico pode ter autonomia reduzida



Fotos: Standret - Freepik

O inverno chegou! Mesmo com a previsão de um El Niño mais forte e atuando para manter a temperatura acima da média para o período, os dias ficarão mais frios, principalmente no Sul do país. Por isso, é bom tomar alguns cuidados para evitar surpresas na estação mais fria do ano.

A tecnologia faz a parte dela. Desde a chegada da injeção eletrônica, você não precisa mais ficar longos minutos com o carro ligado para o motor aquecer, ou puxar o afogador (que por sinal nem existe mais). Coisas que certamente seus pais e avós fizeram em um passado não muito distante.

Com o avanço dos motores elétricos e híbridos, aqui seguem algumas dicas para enfrentar os dias mais frios. Neste caso, a dica é só dar partida no carro com todos os equipamentos elétricos desligados, como o ar-condicionado e o rádio, por exemplo.

Como a grande maioria dos carros, hoje, possui a injeção eletrônica – sistema de alimentação de combustível e controle eletrônico do motor que substitui os carburadores e melhora a performance dos automóveis, mesmo nos dias ou temporadas mais frias, não há necessidade de ligar o seu carro por alguns minutos antes de sair, com o objetivo de aquecer o motor. Em modelos de carros mais antigos, ou naqueles que não possuem injeção eletrônica, é aconselhável deixar o motor aquecendo por alguns minutos, antes de sair de casa.

Assim como acontece com os carros movidos à combustão, não é necessário aquecer o motor de um veículo elétrico ou híbrido, antes de sair. Em temperaturas bastante baixas, e aqui estamos falando do termômetro indicando abaixo de zero, a autonomia de um veículo movido à bateria pode sofrer uma redução, segundo testes realizados em países como Suécia, Noruega ou Canadá. Mas, no Brasil, isso muda pouco. Então, não se precisa preocupar.

Atualmente, grande parte dos veículos mais novos já vêm equipados com um sistema de

partida a frio, ou seja, ele esquenta o motor do carro enquanto você o dirige. Em poucos minutos, o motor e as partes móveis do seu veículo já atingem a temperatura ideal.

Não importa se você abasteceu o seu veículo no inverno com etanol, gasolina ou diesel; a temperatura externa não afeta consideravelmente o sistema de injeção eletrônica, no momento de aplicação do combustível no motor.

Uma prática comum, por sua vez, em épocas mais frias, principalmente em regiões como o sul do Brasil, e que não é prejudicial aos veículos que possuam motor *flex*, é adicionar um pouco de gasolina na hora de abastecer o carro com etanol. Pode-se colocar até 20% de gasolina, no momento de completar o tanque. Isso será o bastante para ajudar a vaporizar o etanol e facilitar a partida do motor.

Atenção

Contudo, um ponto de atenção aqui é o sistema de partida a frio. Atualmente, a maioria dos carros não utiliza mais o sistema com “tanquinho”. No entanto, se o seu automóvel trabalhar dessa maneira, uma boa prática é abastecê-lo com gasolina, trocando-a a cada três meses (no caso da gasolina comum) ou a cada seis meses, se for colocada a gasolina *premium*.

Caso a gasolina do “tanquinho” do seu carro tenha passado do prazo de validade, esvazie o recipiente e substitua por um novo combustível, logo em seguida. Deixar o tanquinho vazio pode ressecar e rachar, não só ele, como também as mangueiras injetoras.

Cuidados com a bateria do carro no frio

A bateria é um dos componentes do seu automóvel que demandam mais cuidados, durante o inverno. Com o passar do tempo, ela naturalmente perde a capacidade de “segurar” energia elétrica dentro dela. E isso pode ser mais sentido nos dias frios, pois o óleo torna-se mais denso, necessitando do motor ainda mais energia (vinda da bateria) para dar partida. Por isso, a dica aqui é manter a manu-

tenção da bateria do seu carro sempre em dia, principalmente quando os períodos mais frios do ano aproximam-se.

Atenção ao óleo e filtros de óleo

Em dias mais frios, o óleo do motor torna-se ainda mais importante para um bom funcionamento do carro. Por precaução, leia com atenção quais são as recomendações do fabricante do óleo de motor que você utiliza. E, caso precise trocá-lo para o inverno, escolha os óleos menos viscosos, pois eles lubrificam melhor o motor do carro depois que a partida for dada. Os filtros de óleo também precisam de atenção especial. Certifique-se de que eles estejam em bom estado e assim ajudem o motor a ter um melhor desempenho.

Ar-condicionado

Mesmo que, na maioria dos casos, você não precise ligar o ar-condicionado do carro, no inverno, é recomendado acioná-lo pelo menos duas ou três vezes ao mês, durante alguns minutos. Quando você liga o ar-condicionado a cada uma semana ou dez dias, está contribuindo para evitar a proliferação de bactérias e evitando o ressecamento dos componentes do sistema.

Além disso, devido à baixa demanda por manutenções de ar-condicionado veicular no inverno, essa é boa época para aproveitar preços mais baixos e trocar os filtros do ar, além de realizar uma revisão geral, no sistema.

Finalmente, fique de olho na pressão dos pneus. Durante o inverno, pelo fato de as temperaturas estarem mais baixas, o ar torna-se mais denso e condensado, não apenas no ambiente como também no interior dos pneus do seu veículo. Isso significa que eles podem perder pressão mais rapidamente. É importante ficar de olho na calibragem dos pneus, incluindo o estepe, com mais frequência do que é feito em outras estações. Uma dica é checar semanalmente, durante a temporada de inverno.

Tradicional Bolinho de Frango dos Ramos

Pense num “trem bom”! É o tradicional bolinho de frango, da nossa região. Há alguns segredinhos que vamos compartilhar com você, caro leitor. Marcelo Coelho, colaborador há 7 anos da tradicional Barraca dos Ramos, na festa do Lar São Vicente de Paulo de Tatuí, recebeu-nos, juntamente com o fundador e idealizador da barraca, Luiz Carlos Ramos para ensinar-nos o passo a passo dessa saborosa iguaria. Por isso, já separe todos os ingredientes, coloque, literalmente a mão na massa, e bom apetite!!! Ao preparar essa delícia, compartilhe e marque-nos em nossas redes sociais (@revistahadar). Nós, da Revista Hadar, provamos e aprovamos! “Bora lá”?

Ingredientes:

Preparo da Massa:

- 1 kg de farinha de milho
- 40% de batata cozida e amassada
- Sal a gosto
- Salsinha
- Cebolinha

Preparo do caldo que será acrescentado à massa:

- 2 peitos grandes de frango com osso
- 3 colheres (sopa) de tempero alho/sal
- Manjericão
- Manjeronna e Alfavaca a gosto
- ½ cebola para o molho
- 2 tabletes de caldo de galinha (nesse caso foi usado Knor)
- 10 litros de água para o cozimento, até cobrir

Preparo do recheio:

- 2 cebolas médias picadinhas
- Colorau a gosto
- Peito cozido no molho, ao ponto de desfiar com o garfo (veja as orientações no Modo de Fazer)

Modo de fazer:

Caldo para a Massa do Bolinho:

1. Em uma panela sem pressão, cozinhe o frango e acrescente os temperos e ingredientes à fervura (quantidade a gosto).
2. Cozinhe até os peitos ficarem macios, a ponto de desfiar com o garfo (esse é um dos segredos). O tempo médio de cozimento é de 2 a 3 horas, dependendo do fogo. Se o frango desfiar facilmente com o garfo, é porque chegou no ponto certo de cozimento.
3. Enquanto o frango cozinha, prepare a batata, amasse-a bem e reserve, para incluir no preparo da massa.

Massa do Bolinho:


1. Acrescente o caldo pronto aos poucos na farinha e sove a massa até senti-la consistente.
2. Adicione óleo vegetal (normal, de cozinha) na massa para hidratá-la e evitar que a massa grude nas mãos (esse não desmanchar e a massa não ressecar).
3. Acrescente à massa reservada, os 40% das batatas cozidas, sem casca, já amassadas, e misture na farinha de milho.
4. Com a massa pronta, adicione salsinha e cebolinha e misture bem.



Modo de fazer o recheio:

1. Desfie o frango e refogue-o na panela com óleo e cebola. Adicione a cebola picada e refogue.
2. Quando o frango estiver refogado e úmido, acrescente o colorau e mexa até obter a cor avermelhada. Desligue o fogo e adicione cebolinha e salsinha.

Montagem do Bolinho de Frango:

1. Faça bolinhas médias com a massa e, com o dedão, amasse ao meio, acrescente uma colher de recheio e feche.
2. Frite em óleo bem quente e numa quantidade generosa, para que o bolinho fique totalmente imerso no óleo (essa dica vai deixar o bolinho sequinho por fora e úmido e saboroso por dentro).

Quer ver sua receita aqui, nas páginas da Revista Hadar? Mande um e-mail para: jornalismo@revistahadar.com.br ou mensagem, através do  (15) 99789-5267

 /hadar.tatui |  /revistahadar

e seja o próximo a brilhar com a gente!







TAMBELLI 75 ANOS
PASTELARIA E LANCHONETE

Pastel quentinho

Sem sair de casa! É só pedir que **a gente entrega!**

Peça pelo:



Disponível:




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

 Pastelaria Tambelli  pastelariatambelli

CONSTELAÇÃO:



01 - Gilda, Virgínia, Bernadete, Luíza, Cláudia, Carla, Ana Paula, Rose e Maristela, encontro dos “Amigos para Sempre”, Restaurante Rauscher, Centro Hípico Tatuí; 02 - Luciano, Cassiano, Carolina e Neka, inauguração da Choperia São Bento, Tatuí; 03 - Banda Hereditários, encontro de motos Grupo Corvos MC, Pesqueiro Abobrinha, Quadra; 04 - Cristiano, Marcelo, Amanda e Alexandre, *Workshop + Networking* (Síndrome do *Burnout*), Doceria Pingo Doce, Tatuí; 05 - Fábio e Rogério, Festa do Bemfica, Praça da Matriz, Tatuí; 06 - Josieli, Adriana, Nathália, Clóvis e Marli, Festa Junina da APAE, Boituva

O FUSSTAT capacita pessoas e gera renda a muitas famílias.



- 6 Núcleos de Capacitação;
- Mais de 40 Cursos disponíveis;
- Mais de 1500 pessoas capacitadas desde abril de 2022.

Em breve **novos cursos.**

Kit Maternidade | Kit Costura | Novidades na Cozinha

Além dos cursos de capacitação, o FUSSTAT realiza dezenas de ações sociais em prol dos mais necessitados.



Informações: 15 3305-3408 - Praça Martinho Guedes, 12



07 - Barraca do Rotary Club de Tatuí, Festa da Caridade, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí; 08 - Flávio e Andrea, Thunder Remember, A. A. XI de Agosto, Tatuí; 09 - Neto, Helena, Tatiana e Lupércio, niver 15 anos Helena, Chácara Aroeira, Bairro Enxovia, Tatuí; 10 - Eliane, Belina e Mirian, coleção Outono/Inverno, Espaço Marilsa Gigo, Tatuí; 11 - James, William, Claudio e Sérgio, encontro dos "Amigos para Sempre", Restaurante Rauscher, Centro Hípico Tatuí

GHS

Segurança do Trabalho | Combate a Incêndio
Negócios Integrados

CLCB
AVCB
PGR/PPP
Treinamentos da NR 10, 33, 35 entre outros
PCMSO
Avaliações Ambientais
Perícias
Laudo de Caldeiras

Elmec

Rua XI de Agosto, 605 | Centro | Tatuí/SP

GHS - Serviços de Engenharia em Segurança do Trabalho e Combate a Incêndio

www.ghsenhariaast.com.br

15 99144-8747 / 15 98191-1248



12 - Moisés, Ivonete e Daniela, inauguração da Choperia São Bento, Tatuí; 13 - Jussara, Kety e Renata, Festa do Bemfica, Praça da Matriz, Tatuí; 14 - Niver 15 anos Helena, Chácara Aroeira Enxovia, Tatuí; 15 - Luciano e Mônica, Workshop + Networking (Síndrome do Burnout), Doceria Pingo Doce, Tatuí; 16 - Michele, Luiz Carlos e Antonella, Festa da Caridade, Asilo Tatuí



Coleção Outono/Inverno 2023



Faça seu pedido!

Atendemos em domicílio

✉ tati.covre@bol.com.br

WhatsApp (15) 99759-5349

f Taty moda e Acessórios



17 - Adriana e prefeito Miguel, Festa da Caridade, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí; 18 - Daniela e Fabrício, inauguração da Choperia São Bento, Tatuí; 19 - Dante e Tânia, Festa da Caridade, Lar São Vicente de Paulo, Tatuí; 20 - Simone e Ricardo, encontro dos "Amigos para Sempre", Restaurante Rauscher, Centro Hípico Tatuí; 21 - Micheli, Hamilton, Cris, Fabiana, Marcelo, Valério, Cristiano e Neto, *Workshop + Networking (Síndrome do Burnout)*, Doceria Pingo Doce, Tatuí



Bolos do Mês



Com amigos, a vida é sempre compartilhada.
Até mesmo os bolos da Sodiê Doces!

20 de julho
Dia do Amigo!



www.sodiedoces.com.br
f /Sodiê Doces

Rua José Bonifácio, 703 - Centro - Tatuí/SP
(15) 3259-1223



COMENDADOR

Sempre o melhor para você!

O inverno fica muito mais quente nas conveniências da

REDE COMENDADOR



Beba com moderação. Venda proibida para menores de 18 anos.