

agosto 2015 ano 13 número 148

MENSAL - DISTRIBUIÇÃO ONDE HÁ CIRCULAÇÃO

ITU • SALTO • INDAIATUBA

REVISTA

REGIONAL

12
ANOS

www.revistaregional.com.br

INVERNO 2015



GIANE

Em entrevista especial,
Gianecchini fala sobre carreira,
censura e boa forma

Tocha Olímpica
passará
pela região

viagem

Uma aventura
pela cidade
perdida dos Incas

saúde

Conheça a
síndrome do
esgotamento
profissional

Papo de homem

Caderno traz tudo sobre
o universo masculino,
dicas e homenagem
ao Dia dos Pais





MÊS DOS PAIS PRIME

+ VANTAGENS

para você

+ PRESENTES

para o seu pai

Com o cartão Plaza Prime, seus pontos viram presentes especiais para deixar o seu pai feliz da vida!

Confira o catálogo especial para o Dia dos Pais.



Se você ainda não é cliente Plaza Prime, cadastre-se no balcão de atendimento e conheça os benefícios.


Plaza
SHOPPING *Ita*

KIA SORENTO: você já merecia um carro assim. Ainda mais por esse preço.



De: R\$ 114.900,00

▶ Por: R\$ **109.900,00**

À vista + frete Cod. S.263



Câmbio automático de 6 velocidades com trocas sequenciais. Motor 2.4 L com 174 cv



Bancos revestidos de couro, rádio CD/MP3 player com controle no volante, entrada auxiliar e USB



Sensores de estacionamento dianteiro e traseiro. Acendimento automático dos faróis, rodas de liga leve aro 18"



Sistema de som e piloto automático com controles no volante, ar-condicionado automático digital Dual Zone



Sorento código S.263.45, preço público sugerido de R\$ 114.900,00 por R\$ 109.900,00 à vista, com bônus aplicado de R\$ 5.000,00. Para outras praças, consulte a concessionária local. Condições válidas até 31/8/2015 ou término do estoque, o que ocorrer primeiro.

www.kia.com.br
0800 77 11011



Vá a uma concessionária e faça um test-drive.
Últimas unidades em promoção.

SORENTO 2015



The Power to Surprise

Estoque de 10 unidades para o veículo Sorento código S.263.45. Valor do frete não incluso. Frete de R\$ 1.500,00 para a Grande São Paulo.

Todos juntos fazem um trânsito melhor.

deca 

Estilo e praticidade
em louças e metais



Liquid

ITU - MEGA LOJA - RUA PARQUE DO VARVITO, 100 - BAIRRO ALTO - FONE: (11) 4013.7000

ITU - AV. TIRADENTES, 271 - ALTOS DA VILA NOVA- FONE: (11) 4013.9500

INDAIATUBA - AV. FRANCISCO P. LEITE, 3057 - REC. CAMPESTRE JÓIA (PRÓX. AO SESI) - FONE: (19) 3936.8850



PADOVANI
MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO



BOUTIQUE DO LAR





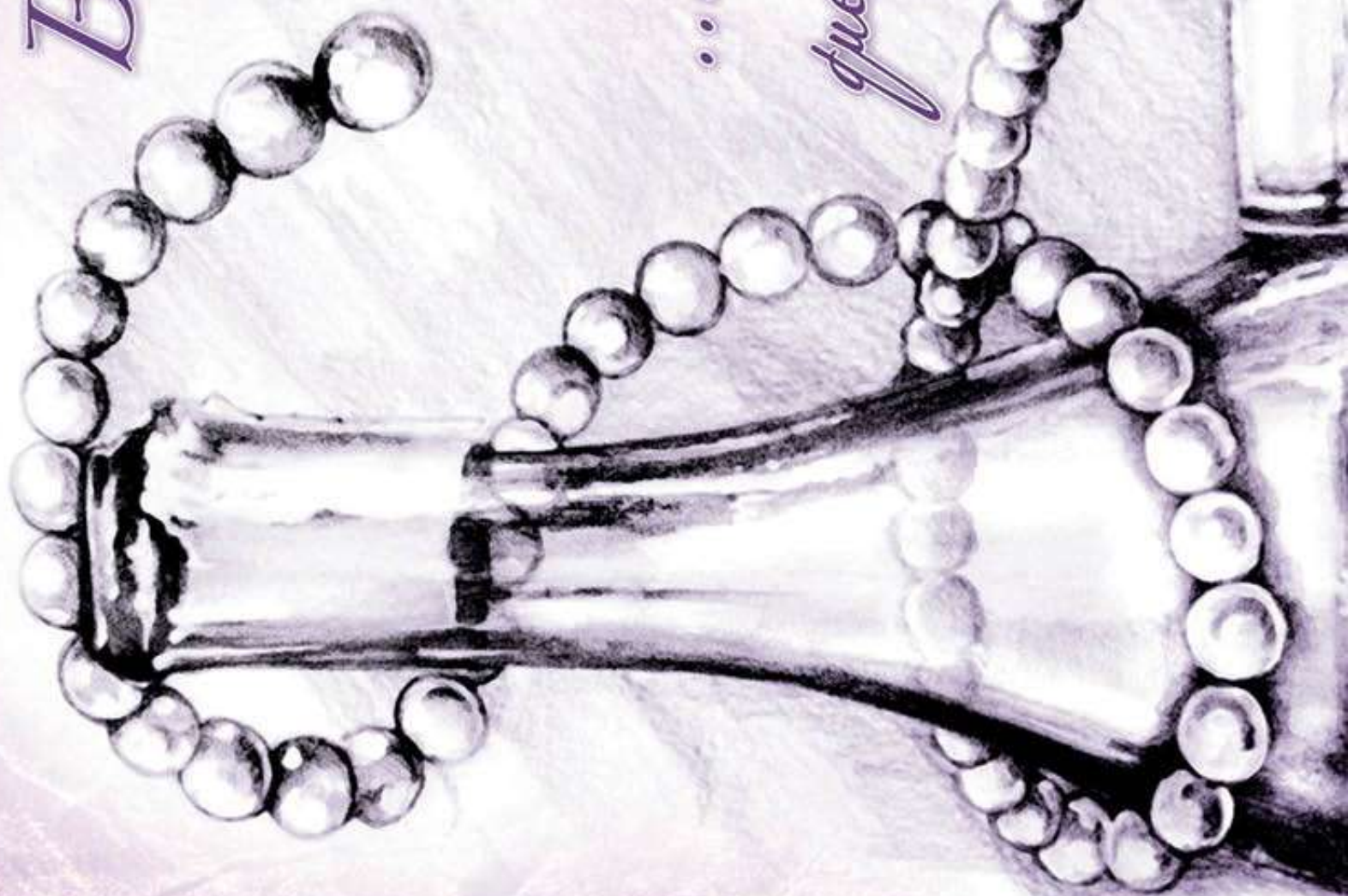
BACCIA TOSDA

R- 15 de Novembro nº 400, Centro - Indaiatuba - SP - 19 - 3894 6052

Bodas de Pérola

*30
anos*

*... E a melhor parte é saber
que ainda tem muito por vir!*



Botica
Lírio D'água[®]
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO E HOMEOPATIA

Uma vida dedicada à sua



30 Anos
1978 - 2008

Botica
Lírio D'água[®]
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO E HOMEOPATIA

Rua Santa Rita, 1471, Centro - Itu - SP
(11) 4022-7655
www.liriodagua.com.br



VENHA CONHECER A **HOME DECOR**, LOJA DE SOLUÇÕES INTELIGENTES.
ARMÁRIOS PLANEJADOS DE FABRICAÇÃO PRÓPRIA.
MÓVEIS, ESTOFADOS E DECORAÇÃO.
PROJETOS EM MADEIRA PARA PERGOLADOS, DECKS E ÁREAS EXTERNAS.



Avenida da Saudade, 234, Padre Bento - Itu/SP
(11) 2715-7334 | (11) 2715-7335
Envie seu projeto: vendas@homedecoritu.com.br
www.homedecoritu.com.br

Home
Decor
ITU



Genat



Filiado à

FECOMERCIO SP
Representa muito para você.



SINCOMERCIO

50 anos

JUBILEU DE OURO

**2015: TEMPO
DE CELEBRAR
50 ANOS DE
TRABALHO EM PROL
DO COMÉRCIO
DA NOSSA REGIÃO**

Em 2015, o Sincomercio comemora seu Jubileu de Ouro, completando 50 anos de serviços prestados aos comerciantes das cidades em que atua. Nestas cinco décadas, o Sincomercio vem sendo considerado uma das entidades mais atuantes do Estado de São Paulo graças ao reconhecimento de seus trabalhos prestados nos municípios de Itu, Salto, Porto Feliz, Cabreúva, Araçoiaba da Serra, Boituva, Capela do Alto, Cerquilha, Iperó, Piedade, Pilar do Sul, Pirapora do Bom Jesus, Salto de Pirapora, Santana de Parnaíba, Tapiraí e Votorantim.

O Sincomercio tem orgulho de representar e defender os interesses dos comerciantes varejistas de sua região, através da representação patronal nas convenções trabalhistas e na prestação de serviços como assessoria jurídica, cursos e treinamentos, além de oferecer diversos benefícios a seus associados por meio de parcerias estrategicamente traçadas.

Trabalhamos juntos na conquista da excelência, praticando um sindicalismo de resultados.



Tratamento da foto: Fernanda Leite



Oliver

Seu ambiente, sua marca



Sala de Almoço/Campinas Decor
Projeto: Graça Gargantini e
Letícia Junqueira
Foto: Leandro Farchi

Av. Conceição, 242 - Cidade Nova II - Indaiatuba
Fones: (19) 3834-2156 // (19) 3834-5868

www.olivermoveis.com.br



Oliver oferece coquetel para seus clientes, amigos e parceiros no Shopping Iguatemi

No dia 29/06 a OLIVER, Apoiadora da Campinas Decor, ofereceu um coquetel para seus clientes, amigos e parceiros no Shopping Iguatemi. Foi reunido público das cidades de Indaiatuba, Itu, Campinas, Jundiaí e São Paulo! Na ocasião, a OLIVER presenteou as profissionais que fizeram parceria nesta edição da Mostra e também todos os convidados receberam um belo presente personalizado! Com um coquetel de primeira linha e um selete público, a noite, sem dúvida, foi um sucesso!

REVISTA REGIONAL

Ano 13 - número 148
AGOSTO-2015

DIRETORES

Renato Lima e Zeca Almeida

EDITOR RESPONSÁVEL

Renato Lima - MTb: 27.188 - revista.regional@uol.com.br

DIRETOR EXECUTIVO

Zeca Almeida - editoraclipping@uol.com.br

PROJETO GRÁFICO

Fernanda Leite - fermli@terra.com.br

ASSESSORIA JURÍDICA

Marcos Alexandre Bocchini OAB/SP-163.641

COLABORADORES DESTA EDIÇÃO

Reportagens: Aline Queiroz, Ester Jacopetti, Gisele Scaravelli e Laise Corti

Artigo: Dominique Magalhães e Marcos Pardim



NOSSA CAPA

foto: Reynaldo Gianecchini em foto de TV Globo/Divulgação

ABRANGÊNCIA

Cidades: Itu, Salto e Indaiatuba

Circulação: a Revista Regional é distribuída gratuitamente de forma dirigida aos condomínios residenciais e comerciais selecionados de Itu, Salto, Porto Feliz e Indaiatuba; Plaza Shopping Itu; bancas e pontos comerciais credenciados

SITE

www.revistaregional.com.br

Editor do site: Renato Lima

Atualização: Felipe Rubinato

Criação e manutenção: Orion Internet e Multimídia

COMERCIAL

Diego Ferreira Julio, Marcio Lima, Nice Viana e Sergio Nogueira



Revista Regional é uma publicação mensal da Editora Clipping Comunicação Ltda.

REDAÇÃO E PUBLICIDADE

Endereço: Rua Albuquerque Lins, 415, Centro, Salto/SP, Cep: 13.320-340

Telefones: Salto e Itu: (11) 4028-3128 / (11) 4021-3655

Indaiatuba: (19) 98202-1988

A Revista Regional não se responsabiliza pelos conceitos emitidos nos artigos assinados, bem como pelas informações, imagens e promoções divulgadas nas publicidades, que são de responsabilidade dos próprios anunciantes. É proibida a reprodução total ou parcial de textos, fotos, peças publicitárias criadas pela Revista Regional ou ilustrações por qualquer meio, sem prévia autorização por escrito dos editores (Lei de Direitos Autorais nº 9610/98).

A revista está registrada sob nº 15.367 no cartório de Registro de Imóveis, Títulos e Documentos e Civil de Pessoa Jurídica.

"O Senhor é meu refúgio. Fizeste do Altíssimo a tua morada. Nenhum mal te sucederá, nenhuma praga chegará à tua tenda. Porque aos seus anjos dará ordens a teu respeito, para que te guardem em todos os teus caminhos". (Salmos, 91). Santa Rita roga por nós.

selo de papel
sustentável

REFERÊNCIA EM ALTA DECORAÇÃO NO INTERIOR PAULISTA

Mobiliário
e objetos.

Marcas nacionais
e importadas.

Showroom
com 1.200M2.

prosa



Rua Humaitá, 873

Centro | Indaiatuba | SP

T 19 3894 6688 | decoratto.com.br

decoratto

vitrine
decoratto

20
15



9 AMBIENTES | 9 PROFISSIONAIS | 1 MARCA

Anderson Leite | Mariana Trinca | Katia El Badouy | Renata Siqueira | Luiz Pontes
Ana Paula Pazian | Cristiane Barnabé | Alessandro Oliveira | Tatiana Benedetti

20 ANOS DE DECORAÇÃO E CRIATIVIDADE.

A Decoratto completa 20 anos como referência em alta decoração no interior paulista. Para celebrar esse momento único, convidamos nove profissionais para criação de nove ambientes memoráveis. Visite a mostra Vitrine Decoratto e leve mais inspiração para sua casa.

Rua Humaitá, 873 | Centro | Indaiatuba | SP | T 19 3894 6688 | decoratto.com.br

 decoratto



26 Regionais
28 Plural

CULTURA

30 Concerto Internacional de
Música Barroca em Itu
32 50 grandes fotografias da
National Geographic



89

34 Agenda

DIÁRIO DE VIAGEM

36 O encontro na cidade
perdida dos Incas

PAPO DE HOMEM

40 Conversa – Reynaldo
Gianecchini
44 Universo masculino
56 Passarelas
59 Tem que ter no
closet do homem
60 Perfumes para cada estilo
61 Barba e bigode!
62 Dos 50 aos 75 anos, a
importância do PSA

64 Dieta e exercício:
a dupla perfeita

66 Vitrine

68 Dia dos Pais

MODA

72 Turistas em Florença
76 Passarelas

82 Clips

CASA

84 Sala quente para o inverno
89 Garimpo

VIDA

92 No limite!
100 Bem estar
101 Circulando
114 Literários

SAAE EM AÇÃO

É a Prefeitura de Indaiatuba e o SAAE, trabalhando sério por Indaiatuba.

As ações para ampliar e melhorar nossos sistemas não param.

Já estão **prontos 5 novos reservatórios** de água tratada, ampliando ainda mais nossa capacidade de armazenamento. São os reservatórios da Morada do Sol, Lauro Bueno de Camargo, Vila Avaí, Mato Dentro e Recreio Campestre Joia.

Mais 4 reservatórios serão construídos em breve e muitas obras ainda estão em andamento e vão garantir qualidade e um abastecimento contínuo para o futuro de Indaiatuba.

Ampliação
de reservação
de água tratada
de 30 para

56,3
milhões
de litros



www.saae.sp.gov.br
SAAE.Indaiatuba

Prefeitura e Saae garantindo água para o futuro de Indaiatuba.

0800 77 22 195
(24 horas de plantão)



QR CODE
ACESSE A
REVISTA
DO SEU
CELULAR

REVISTA REGIONAL

agosto/2015

www.revistaregional.com.br

ACESSE CONTEÚDOS EXCLUSIVOS EM NOSSO SITE



PERFUMES PARA O INVERNO

O inverno chegou e escolher o perfume que combina com os dias frios é a melhor forma para ficar mais cheirosa e arrasar nesta estação. O melhor é investir em perfumes mais doces, intensos e densos. Para isso, Regional fez uma seleção de perfumes ideais para usar e abusar na estação mais fria do ano. São fragrâncias quentes que vão esquentar o clima e dar uma sensação acolhedora e de conforto. Confira no site da revista.



Casa Container

Projeto inovador apresentado na edição deste ano da Casa Cor São Paulo utilizou quatro containers, que formam uma casa com três dormitórios e área de lazer. Confira em nosso site.



Que tal levar marmita ao trabalho?

Comida em marmita sempre foi associada à economia de gastos com refeições fora de casa. Não mais. Agora, pode ser sinônimo de alimentação saudável e balanceada. Com economia, também, é claro. A reportagem completa sobre essa nova mania está no site da Regional.

Participe, siga e curta a Revista Regional no:



@revista_regional

LOUCO MESMO
É QUEM NÃO
PROVAR ESTE SABOR



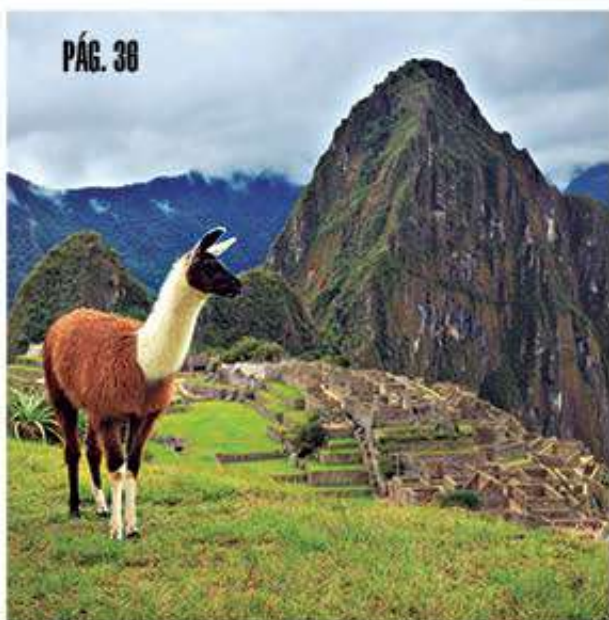
R. 24 de Maio, 790
Centro | Indaiatuba | SP
(19) 3328-1319



PÁG. 40



PÁG. 36



PÁG. 61



PAPO DE HOMEM

UMA EDIÇÃO DIFERENTE!

Uma vez ao ano, no mês de agosto, Revista Regional aproveita as comemorações do Dia dos Pais para lançar uma edição totalmente focada no universo masculino. Desta vez, o caderno Papo de Homem traz matérias relacionadas ao homem moderno nas mais diferentes áreas, como beleza, saúde, moda, comportamento, além de diversas dicas de presentes para os pais. Tem ainda uma entrevista super especial com o ator Reynaldo Gianecchini, atualmente um dos protagonistas de “Verdades Secretas”, novela das 23h da Rede Globo. Na conversa que teve com a jornalista Ester Jacopetti, ele fala sobre seu personagem Antony, das polêmicas em torno da trama, do reencontro com Marieta Severo 15 anos depois de “Laços de Família” - sua estreia na TV, além de criticar a onda conservadora que tem boicotado algumas obras da dramaturgia nacional. Para fechar o caderno, convocamos ainda um time só de homens, formado por profissionais de diferentes áreas, naturais da região ou que atuam por aqui, para representar o universo masculino local. Entre os destaques estão o nadador ituano Marcelo Chierighini, que acaba de ganhar dois ouros (com as equipes de revezamento) e um bronze nos Jogos Pan-Americanos de Toronto, no Canadá. Marcelo é uma das promessas das Olimpíadas do Rio de Janeiro, no próximo ano. Outro é o indaiatubano João Baldasserine, que depois do sucesso da minissérie “Felizes para Sempre?” participará da nova novela das 21h, “A Regra do Jogo”, que estreia no final deste mês. Numa conversa, ele nos revelou que emendará um trabalho no outro, ambos em horário nobre, já que está escalado para um personagem de destaque em outra trama das 21h, que estreará no início de 2016, com título provisório de “Sagrada Família”. Regional destaca ainda nesta edição a confirmação do revezamento da Tocha Olímpica pelas ruas de Itu no próximo ano. O fogo passará por mais de 300 cidades brasileiras até chegar à cidade-sede das Olimpíadas, o Rio de Janeiro, em agosto de 2016. Sem dúvida, um momento marcante para os ituanos, que participarão, assim, de um evento mundial inédito na América do Sul. Por falar em viagem, esta edição traz as aventuras da jornalista Laise Corti pelas cidades peruanas de Cusco, Águas Calientes e, claro, Machu Picchu, a cidade perdida dos Incas. Fechando a edição, na seção Literários, o escritor Marcos Pardim fala sobre ética, expressão tão em voga nos últimos tempos, sempre cobrada, porém pouco praticada no dia a dia. “Ética é silenciosa. Se faz com exemplos. Não se faz por marketing. Se faz sem holofotes. Não se faz para comércio. Nem para venda. Se faz como quem ora. Não se faz como quem panfleta. Aliás, ética não cora ninguém. Mas é uma escora e tanto”, escreve nosso articulista do mês. Para refletir!

Que Deus nos abençoe

Renato Lima
Editor responsável

TÁ NA
CARA
QUE FAZ
CNA

MATRICULE-SE JÁ
E SAIA DE CHILLI BEANS*

CNA INDAIATUBA • 3894-6966

R. Padre Bento Pacheco, 873

CNA ITU • 4023-3244

R. Santa Rita, 1437

CNA SALTO • 4021-5000

R. Joaquim Nabuco, 164



CNA

Inglês Definitivo

* Promoção não cumulativa, válida para novas matrículas efetuadas em um dos cursos CNA, entre o período de 15 de julho a 31 de agosto de 2015, ou enquanto durarem os estoques. No ato da matrícula, o aluno receberá um vale-presente no valor de R\$ 138,00 em créditos, que poderá ser trocado por um produto Chilli Beans, em um ponto de vendas Chilli Beans. O vale-presente oferecido não poderá, em hipótese nenhuma, ser trocado por dinheiro. Para mais informações consulte o regulamento da promoção na escola CNA participante mais próxima ou acesse o site www.cna.com.br/chillibeans.

ITU RECEBERÁ REVEZAMENTO DA TOCHA OLÍMPICA

A Secretaria de Imprensa Regional da Secretaria de Comunicação Social da Presidência da República confirmou à Revista Regional que a Tocha Olímpica passará por Itu em 2016 durante o trajeto que incluirá outros cerca de 300 municípios brasileiros até agosto do próximo ano. Principal símbolo das Olimpíadas, a Tocha vai percorrer todas as capitais estaduais, além de outras dezenas de cidades de Norte a Sul do país. O percurso terminará no Rio de Janeiro, na cerimônia de abertura dos Jogos Olímpicos. A jornada da tocha começa em maio de 2016, na Grécia, onde será acesa em Olímpia, cidade-berço das Olimpíadas. Uma curiosidade: o fogo, considerado sagrado na Antiguidade, é aceso através dos raios do sol, que são refletidos por um espelho. Neste dia, mulheres vestindo túnicas no estilo grego antigo conduzem todo o ritual e passam a tocha ao primeiro corredor. Depois da cerimônia, o fogo viaja uma semana por cidades gregas até chegar à capital Atenas. De lá, a tocha segue direto para o Brasil num avião. Durante a rota do revezamento no Brasil, a tocha será carregada por cerca de 12 mil condutores, movendo-se por 19,7 mil km de rota terrestre e 8,8 mil km de rota aérea, em até quatro cidades por dia. O objetivo é alcançar o maior número possível de pessoas, aumentar a participação do povo brasileiro em torno dos jogos, contar histórias do Brasil e promover celebrações diárias. A tocha brasileira foi produzida com alumínio reciclado e resina, além de acabamento acetinado. O objeto pesa entre 1kg e 1,5kg, medindo 63,5cm quando fechada e 69cm de altura quando aberta. Movimento, inovação e brasilidade convivem na Tocha Olímpica Rio 2016, que busca refletir o encontro da tradicional chama olímpica com o calor humano do povo brasileiro nos primeiros Jogos Olímpicos da América do Sul. Com fundo branco, a tocha leva as cores da marca das Olimpíadas Rio 2016 e da bandeira do Brasil. O amarelo representa o Sol e remete também ao ouro. As curvas verdes expressam os morros e vales, enquanto o mar é representado por ondulações azuis. Na parte de baixo da tocha, há ainda uma breve representação do Calçadão de Copacabana.



“Semana Jamais Esqueceremos”

O Museu Cidade de Salto “Ettore Liberalesso” promoverá nos dias 15 e 17 a 21 de agosto, na Sala Giuseppe Verdi (rua José Galvão, 104 – Centro, Salto), a “Semana Jamais Esqueceremos – Reflexões sobre o golpe civil-militar de 1964”. Dentre as atividades propostas estão palestras, debates, oficina e a exibição do documentário “Cidadão Boilesen” (dirigido por Chaim Litewski), no dia 17, às 19h. Um dos destaques da programação, no dia 21, às 19h, é o debate com a professora doutora Maria Aparecida sobre “A censura durante o regime ditatorial brasileiro”. Entre os temas a serem abordados estão: imprensa brasileira, regime militar, censura, crise política no Brasil, política na América Latina, entre outros.



“TURMA DO ARREPIO” NO PLAZA SHOPPING

O Projeto Teatrando do Plaza Shopping Itu recebeu, no último mês, a apresentação do teatro de fantoches da “Turma do Arrepio”. A peça especial, que atraiu cerca de 250 pessoas à praça de alimentação do shopping, resgatou a história dos personagens da série de quadrinhos que se transformou em desenho animado nos anos 90: Medeia, uma bruxinha atrapalhada; Luby, um pequeno lobisomem; Tuty; uma múmia, Stein, o neto do Frankstein, Belfedo, um morceguinho de estimação, e do vampirinho Draky, neto do Drácula. A aventura acontece quando Stein, o cientista da turma, resolve inventar uma caixa do tempo e traz de um lugar qualquer do universo um E.T. muito estranho. O espetáculo relembrou as músicas e os diálogos que fizeram sucesso entre os fãs e emocionou o público presente. Esta foi a quarta peça trazida pelo Projeto Teatrando, que já está em sua quinta temporada no Plaza. Neste ano já foram apresentadas as peças “Pocahontas”, “Cinderela” e “Alice no Mundo das Maravilhas”.



Entidades de Indaiatuba lançam Banco de Doadores “Sangue Cidadão”

Um banco de dados virtual, de abrangência nacional, que, por meio de informações de usuários cadastrados, possibilite o contato entre hemocentros e doadores, de modo que o abastecimento de sangue – em situações emergenciais e gerais – se mantenha estável. Esse é o conceito do projeto Sangue Cidadão, idealizado pelo Rotary Club de Indaiatuba e OSC Gabriel. A apresentação oficial do projeto aconteceu no último mês, no Polo Shopping, em coletiva de imprensa liderada por Maria Inês Carvalho, presidente da OSC Gabriel, e Gilberto Francisco, integrante do Rotary Club. Atualmente, a coleta de doações em Indaiatuba ocorre uma vez ao mês, na Fiec (Fundação Indaiatubana de Educação e Cultura), em parceria com o Centro de Hematologia e Hemoterapia da Unicamp (Hemocentro). Apesar da restrição de dias (apenas aos sábados) e horário (entre 9h e meio-dia), a cidade tem uma contribuição significativa nos estoques – com, em média, 125 bolsas ao mês. Por um esforço conjunto entre as duas organizações de Indaiatuba, e com apoio do Hemocentro, tramita na Secretaria de Saúde da cidade, desde 2014, um estudo de viabilidade para a implantação de um ponto fixo de coleta de sangue no município. Uma estimativa levantada pelo Centro aponta que há oportunidade para a coleta mensal de até 500 bolsas de sangue em Indaiatuba.

LABORATÓRIO UNILAB ITU

Unilab Itu
Rua Santa Rita, 1430
Tel: 4013-9595

Unimed 
Salto/Itu

LABORATÓRIO | UNILAB

- ✓ exames precisos e confiáveis;
- ✓ ambiente confortável;
- ✓ atendimento diferenciado para crianças;
- ✓ mais profissionais contratados;

- ✓ café da manhã
NOVIDADE:
máquina de café expresso para clientes que fazem exame

- ✓ **ESTACIONAMENTO GRATUITO** para clientes Unimed Salto/Itu



O estacionamento também servirá a todos que estiverem na UNIMED Salto/Itu - Central de Itu, para outras questões.

Unimed 
Salto/Itu

As redes sociais e a felicidade

por *DOMINIQUE MAGALHÃES

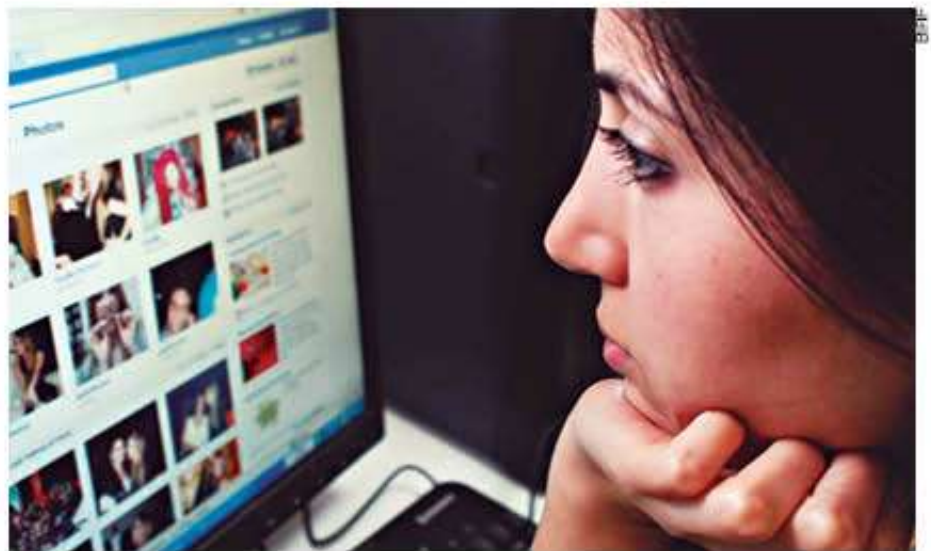
Vivemos em um mundo tecnologicamente avançado, onde se tornou comum a exposição de particularidades: fotos, vídeos, notícias e estados de espírito. Nesta onda de compartilhamento, boa parte de nós já teve a sensação de que a “gramma do vizinho é sempre mais verde”.

Entretanto, é preciso lembrar que é comum nos deixarmos influenciar pela ideia de que ser feliz é morar no bairro mais caro, ter o carro do ano ou ter a ‘vida perfeita’ de uma atriz de novela. A verdade é que ser feliz tem a ver com a construção de um modo particular de enxergarmos as coisas e de sentirmos a vida, evitando comparações com a trajetória alheia.

A exposição digital não pode nos afastar do ‘olho no olho’, ou do simples ‘olhar pela janela’. Todos os exageros nos impedem do contato e da oportunidade de nos olharmos e nos reinventarmos a cada dia através do outro.

Um estudo divulgado pela Universidade de Michigan apontou uma ligação entre o uso excessivo das redes sociais e a infelicidade. Dados coletados assinalam que as emoções ligadas à infelicidade aumentaram proporcionalmente ao tempo de exposição às postagens de gente aparentemente feliz.

Para desenvolver o material, os pesquisadores enviavam cinco mensagens diárias, durante duas semanas a cada voluntário de um grupo de 82 pessoas dentre jovens e adultos. Os links mostravam a quantidade de vezes que cada um dos usuários visitava



“UM ESTUDO DIVULGADO PELA UNIVERSIDADE DE MICHIGAN APONTOU UMA LIGAÇÃO ENTRE O USO EXCESSIVO DAS REDES SOCIAIS E A INFELICIDADE”

a rede social e quais eram seus níveis de preocupação, solidão e satisfação geral com a vida.

A vida do outro tem o mesmo grau de dificuldade que a nossa. O que acontece é que a maioria das pessoas destaca somente o que acontece de bom e isso nos gera a impressão de

perfeição. Não há nada de errado em evitar postagens ruins, mas devemos lembrar que as redes sociais representam apenas uma parte de nós, aquilo que achamos que vale a pena dividir, evitando ressaltar coisas negativas.

Não considero estas escolhas uma espécie de alienação, mas sim uma maneira de dizer: ‘isso é legal e eu quero dividir com meus amigos’. Muitas vezes, estamos tristes e, passear por uma postagem engraçada ou uma foto bonita, uma poesia, um vídeo, pode ser um incentivo. Todas as relações devem ser saudáveis, sejam virtuais ou pessoais.

*DOMINIQUE MAGALHÃES é autora do livro “O que falta para você ser feliz”, lançamento da Editora Gente, é empresária com atuação em desenvolvimento social e mentora do “Projeto Social Dom – Qual o seu Dom?”.

Plural traz, a cada mês, artigos de diversos especialistas sobre diferentes assuntos da atualidade.

AGORA NOSSA QUALIDADE É BILÍNGUE



Trouxemos o melhor Programa Bilíngue, com aulas 100% em Inglês, para alunos do Infantil e Fundamental I do Colégio Almeida Júnior e de outras escolas.



Colégio Almeida Júnior
aprendendo o + da vida!

MATRÍCULAS ABERTAS

Rua Sorocaba, 669 - Itu

(11) 4013-1556



CONCERTO INTERNACIONAL DE MÚSICA BARROCA EM ITU

Itinerância musical dos vencedores do VI Concurso de Música Barroca Príncipe Francesco Maria Ruspoli passa pela cidade com apresentação única

por GISELE SCARAVELLI



Fotos: Divulgação

O Concurso Internacional Príncipe Francesco Maria Ruspoli de Música Barroca e Musicologia chega à sua sétima edição com uma passagem pela cidade de Itu. Criado em 2009, o concurso tem como ponto de partida o Castelo Ruspoli, na antiga cidade de Vignanello, na Itália, onde Donna Giada Ruspoli e o Centro Studi Santa Giacinta Marescotti criaram o Concurso para honrar a memória do Príncipe Francesco Maria Ruspoli (Vignanello 1672 – Roma 1731).

O evento tem como objetivo trazer à luz o espírito desse patrono da Academia da Arcádia e maior mecenas da Roma setecentista. Francesco Maria acolheu em Roma e Vignanello alguns dos maiores artistas, poetas e músicos internacionais. Sendo assim, esse concurso é dedicado aos jovens, e apresenta duas seções: música barroca e estudos musicológicos.

A edição de 2014 teve a vencedora Amandine Solano (França), e nomeação à Alexey Fokin (Rússia). Agora, o Centro Studi se junta à Associação Cultural Ruspoli de São Paulo para promover o Prêmio de Estudos Musicológicos Euro-Latino-Americanos, na América Latina e Caribe, e assim, acontecerá a 1ª Itinerância Musical Príncipe Francesco Maria Ruspoli. Esse evento apresentará os jovens violinistas, escolhidos ano passado, para tocar ao lado dos melhores músicos 'barrocos' do Brasil em três cidades brasileiras: Mariana (MG), São Paulo e Itu. "Nós escolhemos Itu, pois descobrimos a tradição musical histórica da cidade e também pela sua arquitetura. Acreditamos que ela conversa muito bem com a obra barroca que será tocada, além de a cidade ter essa atmosfera que Vignanello tem e pela acolhida que tivemos aqui", explica a coordenadora de produção, Tina Curi.

O projeto conta com o apoio do Instituto Italiano de Cultura, Sociedade Cultura Artística, Secretaria Municipal de Cultura de Itu, Biblioteca Mário de Andrade, Museu da Música de Itu e Museu da Música de Mariana, Casa Amarela Antiquário, Dra. Maria Lucia de Almeida Marins, Alberto Magno de Arruda Restaurações, Irmandade da Santa Casa de Misericórdia de Itu e Wahl Engenharia Projetos Ltda.

O concerto, com os violinistas Amandine Solano e Alexey Fokin, terá participação do cravista Nicolau Figueiredo, e acontecerá em apresentação única no dia 08 de agosto, às 19h, na Igreja de Nossa Senhora do Carmo (praça da Independência). A entrada é gratuita.



O evento apresentará os jovens violinistas, escolhidos ano passado, para tocar ao lado dos melhores músicos 'barrocos' do Brasil; uma dessas apresentações será em Itu, no dia 08

LINK: Mais informações no site www.associacaoruspoli.com.br

VESTIBULAR 26.SET

ESTUDE EM UM DOS MELHORES E MAIORES
CENTROS UNIVERSITÁRIOS DO PAÍS!

CONHEÇA AS NOSSAS OPÇÕES DE CURSOS SUPERIORES

2 anos

- Comércio Exterior
- Eventos
- Fotografia - manhã
- Fotografia - noite
- Gastronomia - manhã
- Gastronomia - noite
- Gestão Ambiental
- Gestão Comercial
- Gestão da Qualidade - manhã
- Gestão da Qualidade - noite
- Gestão Financeira
- Logística - manhã
- Logística - noite
- Marketing
- Processos Gerenciais
- Produção Audiovisual **NOVO**
- Produção Publicitária **NOVO**
- Recursos Humanos - manhã
- Recursos Humanos - noite

2,5 anos

- Análise e Desenvolvimento de Sistemas
- Comunicação e Mídias Sociais **NOVO**
- Design Gráfico
- Gestão da Tecnologia da Informação com ênfase em Gestão Estratégica de Projetos
- Moda - manhã
- Moda - noite
- Redes de Computadores com ênfase em Automação e Segurança de Ambiente
- Sistemas para Internet com ênfase em Desenvolvimento de Aplicativos para Smartphones e Tablets

3 anos

- Artes Visuais
- Automação Industrial
- Biologia - Licenciatura
- Educação Física - Licenciatura manhã
- Educação Física - Licenciatura noite
- Gestão da Produção Industrial
- História
- Manutenção Industrial
- Matemática
- Música
- Pedagogia
- Secretariado Executivo com ênfase em Gestão e Trilingue
- Teatro
- Turismo

4 anos

- Administração Itu - manhã
- Administração Itu - noite
- Administração Salto - noite
- Análise de Sistemas (Sistemas de Informação)
- Biomedicina - manhã
- Biomedicina - noite
- Ciência da Computação com ênfase em Desenvolvimento e Segurança de Hardware e Software
- Ciências Biológicas - Bacharelado
- Ciências Contábeis Itu
- Ciências Contábeis Salto
- Cinema
- Decoração e Design
- Educação Física - Bacharelado manhã
- Educação Física - Bacharelado noite
- Estética
- Fisioterapia - manhã
- Jornalismo
- Letras
- Nutrição
- Publicidade e Propaganda
- Rádio e TV com ênfase em Internet
- Serviço Social

5 anos

- Arquitetura e Urbanismo - manhã
- Arquitetura e Urbanismo - noite
- Direito - manhã
- Direito - noite
- Enfermagem - noite
- Engenharia - manhã*
- Engenharia Ambiental e Sanitária
- Engenharia Civil - manhã **NOVO**
- Engenharia Civil - noite
- Engenharia de Produção
- Engenharia Elétrica
- Engenharia Mecatrônica (Controle e Automação)
- Farmácia - noite
- Fisioterapia - noite
- Psicologia - manhã
- Psicologia - Licenciatura manhã**
- Psicologia - noite
- Psicologia - Licenciatura noite**

18 CURSOS
NOTA
MÁXIMA
pelo MEC!

19 e
CURSOS EM
DESTAQUE

100

ATELIÉS
CLÍNICAS
ESTÚDIOS
AGÊNCIAS
LABORATÓRIOS
AMBIENTES ESPECIAIS
ESCRITÓRIOS MODELOS

CEUNSP
www.vestibulares.info • 0800 10 95 35

Formação de classes está sujeita a um número mínimo de alunos. Período referente à carga horária predominante, podendo se estender a outros turnos. Consulte disponibilidade de cursos e horários pelo 0800 10 95 35.
*Em Engenharia (manhã), a partir do 3º ano, será cursado entre as opções de Engenharia no período noturno com valores diferentes. **As aulas de licenciatura em Psicologia serão ministradas aos sábados de manhã independente do turno da graduação. Formação exclusiva e complementar à graduação em Psicologia. É optativa e pode ser cursada após a conclusão da graduação.

50 grandes fotografias da National Geographic

Imagens inesquecíveis, como a mundialmente famosa menina afegã clicada por Steve McCurry em um campo de refugiados, estão expostas em São Paulo



Paquistão | Fotografia de Steve McCurry | 1984



África do Sul, Parque Nacional de Gemsbok, Kalahari | Fotografia de Chris Johns



Califórnia, Estados Unidos | Fotografia de BRUCE DALE | 1977

Brasil recebe pela primeira vez a exposição fotográfica “50 Grandes Fotografias da National Geographic”, que já impressionou o público em diversos países. A mostra fica no MorumbiShopping, em São Paulo, até o dia 09 de agosto, revelando as histórias de alguns dos cliques mais memoráveis do último século. A publicação, que inspira as pessoas a cuidar do planeta desde 1888 com reportagens e pesquisas sobre meio ambiente, ciência, geografia e história, reuniu as imagens inesquecíveis de seus arquivos, como a mundialmente famosa menina afegã clicada por Steve McCurry em um campo de refugiados, e o trabalho com chimpanzés da antropóloga britânica Jane Goodall, registrado por Michael Nichols.

A atração celebra os 125 anos da National Geographic e já visitou cidades como Berlim, Las Vegas e Praga. Os brasileiros poderão participar desse ano comemorativo descobrindo os relatos por trás das fotos e dos profissionais responsáveis por cada obra. As imagens proporcionam uma volta ao mundo por diferentes épocas: a mais antiga é datada de 1965 e traz a vista panorâmica de milhares de peregrinos muçulmanos na cidade sagrada de Meca durante o Ramadã, revelada por Thomas Abercrombie. Entre as peças mais recentes está outro impressionante trabalho de Michael Nichols, que construiu um sistema de escalada para fotografar uma sequoia gigante de aproximadamente 100 metros de altura e com pelo menos 1.500 anos de idade - foram necessárias 84 imagens para compor a foto. Para mostrar a magnitude da árvore, além da imagem na exposição, a foto terá tamanho especial e será exibida em um banner de 7m no interior do shopping.

Outro exemplo das condições extremas enfrentadas para a realização de algumas das fotos é o clique feito em 1991 por Emory Kristof que usou uma estrutura submersível e 10.000 watts de luz para levar sua câmera ao fundo do Oceano Atlântico Norte e mostrar ao mundo a carcaça do transatlântico Titanic. Cenas cotidianas também fazem parte das “50 Grandes Fotografias da National Geographic” com um olhar poético. Um exemplo é o brilho das ruas chuvosas da Broadway, capturado por Jodi Cobb em 1988. O Brasil aparece com uma foto de Kevin Schafer, que visitou a Amazônia para ver os botos nas águas alaranjadas do Rio Negro.

MAIS: Horário de funcionamento: de segunda a sábado, das 10h às 22h. Aos domingos, das 14h às 20h, com entrada gratuita. Local: Atrium do MorumbiShopping - avenida Roque Petroni Júnior, 1089, São Paulo.



Nova York,
Estados Unidos |
Fotografia de JODI
COBB | 1988



Sub-Sahara Mali | Fotografia
de JOANNA B. PINNEO | julho 1997



Cabul, Afeganistão |
Fotografia de THOMAS J.
ABERCROMBIE | 1967

Le Triskell

BUFFET

Seu evento com classe



Culinária Internacional

CASAMENTOS • COQUETÉIS • ANIVERSÁRIOS • EVENTOS CORPORATIVOS

Tel: (19) 3934 6408 / 3816 8353 / 99800 8877  /etriskellbuffet



Diogo Nogueira no Indaiatuba Clube

No dia 29 de agosto, a partir das 22h30, o Indaiatuba Clube apresentará o show do cantor e compositor Diogo Nogueira. Considerado um dos maiores sambistas da atualidade, Diogo deverá cantar seus maiores sucessos, como A Vitória Demora Mas Vem, Além Do Espelho, Amor Até o Fim, Aqui No Mar, Desejo Me Chama, entre outros. Além dele, o evento terá a apresentação do Grupo Sempre à Frente e dos sambistas Veruska e Serjão. Os ingressos (limitados) podem ser adquiridos diretamente no Indaiatuba Clube ou nos demais pontos de venda (Pindukas Chopp Bar, Gemini Store, no site www.tkingressos.com.br e com a GN3 Produções [(11) 98770-5997].



PORTINARI NO PARQUE

Desde o dia 12 de junho, os frequentadores do Parque Urbano Cândido Portinari, localizado na Zona Oeste de São Paulo apreciam obras do pintor de Brodowski, espalhadas pela área verde do parque. O objetivo das instalações dos painéis é associar as obras do artista com o espaço que homenageia o pintor. A curadoria selecionou as obras *Papa-Vento* (1956), *Menino Soltando Pipas* (1935), *Denise com Gato* (1960), *Denise a Cavalinho* (1960), *Palhacinhos na Gangorra* (1957), *Meninos com Careiro* (1955), *Meninos Brincando* (1955), *Meninos Brincando* (1958), *Meninos com Carneiro* (1954), *Meninos Soltando Pipas* (1959), *Dança de Rodas* (1955) e *Meninos no Balanço* (1955).

MAIS: O Parque Urbano Cândido Portinari fica na avenida Queirós Filho, 1.365, ao lado do Parque Villa-Lobos, em São Paulo. Horário de funcionamento: das 5h30 às 18h.

Eduardo Sterblitch: 'Use Me' em Indaiatuba

Depois de anos incorporando no programa "Pânico" personagens emblemáticos e cumprindo a estrada teatral com suas peças, o comediante Eduardo Sterblitch coloca tudo o que já fez ou deixou de fazer num único espetáculo, "Use Me", onde também faz questão de entregar o que se passa dentro de sua mente perturbada numa releitura de toda a sua vida e carreira. O ator se apresentará no dia 15 de agosto, às 21h, em Indaiatuba, na Sala Acrísio de Carmago (Ciaei). Os leitores da Revista Regional terão desconto nos ingressos. Para isso, basta recortar o cupom que está sendo publicado nesta edição.

MAIS: O Ciaei – Sala Acrísio de Carmago fica na avenida Eng. Fábio Roberto Barnabé, 3665 – Jd Regina, em Indaiatuba. Informações: (19) 3875-6177 – www.teatrogt.com.br



A Teatro GT traz para Salto o cantor Sam Alves, vencedor do "The Voice Brasil 2". O show será no dia 15 de agosto (sábado), às 21h, na Sala Palma de Ouro. Após percorrer o país, em 2014, com a turnê de seu álbum de estreia, Sam começa a divulgar o seu segundo disco. Com a carreira em ascensão, o vencedor da segunda edição do "The Voice Brasil" confirmou sua crescente popularidade ganhando o Prêmio Multishow 2014, na categoria "Experimente", com 800 mil votos. Com lançamento em março de 2015 pela Universal Music, o novo álbum, chamado ID, traz um repertório mais autoral, como a inédita "I Wanna Fall" (Sam Alves), além de novas parcerias, como "Não vou parar" (Dalto Max/ Sam Alves/ Paulo Mac). Também estão incluídas "Frágil" (Dalto Max/ DBlack/ Alessandro Portugal) e "Nosso vídeo" (Dalto Max/ DBlack/ Felipe Zero) – faixa escolhida para ser o primeiro single e está entre as mais tocadas nas rádios do país, com destaque para São Paulo. Os leitores da Revista Regional terão desconto nos ingressos. Para isso, basta recortar o cupom que está sendo publicado nesta edição.

MAIS: A Sala Palma de Ouro fica na rua Prudente de Moraes, 580 – Salto. Informação: (11) 4602-8693 – www.teatrogt.com.br

PROMOÇÃO

móveis planejados

CELMAR, DIMARE e PREDILECTA na

Larofi

Inúmeros motivos para você **COMPRAR AGORA**

1 ZERO de entrada

3 RECEBA OS SEUS MÓVEIS JÁ

5 PLANOS EM ATÉ 36 VEZES

2 COMECE A PAGAR SÓ EM DEZEMBRO

4 20% de desconto PARA PLANOS EM 12 VEZES

CONSULTE OUTRAS FACILIDADES LAROFI

crédito sujeito a análise



APROVEITE

Celmar

dimare
MÓVEIS MODULADOS

PREDILECTA

Salto
Rua Joaquim Nabuco, 338
Centro | tel.: (11) 4021-0000
Rua Prudente de Moraes, 605
Centro | tel.: (11) 4602-5041
Av. Dom Pedro II, 1384
Centro | tel.: (11) 4021-5690

Itu
Av. das Garças, 60 | Jd. Paraíso
tel.: (11) 4023-7010

Porto Feliz
Rua Monsenhor Seckler, 442
Vl. América | tel.: (15) 3261-4419

Decore a sua casa com a

grupo Larofi

www.grupolarofi.com.br



O encontro na cidade perdida dos Incas

por LAISE CORTI

Lhama no alto do monte, no Parque MachuPicchu



Trem que leva à 'cidade perdida'



Lhamas e alpacas são típicos da região

E escolher MachuPicchu como destino de viagem de férias não foi tarefa minha. Pudera, quem me conhece um pouquinho sabe que eu não escolheria um destino trabalhoso, cheio de caminhos sinuosos e com exigência de preparo. Pois bem, como viajar é um exercício de democracia, lá fomos nós para o percurso saindo de São Paulo com destino à capital do Peru, Lima. De lá, Cusco e MachuPicchu. Se Lima escolhi pela riqueza gastronômica, MachuPicchu e Cusco temia pelo espírito aventureiro tão em falta em mim.

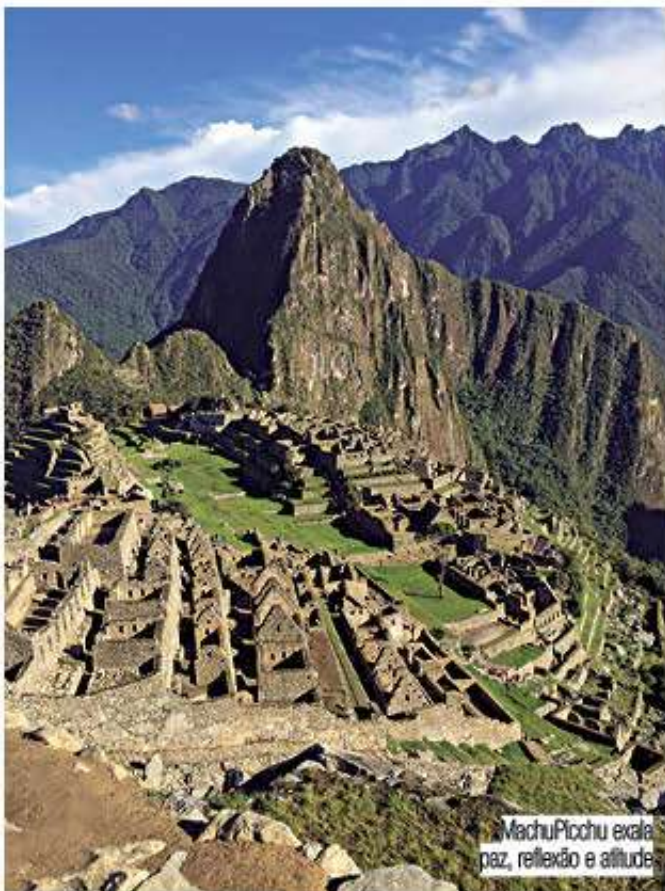
Para chegar em Cusco, saímos cedo de Lima, com o devido chá de coca tomado para evitar o "soroche", que é o mal estar causado pela altitude do local, acima de 3 mil metros do nível do mar. Chegamos cedo em Cusco e ao sermos recepcionados no hotel, mais um chazinho - dessa vez mais forte e concentrado -, capaz de acordar até urso polar em pleno inverno. Se vale a dica - que tivemos e seguimos - hotel na região da Praça das Armas é a melhor escolha. É a única área plana da cidade, o que conta muito num local que te faz perder o ar - literalmente - só de subir dois degraus.

A cidade exala história e te transporta ao passado a cada esquina. Alpacas e lhamas andam na coleira, como os nossos cachorrinhos por aqui, puxados por aquelas senhoras que carregam a vida - cheia de dores e amores - em mantas embrulhadas nas costas. A cada parada estratégica para pegar fôlego, eu me perguntava como essas senhoras sobreviviam com tanto peso nos ombros numa cidade em que se acorda com falta de ar. Aos poucos eu percebia que não estava lá à toa. Eu tinha muito a aprender, pensar, refletir e evoluir.

Cusco é uma cidade financeiramente pobre, com muitas crianças trabalhando nas ruas e construções mal acabadas. Todos que nela vivem, sobrevivem do comércio turístico. E tudo é apalavrado. Pensamos ter caído no conto do vigário em nosso primeiro tour pela cidade, pois pagamos e não conseguíamos encontrar pista de onde tomar o ônibus. Depois de muito procurar - e achar - concluímos algo difícil de aceitar ao tratar-se de uma região tão turística: eles são honestos, mas muito desorganizados. Rico, em Cusco, é tudo que não se enxerga a olho nu. São as experiências e histórias de cada uma daquelas pessoas com quem você cruza pela cidade. É a luta que travam todos os dias pela



Difícil imaginar que, sem ferramenta alguma, os Incas construíram um Império, com tantas pedras e assimetria



Machu Picchu exala paz, reflexão e altitude



Turistas do mundo todo sobem as trilhas de Machu Picchu



Guia em Machu Picchu

sobrevivência. É uma cidade de pouco carro e muito desbravamento. O melhor tour da cidade é feito a pé, com um guia te contando todas as surpresas de cada esquina. Vale dizer que na primeira noite por lá não conseguimos dormir. E depois de muito pensar o porquê daquela insônia toda, lembramos do "balde" com chá de coca concentrado que tomamos logo na chegada. Se nos faltou sono, por outro lado, não sentimos o mal da altitude. Mas fizemos a lição de casa e mantivemos atividades leves no primeiro dia para não ter problemas.

No dia seguinte, acordamos cedo e fomos para a estação de trem, com destino a Aguas Calientes, cidade mais próxima ao parque de Machu Picchu. Antes que alguém se confunda, eu explico. Existem várias formas de chegar na "Cidade Perdida Inca", mas nós optamos pela mais confortável delas - ou menos cansativa. Fomo de trem - são mais de quatro horas viajando - até a cidade citada e dormimos por lá mesmo, para conseguir entrar bem cedo no parque de Machu Picchu e ver o sol nascer. Aguas Calientes é uma cidade com águas termais, por isso o nome, e vive do turismo de Machu Picchu. Todos que desejem ir a Machu Picchu passarão por ela. E é uma cidade para se ficar apenas um dia, pois não há o que se fazer a não ser comprar o ingresso para o Parque e tomar o ônibus. Vale dizer que nela só se chega a pé ou de trem. Carro ou ônibus não chegam. Aliás, fiquei me perguntando como



Mais detalhes de Machu Picchu



Fotos: Laise Corti

Praça das Armas, em Cusco, no caminho para MachuPicchu

os ônibus que fazem o trajeto entre Aguas Calientes e o Parque MachuPicchu chegaram ao local. É de se pensar. Não existem estradas, rodovias, ou coisas do tipo. E existem dois tipos de trem: o que transportam turistas e o que transportam os locais. As diferenças de cada um deles são gritantes e chega a dar um nó na garganta ver como os moradores sobrevivem nessa dependência.

Se estiver bem preparado, pode optar por fazer a trilha entre Cusco e MachuPicchu, e chegar lá a pé. Estando lá, pode optar também por subir um dos dois - ou até os dois - montes existentes no Parque, o MachuPicchu e o HuaynaPicchu. O primeiro é mais alto. O segundo é mais íngreme. Para o meu preparo físico da época - ou falta dele -, os dois seriam sentenças de morte e optei por somente andar pelo parque - o que já exigiu certo esforço.

Quando entramos no ônibus que nos levou até o parque, encontramos um guia que ofereceu seus serviços. De início ficamos reticentes, mas depois pensamos que de nada valeria andar por lá sem saber a história e tudo que se passou em cada pedaço. Negociamos o serviço e fechamos. Se vale a dica, no Peru, sempre negocie. Eles não têm preços formados para nada e o que não for combinado antes pode realmente te quebrar no meio da viagem.

Chegamos bem perto das seis da manhã no parque e conseguimos ver o sol nascer. Algo difícil de acreditar considerando a chuva que nos recebeu no dia anterior em Aguas Calientes. Essa foi só uma das tantas emoções reservadas a mim nesse local. Quando eu pensava em reclamar de algumas subidas - que também são muitas pelo parque - eu olhava ao lado e via senhoras e senhoras infinitamente realizados por estarem ali, mesmo com quase o triplo da minha idade. E, no semblante deles, a paz e alegria eram presentes.

O guia nos contou muitas histórias. Piadinhas daqui, contos reais dali, fomos conhecendo um pouco mais da história dos Incas e dessa cidade que ficou perdida e intacta por tantos anos. Difícil imaginar que, sem ferramenta alguma, os Incas construíram um Império, com tantas pedras e assimetria. O local exala paz, reflexão e atitude. Como o guia nos disse, "não importa como chegamos, mas sim como saímos de MachuPicchu", e realmente é assim. Uma viagem que exige esforço, dedicação, disciplina, planejamento e organização. Foram dias e mais dias acordando às quatro horas da manhã para conseguir dar conta do planejado. Foram idas e vindas cansativas, mas que fizeram valer cada minuto das seis horas que ficamos dentro deste lugar. Um verdadeiro encontro, numa cidade perdida.

Optei por viajar por conta, pois gosto da liberdade de programar meu dia a dia. Para isso, pesquisei muito na internet sobre como programar e conversei com amigos que já tinham ido. Vale dizer que, por mais que se tente conhecer antes, é um lugar que se molda a cada um. A experiência de um amigo com certeza será diferente da sua. E por isso o valor de se conhecer.

LAISE CORTI é escritora, profissional de Marketing e viajante apaixonada. Escreveu esse texto exclusivamente para a Revista Regional.



Laise Corti durante viagem ao Peru

A close-up portrait of actor Reynaldo Gianecchini. He has short, dark brown hair styled upwards and is looking directly at the camera with a neutral expression. He is wearing a light blue V-neck t-shirt and a thin gold chain necklace with a small rectangular pendant. The background is a dark, solid color.

Papo de homem

Caderno traz matérias
sobre o universo
masculino, dicas para
o Dia dos Pais e uma
entrevista especial
com o ator Reynaldo
Gianecchini



GIANECCHINI ESPECIAL

ATOR VOLTA A BRILHAR COM PERSONAGEM
SEDUTOR EM "VERDADES SECRETAS"

por ESTER JACOPETTI

Não é pra menos que Reynaldo Gianecchini vem dando o que falar na pele de Antony em “Verdades Secretas”. Assim como boa parte do elenco, os atores têm demonstrado pouco mais que seus rostinhos bonitos na trama. O que de certa forma tem agradado o público, especialmente as mulheres. Com pinta de conquistador, o ator comentou como tem sido interpretar esse homem amoral capaz de tudo para conquistar o que deseja. “Não acho que o Antony seja um vilão. Ele é muito amoral, mas tem um lado humano. Na verdade, o que ele tem são valores errados. Meu personagem tem uma mãe que é alcoólatra e ele sofre porque tenta ajudá-la”, disse Gianecchini, que apesar de olhar com bastante atenção, procura não se preocupar com a rejeição do público, já que boa parte da sociedade brasileira se demonstrou conservadora. “É bem chato quando você percebe que a censura não está deixando você contar uma história. No final das contas a história é muito boa. As antigas gerações conquistaram tanto espaço e agora estamos regredindo. É estranho”, disse ele que vive uma relação nada convencional com a personagem Fanny, vivida pela atriz Marieta Severo. “Eles têm uma relação de parceria, se gostam, mas são amorais. Eles possuem um código dentro da relação. O Antony é um michê e a Fanny o banca. Eles se amam, mas do jeito deles. Estão juntos para conseguir o que desejam. Um apoia o outro de forma bem amoral”. Nesta entrevista especial, Giane fala sobre a novela das 23h, sua carreira, projetos e critica a onda conservadora que atinge a TV brasileira.

REVISTA REGIONAL: Seu último trabalho na televisão foi na novela “Em Família”, no ano passado, e agora você já está engatando num novo projeto bem diferente dos anteriores. Como tem sido essa retomada?

REYNALDO GIANECCHINI: Eu estava com saudades de fazer novelas. Já faz um tempinho que eu estava longe da televisão. “Verdades Secretas” é diferente, mais curta e tem menos dias na semana, por isso dá para fazer com mais cuidado. Em relação ao ritmo, nós trabalhamos muito, mas fazemos as cenas com mais calma. São menos cenas para fazermos durante a semana, mas estamos trabalhando muito porque demoramos mais tempo também.

Para “Verdades Secretas” você mudou completamente o visual. Como surgiu essa ideia de deixar os cabelos grisalhos nas laterais? Aliás, você gostou dessa mudança?

Adorei a mudança no visual, inclusive fui eu que dei a sugestão. A inspiração surgiu do mundo da moda, porque esse cabelo está bastante em evidência, mas essas laterais brancas são para passar um ar de decadência do personagem, porque ele já passou do ponto de ser modelo, mas insiste.

Você diria que o Antony, seu personagem, é um homem capaz de tudo para conquistar o que deseja? Que tipo de caráter você definiria para o seu personagem?

Daqui para frente não estou sabendo de muitos detalhes não. Quando o Walcyr (Carrasco – autor da novela) me chamou, ele disse que meu personagem seria capaz de tudo para conseguir o que ele queria. Eu não duvido não! Acredito que ele irá se vender muito, ao longo da novela. Por enquanto ele continua sendo amante da Fanny (Marieta Severo). Eles têm uma relação de parceria, se gostam, mas são amorais. Eles possuem um código dentro da relação. O Antony é um michê e a Fanny o banca. Eles se amam, mas do jeito deles. Estão juntos para conseguir o que desejam. Um apoia o outro de forma bem amoral.

Alguns atores têm defendido seus personagens, procurando mudar essa visão de vilão. O que você diria sobre o Antony? Eu não acho que o Antony seja um vilão. Ele é muito amoral, mas tem um lado humano. Na verdade, o que ele tem são valores

“Fiquei durante muitos anos da minha vida me dedicando a esse universo (da moda). Sei bem como funciona. Esse falso glamour que tem e os dois lados da moeda”

errados. Ele vai se ferrar! Meu personagem tem uma mãe (Eva Wilma) que é alcoólatra e sofre porque ele tenta ajudá-la. Ele ama a Fanny do jeito dele que é bem duro, mas ama. Foi criado com valores tortos. Por isso, vai terminar dando muitas cabeçadas. Eu tento entender porque todo mundo dá muitas cabeçadas na vida. Ninguém é perfeito! Todo mundo está aí para errar! A novela aborda algo que é muito legal. Às vezes nós escolhemos os piores caminhos e por isso damos cabeçadas e vamos sofrer as consequências. Cabe a nós escolhermos o que nós queremos.

O visual do seu personagem é outro detalhe na trama que chama bastante atenção. Assim como o cabelo, você também procurou criar o Antony através das roupas?

Esse com certeza é um look mais forte e as pessoas me param muito para falar que acham muito legal. Outras estranham um pouco porque não estão acostumadas a me ver desse jeito. Eu gosto de mudar e sou sempre o primeiro que sugere, porque o figurino e a caracterização são muito importantes para o nosso processo de criação. Quanto ao estilo, de certa forma nós sempre emprestamos muita coisa nossa para o personagem. Eu gosto muito do jeito que o Antony se veste. Bati uma bola muito direta com a Helen a nossa figurinista. Uma das peças dele eu peguei para mim e eu emprestei algumas também. Ele tem umas peças simples que eu gosto muito, como por exemplo, uma calça com um bom corte, super ajustada com uma camiseta regata e uma jaqueta, mas que deixa com cara de cool. Ele não é um cara que se monta. É básico, mas tem um estilo bem transado. É o que eu gosto para a minha vida!

Falando sobre o tema da novela qual é a sua verdade secreta? Nenhuma! A minha vida é um livro aberto! A imprensa já falou tanta coisa. Mas a verdade maior é que eu tenho o meu coração sempre aberto para o amor, por mais que eu esteja sozinho ou até mesmo encalhado, o meu coração estará sempre aberto para o amor.

Sua carreira começou nas passarelas, mas atualmente você segue o caminho na dramaturgia. Como tem sido voltar, mesmo que na ficção para esse começo de carreira? Poder circular num ambiente que para mim é muito familiar é muito bom porque agora é como se eu olhasse para este ambiente com outra visão. Meu personagem é muito diferente de mim. Por exemplo, fomos gravar na SPFW (São Paulo Fashion Week) e foi muito legal porque nós gravamos com a turma da moda mesmo, com a Costanza Pascolato, Reinaldo Lourenço... A minha relação com eles era de Antony. Era de um cara arrogante, esnobe, que se acha, ambicioso, querendo uma brecha para se dar bem. Quase que eu pedi emprego para o estilista... (risos) Fiquei durante muitos anos da minha vida me dedicando a esse universo. Sei bem como funciona. Esse falso glamour que tem e os dois lados da moeda. Fora isso, tivemos um pouco de improviso. Foi muito divertido!



“ Confesso que olho com bastante apreensão essa quase patrulha exacerbada, essa quase volta da censura. As antigas gerações conquistaram tanto espaço e agora estamos regredindo. É estranho!”

Giane em uma cena da novela "Verdades Secretas", gravada na SPFW

Fotos: UruguaçuTV Globo

Como você procurou trabalhar essa personalidade do Antony? Você conhece alguém que tenha a mesma personalidade?
Sempre tenho muitas referências, mas de ninguém específico. Mais de imagens do que eu considero, pessoas que são parecidas, não da moda, mas de outros lugares. É uma colcha de retalhos, mas ninguém específico.

Você comentou recentemente sobre a emoção de poder voltar a trabalhar com a Marieta Severo...
Eu estreei com a Marieta em "Laços de Família" (2000). Ela saiu de mim e foi fazer "A Grande Família" (2001) e agora retorna. Maravilhoso esse encontro! Brinco, mas é sério, essa é a minha chance de me redimir com ela porque no começo da minha carreira dei muito trabalho. Quando eu estreei não sabia nada de televisão. Ela teve muita paciência, me ajudou, foi muito generosa e agora depois de 15 anos eu tenho mais essa experiência para poder jogar uma bola mais redonda com ela. Eu estava devendo!

As cenas da novela têm sido muito comentadas nas redes sociais...
Gosto de ver tudo e eu sou um pouco ao me assistir. Na televisão é muito difícil porque nós ficamos vendo o que fizemos e o que não gostamos, mas hoje em dia eu aprendi a gostar do que eu fiz legal. Não fico mais com chicotinho não. Gosto de ver e saber o que está imprimindo.

Sabemos que a novela "Babilônia" tem sofrido certa rejeição do público por conta de alguns assuntos polêmicos, como a homossexualidade. Em algum momento você sente que pode ter esse problema com a trama da novela?
Confesso que olho com bastante apreensão essa quase patrulha exacerbada, essa quase volta da censura. É preciso às vezes contarmos de forma direta algumas histórias, até para termos um ponto crítico sobre o assunto. As antigas gerações conquistaram tanto espaço e agora estamos regredindo. É estranho! A nossa novela fala de temas pesados, mas com elegância. Não é tudo tão explícito ou rasgado a ponto de chocar o público. Ela precisa falar de um tema muito contundente. É bem chato quando você percebe que a censura não está deixando você contar uma história. No final das contas a discussão é muito boa. Se formos apenas falar de histórias boas não será a realidade, pelo contrário, será muito chato.



Gianecchini reencontra Marieta Severo após 15 anos de carreira

É impressão ou você emagreceu para a novela?
Não emagreci não. Estou me cuidando como sempre.

Você comentou que tem se alimentado de forma normal, mas você e a Giovanna (Antonelli) abriram um restaurante, o "Pomar Orgânico". Tem pretensão de abrir em outras cidades?
Nós estamos querendo abrir pelo Brasil sim, mas é muito difícil principalmente com esse tipo de comida (orgânica). O primeiro tem que ficar tudo certinho para podermos expandir. Não queremos que caia a qualidade nunca. Para isso estamos trabalhando para ter todo o equilíbrio e só depois distribuir pelo Brasil. Já faz um tempo que eu me ligo neste tipo de comida. Agora que eu tenho esse restaurante, é perfeito porque eu frequento muito. Sempre que posso procuro comer lá. A minha sócia Andréa Henrique faz essa pesquisa há anos. Eu troco muitas ideias com ela. Essa é a comida que realmente nos próximos tempos todo mundo vai começar a se ligar. Pelo menos eu mudei radicalmente para comer de maneira mais saudável, mas também não sou radical com nada, apenas procuro me cuidar. Quando tenho que sair para comer uma pizza ou um sorvete está tudo certo.



hobby
MAGAZINE

Parceria
fazzolin

REINVENTE SEU ESTILO

Itu (Centro) Rua Floriano Peixoto, 895 - (11) 4023-0354 | Itu (Plaza Shopping) Loja 109/110 - (11) 4022-5659
Jundiaí (Centro) Rua do Rosário, 424 - (11) 4586-0385

UNIVERSO MASCULINO

Convocamos um
time só de homens,
formado por
profissionais de
diferentes áreas,
naturais da região ou
que atuam por aqui,
para representar
o universo
masculino local.

MARCELO AMATO

HÁ OITO ANOS, O ESPÍRITO DO ESPORTE COLETIVO DO RUGBY CONQUISTOU MARCELO PISANI AMATO

por ALINE QUEIROZ



Denys Photos/Divulgação



Robson Simões/Divulgação

O primeiro contato do administrador de empresas Marcelo Pisani Amato, o "Didi", com o rugby foi em 2007, por meio de um convite dos seus dois irmãos, que já praticavam o esporte. Foi amor à primeira vista e uma semana depois, Marcelo já estava treinando. Para integrar a equipe principal do Tornadoes Rugby – que logo depois se tornou o Indaiatuba Rugby Clube Tornadoes - foi um pulo. Ele atuou como centro por dois anos, depois como asa e oitavo e recentemente foi escalado para a posição de segunda linha. Apesar da trajetória com outros esportes – ele jogava futebol, basquete e handebol – o rugby conquistou Marcelo por ser coletivo, de trabalho em equipe, com muita disciplina, solidariedade e apoio. "Esses itens, mesclados com a virilidade de um esporte que exige muito esforço físico e mental, foram os pontos cruciais para eu me interessar. Comecei a treinar e me identifiquei muito com tudo. Ademais, existe uma cultura que promove a integração e amizade das equipes, por intermédio de uma ação chamada terceiro tempo, na qual o time da casa oferece uma confraternização para a equipe visitante, o que gera um ambiente amistoso sensacional e crucial para o fomento desse esporte", comenta. Em oito anos de rugby, Marcelo coleciona títulos. Entre os principais estão os troféus de campeão da Taça Prata do Campeonato Paulista do Interior 2009, terceiro colocado da Copa do Brasil 2009, campeão da Taça Bronze do Spac Lions 2011, campeão do Jaguar Sevens 2009, bi-campeão do Jaguar Sevens 2011, campeão do Paulista B 2012, campeão da Copa do Brasil 2012, vice-campeão do Seven Circuito das Frutas pela Seleção Indaiatuba, vice-campeão da Copa Paulista de Rugby 2014 e convocado para o Trial da Seleção Brasileira M23. Após os primeiros seis meses de clube, Marcelo se tornou diretor de Marketing do Indaiatuba Rugby e ficou na linha de frente da divulgação interna

e externa do Clube, além de atuar também como Relações Públicas. Em 2011 assumiu a vice-presidência e em 2012 foi coach da equipe feminina. Poder atuar na gestão do clube é algo que, segundo ele, lhe dá muita experiência, principalmente pelo fato de ser uma ação totalmente voluntária. "Deposito muitas forças motivacionais nesta atividade. Aprendi muita coisa na raça, dando um passo de cada vez. Aos poucos, fui conquistando respeito e voz", conta. Na análise do atleta, muito dessa conquista de espaço se deu por formarem um grupo de gestão que não gosta apenas de opinar e pleitear, mas que está sempre pronto a ajudar, auxiliar e promover eventos e melhorias que fomentem o rugby não somente em Indaiatuba, mas em toda região. Para Marcelo, o esporte, além de ser uma forma de inclusão social, é um caminho formativo de caráter e disciplina. "Todos deveriam praticar um esporte. Sei que o cotidiano tende a ser uma correria, mas vale muito destinar algum tempo, mesmo que mínimo, a um esporte que te dê prazer e onde você possa encontrar uma segunda família. No meu caso, minha segunda família é alvi-laranja e se chama Tornadoes Rugby", conclui.

JOÃO BALDASSERINI

por ESTER JACOPELTI

Filho da cantora indaiatubana Kika Baldasserini, não seria difícil descobrir que a vocação para a arte também estaria em seu sangue. Hoje, aos 31 anos, e com a carreira em ascensão, João Baldasserini vive um dos melhores momentos em sua vida. "Sou apaixonado pela minha carreira. Não trabalho para ser celebridade e não me considero uma. Sou ator e quero continuar vivendo personagens interessantes e contando grandes histórias", disse com exclusividade à Revista Regional. Foi no teatro que ele fez sua primeira estreia, com a peça "Noite na Taverna" em 2005. Com talento em evidência, não demorou para ser convidado, por ninguém menos que o diretor consagrado Walter Salles para fazer "Linha de Passe" (2008). Foi a partir daí que surgiu a oportunidade de trabalhar na televisão, estreando em "Tempos Modernos" (2010). Sua trajetória começava a ser escrita e um grande sucesso da dramaturgia como "Felizes, Para Sempre?" (2015) o colocou como destaque por interpretar Joel, ao lado de grandes nomes como João Miguel, Maria Fernanda Cândido, Adriana Esteves, Paolla Oliveira e Enrique Diaz. Cada personagem ilustra momentos-chave na carreira de João. Mas essas realizações só foram possíveis com o apoio da família, que lhe deu base para seguir em frente. Embora nascido em São Paulo, João passou boa parte da infância e adolescência na região, em Indaiatuba. Por sorte, quando ele ainda estava na faculdade cursando Direito, descobriu sua paixão pelas artes cênicas e decidiu arriscar. Foi quando se mudou para São Paulo para estudar teatro. Mas é em Indaiatuba que ele mantém contato com alguns amigos e principalmente familiares e ainda faz questão, mesmo que com a rotina frenética, já que tem emendado um trabalho no outro, sempre que possível visitá-los, pois como ele mesmo diz, é na cidade que ele encontra calma para recarregar as baterias e estar pronto para novos desafios. "É ótimo, porque nossa vida é emocionalmente exaustiva com picos de adrenalina. Passo o tempo todo viajando muito, morando em vários lugares, por isso é bom estar ao lado da família", confessa o indaiatubano de coração, que quando está na cidade, adora visitar o Parque Ecológico. "Acabo indo para Indaiatuba mais em datas comemorativas, mas a vontade era de estar sempre por lá, com a minha família, mas vamos matando a saudade e colocando a conversa em dia através de um grupo que criamos no whatsapp", disse ele que esteve na região em maio, para comemorar o Dia das Mães. Atualmente ele está totalmente dedicado a Victor, personagem da próxima novela das nove "A Regra do Jogo", que estreia no final de

agosto. Na trama, ele e a estelionatária Atena, vivida por Giovanna Antonelli, serão parceiros de crime. "Está sendo ótimo trabalhar com esta equipe maravilhosa. Com a Amora (Mautner, diretora) e o João Emanuel (Carneiro, autor) que é um dos grandes roteiristas da atualidade. É um personagem superbacana. Vou contracenar com a Giovanna e juntos vamos aprontar algumas", disse empolgado. Pensa que acabou?! Não! Com personagem de destaque, ele já está escalado para viver um dos integrantes da família central na novela "Sagrada Família", que substituirá "A Regra do Jogo" no início de 2016. "Estou muito feliz com tudo o que está acontecendo na minha vida", comemorou a boa fase. E hoje, como se nota, extremamente disciplinado no trabalho, e com uma dose extra de ousadia, sua dedicação o transformou em um grande ator. Só para este ano, ele tem mais três filmes para estrear: "Apaixonados", com direção de Paulo Fontenelle, "Crônicas dos Mortos Vivos" de Jimi Figueiredo e "Quase Samba" do diretor Ricardo Targino. A nós, da região, principalmente indaiatubanos, nos resta acompanhar de perto a carreira dessa estrela que só faz brilhar e nos orgulhar.

(colaborou: Renato Lima)



tv Globo/Cristina Gargalo



*Seus passos
me inspiram*
//
Feliz dia dos Pais



www.comunicpublicidade.com.br

Itu: Rua Floriano Peixoto, 941 - Centro | **Cabreúva:** Av. São Paulo, 750 - Jacaré
Porto Feliz: Rua André Rocha, 95 - Centro | **Vinhedo:** Rua 9 de Julho, 309 - Centro
Salto: Rua 9 de Julho, 290 - Centro | **Sorocaba:** Rua Monsenhor João Soares, 236 - Centro
OUTLET - Itu: Rua Floriano Peixoto, 865 - Centro
www.azulcalcados.com.br



f/AzulCalcados @azulcalcados

MARCELO CHIERIGHINI

ITUANO GANHA OURO E
BRONZE NOS JOGOS
PAN-AMERICANOS DE TORONTO

por GISELE SCARAVELLI



Fotos: Esporte Clube Pinheiros e Arquivo pessoal



O ituano Marcelo Chierighini destacou-se na equipe brasileira de natação nos Jogos Pan-Americanos, realizados no último mês em Toronto, no Canadá. No primeiro dia de disputa, como parte da equipe masculina do revezamento 4x100 metros, conquistou a medalha de ouro. Já na prova dos 100m livres, ele estava na liderança, mas acabou sendo superado, ficando em terceiro lugar, conquistando a medalha de bronze. Já no último dia da competição, Marcelo subiu novamente ao pódio, com a equipe brasileira do revezamento 4x100m medley, ao lado de Arthur Mendes, Guilherme Guido e Felipe França. Considerado parte da nova geração de campeões brasileiros da natação, Marcelo deixou Itu com apenas 16 anos para se dedicar totalmente ao esporte. Treinou alguns meses com o técnico Felipe Domingues e conquistou dois ouros e uma prata, quando foi contratado pelo Esporte Clube Pinheiros. Com 24 anos, é hoje uma das promessas das Olimpíadas Rio 2016. Com uma preparação rígida, Marcelo treinou com o técnico australiano Brett Hawke: "Eu aprendi muito com o Brett. Não só de natação, mas também na vida. Ele treina seus atletas para terem sucesso como nadador e também fora da água", explica o jovem campeão, lembrando que ser um atleta de ponta sempre foi seu sonho, mas nunca imaginou que seria um caminho tão rápido. Marcelo explica que possui metas a curto e médio prazo: "Fui subindo degrau por degrau até chegar onde estou". O Brasil torce pela equipe de natação, mas os ituanos em especial estão torcendo por Marcelo, que junto às medalhas de Toronto, destaca-se também como campeão brasileiro absoluto nos 100m livre, bronze no revezamento 4x100m livre no mundial de Dubai, em 2010; e 100 jardas no NCAA, em 2012 e 2013. Quando o assunto é Olimpíadas, ele afirma: "Quero muito ganhar uma medalha de ouro nos 50 ou 100m livre, mas ganhar uma medalha de ouro no revezamento 4x100 livre seria algo muito especial, ainda mais diante de toda a torcida brasileira", encerra o nadador ituano.

UM INVESTIMENTO LUXUOSO UMA MORADIA APAIXONANTE

LANÇAMENTO
ITU NOVO
CENTRO

95M²
ÁREA PRIVATIVA
2VAGAS

- ✓ LAZER COMPLETO
- ✓ ACESSIBILIDADE
- ✓ SUSTENTABILIDADE
- ✓ SEGURANÇA
- ✓ LOCALIZAÇÃO
- ✓ TORRE ÚNICA



3 DORMS
COM 1 SUÍTE
+ VARANDA GOURMET

2 SUÍTES
LIVING AMPLIADO
+ VARANDA GOURMET



STAND DE VENDAS: RUA HÉLIO TOMBA 31- ITU - ITU NOVO CENTRO
WWW.RESIDENCIALLUXOR.COM.BR - INFORMAÇÕES: 11 98930-8739



GUSTAVO GARCIA

APÓS CINCO MUNDIAIS DE POLO, SENDO TRÊS DELES NA NEVE, O JOGADOR GUSTAVO RIBEIRO GARCIA SUPEROU SEUS LIMITES E CONQUISTOU SEU PRIMEIRO TÍTULO MUNDIAL

por ALINE QUEIROZ

Arquivo pessoal



Profissional da equipe do Helvétia Polo Country Club, em Indaiatuba, Gustavo Ribeiro Garcia possui grandes conquistas: três finais da Copa Ouro – a mais importante prova de polo do Brasil –, jogar com um dos seus ídolos, o argentino Adolfo Cambiasso em um amistoso entre Corinthians e Boca, jogar cinco mundiais, sendo que no torneio da China foi campeão e ser atleta patrocinado pela Polo Uk. Esses resultados não aconteceram da noite para o dia e foi preciso muito treino, dedicação, profissionalismo. Natural de Franca, Gustavo sempre teve contato com o polo devido aos primos que eram atletas e também por morar em frente a uma hípica. Ao ganhar uma égua da sua tia Ana – que ele considera como uma das pessoas que abriram a porta do esporte a ele – Gustavo passou a frequentar o clube e taquear com o animal quase todo dia. Aos 15 anos participou do seu primeiro torneio e jogou com outros atletas – que hoje são expressivos, mas que na época eram iniciantes como ele. Um jogo de polo dura em média uma hora e é formado por períodos denominados chukka. Cada período tem sete minutos e meio de duração e três minutos de intervalo. No total uma partida variável tem entre quatro e seis chukkas e Gustavo jogava em média três tempos. Foi o primeiro torneio e também a primeira vez campeão. A partir daí a sua trajetória de conquistas não parou mais. Tornou-se profissional, chegou ao Helvetia Polo, em Indaiatuba, e participou de cinco mundiais. O primeiro foi o Polo Tradicional em 2011, na Argentina, quando conquistou o vice-campeonato. Em 2013 e 2014 foi para o mundial da neve na China, mas voltou sem título. Neste ano, quando disputou na neve pela terceira vez, voltou campeão. “Tínhamos mais bagagem e alcançamos um resultado inédito para o Brasil, eu nunca tinha sido campeão mundial na neve. Além disso, também fui eleito o melhor jogador do torneio”, comemora. Gustavo também foi escolhido pelo site 30 Jardas como o melhor jogador de 2013 e o segundo melhor em 2014. Para o atleta, essas conquistas significam reconhecimento de todo o esforço e dedicação dos últimos anos.

DIA
DOS **PAIS**

kromafedca



LOJA 2 Av. Dom Pedro II, 531
(11) 4029-0072 • Salto

(11) 9 5089-6113 WhatsApp

 facebook.com/passopasso

FERRACINI **24h**

SEMPRE PRESENTE

LEONARD CONRAL

CHEF SALTENSE É DESTAQUE NA TV

por GISELE SCARAVELLI

Inspirado por um tio, que também é chef, Leonard Conral trabalha com cozinha há oito anos. Formado em Gastronomia, a comida e seu preparo, segundo ele, foi caso de amor à primeira vista. O amor, adicionado à criatividade e experiência, resultou numa vitória no reality gastronômico "Food Truck - A Batalha", do canal pago GNT. "Experiência sensacional! Sempre fui maluco por televisão e programas relacionados à cozinha. No total foram dois dias de gravação em um ritmo alucinado", conta Leonard. Para ajudá-lo no reality, o chef contou com dois amigos. "A ideia era ter uma equipe que se conhecesse e soubesse como o outro trabalha pra poder extrair o melhor deles. Meu mentor foi o Adolpho Schaefer, do Holy Pasta, me ajudou muito", acrescenta. Com um tema mexicano, o chef saltense desenvolveu pratos originais, entre eles o Frida Gahlo, uma porção de tirinhas de frango na páprica com molho sour cream, e para beber uma brincadeira baseada no seriado mexicano "Chaves". "Um suco de limão que parecia de groselha e tinha sabor de gengibre. Era algo que eu não esperava ter tanto impacto, mas ficou muito bom", revela orgulhoso. Pela primeira vez num truck, Leonard começou o programa perdendo todas as provas que lhe dariam vantagens, mas a criatividade e a execução perfeita lhe renderam a vitória, que lhe abriu muitas portas e deu visibilidade para novos trabalhos. Hoje, em Salto, está focado em novos projetos. Recebeu, recentemente, um convite para apresentar um programa que abordará temas como cozinha, cultura, entrevistas e muito humor, na internet. Além disso, ele escreve pra guias e sites com matérias gastronômicas com receitas e curiosidades e promete muitas novidades pela frente.



Arquivo pessoal



* PROMOÇÃO VÁLIDA ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES

INDAIATUBA

- POLO SHOPPING - Lj 103 - (19) 3835-9155
- CENTRO - R.24 de Maio,1438 - (19) 3875-4345

SALTO

- CARNEIRO - R. 9 de Julho,553 - (11) 4021-3296

ITU

- PLAZA SHOPPING ITU - Lj,129 - (11) 2429-9907

Nesse dia dos Pais, nas compras acima de R\$380,00, ganhe uma caneca exclusiva! *



PÉRICLES RAGGIO

O ATOR FOI IMPACTADO PELO TEATRO AINDA NA FACULDADE DE JORNALISMO E FEZ UMA ESCOLHA PARA UMA VIDA INTEIRA

por ALINE QUEIROZ



Foto: Arquivo pessoal

Apesar do primeiro contato com o teatro ainda na infância, nas apresentações na escola e, posteriormente, em um grupo de jovens em Salto, foi durante a faculdade de Jornalismo que o amor pelas artes cênicas conquistou Péricles Raggio. Ao entrar em um grupo de teatro da faculdade e participar ativamente de todo processo de criação de um espetáculo, o até então futuro jornalista percebeu que gostava muito mais de atuar do que ir às aulas de Comunicação. Foi então que a imprensa brasileira perdeu um jornalista. Antes mesmo de terminar Jornalismo, Péricles prestou vestibular na Unicamp para Artes Cênicas e com isso o teatro ganhou um grande ator e mímico. Já são quase 20 anos como profissional, com trabalhos infantis e adultos, como nas peças: "Pinóquio Etc e Tal", "Patinho Feio – o Voo de Andersen" e "As Desgraças de uma Criança", do grupo Andaime de Teatro da Unimep, que lhe rendeu um prêmio de melhor ator em Campinas. Péricles também trabalhou com o Teatro dos Benditos Malditos, com direção de Márcio Tadeu, e em uma montagem que guarda ótimas recordações: "Títus – persona non grata", que fez uma temporada no CCSP com muito sucesso. Atualmente, o saltense faz parte do Teatro Por Um Triz, que fundou com Márcia Nunes, uma amiga da Unicamp, em 1996. É um grupo que possui um repertório de espetáculos que explora a linguagem do teatro de animação, voltado para crianças. Está em cartaz atualmente com "O Mistério do Sapato Desaparecido", escrito e dirigido por ele e Márcia. "É um trabalho muito divertido e que agrada crianças e adultos. Os personagens são sapatos, que são manipulados pelos atores", conta. Ser ator para Péricles é viver outras vidas. É estar em eterno processo de autoconhecimento, de questionamento, de estar atento à época em que vive. É poder escolher o que quer falar às pessoas. "Realizo um trabalho bastante autoral no teatro. Já tive oportunidade de trabalhar como ator contratado e até que poderia ganhar bem. Mas não adianta, não consigo trabalhar em algo onde meu coração não se encontra. Então, assumindo todos os riscos, só me envolvo com trabalhos que considero importantes para mim e que possam ter importância também para o público. No meu grupo consigo me envolver com amor e dedicação nos trabalhos, e em todos os processos de criação: escrever, dirigir, construir bonecos, cenários", afirma. Para chegar onde está, Péricles colecionou inúmeras dificuldades: fez, por exemplo, bicos de garçom e ao mesmo tempo ensaiava à noite com o seu grupo teatral. Mas, sempre acreditou no sonho de poder viver de arte e desenvolver seus projetos. "Agora estou estudando muito sobre Playback Theatre – um estilo teatral que surgiu nos EUA nos anos 70 - e em breve desenvolverei um trabalho com este tipo de teatro. Tenho experimentado também vídeo, participando de alguns curtas e até clipes. Em 2016 o Teatro Por Um Triz completa 20 anos e quero poder comemorar com muitas apresentações dos nossos espetáculos e com a estreia de um novo trabalho", conclui.



Novidades na Vila Nova Pneus.

A única revendedora autorizada Michelin da região!



- Pneus • Alinhamento + Balanceamento • Amortecedores • Suspensão
- Freios • Troca de Óleo e Filtros • Embreagem • Higienização de Ar Condicionado

Avenida dos Esportes, 20 - Parque Industrial (em frente à escola Agrícola) - Itu/SP
Tels.: (11) 4024-1632 / 4024-1632 Nextel: 129*3839 - (11) 7818-6605
email: itu@vilanovapneus.com.br

www.vilanovapneus.com.br



INVERNO MASCULINO



Fotos: AgNews e Agência Focazite

A moda inverno para os homens segue uma tendência que não difere muito da feminina nesta temporada. As principais apostas são o estilo anos 70, militarismo e esporte. O tie-dye (tingimento artesanal com peças amarradas) e as estampas étnicas são as principais marcas do retorno da moda boho/anos 70. Esta tendência pede também tons terrosos misturados com o branco e tem como peças-chave as jaquetas jeans e as botas. Quanto aos acessórios, o homem não precisa ter receio de inovar com franjas e chapéus. O militarismo é outro estilo que continua em alta no inverno, com coturnos, tons de verde e calças de sarja. Já a tendência esporte pede moletoms e calças jogger, tênis de corrida ou sneakers, camiseta larguinha e o bom e velho jeans, outro destaque da temporada. Selecionamos os desfiles da Cavaleira, João Pimenta, Elus, entre outros, apresentados na São Paulo Fashion Week de inverno. Confira.





Fotos: AgNews e Agência Indotize

Desfiles da Cavallera, João Pimenta, Elus, entre outros, apresentados na São Paulo Fashion Week de inverno



Acostamento



Acostamento
INDEX



Rua Cecília Meneghini
de Mattos, 330
Presidente Médici
Fones (11) 4023-3117 / 9689-7704 - Itu



A moda inverno para os homens segue uma tendência que não difere muito da feminina nesta temporada. As principais apostas são o estilo anos 70, militarismo e esporte

fotos: Ag News e Agência Fotocria

Comoventt


Moda Masculina e Feminina



REVENDEDOR



Black West

www.lojacomoventt.com.br

LOJA1: Rua Floriano Peixoto, 859 - Centro - Itu - SP
LOJA2: VENHAM CONHECER A NOVA LOJA no Plaza Shopping Itu - loja 131
LOJA3: Rua Senador Fonseca, 861 - Centro - Jundiaí - SP

TEM QUE TER NO CLOSET DO HOMEM

Um bom closet masculino é aquele com peças atemporais que podem ser usadas para diversas ocasiões. Por isso, investir em qualidade ao invés de quantidade é uma ótima dica para os homens que desejam chamar a atenção por onde passam e de quebra seguir as tendências do mundo da moda.

O blazer se tornou um queridinho dos mais modernos. De sarja ou jeans, pode ser facilmente combinado com calça de materiais mais leves ou até mesmo com o próprio jeans. A marca Osmoze, por exemplo, traz versões elegantes e despojadas da peça. Além disso, o item fica perfeito com sapatos e sapatênis. Os tênis também podem ser incorporados ao look, dando um ar mais descontraído. Nesse quesito, a Kings Sneakers traz opções que agradam dos mais discretos aos mais fashion.

Uma boa pólo também pode fazer a diferença na produção. Sempre tenha por perto uma peça de cores neutras como preto, marinho e branco, mas também ouse! A Flagra, outra grife masculina, apostou nas cores vibrantes para sua nova coleção. Uma boa ideia para quem deseja trazer leveza e cor ao look.

Já para os mais alinhados, a dica é investir em gravatas e camisas slim, especialidade da Remo Fenut, que aposta em cortes mais justos que valorizam o corpo masculino. A marca também investe em modelagens tradicionais para os mais básicos.

Seja qual for o seu estilo, tenha em mente o conceito de que menos é mais e qualidade é melhor que quantidade.



Looks da Osmoze

Remo Fenut aposta em cortes mais justos

fotos Divulgação



PREÇOS SUGERIDOS:

40ml R\$ 119,00
100ml R\$ 249,00

JAGUAR CLASSIC GOLD segue o mesmo requinte dos luxuosos carros da marca. Elaborada para homens sofisticados, exigentes e confiantes com uma predileção pela exclusividade, essa fragrância ganhou carisma e sedução em um só frasco. Criado por Dominique Preysass, da CPL Aromas (Paris), Jaguar Classic Gold é sentido por meio de notas superiores apresentadas em um coquetel estimulante de maçã, limão e bergamota, seu lado mais sedutor vem através de notas florais-amadeiradas da madeira de Teca, flor de laranjeira, lavanda e jasmim. Estas essências florais, em particular, um tanto incomum para uma fragrância masculina, realçam o fascínio cativante de sua composição. O elemento mais luxuoso de Classic Gold é representado por sua nota de fundo: extratos preciosos de patchouli, baunilha, almíscar e âmbar branco criando, assim, uma fragrância quente e envolvente, conferindo ao usuário um aroma discreto e extremamente atraente por muitas horas.

fotos Divulgação



PREÇOS SUGERIDOS:

75 ml R\$ 339,00
125 ml R\$ 499,00

JOHN VARVATOS ARTISAN é um perfume floral amadeirado atemporal que evoca tanto o respeito pelo passado como a visão do futuro. Remete à antiguidade e também exala modernidade. Poderoso e revigorante, fresco e intrigante, uma explosão cítrica eletrizante com uma mistura apimentada. A fragrância transmite a liberdade de um longo fim de semana de verão e as experiências ao ar livre. As notas de cabeça trazem um mix de clementinas sicilianas, misturadas com o fruto tangelo da Flórida. As tangerinas mexicanas, o tomilho, a manjerona da Espanha e a lavanda garantem o ar contemporâneo. Já nas de coração, a flor de laranjeira do norte da África e as folhas de jasmim laranja (nunca antes usado em um perfume masculino) se combinam com o trio de extratos de gengibre e oferece um elemento surpresa: o formigamento de refrescantes raízes de gengibre chinês com o quente gengibre nigeriano e o gengibre roxo. O toque final fica por conta das madeiras que sustentam um frescor contínuo da composição: o Kephalis® e o Georgywood®, criações da casa Givaudan, que possuem nuances de tabaco e âmbar.



PERFUMES PARA CADA ESTILO

Que tal ter algumas dicas perfumadas para celebrar o Dia dos Pais em grande estilo? Preparamos uma seleção de perfumes que inspiram os diversos estilos dos pais nesta data, desde o mais sofisticado e fashion até o esportista e aventureiro. São diversos aromas que combinam com cada paixão. Por exemplo: a explosão de floral-frutal com o Patchouli ou o amadeirado-aromático com o Cassis e a Menta. Confira e escolha o presente ideal para o Dia dos Pais!



PREÇOS SUGERIDOS:

100 ml R\$ 199,90
150 ml R\$ 84,90

SILVER SCENT DEEP de Jacques Bogart, é uma fragrância masculina em homenagem aos filmes noir dos anos 40, evocando o mito do detetive viril e poderoso. Silver Scent Deep não é só mais uma

fragrância única, faz parte de uma linha que se tornou um "must" da perfumaria seletiva e, hoje, chega para completar a trilogia da principal linha de Parfums Jacques Bogart, após suas versões Clássica e Intense. Uma versão mais quente, sensual e viciante de Silver Scent, Silver Scent Deep acentua a força e as características do original. Fougère - Oriental - Amadeirado, fresco e quente ao mesmo tempo, Silver Scent Deep é uma adaptação olfativa cuidadosamente construída a partir do sucesso do original. A fragrância abre com notas potentes e cítricas do grapefruit, da laranja amarga e da flor de laranjeira (Orange Blossom). Essa trilha continua com a sálvia e o gerânio selvagem, que formam uma dupla vibrante e aromática, e fecham com as notas de base da fava tonka, que se mistura à madeira de aveia e a baunilha, formando uma doce surpresa ao final dessa saga e dando calor ao "personagem" desta trilha da década de 40.



PREÇOS SUGERIDOS:

30 ml R\$ 244,00
75ml R\$ 263,00

VICTORINOX, marca suíça que nasceu em 1884 e é reconhecida pela qualidade, funcionalidade, aspectos inovadores e um ícone de design por seus canivetes multifuncionais. Para o segmento da perfumaria não poderia ser diferente. Victorinox Unlimited traz todos esses diferenciais em um único frasco. Como uma nova geração de fragrâncias inteligentes, este Amadeirado-aromático é ideal para o homem extrovertido e aventureiro. Com um apelo para o esporte e o lado mais radical, sua embalagem reflete toda a modernidade dos aromas contidos nela. Absinto, bergamota, cassis e menta são as notas de topo que instigam os olfatos mais autoconfiantes. No coração estão a canela e a lavanda que ganham suporte na saída, com notas de âmbar, almíscar, iris e pinha abeto branco.

MAIS: Onde comprar Jaguar, Jacques Bogart e Victorinox: Podem ser encontrados nas principais perfumarias e e-commerces especializados do país e nas lojas Top Internacional (www.topinternacional.com.br). SAC: 0800-970 9877
Onde comprar John Varvatos: nas melhores perfumarias de todo o Brasil. SAC: SAC@elizabetharden.com

BARBA E BIGODE!

O ESTILO LUMBERSEXUAL ESTÁ EM ALTA, MAS VALE TAMBÉM APOSTAR EM BARBAS MAIS CURTAS OU PERSONALIZADAS; VOCÊ FAZ O SEU ESTILO!



fotos: © Kantner/Polizalis

Você já deve ter percebido que a barba está em alta. O modismo tem um nome: Lumbersexual. Nunca ouviu falar? Lumberjack significa lenhador em inglês, mas o termo "lumbersexual" surgiu recentemente nos EUA e Europa. Em resumo: é o homem barbudo, parecido com o clássico lenhador do cinema hollywoodiano. A ideia principal deste estilo é assumir uma bela barba, quanto maior e mais bem cuidada, melhor! O termo também remete a um look com camisa de flanela, estampa xadrez, e um par de botas como acessórios extras. Mas para quem não quer excessos, a barba mais curta também está na moda. Cada homem cria o seu próprio estilo!

E aí, vai aderir à moda dos barbudos? Saiba que é preciso seguir algumas regras importantes:

- 1) Raspe os pelos que ficam fora do desenho da barba, como aqueles entre a bochecha e os olhos e no gogó;
- 2) É preciso apará-la a cada 15 dias. O melhor meio para isso é usar uma máquina, pois a tesoura pode abrir buracos;
- 3) Ao menos uma vez por mês ou a cada 45 dias, faça uma visitinha ao barbeiro, pois ele tem toda prática para dar o

desenho certo ao seu rosto, mesmo se você quiser a barba estilo lenhador;

- 4) Se sua barba for muito grande, trate dela como faz com os cabelos, inclusive lavando com xampu e enxaguando com condicionador para deixar os fios menos rebeldes;
- 5) Um bom esfoliante diário evita os pelos encravados. O Isotonic Face Scrub da Dr. Jones, por exemplo, é um gel com microesfoliantes que ajudam a desobstruir os poros refrescando e revigorando a pele. Não dói nada!
- 6) O Cream Shave, da Clinique, é um creme de barbear ultra rico que amacia os pelos para que a lâmina deslize pela pele, ideal para deixar a barba no seu formato favorito.
- 7) Vale lembrar que lenhadores trabalham com madeira e não óleo! Então se a pele está brilhando muito, o Oil Control Face Wash, da Clinique, vai cortar o mal pela raiz! Um sabonete líquido que controla oleosidade, limpa profundamente a pele e retira o brilho excessivo, sem ressecar.
- 8) Lembre-se: atitude é fundamental! Nunca dê ouvido às críticas de quem não gosta de barba ou que não consegue tê-la. O estilo é seu!

MAIS: Os produtos citados podem ser encontrados nos sites: www.clinique.com.br ou www.drjones.com.br

DOS 50 AOS 75 ANOS, A IMPORTÂNCIA DO PSA

As chances de um homem apresentar câncer de próstata aumentam na medida em que o nível do PSA (antígeno prostático específico) aumenta também – sendo considerados normais níveis inferiores a 2,5ng/ml. Por isso, é consenso na medicina alertar para a realização anual do exame em pacientes com idade entre 50 e 75 anos e até mesmo fora dessa faixa quando há risco aumentado para a doença.

“Com uma simples análise de sangue é possível realizar essa verificação e encaminhar o paciente a novos exames de imagem para diagnosticar precocemente o câncer de próstata, doença que tem grandes chances de cura quando tratada logo no início”, diz Leonardo Fiber, médico urologista e ultrassonografista do Centro de Diagnósticos Brasil, em São Paulo.

Fiber explica que o PSA é uma proteína encontrada em grandes quantidades no sêmen e em pequena quantidade no sangue – embora suficiente para indicar quando há problemas. “Vale ressaltar que seus níveis podem também estar elevados quando as glândulas prostáticas estão inflamadas, aumentadas ou quando há infecção. Daí a importância de o médico fazer o toque retal e encaminhar o paciente para exames de imagem, considerando sua idade, histórico familiar, se está tomando medicamentos ou suplementos que afetam o tamanho da próstata etc.”.

De acordo com o especialista, conhecer os fatores de risco para esse tipo de câncer – que é o segundo mais comum entre os brasileiros e deve resultar em quase 69 mil novos casos este ano – contribui muito para evitar negligência ou alarmismo. “Depois dos 50 anos, as chances de ter câncer de próstata aumentam muito. A maioria dos casos acontece por volta dos 65 anos, mas a prevenção deve ter início aos 40 quando há parentes diretos que já enfrentaram a doença. Trata-se de um tipo de câncer que mata mais de 13 mil pessoas todos os anos. Por razões ainda desconhecidas, negros constituem um grupo com risco aumentado para esse tipo de câncer, bem como são maiores as chances também naqueles que têm uma dieta rica em gorduras ou são de fato obesos.”

Se tanto o toque retal quanto o PSA sugerirem a presença do câncer de próstata, o urologista também poderá solicitar exames adicionais para confirmar o diagnóstico. De acordo com o médico do CDB, os mais recomendados são o ultrassom transretal e a biópsia, podendo recorrer também à ressonância magnética para obter a exata loca-



A maioria dos casos de câncer de próstata acontece por volta dos 65 anos, mas a prevenção deve ter início aos 40 quando há parentes diretos que já enfrentaram a doença

lização do tumor ou saber se ele se espalhou pela próstata. Independentemente dos exames que serão realizados, o médico revela que a doença inicial é mais frequentemente assintomática, ou seja, sem sintomas. Conforme associação do câncer com outras doenças prostáticas, os sintomas mais comuns podem ser: dificuldade ou dor ao urinar; urgência em urinar, principalmente à noite; urinar em pouca quantidade e mais vezes; presença de sangue na urina; dor persistente nas costas ou nos quadris.

Quando o câncer de próstata atinge outros órgãos, o paciente também pode ter dor nos ossos, fraqueza generalizada, perda de peso sem motivo aparente, anemia e falência renal. “Por se tratar de um câncer que pode ser diagnosticado e tratado com sucesso logo no início, é importante que os homens levem a sério os exames preventivos como toque retal e o teste de PSA a partir dos 50 anos ou antes, quando há casos de pais e irmãos que já tiveram a doença”, adverte Leonardo Fiber.

Cardiologia

centro medico



Todo nosso cuidado de coração para você.

Agora no Centro Médico você pode realizar exames **cardiológicos** de alta complexidade.

Além de ampla estrutura, fácil acesso e profissionais de altíssima qualificação, você pode contar com o **Tomógrafo Multislice, Ressonância Magnética 3 TESLA e Gama Câmara com duas cabeças** para realização dos seus exames.

Manter-se atualizado num segmento que evolui a cada dia é tarefa para poucos. É preciso muita ousadia para encarar os desafios de cada **inovação**. Mas é assim que conseguimos oferecer excelência nos resultados de exames há **30 anos**.

DIAGNÓSTICOS DO CORAÇÃO

Alta Complexidade

- Ressonância Magnética Cardíaca
- Angiotomografia Coronariana
- Escore de cálcio coronariano
- Cintilografia do miocárdio em repouso, estresse físico e farmacológico

Demais procedimentos

- Eletrocardiograma
- Holter 24 horas
- Teste Ergométrico
- Ecocardiograma com Doppler
- MAPA (Mapeamento Ambulatorial de Pressão Arterial)

centromedico
diagnósticos

|15| 2102-0800

www.centromedicosorocaba.com.br

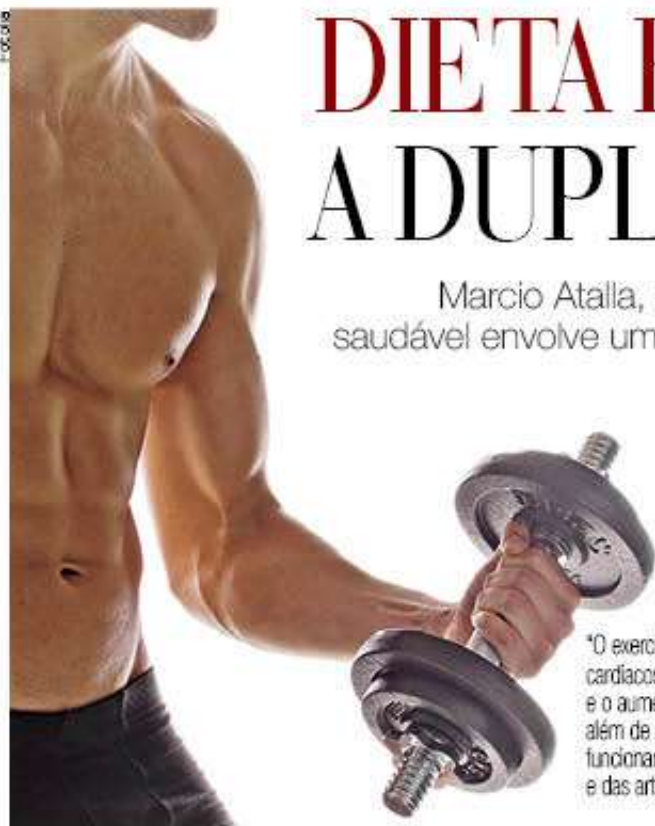
Matriz: Av. Juscelino Kubitschek de Oliveira, 768/776 | Vergueiro | Sorocaba-SP

Atendimento via WhatsApp



(15) 9 8179-0066

Fotografia



DIETA E EXERCÍCIO: A DUPLA PERFEITA

Marcio Atalla, do "Medida Certa", afirma que um estilo de vida saudável envolve um cardápio balanceado e o corpo em movimento

"O exercício evita problemas cardíacos, a obesidade e o aumento de peso, além de contribuir com o funcionamento do metabolismo e das articulações"

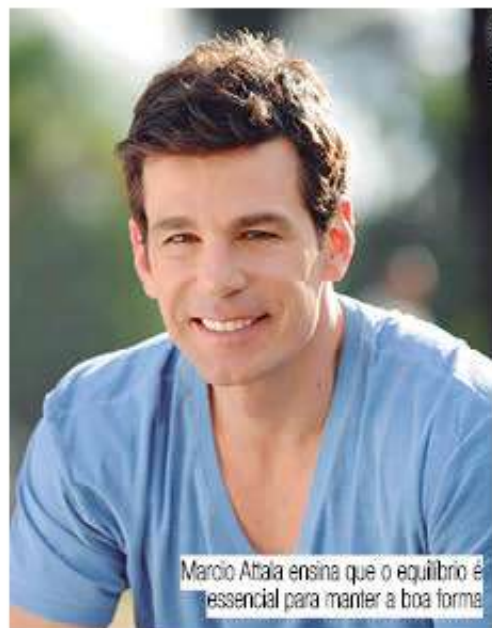
Quem nunca trocou a rotina de exercícios na academia por uma atividade de lazer ou deixou a salada de lado e pediu hambúrguer com batata frita no restaurante? Saiba que, se for de vez em quando, pode! O problema é a situação se tornar recorrente. O preparador físico Marcio Atalla, que participou do quadro "Medida Certa" do programa Fantástico (TV Globo), explica que "um estilo de vida saudável não significa abrir mão dos pequenos prazeres, o que importa é o equilíbrio e estar em movimento".

O que falta, muitas vezes, é saber conciliar vontade com bom senso. Para emagrecer, por exemplo, muitos indivíduos focam em dietas restritivas, que garantem resultado rápido. Porém, de acordo com o estudo publicado no jornal da Sociedade Americana de Psicologia, nove em cada dez pessoas que iniciam um regime desse perfil fracassam, sendo que sete acabam com um peso maior do que quando começaram.

"Quando você inicia uma dieta com a exclusão de vários ingredientes, a resposta é muito rápida, mas depois de um curto período, o resultado passa a ser mais lento já que o corpo se adapta a essa alimentação restritiva. Além disso, em determinado momento, o organismo sente a ausência dos nutrientes excluídos e falta energia, fazendo com que a pessoa volte a consumir como antes. Por isso que uma alimentação equilibrada com a prática de exercícios físicos garante resultados mais eficazes e duradouros", explica Atalla.

Na prática, os exercícios físicos são o complemento do regime e da busca por mais saúde e qualidade de vida. Porém, nem sempre é fácil dar o passo inicial e, normalmente, as pessoas jogam a culpa na falta de tempo. De acordo com a pesquisa Vigitel 2014, do Ministério da Saúde, 48% dos brasileiros são sedentários. O sedentarismo, por sua vez, está muito relacionado com o aparecimento de doenças, como a pressão alta, a diabetes e a obesidade.

Para o preparador físico, o cenário é preocupante. "Apenas 35% da população brasileira pratica atividade física três vezes por semana, sendo que o ideal é 30 minutos por dia e cinco vezes por semana. Por isso, é importante aproveitar todas as oportunidades dentro de uma rotina agitada", explica. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), mais de 3 milhões de mortes por ano no mundo podem ser atribuídas à falta de atividade física. Além disso, a inatividade é o quarto maior fator de risco de mortalidade global.



Divulgação

Marcio Atalla ensina que o equilíbrio é essencial para manter a boa forma

Afinal, por que somos tão sedentários?

O ser humano é poupador e o hábito de estar em movimento não é natural do indivíduo. Assim, com a tecnologia facilitando a vida da população, atividades que tínhamos antes, como andar até o supermercado e brincar na rua, foram substituídas pelo delivery, video game ou a televisão.

No Brasil, 23% da população assiste à TV mais de três horas por dia. Porém, nosso corpo depende da atividade física para funcionar melhor. "O exercício tem impacto hormonal, evita problemas cardíacos, assim como a obesidade e o aumento de peso, além de contribuir com o funcionamento do metabolismo e o movimento das articulações", completa Atalla.

A alimentação também é um problema no país. Ainda segundo o estudo realizado pela Vigitel 2014, somente 24% comem o recomendado de frutas e hortaliças e a "vilanização" de certos alimentos domina o mercado da beleza e saúde. Porém, excluir qualquer alimento da dieta não é o caminho ideal.

"Uma alimentação saudável é aquela que não exclui nenhum alimento, mas que equilibra as quantidades e as porções. Para aqueles que praticam atividades físicas, o açúcar, por exemplo, é um alimento essencial porque ajuda o corpo a repor as energias. Se consumido com equilíbrio, não é vilão da saúde", finaliza Atalla.

—••—
AQUI É O LUGAR
QUE VOCÊ ENCONTRA
—••—

ARARA

MOMENTOS DE LAZER E FAMÍLIA,
O SEU EVENTO CORPORATIVO OU SOCIAL
EM UM SÓ LUGAR!



11 4023.8000

ALAMEDA DAS AMOREIRAS, 81. JARDIM PARAÍSO II, ITU/SP.



DIA DOS PAIS



O Dia dos Pais, comemorado no dia 09 de agosto, é uma data que traz diferentes opções de presentes, combinando com diversos estilos. Há produtos para aqueles que gostam de design, como luminárias Bertolucci que dão um toque urbano e minimalista ao escritório, ou ideias da Bento Store, que traz marmitas, garrafas e acessórios para os homens que cuidam da alimentação, levando comida caseira para o trabalho, academia, cursos ou viagens. A gastronomia também traz ótimos presentes para a data: desde um uísque puro malte Glenfiddich, passando pelo gin Hendricks e pela qualidade do café Nespresso. Confira ideias para presentear com criatividade e estilo no Dia dos Pais.



- 1 - luminárias artesanais da **BERTOLUCCI**
Tel.: (11) 3873-2879
- 2 - lunchbag Oots e marmita da Bento Store (perfeitas para presentear homens que prezam por refeições saudáveis e caseiras) da **BENTO STORE** www.bentostore.com.br
Tel.: (11) 3085-0481
- 3 - uísque Glenfiddich 21 anos (notas delicadas de baunilha e caramelo e, ao mesmo tempo, de couro, especiarias, gengibre e banana) da **CASA FLORA** www.casaflores.com
- 4 - uísque Premium - Balvenie 12 anos (single malt com um sabor único) da **CASA FLORA** www.casaflores.com
- 5 - Gin Hendrick's da **CASA FLORA** www.casaflores.com
- 6 - rum Sailor Jerry (idealizado em homenagem a Norman "Sailor Jerry" Collins, ícone da tatuagem old school) da **CASA FLORA** www.casaflores.com
- 7 - Latíssima Touch (com sistema de 'leite fresco em um toque') da **NESPRESSO** www.nespresso.com Tel.: 0800 777 737
- 8 - roupão Lazuli da **ZELO**
- 9 - pantufa de microfibras da **ZELO**
- 10 - cobertor com mangas da **ZELO**
Tel.: 0800 701 9356 (demais localidades)
(11) 3004-2070
- 11 - Democrata sapato Dockside (ad 104130)
R\$ 199,90 da **AZUL CALÇADOS**
- 12 - Pegada Bota Coturno (ad masc 21606-3) R\$ 239,90 da **AZUL CALÇADOS**



Fotos: Divulgação



***Todo pai
merece o melhor!***



mixte

Rua Doutor Benedito Galvão 32, Vila Nova, Itu-SP (11)2715-2985

SOBRE PAIS, FILHOS E PROFISSÕES...

por GISELE SCARAVELLI

Pais são quase sempre os grandes incentivadores dos filhos nas escolhas pessoais e profissionais. Quando os filhos decidem seguir a mesma profissão já é um orgulho. Agora, quando o filho decide seguir a profissão e ainda dar continuidade ao trabalho do pai, é pura realização! Regional conversou com pais e filhos que dividem o mesmo espaço profissional e se completam nas tarefas do dia-a-dia. Identificação, companheirismo e confiança são alguns dos ingredientes indispensáveis para que a relação de pai e filho seja também excelente no trabalho



Dr. Adolfo Embacher Filho (ao centro) e seus filhos Fábio, Kelly e Erick, que seguiram os passos do pai e hoje todos integram a equipe clínica da Nato Odontologia, em Itu

SOBRE PRIVILÉGIO...

Para o Dr. Adolfo Embacher Filho, o orgulho profissional dos filhos é triplo. Hoje, seus três filhos fazem parte do corpo clínico da Nato (Núcleo Avançado de Terapêutica Odontológica), em Itu. A carreira de Dr. Adolfo teve início de forma despreocupada. Ele conta que precisava estudar, mas não tinha condições financeiras de pagar. "Eu me formei em 1976 pela USP. A rigor eu precisava fazer uma faculdade gratuita e à noite, porque não tinha condições financeiras de pagar. Um colega meu ia prestar Odontologia e eu perguntei: 'Tem a noite? Tem na USP?' e ele disse que sim, então eu prestei", explica o dentista, acrescentando que a identificação com a profissão foi imediata para sua felicidade e sucesso. O amor pela carreira foi crescendo e, talvez por conviver com isso desde pequeno, seu filho mais velho, Erick, escolheu a mesma área. "Como eu já tinha iniciado na implantodontia, eu sugeri que ele estudasse à noite e me auxiliasse no consultório durante o dia para associar a parte teórica à prática. Assim, quando ele se formou já tinha a vivência", conta Dr. Adolfo. O início com Erick não foi tão fácil. O pai revela que conflitaram um pouco, mas acabaram se adaptando ao jeito de ser um do outro. Tanto é que trabalham juntos até hoje. Erick afirma que o fato de ser filho sempre acarretou mais cobrança: "O fato de sermos filhos exige muito mais responsabilidade. Ele sempre nos cobrou quanto a horário pontual, postura, roupa, sempre pra dar o exemplo. Aprendemos todos os serviços do consultório e hoje temos uma equipe na Nato e graças a ela podemos nos dedicar como dentistas, mas sabemos fazer o trabalho como um todo, como fazer um agendamento, atender a porta, etc", detalha Erick.

Depois de Erick foi a vez de Fábio, que igual ao pai e ao irmão mais velho, cursou a faculdade à noite para trabalhar no consultório. "No final da faculdade do Fábio, nós já tínhamos uma fábrica de implante dental e ele passou a dirigi-la. Hoje, ele é diretor geral da fábrica, além de atender na clínica", conta o pai orgulhoso. O segundo filho acredita que a parceria no trabalho só deu certo pela educação que receberam. "Meu pai fez a gente começar de baixo no consultório. No primeiro ano de faculdade eu fazia serviço de banco e outras coisas, depois eu ajudava nas cirurgias lavando os instrumentos e só depois eu passei a ajudar diretamente como assistente dele. Só dá certo porque somos muito próximos e porque fomos educados assim", afirma. Já com a filha mais nova, Kelly, o caminho até a Nato foi um pouco mais longo. Kelly escolheu trabalhar com Pedagogia para pacientes especiais. "Eu fiz Pedagogia, trabalhei na área, mas me senti realizada quando comecei a trabalhar com eles também. Eu sempre gostei da área da saúde", explica Kelly, que cursou técnico em Enfermagem e Higiene Bucal e hoje coordena uma equipe de 20 pessoas na clínica, além de ser assistente direta do pai. "O lado bom é que nós passamos mais tempo com ele. Ficamos o dia todo juntos, mas basicamente falamos só de trabalho. E ainda aos finais de semana nós nos vemos, almoçamos juntos, mas aí não falamos de trabalho", complementa Kelly.

Além dos filhos, as esposas de Dr. Adolfo e de Erick também trabalham nas empresas da família. "Eu sinto que é um privilégio. Eu tenho amigos que os filhos nem moram no mesmo Estado ou país, e o fato de eu estar próximo dos meus filhos diariamente é um privilégio mesmo. Dizem que não basta criar os filhos, é preciso dar emprego a eles. Então, acho que cumpri minha parte, agora eles que deem continuidade", encerra o dentista bem-humorado e orgulhoso.



Ademar (Tabarela) e João Campos, da Loja Campos, em Salto: o filho trabalha junto com o pai nas lojas da família e pretende se especializar cada vez mais, para orgulho do pai

SOBRE AMIZADE...

A história de Ademar de Campos e seu filho, João, não tem pressão do pai e nem mesmo um pedido tímido para cuidar das lojas da família. O negócio de 30 anos em Salto começou com Ademar (conhecido pela cidade como Tabarela) e seus irmãos, que chegaram do Paraná para abrir um negócio. "Começamos com uma loja bem pequena, depois fomos pegando experiência, o bairro também estava começando, e devagar fomos estruturando e seguindo", explica o empresário. Seu filho mais velho, João, conta que desde pequeno andava pela loja, conhecia os funcionários e gostava de "brincar de trabalhar". "Tinha um funcionário que às vezes ia bater fundo de guarda-roupa e deixava eu fazer, por brincadeira mesmo", conta. Filho mais velho de Ademar, João jogava futebol e estudava, mas depois de passar por duas cirurgias no joelho, começou a ficar mais tempo na loja. Há cerca de cinco anos, passou a trabalhar em outra empresa da família, especializada em móveis planejados. "Já tínhamos a loja de planejados e comecei a ficar mais lá. Antes era mais serviço de banco, precisava fazer uma coisinha aqui, entrega, atenda clientes. Hoje, a loja de planejados é minha responsabilidade", conta.

Pai e filho têm uma relação de dar inveja. João afirma que tem no pai o melhor amigo e que as pessoas até estranham, pois ele já acostumou a chamá-lo pelo apelido, conhecido por todos. "Ele é um amigo antes de tudo e ele sabe disso. Então a nossa relação no trabalho é bem tranquila. Tem a cobrança, mas eu tenho muita liberdade na loja", conta. Ademar afirma que para ele foi uma surpresa boa, pois nunca achou que o filho ia seguir seu caminho. "Fica um legado de alguém que possa dar mais tranquilidade pra gente também". Hoje, a família possui três lojas em Salto e pai e filho se dividem nas tarefas, além de uma filha mais nova que ajuda em uma das lojas também.

Pensando no futuro, João termina este ano uma graduação de Gestão Empresarial e pensa em se especializar cada vez mais para o sucesso do negócio. "Como nós temos a loja de móveis planejados, eu penso em cursar Arquitetura também, mas antes vou concluir a de Gestão este ano", destaca, lembrando que ser filho gera, com certeza, mais cobrança dentro do ambiente profissional: "Tem gente que acha que é fácil, mas na verdade a cobrança é sempre maior e, muitas vezes, o trabalho passa do horário e em casa a gente acaba conversando alguma coisa".

Ademar afirma que enquanto tiver saúde vai trabalhar, mas que passos maiores ele já deixa para o filho, ressaltando ainda que seu maior orgulho é o fato de João estar fazendo algo que realmente gosta. "Eu tenho orgulho dele por estar trabalhando comigo, fazendo o que eu faço há 30 anos, mas me dá orgulho mesmo porque eu percebi que é algo que ele gosta e isso pra mim é gratificante", explica o pai, com apoio incondicional ao filho.



Benito e Júlio Begossi, engenheiro e arquiteto, pai e filho, comandam há 15 anos a B2 Arquitetura e Engenharia

SOBRE LEALDADE...

Benito Begossi e Júlio Begossi são pai e filho, amigos e sócios. Engenheiro há 40 anos, nos últimos 15, pai e filho comandam a B2 Arquitetura e Engenharia e afirmam que o trabalho deles é a mais pura complementação. Júlio é arquiteto e brinca que o pai, especializado em Cálculo Estrutural, põe em pé as suas inspirações arquitetônicas. "Por incrível que pareça, a mesma pessoa que o incentivou a ser engenheiro, me incentivou a fazer Arquitetura. Eu sempre gostei de desenhar e era fascinado pelo mundo da Arquitetura. No escritório do Enio Passafini, ele me abriu a porta pra Arquitetura e deu o pontapé inicial", explica o profissional.

No dia-a-dia, pai e filho trocam ideias e explicam que a receita pra dar certo é o respeito mútuo e o sentimento. O maior empecilho entre eles nunca é relativo à relação pessoal e sim a diferença de idade. "A única coisa ruim é a diferença de idade e às vezes algumas cobranças. O que ele acha que deve ser feito, às vezes eu não concordo e vice-versa. Então a gente busca sempre o equilíbrio no trabalho", afirma Júlio. De uma forma bem italiana, pai e filho/engenheiro e arquiteto se entendem, conversam o dia todo sobre a vida profissional e pessoal e conseguem buscar uma decisão quando surge um conflito. "Não é muito ferenha a condição de estar aqui dentro como profissionais apenas, é uma mistura", complementa Júlio, que tem no pai um exemplo e um norte.

Uma situação que marcou a parceria entre eles foi quando Júlio entrou num projeto para um empreendimento na cidade e, em determinado momento, seus parceiros desistiram e foi no pai que buscou conselhos, força e muita conversa para decisões a serem tomadas como profissional e sócio. "É muito difícil existir uma separação muito grande aqui dentro, como ele só engenheiro e eu só arquiteto, é tudo puro envolvimento. O meu melhor amigo é ele. Desta forma, tem momento que a gente não consegue ser só profissional", revela o filho, que instantaneamente recebe a resposta emocionada do pai: "Minhas filhas são extremamente ligadas a nós e minha mulher também, elas dão um suporte pra nós e isso faz um bem pra mim que você não imagina. Ainda mais ouvindo essas palavras dele".

Questionado sobre o ingrediente principal para o sucesso da parceria, relação de pai e filho e, principalmente, a amizade entre eles, Benito dispara: "Lealdade, só! Se houver lealdade, funciona", conclui o engenheiro orgulhoso.

Turistas em Florença



A Pucci, agora interpretada por Massimo Giorgetti, abre as portas de seu Palazzo na Itália: seu icônico terraço, agora ligado às ruas. O mood é enérgico, a velocidade acelerada e o resultado é preciso. Estampas que já existiram trazem outro Emilio Pucci à tona: uma composição de ilustrações. Novas inspirações adicionam uma pitada de ironia pop art com a estampa "Turistas em Florença", que também é interpretada nos bordados. O logo atualizado tem um padrão rítmico, enlaçado à Fior de Liz. As echarpes se transformam em vestidos com forma simples, em nó, como se estivessem amarradas no pescoço. As camisas são peças essenciais e são usadas em sua forma mais clássica ou até mesmo desconstruídas. Os casacos masculinos e as sandálias flats com aplicação de penas dão leveza eterna ao caminhar. As cores de Pucci são realinhadas e remontadas. A coleção é um sistema de elementos para construir e reconstruir a imagem da mulher, de acordo com seus desejos. O estilo despreocupado é hoje uma atitude e uma qualidade: uma coleção ready to wear fácil de vestir, um statement da moda.



Crys Filó

11 4022-4765



CHOLET®

AI
Ana Hickmann

MAMONA

Al. Barão do Rio Branco, 384
Centro • Itu • Fone 11 4022-1311

f

passarelas



Mix de inverno



A coleção de inverno da Amapô, desfilada na São Paulo Fashion Week de inverno, detalha bem o mix casual desta temporada, com jeans, moletom, patchwork, prints etc.. O denim aparece com várias lavagens diferentes combinados com sarja ou aplicado em cima de peças como o moletom oversized, formando a estampa de onça, ou em triângulos com pedras coloridas bordadas, com calça flare. A novidade da coleção são as listras feitas através de lavanderia: a marca usou o jeans inteiro, costurou formas retangulares enormes e, depois da lavagem, o descosturou, num mix de cores que vai do azulão ao quase preto.





Fotos: Agência Fotografic e Ag News

O denim aparece com várias lavagens diferentes combinados com sarja ou aplicado em cima de peças como o moletom oversized, formando a estampa de onça, ou em triângulos com pedras coloridas bordadas, com calça flare



Amauri Giorgi

Atelier Surama Diniz

Vestidos de Festa

LOCAÇÃO E VENDA

Rua dos Andradas, 680 - Centro - Itu
Tel.: (11) 4013-0754 - WhatsApp (11) 9 9756-7151

@suramadiniz Surama Diniz
ateliersuramadiniz@bol.com.br



Pijama masculino longo R\$ 75,00



Chinelo masculino R\$ 28,00



Cueca Box R\$ 20,00



Pijama masculino curto R\$ 65,00



Conjunto de lingerie R\$ 45,00



Samba Canção R\$ 29,90



Camisola R\$ 40,00



Regata R\$ 45,00



Top R\$ 36,00



Short saia R\$ 75,00



Salto - Itu - Indaiatuba
(11) 4029-6895
www.lingerieexcellence.com.br

MEGA
LIQUIDAÇÃO
TUDO ATÉ
R\$29,90

TOO STORE

MODA
FEMININA
MASCULINA
E INFANTIL

AS MELHORES
MARCAS A PREÇOS
INCRÍVEIS



♥
LOVE TOO

TOO MAN

TOO KIDS

♥ LOVE TOO KIDS



ANNUNCIATO
DELUXE

 toostore

 @toostoremotas

 www.toostore.com.br

 www.fb.com/toostoremotas

RUA SANTA RITA 981 CENTRO

TEL: (11) 2715-4559



Lokas & Dondokas

Accessórios

Av. Plaza, 120, sala 2, Itu/SP
Tels.: (11) 9 4775-9665 e 9 9451-1763.
Facebook: Lokas & Dondokas Acessórios
Instagram: lokasedondokas_acessorios

Verão
2016

belle scarpe
CALÇADOS E ACESSÓRIOS

Rua Barão do Rio Branco, 113 - Centro
11 2429-5108 - Itu/SP

Ferrucci



Conheça a Le Luxe

Raquel Kwok acaba de inaugurar a boutique, que traz novas tendências para Salto e região

Com um conceito inovador para Salto e região, a recém-inaugurada Le Luxe traz diversas novidades e tendências do mundo fashion, além de atendimento personalizado e preço justo, como define a proprietária Raquel Kwok. A boutique, além de vender multimarcas, também proporciona a sua grife própria, com roupas e acessórios bem alegres, sempre escolhidos com inovação. Outro diferencial da Le Luxe é a preocupação em garantir a exclusividade dos itens. "Por Salto ser uma cidade menor, tenho a preocupação em não trazer muita quantidade das mesmas peças, mas sim variedades exclusivas", comenta a proprietária Raquel. Além da loja física, no Centro de Salto, a Le Luxe mantém espaço nas redes sociais, onde divulga as novidades e também dá dicas de looks para suas clientes se inspirarem. Conheça algumas peças e looks da boutique nas fotos.

MAIS: A Le Luxe fica na rua 23 de Maio, 539, esquina com a rua José Revel. Tels.: (11) 2840-4135 e (11) 9 5617-1001. Siga no Facebook e Instagram: Le Luxe



fotos: Davidgego - modelo: Julia Coltro - looks: Le Luxe



R. 23 de Maio, 539 - Centro - Salto/SP

Tel.: (11)956171001

leluxeconatao@gmail.com





Kia Motors é destaque nos EUA

Com recorde de automóveis em circulação no mercado estadunidense, a Kia Motors alcançou outro marco histórico, no último mês, quando a J.D. Power reconheceu a montadora com a segunda maior pontuação em estudo do IQS – Initial Quality Study 2015, que atribuiu melhorias veiculares em 20 pontos em relação ao seu desempenho anterior, em 2014. A Kia Motors saltou quatro posições, agora para o 2º lugar entre as 33 marcas de automóveis. A ascensão de Kia foi comprovada, em especial, pelo desempenho de dois modelos líderes mais vendidos da empresa, o Soul e o Sorento, enquanto o Rio, Optima, Cadenza, Sportage e Carnival, todos classificados entre os três primeiros de suas respectivas categorias. "Acreditamos que o relatório J.D. Power não deixa dúvidas de que Kia constrói veículos de classe mundial. Os resultados são gratificantes, já que o estudo IQS reflete a voz de nossos clientes", disse Michael Sprague, Chief Operating Officer e vice-presidente executivo da Kia Motors America.



COLÉGIO ALMEIDA JÚNIOR FORMA NOVOS CONTADORES DE HISTÓRIA

O Colégio Almeida Júnior realizou, no final do mês de junho, a formatura dos novos alunos contadores de histórias dentro do projeto Contadores de Estrelas, pioneiro na cidade. O projeto completa 11 anos de existência e seus alunos, já formados, apresentaram histórias em várias instituições de Itu. Cada aluno que participa dessa atividade consegue descobrir o contador que existe dentro dele. Além de fazer apresentações em instituições da cidade, como creches, abrigos e asilos, o Contadores de Estrelas também visa enriquecer os trabalhos realizados pelos professores do Ensino Fundamental II com histórias relacionadas ao tema estudado em cada disciplina; leituras - debates, e o cantinho da história, onde os alunos saboreiam diversos contos na hora dos intervalos. Durante a solenidade, também foi lançada a Campanha do Sebo Literário. Os estudantes dos quintos anos estarão arrecadando livros novos e usados que serão vendidos num evento realizado no mês de novembro na praça Padre Miguel (Matriz). Todo o dinheiro arrecadado com a venda desses livros será revertido para entidades assistenciais.

MAIS: O Colégio Almeida Júnior fica na rua Sorocaba, 664, Itu. Mais informações através do telefone (11) 4013-1556 ou pelo site www.colegioalmeidajunior.com.br



Antik - Coleção Garden na Bertajoni

Inspirada nos jardins mais floridos e perfumados, a Antik lançou a coleção Garden! A linha inclui uma caixa Garden, um vidro de difusor de aroma e um jogo de varetas para difusor com quatro borboletas - em papel com relevo altamente absorvente - que, além de decorativas, servem para aumentar a potência do perfume nos ambientes. A coleção Garden da Antik pode ser encontrada na Bertajoni, em Salto.

MAIS: A Bertajoni fica na rua 7 de Setembro, 22 - Centro - Salto. Tel.: (11) 4029.3962 / (11) 4029.5961 / (11) 4021.0732.

Ceunsp marca vestibular e anuncia cursos

O Ceunsp divulgou a data do vestibular para 2016, que será em 26 de setembro, e anunciou quatro novas opções de cursos superiores. Entre as novidades estão três cursos na área de Comunicação: Produção Audiovisual e Produção Publicitária, com dois anos de duração, serão oferecidos no período da manhã e aproveitam toda a infraestrutura de laboratórios e estúdios de TV, Cinema, Fotografia e Publicidade disponíveis aos cursos noturnos. À noite, haverá o curso de Comunicação e Mídias Sociais, com 2,5 anos de duração, voltado a formar profissionais que atuam diretamente com a política de comunicação de uma empresa e interagem com os públicos interno e externo. Outra novidade é a opção do concorrido curso de Engenharia Civil agora também no período da manhã. O curso da Faculdade de Engenharia e Arquitetura (FEA) é um dos primeiros a lotar, em virtude de sua qualidade e pela alta demanda por profissionais no mercado. As inscrições já estão abertas e podem ser feitas nos campi do Ceunsp, nas cidades de Itu e Salto, ou pela internet, no site vestibulares.info.



Óculos que são tendência na temporada

Com a chegada das baixas temperaturas, alguns acessórios são acrescentados aos looks, como as boinas, os gorros, os cachecóis, as meias-calças, as botas e, claro, os óculos – que, independentemente de escuros ou de grau, transformam-se em grande curinga para modernizar o visual. A Fototica, uma das maiores redes de óticas do país, traz nesta temporada releituras dos modelos que foram sucesso no final dos anos 60 e 70, como os óculos redondos, espelhados, e o atemporal aviador, entre outros.

MAIS: SAC: 0300 10 68 422 site: www.fototica.com.br

AS MELHORES OFERTAS PARA SUA COZINHA.

PARA MANUSEAR, FACILITAR O MOVIMENTO DAS MÃOS, EMBELEZAR, PEGAR, CORTAR, DESCASCAR, CRIAR E TRANSFORMAR EM ARTE O ATO DE COZINHAR.



Frigideira
Linha Ceramic Life 4.5

4701/134 - Ø 24x5 cm - 1,8 L

de R\$ 189,90
por R\$ 147,90



Antiaderente cerâmico
Não gruda e limpa mais fácil.



Menos óleo



Mais saudável
Não solta resíduos tóxicos
nem metais pesados.



Balde Térmico com
Tampa

2118/101 - 1,5 L

de R\$ 139,90
por R\$ 99,90



Coqueteleira

2354/100 - 500 ml

de R\$ 139,90
por R\$ 99,90



Galheteiro Inox

1560/100 - 5 Peças

de R\$ 139,90
por R\$ 99,90

Utensílios Coza

de R\$ 26,90
por R\$ 14,90
valor unitário

DESCASCADOR
TIPO FACIA

Ref. 86012/3435

ESPÁTULA PARA
MANTEIGA

Ref. 86007/3435

PÁ PARA
PIZZA

Ref. 86010/3435

PLAINA PARA
QUEIJO

Ref. 86011/3435

ESPUMADEIRA

Ref. 85004/3435

ESPÁTULA
PERFURADA

Ref. 85005/3435

PEGADOR DE
MASSA TIPO CONCHA

Ref. 85003/3435

CONCHA

Ref. 85002/3435

FACA 5" UTILITY

Ref. 86018/3435

FACA 3.5" PARA DESCASCAR

Ref. 86019/3435

ESPÁTULA PARA PEIXE

Ref. 85006/3435

Ofertas válidas enquanto durarem os estoques.

Sala quente para o inverno

INSPIRAÇÃO EM ELEMENTOS ÉTNICOS TORNA LIVING MAIS ACONCHEGANTE

Uma sala de estar é pensada para promover a convivência entre a família e os amigos, estimulando a conversa e o tempo livre com a companhia de outras pessoas. Pensando nisso, as arquitetas Erika Fukunishi e Thalita Miyawaki criaram um projeto de living que valoriza o conforto e o aconchego para tornar momentos de descontração ainda mais gostosos, mesmo durante o inverno.

Além de ampliada e reformada, a residência de 413 metros quadrados foi redecorada, função desempenhada pelas profissionais. A primeira ideia para a sala de estar era manter o mesmo pé direito do restante dos cômodos. Mas, a partir da característica da família, um casal e dois filhos jovens, que costuma viajar muito e gostaria de um espaço



O layout da sala foi pensado para acolher convidados próximos à lareira

Fotos: Nanaid Radwanovic/Divulgação



A escolha da decoração étnica foi feita pela proprietária, com o objetivo de criar uma sensação de liberdade e aconchego inspirada em estampas animais marcantes e tecidos quentes

dedicado ao inverno, a altura foi mais valorizada, tornando o ambiente mais imponente, trazendo grandiosidade e requinte à lareira.

O layout da sala foi pensado para acolher convidados próximos à lareira com uma mesa de centro funcional para apoiar taças de vinho e petiscos. "Utilizamos dois assentos confortáveis para o casal relaxar nos dias de inverno e duas poltronas mais ergonômicas para as visitas", explica Erika Fukunishi.

A escolha da decoração étnica foi feita pela proprietária, com o objetivo de criar uma sensação de liberdade e aconchego inspirada em estampas animais marcantes e tecidos quentes. "Muitos objetos dessa sala foram trazidos do exterior e fazem parte de recordações e memórias afetivas dos moradores, tornando a utilização do espaço ainda mais prazerosa para a família", comenta Thalita Miyawaki.

Na Abitare você encontra exclusividade e estilo com a melhor relação custo benefício. Aproveite nossas condições de pagamento e invista no seu conforto.



ISO
9001
certified
20 anos

Garantia
de
6
anos
de fabricação

100%
MDF

Rua Rui Barbosa, 548 - Salto/SP
(11) 4456.6995  Abitare design
www.designabitare.com.br

Com 20 anos de experiência no ramo de planejados, **Wolney Dellegá** é responsável pelo setor de desenvolvimento de projetos e sócio proprietário da Abitare Design.



ACCIAIO®

CONSTRUÇÕES METÁLICAS LTDA.

Sua empresa especializada em estruturas metálicas para a construção civil.



Residências
"Cond. Serra das Cabras"



Obras Diferenciadas
"Cond. Fazenda Alvorada"



Shopping Center
"Iguatemi São Paulo"



"Know-how" Tecnológico
"Estação República do Metrô"



Edifícios Múltiplos Andares
"Aeroporto de Viracopos"



Edifícios Industriais
"Parque Industrial Brasileiro - Sumaré/SP"



Edifícios de Processos
"Usina Nova América"



Marquise
"Hospital Prof. Edmundo Vasconcelos"

WWW.ACCIAIO.COM.BR



Benincasa Arquitetura busca na loja Ponto Final o novo e o belo aliado à qualidade

por GISELE SCARAVELLI



Fotos: Divulgação

No projeto da Benincasa Arquitetura em Indaiatuba foram utilizados diversos produtos da Ponto Final Revestimentos

Arquitetas e urbanistas, as profissionais Tânia Benincasa e Taísa Ramos trabalham juntas há mais de dez anos. No escritório Benincasa Arquitetura e Design, projetos de arquitetura, decoração, administração de obra e manutenção, quando necessário, são realizados diariamente sempre com o objetivo principal de proporcionar ao cliente mais do que ele quer, e sim, o que ele necessita em seu dia-a-dia e em seu lar.

Além de contar com uma equipe sempre preparada para melhor atender seus clientes, a Benincasa Arquitetura também busca parceiros e qualidade em seus produtos e, por isso, sempre recorre a Ponto Final. "Em nossos projetos buscamos sempre o diferencial, o novo e o belo, aliados à qualidade do produto. A Ponto Final nos atende em todos estes quesitos no que se refere a acabamento", ressalta Tânia.

Tânia e Taísa destacam um de seus últimos projetos, realizado na cidade de Indaiatuba. Trata-se de um residencial onde todos os materiais de acabamento são da Ponto Final. Na casa de 640m² foram utilizados: cimento queimado no piso e na laje da fachada, porcelanato HD imitando cimento queimado, porcelanato HD imitando ladrilho hidráulico, pastilha cerâmica e porcelanato imitando madeira. "Nós utilizamos diversos materiais, que encontramos na Ponto Final, de maneiras bem diversificadas", destaca Taísa.

No piso da varanda e caminho de bolas em volta da piscina foi utilizado porcelanato madeira; cimento queimado na laje da varanda e na platibanda da casa; piso cimentício no deck da piscina e pastilha cerâmica no revestimento da piscina. Na área gourmet, porcelanato HD imitando cimento no piso, churrasqueira revestida de porcelanato madeira e balcão e detalhe sobre a pia em porcelanato HD imitando ladrilho hidráulico. "Encontramos produtos de uma grande variedade de fabricantes sempre trazendo os seus lançamentos, isso nos garante a concretização de nossos projetos sem termos que nos deslocar da região. Além de uma equipe muito bem preparada e conhecedora dos produtos, que nos atende com profissionalismo", encerra Tânia.



Gisele Scaravelli

Tânia e Taísa, da Benincasa Arquitetura, atestam e recomendam os produtos da Ponto Final

TÂNIA BENINCASA ARQUITETURA E DESIGN
Rua Monsenhor Couto, 228, Centro, Salto - Tel.: (11) 4021-0285
Site: www.benincasa.arq.br

- ✓ Câmeras IP
- ✓ Gestão de imagens e áudio
- ✓ Ângulo de 180° até 360° graus
- ✓ Acesso via celulares, computadores e tablet

A partir de:

R\$ 39,90
mensais



PIXORD 

OUTROS PRODUTOS



VigiaPec



Uma solução completa de gestão de empregados domésticos, desde o processo de contratação, recibos de pagamento, vale transporte, controle de ponto, emissão de guias de impostos e férias, tudo em uma interface simples, integrada e intuitiva, e dentro das diretrizes do Ministério Público Do Trabalho.



VigiaPonto



Sistema de relógio de ponto, através de uma solução completa de gestão de frequência de seus colaboradores, feito através de um smartphone ou tablete, apontando a localização no momento da marcação, através da geolocalização, evitando assim, qualquer tentativa de fraude.



VigiaTask



Solução completa de gestão de tarefas, que proporciona o acompanhamento online de cada colaborador e seu desempenho, dos serviços em aberto, andamento, pendente e concluído, bem como a análise administrativa, avaliação de campo das tarefas realizadas e a qualidade de execução dos



VigiaFull



Em um único sistema a fusão do Vigia Ponto e Vigia Task, assim fica disponível a gestão de tarefas e frequência de seus colaboradores.



VigiaShield



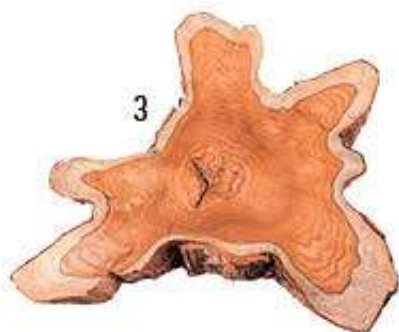
Uma linha completa de películas de segurança, antivandalismo, automotiva e controle solar, presente em mais de 40 países, a melhor tecnologia em películas do mundo, presente no Brasil através da ACE Laminados.



VigiaCar



Uma software de gestão da frota, que analisa e gerencie de forma pontual todo o ciclo que envolve os veículos, a partir do controle dos pneus, manutenções, consumo de combustível, velocidade, condutor, rastreador entre outros, tudo em tempo real.



- 1 - poltrona 150 da CLAMI
www.clamidesign.com.br
- 2 - móvel Sending Animals Vaca do GRUPO VISZLA
www.grupoviszla.com.br
- 3 - escultura Corte de Raiz e Forquilha de Teca da TEAKSTORE
www.teakstore.com.br
- 4 - estante cruzada da MUMA
www.muma.com.br
- 5 - sofá Sopra da GALATEA
www.galateacasa.com.br
- 6 - luminária de piso Metropolis Spot da KARE
www.kare-saopaulo.com.br
- 7 - sofá Oxford Nappalon da KARE
www.kare-saopaulo.com.br
- 8 - mesa para jogo Style (pebolim) da KARE
www.kare-saopaulo.com.br
- 9 - Mão de Fátima em aço corte efeito enferrujado da BERTAIONI - ESPELHOS, VIDROS, MOLDURAS E DECORAÇÕES, Rua 7 de Setembro, 22, Centro, Salto, tels.: (11) 4021-0732, 4029-3962 e 4029-5961, site: www.ber tajoni.com.br facebook: bertajoni vidros, molduras e decoração
- 10 - Linha Happy Hour da BERTAIONI - ESPELHOS, VIDROS, MOLDURAS E DECORAÇÕES, Rua 7 de Setembro, 22, Centro, Salto, tels.: (11) 4021-0732, 4029-3962 e 4029-5961, site: www.ber tajoni.com.br facebook: bertajoni vidros, molduras e decoração
- 11 - Adega Gourmand (30 garrafas) da BRASTEMP
www.brastemp.com.br



Home Decor abre as portas em Itu

A Home Decor Itu foi inaugurada há um mês na cidade, com móveis planejados e sob medida, tudo da mais alta qualidade. A loja oferece aos seus clientes projetos executados por profissionais qualificados. Pontualidade na entrega e instalação profissional também são essenciais para que o serviço seja completo. Além disso, a Home Decor conta com uma ampla linha de produtos disponíveis para diversos tipos de ambientes, decorando casas e escritórios, agregando funcionalidade e beleza com produtos de alto padrão, design contemporâneo e acabamento refinado.

MAIS: A Home Decor fica na avenida da Saudade, 234, bairro Padre Bento - Itu. Tels.: (11) 2715-7334, 2715-7335, 4022-6245 ou 4022-6225. Conheça mais no site www.homedecoritu.com.br



A Home Decor Itu é a mais nova loja de móveis planejados e sob medida da região.



fotos: Giselle Scaravelli

VIAJE COM A MELHOR, VIAJE COM A CI!

VENHA NOS VISITAR E SABER TUDO SOBRE **INTERCÂMBIO E VIAGEM** COM QUEM MAIS ENTENDE DO ASSUNTO.

CURSOS DE IDIOMAS

São diversos tipos de cursos para você que quer aprender e conhecer lugares incríveis pelo mundo!

MOCHILÃO®

Escolha o seu roteiro e prepare-se para trazer muitas histórias e emoções na bagagem!

HIGH SCHOOL

Estude um semestre no exterior e tenha uma experiência inesquecível!

INTERCÂMBIO TEEN®

Aproveite suas férias para conhecer novas pessoas, idiomas e paisagens.

E MUITO MAIS!



Para saber mais, ligue para **19 3392.4800** ou visite nossa loja: **CI Indaiatuba** | 24 de maio, 784 - centro indaiatuba@ci.com.br

Rede CI. Mais de 80 lojas em todo o país.



ci.com.br/blog



[/ciintercambio](https://www.facebook.com/ciintercambio)



[@ci_intercambio](https://twitter.com/ci_intercambio)



[ci.com.br/instagram](https://www.instagram.com/ci.com.br/instagram)

ci.com.br

you learn with the world





Pense em um sabor especial para essa noite.
 Conheça o cardápio delivey Pizzaria Luis XV

www.pizzarialuisxv.com.br

Imagem demonstrativa do produto podendo variar de acordo com disponibilidade. Consulte taxa de entrega e locais atendidos



*Mais de 130 sabores de pizzas.
 12 Sabores de Palmito recheado!*



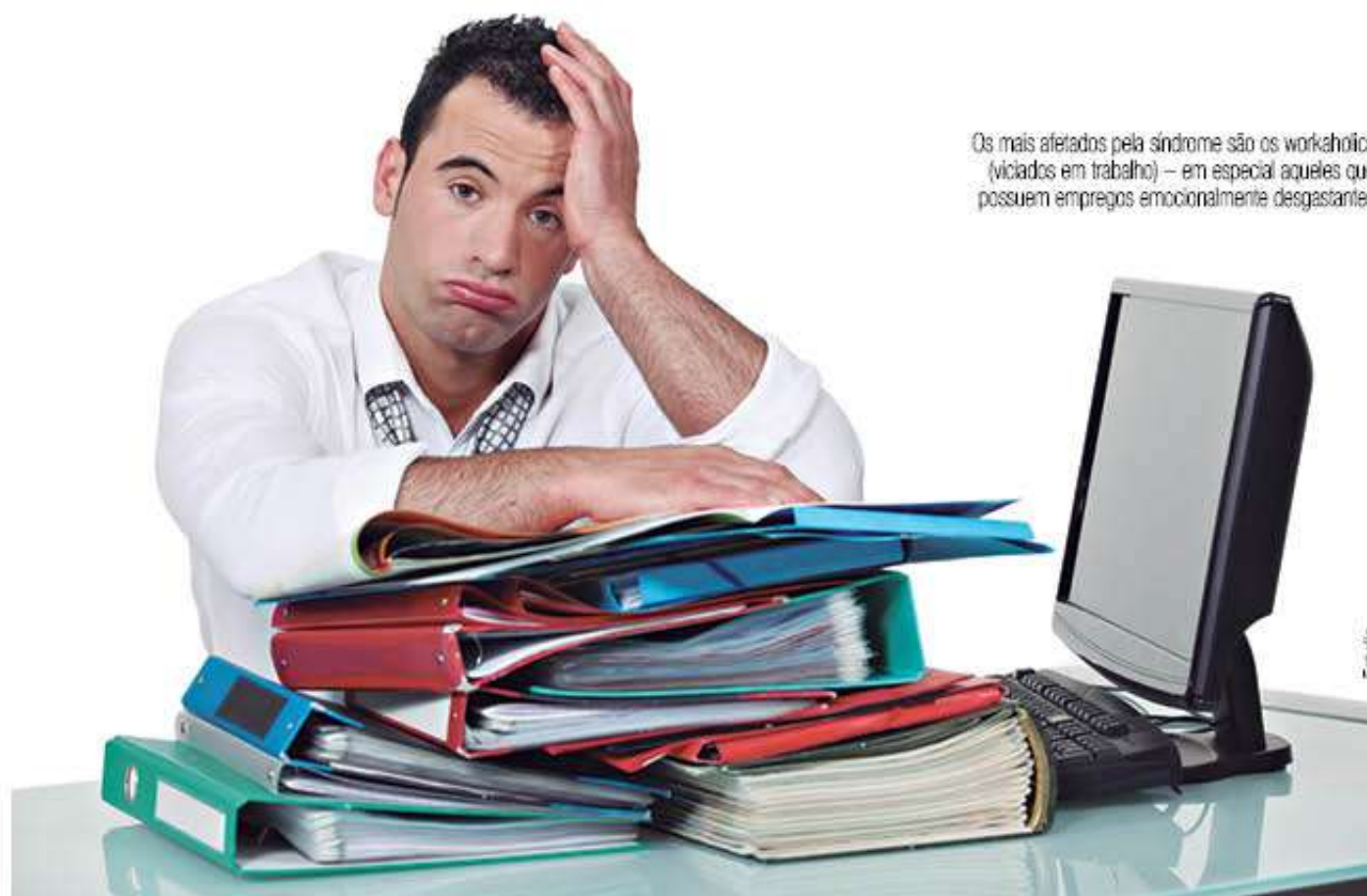
Delivery de Terça a Domingo
 Telefone (11) 4403-8502

Acesse nosso facebook
 e confira nossas promoções!
 /pizzarialuisxv



No limite!

CONHEÇA O BURNOUT: A SÍNDROME DO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL, SIMILAR A UM COLAPSO MENTAL GRAVE



Os mais afetados pela síndrome são os workaholics (viciados em trabalho) – em especial aqueles que possuem empregos emocionalmente desgastantes

Foculia

Num dia estressante de trabalho, é comum usar expressões como “estar no limite” ou “a ponto de explodir”. Aparentemente, essas frases parecem não passar do sentido figurado, mas o que pouca gente sabe é que, quando se atinge o nível máximo de estresse profissional, é possível entrar num colapso mental grave, semelhante a uma explosão: trata-se da síndrome de Burnout.

Conhecida desde os anos 1970, a síndrome de Burnout faz referência ao ato simbólico de “ser consumido pelo fogo”, e representa o mais elevado estágio de esgotamento.

Estudos recentes sugerem que a síndrome de Burnout pode diferir entre gêneros, sendo que em homens há maior prevalência de sintomas de despersonalização, enquanto em mulheres mais sintomas de exaustão emocional. “Os mais afetados são os chamados workaholics (viciados em trabalho) – em especial, aqueles que possuem empregos emocionalmente desgastantes”, explica Armando Ribeiro, psicólogo e coordenador do Programa de Avaliação do Estresse da Beneficência Portuguesa de São Paulo. “Sobrecarga de tarefas, baixa autonomia e excesso de demanda são alguns dos fatores que podem levar ao quadro”, completa o especialista.

Quando somado a problemas pessoais, o estresse profissional se torna cumulativo e, aos poucos, causa danos emocionais e físicos, e também impacta relações sociais e afetivas. “Comportamento agressivo, mudanças bruscas de humor, irritabilidade, ansiedade, depressão e baixa autoestima são algumas das consequências do Burnout”, detalha.

“A síndrome também leva à baixa imunidade, e favorece problemas como dores de cabeça, cansaço, suor excessivo, pressão alta, dores musculares, insônia, distúrbios gastrintestinais e outros”, alerta Armando.

Desmotivadas e sob pretexto de falta de tempo, é comum que as vítimas de Burnout percam, aos poucos, o interesse em hobbies e atividades de lazer. Entretanto, renunciar a esses hábitos só agrava a situação. “O tratamento da síndrome é baseado em psicoterapia (Terapia Cognitivo-Comportamental), práticas meditativas (conhecidas como mindfulness) e, eventualmente, antidepressivos, mas também preza pelo bem-estar e qualidade de vida”, explica o especialista.

“A prática de esportes, exercícios, alimentação saudável, sono regular e, especialmente, momentos de descontração são ações essenciais para se curar”, conclui.

Dra. Cátia Gomes em novo endereço

A nutricionista Cátia G. Gomes de Oliveira trabalha na área de Nutrição Funcional e Esportiva. Em Itu, atende diversos casos em seu consultório, onde auxilia crianças e adultos que buscam a reeducação alimentar e qualidade de vida. Através de uma conversa com cada paciente, uma dieta equilibrada é proposta para que todos os benefícios de cada alimento sejam bem aproveitados. A orientação de um profissional da Nutrição é de fundamental importância na distribuição e no porcionamento de alimentos, horários de refeições e como se alimentar corretamente. Para isso, a profissional trabalha de forma individual e personalizada de acordo com a realidade da rotina habitual de cada um. A partir deste mês, ela passa a atender, adultos e crianças a partir de dez anos, em novo endereço, na rua Piauí, 140, no bairro Brasil, em Itu.



Criste Scavelli

Dra. Cátia G. Gomes de Oliveira

CRN 40940-P

Rua Piauí, nº 140 - B. Brasil - Itu

Tel.: (11) 4022-5991 / 4023-5316



BOMBONS DE BEM ESTAR

FÓRMULA EXCLUSIVA VITAL FLORA

Bombom de Astaxantina

Ação Antioxidante e Rejuvenescimento

Bombom de Saffrin + Serenzo

Anti-estresse e controle da ansiedade

Bombom de Ziam + Ilex Parag.

Emagrecimento e controle de saciedade

CONSULTE NOSSAS ATENDENTES!



Siga-nos no
Facebook

R. Capitão Fleming, 250 - Vila Nova - Itu - SP

www.vitalflora.com.br

Tel.: (11) 4024.1444

VITAL FLORA
Farmácia de Manipulação e Homeopatia

Com a Feminine, revele a beleza que há em você!



ANTES



DEPOIS



**Transformação: Tratamento capilar • Corte • Maquiagem
• Correção de cor e mechas**

www.itu.com.br/feminine

Rua Vinte de Janeiro, 281 - Centro - Itu
Fones (11) 4022-6605 / 4023-2452

Feminine

HAIR

RENOVE SUAS FORÇAS E HARMONIZE SEU CORPO ATRAVÉS DO YOGA

- Diminui o estresse, a ansiedade e ajuda a desenvolver uma atitude positiva;
- Ajuda o quadro de insônia e depressão;
- Melhora a coordenação motora e a flexibilidade ao corpo;
- Aumenta a concentração e o equilíbrio emocional;
- Equilibra as secreções hormonais das glândulas;
- Melhora a respiração, bem como a circulação sanguínea e linfática;
- Relaxa os nervos e os músculos;
- Melhora a postura diminuindo dores nas costas;
- Aumenta a força dos músculos e a flexibilidade nas articulações;
- Melhora a capacidade imunológica e massageia os órgãos internos;
- Aumenta o rendimento escolar e o sucesso profissional;
- Prepara a criança para os choques químico-hormonais da puberdade tornando-o um adulto mais seguro, determinado e feliz;



Ganesha Aulas de Yoga, Terapias Holísticas e Cursos
Rua Sergipe, 110 - B. Brasil - Itu-SP
(11) 2429-2932 - 99784-4507 Vivo - 98546-9797 Tim

Ganesha Aulas de Yoga e Terapias Holísticas

www.ganeshayoga.com.br

Yoga é sinônimo de bem-estar para o corpo e a mente.

Dr. Alberto Nobuyuki Morissugui

Cirurgia Vascul - Endovascular e Angiologia

CRM 86.702

PROCEDIMENTOS A LASER:

- Fotorrejuvenescimento (melhora das linhas de expressão)
- Retirada de tatuagens escuras
- Lesões Pigmentares (manchas)
- Melhora de estrias recentes
- Queloides recentes
- Cicatriz Hipertrófica
- Melhora da Acne Ativa
- Telangiectasias (vasinhos)
- Varizes
- Veias Reticulares
- Cirurgia de Hemorroidas



Em novo endereço!

CLÍNICA
Tratis
TRATAMENTOS INTEGRADOS EM SAÚDE
www.tratis.com.br

(19) 3115-3350

(19) 3017-5878 (após 14h)

Rua das Orquídeas, 667 - 8º andar
Torre Medical - Office Premium
Indaiatuba/SP

Facetas de porcelana

Quem nunca se impressionou com o sorriso alinhado e branquinho de atores, atrizes e apresentadores de TV? Será que todos já nasceram com os dentes tão perfeitos?

Com certeza, não!

A técnica que garante o sorriso perfeito de muitos famosos por aí são as facetas de porcelana.

As facetas de porcelana são finíssimas lâminas de porcelana, aproximadamente 0,7 mm de espessura, que são cimentadas na face frontal dos dentes.

Tais fragmentos de porcelana podem ser utilizados quando se há intenção de modificar a cor ou forma dos dentes, corrigir pequenas imperfeições, tais como diastema, dentes quebrados ou desalinhados.

Para que o resultado seja perfeito, todas as etapas de trabalho devem ser rigorosamente cumpridas.

O passo a passo do procedimento estético bucal começa com uma longa conversa com o paciente para entender bem quais são suas queixas e quais são suas expectativas em relação ao tratamento. Em seguida, fotografias dos dentes (fig. 1), do rosto, do sorriso, radiografias e moldagem são realizadas.

A partir do modelo de estudo, uma técnica chamada enceramento diagnóstico será realizada para permitir ao paciente e ao dentista imaginar o resultado final. E também a partir deste enceramento, que uma prévia, chamada de "mock up" é feita na boca do paciente. Desta forma, o paciente e o dentista conseguem avaliar os resultados estéticos, fonéticos e funcionais. Nesta fase, ainda é possível fazer modificações.

Uma vez aprovado o resultado, chega a hora de fazer o preparo dos dentes. Os dentes sofrem um pequeno desgaste. Uma nova moldagem é realizada, e o trabalho vai para o laboratório.

As facetas chegam do laboratório para os últimos ajustes em boca e então as lâminas são cimentadas, deixando o paciente com um sorriso novo, harmônico e lindo (fig.2)!



FIGURA 1



FIGURA 2

Tratamento todo idealizado e realizado pelo Dr. Fábio Shiratori e pela Dra. Flávia Italiani Shiratori

O IIAC fica na rua Padre Bartolomeu Taddei, 534 - Centro, Itu. Tel.: (11) 4023-2202.

www.iiac.com.br

www.dentistaitu.com



Dra. Flávia Italiani Shiratori
Cirurgiã Dentista (DDS) pela USP - Bauru, Doutora (PhD) em Estomatologia e Biologia Oral pela USP - Bauru, Pós graduada em Periodontia, Implantodontia e Cirurgia Avançada

Dr. Fábio Kenji Shiratori
Cirurgião Dentista (DDS) pela USP - Bauru, Mestre (Ms) em Reabilitação Oral pela USP - Bauru, Especialista em prótese Dentária pela PROFIS - Bauru

Robson Soares Creative Salon em Itu



O cabeleireiro Robson Soares é especializado pela Academia Wella, RedKen e L'Oréal. Com mais de dez anos de experiência, atua principalmente na correção de loiros e cabelos alaranjados com a utilização do Climazon, proporcionando rapidez e qualidade em colorações e mechas. Em seu novo endereço, no bairro Brasil, em Itu, ele oferece também tratamentos com o que há de melhor no mercado da beleza para mulheres e homens. No Creative Salon, você pode escolher manicure, maquiagem express para o dia a dia, designer de sobrancelha, penteados e make night, além de tranquilidade com os pequenos, pois o local conta com um Espaço Kids. Marque já seu horário!

MAIS: O Robson Soares Creative Salon fica na avenida Boa Vista, 169, bairro Brasil - Itu. Para marcar um horário, ligue (11) 4023-4079 ou 9 9446-9720 ou escreva para atendimento@robsonsoarescs.com.br

O novo salão conta com cabeleireiro, manicures, maquiagem, designer de sobrancelha, entre outros serviços

fotos: Giselle Scamarelli



phd pharmaderma
 Farmácia com Manipulação
Há 14 anos cuidando de você

Se pudéssemos resumir estes 14 anos em uma palavra, diríamos **DEDICAÇÃO!** Sem ela, não poderíamos ter o compromisso com a qualidade de vida dos nossos clientes.

DEDICAÇÃO em cuidar de você

- %** Durante este mês, todas as segundas-feiras, medicamentos manipulados com até 20% de desconto.
- Dia 15** Limpeza de pele para você cliente Pharmaderma. Inscrições até dia 14/08
- Dia 25** Campanha Viva Bem! Atendimento especial para diabéticos e hipertensos. Horário: 7h às 9h
- Dia 31** Sorteio de uma cesta completa de cosméticos!

 **11 9.8872.2936**

[/pharmaderma.salto](https://www.facebook.com/pharmaderma.salto)
www.pharmadermasalto.com.br

Av. Dom Pedro II, 552, Centro, Salto, SP
11 4028.3601 ou 11 4028.3602

Estacionamento gratuito para clientes pharmaderma
Av. Dom Pedro II, 603, Centro, Salto

VISCOSSUPLEMENTAÇÃO para tratar Artrose do Joelho

Viscossuplementação alivia as dores da artrose e pode até evitar cirurgias

A viscossuplementação é um tratamento utilizado para reposição de fluidos nas articulações com desgaste (artrose, osteoartrite, artrite). Podemos dizer que seria como colocar um "lubrificante" entre as estruturas ósseas e cartilaginosas das articulações, para que diminua o impacto e a dor. A viscossuplementação pode proporcionar alívio imediato e seguro para pacientes com artrose do joelho e quadril.

Depois da aplicação a cartilagem da articulação está mais protegida devido à diminuição do atrito e ao aumento na capacidade de absorver choques. As injeções trazem alívio imediato para a dor e melhora da função. É importante esclarecer que não se trata de um corticoide, anti-inflamatório que tem vários efeitos colaterais; e sim ácido hialurônico, que é o mesmo componente que já existe no líquido sinovial de uma articulação saudável.



CIRURGIAS DO JOELHO

Artroscopia | Ligamentos | Osteotomias | Próteses de Joelho

Os joelhos são um mecanismo complexo, do qual dependemos para nos movimentarmos com facilidade. Quando lesionado, os principais elementos são: a cartilagem, o menisco e os ligamentos do joelho. Para os mais diferentes casos, já existem técnicas cirúrgicas eficazes que permitem aos pacientes voltar a ter uma vida normal. Na clínica Dr. Renato João Reis são realizados exames complementares e tratamentos para o joelho e, quando necessário cirurgias artroscópicas e cirurgias de artroplastia (próteses) em hospitais devidamente equipados.



CLÍNICA ORTOPÉDICA E RADIOLÓGICA
DR. RENATO JOÃO REIS
CRM: 82754

Rua Pedro de Toledo, 665 - Centro - Edifício Embassador - 1º andar
Fones (19) 3834-4191 / 3834-4185 - Indaiatuba renatojoaoreis@gmail.com
www.rjortopedia.com.br [#rjortopedia](https://www.instagram.com/rjortopedia)

TERAPIA PERSONALIZADA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Deficiência Intelectual e Múltipla / Dificuldades Motoras / Dificuldades Cognitivas / Doenças Degenerativas / Paralisia Cerebral / Síndrome de Down / Espectro do Autismo / TDAH / entre outras.

Equipe multidisciplinar:

- neuropsicopedagogo
- arteterapeuta
- especialista em deficiência intelectual/visual e educação especial
- educador físico
- nutricionista
- Pet terapia - terapia assistida por animais

PARA TODAS AS IDADES
CRIANÇAS / JOVENS / ADULTOS / IDOSOS



Acessibilidade Cultural, Arte terapia, Teatro e Inclusão

(011) 95813-2241

Itu e região

Saiba mais: www.acattibrasil.com

facebook.com/acattibr

Palestras / Workshops / Oficinas / Manual de convivência / Gastronomia sustentável e muito mais!

INOVAÇÃO NO TRATAMENTO DA DOR POR MEIO DAS ONDAS DE CHOQUE

A Terapia com ondas de choque, utilizada em tratamentos ortopédicos, mostra resultados contra dores crônicas, dispensa cirurgias e diminui o tempo de recuperação do paciente



Dr. Renato João Reis | CRM: 82754

O tratamento por ondas de choque consiste em aplicações de ondas de impacto na região da dor, fazendo com que haja liberação de substâncias analgésicas, quebra de depósitos calcificados e a formação de uma nova vascularização. As ondas de choque são acústicas e de alta energia geradas por uma tecnologia especial, que se propagam através do tecido até a região da dor, tratando o ponto lesado e, em alguns casos, regenerando o tecido que está em sofrimento. São inúmeros os benefícios: o tratamento é realizado no consultório, apenas por médico habilitado, sem necessidade de anestesia e praticamente indolor, tratamento rápido e extremamente eficaz, em geral realizado em três a cinco sessões por aproximadamente 15 minutos cada, tratamento não invasivo, substituindo, na grande maioria dos casos, o procedimento cirúrgico.

INDICAÇÕES: Dores Lombares e outras Dores Musculares Fasceíte Plantar Esporão de Calcânhar | Bursite de Ombro Bursite do Quadril | Tendinite do Ombro | Tendinite do Cotovelo | Tendinite do Joelho | Ponto de Gatilho - Síndrome Miofascial | Retardo de Consolidação Óssea.

MEDICINA ESPORTIVA

Os cuidados dos atletas com o joelho

O joelho é a maior articulação humana e promove o encontro de dois ossos importantes da parte inferior do corpo: o fêmur e a tíbia. Possui ligamentos que amortecem os impactos com o auxílio dos meniscos – que são cartilagens que se situam no meio dos joelhos. É uma das articulações mais complexas do organismo, estando sempre sujeita a lesões tanto traumáticas quanto degenerativas.

Se levarmos em consideração apenas as lesões traumáticas provocadas pelas práticas esportivas, encontramos como as mais comuns as de menisco e as de ligamento. Dentre as ligamentares, as que ocorrem com maior frequência são no ligamento cruzado anterior – um dos quatro principais cruzamentos do joelho. São também frequentes as lesões não traumáticas que ocorrem por sobrecarga – esforço repetitivo – e dentre estas as mais frequentes são as de tendão, lesões musculares e da cartilagem da patela. As lesões não traumáticas não precisam de cirurgia, o tratamento adequado é feito com fisioterapia e trabalho muscular, orientados pelo ortopedista e fisioterapeuta. As lesões traumáticas, meniscais e ligamentares devem ser tratadas cirurgicamente, de acordo com a demanda e nível de exigência do paciente.

Todas essas lesões são tratadas por videoartroscopia. As lesões nos meniscos, dependendo da porção afetada, do local e tipo de lesão, são tratadas por ressecção da lesão ou por sutura do menisco, sempre levando em consideração a importância e manutenção dos meniscos na articulação dos joelhos.

As lesões do ligamento cruzado anterior são tratadas com a reconstrução deste ligamento, utilizando-se enxertos tendinosos retirados do próprio paciente.

Muitas lesões são inevitáveis, pois ocorrem por traumas diretos, ocasionados pelo contato com o adversário em caso de esportes coletivos, ou por torções. As lesões por esforço podem ser evitadas com orientação, avaliação clínica, ortopédica e cardiológica, reforço e alongamento muscular, nutrição adequada e hidratação. O importante, na prática esportiva, é não só pensar na articulação do joelho, mas no corpo humano como um todo, e nunca exagerar nos exercícios, lembrando que a dor é um sintoma importante, determinando ao atleta que é o momento de parar e não sobrecarregar a articulação ou musculatura.



CLÍNICA ORTOPÉDICA E RADIOLÓGICA
DR. RENATO JOÃO REIS
CRM: 82754

Rua Pedro de Toledo, 665 - Centro - Edifício Embaixador - 1º andar
Fones (19) 3834-4191 / 3834-4185 - Indaiatuba renatojoareis@gmail.com

TRATAMENTO DA DOR POR ONDAS DE CHOQUE
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
MEDICINA ESPORTIVA
RAIO X

www.rjortopedia.com.br

fotos: EBF



DOR DE CABEÇA, NA COLUNA, CANSAÇÃO? A CULPA PODE SER DA MANDÍBULA!

Sabe aquela dor de cabeça que insiste em aparecer sem deixar pistas de onde ela vem? Aquele cansaço que não vai embora, mesmo quando você descansa? Ou aquela dor na coluna que não te deixa fazer as atividades diárias? A culpa pode ser da região mandibular! Chamada de ATM (Articulação Têmporo Mandibular), a mandíbula é uma das engrenagens mais importantes do nosso corpo. Além de ser responsável pela mastigação, é ela quem nos faz engolir, falar e bocejar, por exemplo. Quando ela não funciona como deveria, podem surgir diversos problemas que prejudicam a qualidade de vida do indivíduo, entre eles dores orofaciais e para abrir a boca, dores na coluna, estalos e zumbido no ouvido, além da tão comum dor de cabeça. “Chamamos este distúrbio de DTM – Disfunção Têmporo Mandibular, que é quando existe um funcionamento anormal da ATM, ligamentos, músculos da mastigação ou osso maxilo-mandibular, dentes e estrutura de suporte dentário”, explica o cirurgião dentista especialista em cirurgia buco-maxilo-facial, Dr. Antônio Barcellos, membro do Colégio Brasileiro de Cirurgia e Traumatologia Buco-Maxilo-Facial e sócio da clínica Barcellos e Bontempo. Ele afirma que esta disfunção causa um grande incômodo no paciente, justamente porque há uma sobrecarga nos músculos da face que refletem em dores nos olhos, na cabeça, no pescoço e até mesmo na coluna. “Na maioria dos casos, a DTM está relacionada a hábitos comuns com apertamento dentário (bruxismo), mordida alternada, mastigação incorreta, o hábito de morder objetos, roer unhas, mastigar chicletes, além da má postura da cabeça ou do corpo. Estresse, ansiedade e depressão também estão entre as principais causas, por isso o número de pessoas que sofrem deste mal vêm crescendo consideravelmente”, afirma o especialista. Como esta doença provoca sintomas comuns, muitas vezes o paciente demora para ter um diagnóstico correto. “É comum os pacientes procurarem neurologistas e otorrinolaringologistas antes de chegarem ao cirurgião dentista buco-maxilo-facial”, comenta Dr. Dênis Bontempo, cirurgião dentista especialista em cirurgia e traumatologia buco-maxilo-facial pela Universidade Paulista e também sócio da clínica. Ele explica que para decidir qual o tratamento mais indicado, o diagnóstico deve ser muito bem elaborado por um especialista. “Pode ser indicado um tratamento conservador como a termoterapia (aplicação de compressas quentes), massagem local, uso de aparelho ortodônticos e dispositivos ou, em alguns casos, a cirurgia”, explica. O profissional afirma ainda que atualmente existem opções de cirurgias simples que resolvem o problema e devolvem a qualidade de vida para o paciente.

Olhos sofrem com clima frio e seco



A queda de temperatura e a baixa umidade do ar propiciam o aparecimento de problemas nos olhos, sendo mais comuns os casos de conjuntivite, síndrome do olho seco e alergias. A conjuntivite é uma inflamação e pode ser causada por fatores irritativos, alérgicos e infecciosos. É mais frequente em pessoas que ficam em ambientes fechados e em indivíduos gripados, devido à baixa imunidade. Os sintomas são vermelhidão, coceira e aumento da secreção. A síndrome do olho seco está relacionada à exposição a fatores como poeira, poluição, ar seco e fumaça, entre outros. É caracterizada, principalmente, pela perda ou diminuição da função das glândulas lacrimais. Desta forma, com a baixa lubrificação, há uma sensação de areia nos olhos. Já as alergias oculares são causadas pela exposição do indivíduo a alguma substância ou composto alérgico. Manifestam-se com frequência em pacientes com algum tipo de alergia, como bronquite alérgica, rinite, asma, entre outras. Os sintomas também são vermelhidão e coceira. Leopoldo Ribeiro, oftalmologista do H.Olhos – Hospital de Olhos Paulista, ressalta que essas doenças não são exclusivas da estação, porém, aparecem com mais frequência nessa época do ano. “É importante que ao menor sinal desses sintomas, a pessoa consulte um oftalmologista, a fim de obter um diagnóstico preciso.

Se não tratadas corretamente, essas doenças podem causar, em casos extremos, sérios danos, como úlceras de córnea e ceratite bacteriana, podendo levar até a perda da visão”, complementa o especialista. Como prevenção, ele indica: “Evite poeira, mantenha os ambientes constantemente arejados, lave os casacos que estiveram guardados durante muito tempo e lave as mãos sempre que possível, são medidas preventivas para evitar o aparecimento destas complicações típicas do inverno”.



Como tratar gripes e resfriados na terceira idade

A partir dos 65 anos, é preciso ter um cuidado especial com a saúde para evitar que pequenos problemas se transformem em grandes complicações, como gripes que evoluem para pneumonia com mais facilidade. O pneumologista Mauro Gomes explica que “a gripe e os vírus são os mesmos independentemente da idade. O que modifica no caso do idoso é a maior possibilidade de complicação. A principal é a pneumonia, infecção dos pulmões por bactérias ou pelo próprio vírus da gripe. Por isso, o indivíduo que está com 65 anos ou mais deve se cuidar e estar atento aos sintomas para tratar rapidamente”, explica o médico, professor da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa/SP e chefe de equipe de Pneumologia do Hospital Samaritano. É possível que um idoso adquira o vírus da gripe por meio da tosse, espirro e fala de pessoa para pessoa, diretamente pelo ar ou por objetos que foram manipulados pelo doente. O indivíduo é contaminado quando inala as partículas do vírus ou quando toca os objetos contaminados e leva sua mão aos olhos, nariz ou boca. Mesmo o idoso tendo sido vacinado contra a gripe, isto não impede que ele tenha um quadro gripal, mas sim, reduz a chance dele ter um quadro gripal grave. Se por acaso o idoso apresentar os sintomas da gripe, é importante que a família não hesite em procurar ajuda médica, de preferência o médico que já acompanha o paciente. “Apesar da fragilidade de uma pessoa com 65 anos ou mais, os acompanhantes não devem deixar de levá-la ao hospital por receio de sofrer uma nova infecção. É uma oportunidade de cuidar precocemente e evitar uma complicação mais grave”, diz o pneumologista.

Vitrine Decoratto

Este ano, o evento de lançamento da Vitrine Decoratto celebrou também os 20 anos de sucesso da loja

No dia 16 de julho aconteceu o coquetel de lançamento da Vitrine Decoratto 2015, edição em comemoração às duas décadas de sucesso da loja em Indaiatuba. São nove ambientes memoráveis criados por nove diferentes profissionais. O evento reuniu arquitetos, imprensa e convidados. Bruna Maluf, proprietária da Decoratto, pode ainda apresentar todas as novidades em móveis e acessórios da loja, considerada referência em alta decoração no Interior paulista.




upellis
 cirurgia plástica
 dermatologia

Avenida Belo Horizonte, 308
 Bairro Brasil | Itu | SP
 telefone (11) 4022.8851
www.upellis.com.br

RENABRÁS CÂMBIO

REMESSAS CAMBIAIS / SISCOSERV



SISCOSERV é um novo sistema criado pela RFB e pela Secretaria de Comércio Exterior do MDIC no qual os contribuintes residentes no Brasil precisam informar todas as suas transações de compra e venda com residentes no exterior que não envolvam produtos, pois para estes já existe o Siscomex. Em alguns casos, os SERVIÇOS informados no Siscomex deverão ser informados também no Siscoserv.

O Siscoserv foi criado para controlar os dados referentes à compra e venda de: **SERVIÇOS**: onde normalmente ocorre uma manifestação física de uma pessoa prestando serviço para outra; **INTANGÍVEIS**: quando não há manifestação física, quando se transfere algo a alguém; **OUTRAS OPERAÇÕES**: operações mistas (produto e serviço), financeiras, arrendamentos, franquias, factorings, etc.

VANTAGENS:

Atendimento totalmente personalizado, segurança, agilidade e transparência nas operações; operamos com vários bancos parceiros, oferecendo sempre a melhor taxa do mercado; monitoramento do mercado, analisando o melhor momento de fechar suas operações; software totalmente customizado com gerenciamento dos contratos; operações realizadas em fração de minutos; análise de documentação para classificação do tipo de natureza de operação e acompanhamento; análise de documentação para classificação do tipo de natureza de operação e acompanhamento; emissão de registros de operação financeira (ROF).

Se sua empresa tem necessidade de remeter ou receber valores do exterior, a RENABRÁS CÂMBIO apresenta uma solução completa. Realizamos transferências internacionais para mais de 250 países, centralizando todas as suas necessidades. A RENABRÁS CÂMBIO, em parceria com os melhores bancos do mercado, tem condições de oferecer uma taxa diferenciada para o fechamento de seus contratos.



Endereço | Av. Tiradentes, 451 - 3º Andar - Sala 33 - Nova Center - Itu/SP

Contato | contato@renabrancambio.com.br | 11 2429-1332 | 2429-1343 | 2429-1349 | www.renabrancambio.com.br

Indaiatuba ganha novo point

Hamburgueria Crazy for Burger foi inaugurada com sucesso na cidade

Uma loucura de sabor! Assim é a Crazy for Burger, o novo e succulento conceito em hamburgueria que chega para ampliar os seus sentidos e desafiar seu paladar. No dia 15 de julho, os proprietários Guilherme e Iran receberam a imprensa e convidados para a apresentação da casa e degustação das novidades, já no dia seguinte, aconteceu a inauguração oficial da Crazy for Burger. Localizada na rua 24 de Maio, 790, no Centro de Indaiatuba, a hamburgueria é o novo point para indaiatubanos e moradores da região.



ORION
internet e multimídia

- Desenvolvimento de Web Sites
- Loja Virtual - Venda pela Internet
- Hospedagem de Web Sites

www.orionsites.com - 11 4028 7795

www.
revistaregional
.com.br

acesse

girassol
Studio dance

Ballet, Jazz,
Sapateado

Rua Rui Barbosa, 522 - Centro - Salto
Fone (11) 4028-0549 girassol_ballet@ig.com.br



arte em doces e bolos



circulando

Inauguração do Atelier Surama Diniz

*Loja traz um novo conceito em alta costura
e vestidos para festas*

No dia 03 de julho, ocorreu a inauguração do Atelier Surama Diniz, em Itu. A loja traz para a região diversas novidades e um novo conceito em vestidos para festas, peças finas em alta costura, diversas cores, modelos e tamanhos, sob medida, venda, aluguel e primeiro aluguel.



Fotos: Lividagosto



Aceita o desafio?

-5Kg

**Você
COME SEM FOME
para sentir
conforto?**



**Sem efeito sanfona: -5kg
Reeducação Alimentar**

ADRIANE CARDOZO
Terapeuta Homeopata

www.adrianecardozo.com.br

Homeopatia - Ortomolecular - Fitoterapia
Terapia Floral - Auriculoterapia - Iridologia
Terapia Cognitivo-comportamental (TCC)
Reeducação Alimentar

Exames realizados na clínica:
Ortomolecular a partir da gota de sangue, avaliada em microscópio
Fotografia da Íris dos Olhos
Pele (umidade, oleosidade, sinais de rugas e manchas), em microscópio
Cabelo, couro cabeludo e unhas, em microscópio
Exame de Bioimpedância (gordura corporal, água e massa muscular)

 Homeopata Adriane Cardozo

 [terapeuta.homeopata](http://terapeuta.homeopata.com.br)

Consultas presenciais ou online
Horário antecipadamente agendado
Atendimento: segunda à quinta

(11) 4028-2622 - (11) 95487-2120
chame no WhatsApp



CONARHO- 1362 - Associada ao Conselho Nacional Auto-regulamentável de Homeopatia Clássica e de Fitoterapia

Indaiatuba Clube comemora 58 anos

Festa de aniversário teve como principal atração a Banda Faixa Nobre, uma das melhores da região

Fundado em julho de 1957, o Indaiatuba Clube completou em 2015 o aniversário de 58 anos. Para celebrar essa importante data para a cidade e associados, o IC realizou no último dia 18, sua Festa de Aniversário. No Salão Social, associados e convidados puderam curtir uma noite de celebração ao som da Banda Faixa Nobre, conhecida pelos seus shows performáticos que conquistaram o Interior paulista devido à diversidade de ritmos. Para o presidente do IC, Marcos Poli, o Mug, a intenção da Diretoria Executiva foi fazer uma festa onde todos pudessem participar e se divertir.



Fotos: Al-Cavaliere

EBPZ
www.ebpz.com.br

EDUARDO STERBLITCH U&ME

com: RAEI Barja e ANDRÉ Pateta
direção: RAFAEL Queiroga

15 AGOSTO
Sáb às 21h

RECORTE E GANHE 50% DE DESCONTO

12

CIAEI – Sala Acrísio de Camargo – Indaiatuba
Av. Eng. Fábio Roberto Barnabé, 3665 – Jd Regina
Informações: (19) 3835-9181

Vendas: **0800 735 0550**
bilheteria@teatrogt.com.br

Faça parte do Clube GT e tenha **VANTAGENS EXCLUSIVAS**
50% DE DESCONTO
www.teatrogt.com.br

mentos, SwissPark, Projeto, GTS, UNIVERSAL, teatrogt

fm pagamentos
www.fm.com.br

Sala Palma de Ouro - Salto

L

SAM ALVES ID

15 AGOSTO
SÁB ÀS 21H

RECORTE E GANHE 50% DE DESCONTO

15 AGOSTO
Sáb 21h

www.teatrogt.com.br

0800 735 0550
bilheteria@teatrogt.com.br

mentos, SwissPark, Projeto, GTS, UNIVERSAL, teatrogt

Cientes ClubeGT tem 50% de desconto na compra de até 2 ingressos de valor inteiro.



No Salão Social do clube, associados e convidados puderam curtir uma noite de celebração.



• COZINHAS • DORMITÓRIOS • CLOSETS • AMBIENTES CORPORATIVOS • BANHEIROS • ÁREA DE SERVIÇO • HOME THEATERS



Pagamentos em 36x (crediário próprio, boleto bancário ou cheque)

LOJA CAMPOS
planejados

e-mail: camposplanejado@uol.com.br

www.lojacamposmoveis.com.br

Rua Rio Branco, 668 - Centro - (11) 4029-7695 / 4456-4872 - Salto / Rua Floriano Peixoto, 2963 - Jd das Nações (11) 4029-4881 - Salto

Contão

MARIA FLOR
DESIGNER

Plaza Shopping Itu
loja 124
Fone 11 4013-0865
f mariafloritu

circulando

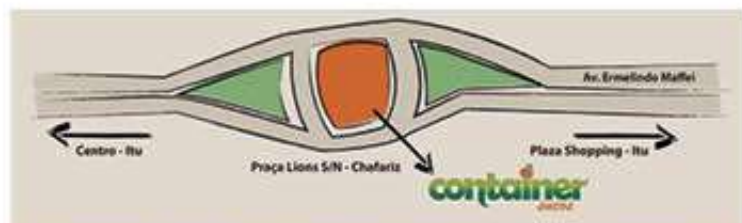
Belle Scarpe comemora 4 anos

Coquetel reuniu clientes e amigas de Érika Giacomin

A empresária Erika Giacomin recebeu, em dia 25 de junho, clientes e amigas para o coquetel que celebrou os quatro anos de sucesso de sua Belle Scarpe, em Itu. A boutique é especializada em sapatos e acessórios, representante de grandes marcas, como Uza e Jorge Bischoff.



fotos: Divulgação



Antes de tudo, um bom SUCO!



container
sucos

GIGANTE EM SABOR GIGANTE EM SAÚDE

INDAIATUBA CLUBE



4º Sarau Cultural

14 Agosto
19h00
SALÃO SOCIAL

Lançamento do livro
“Tipos Notáveis da Popularidade”
de Antonio da Cunha Penna

Coral do Indaiatuba Clube - Regência: Sônia Di Morais
Corporação Musical Villa Lobos - Regência: Samuel Nascimento de Lima
Participação Especial: Eduardo Santhanna
Animação: Wladimir Soares

Serviço de Bar à parte
Entrada Franca
Censura Livre



dk.
produções
apresenta
**DIOGO
NOGUEIRA**
PELA PRIMEIRA VEZ EM INDAIATUBA



SEMPRE A FRENTE VERUSKA SERJÃO

29 Agosto
22h30
INDAIATUBA CLUBE

f /diogonogueira
i /cantordilogonogueira
t /diogo_nogueira
y /diogonogueiraoficial

Informações:

f /dksamba
t 19 99322-2221



12 Setembro
22h00



BANDA QUINTA AVENIDA

e mais:
VJ RONALDO AMBIEL
RENAN & JORDÃO
GRUPO PINTOU O SAMBA



GRUPO FUNDO DE QUINTAL

Reserva de mesas na Secretaria Social. Somente para maiores de 14 anos com apresentação de documento.

"Você de bem com a sua casa" II



Marcenaria Serra

Móveis planejados e projetos

Rua Mercedes Sbrissa Francischinelli, 126
Parque Industrial - Itu/SP
Tel.: 11 4024-6119 | Cel.: 11 9 9962-5436 WhatsApp
e-mails: marcenariaserra@hotmail.com
marcenariaserra@marcenariaserra.com.br

PLAZA SHOPPING ITU | LOJA 128
(11) 4022.8598 | (11) 98263.7693 | /myshoesitu | /myshoeslojaitu

my SHOES
VERÃO 2016

Robson Soares Creative Salon

Inauguração do salão no bairro Brasil reuniu clientes e amigos de Robson

O expert em beleza Robson Soares acaba de inaugurar espaço próprio em Itu. A abertura aconteceu no dia 11 de julho, ocasião em que ele recebeu amigos, familiares e clientes. O Robson Soares Creative Salon fica no bairro Brasil, em Itu. Confira algumas fotos.



Fotos: Divulgaço e Nize Viana



**RECEITAS
DE FAMÍLIA.**

Mais de
30 anos
de sucesso!

A melhor leitoa a pururuca da região!



[FACEBOOK.COM/fazenda.daspedras](https://www.facebook.com/fazenda.daspedras)

11.4023.1993

fazendadaspedrasitu.com.br



www.imobiliariacostarocha.com.br
COSTA ROCHA
Consultoria de Imóveis CRECI 25.664

COMPRA • VENDA • LOCAÇÃO • ADMINISTRAÇÃO



VENDE / ALUGA

- **CASAS E TERRENOS:**
EM TODOS OS CONDOMÍNIOS, BAIRROS E CENTRO
- **APARTAMENTOS:**
(1,2,3,4 dorm) PRONTO PARA MORAR E EM CONSTRUÇÃO
- **IMÓVEIS COMERCIAIS:**
NO CENTRO E EM BAIRROS
- **TERRENOS PARCELADOS**
- **GALPÕES INDUSTRIAIS:**
AMPLA CARTEIRA (DIVERSOS TAMANHOS)
- **ÁREAS INDUSTRIAIS:**
AMPLA CARTEIRA (DIVERSOS TAMANHOS)
- **IMÓVEIS NA PRAIA:**
RIVIERA DE S. LOURENÇO, GUARUJÁ, PRAIA GRANDE
- **ÁREAS:**
LOTEAMENTOS/ EMPREENDIMENTOS
- **LOTEAMENTOS APROVADOS**
- **IMÓVEIS em MIAMI e ORLANDO**

Fone/Fax: (11) **4028-1983** Cel.: (11) **9 9752-1030**

Rua Dr. Barros Jr, 545 - Centro - Salto - SP
estacionamento: Rua Dr. Barros Jr., 629 (horário comercial)
costarocha@uol.com.br www.imobiliariacostarocha.com.br

REGIONAL

REVISTA **CASA**



Mais um
sucesso da
Editora Clipping
com a força
da marca
REGIONAL

Estamos preparando mais uma
edição de Regional CASA
não perca esta oportunidade e
divulgue sua marca ou produto! **Anuncie!**

RESERVE SEU ESPAÇO:

Tels.: 11 4028-3128 / 19 9 8202-1988 / Nextel: 11 7785-0320 id 125*46562
Email: editoraclipping@uol.com.br / Skype: revista.regional@hotmail.com
www.revistaregional.com.br

Se você tem
problemas no
amor, negócios,
vícios, filhos
problemáticos,
insônia,
olho gordo e
impotência
sexual.



Faço amarração
para o amor,
abertura de caminho
e mais 100 mil tipos
de simpatias.

Resolvo qualquer
tipo de problema
através de trabalhos
espirituais.

PARE DE SOFRER!
Você acaba de encontrar a solução para a sua vida.

Ligue já e marque sua
consulta através de
Búzios Africano,
Cartas Ciganas ou
Tarô do Amor.

INDAIATUBA
Fones: (19) 3834-4757
(19) 2516-3516
(19) 9 9183-5398 Claro
(19) 9 8254-1892 Tim
VENHA COM FÊ!

Inauguração da Le Luxe

Raquel Kwok e sua família receberam convidados e amigos para o coquetel da boutique, em Salto

Na noite de 25 de junho, aconteceu o coquetel de inauguração da Le Luxe, em Salto. A nova boutique oferece qualidade, elegância e bom preço, além de um conceito inovador para a cidade. Confira algumas fotos do coquetel.



fotos: Marcelo Lima



by Miriam Jabur

Desde 2001

- Body Piercing • Tatuagem Definitiva
- Maquiagem Definitiva
- Micropigmentação Paramédica
- Venda de materiais para tatuagem

Tel. (11) 4403-8536

Rua Maestro Elias Lobo, 52 - Centro - Itu

www.miriamjabur.com.br



Pet Family
clínica
veterinária

Puro amor.
Pura
dedicação.



www.petfamily.vet.br
facebook.com/petfamilyvet



consultório (11) 4021.0274
emergência 9 9872.0784
banho e tosa (11) 4021.4448
Rua 24 de Outubro, 107 - Centro - Salto

Breve rascunho sobre algo que não sei

por MARCOS PARDIM

Ética é um pouco como Maria Madalena. Que atire a primeira pedra...

Tenho imensa predileção por Maria Madalena. Por conseguinte:

Ética é (ou deveria ser) como palavrão. Impronunciável no mais das vezes. Necessariamente pronunciável em outras, poucas.

Ética é silenciosa. Se faz com exemplos. Não se faz por marketing. Se faz sem holofotes. Não se faz para comércio. Nem para venda. Se faz como quem ora. Não se faz como quem panfleta. Aliás, ética não cora ninguém. Mas é uma escora e tanto.

Ética se faz com atos. Não se faz com palavras. Com palavras se conta, se narra o ato em si. Não a ética.

Ética não se impõe. Se aprende. E uma vez aprendida, não se faz com soberba. Antes, se faz ética é com humildade. Se não se crê na civilidade, no convívio, impossibilita-se a ética. Se não se crê na esperança contida no outro, desnecessária a ética.

Não se faz ética que não seja sobretudo com generosidade. Não existe ética para si.

Você certamente conhece alguma pessoa ética. Repare bem nela. Ela não faz da ética, discurso. Não faz da ética, orgulho pessoal.

Ela somente sabe ser. E normalmente nem aparenta saber que sabe. É. Pronto e ponto.

Ética não se faz com pressa. Aliás, com o perdão do trocadilho bobo, nem há compressa que alivie a falta de (ética).

Ética foge do conceito de verdade. Do conceito de mentira. Não é absoluta. É mutável, embora imprescindível. Na vida de qualquer aldeia, campo ou país.

Até mesmo daquele que se faz com um simples abrir os braços.

MARCOS PARDIM é escritor, agente cultural, gestor público por formação acadêmica, atualmente está secretário Municipal de Cultura de Salto e é membro da ASLe (Academia Saltense de Letras).

LITERÁRIOS

A cada edição, Revista Regional cede espaço para que um escritor da região publique seus contos, crônicas e afins.





NÓS VEMOS CORES EM TUDO!

palone
● ● ●
TINTAS

www.palonetintas.com.br
paloneoficial

Itu - 11 4025 0007
Av. Tiradentes, 100
Salto - 11 4602 5777
Sorocaba
loja 1 15 3034 0007
loja 2 15 3034 2777



A BZ Consultoria é especialista em viagens de Lua de Mel.

Uma ótima opção para casais que já moram juntos ou que já possuem a casa montada é, substituir a tradicional lista de presentes por uma viagem de lua de mel "patrocinada" por seus padrinhos e convidados.

Com o sistema de cotas da viagem de lua de mel, ao invés de pedir um presente em dinheiro e fornecer o número da conta no convite, os noivos pedem de uma forma mais sutil uma colaboração para realizar a viagem dos sonhos.

A BZ Consultoria auxilia o casal na hora da escolha do pacote e administra a cota.



Apoio:

Bruna Zuffellato
cerimonial e eventos

www.brunazuffellato.com

“ Conte com o apoio da
Bruna Zuffellato no dia do seu evento
fazendo o seu cerimonial. ”

BZ
CONSULTORIA EM LUA DE MEL

Entre em contato, agende uma visita e saiba mais detalhes: **11 4013.5513**
Agora em novo endereço: Rua Santana, 178, Centro - Itu / SP