

# REGIONAL



## Carol, Erika e Cinara

Três atrizes da nova geração  
celebram o aniversário da Regional

### CADERNO ROSA

Especial homenageia o  
Dia Internacional da Mulher

### entrevista

Augusto Cury:  
"vivemos numa  
sociedade doente"

# 14 anos

Edição comemorativa





[plazashoppingitu.com.br](http://plazashoppingitu.com.br)

CONSULTE O REGULAMENTO NO SITE

  
PLAZA SHOPPING ITU  
— APRESENTA —

# Mulheres ESPECIAIS

Em março, o Plaza Prime traz uma edição temática que comemora o mês da mulher. São prêmios e muitas vantagens no Programa de Fidelidade.

**Kits especiais, combos de maquiagem, vales-compra, tecnologia e muito mais!**



**= 1 ponto**

Faça seu cadastro no Balcão de Atendimento do Plaza Prime para juntar pontos. Os pontos acumulados poderão ser trocados por vantagens especiais disponíveis no Programa de Fidelidade. A cada mês, um catálogo exclusivo com uma seleção de benefícios. Período: 1 a 31 de março de 2017.

# SPORTAGE

O FUTURO CHEGOU E É LINDO.



"Mais alta classificação entre os SUVs de pequeno porte em qualidade inicial nos EUA."

[www.kia.com.br](http://www.kia.com.br) • 0800 77 11011



Detector de ponto cego e sensor de tráfego. Ar-condicionado digital Dual Zone.



DESIGN  
AWARD  
2016

Kia Sportage: grande vencedor na categoria Produto. Além da qualidade do design, o júri avaliou os carros em seu acabamento, inovação, impacto ambiental e segurança.



"Aparência esportiva com linhas poderosas e um interior que apresenta alta qualidade."

reddot award 2016  
winner

Fonte: júri do Festival Red Dot Award 2016. [www.red-dot.de](http://www.red-dot.de)



O KIA Sportage recebeu o menor número de problemas a cada 100 veículos entre os veículos SUVs de respostas, avaliando 245 modelos, mensurando a opinião de novos proprietários, após 90 dias da compra, Declaração de Consumo de Combustível em conformidade com a Portaria Inmetro nº 010/2012.

Todos juntos fazem um trânsito melhor.



RODAS ARO 19".

Vá a uma concessionária, faça um test drive e saia de KIA 0 km.



Teto solar duplo panorâmico. Air bags frontais, laterais e de cortina. Assistente de saída em subidas. Sistema multimídia com GPS e câmera de ré.

Volante com corte em "D", com controle de áudio. Bluetooth e troca de marchas. Botão Start/Stop e chave Smart Key.

Bancos revestidos de couro com ajustes elétricos. Motor 2.0 L flex, com 167 cv (etanol) e câmbio automático de 6 velocidades.

Sensores de estacionamento dianteiros e traseiros. Seletor do modo de condução Eco Drive. Luz diurna e faróis de neblina com Led.



The Power to Surprise

pequeno porte, no estudo de qualidade inicial da J. D. Power 2016, estudo baseado no total de 80.157 pesquisa realizada entre fevereiro e maio de 2016. Sua experiência pode variar. Visite [jdpower.com](http://jdpower.com).







# OPERAÇÃO CASA LIMPA

**Uma ação da Prefeitura para conscientizar a população e limpar a cidade de todo tipo de sujeira**

A Prefeitura de Itu está empenhada na realização de uma grande operação de limpeza e reorganização da cidade.

- limpeza pública, tapa buraco, coleta de materiais sem uso
- poda e capina, controle de pragas
- reorganização do trânsito
- orientação à população, mutirões da saúde

A Prefeitura está arrumando a casa. Faça também a sua parte. Participe dos mutirões no seu bairro.

Confira a programação em nosso site.

[itu.sp.gov.br](http://itu.sp.gov.br)

**itu** *sem igual*



Prefeitura  
da Estância  
Turística de  
**ITU**

E TAMBÉM:  
**ISABELLA** (UNESP) e  
**MELISSA** (1ª fase UNICAMP)

**DOMINGOS**  
1º Colocado UNESP  
e também USP,  
UNICAMP e  
UFISCAR

# #Par UNICAMP

**ANA LETÍCIA**  
UNESP e PUC

**MATHEUS**  
UNESP e USP

**BRUNA**  
USP, UNESP,  
UNICAMP e UFV







# Brantiu USP

## UNESP, UNESP, UFSCAR, UFV...

**Sim, nossos alunos foram aprovados nas melhores universidades públicas do país.**

O que nos dá cada vez mais orgulho de termos oferecido um modelo de ensino que além de tudo, confere liberdade de escolhas.

### EXCELENTE PONTUAÇÃO TAMBÉM NO SARESP \*

Nesse ano o BRANTA também já conquistou uma excelente nota no exame da SARESP com a melhor pontuação dentre as Escolas da região de Itu. Isso foi fruto de uma consolidada e inovadora filosofia de ensino onde utilizamos uma estrutura tecnológica educacional que proporciona condições ideais de primazia acadêmica nos diversos níveis de ensino, diferentemente das escolas regulares e até mesmo de idiomas pois nossos alunos aprendem por meio das línguas e não apenas um segundo idioma.



*We do not teach English, we teach in English.*

\* O Sistema de Avaliação de Rendimento Escolar do Estado de São Paulo (SARESP) é aplicado pela Secretaria da Educação com a finalidade de produzir um diagnóstico da situação da escolaridade básica, visando orientar os gestores do ensino no monitoramento das políticas voltadas para a melhoria da qualidade educacional.



EDUCAÇÃO BILÍNGUE DE  
QUALIDADE PARA SEUS FILHOS

Rua Prof. José Benedicto Gonçalves, 309 · ITU  
Tel. (11) 4025.2901

# REVISTA REGIONAL

Ano 15 - número 167  
MARÇO-2017

## 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: Ester Jacopetti, Gisele Scaravelli e Renato Lima

Artigos: Astrid Da Rós



### NOSSA CAPA

foto: Carol Nakamura, Erika Januza e Cinara Leal em foto de Faya com produção de Anderson Vescah exclusivamente para Revista Regional.

### ABRANGÊNCIA

Cidades: Itu, Salto, Indaiatuba e Sorocaba

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

### REVISTA REGIONAL DIGITAL

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

Editor do site: Renato Lima

Atualização: Felipe Rubinato

Criação e manutenção: Orion Internet e Multimídia

Tiragem desta edição: 13 mil exemplares

### COMERCIAL

Diego Ferreira Julio, 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 rogai por nós.*

selo de papel  
sustentável

f @ DECORATTOINDAIATUBA

# HÁ MAIS DE 20 ANOS, REFERÊNCIA EM ALTA DECORAÇÃO

prosa



ÁREAS INTERNAS E EXTERNAS

MARCAS EXCLUSIVAS

DESIGN ASSINADO

decoratto

R. Humaitá, 873

Centro | Indaiatuba | SP

T 19 3894 6688 | @ 19 99371 7173



## A MELHOR TENDÊNCIA É VIVER BEM

*Decoratto por Juliana Priori*

Há mais de 20 anos, a Decoratto oferece o melhor em mobiliário e objetos. Referência em alta decoração, tem exclusividade com as principais marcas e designers nacionais. O viver bem começa dentro da sua casa.

  DECORATTOINDAIATUBA

R. Humaitá, 873 | Centro | Indaiatuba | SP  
T 19 3894 6688 |  19 99371 7173

 decoratto



82



44



26



84

17 Bastidores da edição

CONVERSA  
18 Augusto Cury

22 Regionais

#### CULTURA

26 Um mundo distorcido

28 Bruno Vidja no Show Detox

30 Agenda

#### MODA

32 Especial 14 anos: Carol, Erika e Cinara em clima de festa

44 Passarelas

46 Inspiração

50 Clips

#### CADERNO ROSA

54 Primeiras-damas da região falam da força da mulher

58 Destaques da região

#### VIDA SAUDÁVEL

72 Adapte-se e transforme sua vida

74 Bem estar

#### CASA

82 Uma casa abraçada pela natureza

84 Garimpo

86 Circulando

90 Lições

Credibilidade,  
qualidade e originalidade.  
Há 14 anos, a Revista  
Regional é referência  
no mercado editorial  
da região

edições mensais com circulação  
em Itu, Salto, Indaiatuba  
e agora também em Sorocaba

REVISTA  
**REGIONAL**

(11) 4028-3128 (19) 9 8202-1988

editoraclipping@uol.com.br

www.revistaregional.com.br





QR CODE\*  
ACESSE A  
REVISTA  
DO SEU  
CELULAR

www.revistaregional.com.br  
ACESSE CONTEÚDOS EXCLUSIVOS EM NOSSO SITE

fotos: Agência Eboisite



## REGIONAL NA SPFW#N43

A próxima edição da São Paulo Fashion Week, N43, acontecerá entre os dias 13 e 17 de março, na Fundação Bienal, no Parque Ibirapuera, em São Paulo. A ideia é que as coleções apresentadas na passarela estejam pouco tempo depois nas vitrines das lojas, movimento que vem sendo chamado mundo afora de "see now, buy now". Como sempre, Revista Regional trará a cobertura dos desfiles com as grandes novidades das principais marcas da moda brasileira, primeiramente em nosso site e, posteriormente, nas edições impressas.

## SONIA BRAGA NO SITE DA REGIONAL

Para celebrar os 14 anos da Revista Regional, o site traz uma entrevista super especial com a atriz Sonia Braga, a eterna 'Gabriela'. Sucesso no cinema e em filmes e seriados norte-americanos, a atriz fala sobre o recente "Aquarius" e sua carreira de sucesso no Brasil e no exterior.



André Almeida

## FALSOS AMIGOS: 5 alimentos que parecem saudáveis, mas não são!

*Especialista em emagrecimento destaca os vilões da vida saudável que estão disfarçados nas prateleiras. Acesse nosso site e veja a matéria completa. Você vai se surpreender!*

Participe, siga e curta a Revista Regional no:



@revista\_regional

A photograph of a woman with blonde hair, identified as Kate Moss, lying on a light-colored, textured sofa. She is wearing a dark, long-sleeved, ribbed top. She is holding a black, shiny, rectangular clutch bag with a silver buckle and a red, fuzzy pom-pom attached to the top. The background is a solid dark blue color. The text 'Calvin Klein' is printed in white on the right side of the image.

Calvin Klein

I look back in #mycalvins

Kate Moss, Icon

calvinklein.com.br



## EDIÇÃO DE ANIVERSÁRIO

# FESTA, REFLEXÃO E AGRADECIMENTO

A Regional celebra nesta edição 14 anos de história. Referência no mercado editorial do Interior paulista, a revista prima pela qualidade e pelo conteúdo diversificado e exclusivo, fazendo uma conexão da região com o mundo. Sua credibilidade a atesta como um dos principais meios de comunicação da região, referência também para o mercado publicitário, responsável pela veiculação, nesse período, das principais marcas regionais e nacionais. Em uma década e quatro anos, mesmo com o avanço do meio digital, Regional se consolidou como impresso, mas também expandiu suas fronteiras, com um dos sites mais visitados da região, com conteúdos exclusivos, além de uma interatividade maior com seus leitores e parceiros através de várias mídias sociais como Instagram, Twitter e Facebook. Mesmo com a maior crise econômica dos últimos tempos, o momento é de agradecer, afinal, se manter firme e se inovando por tanto tempo é privilégio de poucos no mercado editorial brasileiro, principalmente no Interior. Tempo de agradecimentos e também de festa! A comemoração, desta vez, começou no Rio de Janeiro, com três atrizes da nova geração da TV Globo num ensaio super especial. Revelações de “Sol Nascente”, Carol Nakamura, Erika Januza e Cinara Leal celebraram o aniversário da revista com looks dignos de um baile de gala. Como cenário, um set de gravação, numa alusão aos bastidores do mundo da moda e do entretenimento e desses 14 anos de ensaios realizados pela Regional. A escolha das atrizes também celebra a diversidade do Brasil, num momento alarmante, em que cresce a discriminação racial e a intolerância no país, principalmente nas redes sociais. Falando em internet, o momento também pede muita reflexão. Numa entrevista especialíssima, o escritor e psiquiatra Augusto Cury, autor de “O Vendedor de Sonhos”, dá um grito de alerta: “estamos vivendo em uma sociedade doente”. Porém, por que na era da medicina e da indústria de entretenimento, não estamos diante de gerações mais alegres? Ao contrário, vemos pessoas mais tristes e esgotadas. “Nós temos que fazer uma cirurgia na sociedade. O que eu estou falando é muito grave!”, lamentou. Assunto recorrente na Regional, a internet, principalmente as redes sociais, é o maior vilão dessas doenças emocionais. “Nós demos um passo muito grande, gigante na ciência, mas mínimos no território da emoção”, afirmou. A entrevista imperdível está na seção Conversa desta Regional de aniversário. Como se vê, nosso maior presente ao leitor e aos nossos parceiros continua sendo o melhor conteúdo exclusivo, feito por nossa própria equipe de profissionais e colaboradores. É desta forma que comemoramos nossos 14 anos, dedicando sempre o nosso melhor a você! Parabéns!

Que Deus nos abençoe

**Renato Lima**  
Editor responsável





# Bday da Regional



fotos: Estúdio Faya

Como sempre, a edição de março da Regional chega em clima de festa! Este ano a celebração aconteceu em grande estilo, com três atrizes da nova geração da TV Globo, Carol Nakamura, Erika Januza e Cinara Leal, num ensaio exclusivo para a revista. Nossa equipe de colaboradores, no Rio de Janeiro, também se triplicou para dar conta do recado e o resultado ficou sensacional, como você pode conferir no miolo da edição e na capa. As fotos foram feitas no estúdio Faya, com produção do super Anderson Vescah, colaborador de Regional há quatro anos e responsável também pelos ensaios de moda da revista Quem, da Editora Globo. Neste editorial, Vescah e Faya criaram um clima de set de gravação misturado a looks luxuosos de festa, numa alusão aos bastidores do mundo da moda e do entretenimento e ao aniversário da Regional. Confira algumas fotos de making of da produção.

#### NA INTERNET:

Confira nas redes sociais da Revista Regional, no Facebook e Instagram, mais fotos e vídeos dos bastidores deste ensaio de moda.



*“Estamos diante de pessoas mais tristes e esgotadas no seu cérebro e na sua emoção. Nós temos que fazer uma cirurgia na sociedade. O que eu estou falando é muito grave!”*

## AUGUSTO CURY: “sociedade está doente”

PSIQUIATRA RENOMADO, O ESCRITOR FAZ UM ALERTA SOBRE OS ARRISCADOS CAMINHOS QUE A HUMANIDADE VEM TOMANDO NOS ÚLTIMOS ANOS

*“...uma em cada duas pessoas, ou mais de três bilhões de seres humanos, serão abarcados por algum transtorno psiquiátrico”*

**E**scritor, pensador e psiquiatra renomado, Augusto Cury faz alertas sobre os caminhos que a humanidade vem tomando nas últimas décadas. Durante esta conversa, que levou mais de uma hora, o consagrado autor de “O Vendedor de Sonhos” revela que estamos vivendo em uma sociedade doente, onde o capitalismo, apesar dos pontos positivos, tornou-se um perigo eminente, principalmente para as pessoas que não conseguem desenvolver habilidades de raciocínio. “Setenta, 80% dos jovens e adultos estão apresentando dores de cabeça, musculares, sofrimentos por antecipação, dificuldade de conviver com pessoas lentas, déficit de memória, e assim por diante. Agora, por que na era da medicina e da indústria de entretenimento, não estamos diante de gerações mais alegres? Estamos diante de pessoas mais tristes e esgotadas no seu cérebro e na sua emoção. Nós temos que fazer uma cirurgia na sociedade. O que eu estou falando é muito grave! Eu vou às lágrimas”, lamentou. Das livrarias para o cinema, o filme “O Vendedor de Sonhos”, que estreou há pouco tempo, tem a função não só de criticar a sociedade consumista, mas também alertar sobre a importância das mudanças para desenvolver mentes saudáveis. “Nós demos um passo muito grande, gigante na ciência, mas mínimos no território da emoção. Por isso que intelectuais também passam pelo caos da depressão e desenvolvem ataques de pânico, e uma série de outros conflitos”, disse assustado. Quando o assunto é gestão de emoção, Augusto que é responsável por orientar grandes personalidades, inclusive internacionais, diz que o segredo para a felicidade se encontra nas coisas simples e anônimas. “A emoção é democrática. Quando você atende as necessidades básicas de locomoção, de moradia e escolaridade, a emoção vai exigir coisas pequenas, simples, impactantes para nutrir e finalizar o prazer”, explicou. A seguir você confere esta entrevista especial, em comemoração aos 14 anos da Revista Regional:

**REVISTA REGIONAL:** Na atual sociedade em que vivemos, o senhor acredita que o capitalismo seria o grande vilão ou as pessoas não sabem aproveitar, digamos, o que o dinheiro pode oferecer?

**AUGUSTO CURY:** O capitalismo democrático trouxe ganhos inegáveis, mas essa sociedade dentro do capitalismo tem gerado o consumismo irresponsável, de produtos e serviços, e não de habilidades, para o ‘eu’ de proteger a emoção, gerenciar a ansiedade, e desenvolver a habilidade de pensar no lugar do outro, antes de reagir. Esse capitalismo está doente, essa sociedade de consumo é altamente estressante. Tanto que nós estamos assistindo a síndrome do pensamento acelerado. Setenta, 80% dos jovens e dos adultos estão apresentando dores de cabeça, musculares, sofrimentos por antecipação, dificuldade de conviver com pessoas lentas, déficit de memória, e assim por diante. Agora, por que na era da medicina e da indústria de entretenimento, não estamos diante de gerações mais alegres? Estamos diante de pessoas mais tristes e esgotadas no seu cérebro e na sua emoção. Nós temos que fazer uma cirurgia na sociedade. O que eu estou falando é muito grave! Eu vou às lágrimas! Não escrevo para fazer sucesso, mas para contribuir com a humanidade. Mas eu vou às lágrimas. Por exemplo, quando eu dou conferência na Flórida para centenas de profissionais da minha área, eu falo que Orlando é o templo da indústria do entretenimento, por causa da Disney, da Universal, e dos parques temáticos, como todos sabem. Mas nunca tivemos uma geração tão triste. Quem é que tem esses sintomas? Quase todos. Na Romênia, tem a lenda do Drácula, na Transilvânia. Bom, não existe Dráculas fora, mas dentro de nós. Há vampiros dentro de nós. Por exemplo, perdemos o livre arbítrio. Não decidimos a roupa que vamos usar. Você decide dentro de um certo padrão. Ou o celular que quer. E até mesmo a maneira de como se comportar. Existem padrões que são arquivados no córtex cerebral, que nos encarcera no único lugar, onde deveríamos ser livres. A educação precisa mudar, e ela tem que ser socioemocional. Por isso que nós temos o programa “Escola da Inteligência”, onde mais de 200 mil alunos, já dentro da grade curricular, uma aula por semana, vão aprender essas habilidades, ou ‘eu’ como gestor da mente humana, do infantil, até o ensino médio. E vamos às lágrimas ao ver o resultado. Por exemplo, uma criança de oito anos de idade, falando para o papai: “Papai, você perdeu o autocontrole”. Porque ela está aprendendo essas ferramentas. Entendeu?!

Recentemente foi lançado o filme “O Vendedor de Sonhos”, no qual trata justamente sobre suicídio e os dilemas da vida moderna. Ele conseguiu passar o que o senhor desejava?

Eu como psiquiatra, fazendo mais de 20 mil atendimentos psicoterapêuticos e psiquiátricos, vendo pessoas em situações dramáticas, na fragmentação da sua personalidade, fiquei surpreso com os dois atores (Dan Stulbach e César Trancoso) transpondo nas telas pessoas que foram asfixiadas no território da emoção. O filme é extremamente crítico em relação à sociedade de consumo. Muitos filósofos, sociólogos, com quem eu conversei, disseram que nunca viram um filme com uma tônica socialista, não comunista, obviamente, mas mostrando que a sociedade está em falência. Cada vez mais nos tornamos um número de cartão de crédito, um passaporte de identidade, mas não seres humanos complexos e completos. Ele faz uma crítica ao Brasil rico, o país que até pouco tempo estava como a sétima economia, e agora talvez seja a oitava, devido à queda que nós sofremos, e o Brasil pobre. E também ao contraste entre os edifícios magníficos de São Paulo e a miserabilidade à margem do rio Pinheiros. Fiquei encantado, porque esse é um dos principais objetivos. Ele também critica a ditadura da beleza. Apenas 3% das mulheres se veem belas, de acordo com a estatística internacional. Um desastre sem precedentes. Além disso, ele faz uma crítica à sociedade como manicômio global. Nós, infelizmente, de acordo com as estatísticas, inclusive, um instituto de pesquisa social, na Universidade de Michigan, uma em cada duas pessoas, ou mais de três bilhões de seres humanos, serão abarcados por algum transtorno psiquiátrico, seja depressão, ansiedade, síndrome do pânico, transtornos alimentares, como a bulimia e anorexia, vigorexia, doenças psicossomáticas, e assim por diante. O personagem do ator César era o apogeu do capitalismo, mas de repente, ele descobriu que acertou no trivial, e errou no essencial. Ele foi tratado como esquizofrênico, um psicótico, e na verdade, ele usou essa estratégia para não se suicidar. Eu não sei se você sabe, mas existe uma explosão de suicídios no mundo. Só na capital paulista, nós lamentamos que entre 2002 a 2012, o índice de suicídio entre os jovens é de 42%. Na estatística mundial, aumentamos em 40% de dez a 15 anos. Um diretor de departamento de Recursos Humanos da Polícia Federal assistiu ao filme e ficou muito tocado, e agora quer usar o filme na Polícia Federal, devido ao alto índice de estresse que esses policiais têm passado. Portanto, esse é um filme que traz muita esperança, porque leva as pessoas a não colocarem um ponto final na sua história, mas sim uma vírgula, para escrever os capítulos mais importantes nos seus dias mais dramáticos. Este filme faz uma denúncia de que nós precisamos reagendar a sociedade de consumo moderno, para que possamos ter mais oportunidade de desenvolver mentes saudáveis, e capazes de tornar minimamente, autores de suas próprias histórias.

O senhor é autor de 39 obras de psicologia aplicada, e já foi publicada em mais de 70 países. Como foi participar de um projeto que foge um pouco da sua realidade?

Em primeiro lugar, eu trabalho muito isolado, porque sou crítico ao culto à celebridade. Esse é um sintoma de uma sociedade doente, por isso, raramente dou entrevistas no país, embora a imprensa me considere, como você sabe, um dos escritores mais lidos na última década. Eu não sou maior e nem melhor que ninguém. Aprendo também com os meus pacientes. Construir os meus personagens é estampar em letras, as lágrimas de algumas que nunca foram choradas. E outras dores cálidas, que as palavras são difíceis de traduzir. Quando escrevo os personagens, as tramas, os romances psiquiátricos, eu tenho cerca de dez romances são gestados na minha mente de uma maneira muito intensa. Às vezes, até me sensibilizo. Isso aconteceu com o “O Vendedor de Sonhos”, porque a perda dramática que o mestre sofreu, eu também vivi. Eu tinha dois sobrinhos, que eram como os meus filhos. Eu os beijava todos os dias. Sou um ser humano muito afetivo, gosto de tocar a pele. Mas num dia, em 2002, aconteceu um acidente de carro, e esse carro pegou fogo. Perdi essas duas crianças, que eram como meus filhos. Eu sei o que é passar por um caos, em que naquele momento, você se pergunta, o que é a vida, qual o significado da existência, e agora? Há pouco tempo, algumas pessoas passaram por esse drama, em Chapecó. Eu até me dispus para dar palestras e divulgar o filme. Eu e o Jayme (Monjardim, diretor) conversamos muito para

*“Nós estamos na era da infantilidade emocional. Inclusive, pessoas com 30, 40 anos, com idade emocional de 15. Não sabem ser contrariadas”*

tentar transmitir algumas ferramentas, como o mestre passa. A ideia é honrar quem já se foi proclamando todas as riquezas e experiências que ele teve, não deixando morrer os solos da nossa própria mente. Eu nunca quis traduzir os meus livros para o cinema. Eu tinha dificuldade em aceitar, porque sei que o leitor é um diretor excepcional. Esperava que eu fosse traído nas telas do cinema. Nós trabalhamos durante quatro anos no roteiro. Isso tudo nos ajudou a construir os personagens. Foi extremamente democrático. Fiquei muito feliz com o que eu vi na tela.

Sempre existe a questão de algumas pessoas acharem o filme melhor que o livro e vice-versa. Como o senhor avalia esse tipo de crítica do público?

Você tem toda razão, inclusive, o Jayme me confessou que é a obra mais difícil que ele já filmou. São as passagens mais difíceis, desde a época da novela “Pantanal” (TV Manchete, 1990). Mas como eu sou psiquiatra e ficcionista, não estava entendendo direito o que ele queria dizer. Quando estive presente no set, entendi. Porque, um sujeito no alto de um edifício, se ele realmente não expressa que está no último estágio da dor humana, imagine o acidente grave, o conflito que haverá no espectador. Não é real, não é verdadeiro. Quando eu vi o Dan expressando como intelectual o ápice da dor, eu quero dizer que academias e universidades nos preparam para atuar no mundo de fora, mas não para sermos autores das nossas próprias histórias, para gerir emoção, filtrar o estresse. Nós demos um passo muito grande, gigante na ciência, mas mínimos no território da emoção. Por isso que intelectuais também passam pelo caos da depressão, desenvolvem ataques de pânico, e uma série de outros conflitos. Agora, imagine querida amiga, quando construí essa cena, sabia que as estatísticas eram assombrosas em relação ao suicídio, e, por isso, não gostaria só de entreter. Gostaria de provocar o leitor, e agora também ao espectador, que ele pudesse revisar sua história. É muito sério! Posso dizer a você, com muita alegria, nas centenas e talvez milhares de palestras, desde quando eu lancei esse livro, em 2009, inúmeras pessoas vieram até a mim, e disseram que superaram a possibilidade de se suicidarem com a leitura desse livro. Claro que sempre incentivei a continuar a fazer o tratamento psiquiátrico e psicoterapêutico. Há pouco tempo, cerca de dois a três meses, em Belo Horizonte, uma pessoa tinha se atirado do décimo terceiro andar, e não morreu, porque caiu entre os fios, e estava todo fraturado. Com a leitura do livro, ele deu um salto na sua própria história. É muito recorrente. Espero que esse filme seja muito emocionante, que possa entreter, divertir, mas também pensar, e não apenas no limite da dor humana, como depressão, mas também os transtornos emocionais, de um modo geral, e nas relações entre pais e filhos. O mestre era um dos homens mais ricos do mundo, mas há muitos miseráveis morando em palácios. Eu faço gestão de emoção, com várias celebridades, inclusive internacionais. A primeira coisa que eu digo: ‘você é famoso, rico, tem uma desvantagem emocional enorme, porque o segredo da felicidade se encontra nas coisas simples e anônimas. A emoção é democrática. Quando você atende as necessidades básicas, de locomoção, de moradia, escolaridade, a emoção vai exigir coisas pequenas, simples, impactantes para nutrir e finalizar o prazer. Há 800 milhões de pessoas passando fome no mundo, de acordo com a FAO (Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura). Mas há bilhões de mendigos emocionais morando em belos apartamentos e casas de condomínios. O objetivo era provocar o leitor, e eu consegui. Para você ter uma ideia, 50% dos pais nunca conversaram com seus filhos sobre quais são seus pesadelos, conflitos, sonhos, se sofreram bullying. Estatísticas. Que sociedade é essa? Uma sociedade doente! É um manicômio global. Esse filme tem o objetivo de entreter, mas provocar a sociedade. Com muita humildade, algumas plateias que assistiram ao filme não conseguiram sair das poltronas, ficaram refletindo. Um jornalista comentou que ficou até todos os créditos,

para refletir sobre as loucuras da própria história. O que eu estou fazendo com a minha própria vida? Outra pessoa comentou que precisava assistir ao filme pelo menos três vezes, para refletir sobre os próprios fantasmas. Seria uma ostentação, longe de mim, por favor, você é crítica, um ser humano inteligente, mas eu quero dizer que pelo menos nós estamos conseguindo fazer uma pequena provocação nos espectadores, tais como nos leitores.

Pontuando as críticas que observou sobre a sociedade, o senhor acredita que analisando o cenário atual, a tendência é piorar? Sim, principalmente por causa dos efeitos colaterais da tecnologia digital. Uma criança de sete anos de idade hoje tem mais informações do que um imperador romano. Um jornal, como o New York Times, tem tantas informações como um ser humano em média adquiria dois ou três séculos durante toda a sua vida. O excesso de informação não trabalhada para gerar habilidades, como pensar antes de agir, se colocar no lugar do outro, trabalhar perdas e frustrações, e assim por diante, não produz maturidade. Nós estamos na era da infantilidade emocional. Inclusive, pessoas com 30, 40 anos, com idade emocional de 15. Não sabem ser contrariadas. Você trabalha com tantas pessoas, percebe que não sabem minimamente passar por crises. Não sabem o que fazer com a dor, e não sabem até que o ‘eu’ pode e deve criticar cada ideia perturbadora. Se eu não impugno um sentimento de culpa, um sofrimento por antecipação, ou uma ruminação do passado, um fenômeno inconsciente, chamado registro automático da memória, imprime uma janela traumática. Portanto, eu acumulo lixo. Como a educação mundial é cartesiana, lógica, limiar, e nos arremete para fora, mas não para desenvolvermos habilidades socioemocionais, não estamos vendo uma luz no fim do túnel. Por isso, que um dos meus gritos, nesses 70 países onde sou publicado, nós temos que mudar a era da informação, para a era do ‘eu’, como gestor da mente humana. O sonho de Paulo Freire era a autonomia, o sonho de Freud, um ego capaz de escrever seus próprios capítulos. O sonho de Max, de que o ser humano tenha liberdade não apenas fora de si, mas dentro também, para desenvolver suas atividades como atores sociais. Enfim, nós precisamos de protagonistas das suas próprias histórias. A esperança é mudar a era da educação. Nós temos que mudar radicalmente, que não apenas divide ou diminui, mas uma matemática da emoção, em que as crianças e adolescentes dividem seus problemas com seus pais, e educadores, para aumentar a capacidade de superação.

O que é mais desafiador: vender sonhos, livros ou filmes?

Eu não sei o que vai acontecer, porque é um terreno completamente novo. O cinema é a arte do diretor, e com todo seu estafé de atores, enfim. Eu posso te dizer que livros, quando você escreve, não é mais dono deles. Você cria um filho para o mundo. As pessoas vão julgá-los e é muito difícil ser lido nesse país, ser publicado. Eu passei por várias rejeições na minha história. Mas quando escrevo um livro, não sei mais quem vai amá-lo, beijá-lo, acariciá-lo, levá-lo para a cama ou para sua história. Já me acostumei a perder o controle dos livros. Agora, do cinema estou aprendendo a entregar esse filho. Claro que não é um filho só meu, e são várias barrigas. É estranho porque eu nunca dividi nada com ninguém. Nunca escrevi um livro com outra pessoa. E agora, estou grávida com pelo menos uma meia dúzia de pessoas, ou mais, talvez 30, 40. Eu espero que esse bebê possa se tornar um adolescente saudável, um adulto que faça a diferença no teatro social. Estamos animados com a possibilidade de o filme ser exibido em alguns países, como na China. Enfim, nós gostaríamos que o cinema brasileiro ganhasse relevância, para que de alguma forma construa com outras sociedades, e não ficar encarcerados apenas à nossa língua. O português é muito difícil de ser publicado e exibido lá fora, é muito fechado. Mas nós sonhamos, até porque uma vida sem sonhos é uma manhã sem orvalhos, é um céu sem estrelas, é uma mente sem criatividade.

TODA MULHER  
MERECE O MELHOR




*Luci Márcia*

Semijoias • Relógios • Alianças

Av. Antonio Gazzola, 1001 - 6º andar  
Sala 2B - Prédio da Gaplan - Itu

Tels.: 11 2429-9896 / 2429-9897  
9 4758-5200

e-mails: [lucimarciaartgold@gmail.com](mailto:lucimarciaartgold@gmail.com)  
[lucimarciaartgold@hotmail.com](mailto:lucimarciaartgold@hotmail.com)

 Luci Márcia Art Gold

- Sala vip
- Estacionamento
- Segurança
- Comodidade

## IMAGEM ORIGINAL DA CANDELÁRIA VOLTA AO ALTAR



A entrega oficial de mais uma etapa das obras de restauro da Igreja Matriz Nossa Senhora Candelária ocorreu no último mês, quando Itu celebrou seus 407 anos. Durante a cerimônia foram entregues oficialmente os altares laterais de São José e do Sagrado Coração de Jesus, as imagens de Nossa Senhora Candelária e da Imaculada Conceição, além de outros elementos religiosos. O prefeito Guilherme Gazzola ressaltou a importância da Igreja Matriz e afirmou que a Prefeitura continuará sendo parceira nesse trabalho. Fevereiro também marcou o retorno da imagem original de Nossa Senhora Candelária ao altar mor da Matriz, após passar meses em restauro no ateliê Julio Moraes. "A imagem já era bonita, porém descaracterizada, não revelava sua originalidade que é surpreendente, tamanha qualidade técnica de sua escultura e revestimento. Com o restauro, voltou o rebuscamento secular que lhe é peculiar. O revestimento em ouro, os motivos florais, os relevos clássicos foram resgatados nessa peça que é uma das mais valiosas Candelárias que possa existir no país", comentou Huides Souza Cunha, fiscal de bens móveis do Iphan. A imagem de Nossa Senhora Candelária, assim como as de Nossa Senhora do Rosário e São Miguel, datadas do final do século XVIII, são atribuídas a um escultor de Santana de Parnaíba chamado Guilherme, e de sobrenome desconhecido. Diz a tradição que as três imagens foram esculpidas a partir da madeira do mesmo tronco. Desde o início das obras da Matriz de Itu, a igreja vem surpreendendo não somente a comunidade, mas também aos técnicos do Iphan (Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional), historiadores e especialistas no assunto. "Fiquei impressionada com a história e quantidade de prata existente na igreja. Em Minas encontra-se muito ouro e na Matriz de Itu vemos muita prata, uma história de ligação com os países vizinhos desde a época de sua construção", comentou Enaida Carvalho Ferraz Cruz, arquiteta do Iphan. Com a descoberta da utilização da prata no altar mor a igreja foi agregando ainda mais valores à sua arte, já reconhecida antes mesmo do restauro. "A Igreja Matriz de Itu é o templo mais importante do barroco no Estado, não tem outro igual em tamanho e do ponto de vista artístico, com um trabalho excepcional, tem o mesmo padrão encontrado em Minas Gerais e, quando o restauro ficar pronto, será o mais importante da época colonial do Estado", comentou Mario Bondi, também do Iphan.

## Concurso Gastronômico traz receitas com rãs e cogumelos



As empresas Ranário Santa Fé e Zucca Cogumelos em parceria com o Ceunsp (Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio)-Itu proporcionaram o IV Concurso Gastronômico do Ceunsp, tendo como ideia divulgar duas iguarias, a exótica carne de rã e os saborosos cogumelos (shimeji, shitaki, etc). O evento pode proporcionar aos alunos participantes a experiência de aprimoramento das técnicas de preparo como também uma experiência única de apresentar seus pratos para renomados chefs: Guilherme Moraes, Sebastian Laurent Michaut, Maurizio Magistrini Spinelli, Ana Paula, Alexandre Meneghetti e Mauro Tavares. Os jurados tiveram a difícil tarefa de avaliar cada prato finalista nos quesitos sabor, criatividade, apresentação, organização, etc, no qual tinha que conter obrigatoriamente a carne de rã e os cogumelos como protagonistas. Os alunos ganhadores foram Karen Leonel de Souza e Herminio Camargo de Almeida (em 1º lugar) e Alan Felipe Ramos Reggi de Oliveira e José Eduardo Saad Filho (em 2º lugar).

Fotos: Divulgação



## MOTIVOS PARA VOCÊ FAZER PARTE DO MUNDO CNA

### CURSOS PARA TODAS AS IDADES

Crianças, adolescentes ou adultos. Não importa sua idade, o CNA tem um curso pensado para seu nível de conhecimento, com material didático próprio, muita tecnologia e todos os recursos da plataforma CNA 360.

### PLATAFORMA



O CNA 360 é um conjunto de recursos e serviços, como professores online, aplicativos e Portal do Aluno CNA Net, que aumentam o tempo e a qualidade da sua experiência com o idioma.



ATIVIDADES COM REALIDADE AUMENTADA



PROFESSORES ONLINE



PORTAL DO ALUNO, JOGOS E APLICATIVOS



ATIVIDADES COM QR CODE

### CERTIFICADOS INTERNACIONAIS

Todo aluno que conclui o curso de inglês ou espanhol para jovens e adultos no CNA pode ter uma certificação internacional: o Certificado de Cambridge, um dos mais conceituados do mundo, ou o Certificado DELE, do Instituto Cervantes, o mais reconhecido certificado em língua espanhola.



CAMBRIDGE ENGLISH  
Language Assessment

Authorised Centre



Matrículas abertas.

CNA INDAIATUBA • 3894-6966 • Rua Padre Bento Pacheco, 873

CNA ITU • 4023-2861 • Rua Santa Rita, 1437

CNA SALTO • 4021-5000 • Rua Joaquim Nabuco, 164

**CNA**  
Inglês Definitivo

#DONTBELOR





Angélica Esteves/Prefeitura de Itu

## Companhia Ituana de Saneamento é inaugurada

A CIS (Companhia Ituana de Saneamento) foi inaugurada no aniversário da cidade, em 02 de fevereiro. Com isso, o poder público municipal volta a coordenar o planejamento, execução, operação e exploração de serviços públicos como o abastecimento de água e o tratamento de esgoto. Vincent Menu, superintendente da companhia, comentou que a CIS é um projeto essencial para Itu e que sua aprovação pelo Legislativo foi um voto de confiança que ampliou o estímulo e a responsabilidade da equipe da Companhia. Segundo o superintendente, a CIS inicia efetivamente seus trabalhos investindo na recuperação do sistema, dos mananciais e diretamente no problema de falta de água na região do Pirapitingui. A proposta de reassumir a água foi promessa de campanha do prefeito Guilherme Gazzola, que comparou a inauguração ao nascimento de um filho.

## Acadil elege nova acadêmica

Em fevereiro, os membros da Acadil (Academia Ituana de Letras) elegeram nova acadêmica para ocupar a cadeira nº 5, a professora doutora Marly Therezinha Germano Perecin. A escritora e historiadora reside em Piracicaba, mas tem laços fortes com Itu, desde sua ascendência, de antigos políticos locais, até a sua obra literária, cujo interesse maior reside na análise da cultura ituana. Marly Perecin é autora de uma trilogia de romances históricos que narram aspectos significativos da região do Vale Médio do Tietê entre os séculos XVIII e XIX. A escritora tem participado da vida cultural de Itu nos últimos 25, seja como associada correspondente da Acadil ou estudiosa da Festa do Divino Espírito Santo e de obras de arte, como o conjunto pictórico da Capela Mor da Igreja Matriz de Itu. A solenidade de posse será no dia 31 de março, às 20h, no Auditório Sincomércio.



Arquivo



Divulgação

## Open de Xadrez no Plaza

O Plaza Shopping Itu sediou em fevereiro o 25º Open de Xadrez "Cidade de Itu", que contou com a participação de 230 participantes, entre oito e 80 anos, de 35 cidades. Ao todo, mais de 300 pessoas acompanharam o torneio na praça de eventos do shopping. A competição contou com as presenças de mestres internacionais e nacionais, de vários expoentes do xadrez brasileiro, de dois árbitros internacionais e dois árbitros regionais. O torneio foi disputado em sete rodadas pelo sistema suíço de emparelhamento. "Uma honra recebermos uma competição de alto nível, ainda mais incentivando a prática do xadrez. Dessa forma, nosso público também pôde ter contato com esse esporte, suas regras e estilos", ressalta Edgar Silveira, gerente de Marketing do Plaza Shopping Itu. O 25º Open de Xadrez "Cidade de Itu" 2017 foi promovido pela Prefeitura de Itu, com apoio do Plaza.



Divulgação

## VOLACC LANÇA 'ROCK IN HEART' 2017

A Volacc (Voluntários de Apoio no Combate ao Câncer) realizará no próximo dia 25, a partir das 20h30, a edição deste ano do 'Rock in Heart'. O evento, que acontecerá no Salão Social do Indaiatuba Clube, terá a participação das bandas Unha Encravada e Confraria d'Asdrovnia e do DJ Ronaldo Ambiel. As camisetas do evento estão sendo vendidas pela Volacc ao custo de R\$25 e os convites por R\$35. Será vendido um kit com os dois itens pelo valor de R\$50. A Volacc é uma organização social sem fins lucrativos, cujo trabalho essencial é oferecer apoio sócio assistencial às famílias de pessoas portadoras de câncer em Indaiatuba.

**MAIS:** Para mais informações, ligue para (19) 3875-4544.



# RENOVE O ambiente

CONHEÇA NOSSA LINHA DE PAPIÉIS DE PAREDE mais de 100 opções de catálogos.\*

## SEM PRECISAR MUDAR DE CASA

Trabalhamos com linhas completas de marcas nacionais e importadas: **Celina Dias, Bucalo, Orlean, Naru e Kantai** - e muitas outras opções sinônimos de qualidade e tecnologia, além da variedade em cores e estampas que se encaixam em seu projeto.



**LOJA SOROCABA**  
Av. Ipanema, nº 1978 - V. Nova  
Sorocaba - Sorocaba/SP  
(15) 3034.0007

**LOJA SALTO**  
Av. José Maria Marques  
Oliveira, nº 384 - Salto/SP  
(11) 4602.5777

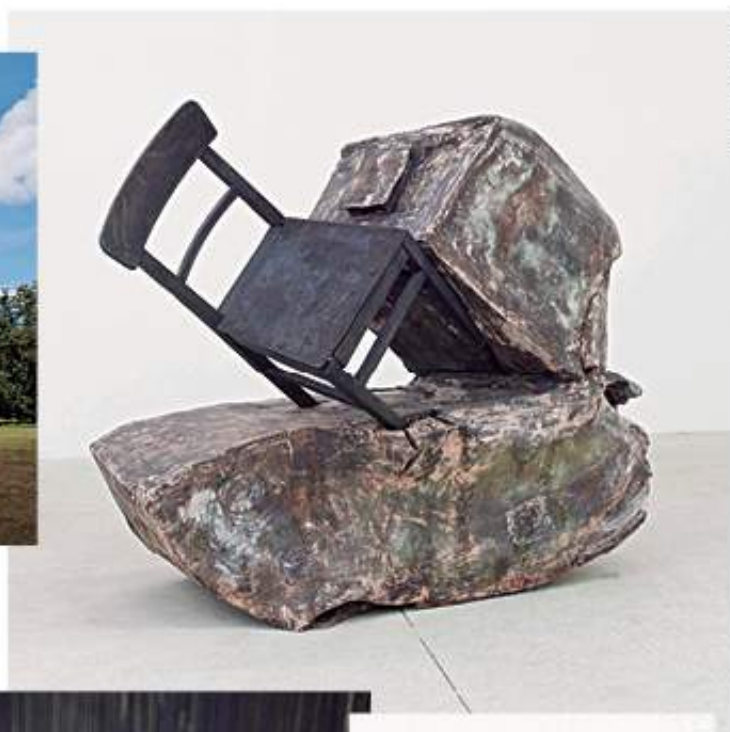
**LOJA ITU**  
Av. Tiradentes, nº 100  
Alto da Vila Nova - Itu/SP  
(11) 4025.0007



www.palonetintas.com.br

# UM MUNDO DISTORCIDO

*Exposição “O corpo é a casa” faz sucesso na capital com mídias variadas, de esculturas a intervenções, e objetos distorcidos e expandidos numa crítica feroz à sociedade de consumo*



fotos: Divulgação

A capital paulista é palco de mais uma grande exposição que tem atraído a atenção tanto daqueles que gostam de arte conceitual quanto interativa: o trabalho de Erwin Wurm, artista contemporâneo austríaco, é exibido pela primeira vez no Brasil por meio da mostra “Erwin Wurm - O Corpo é a Casa”, com curadoria de Marcello Dantas, no CCBB (Centro Cultural Banco do Brasil). Depois da temporada na cidade, que vai até 03 de abril, a exposição segue para os espaços da instituição em Brasília (de 21 de abril a 26 de junho), Belo Horizonte (de 11 de julho a 18 de setembro) e Rio de Janeiro (de 11 de outubro a 08 de janeiro de 18).

Erwin Wurm utiliza mídias variadas - esculturas, vídeos, instalações, performances e intervenções - para desafiar formas tradicionais presentes no dia a dia. Neste sentido, objetos como carros, casas e sofás ganham aspectos distorcidos e expandidos. O humor permeia sua obra, que também é sustentada por uma crítica feroz à sociedade de consumo e à cultura contemporânea. Segundo ele, o humor leva as pessoas a olharem para as coisas com mais cuidado. Wurm também coloca a interação do espectador como o ingrediente mais importante de sua arte.

Um dos destaques da mostra, com cerca de 40 obras, é a “Fat House” (Casa Gorda), que - com dimensões gigantescas e pesando cerca de duas toneladas. Na série “The Artist who Swallowed the Word” (O artista que engoliu o mundo) há uma seleção de trabalhos que discute a presença do artista em sua obra: já nas “One-Minute Sculptures” (Esculturas de um minuto) os visitantes seguem as instruções do artista e tornam-se, por um minuto, a própria obra. Dentro de “Casa e Comida” são outros núcleos que fazem parte da exposição e também deslocam o espectador ao confrontá-lo com elementos triviais distorcidos. Treze vídeos do artista estão espalhados pelo espa-



ço, em lugares inusitados como banheiros, corredores e elevadores. E até a fachada do prédio recebe uma grande intervenção com móveis que instigam os passantes.

A exposição “Erwin Wurm O Corpo é a Casa” é gratuita e conta com patrocínio, via Lei Rouanet, do grupo segurador Banco do Brasil e Mapfre. Fátima Lima, diretora de Marketing e Sustentabilidade da seguradora, reforça a importância do apoio “como uma maneira de fomentar a cultura e permitir o acesso do público brasileiro a novas percepções artísticas, capazes de contribuir para a democratização da informação e para a socialização do conhecimento”.



Algumas das obras distorcidas, como a Fat Convertible, o Artist who Swallowed the Word e a Fat House, criadas por Wurm e expostas na capital paulista

fotos: Divulgação

## 'O ARTISTA QUE ENGOLIU O MUNDO'

Ao percorrer o conceito de corpo e elementos domésticos e do cotidiano, o conjunto de cerca de 40 obras explora tanto noções arquitetônicas, para as quais o artista olha a partir do ponto de vista escultórico, quanto "a natureza transformativa da escultura em suas muitas encarnações", como aponta o curador. Integra o conjunto as famosas esculturas corpulentas, "Fat House" (Casa Gorda) (2003), a inflada Ferrari brilhante vermelha "Fat Convertible" (Conversível Gordo) (2004) e peças da série "The Artist who Swallowed the Word" (O Artista que Engoliu o Mundo) (2006). Esse conjunto antropomórfico e obeso sugere algumas atribuições biológicas ao objeto artístico, como o ato de consumir, tornando-o capaz então de "preencher" o seu próprio interior. Seguindo essa lógica, obras envolvendo comida também estão presentes como as roliças salsichas que mimetizam atividades humanas da série "Abstract Sculptures" (Esculturas abstratas), "Sitting Big" (Sentando Grande), de 2014 e "Big Kiss" (Grande Beijo), de 2015; a instalação de 37 pepinos de acrílico pintado sobre pedestais "Self-Portrait as Pickles" (Autorretrato como Pickles), criada em 2008 e apresentada em diversos países desde então, e "Spit on Someone's Soup" (Cuspa na Sopa de Alguém), de 2003. "Entendo que a matéria-prima de qualquer escultura é energia e a unidade de medida de energia, que é a caloria, é o mesmo elemento que irá alterar a forma, o volume e a densidade dos materiais. E estes irão explorar a resignificação da nossa própria energia corpórea em obras de arte simbólica, desafiando a noção de performance, escultura e arte", comenta Marcello Dantas. Como desdobramento das investigações das estruturas arquitetônicas, Wurm olha também para seu interior e nele o universo de objetos domésticos os quais ele deforma e redimensiona. Exemplos desses são obras como a prateleira derretida feita de bronze e pátina "Dodge" (2012), a cadeira prensada em um bloco "Angst / Lache Hochgebirge" e o vaso sanitário comprimido de madeira e resina "Toilet" (Vaso Sanitário) (ambos de 2014), o relógio agigantado "Lost" (Perdido) (2015), o armário que parece ter sido esmurrado em "First Ascent - North Wall" (Primeira Ascensão - Parede Norte) (2016), entre outras. Completam o conjunto as "One-Minute Sculptures" (Esculturas de Um Minuto), criadas nos anos 1990, nas quais são os espectadores



que se tornam as esculturas a partir de instruções deixadas por Wurm. Essas sugerem que o sujeito permaneça em diferentes posições por um minuto, seja vestindo uma peça de roupa ou posicionando a própria cabeça dentro de um armário, criando assim formas efêmeras que logo em seguida se desfazem, como uma espécie de performance não programada. Também são apresentados 13 vídeos - espalhados em espaços inesperados do CCBB como banheiros, corredores e elevadores -, além de uma grande intervenção na fachada do prédio. "Por um período de tempo eu tentei encontrar a forma mais rápida de me expressar. E isso se reflete na minha crença na franqueza. É o mesmo tipo de franqueza que você encontra nos quadrinhos, elemento que eu frequentemente uso em meu trabalho", resume Wurm. Enquanto muitos artistas se concentram em dificultar a banalidade, o austríaco está interessado em fazer da dificuldade algo leve e acessível.

**MAIS:** A exposição vai até dia 03 de abril, de quarta a segunda-feira (fecha na terça), das 9h às 21h. Entrada franca. Agendamento realizado pelo sistema Ingresso Rápido - aplicativo disponível para Android ou IOS ou site [www.ingressorapido.com.br](http://www.ingressorapido.com.br). O CCBB São Paulo fica na rua Álvares Penteado, 112 - Centro - São Paulo. Tel.: (11) 3113-3651.



- 📍 SITES ADMINISTRÁVEIS
- 🌐 REDES SOCIAIS
- ✉️ E-MAIL MARKETING
- 🔗 LINKS PATROCINADOS
- 🏠 HOSPEDAGEM DE SITES
- 🛒 LOJAS VIRTUAIS

### CONTATO

Rua Rio Branco, nº 629 - Piso Superior  
 Centro - Salto / SP  
 CEP: 13.320-270  
 Fones: (11) 4028 7795 / 4021 3089  
 Web Site: [www.orionsites.com](http://www.orionsites.com)  
 E-mail: [comercial@orionsites.com](mailto:comercial@orionsites.com)



# BRUNO VIDJA no Show Detox

APÓS SHOWS PELA  
FRANÇA, CANTOR  
E COMPOSITOR  
SALTENSE LANÇA  
'DETOX', NA SALA  
PALMA DE OURO

Divulgação



Vidja se apresenta em  
Salto após a turnê  
que fez por cidades  
francesas em 2016

**R**ecém-chegado de uma turnê na França, o músico e compositor saltense Bruno Vidja lança por aqui o seu novo trabalho, intitulado Detox, apresentando suas músicas autorais e algumas releituras. O show acontece no dia 31, na Sala Palma de Ouro (às 20h30), em Salto.

Bruno estará acompanhado de Rafael Bagdonavicius na percussão e Flavio Moraes na guitarra, além de participações especiais. Os músicos levam ao palco sentimentos, com sons da natureza, instrumentos feitos a partir de sucata, somados ao som do violão, da guitarra, percussão, entre outros. O show tem influências de folk, rock e MPB, numa atmosfera musical que mescla entretenimento, diversão e reflexão. Segundo Bruno, a ideia é proporcionar, através da música, a conscientização do presente para um mundo melhor.

**MAIS:** Os preços são promocionais no valor de R\$ 20, nos pontos de vendas, no teatro e pelo site. Mais informações: [www.bilheteriarapida.com](http://www.bilheteriarapida.com). A Sala Palma de Ouro fica na rua Prudente da Moraes, 580, no Centro de Salto.

## 15 ANOS DE BAGAGEM

Bruno Vidja, nascido em Salto, é músico profissional, cantor, compositor e produtor musical. Dedicou-se à música há mais de 15 anos, realizando trabalhos nacionais e internacionais. Recebeu o prêmio do Festival Internacional de Cinema de Itu, com o filme *Comunhão*, do qual fez a trilha sonora. Com a música *Dream Enough*, da banda equatoriana *Anima Inside*, foi premiado no Equador por três anos consecutivos como a melhor Canção de Rock, pelo prêmio Sayce, onde realizou a produção musical. Estudou no renomado Conservatório Dramático e Musical "Dr. Carlos de Campos", de Tatuí, no Conservatório "Maestro Henrique Castellari", de Salto, e no Conservatório Villa Lobos, de São Paulo. Realizou turnês com algumas bandas e artistas, realizando shows, se apresentando em bares, teatros, casas noturnas e eventos. Em 2016 realizou uma turnê pela França, com seu trabalho autoral, se apresentando em mais de dez shows nas cidades de Paris, Serémange, Hayange e Metz.

Bruno também é formado em Comunicação Social, trabalha composição de músicas, na produção musical de bandas e artistas, além de trilhas sonoras para cinema, televisão e teatro. Ministrou cursos relacionados à música e áudio no Sesc, como o de Trilhas Sonoras. Foi professor de música durante alguns anos, lecionando e oferecendo workshops em escolas especializadas. Foi palestrante do II Congresso FCAD de Artes e Design abordando o tema Sound Branding. Apresentou o projeto *Compositando na Virada Sustentável 2015*, em São Paulo, e hoje dedica-se ao seu trabalho autoral.



# QUANDO O ASSUNTO É APROVAÇÃO: O ALUNO ANGLO DÁ SHOW!

**MAIS DE 100 APROVAÇÕES EM UNIVERSIDADES PÚBLICAS!**



AGATHA GENOVESE SHINODA - UNIFAE - MEDICINA  
 AMANDA LIMA - UNIP - ARQUITETURA E URBANISMO  
 AMANDA OLIVER - TOCANTINS/UFMS - ARTES CÊNICAS  
 AMANDA RODRIGUES DE SOUZA - UNIFESP - ENFERMAGEM  
 AMANDA ROSSOLEN - UNESP - MED. VETERINÁRIA  
 AMÉLIA LIMONGI ZAMBON - USCS - UNIVERSIDADE MUNICIPAL DE SÃO CAETANO DO SUL - MEDICINA  
 ANA CAROLINA CARGNELUTTI GUARNIERI - PUCCAMP - ARQUITETURA; UFS - FARMÁCIA  
 ANDRÉ CHERIGHINI - FACENS - ENG. ELÉTRICA  
 ANDRÉ LUIS PRESTES  
 ANDRÉ ROCHA LAW - PUCCAMP - LETRAS  
 ANDRESSA BENEDETTI - IFSP - INSTITUTO FEDERAL DE SÃO PAULO - QUÍMICA; FACULDADE MAJÁ - ENG. QUÍMICA  
 ANNA LAURA - UFV - DIREITO  
 BARBARA BATISTA LARIO - UFMT - UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATO GROSSO - QUÍMICA  
 BARBARA HELOISA - UNICAMP/UNIFESP - CIÊNCIA TECNOLOGIA QUÍMICA  
 BEATRIZ DEBLASSI - TOCANTINS/UFMS - ARTES CÊNICAS  
 BIANCA BOMBATI - UFSCAR - BIOLOGIA  
 BRUNA CRISTINA LOPES DOMINGUES - UNESP - FARMÁCIA BIOQUÍMICA; UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO JOÃO DA BOA VISTA - BIOQUÍMICA; FACENS - ENG. QUÍMICA  
 BRUNA GORI PEDROSO - USP/SÃO CARLOS/UNESP - ENG. AMBIENTAL  
 BRUNA V. GRACIA - UNIOESTE - ZOOTECNIA  
 BRUNO BIANCHI ADRIANI - IFSP - INSTITUTO FEDERAL DE SÃO PAULO - ENG. DE CONTROLE E AUTOMAÇÃO  
 CAROLINE LEME - CEUNSP - FISIOTERAPIA  
 CASSIA DANIELLE ROSA MULLER - UFRS - UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL - NUTRIÇÃO  
 DENILSON DOUGLAS V. S. SANTOS - UFRJ - UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO - DIREITO  
 EDUARDO ROBERTI ESTETER - ESPM/PUCCAMP/ FACAMP/MACKENZIE - PUBLICIDADE  
 EDUARDO FABRI - UFRGS - VETERINÁRIA  
 ESTEVÃO H. SALLES - FACENS - ENGENHARIA MECATRÔNICA  
 ESTEVÃO MISSÃO - UFC - MEDICINA  
 FABIO KENJI HAGWARA - UTFPR - UNIV. TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ - ENG. DA COMPUTAÇÃO  
 FELIPE DOBNER DA SILVEIRA - USP/ENCE - ESCOLA NACIONAL DE CIÊNCIAS E ESTATÍSTICA - ESTATÍSTICA  
 FELIPE PAGOTTO BORIN - UFRJ - UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO - ADMINISTRAÇÃO; PUCCAMP - RELAÇÕES INTERNACIONAIS  
 FELIPE STRINGA (MEIO DO ANO) - UNESP - ENGENHARIA QUÍMICA  
 FERNANDO MUNHOZ - ESPM/PUCCAMP/UFMT/ UERN - RELAÇÕES INTERNACIONAIS/PUBLICIDADE E PROPAGANDA/ECONOMIA  
 GABRIEL LEITE DE LIMA - FACENS - ENG. MECÂNICA  
 GABRIEL O. FERRAZ - USP/UFPA - BIOLOGIA  
 GABRIEL PORTO SANTANA - UNISO - FARMÁCIA  
 GABRIEL QUEIRANTES - PUC - ENGENHARIA DE PRODUÇÃO  
 GABRIEL ROCHA MÔNACO - USP/UFSCAR - QUÍMICA; FACENS - ENG. QUÍMICA  
 GABRIELA AUGUSTO BONI - MACKENZIE/FACAMP/ PUCCAMP - DIREITO

GABRIELA DIMANI NACIMBEN - USP/UFSCAR - GERONTOLOGIA  
 GABRIELA MONTARGIL ROCHA SALDANHA SILVA - UNICID - MEDICINA; UFS - UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE - MEDICINA VETERINÁRIA  
 GABRIELA SOUZA DE LIMA - PUC - PEDAGOGIA  
 GABRIELI BELLON DALLA VECCHIA - USP/PUCCAMP - ADMINISTRAÇÃO  
 GABRIELLE DE CARVALHO CUNHA - SÃO LEOPOLDO MANDIQUÊ - MEDICINA  
 GIOVANNA - UFSJ - BIOQUÍMICA  
 GIOVANNA CONTI FRUET - FAAP/MACKENZIE - ADMINISTRAÇÃO  
 GIOVANNA GOMES MARTINS - MACKENZIE - PUBLICIDADE E PROPAGANDA  
 GIOVANNA HAGE AMORIM - USP - TEXTIL E MODA; UNB - COMUNICAÇÃO SOCIAL; UNIVERSIDADE DE COIMBRA - JORNALISMO; FAAP/SANTAMARCELINA/BELAS ARTES - MODA  
 GIOVANNA ROSA - ANHEMBI MORUMBI - NATUROLOGIA  
 GUILHERME CODO - UNESP - FISIOTERAPIA  
 GUILHERME H. PARO - UNIPAMPA - LETRAS  
 GUILHERME KOVAC GOMES - USP/FEI - ENG. QUÍMICA; UFSCAR - EDUCAÇÃO FÍSICA  
 GUILHERME ZORZON - USP/POLI/UNICAMP/UFRRJ - UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO - ENG. DE COMPUTAÇÃO; UFSCAR/UNESP - CIÊNCIAS DA COMPUTAÇÃO  
 GUSTAVO BERGAMO - FEIFACENS - ENGENHARIA DE PRODUÇÃO  
 HELENA SANTIAGO PONTES PAES BARRETO - UFA - UNIVERSIDADE FEDERAL DO ACRÉ/UNISO/CEUNSP - ENG. AGRONÔMICA  
 HELLEN LADISLAU - MAX PLANCK - VETERINÁRIA  
 HENRIQUE CATOIA - USP/UNIFEI - ENGENHARIA CIVIL  
 HENRIQUE GOMES - PUC - FISIOTERAPIA  
 HENRIQUE ROCCO GHADIEH - CEUNSP - ADMINISTRAÇÃO  
 IGOR MORAIS RODRIGUES - ANHEMBI MORUMBI - DIREITO  
 ISABELLA FERREIRA DE SOUZA - ANHEMBI MORUMBI - DESIGNER DE MODA  
 ISADORA ALMERON DE ARRUDA - SÃO CAMILO - NUTRIÇÃO  
 JESSICA CRISTINA ALEXANDRE VIEIRA ALVES ARAUJO - UFMT - UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATO GROSSO - ZOOTECNIA; FEPUCCAMP - ENG. DE PRODUÇÃO  
 JENIFFER FLORINDA MARTINS DA SILVA - USP/UNESP - FÍSICA  
 JOÃO HENRIQUE DE SOUZA LIMA - FACENS - ENG. DE PRODUÇÃO  
 JOÃO PEDRO BALBONI PINHEIRO - MACKENZIE - DIREITO  
 JOÃO PEDRO DE ARRUDA FERNANDES - MACKENZIE - ADMINISTRAÇÃO  
 JOÃO VICTOR LOPES - PUC - RELAÇÕES INTERNACIONAIS  
 JOSÉ FELIPE FELIX RAFAEL - USP/ESCOLA POLITECNICA - ENG. ELÉTRICA; UNICAMP - ENG. MECÂNICA; UNIFEI - UNIVERSIDADE FEDERAL DE ITAJUBÁ - ENG. MECÂNICA; UNESP - ENG. MECÂNICA  
 JULIA CARRA - CEUNSP - NUTRIÇÃO  
 JULIA BALDI - PUC - FISIOTERAPIA  
 JULIANA NUNES BRENHA DE CAMARGO - METODISTA - PSICOLOGIA  
 KAREN KAORI - CEUNSP - FISIOTERAPIA  
 LAVÍNIA SCARAVELLI ALVES - SÃO LEOPOLDO

MANDIQUÊ - ODONTOLOGIA; PUCCAMP - ADMINISTRAÇÃO  
 LEONARDO DE OLIVEIRA BOFF - PUCCAMP - ADMINISTRAÇÃO; FACENS - ENG. MECÂNICA  
 LEONARDO SALA BORDIN - USP/UFUNICAMP - MATEMÁTICA  
 LEONARDO SANTOS - USP - ENGENHARIA DE ALIMENTOS  
 LEONARDO SONTAG - PUC E MACKENZIE - ENGENHARIA CIVIL  
 LETICIA ALVES OLIVEIRA PEREIRA - USP - SÃO FRANCISCO/USP RIBEIRÃO PRETO/UEM - UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MINAS GERAIS - DIREITO  
 LETICIA LIMA - UFSCAR - ENFERMAGEM  
 LETICIA LIMA DOS SANTOS - UFSCAR - ENFERMAGEM  
 LETICIA ZONTA TONHOLO SILVA - UNIVERSIDADE DE BUENOS AIRES - MEDICINA  
 LIDIANE VIANA - UFRPE - VETERINÁRIA  
 LORENA GUIDO QUEIROZ - SÃO CAMILO/ANHEMBI MORUMBI - NUTRIÇÃO  
 LUANA SÓRIO DAMAZIO - IFF - INSTITUTO FEDERAL FARROUPILHA - CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
 LUCAS ANTUNES - UFRGS - DIREITO  
 LUCAS SANTOS PELEGRI NI SILVA - UFSC - UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA - ENG. NAVAL  
 LUISSA LUI VIEIRA CORDEIRO - UNESP/UNIDEST - GEOGRAFIA  
 LUISA ROMITELLI - PUC - MEDICINA VETERINÁRIA  
 LUIZ HENRIQUE MILARÉ MIETTO - UFSCAR - ENG. DE MATERIAIS  
 LUIZA DE ALMEIDA WANDERLEY - MACKENZIE - DIREITO  
 MARCOS ROBERTO GEBARA - FACENS - ENGENHARIA MECÂNICA  
 MARCOS VINICIUS SCUCUGLIA - FACENS - ENG. DA COMPUTAÇÃO  
 MARIA ELISA PEIXOTO BAZANELLI - UNICID - MEDICINA  
 MARIA ISABELA DA SILVA OLIVEIRA - UFG - UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIAS - GEOGRAFIA  
 MARIA ISABELLE - SÃO CAMILO - ENFERMAGEM; UNP - ODONTOLOGIA; UFPB - FONOAUDILOGIA  
 MARIANA ANDRADE ALVES DA SILVA - UFSCAR - ENG. DE ALIMENTOS  
 MARIANA SOARES MATIAS (MEIO DO ANO) - UFRS - ODONTOLOGIA  
 MARINA DE CARVALHO FANTINELLI - PUCCAMP - PSICOLOGIA  
 MARINA DE MELLO BEZERRA - PUC - RIO - PSICOLOGIA  
 MARINA LOPES PLAÇA DE LUCENA - PUCCAMP - EDUCAÇÃO FÍSICA; UNISO - DANÇA; UFSCAR - PEDAGOGIA  
 MATHEUS OLIVEIRA DA SILVA - MACKENZIE/PUCCAMP/ FADI SOROCABA - DIREITO  
 MATHEUS RODRIGO NUNES - UFRJ - UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO - ENG. NAVAL  
 MATHEUS TONHOLO SILVA - UNIFESP/FAMEMA/UEPE - MEDICINA  
 MAYA SABONGI DE MELLO - CEUNSP - PSICOLOGIA  
 MILENA ANTUNES GAZZOLA - FACAMP - DIREITO  
 MURILO PETRONI - UEMG/FEIFACENS/UFSCAR - ENGENHARIA DE PRODUÇÃO/ENGENHARIA AMBIENTAL

NATALIA BARBIERI TEOCHI - CASPER LIBERIO/FACAMP/ PUCCAMP - RELAÇÕES PÚBLICAS; ESPM - PUBLICIDADE E PROPAGANDA  
 NATALIA SILVA DE SOUZA - PUC RIO - CIÊNCIA POLÍTICA  
 NATHALIA FOGUE - UFSCAR - CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
 NATHALLY CAZELATTO BARNABÉ - FATEC - GESTÃO EMPRESARIAL  
 NICOLAS GIMENEZ - PUC - DESIGN GRÁFICO; ESANC - DESIGN DIGITAL  
 NICOLE JARA SERINHANI - MACKENZIE/PUCCAMP - CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
 PABLO MAURICIO BELEZI - CEUNSP - ADMINISTRAÇÃO  
 PATRICK ARENA DE LACERDA - UFPR - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ - ENG. QUÍMICA  
 PEDRO CHAMON - ANHEMBI MORUMBI - CINEMA E ÁUDIO VISUAL; UFFAR/USCAR - IMAGEM E SOM  
 PEDRO HENRIQUE ASSUGENI THOMAZ - UNICAMP/ UNESP/UFERS - UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL - ENG. ELÉTRICA; USP - ENG. MECATRÔNICA  
 PEDRO SCALET LUCENA - CEUNSP - ADMINISTRAÇÃO  
 RAFAEL BORBA - UFSCAR - CIÊNCIAS BIOLÓGICAS  
 RAFAEL MARCHI - PUC E MACKENZIE - FARMÁCIA  
 RAFAEL MONTARGIL ROCHA SALDANHA SILVA - UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO JOÃO DA BOA VISTA/ FACENS - ENG. DE PRODUÇÃO; IFSP - INSTITUTO FEDERAL DE SÃO PAULO - ENG. DE CONTROLE E AUTOMAÇÃO  
 RAFAEL UMBERTO BETTIOL - PUC/UNIMEP - ENGENHARIA MECÂNICA  
 RAFAEL ZACCHARIAS DO PRADO - FACENS - ENG. CIVIL  
 RAFAELLA DE OLIVEIRA - UEMG - UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MINAS GERAIS - DIREITO  
 RAQUEL BEATRIZ GARCIA - PUCCAMP - ENFERMAGEM; UNISO - ARQUITETURA  
 REBECA PERIN - PUC - SP/MACKENZIE - ENGENHARIA DE PRODUÇÃO  
 RICARDO VECCHI - UNISO - ENGENHARIA DE BIOPROCESSOS; UNESP - BIOTECNOLOGIA  
 ROBERTA DUARTE BROTCHETTI - FAAP/ESPM/ MACKENZIE - ADMINISTRAÇÃO  
 RODRIGO BEGO DA SILVA - CEUNSP - ARQUITETURA  
 RODRIGO MARTINHAO DE SOUZA - UFMT - PUBLICIDADE  
 SÉRGIO APARECIDO DE SOUZA - FATEC - GTI - GESTÃO DA TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO  
 SÉRGIO DE CAMPOS JUNIOR - UFSC - ENGENHARIA NAVAL; USP - ENG. DE PETRÓLEO  
 TAINA DE PAULO GUARDIANO (MEIO DO ANO) - PUC - RELAÇÕES INTERNACIONAIS  
 TAIS DO NASCIMENTO - UNAERP - PSICOLOGIA  
 TAISSA DE SOUZA - UFRN - COMÉRCIO EXTERIOR  
 TALESS BENASSI - UFSC/PUCCAMP - DIREITO  
 VICTOR CASTRO - UFPEL - ENGENHARIA CIVIL; UFV - ENG. QUÍMICA  
 VICTÓRIA GONÇALVES VENÂNCIO - CEUNSP - EDUCAÇÃO FÍSICA  
 VINICIUS LUIZ TEMPESTA - FACENS - ENG. CIVIL  
 VITÓRIA BARROS MESQUITA - UNIMES - MEDICINA  
 VITÓRIA BELLOM WILSON - PUCCAMP - ARQUITETURA  
 VITÓRIA BORASCHI GOMES - PUCCAMP - FISIOTERAPIA

**EXTENSIVO ANGLO**  
 Ninguém #aprovamais

**ÚLTIMAS VAGAS!**

angloitu.com.br  
 Praça da Independência nº 151  
 Centro - Fone: (11) 2396-1212

anglosalto.com.br  
 Av. Brasília nº 749 - Jardim D'Icarai  
 Fone: (11) 4029-2227



## Eduardo Sterblitch em 'Talkshow'

No dia 26 de março, às 19h, a Sala Palma de Ouro, em Salto, recebe Eduardo Sterblitch em seu mais novo espetáculo, "Talkshow". Sterblitch se diverte com o gênero corrente na TV, fazendo com que o personagem principal da noite seja a cidade, representada pela plateia ali presente. O público pode ajudar a montar o show com pedidos, sugestões, dicas e informações, antecipadamente, através da internet. Leitores da Regional têm desconto na compra do ingresso; basta apresentar o anúncio publicado nesta edição.

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

## Festival Carpe Diem em Salto

Entre os dias 17 e 19 de março, acontece em Salto a 3ª edição do Festival Nacional de Teatro Carpe Diem. O evento é produzido pela STCA Produções, com apoio da Secretaria de Cultura de Salto, e nesta edição traz sete peças de quatro Estados diferentes, exposição fotográfica, workshops e debates. A cerimônia de encerramento terá uma homenagem ao artista saltense José Roberto Orlandini. A comissão julgadora será formada por Samir Signeu, Alexandre Pi e Marcelo Sarntto.

## 'Musical do Sítio do Picapau Amarelo' na região

A Teatro GT traz para a região a turma do Sítio do Picapau Amarelo em um lindo musical, no dia 12 de março (domingo), às 16h, na Sala Palma de Ouro, em Salto. Lançado em 2014, o musical já atingiu mais de 1,5 milhão de espectadores de norte a sul do Brasil. O espetáculo reúne os personagens Emília, Narizinho, Pedrinho, Visconde e a Cuca. Os leitores da Revista Regional que apresentarem o cupom publicado nesta edição têm desconto na compra do ingresso.

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



### PRATELEIRA

#### UM GATO DE RUA CHAMADO BOB

A segunda edição do best-seller Um gato de rua chamado Bob, publicada pelo grupo Grupo Editorial Novo Conceito, chegou nas livrarias em dezembro com novo visual. A obra conquistou milhares de pessoas em 26 países ao redor do mundo e permaneceu por 52 semanas consecutivas na lista dos mais vendidos da Inglaterra. Acompanhando James, um músico pedinte das ruas, o leitor conhece Bob, um gato diferente de qualquer outro. Ex-dependente químico em processo de desintoxicação, o cantor encontra o felino alaranjado pelos corredores do prédio onde mora e descobre o norte que faltava para dar um novo rumo na vida. James Bowen conduz o leitor a uma incrível jornada de superação. Por meio de relatos pessoais, o autor conta como o pequeno animal foi essencial para a reabilitação das drogas e a própria transformação, passando de alguém absolutamente sozinho para um homem que encontrou o verdadeiro valor da amizade.



UM GATO DE RUA CHAMADO BOB  
Autor: James Bowen  
Editora: Nova Conceito



## inFlux English School chega a Itu

Foto: Gisele Scaravelli

Inaugurou este ano uma nova unidade da inFlux English School em Itu.

A rede de ensino de idiomas tem mais de 120 unidades em todas as regiões do Brasil e em São Paulo já está presente em mais de 20 cidades.

A inFlux se destaca por seu Compromisso de Aprendizado: uma garantia, firmada em contrato, de que em 2 anos e meio o aluno

alcança o domínio do inglês, comprovado por uma certificação internacional no fim do curso (TOEIC).

A escola garante o aprendizado porque tem um método inovador de ensino, que une duas das mais eficazes abordagens de ensino de línguas: a abordagem comunicativa e a abordagem lexical. Assim, o aluno aprende a pensar em inglês ao invés de traduzir ao pé da letra.

**ITU**  
**2715-5501**  
Rua Paula Souza, 77

**INDAIATUBA**  
**3834-3877**  
Rua Candelária, 1621

**SALTO**  
**4456-8294**  
Rua João Scarano, 55

**JUNDIAÍ ELOY**  
**2709-5999**  
Av. Benedito Castilho  
de Andrade, 636

**JUNDIAÍ RETIRO**  
**4087-3011**  
Rua do Retiro, 2576

### Módulo gratuito para viagens

A inFlux Itu começou o ano com uma promoção imperdível: Ao matricular-se em qualquer curso na escola, você ganha um módulo de inglês para viagens, para usar ou dar de presente para quem você gosta. Mas a promoção é por tempo limitado, aproveite!



# MATRÍCULAS ABERTAS

**inFlux**  
English School



ESPECIAL 14 ANOS

# Carol, *Erika e* Cinara *em clima de festa*

As atrizes globais Carol Nakamura, Erika Januza e Cinara Leal, da novela "Sol Nascente", comemoram neste ensaio de moda especial os 14 anos de sucesso da Revista Regional. Em clima de festa, com as três usando looks de gala, o ensaio traz um contraponto, revelando os bastidores da moda e de um set de filmagem, numa homenagem ao aniversário da revista, que é referência em moda e entretenimento na região. Nas próximas páginas, você confere as entrevistas com as atrizes e o ensaio completo, realizado por nossa equipe de colaboradores no Rio de Janeiro.

fotos: FAYA

styling: ANDERSON VESCAH

beleza: Titto Vidal, Rafael Senna e Maria Lima

assistente de fotografia: Luiz Brown

agradecimentos: Nataly Lima e Luana Bittencourt









Cinara usa  
vestido Lia  
Rabello  
calçado Velleno  
colar, anel e  
brinco Swarovski



Carol Nakamura usa  
vestido Blue Shop  
anel Swarovski



Erika está com  
vestido Cosh  
sandália Velleno  
brinco e anel  
Herreira Joias

Carol Nakamura usa vestido Barbara Bela  
sandália Velleno  
anel e brinco Swarovski

Erika Januza está com vestido Blue Shop  
anel e brinco Herreira

Cinara Leal com vestido Cosh  
sandália Velleno  
anel e brinco Swarovski



# Carol Nakamura

Conhecida do programa Domingão do Faustão, Carol Nakamura agora se destaca como atriz, sendo uma das revelações da novela “Sol Nascente”, da Globo. Naka, como é chamada carinhosamente pelos colegas, teve sua trajetória iniciada no balé clássico, onde se formou ainda muito jovem. Sua carreira contou ainda com participação num musical da Disney, o que a levou ao corpo de bailarinas do Faustão. E lá, após seis anos no balé, Fausto Silva, certo de seu talento, a convidou para entrevistar a plateia em alguns quadros. Esteve por seis anos está ao lado do apresentador como assistente de palco e apresentadora de um quadro “Giro Domingão” onde apresentou até 2016 as curiosidades e descobertas Brasil afora. Como atriz, estreou no início de 2012 com a peça “Fista Falsa” com texto de Jomar Magalhães e direção de Daniel Santamaría, onde foi sucesso de crítica e público. Em seguida, nesse mesmo ano, foi convidada para ser “Maria, Mãe de Jesus” junto com o ator Kayky Brito, na encenação da “Paixão de Cristo”. Atualmente, dá vida a personagem Hiró, na novela das seis da Globo. Neste bate-papo, ao fazer o editorial de moda da Revista Regional, ela contou como está sendo atuar numa novela, além dos segredos de sua boa forma.

**REVISTA REGIONAL:** Da dança você foi pro teatro e agora TV. Como está sendo esta nova experiência numa novela?

**CAROL NAKAMURA:** Trabalhar com a dramaturgia já era um desejo antigo. Eu já tinha me aventurado no teatro, mas nada tão intenso quanto uma novela. Tem sido um experiência sensacional, a cada dia aprendo, descubro e me reinvento. A realização não cabe em mim de tão grande (risos).

O fato de ter saído da dança e de um programa de auditório causou algum desconforto ou mesmo preconceito ao se tornar atriz?

Sendo bem honesta, ouvi tanto as pessoas falarem do risco do preconceito, que cheguei receosa, claro, mas foi e tem sido tão incrível, fui recebida com tanto respeito, carinho e generosidade pela equipe e elenco. De fato me sinto tão grata por esta oportunidade e pelo privilégio de ter iniciado exatamente como foi.

Após a novela, que está no término, quais os projetos que pretende seguir na dramaturgia?

Definitivamente eu me encontrei na dramaturgia! Estou tão feliz com as descobertas diárias, com as possibilidades de dar vida a outras histórias. Estou empenhada em estudar e me preparar para as novidades que virão e logo mais compartilharei com vocês.

*“...ouvi tanto as pessoas falarem do risco do preconceito, que cheguei receosa, claro, mas foi e tem sido tão incrível...”*

Você é unanimidade quando o assunto é boa forma. Além da dança, o que faz para manter a beleza?

Faz bastante tempo que não danço, apesar de amar a arte do balé e ter pensado em voltar a me exercitar pela dança quando houver tempo. Exercício pro corpo e pra alma.

Então, eu confesso que sou preguiçosa pra atividades e tenho buscado estímulo, levando meu filho pra treinar comigo. Assim ficamos mais juntos e estimulamos um ao outro. Eu não gosto de treinos de musculação tradicionais e opto pelos funcionais. Essa é a forma mais prazerosa para mim. Se não estiver gostando do que eu estou fazendo, não tem jeito, não consigo nem levantar da cama. A hora da atividade física precisa ser divertida e prazerosa. Também tento me alimentar bem e beber bastante água. Não sigo nenhuma dieta, apenas o meu bom senso. Se eu exagero em uma refeição, compenso na outra. Em relação aos cuidados com a pele, sempre uso protetor solar e gosto de experimentar tratamentos estéticos. Não faço nada sacrificante, apenas cuido de mim. É legal se sentir bem, esteticamente falando, mas, não sou neurótica. Não deixo de viver em função de um corpo perfeito. Meu corpo também é um instrumento de trabalho e a minha vaidade está muito mais relacionada à profissão do que ao ego.



# Erika Januza

**E**rika Januza ficou conhecida em todo o Brasil ao protagonizar, mesmo sem ter tido nenhuma experiência anterior como atriz, o seriado “Suburbia”, um projeto do diretor Luiz Fernando Carvalho, na Rede Globo. Na época, o trabalho da mineira foi amplamente elogiado pelo público e também pela crítica especializada. A série chegou a ser exibida em vários países e ainda hoje Erika é chamada nas ruas pelo nome de sua primeira personagem: Conceição. O sonho de ser atriz era algo considerado distante, mas a perseverança apareceu através da participação nos diversos eventos de moda e beleza, em sua cidade natal, Contagem, em Minas Gerais, ou também em outras cidades da região. Foi se inscrevendo para um desses eventos que ela conquistou o papel no seriado. “Inicialmente o teste era para uma campanha publicitária que precisava selecionar mulheres negras. Fui fazer a entrevista e lá descobri que era um teste para uma série”, afirma Erika, que concorreu com mais de 2 mil candidatas. Sua história serviu e continua servindo de inspiração para várias jovens que sonham com a carreira artística. Depois de “Suburbia”, vieram vários outros trabalhos na TV, incluindo uma novela do veterano Manoel Carlos, e o longa de Selton Mello, “O Filme da Minha Vida”, que chegará aos cinemas em abril. Atualmente, Erika está na novela “Sol Nascente”, da Globo. Nesta entrevista, ela comenta sobre os desafios ao se tornar atriz e os preconceitos que viveu ao longo da vida.

**REVISTA REGIONAL:** Há cinco anos você estreava na TV, totalmente sem experiência, na minissérie Suburbia. Como você avalia sua evolução profissional desde então?

**ERIKA JANUZA:** Super positiva. Costumo dizer que essa evolução tem que ser diária. Nós atores temos a oportunidade de aprender bastante com cada trabalho, cada personagem. Essa evolução é fruto de muito esforço, ser verdade em cada novo trabalho. Tive a felicidade de continuar atuando depois da minha estreia. Todos os trabalhos que fizeram parte de minha trajetória até aqui contribuem para a minha formação como atriz. Cada personagem, independente do tamanho, exige dedicação. Paralelamente aos trabalhos que sempre me ensinam muito, sempre estou envolvida em alguma atividade que possa contribuir com minha profissão. Interpretação, canto, inglês, violão, enfim, o ator representa a vida e quanto mais conteúdo melhor será para colaborar com a criação de cada personagem. Sou muito feliz por ter encontrado meu caminho.

Você tem uma história de superação que merece sempre ser destacada. Veio de uma cidade do Interior de Minas, família simples, sofreu diversos preconceitos, inclusive racial, e hoje conquistou o seu espaço dentro da TV Globo. Como você analisa toda essa trajetória? Ainda sofre algum tipo de discriminação? Minha cidade, na verdade, fica na região metropolitana de Belo Horizonte. Tive inúmeras conquistas sim, mas é só o início do que eu quero para mim. Ainda tenho muito que fazer, que aprender, que viver. Hoje me vejo mais preparada, decidida, apta para investir nas minhas escolhas. As experiências positivas e negativas me fizeram aprender e isso é o importante. Crescer mesmo com as dificuldades e adversidades. Obviamente nem sempre foi assim. Quando você é uma criança ou uma adolescente negra, você não tem as mesmas oportunidades que uma criança ou adolescente branca. Por causa disso, os

*“Quando você é uma criança ou uma adolescente negra, você não tem as mesmas oportunidades que uma criança ou adolescente branca. Por causa disso, os sonhos são diferentes. Por mais que eu sonhasse em estar na TV, eu também não cresci me vendo representada neste universo”*

sonhos são diferentes. Por mais que eu sonhasse em estar na TV, eu também não cresci me vendo representada neste universo, salvo raras exceções como Ruth de Souza, Zezé Motta, Tais Araújo, Isabel Fillardis e outros nomes que podemos contar. Discriminação velada acontece todos os dias, infelizmente parece que já está dentro das pessoas. Lutar para ser uma profissional cada dia melhor, uma pessoa melhor, me faz passar por cima de qualquer tipo de discriminação. Ter confiança em si mesmo. E não no que os outros acham de você.

**Como você avalia o crescente número de casos de racismo no país, principalmente pelas redes sociais?**

As redes sociais abriram um espaço para que as pessoas possam manifestar suas opiniões positivas e negativas e, principalmente, seus preconceitos, que geralmente são publicados de uma forma escancarada, sem precisar colocar a cara à tapa. Eu fico muito triste com essas manifestações, mas elas revelam um lado que ficou restrito durante muito tempo às ações. As pessoas não se mostravam preconceituosas, mas agiam de forma preconceituosa. Entende? Agora está tudo às claras. De qualquer forma, não podemos também generalizar. São manifestações de uma pequena parcela, que precisam ser investigadas e essas pessoas punidas. É inadmissível que em pleno século 21 ainda existam pessoas que fazem questão de propagar discursos de ódio a outros.

**Depois de ‘Sol Nascente’, já tem novos convites? Pode nos contar?**

Comecei o ano com gás total. Desejo de trabalhar. Estou envolvida em alguns projetos, mas pra contar, só na próxima edição da Regional (risos). Mas novidades! Novos segmentos! Após a novela, tenho um convite para cinema, só aguardando o start. Tenho muita vontade de participar de um musical, estou apaixonada pelas aulas de canto. Independente de convites, vejo importante estar em movimento, estar em evolução, criar! E estou nesse momento.





# Cinara Leal

**D**estaque como uma caçara em “Sol Nascente”, Cinara Leal tem uma história já consistente na TV, com dez anos de carreira. Nascida e criada no subúrbio carioca, no bairro da Penha, a atriz conta que o interesse pela arte começou na dança, ainda muito cedo. Aos cinco anos, pediu a mãe para entrar no balé e, desde então, nunca abandonou a dança. Aos 14 anos, já participava de festivais e aos 16, se formou profissionalmente e começou a dar aulas. O interesse por ser atriz surgiu quando Cinara se mudou para a zona sul e passou a frequentar mais teatros e cinemas. Imersa naquele novo universo, decidiu que gostaria de ter aulas de teatro. “Quando as oportunidades não aparecem, eu crio. Digo isso porque sempre fui atrás do que quis. Fazia faculdade de Educação Física, dava aula e fazia parte do corpo de baile do Parque da Mônica. Aos sábados e domingos eram os únicos dias que tinha livre, então entrei no curso de teatro que era todo final de semana, o dia todo. Nunca mais parei”. Cinara se formou em Artes Cênicas pela UniverCidade. Ao total, foram 11 trabalhos para televisão e cinco para o cinema. Além disso, desde o final de 2016, a atriz assumiu o papel de empresária com a ‘Cookie’n Ice’, uma franquia de sobremesas que tem como especialidade o famoso sanduíche de cookie com sorvete. A atriz pretende abrir mais seis lojas ainda este ano. Na conversa que teve com a Regional, ela falou mais dos seus planos.

**REVISTA REGIONAL:** Para viver a caçara Vanda de ‘Sol Nascente’, você mudou sua rotina, criou treinos e fez dietas. Indica a nossas leitoras?

**CINARA LEAL:** Eu quis muito conhecer a cultura caçara. Então fui até Paraty conhecer comunidades caçaras, assim que soube que ia fazer a novela, ver de perto a força dessa cultura. Também fiz laboratório na colônia de pesca de Copacabana, onde fui muito bem recebida. Lá aprendi a remendar rede. Sobre a dieta, cortei 80% dos carboidratos. Além disso, não tomo leite, achocolatado, refrigerante e fritura. Troquei o açúcar comum pelo mascavo ou adoçante sem sacarose. Adoro batata doce. Meu ponto fraco é o pão francês, sempre dou uma escapadinha da dieta para comer. Em relação aos treinos, passei a fazer aulas de natação e aulas com o Chico Salgado, com foco em resistência, que me exigem muita concentração e corrida. Procuro intercalar com as aulas de balé para dar feminilidade a Vanda.

*“Eu sou mulher e sou negra. Sofro preconceito duas vezes”*

**Após a novela, quais são seus planos? Algum convite para teatro, cinema ou TV?**

Estou tocando um projeto de um programa que mostra a culinária e o estilo de vida carioca no Vidigal. Além disso, também estou abrindo em breve mais lojas da ‘Cookie’n Ice’, franquia de sorvetes que estou empreitando aqui no Rio de Janeiro.

**Estávamos falando sobre preconceito com a Erika Januza. Você chegou a sofrer algum tipo de discriminação na carreira ou mesmo na vida pessoal? Como vê esses casos de racismo pela internet?**

Eu sou mulher e sou negra. Sofro preconceito duas vezes. Tanto na carreira, quanto na vida pessoal, sempre tem alguém querendo “nos colocar em nosso lugar”. O que algumas pessoas não entenderam é que o nosso lugar é onde a gente quiser. Sobre a internet, o anonimato ajuda a disseminar o discurso do ódio. Mas, os agressores não estão ficando impunes. Eu acredito que é preciso fazer denúncia mesmo. Temos que lutar para fazer valer os nossos direitos.

**Recentemente numa entrevista, você comentou que lutou contra a dislexia quando criança. Como foi essa superação?**

Foi algo me exigiu muito esforço. Acredito que a disciplina que sempre tive, por causa da dança, também me ajudou bastante. Eu tinha que ler várias vezes o mesmo texto para poder entender, tinha que desenvolver métodos para lembrar as coisas. Mas, deu tudo certo. Hoje, sei lidar com essa questão e sei que qualquer pessoa com dislexia pode levar uma vida normal.





# OUTONO OVERSIZE

O oversize aparece como tendência em várias coleções de outono, principalmente as de moda jovem, como a Coca Cola Jeans. Em seu desfile de outono-inverno 2017 na SPFWn42, a marca apresentou peças com a tendência oversize e também metálicos e graffiti. Celebidades como Sasha Meneghel, Szafir, Di Ferrero, Carol Oliveira e Arthur Nory estiveram na passarela. Confira algumas novidades para esta temporada de outono.



Fotos: Agência Fotocasta



fotos: Agnina Fotoarte



Oversize, metalizados e graffiti foram algumas tendências apresentadas para este outono

# INSPIRAÇÃO

por DIEGO DIUTHEF



1



2



3

Arquitetando a moda!



5

4



6



7

- 1 - Sandália RICO MACHADO (11) 2715-9025 Itu SP
- 2 - Brincos RENATA FRANCISCHINELLI (11) 97405-6322 Itu/SP
- 3 - Vestido BARBI BOUTIQUE (11) 2715-3580 Itu/SP
- 4 - Clutch bola triângulos ISLA (11) 3842-0994 [www.gallerist.com.br](http://www.gallerist.com.br)
- 5 - Vestido LUCAS MAGALHÃES (11) 3842-0994 [www.gallerist.com.br](http://www.gallerist.com.br)
- 6 - Óculos Flowerpatch - KAREN WALKER (11)3842-0994 [www.gallerist.com.br](http://www.gallerist.com.br)
- 7 - Sapato RICO MACHADO (11) 2715-9025 Itu/SP

# Grafismo!

*Adoramos espiar as tendências mundiais, uma delas é o grafismo! Grande aposta para 2017, as principais grifes nacionais e internacionais entraram nessa vibe...*



8 - Blusa CAPRICHIO (11) 4023-5074 Itu/SP

9 - Calça cetim Linear VICTOR ZERBINATO (11) 3842-0994  
[www.gallerist.com.br](http://www.gallerist.com.br)

10 - Vestido PÉROLA NEGRA (11) 4023-3364 Itu/SP

11 - Brincos futurista RENATA FRANCISCHINELLI (11) 97405-6322 Itu/SP

12 - Sandália Souk CRIS BARROS (11) 3842-0994 [www.gallerist.com.br](http://www.gallerist.com.br)

# VITRINE

PUBLICITARIOAL  
fotos: NICE VIANA



Conjunto cropped  
R\$ 60,00



Saída de praia  
R\$ 70,00



Top nadador  
com bojo  
R\$ 38,90



Short saia  
R\$ 85,00



Bolsa de praia  
R\$ 30,00



Chapéu de praia  
R\$ 30,00



Maiô com  
bojo de fivela  
R\$ 82,00



Regata drift  
R\$ 40,00

Bermuda  
R\$ 40,00



Cropped  
com bojo  
R\$ 38,00



Tanga com fivela  
R\$ 38,00



ITU (11) 4023-5510 - Rua Capitão Silvío Fleming, 35 - Centro  
SALTO (11) 4029-6895 - Rua Fagundes Varela, 281 - Jardim 3 Marias  
INDAÍATUBA (19) 3328-3849 - Rua 11 de Junho, 1252 - Centro  
[www.lingerieexcellence.com.br](http://www.lingerieexcellence.com.br)



# Pérola Negra

Flores para comemorar  
os 14 anos de  
Revista Regional...  
Parabéns!

SCALON

Rua Santa Rita, 545  
Centro - Itu  
11 4023-3364



## Grupo de RH da região promove Fórum em Salto

Toda empresa é composta por pessoas e quem cuida delas é o RH (Recursos Humanos). É este profissional quem seleciona, treina e desenvolve, focando no resultado que a empresa deseja. É com esse pensamento em mente que o GRHIIS (Grupo de RH de Itu, Indaiatuba e Salto) baseou seu 1º Fórum GRHIIS de Gestão de Pessoas, que acontecerá no próximo dia 16, das 8h às 18h, no Salto Plaza Hotel. Buscando "Despertar o Potencial do Profissional de RH", o evento será uma ótima oportunidade de aprendizagem e networking. O GRHIIS, constituído desde 1996, tem o objetivo de gerar conhecimento e desenvolvimento para os profissionais de RH das empresas que se associam a ele. Atualmente são 42 associadas, empregando cerca de 13 mil funcionários na região, que contribuem para atingir este objetivo. O evento será dividido em quatro momentos de conhecimento: palestra: "O RH como agente da mudança", painel: "Expectativas e Dificuldades: A importância do relacionamento do RH com a Alta Gestão e a Estratégia da Empresa", case CPFL: "Implantação da Universidade Corporativa" e a palestra: "O futuro começa hoje". O fórum apoia o projeto social realizado pelo Educandário Deus e a Natureza - Jovem Aprendiz, localizado em Indaiatuba.

**MAIS:** Para mais informações sobre o investimento e desconto acesse o site: <http://www.grhiis.com.br/1-forum-grhiis-de-gestao-de-pessoas/>



Maurício Vasconcellos dos Santos, palestrante do tema: "O futuro começa hoje"

Divulgação



Divulgação

## Colégio Anglo Salto completa 1 ano

Com alto índice de matrículas e crescimento no número de alunos, o Anglo Salto comemora seu primeiro ano na cidade. No primeiro dia do mês de fevereiro, o diretor e mantenedor do colégio, Fábio Augusto de Oliveira e Silva, o vice-diretor, Derval de Oliveira, e as coordenadoras pedagógicas, Giuliana Bordin e Rita de Cássia Barbosa, apresentaram à imprensa local os números do progresso da escola e os resultados do primeiro ano de funcionamento. Ao início do segundo ano de atividades, o colégio teve um crescimento de 35% de alunos e 92% de matrículas. "Tivemos alguns pedidos de transferência, mas sabemos que se deram por conta da situação financeira das famílias", lamenta Fábio. No primeiro ano de funcionamento da escola, o investimento feito ficou em torno de R\$ 14,5 milhões, com novas aquisições e melhorias na infraestrutura para os alunos. O Anglo Salto conta hoje com quase 400 alunos, sem contar os de cursinho. A estrutura de ponta da unidade saltense é composta por 13 salas de aula, pátio coberto, cantina, quadra poliesportiva, vestiários, bloco administrativo, sala dos professores, sala da coordenação, bloco exclusivo para Educação Infantil com playground, laboratório de informática, biblioteca, sala multiuso, refeitório e estacionamento, tudo com 100% de acessibilidade.



Fotos: Divulgação

## VIA AROMA BAMBOO NA BERTAJONI

A linha Via Aroma Bamboo proporciona sensação de bem-estar que remete a serenidade e a harmonia. Este agradável e moderno aroma é ideal para causar no ambiente uma atmosfera leve e refrescante. A fragrância equilibrada de folhas verdes com toque cítrico do bambu é alegre e intensa. A linha possui difusor de varetas, aromatizador elétrico (15 gotas de essência no aparelho aromatizam 30 m² por quatro horas), água perfumada para tecidos e home spray. Na Bertajoni, em Salto, você encontra todos os produtos da Via Aroma Bamboo.

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

## Transforme seu look com a Luz da Lua


As bolsas Luz da Lua são objetos de desejo da mulher atual, sempre em movimento e conectada às novidades do universo fashion.

Na loja **Passo a Passo**, você encontra os últimos lançamentos, com vários modelos e tamanhos. Confira!!!



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

(11) 9 5089-6113 WhatsApp

 facebook.com/passoapasso

# 6ª MOSTRA DE NOIVAS DE INDAIATUBA

## 12 DE MARÇO

HOTEL ROYAL PALM TOWER  
INDAIATUBA

14 - 20 HS



*Ivanilde Reis*  
cerimonial e organização de eventos



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



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



**LOJA CAMPOS**

*planejados*

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

e-mail: [camposplanejado@uol.com.br](mailto:camposplanejado@uol.com.br)

# REVISTA REGIONAL<sup>®</sup>

APRESENTA

CADERNO ROSA

8

MARÇO

FELIZ DIA DA MULHER

Caderno destaca as novas primeiras-damas de Itu, Salto e Indaiatuba e traz perfis de empresárias e profissionais da região

# PRIMEIRAS-DAMAS DA REGIÃO FALAM DA FORÇA DA MULHER

*“Fera, bicho, anjo e mulher”, as “que vivem por seus maridos”, ou ainda “o sexo frágil”. Há músicas, poemas, livros, novelas e diversas formas de arte para homenagear e exaltar o feminino. Mas quem é a mulher de hoje?*

*Esposa? Mãe? Dona de casa? Sim, e mais! Aquela que abraçou a carreira profissional, adicionando-a a todos as outras funções, sem excluir nenhuma e, ainda, dando conta de tudo. E fortes! Ah... como são fortes!*

*Sempre que questionadas sobre como dar conta de tudo, a resposta é quase unânime: “mulher é forte!”. Em homenagem ao mês delas, REGIONAL buscou as esposas dos prefeitos eleitos em nossa região (Salto, Itu e Indaiatuba) para falar sobre o papel da mulher na sociedade de hoje, o papel de uma primeira-dama e como as mulheres conseguem equilibrar tantas funções. Protagonismo e empoderamento femininos são algo que não se pode ignorar nos dias de hoje, afinal estamos em 2017 e a mulher luta dia a dia, mês a mês, ano a ano para manter seu espaço, que há muito já foi conquistado. Confira nas próximas páginas as entrevistas com Patrícia Müller Gazzola, de Itu; Marisa Souza, de Salto; e Tânia Castanho Ferreira, de Indaiatuba.*

ITU

# Patrícia Müller Gazzola



Gisele Scaravelli

**A**dministradora de empresas, mãe, filha, mulher e atual primeira-dama de Itu. Patrícia Müller Gazzola é esposa do prefeito Guilherme Gazzola. Com uma carreira profissional sólida em Itu, Patrícia atuou como diretora da indústria IBBL por 16 anos e hoje exerce a função de conselheira na empresa. Ela conta que sua vida tem mudado em aspectos que não esperava desde que o marido se tornou prefeito. “Existe a exposição e a cobrança das pessoas. Eu achei que iria ser mais ele como prefeito ser cobrado, mas a cobrança é igual”, afirma a primeira-dama, que agora além de conciliar a vida pessoal a profissional, assumiu a frente do Fundo Social de Solidariedade de Itu.

Com inúmeros projetos, Patrícia afirma que todos estão passando por uma análise, pois não acredita que um projeto deva fazer assistencialismo apenas pelo assistencialismo. “Eu estou buscando transformar esses projetos em associações, para eles poderem fazer a parte de assistencialismo para quem precisa, mas também produzir e vender, para que o dinheiro que entre possa circular dentro do próprio projeto e, assim, ele se sustentar. É algo que minha formação e experiência ajudam”, explica a administradora.

Patrícia conta que ao assumir o Fundo Social se deparou com uma sociedade carente de atenção e um desejo de participação da sociedade, com muitas pessoas querendo falar, mostrar apoio e também pedindo ajuda. Ela conta que deixou para pensar no Fundo Social

quando efetivamente tornou-se uma realidade. “Quando o Guilherme entrou na campanha para prefeito, a conversa era ‘e se’ e eu falava ‘se acontecer a gente conversa’ e quando aconteceu, eu levei um susto porque eu achava que tinha que ser colocado alguém profissional, uma gestora de Fundo Social e eu, apenas, acompanhar isso. Mas quando ele formou parte do Secretariado e os Diretores da Promoção Social, me senti segura de estar nessa parceria”, afirma.

Hoje, Patrícia explica que o trabalho é feito em parceria e com a construção de projetos de forma coletiva. Além disso, pode estar mais presente na vida do marido e vice-versa. “Antes de o Guilherme assumir a Prefeitura, eu encontrava com ele de manhã e à noite. Porque ele saía cedo para o consultório e eu para a empresa. A vantagem hoje é que a gente se vê quase todos os dias o dia inteiro e alguns eventos que fazemos juntos. Almoçamos juntos, coisa que não fazíamos antes”, revela.

Patrícia encara o papel de uma primeira-dama na sociedade de hoje como algo fundamental para a sociedade e para a carreira política do marido. Um papel que deixou de lado só o assistencialismo para assumir projetos e parcerias para a cidade. “Se eu não tivesse assumido o Fundo Social e em acompanhar o Guilherme em vários eventos, pessoalmente, eu acho que não estaria completa. Eu ia ver tudo, sabendo que eu poderia ajudar, e em algum momento eu ia acabar entrando na equipe. Se eu me conheço bem”, brinca.

**SALTO**

## Marisa Souza



Gisele Scaravelli

**P** primeira-dama é uma característica que está longe de começar a descrever Marisa Souza, esposa do atual prefeito de Salto, Geraldo Garcia. Ela é assistente social, professora universitária e coordenadora do curso de Serviço Social no Ceunsp, em Itu. É profissional há 30 anos e construiu uma carreira sólida ao longo de sua vida. Marisa iniciou sua vida profissional como auxiliar de enfermagem e acabou migrando para o serviço social, pois viu na profissão a chance ser próxima ao ser humano. Além disso, é formada em Letras e Mestre na área da educação.

Juntos há 28 anos e pais de duas adolescentes, Marisa conta que quando conheceu Geraldo ele já estava na carreira política e, sendo assim, ambos têm um respeito muito grande pelas escolhas profissionais do outro. “Eu dei apoio a ele, mas não foi uma surpresa pra mim, pois era um caminho que ele estava construindo”, afirma a esposa, que se deparou com uma situação muito delicada, a cobrança da sociedade em ser uma primeira-dama. “Normalmente, as mulheres assumem um Fundo Social e isso é um cargo honorífico. Isso eu não quis pra mim. Eu já era profissional, vinha numa história, tinha minha trajetória, sempre tive êxito na minha vida profissional e no meu entendimento, essa é a carreira dele. Se meu marido fosse diretor de uma empresa, eu não teria de abrir mão do meu trabalho, da minha vida profissional, pra ficar assessorando ele na empresa. Na vida pública também é assim”, reflete.

Questionada sobre o Fundo Social, Marisa explica que a transferência de renda é responsabilidade do governo federal, a fiscalização

é do governo do Estado e a gestão é do governo municipal. Então, o município é quem administra a assistência social. “Diante de tudo isso, no segundo mandato do Geraldo, fizemos o embasamento legal, encaminhamos a Lei para a Câmara, e ela aprovou, e o Fundo Social foi fechado em Salto. Hoje, a Secretaria de Ação Social é que cuida de tudo. É uma cultura brasileira, um ranço de conservadorismo que a gente precisa superar. A pessoa que recebe uma assistência no Fundo Social fica grata a pessoa que o fez, no caso a primeira-dama, mas ela precisa enxergar que ela é um cidadão de direito, e que está acessando um direito dela”, explica a assistente social e acrescenta: “A assistência social tem que ficar sob a responsabilidade técnica. A gente tem que entender que a assistência não pode ser personalizada numa figura como a primeira-dama, por exemplo”.

No dia-a-dia, Marisa e Geraldo se dividem com a casa e com as filhas, pois sua vida profissional exige que suas noites sejam ocupadas com a vida acadêmica, lecionando ou na coordenação da faculdade. Mesmo pensando de formas distintas, Marisa explica que o fato dela não ter assumido esse papel de primeira-dama, não exclui o fato de conversar com o marido e emitir opiniões. Ela afirma que trabalhar na gestão dele, mesmo com conhecimento na área e experiência como assistente social, nunca foi cogitado. “Você já imaginou você trabalhar oito a dez horas lá fora e continuar a jornada aqui em casa? Não daria! [risos] Pra nós dois é assim e funciona”. Marisa procura estar presente com a família em eventos, apoiando o marido e prestigiando o trabalho, em suas palavras, como faria em qualquer outra circunstância.



**INDAIATUBA**

# Tânia Castanho Ferreira

**F**uncionária pública de carreira, Tânia Castanho Ferreira é a atual primeira-dama de Indaiatuba. Formada em Pedagogia, atua na área de Tecnologia na Educação e está no serviço público há 25 anos. Já passou por diversos cargos dentro da Educação no município e fala com entusiasmo do assunto, como se não se imaginasse fazendo outra coisa.

Tânia e Nilson Gaspar, atual prefeito de Indaiatuba, têm dois filhos e uma rotina que, segundo ela, não mudou muito com o fato dele estar ocupando tal cargo. “Dividir-me entre casa, família e emprego já é algo que está presente, há anos, no meu cotidiano. Eu tenho dois filhos adolescentes que cresceram aprendendo a colaborar com as funções dos pais. Ele [Gaspar] também está há mais de 20 anos no serviço público. Então, com esse histórico, nossa família foi construída sempre entendendo que nós dois temos trabalhos que buscam fazer o melhor para a sociedade”, explica a primeira-dama.

A profissional uniu as áreas da Educação e Tecnologia em prol de desenvolver projetos para que ambas caminhem juntas. “Quando comecei um processo de Tecnologia Educacional, percebi que precisaríamos nos preparar, pois não seria algo que ficaria ausente da Educação”, ressalta.

Além de atuar na Educação, Tânia agora concilia a agenda de primeira-dama e os compromissos que tal título exige. “Se eu não estivesse há 25 anos no serviço público eu não saberia como é, mas é uma realidade na minha vida, uma engrenagem, tem que rodar e a gente se adequa”, explica e afirma que a primeira-dama é um elemento de união, com o papel de fortalecimento social, atuando em prol dos municípios e visando uma melhor qualidade de vida para a população.

Questionada sobre o papel da mulher na sociedade e sobre a capacidade que só a mulher tem de ser profissional, cuidar da casa, dos filhos, marido, etc, Tânia responde que a mulher por natureza é forte. “Lutar por esse reconhecimento fez parte do passado e faz parte do processo que constrói a sociedade e acho que ela deve ser cada vez mais justa. A luta do passado tem que ser reconhecida e, assim, temos que atuar no presente para que no futuro, com um trabalho contínuo, possamos colher o fruto de uma nova realidade social feminina, tem que ser o que quer ser e lutar por seu papel na sociedade na forma que ela considerar justa e correta para ela”, reflete.

Sobre acompanhar o marido e atual prefeito, no cargo que ocupa atualmente, Tânia acredita que os caminhos que Gaspar traçou como gestor público o levaram a condição em que se encontra hoje e que o



Guilano Miranda

apoio mútuo sempre fez parte da realidade deles. “Eu considero ele um gestor municipal de excelência. Ele já provou isso. Eu gosto muito da humildade que ele continua carregando e acho que isso é uma grande qualidade de um chefe de Executivo. Temos que ter consciência que todos os dias, até o último dia da vida, a gente vai aprender. Temos que aproveitar essa sabedoria que temos em prol de uma humanidade melhor”, finaliza.

Diego Dujubeh



## CLAUDIA RENATA LIOSE

Apaixonada por moda, CLAUDIA RENATA LIOSE está há mais de 30 anos atuando no comércio ituano, sendo 19 à frente da Capricho, uma das mais charmosas boutiques da região. Claudia começou ainda menina, com 16 anos, já atuava no comércio local no segmento de moda. A Capricho trabalha com grandes marcas do eixo São Paulo, Rio de Janeiro e Minas Gerais, priorizando um ótimo atendimento e qualidade em seus produtos.

**CAPRICO**  
Praça Padre Anchieta, 52,  
Centro, Itu. Tel.: (11) 4023-5074.

Edina Bukonjic



## KATIA MILLER

Proprietária do Hotel Kaskata, em Salto, KATIA MILLER é uma das figuras mais conhecidas dos meios sociais e da moda da região. Embora não tenha tido uma carreira profissional como modelo, Katia sempre se destacou nas passarelas. Fez o curso de modelo e manequim com Oleneia Motta Raia, irmã da atriz Claudia Raia, em Campinas. Também foi Miss Comércio e Indústria de Salto e deu aulas de manequim tanto em academias quanto em particulares. Sua vida profissional é intensa, já que mora no próprio hotel que administra. "Durmo e acordo no trabalho literalmente", costuma brincar. Sua história com a hotelaria vem de família. Seus avós eram donos de uma pensão, que foi herdada pelo pai dela. Com o tempo, ele construiu o Cascata I (primeiro hotel da família) e cerca de 20 anos depois o Kaskata II, que ganhou o K numa homenagem ao nome da filha. Embora tenha se formado em prótese odontológica, Katia conta que nunca exerceu a profissão, se realizando completamente à frente dos negócios da família.

**HOTEL KASKATA**  
Rua Jundiá, 161  
Jd. Marília - Salto  
Tel.: (11) 4028-1272



## SELMA CROCO NIZZOLA

São mais de duas décadas dedicadas à moda. Assim é a carreira profissional de SELMA CROCO NIZZOLA, proprietária da Mamona, em Itu. Tudo começou há pouco mais de 20 anos, quando ela e sua mãe, Ilda Croco, começaram a confecção Mamona. Dona Ilda era costureira e professora de corte e costura e teve a ideia de confeccionar camisas polos masculinas e, mais tarde, modelos femininos. Foi só um tempo para o sucesso crescer e surgir a loja Mamona Modas. Hoje, ela trabalha exclusivamente com moda feminina.

**MAMONA MODAS**  
Alameda Barão do Rio Branco, 384, Centro, Itu.  
Telefone: (11) 4022-1488

Diego Dujubeh

**DIA 8**  
DE MARÇO  
DIA INTERNACIONAL DA

# Mulher



A **NEO** | Núcleo de Especialidades e Oncologia - Itu, homenageia todas as **MULHERES** pelo seu dia, e principalmente às grandes **GUERREIRAS** que jamais perdem a **ESPERANÇA**, pois acreditam na **VITÓRIA**.  
Na **VITÓRIA** da **VIDA**!

CONVÊNIO ATENDIDOS

Amafresp, Amil, Apas- Saúde Sorocaba, Bradesco Saúde, Cabesp, Cassi, Economus, Gaep Saúde, Lincx, Medial Saúde, Mediservice, One Health, Porto Seguro Saúde, Postal Saúde, São Camilo Saúde, Saúde Caixa, SulAmérica, Unimed - Salto/Itu.

saúde multidisciplinar



núcleo de especialidades e oncologia

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

TEL.: 11 4023.0272

RUA PERNAMBUCO, 632  
BAIRRO BRASIL | ITU | SP

 **NEO Saúde Multidisciplinar - Itu**

Diego Diuthef



**MARIA ESTELA  
ZONATTI BRUNI**

Referência no comércio ituano, MARIA ESTELA ZONATTI BRUNI atua no segmento há mais de 40 anos. Aos 14, já era vendedora em uma rede de calçados em Itu. Logo depois foi trabalhar na Pérola Negra, hoje sua loja. O sucesso e reconhecimento da Pérola Negra, conhecida em toda região, se dão pelo amor envolvido no trabalho. "Gosto muito do relacionamento das clientes e amigas, que, com o passar de tempo, se tornou uma família, e tudo flui bem", acrescenta. A Pérola Negra trabalha com moda feminina, bolsas e acessórios.

**PÉROLA NEGRA**  
Rua Santa Rita, 545, Centro.  
Itu. Telefone: (11) 4023-3364



**LUCI MÁRCIA**

**LUCI MÁRCIA ART GOLD**  
A Luci Márcia Art Gold fica no Edifício Gaplan, 6º andar, sala 2B, em Itu. O atendimento é de segunda a sexta-feira das 9h às 18h e sábado das 10h às 14h. O telefone é (11) 2429-9896 ou 9 4758-5200.

Desde 1997, LUCI MÁRCIA THOMAZ SCORSATO trabalha com acessórios, uma paixão antiga. Ela começou como cliente e com incentivo de uma amiga, passou de consumidora a vendedora. Hoje, como a maioria das mulheres, divide-se em diversas funções, entre a vida profissional e pessoal, equilibrando tempo e disposição entre família, casa, marido e seu negócio. Sua loja, a Luci Márcia Art Gold está em novo e amplo espaço, com ambiente reservado e atendimento ainda mais personalizado, segurança e convênio com estacionamento.

Gele Soraveli

Felipe Rubinstein



**FRANCISNEIDE NEIVA DE BRITO DOS SANTOS**

Advogada, formada pela Facilitu (turma 2008), Francisneide está há oito anos atuando na profissão. Embora seja pós-graduada em Direito do Trabalho e Previdenciário, a advogada conta que gosta muito da área de Família, que foi o que a inspirou a fazer o curso de Direito. Casada, mãe de três princesas: Giovanna 17 anos, que está indo para a universidade federal, um orgulho para Francisneide; Maria Eduarda, 5 anos; e Maria Sophia, de 3 anos. Seu lema é uma bela frase da poetisa Cora Coralina: "Sou aquela mulher que fez a escalada da montanha da vida, removendo pedras e plantando flores".

**Francisneide Neiva de Brito dos Santos** – OAB/SP 289.739  
Rua: José Revel, 558 – Centro  
Salto. Tel.: (11) 4456-3964

**DIA 8  
DE MARÇO**

**DIA INTERNACIONAL  
DA MULHER**



**mulher**

A **Unimed Salto/Itu** homenageia suas **médicas cooperadas, colaboradoras e clientes**, representando assim **todas as mulheres** que, cada uma em sua função, são tão importantes para a nossa sociedade.

**CUIDAR DE VOCÊ  
#esseéoplano**



MLu Artes



**SUE ELLEN OLIVEIRA**

Atuando no mercado regional há exatos dez anos, SUE ELLEN OLIVEIRA é assessora de eventos e sócia da PS Eventos e Cerimonial, ao lado de Fernanda Mariáh. "Eu me apaixonei por este universo quando comecei a trabalhar num restaurante que organizava festas de casamento. No começo, não sabia muita coisa, mas fui estudando e buscando crescer. Há quatro anos me uni a Fernanda (Mariáh) e hoje estamos à frente da PS Eventos e Cerimonial", conta. Com vasta experiência em todos os tipos de eventos, desde casamentos, aniversários a corporativos, Sue garante que ama o que faz e o resultado, quando feito com carinho, é sempre satisfatório.

**SUE ELLEN OLIVEIRA**  
sueellen@pscerimonial.com  
Tel.: (11) 96499-9246



Arquivo

**PAULA MICAI MUNIZ**

Publicitária de sucesso na região, PAULA MICAI MUNIZ está à frente da Comunic, agência de publicidade que completa nove anos no mercado. Como toda mulher moderna, ela se divide entre a empresa e a maternidade. Com a chegada do filho Pedro, Paula adaptou sua rotina de vida e mudou um pouco o formato da empresa para uma consultoria de Comunicação e Marketing, fazendo associações com outros profissionais para sempre manter a qualidade do trabalho, que foca no atendimento e na proximidade com seus clientes para garantia de resultados através da comunicação. Além disso, ela lecionou por dez anos em faculdades e a experiência acadêmica somou muito em sua empresa e sua vida pessoal. "A modernidade exige que as mulheres sejam multitarefas, cada uma faz suas escolhas dentro do que é possível e do que gosta! Hoje temos a liberdade que foi lutada para conseguirmos e o preço é cuidar de tudo e dar conta, mas o principal é ser feliz e gostar do que faz! A escolha é de cada um, mas os sonhos não podem ficar esquecidos", acrescenta.

**PAULA MICAI MUNIZ – Comunic Publicidade**  
site: [www.comunicpublicidade.com.br](http://www.comunicpublicidade.com.br)  
Facebook: /agenciacomunic



Diego Ujueche

**CRISTINA CASONATTO DALDON**

Quando criança, CRISTINA MARIA CASONATTO DALDON já brincava de "lojinha" e seus olhos brilhavam ao falar de moda. Hoje, ela é uma das empresárias de moda mais bem sucedidas de Itu, proprietária da Crys Filô. Ela conta que o sucesso nessas mais de três décadas de loja só foi possível com muito amor e dedicação, mas ressalta que nada disso foi feito sozinha, já que a família sempre esteve ao seu lado, e o carinho dos amigos e clientes que sempre ajudaram a tomar seu sonho realidade. "A nossa vida é interligada: trabalho e família unidos pelo amor e pela fé e é ao meio disso que você chega ao sucesso", aponta, lembrando que esses são os pilares de base para a vitória.

**CRYS FILÔ**  
Rua Floriano Peixoto, 421,  
Centro, Itu. Telefone: (11)  
4022-4765

# BELEZA COM MAIS QUALIDADE DE VIDA

A Odontologia Estética não visa apenas deixar seu sorriso mais bonito, mas uma melhoria da autoestima e ganho na qualidade de vida. Clareamento dentário, posicionamento e alinhamento dos dentes, restaurações, facetas laminadas e as atuais lentes de contato dental são alguns dos tratamentos que o SISO Itu oferece para seu sorriso continuar mais bonito.

Agende seu horário e venha conhecer o nosso consultório.

Agora temos mais 2 números de telefone para sua comodidade.

- (11) 4013 4923
- (11) 4013 0433

Rua Piauí, 167 - Bairro Brasil  
Itu - São Paulo - (11) 4022 0442  
contato@sisoitu.com.br

The logo for SISO itu features the word "SISO" in a white, sans-serif font, with a green swoosh underline. Below it, "itu" is written in a smaller, green, lowercase sans-serif font. A green arrow points from the top of the "SISO" text down to the "i" in "itu".

SISO  
itu

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



**ISAURA FRAGA**

Fazendo festas para o filho, familiares e amigos próximos, ISAURA FRAGA enxergou diversas possibilidades e um amplo mercado para festas e, assim, fundou a Isa Arts. Há dezessete anos no mercado de festas de Itu e região, a empresária buscou profissionalização e cursos nacionais e internacionais, e com produtos diferenciados encanta crianças e adultos nos eventos de temas mais variados.

**ISA ARTS**

Rua dos Andradas, 91, Centro, Itu.

Telefones: (11) 4013-5267 /

(11) 97161-0633

Site: [www.isaarts.com.br](http://www.isaarts.com.br)



**ALESSANDRA SANCHES**

ALESSANDRA SANCHES há dez anos está à frente da PRAVATTA REZENDE CONSULTORIA, única empresa especializada em Construção de Marca, Formação e Expansão de Franquias na região, que tem como principal case de sucesso a Sodê Doce, maior franquia de bolos do país. De todos os projetos que coordena, o maior e mais importante de todos eles é a educação e formação dos dois filhos, hoje com 19 e 18 anos. Tem adoração por livros e um amor incondicional pela família. Como uma boa apaixonada por tudo o que faz, não poderia deixar de declarar sua paixão pelo marido com quem se casou em dezembro, além de reconhecer a paciência com que ele administra a exaustiva, porém incansável vida que faz dela a pessoa que é.

**ALESSANDRA SANCHES**  
- PRAVATTA REZENDE  
CONSULTORIA  
contato: [alessandra@agenciadgm.com.br](mailto:alessandra@agenciadgm.com.br)



**DRA. FLÁVIA ITALIANI SHIRATORI**

Há 12 anos à frente do IIAC, juntamente com o marido Dr. Fábio Kenji Shiratori, DRA FLÁVIA ITALIANI SHIRATORI é uma das mais renomadas cirurgiãs dentistas da região. Formada em Odontologia pela USP - Bauru, é Doutora (PhD) em Estomatologia e Biologia Oral pela USP - Bauru e pós graduada em Periodontia, Implantodontia e Cirurgia Avançada. Na clínica, que atende a todas as especialidades, desde clínica geral, prótese, endodontia, periodontia, ortodontia, implantes e estética, a doutora é responsável por algumas delas. Como toda mulher moderna, atualmente Flávia tem jornada "tripla", como costuma dizer, já que se tornou mãe e se dedica agora ao filho, Augusto; ao marido; à casa; ao consultório e à sua pet, July.

**IIAC**

Rua Padre Bartolomeu Tadei,

534, Centro, Itu

Telefone: (11) 4023-2202



*Mulher,  
Ser inspirador...  
Delicada e forte.  
Guerreira, cuidadosa,  
multifuncional.  
Com capacidade exemplar  
de viver.  
Parabéns pelo seu dia!*

*Que sua vida seja sempre  
repleta de saúde, para  
você **Mulher** e toda  
família, pois você é quem  
cuida e tem o zelo por  
todos a sua volta.*



PLANO DE SAÚDE  
**SÃO CAMILO**

**8 DE MARÇO**  
Dia da Mulher



Comunic. Publicidade

ANS Nº 31829-9

**Temos a honra de cuidar da sua saúde,  
com o plano que a sua vida precisa.**

[www.planosaocamilo.com.br](http://www.planosaocamilo.com.br)  
[f/planodesaodesaocamilo](https://www.facebook.com/planodesaodesaocamilo)

11 2429.9903 / [itu@planosaocamilo.com.br](mailto:itu@planosaocamilo.com.br)  
Rua da Convenção, 128 - Centro - Itu/SP

Diana Diuthef



## GABRIELA BARBI

Formada em design de moda, GABRIELA BARBI é a proprietária da Barbi Boutique, loja multimarcas localizada em Itu, e que completa quatro anos neste mês de março. Gabriela, desde criança, sempre adorou o mundo da moda, além de ter uma ligação grande com o comércio, por conta da empresa dos pais. Foi um incentivo para que aos 23 anos inaugurasse sua boutique e realizasse seu sonho. Além de várias marcas, a Barbi Boutique tem exclusividade com a grife ANTIX.

**BARBI BOUTIQUE**  
Rua Inácio Rodrigues D'Ávila,  
281 - Padre Bento - Itu  
Tel.: (11) 2715- 3580



Zeca Almeida

## FERNANDA MARIÁH

**FERNANDA MARIÁH DE PAULA LIMA RODRIGUES** é formada em Jornalismo, com pós graduação em Gestão de Pessoas. Há cinco anos migrou de assessora de imprensa para assessora de eventos, organizando desde casamentos a eventos corporativos. À frente da P.S Eventos e Cerimonial, ao lado de sua sócia Sue Ellen, vem se consolidando no mercado regional. Fernanda é uma pessoa dinâmica e ativa, o que a fez correr atrás de seus sonhos. "Percebi que ficar presa a uma rotina me deixava sufocada, passei a trabalhar com eventos, como casamento, naturalmente. Primeiro fui assistente e com o passar do tempo, me uni a Sue e hoje temos nossa empresa". Não existe uma rotina, muitas vezes é trabalho de domingo a domingo, atendimentos à noite, principalmente nos fins de semanas. Mas Fernanda garante que vale a pena quando vê o sorriso estampado e o brilho nos olhos dos clientes. "É aquela velha e boa sensação de dever cumprido, pois acredito muito naquela frase que diz: 'sonho que se sonha só é só um sonho que se sonha só, mas um sonho que se sonha junto é realidade!'"

**FERNANDA MARIÁH:** Tel.: (11) 97260-9039  
femariah.cerimonialista@gmail.com

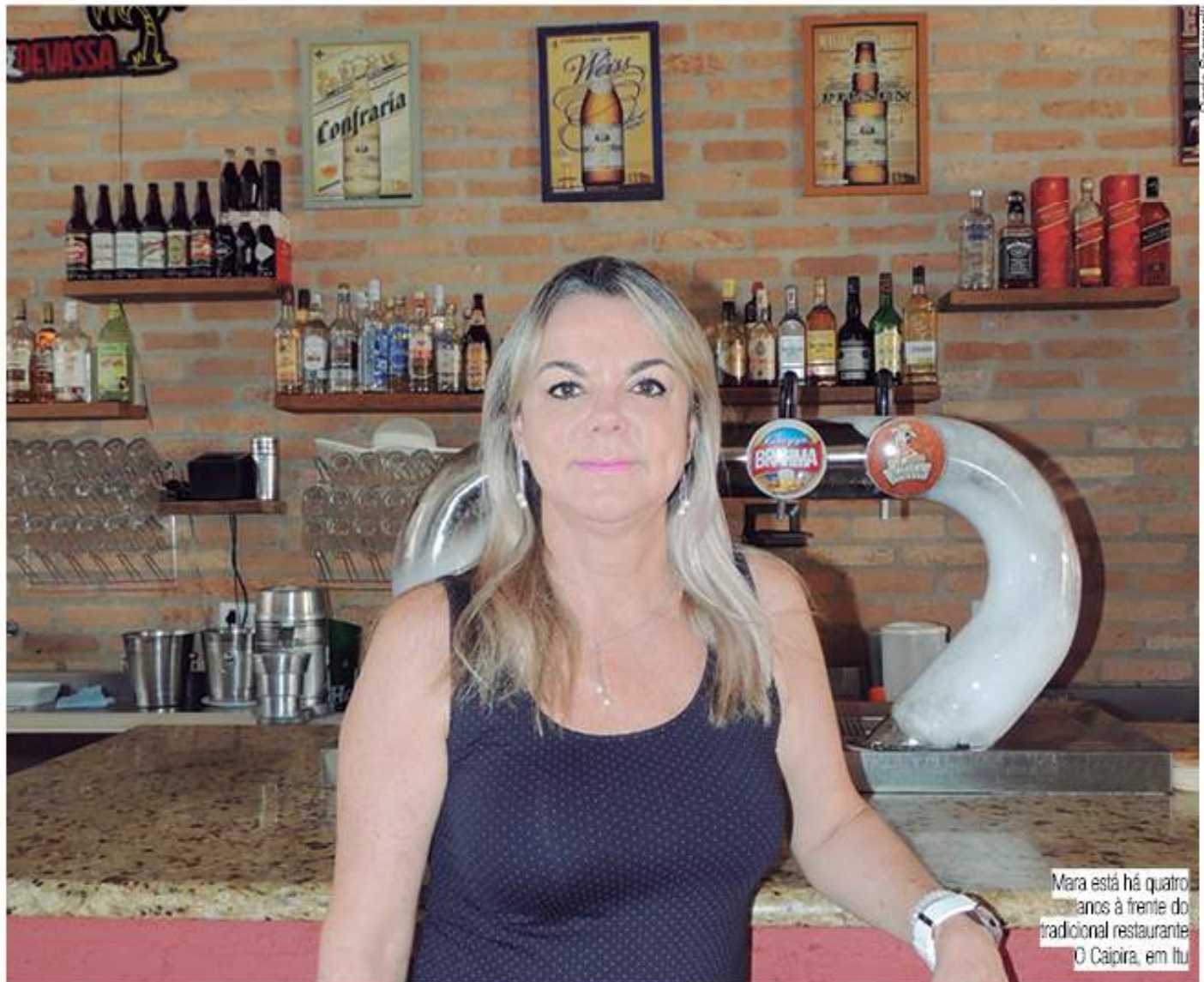
Diana Diuthef



## EDI MARISA BRAATZ MACHADO

Com um sorriso encantador e cativante, EDI MARISA BRAATZ MACHADO, formada coach por Princípios pelo MCC International e Educação Física pela FERISO, é empresária do ramo calçadista, casada com o estilista de sapatos e empresário Rico Machado. Dinâmica, organizada e ao mesmo tempo sensível e forte, Edi como todos a chamam, abriu com Rico em 1998 a "Spetáculo em Itu. De lá para cá, com desafios e aprendizados, administram três lojas próprias de sapatos e acessórios femininos em Itu, Saito e Americana, com o nome próprio Rico Machado. "Ela é linda, inspiradora e sábia esposa", palavras do marido.

**RICO MACHADO**  
Itu: rua Capitão Fleming, 245, Vila Nova  
Saito: rua 9 de Julho, 597, Centro  
Tel.: (11) 2715-9025



# Mara Sueli de Moraes Miguel

## VALORIZANDO NOSSAS RAÍZES

**E**la é empresária, professora universitária há 20 anos, esposa e mãe. Com essas palavras já dá para começar a descrever Mara Sueli de Moraes Miguel, que está há quatro anos à frente do Restaurante “O Caipira”, em Itu. Natural de São Paulo e professora em diversos cursos de Gestão, Mara viu uma ótima oportunidade ao assumir o restaurante. De lá para cá, ampliou o local, criando a Rotisserie do Caipira, o empório com produtos fabricados no próprio restaurante, responsável por lançar o Caipira nas redes sociais. “Eu fiquei à frente do restaurante e fomos mudando várias coisas desde o começo, desde pequenas coisas como o tempero até ampliação do espaço”, afirma Mara.

Como docente de Gastronomia no Ceunsp (Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio), Mara afirma que o tempero é tudo. “Nós fizemos questão de resgatar um tempero da minha família, porque o tempero é tudo na comida”, aponta a proprietária. Mara também reestruturou o local fisicamente e na gestão de pessoas. “O Caipira” conta hoje com uma equipe de quase 20 colaboradores. “Eu gosto de estar a par com eles, que eles estejam satisfeitos com o que estão fazendo, porque isso faz toda a diferença. Eu sou firme, mas não

punho de ferro, pois acredito que trabalho é troca”, ressalta e explica que quando precisa se ausentar para dar aula ou por outro motivo, fica tranquila.

Mara, que se divide entre o restaurante, a vida pessoal e as aulas na faculdade, ainda implantou diversas novidades no local, como o Boteco do Caipira, nas noites de sexta-feira e, uma vez por mês, música regional de raiz ao vivo durante o almoço de domingo. “Resgatando nossa cultura regional e caipira. Eu prezo pela valorização da cultura regional”, explica a empresária.

Mara ainda revela que em breve os clientes d’O Caipira contarão com mais novidades, com mais reformas, sempre em busca de melhor atendê-los. Além de almoço todos os dias, o restaurante também trabalha com eventos, casamentos e festas para até 150 pessoas. “Nós temos um público fiel e queremos oferecer nosso melhor para ele. Por isso temos uma preocupação com a qualidade da comida, sendo o mais natural possível e remetendo a uma culinária de raiz”, finaliza.

MAIS: O Caipira restaurante fica na rua Sorocaba, 404, Itu. Mais informações pelo telefone: (11) 4023-0247 ou pela página no Facebook “O Caipira de Itu”.

# A mulher e a menopausa

ENTENDA COMO (REALMENTE) FUNCIONA A TERAPIA HORMONAL



BPF

Sintomas como depressão, insônia, diminuição da libido, secura vaginal, aumento da gordura abdominal, “calorão”, esquecimento fácil das coisas, osteoporose e infarto são algumas das várias dificuldades que a mulher pode ter ao atingir a faixa dos 50 anos e que pode apresentar devido à menopausa (queda dos níveis hormonais e o final permanente da menstruação). Ela é responsável pela diminuição da qualidade de vida da maioria das mulheres, sendo variável de uma mulher para outra.

A médica Roseli Boraschi, especialista em Ginecologia com prática ortomolecular e pós graduação em Ciências da Fisiologia Hormonal (Grupo Longevidade Saudável), pontua que a terapia hormonal ainda sofre muitos preconceitos entre as mulheres e profissionais da saúde. Mas esclarece que esse tratamento, atualmente, traz muitos benefícios à saúde da mulher, com melhora dos sintomas e prevenção das inúmeras doenças que ocorrem nesse período, sem efeito adverso, sem aumentar o risco de câncer. “Hoje usamos os hormônios homólogos inicialmente chamados de hormônios Bioidênticos, exatamente iguais aos nossos, aplicados diretamente na pele, em forma de creme”, explica a médica.

Muitas vezes, segundo ela, esses sintomas e doenças começam a se manifestar e são realizados apenas tratamentos paliativos, sem atentar para a verdadeira causa, que é a deficiência hormonal, impactando de forma muito negativa na qualidade de vida das mulheres.

Um tratamento alternativo para a secura vaginal, que causa muito desconforto nas relações sexuais, e também infecções urinárias, nesse período, é o laser vaginal, utilizando a técnica do Monalisa Touch, com melhora significativa desses sintomas.

Porém, explica dra. Roseli, há a necessidade de uma avaliação de um perfil hormonal, entre outros exames complementares, e um acompanhamento sempre somado à atividade física e reeducação alimentar, para um tratamento personalizado e sem riscos à saúde da mulher.



Arquivo pessoal

## DRA ROSELI BORASCHI

CRM 85361

Ginecologista com prática em Ortomolecular Pós Graduação em Nutrologia pela ABRAN Pós Graduação em Ciências da Fisiologia Hormonal (Envelhecimento Saudável) pela longevidade saudável, na Anhembi Morumbi

Rua Rio de Janeiro, 144, Bairro Brasil - Itu. Tel.: (11) 2715-1300

# A pele da mulher e suas diferentes fases

**N**esse mês em que se comemora o Dia Internacional da Mulher, aproveitamos para ressaltar os cuidados necessários com a pele feminina nas diferentes fases da vida, para mantê-la sempre bonita e saudável. Dra. Isabel Cristina Coelho, dermatologista, alerta para os cuidados fase a fase:

**INFÂNCIA:** Nessa fase, a pele de meninos e meninas é muito semelhante. Ela é macia e firme, mas também frágil e sensível. Cuidado com produtos de higiene e cosméticos. Opte sempre pelos indicados à idade da criança, de preferência sem fragrância, para evitar alergias e irritações. O uso de maquiagem nas meninas deve ser postergado sempre que possível, e quando ocorrer, deve-se escolher também o indicado para faixa etária. O uso de protetores solares é recomendado a partir dos seis meses.

**ADOLESCÊNCIA:** Nessa fase, os hormônios agem intensamente em ambos os sexos e as diferenças também na pele se manifestam. Agora, as glândulas sebáceas se tornam mais ativas, aumentando a produção de oleosidade da pele de meninas e meninos. A acne ocorre em ambos, mas nelas, outros fatores como o uso de maquiagem e cosméticos podem contribuir para agravamento do quadro, misturando com a autoestima das meninas. O início da menstruação e os diferentes hormônios que agem no ciclo menstrual alteram também a epiderme das garotas. O mais importante nessa fase é manter a pele limpa. Cuidados básicos como limpeza com sabonetes para pele oleosa ou loção sem sabão para peles mais sensíveis, hidratação com produtos oil free, fotoproteção com filtro não oleoso.

**AOS 20 ANOS:** A pele da mulher se apresenta no ápice de sua firmeza. É essencial mantê-la sempre bem limpa e higienizada. Cuidado especial com a remoção da maquiagem. Não basta apenas lavar o rosto, é necessário o uso do demaquilante e uso diário do filtro solar.

**DOS 25 AOS 40 ANOS:** Aqui se iniciam as primeiras rugas, principalmente ao redor dos olhos, da boca e na região da frente. Aos 30 anos, além dos cuidados básicos dos 20, recomenda-se o uso de cremes antioxidantes tópicos com vitaminas C e E, chá verde, etc. Sempre com avaliação de um dermatologista para indicar a necessidade de um tratamento preventivo com aplicação de toxina botulínica, preenchimentos de linhas e sulcos ou um laser não ablativo.

**DOS 40 AOS 50 ANOS:** Além de todos os cuidados anteriores, a mulher necessita de cuidados mais intensos. Assim, seu hidratante ou creme anti-age devem conter ativos com ação antirrugas. Com o climatério e a menopausa, a flacidez pode ocorrer na pele da mulher. Nessa fase, não apenas as linhas de expressão ou manchas incomodam, mas, também, a perda do contorno facial. Sendo esse o momento ideal para um tratamento mais efetivo, buscando corrigir não só linhas ou sinais como também a reestruturação do envelhecimento facial com uma nova abordagem dos preenchedores usados de forma a sustentar e repor as formas perdidas no envelhecimento. Além disso, podem ser utilizadas tecnologias como laser, infravermelho, radiofrequência e a toxina botulínica (esta também pode ser aplicada em áreas como colo e pescoço).



Gisele Scaravelli

**DRA. ISABEL CRISTINA COELHO**  
Dermatologista - CRM 51037  
Rua Piauí, 160 - Bairro Brasil - Itu.  
Tel.: (11) 4023-1736 e 4023-1754  
draisabelcoelho@hotmail.com

**MATURIDADE (A PARTIR DOS 60 ANOS):** Nos dias atuais mulheres com 60, 70 e 80 anos são ativas social e economicamente, sentindo também a necessidade de manter a pele bonita, agradável e jovial, com uma aparência agradável dentro da sua faixa etária. Após a sexta década, as rugas e a flacidez se tornam mais pronunciadas, mas é possível amenizá-las. Se a mulher realizou todos os cuidados e tratamentos até aqui, fica mais fácil a manutenção dos tratamentos.

Além de todas essas recomendações, é fundamental respeitar seu biotipo, suas características, cuidar da alimentação e ter uma vida produtiva e prazerosa, pois o mais importante é você se sentir feliz e satisfeita com sua pele. Sempre lembrando que para qualquer tratamento dermatológico personalizado é sempre necessária a avaliação de um dermatologista.

# Você sabia que urologista trata da saúde da mulher?



Gisele Scaravelli

**N**ormalmente ao falarmos em Urologia, pensamos apenas na saúde masculina, devido ao exame e tratamentos da próstata. Mas você sabia que o urologista cuida também da saúde da mulher? Problemas ligados à bexiga são tratados por eles e, muitas vezes, as mulheres acabam buscando um ginecologista por desconhecer essa informação.

Os urologistas Raphael Pioli e João Paulo de Pádua, da Pioli & Pádua Urologia, afirmam que, em média, 35% de seus pacientes são mulheres. Problemas como infecções urinárias de repetição, incontinência urinária, prolapso ("bexiga caída") e cálculos renais são muito frequentes entre mulheres. A incontinência urinária, quando a mulher não consegue segurar a urina e acaba perdendo na roupa, é um dos problemas causados por múltiplos partos ou partos difíceis, bexiga hiperativa (quando a bexiga funciona fora de hora), infecções urinárias, obesidade e envelhecimento. "Compromete a qualidade de vida da mulher. Elas vão à academia fazer um exercício, molham a roupa e ficam inibidas, ficam com medo de sair de casa por medo de perder urina. É algo que proporciona muito sofrimento", explica o Dr. João Paulo. Os tratamentos são fisioterapia, medicamentos ou cirurgia, que têm uma taxa de cura de 80%.

Outro problema que afeta a saúde feminina é a bexiga caída (ou prolapso genital), quando existe mobilidade aumentada dos órgãos pélvicos femininos. Com esforços físicos, desde pegar peso até espirrar, órgãos como uretra, bexiga, útero, intestino ou reto podem "descer" forçando a parede vaginal, levando a um abaulamento que pode ser percebido como uma "bola" na vagina. As mulheres têm uma sensação de peso na pelve, algo saindo pela vagina, dor na relação sexual e dificuldade para urinar e/ou evacuar. Os tratamentos são fisioterapia ou, em casos mais graves, a cirurgia. "É importante ressaltar que é uma doença que não mata, mas afeta a qualidade de vida da mulher. Lembrando que incontinência é um termo geral, mas o médico urologista deve ser sempre procurado, pois pode identificar qual o melhor tratamento a ser adotado. O importante é não ter medo, pois existem várias opções de tratamento", ressalta Dr. Raphael.

## PIOLI & PÁDUA UROLOGIA:

Dr. Raphael Pioli - Urologista pela Unicamp  
Membro Titular da Sociedade Brasileira de Urologia  
CRM-SP 135.159

Dr. João Paulo Pádua - Urologista pela Unicamp  
Membro Titular da Sociedade Brasileira de Urologia  
CRM-SP 129.622

## URODINÂMICA

A Urodinâmica é o melhor exame para determinar quais as reais causas de perda urinária. Com este exame é possível determinar se o tratamento é com remédios ou cirurgia. Dr. Raphael e Dr. João Paulo são os únicos em Itu e Salto que têm o aparelho no consultório e realizam esse exame. "Fazemos esse exame em todas as mulheres que vão operar", explicam. Além disso, médicos especialistas que queiram esse tipo de diagnóstico para suas pacientes podem solicitá-lo para a Pioli & Pádua.

UNIDADE SALTO - Rua Theotônio Correia de Moraes, 300  
Vila Nova - (11) 4028-2987 / 4028-1260 / 4028-0470

UNIDADE ITU - Rua Rio Grande do Sul, 68 - Bairro Brasil  
(11) 4013-0737 / 98619-7679 (whatsapp)  
Mais informações pelo site: [www.pioliepaduaurologia.com.br](http://www.pioliepaduaurologia.com.br)

LABORATOIRES  
**NOVEXPERT**  
PARIS

**BOOSTER SERUM**  
COM **VITAMINA C**

UNICO BOOSTER NO MERCADO  
COM 25% DE VITAMINA C ESTABILIZADO



ANTI-RUGAS  
ANTIOXIDANTE  
PROMOVE RADIÂNCIA  
ILUMINA A PELE  
DESPIGMENTANTE

AQUI EM ITU VOCÊ ENCONTRA  
OS PRODUTOS COM EXCLUSIVIDADE NA

**vital flora**  
FARMÁCIA PERSONALIZADA

Rua Capitão Fleming, 216. Centro Itu  
Fone: 11 4024-1444 ou 99311 3159  
[www.vitalflora.com.br](http://www.vitalflora.com.br)

**ativa**  
ESTÉTICA

**ATIVA  
SKIN  
LIFTING**

Pele renovada e sem  
marcas de expressão

Nesse mês da  
mulher, dê um  
presente a quem  
realmente  
merece: você!

**Agende uma  
avaliação  
gratuita!**

Rua Convenção, 791 - Vila Nova | Itu/SP  
11 2715-6900 | 11 94828-6438

/AtivaEstetica  
 @ativaestetica

# Adapte-se e transforme sua vida

CINCO DICAS PARA CULTIVAR A RESILIÊNCIA NA VIDA PESSOAL QUANTO PROFISSIONAL



Resiliência é a capacidade de absorver um trauma de maneira eficaz e se recuperar de mudanças, adaptando-se a elas.

Vivemos em épocas turbulentas na economia e na política do país. Em nossa vida pessoal, também não estamos imunes às mudanças e transformações que, muitas vezes, nos pegam desprecebidos e nos levam em direção a caminhos que jamais imaginariamos trilhar.

Mas como agir diante dos imprevistos da vida? Para a especialista em desenvolvimento do potencial humano Gaya Machado, para superar os momentos de provações é fundamental cultivarmos um estado de espírito resiliente: “Em engenharia, ‘resiliência’ se refere, em geral, ao grau em que uma estrutura, como uma ponte ou um prédio, consegue retornar ao seu estado natural após uma perturbação. Na área de gerenciamento de emergências, o termo está relacionado com a rapidez com que sistemas críticos podem ser restaurados após um terremoto ou uma enchente, por exemplo. Em desenvolvimento humano, usamos o termo ‘resiliência’ para descrever a capacidade que uma pessoa tem de absorver um trauma de maneira eficaz e se recuperar de mudanças, adaptando-se a elas”, explica.

Gaya Machado reforça que ser resiliente é fundamental em todas as áreas da nossa vida. Em algumas questões, podemos atuar na

prevenção de problemas, mas em grande parte delas, as mudanças estão além da nossa zona de influência e nos atingem, quer queiramos, quer não. Nestas horas, é fundamental ser resiliente para compreender que não podemos evitar as “ondas” de mudanças, mas podemos aprender a “construir barcos melhores”: “O que isso significa? Que podemos e devemos projetar e reprojeter nossas vidas e carreiras para que saibamos absorver melhor as transformações e rupturas inevitáveis e tenhamos mais opções de ação – no sentido consciente e atuante de escolha de como agir – e não de reação – quando não pensamos e apenas reagimos às situações e fatos”, diz.

Mas é preciso diferenciar a resiliência do conformismo. Uma pessoa conformada aceita qualquer coisa sem refletir ou agir, já o resiliente entende que não é possível ter controle sobre o que nos acontece, mas está em nossas mãos escolher como agir em cada uma das situações imprevistas que a vida nos apresenta.

Para aqueles que desejam, na prática, tornarem-se pessoas mais resilientes, Gaya Machado traz cinco dicas para cultivar a resiliência, tanto na vida pessoal quanto profissional:



### 1 - ACREDITE QUE A PROVAÇÃO PROMOVE SUPERAÇÃO:

precisamos eliminar o mito de que nascemos prontos. Quando tudo vai bem na vida, temos uma tendência natural ao conformismo. Já quando surgem os obstáculos, nos movemos a superá-los e isso nos ajuda a evoluir, desenvolver novas habilidades e ampliar nossos limites. As Paralimpíadas do Rio, ano passado, nos deram exemplos de superação! Pessoas que não se deixaram abater por limitações físicas e buscam, a cada dia, a superação.

### 2. AMPLIE SEU SENSO DE VISÃO:

temos a tendência de olhar para nossa vida apenas a curto prazo, prestando atenção apenas nos impactos imediatos do que nos acontece. Mas é preciso ampliar nosso senso de visão. Quando olhamos a médio e longo prazo para algo que, em uma impressão imediata parece negativo, podemos perceber que o que hoje parece provação, pode ser, na verdade, a mudança de rumo que nossa vida precisava para ir mais além. Steve Jobs contava que só pôde ser quem se tornou porque a vida o quebrou inúmeras vezes – não pôde concluir a faculdade, foi demitido da própria empresa... Todos os obstáculos foram a mola propulsora para levá-lo mais além!

### 3. AJUSTE AS VELAS:

os momentos de mudanças são grandes oportunidades para revermos nossos planos e ajustarmos a rota para alcançarmos nossos objetivos. Nestas horas, temos a oportunidade de encontrar maneiras mais

simples e eficazes de chegarmos a lugares que, de outra maneira, demoraríamos muito mais para alcançar. O pensador e filósofo chinês Confúcio disse que você não pode mudar o vento, mas pode ajustar as velas do barco para chegar onde quer.

### 4. ASSUMA UMA ATITUDE DE CORAGEM FRENTE À VIDA:

muitas pessoas acreditam que ter coragem significa ausência de medo, mas a origem da palavra nos mostra que seu significado é exatamente o oposto disso. Coragem vem de COR – coração e AGE – agir, ou seja, agir com o coração a despeito do medo. Muitas situações da nossa vida nos deixarão com receio, mas podemos, ainda assim, agir com o coração e enfrentar o medo em busca de nossos objetivos e de algo maior.

### 5. NÃO SE DEIXE ABATER PELAS CIRCUNSTÂNCIAS:

pesquisas dão conta de que o nosso estado geral de felicidade é impactado em apenas 10% pelas coisas que nos acontecem, as circunstâncias, 50% deste total é guiado por nossa genética e 40% é escolha individual de cada um. Isso significa que você, através de seus pensamentos e atitudes, tem o poder de decidir se será ou não feliz. Portanto, aja hoje para construir o seu futuro, alimente emoções positivas em relação a ele e fique tranquilo de que, as coisas que te acontecem, ainda que não saiam como você gostaria, impactam em apenas 10% no seu índice de felicidade. É você quem escolhe ser feliz!



**Feminine Hair entende e revela o que há de melhor em você!**



**Feminine**  
HAIR

[www.itu.com.br/feminine](http://www.itu.com.br/feminine)

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



Fotos: BIFF



## HOMENS SÃO MAIS SUSCETÍVEIS A DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Mais da metade da população brasileira está acima do peso, segundo dados do Vigitel 2014. A pesquisa, encomendada pelo Ministério da Saúde, foi realizada com mais de 40 mil pessoas de todos o país. O sobrepeso está entre os principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. São cerca de 340 mil brasileiros que morrem vítimas dessas doenças, de acordo com o Datasus. Os dados preocupam ainda mais os homens: estudo do Instituto Dante Pazzanese de Cardiologia de São Paulo aponta que 60% das vítimas são do sexo masculino, com média de idade de 56 anos. Para o dr. Francisco Fonseca, presidente da Sociedade Latino-americana de Aterosclerose - Solat, um pequeno conjunto de fatores de risco responde pela grande maioria das mortes por doenças do coração. "Entre eles, destacam-se o tabagismo, o consumo excessivo de bebidas alcoólicas, alimentação inadequada e falta de atividade física", explica o cardiologista. Segundo o Vigitel 2014, a frequência de homens fumantes no Brasil é maior do que a de mulheres. Eles ainda consomem poucas frutas e hortaliças e apresentam consumo excessivo de sal, diferente das mulheres. Para evitar sustos, o dr. Francisco Fonseca esclarece que a melhor conduta é a prevenção. "Consultas regulares ao médico são essenciais para avaliar os fatores de risco, como controle de níveis de colesterol e pressão arterial, além de avaliação física. Hábitos simples e fáceis de adotar podem fazer toda a diferença para a saúde cardiovascular, como uma alimentação equilibrada, que inclua gorduras boas, por exemplo", finaliza.



## Piolho é problema na volta às aulas

*Não é apenas o ano letivo que começa nesse período: os piolhos também chegam com tudo. Nessa época, em especial, os pais precisam estar atentos às cabeleiras de seus filhos, principalmente as crianças pequenas, para evitar a proliferação de lêndeas. Seu principal sintoma é a coceira e medidas simples podem prevenir a infestação. Embora seja possível acontecer em qualquer faixa etária, o dr. Fausto Flor Carvalho, presidente do Departamento de Saúde Escolar da Sociedade de Pediatria de São Paulo (SPSP), afirma que a maior frequência está entre dois a dez anos. "A transmissão é facilitada pela concentração e proximidade das crianças dentro das escolas. Ainda que o piolho passe pelo contato direto, ele pode passar de pessoa para pessoa por meio de saltos de curtas distâncias", explica. Constatar sua presença é tarefa simples, basta colocar a criança sentada em um local de luz intensa e separar o cabelo em diversas partes; ao pentear, as primeiras lêndeas aparecerão. Uma vez que o combate não é feito de forma eficiente, o retorno é previsível – isso porque loções e xampus específicos matam os piolhos, mas não as lêndeas. Assim, é fundamental que associe o uso desses produtos ao pente-fino; este, sim, é eficaz na eliminação dos ovos. O especialista destaca, também, os cuidados fundamentais com a higiene: "As crianças devem ser orientadas a lavar sempre as mãos, por exemplo. Itens pessoais não devem ser compartilhados, como os bonês, tiaras, chapéus, pentes e escovas", alerta. Nas escolas, é fundamental orientar os pais de crianças que apresentam piolhos para que as deixem em casa, a fim de não contaminar os colegas.*



## TROCAR O CARRO POR BICICLETA EXIGE CUIDADOS

A busca por hábitos mais saudáveis, principalmente no verão, faz muita gente trocar o carro pela bicicleta. Mas é só deixar o veículo na garagem e sair pedalando? Para Silvana Vertematti, cardiologista infantil e médica do exercício e do esporte do Complexo Hospitalar Edmundo Vasconcelos, é preciso tomar alguns cuidados com a saúde e com a segurança no transporte. "Antes de trocar o carro pela bicicleta, é importante se adequar aos novos hábitos e certificar-se que será uma boa alternativa também para a saúde", ressalta. O primeiro passo é verificar o trajeto. "É preciso avaliar o caminho, se há muita subida e descida, se há variações de piso e até mesmo se há segurança no trecho, pois todos os pequenos obstáculos irão refletir no cansaço e nas dores do corpo", explica a cardiologista. "Se a pessoa não está acostumada a uma atividade física, não deve pedalar muitos quilômetros de uma única vez, porque os efeitos físicos serão sentidos". Como toda atividade física, andar de bicicleta também deve ser um processo moroso. "As primeiras viagens devem ser mais curtas para não desistir na primeira semana até o corpo se acostumar com o novo hábito, pois dores e incômodos vão aparecer e é preciso ter força de vontade para continuar", lembra a médica. Além do trajeto, o que se carrega (bolsas e mochilas) e a forma como o material é transportado também interfere. "Andar de bicicleta carregando muito peso, além de machucar as costas, pode fazer com que se perca o equilíbrio, acarretando numa queda", alerta Silvana Vertematti. Também é fundamental uma alimentação saudável, se hidratar durante o percurso e trafegar com segurança. Se a preferência for pela bicicleta elétrica, ela não contará com as mesmas funcionalidades ergométricas do que o modelo convencional, mas os cuidados devem ser os mesmos, ressalta a especialista.



# Clínica Dr. Fabio Brentzel

*Cirurgião Dentista*

- Implantodontia
- Reabilitação Oral
- Facetas de porcelana / lentes de contato
- Clareamento dental
- Toxina Botulínica (estética facial)
- Endodontia (tratamento canal)



## **Dr Fábio Brentzel**

CROSP 69230

- Especialista em Cirurgia e traumatologia buco maxilo facial
- Especialista em Endodontia

- Tratamento de pacientes especiais sob anestesia geral
  - Dor orofacial
- Extrações dos dentes do siso
  - Cirurgias ortognáticas
- Tratamento de pacientes com fobias sob anestesia geral
- Toxina botulínica terapêutica (enxaqueca, DTM, Apertamento dental e Bruxismo)




Atendimento hospitalar nas cidades de: Campinas, Indaiatuba, Salto, Itu e Sorocaba.


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



### **ITU**

Rua Rio de Janeiro, 90 - Bairro Brasil  
(11) 4025-4117 /  (11) 95570-9477

### **INDAIATUBA**

Rua das Orquídeas, 667 - 2º andar - Sala 201  
Jardim Pompéia - Torre Medical  
(19) 3894-5932 /  (19) 98233-1705

# O sucesso do Low Pressure Fitness

TÉCNICA DA "BARRIGA NEGATIVA" PODE SER REALIZADA TANTO POR MULHERES COMO HOMENS, POIS SÃO INÚMEROS OS BENEFÍCIOS

Muitas mulheres já descobriram a solução para se recuperar do período pós-parto de forma rápida e sem envolver cirurgias plásticas e, muito menos, mil abdominais por dia. O segredo são as aulas de Low Pressure Fitness. A técnica combina exercícios posturais e respiratórios, com o conceito hipopressivo, que diminui a pressão intra-abdominal, reposicionando os órgãos internos e trabalhando o tônus de repouso desta musculatura.

As professoras da Alongue-se Academia, Ana Silvia e Juliana Gardiman Medina, são especializadas na técnica e ressaltam que são diversos os benefícios obtidos. As aulas podem ser realizadas tanto por homens como mulheres, pois os ganhos vão muito além da recuperação pós-parto. Confira:

- Redução de até 12 cm da circunferência do abdômen e da cintura;
- Melhora da postura e diminuição das dores na coluna em virtude da estabilização lombar, prevenindo e tratando todos os tipos de hérnias;
- Tonifica e estabiliza a musculatura do core;
- Prevenção e tratamento de diástase abdominal;
- Ativação do metabolismo basal;
- Tratamento e prevenção da incontinência urinária;
- Reposiciona os órgãos internos;
- Melhora o desempenho sexual;
- Melhora na vascularização por descongestionamento pélvico e linfático, ótimo para a circulação e evita pernas inchadas e pesadas;
- Melhora do funcionamento do intestino;
- Acelera a recuperação pós-parto;
- E muito mais.

Agende uma aula experimental com as professoras Ana Silvia e Juliana na Alongue-se e conheça o Low Pressure Fitness. As aulas podem ser na forma personal, duplas ou em grupos de até cinco pessoas. Os contatos podem ser feitos pelo telefone (11) 4022-5017, pelo Instagram @duplalpf ou pela página do Facebook: Alongue-se Academia.



As especialistas em Low Pressure Fitness (LPF), Juliana e Ana Silvia Gardiman Medina



Cleide Scavelli

JULIANA GARDIMAN MEDINA - CREF 131148-G/SP  
ANA SILVIA GARDIMAN MEDINA - CREF 128441-G/SP

## Low Pressure Fitness



alongue-se  
academia

Agende uma  
aula experimental  
e conheça o LPF

Telefone: (11) 4022-5017  
Instagram @duplalpf  
Facebook: Alongue-se Academia

# 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 (figura 1), do rosto, do sorriso, radiografias e moldagem são realizadas.

A partir do modelo de estudo, uma técnica chamada enceramen-



figura 1



figura 2

to diagnóstico será realizada para permitir ao paciente e ao dentista imaginar o resultado final. É 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 (figura 2)!



**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

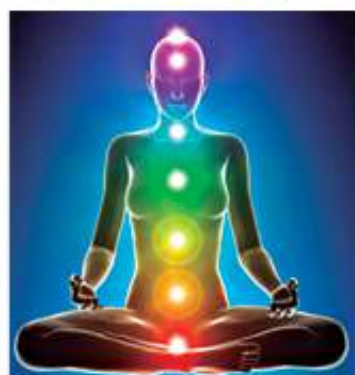


**Dr. Fábio Kenji Shiratori**  
Cirurgião Dentista (DDS) pela USP - Bauru, Mestre (Ms) em Reabilitação Oral pela USP - Bauru, Especialista em prótese Dentária pela PROFIS - Bauru

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

# Espaço Mãos de Luz

O conceito do Espaço Mãos de Luz, idealizado por Monica Santoro, se edifica no propósito de promover a saúde física, mental e emocional de todos aqueles que procuram o serviço. Para isso, conta com uma equipe de terapeutas que trazem o que há de melhor em terapias e cursos. Terapia Reiki e curso de Reiki com Monica Santoro; terapias de regressão, consultoria Feng Shui, leitura de tarot, terapias e mesa radiônica com Paula Bis-



soli; terapias integrativas com Armando Zapparoli Filho; cura nativa e curso de Constelação Xamânica com Sandra Olivieri; curso de treinamento para idosos e massoterapia com Maria Flora Nascimento; Doutoradas do Peso, com Nathalia S. Fantasia (nutricionista) e Poliana do Prado (fisioterapeuta auricular).



**MAIS:** O Espaço Mãos de Luz fica na alameda Barão do Rio Branco, 179, Centro de Itu. Para mais informações, ligue: (11) 3413-4026 / (11) 99649-7434 . Facebook: Mãos de Luz

# CARMO

**José de Oliveira**

Rua 7 de Setembro, 557 - Centro - Itu/SP

- **Materiais para Construção** ..... (11) 4022-2596
- **Gás e Água Mineral** ..... (11) 4024-0565 / 4024-3139
- **Móveis - Utilidades** ..... (11) 4013-2413
- **Veículos Novos e Usados** ..... (11) 98516-0132 / 97340-0667 / 97535-5543
- **Imóveis - CRECI 22757** ..... (11) 4013-1770
- **Disk Caçambas (Entulhos)** ..... (11) 4013-2413
- **Areia e Pedra - Atacado** ..... (11) 94113-9544
- **Lava Jato (Caminhões e Máquinas)** ..... (11) 99716-0530

ITU • SALTO • JACARÉ • CABREÚVA • CIDADE NOVA • SOROCABA



ESCOLA  
**SAGRADA  
FAMÍLIA**

INSTITUTO DAS FILHAS DE SÃO JOSÉ



A Escola Sagrada Família Parabeniza os alunos do 3º do EM/2016 e suas conquistas para um novo futuro acadêmico nas Universidades.



**ALUNOS QUE  
TRANSFORMAM O MUNDO**

Av. Dom Pedro II, 804 - Salto - SP  
www.esfs.org.br - www.facebook.com/ESFSalto

**LIGUE AGORA (11) 4028-9616**  
e venha nos conhecer!

# PENTE FINO DO INSS, REFORMA DA PREVIDÊNCIA E PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO

Diante das inúmeras alterações e anúncios de mudanças nas regras de aposentadoria, o trabalhador brasileiro se encontra no momento ideal para realizar um levantamento de sua real situação previdenciária, inclusive quanto ao tempo que falta para se aposentar, constatar se possui ou não alguma limitação para continuar trabalhando e, principalmente, se já é o momento de requerer a aposentadoria antes da reforma, visando, assim, garantir o melhor valor de benefício.

Vale ressaltar que este é o momento de planejar, pois o país vivencia uma fase de inúmeras mudanças e pelo anunciado, a reforma da Previdência não favorecerá nenhum trabalhador, muito pelo contrário, pois a chamada “reforma” não beneficia ninguém e sim impõe limite de idade para aposentar-se, reduz o valor do benefício e exige maior tempo de contribuição, bem como dificulta o acesso a benefícios assistenciais, aposentadoria rural e principalmente dificulta a aposentadoria para os trabalhadores que atuam expostos a agentes nocivos à saúde (insalubres ou perigosos), tais como professores, médicos, dentistas, eletricitas, metalúrgicos, entre outros.

Além disso, o governo federal vem apresentando desde o ano passado, medidas urgentes visando reduzir despesas, uma delas é o chamado “Pente Fino do INSS”, medida que vem cortando auxílio-doença de mais de 43 mil beneficiários no país. Sendo assim, as pessoas que se encontram percebendo benefício por incapacidade há mais de dois anos e que possuam menos de 60 anos e continuam sem condições de trabalhar devem manter os relatórios médicos e exames atualizados para que possam permanecer no direito de receber o benefício.

Nas situações em que mesmo após a perícia médica, seja cortado o benefício por entender o médico do INSS que o segurado está em condições de trabalhar e caso este realmente não esteja, seja em razão de permanecer a doença incapacitante ou por não conseguir atuar mais na mesma função, em razão de idade ou qualquer outra situação, inclusive de agravamento da doença, ele poderá ajuizar ação para obter o direito a manter o auxílio ou ainda converter em aposentadoria por invalidez.

Consulte sempre seu advogado ou um especialista na área previdenciária, somente ele poderá orientá-lo a buscar e lutar pelos seus direitos.

LUTE PELOS SEUS DIREITOS!



**TAÍS RODRIGUES DOS SANTOS**

é Advogada da JS ASSESSORIA PREVIDENCIÁRIA, especializada na prestação de serviços de aposentadoria, situada na rua Floriano Peixoto, 452 - Sala 5 - Centro - Itu. Telefones: (11) 4013-0955 e (11) 97264-4301.

Site: [www.taissantos.com.br](http://www.taissantos.com.br)

Email: [contato@taissantos.com.br](mailto:contato@taissantos.com.br)

Facebook: LUTE DIREITO

**JS**  
**ASSESSORIA PREVIDENCIÁRIA**

(11) 4013-0955 / (11) 97264-4301



# Oportunidade SEM IGUAL

Últimos  
**LOTES**  
EM  
ATÉ **144x**

**EM SALTO**



Lotes de 300 a 600 m<sup>2</sup>  
prontos para construir



Ciclovía de 2,7 km e pista  
de caminhada de 2,6km



Segurança 24h, com  
acesso por biometria e  
monitoramento por câmeras



4 lagos de água limpa,  
um com pesca esportiva



Ao lado do novo Anglo Salto  
e futuro centro comercial



Salão de festas, academia, 2  
campos de futebol, quadra  
poliesportiva e playground

Residencial

**LAGOS  
D'ICARAI**

Plantão de  
**VENDAS:**

Av. Brasília, 779. Icarai, Salto-SP

11 4021 0907

11 4021 0496

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

INVESTIMENTOS  
**ICARAI**

CRECI 024381-J

Decreto de aprovação PMS nº. 053 de 02 de agosto de 2012. Aprovado pelo GRAPD-  
HAB certificado nº. 238/2012. Loteamento registrado sob nº. 04 na matrícula 25.846  
do CR de Salto. Loteamento liberado. Decreto nº. 155 de 30 de agosto de 2014.

# Uma casa abraçada pela natureza

PROJETO NA SERRA DO MAR REVELA UMA CASA PARA CELEBRAR O DESCANSO COM A NATUREZA EM EVIDÊNCIA



fotos: Marcelo Stamm

A natureza abraça toda a casa localizada na Serra do Mar

Com um rio passando pelo quintal e uma vista privilegiada da Serra do Mar, esse projeto se tornou o lugar perfeito para o lazer de uma animada família. Filhos, netos e amigos são frequentemente recebidos nos fins de semanas e durante toda temporada de verão. “Com um entorno tão exuberante, um dos pontos principais foi integrar os ambientes à paisagem”, destaca a arquiteta Soraya Surdi, uma das idealizadoras do projeto.

A casa, originalmente construída na década de 1980, passou por uma reforma e ampliação com projeto arquitetônico e de interior assinado pelas arquitetas da Surdi & Rosalinski - Studio Arquitetura. Na revitalização, ela ganhou uma piscina com borda infinita voltada para o rio, spa, churrasqueira, gazebo e uma nova área de serviço. As arquitetas projetaram os novos espaços de lazer abraçando a casa e a integrando ao verde do entorno.



Spa criado após a revitalização do imóvel



Mobiliário antigo mantém a memória afetiva da casa, inclusive na área de lazer.



Sala de jantar após a reforma manteve antigos móveis integrados à nova decoração.



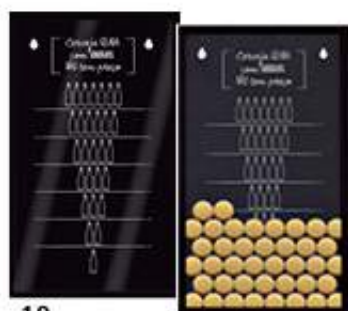
Área externa da casa

A opção para o projeto de interior foi por um décor naturalista. Quase todo mobiliário da antiga casa foi integrado à nova decoração. Dormentes que já faziam parte da estrutura anterior e estavam em bom estado foram utilizados como moldura para as novas esquadrias de alumínio. Os tons terrosos fazem parte da paleta de cores utilizadas por fazer um link direto com a paisagem exterior. Fibras naturais, madeira e tecidos foram aplicados para completar o clima de aconchego e acolhimento. “O desejo de revitalizar a estrutura e ao mesmo tempo preservar as memórias afetivas foi um pedido dos donos da casa. Estes detalhes deram identidade e tornaram o projeto único”, finaliza a arquiteta Ligia Rosalinski.



Reforma incluiu uma piscina de borda infinita.

fotos: Marcelo Stammer



13



14



12



## BOTECO 15



11



2



3



5



8



10

- 1 - cadeira Dalla da **COSMOPOLITAN**  
[www.cosmopolitanhome.com.br](http://www.cosmopolitanhome.com.br)
- 2 - poltrona Berger Saarinen Womb da **COSMOPOLITAN**  
[www.cosmopolitanhome.com.br](http://www.cosmopolitanhome.com.br)
- 3 - banco Regia da **COSMOPOLITAN**  
[www.cosmopolitanhome.com.br](http://www.cosmopolitanhome.com.br)
- 4 - Cake Stool - Irmãos Campana da **FIRMACASA**  
[www.firmacasa.com.br](http://www.firmacasa.com.br)
- 5 - poltrona Egg - Leo Capote da **FIRMACASA**  
[www.firmacasa.com.br](http://www.firmacasa.com.br)
- 6 - revestido Booken da **FIRMACASA**  
[www.firmacasa.com.br](http://www.firmacasa.com.br)
- 7 - poltrona ar giratória Carmona da **ETEL**  
[www.etelinteriores.com.br](http://www.etelinteriores.com.br)
- 8 - almofada Maravilha da **TEA SEED... DO!**  
[www.teaseedo.com.br](http://www.teaseedo.com.br)
- 9 - fotografia Times New York (assinada por Dorival Moreira) da **QUATRO ARTE**  
[www.quatroarteempareda.com.br](http://www.quatroarteempareda.com.br)
- 10 - sofá Chestermoon da **COSMOPOLITAN**  
[www.cosmopolitanhome.com.br](http://www.cosmopolitanhome.com.br)
- 11 - estante Locatto da **SALA PRONTA**  
[www.salapronta.com.br](http://www.salapronta.com.br)
- 12 - ombrelones da **BERTAIONI** [www.bertajoni.com.br](http://www.bertajoni.com.br)
- 13 - porta tampinhas Medidas da **BERTAIONI** [www.bertajoni.com.br](http://www.bertajoni.com.br)
- 14 - porta tampinhas Cerveja Gelada da **BERTAIONI** [www.bertajoni.com.br](http://www.bertajoni.com.br)
- 15 - letras decorativas Boteco 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.bertajoni.com.br](http://www.bertajoni.com.br) facebook: bertajoni vidros, molduras e decoração



1



4



6



7



9

# ATELIÊ DAS FLORES

## dedicação e bom gosto

**H**á quase uma década no mercado, Anderson Gomes e David Lima arrasam quando o assunto é decoração de festas e eventos. Profissionalismo, bom gosto e atualização constante são os ingredientes de sucesso do Ateliê das Flores. A loja trabalha com um mercado variado, desde presentes para datas especiais até decoração para festas de casamento, debutantes, corporativo, aniversário, etc. Tudo pensado para atender cada cliente de forma especial. Com novo endereço, na mesma esquina, o novo local conta com mais espaço para atender seus clientes, cada vez melhor e da forma mais personalizada possível, além de um cantinho exclusivo para o atendimento de noivas, com todo o carinho que o momento exige.

**MAIS:** O Ateliê das Flores fica na rua São José, 263 - Vila São Francisco, em Itu. (próximo ao Cemitério Municipal). Mais informações pelo telefone (11) 2429-8932 ou 9 7200-0218.



Mark Video

Decoração by Ateliê das Flores

SALAS COMERCIAIS PARA LOCAÇÃO COM INFRAESTRUTURA COMPLETA



## inFlux em Itu

A renomada escola de inglês inFlux acaba de abrir suas portas em Itu. No último dia 27 de janeiro aconteceu um coquetel de inauguração no local, onde convidados puderam conhecer as instalações, os professores e toda a equipe da unidade.



### Compre mais, pagando menos!



## VKN CONSÓRCIOS

ADMINISTRADO PELA CONFIA  
AUTORIZAÇÃO BACEN 03/001150/90

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

**Automóveis  
Motos  
Caminhões  
Máquinas  
Tratores**

**3 chances de contemplação:**  
• Sorteio • Lance Fixo  
• Lance Livre

**Crédito de até 160 mil reais  
Parcelas a partir de R\$ 330,00**

Consulte-nos:  
**(11) 4028-8500**

## Ativa comemora 8 anos

No último dia 16 de fevereiro, Fabiana Carvalho recebeu clientes, familiares e amigos para comemorar o 8º ano da Ativa Estética. O evento, que aconteceu na clínica, em Itu, contou com muitas novidades, comidinhas fit e diversos brindes para os convidados.



Coloque um momento BR Mania no seu dia!

**BR Mania**

GRANDES OFERTAS PARA TODOS OS MOMENTOS DO SEU DIA.



**Auto Posto São Paulo**

Rua 11 de Junho, 1071 - Centro - Indaiatuba - SP

Horário de funcionamento das 06h às 22h

# CARDÁPIO DO FRAN'S

O MELHOR MOMENTO DO SEU DIA



Suco Detox (Cebola, Morango, Laranja e Flocos)

Av. Presidente Vargas, 1115 - Cidade Nova - Indaiatuba/SP - Tel.: (19) 3834-1033

www.franscafe.com.br

**FRAN'S CAFÉ**

**girassol**  
Studio dance

Ballet, Jazz,  
Sapateado

Rua Rui Barbosa, 522  
Centro - Salto  
girassolballet@gmail.com

Fone (11) 4028-0549

paguemenos  
leva mais

Sala Palma de Ouro - Salto

Informações - (11) 4602-8693

Rua Prudente de Moraes, 580 - Centro



12 DE MARÇO

DOMINGO ÀS 16H

STERBLITCH  
TALK  
SHOW

RECORTE E GANHE 50% no corte de bilhete



26 DE MARÇO

DOMINGO ÀS 19H

bilhete RÁPIDA

COMPRA SEU INGRESSO SEM SAIR DE CASA

0800 735 0550

Compre Online em até 10X no cartão de crédito

Bilheteria do Teatro - F.:(11) 4602-8693  
Star Computer (Plaza Shopping Itú)



www.teatrogt.com.br

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

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



## Nova diretoria da Acias

Em uma solenidade oficial realizada no dia 10 de fevereiro, os membros da Diretoria Executiva e Conselho Consultivo da Acias (Associação Comercial, Industrial e Agrícola de Salto) para o biênio 2017/2018 foram empossados. Após a composição da mesa oficial, formada pelos novos integrantes, o presidente empossado, Sergio Tome, fez uso da palavra para agradecer especialmente a todos os diretores que já passaram pela Acias e aos familiares dos mesmos, aos associados e também aos funcionários.



fotos: Divulgação/ACI Comunicação

# artedacerveja

Chopp  
delivery 24h

## CHOPP GELADO EM CASA

Trabalhamos com a linha completa da Brasil Kirin



Delivery 11 2429-4616

Plantão 7880-8958 | ID 86\* 14757

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

Segunda a Sexta das 9h00 às 18h00 / Sábado das 8h00 às 14h00  
Av. Caetano Ruggieri, 2727 - Pq. N. Sra. da Candelária - Itu/SP

# O humor como aliado

**E** escolhi um tema mais ameno, em tempos difíceis, pois precisamos afrouxar um pouco as tensões. Levar os acontecimentos do dia-a-dia com bom humor é um caminho saudável. Então vamos lá! Como isso acontece?

Pense naquele pequeno ser que você era no início: você chorava, berrava quando tinha fome, calor, frio. Mas quando nada incomodava vinha alguém fazer graça e você sorria. Uns diziam que era apenas reflexo, outros diziam, que lindo, que simpatia, um bebê risonho. Nascermos com esse potencial de ver graça nas coisas.

Quando crescemos um pouco e nos damos conta que não somos mais os reis do castelo e que tudo não gira mais ao nosso redor, temos que nos deparar com o que chamamos de realidade. Aí vem a nossa primeira depressão. O que Winnicott chama de depressão reativa. Reagimos com desilusão de percebermos que não somos o centro do mundo e que existe uma realidade que não vai nos atender em tudo que queremos e a hora que queremos.

Então, uma das saídas para lidarmos com aquilo que não controlamos, as adversidades da vida, é usar o bom humor. Uma forma de amenizar o que é inevitável.

Então, buscar soluções para um problema com mais leveza, não se desligando da realidade, e utilizando os recursos internos para dar conta dele, mesmo que estejamos frustrados, é uma saída saudável.

Vocês já repararam como as pessoas choram e riem nos velórios? Pois é! Essa é a nossa capacidade de aliviar momentos difíceis, de grande sofrimento. Não falo aqui de deixar de sentir, e sim, de aliviar um pouco a situação por um momento. Senão podemos entrar em colapso.

Já viram também quantas piadinhas chegam pelo whatsapp, facebook, satirizando diversos acontecimentos trágicos, ou menos trágicos, mas que nos causam revoltas ou tristezas? Dizemos que o brasileiro é criativo. Rimos das charges.

Mas há um perigo nisso tudo que é quando o humor pode levar as pessoas a utilizarem o mecanismo de evasão



“ UMA DAS SAÍDAS PARA LIDARMOS COM AS ADVERSIDADES DA VIDA É USAR O BOM HUMOR. UMA FORMA DE AMENIZAR O QUE É INEVITÁVEL”

da realidade. Vão empurrando com a barriga, levando na brincadeira, e não dando importância para um problema que é preocupante. Para o psicanalista Jacques Stifelman, esse tipo de humor tem a função de proteger uma ação que você precisa ter com relação à realidade e não tem. É negativo, pois isso vai ser cobrado depois de você. Segundo Stifelman, “toda suspensão de contato com a realidade via humor ou não vai depois ou deixar a pessoa perseguida pela depressão ou deprimida pela perseguição, mas ela não escapa da realidade, uma hora a conta vem”.

Por outro lado, aquele que é sério demais está afundado de realidade, não sabe amenizar e levar na esportiva. Normalmente é o chato. É o outro extremo de quem brinca demais, sendo muito pesado e escuro.

O humor pode estar também a serviço da manipulação e da apropriação da autoridade. Este é o lado negro do humor. Muitas vezes usados por governos totalitários.

Tem situações nas quais vemos algo muito absurdo e rimos porque é tão absurdo que parece irreal, e dizemos rindo: “Isso só pode ser brincadeira!” Não acreditamos que pessoas possam ser tão sórdidas e desumanas.

De qualquer forma, vale muito aquele ditado: “Rir ainda é o melhor remédio!”

ASTRID DA ROS é psicóloga/psicanalista Winnicottiana e escreveu este texto especialmente para esta seção da Revista Regional. Para entrar em contato com Astrid, o endereço é: rua Acre, 26, bairro Brasil, Itu (tel.: 11-4023-2805).

# Nova Hill's Science Diet



*Experimente a nova Hill's Science Diet e descubra a #CiênciaDaFelicidade! A Hill's traz novas fórmulas, novos sabores, embalagens repaginadas, tudo para proporcionar uma alimentação superior e mais qualidade de vida. Uma alimentação saudável também pode ser muito saborosa e recheada de felicidade.*



**BOX PARA RAÇÃO**



**BOLA ANTI-STRESS**  
(ocupacional, super resistente, atóxico e lavável)



**DISK ENTREGA**  
PARA SALTO E REGIÃO  
11 4021.3127

Loja 1 - Rua Rui Barbosa, 1042 - Fones: 11 4021.3127 / 4602.4657

Loja 2 - Rua Rio Branco, 1283 - Fone: 11 4029.0044

# ARMANDO CERELLO outlet

Photobooks



Via das Paineiras, 3178  
Rod. Dom Gabriel P. B. Couto, KM 82  
Cabreúva / SP (11) 4529-4330 / 4529-5308  
[www.armandocerellooutlet.com.br](http://www.armandocerellooutlet.com.br)