



JOANNA WHITE

FACIAL SPA

TOKYO



JOANNAWHITE.JP

janheiro2019 ano16 número189

REGIONAL

REVISTA

15
ANOS

ITU • SALTO • INDAIATUBA • SOROCABA

www.revistaregional.com.br

VERÃO 2019

viagem

Um passeio
pelo exótico e
colorido Marrocos

Carol Castro

Atriz está em entrevista e
ensaio fotográfico exclusivos

passarelas

Confira o melhor
da moda praia

wishlist

Living Coral,
a cor do ano

Profissionais
de coaching
e a motivação
para 2019





plazashoppingitu.com.br

FÉRIAS DE VERÃO

PARQUE DE CAMA ELÁSTICA





DE 14 DE JANEIRO
ATÉ 3 DE MARÇO

Faixa etária

LIVRE

(menores de 3 anos
entram acompanhados)

Horários:
Segunda a sábado, das 10h às 22h.
Domingos e feriados, das 12h às 20h.

**CONSULTE VALORES
NA BILHETERIA**

LOCAL: PRAÇA DE EVENTOS



*Chegou o novo
Kia Sportage 2019.*

*Conseguimos aperfeiçoar
um design que já era
praticamente perfeito.*

NOVO conjunto ótico
com faróis de Led.

NOVOS faróis
de neblina.



NOVOS para-choques.

NOVA grade.



Declaração de Consumo de Combustível em conformidade com a Portaria Inmetro nº 010/2012.

Trânsito seguro: eu faço a diferença.





NOVAS rodas
aro 19".

SPORTAGE 2019

NOVO interior ainda
mais sofisticado.
NOVA central multimídia
com tela de 8".



Carregador de
celular wireless.
Detector de
ponto cego.



The Power to Surprise

LANÇAMENTO

APTO. 2 DORMS.

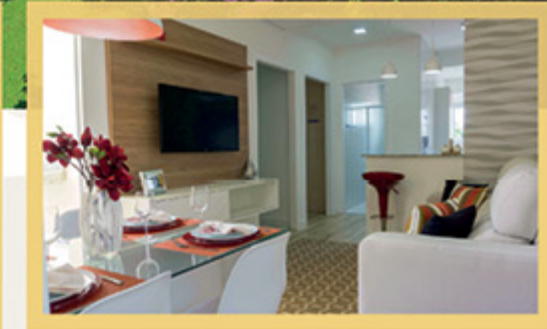
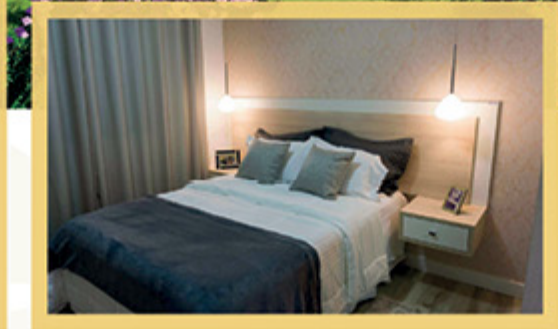
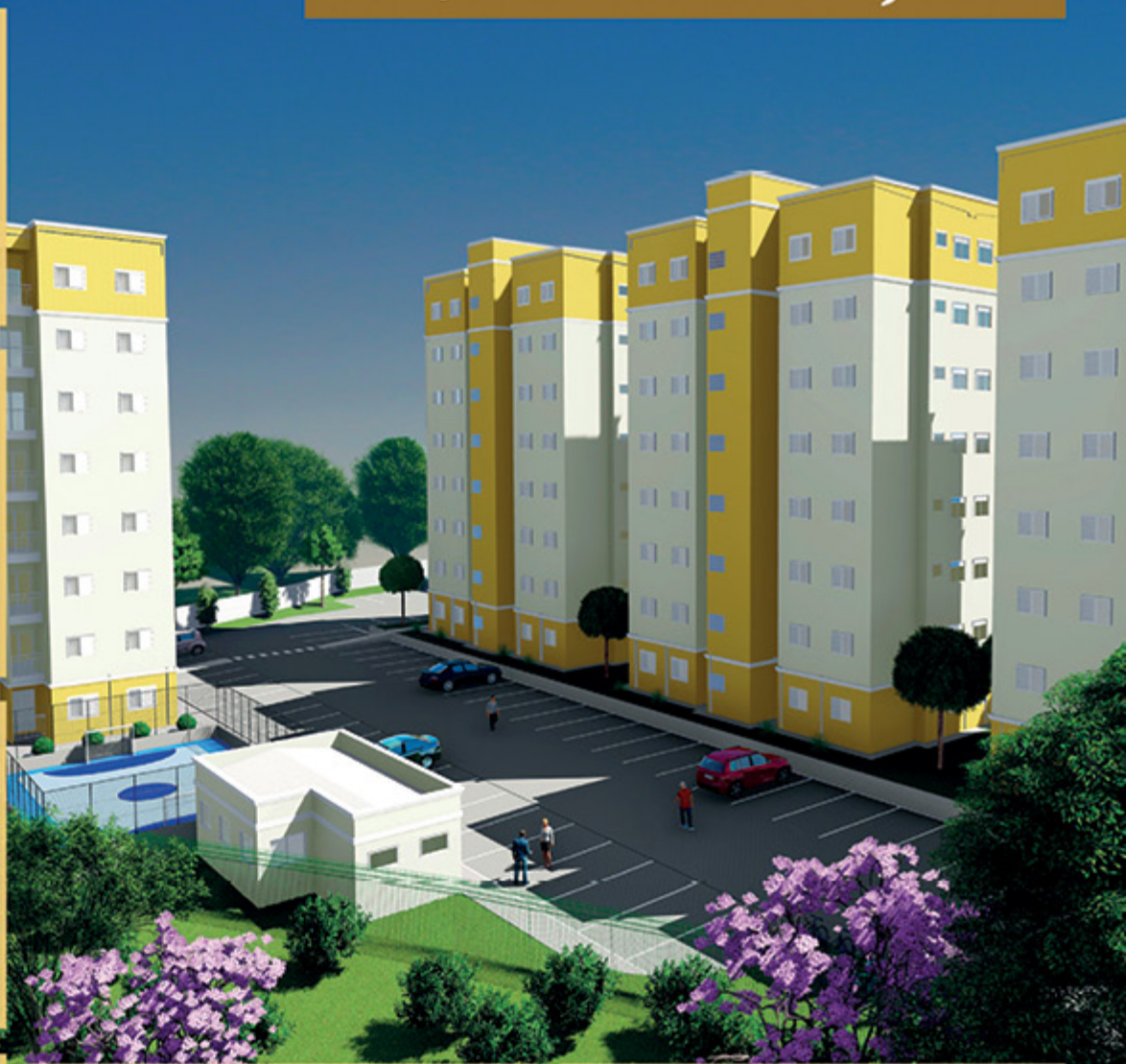
COM VARANDA

08 ANDARES COM ELEVADOR

A PARTIR DE

R\$ 122.000,00

RESIDENCIAL
Pedra do Sol



Incorporação registrada sob nº 6 da matrícula nº 56.263 no Cartório Oficial de Registro de Imóveis da Comarca de Salto/SP. Imagens meramente ilustrativas, podendo haver alterações nas cores, acabamentos e edificações durante a execução da obra. Móveis e decoração não inclusos no valor do imóvel. Financiamento sujeito à análise de crédito. A obtenção dos benefícios do Programa Minha Casa, Minha Vida, do Governo Federal, dependem da análise de renda e condições de cada cliente, respeitando as regras de cada programa, podendo sofrer alterações sem prévio aviso. Consulte mais condições na Construtora Rio Branco.

CAIXA
CAIXA ECONÔMICA FEDERAL

**Minha Casa
Minha Vida**

R. Rio Branco, 835 - Centro - Salto/SP

(11) 4029-2310 | (11) 4029-0050

Visite nosso novo
Stand de Vendas com
Apto. Decorado.

Uma verdadeira joia!



IMAGENS PARA EFEITO ILUSTRATIVO

Venha descobrir como
é fácil conquistar
seu primeiro imóvel
com a Rio Branco.



47,15m²
ou
51,44m²

SUBSÍDIO DE ATÉ
R\$ 31.665,00



Entrada
facilitada



Sem taxas
intermediárias



Utilize
seu FGTS



Melhor relação
custo/benefício

Faça uma simulação
de financiamento.
Pontos de Atendimento:

Construtora Rio Branco
R. Rio Branco, 835 - Centro
(11) 4029-0050 / 4029-2310

Stand e Apto. Decorado
R. Eviner Gonzaga
Jd. das Constelações
(próx. ao Jd. das Nações)



POLO
SHOPPING
INDAIATUBA

Praça de Alimentação



CRECI: 28.421-1

Rio Branco
CONSTRUTORA - INCORPORADORA



riobrancoconstrutora



construtorariobranco.com.br



O **Colégio Sapo Cururu** visando as mudanças constantes do mundo e se preparando para o Futuro da Educação, celebra neste momento uma parceria inovadora com a Plataforma de Ensino **Eleva**.

Identificamos que um dos maiores focos das escolas e das famílias são resultados que garantam o sucesso acadêmico dos jovens, porém este é apenas um dos nossos objetivos.

O nosso aluno deve estar motivado a entender e protagonizar seu aprendizado, desenvolvendo habilidades e valores para a vida adulta.

colégio Sapo Cururu

Berçário . Educação Infantil . Ensino Fundamental I



Eleva
Plataforma
de Ensino

- ✿ Orientação Pedagógica
- ✿ Atividades Bílingues
- ✿ Espaço Maker
- ✿ Alimentação
- ✿ Recreação
- ✿ Música

- ✿ Futebol
- ✿ Parque
- ✿ Artes

- ✿ Circo
- ✿ Horta
- ✿ Ballet

AGORA COM ENSINO FUNDAMENTAL I

Horário de Funcionamento: 6h30 às 18h30
Avenida 9 de Julho, 1.760, Vila Roma, Salto • (11) 4029-6613
colegiosapo colegiosapocururu www.colegiosapocururu.com.br





UMA NOVA EXPERIÊNCIA **MOBILE** QUE CONECTA
O CONTEÚDO DA REVISTA AO DO SITE E AINDA CONTA
COM **ATUALIZAÇÕES DIÁRIAS** DIRETO DA REDAÇÃO

DISPONÍVEL
PARA:



ANDROID



iOS



www.revistaregional.com.br

Ano 16 - número 189
JANEIRO-2019

DIRETORES
Renato Lima e Zeca Almeida

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

DIRETOR EXECUTIVO
Zeca Almeida - editoraocliping@uol.com.br

PROJETO GRÁFICO
Fernando Leite - ferml@terra.com.br

COLABORADORES DESTA EDIÇÃO
Reportagens: Gisele Scaravelli e José Carlos Vitale
Artigos e colunas: Leila Schuater



NOSSA CAPA

foto: Carol Castro em foto de Vinícius Mochizuki com produção de Rodrigo Rodrigues

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, Sorocaba e Indaiatuba; Plaza Shopping Itu; bancas e pontos comerciais credenciados

REVISTA REGIONAL DIGITAL

www.revistaregional.com.br

Editor do site: Renato Lima

Atualização: Felipe Rubinatto

Criação e manutenção: Orion Internet e Multimídia

COMERCIAL

Rosana Tavares, Sergio Nogueira e Zeca Almeida



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

REDAÇÃO E PUBLICIDADE

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

Telefones: Salto e Itu: (11) 4028-3128

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

CONHEÇA A NOVA BASIC DECORATTO.

prosa



basic
decoratto

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



VITRINE

DECORATTO por Cristiane Barnabé

A Decoratto transforma o desejo de viver bem em realidade. Móveis com assinatura de grandes designers, objetos garimpados pelo mundo e um showroom com mais de 1.200m², fazem parte dessa experiência. Conheça a Decoratto e descubra como a alta decoração combina com seus melhores momentos.

 decoratto

  DECORATTOINDAIATUBA



35



18 *olhar regional*
20 *Regionais*

CULTURA
24 "Anos Dourados"

ESPECIAL
26 *Motivação, resiliência e foco*

MODA
32 *A cara do verão*
35 *Wishlist*
36 *Passarelas*
40 *Promos*

GENTE + FESTAS
44 *Conversa*
Carol Castro
48 *VIP*

51 *Circulando*

LIFESTYLE
+ VIVA BEM
58 *Diário de viagem*
O fascinante e colorido Marrocos
61 *Dicas da Leila*
por Leila Schuster

62 *Casa*
Três projetos inspiradores para o verão

64 *Saúde & beleza*
Doenças de verão

66 *Bem estar*
68 *Guia Saúde*
74 *Final feliz*

Participe, siga e curta a Revista Regional no:



@revista_regional



No Novotel Itu Golf & Resort você encontra os melhores tratamentos corporais e estéticos da região. Venha e conheça a linha completa do SPA L'Occitane au Brésil.

Aberto de Terça à Domingo das 10h às 20h.

Agende seu horário pelos telefones:
(11) 2118-1429 ou (11) 95590-8249

E-mail: reservasnovotelitu@accor.com

Al. São Paulo Golfe, s/n - Terras de São José I

SPA
NOVOTEL

 by **L'OCCITANE**
A U B R É S I L



PÁG. 31



PÁG. 43



PÁG. 57

ANO NOVO

Qual sua meta para 19?

Mais um ano se inicia. Com isso, mais e mais promessas se acumulam. O momento é de planejar, de repensar, de fazer acontecer. Pensando nisso, REVISTA REGIONAL entrevistou quatro profissionais de coaching da região, para saber qual o projeto de vida de cada um, a motivação e também dicas para se manter inabalável e resiliente, focado num objetivo. Sobre como atingir essas metas em 2019, consultei também Cristiane Romano, mestre e doutora em Ciências pela USP e pós-graduada em Voz e Gestão Estratégica em Marketing pela PUC-Minas, criadora da metodologia Coaching Communication, validada pela USP. Segundo ela, há cinco movimentos que todos devemos realizar para conquistar as nossas metas. O primeiro deles é aprender com o passado. “Entenda que se em 12 meses você não realizou seu sonho, você não o realizará em janeiro. Não que isso seja impossível, mas é necessário repensar e fazer algumas perguntas de reflexão, como ‘O que me impediu de realizar meus sonhos e minhas metas?’, ‘O que posso fazer diferente que irá me ajudar a realizar o que desejo?’”, indaga. Quando você inicia um processo de autorreflexão, informa a coach, começa a realizar outro processo, o de movimentação, onde saber o que lhe impediu de realizar determinada meta poderá lhe ajudar a encontrar alternativas para realizá-la agora. O segundo movimento, citado por Romano, é dividir esta meta em pequenas partes. Desta forma, é mais fácil dar o primeiro passo e as chances de se frustrar são bem menores. Por isso, a primeira pergunta a se fazer é: “Por onde posso começar?”. O terceiro necessita que você anote todos os passos que cumprir rumo à realização da meta. Faça um checklist, ensina a profissional, pois ele te ajudará a visualizar o que já foi feito e o que você ainda precisa cumprir. Já o quarto movimento é perdoar-se se não conseguir atingir todos os passos. “O processo do perdão é muito importante para assumir suas falhas, mas mostra também que você está disposto a mudar. E, se houve falhas ou perdeu-se algum movimento, recomece de onde você parou, mas não deixe de ir em direção à sua meta, à conquista dos seus sonhos”, complementa. E, por fim, o quinto movimento é maravilhoso: celebre e agradeça a si mesmo. Sinta-se uma pessoa merecedora de todas as conquistas – pois você é! E aí, pronto para encarar 2019? Agora é com você! E, além de tudo isso, a primeira REGIONAL de 2019 está especial, com uma entrevista e um ensaio exclusivos com a atriz global Carol Castro. Para celebrar o verão, a edição traz ainda três projetos de casas que são inspirações para desfrutar os dias quentes entre família e amigos com muito conforto e sofisticação. Em Wishlist, o Living Coral, eleita pela Pantone como a cor do ano. Tem ainda dicas de verão nas seções Saúde & Beleza e Passarelas. No Diário de Viagem, um passeio pelo exótico e colorido Marrocos. E em Cultura, o novo livro da ituana Lourdes Sioli, que será lançado este mês, no Museu da Energia, em Itu. Está imperdível! Feliz 2019, feliz tudo!

Que Deus nos abençoe

Renato Lima

Editor responsável

NESTE VERÃO, PETNIVE-SE



Se o Sol é para todos, temos que aproveitá-lo da maneira certa. Todos os acessórios e proteção que seu amigo precisar para sair de férias estão aqui!

Em Noronha ou Itu, com asas, escamas, penas ou pelos, temos prazer em poder ajudar.

Clínica
11 4013.5453
Av. Dr. Otaviano
Pereira Mendes, 12.

Dr.
Niva
& Cia.
VETERINÁRIO

Pet
NIVA

PetShop
11 4013-0427
Av. Dr. Otaviano
Pereira Mendes, 290.

Centro de Estética - 11 4013.3320 - Av. Dr. Otaviano Pereira Mendes, 290.

© f PetNiva | www.petniva.com.br



Sem dúvida, a Ponte Estaiada é hoje o cenário mais fotografado em Salto. Seja durante o dia ou à noite, os fotógrafos não se cansam na busca por melhores ângulos. As redes sociais estão repletas de inusitadas fotos de sua moderna arquitetura, que garantiu a revitalização dessa área, que compreende a entrada do município e a Barra. Nesta foto de José Alberto Bauer, é possível notar o vai e vem dos carros e suas luzes, na chegada a Salto, tendo o velho edifício da Barra, ao fundo. A ponte sobre o rio Tietê foi inaugurada em 2016 e possui um mirante. Do topo de sua torre até o espelho d'água são ao todo 48 metros, e da base do mirante até a pista de rodagem são 36. A ponte conta ainda com um elevador panorâmico, que sobe 12 andares até o mirante, que é formado por um salão todo de vidro, que garante uma fantástica vista panorâmica da cidade com quase 360°.

foto: José Alberto Bauer
@zezobauer



2019...

365 novas possibilidades
para alimentar
milhares de sorrisos.

Cuidar faz toda a diferença.



www.nutriplus.com.br



KIA REÚNE MAIS DE 800 CRIANÇAS EM "NATAL SURPREENDENTE"

No dia 08 de dezembro, a Kia Motors do Brasil, em Itu, reuniu mais de 800 crianças para a tradicional festa "Natal Surpreendente". O evento que acontece há dez anos contou com a presença de alunos de cinco a 12 anos das entidades assistenciais Creche Lar André Luiz, EMEF Professora Carolina de Moraes Macedo, Ceapi (Centro de Apoio à Infância), Centro Promocional Madre Teodora e Creche Mãezinha, além de filhos de colaboradores. Com o auxílio de recreadores, os pequenos se divertiram em brinquedos e equipamentos lúdicos espalhados pela sede da Kia, além de várias opções de comer e beber. A apresentação do RobôKia, um Kia Mohave que se transforma em robô e interage com o público, fez a alegria da criançada, mas o ponto alto da festa foi a chegada do Papai Noel, de helicóptero, e a distribuição de brinquedos. Além das entidades participantes, o "Natal Surpreendente" da Kia Motors também presenteia os alunos da Escola de Cegos Santa Luzia, do Ceaca (Centro de Apoio à Criança e ao Adolescente) e da Comunidade Vila Lucinda, totalizando cerca de 1.200 crianças agraciadas pela ação social. "Já realizamos esta festa há dez anos, mas continuamos nos emocionando com a alegria dos pequenos. É muito gratificante poder levar a magia do Natal para as crianças e proporcionar um dia muito feliz para elas", observa o diretor de Marketing da Kia Motors do Brasil, Gustavo Gandini.



fotos: Cesele Soarivel



ITU INAUGURA SEU PARQUE LINEAR

Foram inaugurados no dia 11 de dezembro, pelo prefeito Guilherme Gazzola, a obra de canalização dos córregos e o Parque Linear, com a primeira ciclovia urbana de Itu, que conta com mais de quatro quilômetros e meio de extensão, passando por diversos bairros da cidade. A cerimônia ocorreu ao lado do CEU Jardim Vitória, local de início do Parque. Junto com a construção do Parque Linear, ocorreu a canalização dos córregos do Brochado, Taboão e Guarauá, somando-se quase dez quilômetros de extensão, a maior obra de manejo de águas pluviais do Brasil. "Governar é pensar no futuro, é fazer o que é necessário para cidade, e não tenho a pretensão de tentar a paternidade para tudo, essa é uma obra que transcende o governo, pois um bom governo pega iniciativas passadas, pensa no futuro e melhora o presente, é assim que se governa", destacou Guilherme. O Parque Linear começa no Jardim Vitória, passando pelo Jardim Agarussi, Jardim Faculdade, Vila Gatti e seguindo em paralelo com a Avenida Galileu Bicudo, até a Praça Gaspar Ricardo, interligando com a ciclovia Itu/



fotos: AJPref. Itu

Salto. Em seu trajeto, além da ciclovia com pavimentação asfáltica, existe passeio para pedestres, grama, lombo-faixas nos locais de travessia para segurança dos ciclistas e pedestres, guarda-corpo, gradis e cerca com fios de aço nas áreas arborizadas. Ao longo de seu leito estão sendo plantadas 6,8 mil mudas de ipês amarelos, brancos e roxos que sombrearão todo o percurso. "Superamos todas as dificuldades, pedimos paciência para a população e fizemos o que tinha que ser feito, pois essas obras têm um impacto muito significativo no futuro, mas dificuldade de compreensão no presente", comentou ainda o prefeito. Durante a cerimônia também estiveram presentes o vice-prefeito Caio Gaiane, a primeira-dama e presidente do Funssol Patrícia Müller Gazzola, o presidente da Câmara de Vereadores, Manoel Monteiro Gomes, o secretário municipal de Planejamento, Plínio Bernardi Junior, o advogado e administrador Eduardo Bandeira de Mello, demais vereadores, secretários, diretores e autoridades municipais.

O MELHOR INGLÊS PARA O SEU FILHO? NO ANGLO ITU TEM!



**Mais de 45 anos
ensinando inglês para
crianças e adolescentes.**

**METODOLOGIA INCLUSA
NO PERÍODO INTEGRAL**

VENHA CONHECER NOSSA PROPOSTA!



Praça da Independência nº 151 - Centro - Itu
11 2396-1212 | angloitu.com.br



TEMER INAUGURA CENTRO DE MEMÓRIA NA FADITU

O ex-presidente Michel Temer esteve em Itu nos últimos dias de seu mandato, em 19 de dezembro, para inaugurar o Centro de Memória que leva o seu nome, na Faditu, a Faculdade de Direito de Itu, onde ele lecionou e foi também vice-diretor e diretor. O Centro de Memória Michel Temer reúne mais de 76 mil itens, entre documentos de viagens, correspondências, mensagens, fotos, discursos em encontros internacionais e presentes recebidos durante seu mandato. Durante o evento, Temer explicou que a localização do acervo foi motivada por ter sido o local em que iniciou sua vida pública, além de ser Itu, o Berço da República. Para o presidente, o acervo servirá de história, do período de sua gestão à frente do país. A partir de agora, o acervo estará disponível para visitação. Autoridades ituanas, como o vice-prefeito Caio Gaiane, professores e diretores da faculdade participaram da cerimônia.



Rotary Club Itu equipa área da saúde da Apae



Uma parceria entre o Rotary Club de Itu e a Apae da cidade possibilitou a compra de um equipamento chamado Pediasuit. Trata-se de um recurso para um tratamento intensivo, que mescla exercícios com o uso de um macacão terapêutico ortopédico para promover um ajuste biomecânico no paciente com sequelas neurossensoriomotoras. No dia 28 de novembro, profissionais da Apae apresentaram aos rotarianos os resultados dessa terapia em uma criança de sete anos que, após tratamento intercalado de um mês e meio, apresentou melhoras significativas ao se movimentar. O Pediasuit foi uma doação do Projeto de Subsídio Global do Rotary Club de Itu de recursos do Distrito Rotário 4310, que compreende a região de Cabreúva a Agudos e clubes rotários da Europa e África. O projeto, no valor de R\$ 140 mil, equipou praticamente toda a área de saúde da Apae Itu. Os recursos do Rotary são originários da própria sociedade em que se insere cada clube, arrecadações financeiras em eventos e colaboradores rotarianos ou não.



Murillo Augustus lança seu 4º álbum


O blueseiro folk que atua como One Man Band pelo Brasil afora, Murillo Augustus está lançando seu quarto trabalho autoral, intitulado "Sanatório Hostil". "As redes sociais, em 2018, com política, Copa do Mundo e tantos outros acontecimentos, estavam um verdadeiro sanatório hostil, então tivemos bastante material para produzir em cima disso e resultou num trabalho bem-humorado, ácido e político, também. Eu acredito que um artista precisa refletir a geração que vive, e eu quis pontuar isso nesse trabalho", explica o cantor. O pré-lançamento aconteceu em Minas Gerais e agora, no início desse ano, Murillo prepara o lançamento em São Paulo. Com dez músicas inéditas, o "Sanatório Hostil" conta com a participação de grandes nomes como Matheus Canteri, Vasco Faé, Johnny Voxo e Luiz Ferreira. Além disso, a parceria com o escritor João Affonso, que tem se feito presente em trabalhos anteriores do One Man Band, continua. Folk, country e blues, marcas registradas do artista ituanos, se fazem presente, também, no novo trabalho. Seu último CD, "Quero que se folk", ficou na playlist de folk brasileiro no Spotify em 2018, proporcionando a participação do cantor em festivais e apresentações em vários lugares do país. Para Murillo, se o novo trabalho trilhar o mesmo caminho, já terá muito a comemorar. A capa do CD foi produzida por Lucas Wild com fotos de Dayanne Michelato. Com mais de 3 mil CDs vendidos, de mão em mão, "Sanatório Hostil" será vendido nas gigs do cantor e a partir desse mês poderá ser ouvido em todas as plataformas digitais.



Preservar e cuidar da vida | em 2019 e SEMPRE

 Amparo | SP
Rua Benjamin Constant, 140
Centro • CEP 13900-160
Tel.: 19 3807 7209

 Itu | SP
Rua Pernambuco, 632
B. Brasil • CEP 13301-510
Tel.: 11 4023 0272

 Salto | SP
Rua 9 de Julho, 872
Centro • CEP 13322-000
Tel.: 11 1234 5678

 Valinhos | SP
Rua Samuel F. Coimbra, 78
Vl. Nova Valinhos • CEP 13271-280
Tel.: 19 3869 8155



neonco.com.br

“ANOS DOURADOS”

Lourdes Sioli lança livro de memórias em Itu



Lourdes Sioli lança neste janeiro seu livro "Anos Dourados", com crônicas sobre sua juventude, principalmente a época da infância; no detalhe, a capa da obra

Maria de Lourdes F. Sioli é uma figura conhecida na cidade de Itu. Já foi vereadora, secretária de Cultura e Turismo, diretora de Ensino, atuou como professora e diretora em diversas escolas na cidade das redes pública e particular. Pelas entidades ituanas, passou pela presidência de praticamente todas, como Acadil (Academia Ituana de Letras), Saci (Sociedade dos Amigos de Itu), Museu da Música, Coral Vozes de Itu e muitas outras.

De uns anos para cá, tem mergulhado mais em reflexões e na escrita e, assim, nasceu seu mais novo livro: "Anos Dourados". "Eu comecei o que agora é esse livro de uma maneira completamente despreocupada. Sempre que lembrava de algo da infância, eu escrevia e fui guardando tudo aquilo até que chegou uma hora que achei que esses textos se conectavam", explica a escritora.

Entre as lembranças que foram passadas para o papel, histórias da infância são as predominantes. São crônicas soltas e com diversos personagens, alguns aparecem até mais de uma vez no livro todo. "Tive muito incentivo de amigos e de familiares

para transformar tudo isso em livro", aponta ela, que até então, publicava os textos em seu Facebook pessoal e recebia muitos comentários de amigos. Alguns chegaram a ser publicados nos últimos anos em edições da REVISTA REGIONAL.

A obra reúne uma média de 80 crônicas. A escritora conta que queria chegar a cem, mas, achou que nem todas se conversavam e acabou deixando algumas de lado. O processo criativo de Lourdes acontece em qualquer lugar e logo qualquer pedaço de papel, guardanapo ou embalagem se tornam o registro físico de suas memórias. "Tem que ser rápido para não perder o raciocínio", brinca ela. Questionada sobre uma crônica preferida, dona Lourdes já se emociona apenas ao citar uma especial, intitulada "Lápis Amarelos".

Além de suas memórias, o livro ainda traz homenagem das filhas e de amigos próximos da autora e promete emocionar a todos os leitores.

MAIS: "Anos Dourados" será lançado no dia 12 de janeiro, no Museu da Energia, em Itu.



KEEP CALM AND LET'S TAKE CAMBRIDGE EXAM

Desde 2013 somos o primeiro e único centro examinador do Cambridge em Itu.

A imersão em outro idioma e cultura só traz benefícios profissionais e pessoais. Ser bilíngue lhe dá acesso a oportunidades únicas como graduação internacional, intercâmbio no exterior, ingresso a empregos em outros países entre outras diversas possibilidades. O Certificado Cambridge é aceito no mundo todo sendo uma das qualificações em inglês mais valiosas do mercado e o Branta Institute é o único centro examinador para aplicação das provas do Cambridge na região de Itu.



PROVAS EM MAIO



Cambridge Assessment English

Authorised Exam Centre

We do not teach English, we teach in English.



EDUCAÇÃO BILÍNGUE DE QUALIDADE PARA SEUS FILHOS



INVISTA NO SEU FILHO.
O ÚNICO ENSINO BILÍNGUE DA REGIÃO E ESTÁ PERTINHO DE VOCÊ!

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

MOTIVAÇÃO, RESILIÊNCIA E FOCO

Profissionais de coaching falam sobre os objetivos de vida e também dão dicas para se manter no foco em 2019

Começo de ano é uma ótima oportunidade para passar a régua, deixar para trás o que não está dando certo e partir para um recomeço. Quantas vezes você já deu uma pausa e refletiu sobre essas questões: Qual é a sua missão? Quais são os seus pontos fracos? E quais seus superpoderes? Você tem objetivos claros e bem definidos num curto prazo de tempo? Quais pessoas podem te ajudar na conquista deles? E

quais podem atrapalhar? O que você pode fazer hoje e nos próximos dias desse novo ano para se comprometer com esses objetivos? O início de 2019 é a hora certa para esta reflexão sobre os seus projetos de vida. REVISTA REGIONAL procurou profissionais da região, todos atuantes como coach, para saber qual o projeto de vida de cada um, a motivação e também dicas de como se manter inabalável e resiliente, focado num objetivo.

Nathana Lacerda

Jornalista e empresária, Nathana Lacerda Camargo é diretora da Sigma Six Comunicação, em Itu, e atua como coach de Imagem e Reputação, com o objetivo de ensinar empreendedores, especialistas, influenciadores e formadores de opinião a respeito de todas as estratégias e habilidades que precisam desenvolver para conquistarem respeito e reconhecimento on e off-line. Para este novo ano, a profissional espera por grandes mudanças: “De verdade, que as pessoas tenham um novo olhar sobre as outras, sejam mais capazes de compreender diferentes opiniões”.

Qual o seu propósito de vida?

Acredito que vamos tendo mais clareza desse propósito ao longo da vida, mas o meu propósito é dar voz e relevância a pessoas capazes de transformar a sociedade, fazendo com que elas sejam reconhecidas por públicos cada vez maiores, sem que precisem seguir modelos ou se transformar em um personagem.

Qual foi o seu grande momento?

Na vida? Sem dúvida, o nascimento do meu filho Bento, no dia 20 de julho de 2017. Com ele, minha vida mudou. Sempre foi meu grande sonho ser mãe, mas eu era totalmente focada na vida profissional. A chegada dele me trouxe esperança, novas visões sobre o mundo! Em 2018, foi o primeiro ano dele. Completar esse ciclo inicial tão desafiador foi uma vitória, principalmente porque não permiti que o trabalho tomasse todo o meu tempo e me dediquei para ele uma boa parte dos dias, vivendo essa fase com mais equilíbrio.

O que espera de 2019?

Espero mudanças. De verdade, que as pessoas tenham um novo olhar sobre as outras, sejam mais capazes de compreender diferentes opiniões, e acima de tudo, respeitar as escolhas dos outros, desde que elas não interfiram no direito de todos, principalmente das minorias. Vejo hoje as pessoas completamente autocentradadas, sem se importar verdadeiramente com a vida daqueles que vivem de forma diferente delas. Temos que entender que somos todos um e enquanto não estiver bom para todos, não estará bom pra ninguém. Espero também encontrar mais pessoas do bem e com um forte propósito na minha jornada profissional, e poder ajudar muito mais pessoas a se tornarem mais reconhecidas. E quero continuar conciliando todos os meus papéis, ciente da minha responsabilidade com tudo o que assumi.



Divulgação

A jornalista e coach de imagem Nathana Lacerda está à frente da Sigma Six

O que te motiva?

Pessoas com boa vontade! Ver que existem pessoas incríveis no mundo com excelentes ideias e conteúdos para passar para as outras, e com muita vontade de fazer acontecer!

Dicas para se manter inabalável e motivada diariamente.

Não acredito nesse conceito de “inabalável!”, de motivação constante, de vida plena, de alta performance o tempo todo como pregam hoje em dia. O que eu acredito que faz as pessoas não desistirem é a união de alguns fatores, como flexibilidade para se adaptar às mudanças de planos (eu tenho uma frase de cabeceira: “Quer fazer Deus rir? Faça planos!”), uma boa rede de apoio para dar suporte nos momentos mais desafiadores (amigos, parceiros de negócios, mentores, líderes espirituais, etc), e clareza do propósito, do porque essa pessoa faz o que faz, porque isso é o que faz continuar. O mundo está mudando muito rápido, é difícil acompanhar, é difícil não se perder, mas viver o presente, no fim das contas, é o segredo para a vida ter mais sentido, principalmente com mais compaixão.

Érica Belon

Doutora em Administração de Negócios pela UNIMEP, mestre em Educação pela Universidade Salesiana de São Paulo, e sete pós-graduações nas áreas de Gestão de Negócios, Gestão de Pessoas, Educação Corporativa e Psicologia Organizacional, Érica Belon é proprietária da Érica Belon Escola de Carreira, em Itu, onde trabalha com o desenvolvimento e a performance do profissional. Também atua como professora universitária em cursos de graduação e pós-graduação, mantendo atividades em pesquisas científicas, em especial, as contribuições das neurociências no universo corporativo. “Meu objetivo de vida é disseminar para as pessoas que elas podem ser o que elas quiserem ser! O segredo para que isso se torne uma realidade, está exatamente na ‘decisão’ que elas não tomam!”, alerta.

Qual o seu propósito de vida?

Minha missão é transformar a vida das pessoas através do conhecimento.

Qual foi o seu grande momento?

Embora eu já esteja nesse ramo de trabalhar com o desenvolvimento das pessoas há 20 anos, o meu grande momento foi quando eu finalizei o meu doutorado, visitei universidades na Europa e realmente eu pude viver aquilo que eu sempre “preguei”: você realmente pode ser aquilo que você quiser ser! Não existe nada que possa impedir você dos seus feitos!

O que espera de 2019?

Espero que em 2019 os profissionais cada vez mais se conscientizem de que a única maneira de sobressair nesse mercado cada vez mais competitivo é através do conhecimento. Hoje, as pessoas ganham o quanto elas conhecem! O que nos separa das demais pessoas deixou de ser a idade, o tempo de “casa”, a classe social ou mesmo as titulações, mas o quanto o profissional conhece com profundidade um determinado assunto.

O que te motiva?

Saber que as pessoas têm solução!



Érica e o cãozinho Bisteka, mascote de sua escola

DICAS PARA SE MANTER INABALÁVEL E MOTIVADA DIARIAMENTE:

- Acreditar que eu posso ser aquilo que eu quiser ser!
- Não perder o foco, independentemente do que acontecer!
- Ajustar meu modelo mental de que quando algo não sai dentro daquilo que eu esperava, procuro sempre me perguntar: ‘O que posso aprender com isso?’
- Ter a convicção de que mesmo que eu não tenha controle sobre o que está acontecendo comigo, ainda assim, continuo rigorosamente sob o controle de Deus!
- Vivo diariamente o versículo I Coríntios 2:9: “As coisas que o olho não viu, e o ouvido não ouviu, e não subiram ao coração do homem, são as que Deus preparou para os que o amam” (1 Cor 2:9).

Elaine Nascimento

Personal & Leader Coach e Analista Comportamental, Elaine Nascimento descobriu o Coaching buscando sua própria evolução, algo que foi transformador em sua vida em diversos aspectos. Como sempre atuou em áreas de relacionamento humano, ela percebeu que poderia ir além, compartilhando seus conhecimentos e experiências, e se aprimorando cada vez mais. Foi então que em 2013 fez a sua primeira formação de Coaching e, logo depois, a criação da Elan Consultoria & Coaching. Em 2019, já tem como meta uma nova especialização ainda no primeiro semestre e desenvolver um canal de vídeos. “Meu objetivo é ser feliz, evoluir e viver intensamente tudo que a vida me oferece”, afirma.

Qual o seu propósito de vida?

Tenho como propósito de vida minha evolução contínua em todos os sentidos. Sei que cometo erros e acertos e, com isso, aprendo sempre mais, mas o que me motiva a levantar todos os dias é saber que sempre posso ser melhor. O autoconhecimento faz com que eu entenda e compreenda as minhas atitudes e também de todos que estão ao meu lado todos os dias.

Qual foi o seu grande momento?

Nossa, são tantos momentos grandiosos que vivi que fica até difícil, mas sempre considero um grande momento quando sinto que estou concluindo um ciclo, quando estou iniciando novos projetos, novas relações, quando alcanço um objetivo, as minhas formações de estudos como a minha especialização em Coaching Ericksoniano com Hipnose e, claro, momentos intensos com família e amigos.

O que espera de 2019?

Espero um Brasil mais próspero e com um crescimento significativo para todos os segmentos, e claro, um ano com muitas realizações pessoais e profissionais.

O que te motiva?

Eu acredito que a motivação está em mim. Preciso sempre me compreender e tirar o melhor de mim e, por isso, não posso esperar para me motivar por alguém ou por algo, mas claro que tem vários acontecimentos e situações que contribuem com a minha motivação, como o meu trabalho, metas atingidas, quando vou iniciar um processo de Coaching



com algum cliente, quando estou estudando, adquirindo mais conhecimento e também pequenos fatos do dia a dia que sempre traz uma motivação extra.

Dicas para se manter inabalável e motivada diariamente.

Na vida temos altos e baixos, e o grande segredo é saber lidar com as duas situações, mas pratico alguns hábitos que contribuem para que diariamente eu tenha uma motivação como: meditação matinal; reflexões ao longo do dia, quando surge algum contratempo; e, sempre antes de dormir, agradecer alguns fatos do dia, e planejar algumas ações para o próximo, que possam contribuir com o meu crescimento pessoal, e entender sempre que “O problema não é o problema, e sim a nossa atitude em relação ao problema”.

Átila Siqueira

Coach, especialista em desenvolvimento de pessoas, inteligência emocional e negócios, Átila Siqueira é responsável pela palestra “Motivando para Vencer”, já assistida por mais de 15 mil pessoas em Itu e região. “Meu objetivo de vida é doar, compartilhar e entregar o melhor de mim para minha família, parceiros, clientes e deixar um legado. Viver todos os dias a melhor versão da minha própria história”, resume.

Qual o seu propósito de vida?

Meu propósito de vida é ajudar as pessoas em sua descoberta, alcançar o seu máximo potencial e automotivação, faço isso através do desenvolvimento humano junto com a metodologia do coaching.

Qual foi o seu grande momento?

Tenho três grandes momentos em minha vida:
1- Quando conheci minha esposa (Rebeca Savio), entendi o significado da doação, perdão, permissão e entrega máxima ao outro.
2- Quando meu filho (Davi) nasceu, entendi a paternidade, o amor no seu maior significado.
3- Quando conheci meus mentores, Massaru Ogata, maior leader trainer da América Latina; José Roberto Marques, maior coach do Brasil; e Roberto Shinyashiki, um dos maiores palestrantes motivacionais do nosso país. Essa conexão e conjunto de fatores me premiaram pela Brasilider no último ano, palestrante revelação da nova geração do Brasil com o tema “Motivando para Vencer”.

O que espera de 2019?

Um ano de crescimento e desenvolvimento pessoal. Acredito verdadeiramente que será um ano de alargar as estacas em nível estadual e nacional. Lançaremos nosso novo método, Coaching Day, seminário orquestrado e planejado por dois anos. Acredito que será uma oportunidade de crescimento, devido ao surgimento da nova indústria 4.0, junto à retomada da economia do país.

O que te motiva?

Minha família é o meu principal fator de motivação. Pessoas e empresas transformadas, alcançando suas metas e vivendo sua melhor versão, me motivam a avançar na direção dos meus objetivos. O trabalho me permite ser um instrumento guiado por Deus para levar saúde mental, espiritual e emocional para toda a sociedade que eu represento.

Dicas para se manter inabalável e motivado diariamente.

Toda vez que eu me conecto com minha missão e meu propósito de vida, aumento minha capacidade



Átila Siqueira, autor da palestra “Motivando para Vencer”


de de realização. Apresento 12 dicas práticas para manter a automotivação em 2019:

- 1- Tenha gratidão;
- 2- Defina objetivos claros e diretos;
- 3- Direção é melhor do que velocidade;
- 4- Comemore suas pequenas conquistas;
- 5- É melhor o feito do que o perfeito sem fazer;
- 6- Decida viver sua melhor versão;
- 7- Dificuldades preparam pessoas comuns para um destino extraordinário;
- 8- Aprenda com seus erros e com a experiência dos outros;
- 9- Busque se conhecer, quanto mais eu me conheço mais eu me curo;
- 10- Você é livre para fazer o que ama e viver o que deseja;
- 11- O passado não pode mudar nada, mas o presente pode construir um futuro incrível;
- 12- Atenção: suas maiores oportunidades podem estar muito perto de você, tenha sensibilidade!

verão havaianas®



LOJA 2 Av. Dom Pedro II, 531
(11) 4029-0072 • Salto • (11) 9 5089-6113 WhatsApp

 facebook.com/passopasso





Lucas Oiva

Beachwear chic

Ensaio traz proposta elegante e fashion para o verão 2019. Confira nas próximas páginas.

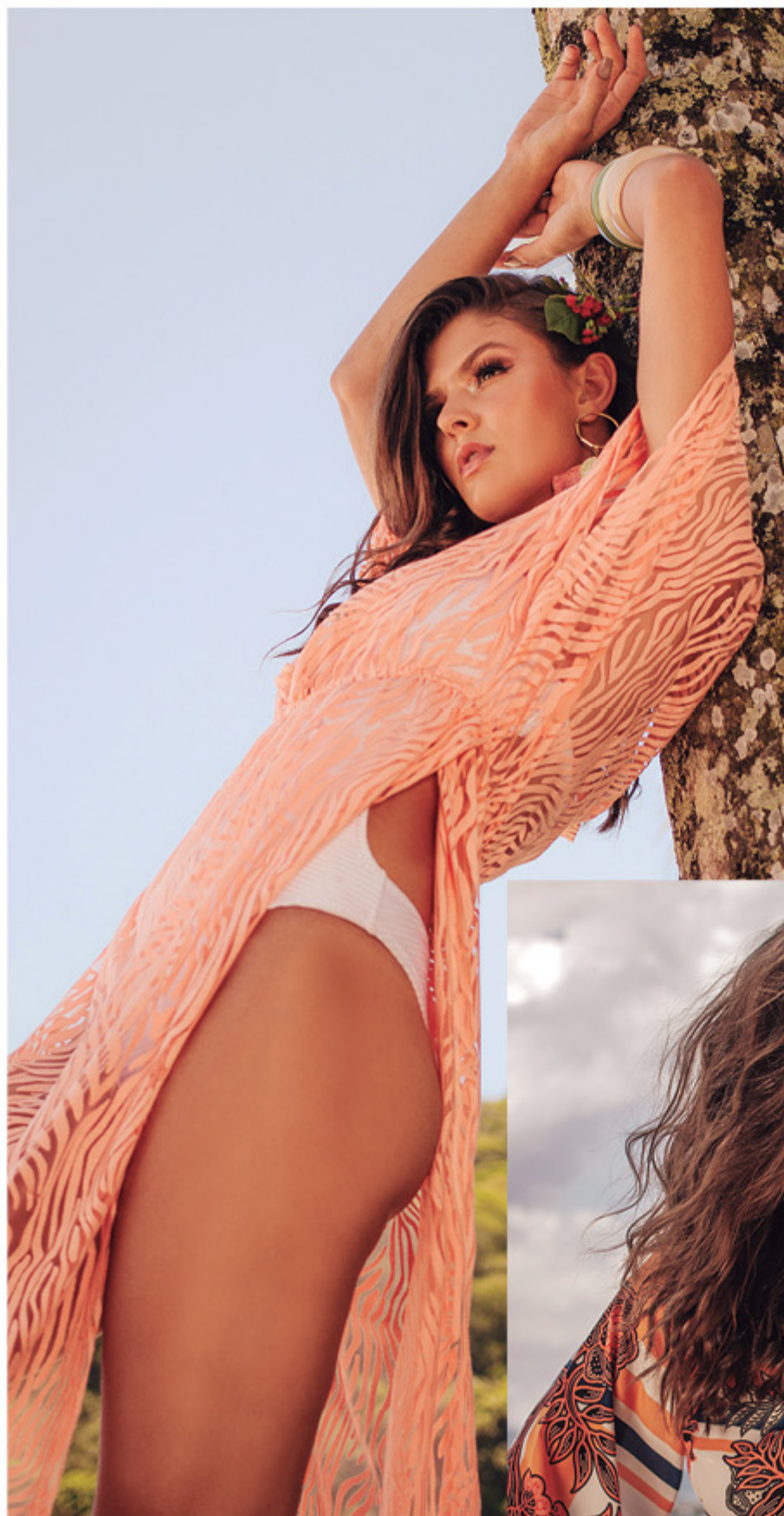


A cara do verão

Com a proposta de beachwear chic e fashion, este ensaio traz, além dos biquínis, maiôs e saídas, vestidos, shorts, batas e kimonos que são super charmosos para aquele fim de tarde na praia ou um passeio de barco. São peças tropicais que podem transitar entre a praia e um restaurante elegante à beira-mar. Bem a cara do verão. As peças são da Equus Denim Brand e fazem parte da Resort Collection, uma coleção que possui o encanto das linhas resort com acabamento e tecidos mais nobres. Os looks trazem as principais tendências da temporada, inclusive com a cor coral, eleita como cor do ano 2019.



FOTO: Luca Oliva
MAKE: Melissa Marillac
DIREÇÃO CRIATIVA: Zeh Henrique Domingues
STYLIST: Marcos Oliver
PRODUÇÃO: Karolline Carvalho
MODELO: Isabela Pontes (Oxygen Models)





fotos: Luca Olive



3



4



10



6



5



12

A COR DE 2019

Depois do universo cósmico do Ultra Violeta de 2018, chega a vez da Pantone mergulhar no fundo do mar e escolher o Living Coral (Coral Vivo) como a cor do ano de 2019. A extensa pesquisa de tendências elaborada pela marca resultou na opção pelo tom por ter um caráter energizante, sociável e espirituoso. REVISTA REGIONAL selecionou peças desta nova tonalidade e suas vertentes.



11



8



7



1



9

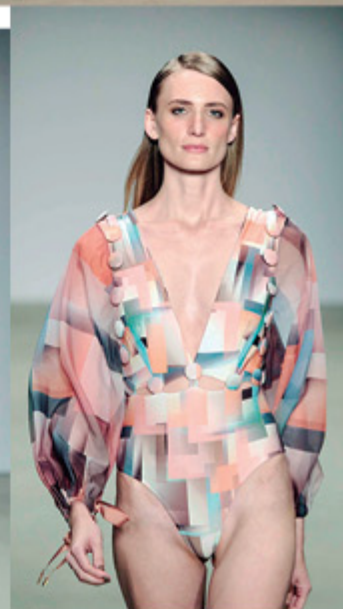
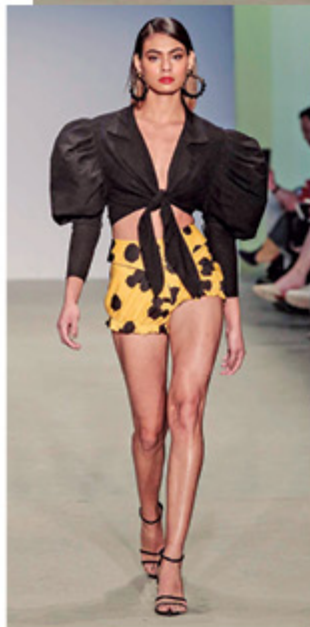


2

1 - poltrona Imbaré (Mula Preta) da Breton www.breton.com.br 2 - Salvatore Ferragamo Spring Summer 2019 Shopping Cidade Jardim - São Paulo - Tel.: (11) 3758-4791 3 - lenço Salvatore Ferragamo 4 - Santa Lolla sandália Mestiço www.santalolla.com.br 5 - Santa Lolla bolsa Neoprene www.santalolla.com.br 6 - Lancôme - L'Absolu Rouge Matte www.lancome.com.br 7 - óculos Salvatore Ferragamo 8 - chaise Paso Doble da Fahrer Design www.fahrerdesign.com.br 9 - poltrona Chapa do Studio Volanti www.studiovolanti.com 10 - vinho rosé Mirante Leve 2016, produzido na região de Lisboa, em Portugal (união das uvas Castelão e Aragonês traz ao vinho um rosé perfeito para momentos ao ar livre) www.evino.com.br 11 - poltrona Morototó - Sergio J Matos www.sergiojmatos.com 12 - living Milar Sofás www.milarsofas.com.br

Moda praia 2019

A temporada moda praia 2019 traz maiôs e biquínis bem mais comportados, com calcinhas maiores, tops e tomara que caia. O charme fica por conta dos detalhes ousados como vazados, modelagens diferentes, babados, cintos e fivelas. Os modelos tomara que caia, por exemplo, reinaram nas passarelas da última SPFW. Diversos deles apareceram com mangas, dando um toque especial às peças que também podem ser usadas como bodys em looks urbanos. A ideia das grifes é explorar a versatilidade na moda praia, de modo que complementando o look com uma pantalon ou saia, a mulher esteja pronta para ir a um restaurante ou shopping. REGIONAL selecionou alguns dos principais desfiles que tiveram moda praia na SPFW #46.





Acessórios como cintos e fivelas, além de babados e vazados deram o charme nas passarelas

Modelos mais comportados e tomara que caia são alguns dos destaques da moda praia 2019





ESCOLA DENTINHO
DE LEITE
Tamanhos 2 ao 10



ESCOLA
MONTEIRO LOBATO
Camiseta branca
Ciclista cinza
Bermuda cinza



COLÉGIO
DOM PEDRO
Tamanhos
6 ao 16

VOLTA ÀS AULAS

Um novo semestre letivo tem início e a Excellence possui uniformes completos de vários colégios da região. Passe numa das lojas em Itu, Salto, Indaiatuba e Porto Feliz e confira todas as novidades.



COLÉGIO ANGLO (Salto)
Tamanhos 2 ao 16 e do P ao GG



COLÉGIO SÃO JOSÉ
Tamanhos
2 ao 16 e do P ao GG



COLÉGIO ANGLO
Camiseta Branca
Bermuda Marinho
Legging Marinho



SAPO CURURU
BERÇÁRIO
Educação Infantil
Tamanhos 2 ao 16



ESCOLA SESI
Camiseta branca
Ciclista preta
Legging preta



ITU (11) 4023-5510 - Rua Capitão
Silvio Fleming, 35 - Centro

SALTO (11) 4029-6895 - Rua
Fagundes Varela, 281 - Jardim 3 Marias

INDAIATUBA (19) 3328-3849
Rua 11 de Junho, 1252 - Centro

PORTO FELIZ (15) 3261-1228 - Praça
Dr José Sacramento Silva, 13 - Centro

www.lingeriesexcellence.com.br



Canga toalha R\$ 59,90
Biquini flamingo R\$ 59,90
Viseira Nike R\$ 34,90



Sunga masculino Mash R\$ 74,90
Sunga estampada R\$ 39,90
Sunga infantil R\$ 34,90



VERÃO NA EXCELLENCE

A moda praia tem lugar certo na região. A Excellence traz diversos modelos de biquínis, maiôs, sungas, saídas, chapéus e acessórios, acompanhando as principais tendências da temporada 2019. Renove seu closet e boa praia!



Biquini laranja R\$ 79,90
Biquini azul marinho R\$ 81,90
Biquini azul royal R\$ 74,90
Viseira R\$ 14,90



Chapéu R\$ 29,90
Bolsa R\$ 79,90
Biquini R\$ 74,90



Bolsa R\$ 49,90
Chapéu R\$ 29,90
Maiô R\$ 69,90
Saída R\$ 69,90



ITU (11) 4023-5510 - Rua Capitão Silvio Fleming, 35 - Centro

SALTO (11) 4029-6895 - Rua Fagundes Varela, 281 - Jardim 3 Marias

INDAIATUBA (19) 3328-3849
Rua 11 de Junho, 1252 - Centro

PORTO FELIZ (15) 3261-1228 - Praça Dr José Sacramento Silva, 13 - Centro

www.lingeriesexcellence.com.br



Feminine inaugura espaço para noivas, madrinhas e Sala VIP

O Feminine Hair em Itu acaba de inaugurar seu novo espaço para noivas e madrinhas. Localizado na parte superior do salão, o novo espaço, que foi reformado, possui uma sala para atender noivas e um ambiente projetado para madrinhas. "Nós fizemos separado do salão porque quando as noivas e madrinhas se reúnem para curtir esse momento juntas, o espaço é só delas, não misturamos com as clientes do salão e, assim, elas ficam mais à vontade", explica a proprietária do salão, Mauriane Moura. Para a noiva, massagem, banho de espuma, penteado, maquiagem e todos os preparativos para sair pronta do salão. Para as madrinhas, maquiagem e cabelo, além de momentos de descontração entre amigas estão garantidos. A equipe Feminine consegue aten-

der até 12 madrinhas, que também saem de lá prontas. Além disso, o espaço pode ser utilizado por adolescentes, que hoje estão comemorando aniversário em salão. Outra novidade do Feminine é a Sala VIP, exclusiva para a mulher que faz procedimentos que exigem tempo no salão, como alisamento, mechas e outros, mas não pode perder horas do trabalho para isso. A Sala VIP do Feminine te possibilita levar seu computador e ficar num ambiente tranquilo para continuar trabalhando enquanto a equipe cuida da sua beleza. Conheça o Feminine e agende seu horário.

MAIS: Rua 20 de Janeiro, 281, Centro, Itu. Telefones: (11) 4022-6605 / (11) 4023-2452.



fotos: Giselle Sartorelli

EMPÓRIO DE NATAL CHIARA CUCINA

O tradicional Empório de Natal da Chiara Cucina aconteceu no último dia 20 de dezembro, em Itu. A banqueteira Marília Chierighini Moraes preparou diversas merendinhas, doces, salgados e panetones para todos se deliciarem e também para presentear no Natal. O evento aconteceu o dia todo e o local não teve um minuto de sossego enquanto não acabaram as gostosuras preparadas por Marília.

CEUNSP TERÁ COMPLEXO VETERINÁRIO EM SALTO

Visando expandir o curso de Medicina Veterinária e implementar melhorias para seus alunos, o Ceunsp (Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio), que integra o grupo Cruzeiro do Sul Educacional, acaba de iniciar as obras do seu Complexo Veterinário do campus Salto. A construção do complexo faz parte dos planos da instituição para ampliar o curso de Medicina Veterinária, que foi inaugurado em janeiro de 2016. O investimento para as obras é avaliado em R\$ 3,4 milhões e a inauguração está prevista para o 1º trimestre de 2019. O objetivo é oferecer os recursos necessários para que os professores possam materializar toda a teoria apresentada em sala de aula, complementando o ciclo de ensino-aprendizagem e trazendo a oportunidade de os alunos praticarem o exercício da profissão. Além de possibilitar a formação prática dos alunos, o Complexo Veterinário também beneficiará a comunidade local com a oferta de alguns serviços acessíveis, que serão disponibilizados à população futurante, ao longo do desenvolvimento do curso, conforme a inauguração dos espaços. A primeira fase do complexo, inaugurada em 2016, contou com a construção de três espaços especialmente estruturados para atender as demandas do curso de Medicina Veterinária, divididos em: Laboratório de Anatomia, voltado para as áreas de anatomia, fisiologia e histologia; Laboratório de Microscopia, destinado à microbiologia; e o Laboratório Multifuncional, desenvolvido para as áreas de Bioquímica e Química. Agora, a nova estrutura também contemplará consultórios e instalações para receber animais de pequeno, médio e grande porte. Para o professor Ricardo Calegari, reitor do Ceunsp, o investimento representa um marco para o Centro Universitário, que agora terá toda a infraestrutura para a fase de aprendizado prático de seus alunos, com qualidade e um espaço moderno com o que há de mais recente no mercado. "No ano em que o Ceunsp comemora 60 anos de existência e tradição, a construção do Complexo Veterinário é mais um marco importante que reforça nossa qualidade e amplia ainda mais nossa contribuição na área da educação e saúde para nossos alunos e toda a sociedade", afirma o reitor.

NOVIDADES PARA OS AMANTES DE ÓCULOS LANÇAMENTOS 2019



1 - Armação Rayban RB 5366 – O estilo gatinho ainda continua em alta e traz charme e elegância às mulheres no estilo retrô: R\$ 530,00. **2** - Óculos de Sol Rayban RB 2168 -Um óculos para quem deseja o estilo antigo com a modernidade do mundo fashion: R\$ 530,00. **3** - Armação Ana Hickmann AH 1348 - Essa peça é de metal dual color, no qual o contraste do preto com o dourado remete a muito glamour e delicadeza: R\$ 548,00. **4** – Óculos de Sol Rayban Evolve RB 3548N - Esse solar da Rayban destaca-se pela lente Evolve (tecnologia que escurece ao sol). É uma peça indicada para ambientes internos e externos: R\$ 580,00. **5** – Óculos de Sol Prada PR 04US - A Prada criou esse modelo, colocando em evidência muita ousadia. Peça destinada a pessoas com personalidade e elegância: R\$ 1.364,00. **6** – Óculos de Sol Rayban RB 3847N - Lançamento para esse verão - Modelo oval, com lentes Evolve - Essa lente você destaca os olhos e também os protege dos raios UV: R\$ 570,00

*Consulte Regulamento

CAMPANHA DE VERÃO 2019 • ***50% DESCONTO NO 2º ÓCULOS**

PROCURE UMA **OPT ÓCULOS**
PERTO DE VOCÊ

VISITE AS NOSSAS UNIDADES:

Itu: Floriano Peixoto, 756 – (11) 2429-7220
Salto: Nove de Julho, 119 – (11) 2840-2030
Indaiatuba: Av. Ario Barnabé, 1602 – (19) 3318-4099
Indaiatuba: Rua Cerqueira César, 751 – (19) 3016-4166

Viva
suas
Escolhas

@optoculossaltoitu
@optoculosindaiatuba
optoculos.com.br



Bellamesa: 22 anos pondo beleza à mesa



A Bellamesa completa este mês 22 anos de vida - e com muito a comemorar. Ao longo desses anos, a empresa ampliou seu cadastro de clientes, a sofisticação e a variedade de itens oferecidos, abrangendo desde pequenas festas, churrascos ou jantares em família a grandes eventos. A loja oferece mesas, cadeiras, bancadas e utensílios para mesa, como toalhas, guardanapos, réchauds, louças, copos e talheres, com uma diversidade de estilos e valores, além da possibilidade de entrega em várias cidades da região.

Consulte o acervo da Bellamesa no website:
www.bellamesa.com.br
e peça seu orçamento online!

Bellamesa Locação de Materiais para Eventos
Avenida Conceição, 1088 - Vila Maria Helena - Indaiatuba
Telefones (19) 3875-1588 e 3835-5235
Facebook: Bellamesalocacao / Instagram: bellamesaindaiatuba.



BELLAMESA



Vivência

loja oficial Natura



Rua 9 de Julho, 597 - Centro - Salto - Tel.: 11 4029-0355
Rua 15 de Novembro, 527 - Centro - Indaiatuba - Tel: 19 3801-1989

BR GENTE + festas

entrevistas | personalidades nacionais e regionais | festas e eventos



**Carol Castro
exclusiva**

ATRIZ ESTÁ EM ENTREVISTA
E ENSAIO ESPECIAL DE
VERÃO; CONFIRA NAS
PRÓXIMAS PÁGINAS

CAROL CASTRO

em ensaio de verão

Atriz fala da maternidade e dos novos projetos nesta entrevista exclusiva, com ensaio fotográfico que celebra o verão 2019

A arte da interpretação está em seu DNA. Filha do ator e diretor Luca de Castro, Carol Castro ingressou no teatro justamente por incentivo do pai, ainda na infância, quando ele tinha um grupo de teatro infantil. Sua estreia na TV foi na novela "Mulheres Apaixonadas", de Manoel Carlos, em 2003. A partir daí, não parou mais, tem emendado várias novelas, séries, filmes e peças de teatro. Entre os destaques na Globo, as novelas "O Profeta" e "Velho Chico", além da atual "O Tempo Não Para", que termina no final deste mês. O trabalho na novela das sete foi o primeiro depois da maternidade. Nesta entrevista exclusiva, Carol fala da filha, dos novos projetos no cinema, incluindo um filme de Miguel Falabella, e revela os segredos da boa forma. A atriz também está num ensaio exclusivo, fotografado especialmente para a REVISTA REGIONAL.

REVISTA REGIONAL: Você foi mãe recentemente. Como está sendo essa nova fase de sua vida?

CAROL CASTRO: Um aprendizado a cada dia! E um amor que não cabe (risos).

"O Tempo Não Para" é sua primeira novela após o nascimento de sua filha. Como está sendo conciliar tudo isso? Em algum momento ela te acompanha aos estúdios?

Ela já me acompanhou em todo um filme que fiz gravando no Uruguai durante um mês e depois uma semana em Veneza, na Itália. Ela era muito bebê. Agora, prefiro deixá-la em casa com sua rotina e seus passeios.

Além da novela das sete, você está neste novo filme do Miguel Falabella. Pode nos contar um pouco desse projeto?

O filme "Veneza" foi uma grande experiência para mim. O longa é lindo e trabalhar com o Miguel (Falabella) foi um grande presente, além de contracenar com a incrível Carmem Maura, que sempre admirei, além dos atores incríveis Dira Paes, Du Moscovis, Roney Vilela, Dani Winits, entre tantos outros.





No cinema, você vem de várias comédias, como "Cilada", entre outras. Dizem que é mais difícil fazer rir. Você concorda? De certa forma sim. Acredito que seja mais difícil fazer rir do que chorar...

Qual seu sonho de personagem? Existe algum tipo que gostaria de interpretar?

São tantos! (risos) Amo as personagens de Shakespeare, por exemplo. Adoraria viver alguma no teatro ou cinema.

E na TV, se fizesse um remake das grandes novelas, qual personagem gostaria de reviver?

Tieta, sem dúvida! (risos)

Nossa edição é de verão e, obviamente, muitas leitoras esperam de nossa entrevistada algumas dicas de beleza e boa forma. Qual o seu segredo? Segue alguma dieta específica, quais os exercícios que pratica?

Procuro beber muita água sempre. Comer alimentos saudáveis e várias vezes ao dia. Manter uma rotina de exercícios nem que seja de duas vezes por semana. Uma caminhada já está valendo!

Além do corpo, você tem algum ritual próprio pro detox mental, meditação, yoga, oração? O que costuma fazer para baixar a adrenalina e equilibrar os pensamentos e emoções?

Respirar bem é fundamental sempre! Ficar na respiração já ajuda e muito para relaxar. Já pratiquei yoga também. Adoro! Quero voltar a fazer quando der. E rezar... rezo sempre!

Com o final da novela, agora em janeiro, quais os próximos passos na TV, algum trabalho já agendado?

Ainda não. Mas tenho dois filmes para lançar: "O Juízo", do Andrucha Waddington, com roteiro da Fernanda Torres, com Fernanda Montenegro, Lima Duarte, Felipe Camargo, Criolo. É um suspense muito interessante! Será lançado em março. E também o "Veneza", do Miguel Falabella, mas ainda sem data de lançamento.

FOTÓGRAFO: VINICIUS MOCHIZUKI
STYLIST: RODRIGO RODRIGUES

conversa



FOTÓGRAFO: VINICIUS MOCHIZUKI
STYLIST: RODRIGO RODRIGUES

Venha saborear a
tradicional
culinária brasileira!



ESTAÇÃO MOSTEIRO

RESTAURANTE



- Carnes na brasa • Peixes
- Saladas • Vinhos
- Pratos vegetarianos
- Risotos • Porções • Sobremesas

Horário de funcionamento:

De terça a sexta das 12h às 14h30. Sábados, domingos e feriados das 12h às 16h.
Jantar as sextas, sábados e feriados das 18h30 às 23h.

Fazemos eventos, entrar em contato.

Avenida Coronel Antonio
Estanislau do Amaral, 1733,
Itaici, Indaiatuba
Tel.: (19) 3894 7282

A casa está no
Waze e no Google:
Estação Mosteiro
restaurante

Ampla estacionamento

Sandro Bergamo

Os 30 anos da Fetiche Models

Fundador da maior agência de modelos da região, em Salto, Sandro conta como surgiu a paixão pela moda e os desafios ao longo de três décadas de trabalho

Ainda adolescente, Sandro Bergamo já era ligado com arte, movimentos culturais e estava sempre motivando os amigos para promoverem ações voltadas ao teatro, dança e moda. Depois de ter participado de um concurso de beleza estudantil, ficando com a segunda colocação, ele decidiu reunir uns amigos e montar um desfile de moda envolvendo as lojas de Salto. *“Eu me apaixonei tanto pelo processo de montagem e pelo resultado que criei um grupo chamado Fetiche Produções. Em 1988 nascia, sem eu ter uma exata noção disso, uma agência de modelos”,* conta. Sem experiência alguma no mundo da moda, Sandro buscava referências onde podia. *“Naquela época não havia internet, computador, celular, nem telefone eu tinha em casa. Eu era menor aprendiz no Banco do Brasil e com o dinheiro que recebia, comprava a Vogue e a Elle todo mês e investia em rolos de filmes e revelações de ensaios fotográficos que eu fazia com a minha prima e amigos”,* revela.

A Fetiche cresceu, se profissionalizou e, com uma visão empreendedora e qualificação, o trabalho mudou. Sandro conta que ainda hoje o amor e as dificuldades se mantêm, pois, trata-se ainda de uma profissão pouco compreendida e pouco valorizada. Atualmente, a Fetiche Models atua com um casting de 80 modelos que vão se reciclando. *“Somos seletivos e muito honestos com aqueles que nos procuram em relação ao mercado. Posso dizer que entre seletivas e entrevistas já avaliei mais de 32 mil modelos”.* Dos modelos que já passaram pela Fetiche, em Salto, há profissionais que fecharam contratos em quase 20 países pelo mundo afora, estampando capas e editoriais de importan-



Além de diretor da Fetiche Models, Sandro ocupa atualmente o cargo de secretário de Cultura de Salto

tes revistas, posando para campanhas de marcas consagradas e desfilando em passarelas de grandes estilistas. *“Já exportamos modelos para Itália, EUA, Japão, África do Sul, Grécia, México, China, Tailândia, Emirados Árabes, Malásia, Coreia, Espanha, Indonésia, entre outros. É um orgulho saber que modelos saltenses e de nossa região já estiveram em revistas como Vogue, Marie Claire, Harper’s Bazaar e sustentaram o peso de marcas como Prada, Chanel e Armani em passarelas e ensaios pelo mundo”,* detalha orgulhoso.

Além da Fetiche, Sandro está no cargo de secretário de Cultura de Salto e conta que a experiência da Fetiche o ajuda como profissional: *“Como promotor de eventos sempre fui muito detalhista e organizado, acredito que isso eu trago para o poder público e espero poder contribuir com a vida cultural do município. Mas continuo aprendendo e buscando minha evolução, seja profissional ou pessoal”,* finaliza.

COLOMBINA,

A PODEROSA

CARNAVAL

2019

CLUBE DOS CASADOS | SALTO
O MELHOR CARNAVAL DA REGIÃO

COM A BANDA
OPPUS DE TAUBATÉ

4 NOITES

**DIAS 1, 2, 3 E 4
DE MARÇO**

DIAS 1 E 3
DAS 22H ÀS 3H | R\$ 40,00

DIAS 2 E 4
DAS 23H ÀS 4H | R\$ 60,00

2 MATINÊS

**DIAS 3 E 5
DE MARÇO**

DAS 15H ÀS 18H
R\$ 10,00 | ACIMA DE 12 ANOS
R\$ 5,00 | DE 6 A 12 ANOS



GARANTA JÁ SEU INGRESSO

11 4028 1557

R. Antonio Vendramini, 200 | Salto/SP



Gisele Scaravelli

Jornalista assume
cadeira na Acadil

*Profissional que integra a
equipe REVISTA REGIONAL
é também historiadora e
toma posse em fevereiro na
Academia Ituana de Letras*

A jornalista e também historiadora Gisele Scaravelli trabalha na imprensa da região há quase dez anos, destaque para a REVISTA REGIONAL, onde atua como repórter em diversas editorias da publicação, principalmente em Cultura. Foi justamente o trabalho desenvolvido na imprensa regional que levou a jornalista a ter contato com a história, patrimônio, memória e os personagens ituanos, despertando, assim, um desejo antigo seu de cursar História, como ela conta. Assim o fez e formou-se há um ano.

Esse seu grande interesse pelo patrimônio histórico a motivou a desenvolver um trabalho de pesquisa na faculdade de História sobre a Semana Santa ituana, intitulado *“Adoremus: registros da memória na Semana Santa em Itu”*, no qual aliou o aspecto histórico dos ritos da Semana Santa de Itu e o envolvimento e memória das pessoas relacionados a eles. O título *“Adoremus”*, do latim *“Adoração”*, foi escolhido a partir de músicas feitas exclusivamente para as celebrações da Semana Santa da cidade, entre os séculos XIX e XX, por nomes como Elias Lobo, padre Jesuíno do Monte Carmelo e Tristão Mariano, entre outros. A pesquisa teve início a partir da contemplação dos eventos com música sacra tradicional, de autoria de músicos ituanos ou que viveram em Itu, escritas nos séculos XVIII, XIX e XX, que se mantiveram em atividade ao longo dos anos e outros que foram recuperados. *“A partir da Semana Santa e de suas comemorações católicas em Itu, é possível entender o que faz um povo diferente do outro: a cultura! Não há na região uma Semana Santa tão rica de tradições como a de Itu. É uma mescla de patrimônio material e imaterial, e, são eles que tornam a cultura religiosa ituana tão única e marcante”*, comenta a jornalista e historiadora.



Gisele Scaravelli é jornalista e historiadora, faz parte da equipe da Revista Regional, e é a nova integrante da Acadil

Eleita no último mês de novembro para a cadeira nº 6 da Acadil, tem como patrono o jornalista Joaquim Leme de Oliveira César, autor do livro *“Notas Históricas de Itu”*, de 1869, que por muito tempo foi a única ou principal fonte de estudos da cidade de Itu. A cadeira foi ocupada, anteriormente, por Ednan Mariano e Mylton Ottoni. A posse da nova acadêmica acontecerá no início de fevereiro, no Museu da Energia, em Itu.

Gisele será uma das integrantes mais jovens da academia ituana, o que, para ela, será enriquecedor. *“Acredito que agregar pessoas de diferentes fases, vivências e experiências dentro de uma instituição possibilita troca e visões diferentes sob o mesmo aspecto, nesse caso, a literatura e a cidade de Itu. Essa troca é enriquecedora, principalmente para nós, mais jovens, que estamos começando na instituição agora. Quero ter contato com o maior número de pessoas, ouvir histórias, vivências, conselhos, tudo”*, se entusiasma. Sob o ponto de vista de renovação, ela acredita que os mais jovens têm o papel de dar continuidade ao trabalho que já vem sendo desenvolvido na academia há 25 anos. *“Confesso que é uma honra poder fazer parte disso”*, conclui.



fotos STUDIO COH-MERLIN



INDAIATUBA

Master Prêmio homenageia arquitetos

A parceria entre as empresas Oliver, Carmel, Casa da Fazenda, Gesso Pérola, Mondrian, DaVinci e Indaiart proporcionou a terceira edição do evento Master Prêmio, no dia 13 de dezembro, em Indaiatuba. A iniciativa celebra os profissionais da região e marca a retomada do crescimento do mercado de arquitetura, construção e decoração no Interior paulista. REVISTA REGIONAL esteve conferindo e traz a cobertura do jantar festivo. Mais fotos da grande noite você confere no aplicativo da REGIONAL, que pode ser baixado gratuitamente no celular ou tablet, estando disponível para iOS e Android.



ITU

Dona Maria Bolacha inaugura espaço

No último dia 1º de dezembro, a empresária Jeanny Cavalcanti inaugurou o espaço reformulado de seu café e doceria. O open house contou com a presença de convidados, familiares e clientes da confeitaria já tão tradicional em Itu e região.



- 📍 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
 E-mail: comercial@orionsites.com



FÉRIAS

COM O PET

Lembre-se, nosso hospital veterinário conta com os melhores especialistas em animais silvestres e felinos. Só no Ariza você encontra tudo para a saúde e o bem estar do seu pet! Agende uma consulta!



ALFREDOLIBERTO.COM.BR



Desde 1993

(11) 4023.2898 (11) 99944.2941 

Praça Lions, 42 – Chafariz / Itu-SP

www.ariza.com.br  



Fotos: Felipe Rubinetto



SALTO

Casa 5 promove palestra

O grupo Casa 5, formado por empresas de Salto, promoveu no último dia 04 de dezembro, na Casa e Quintal, a palestra "Alimentação Saudável", com a dra. Wlamar Alves. O evento reuniu convidados e empresários.



Fotos: Arzomo Valini e Divulgação

SALTO

Jantar Italiano da Apae

No dia 1º de dezembro, a Apae de Salto promoveu a quinta edição de seu Jantar Italiano. O evento beneficente, realizado no Salto Plaza Hotel, reuniu grande público e contou com show de Ricardo Bombarda.





circulando

ITU

Pérola Negra promove coquetel alto verão 2019

A Pérola Negra, loja em Itu, recebeu clientes e convidadas especiais para um coquetel de lançamento da coleção alto verão 2019. O evento, que aconteceu no último dia 29 de novembro, apresentou coleções das marcas Natural Basic e Dzarm no espaço da boutique, onde as clientes puderam conferir todas as novidades.

fotos: Fábio Navarro e Giselle Scaramelli



fotos: Giselle Scaramelli e Divulgação



ITU

Livro "Italianos em Itu" é lançado no Quartel

O livro "Italianos em Itu - da imigração à atualidade" foi lançado, em Itu, no último dia 30 de novembro. O evento aconteceu no auditório do Quartel e contou com a presença de muitos convidados, entre eles, os 85 autores do livro que traz 90 histórias de famílias de origem italiana que vivem na cidade. A antologia foi organizada por Edson Carlos de Oliveira, Maria de Fátima Boni Oliveira e Vilma Pavão Folino.



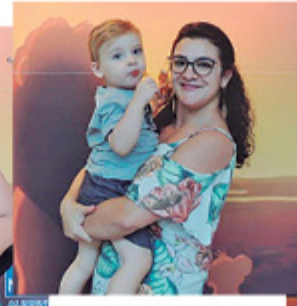
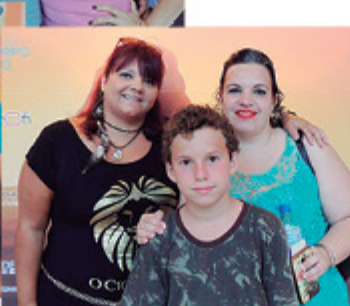
circulando



SALTO

Festival Girassol

A edição 2018 do Festival de Danças Girassol Studio Dance aconteceu nos últimos dias 15 e 16 dezembro. Com direção de Marta T. Bigão Francisco, o festival teve como tema "O Ciclo Sem Fim", com a história de "O Rei Leão" e envolveu diversos artistas entre bailarinos, atores e alunos da Girassol.



Hidratação, Nutrição ou Restauração:

Venha tratar seus cabelos com a equipe Feminine e Wella



Feminine

HAIR

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



R LIFESTYLE + viva bem

viagem | lifestyle | casa | decoração | bem estar | comportamento | guia saúde



OÁSIS VERDE

NO APLICATIVO: Baixe nosso aplicativo e confira a reforma de uma casa que teve como meta ampliar a área de convivio, privilegiar o verde e até mesmo uma horta em plena capital.

ÍNDICE

- pág. 58 diário de viagem
- pág. 61 dicas da leila
- pág. 62 casa
- pág. 64 saúde e beleza
- pág. 66 bem estar
- pág. 70 guia saúde

Escolha o filtro solar correto

NO SITE E APP: Confira em nosso site e aplicativo, as dicas de dermatologistas sobre como escolher o filtro solar correto para esta temporada de verão.



Arquivo/BRF



O fascinante e colorido Marrocos

Visitar o Marrocos permite explorar lugares diferentes em seus mínimos detalhes, mergulhar na rica história de monumentos e personagens e apreciar paisagens únicas. O país é um dos únicos pontos que permite que Europa e África quase se toquem. Graças a esta localização estratégica, na passagem entre o Atlântico e o Mediterrâneo, o Marrocos, em sua história, passou por colonizações portuguesa, espanhola e francesa. As marcas ainda estão vivas. Tanto que, além do oficial árabe, o espanhol, no norte, e o francês, no centro e no sul, estão entre as línguas mais faladas do país.

Por estar muito próximo – a poucas horas – das capitais europeias, há sempre uma escala entre Brasil e Europa nos voos das principais companhias aéreas brasileiras. Que tal, então, aproveitar alguns dias nesse país vibrante, exótico e colorido? Prepare-se para ser surpreendido com os inúmeros contrastes, já que seu pequeno território abriga desertos, montanhas e praias. O Islamismo é a religião predominante. Com mesquitas espalhadas por todo o país, acabamos nos habituando a ouvir o “chamamento” para reza, cinco vezes ao dia.

Nos locais tidos como sagrados existe um *dress code* especial. Ao visitar mesquitas que permitem entrada de não-muçulmanos, mulheres precisam estar com roupas que cubram seus pulsos e tornozelos. Para as mais desavisadas, em cidades movimentadas como Casablanca, há pessoas vendendo lenços e vestidos nas portas desses templos.

Por falar em religião, o Ramadã é o nono mês do calendário islâmico. Durante este período, os muçulmanos praticam jejum do nascer ao pôr do sol. Para turistas e viajantes, o principal impacto é em termos de horários e, eventualmente, algum congestionamento em meios de transporte locais, uma vez que muitas pessoas aproveitam essa época para visitar familiares em outras cidades. Em lugares turísticos, os restaurantes continuam funcionando durante o dia, mas isso é mais difícil de acontecer em vilarejos remotos.



fotos: Arquivo pessoal e AdobeStock

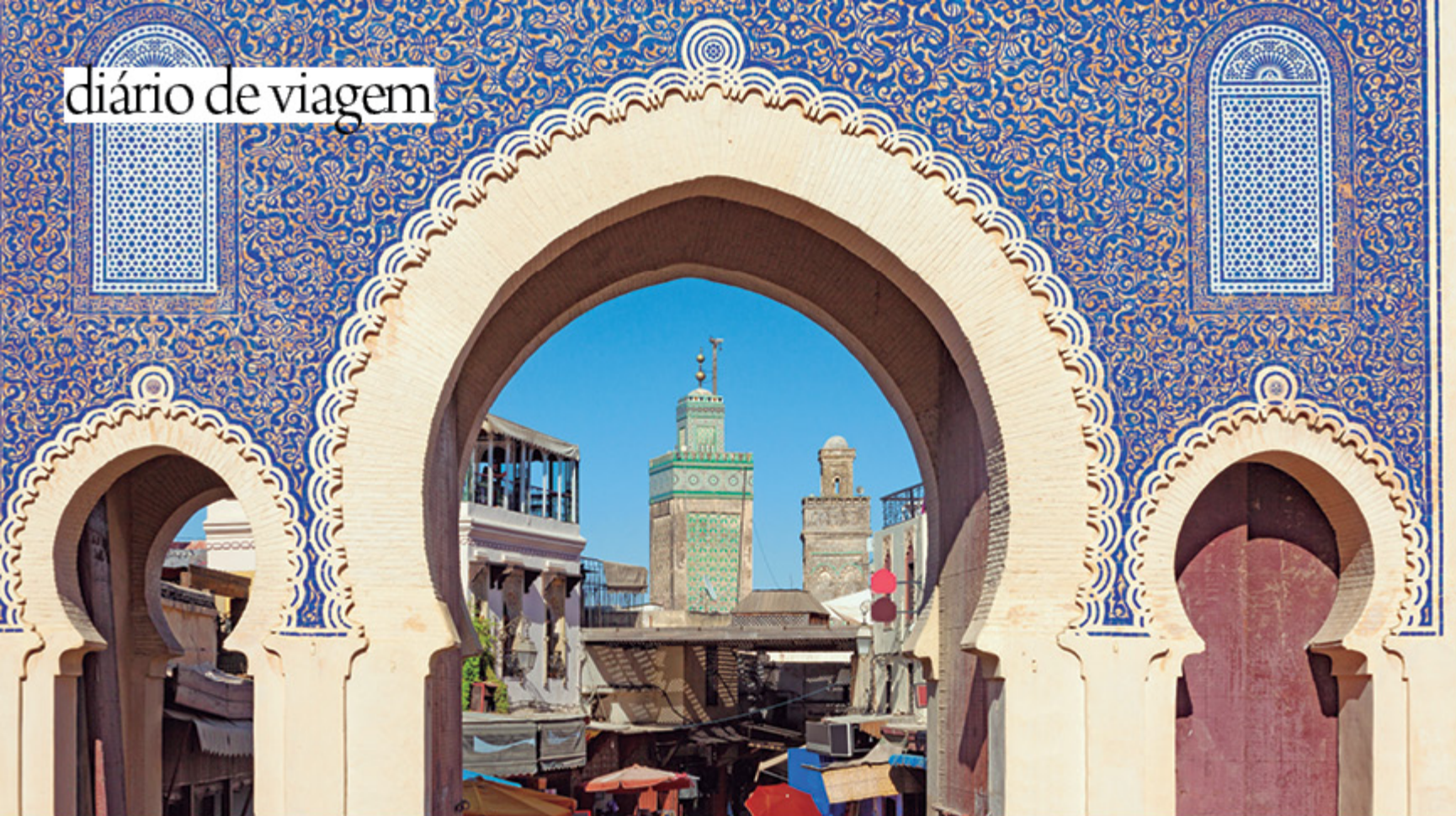




fotos: Arquivo pessoal e AdobeStock

As lindas paisagens, as mesquitas imponentes, os temperos exóticos e a junção de culturas são apenas alguns dos motivos para conhecer o Marrocos





A Festa do Sacrifício ou “Eid al-Adha” é a mais importante do calendário islâmico e coincide com o fim do Ramadã. Os festejos duram dois dias e todas as famílias muçulmanas sacrificam um cordeiro, cuja carne é distribuída para família, amigos e aos mais necessitados. Estar no Marrocos durante essa celebração é uma experiência extraordinária, mas é preciso estar ciente dos costumes durante essa época.

Aliás, tenha em mente que o Marrocos é um país muçulmano e para eles a sexta-feira é um dia sagrado. Portanto, muitas atrações podem estar fechadas. Fique atento e organize seu roteiro já pensando nesse cenário.

Uma curiosidade que aprendi no tempo que estive nesse exótico país é que lá é o verdadeiro paraíso dos gatos. Há felinos sem-teto por todo lado nas terras marroquinas. Eles são muito dóceis e estão acostumados a interagir com pessoas de forma natural. Nas grandes cidades, os habitantes dão uma grande atenção aos bichanos, sempre alimentando-os e cuidando para que vivam bem.

Marrakech é a cidade mais visitada, ideal para absorver e

vivenciar ao máximo a cultura local. Tem ótimos hotéis e riads, típica residência marroquina, onde é possível se hospedar; deliciosos restaurantes; vida noturna agitada e os curiosos souks, que são os mercados árabes, onde pechinchar é obrigatório!

A primeira impressão que temos da cidade é de caos, já que pedestres, motos e carros dividem o mesmo espaço pelas ruelas, se misturando ao comércio desordenado. Mas tudo isso faz parte do encanto do país.

Fez, Menes, Rabat e Casablanca também são cidades bastante procuradas pelos turistas. Uma experiência muito interessante é passar uma noite no deserto, em um acampamento sob as estrelas.

As lindas paisagens, as mesquitas imponentes, os temperos exóticos e a junção das culturas árabe, berbere e europeia são apenas alguns dos motivos para ir até o Marrocos. Mas vá de mente e coração abertos, se deixe encantar pela mistura de aromas, sabores, cores e ritmos desse país africano.

José Carlos Vitale é operador de turismo e esteve no Marrocos em 2012 e 2016.

Visitar o Marrocos permite explorar lugares diferentes em seus mínimos detalhes, mergulhar na rica história de monumentos e personagens e apreciar paisagens únicas



por LEILA SCHUSTER

fotos: Divulgação



Studio Bag Todas querem

Considerada objeto de desejo, a bolsa queridinha do momento acaba de desembarcar no Brasil, porém, apenas dez peças numeradas circularão por aqui. A Ferragamo Studio Bag tem produção limitada, foram confeccionadas 95 unidades em alusão ao aniversário da loja Hollywood Boot Shop, inaugurada em 1923 na Califórnia. Esta é a primeira coleção de bolsas desenvolvida por Paul Andrew, diretor criativo da grife Salvatore Ferragamo. A it bag será vendida no Brasil por R\$ 11.500 nas cores prata ou tricolor (caramelo, preto e branco).



O palácio de Copacabana agora é da Louis Vuitton

O icônico hotel Copacabana Palace foi recentemente vendido em uma transação bilionária ao grupo francês LVMH, que adquiriu a rede hoteleira Belmond pelo valor de US\$ 3,25 bilhões. Além do Copacabana Palace, a rede possui outros 46 hotéis de luxo espalhados pelo mundo. Inaugurado em 1923 na emblemática avenida Atlântica, tornou-se símbolo de elegância na cidade maravilhosa e um dos hotéis mais famosos do Brasil. Por lá passaram estrelas do cinema, príncipes e chefes de Estado. Como a holding LVMH é detentora das marcas de luxo Louis Vuitton, Christian Dior, Guerlain, dentre outras, será que o nosso famoso hotel será palco para o mundo fashionista?



Peixes e porcos

Que tal passar uns dias de verão em total sintonia com a natureza? Sol, mar e... porcos nadadores. O programa faz o maior sucesso entre os turistas que viajam até as Ilhas Exumas, nas Bahamas, a fim de nadar com os porcos nativos. A Pig Beach, ou Ilha dos Porcos, tem cenário paradisíaco com águas cristalinas e porcos silvestres que recepcionam os turistas assim que desembarcam nas areias brancas do local. As Exumas também atraem os amantes de esportes aquáticos, já que o local é considerado um dos melhores destinos para a apreciação da vida marinha, ideal para a prática de mergulho e snorkeling.



Por uma vida mais saudável

Por uma população mais saudável, a indústria alimentícia alemã promete reduzir gradualmente os níveis de açúcar, sal e gordura dos alimentos processados. A ideia é combater o sobrepeso da população, especialmente em crianças, tornando a população mais saudável até 2025. Ótima iniciativa!

> Gostou?

Inscriva-se no meu canal do Youtube para saber de todas as minhas descobertas ao redor do mundo. www.youtube.com/leilaschuster e também no Instagram [@leilaschuster](https://www.instagram.com/leilaschuster)

Três projetos inspiradores para o verão



A estação das altas temperaturas chegou e nada melhor que estar em ambientes especiais para usufruir dos prazeres do verão. Conheça três projetos que são inspirações para desfrutar os dias quentes entre família e amigos com muito conforto e sofisticação:



Varanda com espaço de um lounge para aproveitar bem a integração entre o interno e o externo. A presença de fibra envelhecida, madeira natural, tecido aquablock cru e vasos em aço corten com plantas naturais trouxeram um ar leve a bem aproveitado ao ambiente. As lanternas e a mesa lateral que imitam um tronco de madeira possibilitaram flexibilidade de uso.

projeto: **Caroline Andrusko Arquitetos**



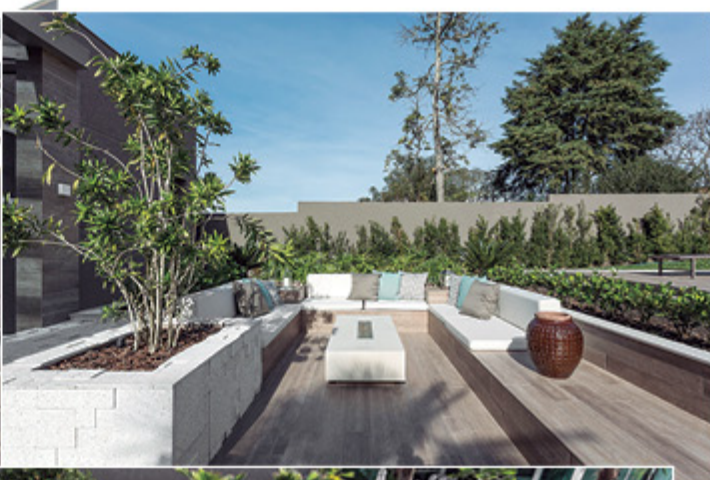
Um projeto contemporâneo de área externa de prédio, que une área gourmet, estar externo, piscina, banheiros e depósitos.

Os espaços são utilizados por três famílias, que podem aproveitar os momentos em ambientes integrados.

As cores predominantes são os tons de off white, que deixam a composição mais neutra e mais aconchegante; além dos tons terrosos – com o uso de acabamentos madeirados, que aquecem os ambientes.

Na iluminação, há bom aproveitamento da luz natural através de grandes aberturas. A iluminação artificial foi pensada para ter o equilíbrio entre a luz direcionada e a luz indireta: assim, pode-se escolher a iluminação mais apropriada à situação, podendo-se ter bastante luz ou meia luz.

projeto: **Caroline Andrusko Arquitetos**



Fotos: Eduardo Mecenas

O projeto de área externa criada para família e amigos teve como conceito principal a integração com a área gourmet. A composição de tons claros e madeira foi escolhida para trazer conforto e aconchego, enquanto a utilização de espelhos d'água trouxe o elemento para área externa sem piscina.

A criação de diferentes níveis possibilitou a setorização do espaço em áreas de estar, gourmet e varanda, e a utilização de lareiras e vegetação de maior porte caracterizou o ambiente como área externa e de lazer.

A composição é de tons claros, madeira e uso de cores através dos objetos e itens soltos, como, por exemplo, almofadas, para criar um ambiente atemporal, aconchegante e com características de espaço externo.

projeto: **Caroline Andrusko Arquitetos**



PARA A CASA
DA SUA VIDA

MÓVEIS DOS
SEUS SONHOS

LOJA CAMPOS
planejados
MÓVEIS RÚSTICOS E DECORAÇÃO

e-mail: camposplanejado@uol.com.br

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

 [lojacamposplanejado](https://www.instagram.com/lojacamposplanejado)

DOENÇAS DO VERÃO

A estação mais quente e úmida do ano é ideal para a ocorrência de desagradáveis enfermidades como dengue e conjuntivite; conheça as doenças mais comuns e saiba como se prevenir

Para evitar males do verão, como a insolação, tome cerca de três litros de água por dia e aplique protetor solar antes de se expor ao sol

Com o verão inteiro pela frente, são necessários maiores cuidados com a saúde, uma vez que as temperaturas elevadas proporcionam condições ideais para a ocorrência de desagradáveis doenças virais como dengue, chikungunya, zika e até mesmo conjuntivite. Além destas, é preciso se atentar também a problemas como desidratação, insolação, micoses e intoxicação alimentar. Saiba um pouco mais de algumas destas enfermidades e seus possíveis tratamentos. E lembre-se: caso sintomas destas ou de outras doenças apareçam e se intensifiquem, é necessário buscar cuidados médicos, sempre evitando a automedicação.

- **INSOLAÇÃO:** Ocorre mediante exposição prolongada a ambientes quentes e secos, envolvendo geralmente contato direto com a luz solar. O distúrbio provoca um mal-estar generalizado, febre alta, pele avermelhada e seca, pulsação acelerada, falta de ar, enjoos, tonturas e possíveis desmaios. Para evitar esses males, tome cerca de três litros de água por dia e aplique protetor solar antes de se expor ao sol, repassando, se possível, a cada duas horas, sempre com a pele seca.

- **DESIDRATAÇÃO:** É quando o corpo perde, de forma excessiva, líquidos e sais minerais (mais de 2,5 litros de água por dia) por meio da saliva, suor, urina e fezes. Isso pode acontecer por meio de transpiração excessiva, diarreia ou vômitos. Quando desidratada, a pessoa sente uma sede intensa, fica com os olhos, mucosas e boca secas, passa longos períodos sem urinar e aumenta a irritabilidade.

- **MICOSES:** São infecções dermatológicas causadas pela proliferação de fungos em algumas partes do corpo. As regiões comprometidas pelas micoses apresentam coceira constante, irritação, vermelhidão e ressecamento. Uma forma de evitá-las é manter todas as dobras do corpo higienizadas e secas, não compartilhar toalhas e calçados com terceiros, não vestir sapatos fechados em dias muito quentes e não andar descalço em ambientes públicos.

- **DENGUE, CHIKUNGUNYA E ZICA:** O aedes aegypti, mosquito responsável pela transmissão dos três vírus, se reproduz preferencialmente em ambientes quentes e úmidos, característicos do verão. De forma a ficar longe deste risco, é importante acabar com todo foco de reprodução do mosquito.

Além disso, o uso de repelentes contra insetos pode evitar picadas que possam transmitir o vírus.

- **INTOXICAÇÃO ALIMENTAR:** As infecções gastrointestinais podem ter origem bacteriana ou viral e normalmente são originadas por conta da ingestão de comidas mal conservadas ou mal higienizadas. Especialistas explicam que essas intoxicações costumam provocar náuseas, diarreias e vômitos.

- **CONJUNTIVITE:** É a inflamação da conjuntiva – membrana que reveste o globo ocular. A doença pode ter como origem agentes tóxicos, alergias, bactérias ou vírus. Durante o verão, a mais comum é a bacteriana, uma vez que as bactérias causadoras se propagam na água.

OS RISCOS DO CÂNCER DE PELE

Por se tratar de uma doença silenciosa, é importante ficar atento a sinais do câncer de pele, como pintas, eczemas, lesões, uma crosta central e que sangra facilmente, uma pinta preta ou castanha que muda de cor, pinta com bordas irregulares, pinta que aumenta de tamanho, mancha ou ferida que não cicatriza, etc. Recomenda-se consultar um dermatologista uma vez ao ano, no mínimo, para um exame completo. O câncer de pele corresponde a cerca de 30% de todos os tumores malignos registrados no país e está dividido em dois tipos: melanoma e não-melanoma. Se detectado precocemente, pode ser curado.

CÂNCER DE PELE NÃO-MELANOMA: É mais comum em pessoas com mais de 40 anos e raro em crianças e negros, com exceção daqueles já portadores de doenças cutâneas. De acordo com o Inca (Instituto Nacional de Câncer) é o de maior incidência e mais baixa mortalidade, porém se não tratado adequadamente pode deixar mutilações bastante expressivas. Apresenta altos percentuais de cura se for detectado e tratado precocemente.

CÂNCER DE PELE MELANOMA: Representa apenas 3% das neoplasias malignas do órgão. É o tipo mais grave, devido à sua alta possibilidade de provocar metástase (disseminação do câncer para outros órgãos). Este câncer está muito ligado à hereditariedade, por isso, familiares de pacientes diagnosticados com a doença devem se submeter a exames preventivos regularmente.

COMECE O ANO NOVO CUIDANDO DA SAÚDE DA SUA FAMÍLIA

**CONTRATE
UM PLANO
UNIMED SALTO/ITU
E VIVA 2019
TRANQUILO**

Responsável Técnico: Dr. Arnaldo Passafiumi Neto | CRM 55681

ANS - n° 346276

VENHA JÁ PRA UNIMED

20% de desconto nas **3** primeiras mensalidades



Entre os dias 07/01 e 28/02/2019, ao contratar os planos de saúde pessoa física Unimed Salto/Itu, você terá 20% de desconto nas 3 primeiras mensalidades, e cuidará da saúde da sua família com o melhor plano de saúde da região.

INFORMAÇÕES | Departamento Comercial
Salto | (11) 4602-8130 / 4602-8160
Itu | (11) 4013-9595 / ramal 9537

somos
CCOP

Unimed 
Salto/Itu



Sucos naturais são excelentes para hidratar o corpo

fotos: BRF



A reposição de água e sais minerais é essencial durante o verão

5 dicas para evitar intoxicação no verão

Sol, calor e férias escolares: é no verão que muitos não resistem à tentação de ir à praia e aproveitar este período em frente ao mar. Com o clima de despreocupação, o cuidado com a alimentação pode ficar um pouco de lado, quando recorremos a alternativas menos saudáveis na hora de matar a fome – inclusive por conta da comodidade, já que não é raro encontrarmos ambulantes e quiosques com cardápios recheados por pastéis, espetinhos, porções fritas e salgadinhos, além da ampla variedade de bebidas doces, gaseificadas e alcoólicas. Todo esse cenário pode colocar a saúde digestiva em risco: o consumo em excesso desses alimentos pode agredir a mucosa do estômago e o consumo de bebidas alcoólicas aumenta o nível de acidez do suco gástrico, podendo provocar gastrite e, em casos mais graves, úlcera. Por isso, frituras, alimentos industrializados, enlatados, café, chocolate, pimenta, bebidas alcoólicas e açúcar devem ser ingeridos com moderação. Além da gastrite, outro problema recorrente nessa época do ano caracteriza-se pela infecção intestinal ou gastroenterite aguda, cujos sintomas são diarreia e, em casos mais intensos, vômitos e febre. A infecção, em geral, é causada por água ou verduras contaminadas, e por intoxicação alimentar, originada por comidas deterioradas devido ao calor. O contágio acontece pelo ar e por alimentos, objetos ou mãos contaminadas. A bactéria mais comum é a conhecida Salmonela. Dr. Tomazo Franzini, diretor da Sociedade Brasileira de Endoscopia Digestiva, dá dicas para que essas condições sejam evitadas, sobretudo nas épocas mais quentes do ano. Confira:

- TEMPERATURA ADEQUADA: É fundamental atentar-se ao armazenamento dos alimentos em temperatura adequada, sempre buscando por escolhas que agridem menos a saúde digestiva. Não os deixe fora da geladeira por muito tempo e, quando viajar, leve-os em caixas de isopor ou bolsas térmicas;

- EVITE ALTERNATIVAS PRÉ-COZIDAS: Ou seja, se possível, evite aqueles itens já assados ou fritos – após a cocção, não há mais nenhuma etapa para eliminação de bactérias e, com o passar do tempo e o calor, as chances de estragar são maiores;

- PRÁTICOS E SAUDÁVEIS: Caso não possa manter a refrigeração adequada, leve frutas frescas e secas, e biscoitos de polvilho. No caso de sanduíches naturais, eles precisam ser bem conservados, servindo como fonte de proteína – melhor deixar sem molho;

- FIQUE BEM HIDRATADO: Principalmente no calor, é indicado que se beba bastante água, sucos naturais e água de coco, por exemplo. Se for comprá-los na praia, observe se o lacre não está violado e se a validade está dentro do prazo. Nunca beba água da torneira;

- RECONHEÇA A CONTAMINAÇÃO: Impossível levar suas próprias comidinhas para a praia? Então fique de olho nos ambientes e nos funcionários. Veja se os cabelos estão presos, se os aventais estão higienizados e a limpeza dos recipientes. A contaminação pode ser física, química e biológica. No primeiro caso, é visível: há presença de impurezas no prato, como pedras, areia ou cabelo. Quando química, acontece em decorrência da presença de produtos contaminantes, como inseticida; a biológica é causada por fungos, bactérias e vermes.

Altas temperaturas provocam mudanças no organismo

A elevação das temperaturas, com a chegada do verão, implica em mudanças no organismo. A homeostasia, mecanismo que possibilita o organismo funcionar entre 36 e 37 graus Celsius, ativa diferentes mecanismos para manter essa condição. Entre eles, como explica a clínica geral Lígia Brito, a perda de líquido pelo suor. Apesar do processo ser algo natural, a não recuperação dessas substâncias pode acarretar em sintomas como queda de pressão, tontura, mal estar e até mesmo desidratação. Segundo a médica, a hidratação e a alimentação são dois pontos importantes para evitar situações piores, como os desmaios. A reposição da água e sais minerais perdidos pelo suor não pode ser feita de qualquer maneira. Lígia Brito alerta que os isotônicos, ricos em sódio e potássio, devem ser utilizados somente por atletas. “Os isotônicos são indicados somente para quem faz exercício, pois nesta situação ocorre maior perda de sais minerais. Já o consumo em excesso, por quem não pratica atividade física, pode acarretar em um aumento de pressão”, reforça. A maneira mais saudável de repor esses componentes é pela ingestão de água, frutas, legumes e verduras. “O consumo de água e desses alimentos é fonte de boa parte dos sais minerais necessários para o organismo”, finaliza a profissional.

Xô barulho de motorzinho, xô medo de dentista!

Se você é uma daquelas pessoas que suam frio só de pensar no barulho do motorzinho do dentista, fique tranquilo... você não está sozinho. Muitos estudos tentaram quantificar qual a porcentagem da população sofre de algum grau de ansiedade ao visitar o dentista, e, apesar de não haver um consenso, estima-se que 50% da população sofra algum grau de ansiedade e que 11% sofra da fobia específica, odontofobia.

Uma tese de doutorado de Universidade de Cotemburgo – Suécia revelou que o medo do dentista está associado a uma pior saúde bucal e maior grau de insatisfação com a estética dental, o que parece óbvio, já que quanto maior o medo, mais as pessoas retardam a ida ao profissional.

Muitas pessoas relatam que o simples barulho do motorzinho ouvido da sala de espera já é o suficiente para desencadear sudorese, taquicardia, tremor e um estado geral de ansiedade.

Para resolver esse problema, empresas do ramo odontológico lançaram um motor que não usa o ar comprimido para fazer a broca girar, logo não faz aquele conhecido ruído. Trata-se de um motor elétrico, seu som é semelhante a um sopro, além disso, a vibração produzida por ele é muito menor, o que proporciona um conforto muito maior para o paciente e um controle técnico muito maior para o dentista. O paciente aqui sai ganhando duas vezes, pois recebe um trabalho com alto grau de excelência e ainda com um conforto muito maior.

ALGUMAS OUTRAS DICAS PODEM AJUDAR A VENCER O MEDO:

- Escolha um profissional que combine com você. É importante confiar no profissional, principalmente se você já teve alguma experiência anterior desagradável.
- Fale sobre seus medos. Hoje muitos dentistas estão preparados para lidar com ansiedades dos clientes; por isso, logo na primeira consulta é importante expor receios e inseguranças.
- Não tenha vergonha de ter medo. O medo de dentista é um problema frequente. Você não está sozinho!
- Vá ao dentista com tempo. Em geral, marcar um horário quando estiver menos sobrecarregado ajuda a chegar ao consultório mais relaxado.
- Você pode pedir ao dentista que lhe explique cada passo do tratamento; geralmente, o fato de sentir que tem a situação sob controle pode ajudar a sentir-se mais seguro.
- É recomendável fazer, no mínimo, duas consultas de rotina por ano. Esta assiduidade, somada a uma higiene bucal correta, costuma reduzir a necessidade de intervenções mais invasivas.

A dra. Flávia Italiani Shiratori, o dr. Fábio Shiratori e sua equipe estão preparados para ajudá-lo neste desafio e já possuem a tecnologia do motor elétrico.



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

SEU ENCONTRO



VISTA EXTERNA

CASA DE CONVIVÊNCIA
PARA A TERCEIRA IDADE

Atividades Para Toda Hora



INTERAÇÃO



FISIOTERAPIA
PREVENTIVA



OFICINA DE
ARTES



CONTAÇÃO DE
HISTÓRIA



BANHO DE
SOL



OFICINA DE
DANÇA



ATIVIDADES
FÍSICAS



HORA DA
MÚSICA



YOGA



HORTA E
JARDINAGEM



OFICINA DE
MEMÓRIA



OFICINA DE
TECNOLOGIA



BINGO



JOGOS DE
MESA



MUSICALIZAÇÃO



11 95825-5049



11 4021-4590



atendimento@seuencntro.com.br
www.seuencntro.com.br



Av. 9 de julho, 1760
Blocos III e IV
Vila Roma - Salto/SP



ESPAÇO INTEGRAÇÃO



ESPAÇO ACONCHEGO



RESILIÊNCIA

*“Reconhece a queda e não desanima!
Levanta, sacode a poeira
E dá a volta por cima.”*

A no Novo, novas expectativas, novos planos, novos sonhos... E assim, iniciamos novos ciclos: revemos nossas atitudes, celebramos nossas vitórias, analisamos nossos erros, buscamos novos caminhos...

Recentemente, assistindo ao vivo a interpretação da música “Volta por Cima” com Maria Betânia e Zeca Pagodinho, peguei-me refletindo sobre a importância da resiliência em nossa rotina.

Para aprender a lidar com os altos e baixos da vida torna-se fundamental aprimorarmos a nossa capacidade de resiliência.

Resiliência é um termo empregado na física para designar a propriedade que alguns corpos representam de retornar à forma original após serem submetidos a uma deformação.

Na Psicologia, resiliência vem a ser a capacidade do ser humano de adaptar-se a mudanças, superar obstáculos, lidar com problemas, resistir à pressão de situações que envolvem stress, trauma, conflitos, buscando soluções estratégicas para enfrentar as adversidades, sem entrar em surto ou desequilíbrio psicológico, emocional ou físico.

As pessoas resilientes são mais propensas a assumir riscos. Com uma visão mais otimista da vida, desenvolvem e mantêm relações saudáveis com outras pessoas. São capazes de desenvolver maior autoconfiança, gerenciam de forma eficaz os desafios, são proativas e encaram as dificuldades com naturalidade.

Manter-se flexível permite às pessoas praticar a resiliência, ajustando os seus objetivos e buscando diferentes formas de se adaptar aos desafios que a vida nos impõe. Diante de experiências negativas também podemos exercitá-la, concentrando-se em extrair lições desses episódios, ao invés de simplesmente assumir o papel de vítima. Pessoas resilientes buscam soluções para os seus problemas e não permitem que a negatividade impere.

A resiliência também se constrói na relação com nossos pares, quando ao invés de nos isolarmos, aceitamos o apoio daqueles que se dedicam a nos auxiliar.

Há também inúmeras outras formas de desenvolver a nossa capacidade de resiliência. Buscar formas de expressar nossas emoções e aliviar nossas tensões são grandes exemplos de como podemos praticá-la.

Praticar atividades que nos dão prazer também fortalece nossa capacidade de resiliência. Ler, escrever, desenhar, cantar, dançar, meditar, fazer terapia, são alternativas que favorecem o autoconhecimento e, por consequência, desenvolvem a resiliência.

Há, ainda, mais alternativas: realizar atividades que tragam significado para nossas vidas; doar mais tempo à família; realizar um trabalho voluntário; fortalecer vínculos



Felipe Rubimato

Julyany Rodrigues Gonçalves

Psicóloga, Especialista em Gestão de Pessoas,
Neuropsicologia e Psico-Oncologia.

Atendimento clínico:

Rua 7 de Setembro, 494 - Centro - Salto

Telefone: (11) 4456 2019

WhatsApp: (11) 99545 8804

com aqueles que fazem diferença em nossas vidas; lutar pelos nossos princípios e valores; demonstrar gratidão pelas inúmeras conquistas que acumulamos ao longo de nossas vidas.

Não podemos nos esquecer de que nossa capacidade de resiliência também está relacionada ao autocuidado. Cuidar da saúde, praticar hábitos saudáveis, ter orgulho de nossas habilidades, acreditar em si mesmo, manter o senso de humor.

Sorrir! O riso fortalece a imunidade, auxilia no controle das emoções, facilita a interação com outras pessoas.

Cuidar de si mesmo é ampliar a nossa capacidade de resiliência, aprender com nossos erros, encarar e superar os nossos desafios.

Profissionais da saúde: DENTISTAS



Dr. Adolfo Embacher Filho
Cirurgião Dentista, Especialista em Prótese Dental, Especialista em Implantodontia pelo CFO, Professor de Implantodontia da EAP-ACDC, Doutor em Cirurgia e Traumatologia BMF. CRO- SP 15.625

Rua Madre Maria Basília, 620, Vila Nova, Itu (11) 4024-3127 (11) 4024-0514 www.nato.com.br



Dr. Fábio Colhado Embacher
Especialista em Implantodontia
CRO-SP 79.180

Rua Madre Maria Basília, 620, Vila Nova, Itu (11) 4024-3127 (11) 4024-0514 www.nato.com.br



Dra. Flávia Italiani Shiratori
Cirurgiã Dentista pela USP - Bauru; Doutora em Estomatologia e Biologia Oral pela USP - Bauru; Pós graduada em Periodontia, Implantodontia e Cirurgia Avançada. CROSP 85.290

CLÍNICA: ITALIANI SHIRATORI - Odontologia Estética
Rua Padre Bartolomeu Tadei, 534, Itu
Tel.: (11) 4023-2202
WhatsApp: (11) 97629-1533



Dr. Fabio Kenji Shiratori
Cirurgião Dentista pela USP - Bauru; Especialista em Prótese Dentária pela PROFIS - Bauru; Mestre em Reabilitação Oral pela USP - Bauru. CROSP: 85.279

ITU: Rua Padre Bartolomeu Tadei, 534, Tel.: (11) 4023-2202
WhatsApp: (11) 97629-1533
SÃO PAULO: Clínica Portal do Sorriso: Rua Cristiano Viana, 401, 5º andar, Pinheiros



Dr. André Cassani Lopes
Especialista em "Ortodontia e Ortopedia Facial" - USP Bauru
CRO 39739

Rua Piauí 325 - Bairro Brasil - Itu
(11) 4022-7177
(11) 97427-0063 WhatsApp



Dr. Renato Villin Prado
Cirurgião Dentista
Implante e Prótese
CRO 35138

ITU: Sisoltu
Odontologia Especializada
Rua Piauí, 167 Bairro Brasil
Telefone: (11) 4022-0442



Dr. Guilherme A. C. Nizzola
Periodontia, Cirurgia Plástica Gengival e Clínica Geral.
CRO 115.311

Rua Santa Rita, 1.145 - Centro - Itu
(11) 4022-1346
(11) 4022-6581



Dr. Eduardo Loures Filho
Endodontia, Estética, Implantes e Próteses.
CRO-SP 73.922

Rua Agenor Corrêa L. de Campos, 529, Bairro São Luiz, Itu (11) 4025-1428 (11) 99994-9888 Whatsapp



O Ariza terá um grande trabalho social a partir deste ano com a inauguração de sua unidade 3, que será a Ariza Social, uma ONG para atendimento gratuito

Ariza inaugura mais duas unidades de Hospitais para pets em Itu

Dois hospitais para pets serão inaugurados pelo Ariza, em Itu, esse ano, sendo um deles uma ONG para atender pets de pessoas de baixa renda

Previsto para inaugurar no primeiro trimestre de 2019, a segunda unidade do hospital Ariza, em Itu, contará com atendimento 24 horas, assim como o primeiro, mais uma série de novidades e novos serviços. O Ariza unidade 2 está localizada no Novo Centro e tem o dobro do tamanho da unidade 1. O novo hospital é todo equipado com aparelhos fixos, toda aparelhagem de última geração, radiologia digital, diversos pontos de oxigênio e ar comprimido e tudo o que há de mais moderno, se igualando aos melhores centros de diagnósticos do país. Além disso, o hospital ainda contará com um Centro de Hemodiálise, um dos poucos no Brasil e um dos únicos na região; dois centros cirúrgicos, internação específica para animais silvestres e doenças infectocontagiosas, internação para felinos, cães grandes e gigantes. “Teremos toda a estrutura que um hospital de grande porte tem e somos filiados à Associação Brasileira de Hospitais Veterinários”, aponta André Ariza, sócio-proprietário do hospital. O destaque fica por conta da internação compartilhada com o tutor do animal, que poderá dormir com seu pet, que esteja hospitalizado, e terá toda infraestrutura necessária para isso.

Ainda em 2019, o Ariza irá inaugurar sua terceira unidade, no bairro Vila Progresso, também em Itu, mas com o diferencial que essa unidade será uma ONG, chamada Ariza Social. Com projeto já em andamento, a terceira unidade atenderá apenas pets de pessoas de baixa renda. “Pensamos em pessoas de baixa renda, carroceiros e até moradores de rua, pois esses pets também precisam de atendimento e será tudo 100% gratuito”, ressalta o proprietário. A unidade 3 também fará atendimentos clínicos, cirurgias, entre outros procedimentos, e tudo de forma gratuita, com os profissionais das unidades 1 e 2, sempre visando o que for melhor para os animais. Aguarde novidades em 2019 no Ariza!

MAIS: O Ariza (unidade 1) fica na Praça Brasília, nº 42 – Bairro Chafariz – Itu
O Ariza (unidade 2) fica na Rua José Bruni, nº 158 – Bairro Novo Centro – Itu
Já a unidade Ariza Social ficará no bairro Vila Progresso. Aguarde novidades!



O novo hospital é todo equipado com aparelhos fixos, toda aparelhagem de última geração, radiologia digital, diversos pontos de oxigênio e ar comprimido e tudo o que há de mais moderno, se igualando aos melhores centros de diagnósticos do país



girassol
Studio dance

Ballet, Jazz,
Contemporâneo,
Sapateado

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

Fone (11) 4028-0549

www.imobiliariacostarocha.com.br



COSTA ROCHA
Consultoria de Imóveis CRECI 25.664

COMPRA • VENDA • LOCAÇÃO • ADMINISTRAÇÃO



VENDE / ALUGA

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

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

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

Entre... a casa é sua!



Estamos preparando a nossa próxima edição da Regional CASA e DECORAÇÃO, não perca esta oportunidade e divulgue sua marca ou produto! Anuncie!



REGIONAL **casa**

RESERVE SEU ESPAÇO:

Tel.: 11 4028-3128 / 19 98202-1988

Email: editoraclipping@uol.com.br

www.revistaregional.com.br

Studio Coh Merlin | Fotografia
www.cohmerlinfotografia.com



Book Fashion e-commerce Miss-Wedding Família Casal

Horário de Atendimento: 09h00 às 18h00 sábado 09h00 às 13h00
Rua: José Revet, 512 - Sala 1 - Centro - Salto/SP

(11) 2840-0634 (14) 98121-7709 (11) 94155-7210 via

FRAN'S CAFÉ

O MELHOR MOMENTO DO SEU DIA

Suco Detox
Rosa

Suchá
Abacaxi

Suco
Detox Verde

Imagem ilustrativa

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

/franscafeindaiatuba

FRAN'S CAFÉ

ESTILO E ARTE DE SERVIR CAFÉ

nobel nove

Qualidade e Confiança para você e seu carro



Encontre o posto mais próximo de você!

POSTO MARECHAL

Rua Marechal Deodoro da Fonseca
876 • Centro • Salto

POSTO 9 DE JULHO

Rua 9 de Julho, 1990 • Salto

POSTO JD. SALTENSE

Av. José Maria Marquês de Oliveira,
355, Vila Norma • Salto

POSTO SÃO PAULO

Rua 11 de Junho, 1071
Centro • Indaiatuba

Música para ouvir... e ser feliz

*Como diz Arnaldo Antunes naquela canção: “Música para compor o ambiente;
música para escovar o dente; música para fazer chover; música para ninar nenê;
música para tocar novela; música de passarela..., música para estar distante;
música para estourar falante; música para tocar no estádio; música para escutar rádio...,
música pra fazer sexo; música para fazer sucesso; música pra funeral;
música para pular carnaval; música para esquecer de si; música pra boi dormir...”*

Seja qual for o seu ritmo preferido, de clássica a heavy metal, a música é capaz de produzir diversas substâncias que atuam positivamente no cérebro, como a dopamina, neurotransmissor responsável pela sensação de prazer, a mesma de quando comemos ou fazemos sexo. Estudo feito por pesquisadores da Universidade McGill, em Montreal, no Canadá, revelou que a dopamina é secretada antes do prazer associado à música ouvida. Os pesquisadores canadenses descobriram que a música altera o funcionamento do sistema de prazer humano, sendo capaz de provocar mudanças na temperatura da pele, frequência cardíaca e respiração. Os resultados ajudam a entender porque ela tem tanto valor em todas as culturas do planeta, e como é usada com eficácia no marketing ou em filmes para induzir estados de humor do público. Como um prazer abstrato, a música contribuiria, graças à dopamina, para um fortalecimento das emoções, ao estimular noções de espera, de surpresa e de expectativa, atesta o estudo. E aí, qual sua playlist preferida? Entre em nossas redes sociais e comente quais suas músicas preferidas, as que lhe trazem boas recordações e as que lhe dão mais motivação no dia a dia.



**REALIZE SEUS SONHOS
DE VERÃO CONOSCO!**

*Vendemos,
construímos,
reformamos,
instalamos,
fazemos
manutenção em
motores elétricos,
troca de areia e
muito mais.*



Construção Civil

Entre em contato e agende seu
horário (19) 9 9442-4094
Atendemos também aos domingos.

**SHOP PISCINAS
& CONSTRUÇÕES
INDAIATUBA**

Rua Antônio Farinello 256, Vl. Homero
Indaiatuba - SP

Aberto de segunda a sexta das 8h as 19h
e sábados das 9h as 14h

(19) 3885-1047

shoppiscinas2018@gmail.com



**TOLDOS INTELIGENTES
FAÇA CHUVA
FAÇA SOL**



CORTINAS,
PERSIANAS,
TAPETES,
PAPÉIS DE PAREDES,
TOLDOS,
PISO VINÍLICO,
COLCHAS



DAVINCI
DECORAÇÕES

Av. Presidente Kennedy, 1088 - Cidade Nova - Indaiatuba/SP
19 2516.3030 / 19 3392.0763
www.davincidecoracao.com.br