



JOANNA WHITE

FACIAL SPA

TOKYO

AVENIDA ITORORÓ, 285, INDAIATUBA - SP



JOANNAWHITE.JP

fevereiro 2019 ano 16 número 190

REVISTA REGIONAL

15 ANOS

ITU • SALTO • INDAIATUBA • SOROCABA

www.revistaregional.com.br
VERÃO 2019

Isabeli Fontana

A supermodelo numa entrevista especial à Revista Regional

Itu 409 anos

Caderno especial destaca o aniversário da quatrocentona

entrevista

Prefeito de Itu faz balanço dos 2 anos de governo e apresenta projetos para 2019

diário de viagem

O melhor de Buenos Aires



_ITU 409 ANOS

nossa

ARTE,

nossa

CIDADE

_Exposição comemorativa
com obras de arte exclusivas
homenageando Itu.

02/02 a 05/03

**_As obras foram criadas por
artistas convidados:**

*_As obras em
exposição serão
vendidas e o valor
será revertido para
as instituições
atendidas pelo
programa
Anjos do Plaza.*

*Alberto Pezzan
Álvaro Lima
Bixigão
Celso Castro
Conceição Matos
Evandro Schiavone
Fernanda Mendes
Julia Passerani
Maria Cecilia Rossi
Mariana Merlo
Monteiro Prestes
Moro
Nelson Molina
Paulo Lara
Rodney Andrade*

*Apoio:
Lurdinha Perina Ateliê
e Galeria de Arte*

PONTOS EM DOBRO

*No mês de aniversário
da cidade, **os moradores
de Itu ganham pontos
em dobro** no Programa
de Fidelidade!**

*Consulte as condições de participação e o regulamento no site.



0800 77 11011
kia.com.br



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

Trânsito seguro: eu faço a diferença.



ITU.

*A KIA sabe melhor
do que ninguém
quanto 3 letras
podem significar.*

*Uma homenagem
aos 409 anos da cidade
que chamamos de casa.*



The Power to Surprise

TIMES SQUARE WI

HOPE INDAIATUBA

📷 hope.indaiatuba
📘 hope lingerie indaiatuba
📞 (19) 97133-1417

TREND

POR
ISABELLA FIORENTINO



Tecnologia TF POWER®

Proporciona extremo conforto, diminui a vibração muscular e dá liberdade de movimento. Adere ao corpo e traz sustentação e compressão na medida certa - valorizando a silhueta.



TF.COM.BR
#MYTF #TFTRIPS

TRACK & FIELD®

AV PRES KENNEDY, 295 - INDAIATUBA SP

NEW SUMMER COLLECTION

© trackfieldindaia 📘 Track&FieldIndaiatuba 📞 (19) 99951-1421

EST – INDAIATUBA

Av. Pres. Kennedy, 295



MOB

INDAIATUBA

(19) 99996-1962



HAVANNA



Segunda à sábado das 9h às 20h
e Domingo das 12h às 19h

[Havana.indaiatuba](#)
[Havana.indaiatuba](#)

A SAÚDE EM ITU ENTRA EM UMA NOVA ERA.

MAIS ESTRUTURA, MAIS CUIDADO E MUITO MAIS SAÚDE PARA OS ITUANOS

A Saúde de Itu está mais completa. Com as novas unidades municipais em funcionamento, os ituanos possuem melhor infraestrutura assistencial e mais tecnologia para um cuidado integral e efetivo da saúde. É a Prefeitura de Itu zelando pela vida de todos.

- Hospital Municipal de Itu
- Ambulatório de Feridas
- UBS Dona Tonica
- Centro de Diagnóstico Cardiológico

itu 409 anos sem igual





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

CIS: 2 ANOS

SEM MEDIR ESFORÇOS PARA GARANTIR

ÁGUA AOS ITUANOS



Obrigado Itu! A confiança da população foi fundamental para os bons resultados. A Companhia Ituana de Saneamento (CIS) está completando 2 anos com muito orgulho. Desde sua criação Itu conta com mais segurança hídrica, graças ao planejamento técnico da companhia, à responsabilidade do corpo funcional e às obras estruturais que fizeram a diferença na captação, tratamento, armazenamento e distribuição da água.



2 anos trabalhando:

- Adutora Mombaça.
- Manutenção para reduzir a perda de água.
- Construção de novos reservatórios.
- Desassoreamento de represas.
- Reativação de poços.
- Campanhas para consumo consciente.



REVISTA REGIONAL

Ano 16 - número 190
FEVEREIRO-2019

DIRETORES
Renato Lima e Zeca Almeida

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

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

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

COLABORADORES DESTA EDIÇÃO
Reportagens: Ester Jacopetti, Gisele Scaravelli e Rita Vicente
Artigos e colunas: Leila Schuster



NOSSA CAPA

foto: Isabeli Fontana em foto para o Brazil Fashion Forum/Melina Tavares Comunicação

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

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

Ofertas válidas enquanto durarem os estoques.

Sofá Retrátil medido 2,70m
de R\$9.600 por R\$6.720

Cadeira de R\$880
por R\$528

Mesa (Medida 1,50x1,50m)
de R\$5.730 por R\$4.011

Poltrona / de R\$10.590
por R\$4.236

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

bota
fora
até 70% off

MAIOR QUEIMA DE ESTOQUE
DE MÓVEIS E DECORAÇÃO DA REGIÃO
PRONTA ENTREGA E ENCOMENDA

 decoratto

Horário de funcionamento:
09h às 18h30 (segunda a sexta-feira)
09h às 16h (sábado)

  DECORATTOINDAIATUBA



ITU 409 ANOS

22 Bicentenário de morte de Padre Jesuíno do Monte Carmelo

28 Um olhar sobre Itu

38 *Entrevista*

Guilherme Gazzola: 'Nosso legado será fazer o ituano recuperar seu amor pela cidade'

40 Festa de aniversário terá show de Dudu Nobre

42 *Regionais*

CULTURA

44 Pregos, linha, tinta e arte!

46 MAM inicia 2019

'Novas Aquisições'

MODA + Lifestyle

50 True colors

54 *Diário de viagem*

Buenos Aires: voltar!

58 *Dicas da Leila*

por Leila Schuster

60 *Casa*

Dicas para uma casa de praia perfeita

GENTE + Festas

64 *Conversa*

Isabeli Fontana

68 *VIP*

72 *Circulando*

VIVA BEM

82 *Saúde & beleza*

Oito passos para adotar hábitos saudáveis

86 *Guia Saúde*

92 *Final feliz*



Participe, siga e curta a Revista Regional no:



@revista_regional

VENHA EXPERIMENTAR NOSSOS DRINKS

AQUI NO NOVOTEL ITU GOLF & RESORT,
TEMOS COQUETÉIS ESPECIAIS TODOS OS DIAS



PARA MAIS
INFORMAÇÕES

(11)2118-1400

HORARIO DE FUNCIONAMENTO
DOMINGO A QUINTA, DAS 11H00 AS 23H00
SEXTA E SABADO, DAS 11H00 A 1H00.

FAÇA SUA RESERVA ANTECIPADAMENTE.
SUJEITA A DISPONIBILIDADE


NOVOTEL
HOTELS & RESORTS



PÁG. 21

409 ANOS

REGIONAL celebra Itu

Antecipamos nossa edição de fevereiro por um motivo mais que especial: o aniversário de Itu, celebrado dia 02. Você encontrará nas próximas páginas um caderno especial dedicado a esta amada quatrocentona, considerada a “grande mãe” das demais cidades da região. Em seus 16 anos de história, REVISTA REGIONAL sempre comemorou a data com grandes temas, descobertas, imagens e, claro, resgatando a memória desta tão importante cidade, seja ela histórica ou cultural. Este ano, é a vez de lembrarmos o bicentenário da obra do Padre Jesuíno do Monte Carmelo, considerado um dos mais importantes artistas coloniais paulistas, da música a arquitetura. O padre viveu entre 1764 e 1819 e foi o autor de diversas peças sacras e também de pinturas em igrejas da cidade, além do projeto original de construção da Igreja do Patrocínio. REGIONAL revisita sua história e seu legado artístico e cultural para Itu. Nosso caderno especial destaca ainda um ensaio fotográfico da cidade, como sempre costuma fazer em fevereiro, revelando um olhar diferente sobre Itu. Desta vez, publicamos fotos selecionadas no Concurso “Oswaldo Tozzi”, promovido pela Prefeitura. Além das três premiadas, publicamos outras, de forma aleatória, sem ordem de classificação, que estiveram expostas durante o mês de dezembro no saguão do Paço Municipal. Tem ainda uma entrevista exclusiva com o prefeito ituano Guilherme Gazzola, que faz um balanço desses dois anos de gestão, destaca as novas obras, como a inauguração do Hospital Municipal, na Vila Nova, a revitalização do centro histórico, do Mercado Municipal, entre outros projetos. Fevereiro, mês de alto verão, pede o colorido e a leveza da estação na moda. É justamente esse o mote de nosso ensaio, com looks da A.Brand. A estação dita a pauta também da seção Casa, que destaca dicas para ambientar sua casa de praia. Já o caderno Viva Bem traz uma lista de especialista com dicas para você cumprir aquelas resoluções de ano novo. Ainda dá tempo de pensar nisso, temos mais 11 meses pela frente! Nossa capa e entrevista do mês é com a supermodelo Isabeli Fontana, num papo pra lá de especial com a jornalista Ester Jacopetti, em São Paulo. É lembre-se: a REGIONAL não termina na última página desta edição, ela continua durante todo o mês em nosso site, nas redes sociais e no aplicativo. Através de nosso app, você recebe em seu celular diariamente notificações com notícias de cultura, entretenimento, arquitetura, moda, eventos e muito mais. Ainda não tem o seu? Acesse as lojas pelo celular e baixe gratuitamente; é disponível para os sistemas Android e iOS. Aos ituanos de nascimento e de coração, os nossos parabéns pelos 409 anos de sua cidade!

PÁG. 81



PÁG. 49

Que Deus nos abençoe

Renato Lima

Editor responsável

**Nossa maior comemoração
é fazer parte desta festa.**

**Parabéns, Itu!
409 anos**

A MAIOR
FRANQUIA
DE BOLOS
DO PAÍS

+100
SABORES
+300
LOJAS



BOLO #95

Delícia de Leite
com Brigadeiro
e Morangos



ITU - PADRE BENTO

Av. Floriano Peixoto, 33
(11) 4013-4979

ITU - RANCHO GRANDE

Rua Francisco Ernesto Fávero, 109
Praça Júlio de Mesquita Filho
(11) 4023-5494

INDAIATUBA - CECAP

Av. Geraldo Hackmann, 116
(19) 3834-6804

INDAIATUBA - CENTRO

Rua Siqueira Campos, 439
(19) 3894-2610

INDAIATUBA - SOLAR DE ITAMARACÁ

Av. Conceição, 3158
(19) 3801-2554

SALTO - CENTRO

Rua Rio Branco, 736
(11) 4028-3514

sodiedoces.com.br

Você vai se casar ?

Wedding Party

2ª Edição

*Venha vivenciar sua festa de casamento
antes mesmo dela acontecer,*

31 de Março | 16h

50 Casais serão convidados a viver esta experiência!

CADASTRE-SE no site:

www.weddingparty.com.br

Local:



www.estacaobaroneza.com.br

Organização:

Cerimonialista Itú
Assessoria e Cerimonial

www.cerimonialistaitu.com.br

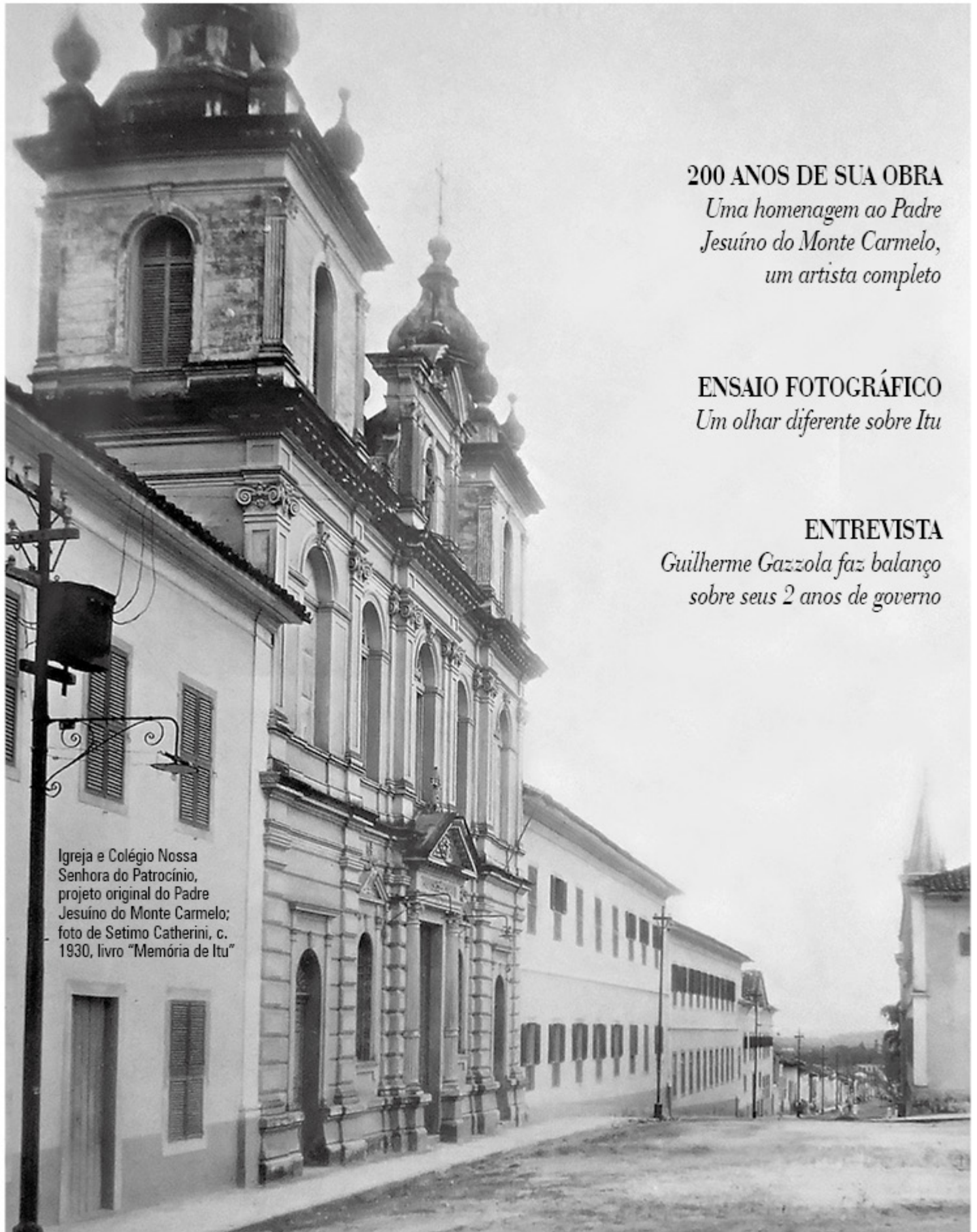


ZANELLA™
COMUNICAÇÃO

www.zanellacomunicacao.com.br

ITU 409

FEVEREIRO 2019



Igreja e Colégio Nossa Senhora do Patrocínio, projeto original do Padre Jesuíno do Monte Carmelo; foto de Setimo Catherini, c. 1930, livro "Memória de Itu"

200 ANOS DE SUA OBRA

Uma homenagem ao Padre Jesuíno do Monte Carmelo, um artista completo

ENSAIO FOTOGRÁFICO

Um olhar diferente sobre Itu

ENTREVISTA

Guilherme Gazzola faz balanço sobre seus 2 anos de governo

Bicentenário de morte de Padre Jesuíno do Monte Carmelo

Um dos mais importantes artistas coloniais paulistas, Padre Jesuíno deixou vasta obra em Itu, que vai da música a arquitetura



Esse ano Itu lembra o bicentenário de morte de seu compositor mais antigo, o Padre Jesuíno do Monte Carmelo (1764-1819), autor de diversas peças sacras e também de pinturas em igrejas da cidade, além do projeto original de construção da Igreja do Patrocínio.

Jesuíno Francisco de Paula Gusmão nasceu em Santos e chegou a Itu na primeira metade da década de 1780, cidade onde desenvolve trabalho de pintor. Na Igreja Matriz de Nossa Senhora Candelária, os quadros que ficam nas paredes laterais do altar-mor são de sua autoria. Trabalhou na mesma igreja como ajudante de José Patrício da Silva Manso, pintor do forro do altar-mor da igreja. Casou-se em Itu, teve cinco filhos e logo ficou viúvo. Em 1797, realiza seu sonho e é ordenado padre carmelita e assume o nome de Frei Jesuíno do Monte Carmelo.

É de sua autoria também o forro da capela-mor da Igreja do Carmo de Itu, porém, nada do que se vê hoje. O historiador ituano Luís Roberto de Francisco explica que há cem anos o forro da igreja passou por uma intervenção e para conhecer o original de Jesuíno, apenas removendo o que se vê hoje, mas que por outro lado, foi realizado pelas mãos de outro artista, o Pery Blackman. “O forro do Carmo é muito importante, mas precisa ser restaurado para ver as cores de Jesuíno. Porque aquilo que vemos hoje é uma obra feita há cem anos. Dá para imaginar o que seria a obra original olhando a Igreja do Carmo de São Paulo, por exemplo”. Além disso, destacam-se as tábuas, trazidas a luz do público em 2015, encontradas pelo historiador no relógio da Igreja Matriz, que foram atribuídas a Jesuíno. O conjunto de tábuas, já tombado pelo Iphan (Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional), trata-se de uma cena da Deposição de Cristo da Cruz.



Apesar de ter passado por uma grande reforma, no período de Madre Teodora Voiron, o projeto original da Igreja do Patrocínio de Itu é de Padre Jesuíno. No interior da Igreja, o púlpito destaca-se por sua beleza e pode ser o original da época da construção

Gamela
Doces Caseiros & Café

A arte de fazer um bom café!

Rua Paula Souza, 547 (B) - Itu - (11) 4023-1335

Do cafezal ao cafezinho

Fazenda
Santo Antônio da Bela Vista
Fone: (11) 4023-1335 - Itu-SP

Do cafezal ao cafezinho

Café moído na hora, resgatando a tradição brasileira



As telas painéis presentes no altar-mor da Igreja Matriz de Nossa Senhora Candelária são de autoria do Padre Jesuíno e foram analisadas por Mário de Andrade, na década de 1940, resultando num livro biográfico do artista colonial paulista.

Entre 1815 e 1819, Jesuíno dedica-se à construção da Igreja e Convento de Nossa Senhora do Patrocínio, não chegando a vê-la pronta, pois vem a falecer antes. É dele o projeto original. *“Falar como obra de arquitetura, o Patrocínio foi muito transformado. A gente não conhece o projeto do Jesuíno. Acredito que, talvez, fosse um projeto com influências de diversas escolas de arquitetura, mas a Madre Teodora (Voiron, responsável pelo Colégio do Patrocínio na época) fez uma reforma muito grande, então é difícil avaliar o que ficou”*, ressaltou Luís Roberto e aponta que uma série de telas, tombada pelo Iphan, existente na mesma igreja, é de grande importância e considerada uma fase muito introspectiva do artista, representando naturalismo.

A obra musical

Jesuíno é um dos principais artistas coloniais paulistas. Foi arquiteto, mestre de obras, pintor, escultor e músico. Sua atuação musical é toda dentro da igreja, escrevendo peças sacras de grande importância para nossa história. Foi objeto de estudo do grande escritor brasileiro, Mário de Andrade, quando esse ainda trabalhava para o Iphan (na época Sphan), resultando no livro *“Padre Jesuíno do Monte Carmelo”*, da década de 1940.

Mário analisou a obra de Jesuíno, detalhou as telas da Igreja Matriz, fez uma biografia do artista, mas não chegou na produção musical. Cita apenas o *“Canto da Verônica”*, obra em execução até os dias de hoje na paraliturgia, na cidade de Itu. *“Mário acha o ‘Canto da Verônica’ uma modinha meio tristonha do século XIX. Ele não conheceu a exuberância da obra musical do Jesuíno, que a gente só conseguiu avaliar depois da intervenção do Régis Duprat, na década de 1960, que é o grande descobridor do Padre Jesuíno. Ele encontra peças em arquivos nas cidades de São Paulo, Campinas e Ouro Preto”*, detalha o historiador e regente do Coral Vozes de Itu, grupo responsável por diversas execuções de peças sacras de compositores locais. Além disso, há uma peça de Jesuíno encontrada no acervo do Coro da Igreja do Bom Jesus que foi atribuída ao compositor. *“Para nós, ele é o mais importante, o mais antigo compositor que temos de Itu.”*



A pintura do forro da Igreja do Carmo de Itu (pág. ao lado) é de autoria do Padre Jesuíno do Monte Carmelo, porém o que vemos hoje é uma intervenção feita pelo Pery Guarany Blackman há cem anos. Como podemos notar na foto acima, há pequenas áreas onde foram feitas prospecções e pode-se ver as cores de Jesuíno e um vislumbre de sua obra.

A obra dele é uma obra musical exuberante. Jesuíno tem uma obra para cima, extremamente entusiasmada, cativante e, para quem interpreta, muito difícil porque quase não há momento de respiração. Ele exige muito do coro”, explica Luís.

Hoje, são aproximadamente entre 15 e 18 obras conhecidas de Padre Jesuíno, porém nenhuma partitura original. *“Tem uma fala do filho mais novo dele, Simão, contando que um descuido inqualificável fez com que obras do pai se perdessem. Mas é uma metáfora muito forte, não sabemos como isso se perdeu”*, finaliza o historiador.



Estamos há 20 anos em ITU e nosso
MAIOR presente é fazer parte
desta GRANDE história.

Parabéns Itu pelos 409 anos!




Horário de atendimento:

Almoço: terça à sábado das 11h30 às 15h
Almoço: domingos e feriados das 12h às 15h30
Jantar: segunda à domingo das 18h30 às 23h

Delivery (11) 94034-2210 (Whatsapp)
(11) 4025-0040

www.chinacook.com.br

 Chinacook

 chinacook_kampaishushi

e-mail: info@chinacook.com.br

Av. Prudente de Moraes, 210
Unicenter - loja 306 - Vila Nova
(11) 4025-0040 / 4025-0794 - Itu



china cook®
kampaishushi



PROGRESSO
BILÍNGUE

Colégio Progresso

Presente para quem sempre sonhou alto.

Parabéns Itu
409 ANOS

Venha conhecer a proposta pedagógica do **Ensino Médio do Colégio Progresso Itu.**

Com mais de 100 anos de experiência em Campinas, chegamos à cidade para implementar nossa formação humanista que valoriza os conteúdos de cada área do conhecimento, indispensáveis para que os alunos conquistem vagas nas melhores universidades do país.



Rua Pedro de Paula Leite, 257 - Praça Conde de Parnaíba, Centro
11 4022-0331 | 11 99792-3425

Um olhar sobre Itu

Como costuma fazer nos especiais em homenagem a Itu, REVISTA REGIONAL selecionou diversas imagens de fotógrafos da região, que captaram um olhar diferente sobre a cidade. Este ano, as fotos escolhidas foram premiadas no Concurso Fotográfico “Oswaldo Tozzi”, promovido pela Prefeitura de Itu, e que teve como tema “Cenários de Itu – uma cidade, muitos olhares”. Os vencedores de 2018 foram Luiz Ângelo Cimenta, em primeiro lugar; Vanda Naoko Miyagi, em segundo; e Omar Melussi, em terceiro. Participaram do concurso 50 fotógrafos das cidades de Itu, Salto, São Paulo, Rio de Janeiro, São José do Rio Preto, Santo André, Amparo e do Pará. Das 127 fotos enviadas, 20 foram expostas durante dezembro passado no saguão da Prefeitura de Itu. REGIONAL publica agora, de forma aleatória, sem ordem de classificação, algumas das imagens premiadas.



Foto premiada em 1º lugar traz a fachada da Igreja Bom Jesus

Fotógrafo: Luiz Angelo Cimenta

Em terra de

GIGANTE

bicho é rei!

Quando o assunto é os animais, a

cidade onde tudo é grande

conta com uma loja completa e qualidade à altura.

*Pets ou exóticos, a variedade é **exageradamente** surpreendente.*



PetNIVA

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

2ª colocada retrata o Parque dos Exageros
foto de Vanda Naoko Miyagi Melito



Imagem da antiga ponte sobre o rio Tietê, na Estrada Parque, foi a terceira colocada
Fotógrafo: Omar Melussi

Orgulho de ser Ituana



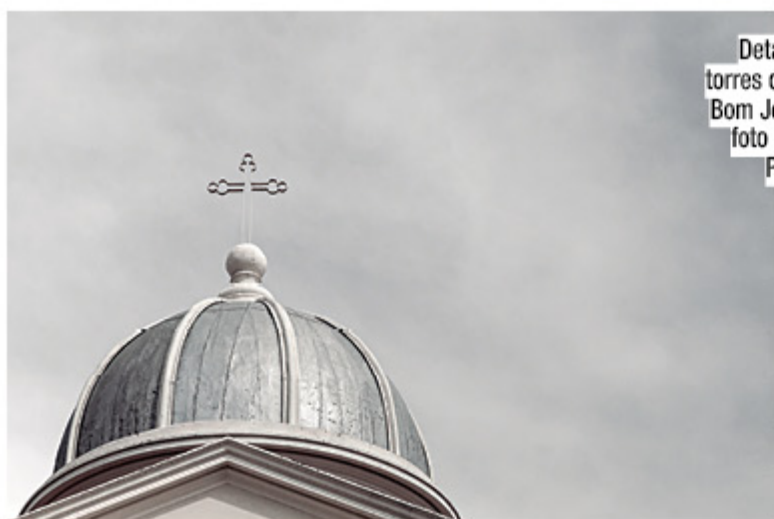
Parabéns
Itu 409
anos

/assoccominditu 
@aciitu 
aciitu.com.br 

 **ASSOCIAÇÃO
COMERCIAL**
Associação Comercial e
Industrial de Itu



Casario ituano em foto de Fernando Schiavon



Detalhe das torres da Igreja Bom Jesus em foto de Érica Paschoal



Detalhe de um casarão de Itu fotografado por Anna Rys Colesanti

Chafariz com a capela do Carmo ao fundo, em imagem de Ana Flávia Toni de Souza Carvalho



PARA BENS, ITU 409 ANOS

Responsável técnico:
Dr. Arnaldo Passafiumi Neto | CRM 55681
ANS - nº 346276

grupo estacam

CUIDAR DAS FAMÍLIAS DE ITU

Esta é a missão da Unimed Salto/Itu
há mais de **30 anos**,
e que certamente será por muitos outros!

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed 
Salto/Itu

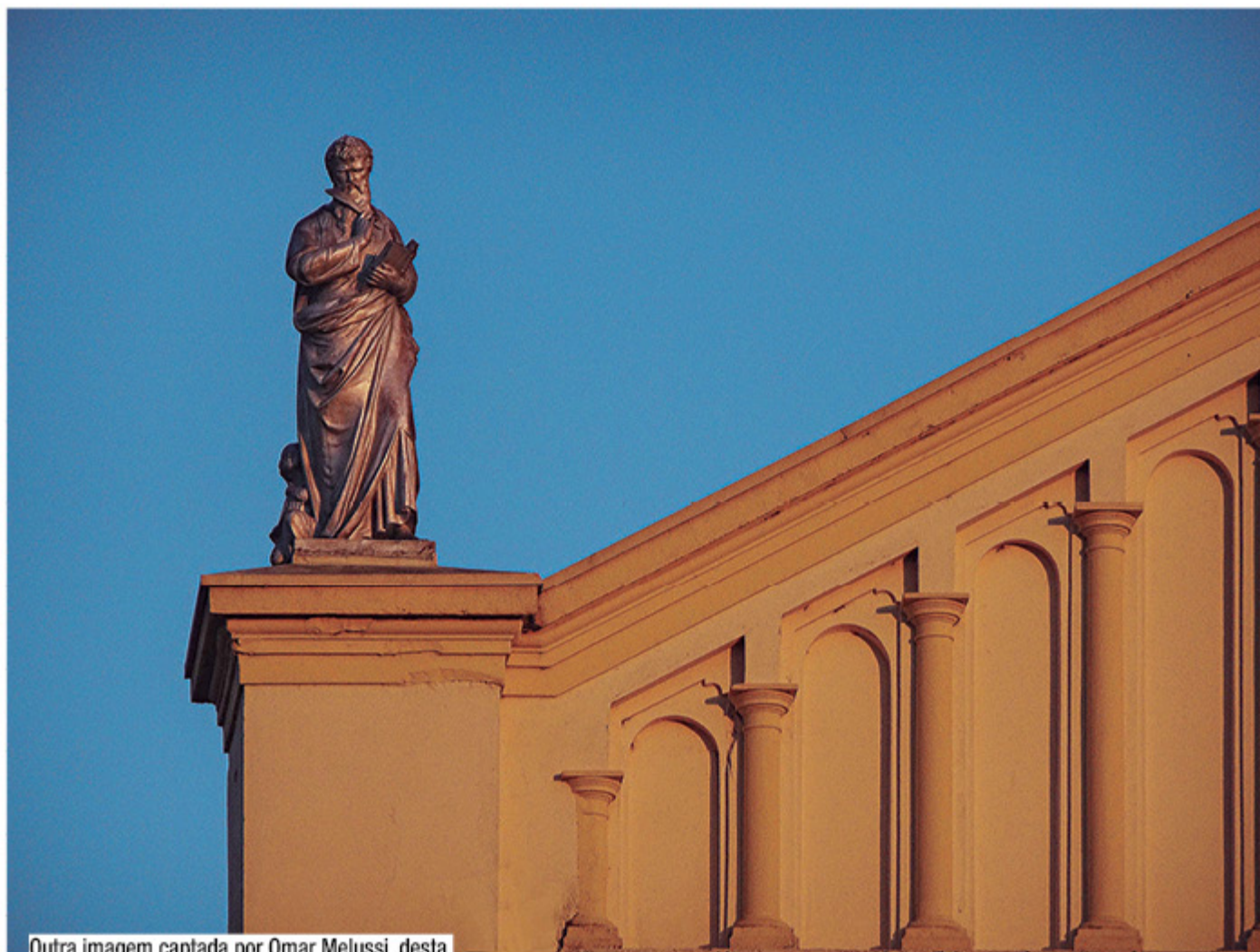
somoscoop 



Detalhe do varvito em foto feita por Sidney Cardoso



Pedreira de varvito em foto de Regina Célia Tozzi



Outra imagem captada por Omar Melussi, desta vez detalhe da Matriz da Candelária

Itu

409 anos


um imenso abraço

neonco
especialidades

Há anos Itu abraçou a Neo Onco, que hoje retribui com um imenso abraço em celebração aos 409 anos desta encantadora cidade. Parabéns!

 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 4456-3582

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



A Fazenda Tucunduva não poderia ficar de fora desta festa!
Parabéns Itu pelos 409 anos!



• Casamentos • Festas • Confraternizações
• Gastronomia • Lazer • Cultura

11 **99485-0000**

   fazendatucunduva

Rod. Dom Gabriel Paulino Bueno Couto - Km 92,5 - Cabreúva (12km de Itu, sentido Jundiaí)

Sabe o que também é grande em Itu?
O nosso orgulho de estar nesta cidade.

Parabéns Itu pelos 409 anos!



**A INFLUX GARANTE
O DOMÍNIO DO SEU INGLÊS
EM 2 ANOS E MEIO.**

ITU 2715-5501

Rua Paula Souza, 77 - Centro

INDAIATUBA (19) 3834-3877

SALTO (11) 4456-8294



Inglês e Espanhol

Guilherme Gazzola:

‘Nosso legado será fazer o ituano recuperar seu amor pela cidade’

Itu chega aos seus 409 anos, esse mês, e o atual prefeito Guilherme Gazzola completa dois anos de mandato. Chegamos ao meio da gestão, período em que a cidade já sente os efeitos do que foi feito na atual administração e tem uma previsão do que está por vir. Em entrevista exclusiva à REVISTA REGIONAL, Gazzola faz um balanço dos dois anos à frente da Prefeitura, fala de projetos em andamento e do que o cidadão ituano pode esperar para 2019. Assuntos como o novo hospital municipal, água, turismo e centro histórico estão na pauta. Confira a seguir.

REVISTA REGIONAL: Qual balanço atual da sua gestão depois de dois anos de mandato?

GUILHERME GAZZOLA: Um balanço muito positivo, marcando o meio da gestão. O ponto mais difícil na verdade, porque é o ponto da divisão, o ponto que você sabe o rumo que vai tomar e a gente só sabe que rumo vai tomar em função do que fizemos e eu acho que fizemos muito, principalmente internamente. Fizemos ajuste de contas, ajuste da Previdência dos funcionários, colocamos as contas em ordem, algo que nos permitiu avançar em investimentos reais. Na área da educação, temos o grande ponto que foi a criação de mil vagas em creches; a Rede Saber, que é nossa joia da coroa da educação; investimentos na formação dos professores; na meritocracia e isso refletiu no Ideb [Índice de Desenvolvimento da Educação Básica] acima do esperado para a cidade. Então, não só fizemos, como já começamos a colher os frutos. Em todas as áreas, temos algo positivo a dizer. Na área da saúde, a construção de duas novas UBSs, mudança e aparelhamento e abertura da UPA. Com um atendimento muito bem avaliado. Toda a mudança na sequência do Sistema de Saúde e para esse ano, notícias ainda mais positivas. Talvez seja o grande ano da saúde. Além disso, investimos em infraestrutura. São quase 50 km de recape, o Parque Linear, que foi uma surpresa favorável porque a aceitação da sociedade foi muito participativa e o parque só existe porque fizemos todo o sistema de drenagem. Inclusive, conseguimos comprovar a utilidade do sistema na semana passada (início de janeiro), quando todas as cidades da região tiveram enchente e a única de nossa região que não sofreu com enchente foi Itu. Não tivemos nenhum ponto de alagamento apesar do volume de expressivo de água. Outro ponto de nossa gestão é a CIS que continua nos dando boas notícias. Passamos pelo ano de 2018, que foi muito pior em quantidade de chuva em relação a 2014, sem nenhum dia de racionamento. Tivemos problemas pontuais, mas não racionamento. Investimentos de mais de sete

“Esse início de ano marca o maior investimento em saúde em toda história da cidade. Juntando as UBSs e o hospital, talvez seja um marco significativo na questão da saúde nos últimos cem anos”

milhões, a abertura do Mombaça, melhora e troca de adutoras. Enfim, a água foi retomada. Ainda temos muito a fazer e vamos trabalhar mais, mas, acredito que a CIS seja um grande ganho para a cidade de Itu. Foram inúmeras as conquistas, isso nos dá segurança absoluta de começar 2019 com muito otimismo e fazer ainda mais. Tenho a tranquilidade de dizer que Itu, hoje, é um canteiro de obras. Temos obras de recape, reforma de praças e uma quantidade de obras imensas. Itu tinha perdido sua autoestima e se me perguntarem, nosso grande legado será esse: Fazer o ituano recuperar seu amor pela cidade.

Na área da saúde: como estão as obras do hospital municipal e qual a previsão de início de funcionamento da unidade?

É uma virada de página na questão da saúde. O hospital está praticamente pronto e estamos fazendo todos os esforços para fazer a abertura dele no aniversário de Itu ou data próxima. Esse hospital tem uma forma de implantação gradativa, até porque na área de saúde você não pode começar com tudo. Outra coisa importante, que não estava no plano original: usando o mesmo prédio, faremos um centro de diagnósticos. Além disso, faremos uma unidade de feridas, um centro cardiológico e vamos inaugurar a UBS do Dona Tomica. Esse início de ano marca o maior investimento em saúde em toda história da cidade. Juntando as UBSs e o hospital, talvez seja um marco significativo na questão da saúde nos últimos cem anos.

Na área de turismo, como estão os preparativos para o Trem Republicano?

Conseguimos resolver as pendências jurídicas dele. Ele está retomado e está em obras. Inclusive, já está com trilho na



Gazzola completa dois anos de gestão e se diz orgulhoso por estar "tornando a cidade melhor"

estação. Esse é um projeto que apostamos muito para uma virada do turismo em Itu. Fora tudo que já temos de potencial turístico, o trem vai ser um marco na história do turismo na cidade. Turismo é muito importante. Hoje, é o melhor investimento que se faz não apenas na geração de renda, com imposto direto, como de emprego. A resposta mais rápida que a cidade pode dar na questão da empregabilidade é investir no turismo. O trem é um marco, vamos trabalhar até o final do ano para colocá-lo em operação. A construtora prometeu entregar até maio. Depois disso, precisamos trazer a operadora para o trem. Existem vários grupos de ferroviários no Brasil que resgataram a memória da ferrovia e, para resgatar isso, eles precisam de lugar para colocar em prática e Itu é um desses lugares. Então, vamos lançar um chamamento, para saber se uma delas opera esse trem para nós. Claro que respeitando todas as questões públicas. Nossa previsão é fazer a inauguração ainda esse ano, e eu acredito que vai ser uma virada, inclusive da matriz econômica, de Itu e da cidade de Salto.

Sobre as obras do Mercado Municipal, qual a previsão e a maior mudança ou expectativa de sua gestão com ele?

A empresa tem 18 meses para realizar a obra. O ritmo deve levar superação para menos disso tudo, mas é o prazo. Então, esse ano ele ainda fica em obras. Estamos otimistas de antecipar esse prazo, por isso, escolhemos fazer toda a reforma de uma vez só, em vez de fazer em partes. Naturalmente, ele vai se tornar um ponto no centro. Aliás, o centro como um todo, com mudança de fachada e essas reformas, se tornou um novo centro. Talvez o Mercado seja a cereja do bolo. Acho que a própria vocação do Mercado tende a levar a uma questão mais gastronômica, como foi com a feira noturna, por exemplo. Acho que é a tendência dos mercados no mundo e não tem porque Itu ser diferente.

“Tenho a tranquilidade de dizer que Itu, hoje, é um canteiro de obras. Temos obras de recape, reforma de praças e uma quantidade de obras imensas”

Passamos pela alteração das placas no centro histórico. Como foi ou está sendo a aceitação dos munícipes e comerciantes? Quais os próximos passos?

Toda mudança causa dissabor e essa não foi diferente. Era algo previsível, mas quando você tem no planejamento o resultado que vai ser apresentado, você fica tranquilo em fazer. Se hoje você me perguntar se valeu a pena, eu digo “muito”. Porque não há quem não passe no Centro de Itu e não veja uma mudança significativa, na forma de apresentar, na leveza e amplitude que deu. Eu vejo um novo centro. Temos uma segunda etapa de expandir as calçadas da rua Floriano Peixoto, estamos realizando um estudo de fluxo, a ideia é alargar as calçadas, mas colocar bolsões de parada e alguns de estacionamento. Hoje, temos um centro caminhando para ter uma cara nova.

O que esperar de 2019?

Eu sou otimista sempre. Eu acho que hoje vemos uma Itu diferente, não tem como não dizer que hoje se vive numa cidade muito melhor do que a cidade que assumimos. Nosso orgulho é que estamos tornando a cidade melhor do que era, cada vez mais, ela vai seguindo sua vocação de desenvolvimento, pujança e importância no Estado, a grande mensagem é essa, de profundo otimismo. Eu acho que quando se faz a lição de casa, seja qual for o governo estadual e federal, você está preparado para enfrentar qualquer situação e Itu está preparada para isso.

Festa de aniversário terá show de Dudu Nobre

No dia 02 de fevereiro, aniversário de 409 anos de Itu, a Prefeitura preparou uma série de eventos especiais, entre inaugurações e shows musicais. Serão entregues novos equipamentos públicos na área da saúde, como o Hospital Municipal, um novo prédio para UBS, um ambulatório e centro de diagnóstico. Além das tradicionais cerimônias de celebração do aniversário da cidade que ocorrem durante o dia, encerrando as comemorações será realizado gratuitamente um show com Dudu Nobre, a partir das 20h, na Praça da Independência (Carmo). O ato cívico que dá início às comemorações dos 409 anos de Itu ocorre no dia 1º de fevereiro, a partir das 19h, na praça Padre Anchieta (Bom Jesus), com a apresentação da centenária Corporação Musical União dos Artistas e o acendimento da pira, no marco de fundação da cidade.

01 de fevereiro

- 19h - Início da cerimônia de acendimento da pira com apresentação da Corporação Musical União dos Artistas
- 20h - Acendimento da pira (Praça Padre Anchieta - Bom Jesus)

02 de fevereiro

- 8h30 - Inauguração UBS Dona Tonica
- 10h - Missa da Padroeira - Aniversário de Itu, na Matriz Nossa Senhora Candelária (Praça Padre Miguel, s/nº, Centro)
- 12h - Corte do bolo gigante e distribuição de mudas nativas na Praça da Independência (Carmo), Centro
- 13h - Apresentação do Canil GCM na Praça da Independência (Carmo), Centro
- 14h - Inauguração do Hospital Municipal na rua Convenção, 550, Vila Nova



Dudu Nobre celebra o aniversário de Itu, no dia 02, com show no Carmo

- 16h - Inauguração Centro de Diagnóstico Cardiológico e Ambulatório de Feridas na avenida Tiradentes, 980, Parque Industrial
- 17h30 - Entrega da Medalha Domingos Fernandes, no Sincomércio (rua Maestro José Vitorio, 137, Centro)
- 20h - Show Dudu Nobre na Praça da Independência (Carmo)

Parabéns às mulheres de Itu e região!

Amamos cuidar de vocês!

Equipe Feminine Hair

Feminine
HAIR

Rua Vinte de Janeiro, 281 - Centro - Itu

Fones (11) 4022-6605 / 4023-2452



Feminine Hair

NA CIDADE DO EXAGERO,

NÃO PODERIA SER DIFERENTE.

PARA BÉNS

ITU

A fama de grandeza não é à toa.
São 409 anos de história e orgulho
de todo ituano e toda ituana.
Mas grande mesmo é a nossa alegria
em fazer parte dessa cidade.
Obrigado, Itu. Feliz aniversário!

2 de fevereiro | 409 anos

CEUNSP INAUGURA CURSO DE ODONTOLOGIA EM ITU



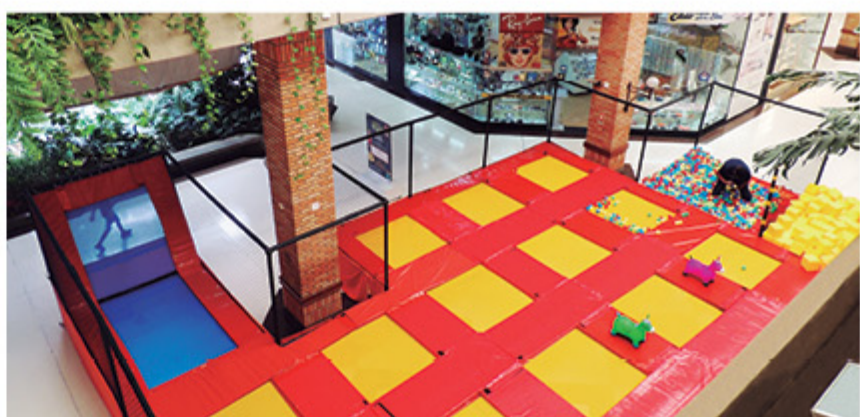
O Ceunsp (Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio), instituição que integra o grupo Cruzeiro do Sul Educacional, acaba de inaugurar o curso de Odontologia no Campus Itu. Foram disponibilizadas 105 vagas, sendo 55 para o período noturno e 50 para o diurno. Pioneira em seu ensino de qualidade, o Ceunsp é a primeira universidade na cidade a oferecer graduação na área de Odontologia. Para Ricardo Calegari, reitor do Ceunsp, a inauguração do curso é um marco importante para a instituição e para Itu e região. "Ser pioneiro no ensino dessa especialidade reforça nossa qualidade e amplia ainda mais nossa contribuição na área da educação e saúde para nossos alunos e a comunidade", comenta. O processo seletivo foi realizado em janeiro.



Claudio Scarpino

CIS IMPLANTA SISTEMA INÉDITO PARA REDUÇÃO DE PERDAS E CONTROLE DO ABASTECIMENTO

A CIS - Companhia Ituana de Saneamento está lançando uma ação inédita para reduzir as perdas durante o abastecimento de água em Itu. Em parceria com a Agência Reguladora dos Serviços de Saneamento das Bacias dos Rios Piracicaba, Capivari e Jundiá (ARES-PCI) e a Itron Soluções para Energia e Água, a autarquia irá implantar Distritos de Medição e Controle (DMC) na cidade. Trata-se de uma técnica utilizada para analisar e controlar um sistema de distribuição de água internacionalmente aceita como uma das melhores práticas para evitar desperdícios. De acordo com o superintendente da autarquia, Vincent Menu (foto), DMC consiste em dividir a rede de abastecimento de água de Itu em pequenos setores e o primeiro bairro a ser contemplado com esta inovação será o Parque América. "Vamos fazer a troca de aproximadamente 220 hidrômetros e também instalar válvulas redutoras de pressão [VRP] e macro medidores na entrada deste setor. Desta forma, poderemos reduzir vazamentos e controlar de forma eficaz as ações implantadas", explica Menu. "Isso porque a partir dos DMCs, é possível estabelecer o gerenciamento das pressões e vazões em áreas de menor abrangência. Assim, é possível conseguir um maior controle do que acontece em cada região, objetivando reduzir as perdas de água", explica. "Especialistas afirmam que a gestão das pressões é o único método que tem um impacto positivo em todos os três componentes de perdas de água reais: vazamentos visíveis, vazamentos não visíveis e vazamentos inerentes", destaca Menu. "Em breve, toda a cidade poderá ser contemplada nesta ação tão importante para melhorar do abastecimento da população".



fotos: Divulgação

Parque de Cama Elástica é a atração de férias no Plaza

As férias de verão prometem muita diversão no Plaza Shopping Itu! Até o dia 3 de março, a Praça de Eventos recebe um parque de cama elástica gigante. A atração de mais de 90 m² conta com "piscinas" de espuma e de bolinhas, piso e parede de molas tensionadas, garantindo saltos e brincadeiras divertidas para adultos e crianças. Todas as faixas etárias podem brincar no espaço, mas é necessário ficar atento às recomendações afixadas na bilheteria do evento. As crianças menores de quatro anos devem estar acompanhadas dos pais ou um responsável durante toda a permanência no parque de cama elástica. Uma equipe de monitores orientará os participantes com dicas e instruções para quem pretende se aventurar em manobras e acrobacias.

MAIS: A atração de férias no Plaza funcionará de segunda a sábado, das 10h às 22h, e aos domingos e feriados das 12h às 20h. Os ingressos custam R\$ 15 (15 minutos), R\$ 20 (20 minutos) e R\$ 25 (30 minutos).

Começa uma nova etapa do consórcio do Trem Republicano

O Consórcio do Trem Republicano se reuniu em 09 de janeiro para discutir os detalhes da operação do trem turístico entre Salto e Itu. O encontro reuniu a equipe técnica do Consórcio, departamento jurídico, contábil, representantes da Agência Nacional de Transportes Terrestres (ANTT) e da Prefeitura de Salto, além do prefeito de Salto, Geraldo Garcia, presidente do Consórcio. A novidade para o projeto é que o Citrem já possui a autorização para a utilização do trecho da ferrovia entre as duas cidades. Isso foi possível após a assinatura do termo cedido pela empresa Rumo, concessionária que administra a malha ferroviária, pelos dois prefeitos. A partir de agora, o Consórcio pode encaminhar os processos, como concessão para a operação do Trem. "Começamos um novo momento, que só podia acontecer com os processos deste termo de permissão cedido pela Rumo. As obras em ambas as cidades continuam em andamento para esta etapa final da conclusão do projeto. Queremos inaugurar agora em 2019. Este será o grande atrativo de ambas as cidades e envolver toda a comunidade é fundamental para o desenvolvimento econômico, geração de empregos nas mais diversas áreas", destaca o prefeito saltense.

ITU 409

A N O S

parabéns



Alimentar o seu crescimento
é nosso maior presente!

Cuidar faz toda a diferença.



www.nutriplus.com.br



A artista Susanne Roosch comanda o Projeto Abacaxi, em Itu, onde desenvolve trabalhos de prego e linha e pintura em madeira



O primeiro abacaxi feito por Susanne no projeto, em verde e amarelo, e um abacaxi feito recentemente, mais de três anos depois, em roxo e amarelo

Pregos, linha, tinta e arte!

O entrelaçar de linhas em pregos tornam-se obras de arte na mão da ituana Susanne Roosch e seu 'Projeto Abacaxi'

Tem gente que tem alma de artista, não adianta! Até tenta fazer algo tradicional, mas uma hora ou outra a vida acaba se encarregando de aflorar o talento latente. O Projeto Abacaxi é um desses casos, criado pela artista Susanne Roosch há quatro anos, em Itu. Entre pregos, linhas e madeira, a artista cria desenhos dos mais variados que vão de pequenos corações ao mapa-múndi, cachorro, famílias, palavras e muito mais.

Susanne conta que sempre gostou de criar presentes para familiares e amigos e era sempre algo ligado à arte, mas sempre viu como um hobby. Formou-se em Moda, em 2014, e atuou na área por um tempo, mas, uma conversa com o tio, o artista plástico Paulo Lara, foi primordial para tomar uma decisão profissional e seguir pela área das artes. “Meu tio com certeza é uma grande influência, inclusive, foi uma pessoa que me apoiou muito a fazer algo por minha conta. Logo que eu saí da faculdade, eu estava naquela de entrar numa empresa grande e numa conversa com ele, ele me incentivou a trabalhar com arte e por mim mesma. Eu ainda não fazia ideia do Abacaxi, mas ali tomei a decisão”, detalha a artista que, além do tio, também é filha de dois educadores artísticos. “Meus pais apoiam sempre, os dois são das artes também, então, não tinha como”, brinca.

Com a linha dançando por entre os pregos ao preencher desenhos, o Projeto Abacaxi tem, hoje, como principal trabalho o *string art*, ou seja, o prego e linha. São quadros de madeira, personalizados, onde os desenhos são delimitados com pregos e preenchidos a linha. “Eu já tinha trabalhado com linha fazendo mandálas e estava sempre pesquisando coisas dife-

rentes, foi quando conheci o prego e linha e logo de cara fiz um coração. Peguei um pedaço de madeira, em casa mesmo, e fiz um e comecei a presentear as pessoas, até que comecei a receber encomendas”, conta Susanne e explica que desse momento em diante, ao receber pedidos que entendeu que poderia fazer daquilo uma profissão.

O Projeto Abacaxi nasceu, então, em março de 2015 e hoje já são quase 500 quadros produzidos e presentes em diversos lugares, tanto no Brasil quanto no exterior. O nome, Projeto Abacaxi, nasceu de um pedido. “Eu fui fazer um abacaxi para minha cunhada e adorei o desenho. Eu já estava buscando um nome e acabei tendo a ideia de usar o abacaxi para algo bom, já que a gente sempre fala de descascar abacaxi como algo ruim. O *tuning* foi bom porque hoje a gente acha tudo de abacaxi, de roupas a acessórios”, explica Susanne e acrescenta: “O nome Projeto na frente foi por eu querer algo amplo e não apenas prego e linha”.

E assim o projeto tem se desenvolvido, além do prego e linha, a artista também tem desenvolvido projetos de pintura em madeira, *lettering*, placas e logos para empresas e mais ideias que vão surgindo na cabeça que não para de pensar em formas de se expressar artisticamente. “Eu gosto muito da parte de criação, sou designer e estou buscando aprimorar outras técnicas. Não gosto de me limitar, acho que nenhum artista gosta, quero expandir o Abacaxi”, afirma.

Além de vender os quadros, Susanne conta que está pensando num projeto de vídeo-aulas, já que muitas pessoas desejam aprender, e o primeiro passo para isso está sendo vender kits



Alguns dos inúmeros trabalhos da artista Ituana

para um projeto de prego e linha. Ela monta o kit com tudo que é necessário, com um desenho a escolha da pessoa, e envia para todo o Brasil. Todas as vendas dela são feitas via internet, seja Facebook ou Instagram, além da participação em feiras na região e na capital paulista. *“Eu gosto muito do meu trabalho, gosto de acompanhar a evolução dele e também de ver a reação das pessoas quando está pronto, é muito gratificante. O Abacaxi me proporciona muitas coisas boas no meio artístico, mas também me ajuda a processar muitas coisas, porque ao mesmo tempo que estou pregando e passando linha, estou pensando muitas coisas da minha vida e, também, a me entender como artista”,* finaliza.

MAIS: Acompanhe as criações de Susanne Roosch no Projeto Abacaxi pelo Instagram @projetoabacaxi ou pelo Facebook, na página Projeto Abacaxi.



e-mail: camposplanejado@uol.com.br

CamposPlanejados

lojacamposplanejado



LOJA CAMPOS
planejados
MÓVEIS RÚSTICOS E DECORAÇÃO

Rua Rio Branco, 668 - Centro - (11) 4029-7695 / (11) 97566-0987 - Salto / Rua Floriano Peixoto, 2963 - Jd das Nações (11) 4029-4881 - Salto



MAM inicia 2019 'Novas Aquisições'

Até 31 de março, o público poderá conhecer obras que passaram a integrar a coleção do museu nos últimos cinco anos

O MAM (Museu de Arte Moderna) de São Paulo inicia 2019 apresentando ao público uma seleção de 24 obras que entraram em seu acervo nos últimos cinco anos e que ainda não foram mostradas em conjunto. "Novas Aquisições" ficará em cartaz até 31 de março.

Grande parte dessas novas aquisições do MAM advém de doações de particulares, várias das quais mediadas pelo Núcleo Contemporâneo, programa de associados do MAM. "Decidimos iniciar 2019 agradecendo aos colaboradores do museu, ao trazer ao público parte dos resultados desse importante trabalho", adianta o curador Felipe Chaimovich. Entre os artistas selecionados, estão nomes como: Lothar Charoux, Julio Plaza, Mauro Restiffe, Sandra Cinto, Laura Lima, José Aguilar e o coletivo 3NÓS3, entre outros.

As obras reunidas indicam linhas de força da coleção do MAM, destacando relação histórica do museu com a abstração geométrica no Brasil, com os mitos do país, as paisagens e também com a contestação da racionalidade. A peça mais antiga da mostra é um desenho de Lothar Charoux datado de 1958. Suas formas retas dialogam com a politização do rigor geométrico durante a década de 1960, presente no projeto de livro de artista de Julio Plaza, no qual o público é convidado a abandonar a posição de espectador passivo para virar livremente suas páginas coloridas.



(avaf) Transgeométrica #3, 2013

fotos: Divulgação

A capital do país, Brasília, é tema da foto de Mauro Restiffe, que revela o desenho geométrico abstrato aplicado à arquitetura e ao urbanismo. A relação entre geometria e poder continua pelo núcleo de poetas visuais dos anos 1970: Almandrade e Ridyas. Num mundo cada vez mais interligado pela indústria da comunicação de massa, ambos buscam frestas de liberdade entre linhas e colunas.

A natureza é também um aspecto relevante da exposição. Estando no parque Ibirapuera, o MAM se relaciona de modo privilegiado com o paisagismo moderno e reuniu paisagens que aparecem em criações como as fotos de Marcelo Moscheta, na pintura de Rodrigo Andrade ou ainda no céu de Sandra Cinto. Por outro lado, a coleção inclui obras que se opõem à racionalidade. O quadro do coletivo de artistas Avaf usa os elementos da geometria e a sobriedade do vermelho com preto para chegar a uma construção anárquica. O painel de Laura Lima registra a destruição da malha geométrica, pois é desfiado aleatoriamente e amarrado grosseiramente à

João Castilho Azul (da série Hotel Tropical), 2011





Mauro Restiffe Oscar#20h, 2012

própria estrutura. A composição de imagens de João Castilho mobiliza retângulos predominantemente azuis para criar uma narrativa fragmentada.

O engajamento artístico na história política do Brasil, por sua vez, é representado pelo quadro *Luta*, de José Aguilar, feito em 1967, e pela série de fotos do coletivo 3NOS3 intitulada *Ensacamento*, registrando ações de cobrir estátuas públicas com sacos que simulam a tortura, realizadas em 1979.

MAIS: O MAM fica no Parque Ibirapuera (av. Pedro Álvares Cabral, s/nº - Portões 1 e 3)

Horários: terça a domingo, das 10h às 17h30 (com permanência até as 18h) Tel.: (11) 5085-1300.

Venha viver uma experiência gastronômica no Grenelle



Av. Conceição, 250
Indaiatuba
(19) 3834-4802

**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



R

MODA + lifestyle

ensaios fotográficos | desfiles | trends | viagem | arquitetura | décor

Alto verão

Nesta edição vamos celebrar o alto verão 2019, com looks da A Brand trazendo uma explosão de tons vibrantes como os amarelos, vermelhos, azuis e brancos repletos de significados. Confira nas próximas páginas.

moda

True colors



Para dar as boas-vindas ao alto verão 2019, este ensaio de moda traz três amigas celebrando a vida. O clima é de luau, renovação com o riso refletindo nas cores da estação. Os looks da A.Brand apresentam uma explosão de tons vibrantes como os amarelos, vermelhos, azuis e brancos repletos de significados. Como rege o clima quente, os tecidos são leves e as formas fluídas, privilegiando a liberdade e o movimento dos corpos. Seda, crepe de chine, georgette, musseline, algodões e o guipir são os eleitos da marca, surgindo em calças e tops amarrados, que revelam o corpo na medida certa. Saias, camisas e vestidos longos completam as apostas. Em cena, as modelos Karen Rodrigues, Renata Sozzi e Vitoria Grantt dão o tom, com dança e movimento. Em suma, é sobre ser leve e celebrar a vida a todo momento.

FOTOS: Raphael Figueiredo
DIREÇÃO DE ARTE: Aninha Laet
STYLING: Luciana Novis
BELEZA: Everson Rocha
PRODUÇÃO EXECUTIVA: André Storari









50% OFF

EM TODA LINHA DE BOLSAS E
CALÇADOS CARMEN STEFFENS

CS Club
by Carmen Steffens



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

 facebook.com/passoapasso



Buenos Aires: volver!



Como estará seu saldo de milhas? Será que há algumas vencendo? Foram estas perguntas que me levaram ao site da Smiles, onde descobri que... Sim! Existiam milhas que iriam expirar em exatamente duas horas! Perder a oportunidade? Nem pensar! Comecei a

procurar um lugar para ir e de repente me apareceram passagens ida e volta para Buenos Aires por uma quantidade de milhas razoável. Decidi, então, repetir um destino, o que dificilmente faço.

Visitar uma cidade pela segunda vez tem seus prós e contras: se, por um lado, não há tantos lugares novos a se ver, por outro, isso nos desobriga de cumprir roteiros e nos dá tempo livre para descobrir a vida desse local.

Meu primeiro passeio, à tardinha, no dia em que cheguei, foi ao Museu dos Beatles. Você sabiam sobre esse Museu em Buenos Aires? É um acervo de recordações, com discos, objetos, fotos, enfim, tudo o que se refere aos Fab Four. Fica escondidinho na Avenida Corrientes, numa Galeria atraente, chamada Paseo La Plaza e fica aberto até meia-noite. No caminho para lá, fotografuei a belíssima fachada do Palácio das Aguas Corrientes, que abriga... tanques de água enormes e uma rede de distribuição. Há também um museu, que não visitei.

No dia seguinte, fui rever o Malba – Museu de Arte Latino Americana (abre meio-dia), que estava com uma exposição fantástica de Pablo Suárez, um artista argentino, além de obras do acervo do próprio Museu. Gosto do Malba porque ele não é excessivamente grande e visitá-lo é algo leve e divertido. De lá segui para a Vila Crespo e Palermo Soho, onde se encontram muitas lojas, dentre elas, aquelas de artigos de couro maravilhosos. Embora eu não seja uma turista voltada para compras, os preços estavam muito bons, comparando com os nossos.

Sábado. Começar o dia no Café Tortoni foi uma ótima ideia! Se você for, peça churros com chocolate para beber e uma



Museu da Casa Rosada



Galerias Pacifico

Fotos: Hise Vicente



Pelas ruas de Buenos Aires



O tradicional Café Tortoni



Os belos e floridos Parques de Palermo



Edifício Kavanagh com a igreja escondida lá atrás

porção de doce de leite. Esse é o tradicional de lá. Achei os churros meio duros. Mas o local é lindo! Não deixe de entrar nas salas lá nos fundos e fazer suas fotos. De lá, fui ao Museu do Bicentenário, que fica atrás da Casa Rosada, que eu já conhecia e não senti vontade de rever. O Museu não tem nada tão especial, mas a arquitetura é muito interessante. Próximo dali fica a Calle Florida, o calçadão de Buenos Aires e, nele, as Galerías Pacifico, um shopping muito bonito, que vale a pena visitar, mesmo que não queiramos comprar nada. Lá você pode adquirir ingressos a preços bem razoáveis para uma apresentação de tango que acontece à noite. Seguindo pela Calle Florida, cheguei à Plaza San Martín, na qual há dois edifícios que eu queria ver. Um deles fica na própria Florida, 1065 e chama-se Edifício Kavanagh. Quem mandou construí-lo foi Corina Kavanagh, por vingança! Ela era apaixonada por um moço da família Anchorena, porém os pais dele nunca aprovaram a relação. Ela se vingou mandando construir o prédio de maneira a esconder a Igreja do Santíssimo Sacramento, edificada em 1920 pelos Anchorena, tapando totalmente a vista que a família, que morava do outro lado da praça, tinha da igreja. O outro edifício é o Palácio das Relações Exteriores, que se pode visitar nos dias de semana. Contentei-me com a fachada.

Para o domingo eu tinha duas opções: ir ao Bairro La Boca e à Feira de San Telmo, que já conhecia, ou, se o clima estivesse bom, ir a Tigre, uma cidade próxima. O clima estava ótimo. Para chegar a Tigre fui até a estação Maipu, onde peguei o Trem de La Costa. E o que há em Tigre? Atrações para o dia todo e para todos os gostos: um parque de diversões, um cassino, uma grande feira de artesanato (Puerto de Frutos) e um passeio de barco, que recomendo. Chamam atenção as famílias, num domingo, em suas mansões à beira do rio, às quais só se chega pela água. Voltei com o trem comum, direto para a Estação Retiro, próxima do hotel.

Na segunda-feira fui rever os enormes Parques de Palermo. Muito verde, muitos 'passeadores' com cães, muitas flores. Lugar ótimo para caminhar e fotografar. Mas, se você não conhece, vá em outro dia para ver o Rosedal e o Jardim Botânico, que fecham às segundas.

À noite, assim como o dia, começa tarde em Buenos Aires: jantar só a partir das 21h, em qualquer dia da semana. Depois, teatros, shows de tango, milongas, baladas e bares vão até alta madrugada. Recomendo um bar na Plaza Dorrego, chamado Funes, onde tomei ótimas cervejas artesanais, como a IPA, frutada, e prometi "volver y volver y volver..."



Passeio de Barco em Tigre



Rita Vicente em passeio de barco em Tigre, na Argentina

Rita de Fátima Bueno Vicente é formada em Letras, com pós em Marketing e curso de Fotografia pela EBF, de Brasília. Ela esteve novamente em Buenos Aires em 2018 e escreveu esta matéria especialmente para a Revista Regional. Instagram: @ritabvicente

Bife de Tira

Venha comemorar seu
aniversário conosco!

**ANIVERSARIANTE
DO DIA NÃO PAGA**

Promoção válida
para almoço e jantar



Rodovia do Açúcar, km 26 - Itu

(11) 5704-3286 / (11) 99655-7324

bifedetira@gmail.com

[f bifedetiraitu](https://www.facebook.com/bifedetiraitu)

Grill Hall



**Churrascaria
& Pizzaria**

Bife de Tira



dicas da leila

por LEILA SCHUSTER



▲ Carnaval geladinho

Se a sua praia não é samba e suor, que tal curtir o Carnaval em terras distantes? O famoso Carnaval de Veneza atrai multidões e encanta pelo requinte de fantasias e pela beleza impar da cidade. Formada por 121 ilhas ligadas por 435 pontes, a cidade é totalmente cercada por água, por lá moradores e turistas se locomovem em gôndolas ou a pé pelas estreitas ruelas, becos e praças. O Carnaval de Veneza começa bem cedo, já no dia 16 de fevereiro com término em 05 de março, sendo que no dia 17 acontece o tradicional desfile de água, com barcos e gôndolas decoradas fazendo uma bela travessia no Rio di Cannaregio. A agenda é extensa durante os dias de festa, com desfiles na Piazza San Marco, bailes de máscaras, jantares, concursos de fantasia e muita diversão. Super recomendo!

> 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)



fotos: Divulgação



▲ Ziriguidum

Aumenta o treino na academia aí que o Carnaval está chegando! A folia acontece em março e o fôlego não pode faltar. Para quem gosta dos blocos de rua de São Paulo já tem pré-Carnaval nos dias 23 e 24 de fevereiro e mais ainda entre os dias 02 e 05 de março, com Claudia Leitte, Elba Rabalho, Daniela Mercury e até Sidney Magal. Ao todo serão 570 blocos de rua espalhados pela cidade. Já os desfiles das escolas de samba na capital paulista acontecem nos dias 1º e 02 e no Rio de Janeiro a Sapucaí bomba nos dias 03 e 04. Enquanto isso, a Bahia treme com o retorno da musa Ivete Sangalo, que esteve ausente no Carnaval do ano passado por conta do nascimento de suas filhas Marina e Helena. E então, já preparou a fantasia?



Estando na Europa... ▲

Que tal percorrer a bellissima região do Vale do Loire, uma das mais belas da França? A rota dos vinhos e dos castelos no Loire pode ser feita de carro, de bike ou até mesmo navegando pelo rio Loire, apreciando as bellissimoas paisagens. Não é à toa que o Vale tenha obtido o título de Patrimônio Mundial da Unesco, afinal, a região possui 300 châteaux ou castelos, construídos entre os séculos X e XVI, além de monumentos de épocas da Renascença e Iluminismo.



**Já conhece a nossa Seleção Reserva?
Não dá para explicar, tem que experimentar!**

Disponível em todas as unidades da Babbo Giovanni



CAPRI 

MUSSARELA
QUEIJO BRIE
PRESUNTO DI PARMA
E PARMESÃO

SELEÇÃO RESERVA



**BABBO
GIOVANNI**

DESDE 1917

Babbo Giovanni Itu
Rua Dr. José Elias, 121, Centro
(em frente ao Colégio Regente Feijó).
Estacionamento próprio

Delivery: 11 2429-9775

Horário de funcionamento:
De terça a quinta e domingo: das 18 às 23 hrs
Sexta e sábado: das 18 às 00 hrs

www.babbogiovanniitu.com.br

Facebook: /babbogiovanniitu

Instagram: @babboitu

casa



Primeiro, incorpore a vista ao projeto. Aproveite cada oportunidade de trazer a natureza para dentro de casa.



Se a família é grande e a ideia é receber amigos e relaxar, você precisa de lugares confortáveis para descansar. Esse living é perfeito para grandes reuniões.

Dicas para uma casa de praia perfeita

O verão está aí! O momento é de viajar e aproveitar a temporada em sua casa de praia. A designer de interiores Patrícia Hagobian sabe a importância de criar projetos acolhedores e sofisticados, especialmente quando se trata de um refúgio próximo à natureza para toda família. Confira quatro dicas para deixar sua casa espetacular para curtir esse verão.



Quartos acolhedores, com cores claras e uma cama muito confortável. A decoração clean ajuda a compor atmosfera aconchegante e sofisticada.



Integração. Essa é terceira dica para você que busca harmonia e aconchego. A varanda gourmet, além de ser grande e receber bem os convidados, se une de forma sutil ao living.

Temporada de praia



1

Seja casa ou apartamento, seu lar precisa ter a cara do verão. Confira a seleção de peças que a REGIONAL fez para te inspirar na hora da decoração



2



3

1 - peça da Zanatta Casa
www.holyhomestore.com.br

2 - vaso Overlay Amarelo
www.holyhomestore.com.br

3 - vaso Embrace
www.holyhomestore.com.br

4 - bowls Maui (produto Tidelli)
www.tonsurton.com.br



6



5



4



8

5 - cesta trama em corda náutica com design de Luciano Mandelli www.tonsurton.com.br

6 - escultura com penas da Internazionale Casa www.compagniainternazionale.com.br/CiaCasa

7 - ouriço decorativo da Maison Blanche www.holyhomestore.com.br

8 - almofada Madalena Floral www.donatelli.com.br

9 - espreguiçadeira Hierro da MARIA PIA CASA
rua dos Andradas, 135, Centro - Itu
www.mariapiacasa.com.br

10 - mesa de Centro Oval Rattan Natural da MARIA PIA CASA
rua dos Andradas, 135,
Centro - Itu www.mariapiacasa.com.br



9



10



7



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



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 Benedicto Gonçalves, 309 - ITU
Tel. (11) 4025.2901

Novidades é na Bellamesa!

Além da mais completa linha de pratos, sousplats, copos, talheres e toalhas, na Bellamesa você encontra os acessórios mais diversificados para deixar seu evento pra lá de descolado: réchauds, baldes de gelo, jogos americanos etc. - tudo com o padrão de qualidade que é nossa marca registrada.



BELLAMESA

Bellamesa Locação de Materiais para Eventos

Av. Conceição, 1088 - Vila Maria Helena - Indaiatuba

Telefones (19) 3875-1588 e 3835-5235

f Bellamesalocacao / bellamesaindaiatuba

Consulte o acervo da Bellamesa no website:

www.bellamesa.com.br

e peça seu orçamento online!



TENHA A COZINHA DOS SEUS SONHOS!!!
Peça um orçamento!

Rua Sete de Setembro, 410 - Tel.: (11) 4456-1453 / Cel.: (11) 94817-1658

Centro - Salto - email: maira.bordignon@bol.com.br



by Maira Bordignon

R

GENTE + festas

entrevistas | personalidades nacionais e regionais | festas e eventos



A bela Isabeli

SUPERMODELO
ISABELI FONTANA É
A ENTREVISTADA DO
MÊS; NAS PRÓXIMAS
PÁGINAS, VOCÊ
CONFERE O PAPO
NA ÍNTEGRA



ISABELI FONTANA

A super modelo numa entrevista especial

Uma das supermodelos brasileiras de maior prestígio na história da moda, Isabeli voou longe e conquistou o mundo, mas agora ela quer mais! Mais liberdade para curtir a família e se envolver com novos projetos

Isabeli é um ser para se apaixonar, mas não só pela beleza incontestável e sim por ser uma mulher incrível de coração doce e sincero. Sua história começou cedo, aos 13 anos de idade participou de um concurso em uma agência de modelo, e aos 15 foi para Nova York onde se destacou no mundo fashion. Mas nem tudo foram flores, num desabafo intenso e cheio de emoção, a top model revelou que se tornou arredia e até revoltada. “Tudo por conta da minha trajetória de vida, porque ao longo desse período algumas pessoas queriam me boicotar, acabar comigo tentando me fazer coisas que eu não achava bacana. Fui me transformando e ficando forte demais, mas comecei a perder o controle e, hoje, mais velha, mais madura, consigo ponderar com mais equilíbrio e viver bem no meu trabalho”, explica. Em busca de uma vida mais tranquila, Isabeli quer diminuir o ritmo para se dedicar à família e curtir o marido Di Ferrero. Para o futuro, ela está cheia de sonhos. “Eu quero morar na praia com a minha família, praticar esportes radicais. Sou uma mãe meio louca. Existem coisas que eu ainda não fiz. Eu adoraria voltar a estu-

dar, fazer uma faculdade de Nutrição, mas por enquanto, não tenho tempo”, confidencia. Com mais de 20 anos de carreira, nesta entrevista Isabeli compartilha um pouco as dores e as delícias dentro e fora das passarelas.

REVISTA REGIONAL: Já são muitos anos de passarelas e, assim como a moda, a carreira de modelo também evoluiu. Como você sentiu essas mudanças?

ISABELI FONTANA: Hoje mudou muito como, por exemplo, as modelos precisam ser mais completas, antigamente na minha época não precisávamos falar, nos comunicar. Nós éramos um rosto, um cabide, um corpo, mas não é mais assim. Quando eu comecei, as pessoas queriam me manipular, e hoje em dia elas me respeitam muito mais, por conta das mídias sociais, por eu ter uma voz que pode ser ouvida. Elas me respeitam pelo ser humano que eu sou. Eu transformei uma força que havia dentro de mim, comecei a ser uma pessoa que as outras não entendiam, eu parecia revoltada, e tudo por conta da minha trajetória de vida, porque ao longo desse período algumas pessoas



“A minha vida é muito rápida e cheia de escolhas. Procuro viver pra não me arrepender de nada!”

queriam me boicotar, acabar comigo tentando me fazer coisas que eu não achava bacana. E, por conta de tudo isso, fui me transformando e ficando forte demais, mas comecei a perder o controle e, hoje, mais velha, mais madura, consigo ponderar com mais equilíbrio e viver bem no meu trabalho. Mas ainda bem que mudou e foi bastante positivo. Hoje não sou mais insegura. Quando eu era mais nova, queria me esconder, desde a minha infância não queria ser vista. Foi muito estranho pra mim. Além dessas mudanças, é claro que a fotografia também mudou. É diferente do tempo de quando eu comecei, porque naquela época ainda era polaroide, tínhamos que esperar a imagem sair, não é como hoje, tudo digital e rápido.

Hoje em dia você diria que é uma pessoa que se posiciona mais e fala o que pensa, mesmo não sendo a mesma opinião do outro...
 Você pode falar o que você pensa! Eu sou justamente assim por conta da vida que eu tive. De me autocensurar, de não ser aceita, de não ser aprovada, e quando isso aconteceu eu fui me fechando. Quando percebi essa força dentro de mim, comecei a extrapolar, as pessoas comentam que eu falo o que penso, mas é por causa da vida sofrida que eu tive lá atrás e elas não levam em consideração porque não sabem da minha história, e cada um tem a sua, e você vai se moldando de acordo com o que te acontece. Eu agia dessa forma porque era um jeito de eu me proteger por conta das pessoas me colocarem pra baixo. ‘Ah

aquela mulher é insuportável porque ela fala mesmo o que ela pensa’, ‘Ela é linda, mas é burra’. Sempre tinha um defeito, e você começa a viver insegura.

Você acredita que tenha encontrado um equilíbrio nessa fase de ponderar o que será dito?

Eu acho que agora estou melhor (risos). Bem melhor!

Sobre toda essa experiência que você viveu no início de carreira, as outras modelos eram parceiras, ajudavam umas as outras?

Hoje em dia essa parceria existe, mas antigamente as modelos queriam boicotar, acabar com você, entregar o sapato, queriam aparecer mais, muitas modelos queriam vir na minha frente. Já aconteceu a situação de eu abrir um desfile, e uma modelo se colocar na minha frente, queria aparecer mais. Eu sempre fiquei meio assim... ‘Ah que saco esse negócio, vai na minha frente’, eu dizia isso pra elas. Eu sempre olhei o meu trabalho como um trabalho e não como uma história de vida. Não é a minha vida, é o meu trabalho. Quer aparecer mais? Apareça! Eu estou aqui para ganhar o meu dinheiro, então estou feliz.

Quando você está acompanhada pelo marido (Di Ferreira) ele se incomoda que os outros homens ficam te olhando?

É o primeiro homem que gosta (risos). Ele é muito seguro! Eu já namorei homens ciumentos que me cortavam, me podavam



Isabeli em diversos trabalhos e viagens ao redor do mundo

ainda mais, mas eu estava naquela energia em que eu me sentia boicotada, por conta de me sentir insegura e se você é assim, vai viver cada vez mais isso. E com o Di não, ele fala que adora ver todo mundo me olhando, que eu vou bombar (risos) que sou maravilhosa mesmo, então as pessoas têm que olhar. Eu juro que eu nunca encontrei um homem tão seguro na minha vida. Juro!

Diante da sua experiência, que tipo de conselho você daria para as meninas que desejam ter uma carreira como a sua?

O conselho que eu daria é que nem sempre é fácil se centrar, aliás, é muito fácil você perder os pés. De repente, você começa do nada a brilhar e não entende o porquê. Ficar sozinha e se perguntar: 'Quem sou eu?', 'O que eu vim fazer aqui?'. Nunca deixar de fazer essas perguntas e ter um foco. É importante voltar para as suas origens. Eu sempre aconselho a meditação. É a melhor coisa que existe.

Hoje você tem uma rotina de trabalho intensa, vive viajando além de comparecer em diversos eventos de marcas. Como é administrar a carreira e a vida pessoal?

Eu tenho jogo de cintura. Já aconteceu, por exemplo, de eu estar organizando a festinha de aniversário do meu filho e um cliente me ligar um dia antes. Eu tive que desmarcar com todo mundo e remarcar a data. É muito difícil e tem horas que ficamos num momento decisivo porque é aquele trabalho que só acontece uma vez na vida, ou seja, é pegar ou largar. Eu coloco na balança o que é mais importante pra mim. A minha vida é feita de escolhas. É sempre uma avaliação do que é mais importante, e nem sempre é o dinheiro ou o melhor trabalho, mas realmente estar com os meus filhos porque eles precisam de mim e eu deles. O equilíbrio é a grande chave de tudo, de uma família feliz, de uma mulher que quer estar bem, que corre com a carreira, e que tem que cuidar dos filhos. Eu já deixei de me sentir culpada. Faço terapia desde os nove anos de idade quando a minha mãe descobriu que eu não falava muito na escola, e que eu não gostava quando as pessoas olhavam pra mim, me incomodava muito. E desde então não saio mais da terapia. Eu não sou previsível e dependo muito disso para fazer algumas coisas, não sei explicar, mas é algo que sinto.

Mas você também consegue um tempo para recarregar as energias. Quando tem essa brecha, o que você mais gosta de fazer?

Eu gosto de ler e refletir sobre a vida, faço quando estou sozinha numa vigem para outro país onde vou levar umas 15 horas pra chegar. Ficar sozinha de vez em quando é importante porque você acaba se descobrindo. Mas eu também consigo ir para a academia, faço spinning com as minhas amigas porque não gosto de fazer sozinha, gosto de sair pra dançar. A minha vida é muito rápida e cheia de escolhas. Procuro viver pra não me arrepender de nada! Eu adoraria diminuir o ritmo; na verdade, estou tentando. Adoraria poder ficar mais tempo com

os meus filhos que daqui a pouco estarão na fase adolescente, e eu não quero estar longe nesse momento. Mas quando tenho cinco dias, o que é super difícil porque a minha agenda está quase sempre lotada, procuro estar perto da natureza. Adoro fazer uma feijoada light para os meninos, cozinho raramente, mas gosto de fazer uma comidinha, um peixe bem temperado. Sou uma mãe como as outras, sempre preocupada com a alimentação deles. Só não dá quando eles estão na escola, porque eles têm uma rotina rígida a ser seguida. Os nossos momentos de lazer juntos são sempre perto da natureza, nas dunas, nas praias, no meio do mato. É o lugar onde recarrego as minhas energias. Sinto-me bem e amo fazer esportes. Sou muito ativa e não gosto de ficar parada, me dá desespero. Eu também gosto de criar, design de interior, sou deslumbrada com luzes, vidros. Acredito que eu vá para um lado design porque é algo que eu gosto também, mas ainda preciso de mais alguns anos de carreira. Eu não acredito que serei modelo pra sempre. Eu quero morar na praia com a minha família no Havaí, praticar esportes radicais. Sou uma mãe meio louca. Existem coisas que eu ainda não fiz, mas o mais importante na moda é nunca só fazer os nomes mais conhecidos e fortes, porque existem os novos também. É necessário o equilíbrio. Eu adoraria voltar a estudar, fazer uma faculdade de Nutrição, esse é meu grande sonho, mas por enquanto, não tenho tempo.

Por trabalhar como modelo, você deve ter um cuidado todo especial com a alimentação, com os produtos que você usa diariamente na pele. Como é sua rotina de beleza?

É curioso porque quando eu fazia maratona de desfiles e eu cheguei a fazer muitos entre Milão, Paris e Nova York, havia alguns momentos que eu brigava com o meu agente porque tinha que parar pra comer. Na Europa, se você não come no horário, não encontra mais lugares para almoçar ou jantar, depois só fast food. Eu fazia um refogado de verduras com frango e comia, mas hoje em dia não posso nem ver que não aguento (risos). Eu também tomava muito suco de aloe vera, porque combate os radicais livres. Eu procuro usar um anti-idade desde os meus 20 anos, tenho medo de ficar com rugas (risos). Uso água termal no rosto e a água do nosso país é muito boa porque vem da terra, tem aquele cheirinho bom e faz bem para o rosto. A água dos EUA é péssima pra minha pele, por isso eu tenho que usar água mineral natural. E o que faz a diferença e depois eu só passo hidratante. A água da Europa também é horrível pro meu cabelo porque fica pesado e eu também uso água mineral, mas o meu segredo é água termal. Quando estou no Brasil, eu tenho problemas com acne no rosto, e uso produtos não tão oleosos. E claro, protetor solar fator 30 pra evitar manchas. O ideal é usar produtos naturais porque são menos agressivos, eu tenho algumas ampolas de vitaminas C e aplico no rosto, mas a genética ajuda. A minha mãe tem mais de 50, mas parece ter 40.



O melhor hambúrguer
artesanal do
centro-oeste paulista
agora em Itu


- Hamburgueria gourmet
- Deliciosas sobremesas
- Produtos de alta qualidade
- Ambiente retrô
- Atendimento exclusivo



BROOKS

HAMBURGUERIA

Rua Paula Souza, 18 - Centro - Itu - Tel.: (14) 99109-6886

 Brooks Hamburgueria Itu



André Egoroff

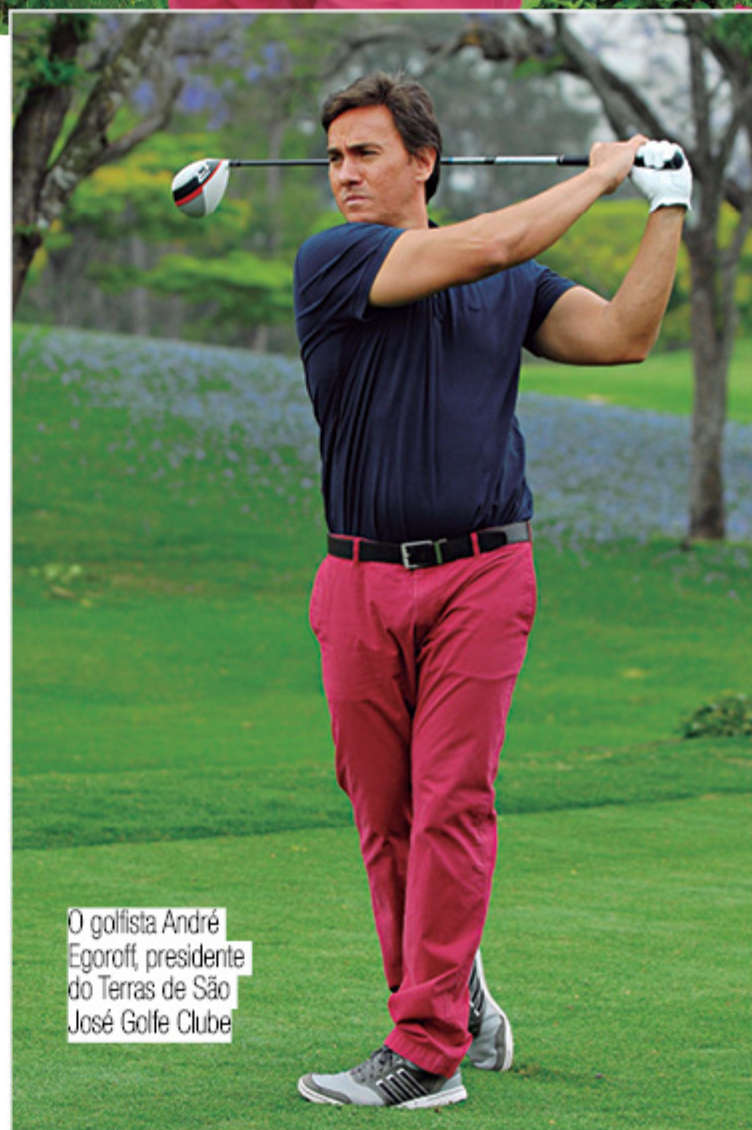
Presidente do Terras de São José Golfe Clube

O Terras de São José Golfe Clube é um dos três maiores campos do Brasil que recebe visitantes e foi eleito novamente pela revista americana Golf Digest um dos dez melhores do país

Há mais de dez anos à frente do Terras de São José Golfe Clube, o golfista André Egoroff mora em Itu há mais de 20. Natural de São Paulo, ele conta que frequenta o condomínio Terras de São José desde criança e que o que o aproximou do clube foi justamente o fato de jogar golfe por lazer. Com planejamentos de curto, médio e longo prazo, o presidente explica que em mais de uma década já conseguiu realizar muita coisa no clube, mas que há sempre um caminho que não termina e que, dentre as diversas atividades dentro da empresa, nada lhe dá mais prazer do que atuar no clube de golfe. *“O clube tem mais de 40 anos, abriu logo depois da inauguração do condomínio. Desde que eu entrei, nós investimos muito em equipamento e pessoal, sempre pensando em trazer cada vez mais melhorias para os jogadores, porque, além do esporte, aqui é um local de lazer também”,* explica André, lembrando ainda que o clube de golfe conta com restaurantes e tudo é aberto ao público, diferente de outros clubes Brasil afora, onde se pode frequentar apenas convidados. *“Hoje nós temos mais de 250 sócios entre adultos e crianças. O legal do esporte é isso, ele não tem limite de idade. Além disso, o campo é aberto, a pessoa pode vir tanto para fazer aula quanto pagar o griffin e jogar no campo”.*

O clube ituano conta com mais de 650 mil metros quadrados de campo que exigem cuidados todos os dias. O local fecha apenas às segundas-feiras, quando passa por manutenção. Além de sediar eventos de golfe o ano todo, o evento mais importante é o Aberto, que esse ano acontece sua 38ª edição, reunindo, em três dias de eventos, jogadores de várias partes do Brasil e do mundo. *“São três dias de eventos com várias atrações. Ano passado tivemos jogadores de todo o Brasil e de seis países. É o evento com maior número de jogadores jogando ao mesmo tempo num único lugar”,* ressalta André.

O Terras de São José Golfe Clube é um dos três maiores campos do Brasil que recebe visitantes, o que mais vende griffins e foi eleito pela revista americana *Golf Digest* um dos dez melhores campos de golfe do país. *“Eu desenvolvo diversos trabalhos para o grupo há muitos anos, mas aqui é o lugar que eu mais gosto de trabalhar. Nós oferecemos um campo de primeira e aberto ao público. Além disso, trabalhar com essa vista, não tem coisa melhor”,* finaliza o presidente.



O golfista André Egoroff, presidente do Terras de São José Golfe Clube

2019 DE SORRISO NOVO!

Sonhando em colocar
Lentes de Contato?

A ProSorriso trouxe para Salto o CEREC, um aparelho de tecnologia alemã, que permite fazer facetas, lentes de contato e coroas em porcelana pura, em uma única sessão.

O processo se inicia com a captação das imagens em 3D, com um scanner intraoral e, depois, o dentista faz o projeto digital da restauração com o auxílio de um software. Na fresadora (espécie de impressora 3D) é inserido um bloco de porcelana, onde as brocas irão esculpir um novo dente com fidelidade robótica ao projeto digital desenvolvido, com perfeita adaptação e estética.

Com isso, agora é possível a transformação completa de um sorriso em uma única sessão, sem moldagens e dente provisório.



PROSORRISO
odontologia

Fale com nosso time!

(11) 4029-3897 | ☎ (11) 99109-7230
Av. Dom Pedro II, 289 - Centro - Salto/SP

f @clinprosorriso 📷 @prosorrisosalto
www.clinprosorriso.com.br

Responsável Técnico - Dr. Roberto Savioli - CROSP 102691

Plínio Bernardi Júnior

Os desafios da gestão pública

Atual secretário de Planejamento de Itu, Plínio é doutor em Administração pela Fundação Getúlio Vargas e graduado em Economia. Seu norte no plano de governo é: "Itu, cidade inteligente, sustentável e humana"

Doutor em Administração pela FGV (Fundação Getúlio Vargas), o atual secretário de Planejamento de Itu, Plínio Bernardi Júnior, é graduado em Economia há mais de 20 anos. Professor, também na FGV, Plínio tem ampla experiência como consultor da área pública, mas é a primeira vez que atua diretamente numa gestão dessa natureza.

Sua vida profissional teve início na Engenharia, faculdade que começou aos 17 anos e acabou deixando por não se enxergar na profissão. Mas ali já percebeu que os números eram sua paixão e entrou para a faculdade de Economia. *"Administração de empresas é muito apaixonante, mas Economia é da porta para fora da empresa e como envolve muita Matemática, pensei que não jogaria fora o que já tinha estudado em Engenharia. Logo que terminei Economia, veio o Plano Real e o dólar estava menos de um Real. Vendi um Uno que eu tinha e fui estudar fora"*, explica sua trajetória. O secretário cursou Finanças na Califórnia e quando retornou ao Brasil percebeu que gostava de estudar, que tinha nascido professor e seguiu esse caminho. *"Eu vi que precisava canalizar minha carreira nessa área e me apliquei para o mestrado profissionalizante da GV. Até hoje eu acho que eles erraram e eu passei"*, brinca Plínio.

Com o tempo, o economista passou a prestar consultoria para empresas, na área de Finanças. Ele realizava estudo de viabilidade técnico econômica para parceria público-privada e assim teve início seu contato com a área pública. *"Prestei consultoria para o governo do Estado e vários municípios. Adentrei a área pública prestando serviços"*, explica.



Plínio Bernardi Jr., atual secretário de Planejamento de Itu, e professor da FGV

O convite para participar do atual governo veio em 2015, quando o atual prefeito Guilherme Gazzola, então candidato, chamou Plínio para ajudar a produzir o plano de governo. Na época, Plínio já estava envolvido na pesquisa de Cidades Inteligentes: *"O plano de governo foi constituído a muitas mãos, mas o norte que eu tinha pra colaborar era em cima disso: Itu, cidade inteligente, sustentável e humana. Então, todas as ideias foram penduradas embaixo desse grande guarda-chuva. Quando ele foi eleito, ele me convidou a fazer parte da gestão. Eu não tinha intenção de trabalhar no setor público, mas ele me convidou e eu tive vontade de tentar"*, conta o atual secretário.

Hoje, Plínio se divide entre a Prefeitura de Itu e sua vida acadêmica na FGV, com menos aulas do que antes, mas fazendo uma ponte entre as duas áreas que está atuando. Ele revela que todas as decisões da Prefeitura passam pela Secretaria de Planejamento e que é muito interessante perceber o impacto na vida das pessoas, as decisões tomadas dentro da Secretaria. *"Se por um lado é muito prazeroso, por outro é muita responsabilidade. Difícil alguma decisão da cidade que não passe pelo Planejamento, então, eu acabo sabendo de tudo e estou muito feliz aqui"*, finaliza.

DIREITO A REVISÃO DE BENEFÍCIOS PREVIDENCIÁRIOS

Os aposentados e pensionistas que se enquadrem no “BURACO NEGRO” e “SUPER TETO” têm direito a revisão de seus benefícios em valores consideráveis

O Supremo Tribunal Federal (STF) reconheceu o direito à revisão das aposentadorias concedidas no período de 05 de outubro de 1988 a 04 de abril de 1991. Este entendimento tem origem no julgamento do RE 564.354-9/SE, que adequou os benefícios aos novos tetos dos salários de contribuição fixados pelas Emendas Constitucionais n. 20/1998 e n. 41/2003. Assim, os beneficiários do INSS que se aposentaram no referido período podem conseguir na Justiça a revisão do chamado “buraco negro”. É possível ainda proceder a revisão dos benefícios de quem se aposentou entre 05 de abril de 1991 e dezembro de 2003, chamada de revisão do “super teto”.

Quem tem direito a revisão “buraco negro”?

Tem direito a este tipo de revisão aqueles beneficiários por tempo de contribuição, especial e invalidez que se aposentaram entre 05 de outubro de 1988 e 04 de abril de 1991 e que contribuam pelo teto. O INSS, nesse período, não aplicou corretamente a correção monetária, quando os índices de inflação eram muito altos.

Quem tem direito a revisão do “super teto”?

No caso do “super teto”, tem direito aqueles que se aposentaram entre 05 de abril de 1991 e dezembro de 2003, que também contribuam pelo teto e sofreram limitação no momento da concessão do benefício.

Como é possível verificar se há direito as revisões do “buraco negro” ou “super teto”?

Primeiramente é necessária uma análise detalhada da Carta de Concessão do Benefício, com a respectiva memória dos cálculos realizados pelo INSS e CNIS (Cadastro Nacional de Informações Sociais). Caso o beneficiário não possua estes documentos, é possível obtê-los on-line, através do “Meu INSS” no site do INSS (www.meuinss.gov.br).

No caso de pensão por morte, quais as possibilidades de pedir esta revisão?

No caso do falecimento do beneficiário, terá direito a revisão o dependente legal do aposentado, como cônjuge, companheiro (a), pais e filhos, que recebam a pensão por morte, conforme previsto no artigo 16 da Lei 8213/91. O direito a revisão só será possível se o falecido “de cujus” tenha se aposentado nos períodos do “buraco negro” ou “super teto”.

O pedido de revisão gera risco de redução, suspensão ou cancelamento do benefício?

Não, ao contrário, haverá sim, após análise, um aumento considerável do valor do benefício, ou seja, será implantada



Dra. Elida Lopes Lima de Maio OAB/SP 109.272
Advogada há 28 anos, especialista em Direito Previdenciário e Trabalhista, sócia proprietária de DE MAIO & VILLELA SOCIEDADE DE ADVOGADOS

Dra. Patrícia Teruel Pocobi Villela OAB/SP 147.274
Advogada há 23 anos, especialista em Direito Previdenciário e Processo Civil - sócia proprietária do escritório DE MAIO & VILLELA SOCIEDADE DE ADVOGADOS

CONTATOS: www.demaioevillelaadvogados.com.br
email: contato@demaioevillelaadvogados.com.br

aos beneficiários uma nova renda mensal, a partir do trânsito em julgado da sentença da ação judicial que reconheceu o direito a revisão.

Tenho direito a receber valores atrasados?

Sim, receberá a diferença que foi acrescida ao benefício em razão da ação judicial, referente aos últimos 05 (cinco) anos, ou seja, 60 (sessenta) meses retroativos à data da ação de revisão, seja ela “buraco negro” ou “super teto”.

Há alguma consideração final importante?

Importante ressaltar que aqueles que se aposentaram ou recebem pensão por morte oriundas da época acima mencionada, atualmente contam, via de regra, com mais de 70 (setenta) anos, momento da vida em que os gastos com saúde, remédios, e cuidados especiais têm um alto custo, em comparação a sua renda que, em geral, é inferior à percebida na vida profissional ativa.



fotos: Juca Ferreira/Divulgação

ITU

Réveillon do Itu Plaza Hotel

Como já é tradição, o Itu Plaza Hotel promoveu um grandioso Réveillon. A festa da virada contou com show musical, ceia, bateria de escola de samba e uma linda queima de fogos. Os convidados receberam 2019 em clima de alegria e otimismo. Veja alguns momentos da noite.



EM BREVE UM
HOSPITAL VETERINÁRIO
DO TAMANHO DE ITU

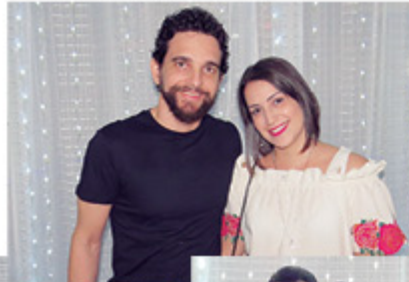
Há 26 anos crescendo junto com a cidade!
Parabéns Itu pelos seus 409 anos.
#orgulhodeserituano



☎ 11 4023.2898 📞 11 99944.2941 - 24H

PRAÇA LIONS, 42 - CHAFARIZ / ITU-SP - WWW.ARIZA.COM.BR

circulando



SALTO

*Réveillon no
Clube dos Casados*

O Réveillon 2019 foi em grande estilo no Clube dos Casados, em Salto. Centenas de convidados viraram o ano num clima de muita alegria e descontração, ao som da Banda Coco Mambo. Confira algumas fotos.



- ☑ 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



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





ITU

Lourdes Sioli lança 'Anos Dourados'

No último dia 12 de janeiro, a escritora Maria de Lourdes Sioli lançou seu tão esperado livro de memórias, em Itu. Intitulado "Anos Dourados", o lançamento ocorreu no Muscu da Energia e contou com familiares, amigos e membros da Academia Ituana de Letras, entidade que a escritora integra.



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

Amplio estacionamento



Foto: Benjamin Nogueira

ITU

Morena Romanatti festeja seus 70 anos

A cake designer Morena Romanatti, especialista em confeitaria fina, reuniu familiares e amigos, no dia 12 de janeiro, para celebrar seus 70 anos de idade. A festa aconteceu numa chácara em Itu.



Lançamento 2019 Academia Corpo São



Pilates: é um tipo de atividade física que busca o controle do músculos do corpo, fortalecendo a musculatura e melhorando seu tônus, além de conferir maior flexibilidade ao corpo. Hoje, alguns médicos a consideram uma forma de terapia, por ser um exercício individualizado.

Melhora da postura: A consciência corporal obtida com o pilates e o foco nos músculos do centro do corpo (conhecidos como core) fazem com que as curvas naturais da coluna sejam respeitadas, o que melhora a postura. Com isso, o exercício pode reduzir dores nas costas.

Aumento do tônus muscular: Os exercícios do pilates trabalham com a contração e força dos músculos, além de sua flexibilidade. Com isso, as fibras musculares são rompidas e reconstruídas, possibilitando a troca de massa gorda por muscular e um melhor contorno corporal, com redução de medidas.

Maior mobilidade articular: Como os exercícios trabalham o corpo de forma global, as articulações também são estimuladas, o que torna o corpo mais móvel e facilita os movimentos do dia a dia.

Evolução da marcha e corrida: Como movimentos globais são estimulados durante o pilates, isso faz com que movimentos comuns, como a caminhada, se tornem mais simples e melhor executados.

Por meio da reeducação da respiração e da concentração adquiridas no método, correr pode se tornar uma atividade mais prazerosa e com resultados mais rápidos. Além disso, a consciência corporal desenvolvida no pilates auxilia o equilíbrio do corredor e o alinhamento do corpo.



Academia Corpo São
Contate-nos e treine na melhor!

☎ 95594-6477
Rua Henrique Viscardi, 560 - Salto

FOTOS: GISELE SCARAVELLI

circulando



INDAIATUBA

Top Decoratto

A empresária Bruna Maluf recebeu na tarde de 17 de janeiro convidados para o coquetel de lançamento do Top Decoratto 2019 e a premiação de 2018. Profissionais de decoração, como arquitetos e designers, de Indaiatuba e região estiveram presentes, prestigiando a Decoratto.







Beleza & Estilo

*A moda
que é a
sua cara!*



Imagem ilustrativa

 @belezaeestilo_2018

 belezaeestilosalto

Rua Floriano Peixoto, 2.456



Salto/SP



Tel.: (11) 4602-5138



Linda Linda
Keren Siqueira

Moda Evangélica by Keren Siqueira

 11 4023-0235  11 97284-2736

 LindaLinda  LindaLindaporKerenSiqueira

Rua Floriano Peixoto - Itu Shopping - loja 11

DETOX DE VERDADE

NO APP E SITE Confira como a dieta detoxificante pode melhorar a saúde.

Os "alimentos detox" são capazes de turbinar a eliminação de toxinas, mas é preciso cuidados para que esse benefício reflita na balança.

AdobeStock



Hábitos capazes de aumentar a disposição

NO APP E SITE: Alimentação com base em determinadas frutas (como o mirtilo), gorduras saudáveis, alimentos ricos em ferro e lanches inteligentes ajudam a combater os desgastes do corpo e da mente. Confira as dicas de especialistas em nosso site e aplicativo.



ÍNDICE

pág. 82 viva bem
pág. 86 guia saúde
pág. 90 final feliz



A prática diária de exercícios físicos está entre as principais metas do início de ano

Oito passos para adotar hábitos saudáveis

Especialista lista dicas para cumprir as principais resoluções de ano novo

Todo início de ano é marcado pelas tradicionais resoluções de ano novo. Naturalmente somos instigados a refletir acerca de muitas coisas e inclusive em relação aos hábitos de vida. Seja parar de fumar, começar uma dieta ou algum esporte novo. Todos são passos importantes para quem busca uma boa qualidade de vida e prevenção de várias doenças.

Uma pesquisa realizada pela Universidade de Scranton mostrou que apenas 8% das pessoas atingem suas metas de ano novo, afinal, abandonar velhos hábitos pode não ser tão simples. O cardiologista Diego Garcia, com área de atuação em cardiologia geral, medicina preventiva e medicina do estilo de vida, lista oito passos importantes para quem deseja cumprir as resoluções de ano novo e adotar práticas mais saudáveis.

- 1. Reconhecimento:** trata-se de avaliar com cuidado a situação atual da sua vida, identificar hábitos prejudiciais e tomar ciência de quais práticas precisam ser adotadas. *“Tome um tempo, fique sozinho, comece a pensar e anote tudo”*, comenta Diego.
- 2. Prioridade:** antes de tudo, é preciso definir se realmente a saúde é uma prioridade. Não adianta saber que precisa mudar, mas não tomar nenhuma iniciativa. Para mudar hábitos, é preciso de tempo e esforço, se não for uma prioridade, ela será interrompida nos primeiros obstáculos. *“Se, por exemplo, existe a vontade de praticar uma atividade física, mas a prioridade é o trabalho, você pode organizar melhor o tempo e começar um esporte próximo ao trabalho”*, aconselha o cardiologista.
- 3. Estabelecer metas reais e palpáveis:** é difícil um hábito mudar do dia para a noite. Para facilitar, é importante estabelecer um período de adaptação, de acordo com o desejo. *“Se você não faz nada de atividade física há anos, começar a fazer cross fit cinco vezes na semana pode ser complicado”*, explica. Nesse caso, o ideal é começar uma atividade física leve a moderada e ir aumentando a intensidade e a frequência conforme a tolerância.

- 4. Verificar seu mindset:** *mindset*, de forma simplificada, é uma mentalidade (programação mental), ou seja, um conjunto de pensamentos e crenças que existem dentro da nossa mente e que determina sentimentos e comportamentos. O cardiologista diz que é preciso se libertar de pensamentos limitantes baseados em experiências passadas que podem causar uma auto sabotagem. *“Precisamos nos livrar deste tipo de pensamento sabotador, acreditar que é possível mudar e nos abrir para a transformação, por mais difícil e doloroso que seja”*, afirma o especialista.
- 5. Buscar ajuda especializada:** após verificar o que precisa ser mudado, nem sempre dispomos de todo o conhecimento necessário para realizar a mudança que almejamos. Para isso, temos que buscar ajuda de profissionais da área em questão para que estes nos auxiliem e nos deem orientações apropriadas. *“Não temos que ser duros! Temos que pedir ajuda se necessário, pois isso não é fraqueza! É inteligência”*, aconselha Diego.
- 6. Organizar sua rotina:** depois de decidir o que precisa ser mudado, é essencial parar um pouco e raciocinar como essa mudança entrará ou impactará na sua rotina diária. Por exemplo, decidir como começar a praticar atividade física de forma regular, mas como conciliar com o trabalho ou estudo? Qual o melhor horário?
- 7. Estabelecer data para o início:** Depois de todos os passos citados anteriormente, é preciso definir quando vai começar a mudança, estabelecer uma data, não muito longe, é claro! Isso é importante para não postergar a mudança. *“Se você decidiu parar de fumar, se organize para procurar ajuda do pneumologista e então estabeleça uma data exata para largar o tabaco”*, indica Diego Garcia.
- 8. Monitoramento frequente e ajuste:** com uma frequência regular, pense em como está a mudança do hábito, se você está atingindo seu objetivo ou se algo não está saindo como você esperava. Se necessário, repasse os passos anteriores e ajuste o que for necessário.

COMECE O ANO NOVO CUIDANDO DA SAÚDE DA SUA FAMÍLIA

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

**ÚLTIMAS
SEMANAS**

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) 4602-8807 / 4602-8812 / 4602-9416
Itu | (11) 4013-9595 / ramal 9537

somos
COOP

Unimed 
Salto/Itu

Sua

Beleza

explorada
ao máximo



- *Cirurgias estéticas faciais e corporais*
- *Tratamentos cosméticos diversos*
- *Tratamento de câncer de pele* • *Laser*

**DR. FERNANDO
QUEVEDO**

Cirurgia Plástica | CRM 145920

Itu - Clínica Da Vinci - Medicina Integrada
Avenida Plaza, 6 - 5º andar - sala 512
(11) 2429-8707 / (11) 94779-5010 (Whatsapp)

Sorocaba - Clínica Amis
Rua Bernardo Guimarães, 105,
sala 906 - Business - Sorocaba/SP
(15) 3327-9761 / (15) 99123-8606 / 99748-2257

ANSIEDADE: quando procurar ajuda

“Uma forma simplificada de diferenciar uma ansiedade normal de uma patológica é basicamente observar se a reação ansiosa é de curta duração, autolimitada e relacionada ao estímulo do momento”

Ao buscarmos a definição de ansiedade, frequentemente encontramos ideias similares a um estado psíquico de apreensão ou medo provocado pela antecipação de uma situação desconhecida, desagradável ou perigosa.

Trata-se de uma reação natural do ser humano a situações que podem provocar medo, dúvida ou expectativa. É comum adultos e crianças demonstrarem reações de ansiedade em vários momentos de sua vida. Uma criança, por exemplo, pode demonstrar ansiedade com a chegada das férias ou com o início das aulas, com a comemoração do seu aniversário ou então com outros eventos ou situações que sejam esporádicas e não rotineiras. Um adulto pode mostrar-se ansioso diante de uma entrevista de emprego ou mesmo diante de uma consulta médica, uma apresentação de um novo projeto para seus superiores e em muitas outras situações do cotidiano.

A ansiedade é necessária para garantir a adaptação a uma nova situação que se impõe em nossa vida. É ela que nos faz pensar em novos detalhes para a tomada de uma decisão ou para a organização de um evento. Também é ela que nos impulsiona a rever nossos conceitos, aprofundar nossos estudos em um determinado conteúdo, refletir e planejar antes de executar novas tarefas, enfim, ela nos proporciona uma espécie de reorganização física e mental para assumirmos novos desafios.

A ansiedade começa a ser reconhecida como patológica no momento em que notamos que há exagero ou desproporcionalidade em relação ao motivo, quando ela atinge um valor extremo de caráter sistemático e generalizado e que começa a interferir no funcionamento saudável da vida de um indivíduo, seja ele adulto ou criança.

Quando a ansiedade começa a interferir na qualidade de vida, abalando o conforto emocional ou o desempenho diário de atividades rotineiras é chegada a hora de se preocupar.

Uma forma simplificada de diferenciar uma ansiedade normal de uma patológica é basicamente observar se a reação ansiosa é de curta duração, autolimitada e relacionada ao estímulo do momento. Sendo assim, estamos diante de uma reação natural e não patológica. Se, ao contrário, for de longa duração, difícil de ser controlada e não estiver relacionada a um estímulo momentâneo, aí sim estamos falando de uma possível ansiedade patológica.

A ansiedade patológica traz alguns sinais visíveis nas reações físicas, emocionais e comportamentais de uma pessoa. Dentre



Felipe Rubinetto

Julyany Rodrigues Gonçalves

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

Atendimento clínico: Rua 7 de Setembro, 494 – Centro, Salto.
Telefone: (11) 4456 2019 / WhatsApp: (11) 99545 8804
Email: julyanygoncalves@gmail.com

os principais sinais que podemos observar, vale destacar: uma constância de previsões pessimistas, baixa autoestima, tensão corporal associada a dores musculares (em especial ombros e pescoço), tremores, palpitações, dores no peito, falta de ar, elevação da pressão arterial, queda no desempenho de atividades rotineiras, entre outras.

No geral, os transtornos de ansiedade respondem muito bem ao tratamento psicológico especializado. Em casos mais extremos é indispensável a associação da psicoterapia (realizada por psicólogos especializados) com o acompanhamento de psiquiatras, para a avaliação da necessidade do uso de medicamentos psicotrópicos para um tratamento adequado.

Há vários tipos de transtornos de ansiedade e para cada pessoa faz-se necessária uma avaliação específica por profissionais especializados, de forma que o tratamento mais adequado seja planejado e implementado, proporcionando confiabilidade, segurança e qualidade de vida para a pessoa que sofre com a ansiedade.

Embora seja desconhecida a autoria, reconheço a verdade de uma definição bastante razoável: *“A ansiedade é o acelerador que ganhamos de brinde por não sabermos esperar nosso próprio tempo.”*

Na dúvida, procure sempre um profissional especializado.

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. Erick Colhado Embacher
Especialista em Implantodontia
CRO-SP 57.161

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

Passa o dia **tranquilo**, com a garantia que Seus Idosos estarão bem **cuidados** e no final do dia **retornarão** para a casa.



CASA DE CONVIVÊNCIA
PARA A TERCEIRA IDADE



VISTA EXTERNA



ESPAÇO INTEGRAÇÃO



ESPAÇO ACONCHEGO

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@seuencontro.com.br
www.seuencontro.com.br



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





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, BAIROS E CENTRO
- **APARTAMENTOS:**
(1,2,3,4 dorm) PRONTO PARA MORAR E EM CONSTRUÇÃO
- **IMÓVEIS COMERCIAIS:**
NO CENTRO E EM BAIROS
- **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

girassol
Studio dance

Ballet, Jazz,
Contemporâneo,
Sapateado

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

Fone (11) **4028-0549**



Há 19 anos
cuidando
de quem
você ama

Pet Family
clínica
veterinária



Puro amor. Pura dedicação.

consultório (11) 4021.0274
emergência 9 9872.0784
banho e tosa (11) 4021.4448

petfamily.vet.br
facebook.com/petfamilyvet

Rua 24 de Outubro, 107 - Centro - Salto

FRAN'S CAFÉ

O MELHOR MOMENTO DO SEU DIA



Açaí com Fruta da Estação e Granola

Salada de Frutas

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

/franscafeindaiatuba

FRAN'S CAFÉ
ESTILO E ARTE DE SERVIR CAFÉ



natura

Casa de Perfumaria do Brasil



AQUI TEM
 natura



Vivência
loja oficial Natura

Loja 1 - Indaiatuba Rua 15 de Novembro, 527
Centro - Tel.: 19 3801-1989

Loja 2 - Salto Rua 9 de Julho, 597
Centro - Tel.: 11 4029-0355

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

CARNAVALIZAR...

“Oh! jardineira, por que estás tão triste? Mas o que foi que te aconteceu?.../
Mamãe eu quero, mamãe eu quero... / Allah-lá-ô, ô ô ô ô. Mas que calor, ô ô ô ô...”.

Não precisa ser muito velho para trazer consigo boas lembranças das marchinhas e dos antigos Carnavais com toda a inocência dos cordões e blocos que reuniam famílias inteiras pelas praças e becos das cidades. Em alguns cantos do país, foliões ainda preservam esta tradição. O super espetáculo das avenidas, com toda ostentação e criatividade ímpar, encanta, mas cede cada vez mais espaço às brincadeiras das ruas, ao resgate da folia de saudosos Carnavais, aqueles do ‘Abre Alas’ de Chiquinha Gonzaga, das fantasias simples, dos confetes e das serpentinas, do riso solto e dos dedinhos pro alto, daquele momento de esquecer a tristeza e extravasar a alegria. Para se ter ideia, o número de blocos e de participantes do Carnaval de rua no Rio de Janeiro e

em São Paulo vem aumentando ano a ano e a folia tem começado semanas antes do reinado de Momo. No final deste mês de fevereiro, já teremos blocos pelas avenidas paulistanas e cariocas. Salto, aqui na região, também resgatou -anos atrás- seu velho Bloco da Barra com os bonecos gigantes, cujo desfile acontecerá em março. Falando nessa simplicidade do Carnaval de rua, importante comentar que a folia hoje faz parte até mesmo de terapias de alguns hospitais de saúde mental e pediátricos, que promovem intervenções positivas nos tratamentos utilizados com os pacientes. Exemplos podem ser vistos com sucesso no Rio de Janeiro, Minas Gerais e Rio Grande do Norte. Como se vê, a folia é benéfica ao corpo e à mente. Portanto, vamos carnavalizar...



BELARÚSTICA

M A R C E N A R I A

- Móveis Rústicos • Feitos de madeira Peroba Rosa
- Marceneiros capacitados • Ecologicamente Sustentável
- Madeiras de demolição • Resistentes ao sol e chuva



Avenida: Laroy S. Starrett, 740 - Rancho Grande - Itu
Tel.: (11) 4023-1807 - (11) 99677-2000

email: vendas@belarustica.com.br

www.belarustica.com.br

Piso Vinílico, a melhor
opção para seu ambiente
ser confortável e sofisticado

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



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