

Revista **Circuito** da Informação

Edição 52 - Ano 4 Fevereiro 2004
Região Oeste www.revistacircuito.com

- Granja Viana
- Alphaville
- Raposo Tavares

Região
Prefeito Quinzinho
tranqüiliza comunidade:
"Verticalização Não!"

Samba no pé
e camisinha na mão

NDICE

Primera edição do ano...depois de um bom período de férias a equipe Circuito já está com todas **energias resgatadas**. Pique total para começar mais uma etapa de nossa trajetória e já com um tema tão alegre e convidativo como o **Carnaval**. Esperada o ano inteiro por milhões de brasileiros, a folia do Rei Momo, é uma ocasião para esquecer de tudo e **cair na brincadeira, extravasar, curtir de verdade a cultura de nosso país**. Com a intenção de transmitir cuidados essenciais para você aproveitar a festa numa boa, sem surpresas desagradáveis, preparamos uma matéria com muitas dicas e depoimentos de profissionais. Além disso, para encabeçar a campanha **contra a transmissão de doenças sexualmente transmissíveis**, fomos atrás e conseguimos o apoio da **Blowtex** – empresa fabricante de preservativos, que nos doou mais de **oito mil camisinhas**, e também apoio da **Prefeitura de Cotia**, juntamente com a **Secretaria de Saúde do município**, que colocaram em prática um trabalho de uma equipe super profissional no atendimento aos portadores de HIV. Uma união feita para prevenir a sua saúde, para alertar a todos, incluindo os jovens, a importância de cuidar-se na hora da diversão. Outra questão importante que debatemos nesta edição é a do **fantasma da verticalização**, que está sempre aterrorizando a paz dos granjeiros. Em uma reunião realizada com formadores de opinião da comunidade, contando com a presença do **prefeito Quinzinho Pedrosa** e outros órgãos da prefeitura, foi discutido o assunto com um resultado bem tranquilizador para os moradores de Cotia. **Confira**.

CAMILA VIEIRA
SANTOS

03

MARCOS SÁ

04

DOMINGAS
PERSON

IZABEL TELLES

06

08

FLÁVIA LIPPI

GASTRONOMIA

09

10

FELIPE
PALTRONIERI

ESPECIAL

12

13

COMUNIDADE

DEPOIMENTOS

14

18

REGIÃO

CLASSIFICADOS

23

25

FIQUE LIGADO

26

Revista
Circuito
da Informação

Diretora de Publicidade:
Fernanda Figueiredo C. Levi
fernanda@revistacircuito.com

Diretora de Redação:
Gabriela Gómez Napolitano
gabi@revistacircuito.com

Jornalista Responsável:
Gabriela Gómez Napolitano MTB 27.264

Diagramação e Arte:
Alexandre Pessoa
alepessoa@revistacircuito.com

Foto Capa: Contexto Internacional

Fotos: Anna Karine Fukamizu

Circulação:
Granja Viana, Alphaville, Embu das Artes
e Imediações da Raposo Tavares. O Circuito da informação é uma publicação gratuita e mensal. Os artigos assinados não ex-

pressam obrigatoriamente a opinião deste veículo sendo de responsabilidade de seus autores. CNPJ 03.709.882/0001-57

Redação e Publicidade:
Av. Denne, 168 – 2º andar
Granja Viana – Cotia – SP
CEP: 06708-230
Telefones/Fax: 4612.3258 4702.4948
e-mail: revistacircuito@revistacircuito.com



Formada em arquitetura e urbanismo pela Faculdade de Belas Artes de São Paulo, atua nas áreas residenciais e comerciais, tem seu próprio escritório há 10 anos, executa projetos de arquitetura e de interiores por todo o Brasil e já realizou diversos trabalhos de decoração na Flórida, EUA. Atua também na área de organização e decoração de festas e casamentos. Sua primeira mostra pública de decoração foi na Casa Cor 2003. E-mail: camilavs@uol.com.br

CAMILA VIEIRA SANTO **S**

ANO Novo, CASA NOVA

Em cada início de ano o importante é ter algo novo. Pode ser uma nova idéia, um novo projeto ou até mesmo uma nova aquisição. Aproveitando a temporada das grandes liquidações, selecionei alguns itens que podem dar uma renovada em suas casas, sejam elas de praia, campo ou cidade. Ouse! Insista numa coisa nova e **feliz 2004!**



Jarras e vasos de vidro. São sempre chiques independente da estação do ano. Imagine só sucos de diferentes cores e sabores em cada uma destas jarras...não é refrescante?



Travessa de cerâmica com palha. Fica lindo para servir salada ou massa. Pode ser usada também como vaso, basta colocar uma bela orquídea plantada no centro e musgo para preencher em volta, vira um belo centro de mesa.

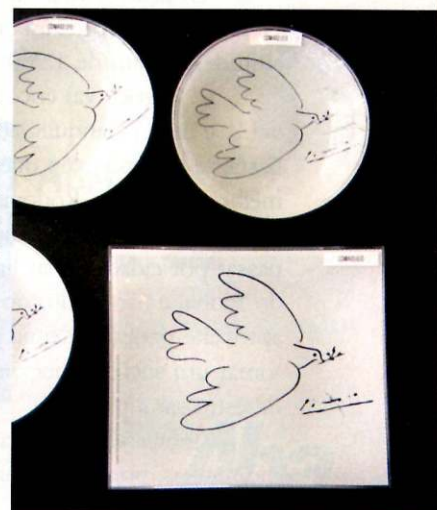
Quem disse que não se toma chá no verão? Este bule moderno e estas xícaras bem abertas são ideais para chás de frutas. Lembre-se de decorar a borda da xícara com um pedaço de fruta ou até mesmo jogar flores comestíveis no pires. Fica charmoso e diferente.



Cansado dos tradicionais pratos redondos que todo mundo tem igual? Seja original e invista em pratos quadrados! Ficam ainda mais divertidos quando comprados em cores diferentes.



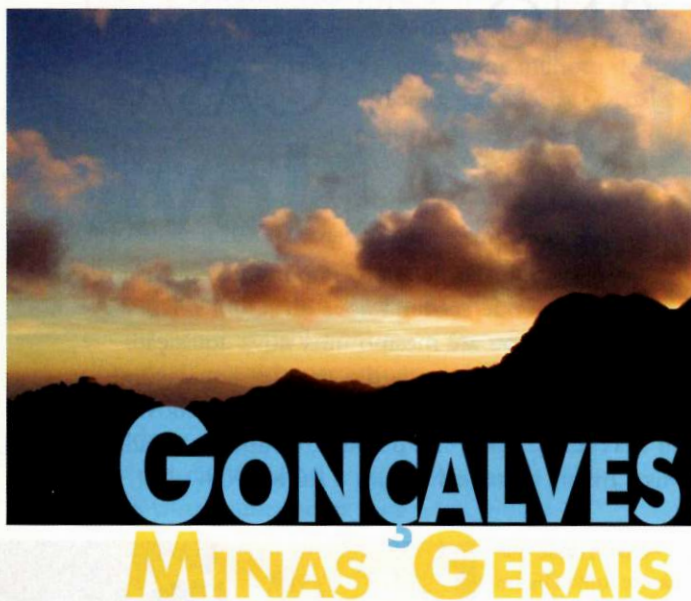
Aproveitando a atual exposição de Picasso e também a eterna campanha em apoio à paz, olhe só que simpático presente. Estes pratos de vidro ficam lindos no lavabo com pequenas toalhas de mão enroladinhas como cilindros.



Vieira Santos Express
Al. Gabriel Monteiro da Silva, 1.080
Fone.: 3085-8449



Toda Segunda-feira, às 21h 15, Domingas Person transforma o seu break comercial em 30 minutos de pura arte. Inglaterra, Brasil, França e outros países apresentam o melhor da produção publicitária dos últimos anos. E ainda, o Multishow leva Domingas Person para visitar as principais agências de publicidade do Brasil. Os assinantes também encontram Domingas Person, de segunda a sexta, às 23h 45, em entrevistas para o Multishow em Revista.



Se, como eu, você curte viajar para lugares tranquilos, com pouca gente, sem trânsito, sem filas, sem nenhum stress, irá se identificar bem com Gonçalves, uma cidadezinha mineira que foi descoberta pelos turistas paulistas há poucos anos.

Estive lá pela última vez no fim de ano e mesmo cheia de gente que foi passar o Réveillon, a cidade se manteve calma e agradável. E nesse feriado de Carnaval tudo indica que será assim também.

Gonçalves fica no extremo sul de Minas Gerais, cercada por uma cadeia de montanhas cujas altitudes variam de 1.200 a 2.000 metros.

E lá você vai encontrar: ar puro, clima saudável... e muita tranquilidade! A viagem em si já é bastante gostosa: para quem sai de São Paulo, a melhor opção é a Rodovia Carvalho Pinto via Ayrton Senna, em direção a Campos de Jordão; você vai passar por cidadezinhas lindas como Santo Antônio do Pinhal e São Bento do Sapucaí. Vá com calma e aproveite para fazer uma parada na estrada, para tomar um suco, comer um pão de queijo... comece a desestressar a partir daí!

Gonçalves desfruta toda a atmosfera das montanhas, porque está situada bem no meio da

Serra da Mantiqueira. Isso significa que a paisagem é super privilegiada, com florestas de araucárias, belas cachoeiras, cursos d'água, grandes pedras e penhascos.

Para quem não gosta de ficar parado, lá dá para praticar rapel, canoagem e bóia-cross, canyoning, rafting, trekking, montanhismo. E há várias cachoeiras, como a popular Cachoeira do Simão, a do Retiro, que faz várias piscinas naturais e a Cachoeira do Cruzeiro.

Existem muitas opções de pousadas no lugar e aqui vão algumas que conheço pessoalmente, com chalés para casal e/ou mais pessoas e o típico café da manhã mineiro, recheado de comidinhas caseiras, pães feitos no dia, bolos deliciosos, sucos naturais:

Pousada do Rio (35) 9982-0666

Trem das Cores (35) 3654-1438

Viva o Verde (35) 3654-1217

Tenha em mente que apesar de ter uma infraestrutura para visitantes, com diversos restaurantes, pousadas, bares e pizzarias, este é um lugar onde prima a simplicidade; no restaurante do Zé do Ovídio, por exemplo, no pé da **Pedra do Forno** você vai encontrar a típica comida caseira de Minas, deliciosa, com salada fresquinha, cultivada ali mesmo na horta do seu Zé. (Aliás esse é um passeio inesquecível: você sobe uma trilha que sai por trás do





restaurante e caminha mais ou menos 50 minutos pela mata, até chegar lá no topo da Pedra, que tem a altura de 1900 metros. Absolutamente imperdível!

Espalhados por toda a região, você ainda vai encontrar vários pesqueiros-trutários onde você

pode comprar peixe fresquinho e levar para casa.

Garanto que você vai ser bem acolhido por esse povo e vai voltar para casa recarregado de boas energias...

PRINCIPAIS DISTÂNCIAS DE GONÇALVES:

São Paulo (Carvalho Pinto): 240 Km
São Paulo (*Fernão Dias): 182 Km
Campinas(D. Pedro, *F. Dias): 180 Km
São José dos Campos: 100 Km
São Bento de Sapucaí: 23 Km
Belo Horizonte: 464 Km
Rio de Janeiro: 370 Km

*Caso a opção seja pela Rodovia Fernão Dias, entre em Cambuí, seguindo sentido Córrego do Bom Jesus, e siga por mais 25 Km de estrada de terra, passando pelo bairro dos Costas até chegar em Gonçalves.

Agradecimentos fotos:

Tribo da Montanha e Restaurante Lainriiba

Informações e reservas: www.lainriiba.com.br

(35) 3654.1172

VOCÊ TEM UM ENCONTRO MARCADO COM O SEU CARRO!



MERIVA Flex Power
2004 OkM

R\$ **Imbatível**



Medal
Melhor
Valor de
Revenda



CELTA 1.0
VHC 2004 OkM (12)

R\$ **Imbatível**



Saia aqui um
gambador do
Chevrolet Show
Roda a Roda
Aproveite
você também!

TROCA
COM TROCO

Agende a revisão
do seu carro, em casa ou
no trabalho.

GRÁTIS
Sistema Leva-e-Traz

KIT ABA de R\$ 199, por R\$ **1,99**

Na compra de um Celta ou Corsa 1.0 linha 2004 você leva:
ENGATE + PROTETOR DE CÂTER + FRISO
+ INSULFILM + TAPETES

Preços especiais para pessoas especiais!
Assim como Você.

Horário de funcionamento: 2ª à 6ª feira - das 8:00 às 19:00 - Sábados e Domingos - das 9:00 às 18:00

EMBU DAS ARTES
Av. Hélio Ossamu Daikura, 4580
(Rodovia Régis Bittencourt, km 279)
4781-0022

GRANJA VIANNA
Rodovia Raposo Tavares, km 25
Granja Vianna - Cotia
4613-8800

CAMPO LIMPO
Av. Estrada do Campo Limpo, 3300
Campo Limpo - São Paulo
5844-3223



A Chevrolet do rodoanel
www.abamotors.com.br

Fotos ilustrativas. Crédito sujeito a aprovação (TAC R\$ 350, não incluso) pelo agente financeiro. (1) Kit ABA por R\$1,99, válido somente na compra do Celta 1.0 2p. 2004 e Corsa Sedan Classic 2004. Modelos básicos, sem opcionais, pintura adesa, adquiridos a partir de 01/01/2004 via web. Pintura metálica (R\$ 555,00) e pintura personalizada (R\$ 687,00) não incluso. Promoção válida até 15/02/2004. Cadastro sujeito a aprovação do agente financeiro. A ABA se reserva o direito de corrigir possíveis erros gráficos. Todos os veículos Okm estão em conformidade com o Proconve.



O FERTA E P PROCURA

CENA 1

-São Paulo, 10 de dezembro de 2003; 11hs, Centro; Camelôs disputam espaço com os pedestres e lojistas. Camelôs invadem o centro para vender de tudo! Trânsito pára na 25 de Março por conta da multidão de camelôs.

CENA 2

-São Paulo, qualquer dia, qualquer hora. Marginais Pinheiros e Tietê. Ambulantes vendem água, sucos e refrigerantes no meio do caótico trânsito das marginais. Motoristas complicam mais ainda o confuso trânsito para comprar dos ambulantes.

CENA 3

-São Paulo qualquer dia, qualquer hora, qualquer lugar. Ambulantes vendem de tudo nos semáforos da cidade. Limpadores de vidro assustam motoristas nos cruzamentos.

CENA 4

-Barraquinhas de CD pirata vendem o último lançamento a R\$3,00 a unidade.

...poderia continuar descrevendo inúmeras situações desse tipo que vemos diariamente, e complacientemente, achamos que faz parte da paisagem.

São cenas de contravenção, que de tanto convivemos com elas acabamos aceitando-as como parte das nossas vidas.

E as peruas clandestinas? E os distribuidores de folhetos? Agora reflitamos é regra básica de mercado: Procura e Oferta.

Essa é a lei mais antiga que existe. Alguém só

vende ou entrega algo se outro alguém estiver interessado. Ou seja, isso tudo só acontece porque sempre que alguém vende, alguém compra. Pior tem gente achando que está levando vantagem ao comprar mais barato, sem saber exatamente o que está levando, nesse caso, gato por lebre.

Os camelôs vendem mercadorias de procedência duvidosa que não pagam impostos.

Os ambulantes das marginais vendem entre outras coisas água “torneiral” já que compram somente os lacres das garrafas, enchendo-as ao seu critério, que convenhamos não deve ser nenhum primor de higiene.

Os perueiros clandestinos, nem é preciso falar, os folhetos proibidos por lei, além de poluir a cidade, entopem os bueiros e causam enchentes.

Compramos CDs piratas, água “torneiral”, andamos de peruas clandestinas etc. etc. etc.

É a nossa mania nacional de não ligarmos para as pequenas contravenções. Ao adquirirmos essas mercadorias, prejudicamos quem paga impostos, que perde a chance de vender mais e não consegue crescer.

É uma concorrência desleal e cruel. Já imaginou os encargos sociais, os impostos, as taxas que pagam os comerciantes que estão legalmente estabelecidos?

Como concorrer com a pirataria, com os camelôs, etc...? Como gerar empregos? Como ter preços competitivos? Como ter ofertas?

Pois é, fica difícil, mas podemos fazer a nossa parte, como consumidores, não comprando de camelôs e ambulantes, não aceitando pirataria, não pegando folhetos, etc. etc.etc.

Seria um bálsamo para o nosso já combalido comércio, seria bom para gerarmos empregos e praticarmos um pouco de cidadania, seria bom para a cidade, bom para o estado e bom para o país. E um “boom” para a economia!

Teríamos com certeza, um crescimento econômico formal já que o informal não estaria sendo alimentado.

E, finalmente, para aqueles que argumentam em favor dessas atividades, como geradoras de ocupação (não emprego!), fica a simples constatação, que a mão de

obra informal poderia ser absorvida pelos lojistas, cujas vendas adicionais que o mercado teria, obviamente resultariam em mais postos de trabalho.

Atendendo novas demandas, mais negócios, mais empregos, mais benfeitorias..., enfim todos sairiam ganhando!

**E AS PERUAS
CLANDESTINAS? E OS
DISTRIBUIDORES DE
FOLHETOS? AGORA
REFLITAMOS É REGRA
BÁSICA DE MERCADO:
PROCURA E OFERTA.**

**FIT 2004
CIVIC 2004**

**TODOS OS MODELOS
E CORES**



**SEMINOVOS HONDA
COM 1 ANO DE GARANTIA**

**ACCORD/03
Ótimas condições
Venha conferir...**

**Assistência Técnica ✓
Funilaria e Pintura ✓
Peças Genuínas ✓**



Hville

AL. ARAGUAIA, 120 - ALPHAVILLE
www.hville.com.br

4196-4444



Flávia Lippi apresenta o Programa Repórter Eco todos os domingos, às 19h, na TV Cultura canal 2, multicanal e Globosat, canal 27 e reprise às quintas, à meia noite. Envie um e-mail para mais informações: www.flavialippi.com.br flavialippi@uol.com.br



o INIMIGO É UM PRODUTO DA MENTE

Os orientais sabem melhor que nós como encontrar as informações mais internas de nossa mente. Eles são criados para meditar, para alcançar uma felicidade plena, projetada neste espelho que é nossa alma. Quando definimos como olhar para frente, colocamos a busca da autonomia de nossa mente em primeiro lugar. Viver de forma iluminada é o motivo mais importante para não desperdiçarmos a vida. Nossa mente é o reflexo deste espelho. Ela surgiu com a união de causas e condições da vida. Orgulho, inveja, ignorância, que geralmente atribuímos ao inimigo, são frutos de nosso estado e mudam conforme as condições que vivemos. Quando nossa mente registra condições do passado, esta impressão é levada para este estado atual e espelhamos novamente neste momento. O inimigo é um produto da mente. Quando não temos condições de controlar a mente seja pela meditação ou pela psicologia, não a protegemos e assim surge a raiva causada por impressões deixadas pelo passado e pela necessidade externa de encontrar um objeto indesejável causador desta sensação. A mente é responsável pela maneira como encaramos esta raiva, este choque. É ela que dá esta interpretação negativa do momento se você não tem, claro que é preciso mudar o foco de sua mente. Se você conseguir prestar atenção nos seus passos, vai observar que seu inimigo e aquilo que você luta

contra, são na verdade criações de sua mente. A raiva surge pela falta de condição de trabalhar a mente em iluminação e de forma paciente. Só a paciência é capaz de transformar uma experiência negativa numa experiência positiva. "A paciência gera uma mente positiva, pacífica e saudável".



"SE NÃO FOR CAPAZ DE AVALIAR A POTÊNCIA DE SEUS SENTIMENTOS, VOCÊ NÃO PODERÁ DEFINIR ATÉ QUE PONTO ESSES SENTIMENTOS O ESTÃO INFLUENCIANDO".

CLAUDE STEINER – PSICÓLOGO E ESCRITOR



DICA DA SEMANA:

Adaptação de "Corpo sem idade, mente sem fronteira"; Deepak Chopra

1. Reconheça que você tem limitações e não é o dono da verdade. Diga a você mesmo que seu ponto de vista tem limitações.
2. A tensão é um sinal que você está preso no seu ponto de vista. Ponha de lado seu modo antigo de pensar.
3. Olhe as coisas por uma nova perspectiva.
4. Questione sua perspectiva e avalie se ela ainda é válida.
5. Concentre-se no processo e não no resultado. Os eventos não podem ser controlados por você.
6. Sinto-me magoado, mas isso não quer dizer que a outra pessoa era ruim. Sempre há um outro lado da história a despeito da minha dor.
7. Preciso ver cada coisa como realmente é. Já fui magoado assim antes e talvez esteja repetindo a dor.
8. Não preciso me ver como vítima.
9. Preciso esquecer meus sentimentos. Como foi que a outra pessoa se sentiu?
10. Quero descobrir quais as minhas responsabilidades neste sentimento. Quanto mais penso mais tento perceber o que realmente é uma ameaça para mim.
11. Quem quer que me ensine alguma coisa já merece meus agradecimentos. Não tenho que ir a forra.



IZABEL TELLES é terapeuta holística e sensitiva formada pelo American Institute for Mental Imagery de Nova Iorque. Tem dois livros publicados: *O outro lado da alma* (Ed. Axis Mundi) e *Feche os olhos e veja* (Ed. Ágora). E-mail: izabeltelles@terra.com.br

IZABEL TELLES **S**

Um novo PASSO

Chegou um novo ano. Chegou um novo momento em sua vida. Sempre que os novos momentos chegam nossa primeira reação é de disposição e energia para começar com o pé direito. E vamos em frente até a metade do mês. Logo os velhos pensamentos se apoderam de nós e lá se vão nossos propósitos por água abaixo. Porque tem sempre que ser assim?

É assim nas decisões de: largar de fumar, de beber, de comer, de fazer fofoca, de julgar os outros, de querer mal a uma pessoa, de dar mais vida a relacionamentos antigos e desgastados.

Porque o impulso é sempre construtivo e com o passar do tempo voltamos aos velhos padrões? Porque a ação nem sempre segue a vontade?

Tenho visto na minha prática que as pessoas encontram alguma dificuldade em manter acesa a chama da força de vontade – sendo esta, sem dúvida, o motor das nossas decisões.

Talvez seja um bom começo se fecharmos os olhos, respirarmos longa e vagarosamente três vezes e nos perguntarmos. Onde, em mim, vive este motor? Onde está localizado em meu corpo a força de vontade?

Imagine que você entra den-

tro do seu corpo e vai visualizando todo o seu interior até encontrar a parte da força de vontade. Verifique como esta parte está. Parada? Sem luz? Amarrada? Diminuída? Como você a descreveria?

Localizo a minha bem no meio da minha coluna vertebral. Lá tem um barbante com um nó e um laço que parece estar estrangulando a circulação do líquido da vida. O que fazer?

Fecho os olhos, respiro calmamente umas três vezes e vou lá novamente e amorosamente desfaço o nó e tiro o barbante queimando este fio no fogo sagrado do Universo. Sinto então que o líquido volta a circular fortemente e imediatamente meu corpo se entrega e relaxa oferecendo uma agradável sensação de força e bem estar.

E isso é tudo que preciso fazer? Não. Preciso repetir este exercício por, no mínimo 21 dias e sabe porque? Porque a mente só aprende por repetição.

Veja como isso é um princípio básico. Como foi que você aprendeu a tabuada? Como foi que aprendeu o número do telefone de sua casa? O endereço? O caminho de casa?

Mas, por repetição você aprendeu também que uma forma de não sofrer poderia ser fechar seu peito para novas emoções, deixar de

PARA FRENTE

falar o que realmente sente, fingir que está feliz, mascarar seus sentimentos, ignorar os sinais do seu corpo.

A mente não seleciona estímulos. Ela aceita tudo como verdade e reage a isso mesmo que esta verdade seja apenas uma foto de uma pessoa que já morreu. Conhece o ditado “longe dos olhos, longe do coração”?

Para a mente uma foto é tão real quanto a presença física de uma pessoa. Isso já está cientificamente provado.

É chegou um novo ano. E com ele milhões de novas oportunidades que estão todos os dias na nossa frente. Mas o início do ano é sempre especial porque nossas mentes aprenderam que nesta fase o mundo todo está tentando começar de novo. No Ano Novo. Numa Vida Nova.

Desejo que você consiga. De todo o meu coração e com todo o meu coração desejo profundamente que você consiga ver flores nas pedras, música na chuva, esperança no sorriso de uma criança e que pratique todos os dias, pelo resto de seus dias, a boa vontade para libertar sua mente dos pensamentos tóxicos que envenenam a alegria e plantam a descrença e desesperança de dias melhores. E olha, que vão ser mesmo! Dias melhores.

Um magnífico 2004 para você e todos que ama.



Produtor, apresentador e ator. São algumas das atividades que esse jovem já desempenhou com muito talento e dedicação. Multímídia, participou e atuou em várias produções de televisão, cinema, teatro, revistas e jornais. Com esta bagagem ele se dedica neste momento ao marketing artístico.

Site: www.granjaviana.com.br/felipe

E-mail: felipe@assessoria.net

UFA!!!

Começou o ano!

E diziam que o mundo ia acabar em 2000/2001 enfim...

Nossa coluna começa abalando as estruturas de Salvador (literalmente me acabei no Revellion) foi tudo de bom..., alguns clicks Granja Viana, os vencedores do Torneio aberto de Tennis do Clube das Pitangueiras, Serginho Leite, O No Lounge traz minha amiga Sylvinha Araujo, a maior cantora do Brasil, sem dúvidas.

No Arquivo com

Greta Sá em uma festa a fantasia na casa da Patricia Bulhões (saúde Paty). E para começar bem o ano, pense na seguinte frase:

“DEVEMOS VIVER E NÃO APENAS PASSAR PELA VIDA”

Fiquem com Deus e até o próximo mês...

Qualquer buxixo meu e-mail está ali em cima heim? Beijocas



O Maestro Mario Boffa Junior foi flagrado em ritmo de “beijoca” em sua namorada Cris.



Claudete de Lucca e sua banda andam arrasando por aí nos shows... TUDO DE BOM...



Ala Szerman foi presença marcante na inauguração do Essential Spa de Alphaville



O humorista Serginho Leite se diverte na Granja Viana



Alessandra Cunha Oliveira e Natasha Ostinsky curtem balada no The Jam.



Carmen e Anselmo Oneda no The Jam, Granja Viana



As vice campeãs, Tânia, Sandra Sofia e as campeãs Eliana e Carina.



Toninho Paltronieri entrega o prêmio para o vice Manoel (leia-se Arara material de construção)

--SALVADOR--



A musa Margareth Menezes abalando as estruturas em seu ensaio do Bloco “Os Mascarados”



Erico Aires do Melhor da Tarde, também presente no show



Angela Del Rei, de Aracaju para Granja Viana, no show.



Rafael Mergulhão do Restaurante Julia Cocina, também no ensaio dos Mascarados.

NO...LOUNGE

Sylvinha Araújo é mineira da cidade de Mariana, mas foi criada em São João Del Rey. Lançada por Chacrinha nos anos 60, apresentou o programa "O Bom" com Eduardo Araújo, lançou diversos LP's e compactos, gravou mais de dois mil jingles para comerciais e participou do movimento da Jovem Guarda. Nelson Motta a define como: "a Janis Joplin brasileira". Comemorando 35 anos de carreira, Sylvinha lança seu segundo CD pela gravadora Number One, onde conta com participações de amigos como: Zezé Di Camargo & Luciano, Daniel, Moacyr Franco, Banda Mantiqueira entre outros.

No lounge....

Um orgulho: Minha família, meu marido e filhos talentosos.

Pra quem você daria um disco de ouro: Para o artista brasileiro

que tem que matar um "leão" por dia para sobreviver nessa selva em que a mídia se transformou! Tem tanta gente maravilhosa, talentosíssimos artistas que não conseguem colocar a cabeça para fora e ter a oportunidade que o público conhece seu trabalho.

Um ídolo: Eu tenho seis ídolos que juntos formam o grupo vocal "TAKE SIX" que é a coisa mais perfeita que eu já ouvi em termos de vocal. Eu tive a honra e a satisfação de ouvi-los cantando, ao vivo, por três vezes aqui no Brasil.

Porque a Granja Viana: Adoro a Granja, onde moro faz 18 anos. Meus filhos cresceram aqui, tenho muitos amigos, adoro a natureza e a nossa liberdade de podermos ter quantos bichos pudermos sustentar. Eu tenho nove cães.

O que da Granja Viana: A natureza com certeza! Aqui parece uma

cidade do interior, cheia de árvores e flores. Devemos sempre lutar pela nossa qualidade de vida e pela nossa segurança.

Quem da Granja Viana: Tem muitas pessoas ótimas aqui na Granja que gostaria de citar como exemplo de trabalho e coragem de superar as adversidades da vida como: Míriam Freitas, Angela Miranda e Juliete Francis Krymow.



Pêlos. Por que tê-los?

Depilação laser
a partir de 2 x R\$ 35,00

Tratamento para rejuvenescimento e clareamento - Laser Facial

Tratamento para celulite, flacidez e gordura localizada - Novo Hot Cold

Agende sua avaliação e ganhe uma drenagem linfática ou massofilaxia para homem ou mulher.



Exuberancy

4702 0601
Granja Viana

MARCOS SODRÉ

Gastronomia tailandesa adaptada para o paladar do brasileiro - harmonia entre o doce, o salgado, o ácido e o picante.

O engenheiro Marcos Sodré, 40, sempre teve uma “quedá” por cozinhar, herança do avô paterno. Desde adolescente recebia amigos nos finais de semana para saborearem algo que preparava. Há seis anos, o chef Marcos Sodré seguiu sua real vocação: inaugurou o restaurante “Sawasdee - Sabores da Tailândia”, na cidade turística de Búzios, litoral do Rio de Janeiro.

Os pratos elaborados por Sodré são inovadores e adaptados ao paladar do brasileiro. A mistura de técnicas francesas aos ingredientes asiáticos e indianos proporcionam excelentes resultados, e muitos aplausos de seus fiéis frequentadores.

Sodré está mudando, pouco a pouco, o tabu de que comida tailandesa é sinônimo de comida picante, prova disso é que para a Revista Circuito dessa edição o chef preparou opções bem leves para quem quer curtir um prato requintado, de sabor refinado, com a combinação perfeita entre o doce, o salgado, o ácido e o picante.

LAAB GAI

Salada de Frango com Macarrão de Arroz

Ingredientes

150gr de peito de frango fatiado bem fino
1 dente de alho espremido
2 col. de sopa de shoyu
¼ de xícara de cebola roxa fatiada
1 xícara de moyashi
¼ de xícara de hortelã fatiado
¼ de xícara de macarrão de arroz
Ifu pré-cozido
alface roxa para decorar
1 cenoura



Molho

1 col. sopa de óleo de gergelim torrado
1 col. sopa de sumo de gengibre ralado
suco de 1 laranja
raspas de casca de 1 laranja
suco de ½ limão
1 col. sopa de vinagre de arroz
2 col. sopa de açúcar mascavo
2 gemas
3 col. sopa de óleo de girassol
1 col. chá de pimenta em pasta
½ col. de chá de sal

Preparo

Tempere o peito de frango fatiado com o alho e o shoyu e deixe marinar por 10 min. Em uma cumbuca não metálica junte o moyashi, a cenoura ralada, o macarrão de arroz e metade do hortelã e misture bem. Em outra cumbuca não metálica, misture as 2 gemas, o suco de limão e o sal, adicione o óleo lentamente batendo com um batedor de arame até que forme uma pasta grossa, adicione o restante dos ingredientes do molho batendo bem até que se forme uma mistura homogênea. Em uma frigideira anti-aderente, frite o peito de frango com um pouco de óleo até que doure um pouco, adicione a cebola roxa e refogue por mais 1 min., retire do fogo e deixe esfriar. Misture o frango com os legumes e tempere com o molho. Forre um prato com alface e arrume a salada no meio das folhas, regue com um pouco mais do molho e salpique com o restante do hortelã.

CEPRO - Centro de Ensino Profissionalizante Rotary, antigo Lar Escola Rotary, surgiu em 1946, quando a Fundação de Rotarianos de São Paulo iniciou suas atividades educacionais. Situado na Granja Vianna, no município de Cotia - SP, hoje, num moderno complexo educacional, atua na área da formação profissional de jovens de baixa renda. Sua missão é: "Contribuir para a formação da cidadania e capacitação profissional dos jovens, proporcionando-lhes melhores condições de empregabilidade". Seu público alvo é formado por jovens de 14 a 18 anos, vindos de famílias de baixa renda.

Fundação de Assistência à Criança e ao Adolescente Maria Carolina P. Ablas Sepe, localizada no Jardim da Glória, em Cotia, oferece abrigo a crianças órfãs, abandonadas ou mesmo separadas da família por ordem judicial. Necessitam de voluntários e também da doação de roupas usadas. Para entrar em contato, o telefone é o 4702-6359, ou ir pessoalmente à rua Tomás Sepe, 600.

Sociedade Beneficente Cisne

Seu grande trabalho está na promoção à criança limítrofe. Localiza-se no município de Carapicuíba, na avenida São Camilo, 3330, Chácara São João. Desenvolve trabalho especializado através da promoção, assistência e orientação ao jovem limítrofe e à sua família, nas áreas da educação, cultura e saúde, por exemplo. Contato: 9221-0100 e 9221-0101 com Amarílis.

Lar Escola Agrícola "A Semente" Em Caucaia do Alto esta entidade oferece abrigo para crianças que, por ordem judicial, são encaminhadas a abrigos. As menores, que ainda não frequentam as aulas, são encaminhadas à Creche Criança Feliz, que fica bem próximo, na Estrada do Una, 164. Para contato, Paulo ou Minam no telefone 4611-0293.

Casa da Criança Excepcional Maria Maia presta assistência a menores com deficiência mental em sistema de ambulatório ou internato. Está localizado em Aldeia de Carapicuíba, na avenida Eduardo Augusto Mesquita, 357. Para obter mais informações, basta ligar para 4186-1127 ou 4186-2959 e falar com Antônio.

Perseverança módulo IV e V

Localizados, respectivamente, nas ruas Azúlio, 865, Jardim Nova Coimbra, e Euclides Formiga, 8, Jardim Cláudio, esta entidade beneficente, sem fins lucrativos, é formada por milhares de voluntários e centenas de funcionários que, diariamente, se movimentam na realização dessa obra. Sua atividade principal é a assistência social e educacional de 400 crianças de Cotia. Aos domingos, crianças da vizinhança da creche realizam atividades complementares de lazer, esportes e refeição. Com o nome *Amigos da Esperança*, a cada mês, familiares das crianças dos núcleos de Cotia se reúnem em palestras de orientação social e familiar, com apoio de cestas básicas e roupas.

Faça Parte: A Rede de Postos D+ é um exemplo de que ações com finalidades sociais geram excelentes resultados. Em dezembro, por iniciativa do arquiteto Maurício Bacan e dos sócios da rede instituiu-se nos postos D+1 (São Paulo 2), D+2 (Estrada Fernando Nobre) e Auto Posto Rota 66 e de Caucaia, ambos em Caucaia do Alto a Campanha denominada "Dezembro Solidário" que arrecadou aproximadamente R\$ 10 mil. As entidades Pequeno Cotoengo Dom Orione, da Granja Viana, e o Lar Fraternidade Casa de Emmanuel, de Caucaia do Alto, foram beneficiados com a campanha que mobilizou todos os clientes e funcionários. "Valeu a pena. Ficamos tão satisfeitos com o envolvimento de todos que no decorrer deste ano novas promoções serão idealizadas em prol das entidades assistenciais", comenta Paulo Pereira de Moraes, gerente do posto D+2.

O representante do Cotoengo, Padre Aparecido, ao receber a doação comentou que torce para que outros empresários da região sigam o mesmo exemplo. "Além de promover as entidades, ações como esta despertam os valores de humanização e solidariedade com os menos privilegiados", comenta.

Com a mesma satisfação e alegria ao ter em mãos a contribuição, Manoel Balbino, do Lar Fraternidade Casa de Emmanuel, destacou as dificuldades financeiras enfrentadas pela entidade e enfatizou que no ano passado mais de 50 pedidos de internação de menores foram negadas por não haver condições de abrigá-los. "Essa iniciativa é louvável e um exemplo para a região", finaliza.

SAMBA SUOR E MUITOS CUIDADOS NOS DIAS DE

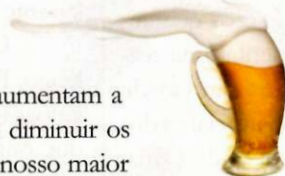
CARNAVAL

Moderação deve ser a palavra de ordem para quem vai pular carnaval, isto é, consumo razoável, sem exageros. É adequado o folião preparar o corpo antes, durante e depois da festa de Momo.



O carnaval está chegando e para quem irá curtir a “maratona” dos cinco dias, **alguns cuidados devem ser tomados**. “O ideal é que o folião comece a preparar o seu corpo pelo menos uma semana antes do carnaval, fazendo uma alimentação mais saudável à base de legumes, verduras e **frutas**. A ingestão de **frutas, sucos naturais e água de côco** é fonte de disposição para quem quer aproveitar a festa pois a água de côco hidrata e a fruta mantém energia regular por mais tempo dando um “combustível” de alta qualidade nutricional para aproveitar as alegrias do carnaval e de quebra se manter bem”, explica Denise Madi Carreiro, nutricionista da clínica Gastromed – Instituto Zilberstein, que ainda ressalta “são pouquíssimas as pessoas com bom condicionamento físico para enfrentar esse desgaste, porque a grande maioria dos foliões é sedentária e infelizmente a alimentação saudável está sendo trocada por produtos industrializados, às vezes mais rápidos e práticos para consumir mas com baixa qualidade nutricional”.

Em um país tropical, passa a ser comum pessoas trocarem a água por cerveja ou refrigerantes, **produtos que apenas refrescam, mas não reidratam o organismo**, ao contrário aumentam a desidratação e ainda podem diminuir os níveis de glicose no sangue, nosso maior combustível, inclusive para o cérebro. Assim, a profissional, especialista em nutrição clínica, lembra que o folião está sujeito a um **processo de desidratação** ainda mais acelerado, pela agitação, pelo calor e **pela falta de ingestão de líquidos e alimentos saudáveis**, além da ação diurética do álcool.



Dançar faz bem para o corpo e para a alma, pois alivia o estresse do dia-a-dia. Pular carnaval é ainda melhor, é um banho de diversão e alegria, mas a euforia não pode “abrir alas” ao estresse. Para tornar a festa de Momo ainda mais “sacudida”, a *Revista Circuito* preparou essa matéria para o folião curtir o “pula-pula” das noites de carnaval sem pesadelo.

O folião deve usar **roupas e sapatos bem confortáveis**. Tênis é o calçado mais apropriado.

Salto alto, “anabela”, plataforma, chinelo e sandália rasteira podem causar bolhas, calos e até mesmo fratura nos dedos, por isso não devem ser usados.

A **exposição ao sol** é saudável desde que moderada, **sempre com protetor solar**, reaplicado a cada banho de mar ou piscina, e em horário adequado.

Algumas bebidas e suas calorias...	QUANTIDADE	CALORIAS
	 350 ML	147 kcal
	 200 ML	200 kcal
	 100 ML	240 kcal



Higiene na hora da alimentação é tudo. Deve ser observado o aspecto do local para almoçar ou fazer um lanche rápido, e sempre que for possível, optar por um **alimento saudável** e que não seja muito diferente do que está acostumado a comer para não ter uma surpresa desagradável. Se for consumir **alimentos industrializados** prestar atenção na **preservação da embalagem e nos prazos de validade**. Evite frituras ou comidas muito gordurosas pois a digestão breca e pode dar enjôo e até vômitos dançar com o estômago muito cheio e com dificuldade de digestão. **Antes de atividade física**, e a dança é uma das melhores, faça como os atletas, **prefira** carboidrato como **pães, bolachas salgadas, frutas, frutas secas, barra de cereais** sem chocolate e suco de frutas e água de côco sempre que possível, pois é um excelente hidratante. **O doce** antes da dança **rouba energia**, isto é, dá um pico de energia e uma queda violenta em seguida.

Além dos **documentos**, o carnavalesco deve carregar um número de telefone para qualquer eventualidade. Deve **descansar o máximo que puder para aliviar dores** nas articulações e **jamaís dirigir em estradas depois da folia**, pois, o sono, automaticamente, diminui os reflexos.

Embora com todos esses cuidados à disposição das pessoas, é comum a quarta-feira de cinzas trazer descontentamento a muita gente. Por carnaval entende-se liberdade e não é à toa que **nessa época do ano alastrem-se surtos de doenças infecciosas como amidalite, pneumonia, hepatite, gripe e gastroenterite**.

Prefira água de côco às **bebidas** isotônicas e energéticas: não as consumam “como água”. As **isotônicas**, que repõem vitaminas e minerais do organismo, **quando ingeridas sem a devida necessidade, sobrecarregam a função renal**, já que contêm teores muito elevados de minerais e glicose (açúcar). Já **as energéticas**, com alto teor de cafeína, **podem causar taquicardia ao folião**, principalmente **se associadas ao álcool**.

E quando a folia acabar? E se no final ainda restar a **ressaca**? Na verdade, isso faz parte do carnaval de qualquer folião e **sucos de frutas com folhas verdes ajudam** a recuperar a ressa-

ca. Um **chazinho de alecrim** ou **chá verde** melhoram o enjôo, azia e queimações.

A **carqueja**, por ser composta de propriedades protetoras do estômago e principalmente do fígado, também é indicada. Muita **ingestão de líquidos ajuda a desintoxicar e hidratar**. Um café da manhã reforçado à base de pão integral, cereais, sucos e frutas também são uma boa pedida.

Para encerrar, **festa e alegria não combinam com drogas e nem mesmo com sexo inseguro**. Transar sem camisinha deixa o carnavalesco exposto a doenças sexualmente transmissíveis como **herpes, sífilis além de Aids e Hepatite C**. Tanto para os homens como para as mulheres, **a camisinha é um acessório indispensável no carnaval**.



FOLIÃO COM BAFO DE ONÇA? NEM PENSAR!

Embora o mau hálito tenha mais de 50 causas desconhecidas, é confirmado que na época do carnaval o problema acontece pelo desequilíbrio hídrico provocado pela excessiva perda de água do organismo e ficar muito tempo sem se alimentar. Ou seja, muito suor, consumo além do normal de bebidas alcoólicas, deficiência alimentar e a baixa ingestão de água fazem com que o folião termine a noite com um belo “bafo de onça”.

O gastroenterologista Bruno Zilberstein explica que ficar por longo período sem alimentação faz com que o organismo queime gordura acima do normal e acarrete o mau hálito. “Esse processo é chamado de halitose por hipoglicemia e para amenizar a situação, que se torna constrangedora, é preciso não dar intervalos de mais de três horas entre uma refeição e outra. Professor da USP, o médico também acrescenta que substituir o café por chá verde, evitar refrigerantes sabor “cola” e consumir dois litros de água ao longo do dia também são medidas para superar o mau hálito e curtir o carnaval.

CARNAVAL EXIGE MAIOR ATENÇÃO COM AS

DST

As Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST) constituem um problema de Saúde Coletiva, devido sua alta incidência e prevalência, altas taxas de complicações e graves consequências psicossociais e econômicas, além do que multiplicam o risco de infecção pelo HIV em até 18 vezes.

Entre os adolescentes, os maiores riscos de contágio de **DST** estão concentrados nas **relações sexuais e no compartilhamento de agulhas e seringas**, e há situações que “facilitam” a circulação de drogas injetáveis e relações sexuais. O carnaval talvez seja o maior exemplo, já que as pessoas, enquanto se divertem, não pensam no amanhã e, conseqüentemente, tornam-se mais vulneráveis ao ato.

Como estratégia de prevenção de DST, a **Secretaria de Saúde de Cotia** promoverá, nos dias de carnaval, a **distribuição de preservativos**, faixas e folhetos explicativos nas escolas, em unidades de saúde e à população em geral.

O grupo de DST inclui, entre outras, doenças como **sífilis, candidíase, gonorréia** (corrimento uretral), **condilomas** (verrugas genitais), **hepatite B** e a mais temida, a **Aids**. A Transmissão do HIV ocorre nas **relações sexuais anal, vaginal ou oral** sem o uso da camisinha; na transfusão recebendo sangue contaminado; usando a mesma agulha ou seringa de alguém infectado; em transplante de órgãos e inseminação artificial e bancos de leite maternos sem controle de qualidade; de mãe

infectada para o filho durante a gravidez, parto e amamentação. Infelizmente, em média, os brasileiros só realizam o diagnóstico cinco anos após a infecção. Durante esse período podem transmitir o vírus involuntariamente.

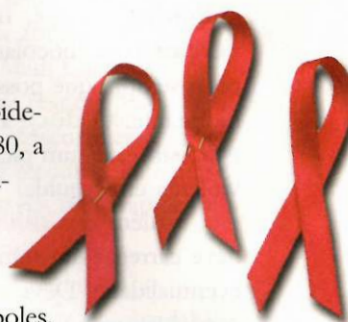
A preocupação com a transmissão da Aids é tão grande que o **Ministério da Saúde**, mais uma vez, lança durante o carnaval campanha de combate à Aids. O programa irá mostrar que os preservativos masculinos

funcionam, sim. Com o slogan **“Por aqui não passa nada. Bote fé, use camisinha”**, o Ministério pretende alertar a população que, de fato, a camisinha é a proteção eficaz contra a Aids.

AIDS

No Brasil, logo que a epidemia surgiu, no início dos anos 80, a incidência de Aids estava fundamentalmente no grupo de homo/bissexuais masculinos, brancos e de classe média alta, moradores das grandes metrópoles. Nessa época o atendimento era feito em serviços de ponta, como o **Instituto de Infectologia Emílio Ribas, Hospital das Clínicas e UNIFESP**. Já na segunda década da epidemia, quando homens heterossexuais, mulheres, crianças e todas as classes sociais passaram a ser atingidas, os serviços dos grandes centros não conseguiram mais absorver a demanda crescente de pacientes. Dessa forma, tornou-se necessário que o atendimento fosse realizado também pelos municípios de origem desses pacientes.

“Durante vários anos, os pacientes HIV+/Aids da cidade de Cotia tinham que ser atendidos nos municípios vizinhos por falta de um serviço especializado, informa Dr^a. Suely Maria Galinari, Infectologista responsável pelo Serviço de DST/Aids da Secretaria de Saúde de Cotia, que acrescenta **“o prefeito Quinzinho Pedroso resolveu enfrentar mais esse desafio e deu início à implantação do Serviço de DST/HIV-Aids de Cotia**. O processo teve início com minha contratação em janeiro de 2003. A partir daí, começamos um trabalho multidisciplinar na Unidade Básica de Saúde do bairro do Portão.”



A médica ressalta que estão à **disposição da comunidade** diversas especialidades médicas, como **psicologia, nutrição, serviço social e de epidemiologia, educação em saúde, bem como de um serviço de diagnóstico como ultra-sonografia e endoscopia**. “Para esse serviço de atendimento ao portador do vírus HIV, o agendamento das consultas é desvinculado do agendamento geral. Além do mais, o programa possui **linha telefônica exclusiva para assegurar o sigilo do paciente**”.

Vale informar também que a Secretaria dispõe de serviço de **enfermagem** treinado especificamente para atender aos pacientes soropositivos, além de contar com um **farmacêutico** que, mais que meramente dispensar medicamentos, orienta os pacientes em relação a melhor forma de tomar a medicação, suas possíveis reações adversas, tudo visando aumentar a adesão ao tratamento.

A **Central Sorológica** estimula a realização do **teste para HIV**, promovendo o aconselhamento pré-teste e pós-teste. “Através desse trabalho conjunto conseguimos nos tornar uma Unidade Dispensadora de Antirretrovirais. O Ministério da Saúde fornece todas as medicações disponíveis no mercado atual para **Terapia Antiretroviral** e divide com a Prefeitura do município a compra dos medicamentos para tratar as infecções oportunistas que os pacientes possam desenvolver com a queda

de sua imunidade”, salienta a infectologista.

A Secretaria obteve com o trabalho realizado “cotas” para realização de exames que verificam a situação imunológica do paciente e se há ou não HIV no sangue circulante, informações essas que constituem subsídio indispensável para nortear a melhor conduta.

Em sintonia com todos os acontecimentos, a **Revista Circuito**, juntamente com a **Blowtex** (fabricante de preservativos) e, principalmente, com o constante apoio da **Prefeitura de Cotia**, através da **Secretaria de Saúde**, sugerimos que se o folião for “*rasgar a fantasia*” tenha em mãos a camiseta que acompanha este exemplar. Não abra alas para o azar, pois as doenças sexualmente transmissíveis são conhecidas de outros carnavais.



CONCORRA A UM DOS 10 KITS BLOWTEX

Para participar acesse www.revistacircuito.com e clique no **link da Blowtex** ou acesse www.blowtex.com.br. No link **fale conosco**, preencha todos os campos corretamente e coloque na mensagem seu sexo, idade e a frase “**Quero participar do concurso Revista Circuito/Blowtex.**”

Membros do Serviço DST/HIV – Aids de Cotia:

1ª fileira, da esquerda para a direita:

Dr. Clóvis Petroni Júnior – Coordenador da Divisão de Vigilância Sanitária

Aléxis Tadeu Murad Passarell – Farmacêutico

Dr. Fabio César Cardoso de Mello – Secretário Municipal de Saúde

Drª. Suely Maria Galinari – Médica Infectologista; Mestre em Parasitologia; Infectologista do Instituto de Infectologia Emílio Ribas; Infectologista Responsável pelo Serviço de DST/AIDS do Município de Cotia; Consultora Terapêutica para Indústrias Farmacêuticas; Ex-presidente do Serv. de Controle de Infecção Hospitalar do Hosp. Escola da UNISA; Ex-gerente do Depto. Médico Científico da Indústria Farmacêutica.

Drª. Débora Spínola Pinheiro – Coordenadora do Programa DST/HIV - Aids

2ª fileira, da esquerda para a direita:

Carla Aparecida Mazzri – Auxiliar de enfermagem

João Carlos Silva – Auxiliar de enfermagem

Rosângela Aparecida de Oliveira Ichigi – Assistente Social

Irene Rodrigues dos Santos - Enfermeira

Adriana Bozzi André Cicconi - Educadora



GRANJA VIANA TEM CERTEZA E DIZ



A VERTICALIZAÇÃO

A mobilização da população contra a verticalização, contando com o fundamental apoio da Prefeitura de Cotia, marcou um ponto, empolgante e fundamental para o futuro do município.

Em reunião realizada no dia 22/01, com a presença das maiores lideranças civis da comunidade da Granja Viana, prefeito e secretários municipais ficou firmado o mútuo compromisso de combater, de todas as formas, a idéia de verticalização da região. Aliás, para o Prefeito Quinzinho Pedroso (PSDB) esta é uma proposta que sempre esteve presente em sua plataforma de governo, inclusive na época em que era presidente da Câmara. “Eu sempre fui contra a verticalização e apoiei a comunidade, quando uma construtora quis erguer um prédio de 15 andares na entrada da Granja”.

É fato que a construção do Rodoanel e a proximidade com a capital colocam a Granja na mira da especulação imobiliária. Esta luta dos opositores à construção de um prédio, que seria erguido na altura do km 22,8 da Rodovia Raposo Tavares fez com que cinco líderes preservacionistas



fossem processados pela construtora, como é o caso de Cristina Fowler, arquiteta e vice-presidente da SABGV. “Estamos acreditando no discurso do Prefeito que, realmente, se comprometeu a ajudar a comunidade na luta pela não descaracterização da Granja Viana, um dos últimos redutos verdes da região Metropolitana de São Paulo”, explica ela que ainda complementa: “Na época que a construtora buscava implantar um prédio na região

criamos um corpo especializado, composto por técnicos da área para analisar com lupa as minúcias do projeto e, obviamente, encontramos problemas. Contamos também com a ajuda de profissionais da área jurídica. Hoje, tem lei que proíbe qualquer tipo de investimento imobiliário verticalizado mas, na minha opinião a comunidade precisa estar atenta, ficar de olhos bem abertos, ou seja, tomar conta do



**"A COMUNIDADE
PRECISA ESTAR
ATENTA, FICAR DE
OLHOS BEM
ABERTOS, OU SEJA,
TOMAR CONTA DO
NOSSO ESPAÇO"**

Cristina Fowler

nosso espaço e mediante qualquer empreendimento suspeito denunciar", finaliza.

Já, para outro arquiteto da região, Mazen Nicolas Manasseh, que também estava presente na reunião, agendada especificamente para abordar o assunto, o discurso do Prefeito é coerente e necessário, mas a comunidade também precisa estar alerta para a



ocupação indevida que muitos condomínios horizontais também realizam. A verticalização, na opinião do arquiteto, especializado em desenho urbano, definitivamente não é agradável para o cenário da Granja. "É preciso que a Prefeitura tenha um comitê de arquitetos voltados especificamente para zelar pela estética e beleza da nossa região para que

não haja uma ocupação predatória dos espaços verdes existentes", comenta Manasseh.

O advogado **José**

Pamplona, membro do movimento Viva a Granja, afirmou ter sentido grande esforço por parte do prefeito Quinzinho Pedroso no que se refere a verticalização, mas colocou em pauta mais uma vez a questão dos possíveis problemas com as ocupações horizontais. "Precisamos ter em vista, entretanto, que não é só a verticalização que pode criar problemas para a região, já que empreendedores imobiliários, provavelmente para fugir da legislação municipal que veda a construção de prédios, têm criado condomínios horizontais, fracionando ou desmembrando lotes e neles construindo diversas residências, no espaço em que anteriormente existia apenas uma." alerta.

O Secretário de Assuntos Jurídicos da Prefeitura de Cotia, **Dr. Francisco Roque Festa** confirma que não é de hoje que o Prefeito Quinzinho concorda com a **não verticalização** da Granja Viana e, é por este motivo, que está sempre presente nos

movimentos que tenham este tema. Ele explica que quando assumiram o governo existiam vários processos de pedidos de alvarás para empreendimentos verticalizados e todos foram negados. "Processos tramitam pela justiça, porém o que estiver ao alcance da Prefeitura de Cotia será realizado para que a Granja continue preservada e seus moradores satisfeitos com a



região e, principalmente, com seu representante político que desde o início da gestão luta pela melhoria da qualidade de vida de todos", finaliza o secretário.



**"EU SEMPRE FUI
CONTRA A
VERTICALIZAÇÃO E
APOIEI A
COMUNIDADE"**

Prefeito Quinzinho Pedroso

PARQUE SÃO GEORGE/GRANJA VIANA GANHA PRONTO ATENDIMENTO

“Pronto Atendimento 24h equipado, capacitado e com espaço físico adequado para atender a população”. Essa foi a determinação do prefeito Quinzinho Pedroso ao secretário de Saúde, Dr. Fábio César Cardoso de Mello. Em fase final de reforma e adequação de acordo com todos os padrões da vigilância, o prédio, situado na Av. Marginal 551, está localizado em um ponto estratégico: ao lado da rodovia Raposo Tavares e da delegacia da Granja, o que garantirá segurança, e em frente à passarela, para facilitar o acesso dos moradores dos bairros situados do outro lado da estrada.

Com um espaço físico adequado, a área total do prédio é de 364 m². No pavimento superior, ficarão a recepção/triagem; sala de espera; dois banheiros para o público; dois consultórios; sala de emergência, totalmente equipada; Raio X e reveladora automática, sala de observação; sala de medicação;

sala de gesso e sala de inalação. O pavimento inferior terá sala de curativos; central de esterilização; conforto médico; vestiário para funcionários; refeitório; almoxarifado; expurgo; banheiro para os médicos e banheiro para funcionários. A unidade também terá uma Farmácia 24h. Nenhum detalhe foi esquecido como piso lavável, para facilitar a higienização, e portas com espaço para a passagem de macas.

O atendimento 24 horas será feito por dois médicos, paramédicos, enfermeiros, auxiliares, atendentes e motoristas. Uma Central de Ambulâncias 24h, além de atender os pacientes da unidade, prestará socorro em domicílio em casos de emergências. Vale ressaltar a importância da implantação de Raio X na unidade, o que irá agilizar o atendimento e um diagnóstico preciso no caso de acidentados e politraumatizados, evitando que o paciente tenha que se deslocar ao Hospital de Cotia ou a

outras unidades.

É preciso lembrar que unidades de Pronto Atendimento, como esta que será inaugurada, só atendem urgências e emergências. As consultas ambulatoriais (com hora marcada), deverão ser feitas nas outras unidades da região como ASSA, Recanto Suave, Jardim do Engenho e Jardim Santa Angela.

Antes, funcionando em uma casa adaptada na Rua Karan, o Posto do Parque São George atendia a população fora das normas exigidas e das necessidades. “Era uma casa adaptada, sem o mínimo de estrutura para o atendimento de urgência e emergência. As pessoas acabavam indo para São Paulo ou para a UBS do Atalaia. Além disso, o espaço físico só comportava um médico. Quando este precisava acompanhar alguma remoção, os outros pacientes ficavam sem atendimento”, explica Dr. Fábio.

Angela Miranda – MTb 32.135/SP

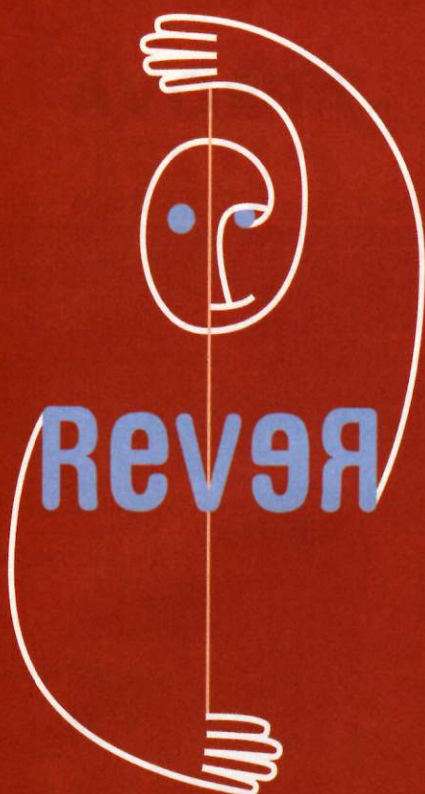
PREFEITO QUINZINHO PEDROSO CONSEGUE DO GOVERNO DO ESTADO NOVO REPASSE PARA O HOSPITAL DE COTIA

O prefeito Quinzinho Pedroso conseguiu mais uma vitória em relação ao Hospital de Cotia. No dia 19 de janeiro, ele esteve no gabinete do governador Geraldo Alckmin para solicitar a renovação do repasse de verba. Participaram da audiência ao lado do prefeito o deputado federal Walter Feldman e o deputado estadual João Caraméz. Após duas horas de audiência, o governador autorizou a manutenção do repasse de R\$500 mil por mês até o final de 2004 e, a pedido do prefeito, irá estudar a

possibilidade de uma verba adicional a cada três meses. No entanto, apesar do auxílio financeiro dos governos estadual e municipal, para que o Hospital atenda a população de maneira eficiente, o governador e o prefeito chegaram à conclusão de que a sociedade civil e os empresários precisam ser mobilizados. “As empresas e indústrias poderão adotar um leito. Os empresários têm

que entender que são seus próprios funcionários que são atendidos no hospital”, afirmou o prefeito.





Rev99

Rolfing
Psicoterapia
Pilates
Dança

movimento e integração

Rua José Félix de Oliveira, 838 - Granja Viana - tel 4702 2590



Granflowers
Flores Andrea

Fone/Fax: 4702.2632

Rua José Félix de Oliveira, 991 Lj.17 - Granja Viana - Cotia

Excelência em Ortodontia

Dra. Sonia Maria Alves
ORTODONTISTA

Tratamento ortodôntico
de alta qualidade para
crianças, jovens
e adultos

Venha nosso site
www.DraSonia.com
Tel. (11) 4616-5146 clinica@drasonia.com
Av. Prof. Manuel José Pedrosa, 1611 sala.112 - Portão - Cotia - SP



AMD não é plano de saúde, é a diferença de minutos que pode salvar sua vida !

Deixe sua família protegida 24Hs em casa, na escola, no trabalho e no lazer

Promoção de Inauguração 15,00 reais

Atendimento 24 horas • UTI Pediátrica
Sem restrições a doenças pré-existentes
Apoio psicológico em crise



0800.55.60.60

AMD

Atendimento Médico Domiciliar
Sempre com você

Circuito-AP

BioCorpus Estética



A cada 28 dias, células migram à superfície da pele no processo de renovação celular, com a finalidade de substituir as células mortas na córnea da epiderme. Quando as células mortas presentes nesta camada da epiderme que deveriam ser eliminadas diariamente com a chegada das novas. Amontoadas, tornam esta camada mais espessa, ocasionando uma renovação mais lenta que favorece o envelhecimento e o aparecimento de acne.

Com a falta de nutrição e hidratação a pele começa a perder o seu turgor e viço, favorecendo o processo de envelhecimento cutâneo, além disso em peles oleosas a produção excessiva do sebo associado com a obstrução do folículo piloso pela queratinização pode levar ao surgimento da acne.

Sandra Maria Botta
Esteticista

Então neste verão cuide mais da sua pele. Faça uma boa limpeza de pele associada a uma boa hidratação.

Fone: 3727.1866

Rua Hugo Carotini, 591 - Parque Previdência (km 11 da Rodovia Raposo Tavares)

POPULAÇÃO APROVA GUARDA CIVIL

O antigo cenário de violência e criminalidade não faz mais parte da realidade dos moradores do município de Cotia, pois os 287 homens e 45 mulheres do efetivo da Guarda Municipal estão desempenhando com eficiência o policiamento ostensivo para manutenção da integridade física dos munícipes. Esta conclusão a *Revista Circuito* buscou nas ruas ao conversar com pessoas que utilizam e acompanham o trabalho desses profissionais.



“A região está tranqüila o que mostra empenho da Guarda que está sempre circulando. Na minha opinião eles devem continuar este trabalho dando ênfase, principalmente, aos moradores da periferia da nossa região que são os locais que mais precisam”.

Bruno Huertas, 20 anos, empresário



“O trabalho da Guarda é superecessário, acho importantíssimo o que eles têm realizado. É tranqüilidade para todos nós”

Anna Pallares, 58 anos, professora



“Já precisei dos serviços deles e fui prontamente atendido. Hoje ando com segurança pelas ruas, pois a todo momento encontramos com a ronda que tem mantido os bandidos longe”

Silvio Gomes, 30 anos, açougueiro



“Hoje transito pelas ruas muito tranqüila, pois sei que a Guarda está nas ruas. Como trabalho e chego em casa tarde valorizo muito o trabalho que eles fazem para minha comodidade”

Solange Prado Bichara, 28 anos, gerente de loja



“Me sinto absolutamente seguro por ter um posto da Guarda próximo. Constantemente eles passam em ronda o que nos dá muita tranqüilidade e certeza de que marginais não estarão por perto”.

Donizete Duca Santos, 48 anos, sapateiro



“Eu me sinto guardado por 24 horas e já presenciei diversas ações positivas. A ronda é constante, principalmente à noite. Para nós do comércio isso é fundamental”

Júlio Ceppo, 29 anos, gerente Lê Patissier

LIQUIDAÇÃO

10% a 50%

Fone: 4612.3252 Av. José Félix de Oliveira, 834

FORMAR PESSOAS PREPARADAS PARA O MUNDO

50% na matrícula **Está em nossas mãos**

KUMON
Uma lição para toda a vida!
4702.4036

Educação Infantil Bilingüe **Kid's Home**

2000m² de área verde com animais, pomar e horta.

FONES: 4702-3298
4702-9024

Rua Sto Antônio, 319
Granja Viana

Centro de Ed. Inf. "Estrelinha Mágica"
Berçário ao Ensino Fundamental.

Fone: 4702-4370

"...Estudar não é apenas idéias, mas criá-las e recriá-las..."
...Paulo Freire

EVOLUTION

IDIOMAS

ENSINO DE QUALIDADE COM SELO DE QUALIDADE !

INGLÊS, ESPANHOL, ITALIANO
FRANCÊS, ALEMÃO
PORTUGUÊS P/ ESTRANGEIROS
AULAS EM TURMAS

Trinity City & Guilds Pitman

Tel/Fax: (11) 4702-4490

Rua dos Manacás, 452 - Jd. da Glória - Cotia - SP

CENTRO CULTURAL AMERICANO IDIOMAS

4612.0991

www.centroculturalamericano.com.br

Rua Fernando Cavalcanti Albuquerque, 01
(Na pista sentido capital, 300m após o Colégio Rio Branco)

Oficina de Madeira

design & decoração

Especializados em cozinhas coordenadas, closets e móveis exclusivos.

Av. Escola Politécnica, 5234 - Butantã - São Paulo - SP
Cep: 05350-000 Telefones: 11) 3719 5489 11) 3719 3603
e-mail: officinadamadeira@terra.com.br



Giftshopping

Cadeiras à partir de R\$36,00

Fone: 4612.1910
Raposo Tavares Km 23,46

Paella da Dona Sagrário

EXPERIMENTE A PAELLA MAIS FAMOSA DE SÃO PAULO Valenciana

4612.0155

Carnes WESSEL
Desde 1958

As melhores carnes da região

- ★ Carnes com cortes especiais
- ★ Picanha maturada
- ★ Produtos diferenciados e nobres

4702.8590
Entrega em domicílio.

Acceptamos encomendas com 48hs de antecedência.

Av José Giorgi, 50 - Granja Viana
Posto Ale/Millennium km 26,5 da Rod. Raposo Tavares



Beleza mundial: A cosmiatra Ala Szerman acaba de firmar uma parceria com os empresários Rubem e Marcela Baez para inaugurar a Essential Spa by Ala Szerman. Localizado dentro dos hotéis Clarion e Comfort Suítes, o espaço traz as últimas novidades em tratamentos estéticos faciais e corporais. O ambiente possui oito salas, para tratamentos individuais, e conta com equipe treinada de fisioterapeutas e esteticistas. Os tratamentos foram trazidos das muitas viagens de Szerman pelo mundo, onde ele busca novidades e aprende técnicas milenares, como massagens da Índia e do Tibet e tratamentos com pedras vulcânicas da Indonésia e Estados Unidos. Tel.: 4195-2919



Premiação na loja Zizi Estrada: Parabéns para cliente Martinha, a contemplada no sorteio de Natal pela loja Zizi Estrada. Zizi aproveita para informar que está com uma

imperdível promoção com descontos de 10% a 50% em itens que vão de calçados a roupas. Vale conferir! Tel.: 4612-3252.

PROINVEST É CERTIFICADA PELO SECOVI: A PROINVEST Central de Negócios Comercial Construtora iniciou o ano de 2004 em destaque no mercado imobiliário, recebendo o certificado do Programa de Qualidade Essencial – PQE, promovido pelo SECOVI-SP.

EXUBERANCY DEPILAÇÃO A LASER A SEU ALCANCE: Comprovado sucesso em depilação, a clínica trouxe para seus clientes o mais novo tratamento para gordura, celulite e flacidez, hotcold e mais, o mix de massagem com protocolos formados e aprovados e seus resultados. Em breve, laser facial para rejuvenescimento e clareamento. Ligue agora e ganhe, uma drenagem linfática manual ou uma massoflaxia. Fone 4702-0601

DESCONTO MANTIDO: A Viaoeste mantém, desde o início de janeiro, o desconto de R\$0,20 para tarifas de Pista Simples, implantados no ano passado. Assim, os motoristas que trafegam pela rodovia Raposo Tavares pagarão taxas reduzidas de pedágio. No quilômetro 46, em São Roque, o valor é de R\$ 3,20 e no 79, município de Alumínio, o valor cobrado será de R\$ 3,40. Mais informações pelo 08007015555

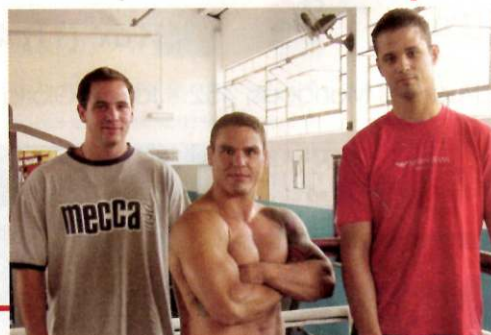
Um dos melhores eventos culturais do ano, o "Oscar Projeção Nacional 2003", foi realizado no Buffet Colonial de São Paulo. O evento,



que teve como mestre de cerimônias o artista Marcos Manzano, premiou os melhores profissionais do ano de 2003, dentre eles, para engrandecer ainda mais a região, Sandra Maria Botta, excepcional esteticista foi uma das consagradas da noite. Também presentes para a cobertura do evento e entrega dos troféus, Dr. Juarez Avelar, ex-presidente do Conselho Regional de Medicina, e Dr. Roberto Godoy, ex-presidente da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica.

CATEQUESE NA PARÓQUIA SANTO ANTÔNIO: As inscrições para a catequese 2004 estão abertas. Os interessados devem procurar a secretaria da Paróquia para retirar ficha de inscrição. Vale lembrar que a idade mínima para a Primeira Eucaristia são nove anos e para a Crisma 14 anos. Horário de funcionamento da secretaria: das 9h30 às 11h30 e das 14h às 17h. Fone: 4702-2295.

Programada para inaugurar no mês de fevereiro a academia de lutas **Macaco Gold Team** prometer fazer a Granja Viana tremer. Contando com uma equipe de profissionais altamente qualificada oferecerá treino de jiu jitsu, muai thay, vale tudo, submission, boxe, fitness, entre outras modalidades. A sociedade é formada por três atletas, um deles, o mais conhecido, o grande lutador Macaco (que possui um extenso cartel de vitória sobre os rings e tatames), além de Rafael Pires e Fernando Nascimento. A idéia dos empresários surgiu da carência de uma academia especializada em lutas marciais. Endereço: Raposo Tavares, km 21. Faça sua inscrição: 46124322



CENTRO VETERINARIO **VIP**
Very Important Pet

Clínica e Cirurgia Vacinação
Pet Shop Internação Hospedagem

Serviço Leva e Traz
Banho e Tosa - desconto de 10% de 2ª a 5ª

Dra Betania Kössling Mazzini
Fone: 4702.7254 Rua José Felix de Oliveira, 1197
At.Pessoa-Circulo

POLICLINICA VETERINARIA DE COTIA
CLÍNICA • CIRURGIA • VACINAÇÕES
INTERNAÇÕES • EXAMES LABORATORIAIS
HOTEL PARA CÃES E GATOS • BANHO E TOSA
RAIO-X • ULTRA-SOM ABDOMINAL • GTA

Fone: 4616-2677
www.policlinicaveterinaria.com.br
Av. Ralf Bolli, 25 (Rod. Raposo Tavares, Km35) Cotia CEP 06700-175

SIMPATICÃO
PETSHOP

FONE: 4612-9091 / 4702-3844

VETERINÁRIO - ULTRA-SOM - BANHO E TOSA - RAÇÕES
BUSCÃO - RG PARA O SEU ANIMAL

AV. DAS ACÁCIAS 58, LOJA 01/02 - KM 25 DA RAPOSO

18 KILATEM
Veterinário - Hotel
Pet Shop
Banho e Tosa

R. dos Manacás, 330 - Jd. da Glória - Cotia - SP
CEP 06711-500 - Tel/Fax: 4702.9554 e 4702.3497

13 Anos de tradição

COUNTRY SHOP

Concorra a 1 Frigobar

Disk Rações 4702 4411

Raposo Tavares Km24,5 Granja Viana - Cotia

Rações - Farmácia Veterinária - Pet Shop

Florais para Animais



Kit Pronto-Socorro,
Florais específicos feitos sob encomenda
para cães, gatos, cavalos e aves
com essências da flora brasileira.

Regina Queiroz - Herborista e Terapeuta Floral

Fone/Fax: (11) 4186.1371 - Cel.: (11) 9980.1584



JUNIOR EXPRESS SERVIÇOS AUXILIARES

Atendemos 24hs de segunda à sexta

Sábados e Domingos
entregas programadas

Fones : 4612.8980 ou 4612.1497

Aproveite nossos pacotes de entregas com preços fechados
Rua Doninha, 279 - Granja Viana - Cotia - Cep: 06700-000

Pedras Bellas Artes

Pisos e Revestimentos em
Pedras, Mármore e Granitos
Nacionais e Importados

3814.8066 • Fax: 3812.8959
Av. Vital Brasil, 614
Cep 05503-000 - Butantã - SP

VALCUNHA CONTABILIDADE E ASSUNTOS FISCAIS S/C LTDA

Abertura, Transferência e Encerramento de Empresas;
Contabilidade Comercial, Fiscal e Trabalhista.
Consultoria Empresarial e Implantação de Sistemas
de Administração Financeira.

R. George Caixe, 371 - 1º andar - SL10 - CEP 06716-690-Portão- COTIA-SP
(EM FRENTE A PROCOTIA) TEL/FAX: 11 4616-8069 / 4616-6885



EFCEL

SISTEMAS DE SEGURANÇA
Câmeras Digitais e Central de
Monitoramento 24hs



- Serviços de Monitoramento c/ atendimento qualificado
- Apoio motorizado c/ supervisores treinados
- Software moderno c/ relatórios mensais
- Sistema de vigilância digital

BUTANTÃ 3726.2900
GRANJA VIANA 4612.8489
e-mail: ef.vendas@terra.com.br

CLASSIFICADOS

Saúde



Yoga Spa Jaya Lakshmi
Fone: 4702.7073

LOI - Lulo Odontologia Integrada

Dr. Luiz Antonio Lulo
Ortodontista - CRO 12.799

GRANJA VIANA:
R. José Félix de Oliveira 1025 Tel: 4612.8008
São Paulo: Tel: 5091.0324 - 5091.1365



HEDEL - Centro de Assistência Odontológica
IMPLANTES E CLÍNICA GERAL
Av. João Paulo Abias, 38 1º andar - CJ.03
Fone/Fax 4702.6858 - 4672.6226

Psicóloga

Sabrina Bitelli
CRP 0670976

Fone: 7850.8126 sabrinabitelli@ig.com.br
R. José George, 900 sl.19 - Estr. Cond. SP2



Dr. Luiz Cláudio V. C. Andrade
CRO 23420

Ortodontia • Clínica Geral
Fone: 4612.1538 - Granja Viana



ASMA - RINITE ALERGIAS

Dr. Sidnei Semi Chaim
CRM 22266/SP

Cotia: Av. Sto. Antônio, 89 - Portão
Fone: 4148.2285

São Paulo: R. Vieira de Moraes, 420
11º andar Sl 114 - Campo Belo
Fones: 5542.6844 e 5096.6970

Serviços



Eletricista
Comércio, residência. Telefonia Básica
Tel: 9332.6190 com Roberto

Dra. Rosely Bonomi Pacheco Borges
CROSP 25008
Pós Graduação em Odontopediatria
Crianças • Adolescentes • Ortodontia
R. Adib Auada 262 Sl.6 Granja Viana
4702.0026 * 9178.8498



PROJETO A CASA DOS SEUS SONHOS

Projs Arquitetônicos e Gerenciamento
Engª Lais Tavares Fagundes

(11) 3714-8051 e 9601-7707
e-mail: laistafa@ig.com.br

Mesas & Fredy Cadeiras

Para festas em geral

- Aluguel de Guarda-sóis
- Toalhas - Pranchões



**Entrega em
domicílio**

**4169.7046
9906.1475
9161.5727**



MILLENIUM
Limpeza interna, impermeabilização
de bancos, hidratação de couro e
cristalização 3M
Fone: 4164.2722 Sistema Leva e Traz

MÁRCIA FESTAS E EVENTOS

Pães de metro, mini lanches naturais.
Tábua de frios e queijos, cestas de pães,
canapés, mini tortas doces e salgadas,
salgados, doces e bolos p/ festas.

DELIVERY
4612.6609, 4612.2430 e
9882-3732

Assistência Técnica Telefone

PABX - Porteiro Eletrônico -
Bloqueadores de celular e
interurbano - Circuito Fechado TV
3782.7620 e 9765.2352
falar com Licurgo

Oportunidades

Precisa-se de Professores
Inglês, Espanhol, Francês entre outros
4612.0991 falar com Lucia

ALUGA-SE PALCO PARA EVENTO

Fone: 9542.2483 ou 9566.0612

FRIO ARTIC REFRIGERAÇÃO

Assistência Técnica Especializada
Brastemp, Consul, Electrolux, GE, Prosdócimo,
Continental, Enxuta, Whitewestinghouse
Lavadoras, secadoras, freezers, refrigeradores
fogões, microondas e lava-louças
Atendimento em domicílio sem taxa de visita.
Consulte-nos 4186.1891 4146.1661

Assistente de vendas/Secretaria
com experiência comprovada na
área administrativa - comercial.
conhecimento de Inglês
Curriculum aos cuidados desta revista

Cursos

**alejandra
contee
cerâmica** Curso de
modelagem e
esmaltação
turmas à noite
Fone: 4702-2350

CURSO DE ITALIANO

Aulas individuais ou em grupo
Professora nativa
Lidia Chini Rinaldi - Fone: 4169.8928

Revista Círculo da Informação

**PEQUENO
ANÚNCIO
COM GRANDE
VISIBILIDADE
E MUITO
MAIS
RETORNO**

**4702.3936
4702.4948**

LAO

**PLAYGROUNDS
EQUIPAMENTOS DE GINÁSTICA
E RECREAÇÃO**

**Produtos socialmente justos,
economicamente viáveis
e ecologicamente corretos.**

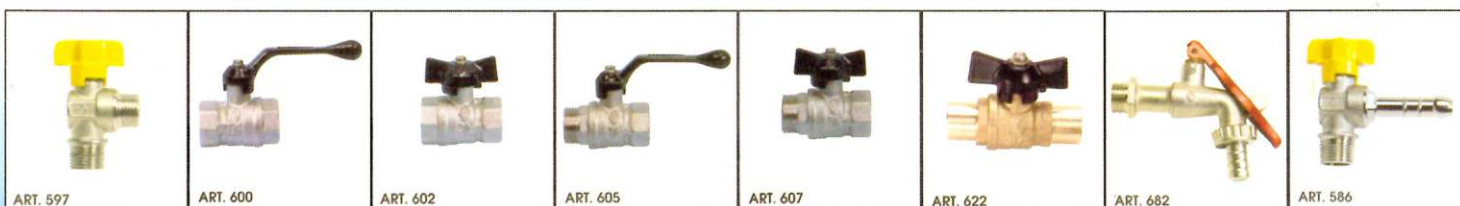
LAO ENGENHARIA
Lazer, Cidadania e Meio Ambiente

Uma empresa cidadã.
Desenvolvimento humano através do lazer
Equipamentos de recreação aliados às
necessidades culturais e sócio-ambientais.

**www.laoengenharia.com.br
(11) 4617-3399**



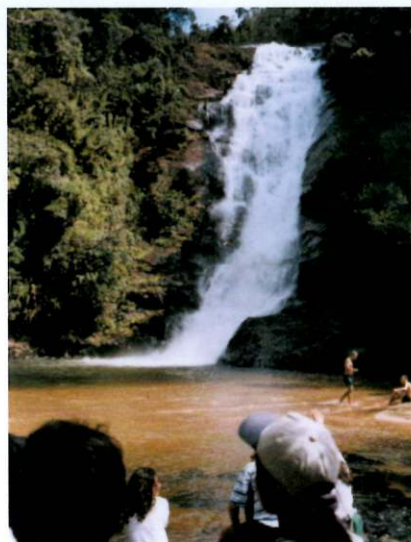
Tecnologia e Qualidade
Certificado ISO 9000 - Direto do Fabricante
Teleendas: 4702.5081





HOTEL PORTO DA BOCAINA

SPA BY ALA SZERMAN



O Hotel Porto da Bocaina fica localizado ao pé da Serra da Bocaina, às margens da Represa do Funil, oferecendo uma completa área de lazer e uma excelente estrutura de spa.



REFÚGIO ECOLÓGICO VALE DOS VEADOS

Refúgio Vale dos Veados está localizado no coração do Parque Nacional da Serra da Bocaina, apresentando uma natureza exuberante. A pousada oferece instalações rústicas porém muito aconchegantes, sem energia elétrica mas com toda energia da natureza.



Rodovia dos Tropeiros, km. 260 - São José do Barreiro - São Paulo
Telefones: (12) 3117-1102, 3117-1192 e 3117-1221 - Fax: (12) 3117-1303
E-mail: reservas@hoteisdabocaina.com.br.