

Revista Circuitito

Edição 114 - Ano 10 - Junho 2009 - Granja Viana - Raposo Tavares - Alphaville - Aldeia da Serra - www.revistacircuitito.com

Especial

França no Brasil e franceses na Granja Viana

Laura Muller

A sexóloga fala sobre namoro, traição e sexo.

+ Roteiro de Namorados
opções de presentes para aquecer esta data

Beleza

O poder da tecnologia nos tratamentos estéticos

On Line: Seleccionamos as melhores festas juninas em nossa agenda. Não perca!

PROMOÇÃO DIA DOS NAMORADOS

Sempre é hora de expressar o seu amor.



FCM

12 de junho é Dia dos Namorados, e para comemorar o Raposo Shopping vai dar um presente superespecial.

Junte R\$ 150,00 em comprovantes de compras e troque por um exclusivo relógio-adesivo*.

São quatro modelos de brindes para você escolher.



RAPOSO
SHOPPING

www.raposo.com.br

Rod. Raposo, 7000, Km 14,5 - (11) 8735-0780

*Consulte o regulamento no site www.raposo.com.br ou no quiosque de troca local, entre no horário de atendimento. Promoção válida de 03/05/2019 a 12/06/2019, ou enquanto durarem os estoques.

Brascan
Soluções em TI



Pague no Cartão Leroy Merlin em até

0+10x
SEM JUROS
Parcela mínima de R\$ 100,00*

Ofertas imperdíveis para você na Leroy Merlin Raposo.

"COBRIMOS QUALQUER ORÇAMENTO"

FRETE GRÁTIS¹
NAS COMPRAS ACIMA DE R\$ 1.500,00 E ATÉ 10KM DE DISTÂNCIA
1- MEDIANTE A APRESENTAÇÃO DESTA ANUNCIO



De: R\$ 19,90
Por R\$ **12,90**

PISO 41X41 EXTRA LANZI
Mod. Bretona, cor Havana, estilo rústico, indicado para áreas internas e externas, PEI-4.



De: R\$ 26,90
Por R\$ **17,90**

PISO 31X31 PORTO FERREIRA
Mod. 57101, na cor branca, estilo decorado, indicado para áreas internas. PEI4.



De: R\$ 27,90
Por R\$ **22,90**

REVESTIMENTO 27X37 EXTRA PORTO FERREIRA
Mod. 68004, cor verde, estilo pastilha, indicado para áreas internas



De: R\$ 7,30
Por R\$ **5,99**

BLOCO DE VIDRO INCOLOR
Mod. Ondulado, 19x19x8cm.



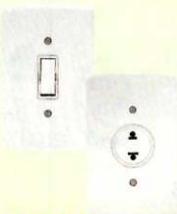
De: R\$ 17,90
Por R\$ **15,99**

CIMENTO SACO 50KG CPII-E-32. Cauê.



De: R\$ 79,90
Por R\$ **42,90** cada

CABO FLEXÍVEL 2,5MM WIREFLEX
Diversas cores, rolo com 100 metros.



De: R\$ 6,90
Por R\$ **2,99** cada

TOMADA UNIVERSAL OU INTERRUPTOR SIMPLES IRIEL
Mod. Duale, com placa 4x2, branca.



De: R\$ 8,90
Por R\$ **5,95**

LÂMPADA FLUOR 15W ARAM BRANCA 127V



De: R\$ 89,90
Por R\$ **49,90**

TELEFONE SEM FIO MOTOROLA
Mod. 6110, 900MHZ.



De: R\$ 59,90
Por R\$ **39,90**

DUCHA ARTICULÁVEL SS
4 temperaturas, 127V ou 220V*. Corona.



De: R\$ 59,00
Por R\$ **44,90**

ASSENTO ALMOFADADO SEMITA
Mod. Convencional, na cor branca.

50% DE DESCONTO na 3ª lata no setor de pintura³
3- Na compra da terceira unidade de qualquer produto da família de tinta, verniz, resina, massa corrida, textura, massa acrílica, fundo preparador e seladora o desconto será aplicado no produto de menor valor.



De: R\$ 99,90
Por R\$ **64,90**

TEXTURA ACRÍLICA HOME NEW
50 litros, barrica, acabamento rústico, na cor branca, indicada para interiores e exteriores.



De: R\$ 59,90
Por R\$ **38,90**

MASSA CORRIDA SUVINIL
18 litros, indicada para interiores.



3ª lata* SAÍDA POR R\$ 49,95
PREÇO NORMAL DE VENDA R\$ 99,90 COM 50% DE DESCONTO

TINTA STANDARD AQUACRYL
20 litros, látex PVA, acabamento fosco, indicado para interiores e exteriores.

LEROY MERLIN RAPOSO TAVARES - SP
ROD. RAPOSO TAVARES, KM 14 - TEL.: (11) 3732-0800
ABERTO DE SEGUNDA À SÁBADO DAS 8H ÀS 22H. DOMINGOS E FERIADOS DAS 9H ÀS 20H.
ESTACIONAMENTO: MAIS DE 450 VAGAS COBERTAS.

Condições de pagamento e ofertas válidas de 01/06/2009 a 30/06/2009 ou enquanto durarem os estoques para a loja Raposo Tavares.

www.leroymerlin.com.br

LEROY MERLIN
A casa da sua casa.

2- Mediante a apresentação do impresso.

Garantimos o preço e a quantidade mínima de 5 unidades ou 50 m² na loja morumbi dos produtos anunciados durante a validade desta publicação ou enquanto durarem os estoques, salvo erros de impressão. Os elementos utilizados para a produção dos fotos são somente ilustrativos.

O dia dos namorados é uma data especial. Os casais saem para trocar presentes e comemorar com um jantar romântico, a paixão que sentem um pelo outro, a afetividade e o amor, como forma de agradecer o companheirismo e a dedicação entre ambos. Alguns estão começando um relacionamento e conhecendo-se. Outros já possuem uma história de vida a dois e aproveitam o momento para reacender o clima dos primeiros momentos juntos. A data escolhida no Brasil, 12 de junho, antecede o dia de Santo Antônio, santo casamenteiro. Para esquentar as páginas desta edição, dedicada aos amantes, entrevistamos Laura Muller, psicóloga pós-graduada em educação sexual. Laura fala sobre namoro, traição, sexo e deixa claro que não existe regra geral para nenhum desses assuntos. O importante é o casal se redescobrir o tempo todo. A sexóloga dá dicas fundamentais de como manter um relacionamento com a saúde conjugal na dose certa para você poder comemorar muitos e muitos dias dos namorados junto do seu amor ao longo da vida. E nós damos as dicas para presentear o seu par no Roteiro de Namorados.

O clima de romance está no ar e, o ano da França no Brasil também. Nada mais apropriado. Encontramos com alguns personagens granjeiros-franceses e descobrimos um pouco mais desse país tão sedutor. Confira na reportagem eventos especiais que selecionamos e que estarão agitando São Paulo nos próximos meses.

Além de ser uma boa estação para namorar e ficar agarradinho, o outono propicia um clima ótimo para dar início a alguns tratamentos estéticos. Conversamos com alguns profissionais da região para saber quais as novidades tecnológicas que prometem surtir os melhores resultados e trouxemos para você um pouco de cada uma.

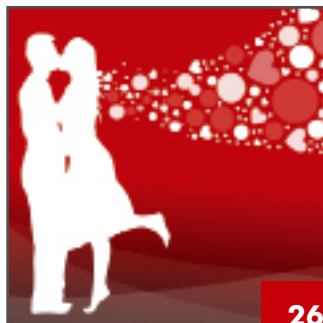
E ainda tem uma agenda completa com as melhores festas juninas no Circuito On Line. Muita animação vai rolar por aqui!

Love`s in the air



22

Perfil | A sexóloga Laura Muller dá dicas de como aquecer o relacionamento



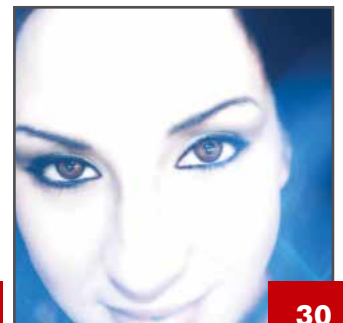
26

Garimpendo | Um roteiro com 14 dicas de presentes e restaurantes



28

Especial | As raízes francesas na Granja no ano da França no Brasil.



30

Beleza | Pode acreditar, a tecnologia ajuda (e muito) no ramo estético!

Revista
Circuito

Ano 10 | Junho 2009 | Nº 114

DIRETORA

Gabriela Napolitano Alonso
gabi@revistacircuito.com

criação

Diretor de arte

Alexandre Pessôa
alepessoa@revistacircuito.com

COMERCIAL

Gabriela Napolitano Alonso
gabi@revistacircuito.com

Roberta Smilari
roberta@revistacircuito.com

FOTOGRAFIA

Ana Alcantara
fotografia@revistacircuito.com

REDAÇÃO

Claudia Ribeiro
jornalismo@revistacircuito.com

ON LINE

Juliana Martins
online@revistacircuito.com

JORNALISTA RESPONSÁVEL

Claudia Ribeiro
MTB 255/65 - SP

FINANCEIRO

Ely Augusto
financeiro@revistacircuito.com

CIRCULAÇÃO

Granja Viana, Alphaville, Aldeia da Serra,
Raposos Tavares, Caucaia do Alto e
Vargem Grande Paulista.

CONTATO

Av. Denne, 168 - 2º andar
Granja Viana - Cotia - SP
CEP: 06708-230 PABX: 4702.3936
revistacircuito@revistacircuito.com
www.revistacircuito.com

Impressão
Prol Gráfica

A Revista Circuito da Informação é uma publicação gratuita e mensal. Os artigos assinados não expressam obrigatoriamente a opinião deste veículo, sendo de responsabilidade de seus autores.

06 Selo Cidadão; 07 On Line; 08 Cotidiano; 09 Cartas; 10 Meio Ambiente; 12 Urbano; 14 Educação; 15 Tendências; 16 Gastronomia; 18 Entretenimento; 20 Social; 21 Ênfase; 25 Odontologia; 32 Região; 35 Fique Ligado; 37 Anúncios



25%
de desconto

**She sells
seashells
by the seashore.**

DESTRAVE SEU INGLÊS.
FAÇA O INTENSIVO DE FÉRIAS.

NOVAS INSTALAÇÕES

Unidade Granja Viana

4702-5408

R. José Felix de Oliveira, 189



**Cultura
Inglesa**

WWW.CULTURAINGLESASP.COM.BR

Nove mil mudas para a Reserva do Morro Grande

A América Latina Logística - ALL, concessionária que administra a malha férrea que passa por Cotia, finalizou o plantio de 9 mil mudas de árvores nativas na Reserva Florestal do Morro Grande. A empresa investiu cerca de R\$ 150 mil na aquisição e plantio das mudas e ficará responsável por sua manutenção por um período de três anos. As árvores foram colocadas às margens da ferrovia, em áreas que sofreram processos de degradação ambiental, devido a desmatamento e uso de fogo por invasores. Para evitar que sejam novamente degradadas, a ALL instalará placas educativas no local.

Além do investimento no reflorestamento da Reserva do Morro Grande, a ALL apresentou à Cetesb, um Plano de Atendimento a Emergências (PAE) que prevê a disponibilização de um colaborador fixo de empresa especializada em atendimento de emergências e combate a fogo, para atender ocorrências ferroviárias na região de Cotia.



Idosos visitam Projeto Viva Melhor



Integrantes da Associação de Serviços Comunitários a Idosos Ana Pedroso Toledo, do Jardim da Glória, tiveram um dia diferente e cheio de atividades durante visita ao Projeto Viva Melhor. Café da manhã, reflexologia das águas, alongamento e yoga foram algumas das atividades desenvolvidas que tinham como objetivo principal o despertar para o agradecimento.

Embrulhe os chicletes antes de jogar fora



Atraídos pelo cheiro adocicado de fruta, os passarinhos comem restos de chicletes deixados, irresponsavelmente, em qualquer lugar. Ao sentirem o chiclete grudando em seu bico, tentam, desesperados, retirá-lo com os pés e, muitas vezes, acabam sufocados. Por isso, embrulhe o chiclete num pedaço de papel e jogue-o no lixo.



Ações comunitárias

Aconteceu, no dia 16 de maio, a II Ação Comunitária da Saúde e Cidadania da Faculdade Mario Schenberg, onde os alunos tiveram a oportunidade de demonstrar o conhecimento adquirido no decorrer de seu curso e aplicá-lo à comunidade da região.

Avaliações e orientações médicas e odontológicas, oficinas de acupuntura, gastronomia, fitoterapia e relaxamento, além de brincadeiras pedagógicas foram oferecidas gratuitamente à comunidade que também pode participar de um debate sobre a Lei Maria da Penha e de um workshop de estética facial e automaquiagem.

Sacolas plásticas irão desaparecer dos supermercados

Você sabia que só em 2007 foram produzidas no Brasil, 18 bilhões de sacolas plásticas? Que o brasileiro consome em média 66 sacolas por mês? E que o tempo médio para a decomposição de uma sacola plástica é de 500 anos?

Conclusão: com a crescente preocupação com o meio ambiente, bem mais rápido do que se imagina, as sacolas plásticas irão desaparecer dos supermercados.

De posse dessas informações, o granjeiro Vinício Esteves, depois de muita pesquisa e criatividade, desenvolveu as sacolas ecológicas. Ultra resistentes, as sacolas desenvolvidas por Vinício ajustam-se ao carrinho de supermercado, são fáceis de carregar e equilibram-se no chão e no porta-malas de seu carro. Disponíveis em diversas cores, elas podem ser adquiridas no Armazém do Nicolau ou pelo telefone: 9261-2556.

Informe-se: www.mundobom.com

Usando sacolas duráveis, você contribui para diminuir o lixo e evita que se gaste energia e recursos naturais na produção de sacolas descartáveis.



Uma pisada de atitude

Anda caminhando pela Granja Viana a sandália ecológica Ecopé.

Desenvolvida pela Cintra & Maura, empresa de Franca com o foco na fabricação e comercialização de solados em borracha, a sandália surge para atender aquele que prioriza a reciclagem como atitude.

Feita com solado em borracha reciclada (possui certificação do fornecedor), tiras de PVC (também reciclado) em várias cores, a Ecopé é antiderrapante, possui alta durabilidade e conforto. Pode ser encontrada na Havaianas do Pátio Viana II (Rua José Felix de Oliveira, 928; tel.: 4702-9521).

Articlistas do mês

1ª Quinzena

Esgoto não faz parte da paisagem

A advogada Natália Ribeiro do Valle conta sua experiência vitoriosa como cidadã brigando por algo que preza: o meio-ambiente.



Os bugs do milênio. Ou, dos bodes na sala

Carlos Roberto Liboni faz uma comparação com o bug do milênio e a recente crise econômica.



Dor de garganta precisa ser tratada

O otorrinolaringologista Marcelo Alfredo orienta que o uso indevido de antibióticos, em vez de exterminar as bactérias, só contribui para que elas se tornem mais resistentes.



2ª Quinzena

Namoro no Trabalho

Priscila Oliveira, psicóloga e especialista em RH, dá dicas de como se portar no trabalho quando o assunto é o coração.



Algumas observações sobre as uniões interreligiosas...

A psicóloga Mariana Taliba Chalfon cita que a tolerância e a postura disponível para o diálogo aberto ajudam o casal a estabelecer referências para a convivência familiar e para a orientação religiosa de seus filhos.



Reabilitação Oral

A dentista Karina Vianna fala sobre o desgaste natural de nossos dentes, explicando o processo e alternativas de tratamento.



Circuito

on-line

www.revistacircuito.com



Ar de romance

Doze de junho é comemorado o Dia dos Namorados. Para os apaixonados que quiserem surpreender seu amor com um passeio especial, o Circuito Online apresenta roteiros para curtir a dois... Do calor ao frio, da montanha ao mar, da agitação para a tranquilidade, da natureza ao urbano, os casais podem escolher o local que mais combina com o momento em que estão vivendo, aproveitar para relaxar e curtir um ao outro.

Fogueiras, quitutes e alegria: chegou a Festa Junina!

Quando chega o mês de junho, entram em cena o chapéu de palha dos sinhôzinhos, as saias rodadas das sinhazinhas, as fogueiras e a música dos sanfoneiros. Começam as festas juninas... Não há quem não se contagie com a alegria destas festas, sempre regadas com muita dança, brincadeiras, comidas típicas e bebidas... Mas de onde vem a tradição? O Circuito Online percorreu a história, remontando dos deuses pagãos a São João Batista. Confira também receitas, dicas e, claro, o roteiro das festas da região! Afinal, passar o mês de junho sem "pipocar" nestas animadas festividades é deixar de viver momentos felizes de pura descontração.



> Vencedor da promoção "Minha louca viagem aventureira"



A foto em que está sentado sobre um monte de sal em Salar de Uyuni, na Bolívia, garantiu a **Thiago Pires** um final de semana com acompanhante, no Krishna Shakti Ashram, em Campos do Jordão. "O Salar de Uyuni, na Bolívia, com seus lagos coloridos e flamingos, é uma experiência maravilhosa", relata o aventureiro, que saiu de São Paulo em 01/11/2008 com destino a Machu Picchu por via terrestre. O retorno a São Paulo aconteceu 3 semanas depois. "O estilo mochileiro de viajar propicia experiências únicas, estar em ônibus com a população local, comer nos mesmos restaurantes nos aproxima um pouco mais da cultura e do modo de vida", descreve o vencedor da Promoção Cultural "Minha louca viagem aventureira".

Confira no site as novas promoções para junho e concorra!!!

por Thelma Mello

Próximo colunista
• Julho - Marcos Sá

Teias Cotidianas

Quando surgiu o convite para escrever nesta coluna, fiquei pensando: “que assunto deveria tratar? O que seria este Cotidiano do lugar em que vivemos e por onde esta revista circula?”. A primeira coisa que vem à cabeça é o lado mais chato do tema cotidiano: as obrigações diárias, aquela rotina familiar incessante – supermercado, escola, trabalho, agenda e horários para cumprir. Pois é, acho que isto não mudou muito nos últimos tempos e até tem se complicando um pouquinho, sobretudo, nas grandes cidades.

Às vezes, a gente acha que não vai dar conta e que estamos sendo engolidos por um rodaminho, sem poder escolher, de fato, a direção que queremos seguir, as coisas que queremos fazer e o ritmo do cotidiano que desejamos ter.

Mas a boa notícia é que vivemos na Granja Viana e isso muda um pouco o conceito de cotidiano, sobretudo, essa sua perspectiva mais pesada e repetitiva – apesar da Raposo Tavares!

Quando falo numa roda de amigos que moro na Granja Viana, as reações são sempre acompanhadas de expressões do tipo “Ah, que delícia!”, “Você que é feliz!”. Isso parece significar um monte de coisa para quem está de fora. Algo como uma imagem preconcebida de que “vivemos bem”, “rodeados de áreas verdes”, “sem poluição” e em “lugares espaçosos e confortáveis”.

Na verdade, estas são todas suposições materiais e concretas, que podem ser verdadeiras – ou não – mas nem de longe refletem a melhor característica deste nosso lugar.

Há também uma sensação engraçada de que os granjeiros se reconhecem, quando estão “lá fora”. E que, de alguma forma, há um valor maior, uma única raiz que nos une – apesar das diferenças de valores ou interesses. Dá até um certo orgulho de dizer que vivemos aqui e acho que isso tem a ver, menos com a “parte material”, mas muito mais com este jeito de ser – mais próximo, acolhedor, solidário e participativo.

E logo vem a autocrítica: “será que é um pouco utópico pensar assim?” Talvez, mas nem tanto... É difícil no dia-a-dia não se deparar com um exemplo que ilustra este jeito de ser. E o que eu percebo é uma atitude solidária entre as famílias - sobretudo entre as mães - que se revezam no socorro umas das outras.

Todo mundo já viveu uma experiência parecida com aquela: “ainda estou em São Paulo, você pode pegar a Maria na escola e levar pra sua casa até eu chegar?” Sem o menor problema, o socorro acaba virando até uma festa: curtidão entre amigos e mais uma oportunidade de conviver...

E aqui estamos falando de amigos e vizinhos e não apenas de família. Não sei se isto acontece com frequência em outros cantos da cidade, mas sei que aqui é quase “via de regra”. Não é mesmo?

Um outro exemplo dessa teia cotidiana aconteceu outro dia nos

meus arredores: a Doca, cachorrinha querida do meu vizinho Marcelo, morreu de repente. Ele estava viajando e, tão longe, não sabia o que fazer para ajudar a Vanuzia, que estava sozinha na sua casa.

Foi aí que a teia entrou em ação: Marcelo ligou para a vizinha mais próxima, que ligou para a Marilda, que chamou o Oswaldo, que trabalhou com o Eric e, em pouco mais de uma hora, tudo estava resolvido! A Doca já estava descansando no lindo jardim, a Vanuzia mais tranquila e seus donos mais confortados!

Olhem como isto acabou transformando uma situação infeliz em algo menos penoso – leia-se um alívio para o lado pesado do cotidiano, apesar de tudo!

Isso sem contar com a experiência social que as próprias crianças vivenciam no dia-a-dia. Quando eu vejo o trança-trança de crianças e jovens pelas casas dos amigos – para dormir aos bandos, para fazer lição, brincar ou simplesmente estar junto – sinto um conforto no coração em saber que, desde cedo, estão exercitando uma das capacidades fundamentais para uma vida mais feliz: cultivar amigos, aprender a conviver e participar dessas “teias sociais”.

Dá pra dizer que, no nosso bairro, esse exercício de convivência vai além da escola e começa já muito cedo, não apenas na adolescência quando o instinto de grupo fica mais urgente.

Eu me lembro que a Faith Popcorn, conhecida como a “Nostradamus do Marketing” nos anos 90, escreveu um livro que falava sobre as tendências que “iriam mudar a vida das pessoas nos próximos anos”. Uma delas era o “desenvolvimento de teias de relacionamentos e interatividade, que ajudariam, especialmente as mulheres, a viabilizar suas agendas e tornar suas vidas mais fáceis”.

Era uma previsão sobre um comportamento futuro, que iria influenciar as próximas décadas. No entanto, na verdade, este parece ser, desde sempre, o espírito da Granja Viana – e acho que também dos seus arredores.

Pode até ser que esta seja uma visão bairrista de alguém que realmente se sente em casa e se orgulha deste sentimento. Talvez essa seja uma característica mais abrangente, até mesmo brasileira! Mas, com todas as pessoas que converso e convivo e entre todas as experiências “bairro” que já vivi, não tem como não afirmar que o cotidiano pode ser mais fácil e feliz nesta nossa vizinhança!

Em tempo, quero agradecer aqui a participação da “minha teia particular”, de amigas e amigos, que, além de tudo, me ajudaram a refletir sobre este tema.

Thelma Mello é advogada, formada pelo Largo São Francisco – USP. Atua na área de Comunicação e Marketing e Planejamento e Consumer Insight de várias agências, entre elas Young & Rubicam, Talent e DM9DDB. Tem seu próprio Estúdio de Pesquisa Qualitativa, que desenvolve trabalhos para clientes como Danone, Diageo, Johnsons, Purina/Nestlé e Unilever.

Espaço do leitor. Escreva! Mande sugestões, críticas, dicas e reclamações.

Carta à SABESP

Moramos no condomínio Aldeia da Fazendinha e vivemos uma constante e já crônica falta de água nas ruas mais altas em nosso condomínio. Sabemos de nossos direitos pela fornecedora local SABESP que tem a obrigação do fornecimento de água. Mas já faz mais de um ano que vem se agravando uma situação de constante falta de água sem sequer aviso prévio e, para piorar esta situação, nas casas que se encontram em posição mais alta na topografia do condomínio, este abastecimento só ocorre vários dias após e nas madrugadas. Fazemos constantes ligações ao 195 relatando estes graves problemas e a única resposta é a coleção enorme de protocolos. Portanto tenho algumas perguntas a fazer:

- 1) Porque a SABESP desativou uma das bombas da entrada do condomínio?
- 2) Colocando dois novos registros na descida após a rua que tem o maior problema de abastecimento, não resolvendo o problema, não aplicou outra alternativa?
- 3) Não houve uma visita, pelo menos que eu saiba, de nenhuma comissão de obras da SABESP para analisar esta questão tão grave e constante?
- 4) Ao enviarem diretamente fiscais ao condomínio e os mesmos apontando algumas alternativas e nem sequer recebermos uma notificação de que as mesmas estão sendo providenciadas?
- 5) A solução de construção de cisternas não seria de incumbência da própria SABESP, já que o problema é a própria fornecedora que está se mostrando incapaz de solucionar esta crônica questão?

- 6) O que a SABESP sugere que nós consumidores façamos quando ocorre este período longo de falta de abastecimento?

Os Atuais slogans da SABESP:

A maior Cia de Abastecimento das Américas.
A vida tratada com respeito.

Esta carta será encaminhada ao Fale conosco da SABESP (www2.sabesp.com.br/fale-conosco), à Ouvidoria da SABESP; à Regional da SABESP de Carapicuíba; Imprensa local, e órgãos de comunicação especializados em reclamações (www.reclameaqui.com.br)

Fernando Klinke

Caos na praça Nizo Viana

Quando vou ao Bradesco me deparo com o caos daquela região! A calçada que começa na Raposo, passa pelo Nicolau e pela casa lotérica está sempre entupida de carros estacionados em local proibido! Mas se nem a Guarda Municipal (que sempre pára ali) respeita a sinalização, quem dirá a população! Falta (muita) fiscalização no trânsito da Granja. Estamos em uma "terra de ninguém". Cada um faz sua lei. Carros em fila dupla, estacionamento em locais proibidos, caminhões

descarregando suas cargas nas lojas do centro... e por aí vai. Falta para a prefeitura fiscalizar e punir quem desrespeita as leis de trânsito.

Claudia Campozana

Falta de cidadania

Já vi várias reportagens sobre os caminhões que estacionam nas portas dos estabelecimentos comerciais da José Félix e que pioram o trânsito na região. Os caminhoneiros não se importam com a fila de carros que se forma. O que me surpreende é o fato de nenhum lojista, que provavelmente mora na região e tem amigos e família que circulam por ali diariamente, tomar uma providência. Não dá para estacionar em uma transversal à José Félix e carregar o produto até a loja? Ou então, escolher um horário menos movimentado como em São Paulo? O mais engraçado é que pode-se observar as viaturas da guarda municipal andando pra cima e pra baixo sem tomar NENHUMA providência!

Vladimir Estellita

Avenida São Camilo

1- Lombadas

Sou residente na Avenida São Camilo, bem próximo ao colégio Anglo e o novo restaurante Koban, e gostaria de parabenizar sobre a matéria da última edição. Embora a nova avenida tenha melhorado muito em relação ao que era antes (e a prefeitura de Carapicuíba esteja de parabéns), infelizmente os motoristas da região esqueceram o que é limite de velocidade (40 km/hora) ocasionando riscos e acidentes, especificamente nesta curva acentuada. Lembro que, na reforma, as lombadas existentes foram retiradas e não refeitas, assim como a falta de sinalização. Agradeço à revista por publicar a matéria e aguardamos que providências sejam tomadas e o problema sanado definitivamente.

Fernando Jesus

2- A Faria Lima na Granja

Quem costuma andar de carro pela José Félix de Oliveira por volta das 18h tem a impressão de estar em uma das avenidas entupidas de São Paulo. O trânsito que se forma no cruzamento com a São Camilo é absurdo! Levei quase dez minutos para andar na Rua Nova Amazonas até a São Camilo. O que a prefeitura está esperando para organizar o trânsito na região? Seria inviável a construção de uma rotatória no local? Além do trânsito ser desgastante, o cruzamento é extremamente perigoso. Carros e ônibus atravessam em alta velocidade e não respeitam a preferência, se é que ela existe! Cruzar a rua a pé é uma aventura perigosa. Acho que enquanto não acontecer um acidente grave, com vítimas e bastante mídia envolvida, a nossa prefeitura vai deixar "aquilo" como está!

Camila Cavalcanti

3- Cruzamento incrível

Muito bom vocês chamarem a atenção para a avenida São Camilo. Pena que se esqueceram de comentar o cruzamento da avenida com José Félix de Oliveira. Ele é incrível! Nunca vi nada tão

antiquado! Tem a cara da prefeitura de Cotia. Até aquele guardinha com apito na boca (o Abel) da novela Caminho das Índias já melhoraria bem o trânsito do local. Quanto custa para uma administração fazer uma rotatória?

Cecília Correa

Estrada do Capuava

Isso é um desabafo! Não aguento mais passar pelos inúmeros buracos na Estr. do Capuava, especialmente no trecho entre a Cia dos Bichos e o Res. Parque das Artes. Fico impressionada com o descaso das autoridades e a completa falta de atenção dada a essa via cada vez mais movimentada. São buracos fundos e enormes no meio da pista, uma pavimentação mal feita, sem sinalização nem iluminação. Há meses que o estado é deplorável e nada é feito. À noite, sem iluminação, ficamos totalmente vulneráveis. Será que algum vereador, deputado, enfim alguma autoridade utiliza essa via? Quem são os responsáveis pela manutenção?

Roberta Smilari

> Autódromo São Camilo



Na edição 113, ano 10 de Maio/09 foi feito um alerta a respeito do "autódromo São Camilo", gostaria de cobrar das autoridades competentes da Prefeitura de Carapicuíba uma resposta e uma efetiva ação para evitar maiores desastres. Quero aproveitar o espaço e também cobrar da mesma Prefeitura uma atitude no que diz respeito ao asfalto que está se desfazendo na própria avenida. E que tal Carapicuíba adotar a Lei Cidade Limpa? Após a efetivação de tal lei em Cotia o lixo invadiu a cidade de Carapicuíba. Por que boas ações nunca são copiadas?

Elieni Ferreira de Paula

Mande a sua mensagem para nós!

E-mail: cartas@revistacircuito.com

Cartas: Av. Denne, 168 - 2º andar Granja Viana
Cotia - SP CEP: 06708-230.

Por motivo de espaço ou clareza, as cartas e e-mails poderão ser publicados de forma resumida. As mensagens devem estar assinadas, com número de RG e telefone.

por Carlos Bocuhy



Um empurrãozinho verde

“No Código de Trânsito a obrigatoriedade dos cintos nos protege nas colisões, enquanto a velocidade reduzida diminui o possível impacto e risco à vida. No Código Florestal, o respeito às áreas de preservação permanente nos garante segurança quanto a enchentes e deslizamentos.”

Estamos vivendo um momento de retrocesso para a proteção ambiental no Brasil. Muitos dos instrumentos legais para a proteção do meio ambiente estão em processo de alteração para pior. Isso ocorre por forte influência do setor econômico de diversas áreas como silvicultura, agricultura, áreas ligadas à infraestrutura, saneamento, etc.

O motivo é simples: antes era fácil lucrar sem respeitar o meio ambiente, sem reconhecer os limites do crescimento. A constatação dos limites do planeta e da alteração aceitável dos ecossistemas foi objeto de intensa normatização. Comparando às leis do trânsito, fomos todos obrigados a usar cintos de segurança e a não exceder os limites de velocidade. Obviamente esses regramentos não nascem ao acaso e têm justificativas técnicas.

Assim também ocorre na questão ambiental, com a proteção de matas ciliares e de áreas de preservação permanente, por exemplo. No Código de Trânsito a obrigatoriedade dos cintos nos protege nas colisões, enquanto a velocidade reduzida diminui o possível impacto e risco à vida. No Código Florestal, o respeito às áreas de preservação permanente nos garante segurança quanto a enchentes e deslizamentos.

O setor de silvicultura tem usado artifícios nas discussões de um grupo de trabalho do Conselho Nacional do Meio Ambiente, com o objetivo de desenvolver uma proposta que questione as demarcações de topos de morro, fragilizando elementos de proteção da paisagem, de populações, da biodiversidade e da água. O setor ruralista, não importando quantas propriedades ociosas e não produtivas existam nesse imenso país, empenham-se na liberação de mais desmatamentos e do uso das áreas de proteção permanente e de reserva legal obrigatória, visando a expansão de suas atividades econômicas.

Na área do licenciamento ambiental, a palavra de ordem é a agilização dos processos de licenciamento. Na contramão da história da eficiência empresarial, os sistemas governamentais estão sendo fragilizados em nome do licenciamento simplificado, das justificativas de urgência e de maior desenvolvimento de renda e emprego.

Diante desse cenário que regride a passos largos, a luta pela conservação e preservação do meio ambiente brasileiro ganhou mais uma oportuna ferramenta. Trata-se da Procuradoria Ambientalista/ONGs Brasil. A procuradoria reunirá, por meio de um termo de cooperação técnica e jurídica, entidades localizadas em diferentes regiões do Brasil, que atuarão de forma unificada na defesa de causas de interesse ambiental.

Entre elas encontram-se entidades das cinco regiões administrativas do Brasil. Na Secretaria Executiva dessa primeira gestão está o PROAM - Instituto Brasileiro de Proteção Ambiental, de São Paulo. Assim, a exemplo de outras entidades participantes, como a Onda Azul, da Bahia, as ONGs possuem assentos em conselhos ambientais do Brasil, que vão do CONAMA - Conselho Nacional do Meio Ambiente

aos conselhos estaduais e municipais. Essa associação inédita visa capacitação, suporte jurídico, acompanhamento de processos de normatização, promoção de representações e ações judiciais integradas, entre outras ações que se façam necessárias para a proteção ambiental em território nacional.

Em síntese, a procuradoria reunirá, por meio de um termo de cooperação técnica e jurídica, entidades localizadas em diferentes estados do Brasil, que atuarão de forma unificada na defesa de causas de interesse geral, seja por meio da pressão sobre formadores e aplicadores de políticas públicas ou por meio de demandas judiciais e, ainda, através da disseminação de informações junto à sociedade.

A iniciativa é absolutamente adequada ao atual momento político-ambiental. O contexto atual da política nacional exige mais capacitação e maior ação técnico-jurídica do movimento ambientalista. A iniciativa é oportuna e necessária, sendo um velho anseio de entidades ambientalistas de diferentes regiões do Brasil.

Segundo as entidades fundadoras, a procuradoria contribuirá para a construção, acompanhamento e controle das nossas políticas públicas, buscando um desenvolvimento mais justo e equilibrado para o Brasil.

A Dra. Berenice de Toledo Krucken Martin, procuradora do PROAM, afirma que, neste momento de criação da Procuradoria Ambientalista, devemos lembrar as produções teóricas do magistrado Ingo Wolfgang

Sarlet, de Alexandre Morais da Rosa, de Leonel Ohlweiler e de Rogério Gesta Leal. "No transcorrer desses últimos 20 anos de constitucionalismo democrático, soma-se à importância sem precedentes históricos, da sociedade civil organizada se compor, estruturando uma Procuradoria Ambientalista em favor de buscar cada vez mais pela concretude do direito fundamental do meio ambiente".

A Dra. Berenice está coberta de razão. Já completamos 20 anos da Constituição de 1988, uma carta cidadã que determina um status de democracia ambiental para o Brasil. Não há mais lugar para a falta de

segurança ambiental. As regras estão colocadas, as peças estão no tabuleiro. Não é mais o momento do setor mais poderoso subjugar indefesos, ou a natureza, apenas em função de seus interesses econômicos. Há regras claras

e essas devem ser exercidas pelos governos e pela sociedade, num pacto de gestão participativa que delimita direitos e deveres. Esse é o momento para averiguarmos o nível de institucionalização da democracia no tecido social brasileiro.

Desejamos sucesso à Procuradoria Ambientalista/ONGs Brasil, que nasce num momento oportuno para dar o empurrãozinho do lado certo.

Carlos Bocuhy é presidente do Instituto Brasileiro de Proteção Ambiental (PROAM), Conselheiro do Conselho Estadual de Meio Ambiente de São Paulo (CONSEMA) e do Conselho Nacional de Meio Ambiente (CONAMA). Além disso, coordena o Programa Metrópoles Saudáveis, que tem o apoio da Organização Mundial da Saúde (OMS).

“No transcorrer desses últimos 20 anos de constitucionalismo democrático, soma-se à importância, sem precedentes históricos, da sociedade civil organizada se compor, estruturando uma Procuradoria Ambientalista em favor de buscar cada vez mais pela concretude do direito fundamental do meio ambiente”



PETRONIUS[®]
moda masculina

Agora Moda Feminina

Especializada em moda masculina. Há mais de 10 anos no mercado atendendo lojistas e há 5 anos vendendo para o consumidor.

Loja de Fábrica

Roupas Sociais • Esporte Fino • Casual Day

> Camisa e calça social a partir de R\$29.90

> Terno corte italiano a partir de R\$149.00



Telefones: (11) 4612-9916 e 4617-3655 • www.petronius.com.br

Rua Indochina, 152 - Jardim Fontana - Cotia - SP (km 26 da Raposo Tavares sentido São Paulo)

por Ozair Lessa


 Próximo colunista
 • Julho - Sérgio Pompéia


Caminho das Índias

Uma caixa de lata e vidros sobre quatro rodas de borracha. Esta é basicamente a descrição de um veículo automotor. Esta deve ter sido a resposta à pergunta “o que é isto?” das testemunhas que viram o primeiro automóvel circulando. Alguém consegue, hoje, ver esta máquina assim como ela é? O automóvel, esse bem de consumo sobre o qual a humanidade baseou seu desenvolvimento após a Segunda Guerra Mundial, extrapolou a sua identidade como máquina e hoje povoa os sonhos de consumo de todos: dos que já o possuem e estão sempre desejando um modelo melhor, e dos que ainda almejam comprar o seu primeiro. Comprar o primeiro, deixar de usar o transporte coletivo, ou trocar por outro mais caro, passou a significar “vencer, subir na vida”. Ao “parabéns pelo carro novo” segue-se o “obrigado” com sabor de conquista. A transformação desta máquina em ícone causou uma revolução em todos os aspectos da vida humana. Não é à toa que a maior potência mundial, símbolo do capitalismo, cogita até a estatização como solução para não deixar que General Motors, Ford e Chrysler entrem em falência. Seria um desastre para a sua economia com conseqüências desastrosas, quase que imediatas, para a mundial. Mas qual seria

hoje o resultado do balanço entre os benefícios e os malefícios oferecidos por este ícone da sociedade moderna? Esta é uma pergunta de difícil resposta. Se os benefícios são óbvios

“O automóvel, esse bem de consumo sobre o qual a humanidade baseou seu desenvolvimento após a Segunda Guerra Mundial, extrapolou a sua identidade como máquina e hoje povoa os sonhos de consumo de todos: dos que já o possuem e estão sempre desejando um modelo melhor, e dos que ainda almejam comprar o seu primeiro.”

e mensuráveis, os malefícios não, pois são difusos. Por exemplo: estudos sérios apontam que 12 % das emissões de gases causadores do efeito estufa na Europa são geradas por au-

tomóveis, com viés de aumento. Em algumas áreas nos Estados Unidos esta participação chega a 50%. Em face aos desastres, alguns ainda imprevisíveis, e seus consequentes e multifacetados prejuízos (inclusive econômicos), que este efeito poderá causar à humanidade, qual seria a parcela atribuída ao uso indiscriminado do automóvel? Outro exemplo: numa propaganda na televisão simula-se uma entrevista com vários proprietários de um determinado modelo e um dos entrevistados declara: “... é gostoso ver todo mundo de cima...” ou “... é gostosa a sensação de imponência ao dirigir...”. De quanto seria o prejuízo devido ao uso do automóvel com esta conotação?

Poderíamos ocupar todo o espaço da revista listando vários outros exemplos, mas gostaria de destacar só mais um: quais os prejuízos causados à qualidade de vida da população quando o planejamento urbano prioriza a circulação de automóveis em detrimento da circulação de pedestres, a grande maioria? O que perdemos quando substituímos alamedas largas e arborizadas por calçadas estreitíssimas para aumentarmos a largura das ruas por causa do aumento no fluxo de automóveis? Qual a diferença entre os custos de uma cidade planejada para automóveis e de uma planejada para pedestres

ou para bicicletas? Vamos nos ater só ao item pavimentação: um automóvel popular com 2 ocupantes pesa 1 tonelada e ocupa aproximadamente 7m² enquanto um pedestre pesa em média 70 kg (ou 90 kg com uma bicicleta) e ocupa cerca de 1 m². Quanto se economizaria com ruas menos estruturadas e menores espaços para estacionamentos? Eu sei... eu sei que onde trafega o carro trafegam também os ônibus, que interligam os bairros, e os caminhões que abastecem o comércio, a indústria, etc. Ninguém está propondo abolir as ruas nem os automóveis. Isto é somente um extremismo, um exercício para demolir paradigmas. Exercício que uma comunidade alemã suburbana chamada Vauban, da cidade de Freiburg, perto da fronteira com a Suíça, coloca em prática desde 2006. Ela tem 5.500 habitantes e uma área de 2,6 km², pouco maior que o condomínio São Paulo II, em Cotia. Com exceção de uma rua principal e de outras poucas nos limites da comunidade, não circulam automóveis em Vauban. Setenta por cento das famílias não possuem carros. Para viagens, alugam carros. Quem possui, só pode estacionar em 2 grandes garagens localizadas

nos limites da comunidade em vagas que custam até US\$ 40 mil. As lojas, restaurantes, bancos e escolas estão espalhados entre as casas e localizados em calçadas ou ao longo da avenida principal por onde também circulam bondes que levam ao centro de Freiburg. Sobram espaços verdes, áreas de lazer e qualidade de vida.

Na região metropolitana de São Paulo trilhamos o caminho inverso. Com o crescimento da classe média, facilidade de crédito, fuga do centro da metrópole, isolamento em condomínios, obsolescência do sistema viário e uma péssima



qualidade de transporte público, a frota de automóveis para uso individual aumenta vertiginosamente. Em Cotia não é diferente e a situação dos pedestres é dramática. Onde existem, as calçadas, e não são muitas, são estreitas e cheias de obstáculos criados para que os carros "não sofram" para entrar em garagens. Na região central, além de dividir, em desvantagem, o espaço urbano com os veículos, têm de dividir as estreitas calçadas com o comércio clandestino. Idosos e crianças andam no meio das ruas sujeitos, no mínimo, à empáfia de quem gosta da "sensação de imponência" e no máximo a um atropelamento. Enquanto isso, autoridades circulam nos seus SUV's, cada vez mais parecidos com blindados de guerra, e nos proporcionam uma Bombaim ao invés de uma Vauban. É o tal caminho das Índias. A propósito: você se lembra em quem votou nas últimas eleições?

Ozair Lessa é engenheiro mecânico formado pela UNICAMP com especialização em sistemas térmicos e de climatização. É o atual presidente do CONSEG-GV - Conselho Comunitário de Segurança da Granja Vianna. É diretor da Leo Da Vinci Engenharia e morador da Granja Viana há 11 anos.

 **Aba**

WWW.ABAMOTORS.COM.BR

satisfação completa

Na Chevrolet Aba você tem a satisfação de fazer o melhor negócio sempre!

- preços baixos (✓)
- menores taxas (✓)
- pagamento facilitado (✓)
- os melhores carros (✓)



Linha de veículos mais completa do país.

GRANJA VIANNA
ROD. RAPOSO TAVARES, KM 25

4613-8800

www.abamotors.com.br

Aba

Sempre com você.

por Oriana White

Próximo colunista
• Julho - Claudia Siqueira

Aprender a conhecer

Continuando nossa conversa sobre educação, vimos no meu último artigo que, segundo o relatório desenvolvido para a UNESCO pela Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI⁽¹⁾, a educação deve organizar-se em torno de quatro aprendizagens fundamentais ao longo de toda a vida do indivíduo: aprender a conhecer, o que significa obter os instrumentos da compreensão, aprender a fazer, para poder agir sobre o meio; aprender a viver junto, a fim de participar e cooperar com os outros em todas as atividades humanas e, finalmente, aprender a ser, via essencial que integra as três precedentes.

Este primeiro pilar representa o substrato da aprendizagem, significa aprender uma metodologia para a obtenção do conhecimento, conhecer os instrumentos a serem utilizados para potencializar a aquisição deste. Quem sabe “como aprender” possui um ferramental útil para toda a vida, ele não depende do nível de escolaridade, tipo de profissão, personalidade, etc. Ele nunca sai de moda. É um coringa que faz a diferença entre as pessoas que o detêm e as que não.

Segundo Humberto Maturana⁽²⁾, um dos grandes nomes que falam sobre o processo de conhecer, “criar o conhecimento, o entendimento que possibilita a convivência humana, é o maior, mais urgente, mais grandioso e mais difícil desafio que enfrenta a humanidade no presente”.

Sua dificuldade reside no fato de que “aprender a conhecer” pode ser considerado simultaneamente como meio e como fim. É meio, uma vez que precisamos conhecer para compreender o mundo que nos cerca, pelo menos para ter o mínimo necessário que nos possibilite viver dignamente. E é fim porque seu fundamento primeiro é o prazer de compreender, de saber, de descobrir.

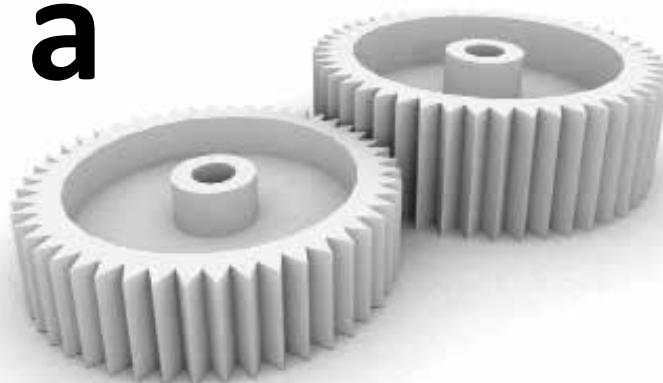
Este primeiro passo representa a capacitação do “aprender a aprender”, exercitando a atenção, a memória, o pensamento, mas também saber onde procurar, o que procurar e como procurar.

Neste sentido, a disponibilização do conhecimento e a democratização dos instrumentos de busca, planejando e estimulando um tempo para o diálogo e a reflexão das informações, é fundamental no planejamento de um programa efetivamente educativo. Este deve combinar tanto os métodos indutivos como os dedutivos e deve contemplar avanços e recuos entre o abstrato e o concreto.

Conforme apontado no relatório da UNESCO, “o aumento dos saberes permite compreender melhor o ambiente sob seus diversos aspectos, favorece o despertar da curiosidade intelectual, estimula o sentido crítico e permite compreender o real mediante a aquisição de autonomia na capacidade de discernir”.

“Criar o conhecimento, o entendimento que possibilita a convivência humana, é o maior, mais urgente, mais grandioso e mais difícil desafio que enfrenta a humanidade no presente”

Humberto Maturana



Ou seja, fornecer e capacitar o indivíduo para utilizar adequadamente este ferramental representa conferir-lhe poder, um poder ímpar para que tenha autonomia de realizar escolhas a partir de informações e reflexões fundamentadas no real, uma liberdade para que construa a noção de cidadania vinda de dentro de si, e, em conseqüência, para que desenvolva no cidadão o sentido de responsabilidade plena pela sociedade na qual vive.

Retornando a Maturana, também nos perguntamos: “Estão as ciências sociais, em particular a economia, as ciências políticas e as ciências da educação fundadas em uma adequada compreensão da natureza do processo de aprendizagem humano? ... Poderia o ser humano ser capaz de desenvolver uma teoria da aprendizagem que desse conta dos processos que geram sua própria conduta, sua autoconsciência?”.

O desafio sim é imenso, mas existe luz no fim do túnel. No editorial de domingo de um dos grandes jornais brasileiros, encontram-se títulos e “leads” que gritam: “Socorro ao professor: debate pedagógico passa ao largo da questão disciplinar, um equívoco grave diante da violência crescente nas escolas”, e logo na página 3, “a participação popular e o controle social são meros discursos vazios se não houver oferta ampla e farta de informação”... Prestem atenção em uma das frases em destaque que ironizam e alertam sobre a modelagem atual “O Ronald (filho) é uma criança doce, educada, praticamente um europeu. É brasileiro, mas eu prefiro que tenha amiguinhos europeus”.

Não esqueçam, estamos apenas discutindo o primeiro pilar para a construção de uma educação básica razoável. A reflexão faz parte do processo e, pelo jeito, ela já está vindo à tona para promover o diálogo, o debate, e esperemos, a ação da sociedade. Em agosto, meu artigo falará sobre “aprender a fazer”. Até lá.

Oriana Monarca White é psicóloga, pesquisadora social e de mercado, doutora em comunicação e cultura pela ECA, professora do MBA da FEA, diretora do CPM research, diretora do NEF – Núcleo de Estudos do Futuro da PUC/SP e presidente da ong IPAZ- Agência Internacional pela Paz.

(1) DELORS, Jacques e colaboradores. *Educação, um tesouro a descobrir*. UNESCO, Editora Cortez, 1998, pg. 91.

(2) MATURANA, Humberto R., VARELA Francisco. *El árbol del conocimiento*. Editorial Universitaria, 1998, XV.



por Celso Finkler



Pérolas para nós, que somos jovens.

A correta conjugação dos verbos. Nesta nossa vida bandida, cada vez mais somos valorizados pelo que parecemos ser e não pelo que somos de verdade. Por aquilo que temos, aquilo que sonhamos em ter e, até mesmo, aquilo que nunca teremos. Um dia, o poeta já disse que “somos quem podemos ser... sonhos que podemos ter”. Nossas roupas, sapatos, nosso carro, o laptop que usamos geram mais amizades do que aquilo que de fato pensamos ou, por direito, fazemos. Vencedores, atraímos as atenções, convites, pedidos súbitos de amizade e, ao menor sinal de queda somos alçados ao limbo febril daqueles que acabaram de ser diagnosticados como portadores da famosa gripe que mudou de nome.

A propaganda dita os costumes e nós, sedados por um estilo americano de viver, somos embalados rumo a um sonho que nunca nos pertenceu.

Sabemos que ter é fundamental e imprescindível. Vivemos em um mundo de consumo que valoriza o que é material. Um mundo onde a cultura é encontrada em shoppings, embalada e vendida como manual da felicidade. Sonhamos o que compramos e nossos sentidos se formam através dos impulsos dos comerciais de TV que, sem querer, assistimos resolutos. Como foi que o mundo ficou assim, hein?

Não sou daqueles que acredita no poder da ignorância. Sei que somos responsáveis por tudo o que construímos e destruímos. Por nossa existência, nossas escolhas, nossas patologias e também por aquilo que decidimos não ter.

O nosso ser, inexoravelmente, será sempre a trajetória daquilo que tomamos posse ao longo de nossas vidas. Das coisas e das pessoas que somamos a nós, ou não. Viver é realmente uma complexidade só. Uma aventura. Mas que assim seja.

Manual do Ser Elegante. Falando em manual da felicidade, ainda não lançaram o Manual

do Ser Elegante. Ah, esse big book, infelizmente, você não poderá comprar. Pois não existe, apesar de estar esgotado faz tempo. Sabemos que tudo se ensina, tudo se aprende. Dá para aprender a sentar, usar com propriedade os talheres, se vestir corretamente, reverenciar a quem de fato merece, entre tantas outras coisas tão supérfluas quanto úteis. Agora, aprender a ser elegante não dá! Para começar, o ser elegante não nasce, estreia. Elegância é um estado de espírito, já está no DNA.

Quando se fala em elegância, a última coisa que de fato tem importância é a roupa. É possível encontrá-la nas pessoas que elogiam mais do que criticam. Escutam mais do que falam. Elegante é quem sabe usar com parcimônia três “palavrinhas” mágicas: “por favor”, “muito obrigado” e “sinto muito”. Ser elegante é perceber o invisível nas pessoas, nas coisas, no infinito. Enxergar o que poucos veem e aguçar a sensibilidade até mesmo quando se está de olhos fechados. É abrir o coração. E dane-se o que os outros falem, façam ou digam. Elegância é encontrar força nas próprias fraquezas. É ter a dignidade de recomeçar todos os dias. Somar sempre. Dividir nunca.

Ser elegante é amar e dar vexame. É sorrir com os olhos. Sim, é claro: a Mona Lisa. Quer alguém mais elegante que ela?

Você é o que você veste. A moda está aí para ser seguida, mas cada um ao seu estilo. Por isso, “take care!” Com as novas coleções em todas as revistas você deve estar tinindo de vontade para comprar as últimas novidades e compor o seu visual. Mas... muita calma nesta hora! Só porque você viu isso ou aquilo nas personagens das novelas, não significa que todos os modelos, cores e estampas lhe cairão bem. Muitas vezes, você imagina estar dominando com perfeição e maestria a moda mas, de fato, o ser dominado é você. Sim, você pode ser a próxima vítima. Antes de mais nada, é preciso saber que a moda é uma

oferta de tendências e não está ali simplesmente para ser seguida feito religião. Tem que saber combinar, viu? Senão, onde está a graça? Então vamos lá: abuse do seu discernimento. Só o que faltava é você sair por aí usando tudo ao mesmo tempo como se fosse um catálogo ambulante das grifes. Sim, grife, porque vítima da moda não usa roupa comum, não! Se não for de marca, nada feito. Haja coragem, pois desfilarmos por aí parecendo uma árvore de natal, cheia de penduricalhos, cores e texturas não é nada fácil. Mas o fato é que as vítimas da moda não se sentem fazendo o papel de ridículas. Sentem-se muito bem. Até deixam de pagar as contas de casa para consumir moda e ostentar o que não são. Estamos a poucos metros de uma patologia que se esconde por trás da fixação nas últimas tendências: o disfarce emocional da ansiedade e a compulsão pelo consumo. Mas isso já é outro assunto e prefiro deixar para o Dr. Fantástico explicar.

Tempos modernos pedem um viver mais fácil. Concluindo, o ser está de volta e vem com tudo. “E tudo ficou tão claro como um intervalo na escuridão.” O viver consciente implica em aprender a não vacilar perante a vida. Em permanecer alerta na busca constante do seu estado de equilíbrio. Aprender a não “ter saudade”, “ter prazer” mas a “sentir saudade” e “sentir prazer”. Aprender que perdemos muito tempo nos preocupando com fatos que muitas vezes só existem na nossa imaginação e que o que faz diferença não é o que temos na vida, mas quem temos. Aprender a mudar e saber que toda mudança inicia um ciclo de construção. E que sempre vale a pena construir pois o futuro ainda está por vir. Se somos o problema, podemos ser a solução.

Celso Finkler é publicitário, pós-graduado em psicobiofísica pela Escola do Pensamento e Instituto de Pesquisas Psicobiofísicas de São Paulo. É diretor executivo da DROPS Magazine www.dropsmagazine.com.br e Representante Oficial da Twil – France Cult Fashion Magazine. Há 11 anos, dirige a May Harris Comunicação e Eventos, agência de publicidade focada em moda para varejo. E-mail: celso@mayharris.com.br



Bombocadão!

Veja a receita completa no site
www.revistacircuito.com/receita

Festa dos santos brasileiros

Meu Deus, outro dia estava eu contando quantos santos o Brasil tem como padroeiros e fiquei abismado com a quantidade!

Será a necessidade de solucionarmos nossos problemas no dia-a-dia que nos faz crer tanto? Ou simplesmente somos crentes por natureza e buscamos em todos os bons homens motivos simples para beatificá-los em nossos corações?

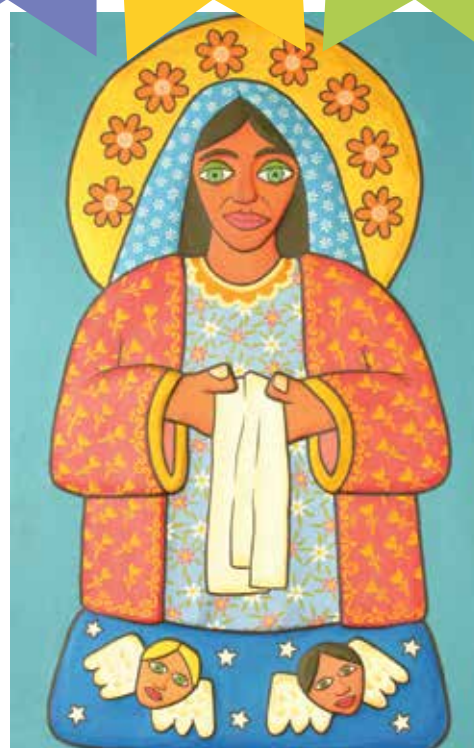
Não, não, o brasileiro acredita fielmente em tudo aquilo que busca o bem, por isso esse sincretismo religioso em nossas terras. Isso só me faz ter mais e mais orgulho de nossa gente, de nosso humilde povo. Digo: do nosso humilde povo, esse que ainda vive sua vida em prol do bem do amigo, irmão, vizinho, comunidade...

Chegou o mês de festejarmos como nosso humilde povo, de forma simples, mas verdadeira, nossos santos, nossas crenças, nossas lendas, nossas músicas, raízes e amores. Chegou a hora de juntarmos os pratos e montarmos a grande mesa de todos, a farta mesa da nossa história, cheia de delícias de nossa baixa gastronomia.

Festas simples, festas frias, esquentadas a muito vinho quente e quentão.

São Pedro, Santo Antônio, São João, Santas, Anjos, Gente. Gente que faz história e comemora com afincos e dedicação cada instante batalhado e cada vitória conquistada.

Acende a fogueira, solta o rojão, a festa começou e não tem hora pra acabar!





Galinhada Caipira

Serve 10 pessoas

Ingredientes:

- 500g de arroz parboilizado
- 1,5kg de frango (*coxa, sobre coxa e peito*)
- 4 pimentões coloridos
- 4 tomates
- 4 latas de milho
- 2 cebolas em cubos
- 8 dentes de alho
- 200ml de vinho branco
- salsa e coentro
- óleo
- folhas de louro
- coloral
- sal e pimenta dedo de moça a gosto

Modo de Preparo: Corte o pimentão em cubos e reserve. • Tempere o frango com sal, alho, cebola, coloral e vinho branco. Deixe marinar por 1h. • Aqueça bem o óleo e frite o frango com tempero até dourar bem. • Acrescente o arroz, o tomate picado sem semente e o pimentão, deixe cozinhar em fogo baixo. • Quando o arroz estiver cozido acrescente o milho, a pimenta picada, a salsa e coentro picado.

Marcelo Sampaio é banqueteiro, formado em direito, pós em publicidade, especialização na Universidade Complutense de Madri e depois "Le Cordon Bleu", na França. Um verdadeiro garimpeiro da gastronomia linkada à produção visual de grandes eventos. Busca novidades no Brasil e pelo mundo afora, trazendo novos conceitos ao universo das festas.
marcelosampaio@revistacircuito.com



Não é de hoje que o Pedroso é Super



Loja 1
Centro/Cotia
2106-7800

Loja 2
Atalaia
2106-7799

Loja 3*
Pg. Bahia
2106-1888

*amplo estacionamento

SUPERMERCADOS
PEDROSO
QUALIDADE TRADIÇÃO E PREÇO BAIXO
www.supermercadopedroso.com.br



por Sergio Frug

Horóscopo



O Dia dos Namorados cai no meio do feriadão de Corpus Christi com o céu aberto oferecendo a oportunidade do livre arbítrio. Bom momento para deixar cair máscaras e armas e mostrar-se de verdadeiro coração. O Solstício de Inverno ocorre com o ingresso do Sol em Câncer às 02h47 do dia 21. Celebre.

ÁRIES: Desenvolvendo a caminhada bianual pelo signo de Touro, seu regente Marte recomenda mudanças de ritmo e comportamento no sentido de dar maior consistência às suas ações. Analise previamente as possíveis consequências dos seus atos.

TOURO: Aproveite a energia mais poderosa da primeira quinzena para tomar iniciativas importantes no rumo dos principais objetivos. E dedique a segunda parte deste sempre alegre mês junino para reforçar o trabalho necessário para que tudo dê certo.

GÊMEOS: Um tempo bastante propício, este mês de aniversário para muitos gêmeanos, para dedicar-se à construção das bases e dos alicerces necessários para finalmente transformar idéias em fatos concretos. Utilize a intuição em suas decisões.

CÂNCER: Apesar de certo impulso bem positivo para o ritmo e a praticidade, haverá momentos em que será preciso colocar as coisas meio que de pernas para o ar para voltar a organizá-las de forma renovada e mais conveniente. Não tenha receio de fazer isto.

LEÃO: Apesar da profusão de idéias criativas povoando a mente, nem sempre será possível realizá-las assim de pronto. Há caminhos preparatórios que ainda deverão ser percorridos. Preste atenção ao que está faltando e dedique-se a cuidar disso.

VIRGEM: A presença de Saturno em seu signo marca um longo período bastante propício para o autoaperfeiçoamento e o aprimoramento das suas habilidades pessoais. Portanto não reclame quando a vida pede um esforço adicional. É tudo nesse sentido.

LIBRA: Conte com seus próprios sonhos e fantasias para definir objetivos e dar início aos procedimentos necessários para alcançá-los. Apesar do mundo imediatista, o verdadeiro sucesso só decorre da persistência e da dedicação de longo prazo.

ESCORPIÃO: Ainda que precise rever coisas em sua vida, procure fazê-lo de forma diferente. Um outro olhar sobre antigos questionamentos poderá trazer a luz necessária para os novos entendimentos. Vá em frente, que o período será bastante positivo.

SAGITÁRIO: Aproveite os feriados e as deliciosas festas juninas para diminuir o ritmo intenso dos últimos tempos e refletir melhor sobre a sua própria vida. Enquanto estiver correndo não haverá tempo para nada. Mas se parar e observar só sairá ganhando.

CAPRICÓRNIO: Bem sabe que as tensões e pressões do caminho se superam trabalhando, mas é preciso também investir no bom humor e nos bons sentimentos. Não pense apenas em resultados, pense também na qualidade da vida que está levando.

AQUÁRIO: Cuidado ao decidir, pois seguindo no impulso, poderá escolher alternativas até adequadas do ponto de vista social, mas que nem sempre corresponderão aos seus desejos ou necessidades íntimas. Tire um tempo para a sua verdade pessoal.

PEIXES: Pare e relaxe. Renda-se e libere. Deixe a mente um pouco de lado e permita que outros canais se manifestem em seus processos de vida. Quando menos esperar pode se deparar com resultados bem mais positivos dos que os anteriormente previstos.

Sergio Frug é engenheiro, astrólogo, tarólogo e Personal Coach. Desde 1996 responde pela coluna "Revelações", da revista Caras, e atende no Espaço Integração na Granja Viana. Tel. (11) 9633-1053, www.espacointegracao.com.br - E-mail: sfrug@uol.com.br



O melhor da culinária japonesa agora na Granja Viana! Comemore o **Dia dos Namorados** aqui!



Venha saborear nosso rodízio:

Guioza, sashimi, rolinho primavera, missoshiru, shimeji, temaki, sushi, robata, yakissoba, tempura, shogaiaky, grelhados e sobremesa.

Nova unidade Granja Viana: Av. São Camilo, 1530 - Tel.: **4169.1028**

Horário de funcionamento:

seg/qui: 11h30 às 15h e 18h30 às 23h • sex: 11h30 às 15h e 18h30 às 00h • sáb: 13h às 16h e 18h às 00h • domingos e feriados: 13h às 22h

Conheça nossas outras unidades: Moema - Al. dos Arapuanás, 397 Tel.: 5051-7404 • Itaim - R. Dr. Mário Ferraz, 449 Tel.: 3079-0109 • www.restaurantekoban.com.br



1



2



3



4



5



6



7



8

Exposição

Maio foi brindado por uma especial exposição fotográfica de Elisa Picoli e Alessandra Bruni, na Estação do Sino, com mães granjeiras e suas famílias.

1 - Andréa Tupinambá, organizadora do Evento.

Party!

2 - "Teachers" do Red Balloon prontos para receber os alunos na Reds Party, uma sensacional balada na qual os alunos se divertiram dançando e tomando shakes deliciosos. A festa aconteceu na sexta-feira, dia 15 de maio. Sucesso absoluto!

Música

O morador da região, Beba Zanettini do Aquilo Del Nisso, lançou seu primeiro disco solo, Beba Música, no SESC Ipiranga, dia 15 de maio. Aplaudidos de pé em auditório lotado.

3 - Beba no piano;

4 - Felipe Ávila é guitarrista do Projeto.

Sorte

5 - Ana Lago foi a vencedora da promoção de Dia das Mães da Casa di Regalo

Nova pizzeria

Foi inaugurada com imenso prestígio a Pizzeria Definitiva

6 - Os proprietários Mauricio Pitto e Arnaldo Nishimoto.

Las Vegas

7 - O Banqueteiro Marcelo Sampaio, a convite de Ciro Batelli e Cher, visitou a cidade dos cassinos com Andrea Guimaraes, Agatha Felix e Elaine Mickely

Encontro

8 - Urga Mayras contando histórias durante sarau na Associação São Joaquim de Apoio à Maturidade

Momento Granja



A Vila da Mata promove, aos domingos, o Cine Clube. Com a temática do filme, algum artista elabora uma performance. No domingo em que foi apresentado Macunaíma, a bailarina Beth Bastos, alunos e amigos deram e rolaram na rampa do Espaço.

Mande seu "momento" para nós:
cartas@revistacircuito.com

Curtas...

- Quem se interessa pela Prática e Estudo do Dharma e não pode realizá-los nos finais de semana, agora tem a oportunidade de fazê-lo nas tardes de quintas-feiras no Templo Zu Lai. Informe-se: 4612-2895.
- A UNIFIO comemorou, em maio, 40 anos de seu primeiro vestibular. Eram 400 inscritos para as 120 vagas de seu curso de direito. Hoje, a universidade tem mais de 50 opções de cursos.
- No jantar do dia dos namorados, o restaurante Felix Bistrot, oferece degustação de sete mini-sobremesas como cortesia. Faça sua reserva: 4702.3555/ 4612-2339.
- Forró 2.0 e Johnny & Maicky são algumas das atrações do 5º Arraial da Comunidade, que acontece nos dias 5, 6, 7, 12, 13 e 14 na rua Mendes Pimentel, km 21, bairro Suave Recanto.
- O Mapa Cultural Paulista está com inscrições abertas, até 5 de junho, para as modalidades teatro, artes visuais, dança, música instrumental, literatura, desenho de humor, fotografia e vídeo. Informe-se: 4148-8929 ou 4148-2001 (ramal 228).
- A Estrada do Capuava deve receber, em breve mais uma novidade. Está para ser inaugurado, dentro da Academia Tennis Ranch, o Suez, restaurante especializado em gastronomia mediterrânea.
- Depois de anos no Equipe Granja, a depiladora e manicure Luciana está de casa nova! Agora atende todos os dias na Téia Cabeleireiros. Faça uma visita! Tels.: 4702-7532 e 4702-7088.

Clicando Achados

Um cantinho inusitado, uma dica especial, preciosidades da região.



O Restaurante Estação Boca do Monte, em Ibiúna, tem atrativos para todos. O lugar é exótico e retrô e você pode optar por almoçar ou jantar dentro do vagão do trem. O cardápio é enxuto e variado. Parquinho para crianças com brinquedos inusitados, lareira central, muita natureza e pela manhã, com agendamento prévio, trilhas na mata com cachoeira. Pura diversão com gastronomia caprichada. Tel.: (15) 3344-2174. www.estacaobocadomonte.com

Consumistas...



Plantando no espaço

Esse vaso high tech não usa terra, pois as plantas são cultivadas pelo método aeropônico - suas raízes ficam flutuando no ar, envoltas por uma névoa de nutrientes e vapor d'água. Graças a isso e a um sistema de iluminação controlado por computador, as plantinhas crescem até 30% mais rápido. É o mesmo sistema usado pela NASA. Aerogarden - R\$400 nos EUA.

Banho sustentável!

Este alarme ajuda você e sua família na economia de água. Ele diz quantos litros você já consumiu e avisa quando passou de um nível predeterminado. Eco Showerdrop - R\$32 na Inglaterra.



Novo visual, mesma equipe!

OFFICINA
CABELO
e CORPO
GRANJA VIANA

> Beleza

- Cabeleireiros - Cortes, Penteados e Químicas
- Manicure e Pedicure • Maquiagem
- Depilação Feminina e Masculina

> Estética

- Desing de Sobrancelha • Limpeza de pele
- Rejuvenescimento Facial • Banho de Lua
- Quick Massage • Drenagem Linfática
- Massagem Relaxante



* Cabelo curto. ** Não é obrigatório a cliente utilizar algum serviço ou produto.

Super promoções no mês de Junho

10 dias de terça a quinta

Pacote 1: Corte + Escova* + Manicure + pedicure
de ~~R\$135,00~~ por R\$100,00 - ganhe 1 shampoo e 1 condicionador

Pacote 2: Depilação meia perna, virilha simples

+ axilas + manicure + pedicure
de ~~R\$79,00~~ por R\$70,00

Pacote 3: Escova Marroquina* + pedicure
de ~~R\$230,00~~ por R\$210,00 - ganhe a manicure

Apresente uma amiga e ganhe 1 hidratação simples**

Aberto de terça a sábado das 9h às 19h.



Laura Muller

Mês de junho, mês de celebrar o amor, a paixão, o relacionamento a dois. Para discutir sobre esse assunto, entrevistamos Laura Muller. Com 39 anos, separada e sem filhos, a comunicadora social e psicóloga clínica pós-graduada em educação sexual tem uma rotina bastante apertada. É sexóloga do Programa Altas Horas da TV Globo, escreve para sites, revistas e jornais, atende em seu consultório e dá palestras em todo o Brasil.

Namoro, atração, sexo, sedução, traição

Temas polêmicos, difíceis de definir e impossíveis de generalizar. “Tudo no amor e no sexo é uma questão pessoal”, afirma a sexóloga Laura Muller.

Mas, afinal, o que é o namoro? O que é ser namorado de alguém? O que este termo tem de tão especial para merecer uma data no calendário em sua homenagem?

“Não existe uma definição para o namoro. Cada pessoa é um relacionamento e cada um tem sua própria definição. Mas, de modo geral, o namoro envolve vínculo, constância, afeto, conhecimento mútuo e uma maior proximidade entre duas pessoas”.

Assim como todo comportamento, o namoro também se transforma de acordo com o momento social, histórico e econômico. Na época de nossos avós, as etapas de conhecimento eram bem mais estabelecidas. Havia o ritual de pedir

a pessoa em namoro e, se ele ficasse mais sério, havia o noivado para enfim chegar ao casamento.

Hoje, se vive as relações de outra forma e quem tem 40 anos, certamente encara o namoro de uma maneira diferente de quem tem 15. “São outras crenças, outros valores, outro modo de ver a vida, outro amadurecimento. E os adolescentes têm um modo especial de se relacionar, um jeito de funcionar inserido em seu cenário. Pode ser uma ‘ficada’ com sexo, uma ‘ficada’ sem sexo, um ‘estar saindo’ com a pessoa. Cada um sente a proximidade da relação. Qualquer relacionamento é bem pessoal. Não tem certo ou errado. Tem o que cada um acha mais adequado para si mesmo”.

O fato é que o namoro implica em um primeiro olhar, uma atração, uma boa química, uma paixão, desejo, prazer. Pode durar um dia, uma noite, uma semana, um mês ou levar a um relacionamento de muito tempo, a um casamento.

Com o tempo, o relacionamento a dois entra na rotina e, muitas vezes, se desgasta, fica morno, sem graça, sem cor. Manter acesa a gostosa chama do namoro, no decorrer de tanto tempo, é o maior desafio dos casais. E como fazer isso é a grande questão.

Mitos do sexo

> **Virgindade:** Não é mais um mito como há três ou quatro décadas. Mas a primeira vez ainda é um momento bem decisivo e importante que merece atenção.

> **Tamanho do pênis:** Os homens acham que o pênis tem que ser enorme para dar prazer à mulher. Isso não é verdade. Sexo é muito mais do que o tamanho de um órgão. Tem todo um clima, o lado emocional e um encaixe entre o casal. É saber tocar a mulher e não o tamanho do pênis que faz com que a mulher atinja o orgasmo.

> **Frequência de sexo entre o casal:** Não tem regra. Cada um tem que saber qual é o ritmo que satisfaz a si mesmo e ao parceiro e tentar chegar num acordo.

> **Viagra como solução:** Só é bom para caso de indicação médica. O uso indiscriminado para turbinar o sexo não é indicado.

> **Ela tem dor de cabeça:** Esse mito está mudando. As mulheres estão tendo cada vez menos dor de cabeça e querendo mais sexo.

> **Fórmula mágica para reaquecer o relacionamento:** Não há. Para aquecer um relacionamento, temos que investigar o que o relacionamento está pedindo e muitas vezes não é só sexo. Muitas vezes as questões que estão interferindo no desejo podem estar fora da cama. Pode ser mágoa, desentendimentos,

perdas, ansiedades, questões dos mais variados setores da vida. Uma série de questões individuais que acabam interferindo no desejo.

> **Ponto G:** Uma parcela dos sexólogos diz que não existe e outra diz que é um ponto localizado a 3 ou 4 cm da entrada da vagina. Eu costumo dizer que em vez de ficar procurando tanto este ponto G, o melhor é se preocupar com os diversos outros pontos de prazer ao longo do corpo e descobrir as formas pessoais de se estimular.

> **O homem trai mais que a mulher:** O que se percebe (e até se brinca) é que, na nossa cultura, enquanto os homens multiplicam suas conquistas amorosas e traições por dois, as mulheres dividem.

> **Homem que é homem não falha:** Falhar de vez em quando é natural. Não dá para cobrar a perfeição o tempo todo. Mas se a falha persistir por muitas vezes é bom que o homem procure profissionais especializados.

> **A atração entre os parceiros diminui no decorrer da vida a dois:** Não é uma regra. Pode diminuir ou não. Pode ser que o sexo fique mais morno, mas pode ser que o casal consiga se renovar, se redescobrir e viver o dia a dia atento aos desejos, às expectativas e necessidades de um e do outro.

“A cada nova fase da vida as pessoas estão se transformando, amadurecendo, vivendo novas experiências e se modificando com elas. Isso acontece com o homem, com a mulher e com o casal. Estar atento a essas transformações e aos novos desejos de cada um é o grande segredo. O casal precisa se redescobrir o tempo todo. Cada um precisa se renovar, namorar a si mesmo, namorar o outro, namorar a vida.”

Laura Muller explica que uma das causas para o desgaste de um relacionamento é a falta de atenção às mudanças que ocorrem em cada um. “A cada nova fase da vida as pessoas estão se transformando, amadurecendo, vivendo novas experiências e se modificando com elas. Isso acontece com o homem, com a mulher e com o casal. Estar atento a essas transformações e aos novos desejos de cada um é o grande segredo. O casal precisa se redescobrir o tempo todo. Cada um precisa se renovar, namorar a si mesmo, namorar o outro, namorar a vida. Conservar o clima de envolvimento, de conquista, de apaixonamento. Cultivar o apaixonar-se, cuidar do afeto. Perceber o que precisa ser renovado, o que precisa ser incluído e resgatar os desejos antigos que ficaram perdidos ao longo do tempo. É isso que ajuda os relacionamentos a se prolongarem. É isso que vai reacender o desejo e o prazer. É difícil. É um desafio que implica em ter abertura e respeito às transformações próprias e às do outro. É ter disponibilidade para cuidar da relação”.

Apesar de fazer parte de todo relacionamento amoroso, o sexo ainda é tabu na nossa cultura. “Lidar com a sexualidade não é fácil em nenhuma fase da vida”.

Como ter prazer? Como dar prazer? O que eu posso e o que eu não posso fazer? Orgasmo, ereção, gravidez indesejada, doenças sexualmente transmissíveis, falta de vontade, formas de sedução. Segundo Laura Muller, dúvidas sobre esses assuntos fervilham entre adolescentes, adultos e idosos, mas nem sempre são discutidas abertamente. “Apesar de ter havido grandes avanços, os casais ainda têm dificuldade de conversar sobre sexo entre si, os pais têm dificuldade de conversar com os filhos e não é a totalidade das escolas que oferece educação sexual. Ainda estamos aprendendo a lidar com toda essa história”.

Para os jovens, a inexperiência e o risco da gravidez indesejada aumentam a insegurança. Segundo as pesquisas do Ministério da Saúde, os meninos iniciam sua prática sexual entre 15 e 16 anos e as meninas entre 16 e 17. Mas, apesar de todas as informações que são veiculadas, por que o número de gravidez na adolescência só aumenta? “Porque sexo continua sendo um assunto tabu. Não basta ter um monte de informação para modificar o como lidar com essa prática social. Não é fácil viver as primeiras experiências sexuais. Não é fácil administrar todas essas questões que exigem alto grau de maturidade. O adolescente vive uma fase de grandes mudanças corporais e emocionais. Está em pleno ‘boom’ hormonal, com um desejo muito intenso e um amadurecimento típico da adolescência. Fazer sexo é uma entrada numa prática adulta e requer uma série de responsabilidades como uso de camisinha para prevenir doenças sexualmente transmissíveis e evitar a gravidez fora de hora. Fazer isso não é tão simples. Mesmo que o adolescente tenha essa série de informações, é bem difícil. Por isso o alto índice de gravidez e de doenças sexualmente transmissíveis”.

Strep-tease, sexshop, vídeos, Kama Sutra, acessórios...

“Siga seu faro! Tudo no amor e no sexo é uma questão pessoal. Não tem regra. Cada um tem seu jeito. O segredo é ser você mesmo, se respeitar e respeitar seu parceiro. Na cantada, na paquera, no começo do relacionamento e até na cama, fazer teatro não costuma ser uma boa opção”

ção para modificar o como lidar com essa prática social. Não é fácil viver as primeiras experiências sexuais. Não é fácil administrar todas essas questões que exigem alto grau de maturidade. O adolescente vive uma fase de grandes mudanças corporais e emocionais. Está em pleno ‘boom’ hormonal, com um desejo muito intenso e um amadurecimento típico da adolescência. Fazer sexo é uma entrada numa prática adulta e requer uma série de responsabilidades como uso de camisinha para prevenir doenças sexualmente transmissíveis e evitar a gravidez fora de hora. Fazer isso não é tão simples. Mesmo que o adolescente tenha essa série de informações, é bem difícil. Por isso o alto índice de gravidez e de doenças sexualmente transmissíveis”.

E as dúvidas e dificuldades permanecem na fase adulta. “É muito curioso como, mesmo deixando de ser adolescentes e entrando no mundo adulto, as dúvidas podem até evoluir um pouco – com novos coloridos, novas nuances -, mas os temas, afeto, prazer, prática sexual, continuam frequentes em todas as fases da vida”. Os adultos têm muitas dúvidas quanto à diminuição do desejo e sobre como aquecer o relacionamento sexual. Fazer um curso de streaptease? Visitar um sexshop? Comprar revistas? Investir em peças íntimas? Alugar filmes eróticos? Experimentar novas posições? Sair para um jantar romântico? Tudo é válido desde que seja feito com a concordância do casal. “Não tem fórmula mágica. Para aquecer um relacionamento, temos que investigar o que ele está pedindo e às vezes não é só sexo. Muitas vezes, as questões que estão interferindo no desejo podem estar fora da cama. Pode ser mágoa, desentendimentos, perdas, ansiedades, questões dos mais variados setores da vida. Uma série de fatores individuais que acabam interferindo no desejo”. E Laura Muller faz um alerta: “Se a pessoa está vivendo uma grande dificuldade como problemas de ereção e ejaculação, de chegar ao orgasmo, ou sentir dor na penetração e ter ausência de desejo por longo tempo, é bom que saiba que existe tratamento para isso. E o tratamento mais indicado começa com a procura a um psicólogo para investigar as questões emocionais e a um médico (ginecologista e urologista) para identificar as questões orgânicas para decidir pelo melhor tratamento”.

E para complicar (ou facilitar) ainda mais, não há certo ou errado para todas essas questões. “O assunto sexo não é simples e não depende só de informação. Cada caso é um caso. Cada pessoa tem seu conjunto de crenças, seu conjunto de valores, sua história de vida e seu jeito de ser. E no sexo, assim como no amor, cada um vai precisar se respeitar e sempre se questionar sobre seus limites e seus desejos: O que eu quero? Até onde eu quero ir? O que é bom para mim?”

Então, qual é o segredo? Qual é a fórmula mágica?

“Siga seu faro! Tudo no amor e no sexo é uma questão pessoal. Não tem regra. Cada um tem seu jeito. O segredo é ser você mesmo, se respeitar e respeitar seu parceiro. Na cantada, na paquera, no começo do relacionamento e até na cama, fazer teatro não costuma ser uma boa opção”. Essa é a resposta.



TRAIÇÃO

Um terreno pantanoso, um conceito muito amplo. Há quem considere traição o fato de uma pessoa pensar em outra. Para mim não é porque está no terreno da fantasia e lá, na imaginação, tudo pode. Mas se uma pessoa acredita seja traição, então é. É o jeito dela ser. Não tem regra. Para um é quando há a relação sexual; para outro, o sexo pago não é. O conceito de traição é individual.

> Traição física e virtual

Polêmico. O sexo pela internet é uma questão muito freqüente. Mais uma vez caímos na esfera individual. Alguns podem achar que é traição e outros podem achar que é um ingrediente erótico a mais. Cada um precisa conhecer bem os seus limites.

> Por que se trai?

Cada um tem seu motivo. Pode ser por puro desejo, por insatisfação na relação, por vingança, porque a pessoa gosta de se relacionar desta forma e uma série de outras coisas. Não existe uma causa única.

> Lealdade X fidelidade.

Cada relacionamento é único e quem tem que dizer o que é mais importante é o casal. O que é mais importante para um não necessariamente é para outro. Ser leal e ser fiel são valores que dependem do acordo que é feito entre o casal.

Sexo na TV

Laura já participou de importantes programas de televisão expondo questões sobre sexualidade. Da esquerda para a direita, 'Programa do Jô' e 'A noite é uma Criança', em 2006, e ao lado de Serginho Groisman no programa Altas Horas.



Adolescentes & Ortodontia

Celular, ipod, computador e videogame praticamente viraram uma extensão do corpo e dos sentidos. Os adolescentes atuais conseguem recuperar um programa no computador, baixar músicas no iPhone como se esta informação já estivesse pré-programada em suas mentes. São tantas opções que um dia com 24 horas já não é suficiente. Passa-se meio período na escola, sem falar nos cursos de idiomas, esportes, lição de casa... e a sensação de que sobram afazeres e falta tempo para cumprí-los. Se para os adolescentes modernos a vida é tão corrida, o que não dizer da dos pais.

Adolescentes e pré-adolescentes estão com os hormônios em constante ebulição. É tempo de descobertas do corpo, início do desejo sexual, menstruação, estresses, mudanças de comportamento e atividades. E é também nessa fase, fundamental na construção da personalidade e auto-estima, que deveríamos prestar atenção às necessidades reais do jovem, que muitas vezes até ele mesmo desconhece.

Por que será que meu filho é tão envergonhado? Por que tem medo de falar com as pessoas? Ele é tão sério... Por que ele prefere ficar sozinho no seu canto? Ele quase não sorri...

Seria interessante que os pais, tão ligados no comportamento, acompanhassem as mudanças dos filhos. Em nossa clínica, não são poucos os adultos que comentam que um dos principais motivos de sorrir pouco é o desconforto com a aparência de seus dentes. Isto se reflete principalmente na maneira como são vistos por seus pares. São considera-



“O uso de aparelhos ortodônticos nunca foi tão fácil e acessível. Com as técnicas mais modernas, a média de tratamento atual é de 14 a 20 meses”

Dra. Miriam N. Miqui



dos mal humorados, de poucos amigos, anti-sociais... E durante a conversa, percebemos que esta sensação vem de maneira inconsciente desde a adolescência, exatamente a fase onde começamos a nos descobrir e nos relacionar com o mundinho fora de casa.

O desejo de tratamento ortodôntico relatado pelos adolescentes e percepção dos pais quanto à estética bucal do filho são variáveis. Qual pai (e mãe, claro...) poderia aceitar (e falar sobre) qualquer imperfeição do seu filho querido, criado à base de tanto amor e carinho? E o adolescente, tantas vezes confuso sobre o que realmente deseja, não consegue expressar este sentimento para seus pais de maneira clara.

Muitas vezes, a explicação para o desejo de colocar aparelho é: porque todos na escola também usam! Mas talvez porque seja mais simples do que confessar um desconforto com a sua aparência...

Apinhamento, mordida aberta, mordida profunda, arco fechado, sorriso gengival, respiração bucal, entre tantos outros são termos odontológicos, mas que se autoexplicam de

maneira geral. Estas maloclusões, definidas como alterações do crescimento e desenvolvimento que afetam a oclusão dos dentes, são consideradas um problema de saúde pública e podem interferir negativamente na qualidade de vida, prejudicando a interação social e o bem-estar psicológico dos indivíduos.

O uso de aparelhos ortodônticos nunca foi tão fácil e acessível. Com as técnicas mais modernas, o tempo de uso caiu em média 40%. A média de tratamento atual é de 14 a 20 meses, por exemplo. Tratamento de 4 ou 5 anos é coisa do passado. E a alta tecnologia permite que as visitas sejam espaçadas para 6, 8 ou mesmo 10 semanas (sim, mais de 2 meses). Acabou-se o tempo de ir todos os meses somente para trocar borrachinhas.

Acredito que todos nós que temos filhos desejamos o melhor para eles. Esforçamo-nos para poder provê-los com a melhor educação possível, a melhor qualidade de vida e, por incrível que pareça, acabamos passando cada vez menos tempo com eles na busca deste objetivo. Acho que deveríamos todos tentar conversar um pouco mais, observar um pouco mais e, quem sabe, ajudá-los ainda mais a serem felizes e com uma boa autoestima.

Dra. Miriam N. Miqui

Informações sobre o sistema:

www.meuortodontista.com.br

Rua José Felix de Oliveira, 834, sls 1 e 2.

Tel.: 4777-0031 e 5506-3300.

Roteiro

para o

Dia dos Namorados

Lugares, passeios, restaurantes e programas para você fazer com o seu amor!

Quando o dia 12 de junho chega é sempre a mesma coisa: os enamorados ficam na dúvida – com o que presentear meu amor? Onde comemorar a data? A Revista Circuito preparou um roteiro com catorze sugestões, entre presentes e restaurantes com clima perfeito para o Dia dos Namorados.

1

Balaio Hering

R. José Felix de Oliveira, 1148
Villa Funchal - Ij3

Venha aquecer seu amor! Na Balaio Hering você encontra carinho, conforto e qualidade. Tudo isso com preços diferenciados e descontos especiais. Moletons, pijamas, camisetas e acessórios em geral. **Tel.: 4612-3208**



2

O Boticário

Cotia: R. Senador Feijó, 137
Tel.: 4614-4368

Granja: R. José Felix de Oliveira, 875
Gal. Zagaia; Tel.: 4777-0669

Extra: Rua Prof. José Barreto, 1635
Tel.: 4614-1993

Delivery: Faça seu pedido pelo telefone 4616-1830. Entregamos em seu local de trabalho na região de Cotia sem taxa.



3

Divino Detalhe

R. José Felix de Oliveira, 991,
Ij.9 – Pátio Viana I

O amor acontece nos detalhes de uma relação. O divino está nas pequenas coisas. Pensando nisso montamos um novo espaço de design e decoração para você e para quem você ama. Traga este anúncio e ganhe 10% de desconto. **Tel.: 4702-6848**



4

Emagrecentro

Av. Prof. Manoel José Pedroso, 491
(em frente ao superm. Pedroso).

Anote esta dica especial para presentear a sua amada: um tratamento no centro especializado em emagrecimento e estética de Cotia. São 21 anos de tradição e resultados em 5 semanas. A partir de 6x R\$88. **Tel.: 4243-7600**



5

Empório das Calcinhas

Av. Prof. Manoel J Pedroso, 51
Sobreloja – Centro - Cotia

A melhor opção para o dia dos namorados! Lingerie com qualidade premium, direto da fábrica, você só encontra aqui! Surpreenda seu amor com Empório das Calcinhas! **Tel.: 4616-3019**



6

NOBEL

Rod. Raposo Tavares, km 23,
sentido interior

Escolha seu presente na NOBEL. Com certeza você encontrará um que vai agradar quem você ama. Livros, CDs, DVDs, Porta Retratos com a foto dele (dela).

Tel.: 4617 4455



● Presentes ● Estética ● Restaurantes

7**Palácio Oriental**

Jose Felix de Oliveira, 1136

Mostre seu amor comemorando essa noite especial com todos os sabores que nossa culinária oriental tem a oferecer. Farto festival além de deliciosas opções no "A la carte".

Tel.: 4612-9500**11****Xin Hua**

Boulevard Granja Viana

Venha celebrar o Dia dos Namorados com um jantar chinês de suspirar. Culinária especializada, saquirinhas e ambiente acolhedor.

Tel.: 4612-6133**8****Pizzaria Forno D'Oro**

Estrada da Fazendinha, 2621

Venha conhecer a mais nova pizzaria da Granja Viana e comemorar o Dia dos Namorados em um ambiente aconchegante e acolhedor. Aos sábados venha apreciar pizzas, petiscos e pagode das 12h às 17h.

Tels.: 4169-4423/4502**12****Stile Di Lisa
Ponta de Estoque**

R. Frei Caneca, 59

Opera Rock, 2nd Floor, Maria Barriga... No Dia dos Namorados presenteie você e seu par. Aproveite também a promoção dos calçados infantis a partir de R\$35, Green e Chicletaria. **Tel.: 4617-4857**

**9****Ótica Brasolin**

Av. José Felix de Oliveira, 928 - lj 05

Como pioneira na região, há 10 anos, sabemos como agradar o seu amor. As principais grifes de óculos escuros e de grau você encontra aqui: Dior, Gucci, Armani, Tom Ford, Marc Jacobs, Ray-ban, Banana Republic.

Tel.: 4702-3233**13****Violeta Moda Intima**

R. José Felix de Oliveira, 991 - lj 08

Lingeries para uma noite especial e presentes como pijamas, pantufas e robes para aquecer o seu amor. Ao lado, conjunto de cotton por R\$ 80 (cada peça contem um preservativo). **Tel.: 4702-0247**

www.violetamodaintima.com**10****Quinta do Vinho**

Estr. de Caucaia do Alto, 1585

Para ficar na lembrança para sempre, um presente bem pensado faz a diferença. Aniversário de namoro, dia dos namorados ou somente para agradar quem você ama, temos presentes descolados. **Tel.: 4616-2748**

**14****Restaurante Madai**

Rod. Raposo Tavares, km22.8

O Restaurante Madai preparou uma decoração especial para o dia dos namorados. Venha saborear o delicioso festival de comida japonesa. Manobrista gratuito. **Tel.: 4702-6796**

www.restaurantemadai.com.br



Museu do Louvre - Paris

Em 2005, o Ano do Brasil na França – intitulado “Brasil, Brasis” – fez com que os franceses conhecessem o Brasil em toda sua diversidade, riqueza e criatividade. Chamado de França.Br 2009 e lançado em dezembro passado pelos presidentes dos dois países, o ano da França no Brasil responde à mesma ambição, apresentando a face de uma França moderna, diversificada e aberta.

A programação - que reúne eventos artísticos, culturais, científicos, tecnológicos, acadêmicos e econômico-comerciais - acontecerá em todo o Brasil até 15 de novembro deste ano.

O Ano da França é importante para o aprofundamento das parcerias franco-brasileiras e para a consolidação das relações bilaterais nas diferentes áreas, tanto do ponto de vista cultural, como na área comercial, universitária e econômica.

Os cerca de 700 projetos aprovados constituem um importante conjunto de manifestações artísticas e intelectuais, capaz de mostrar ao público brasileiro o que de melhor a França contemporânea tem a oferecer com sua diversidade cultural.

Parceria franco – granjeira

Sim. A França também está na Granja Viana. Procuramos alguns franceses que vivem aqui (e não foi fácil!) para falar um pouco da sua história, da sua relação com o país que escolheram para viver, mostrar o que tem de bom por lá e por aqui e levantar algumas diferenças. Foi a maneira que encontramos de homenageá-los.

Suzanne Blum é nascida na Alsácia, região localizada na fronteira com a Alemanha e a Suíça e, por isso, com forte mistura cultural. Vive há mais de 50 anos no Brasil e há 39 na Granja Viana. “Hoje me sinto muito mais brasileira que francesa”.

- Brasileiros na França: *Louvre, os castelos do*



“Hoje me sinto muito mais brasileira que francesa”

Suzanne Blum



Vale do Loire e uma boa partida de futebol .

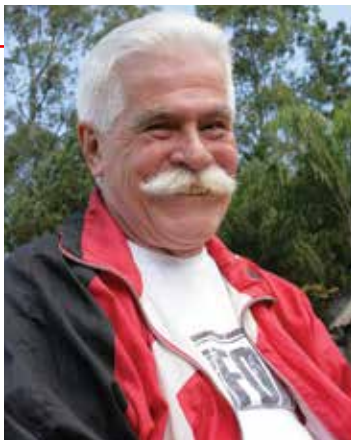
- Franceses no Brasil: *Rio de Janeiro, Foz do Iguaçu e o Nordeste.*
- Daqui para lá ou de lá para cá: *sempre no mês de maio.*
- O que a França tem de mais especial: *o passado dela*
- E o Brasil? *O brasileiro*
- O que os dois países têm de mais diferente: *a educação*
- O que têm em comum: *brasileiros e franceses amam as mulheres*
- Um paladar francês: *choucroute, prato típico da Alsácia*
- Um paladar brasileiro: *caipirinha*

Georges Henri Foz tem 49 anos e é pai de Layla, 12 anos e Nicolas, 9 anos. Morador da Granja Viana desde 2000, Georges é nascido no Brasil, filho de pai francês e mãe brasileira. Foi para a França bem pequeno e retornou aos 17 anos, já em tempo de faculdade. Estudou Administração na FGV e se tornou publicitário. Desde 1985 é empresário na noite e comanda, atualmente, o Azucar (bar cubano).

- Um lugar na França que não pode deixar de ser visitado: *O passeio entre as pontes antigas nas margens de um dos rios do “canal du midi” entre Narbonne e Cuxac d’Aude, no sul da França.*
- Um lugar no Brasil: *O litoral do sul da Bahia nas proximidades de Caraíva e Corumbau.*
- Onde comer na França: *Le Comte de Gascogne em Paris.*
- Onde comer no Brasil: *La Brasserie do chef Eric Jacquin, único chef a ter o título de Grand Maître Cuisinier de France, da América do Sul.*
- Onde namorar na França: *No Jardin de Luxembourg, em Paris.*
- Onde namorar no Brasil: *Em Garopaba, Santa Catarina*

- O que a França tem de mais especial: *O seu papel na composição do mundo e na poesia, literatura e artes em geral.*
- O que o Brasil tem de mais especial: *A diversidade.*
- O que os dois países têm de mais diferente: *A diferença social (o famoso garfo salarial).*
- O que têm em comum: *Paixão pelas artes.*
- Melhor época para ir (ou vir): *Para ir à França, Abril/Maio, tanto para Paris quanto para o sul da França. Para o Brasil, Abril/Maio também, após as chuvas para pegar o começo do veranico.*
- Um lugar ao redor de Paris que tenha alguma coisa a ver com a Granja Viana: *Region de Fontainebleau, que concentra os ecologistas e um pessoal mais "cool".*

Martin Edouard Tresca nasceu na França por causa da guerra. Seus pais franceses já viviam no Brasil, mas, com medo de ficarem isolados aqui, voltaram para lá. Martan, como é mais conhecido, nasceu em 1939 e chegou ao Brasil em 1940. Estudou no Liceu Pasteur, em São Paulo, foi para a Argentina, estudou na França e cursou a Faculdade de Arquitetura de Mackenzie. Viúvo, vive na Granja desde 1975.



Martan também se considera mais brasileiro que francês. "Minha contribuição para traçar paralelos entre os dois países, indicar lugares, é muito difícil, pois tenho pouco conhecimento de lá. No tempo de estudante na cidade de Lyon, a vida era sem a preocupação de fazer turismo. Depois, só voltei uma vez em 96, outra em 98, uma semana antes da Copa...."

Ser francês no Brasil: "Não é difícil. Nos anos 70 pensei em me naturalizar. Mas, bem nessa época, o governo acabou com as eleições e eu não poderia votar (único ganho com a naturalização). Desisti, até hoje..."

Yves de La Taille chegou ao Brasil pela primeira vez em 1959, ainda criança, quando seu pai veio contratado por uma empresa francesa do ramo açucareiro (Sucreries Brésiliennes). Chegou a voltar para a França, mas resolveu imigrar para o Brasil por conta própria em 1972. É Professor Titular do Instituto de Psicologia da USP. Escolheu a Granja Viana para viver porque é um bairro fora de São Paulo, mas com acesso razoavelmente fácil para a USP.

- Um lugar na França que precisa ser visitado: *La Bretagne*
- Um lugar que não pode deixar de ser visitado no Brasil: *o Nordeste*
- O que comer na França: *Raia*
- O que comer no Brasil: *Moqueca*
- Um lugar especial na França: *Roscoff (na Bretagne)*
- Um lugar especial no Brasil: *Embu*
- O que a França tem de mais especial: *O fato de o país inteiro ser praticamente um museu de história.*
- O que o Brasil tem de especial: *a natureza*
- O que os dois países têm de mais diferente: *o seu povo*
- O que têm em comum: *riqueza cultural*
- Um lugar perto de Paris que tenha alguma coisa a ver com a Granja Viana: *Há muitas pessoas que moram na periferia de Paris (chamada la Banlieu), mas é tudo tão construído que não lembra a Granja de hoje. Mas, do jeito que vai, logo a Granja será apenas mais um lugar periférico de São Paulo, inteiramente construído e lotado.*

França.Br

Alguns eventos:

- **Museu da Língua Portuguesa** recebe a França em grande exposição "O Francês no Brasil em todos os sentidos".
- **Station Brésil** – Série de shows de música popular com artistas franceses e brasileiros.
- **Ballet National de Marseille** traz para São Paulo o espetáculo *Metamorphoses*, inspirada no poema mitológico *As Metamorfoses*, de Ovídio com cenografia dos designers brasileiros Fernando e Humberto Campana.



- "Passion-Paixão" é o tema da próxima edição do **São Paulo Fashion Week**.
- **Lenine** se apresenta com a Orquestra Nacional d'Ile de France e um coral de 100 jovens franceses.
- A França é convidada especial no **Festival de Inverno de Campos do Jordão**.
- Em novembro, o Teatro Alfa recebe o balé **Branca de Neve**, da companhia de dança Antonin Preljocaj, com música de Mahler e figurinos de Jean Paul Gaultier.
- A escritora, fotógrafa e videoartista, Sophie Calle participa do **Festival Videobrasil** e inaugura uma instalação no Sesc Pompéia chamada *Prenez Soins de Vous* (cuide-se bem, em francês), o trabalho mais comentado da Bienal de Veneza de 2007.
- **Transe Express** um dos grupos de teatro de rua mais festejados da França apresenta "Os Reis Preguiçosos" onde dezenas de palhaços, atiradores, músicos e acrobatas contarão a história da monarquia francesa.



No Ano da França no Brasil, o restaurante Felix Bistrot celebra esse momento tão especial com um cardápio assinado pelo chef parisiense Alain Uzan.

Nesse cantinho de São Paulo é possível aproveitar todo o glamour e alta gastronomia da capital francesa.

Aberto todos os dias para o almoço e de terça à sábado para o jantar.



Tecnologia e beleza andam juntas

A tecnologia faz mesmo milagres para a nossa beleza? Definitivamente, sim! “A tecnologia não é mito. Ela realmente faz a diferença!”, garante a médica Dra. Débora Vieira da Silva, dermatologista formada pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Segundo ela, atualmente, mais do que os cremes, os grandes destaques são os aparelhos. “Os cremes ajudam, mas o mais interessante é a soma de diversos tratamentos”.

Hoje, quando o assunto é beleza e rejuvenescimento, a palavra-chave é o laser. E existe laser para praticamente tudo o que se imagina: flacidez, celulite, gordura localizada, manchas, vasos e rugas.

Dra. Débora explica também que não há um ou outro tratamento mais recomendado. “A indicação de um aparelho ou creme para determinada pessoa vai depender das características físicas de cada uma, do tipo de rotina que ela tem e de quanto tempo pode disponibilizar. Além disso, os profissionais, aparelhos e cremes podem melhorar muito o rosto de uma pessoa, mas não garantem o mesmo resultado nos tratamentos corporais. “Isso acontece porque, enquanto o tratamento do rosto depende principalmente da prática e orientação de um profissional sério, o do corpo depende muito mais do comportamento e da colaboração da própria pessoa.”

Mas, apesar de toda a tecnologia, a melhor forma de se cuidar da beleza ainda é a prevenção. Por isso, muita água e muito protetor solar. A dica principal é: limpar a pele e passar o cre-

> O poder das máquinas

Manthus.

O que é? Geradores de Ultrassom e Correntes para tratar gordura localizada, celulite e pós-operatório de cirurgias plásticas.

Como funciona? Correntes estereodinâmicas aceleram o sistema linfático, removendo a gordura e as toxinas que foram expulsas com a realização do ultrassom.

Onde: Onodera



Spectra

O que é? Equipamento de radiofrequência para tratamentos faciais e corporais, de forma indolor e não-invasiva.

Como funciona? Ondas eletromagnéticas aquecem a derme e a hipoderme, promovendo contração e estimulação do colágeno. Indicado para celulite, gordura localizada, flacidez e envelhecimento cutâneo.

Onde: Anatércia



Endermologia

O que é? Associação de drenagem linfática a vácuo com o ultrassom, indicada para celulite, estrias e gordura localizada.

Como funciona? Ventosas e roletes que comprimem o tecido com celulite e gordura localizada, diminuindo a extensão da região afetada e melhorando a pele como um todo.

Onde: Emagrecentro



>>TOP 5 da beleza Hi-Tec

> **Starlux (Luz intensa pulsada e laser fracionado):** o que existe de mais moderno para rejuvenescimento facial. Através da luz intensa pulsada, auxilia nos tratamentos de rejuvenescimento cutâneo, dos “vasinhos faciais” e no clareamento de manchas.

> **Peeling de diamante ou peeling de cristal:** tratamento de renovação celular que afina a pele, diminui a oleosidade e os poros dilatados além de ativar a circulação e a produção de colágeno.

> **Accent (Radiofrequência):** radiação eletromagnética de alta frequência que estimula a produção de colágeno nas camadas mais profundas da derme sem danificar a pele e de forma não invasiva. Melhora a celulite, gordura localizada e flacidez. Também é recomendado para a flacidez da pele da face.

> **UltraContour:** ultrassom focado de alta frequência, destinado ao tratamento da gordura localizada. Um sistema de lipo não-invasivo e drenagem linfática.

> **Depilação a laser (Light Sheer):** o sistema tecnologicamente mais avançado para remoção de pêlos em qualquer região do corpo. Não é depilação definitiva, mas uma técnica que deixa a pessoa livre dos pêlos por períodos que podem chegar a até mais de dois anos.

me da noite, antes de dormir. Pela manhã, a aplicação do filtro solar é fundamental. Dra Débora também sugere que se aproveite o período do inverno para usar cremes noturnos com ácido retinóico.

E, para as jovens, dá um recado: “o uso de filtro solar é o melhor investimento!”



“A tecnologia não é mito. Ela realmente faz a diferença!”

Dra. Débora V. da Silva

Informe-se:

> **Dra Débora Vieira da Silva**

Avenida São Camilo, 1111
Tel.: 4702-2678.

> **Estética Facial Anatércia**

Rua José Felix de Oliveira, 1148 – sl 7
Tel.: 4612-0932

> **Emagrecentro**

Av. Manuel José Pedroso, 491
Tel.: 4243-7600

> **Onodera**

Rua Sapetuba, 86; Tel.: 3031-7787

www.revistacircuito.com

@ **Veja mais:** principais novidades discutidas durante o 23º Congresso Brasileiro de Cosmetologia, realizado de 26 a 28 de maio, estão no nosso site.

Casa di Bambini

Coleção Outono/Inverno
Moda Infantil de 0 a 6 anos

Fone: **4617-4270**

R. José Félix de Oliveira, 882 - Estação do Sino - Granja Viana

Casa di Regala

Aqueça sua casa neste inverno...

Fone: **4617-4023**

Rua José Félix de Oliveira, 880 - Estação do Sino - Granja Viana



Era uma vez.....

Dois imóveis na região, esqueletos de construções abandonadas há muito tempo, são fonte de curiosidade e especulação por parte de moradores.

Shopping na José Félix de Oliveira

No final dos anos 80 e início dos 90, um grupo de amigos, comerciantes e investidores comprou o terreno com fração ideal para cada um. Com toda a documentação legal, como alvará e habite-se, e parcelas mensais dos compradores, as obras do shopping se iniciaram e caminharam lentamente até 1996 quando pararam por falta de dinheiro. “Acreditamos no projeto, mas acabamos perdendo dinheiro”, lamenta Magaly Alonso, uma das proprietárias de lojas que, como todos os outros, acabou vendendo sua parte para Georges Markopolos, um dos sócios do empreendimento. Georges, que vendeu a área em 2005 para um empresário, também lastima: “O projeto só não vingou por falta de dinheiro”. Mas garante: “O prédio não vai mais ficar como esqueleto porque o novo proprietário deve implantar um shopping multimarcas de carros no local.”

Prédios condenados

Outra obra abandonada que gera muita polêmica na região, são os esqueletos de 11 edifícios construídos por Sergio Naya em área de cerca de 800 m², no km 20 da Raposo Tavares à margem do Rodoanel. O terreno foi

a leilão em setembro de 2005, por R\$ 8 milhões, como indenização às vítimas do Palace II, edifício construído pelo ex-deputado, no Rio de Janeiro, e que desabou há mais de 10 anos. O atual proprietário é Paulo de Abreu (irmão do presidente do PTN José de Abreu).

Apesar do leilão, a posse dessa área é discórdia desde antes do falecimento de Sergio Naya. Segundo Rogério Mesquita, do Movimento em Busca de Terras (MBT), parte do terreno pertence à Associação Pro Morar que, em meados de 2005, já havia tentado negociar a área.



Integrantes de associações por moradias alegam que o tal leilão foi feito às escuras e questionam: “Por que fizeram o leilão, se existia uma opção de compra para o terreno?”

Em um protesto ocorrido no início de maio, um grupo de aproximadamente 500 pessoas, representando seis associações por moradia, pediu à prefeitura de Osasco a implantação de asfalto e redes de água, luz e esgoto no terreno. A ideia é regularizar a área para incluí-la em programas habitacionais como o “Minha Casa, Minha Vida” do governo federal. Segundo os associados, este terreno poderia abrigar 4 mil famílias, boa parte delas já cadastradas que pagariam cotas mensais a serem usadas na compra da área, também financiada. No domingo, 7 de junho, às 10h, acontece nova assembléia geral do movimento.

Os moradores do bairro Gramado, nas imediações dos prédios abandonados, lutam por um parque no local. “Os prédios estão condenados e lá é área de preservação, localizada dentro do cinturão verde, alega Marcelo Torres. Segundo ele, o governo do Estado também tem interesse no terreno. Dentre os vários presídios em estudo, um deles está previsto para esta área.

JANTE CONOSCO
AS QUINTAS, SEXTAS E SÁBADOS
LUGAR ONDE SE COME BEM
ALMOÇOS DIARIAMENTE RUA JOSÉ FELIX DE OLIVEIRA 125 TEL 47022306

chez maria

zefellx

Campanha do Agasalho

Este ano, sua doação pode ser retirada no local



A prefeitura de Cotia lançou, no dia 18 de maio, a Campanha do Agasalho 2009. Com o tema "Um abraço de coração esquentará um irmão" - de autoria do aluno Jorge Paulo dos Santos Gonçalves, da E. M. Gaspar Godoi Moreira - o Fundo Social espera ajudar 45 mil pessoas.

Além das tradicionais caixas de recolhimento instaladas em comércios, empresas e escolas, este ano suas doações podem ser retiradas em casa. Basta ligar para 4616-3632 ou 4616-7932 e agendar. Você também pode encaminhar suas doações diretamente para o Fundo Social, na Rua Jorge Caixe, 306, Portão. Entre os itens de maior necessidade estão: cobertor, touca, cachecol e agasalho.

> ESPORTE

Cotia tem representante no Kickboxing

Bruno Lopes Pinto, de 16 anos, conquistou uma vaga na seleção paulista e disputa, nos dias 11, 12 e 13 de junho, o Campeonato Brasileiro de Kickboxing. Atleta da Persona Academia e da Vila Olímpica Mario Covas, Bruno dá duro em seus treinamentos. Acorda às 5h para correr, vai para a escola e treina todas as tardes. Segundo seus técnicos, Luciana Bueno e Julio Cesar Salvador, que também são atletas de Cotia classificados para o campeonato brasileiro, Bruno tem todas as chances de vir a lutar fora do Brasil.



Prefeitura implanta "Bolsa-Atleta"

A Câmara Municipal de Cotia aprovou projeto de lei criando o "Bolsa-Atleta" que autoriza a Prefeitura a dar apoio financeiro a 50 atletas de alto rendimento que residem na cidade.

De acordo com a lei, uma comissão de caráter permanente – composta por um titular da Secretaria de Esportes, um coordenador de esportes, um representante do legislativo e um representante da Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social - terá a missão de tratar da concessão, renovação e desligamento dos 50 beneficiários do programa.

A Prefeitura de Cotia dará prioridade aos esportistas das modalidades com melhor desempenho técnico e bons resultados em eventos oficiais.

Para ter direito ao Bolsa-Atleta, o interessado não pode estar cumprindo punição imposta por tribunais de Justiça Desportiva, Federação ou Confederação e, se menor de 18 anos, deverá apresentar autorização dos pais e comprovante de matrícula em instituição escolar pública ou privada.

Colégio Adventista de Cotia

Educação Adventista: "Uma das melhores do País"
(Revista Nova - edição 2005 - ano 47 nº 35 - 12/06/07)

Nossos Diferenciais:

- *Educação excelente pelo melhor preço da região
- *Mini fazendinha
- *Lousas digitais
- *Aulas de músicas
- *Formação Moral e de Valores
- *Intercâmbio cultural e linguístico
- *Aulas com calculadora científica
- *Laboratório de informática ultra moderno

Site: www.cotia.ca.g12.br / Tel: **4616-7300**
Jardim ao Ensino Médio

MARBRU
SALA - SINA - SINDO - CORTINA - TAPETE

Fone: **4703-2749**
Av. Nossa Senhora de Fátima, 22 - Centro - Cotia

Alphaville pode ter estação de trem da CPTM

Através de concorrência internacional, a Companhia Paulista de Trens Metropolitanos, (CPTM) de São Paulo, por meio de Parceria Público-Privada (PPP), vai conceder a uma empresa a responsabilidade de assumir por 30 anos a renovação, reforma e manutenção da sua frota de trens. A proposta inicial contempla os 35km da Linha 8 (Júlio Prestes-Itapevi), a mais rentável do sistema com movimento diário de cerca de 392 mil passageiros por dia útil e 22% da arrecadação com as passagens.

Dependendo do resultado, o projeto poderá ser estendido a outras linhas. O processo faz parte do plano de expansão e modernização do sistema na Grande São Paulo.

Alphaville

As estações da Linha 8 também devem passar por reforma. Além disso, uma reivindicação de Barueri pede que a linha chegue até Alphaville já que a região apresenta alta demanda de transporte coletivo por ônibus, por conta de pessoas que vivem em Barueri e em Carapicuíba e trabalham no centro comercial do bairro.



Consulta popular da Granja Viana

A Prefeitura de Cotia, por meio da Secretaria de Planejamento e Desenvolvimento Estratégico, já promoveu duas consultas populares. Os primeiros bairros contemplados foram Rio das Pedras e Jd. do Engenho.

Durante os encontros, o Secretário de Planejamento, Benedito Simões, apresenta os dados técnicos de cada região e abre a reunião para que os participantes expressem sua opinião sobre as necessidades de seu bairro. A expectativa é que, durante todo ano de 2009, sejam realizadas 31 consultas populares.

Com a presença de moradores do Jardim Coimbra, Turiguara, Rio das Pedras, Stella Maris, Jardim Dinorah, Jardim Maria Teresa, Jardim Rosalina e Vila D'Este, a consulta popular do bairro Rio das Pedras, em meio a pedidos nas áreas de transporte, saúde e habitação, priorizou a construção de um pólo cultural, esportivo e educacional na região.

Já os moradores da região do Jardim do Engenho que contempla os bairros Jardim Rebelato, Vila dos Pinus, Jardim Barbacena, Gramado, Eixo da Estrada do Espigão, Jardim Recanto Suave, Jardim Lambreta, Jardim da Glória e Petit Village, apontaram como prioridade a construção de uma creche com berçário.

Fique atento para a data da consulta popular em seu bairro e participe. O envolvimento da comunidade é essencial no levantamento de prioridades.

Praça Niso Viana será remodelada

Além da reurbanização da Rua Santo Antônio, o acesso à Granja Viana terá melhorias também na Praça Niso Vianna. vai ganhar melhorias e analisar os estudos existentes para melhoria do acesso à Granja Viana. O prefeito Carlão Camargo determinou que a escolha da reurbanização e paisagismo da Praça Niso Vianna e entorno seja feita através de eleição entre vários projetos apresentados por especialistas da área. Para isso, arquitetos e engenheiros devem apresentar suas idéias para o paisagismo da praça e seu entorno, até o dia 30 de junho.

> CURTAS

- **A Câmara Municipal de Cotia** aprovou readequação salarial de 14 categorias da área de saúde que, além de abono, prevê adicionais por desempenho, como assiduidade e pontualidade.
- **Em 2010, Cotia poderá ser incluída no Circuito Cultural Paulista** e na Virada Cultural. Isso é o que diz o Secretário Estadual da Cultura, João Sayad.
- Prefeitura de Cotia inaugurou o **Centro Educacional Tereza Rivera da Silva**, creche no bairro do Turiguara com capacidade para 290 crianças.
- **A Guarda Civil de Cotia prendeu** duas mulheres e um homem no Parque São George. O trio foi autuado em flagrante portando 127 pedras de crack, 69 papelotes de cocaína, 19 trouxinhas de maconha e R\$ 380,00.
- **Mães de Carapicuíba terão 180 dias de licença maternidade.** É o que diz projeto de lei de autoria do prefeito Sergio Ribeiro, aprovado pela Câmara Municipal da cidade. A lei atinge tanto as mulheres que deram a luz, quanto aquelas que adotaram uma criança.
- **Cotia é campeã da 10ª Copa São Paulo de Handebol Sub-21**, evento com a mesma importância da Copa São Paulo de Futebol Junior. Com muitas chances de crescer, a equipe se prepara para as finais do Campeonato Paulista Adulto e para a Copa do Brasil que acontece este mês, em Brasília.

O mundo espera novos talentos.
Abra a janela para seus filhos.

BERÇÁRIO
EDUCAÇÃO
INFANTIL

ARTES
MÚSICA

ESPORTE
TEATRO

INGLÊS
MANDARIM
ESPANHOL

GRANJA VIANA - 4186-2929
www.janelaparaolmeio.com.br

MATRÍCULAS
ABERTAS

Janela para o
Mundo

Um novo conceito de centro de bem estar



Localizada no km 21 da Rodovia Raposo Tavares, a recém-inaugurada unidade da Runner simboliza a mais nova tendência na área de fitness. Incorporou aos seus serviços, estrutura e equipe capazes de oferecer não apenas atividade física de ótima qualidade, mas também um acompanhamento realmente individualizado, ambiente de convívio harmonioso e diversas opções de aulas diferenciadas! Afinal, exercitar-se não pode ser um sacrifício, não é mesmo? Consulte as novidades da unidade Granja Viana em www.runner.com.br. Telefone: 4612-1090.

Decore a casa com estilo



A tendência está na L' Auberge Móveis, que há 28 anos atende o mercado com produtos e acessórios a preços justos, prezando pela pontualidade e respeitando o meio ambiente e a sustentabilidade. A ampla gama de estilos de mobiliário permite a elaboração flexível de qualquer tipo de decoração, desde a clássica até a mais arrojada. São soluções e praticidade para todos os ambientes, sempre inovando na diversificação de produtos, estilos e materiais. Conheça! www.laubergemoveis.com.br. Espaço L'auberge - R. Nemitala, 85 Granja Viana. Telefone: 4702-2288

Centro de diagnóstico para animais



Solidez, confiabilidade, segurança e sensibilidade. Inspirado nestes conceitos, o Spécialité Diagnóstico Veterinário transformou-se em sinônimo de centro de excelência em diagnóstico para animais. É um moderno e atualizado centro de imagiologia e análises laboratoriais que tem como objetivo prestar serviços de diagnóstico com a mais alta qualidade e precisão, respeitando o profissional veterinário, os animais e seus proprietários. São cinco anos oferecendo os mais diversos exames de auxílio ao diagnóstico, além de disponibilizar ao clínico o serviço de consultoria em várias especialidades. Av. João Paulo Abilas, 465 - Jd. da Glória. Tel.: 4702-3854/4526 www.specialite.com.br

ZOE

Decoração e Bem Estar

ZOE

Boa Noite - Bom Dia

O sono é vital para a saúde física e mental porque revigora as energias e é um estado fisiológico reparador. O colchão é um dos principais instrumentos determinantes na qualidade do sono; você pode não dar a importância que ele merece, mas lembre-se: você passa 1/3 da sua vida sobre ele!

Segundo os fisioterapeutas, a postura e o colchão podem interferir na qualidade do sono. A postura ao dormir, com o uso do colchão correto para o seu biótipo, favorecem a anatomia fisiológica da coluna vertebral. Ao adotar uma postura para dormir, deve-se buscar a posição mais confortável, que permita o relaxamento total dos músculos de todas as partes do corpo por toda a noite, por isso a importância de se saber qual o melhor colchão.



UM SONO DE COLCHÃO



Colchão Pocket Gran Mattel. Tecnologia Pocket System. No enchimento é usada espuma DMS, proporcionando um toque firme. O tecido é de algodão e poliéster, que traz conforto aos lados mais quentes.



Colchão Silver Star Bunkos Din Side. Tecnologia Pocket System. No enchimento é usada espuma viscoelástica, proporcionando um suporte para seu corpo. O tecido contém fibras de bambu, que traz um toque macio e suave.

Av. Prof. José Barreto, 1919 - Rod. Raposo - 4616.2981
Rua Virgínia Aurora Rodrigues, 311 - Centro, Osasco - 3684.1543

O IPI BAIXOU PRA TODO MUNDO.
O diferencial é a SONNERVIG!

Toda a linha Okm



Seminovos com qualidade e procedência.
Peças & Serviços. Agente seu horário para serviços

BOA - PASSADINHA Av. Manoel Rangel, 1000, 1305 Cidade de Osasco - SP	BOA - PASSADINHA Av. Dr. Ricardo Jery, 1200 Osasco - SP
3871-8005	2066-1005
PARQUE VILA GUARANI R. das Madalenas, 85 Cidade de Osasco - SP	NOVO - ESTRELA Av. Zélia Pires, 1105 Cidade de Osasco - SP
2871-7176	2223-2000

RAPOSO
Rod. Raposo Tavares, km 23,5
Av. Lício da Silva, 1000
4702-4000

Ford
VIVA O NOVO



Do seu jeito.

www.sonnervig.com.br



Consultoria financeira e administrativa ao alcance de todos

Há dois anos, Lourdes Herrera Pagnocca foi pauta desta revista, quando, depois de 20 anos trabalhando nas áreas financeira e administrativa de grandes concessionárias de veículos, decidiu partir para a carreira solo. Hoje, sua carteira de clientes expandiu assim como a área de atuação. “Os próprios clientes foram exigindo de mim essa maior diversidade”, explica. Além de organizar as áreas financeira e administrativa de pequenas e micro empresas, ela também realiza trabalhos voltados para o departamento de vendas, com foco em metas e na qualidade do atendimento, e desenvolve a análise comportamental e de necessidades de profissionais da produção. “Não faço milagres. Apenas coloco método dentro das empresas. O resultado vai depender do comprometimento do cliente”, esclarece. Lourdes também trabalha na organização financeira de pessoas físicas. Informe-se: 9666-7272 / 4195-1266 ramal 1808; lourdesherrera@uol.com.br

Relaxe no inverno



Seu corpo está dolorido e você fica encolhido por causa do frio? Relaxe com uma massagem na Luiza Sato! Com mais de 30 anos de tradição em massagem e uma equipe especializada, a clínica é referência na arte de proporcionar bem-estar. Todas as salas possuem lençol térmico e aquecedor. E para você ficar ainda mais aquecido é servido chá verde e missoshiro. Uma delícia! Agende: 4612-4530. Av. São Camilo, 384.



Só deu pizza na Granja Viana

O bairro ganhou deliciosas novidades gastronômicas. Pizzas, pizzas e mais pizzas. Tem de bacalhau, de abobrinha, de Nutella e até de pimenta. Isso sem falar nas especiais da casa. Cada uma com seu perfil. É só escolher e aproveitar.

No número 850 da Av. José Giorgi, você pode saborear uma deliciosa pizza de bacalhau (ou se preferir, qualquer outro sabor), além de porções variadas e um choppinho. A **São Paulo II Pizzaria** ainda tem serviço wi-fi, qualidade e preço diferenciado. Os que preferem saborear as delícias em casa, podem pedir pelo delivery 4702-9120.

Para os que curtem, além de pizzas, calzones e pastéis, a **Pizzaria Definitivo** é definitivamente uma boa opção. São mais de 40 sabores, entre doces, tradicionais e especiais. Ah, não deixe de provar a pizza de abobrinha (finas fatias de abobrinhas, coberta com parmesão ralado, ervas de provence, queijo polenguinho, orégano e azeitonas) ou o pão de calabresa. Onde? Na Rua José Lopes Vigara, 557 – loja 3 e 4, Jardim da Glória. Delivery: 4612-4265/4269.

Os fascinados por pimenta vão adorar passar na **Pizzaria Los Giustos**, pizza, bar e cozinha mexicana no mesmo espaço. Lá é possível saborear a pizza dedo de moça ou Chili ou pestiscos como bolinho carioca feito à base de feijoada, além de delícias da culinária mexicana. Na Rua José Félix de Oliveira, 1133. Delivery: 4702-8922.

Mais uma novidade gastronômica é a **Pizzaria Forno D'oro**. Aqueles que gostam de pizzas doces, vão se deliciar com a pizza de Nutella coberta com granulado branco. Os que preferem salgado, podem provar a pizza que leva o nome da casa, feita com mussarela de búfala, tomate sem pele, manjericão e parmesão. Com Internet wireless, programação dos canais “pay-per-vive” e Clube do Whisky. Quer mais? Aos sábados, das 12h às 17h, tem pizza, petisco e pagode. Estrada da Fazendinha, 2621. Delivery: 4169-4423 / 4169-4502.



Nova Unidade de Apoio Cultural.

**MÚSICA, TEATRO, ROBÓTICA, ATELIER,
BIBLIOTECA, AUDITÓRIO E MUITO MAIS.**

4612-2255 - www.escolagranjaviana.com.br - escoladagranja@egv.com.br



**Escola
Granja Viana**

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

VILLA BELLA
 Form: 4612.4346
 Av José Giorgi, 1340 - SPH

Limpeza. É imprescindível. Não queira o melhor.
 - Nossa equipe de profissionais atua em todo o Estado de São Paulo.
 - Temos 1800 profissionais atuando em todos os setores de limpeza.
 - Trabalho realizado em todo o Brasil.
 - Equipe de atendimento 24 horas - 7 dias por semana.

VET & Cia
Clínica Veterinária e Pet Shop
 Consultas Vacinas Cirurgia
 Banho e Tosa Taxi Dog Farmácia
 Av. Marginal, 387 - Pq. São George **4702-7923**
 Km 25 da Raposo Tavares **7715-0810**

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

interiori
 Cortinas e Persianas Trilho Sulso®
 Tecidos Tecdec
 Almofadas • Tapeçaria
 Papéis de Parede
 Adesivos Decorativos
 Marcenaria • Presentes

Agora também com TAPETES!

Tel: 11 4702 8547
 interiorterra.com.br
 Av. José Giorgi, 1181 sl 14 - Granja Viana

compre pela Internet
www.opportuna.com.br

Comece a higienizar sua empresa pelo computador

Opportuna
 Produtos e Acessórios Profissionais para Higiene e Limpeza

Produtos de Qualidade Profissional
 Praticidade e Agilidade
 Fácil de Comprar

Tel: 0800 724 0075

Reserve um dia para cuidar de quem alegria todos os seus dias!

O único centro de diagnóstico veterinário da região, o Spécialité oferece diversos tipos de exames para o seu melhor amigo.

Spécialité
 Diagnóstico Veterinário
 Especialidade em Soluções

20/06
 Levar a Sofia para fazer exame no Spécialité!

www.spécialite.com.br

PSICOLOGIA

STRESS - DEPRESSÃO - DISTÚRBIOS DIVERSOS
 25 anos de experiência **AUTOCONHECIMENTO**
 Granja Viana e SP
Psicóloga Camila H Bornacina 4612-8983*7066-3076

Psicologia e Psicopedagogia na Granja Vianna
 Psicólogas: Vanessa Lecca - 8244.2401 • Vilódia Di Pietro - 9768.1615
 Psicopedagogas: Maria Conceição Penna Santos - 9615.7688
 R. José Félix de Oliveira, 1189 - sala 16 - Galeria Baú 4702-9029

PSIQUIATRIA

Psiquiatria e Psicoterapia
 Adultos e Crianças
 Dr. Eliseu Labigalini Jr.
 Dra. Marina C. Guimarães
 R. José Félix de Oliveira, 834 - Cj4 - Tel.: 4702.2883

PSICANÁLISE

Hipnose/ Psicanálise/ Regressão
 Dr. Fleno de Almeida CRT 26431
 Programação Neuro-Linguística Hipnólogo, Psicólogo, Terapeuta em PNL, Impotência - Ejaculação precoce - Ansiedade - Baixa auto-estima - Pânico. **Tel: 4612-8400**

ODONTOLOGIA

Especialidades com EXCELÊNCIA em odontologia.

Implantes, próteses sobre implantes, cirurgias, ortodontia e muitas outras especialidades de tratamento. Afinal, você merece o melhor.



Rua Jorge Cabre, 24
Cotia - São Paulo

Dr. ALEX Clínica Preciosa

www.dr.alexpreciosa.com.br • 4703 7352

Dr. Alne Zinn - Odontologia Moderna

Equipe própria em diversas especialidades odontológicas
12 anos de experiência em sorrisos bonitos e saudáveis!

Estrada Fernando Nobre, 1020 sl 24 - Km 28,5 de Reposo Taveres
Fone: 4777-0483



ODONTO LABATE Dr. Pascoal Tadeu Labate

ORTODONTISTA - PRÓTESE - ESTÉTICA
Tel.: 4702-3562

Rua José Félix de Oliveira, 1100 - centrinho da Granja

GINECOLOGIA

DRA. LETICIA TAUFER
GINECOLOGIA & OBSTETRICIA
REPRODUÇÃO HUMANA

Rua José Félix de Oliveira, 834 Lt. 3
GRANJA VIANA - COTIA - FONE 4702.4420



FISIOTERAPIA

FISIOTERAPIA SONIA TAKARA **Dr. Sonia Yoshiko Takara** - CREFITO 32528-F

Atuação em Fisioterapia do Coretório UNESP - USP

Fisioterapia ortopédica/reumatológica • R. P.O. locomotriz • Fisioterapia pediátrica (ataque)

Av. das Acácias, 58 - 9.01 - Jd. da Glória - Granja Viana - Fone: 4777.9311 e 9545.9106

Ana Paula M. Azeredo Coutinho

Fisioterapia - Crefito 90028 - F

RPG • Pilates • Fisioterapia pediátrica • Drenagem linfática

Av. São Camilo, 324 - Sl 18 - Tel.: 4702.6124 • cel.: 9614.2242

dg doutores da granja

Dra. Nurimar Marconi Recco - CREFITO 61423

Especialista em ortodontia e ortopedia funcional dos maxilares

Ortodontia • Estética • Clareamento a laser • Reabilitação oral • Implante
Clínica geral • Laserterapia • Atendimento de crianças e adultos

Av. São Camilo, 324 sl03 - estacionamento no local - 4612-6178

CLÉONICE TARANTINO PINTO - CREFITO 3-748F

Av. São Camilo, 1006
0166 4003 / 3079.8202

Ginástica Postural - Pilates

Alongamento • Tonificação • Flexibilidade
Equilíbrio • Coordenação Motora e Respiração
Mobilidade Articular • Relaxamento Músculo



Clínica de Fisioterapia e Estética Fisidolome

Pilates - Escola de dança - Fisio Análise e Convencional
Diagnóstico LRF + US - Test. De Colúmbio - Reabilitação de membros

www.fisioterapiaeestetica.com.br

Rua dos Manacás, 452 - 506 - Jd. do Branco - Tel.: 4777-9674 e 3629-4388

CECOI Centro Especializado em Cirurgia de Otorrinolaringologia

Dr. Paulo de Tarso B. Moreira
Mestre em Medicina-Cirurgia de Cabeça e Pescoço-Implantodontista e Ortodontista.

Dra. Corina N. V. B. Moreira
Odonopediatra

Dr. Raphael de Tarso B. Moreira
Periodontista

Dra. Byanka de Tarso Barbosa Moreira
Cirurgia Dentária - Cirurgia de Inclusos

Fones: 4703.5896 e 4702.8472
Av. São Camilo, 412 - Sl 6 e 8 - Granja Viana
paulodetarso@apcd.org.br

FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

Farmácia Homeopática Jorge Castro

Manipulações • Homeopatia • Produtos Dermatológicos
Fitoterápicos • Produtos Naturais • Drogeria

Entregamos em domicílio

Fone: 4616-3020 e 4616-4449 Fax: 4148-3722
jorgecastrofarmacia@terra.com.br
Rua Prof. Manoel José Pedrosa, 238 - Pq Bahia - Cotia



Dra. Sonia Maria Alves - CREFITO 61423

ORTODONTISTA

ESPECIALISTA EM ORTODONTIA (Jd. São Francisco)
ESPECIALISTA EM DOR-OROFACIAL DTM (Jardim Botânico)

www.DraSonia.com - Tels. (11) 4702.0304 - 4612.9508
Rua dos Manacás 452, 2º andar - Granja Viana Cotia SP



Alopatia • Homeopatia • Fitoterapia

Nutrientes • Florais

Dra. Janete Ando • Dra. Elaine Lemos

Tel: 4616.1615 - Fax: 4703.0047
Av. Prof. Manoel José Pedrosa, 058 - Cotia



Vianna Odont

Dr. Karina Vianna - CREFITO 30023

- PlacP, Implantes, próteses e reabilitação oral
- Denturo de Alum. Dns. Análise e confecção
- Tratamento estético com injeção e laser laser

R. Gen. Fernando V.C. Albuquerque, 01 (ao lado do Col. do Branco) Tel.: 4612-1375

ÓTICA

Rua José Félix de Oliveira, 875
Loja 01 - Granja Viana

Carol

TERAPIAS ALTERNATIVAS



Desenvolvimento Pessoal • Saúde • Bem Estar
Músculo da Mulher • Crenças e Modelos • Luta
e amor de mulheres em Granja Viana

Fone: 47 02.4838 www.espacointegracao.com.br



Shiatsu Luiza Sato

Mais de 30 anos de tradição em massagem

Shiatsu, Reflexologia, RPG, Iso Stretching,
Dren. Linfática, Massagem Modeladora,
Bamboo Terapia, Pedras Quentes, Ofurô,
Alongamento Terapêutico, Fisioterapia.

Todas as massagens são realizadas
por fisioterapeutas. Sinta a diferença!

Luiza Sato

Av. S. Camilo, 384 F. 4612 4530 / 4612 5227



Aulas e cursos com Tattwa, professor Indiano: Yoga,
Mantra, Meditação, Kundalini, Tânta e Vedanta

Atendimento com Regina: Massagem e Acupuntura

tel.: 4612.6032 www.tattwayoga.com.br



Valeria Litvac CRT 32023 - ANQ 02701

Massagem Integrativa Bioenergética • Quiropraxia
Adultos, crianças e idosos

Fone: 4701-6538 e 8392-3626



SPA e massagem ao alcance de todos.



R. José Félix de Oliveira, 2060 esquina com a Rua Pauliceia
Granja Viana - Colina - SP - tel.: (11) 4617-3305 / 4617-3801
cel.: (11) 9996-8146 / e-mail: jmelo.sp@terra.com.br

Terapias alternativas & plantas 47995528 - 81509211
Atendimento Alternativo
Aromas & Terapias WWW.MADRETERRA.COM.BR
Yoga e posturas terapêuticas
Psicologia Transpessoal 27049991 - 4612-4530

FONOAUDIOLOGIA



Os melhores aparelhos
auditivos
AGORA NA GRANJA



R. Elias Zarzur, 168 - sala 03 - Pq. São George - Fone: 4702.7149 e 8293.9959
www.centroauditivoestilodevida.com.br

DERMATOLOGIA



Dra. Lúcia da Conceição Martins Costa

Dermatologista - CRM 79075

Clinica - Cirurgias - Estética - Laser para pêlo
Preenchimento superficial e profundo - Scleroterapia - Peeling
R. dos Manacás, 318 - Jd. Glória - Tel 4702-8003

CLÍNICAS E CONSULTÓRIOS



Andre Minichillo
Exclusão de Verruzas

Grizina Minichillo
Psicologia

Angela Tisse M. de Campos
Fisioterapia, RPG
e Drenagem Linfática

João Paulo Lian B. Martins
Psicologia, Psicanálise

Fábio R. Flocchi Martins
Pediatría, Neurologia, Psiquiatria,
Doenças Respiratórias na Infância

Márcio A. S. Ferraz
Urologia, Próstata, Círculo Retal,
Distúrbio Sexual e Cirurgia Geral

Carmen Tzanno B. Martins
Doenças reatais,
Hipertensão, Clínica Geral

Maria de Fátima Vidotto Oliveira
Fábia Pocheço M. de Souza e Castro
Clínica de Uter - Uter Cirúrgico-Facial
Psicologia, Psicanálise, Acupuntura

Roberto Cunha Porto
Ginecologia e Obstetrícia

Renata de Godói Caverzan
Psicologia

Ohalis Fernandez
Dermatologia Clínica e Cirúrgica,
Laser e Medicina Estética

Nurimar Rocco
Odontologia Especializada

Fones: 4702-0626 e 4777-9333
Av. São Camilo, 324 - Conj. 5

Dr Denis Ferrari
Ginecologia e Obstetrícia
CRM 22812

Rua Monet, 79
4617-4993
Granja Viana

Dr Sergio Santos Barbosa
Dermatologia Clínica e Cirúrgica
CRM 68889

Atendimento de elevado
padrão em parceria
I e São Paulo

Dr Candido F. De Fonseca
Angiologia e Cirurgia Vasculár
CRM 38884

Dra Tatiana Tanaka Reichert
Fisioterapia Dermatofuncional
CRM 28984-F

Dr Eduardo Santana de Araujo
Fisioterapia - RPG e Pilates Clínico
CRM 22812-F



ESPAÇO DA MULHER
www.espaodamulher.com.br



Oftalmologia - Cirurgia Plástica - Cirurgia Vasculár - Fisioterapia - Pediatria e Homeopatia
Ginecologia e Obstetrícia - Neurologia - Gastroenterologia - Psiquiatria - Ortopedia
Teste Ortóptico - Cardiologia - Endocrinologia - Geriatria (Atendimento domiciliar)
Otorrinolaringologia - Dermatologia

Horário Atendimento

2 a 6ª das 8:00 às 20:00 sáb. das 9:00 às 13:00h

Centro de Excelência
Médica Granja Viana

R. José Félix de Oliveira, 1148-1º andar 4612-6283 / 4777-0984

www.granclinic.com.br



OSAKA
COZINHA JAPONESA



FESTIVAL DE SUSHI, SASHIMI E PRATOS QUENTES
DE SEGUNDA A SEXTA NO ALMOÇO.
APENAS R\$ 28,90!
À LA CARTE E DELIVERY
ABERTO TODOS OS DIAS - ESTACIONAMENTO GRATUITO
www.osakarestaurante.com.br
ESTRADA DO CAPUAVA, 448 - COTIA
FONE: 4777-0546

Foto: R. de Nova - para Kotido - Kati - Arty

Massas Artesanais **Alcibieri** desde 1994

Qualidade incomparável a um preço que você não acredita!



R\$ 14,20 R\$ 13,90 R\$ 11,90 R\$ 9,50

- Berinjelas recheadas
- Saladas • Sopas • Parmegianas
- Polpetas • Risotos • Strogonoff

Estrada da Capuava, 448 - Lj 05 - Tel.: 4612.3772
Aceitamos todos os cartões • Estacionamento no Local

ESTÉTICA FACIAL **ANATÉRCIA**



Dia dos namorados
Declare seu amor
Presenteie quem você ama com nossos tratamentos.

Novidades!!!

- > Massagem relaxante com pedras quentes
- > Massagem relaxante com laserterapia
- > Aparelho Ultra Vio: para gestões localizada, celulite e flacidez.
- > Tratamentos faciais de última geração.

Ligue e confira. Avaliação gratuita.

Tel: 4612-0932 e 4612-2770
R. José Félix de Oliveira, 1138 Jd. Granja Viana

Não precisa nem falar de quem é o primeiro pedaço.



Doceria Fantasias
fazendo um mundo mais gostoso para você
www.docerlafantasias.com.br

INOVE
Inovação em transporte executivo

Petrou um viajar, reuniões ou Consulta Médica? Não estresse com trânsito de São Paulo, contrate um profissional volante.

Promoção do Mês
Cotia - Aerop. Guarulhos R\$ 119,00
Cotia - Aerop. Congonhas R\$ 79,00
Cotia - Av. Paulista R\$ 79,00

Ligue ou agende seu transfer:
Tel: 47 02-0560, 4702-7687 - Hor. Com.
Cel: 0473-9573 - 24h
inovetransporte@terra.com.br

Aceitamos: 




Promoção relâmpago

- Perfume PUC - R\$19,00
- Colete Zara - R\$19,00
- Sapatilha - R\$25,00 alm gliter
- Camiseta - R\$15,00 masc. Harley



NOVA UNIDADE: Av. dos Manacás, 352 - Tel.: 4612.6048
Unidade: R. José Félix de Oliveira, 028 J14 - Pátio Viana II - Tel.: 4612-8306

POLO

- * Mecânica em geral *
- * Serviço leva e traz *
- * Garantia de 3 meses *

Faça uma revisão periódica e fique sempre tranquilo.

4612.1263 e 4702.2421
R. Selma, 842 - Pq. S. George - Km28 Raposo Tavares
www.granjaviana.com.br/polo



20 anos



Scene Bosch - Mecânica e Injeção • Nacionais e Importados

BOSCH Service

Tudo que seu veículo precisa

- Alinhamento • Balanceamento
- Pneus • Bateria • Embreagens • Freios
- Correia Dentada • Suspensão

Sistema leva e traz



R. dos Esquilos, 376 - Jd Engenho • Tels: 4612-0975 e 4612-0732

Karina Gómez Napolitano
OAB/SP 244.856



Av. Eld Mansur, 300 - Granja Viana
Fone/Fax: 4777-1431
kagn@terra.com.br

Fisk. Você faz o seu caminho.

FISK COTIA
Rua Jorge Caixo, 160
Bairro Portão
fiskcotia@ig.com.br

FISK
English - Español

Tel: 4703-5720

colégio Viver

Educação Infantil e Ensino Fundamental
www.colegioviver.com.br
4616-9475

r. Carlos A. Pereira de Castro, 891 - Carapicó, Cotia

venha ao Colégio Viver

Colégio Raposo Tavares

Da Educação Infantil ao Ensino Médio

50 MELHORES ESCOLAS DA CAPITAL
35ª Colocação no ENEM
Fonte: Estado de São Paulo 04/04/2008

Venha nos fazer uma visita, traga seu filho.

R. Paulo Agostini, 650 - Pq. Ipê - São Paulo Fone: **3782.2476**
www.colegioraposo.com.br • mkt.raposo@globo.com

PROINVEST
CENTRAL DE NEGÓCIOS

As melhores opções de imóveis
Na Granja Viana e Raposo Tavares

Vide fotos + tour virtual
WWW.PROINVEST.COM.BR
Via Raposo Tavares, km 22,140 Fone: 4612.2599

COE
SISTEMA DE ENSINO

BEM-VINDO À GERAÇÃO DO CONHECIMENTO.

Matricule-se agora!

Colégio **Via Sapiens**

EDUCAÇÃO INFANTIL AO ENSINO MÉDIO
www.viasapiens.com.br ☎ 4612 0268

Matriculas Abertas 2009

DESENVOLVIMENTO
EDUCAÇÃO
CONQUISTA

Infantil - Fundamental - Médio
3781.0621 - www.giusto.com.br
Rua Ademar, Cotia, 452
Linha 7, 8 e 9 - Raposo Tavares, 22,140 km - São Paulo - SP

GIUSTO ZONINI 75 ANOS

Kid's Home

Pré Escola Bilingue

A Kid's Home oferece o que há de melhor e mais moderno em educação e desenvolvimento infantil para crianças de 1 a 6 anos.

Tel: **4702-3298**
escolakidshome.com.br

KUMON

Promoção!
100% de desconto na taxa de matrícula de novo

Matemática Português • Inglês **4702.4036**

Granja Viana e São Paulo II Para todos os idiomas

www.kumon.com.br

Bosque das Letras
EDUCAÇÃO INFANTIL

Atividades e Educação Infantil

Tel: 4008-1882 e 4618-1288
www.bosquedasletras.com.br

Est. Fernando Nobre - Cond. Beverly Hills Comercial - Jandira
(Pegar a Est. Fernando Nobre no 26,5 km da Raposo Tavares sentido Cotia e andar 5,5 km)



CASAS PERSONALIZADAS*

APENAS 43 UNIDADES



PERSPECTIVA ARTÍSTICA SUJEITA A ALTERAÇÃO

Reserve já sua unidade e venha viver com a sua família um futuro tranquilo, em um local privilegiado.

4 e 3 dorms.
(suíte + closet) (suíte)

81 a 107 m²
de área privativa

Aconchegante Quintal



ESTRADA DO CAPUAVA Nº 4.777 - GRANJA VIANA

Para mais informações acesse:

www.geoincorp.com.br/sanpaolo



- OPORTUNIDADE:**
Guarde seu dinheiro. Aqui você utiliza seu FGTS na entrada e financia até 90%.
- ECONOMIA:**
As menores taxas de juros do mercado. Menores despesas de financiamento.
- GARANTIA:**
Receba sua escritura no ato da compra.
- FACILIDADE:**
Até 300 meses para pagar.
- SEGURANÇA EM DOSE DUPLA:**
Seguro de garantia da entrega do imóvel pela CAIXA e a solidez da GEO.

* Condições gerais no plantão de vendas. Sujeito à aprovação de crédito da CEF.

INCORPORAÇÃO E CONSTRUÇÃO



Informações:
11 4612.3888

geoincorp.com.br

Venha ficar **100%** satisfeito comprando em nossa loja WW Dell Anno Raposo Tavares. Planos em até **30 vezes**.

Raposo: Rodovia Raposo Tavares, km 21,5

www.grupoww.com.br

WW **100%** Dell Anno
você **100%** satisfeito