

Revista **Circuito**

Especial Mães
Editorial de Moda
+ Garimpando Presentes

NOIVAS
Um guia para
programar sua festa

COMPORTAMENTO
O que elas querem?

ESTÉTICA
Busca por tratamentos
de beleza aumenta
no inverno

NEGRA Mãe
Negra Li

On Line: Roteiros românticos para a sua lua de mel

HbI
LOJA DE FÁBRICA

**O presente ideal para o
Dia das Mães está aqui**



Wonderbra®



KENDALL®



HANES *brands* INC



KENDALL®

TENSOR

wonderbra®

ZORBA®

Travessa Macapá, 120 - Cotia/SP - Próximo ao Km 32,5 da Raposo Tavares - Fone: (11) 4615-4800

Horário de funcionamento:

Segunda a quinta-feira: das 9h às 17h, Sexta-feira: das 9h às 15:30h, Sábado: 9h às 13h

Formas de Pagamento: Somente cartões de crédito ou débito - Não aceitamos dinheiro/cheque

O melhor de São Luiz do Paraitinga é sua cultura e sua gente!

Você conhece a riqueza cultural de São Luiz do Paraitinga? Mesmo que nunca tenha visitado esta estância turística, fundada em 1769, que fica a 182 km de São Paulo, certamente deve ter ouvido falar de suas festas populares, seu artesanato, e do empenho de seu povo em preservar suas raízes culturais. No mínimo, deve ter visto alguma imagem de suas ruas estreitas e do colorido de suas casas coloniais, cenário de cortejos com bonecos gigantes, construídos pelos artesãos locais, por onde costumavam ecoar acordes da mais autêntica música popular.

No início deste ano, acompanhamos, com pesar, as notícias sobre a imensa inundação que atingiu a cidade, causada pelo transbordamento do Rio Paraitinga em função das chuvas torrenciais que atingiram a região do Vale do Paraíba, provocando muitos danos ao seu patrimônio histórico. De alguma forma, todos nós, moradores da região de Cotia, nos identificamos com esse acontecimento, pois também sofremos, nessa mesma época, com as chuvas e os transbordamentos de nossos rios. Muita gente, em nossa região, passou por transtornos e perdas significativas.

Todos os anos, a equipe do Colégio Sidarta procura trazer, para sua Festa Junina, temáticas relevantes da cultura popular para inspirar a celebração dessa data e o processo pedagógico para sua preparação juntamente com os alunos. O Boi Bumbá de Paraitinga, a Chita, a Literatura de Cordel e a Xilogravura, entre outros temas, já inspiraram os membros de nossa comunidade escolar na preparação de nossas festas juninas.

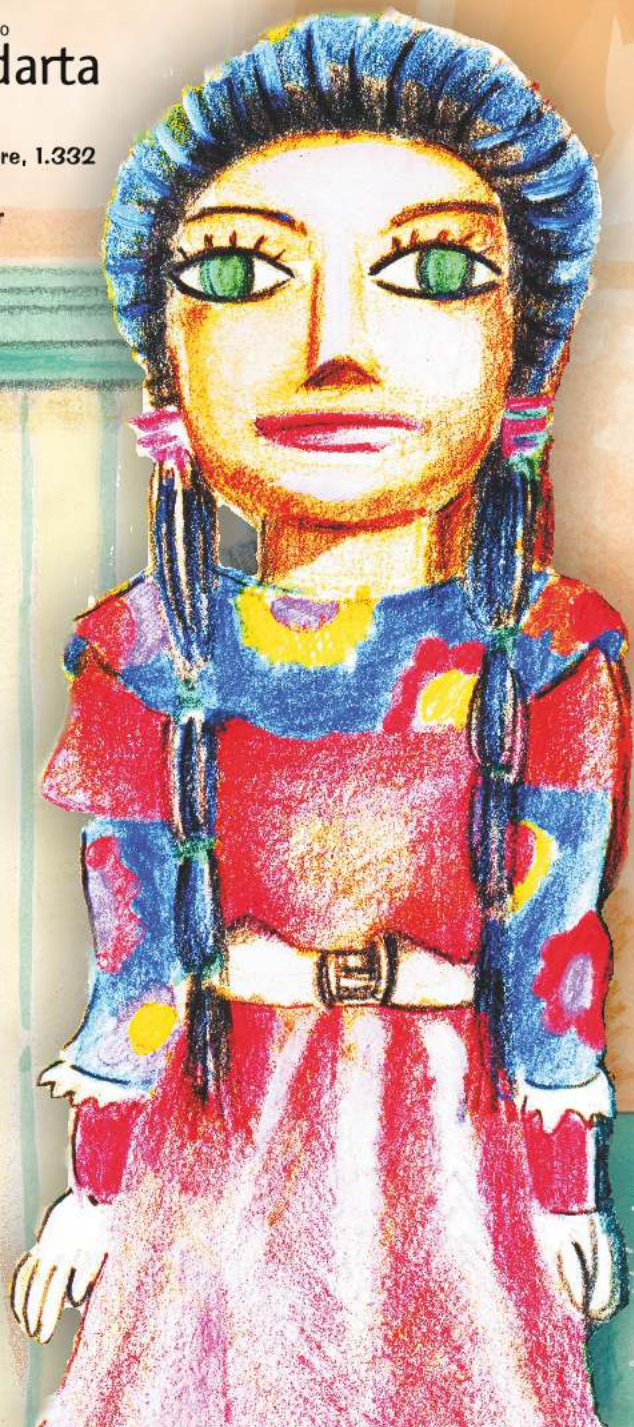
No ano passado, ainda antes do incidente das chuvas, já existia a intenção de homenagear o Vale do Paraíba, — em particular, São Luiz do Paraitinga —, pela preciosidade de seu patrimônio histórico, pelo trabalho de seus músicos, artistas e artesãos, e por suas festas populares, como a Festa do Divino, o Carnaval e as Festas Juninas. A inundação e suas conseqüências não nos fizeram mudar de ideia. Pelo contrário, fortaleceram nossa intenção: afinal, a tradição de São Luiz está preservada em sua gente e em suas manifestações. Está na memória de seus habitantes, ao longo de gerações, no trabalho dos artesãos, na música, na dança... E é com esse olhar que a Festa Junina do Colégio Sidarta quer homenagear o povo de São Luiz do Paraitinga.

A preparação para a festa vai começar bem antes, junto com a comunidade de alunos e professores, no "barracão de criação". Ali, artesãos de São Luiz do Paraitinga, nossos convidados especiais, conduzirão oficinas de construção de bonecos gigantes, marca registrada da cidade. O "barracão de criação" abrigará, também, palestras e bate-papos sobre questões relacionadas ao patrimônio cultural de São Luiz do Paraitinga.

O resultado dessa mobilização poderá ser apreciado por toda a comunidade em nossa Festa Junina, que acontecerá no dia 12 de junho, sábado, a partir das 10h, com apresentações artísticas relacionadas à cultura da cidade homenageada, e que trarão um pouco de São Luiz do Paraitinga para dentro de nossa cidade.



Est. Fernando Nobre, 1.332
Granja Viana - SP
www.sidarta.org.br
tel.: 11-46122711



**Venha conhecer
São Luiz do Paraitinga
no Colégio Sidarta!
dia 12 de junho, a partir das 10h**

Moradora da Granja Viana há cerca de dois anos, a cantora Negra Li é a mãe homenageada desta edição. Sua filha, Sofia, com apenas 7 meses, mudou a rotina de sua vida, ou melhor, trouxe ao seu dia a dia a rotina que antes não existia ou, até então, não era obrigatória. Negra faz parte de um número cada vez maior de mulheres que trabalham, têm independência financeira, esperam a estabilidade no relacionamento, priorizam a carreira e, então, programam a hora de ter filhos. Ufa, quantas etapas para alcançar! A tarefa não é fácil e, em decorrência disso, muitas mulheres demoram para constituir uma família. Levantamos números interessantes sobre a participação feminina na economia brasileira; colhemos alguns depoimentos e tentamos desvendar o que querem as mulheres do século 21. Quando, no fim desse turbilhão de escolhas que temos de fazer, decidimos seguir o curso natural de gerar um filho, certamente ficaremos gratas pelo resto de nossa vida, e quem é mãe sabe disso! Assim como Negra Li declarou em sua entrevista, tudo é uma questão de adaptação, as coisas vão se encaixando conforme as necessidades da mãe e de seu filho.

Às mães que se programaram, àquelas que apenas deixaram acontecer, às que se anteciparam, àquelas que sempre sonharam em ser mães ou às que optaram por não esperar o companheiro ideal e partiram para uma produção independente, dedicamos esta edição.

Preparamos um editorial de moda cheio de novidades e tendências da nova estação e um GARIMPANDO com inúmeras opções de presentes. Surpreenda sua mãe!

Feliz Dia das Mães!

Gabriela Napolitano Alonso
Diretora Executiva

Revista
Circuito

Ano 10 | Maio 2010 | Nº 125

DIRETORA

Gabriela Napolitano Alonso
gabi@revistacircuito.com

CRIAÇÃO

Sabine Villafranca
arte@revistacircuito.com

Juliana Martins
Assistente de criação

COMERCIAL

Gabriela Napolitano Alonso
gabi@revistacircuito.com

Roberta Smilari
roberta@revistacircuito.com

Ceila Benatti
ceila@revistacircuito.com

Daniele Piovesan
daniele@revistacircuito.com

FOTOGRAFIA

Ana Alcantara
fotografia@revistacircuito.com

Thiago Torrecilha
Assistente de fotografia

CAPA

Ana Alcantara e **Pedro Pacheco**
maquiagem **Julio Corbetta**

REDAÇÃO

Veridiana Moraes
jornalismo@revistacircuito.com

REVISÃO

Mary Ferrarini
revinews@uol.com.br

SITE

Webmaster

Vladan

ON LINE

Juliana Martins
online@revistacircuito.com

JORNALISTA RESPONSÁVEL

Veridiana Moraes
MTB 421/46 - SP

FINANCEIRO

Elcy 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

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.

DIA DAS MÃES RAPOSO SHOPPING

PARA QUEM SABE QUE VALE A PENA ESPERAR O PRESENTE.



O RAPOSO SHOPPING ENTENDE BEM AS MÃES. TOTALMENTE RENOVADO, TAMBÉM É VAIDOSO. E TEM SEMPRE MUITAS NOVIDADES PARA VOCÊ. PARA QUEM ESTÁ SEMPRE PRESENTE NA SUA VIDA, O RAPOSO TEM O PRESENTE IDEAL. VENHA ENCONTRAR.

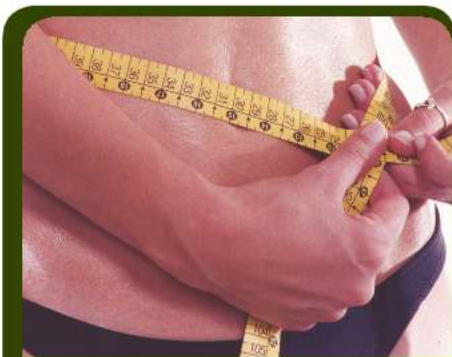

RAPOSO
SHOPPING
Brookfield



29 CAPA
A cantora Negra Li



33 COMPORTAMENTO
As mulheres do século 21



49 ESTÉTICA
A beleza da estação



44 GARIMPANDO
Dicas de presentes para as mães



46 ESPECIAL
Guia para noivas



38 MODA
Elegância dos looks

Online07

Cartas08

Oriente-se10

Selo Cidadão11

Cotidiano12

Gastronomia14

Esporte16

Conexão18

Entretenimento20

Horóscopo21

Meio Ambiente23

Cultura22

Educação24

Tecnologia25

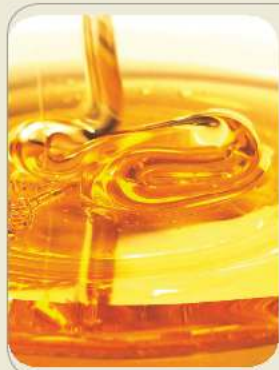
Social26

Thelma Mello28

Tendências36

Região52

Fique Ligado55



Mel, doce mel

Bom para a pele, o corpo e o paladar! O consumo de mel de abelhas é altamente benéfico para o nosso organismo e saúde. Conheça, no CIRCUITO ONLINE, os benefícios desse produto natural e o que o faz ser tão poderoso.



Conexão com Paris

Quem já não ouviu dizer que francês não gosta de tomar banho? Como este, há muitos outros mitos que instigam nossa curiosidade sobre os franceses. A granjeira Bruna Sá promete desvendar este e outros mistérios em www.revistacircuito.com/blog

Lugares românticos para lua de mel

Nada melhor do que um destino encantador para servir de cenário a uma das viagens mais importantes: a de lua de mel. E, para que esse momento seja perfeito, listamos alguns roteiros para lá de românticos para os noivos.



Momento Granja

Sabe aquele momento único que só quem vive na Granja Viana presencia? Pois a REVISTA CIRCUITO vai presentear com um jantar o autor da melhor imagem que representa esse momento. Participe! Até 30 de maio, envie para nossa redação a foto que, na sua opinião, representa "um momento na Granja Viana".



Articulistas do mês

1ª quinzena



Você é investidor?

O especialista em gestão empresarial Sérgio Nardi escreve que o momento para ser investidor é agora! Basta ousar e arriscar.



Estilo, elegância e glamour

A estilista Izabel Novak mostra as tendências em vestidos de noiva e festas apresentadas em desfiles e salões de prêt-à-porter das principais capitais da moda.

Mãe brava x mãe firme

A psicopedagoga e psicomotricista Cristiane Lopes Kaulich tece comentários sobre os conflitos na relação mãe e filho.



Gestão de Projetos

O especialista João Palma fala da importância da gestão de projetos para pequenas e médias empresas.



Cuidados pós-Sol com a pele

É hora de começar a tratar os problemas causados pelo Sol! A especialista em estética facial e corporal Blanch Marie fala sobre dois tratamentos que ajudam e muito.



Perguntas que transformam

A psicóloga Ssmaia Abdual defende a ideia de que podemos nos comunicar melhor por meio de perguntas reflexivas e inusitadas!



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

Revista Circuito: Aniversário 10 anos

Ainda me lembro do primeiro formato da REVISTA CIRCUITO. Parabéns! Uma década! A primeira de muitas, de um veículo de comunicação democrático e muito importante para nossa região, que está mudando, crescendo rapidamente e fora de controle. Espero continuar contando com vocês, que permitem emitirmos nossa opinião sobre qualquer assunto na coluna do leitor. Parabéns, também, pelo novo colunista de tecnologia.

Marcel Cavazzini

Gostaria, primeiramente, de dar os parabéns à revista por seus 10 anos de existência. Nesses anos de comunicação com a comunidade, sei que vocês buscam levar informações prezando as necessidades mais importantes dos moradores. Ressalto que a edição especial de 10 anos está ótima, recheada de informações úteis. Gostei muito da entrevista com Janine Borba, que certamente já se tornou um ícone entre os brasileiros e granjeiros. Mas a que mais me chamou a atenção foi a matéria "Garantia de sucesso e muito lucros", referente à consultoria. Como já trabalho na área de contabilidade e consultoria há alguns anos, achei muito interessante o conteúdo e a riqueza dos alvos e do passo a passo. Realmente muito interessante.

Rodrigo Brito

Parabenizo a REVISTA CIRCUITO por seus 10 anos de muitas informações e conquistas! Há seis anos, entrei em uma banca de jornais e revistas, na Estrada do Embu (aquela na esquina, próxima da padaria), e perguntei: Tem jornal de Cotia? A simpática moça me deu o habitual Jornal D'Aqui e um exemplar da REVISTA CIRCUITO. De pronto, o que me chamou a atenção foi a qualidade da revista, tanto do material quanto das informações. A partir desse contato, tornei-me um leitor assíduo. Com a tecnologia, não preciso mais sair do Jardim Leonor, bairro onde resido, para disputar um exemplar da REVISTA CIRCUITO nas bancas da macrorregião da Granja Viana. Hoje leio todas as revistas virtualmente, apesar de ainda preferir o formato em papel. Novamente agradeço pelos bons momentos de leitura que a revista me propiciou nesses anos.

Alex da Força

Parabéns pelos 10 anos de sucesso e pela linda festa! A boa colheita é resultado direto do empenho da plantação e do zelo ao cuidar dela. O melhor de tudo é poder repartir os frutos com nossos colaboradores e amigos! Obrigada por tudo!

Cristine, Studio Harmonia Escola de Música

Agradecendo pelo convite, parabenizo o estilo festivo com referência à África, nesta data comemorativa que coroou o trabalho

brilhante realizado ao longo desses 10 anos, com as importantes contribuições que a revista tem dado principalmente no âmbito da sustentabilidade ambiental. Desejo a continuidade do sucesso da REVISTA CIRCUITO, que certamente trará aos seus dirigentes e equipe uma merecida satisfação pessoal.

Dora A.Tschirner/In-PACTO

Somos assíduos leitores da REVISTA CIRCUITO desde o começo. Hoje, passado um ano e quatro meses em que somos parceiros de profissão, continuamos assíduos leitores e, mais que isso, por sermos conhecedores da dificuldade que representa a constituição de uma mídia escrita em nossa região, mais ainda a admiramos e respeitamos, razão pela qual lhe desejamos muitos outros 10 anos de sucesso e conquistas.

Eduardo Soares e Renato Ferraz, do Notícias de Cotia

É sempre bom poder contar com amigos e profissionais que trabalham sério e têm um único objetivo: levar a informação. Em meu nome e em nome dos fiéis paroquianos, agradeço a divulgação que fizeram na REVISTA CIRCUITO. Muito obrigado e que Deus as abençoe sempre!

Padre Pedro Bortolini

Pedágio no Acesso ao Rodoanel é exploração

A população de São Paulo se vê traída e explorada diante da cobrança de pedágio nos acessos ao Rodoanel, implantada pela concessionária CCR, com anuência do governo José Serra. Quem precisa usar a via, qualquer que seja o trecho percorrido, é obrigado a pagar. Não há mais acessos alternativos. É como se a via não tivesse sido construída pelo poder público e ao público devesse servir. A população paga para acessar algo que, a rigor, é seu, construído com dinheiro dos seus impostos. (...) Com isso, a concessionária embolsa cerca de R\$ 200 mil por dia, restando ao motorista pagar ou se deslocar para o interior das ruas dos municípios vizinhos.

(...) Por isso, chamamos a população de São Paulo a se juntar ao movimento que reúne sindicatos (como o dos Metalúrgicos de Osasco e Região), associações de bairro, vereadores, deputados e outras lideranças.

Jorge Nazareno, presidente do Sindicato dos Metalúrgicos de Osasco

Uso ilegal de vagas para deficientes

É com grande indignação que vejo quase que diariamente um grande desrespeito em relação aos portadores de necessidades especiais de locomoção no centro comercial onde está localizada a padaria Dona Deôla. O supermercado, a drogaria e a padaria, além de possuírem poucas vagas destinadas a deficientes físicos,

permite que elas sejam utilizadas por qualquer veículo nos horários de maior movimento. Não há nenhum tipo de orientação ou repreensão aos clientes que as utilizam. Estes estabelecimentos tiram os “cones” que sinalizam estas vagas para que pessoas sem deficiência alguma (mental, talvez?) as utilizem.

William Romero

Problemas na Academia

Fui surpreendida ao ligar para a Runner Granja Viana e ser informada que o Kids não abriria, pois a monitora não poderia comparecer (sábado 3/4) e, por isso, eles trocaram o funcionamento do dia anterior (sexta 2/4, no feriado). Já acho um absurdo o Kids não abrir na parte da manhã, somente à tarde, e também por não abrir nos feriados. Ocorre que na quinta anterior estive lá e não tinha nenhuma informação a respeito. Deixei de ir no feriado porque não tinha com quem deixar os meus filhos. Prometi que os levaria no sábado. Estávamos todos de saída, quando resolvi ligar e tive essa péssima surpresa. (...) O problema é que vocês não respeitam os alunos. Quando fui fazer minha inscrição, me comunicaram que o Kids abriria todos os dias e em todos os horários. Estou insatisfeita por vários motivos: não tem mais manobrista, na parte da tarde não tem aulas (começam apenas às 16h30). Já reclamei milhões de vezes do calor no fundo na sala, que sempre estão tentando resolver e nada! Se vocês querem ter padrão Runner, teriam de visitar outras Runner. Esse tipo de coisa acontece em academia de bairro, onde simplesmente os donos mudam as regras para poder viajar nos feriados.

Silmara Manganeli Nabuco de Abreu

Eu sou a Juliana, gerente operacional da Runner da Granja Viana. Antes de mais nada, gostaria de agradecer por sua sugestão e dizer que ela é muito importante para nós! Sobre a abertura do Kids no feriado, foi por um motivo urgente e importante para a Talita a troca de dia. Colocamos o comunicado muito em cima da hora, mas não foi para prejudicar nenhum aluno. Peço desculpas e afirmo que isso não irá ocorrer novamente. Quanto à questão do calor excessivo na área da musculação, ocorre devido às telhas transparentes, e não pela capacidade do ar-condicionado. Estamos realizando uma série de orçamentos e estudos para amenizar o problema. Assim que o mesmo for solucionado, farei questão de avisá-la.

Posto de Saúde do Engenho

Moro no Jardim do Engenho faz muitos anos, e há tempos precisávamos de uma boa reforma no Posto de Saúde do Engenho. Estou muito feliz com a reforma. Está demorando, mas tenho acompanhando de perto e vejo que está ficando muito bonito, apesar de todos os funcionários, principalmente o nosso trio, dra. Alzira T. Clauzet, a enfermeira Cida e a recepcionista Neusa, terem de suportar o cheiro de tinta, a poeira e o barulho. Mas tanto pacientes como funcionários parabenizam os moradores do bairro, principalmente quem começou tudo isso, nosso prefeito Carlão Camargo

Marta de C.R. Alfieri

Uma alternativa à “Raposo Travada”

Sou moradora da Granja há 12 anos, e há muito acompanho os problemas viários da região. É bom saber que existem alguns movimentos sobre o assunto, e aproveito a oportunidade para me expressar na esperança de que possa ser útil. O ponto que venho defendendo entre meus vizinhos é que se dê mais importância à “vida local”. Sempre que se fala de Raposo e seus problemas, pensa-se no fluxo para São Paulo. Não que eu não ache isso importante, mas acredito que muito do congestionamento nos horários de pico é por causa de pessoas, como eu, que optaram

pela vida na Granja e não têm opção de transitar pelos diversos “blocos” da região sem ter de passar obrigatoriamente pela rodovia. Mais objetivamente: saio todos os dias de manhã da minha casa, no km 26,5, para levar meus filhos para a escola. Gasto 7 minutos para chegar até a escola (na estrada Fernando Nobre) e 40 para voltar dela para casa. Se houvesse um planejamento viário local, poderia-se interligar os dois blocos – por uma rua (dos estudantes) que quase chega à estrada, partindo da Av José Giorgi. Quando vou levá-los à natação, novamente sou obrigada a ir até o km 30 fazer o retorno, ir até o 22,8 retornar novamente e ir até o 24. Sendo que até o km 25,5 há ligações internas, apenas o 26,5 fica isolado. Fazendo um levantamento rápido das escolas da região, imagina-se quantos carros a menos transitariam pela rodovia se houvessem mais ruas e avenidas internas na região. Foi-se o tempo em que a Granja era dormitório de São Paulo. Se foi possível abrir uma “Nova Faria Lima” em São Paulo, será que não é possível abrir novos caminhos por aqui? Falta mesmo é vontade política. Assim como falta, por parte de quem reclama, votar por aqui. Isso é outra coisa que não acontece. Boa parte das pessoas que esbravejam vota para prefeito em São Paulo!

Mariangela Schalka.

Radares e Pedágios

Gostaria de fazer um comentário sobre as modificações feitas na Castelo que obrigam quem vai de Osasco para Carapicuíba pelo Rodoanel a pagar um pedágio a mais só para circular menos de 1 km na via. Mas achei interessante que, após essa modificação, retiraram os radares que ficavam nos acessos ao Rodoanel. Quer dizer, então, que não precisa mais ir devagar quase parando no acesso ao Rodoanel, ou que o roub... ops, a arrecadação do pedágio está compensando o roub...ops, a arrecadação que se tinha com os dois radares?

Ana Souza

Marginal em Vargem Grande Paulista

Recentemente, fiz uma reclamação no portal da Prefeitura Municipal de Vargem Grande Paulista relatando sobre a Marginal que inicia na Rua Ifema e termina na Rua Avelino Soares Rodrigues – Bairro Jardim do Portão Vermelho, e até o presente momento nenhuma medida foi tomada. Na gestão anterior, foi realizada uma obra margeando o córrego ali existente, só que foi paralisada devido, talvez, a problema de desapropriação. Foi asfaltado um trecho, mas a outra parte restante encontra-se com terra batida. Com as chuvas de verão, o local ficou totalmente esburacado e está com mato dos dois lados, sem contar que estão desmoronando as margens do córrego no local em que não está asfaltado. A atual gestão da prefeitura simplesmente se omite, deixando aquele local, que é de extrema importância para os moradores do bairro, em péssimas condições de uso. Caso não houvesse esse acesso, teríamos de fazer o retorno no km 41, o que significa mais tempo e combustível gastos. Outro fato importante é que neste local há uma poça de água parada onde há grandes possibilidades de proliferar o mosquito da dengue.

Nelson Takashi Kodama

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

ORIENTE-SE

Nesta edição, a REVISTA CIRCUITO inaugura a seção Oriente-se, um espaço seu, leitor, para solucionar dúvidas sobre os mais diversos assuntos. Esta coluna foi criada para que você mande sua questão. Nós vamos consultar especialistas no assunto para respondê-la de maneira clara e direta.

Anote nosso e-mail e tire suas dúvidas:
cartas@revistacircuito.com

Gostaria de saber quais são as melhores espécies para ser semeadas no outono.

Rosa de Souza

Quem responde é a equipe do Art Jardim & Cia. Ltda. Há algumas espécies que podem ser semeadas no outono para que tenham todo o vigor. Entre elas, destacamos os cravos, o amor-perfeito, miosótis, as simpáticas sempre-vivas e as bocas-de-leão. Este período também é bastante propício para plantio de estacas, tais como: pinheiros e juníperos (coníferas) e algumas plantas ornamentais lenhosas, como as gardênia, famosas pelo perfume exalado pelas flores brancas. Vale ainda destacar que é muito importante realizar, nesta época de outono, as podas educativas, para a floração na primavera.

Art Jardim & Cia. Ltda.

Lila Achkar – Tels.: 4148-5905 – 4148-7915.

Estrada de Caucaia do Alto, 2250 – Cotia – SP

www.artjardim.com.br

Tenho visto nos supermercados, cada vez mais, arroz vermelho. Ele é semelhante ao arroz branco a que estamos acostumados? Quais são suas propriedades?

Andréia C. Lavras

De acordo com a dra. Sylvana Braga, o arroz vermelho é originário da China, e veio ao Brasil trazido pelos portugueses, que o incorporaram à culinária do Maranhão e também à da Paraíba. Ele é muito benéfico à saúde, pois tem em sua composição a monocolina, uma estatina natural, substância que ajuda a regular o colesterol ruim, o LDL. Além disso, o extrato desse tipo de arroz pode auxiliar na circulação sanguínea, na digestão e nas funções intestinais. Apresenta três vezes mais ferro e duas vezes mais zinco que o arroz branco. O preparo pode ser feito da mesma maneira que o arroz tradicional, com tempero a gosto.

Dra. Sylvana Braga – nutróloga, reumatóloga, fisiatra e especialista em prática ortomolecular, autora do livro Dieta Ortomolecular – O Segredo de Rejuvenescer em Total Harmonia.

www.sylvanabraga.com.br

Estou construindo uma casa na Granja Viana e sei que a região é muito úmida. Que cuidados devo tomar para evitar problemas futuros de infiltração?

Lázaro S. Freire

O engenheiro civil Marcos Storte afirma que um planejamento bem feito vai aumentar a vida útil do imóvel e pode, inclusive, evitar as reformas para conter vazamentos. Segundo ele, é preciso ver qual material selante é mais apropriado, de acordo com o tamanho da obra. O mercado oferece diversas soluções para esse tipo de problema. São bloqueadores hidrostáticos, argamassas poliméricas, selantes, mantas asfálticas e autoadesivas aluminizadas, agentes de cura, aditivos plastificantes, entre outros. Ele ressalta ainda que, a partir deste mês de maio, entra em vigor a Norma Técnica de Desempenho de Edificações – NBR 15.575, que traz exigências claras sobre a necessidade de garantia de estanqueidade às obras.

Marcos Storte, mestre em Engenharia Civil, é gerente de negócios da Viapol.

Os obesos estão entre as pessoas para as quais a vacina contra a gripe A é recomendada?

Lúcia de Bastos e Melo

A Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica alerta que pessoas com obesidade de grau III devem tomar a vacina contra gripe H1N1, pois se trata de uma doença crônica. Os parâmetros necessários para ser incluído na categoria de pacientes com obesidade grau III são:

- Crianças com idade igual ou acima de 10 anos com Índice de Massa Corporal (IMC) igual ou maior que 25;
- Crianças e adolescentes com idade acima de 10 anos e abaixo de 18 anos com IMC igual ou maior que 35;
- Adolescentes e adultos com idade igual ou acima de 18 anos com IMC maior que 40.

Para calcular seu IMC, acesse:

<http://www.abeso.org.br/calculador-imc.shtml>



Marcenaria sustentável

Dar uma contribuição para um mundo com mais design e bastante sustentável! Esta é a proposta do Studio Vero de Design & Marcenaria Sustentáveis, que participou da IV Feira Brasil Certificado, realizada em abril. A empresa, que tem 13 anos de existência, há seis trabalha sob a certificação ecológica internacional FSC/ Imaflo, Instituto Brasileiro de Manejo Florestal, e já conquistou

mais de 50 prêmios de design, inclusive o EcoDesign. O Studio Vero é comandado por Fernando Crivelenti, que desenha e produz projetos corporativos e residenciais, públicos e também para pontos de venda. Tudo isso com madeira e MDF certificados. O site da marcenaria é www.studiovero.com.br

Integração Cidadã

Os aluninhos da Escola para Deficientes Auditivos do Colégio Rio Branco fizeram um passeio diferente: visitaram o 33º Batalhão da Polícia Militar, responsável pela segurança dos municípios de Carapicuíba, Cotia e Vargem Grande Paulista. Muito curiosos, eles observaram os serviços realizados pela administração pública, além dos vários tipos de policiamento, como da Rocam (Ronda



Ostensiva com Apoio de Motocicletas), a Força Tática e a Base Móvel, usada nessas três regiões citadas. A visita monitorada foi feita no âmbito do Programa Educacional de Resistência às Drogas e à Violência, uma maneira de aproximar a comunidade das forças de segurança e reforçar as ações cidadãs.

Parceria público-privada em prol da educação

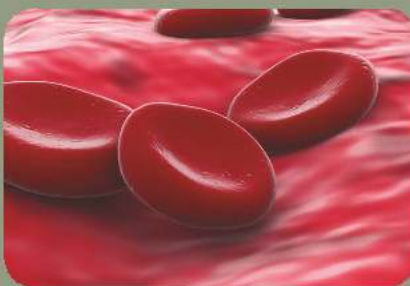
Uma iniciativa pioneira na região tem tudo para dar bons frutos. A Secretaria Municipal da Educação de Cotia e empresas da região fecharam uma parceria para a construção de um parque na Escola Municipal Jardim das Oliveiras, para servir como local de aprendizado e lazer. É a primeira obra de uma série de melhorias na unidade nos próximos meses. Entre as empresas que participaram

do projeto, estão: AG Transporte, Amil Gramas, Arquitetura Urbana, Cantina França, Colinas Rental, Duca Transporte, Engestar Engenharia, JTBC Serviços, Paez de Lima Construções, Pio Lotações, S.O. Fundações, Transdovi Transporte e Trator Líder Lotações, representadas pelo dr. Aderito Junior Delgado, que também é pai de aluno da escola.



Cidadão sangue bom

Você já doou sangue? Pois lembre-se que os estoques dos bancos de sangue variam muito rápido, e a necessidade de mantê-los em níveis seguros é importante. Por esse motivo, o Hospital Regional de Cotia e a Secretaria Municipal de Saúde – em parceria com a Associação Beneficente de Coleta de Sangue (Colsan) – realizaram, em 29 de abril, uma Campanha para Doação de Sangue. Se você perdeu a oportunidade, saiba que é possível fazer a doação a qualquer momento,



basta vontade! Para ser um doador é necessário estar em boas condições de saúde, ter entre 18 e 60 anos para mulheres e 65 para homens, peso igual ou superior a 50 quilos, estar alimentado e apresentar documento de identificação oficial com foto. No sangue doado são realizados testes de tipo sanguíneo, anemia falciforme, hepatite B e C, HIV, sífilis e Doença de Chagas. Mais informações pelo telefone: 4616-0800.

Tinta Ecológica

Localizada em Santana de Parnaíba, a Plural é a primeira gráfica de rotativas heatset no Brasil a introduzir a tinta ecológica produzida pelo Flint Group, com o selo BRC - Bio-Derived Renewable Resource Content, concedido pela NAPIM - National Association of Printing Ink Manufacturers (USA). Boa parte da matéria-prima utilizada na fabricação desta tinta

ecologicamente correta é renovável, emite menos componentes orgânicos voláteis na atmosfera e o tempo de biodegradação dos resíduos no meio ambiente é menor que o de outras tintas. Seu desempenho ainda supera as exigências técnicas de impressão, oferecendo melhor fixação, durabilidade e cores mais vibrantes.





SENHA

Já me considero um “tecno” dependente, se é que existe o termo... Aliás, quer você queira ou não, você também é, mesmo que não queira ser ou ache que não é!

Quantas vezes você foi pagar o supermercado, a farmácia, a gasolina ou uma conta no banco e ouviu a velha frase: “Estamos sem sistema, senhor!” É como se dissessem: “Estamos sem ar, senhor!” O pânico logo se instala e daí para a frente é só baixaria. Na véspera do Natal, um cartão de crédito saiu do ar. Alguém lembra o que aconteceu?

Recordo-me de um pacato senhor que, no caixa do supermercado, espumava entre um soco na registradora e um chute no carrinho de compras. No fim, jogou as compras do carrinho para o ar. Era feijão espalhado pelo chão, misturado com açúcar, iogurte, azeite e uma pitada de detergente. Tudo isso ante o olhar estupefato da moça do caixa, que se descabelava e repetia roboticamente: “Senhor, acalme-se, estamos sem sistema. Só aceitamos pagamento em dinheiro, não posso fazer nada, senhor”.

E quem usa dinheiro? Nem cheque se carrega mais! É só débito ou crédito. E na hora da senha? Façamos uma pausa... Faça uma pequena conta para ver quantas senhas você tem. Vamos lá:

- 1) Uma para a caixa postal do celular, isso se você tiver só um celular.
- 2) Uma para o computador em casa.
- 3) Mais uma para o notebook da empresa.
- 4) A do telefone fixo da empresa.
- 5) Tem a do cartão de crédito.
- 6) A de débito.
- 7) A do vale-refeição.
- 8) A da conta do banco na internet.
- 9) A do cartão de milhas.

Quantas vezes você foi pagar o supermercado, a farmácia, a gasolina ou uma conta no banco, e ouviu a velha frase: estamos sem sistema, senhor!

- 10) A do Sem Parar.
- 11) As dos cartões fidelidade da farmácia.
- 12) Supermercado.
- 13) Posto de gasolina.
- 14) A da NF Paulista.
- 15) A da TV a cabo.

Ufa! Isso só para lembrar algumas, certamente você tem mais para guardar na sua memória humana. Sem contar que, além das senhas, temos de decorar o CPF, o RG, o CEP, os números do celular, do fixo, da placa do carro, do Renavam. Tem, ainda, os Tokens, aqueles aparelhinhos que você também não sabe onde guardar, e que dão a contrassenha da senha. Haja gigas na nossa memória!

Detalhe, algumas senhas periodicamente precisam ser trocadas. Não pode ser data de nascimento nem ter as iniciais do seu nome, precisa ter letras maiúsculas e minúsculas mais números que não podem se repetir. Que inferno! Como imaginar tantas combinações e

códigos? Quem se lembra de todas? E o pior: se você erra na hora de digitar, a casa cai. Bloqueiam sua conta, confiscam seu cartão, emudecem seu celular e, em caso de roubo... Bem aí é outra história, leia mais adiante. E onde esconder as senhas para consultá-las quando você se esquece? Se você escrevê-las numa folha de papel, onde guardar o papel? Se você deixa no computador, alguém pode rastreá-las. Ao deixá-las armazenadas na cabeça, corre-se o risco de, quando você perder a cabeça, perder a senha. Um amigo registrou-as numa folha de caderno, embalou num plástico e enterrou no jardim. Dois dias depois, seu cachorro descobriu o tesouro e, todo sorridente, desfilou pela casa babando e mostrando orgulhoso sua descoberta, o que praticamente tornou público o segredo de Estado. Outro mais criativo trouxe de uma viagem ao exterior um repolho fake, feito de plástico, com o interior oco e próprio para

guardar, disfarçadamente, valores na geladeira. Nenhum gatuno iria desconfiar. Era a solução perfeita! Tudo corria bem, até que uma cozinheira nova enfiou o repolho de plástico na panela com água fervente. Ela só não serviu com molho no jantar porque o repolho passou do ponto e derreteu. Tiveram de jogar o repolho, a panela e as senhas no lixo. Quase jogaram a cozinheira também. Mas que ideia de jerico! Repolho fake!

Agora vamos combinar. Quem precisa de tantos códigos para se preocupar? E em caso de assalto? Outro amigo foi assaltado. Dois bandidos menores de idade entraram no seu carro e, entre ameaças, obrigaram-no a dar o cartão do banco e a revelar a senha. Ele, em pânico absoluto, confundiu-se todo. Depois de levar umas coronhadas e mais alguns carinhos típicos de menores que contam com a certeza de que a lei está do seu lado, meu ferido amigo confessou. Digo, revelou a senha certa. Enquanto um foi ao caixa eletrônico sacar o butim, o outro ficou esperando pela confirmação do comparsa com a arma em punho. Mas, surpresa! O pequeno meliante, direto do caixa, decretou solenemente pelo celular: "A senha tá errada, apaga o otário!"

Depois de sofrer novas coronhadas, gritos e ameaças de morte, em frangalhos e desesperado, meu infeliz amigo conseguiu provar que a senha estava certa, o ladrão que se confundiu!

Imaginem a cena e o desespero da situação! Finalmente, o atrapalhado ladrão sacou o dinheiro e, graças à senha certa, devolveu a vida a vítima, que eufórico agradeceu a gentileza. Há um tempo, senha era coisa de espião em filme americano. Hoje, infelizmente, virou questão de sobrevivência. Antes era: a bolsa ou a vida? Hoje: a senha ou a vida?



Marcos Sá é palestrante. Diretor comercial da rede de jornais BOM DIA, pertencente ao grupo Traffic, ex-diretor do Estadão, JT e Portal Estadão.com. Administrador e publicitário, com pós-graduação em finanças e especialização em Stanford, Califórnia. E-mail: marcoessa@redébomdia.com.br

**Promoção dia
Das Mães**

coposPONTO.com.

Atacado e Varejo Sempre com o melhor Preço !!

ARTIGOS PARA PRESENTES, BRINDES PROMOCIONAIS E RESTAURANTES

Distribuidor
CISPER

Copos Comemorativos



**VENHAM VER
NOSSAS NOVIDADES
NA LINHA DE
PRESENTES**

- AP. FONDUES
- DECANTERS
- TAÇAS COLORIDAS
- JOGOS DE XÍCARAS
- PLACAS DECORATIVAS
- TAÇAS DE CRISTAL BOHEMIA
- ACESSÓRIOS PARA VINHO
- TERMÔMETROS GALILEU
- COQUETELEIRAS



Termômetros Galileu



coposPONTO.com.

Visite nossa loja ou solicite Representante.
Rua Costabile Comenalli, 21 - Km 30,5 Raposo Tavares
(SENTIDO INTERIOR) Tel.: **4614 . 5090**

Horário de Funcionamento
2ª a 6ª das 08:30 às 17:30hs
Sábado das 09:00 às 13:00hs



por
Marcelo
Sampaio



ESQUENTANDO O CORAÇÃO

Como faz frio nessa região da Granja Viana e Alphaville, não?

Por falar nisso, adoro o friozinho. Que bom que os ventos começaram a soprar para o lado de cá.

Só existe um grave problema: comemos muito e engordamos um bocadinho!

Mas existe ato mais prazeroso que comer? Em todos os sentidos, certo? Deixemos as saladas para o próximo verão. Mas, para aquecer o coração, nada melhor que um bom edredom, um abraço apertado e coisas gostosas saindo do fogão. Hummmmm!!!

O outono chegou.

Imagine receber amigos ou mesmo as pessoas amadas da família com um bom vinho tinto (para ser bom, não precisa ser caro e tampouco importado) numa elegante taça de cristal? Acompanhado de quê?

Tem tanta coisa boa para fazer nesse frio, busque as receitas dos livros da vovó no fundo da gaveta.

Tem feijão estocado na despensa? Que tal a velha sopa bem temperada acompanhada de um excelente azeite e um pão fresquinho?

Sobrou ovo de Páscoa? Vamos usar na sobremesa.

Ah, isso são delícias simples, mas carinhosas e amáveis.

Combina com a gente, combina com nosso jeito de viver, combina com casa cheia de "Bem Querer", onde quem chega é sempre muito bem recebido. Tem lugar para todo mundo, pode entrar!

Afinal de contas, nada é mais gostoso que se apertar e dividir o cobertor com todo mundo no friozinho, né?

Acenda o fogo da lareira e a brasa na alma e no fogão!

Bye bye verão...

SOPA ESQUENTA CORAÇÃO

Receitas para seis pessoas

Ingredientes:

- 250 gramas de feijão-preto
- 100 gramas de bacon
- 4 dentes de alho
- 1 cebola
- 1 maço de couve
- 300 gramas de queijo coalho
- 3 folhas de lero
- 50 ml de cachaça
- 200 ml de óleo
- Azeite, sal e pimenta líquida

Modo de Preparo:

Cozinhe o feijão-preto até ficar bem macio. Bata no liquidificador e reserve.

Bata o alho no pilão, corte a cebola e o bacon em cubinhos.

Refogue no azeite o bacon até ficar bem crocante. Adicione logo em seguida o alho e a cebola, deixe refogar até o alho dourar.

Acrescente o caldo de feijão batido e tempere com sal, louro, pimenta a gosto e a cachaça. Deixe cozinhar em fogo baixo por alguns minutos.

À parte, corte o queijo coalho em cubinhos e reserve; corte a couve bem fininha, tempere com sal e frite no óleo.

Por fim, sirva o caldinho de feijão com o queijo coalho e por cima adicione o crisp de couve.



SOUFLÊ DA ALMA

Ingredientes:

- 4 gemas bem batidas
- 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 1/4 xícara (chá) de suco de laranja
- 1/4 xícara (chá) de licor de laranja (Cointreau, Grand Marnier)
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- 1 colher (chá) de casca de laranja ralada
- 6 claras
- 1 pitada de sal
- 200g de Ovo de páscoa derretido
- 100ml creme de leite

Modo de Preparo:

Numa tigela pequena, bata as gemas e reserve.

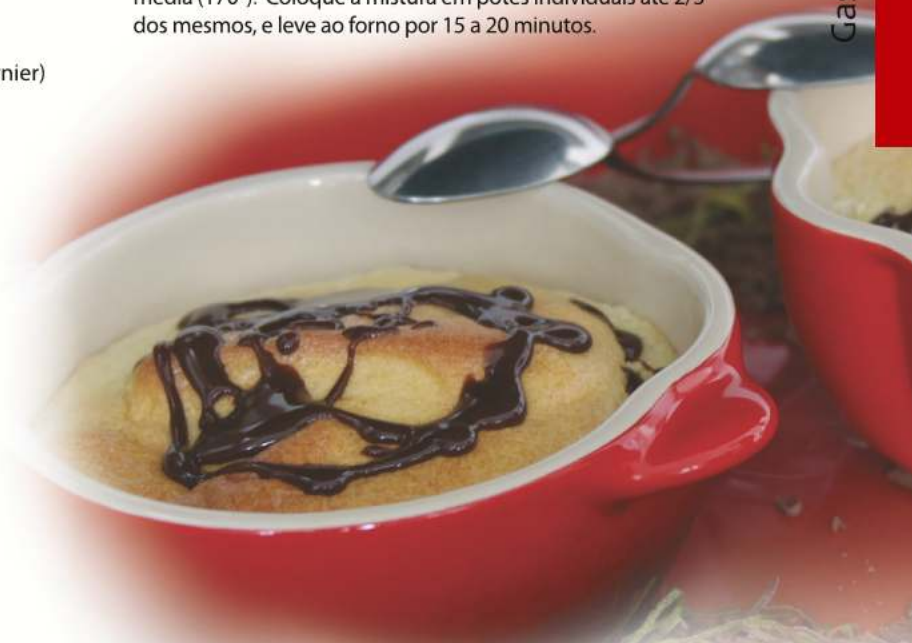
Misture o açúcar com o suco de laranja e leve ao fogo médio até obter o ponto de bala mole.

Despeje bem devagar essa calda sobre as gemas, batendo sem parar, até esfriar.

Acrescente o licor e a baunilha e misture bem.

Coloque essa mistura na panela, junte a casca de laranja ralada e leve ao fogo médio, batendo até engrossar ligeiramente. Retire do fogo e continue batendo até a mistura esfriar.

Numa tigela grande, bata as claras com o sal até conseguir um ponto de neve. Junte 1/4 das claras em neve com a mistura de gemas e mexa cuidadosamente, para não perder volume. Acrescente essa mistura ao restante das claras em neve mexendo com cuidado. Pré-aqueça o forno em temperatura média (170°). Coloque a mistura em potes individuais até 2/3 dos mesmos, e leve ao forno por 15 a 20 minutos.



Marcelo Sampaio é banqueiro, 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.



PROCURA-SE UMA PRINCESA
PARA, EM BREVE, BRILHAR NO CASTELO ARAGON

CHATEAU 
CATHERINE
— ESPAÇO NOBRE DA BELEZA —



por
Adriano
Rodrigues



Seleção com cara de Dunga...

Já estou na contagem regressiva para Copa do Mundo, segundo maior evento esportivo mundial. Dias atrás, em um churrasco, já debatia sobre a Copa, comentava com amigos que vejo o Brasil e a Espanha como os grandes favoritos ao título, e que é preciso ter cuidado com Alemanha, Itália, Inglaterra e, claro, Argentina, de Lionel Messi e companhia, mas acho que não teremos surpresas. Será uma Copa burocrática, de futebol de resultados, muita marcação e pouca genialidade. Nossa seleção é prova disso: o treinador, apaixonado por volantes, acha normal a seleção brasileira jogar na retranca. Podemos ser campeões, sim, mas vamos sofrer um pouquinho, coisa que para um corintiano como eu é rotineira. Mas, além dessa possibilidade, nossa seleção me ativa a lembrança e me remete ao passado: lembro da Copa de 90, do popular e estrategista Sebastião Lazaroni, que tinha no Dunga o símbolo de uma geração (fracassada) e tentou implantar o tal 3-5-2 (hoje tão comum), mas sucumbiu diante do maior rival, Argentina, e jogando, diga-se de passagem, um futebol nada vistoso. Depois veio a seleção de 94, do Parreira, que conquistou o título, jogando um futebol pragmático, capitaneado dentro de campo pelo mesmo Dunga, que levantou o caneco graças à dupla Bebeto e Romário e, na minha opinião, com grande participação do goleiro Taffarel.

Voltando um pouco mais no tempo, lembro-me remotamente da Copa de 82. Eu tinha 8 anos, colecionei as figurinhas do chicle Ping-Pong. Fã do doutor Sócrates, eu não entendia lá muita coisa, mas gostava de assistir àquele futebol, de ver Zico, Falcão, Cerezo, Éder, Chulapa e companhia... mas só depois fui saber que se tratava de um dos melhores times de todos os tempos. Pena que aquela seleção não se consagrou campeã, e daí quem lamentou foi o futebol, pois 82 foi o marco do futebol burocrático e de resultados. Deu Itália, Paolo Rossi e, tal como na última Copa, perdeu o futebol.

Às vezes me pergunto qual é a lógica para se convocar uma seleção: levar os melhores no momento ou chamar jogadores de confiança do treinador? Teremos de engolir o Felipe Melo, Josué, Doni, Michel Bastos, Adriano, Elano, Julio Baptista?!?!?! E, o pior de tudo, torcer para eles... É esperar para ver, fazer o quê? Levem em consideração que estou escrevendo antes da convocação da seleção, que acontecerá no dia 11 de maio, às 13 horas, no Hotel Windsor, na Barra da Tijuca, Rio de Janeiro, exatamente a um mês do início da Copa.

A estreia verde-e-amarela será no dia 15 contra a Coreia do Sul, às 15h30 (horário de Brasília). Posso até queimar a língua, mas fica difícil de segurar: será que o Dunga acompanha o futebol de alguns jogadores ao menos pela televisão?! Deixar de fora o Ronaldinho Gaúcho, o Neymar, é coisa de gente teimosa vai, vamos dizer. Eu que apenas observo e torço, espero que os convocados deem conta do recado. Só para fazer uma comparação: em 2002, a imprensa queria Romário e Felipão não levou, mas trouxe o título com a família Scolari, que tinha o Fenômeno querendo mostrar serviço e em forma, Ronaldinho Gaúcho com apenas 22 anos, o Marcos fechando o gol e o Rivaldo jogando um bolão. Não sei se será o caso desta vez, espero que sim! Então nos cabe a torcida. Eu já ativei minhas bandeiras, cornetas, camisetas. Devagarzinho, o cenário vai ficando verde-e-amarelo e só nos resta torcer.

As vitórias confirmam trabalhos, justificam convocações, escondem erros. Dunga, e os números mostram isso, tem muito mais acertos do que erros. Seu maior acerto foi de ter uma Seleção Brasileira pronta para a Copa do Mundo. Vale lembrar: é melhor um time com a cara do Dunga, que se mantenha digno, do que ter o Maradona no comando e não conseguir um time nem com cara de Dunga, nem de Maradona, nem de nada.



Curto-circuito

A Copa do Mundo é um evento que reúne muitos fatos curiosos. Idealizada na fundação da Fifa, em 1904, a Copa do Mundo só foi realizada após a reconstrução da Europa dos destroços da Primeira Guerra Mundial. O primeiro torneio foi disputado em 1930, no Uruguai, e os anfitriões foram os primeiros campeões mundiais.

Recordes da Copa do Mundo – Gols:

- Gol mais rápido: 11 segundos. Hakan Sukur (Turquia) no jogo Coreia do Sul 2 x 3 Turquia (disputa do terceiro lugar em 2002)
- Jogo com mais gols: 12 - Áustria 7 x 5 Suíça (1954)

Recordes da Copa do Mundo – Jogadores:

- Jogador com mais Copas: cinco Copas - Antonio Carbajal - México (1950, 1954, 1958, 1962 e 1966) e Lothar Matthäus - Alemanha Ocidental (1982, 1986 e 1990) e Alemanha (1994 e 1998).
- Jogador com mais jogos: Lothar Matthäus - Alemanha Ocidental e Alemanha - 25 jogos.
- Jogador com mais minutos jogados: Paolo Maldini - Itália - 2.220 minutos (1990, 1994, 1998 e 2002).
- Jogador com mais finais: Cafu - 3 finais (1994, 1998 e 2002).

- Jogador mais jovem numa final de Copa do Mundo: Pelé - Brasil - 17 anos e 249 dias (1958).
- Jogador mais jovem em Copas: Norman Whiteside - Irlanda do Norte - 17 anos e 42 dias (1982).
- Jogador mais idoso numa final de Copa do Mundo: Dino Zoff (Itália) - 40 anos e 133 dias (1982).
- Jogador mais idoso em Copas: Roger Milla - Camarões - 43 anos e 39 dias (1994).

Recordes da Copa do Mundo – Artilheiros:

- Jogador com mais gols em Copas: Ronaldo - Brasil - 15 gols (1998, 2002 e 2006).
- Jogador com mais gols numa única Copa: Just Fontaine - França - 13 gols (1958).
- Jogador com mais gols num único jogo de Copa: Oleg Salenko - Rússia - 5 gols no jogo Rússia 6 x 1 Camarões (1994).

Recordes da Copa do Mundo – Público:

- Maior público em Copas do Mundo: 174.000 no jogo Uruguai 2 x 1 Brasil, em 16 de julho de 1950 - Estádio do Maracanã - Rio de Janeiro.

Fonte: Duplipensar.Net

Adriano Rodrigues. Formado em Rádio e TV e Gerenciamento de Esportes. Vai do curling ao hipismo com o mesmo entusiasmo. Está sempre com um olho no lance e não perde a trajetória da bola, principalmente se estiver em campo um certo alvi-negro paulista. Mas se esforça para colocar a paixão em perspectiva e se rende sempre ao encanto maior dos espetáculos esportivos.

ANIVERSÁRIO



* amplo estacionamento



Chegue o novo cartão Pedroso. Peça já o seu.



Loja 1
Centro/Cotia
2106-7800

Loja 2
Atalaia
2106-7799

Loja 3*
Pq. Bahia
2106-1888

UMA GOLEADA DE PRÊMIOS



Não é de hoje que o Pedroso é Campeão

VENHAM CONFERIR!



www.supermercadopedroso.com.br

NA TERRA DAS TULIPAS



A granjeira Carolina Bessa conta sua experiência na Holanda, país em que está há mais de um ano. Para os acostumados com a vida e o tamanho de São Paulo, tudo fica muito pequeno! Só para ter uma ideia, a Holanda cabe dez vezes dentro do estado de São Paulo...



direito de escolha, mas não quer dizer que achem tudo certo. Algumas drogas, como maconha e cogumelo, são liberadas, mas existem regras a seguir. Há locais específicos para o consumo e não é permitido fumar e beber álcool no mesmo lugar. E, pelo que vi, quem mais frequenta os *coffee shops* são os estrangeiros, e não os holandeses. De acordo com estatísticas, apenas 4% dos holandeses são usuários.

As pessoas são simpáticas, tudo é muito tranquilo, certinho, controlado. Eu estava acostumada ao maluco ritmo

paulista de trabalho, e percebi que aqui as pessoas prezam a qualidade de vida, cuidar da saúde, estar com a família e amigos, e não só trabalhar. Não posso falar pela Holanda toda, mas onde eu trabalho é assim. Além disso, tudo é planejado e pontual. Horário para almoçar, jantar, sair... À tarde, você vê as pessoas na rua passeando com os cães, correndo ou de bicicleta, voltando do supermercado. Praticamente todos andam de bicicleta, faça chuva, sol ou neve... E aqui isso é sério, quase todas as ruas possuem o *fietspad* (ciclovia).



Cidade pequena chamada Ridderkerk onde moro

Fez um ano que estou na Holanda, perto dos moinhos, tulipas, sapatinhos de madeira (klomp), água e muito verde! Moro em uma cidade pequena chamada Ridderkerk, bem próxima de Rotterdam e distante 3 quilômetros do meu trabalho – e, claro, vou de bicicleta! Na verdade, a Holanda é uma região dos Países Baixos (The Netherlands) – parte da terra fica abaixo do nível do mar (alguns lugares estão a 6 metros abaixo; é assustador!) –, mas muita gente usa Holanda como o nome do país, cuja capital é Amsterdam, sede do governo e morada da família real, Haia (Den Haag).

Não conheço muito a política porque estou há pouco tempo e não falo holandês, assim fica mais difícil. Mas aqui é um país muito democrático e liberal nas leis. No entanto, não pense que é uma bagunça: eles dão a liberdade porque acham que cada um tem

A vida noturna em Rotterdam



Uma das coisas que mais estranhei foi o fato de o comércio fechar às 17h30, com exceção de um dia por semana, quando fecha às 21 horas. Imagina o choque para quem vem de São Paulo, uma cidade que não dorme! Outra coisa é que não se almoça comida quente, somente sanduíches do tipo pão com presunto e queijo ou tomate, acompanhado de leite ou suco. Para mim, isso deveria ser o café da manhã! Para eles, comida quente é só no jantar e, pontualmente, às 18 horas.

As estações do ano são bem definidas e lindas! Na primavera, verde, tulipas, rosas... flores nos quintais, nas ruas, vasilhos pela cidade... O verão é muito quente, com sol forte, e todas as pessoas saem às ruas para passear até a noite cair, lá pelas 22 horas, e de preferência perto da água. O outono é lindo, com as árvores em tons de amarelo, vermelho, castanho, perfeito! No inverno, frio e neve – e ela é linda! Os holandeses são malucos por patinação no gelo. Nessa época, as cidades montam riques de gelo para o público e, é claro, pode-se patinar também nos canais e rios congelados.

Por falar em cidades, não posso deixar de citar Amsterdam e Rotterdam: duas cidades totalmente diferentes uma da outra e de qualquer outra da Holanda. Amsterdam é a cidade mais turística e conhecida pela grande quantidade de canais, pelos coffee shops e pelo Red Light District. O comércio fica aberto até tarde e há sempre pessoas nas ruas. Mas, para conhecer a Holanda, não basta somente visitar Amsterdam, pois ela não reflete a Holanda verdadeira. Já Rotterdam é completamente nova: foi destruída na Segunda Guerra e reconstruída com prédios altos e modernos. Tem clima de cidade grande, com canais, calçadas comerciais e vida noturna. Para quem não

gosta de cidade antiga, lá é o lugar! Outras cidades, como Delft, por exemplo, têm clima holandês bucólico e calmo. Em todos os cantos da Holanda, você encontra a cerâmica típica (azul), pode provar a famosa batata frita no cone e comer, de sobremesa, o *stroopwafel*, feito na hora com caramelo derretido.

Estou amando morar aqui porque tudo na Europa é perto, posso viajar para qualquer lugar de trem, avião ou carro. Mas, ao mesmo tempo, sinto falta das pessoas, e esse é o maior desafio que enfrento. Agradeço a existência da internet, que ajuda a amenizar a saudade de casa, e procuro aproveitar todas as oportunidades, porque nada será vivido da mesma maneira novamente.

Tot ziens!



Empresário: chegou a hora de aumentar seu lucro!



Com pequeno esforço e investimento é possível transformar suas idéias, objetivos e estratégias empresariais num **Plano de Projetos** que irá definir:

- **QUAL O RESULTADO ESPERADO:** definição clara e tangível do que se quer atingir;
- **O QUE FAZER:** quais atividades são necessárias;
- **COMO FAZER:** quais recursos devem ser alocados;
- **EM QUE TEMPO:** em qual prazo é possível realizar o plano;
- **QUANTO INVESTIR:** quais investimentos são necessários para realizar o Plano.

jpalma@p2pro.com.br
(11) 9917-7476
www.p2pro.com.br



P2P – PROJETOS E PRODUÇÕES

ALIMENTARI

"Mãe, hoje a festa é sua!!
Nós da Família Alimentari
desejamos que seus dias sempre
se multipliquem!"

Levem nosso Menu especial
de Dia das Mães e ganhem
um pote de sorvete artesanal.



- Massas Recheadas
- Massas secas
- Carnes, aves e peixes
- Quiches
- Antepastos
- Embrutidos
- Sobremesas

Rosticceria na Granja

Serviço de Buffet
para sua festa
ou reunião!



Encomendas
especiais
Festas em casa

Av. São Camilo, 333 - Lj 01 - Tel - 4702-2633
www.alimentaridagranja.com.br

por
Manga



O fato veio à tona
Dei risada de montão
Porque vi o Maradona
Mordido por seu próprio cão

Alguma coisa ele farejou
Cachorro tem bom olfato
Se o dono também cheirou
Isso pode ser boato

Mas o maior vexame
É que ficará provado
Se o tal cachorro no exame
Antidoping for reprovado

Cassio Manga é chargista, diretor de arte, ilustrador e poeta. Fez capas na Folha de São Paulo, revista Primeira Leitura e Courier (Japão). Colaborou com as revistas Five Stars, O Paulistano, Meu Próprio Negócio. Hoje ilustra o quadro Pra Quem Você Tira o Chapéu, do Programa Raul Gil.

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL 2010

Local de exposição de animais	(?) datado, tipo de cheque		Boné usado pelo soldado	Dois estados do Nordeste brasileiro Dormir no inverno como o urso		Substituição
(?) pelas costas: traír						
O nariz com a ponta virada para cima			Bolsa, em inglês Silaba de "lugir"			Concede Cromo (símbolo)
Deputado (abrev.)	Nome da sexta letra			Vazia Vermelhidão da face		
2.100, em romanos			Imitar a voz do leão			Refresco rico em vitamina C
			Estudei			
A Z U L			Sem roupas Refletor de luz			O jogo do bingo
A cor do céu	Bebida popular cubana					
Colocar						
			(?) Garcia, atriz			
			Sugerir			
				Fêmea roedora Cume do monte		
Cachorro do Mickey (HQ)			Tipo de cama portátil		Silaba de "ronda"	Acusada
Empresa que empresta dinheiro a juros	Laço muito apertado		Ódio; raiva Sinhá (bras.)			Décima letra Gado para abate
Caixa de comida para o gado					Cama, em inglês	
A vogal do masculino	Autores (abrev.)			Cova (?), sepultura de indigentes		

36 BANCO 3/bag - bed - dep - mmc - nhã. 4/spot. 5/urra. 8/hibernar.

COMO PENSAR
com rapidez

50 JOGOS
PARA EXERCITAR O PENSAMENTO RÁPIDO

COQUETEL

www.coquetel.com.br

Nas bancas e livrarias

Solução

V	S	H	V	V	O
D	E	B	O	H	O
V	A	R	C	E	F
J	R	I	N	I	G
N	O	H	J	L	W
H	R	O	T	A	J
H	O	F	O	P	P
L	T	A	V	S	I
L	S	U	N	I	Z
A	V	R	U	C	W
A	V	E	F	E	I
C	G	V	B	E	O
O	D	I	B	E	V
H	L	V	H	N	J
T	A	V	O	F	



por
Sergio Frug



Horóscopo

O movimento de Mercúrio nos primeiros dias de maio abre boas oportunidades para a melhoria das comunicações e a compreensão mais profunda dos nossos próprios objetivos. Já o ingresso de Urano em Áries, inaugura um novo olhar para o desenvolvimento comunitário e a solidariedade entre os povos.

ÁRIES: Depois de um longo período de indefinições, o mês de maio começa a encaminhar os seus propósitos de maneira mais objetiva. Dê o melhor de si e não deixe que a vaidade suba à cabeça. Antes de tudo, há sempre uma missão a ser cumprida, pense nisso!

TOURO: Retome a melhor comunicação com as pessoas que fazem a diferença na sua vida e aproveite o bom tempo outonal para sentir-se mais acolhedor e acolhido em tudo que fizer. De acordo com o seu estado interior é que ocorrerão os eventos ao seu redor.

GÊMEOS: Apesar de viver um bom momento, existem ainda resquícios de antigos conflitos que podem agora ser melhor observados e até superados. Conclua a limpeza dos ressentimentos e não deixe que a vaidade faça com que se afaste das pessoas queridas.

CÂNCER: Novos ideais povoam a sua mente criando o desejo de levantar âncoras e içar velas. O mundo estará mesmo ao seu alcance, embora os pequenos detalhes, como sempre, possam tirar energia dos seus planos. Liberte-se e não deixe que isso aconteça.

LEÃO: Você sabe e compreende que a verdade está a seu lado, portanto não precisa levantar espadas ou bandeiras em defesa dela. Cada um vai aprendendo a seu tempo e aos líderes é dada a tarefa de se constituírem nos melhores exemplos. Embarque nessa!

VIRGEM: Tudo tem dois lados. Você pode se irritar e perder um pouco a cabeça entrando em conflitos desnecessários, ou pode aproveitar a melhor inspiração e dar um avanço positivo em seus hábitos e procedimentos pessoais. Melhor focar em si mesmo.

LIBRA: Muitas tarefas, muitos afazeres, muitos encontros e finalmente um período para descansar. Assim será este período para o povo libriano que pode colocar muita coisa em dia na primeira quinzena e aproveitar a segunda para desfrutar a vida.

ESCORPIÃO: Um bom espaço se abre para a comunicação com pessoas e seres da natureza. Lembre-se que nem sempre aqueles com quem convive conseguem compreender certas alusões. Muito menos possuem a acuidade da sua visão. Diga claramente o que pretende.

SAGITÁRIO: Novos limites estão para ser conquistados em sua vida, mas é preciso ficar atento e agir com bastante consciência do que está fazendo. Você pode avançar por sobre as regras antigas, mas sem perder o contato com o respeito e a verdade pessoal.

CAPRICÓRNIO: Talvez tenha que se deparar com certos desafios, mas que de maneira nenhuma serão apresentados em caráter pessoal. Mais provável que a questão esteja em aceitar mudanças e abrir-se para o consenso e a flexibilização. Isto vai ser muito bom.

AQUÁRIO: O ingresso do seu regente Urano em Áries é quase como uma nova era que se inaugura em sua vida. Deixe o passado para trás e dele utilize apenas a sabedoria. Os anseios por um futuro melhor serão mais fortes e a preparação para isso inicia desde já.

PEIXES: Não se preocupe se houver um certo clima de estagnação. O outono traz mesmo essas coisas e também vai ser preciso entrar em acordo com o relógio cósmico, que atua sempre a nosso favor, propiciando assim os nossos melhores encontros pessoais.

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

ÚNICO AUTORIZADO BRASTEMP E CONSUL



Consertos e manutenção preventiva em toda a linha de eletrodomésticos Brastemp e Consul • Venda, instalação e manutenção de condicionadores de ar de janela e split
Todos os serviços com garantia • Orçamento gratuito.

BRASTEMP

CONSUL

Rede de Serviços

Conheça os nossos serviços!
Ligue e agende uma visita sem compromisso.

(11) 4777 0503

Rua dos Manacás, 58 • Jd. Glória (Retorno do Km 25 da Raposo • sentido SP)

brasilazy
www.brasilazysp.com.br

ESQUEÇA OS ANTIGOS
PUFFS, RENOVE SEU
CONCEITO



Modernidade, praticidade e conforto, ideal para decoração interna e externa.

sala • quarto • deck • piscina • jardim • praia

Feitos com tecido resistente, impermeável e bóiam na água.

Tels: 7839-6564 ID 118*7180 / 7851-2982 ID 118*7170

por
Carlos
Bocuhy



Mentirinhas verdes

Trafeguei no Rodoanel, pela primeira vez, no dia 1º de abril. A ponte sobre a represa Billings estava apinhada de gente, com muitos carros no acostamento para ver a nova paisagem à disposição do paulistano: o canal principal da Billings, com vista ao norte para a região de Santo Amaro, e ao sul para o braço do Taquacetuba.

Era fim de tarde, o vento sudeste soprava ameno do oceano transpassando o alto da serra e movimentando a superfície da represa. Essa brisa é vital para a saúde do reservatório, pois proporciona uma movimentação da massa hídrica, auxiliando sua oxigenação. Mas não é só para isso que serve o vento: havia uma jovem romântica debruçada no centro da ponte sobre a Billings, de braços abertos, e encarando o vento no melhor estilo Titanic. Acho que tentava experimentar a mesma sensação do filme, mas a cena me lembrou os pássaros que foram sacrificados pela construção do Trecho Sul. Talvez não fosse má ideia construir ali um memorial, como foi sugerido pelo secretário estadual de Meio Ambiente, para homenagear os animais sacrificados pelo empreendimento Alphaville Granja Viana, localizado na Avenida São Camilo, que continua embargado na Justiça.

O Parque do Ibirapuera recebeu, no dia 12 de março, o 39.519º animal expulso pelo Rodoanel. Um gavião carcará atropelado por um caminhão. Problema maior são as espécies em risco de extinção que perdem seu habitat.

“É o caso dos bugios, preguiças-de-três-dedos, quatis e cuícas, além de aves como o juritipiranga, cuiú-cuiú e tucano-do-bico-verde, que foram trazidas das obras do Rodoanel. Aves migratórias e filhotes sofrem impacto maior”, noticiou a imprensa com base no levantamento realizado junto à Divisão de Medicina Veterinária e Manejo da Fauna Silvestre – uma espécie de hospital de animais ligado à Prefeitura de São Paulo, no Ibirapuera. Mesmo com a obra pronta, não me convenço de sua necessidade,



pois minha percepção continua voltada para o custo ambiental e uma perspectiva de sustentabilidade futura que está fora da matriz rodoviária. Trata-se de uma questão de princípios. Costumamos chamar o Rodoanel de transmanancial, em alusão à Rodovia Transamazônica. Corta de ponta a ponta o caminho das águas da metrópole – o que restou das áreas protegidas, região que lutamos, por tanto tempo, para proteger da ocupação predatória e do lançamento das águas poluídas do Rio Pinheiros.

E o Ferroanel, tão anunciado quando do lançamento do Trecho Sul? Por que não foi construído ao mesmo tempo, apesar de divulgado como projeto conjunto e complementar ao Rodoanel? Parece que só serviu de isca para adoçar os desavisados e a imaginação de ambientalistas e urbanistas preocupados com a matriz de transportes da metrópole de São Paulo. Transporte limpo, não poluente e com grande capacidade de carga. Pena que não passou de um primeiro de abril!

Existem outras mentirinhas verdes em curso, principalmente na boca dos que ganham com isso, em especial empresas e políticos. Algumas preocupadas com o “verde” de suas grifes. Outros o que querem dizer, na verdade, é: “votem em mim, vejam como sou preocupado com a questão ambiental”. Há muita balela e marketing verde neste país – e em outros também, onde sustentabilidade é como escova de dentes: cada um tem a sua. O fato é que, após a Conferência Rio 92, muitos se apropriaram do discurso ambiental. As empresas, preocupadas com o “greenwash” ou “lavagem verde” de sua imagem. Às vezes a coisa é tão festiva que

merece o nome de purpurina verde, principalmente para os que se dão ao estardalhaço e à pirotecnia, prática a que se dedicam até secretários de Estado.

Mesmo concordando, na prática, com a máxima de Tomas Carlyle: “A natureza não admite mentiras”.

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 Metrôpoles Saudáveis, que tem o apoio da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Homenagem à capital

Brasília comemora 50 anos neste 2010. Entre os muitos eventos marcados para celebrar a data, as artes plásticas não poderiam ficar de fora. O Sesc Pinheiros (Rua Paes Leme, 195) apresenta: Brasília Cinquenta Anos – Serigrafias de Oscar Niemeyer, Lucio Costa e Athos Bulcão. A mostra fica em cartaz até 30 de maio, no terceiro andar, apresentando coletânea formada por 20 serigrafias, sendo seis de Oscar Niemeyer, o arquiteto das curvas sinuosas dos edifícios da cidade; seis de Lucio Costa, o urbanista que deu à capital a forma de um avião, e oito do artista plástico Athos Bulcão, todas assinadas e numeradas pelos próprios autores. Nas serigrafias é possível conferir os traços dos esboços que deram origem à capital brasileira, como a Praça dos Três Poderes, o Congresso Nacional e a Catedral de Brasília, presentes nos desenhos do arquiteto Oscar Niemeyer. Já nas serigrafias do arquiteto e urbanista Lucio Costa, aparece o início da implantação urbanística e o Plano Piloto de Brasília, considerado o projeto mais importante de sua carreira. Os trabalhos do artista plástico Athos Bulcão mostram alguns projetos realizados em prédios públicos da cidade de Brasília, como as obras Natividade, localizada na Igreja Nossa Senhora de Fátima, Lula e Mafuá, localizadas no Hospital Sarah Kubitschek.



Cinema

por José Vicente - josevic_taddeo@yahoo.com.br

Diversos tabloides norte-americanos creditaram grande parte do súbito sucesso de **Guerra ao terror** (the hurt locker) a seu caráter imparcial. É necessário, no entanto, ser extremamente ingênuo para considerar esta afirmação como verdadeira. **Guerra ao terror** não toma lados, não crucifica nem mesmo perdoa, mas está longe de ser uma obra imparcial. O que a história narra, como outras grandes obras-primas cujo tema é a guerra, é que no campo de batalha, seja ele onde for, não existe lógica. O que impera é a insanidade. O que impera e o que mantém a engrenagem humana em funcionamento. Isso, associado ao trabalho competente do grupo de protagonistas e ao processo de montagem e sonorização (ambos fantásticos), resulta em uma unidade forte e incisiva sobre a situação das tropas norte-americanas nos dias de hoje. Resultado: ninguém sabe o que está acontecendo em lugar algum. Isso é imparcialidade? Em outro extremo, o sucesso do adolescente **Crepúsculo** (twilight) ganha seu segundo episódio em DVD: **Lua nova** (new moon). Best-seller, sucesso de bilheterias, o filme estreou em primeiro lugar nas videolocadoras e lá deve permanecer, pelo menos até o lançamento de **Avatar** (idem). Com orçamento mais modesto (pelo menos para os padrões de Hollywood), a saga conquistou inúmeros fãs muito mais por seu caráter emocional e romântico e muito menos por seus efeitos. A paixão de Bella pelo vampiro Edward cria uma mescla entre o cotidiano e o sobrenatural, misturando obras clássicas, como **Drácula** e **Romeu e Julieta**. Terá, pelo menos, mais dois capítulos. Capítulos, por sua vez, é o que não faltam na consagrada série **Lost** (idem). Em sua última temporada, a história dos sobreviventes do Oceanic 815 chegará ao fim após 16 episódios, com direito a dois estendidos: o primeiro e o tão esperado episódio final. Para quem não está conseguindo acompanhar pela AXN, uma boa e uma má notícia. A má é que o lançamento do box completo está previsto para agosto. Os DVDs individuais (lançados sequencialmente para a quarta e quinta temporadas), contendo apenas alguns episódios, não foram anunciados para esta. A boa notícia é que esta é a melhor temporada desde a primeira. Aguarde: você não irá se decepcionar.



O pequeno espaço do grande acervo

4617.3719

Rodovia Raposo Tavares Km 22,8 sentido Cotia (ao lado do retorno), Boulevard Granja Viana (ao lado do restaurante Madaj) • Aceitamos VISA.

Granjeiros em palco paulistano

Grandes Pequeninos é o nome da peça de teatro com os atores granjeiros Tânia Khalill e Jair Oliveira.



A montagem teve origem em um livro-CD. No espetáculo, o casal vive as mesmas situações que passam juntos na vida real, como pais de uma menina. Toda a história gira em torno do universo infantil, com recursos cenográficos que encantam. As apresentações acontecem no Teatro Folha, aos sábados e domingos, às 16 horas. Direção, produção musical, arranjos e canções originais: Jair Oliveira. Censura Livre. R\$ 15,00 (crianças até 12 anos) e R\$ 30,00. Informações: www.teatrofolha.com.br

Obra de jovem de Itapevi em exposição de Roberto Carlos

Duas telas da jovem Roberta Valadares estão na exposição em homenagem aos 50 anos de carreira do cantor Roberto Carlos, que acontece na Oca do Parque do Ibirapuera, em São Paulo.

Suas obras podem ser vistas até o dia 8 de maio, o que, para a jovem itapeviense, significa a realização de um sonho. Roberta conta que sempre teve uma ligação com Roberto Carlos, tanto que se inspira nas músicas e na vida do artista para criar suas obras. "Há alguns anos pinte numa tela o cenário de um de seus shows, e tive a oportunidade de entregá-la ao Rei pessoalmente no Domingão do Faustão (foto)", conta.

A mostra, que reúne muitos itens particulares do cantor, dispõe de vários espaços para os visitantes conhecerem mais sobre Roberto Carlos e interagir com as instalações.





por
Claudia
Siqueira



Impressões infantis?! Ou reflexões de gente grande sobre o processo educativo?

“— Olá, crianças! Vim à pré-escola para contar uma história para vocês!
A turma respondeu em coro:
— Aqui não é pré-escola, é uma escola!
— E qual é a diferença?
Murilo diz:
— Pré-escola é uma escola de milhares de anos atrás!”

Extraído do livro “Impressões Infantis I” – organizado e publicado pelo Instituto Sidarta

Ao descrever “pré-escola” como “uma escola de muitos e muitos anos atrás”, Murilo, do topo de seus 6 anos, com total inocência e extrema sabedoria, define com clareza o que muitos pais, e mesmo educadores, têm dificuldade em perceber e assimilar. Expressões como “Vai brincar com a tia!” ou “Senta aqui para fazer o trabalhinho...” ainda fazem parte do universo escolar infantil.

A questão é que a criança precisa que sua vivência na Educação Infantil (é assim que devemos nos referir a essa fase da vida escolar) funcione como um “escancarador de janelas”: as crianças estão ávidas para se apropriar do mundo, e a escola é a grande potencializadora dessa apropriação.

O espaço escolar deve ser organizado de forma a atender às especificidades da infância — banheiros adequados, salas com espaços diferenciados, murais que permitam que a criança os aprecie sem ficar com dor no pescoço, e áreas externas organizadas para que possam explorar o mundo e se apropriar dele.

O “aprender pela experiência” é um fator que precisa ser considerado nesse momento da vida escolar de nossas crianças. A curiosidade infantil tem de ser potencializada na escola. Afinal, é a idade dos porquês: “Mãe, por que você usa óculos?”; “Pai, como foi que eu nasci?”; “Vó, por que seu cabelo é branco?”; “Professora, por que ele é maior que eu?”. Assim, propor muita, mas muita exploração é o caminho para uma aprendizagem significativa, que permitirá a nossas crianças experiências únicas.

Proporcionar contato com a natureza e com a cultura local, desestimular o consumismo e investir na simplicidade e nos assim chamados “brinquedos não estruturados” são formas efetivas de construir uma escola que valorize a infância e que não seja “de muitos e muitos anos atrás...”, como muito bem definiu o pequeno Murilo. Investir em estudo, na formação continuada da equipe, em tempo

para documentar os processos educativos e refletir sobre as maneiras de aprender e ensinar são formas de tornar um espaço respeitado e com credibilidade. Afinal, uma escola que investe na formação e na reflexão sobre o ato de educar pode fazer de uma “pré-escola” uma “escola de Educação Infantil”.

Melhorar o nível de conhecimento dos pais sobre esse momento da vida de seus filhos e os benefícios que a parceria com a escola pode proporcionar é fundamental, pois a família precisa estabelecer uma relação de confiança com o espaço que escolheu para educá-los.

Tornar-se uma escola diferenciada, voltada para potencializar a infância e desenvolver uma escuta genuína das necessidades da criança, acolher as ansiedades dos pais e investir na formação da equipe é o que torna uma “pré-escola” uma “escola de Educação Infantil”.

Murilo sabe o que diz. Fala de uma escola que desejamos ver cada vez mais acessível para nossas crianças. Fala de uma escola que ajuda crianças a se apropriarem do mundo, a viver intensamente, a experimentar, a vivenciar valores, a fazer amigos e a ter boas lembranças. Concretizar esta escola é um ato de coragem, determinação e muito estudo, já que deixar de

ser uma “pré-escola” significa, muitas vezes, abandonar a zona de conforto para investir na investigação dos processos educativos com maior propriedade.

Uma pista da tendência por esta escolha é o número crescente de educadores que participam de cursos e palestras sobre infância, documentação pedagógica, o espaço educador e o brincar, entre outros temas relacionados ao universo infantil.

É sempre bom termos por perto meninos como o Murilo, que nos ajudam a vislumbrar e a concretizar uma escola melhor.

Assim, escolas e famílias: ouçam verdadeiramente as crianças. Elas nos dão muitas dicas de como se relacionam com o mundo. Cabe a nós ajudá-las a tornar essa interação mais efetiva e de melhor qualidade.

...desenvolver uma escuta genuína das necessidades da criança, é o que torna uma “pré-escola” uma “escola de Educação Infantil”.

Agradeço os comentários sobre esta coluna. Vamos pôr o pé no outono, derrubando as folhas das velhas certezas na esperança da primavera das descobertas.

Como há leitores em vários estágios de vício, vamos de P, M, G e até GG: tecn explicada, aplicada e apresentada.

por
Anubis
Rezende



Bluetooth™

Explicada

Seguindo sobre celular, falemos de Bluetooth.

Homenagem a Harald Bluetooth, rei que uniu a Dinamarca, liga com baixo custo celulares, CD players automotivos, fones de ouvido, computadores e até câmeras e players de música a até 10 metros. Num canal fechado entre emissor e receptor trocam dados. No menu Comunicação ou Conexão ache um símbolo azul que parece a Runa Dagaz (um B muito louco). Ative-o e procure em Opções "visto por todos" ou "visível", para que outros aparelhos possam "ver" o seu. Vá a outro aparelho com Bluetooth e ative "procurar dispositivos Bluetooth" ou "encontrar dispositivos". O nome do primeiro aparelho ou fabricante aparece. Conecte. O primeiro aparelho pergunta: Aceitar conexão de "X"?, mostrando o nome do segundo. O.k. e pedirá a senha. As "senhas" de pareamento mais comuns são 0000 ou 1234, igual nos dois. "Pareados", trocam música, fotos, contatos, filmes, documentos, etc. Fones de ouvido são simples. Segure por 5 segundos o botão On-Off, e ele piscará rápido. Mande seu celular "procurar", e ele acha o fone. Esse pareamento não pede senha.

Aplicada

Na rua, olhe dentro dos carros e conte os motoristas com celulares em suas orelhas longas, marrons e peludas. Ruim, não? CDs automotivos são perfeitos viva-voz e costum menos de quatro multas. Repetem a última chamada e conectam automaticamente depois da primeira vez. E dá para ouvir as músicas do seu celular – Bye CDs! Dica: Há CD players com controle remoto, MOSFET (tecnologia que melhora o som) para MP3, WMA (padrão do Windows) e AAC (Apple, Sony). E com entrada USB plugue seu pen drive e voilá! Ouvirá menos buzinas e dirigirá com duas mãos ao volante. MP3 players com BT, como LG, Samsung e iTouch 3Gs, também se conectam. Manere no som. Surdez é um problema, digamos, silencioso e traiçoeiro.

Apresentada

O Android da Google para Smartphones melhora rapidamente. Mas suas lojas de online e de Symbian, Apple, Windows, BlackBerry, LG e Samsung são limitadas para nós, tapuias.

Na próxima, pelo Dunga, eu vou... eu vou... falar de TV (palavra feminina) e controle remoto (palavra masculina). Filosoficamente interessante... Até lá.



Milestone



Nexus One

Bronca

- Quando teremos Banda Larga no Brasil? E na Granja? Aló twitteros, que tal investida em massa para provedores de BL olharem para nós? Bom para o trânsito, para a família, para as empresas e para os negócios. Moerna, Pinheiros e Jardins tem BL Intelig de 10 Mb, pela rede elétrica a R\$ 75, tá? Fora a GVT que chegou chutando alto ADSL2+. Na Coreia do Sul, 97% do povo tem BL, 50 a 100 Mega por US\$ 25. Em 1970, na Coreia a Renda Per Capita era de US\$ 170 e no Brasil, US\$ 350. Hoje, a nossa é US\$ 7.000. Eles transmitiram dados pelo corpo humano (NewScientist 15/03/2010), tem Hyundai, KIA, LG, Samsung e renda de US\$ 24.000. Huumm...

O que vem aí

- Milestone da Motorola – teclado animal, mousepad, Exchange, mas gordinho e bateria média. LG GW260 barato, boa bateria, mas versão Android defasada. Galaxy da Samsung – simples, tela OLED e personalizável. E o Nexus One (HTC-Google) virá já já, com comando de voz (em ingreiz), LCD maior, última versão Android. Olho vivo e faro fino!

Uma década...

O Aragon Granja Vianna recebeu, no dia 08 de abril, mais de 500 convidados para comemorar os 10 anos da Revista Circuito. Em ano de Copa do Mundo, decoração, cenografia e culinária da comemoração foram inspiradas na África.



A cantora Vanessa Jackson animou a festa.



1



2



3



4



5



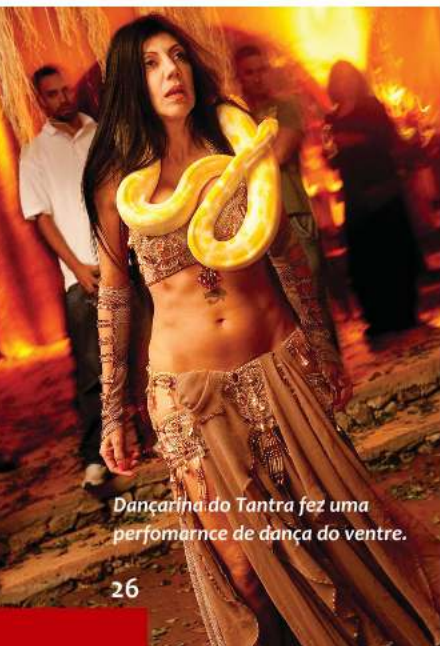
6



7



8



Dançarina do Tantra fez uma performance de dança do ventre.



9



10



11



12



13



14

CURTAS

• A loja Beatriz Gheneim completou 1 mês de sucesso absoluto. As clientes que foram nos dias 23 e 24 de abril foram brindadas com pró secco, mini-desfile e comidinhas.

• Uma nova loja de bijouterias acaba de abrir na Granja Viana: a Luz Bijoux. Creusa Sousa, a proprietária, é quem desenha as peças.

• Em breve, o espaço nobre da beleza "Chateau Catherine" vai brilhar no Castelo Aragon.

• Neste mês, a gastronomia argentina vai esquentar ainda mais um famoso ponto da Rua José Félix de Oliveira... E quem já é fã das deliciosas pizzas de lá, vai adorar a novidade!

• O Grupo Aliansce assumiu a administração e comercialização do Continental Shopping. O centro de compras passará por uma revitalização que promete mais modernização em seu mix de lojas.

• Para quem está pensando em adotar um bichinho de estimação, a Clínica Veterinária Fernando Nobre, com apoio da Royal Canin, vai realizar uma feira de adoção de cães e gatos no dia 08 de maio, das 11h às 17h. Com sorteio de enciclopédia canina e entrega de brindes aos visitantes.

• Pelo nono ano consecutivo, o Tennis Ranch vai promover um torneio aberto de tênis, com provas por idade e categoria.



1. Marcelo Sampaio e Gabriela Napolitano, diretora da REVISTA CIRCUITO. 2. Aba Moshe e Sérgio Medeiros. 3. Ana Lucia Falco, Regina Pundek e Solange Modelli. 4. Miriam Martin, Patricia Gagliardi e Henri Martin. 5. Equipe da Revista Circuito. 6. Miriam Nakatami Miqui e Carlos Miqui. 7. Casal Gibin: Milton e Denise. 8. Marcelo Bessa e sua esposa. 9. Marcio Mendes, Quinzinho Pedroso, Angela Pedroso e Wagner Fabris. 10. As irmãs Daniela e Carla Moura. 11. Shoko Suzuki e Sá Suzuki. 12. Daniele Ortiz e Gustavo Nader. 13. Victor e Anaberg Bunduki, acompanhados de Georges Henri Foz. 14. Luciana Melo, Maria de Lourdes Garcia e Silvia Ganoff. 15. Ana Paula e Sueli trocam figurinhas. 16. Ricardo Gril, em papo animado com os Cataldi. 17. Angela Serrano animadíssima. A Cacau Show Cotia sorteou na Páscoa um ovo de seis quilos. 18. A grande sortuda foi a granjeira Maria Cecília Duailibi que levou para casa o delicioso prêmio. João Carlos Martins encantou Cotia em apresentação da Orquestra Filarmônica Bachiana Sesi-SP, no dia 07 de abril. 19. O maestro emocionou aos presentes quando tocou a música tema do filme Cinema Paradiso. Açafraão da Terra é o novo restaurante da Estação do Sino. 20. Inaugurado em 14 de abril, sob o comando da Chef Cacilda Ratcliffe entre as gerentes Sheila Oliveira e Silene Navajas. Inaugurou a Drisse, loja de acessórios no centrinho. 21. Na foto, as proprietárias Cristiane Meireles e Livia Guimarães animadas com o sucesso da inauguração. O Instituto Sidarta organizou workshop com dois dos maiores palestrantes do Brasil. 22. Carlos Júlio e Robert Wong forneceram meios para que os participantes identificassem e desenvolvessem seu potencial. Mais de 400 pessoas esbriveram, no condomínio Haras Guancan, em uma noite linda e chiquérrima de abril. 23. Para celebrar as bodas do casal Naná e Luis.



Lição de passarinho

Não sei para vocês, mas essa vida online, às vezes, mais exige do que facilita...

Outro dia, cheguei de um feriado e ainda estava mergulhada na sensação gostosa de paz e bem-estar, típica de quando nos desligamos das pressões e dos compromissos e nos deixamos levar pelo ritmo do tempo...

Quando voltei ao trabalho, liguei o computador, e minha caixa de e-mails lotada. Várias coisas a ser respondidas online, sem contar os chamados offline – telefonemas, solicitações de trabalho, etc.

Deu pra sentir bem o contraste das situações e a constatação imediata de como é difícil conciliar a vida que acontece online, em tempo real, e o espaço para poder sentir aquela vida que flui em torno de nós e nem sempre nos damos conta.

Percebi que, muitas vezes, a gente se esquece do som – ou da ausência dele – do silêncio profundo, da escuridão plena de uma noite sem Lua e da sensação de integração que nos invade quando estamos no alto de uma montanha, e tudo fica pequenininho lá embaixo. As coisas têm outro ritmo nessas circunstâncias e, realmente, a gente acessa outra dinâmica que parece fluir com mais naturalidade.

Lembrei do exemplo de Pablo Neruda, poeta e escritor chileno que dispensa apresentações. O poeta tinha diferentes casas espalhadas pelo Chile – hoje todas transformadas em museus, imperdíveis para qualquer viajante que visite o país – e todas elas tinham uma coisa em comum: “belos horizontes”.

La Sebastiana, em Valparaíso, tem uma vista estonteante para o mar e, quando se visita a casa, fica-se sabendo que de lá o poeta gostava de observar o caminho dos navios que chegavam e partiam do porto. Inspirador, né?



La Sebastiana, a casa de Pablo Neruda em Valparaíso e sua vista imperdível



Tavinho e Sica fotografando pássaros, retratados pela artista plástica mineira Sandra Bianche

Foi visto um ninho, em uma marquise, feito com cliques, tiras de papel, cordões de rafia, atapetado de penas e algodão. Na hora do pernoite, afinam a cantoria, tagarelam ensurdecidamente, revelando grande alegria de viver.



Outro exemplo maravilhoso de um mestre da observação é meu querido Tavinho Moura, músico e compositor mineiro “de primeiríssima” que, tenho certeza, já deliciou muitos de nós com suas canções.

Tavinho e sua mulher, Sica, dedicam-se há algum tempo à observação de pássaros em Belo Horizonte e arredores e, em breve, esse material vai virar um livro que relaciona pássaros e poesia – veja logo abaixo, em primeira mão, um trechinho inédito do novo livro do Tavinho: Pássaros urbanos - aves e passarinhos na Lagoa da Pampulha.

Quando escuto Tavinho descrevendo a ansiedade gostosa da espera, o exercício da calma e do silêncio necessário para que os pássaros se aproximem, e o prazer de avistar e ouvir o canto de um espécime raro, consigo sentir o fluir desse “outro tempo”. E, quando conseguimos embarcar nele, abrimos a possibilidade de trazer novas perspectivas para as coisas a que nos dedicamos no “tempo real”.

Claro que estou longe de ter a poesia de Pablo Neruda ou a inspiração de Tavinho Moura, mas resolvi comprar alguns bebedouros para os beija-flores e colocar na minha varanda.

Quase todo dia, fico uns minutinhos olhando para eles e já dei sorte de contemplar imagens encantadoras – os diversos tipos e cores, os trajetos irregulares dos seus voos e o bater alucinante das asinhas, formando diferentes imagens no horizonte.

Também me divirto com a disputa acirrada dos beija-flores e das curruíras pelas biquinhas de água doce, sem contar o João-de-Barro construindo sua casa na araucária do jardim. E, podem ter certeza, vou com mais disposição para minha vida do tempo real.

Fica aqui um convite: encontre seu jeito, sua inspiração ou seu objeto e descubra o prazer de simplesmente parar e contemplar. Para quem gostou da ideia de observar pássaros, neste mês de maio acontece, em São Paulo, o Avistar 2010 – 5º Encontro Brasileiro de Observação de Aves. Quem sabe os passarinhos não dão a receita que a gente precisa para equacionar todas essas demandas modernas!

Quem quiser conhecer mais:

- Sobre as casas de Pablo Neruda, entre no site www.fundacionneruda.org
- Sobre o Avistar 2010 - 5º Encontro Brasileiro de Observação de Aves, que acontece em maio no Parque Villa-Lobos, em São Paulo, acesse www.avistarbrasil.com.br
- Sobre a obra de Tavinho Moura, veja o site do Clube da Esquina (www.museuclubedaesquina.org.br)

Thelma Mello é granjeira, advogada e pesquisadora, e agradece profundamente aos leitores que a acompanharam nesta experiência deliciosa que foi contemplar e retratar um pouquinho do cotidiano da nossa região.

A NEGRA LI É NOSSA!

A paulistana de jeito calmo e olhar sereno é fera quando se trata de passar a mensagem por meio do hip-hop. Compositora, cantora e atriz, ela vive agora um dos melhores papéis na vida: ser mãe.

Nascida na Vila Brasilândia, um dos bairros mais violentos da zona norte, Liliane de Carvalho galgou com cuidado os degraus que a levaram ao sucesso no hip-hop. Vem de menina o dom de traduzir em palavras o pensamento e a indignação, e tem o olhar cada vez mais vivo para o mundo que a cerca. Neste bate-papo com a REVISTA CIRCUITO, ela fala da maternidade, da referência materna e da música – sua paixão.

Como você descobriu a Granja Viana?

Negra Li – Na verdade, vim mudando de bairro até chegar à Granja. Sou da zona norte, da Vila Brasilândia e, em 2006, decidi morar sozinha. Vivi em um apartamento no Peri Peri e gostei da vizinhança. Depois, fui para uma casa no Butantã. Mas, quando fui procurar um lugar para comprar, descobri a Granja! Aqui tinha o valor que eu poderia pagar. Não teria condições de morar em uma casa como esta em São Paulo, seria muito mais caro. Além disso, aqui tenho qualidade de vida! Eu procurei sossego. Na casa onde eu morava, às vezes, dava até medo. De madrugada, pessoas passavam por lá com o som superalto para chamar a minha atenção, tocando música que eu cantava.

Era um assédio, então?

Negra Li – Era sim. As crianças passavam na rua e gritavam meu nome. Às vezes, eu estava ensaiando e eles queriam que eu fosse até o portão. Mas as crianças eram o de menos. O problema eram os grandões, de madrugada, chamando a minha atenção. Confesso que isso me dava um pouco de medo, atrapalhava meu sono... isso porque uma hora pode ser só brincadeira, mas noutra pode ser sério. Então, decidi que precisava de um lugar tranquilo.

E você encontrou aqui o que procurava? Você consegue curtir a Granja?

Negra Li – Aqui na Granja é bem mais tranquilo. Você fica conhecendo as pessoas, como o moço do coco, aonde vou às vezes comprar água de coco. Ou os frentistas do posto de gasolina, com quem a gente fez amizade. Vou ao mercado, ao centrinho da Granja, faço tudo.

E sua filha, Sofia, está com quantos meses?

Negra Li – Ela tem 7 meses. A Granja Viana foi o melhor lugar para tê-la. Ela é uma granjeirinha (risos). Vivo falando para ela: “Olha, você tem de agradecer a Deus!” Sofia



nasceu quando eu tinha 29 anos (ela completa 31 de setembro). Para você ter uma ideia, com essa idade minha mãe já estava na quinta gestação. Sou a mais nova de cinco filhos dela.

E como foi a maternidade para você? Você sempre quis ter filhos?

Negra Li – Eu sempre quis ser mãe, e esperei o momento certo. A Sofia foi planejada. Não tirei um tempo da vida profissional para ficar com minha filha, mas as coisas foram se encaixando. Tudo foi acontecendo para que desse certo. Trabalhei muito quando ela era novinha. A partir de 2 meses, ela já viajava comigo de avião, com a permissão da médica. Ela liberou por achar superimportante que Sofia fosse alimentada com o leite materno. Então eu a levo comigo para o show para amamentar. Até os 6 meses, foi só leite. A partir daí, comecei a introduzir a papinha.

Você esteve na Alemanha, há pouco tempo, para a estreia do filme Antonia (dirigido por Tata Amaral). Sua filha foi com você?

Negra Li – Ela e meu marido foram juntos. Tiramos o passaporte dela e a levamos. Quando ela voltou, por causa da mudança do tempo, pegou um vírus. Mas, graças a Deus, já está recuperada.

Você canta muito para ela?

Negra Li – Ah, claro! Em todos os momentos tem muita música. O pai dela, principalmente. A cada hora tem uma canção. Ele está sempre inventando, fazendo rima. Ela é, com certeza, uma fonte de inspiração.



Fale um pouco sobre sua trajetória. Você levou um tempo para gravar, mesmo recebendo convites, escolheu o que seria melhor. Você sempre foi assim, madura?

Negra Li – Nossa, madura até demais! Quando eu tinha 20 e poucos anos, uma gravadora queria me dar 200 mil reais para gravar. Eu tinha só 22, 23 anos. Que menina, nessa idade, não quer um dinheiro desses?! (risos). Quem iria falar não para uma coisa dessas? E eu disse não! Eu tinha a cabeça um pouco fechada. O movimento hip-hop tinha aquela coisa de revolta com o sistema, com tudo... com a política, com a diferença social. Então, nós somos mais carrancudos. Hoje em dia, menos até. O hip-hop no Brasil já ficou um pouco mais forte, fala de amor, de outras coisas. Mas, de fato, quando eu entrei, em 1996, era muito sério, sempre falando de assuntos sérios: violência, dificuldades. A Xuxa me chamou para ir ao programa dela, o Planeta Xuxa, e eu recusei. Tinha medo do novo. Até então, eu só vivia naquele meio do rap, naqueles shows. E também tinha medo dos comentários das pessoas, do público do rap. Eles poderiam falar que eu estava vendida. Quando ela me chamou, era para ir com (a banda) Charlie Brown Jr. E pensei: "Poxa, vou lá cantar rock?" Eu estava com muito medo das críticas, do que iam pensar, falar. Acho que, nessa época, o "não" era mais pela ignorância de não saber exatamente o porquê de não aceitar. Mas agora não, de uns tempos para cá eu escolho realmente o que é melhor para mim.

De onde veio o apelido Negra Li?

Negra Li – No hip-hop é comum ter esse tipo de nome, como uma afirmação do negro. No Rio de Janeiro, por exemplo, tem a Nega Gizza. Então, como meu nome é Liliane, ficou Negra Li.

Em quem são seus ídolos na vida e na música?

Negra Li – O pessoal fala que é clichê, mas o meu maior ídolo é minha mãe. Ela sempre foi uma pessoa que me inspirou muito. Ela sempre foi uma guerreira. Eu sempre a vi batalhando, nos alimentando, era ela que colocava dinheiro em casa. Meu pai, que faleceu em 99, era dono de um bar. Ele tinha um bar que ficava no quintal da nossa casa, na Vila Brasilândia. Mas quem botava a grana em casa, sustentava a família, era a minha mãe, a dona Neusa. Além dela, na música gosto muito do Bob Marley, uma referência muito bacana, pelas mensagens das canções. E da Lauryn Hill. Eu dei uma pesquisada, e parece que ela deu uma sumida. Ela se revoltou contra o sistema. No mundo da música a gente sabe que tem muita coisa, o dinheiro corrompe as pessoas. Quem está pela música, pela arte, pela mensagem que quer passar e acredita em Deus, acaba se revoltando mesmo com essas coisas. Eu ainda não tenho condições de me revoltar (risos). Eu ainda tenho de saber levar!

E como sua mãe vê sua carreira?

Negra Li – Ah, ela adora! Desde o início, ela é minha fã número 1. Minha mãe sempre gostou. Meu pai achava que não ia dar em nada...

Do que você se arrepende de não ter feito nesses anos de carreira?

Negra Li – A proposta da gravadora. Não pelo dinheiro... mas penso que, se tivesse feito, de repente teria mais discos lançados, uma história maior, um espaço melhor.

Como você define seu momento de carreira hoje?

Negra Li – Estou superamadurecida. Sou eu quem decide tudo, eu me sinto livre! Meu CD, Negra Livre, não foi à toa. Veio como título da



música do Nando Reis, só que eu realmente me sinto livre. Não tenho mais aquele medo do que vão falar de mim! Livre é o jeito que me sinto hoje, satisfeita com minhas coisas. Fiz um contrato mais ou menos do jeito que eu quero, estou livre para fazer minhas coisas do jeito que eu quero, do jeito que eu gosto. Trabalho com quem eu quero e confio. Nesta época estou assim, dona do meu nariz!

E na vida pessoal, como define este momento?

Negra Li – Minha vida pessoal é um sonho, porque sempre quis construir uma família, e estou começando isso agora. É muito gostoso poder curtir minha filha, meu marido, ter minha casa... é muito gostoso, nos fins de semana, ir visitar a vovó, viver esse sonho que todo mundo quer.

E como é sua rotina? Você consegue estabelecer horários?

Negra Li – Consigo, ainda mais agora com a Sofia! Aliás, o que não me falta é rotina. Bom, no meu trabalho é impossível ter rotina, mas na vida pessoal, sim. Por causa da minha filha, tudo mudou, tem horários. Quase não durmo direito por causa dos shows e, muitas vezes, chego de madrugada. Mas quando ela desperta, às 6 da manhã, e quer mamar, eu acordo para amamentá-la. Durante a semana conto com a ajuda de uma pessoa, mas nos fins de semana não. Acordo todos os dias com ela, desço e faço a papinha, para quando ela quiser almoçar já estar pronta. Sofia tem o horário certinho de almoçar, tem o dia da natação...

E você pensa em ter outros filhos?

Negra Li – Com certeza, pelo menos mais um! Eu penso em quanto adoro ter irmãos, e que minha filha também vai gostar.

Fale um pouquinho do seu marido, o Junior Dread. Como rola essa parceria?

Negra Li – É muito bacana, pois ele é músico também. A gente se ajuda para escrever música e nas opiniões sobre o trabalho um do outro. A gente sempre pede "ouve aí, ta legal?". Ele canta nos meus shows, toca guitarra e violão.



Você tem, na família, outras pessoas ligadas à música?

Negra Li – O meu irmão Gilson é ligado ao samba. Ele é produtor, trabalha com cinema, propaganda e já chegou a fazer parte de um grupo que quase se tornou famoso (risos). Ele participou de uma competição musical e acabou indo para a final. A decisão ficou entre o grupo do meu irmão e o Katinguelê, que ganhou. Acho que o nome do grupo do Gilson era Caxambu. Mas meus irmãos me inspiraram. Um irmão que não tinha nada a ver com a música, mas era o único que tinha dinheiro para comprar CDs, foi quem levou para casa Racionais MC, por isso eu comecei a ouvir, graças ao meu irmão que não é da música, mas que trabalhava como office-boy e me trazia as novidades.

E como é o processo de composição das letras?

Negra Li – Depende da época. Comigo é assim: chega um período em que vem muita inspiração, escrevo muito, faço várias músicas. Começo com o refrão e depois sigo em frente. Depois chega uma época em que para, dá um tempo. E eu sou assim: se eu não gostar, vai ser jogado fora. Então, tudo o que escrevo eu uso, a não ser músicas que fiz quando tinha 12 anos. Componho desde muito nova. Na verdade, comecei com as redações na escola. Minhas redações eram muito elogiadas. E daí eu vi que tinha o dom de escrever letras. Eu faço uma coisa para gostar: vou rabiscando até chegar às palavras certas. Isso envolve muito trabalho. Música que vem com inspiração, nossa! Se eu pudesse, faria todos os dias! Tem uma música que eu canto que se chama Tão Bom pra Mim, que eu fiz na casa de uma amiga, que há pouco tempo faleceu. Olhando pela janelinha da casa dela, comecei a fazer toda a descrição... "Quando olho pro céu e vejo a imensidão do azul, me banho com a luz, eu sinto a brisa suave da manhã..."

E a Granja Viana, inspira você?

Negra Li – Já compus aqui, sim, mas não muito, pois faz pouco tempo que me mudei. Na última leva de composição que veio, ainda estava na outra casa.

Você tem noção da importância da sua imagem para as adolescentes negras do Brasil?

Negra Li – Eu não tinha. Na verdade, só fui ter noção desse peso quando alisei os cabelos. Muitas pessoas reclamaram. Foi aí que comecei a perceber. Eu não sabia que usar o cabelo black power, porque acho lindo, era tão importante. Eu não usava o cabelo black como forma de reafirmação, porque sou negra, e sim porque sempre achei bonito. Mas, quando eu quis mudar... quer dizer, na verdade, não foi nem porque eu queria mudar, foi um relaxamento que fiz e não deu muito certo (risos). Então o melhor foi alisar de vez. Foi aí que vi o peso e até entendi a revolta delas, porque não tem muitas cantoras assim, com cabelo natural. Comecei a ver e constatei que, realmente, são poucas. Beyoncé tem cabelo alisado, fulana tem cabelo liso...

E você acha que o Brasil, embora seja um país miscigenado, é ainda pouco acostumado à diversidade?

Negra Li – Eu acho, lógico, super! Nossa, você vai à Bahia... o que é aquilo? A Bahia parece a África. Mas isso você vê muito pouco na televisão. Na tevê você vê europeu! Caramba, não é isso, ou melhor, não é só isso! É lógico que tem o pessoal do Sul, superbranco e tal, mas o que não vemos são todos os tipos que fazem parte do Brasil. Eu não sou revoltada contra isso. Penso que a gente não aparecendo, mas também não fazendo feio, é melhor do que aparecer de um jeito ruim. Às vezes, parece que colocam só para depreciar, mostrar algo ruim, pouco inteligente e nem bonito, sabe? Fora que isso é uma forma meio forçada, por causa da porcentagem. O Big Brother é um exemplo! O programa coloca um representante de cada grupo, mas só para dizer

que está lá. Colocam um gay, uma lésbica e um mais moreninho para dizer que a cota de negros está cumprida. Acho que não deveria ser assim, pois isso ridiculariza o ser humano. Penso: "para que mostrar isso?"

Você falou sobre cotas. Qual sua posição sobre as cotas para negros nas universidades?

Negra Li – Eu acho que é uma coisa tão difícil de dizer... Se você fala que é contra as cotas, parece que afirma que é contra que ajudem. Mas, se você fala que é a favor, parece que está querendo forçar uma coisa que não deveria ser forçada. Todos deveriam ter o direito de estudar. Além do que, na periferia tem muita gente de pele branca!

O Brasil conhece pouco a periferia?

Negra Li – O Brasil conhece muito a periferia quando tem violência, assassinato e bandido. Ou só mostram uma coisa legal quando tem uma ação social e passam a imagem de coitadinhos. A periferia tem muito a ensinar, tem povo feliz e gente bonita.

Qual você considera que seja a maior lição que a periferia tem a ensinar?

Negra Li – Que dinheiro não traz felicidade! Você vê criança se banhando com mangueira, jogando futebol na subida, em rua cheia de pedra... elas sabem se divertir com aquilo.

Sua família ainda mora na Vila Brasilândia?

Negra Li – Ainda mora. Minha mãe ainda vive no mesmo lugar onde eu morava. Sempre vou lá. Brasilândia está na minha rota, já está salvo no GPS (risos).

O meio do rapedo hip-hop é machista?

Negra Li – Acho que não só o hip-hop. O mundo é machista pra caramba! E vendo como são as coisas agora, acho que está melhorando. Minha mãe conta que meu pai não a ajudava em nada, não trocava as crianças... ele trabalhava fora. E hoje vejo meu marido fazer tudo. O trabalho dele também contribui, pois tem um tempo mais flexível, não tem aquilo de horário certinho todo dia.

E como foi sua experiência na televisão, ao fazer a minissérie Antonia.

Negra Li – Foi muito legal, uma das coisas que marcaram minha carreira! Sempre quis atuar, sempre gostei muito. E ter feito um seriado como protagonista, negra, foi muito bom. Eu achei que tinha várias coisas que iam contra (o sucesso da série), pois era na sexta-feira, 23 horas, ou seja, bem no horário em que as pessoas iam curtir a balada, após a semana de trabalho. Mas, mesmo assim, foi um sucesso! Conseguimos tornar o seriado superconhecido.



E como foi participar do lançamento do filme na Alemanha?

Negra Li – Foi muito bacana! Havia muitos brasileiros lá. Tinha gente que achava que existia mesmo o grupo, que aquilo tudo era verdade. Isso foi muito legal. Foi um trabalho que mexeu muito com a emoção. Fiz oficina de preparação de ator com o Sérgio Pena, que fez a gente buscar emoções novas. A gravação do filme durou quase um ano. Essa preparação de ator é uma coisa louca, tem horas que você não entende por que está empurrando parede, ou empurrando e pulando as pessoas. Mas você se solta, faz o que não costuma fazer... solta sua mente e a abre para uma coisa que tudo pode, algo bem de ator. Depois de Antonia, tive uma oportunidade de fazer uma participação no 400 contra 1 (filme de Caco Souza que conta a história do Comando Vermelho), que vai estrear no mês de agosto. Não vejo a hora! Estou supercuriosa, pois ainda não vi nada. Fiz uma coisa bem parecida com a Preta (de Antonia), minha personagem era bem serena, tranquila. Acho que levo muito de mim para o personagem.

Você tem religião?

Negra Li – Sou evangélica, mas não quero divulgar a igreja, não importa a placa. O que importa é o que está dentro. Sou evangélica desde criança. Minha mãe sempre foi religiosa. Tanto que fui aprender a ser vaidosa muito mais tarde. A gente aprende a ser vaidosa com a mãe, né? Desde pequena, a criança quer ver a maquiagem da mãe, os batons da mãe, essas coisas. Mas comigo foi bem diferente. Cresci com minha mãe de saia comprida, sem maquiagem. Ela é uma mulher superserena, que perdoa as pessoas, que acredita em Deus, que quer fazer o bem. Também me preocupo em levar a religião na prática.

E qual é o próximo projeto de Negra Li?

Negra Li – Vou fazer um filme independente chamado Poderoso Arco-Íris, no qual vou ser a protagonista, no papel de uma jornalista que investiga um serial killer homofóbico. O projeto é de Ayom Ayram. Farei aula de dublê, pois a academia Águias de Fogo também participa. O filme envolve ação, suspense, então vou ter uma preparação física enorme. Vai ter muita briga, muita ação. Eu faço exercícios físicos na Academia Fórmula. Não tenho nutricionista nem personal trainer, porque é muito caro! Mas tenho ótimos professores na academia. Voltei agora a fazer exercícios, estava afastada devido à gestação. Amamentar me fez perder muitos dos 18 quilos que ganhei na gravidez. Quase não tenho restrições alimentares, mas evito refrigerante. Não é uma coisa sofrida, não tomo porque dá gastrite, celulite. Mas não fico sofrendo com dietas, com nada. Os shows são muito cansativos e quase não dá para recuperar o fato de não dormir direito de madrugada.





A emancipação feminina, começada há décadas, influencia a vida e altera os relacionamentos das mulheres deste século

AS MULHERES DO SÉCULO 21

“Já tive mulheres, de todas as cores, de várias idades, de muitos amores (...) do tipo atrevida, do tipo acanhada, do tipo vivida (...) mulheres cabeça e desequilibradas, mulheres confusas, de guerra e de paz...” Esses versos são da música *Mulheres*, do cantor e compositor Martinho da Vila. Nesta canção, ele fala um pouco da diversidade feminina. Estamos em pleno século 21 e não é difícil elencar as conquistas femininas nas últimas décadas.

As mulheres conquistaram espaço definitivo no mercado de trabalho, embora ainda lutem pela equiparação salarial com os homens. Cresceu o número de mulheres que são chefes de família, retrato de uma realidade de mães – muitas vezes sozinhas – que são as responsáveis pelo sustento de filhos e idosos. Os números mostram que cresceu a participação feminina na economia brasileira, principalmente na classe C. De acordo com o Instituto Data Popular, especializado em pesquisa de mercado popular, elas detêm 37% da renda total da classe média, uma massa que deve atingir 158 bilhões de reais até o fim deste ano de 2010. Especialistas dizem que isso se deve ao aumento da escolaridade da mulher de classe C, que leva à conquista de melhores empregos e salários mais altos. Entre as mulheres dessa classe social, 30% são chefes de família, número que cai para 22% entre as classes A e B.

Outro aspecto que mudou muito na vida da mulher foi a sexualidade. Há 50 anos, era lançada a pílula anticoncepcional, advento da medicina que tornou possível dissociar sexo e prazer de procriação. A eficiência do método fez com que também aumentasse a eficiência do planejamento familiar, ou seja, ficou mais fácil programar o momento ideal para ser mãe. Isso, aliado ao já citado progresso profissional, faz com que hoje em dia as mulheres optem por se casar e ter filhos mais tarde. A carreira e o sucesso profissional dividem o lugar no ranking das prioridades com casa e família. Atualmente, é possível escolher com mais facilidade – e menos preconceito social – entre as várias

O casamento tardio causa impactos, tanto no organismo da mulher quanto na relação com o parceiro.

“opções do cardápio”: casamento+carreira+filhos; carreira+casamento+filhos; carreira+filhos-casamento, e por aí vai. É cada vez mais comum a mulher optar por se casar – ou mesmo selar uma relação sem o vínculo legal – após os 30 anos de idade. Isso seria impensável no século passado. De acordo com o estudo da antropóloga Cristina Donza Cancela, da Universidade Federal do Pará, em 1920, apenas 9% das mulheres se casavam aos 35 anos. O casamento tardio causa impactos, tanto no organismo da mulher quanto na relação com o parceiro.

O efeito orgânico ocorre como consequência do adiamento da gravidez.

O crescimento do número de diagnósticos de endometriose entre mulheres em idade reprodutiva é um exemplo. A endometriose consiste no surgimento de focos de endométrio nos órgãos internos, fora do local original deles, que é o interior do útero. Mesmo fora do órgão, o endométrio segue o ciclo de se preparar para “acomodar” um óvulo fecundado. A cada mês, quando há a ovulação, o endométrio incha. Quando não há fecundação, o endométrio se desprende e é eliminado pela menstruação. Antigamente, como as mulheres geravam filhos mais novas e tinham um número maior de gestações, o endométrio

cumpria esse ciclo em menor número de vezes, pois, em parte da vida reprodutiva, a mulher estava com uma criança no ventre. Nos dias de hoje, a mulher tem filhos mais tarde e em menor número. Mas esse é somente um aspecto. Outra faceta é quando a demora em engravidar pega a mulher já na curva descendente de fertilidade, levando-a a recorrer a tratamentos para engravidar. Ou, em casos cada vez mais frequentes, mulheres que decidem congelar os óvulos sadios para serem usados na hora oportuna. Um dos mais modernos métodos para essa finalidade é a vitrificação, no qual os óvulos são deixados em estado vítreo, que evita a formação de cristais de gelo, que podem ser danosos aos óvulos congelados. Esse sistema é adotado pelo médico Raul Nakano, na Fertclin, Clínica de Fertilidade.

Além das questões orgânicas, outra área que mudou na vida da “mulher

do século 21" é a amorosa. As relações no nosso tempo são diversas. Embora o casamento seja criticado e, ainda hoje, apelidado de "instituição falida", é grande o número de uniões formais com tudo o que se tem direito: juiz de paz, padre, igreja, festa e padrinhos! Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) divulgados neste ano, referentes a 2008, mostram que houve um aumento de 4,5% no número de casamentos no Brasil. Mas, ao contrário do que pensamos, os noivos não são mais velhos, e sim mais novos. Comparando 1998 com 2008, o número de casamentos de pessoas maiores de 15 anos no país cresceu 34,8%, superando o crescimento vegetativo da população nessa faixa de idade, que ficou em 21,4%. Os índices de mulheres que se casam são maiores nos dois grupos

etários mais jovens, dos 15 aos 19 anos e dos 20 a 24 anos. Os homens tiveram taxa mais elevada no grupo etário entre 25 e 29 anos, 32,7%, sendo este valor mais elevado que o observado em 1998, que foi de 29,3%. O campo amoroso permite ainda outros arranjos, desde apenas morar junto sem o vínculo legal até o "casamento em casas separadas", no qual cada um mantém seu espaço, mas partilha a convivência. E também não se pode esquecer das novas famílias que se formam com os "recasamentos", ou seja, união em que, pelo menos um dos cônjuges era viúvo ou desquitado. Independentemente da forma de união, as mulheres, hoje, tentam equilibrar os diversos papéis: mãe, profissional e mulher. A grande vantagem é que atualmente, com menos pressão social, pode-se escolher qual área será prioridade na vida. Muitas optam por privilegiar a carreira, investir na formação, para depois pensarem em formar uma família, mesmo que ela seja constituída apenas pelo casal, sem filhos. Outras consideram ser mãe tão importante quanto progredir na carreira. Para o consultor em gestão de carreira Carlos A. Godoy, esse dilema não existe. "O sucesso (com felicidade) profissional está diretamente ligado ao sucesso em nosso lar. Um sem o outro deixa um vazio difícil de ser preenchido. Para o dilema carreira ou família só existe uma resposta: os dois!", enfatiza ele.

"Sempre vi as mulheres como sexo superior! Só pelo fato de gerar filhos, já é um grande motivo para tanto! A mulher buscou e conquistou seu lugar na sociedade e também no mundo profissional. Infelizmente, ainda existem culturas que não a consideram como se deve e as maltratam como não se deve. Além de almejar ser mãe, deseja também sua independência e espaço no mundo moderno, seja no âmbito pessoal ou profissional. A mulher, além de se desenvolver mais rapidamente do que nós, homens, possui uma enorme competência profissional. Sinto que as mulheres têm mais pressa para se casar em razão de idade, pois quanto maior a idade, mais difícil ter filhos. Acredito que a mulher dá muito valor à vida profissional, sem se esquecer do lado maternal."

Roberto Paes, 41 anos

"Acho que, hoje em dia, os relacionamentos estão muito complicados... quer dizer, não vivi em outras épocas para saber, mas, pelo que ouço e converso com as pessoas, atualmente as relações estão mais superficiais. Não sei se isso está relacionado à emancipação feminina, mas, sem dúvida, atualmente algumas mulheres querem aproveitar ao máximo muitos namoros, casos e ficadas antes de constituir família. Acho que hoje elas entram nas relações em pé de igualdade com os homens e chegam até a agir como eles. Porém, acredito que todas elas têm o sonho de ainda encontrar o cara certo para se casar. Das pessoas com quem me relacionei, e mesmo minhas amigas, não conheço uma que não queira, um dia, ser mãe."

Gustavo F. Panizzeotti, 33 anos

"Eu acho que é importante, sim, um dia ter filhos e família, mas primeiro preciso investir na minha carreira. Trabalho na área da educação, estou sempre em contato com crianças e penso até que não estou preparada para ser mãe se este fosse o momento. É claro que quero ter um namorado, encontrar alguém para casar, mas isso só vai acontecer, eu acho, quando eu estiver mais satisfeita com meu avanço profissional, tiver melhor formação e maiores perspectivas. Vejo que, para ter filhos, é preciso ter dinheiro, por isso pretendo garantir minha estabilidade financeira primeiro."

Paula Regina Ribeiro, 29 anos

"Penso mais em encontrar um companheiro ideal do que em ser mãe. Isso pode ser uma consequência... embora não tenha certeza se eu quero mesmo ter filhos. Para mim, encontrar o homem certo é tão importante quanto ter sucesso profissional. Eu já viajei bastante, morei fora e aproveitei as coisas boas de ser solteira, mas isso hoje não é mais tão legal quanto era aos 20 e poucos anos. Cada relação que termina dá uma sensação de fracasso pessoal. Não quero passar dos 40 sem ninguém. Tenho algumas amigas que, com a minha idade, já estão se casando pela segunda vez, tiveram a sorte de encontrar alguém."

Às vezes, isso me causa um pouco de incômodo, pois ainda procuro um par. Não penso que o tempo está passando e minhas chances de ser mãe estão diminuindo. Mas considero que o tempo passa e ainda não fiz o que queria ao lado de alguém especial."

Valéria B. Melo, 36 anos



Curiosidades sobre a pílula

– Em 1969, apenas 8% das mulheres em idade reprodutiva usavam a pílula anticoncepcional no Brasil. O avanço da medicina esbarra no tabu em torno do assunto, associado à liberdade sexual feminina, numa sociedade conservadora. Na época, o método era receitado apenas para mulheres casadas e com autorização dos maridos.

– Estudo realizado pelo Instituto Guttmacher, organização de saúde sexual dos Estados Unidos, revela que 80 milhões de mulheres utilizam a pílula anticoncepcional no mundo. Aponta, ainda, que nas Américas Central e do Sul, cerca de 16 milhões de mulheres fazem uso da pílula, sendo que as brasileiras usam os contraceptivos orais durante um período maior – entre dois e cinco anos. O levantamento mostra, também, que a taxa de contracepção nas Américas Central e do Sul aumentou consideravelmente, de 15%, em 1969, para mais de 70%, em 2000.



Síndrome de Bridget Jones, você conhece?

Comportamento

Bridget Jones é uma jornalista com mais de 30 anos que passa por poucas e boas para se dar bem no amor. Entre um galã mulherengo e um advogado engajado, ela sofre para realizar o sonho de amar e ser amada, encontrar o par ideal e planejar uma família. A personagem, interpretada em dois filmes pela atriz Renée Zellweger, acabou sendo escolhida para batizar uma nova síndrome da era moderna. Uma pesquisa feita nos Estados Unidos indica que as mulheres que têm menos de 30 anos temem ficar sozinhas após essa idade. Por isso, as jovens disseram ambicionar se casar aos 26 anos de idade e, um ano depois, ter o primeiro filho. Entre essas mulheres, 40% acham que já deixaram passar o homem certo para suas vidas, mas 99% acham que é precipitado se casar antes dos 21 anos. O casamento é visto como o principal compromisso pelas mulheres: 68% colocaram a união estável acima de ter um bebê ou comprar uma casa com o parceiro, e 60% dizem que é essencial estar casada para ter filhos.

Dê mais que presentes
para a sua família.
Dê caminhos.

- Desembaçador traseiro elétrico.
- Setas indicadoras de direção nas laterais do veículo.
- Retrovisores, maçanetas e molduras na cor do veículo.
- Porta-malas com capacidade de 390 litros.



Chevrolet Classic 2011. Venha conhecer!

Sua vida. Suas conquistas. Seu sedã.

4613 8800

www.abamotors.com.br

Aba

Sempre com você.

GRANJA VIANNA ROD. RAPOSO TAVARES, KM 25

Vá de greyge!

por
Celso
Finkler



Fotos: Divulgação

Contra a tirania do black, que sempre is beautiful, nasce uma nova cor: o greyge. O que antes sempre ficava escondido embaixo de vestidos e tailleurs dando cor à sua anáguas absolutamente discreta, agora toma forma de roupa de festa e dá as caras na catwalk. É o nude em versão digitalizada. Já muito conhecido em décadas passadas, principalmente por sua avó, o greyge, famoso como a "cor de burro quando foge", promete ser o curinga da estação.

Você acordou tarde no domingo, mas, mesmo assim, quer tomar o seu breakfast lindamente, sem se preocupar se está ou não elegante? Vá de greyge. Sua amiga fez um convite irresistível para um família-muda-vende-tudo e você quer bancar a fina, mas sem ostentar sua conta bancária para poder pechinchar horrores? Vá de greyge. Ou que tal marcar presença naquela reunião megaimportante com os investidores dos Emirados Árabes sem ter de competir com os adamascados da trupe? Então, vá de greyge.

Grey, do cinza em inglês, e bege, bege em inglês, o novo tom ressurciu com tudo para expulsar o gelo, o areia, o chic pele, o pandora, o ashley e o fraco cappuccino do seu closet. Combinado com outros tons, como o caramelo, proporciona aquela atmosfera comportada e romântica ao seu look, essencial para você passar aquecida e bem acompanhada neste inverno.

Mas não exagere na dose. Como tudo o que é tendência cansa um pouco, não ouse colocar tudo-ao-mesmo-tempo-agora. Nem pense em usar sua saia lápis greyge com a meia malha areia da Victoria's Secret que você trouxe de NYC simultaneamente. Não pode! Seria um crime avassalador à estética do bom gosto, sem falar que você poderia ser confundida com um poste, por algum lulu incauto e desavisado da onipresença dessa cor.

Agora, se você não quer perder a pose e decidir, agressivamente, que ficará na moda sem sair de casa para esbanjar seu suado dinheirinho, aqui vai uma receita: a sobreposição. Ataque todos os

caramelos, doces de leite e beges levemente amarelados existentes em seu guarda-roupa e os sobreponha com aquela camisa branca de tecido fino que você decidiu esconder no fundo do seu armário. Contraste com uma saia verde-musgo e pronto, você está greyge... ou quase greyge. Aproveite e divirta-se também com aquelas roupas que antes eram vistas como surradas, desgastadas e chamalotadas. Agora elas viraram vintage e você poderá chamá-las de estonadas. Como num passe de mágica e depois de uma visitinha àquela lavanderia faz-tudo, o que antes só ocupava espaço transforma-se em uma roupa glam, moderna e atual.

Para as mais prendadas, um boa ida ao armário mais próximo poderá garantir o sucesso dos embalos de sábado à noite.

Com o sortimento de passamanarias, canutilhos, paetês, fitas, brocados, babados, rendas, laços e apliques é possível customizar até mesmo uma toalha de mesa e transformá-la em um versátil xale, a ponto de causar inveja à pashimina da sua melhor amiga! E olha que o xadrez entrou com tudo, hein?


E os acessórios? Bem informada que é, você deve se lembrar muito bem da dica que foi dada meses atrás por este simpático colonista. Sim, estou falando das correntes. Agora que você já se rendeu aos elos do sucesso, basta saber usá-los adequadamente. Lembre-se: um acessório nunca poderá chamar mais a atenção do que sua própria beleza.

Nos pés, um par de Louboutins colocará você no seu devido lugar: o topo! Mas nunca combine sapato-com-bolsa-com-cinto-com-bolsa-com-sapato. Descalça seria melhor. Pelo menos você faria a linha ecologic-slow-fashion e não passaria por um ser completamente sem noção.

Seja como cor da moda nos pés ou na cabeça ou, simplesmente, um bom motivo para você reciclar as suas roupas, o greyge promete arrebrantar! Vá em frente, atreva-se!



Celso Finkler é publicitário, pós-graduado em psicobiofísica pela Escola do Pensamento e Instituto de Pesquisas Psicobiofísicas de São Paulo. É diretor executivo da Made in Brazil Models www.madeinbrazilmodels.com.br. Há 11 anos, dirige a May Harris Comunicação e Eventos, agência de publicidade focada em moda para varejo. E-mail: celso@mayharris.com.br



A REVISTA CIRCUITO preparou um presente de maio para a mulher! Este mês é dedicado à delicadeza e, sobretudo, à feminilidade. Apresentamos aqui um editorial de moda especial, com as tendências da estação para agradar aos diversos estilos de mães apaixonadas pela moda. E ainda garimpamos as melhores opções de presentes para um Dia das Mães inesquecível. Aproveite!

Mulher presente

Militar e esvoaçante, feminina e meio punk. Xadrez, botas, leggings, saltos e coletes. Veste todas as idades com saudade dos anos 80 e glamour do século 21.



Beatriz Gheneim – Vestido bordado Áurea Prates R\$ 680, bota matelassê lorane R\$ 520, brincos lorane R\$ 160




Beatriz Gheneim – Casaco design Chanel da lorane R\$ 540, calça jeans estonada lorane R\$ 260, brincos correntes lorane R\$ 160, sandália meia pata lorane com renda Francesa R\$ 350. Bolsa Rosa Mattua R\$ 400, Malas baú da Koizas di Kaza



Beatriz Gheneim – Vestido crepe georgette em seda pura lorane R\$ 1350, carteira em renda francesa lorane R\$ 280

Beatriz Gheneim – Casaco 7/8 Aurea Prates R\$ 660, Legging Any Day R\$ 120, bota lorane R\$ 480, colares três fios lorane R\$ 160





Casa di Bambini – Conjunto de vestido,
casaquete e tiara R\$ 359, cardigã R\$ 109,
jeans com cinto R\$ 166, tudo 1+1, camiseta
branca básica da Pega Mania R\$ 19

Bella Boutique - Colete escama da Spezzato R\$ 353, camisa
dracema da Spezzato R\$ 319, Jegging (legging jeans) da
Jeanseria R\$ 272, Cõlares de correntes e cristais R\$ 134, peep
toe Santa Marinella R\$ 260, Bolsa Santa Marinella R\$ 599.

Combinação & Estilo -
Calça indigo skinny
259,00, colete em pele
sintética 259,00, pulseiras
punk glam 69,00 cada

Combinação & Estilo - Camisa
manga curta 249,00 ; jeans
skinny 141,90, Camiseta slim
básica 79,00, jaqueta com
capuz em moleton 200,90

Cats - Vestido xadrez em
algodão da Hering R\$ 72,50,
calça jeans skinny da PUC
R\$ 102,90

La Cale - Camisa Xadrez Tactis, já com cinto de tachas R\$ 120, Shorts boyfriend jeans da Equus R\$ 129,90, legging em lurex R\$ 99,90.

Beatriz Gheneim - Cashemere gola alta R\$ 135, Chemise Vintage R\$ 320, cardigã college Vintage R\$ 260, cinto Rosana Mattua R\$ 130, Brincos olhos de tigre da lorane R\$ 160, bota montaria lorane R\$ 480

Os acessórios são da Bella Boutique: Relógio Euro R\$ 242, maxi bolsa R\$ 549 e peep toe R\$ 258, ambos Santa Marinella, óculos Zero R\$ 119.



De Dormir - Pijama em flanela infantil R\$ 67, Pijama em flanela adulto R\$ 77 em varias estampas. Edredons a partir de R\$ 119,20.

Beatriz Gheneim • Av. São Camilo, 333 ljs 2/3 e 4 - 4617-4048; Bella Boutique • Av. José Giorgi, 900, lj4 - Shopping Cristal - 4612-4433; Cats • R. José Felix de Oliveira, 928 lj 14 - Pátio Viana II - 4612-8306 e Estr. do Capuava, 6380 lj4 - 4702-5316; Combinação & Estilo • R. José Felix de Oliveira, 928 lj1 - 4777-9167 e Estr. do Capuava, 6380 - 4612-5470; De Dormir • Av. dos Manacas, 352 - 4617-3977; Estação Lounge • www.estacaolounge.com.br - 4702-9536 e 9783-2425; Fifi Fofó Cabeleireiros • R. José Félix de Oliveira, 928 - 4612-0465 e Estr. Capuava, 6380 - 4612-5494; Koizas Di Kaza • Av. São Camilo, 333 lj 7; La Calé Moda • R. Mazel, 696 - 4702-4690; Santa Marinella • Av. José Giorgi, 900, lj03 - Shopping Cristal - 4612-4433

Koizas Di Kaza



Agora na Granja, uma nova opção de presentes para o Dia das Mães. Objetos de decoração, utensílios de cozinha, cristais e pratos. Tel.: 4702-3187

Giftshopping



Presenteie sua mamãe de forma única. Objetos de arte, móveis antigos e réplicas, lustres, abajour e perfumeiro. Tel.: 4612-1910.

Nayara Hair



Deixe sua mãe mais bonita: além dos serviços convencionais, oferece tratamentos faciais e corporais, talassoterapia e massagens a preços promocionais em maio. Tel.: 4702-6745

Xin Hua



Comemore o Dia das Mães na sensação da Granja, saboreando uma boa culinária oriental. Tel.: 4612-5480

Stile di Lisa



Ponta de estoque até 70% off Ópera Rock, 2nd Floor, Talento, Maria Barriga, Green, Chicletaria, vestidos a partir de R\$30,00. Tel.: 4617-4857.

Aba Cestas



Cestas para o Dia das Mães. Dê um presente especial a quem você ama. Tels.: 4612-1145 / 8232-2779 www.abacestas.com.br

Passion Cosmetic



A perfumaria mais completa da região. Grandes marcas a preços excelentes em até 6 x sem juros (consulte condições). Tel.: 4702-4158

Cottonflor Enxovais



Aqui você encontra o presente ideal para sua mamãe: pijamas, chinelos, pantufas. Jogos de cama, mesa e banho, para deixar o lar mais aconchegante! Tel.: 4612-1453.

Curves Granja Viana



A academia que cuida das mulheres da Granja Viana oferece um vale-presente especial para o dia dos mães. Tel.: 4169-1318

Casa di Regalo



A loja mais completa da Granja Viana, quando se fala de casa. Aqui, você encontra tudo para tornar mais especial o dia das Mães. Tel.: 4617-4023

Cacau Show



Presentes, cestas e novidades deliciosas para o dia das Mães. Agora no Centro de Cotia c/ estacionamento. Tel.: 4243-3101

Tantra Granja Viana



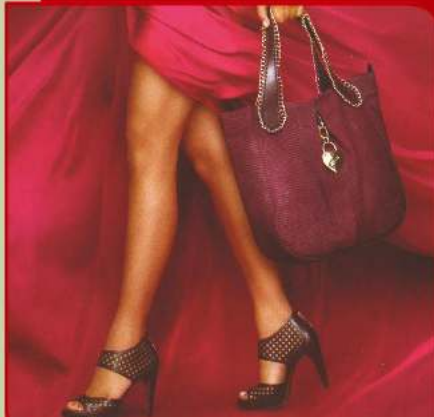
Almoço especial Dia das Mães com atrações e monitores para crianças. Faça já sua reserva. Tel.: 4702-6883

Donatelli



Para deixar a casa da sua mãe ainda mais bonita, almofada Catarina em Gobelin, tamanho 45x45cm. Apenas R\$ 190,00. Tel.: 4777-0585

Prima Donna



O fascínio por sapatos e bolsas. Coleção outono-inverno Luz da Lua. No centrinho da Granja. Tel.: 4702-5855

Luz Bijoux



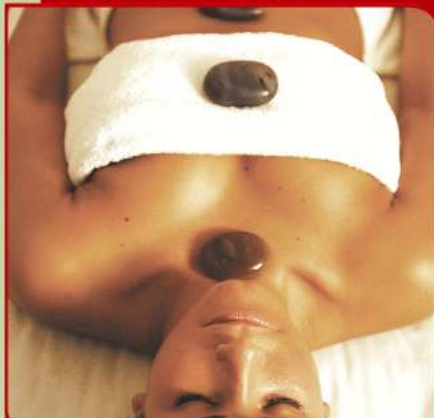
Nova opção em bijoux na Granja, oferece design e fabricação próprios a preços surpreendentes. Tel.: 4702-4016 Luz_bijoux@yahoo.com.br

Petit Paris



Acabaram de chegar lindas moringas e uma coleção inédita de papelaria fina. Um show para o dia das mães! Tel.: 4702-4531

Emagrecentro Cotia



Dê momentos de relaxamento e bem estar para a sua mãe com uma de nossas 4 opções de Day Spa. Pacotes a partir de R\$ 140,00. Tel.: 4243-7600

Aba Cestas • www.abacestas.com.br; **Cacau Show** • Av. Professor José Barreto, 25 – Centro – Cotia; **Casa di regalo** • R. José Felix de Oliveira, 880 – Estação do Sino; **Cottonflor** • R. José Felix de Oliveira, 828 ljs 16 e 17; **Curves** • R. José Felix de Oliveira, 1401; **Donatelli** • Estrada Velha de Cotia, 30; **Emagrecentro** • Av. Prof. Manoel José Pedrosa, 491 – Centro - Cotia; **Giftshopping** • Rod. Raposo Tavares, Km 23; **Luz Bijoux** • R. José Felix de Oliveira, 1401 – lj 14 - Galeria Villa Vianna; **Koizas Di Kaza** • Av. São Camilo, 333 lj 7; **Nayara Hair** • R. Frei Caneca, 69 – Boulevard Cond.SP2; **Passion Cosmetic** • Av. José Giorgi, 1181, lj.6; **Petit Paris** • R. José Felix de Oliveira, 928 – lj.19 Pátio Viana II; **Prima Donna** • R. José Felix de Oliveira, 991 Loja 5 – Pátio Viana I; **Stile Di Lisa** • R. Frei Caneca, 59 – SP II; **Tantra Granja Viana** • Av. São Camilo, 988; **Xin Hua** • Rod. Raposo Tavares, Km 22,8 lj7 e R. José Felix de Oliveira, 359 – Vila Fênix.

À beira do altar

O mês de maio é especial. Além de comemarmos o Dia das Mães, este período é também dedicado às noivas. Independentemente do estilo, o casamento é um evento que exige planejamento minucioso, carinho com os detalhes e cuidado na escolha dos melhores fornecedores. Sabemos que os meses que antecedem o grande evento são importantes para o sucesso final. É nessa época que são feitas as escolhas, que devem aliar o sonho dos noivos às condições do casal. Para facilitar esse processo, a REVISTA CIRCUITO selecionou prestadores de serviço que, com certeza, vão fazer a diferença na sua festa. Felicidades!

Bem-casados



Bem-casados

Um segredo de família cuidadosamente guardado... Uma lembrança doce, macia e delicada... Elaborados artesanalmente, os Bem Casados da Glaucia remetem a alegria, realização e inesquecível felicidade que é um casamento. www.glauciabemcasados.com.br
Telefone: 7110-0030



Roupas



Espaço Social

Loja de fábrica especializada em roupas masculinas, com preços incrivelmente baixos! Confira: terno completo por R\$ 109,00 (com camisa e gravata).
Endereço: Rua Dr. Antonio Bastos, 99
Granja Carolina Cotia/SP.
Telefone: 4148-7916 / espacosocial@lumilite.com.br



Atelier Novak

Mais de 20 anos de experiência em alta costura, realizando o sonho do vestido de noiva (assessora o noivo também) e dando as coordenadas nos complementos. Para os vestidos de festa, cria-se o modelo adequado para a ocasião.
Agende horário: 4612-6049 / www.ateliernovak.com



Fotografia



Registro fotográfico

A jornalista Daniela Picoral encontrou nos casamentos uma oportunidade para contar histórias repletas de poesia e emoção. Em parceria com o marido, o também fotógrafo Guilherme Maranhão, abriu estúdio para registrar os momentos inesquecíveis das bodas.
www.danielapicoral.com.br



Localção



Casamento no campo

A beleza da natureza, o clima aconchegante e os espaços sociais versáteis tornam o complexo ideal para a realização de casamentos e festas. Dos preparativos até a acomodação dos convidados, cuidamos de tudo com eficiência e carinho. www.spaventura.com.br
Tels.: 4146-2716 / 7755-6060.



Estação Lounge

Espaço diferenciado, moderno e sofisticado com infraestrutura completa para realização de eventos. Em 12 mil m² de mata nativa, possui diversos ambientes integrados, várias alternativas de decoração e ainda uma pista de dança ecologicamente correta.

Agende sua visita: 4702-9536 / 9783-2425

Acesse o site: www.estacaoulounge.com.br



Espaço Moinho Velho

Realize seu sonho num cenário inesquecível, ao ar livre, junto à natureza e muito verde. Com 35.000 m² de área, o espaço oferece infra-estrutura completa para a realização de casamentos. Indicamos fornecedores credenciados.

Tels.: 4702-2807 / 5752

www.moinhovelho.com.br



Espaço Terra

Ambientes diferenciados e adaptáveis ao seu casamento. Jantares íntimos ou recepções para até 800 pessoas. Hospedagem confortável para noivos e convidados. O Espaço Terra proporciona ambiente requintado com toque rústico e acolhedor.

Tel.: 4241-8310. www.espacoterra.com.br



Uma casa de campo dentro de São Paulo

A Maison Saint Germain é um espaço único, sofisticado e diferenciado. Cercado por muito verde, oferece três ambientes para a realização da cerimônia: piscina, bosque ou na parte interna da casa. Tel.: 3681-1188.

R. Dr. Candido Motta Filho, 1811 – Butantã.

www.maison.com.br



Cerimonialista



Mari Eventos & Cerimoniais

Formada em cerimoniais, tem experiência de 30 anos em eventos gerais: Assessoria Pré-evento, Supervisão do Evento, Cerimonial de Igreja/Recepção.

Cascata de Chocolate e Louças para Eventos.

Pacotes especiais, consulte: mari_eventos@terra.com.br

Tels.: 4702-9467 / 9975-3292.



Lua-de-mel



Alcevi Turismo

Depois de jogar o buquê, é hora de relaxar! Após meses de preparativos e muito corre-corre, nada melhor do que selar o amor em um lugar imperdível. A realização do sonho da lua-de-mel com a expressão da sua personalidade!

Tel.: 4702-2408. www.alcevi.com.br



Presentes



Chá Bar, Presentes de Casamento, Bodas...

A Casa di Regalo oferece linha completa de artigos para mesa posta, bar, sommelier, cozinha gourmet, gadgets, objetos de decoração e presentes. A loja mais completa da Granja Vianna espera você com um delicioso espresso.

Tel.: 4617-4023



Sabão Crá Crá

Situado no centrinho da Granja, no Sabão Crá Crá vc encontra uma lista variada de artigos p/ o seu chá de cozinha. Escovinhas p/ pia e tanque, baldes de diversos tamanhos, bacias, luvas, pás, vassoura, rodo, panos de chão, escorredor de louças e muito mais.

Tel.: 4612-6121



Estética e Beleza



Emagrecimento Cotia

Os dias que antecedem o casamento merecem atenção especial. É fundamental que a noiva esteja, além de bela, tranqüila para vivenciar um dos seus momentos mais marcantes. Oferecemos tratamento completo em 5 semanas para você estar maravilhosa no seu casamento.

Tel.: 4243-7600



Dia da Noiva

Um programa completo de beleza dedicado especialmente à noiva. No Fifi Fofó, você encontra os melhores tratamentos estéticos, realizados por profissionais qualificados que cuidarão do penteado, maquiagem, estética facial e corporal. R. José Felix de Oliveira, 928
Tel: 4612-0465 / Est. Capuava, 6380 -Tel: 4612-5494



Enxovais



De Dormir

Venha fazer seu enxoval em um ambiente agradável e aconchegante! Pijamas, kits de toalhas, edredons e kits de cama, todos elaborados com conforto e estilo.

Tel.: 4617-3977. Rua dos Manacás, 352 – Jd da Glória
www.dedormir.com.br



Cottonflor Enxovais

Tradicional na Granja Viana, na Cottonflor você encontra tudo para o seu enxoval! Jogos de cama, edredons, mantas, cobertores, jogos de banho, tudo para deixar seu lar aconchegante. Pijamas, camisolas, chinelos, pantufas, para a lua-de-mel.

R. José Felix de Oliveira, 828 - ljs 16/17 - Gal. Mykonos



Caligrafia



Nicolino Carili

Quem pensa que a profissão de calígrafo está em extinção, está muito enganado! Calígrafo é o artista da bela letra em capas e livros, diplomas, convites de bodas, festas de 15 anos e casamentos. Organizar uma festa e contratar um calígrafo é o máximo! Ter um com 20 anos de experiência e perto de casa é melhor ainda. Confira!
Tel.: 4702-4169



A BELEZA DA ESTAÇÃO

A chegada do tempo mais frio abre a temporada de corrida às clínicas de estética, seja para apagar as marcas deixadas por descuidos cometidos no verão, seja para se preparar para a próxima estação de Sol a pino. Conheça as novidades em estética e faça a melhor escolha para deixar seu visual ainda mais harmônico.



Que marcas o último verão deixou em você? Um leve bronzeado para dar uma "corzinha de saúde" ou manchas, queimaduras e sequelas da praia, ou melhor, das horas passadas sob o Sol, muitas vezes, sem a proteção adequada? Embora os brasileiros sejam, no geral, muito vaidosos e preocupados com a beleza, também costumam ser bastante relapsos com os cuidados corretos. Procure se lembrar daquela amiga que é a maior compradora do mundo das últimas novidades em bloqueadores solares para rosto, corpo e cabelos, mas que acaba passando os produtos de forma inadequada, ficando muito mais exposta do que deveria. Esse gesto acaba gerando um aumento da pigmentação da pele, agravando manchas existentes e levando ao aparecimento de novas manchas, os chamados melasmas. O grande problema é que o Sol provoca danos cumulativos, ou seja, a cada exposição solar, os efeitos dos raios UVA e UVB se intensificam. Muitas vezes, os melasmas não somem sozinhos, e é preciso recorrer ao dermatologista. Essas manchas podem ser tratadas com laser, clareadas com ácidos

"O que muda nesta época do ano é o comprometimento do paciente. As pessoas decidem priorizar o tratamento, não tomar Sol e evitar situações danosas",

e medicamentos antioxidantes.

Com a chegada da temporada outono/inverno, cresce a procura por tratamentos estéticos e cirurgias plásticas. A menor incidência de raios solares nos faz pensar que esta é uma época melhor para tratar de manchas, ruguinhas e estrias. Isso, porém, não é uma verdade absoluta. "O que muda nesta época do ano é o comprometimento do paciente. As pessoas decidem priorizar o tratamento, não tomar Sol e evitar situações danosas", explica a médica dermatologista Lucia C. Martins Costa. Ela lembra que realmente há procedimentos que são mais confortáveis quando feitos quando a temperatura está mais baixa, como o peeling facial, por exemplo. Isso porque esse processo, que remove a camada de pele morta, acaba causando certo ardor, que pode ficar mais intenso caso o paciente fique em ambiente mais abafado e fechado, como em um carro. Dra. Lucia completa a explicação com um exemplo que faz todo o sentido: "Se fosse impossível cuidar da pele quando o Sol está forte, então não existiriam tratamentos estéticos no Nordeste do Brasil". Realmente, na região mais ensolarada do país, onde os estados se orgulham do astro rei, que brilha o ano inteiro para a alegria dos turistas, também existem tratamentos e cuidados adequados ao clima e à pele dos moradores.

Seja por conforto ou por comprometimento, a época mais fria do ano ainda é o período de excelência para quem deseja melhorar o visual e chegar em forma ao próximo verão. O cirurgião plástico Fábio Busnardo afirma que o número de pacientes cresce entre 50% e 70% nesta época do ano. Ele diz que não existe época do ano mais indicada para a intervenção estética, que pode ser feita a qualquer momento. Em alguns casos, porém, é necessário um período de três a quatro meses longe da exposição solar, para melhor recuperação e resultado. O cirurgião diz, ainda, que o maior número de intervenções acontece em julho e agosto, sendo que o mês de férias é, sem dúvida, o mais procurado. Nesse período, lipoaspirações, cirurgias de mama e abdome estão no topo da lista das mais requisitadas.

Quem considera a cirurgia plástica uma opção radical pode se beneficiar com tratamentos estéticos menos invasivos que as intervenções cirúrgicas. É muito grande o número de mulheres que buscam perder medidas e reduzir a gordura



localizada com a mesoterapia, aplicação de enzimas lipolíticas que aceleram o metabolismo. É muito importante ressaltar que todo cuidado é pouco ao se submeter a um procedimento desse tipo. Sempre verifique a idoneidade da clínica ou do centro estético onde ocorrerá a aplicação. Informe-se muito bem sobre as enzimas que serão utilizadas e não se acanhe em cobrar o registro das mesmas nos órgãos de Saúde. Esses produtos são usados em conjunto, em várias aplicações, para promover a perda de medidas e peso. A mesoterapia envolve agulhas e injeção de substâncias no organismo. A aplicação das enzimas que ajudam o corpo a queimar gordura pode ser intramuscular ou intradérmica, ou seja, por baixo da pele. A aplicação no músculo, geralmente no glúteo, é usada para a perda geral de gordura. A sessão pode ser repetida com intervalos mínimos de três dias. Já a intradérmica é usada para reduzir medidas, e pode ser repetida depois de uma semana. Durante esse período, é interessante controlar a alimentação e praticar exercícios físicos, para potencializar os efeitos e torná-los mais duradouros.



Há, também, outro método, apelidado de "lipo natural", mas que, na verdade, chama-se oligoterapia, e promete reduzir medidas de maneira drástica. O tratamento consiste na aplicação de oligoelementos para estimular funções como a quebra de gordura, a drenagem de líquidos, o fluxo sanguíneo e a eliminação de toxinas, justamente aquelas que ficam comprometidas quando o corpo está em desequilíbrio. Esses elementos são selênio, fósforo, manganês, zinco, ferro e cobre, substâncias encontradas naturalmente no organismo, chamadas de catalisadoras, ou seja, aceleradoras das funções enzimáticas, que fazem o nosso corpo funcionar. Baseia-se na ideia de que o equilíbrio correto desses oligoelementos promove a melhora geral do corpo, das funções vitais, levando à eliminação de toxinas, redução do inchaço e emagrecimento. São usados cremes, esfoliantes e mantas aquecidas para que o corpo absorva esses elementos.

Na Granja Viana e região, é possível se entregar de corpo e alma a tratamentos e procedimentos que podem deixá-la mais bonita e autoconfiante. Não perca tempo! Confira agora algumas novidades que você pode aproveitar para deixar a pele linda!

No La Bella Rosa é possível desfrutar de tratamentos que usam os ativos marinhos e os benefícios da água salgada para deixar corpo e rosto mais bonitos. Essa terapia, originária da Grécia Antiga, usa derivados da biotecnologia marinha, com ação ultradrenante e desintoxicante, que ajuda a reduzir as medidas corporais. Os oligoelementos que compõem os cremes de tratamento auxiliam na eliminação de toxinas, hidratam a pele repondo minerais, tais como cálcio, magnésio e zinco. Os produtos marinhos também podem tratar a face. Há no La Bella Rosa um peeling 100% natural, com base em plantas e corais do Mar Vermelho. Ele contém sais minerais, proteínas herbais, vitaminas A, E e C, além de oligoelementos e clorofila, que agem promovendo a remoção da camada córnea, fina cobertura de pele morta e queratina, estimulando, assim, a atividade dos fibroblastos, células da derme responsáveis pela produção de colágeno e elastina. O peeling promove uma nova vascularização e remove o tecido epitelial. Ele é indicado para o rejuvenescimento, clareamento de manchas e para minimizar as sequelas da acne. O instituto trabalha, ainda, com o tratamento considerado "coqueluche do momento", a base de radiofrequência, que atua no rejuvenescimento facial, no combate à flacidez cutânea, celulite, gordura localizada, fibroses e aderências. No La Bella Rosa, as avaliações são personalizadas e sem custo.

Outro lugar que muito pode ajudá-la a usar bem o período friozinho para cuidar da beleza é o Emagrecentro, que tem novos tratamentos especiais. Um deles é o Light Sheer, o laser que elimina os pelos. A luz emitida pelo equipamento é absorvida pelo pigmento (melanina, que determina a cor do pelo) localizada nos folículos pilosos e na haste do pelo. O laser age em aproximadamente um segundo, tempo suficiente para vaporizar e destruir o pigmento – consequentemente destrói os folículos pilosos, elimina ou impede de modo significativo o desenvolvimento do pelo sem agredir a pele vizinha, evitando marcas ou cicatrizes. Além disso, o laser de diodo, quando comparado a outros tipos de metodologia a laser para depilação, é o mais eficiente para pelo da barba, tórax, costas e braços masculinos. Há, também, o Harmony, usado para tratar estrias, manchas senis e solares, poros abertos, olheiras e cicatrizes de

acne. Ele é uma Luz Intensa Pulsada que permite corrigir várias lesões da pele facial e corporal, como manchas e pigmentações, rugas finas, envelhecimento facial, das mãos, do dorso e pescoço, vasos faciais, rosácea, manchas senis, danos solares, mudanças de textura da pele, entre outros. E, ainda para o corpo, a Emagrecentro oferece o Ultracontour, um ultrassom que promove a quebra da gordura. Por ser de alta intensidade e focalizado, ele atinge as células de gordura com mais potência. Essa gordura é eliminada pelo sistema linfático, sem riscos de que vá para o sangue. É um tratamento não invasivo, seguro e sem dor. A perda de medidas ocorre logo após a aplicação, sendo a redução média entre 2 cm e 4 cm de diâmetro. A perda não ocorre por perda de líquidos, e sim por destruição da gordura. Prova disso é que a redução já é visível antes mesmo da fase da drenagem realizada pelo aparelho.

Existe, ainda, a Clínica de Estética Onodera, que tem várias opções de tratamentos. Somente para o corpo são 20, como Eletrolipoforese/Cel Lyse, uma corrente elétrica polarizada aplicada de forma terapêutica, atua na pele e nos músculos. Por meio de Eletrolipoforese, há o aumento da circulação sanguínea estimulando a drenagem linfática. O tratamento é ideal para o combate à temida celulite e à gordura localizada. E há, também, o Thermoderm, mantas que aumentam a temperatura de braços, coxas e barriga, ativando o metabolismo. Isso favorece a redução de medidas e potencializa a absorção de produtos cosméticos pela pele. É um tratamento completamente indolor e não invasivo. Cada sessão dura 30 minutos. Já para o tratamento facial, há uma verdadeira delícia: a vinhoterapia. Tratamento recuperador que utiliza produtos feitos com os polifenóis de semente de uva que atuam como um excelente condicionante e antioxidante, conferindo

hidratação e suavidade à pele. É indicado para peles desvitalizadas e ásperas. Cada sessão dura uma hora. Para amenizar olheiras e inchaços, há tratamento cosmético para região dos olhos, com o intuito de amenizar linhas de expressão, diminuir bolsas, clarear olheiras, firmar o tecido, estimulando a oxigenação local. Há, também, a renovação cutânea, que consiste na aplicação de ácido de baixa concentração para esfoliação e renovação celular. Indicado para o rejuvenescimento facial e tratamento da acne. Depois da limpeza e esfoliação da pele e da máscara de argila, a esteticista facial aplica o ácido e uma máscara calmante. Cada sessão dura uma hora.

Dra. Lucia C. Martins Costa – dermatologista
Tel.: 4702-8003/4612-4572

Dr. Fabio Busnardo – cirurgião plástico
Tel.: 4612-6283

La Bella Rosa
Rua José Felix de Oliveira, 1148 – sala 7 – Galeria Vila Funchal
Tel.: 4612-0932/4612-2770

Emagrecentro
Av. Prof. Manuel José Pedroso, 491 – Centro – Cotia
Tel.: 4243-7600

Onodera
Unidade Butantã
Rua Sapetuba, 86
Tel. (011) 3031-7787 / 2538-0355



MARBRU
CAMA - MESA - BANHO - CORTINAS - TAPETES

www.marbru.com.br

COLCHAS PATCHWORK

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

Coração da Granja também no Capuava

FIFI FOFÓ CABELEIREIROS **Pé e mão de 2ª feira a 4ª feira**
R\$ 22,00
Progressiva - último sábado do mês - R\$ 100,00

Unidade também no Pátio Viana II
tel 4612-0465
R. José Felix de Oliveira, n.928
lj. 23 - Granja Viana

COMBINAÇÃO & ESTILO

NOVIDADES: **dzarm.**  **Zn zinco**

ALÉM DAS MARCAS: **Morena Rosa** **MARIA VALENTINA**

Carmim  **LADO AVEZED**

Pátio Viana II - tel 4777-9167
R. José Felix de Oliveira, n.928

MODA INFANTO JUVENIL

NOVIDADES: **Morena Rosa** **Joy**

ALÉM DAS MARCAS: **Hering**  **kids**

CATS **BABY KIDS TEEN** **PUC** **CAPRICHIO** **Pilla Balla**

Seu orçãõ é ter mil kon tos **stemp** Pátio Vianna II - Tel: 4612-8306
R. José Felix de Oliveira, 928

Estrada do Capuava, 6380 • lojas 4, 5 e 6



DISCUSSÃO SOBRE O PLANO DIRETOR DE CARAPICUÍBA

Entidade entra nos debates para garantir integridade de Patrimônio Histórico

O Movimento de Defesa da Granja Viana participou da reunião sobre o Plano Diretor de Carapicuíba. A entidade fez uma série de pedidos com o intuito de preservar o local histórico que é a Aldeia. Entre as requisições está a ampliação da área de preservação histórica na Aldeia, incluindo a Estrada da Aldeia. Ainda serão discutidas, nas próximas reuniões sobre o Plano, a situação das portarias fechadas e as áreas de risco da região. O MDGV alerta sobre a necessidade de preservar essa área tão importante. A história da Aldeia de Carapicuíba se confunde com a própria colonização de São Paulo. Foi o capitão-mor Jerônimo Leitão que, em 12 de outubro de 1580, fez a doação de terras para a fundação de um povoado, adiante da Aldeia de Pinheiros, numa área já conhecida como Carapicuíba, de forma a atender à petição dos índios e também os interesses das autoridades administrativas locais e dos jesuítas. Na época, Afonso Sardinha era o grande detentor de terras cultivadas na região. Em 9 de julho de 1615, ele e sua esposa, Maria Gonçalves, doaram suas terras, com a capela de Nossa Senhora das Graças, da qual foi fundador, ao Mosteiro da Companhia de Jesus. A população da Aldeia vivia modestamente de exploração agrícola, plantio e fiação do algodão, da caça e da pesca dos arredores. Carapicuíba funcionava, nessa época, como ponto de passagem para os Sertões do Sul. Por volta de 1698, os jesuítas do Colégio São Paulo, preocupados com a defesa dos índios, alegaram que as terras da Aldeia estavam esgotadas, determinando a transferência dos moradores da Aldeia de Carapicuíba para a aldeia de Itapeperica. A partir de 1770, começou a surgir, lentamente, o progresso. Além dos bandeirantes que por ali passavam, havia também tropeiros e mercadores que vendiam e transportavam mercadorias. Caminhos foram abertos para as aldeias vizinhas – de Santo Amaro, Embu, Itapeperica e Cotia. Novas casas foram construídas, outras foram levantadas nas proximidades. Instalaram-se casas de comércio e escolas. Da lavoura pobre e rústica passaram à pecuária, com a criação de gado. E, com o passar dos anos, a região prosperou. A Aldeia de Carapicuíba é hoje uma remanescente das 12 aldeias primitivas da época colonial.

PARQUE SÃO GEORGE GANHARÁ GINÁSIO DE ESPORTES

Parceria estado/prefeitura pretende dar nova opção de lazer e esporte aos jovens da região

O prefeito Carlão Camargo assinou convênio com o governo do estado de São Paulo para a construção de um ginásio de esportes no Parque São George. A obra tem valor estimado de R\$ 1.228.028,27 e deverá ser executada entre a Rua Cotia, Rua do Parque e Avenida Denne. O estado repassará a verba de aproximadamente R\$ 800 mil e o município arcará com o restante. Haverá quadra poliesportiva, vestiário e guarita, totalizando quase 997 metros quadrados. De acordo com Carlão, o ginásio no Parque São George integra o plano de governo na área da juventude e de esportes. O convênio entre estado e município aconteceu no começo do mês de abril. Após a liberação da verba, a prefeitura de Cotia licitará a execução da obra. A previsão é que a construção se inicie ainda neste ano.



IMAGEM PEREGRINA DE NOSSA SENHORA DE FÁTIMA VISITA COTIA

Depois de participar do programa global Mais Você, de Ana Maria Braga, a imagem peregrina de Nossa Senhora de Fátima vai visitar a Paróquia dedicada à Ela, a Nossa Senhora de Fátima, que fica no Jardim Coimbra, em Cotia, no dia 22 de maio. Na ocasião, às 15h, será rezado um rosário e depois haverá procissão até o campo do Jardim Stela Maris, onde será celebrada a Santa Missa. “Para nós, é de suma importância esta visita, quando comemoramos um ano de paróquia”, conta o Padre Vagner João Pacheco de Moraes. Vinda de Portugal, a imagem peregrinada é uma das quatro que percorrem o mundo, esculpidas em cedro brasileiro.



OBRA IRREGULAR E PAGODE NAS ALTURAS EM PLENO CENTRINHO DA GRANJA

Durante os últimos meses, o Bar do Serrano esteve na boca e nos ouvidos dos granjeiros, e não por bons motivos. Primeiro, foi o caso do chamado Pagode do Beco. Às sextas-feiras, com o som no último volume, centenas de pessoas tomavam a área do bar e, inclusive, a área externa. Resultado: música incomodando os vizinhos e pessoas com copos nas mãos em plena José Félix de Oliveira! O fato, além de ser um transtorno para os moradores, alterou a rotina de outros estabelecimentos comerciais da área, que foram obrigados a mudar dias e horários de funcionamento para garantir a segurança e evitar perturbações aos clientes. As reclamações foram tantas que, na metade do mês de abril, o evento foi cancelado. Além do pagode, o Bar do Serrano foi motivo de outra reclamação: uma obra invadiu o passeio de pedestres, causando indignação nos moradores, já que o muro construído estava praticamente "colado" no poste. Na sexta (16 de abril), o local recebeu a primeira notificação da Subsecretaria de Obras. O auto sobre "constatação irregular de recuo frontal" foi entregue nas mãos da gerente do estabelecimento, pedindo que a obra fosse imediatamente interrompida. No sábado (17), como a ordem estava descumprida, foi lavrado o auto de embargo, com pedido de demolição em 24 horas. Na manhã de segunda (19), após constatar que o Bar não cumpriu os dois embargos de obra, a regional esteve no local com uma escavadeira e demoliu os muros que estavam irregulares. O estabelecimento foi notificado novamente após a demolição, pelo auto de número 0249, para que retirasse o entulho e a cobertura do passeio público (telhado), tendo novo prazo de 24 horas.

CRUZAMENTO INDIANO

Cuidado ao trafegar em um dos locais mais confusos e perigosos da Granja Viana

A REVISTA CIRCUITO continua de olho no "cruzamento indiano", entroncamento da Avenida São Camilo com a José Félix de Oliveira. Contamos com o prazo dado pela prefeitura para que um sinal – o primeiro da Granja – seja instalado no local, no segundo semestre. A foto acima mostra a situação no cruzamento às 13 horas de uma segunda-feira do mês de abril. Além de caótico, perigoso!



MGC MÁRMORES E GRANITOS COTIA



Pisos | Lareiras | Cozinha | Banheiros | Escadas



4702.0598 | 4702.8209

www.mgcmarmores.com.br

Estr. do Capuava, 7029 - Rod. Raposo Tavares Km 26,5

liu
Cabeleireiros
Estética & Beleza



Rua José Felix de Oliveira, 359

Vila Fenix

tel.: 46124111 / 47028896



OBRAS AMPLIAM ACESSO DE OSASCO E CARAPICUÍBA AO TRECHO OESTE DO RODOANEL

Alteração viária para melhorar a segurança do motorista

O trevo do Jardim Padroeira está sendo reformado para garantir maior fluidez ao trânsito. Para facilitar a vida do motorista e tornar o acesso à via expressa mais seguro, está sendo feito um pequeno trecho de marginal na pista interna do anel viário e a construção de faixa adicional, além da implantação de um novo retorno da Avenida Marginal do Ribeirão, em Carapicuíba. Entre as modificações no trânsito local está a implantação de semáforos em alguns cruzamentos da Avenida Marginal do Ribeirão, eliminando pontos de entrelaçamento de veículos, além da construção de uma rotatória. Também como parte do acordo com a administração municipal, outros cruzamentos ao longo da avenida vão ganhar semáforos e sinalização horizontal e vertical. A expectativa é de que os trabalhos sejam concluídos até agosto. O trevo do Jardim Padroeira é um dos acessos pedagiados ao Trecho Oeste do Rodoanel. Os outros pontos para acessar a via expressa são nas rodovias Castello Branco, Raposo Tavares, Anhanguera, Bandeirantes e Régis Bittencourt.

Trecho Sul

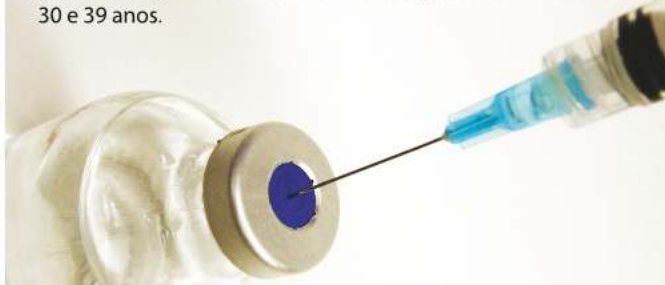
Inaugurado no finalzinho de março, o Trecho Sul do Rodoanel realmente ajudou a desafogar parte do trânsito de São Paulo, principalmente na Avenida dos Bandeirantes, antes saturada pelos caminhões que a acessavam para chegar ao sistema Anchieta/Imigrantes. De acordo com a Companhia de Engenharia de Tráfego, entre 16 e 17 horas o movimento dos veículos pesados é 43% menor. Em média, em uma hora, circulam pouco mais de 800 caminhões nos dois sentidos da avenida. Antes da inauguração do Trecho Sul, esse número chegava a 1.427, de acordo com o Datafolha. Já a Marginal Pinheiros teve redução de 46% na lentidão e a Marginal Tietê, 64%.

Trecho Norte

No fim do mês de abril, o governo do estado de São Paulo anunciou ter recebido a confirmação do Banco Interamericano de Desenvolvimento (BID) para o financiamento de R\$ 2 bilhões, que serão investidos na construção do Trecho Norte do Rodoanel. A previsão é que a construção ocorra entre 2011 e 2014. Além do valor do financiamento, a obra exigirá outros R\$ 3,2 bilhões de investimentos, que serão definidos pelo governo de São Paulo, totalizando R\$ 5,2 bilhões para o Trecho Norte. O Rodoanel interligará as principais rodovias de São Paulo: Anhanguera, Bandeirantes, Castello Branco, Raposo Tavares, Régis Bittencourt, Imigrantes, Anchieta, Ayrton Senna, Presidente Dutra e Fernão Dias.

DE OLHO NO CALENDÁRIO DE VACINAÇÃO

Cidades se mobilizam contra a gripe H1N1. A 4ª Etapa de vacinação contra gripe A acontece entre os dias 24 de abril e 7 de maio, destinada às pessoas com 60 anos ou mais e portadores de doenças crônicas. Já a 5ª Etapa acontece entre os dias 10 e 21 de maio, período no qual devem ser vacinadas as pessoas com idade entre 30 e 39 anos.

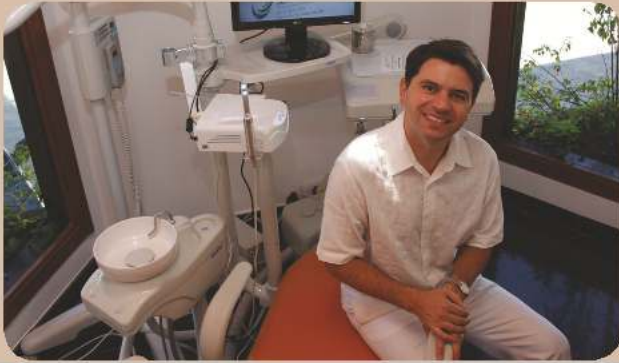


CURTAS

- Carapicuíba lança projeto Caralimpa. A campanha utiliza peças publicitárias para sensibilizar a população quanto a adoção de atitudes para manter a cidade limpa.
- Cotia está realizando Estudo de Mobilidade e Transporte Urbano, que deverá ser finalizado em breve, para abertura do processo de licitação para transporte por ônibus, como prevê a Lei no 1.479, de 29 de janeiro de 2009.
- A Sabesp aumentou em 30% a oferta de água para Vargem Grande Paulista. Obras de reforço da adutora de entrada de água da cidade começam a operar e já trazem benefícios para a população.
- A Secretaria de Educação de Cotia, em parceria com a Casa da Cultura Indígena da Associação Indígena Kariri (Aika), está promovendo o curso de capacitação sobre história indígena, destinado aos professores da rede municipal de ensino.
- Ministro da Educação, Fernando Haddad, confirmou campus da Unifesp em Embu. Obras devem começar ainda neste ano.
- Cotia adere ao Pró-Egresso. O programa é voltado para a reinserção no mercado de trabalho de jovens egressos do sistema prisional.
- Acesso a Caucaia do Alto foi revitalizado. A obra contemplou readequação viária, recapeamento, sinalização, paisagismo e instalação de novos pontos de ônibus.
- O programa Melhor Caminho destinará R\$ 625.038,85 para a readequação do leito e outras melhorias nas vias de Cotia, preservando os recursos naturais.
- Procon de Itapevi tem nova sede. Localizado na Rua Geraldo Vasques, 10 – Jardim Portela, o novo prédio oferecerá mais qualidade no atendimento à população, com maior espaço e conforto para o usuário.
- Alunos de Cotia participam da Olimpíada de Língua Portuguesa. O concurso tem como objetivo ampliar as competências de leitura e escrita entre alunos de diferentes níveis de escolaridade.
- A 51ª Festa de Santo Antonio acontece de 29 de maio a 13 de junho, trazendo barracas, comidas típicas e grandes atrações musicais para Rua Santo Antônio, 489. Participe deste evento tão tradicional na Granja Viana, que depois de ser realizado por alguns anos no Pequeno Cotolengo volta para a matriz.
- Boa ação no Aragon: o espaço recebe, em 10 de junho, o jantar organizado pelo Fundo Social de Solidariedade em benefício da APAE, a Associação dos Pais e Amigos dos Excepcionais. Cada convite custa R\$100. Eles estão sendo vendidos na loja Koizas Di Kaza (Av. São Camilo, 337 - loja 7) e na Nobel Granja Viana, no Centro Comercial RT23 (Rodovia Raposo Tavares, km 23).

Um belo sorriso é a primeira impressão

Clinica que oferece as principais especialidades da odontologia, a Sorriso da Granja nasceu do sonho do granjeiro Ricardo Raitz em trazer para a Granja Viana tudo o que seus pacientes têm em São Paulo. Ricardo, que é diretor e responsável por todos os planejamentos clínicos, uniu-se ao amigo Mauricio Rufael Matson, que, como ele, também é professor doutor. Ambos atuam na odontologia há mais de 15 anos. O Check-Up Preventivo Digital é o ponto de partida para todos os tratamentos na clínica. Com um sistema digital de última geração, os dentes, lábios, língua e gengivas são examinados com imagens aumentadas em até 60X, permitindo a visualização dos estágios mais iniciais das doenças bucais. A partir daí, é possível planejar e decidir as intervenções que serão realizadas pelos especialistas. A clínica fica na Rua José Félix de Oliveira, 1401 – sala 3. Tel.: 4612-1721. Conheça o método: www.sorrisodagranja.com.br.



A volta do Dr. Gaiarsa

No dia 29 de maio, das 15 às 19 horas, o dr. José Ângelo Gaiarsa retorna ao Espaço Integração com um workshop muito especial. Prestes a completar 90 anos, o psiquiatra e psicoterapeuta vai tratar da vitalidade, levando os participantes a ampliar a consciência sobre sua vida e como atuam no dia a dia. Para o especialista, com mais de 50 anos de experiência na área terapêutica, as pessoas envelhecem ou adoecem porque fazem sempre os mesmos movimentos e respiram mal. O workshop usa leitura corporal, exercícios de consciência respiratória e ilustrações de anatomia para ajudar a ativar o que existe de saudável no homem. Participe! Informações e inscrições: 4702-4838 contato@espacointegracao.com.br www.espacointegracao.com.br



ZOE *Decoração e Bem Estar* **ZOE**



- Cortinas
- Persianas
- Colchões
- Artigos para Tapeçaria

Venha nos visitar e solicite um orçamento!

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

O melhor atendimento Ford do Brasil também está na Raposo



Toda a linha Ford com os melhores preços!

Aproveite!
Últimas unidades com IPI reduzido!

0 km



Sua tranquilidade não tem preço.
Mais a preço direto com **4x**
MAIS DE 50 ÍTEMS VERIFICADOS A CADA REVISÃO

Seminovos com qualidade, procedência e garantia. Imperdíveis!

Se beber, não dirija.

SONNERVIG
Do seu jeito.
Ford
VIVA O NOVO

OESTE • PACAEMBU
Av. Serra Paracelá Girardi, 725
Cidade de Raposo (A 5. Km) de
3871-8000

SUL • IPIRANGA
Av. Dr. Ricardo Joffe, 1283
(Ao lado do Estrela)
2066-1000

RAPOSO
Rod. Raposo Tavares, km 23.5
(Ao lado do Mc Donald's)
4617-9300

*30, 60, 90 e 120 dias. **Garantia legal de 3 meses ou 3.000km para motor e câmbio.

Sedução sobre a pele

Para as granjeiras que gostam de inovar no visual, a Violeta Moda Íntima traz para a região um acessório que promete enlouquecer e envolver com muito brilho, movimento e sensualidade: Biju de Corpo. São colares, cintos, tornozeleiras, blusas, sutiãs e tanguas que podem ser vestidos de diversas maneiras, basta usar a criatividade. Um luxo só! A loja ainda oferece uma completa linha de lingerie – inclusive sensuais –, meias e pijamas com marcas de qualidade, como Valisère, Liz, Hope, Plie e Fruit de La Passion.

Endereço: Rua José Félix de Oliveira, 991 – loja 9.

Tel.: 4702-0247.



Recreação com arte

Entre colas, cadernos, tesouras, fitas e uma amizade de quase 27 anos, surgiu a Art and Craft By Kids! A proposta é diferenciada: incentivar as atividades manuais com muita alegria e diversão em uma oficina que torna sua festa de aniversário ainda mais especial. São muitas opções para atender aos gostos diversos da garotada: escolha a opção que lhe agrada e a equipe da Art and Craft leva todo o material até sua festa. Tenha recreação com arte, entre em contato: 8134-9478/ 3507-5624/ 9945-4121. www.artandcraftbykids.com.br



Um espaço para kids

A Granja Viana ganhou um novo conceito de loja infantil, que reúne em um só lugar livros, fantoches, jogos, brinquedos educativos e roupas. A Espaço Kids seleciona marcas que priorizam conforto, qualidade e preço justo, com roupas alegres e coloridas que acompanham as tendências da moda de 0 a 16 anos. Já os livros são interativos, para que a criança possa descobrir cada vez mais o prazer da leitura, uma preocupação da proprietária Rosana Martins, que possui larga experiência no mundo da educação. Os fantoches, jogos e brinquedos educativos são um estímulo à criatividade, à inteligência, à socialização e à imaginação infantil. As prateleiras são organizadas por idade e área de conhecimento. A loja Espaço Kids é um local diferenciado, voltado para o mundo da criança em todas as cores e formas. Vale conferir: Rua José Félix de Oliveira, 1401 – loja 7. Tel.: 4702-7601. www.espacokids.com.br



Tratamentos inovadores

Preocupada em oferecer sempre o melhor em estética, a La Bella Rosa traz para a região tratamentos inovadores para outono-inverno. A coqueluche do momento é a radiofrequência, que atua no rejuvenescimento facial, no combate à flacidez cutânea, celulite, gordura localizada, fibroses e aderências. Além deste tratamento, outros recursos terapêuticos que utilizam os benefícios da água salgada e dos ativos marinhos prometem ótimos resultados. A experiência da equipe da La Bella Rosa garantirá um tratamento eficiente e rápido, com técnicas de rejuvenescimento, tratamentos corporais, peelings, laserterapia facial e capilar, maquiagem definitiva e corretiva, terapia das pedras e bambuterapia. As avaliações são personalizadas e sem custo. Agende: 4612-0932. Rua José Félix de Oliveira, 1148 – sala 7.



ANIMAIS PARA DOAÇÃO

Babalu – 3 meses – contato Ceila 7627-7003

Estrela – Pastora alemã legítima idosa – só precisa de um lar e carinho – Ceila 7627-7003

Camomila – 1 ano – contato Denise 4702-2206 e 8447-4859

Filhotes Camomila - contato Denise 4702-2206 e 8447-4859



Filhote Camomila



Estrela



Camomila



Babalu

Liquidação imperdível

Você quer se vestir com as últimas tendências da moda sem gastar muito dinheiro? Até 30 de maio, a Empório das Grifes Outlet está com uma liquidação imperdível: peças com até 70% de desconto! A loja oferece moda feminina de primeira linha das melhores grifes. Confira roupas, lingerie, bolsas e acessórios a preços imbatíveis e condições facilitadas. A loja abre de terça a sexta, das 10 às 19 horas, e aos sábados, das 10 às 17 horas. Dê uma passadinha pela Estrada Fernando Nobre, 989 - sala 11. Tel.: 4617-4799.



Flores são muito especiais...

O Dia das Mães está aí... e o Dia dos Namorados se aproxima! Que tal presentear quem se ama com arranjos especiais feitos com rosas colombianas e orquídeas? Passe pela Floricultura Granflowers, que a Andrea e sua equipe irão ajudá-lo a escolher o presente ideal, combinando tudo com muito bom gosto. Lá, você encontra objetos de decoração e presentes (cestarias, baús, vasos, velas, entre outros), além de uma variedade de flores que enfeitam e melhoram o espaço, trazendo harmonia, fragrância, beleza e leveza. A Granflowers ainda faz entregas em São Paulo, Alphaville e toda região. Consulte delivery: 4612-1471. Rua José Félix de Oliveira, 991.



FROSCH design

GERENCIAMENTO DA MARCA,
DESIGN E PUBLICIDADE



catálogos
folhetos
folders
anúncios
banners
convites
sites
newsletter
e-mail marketing
e-commerce
campanhas e eventos
promocionais

www.froschdesign.com.br
nextel (11) 7742-1207 ID * 57385
atendimento@froschdesign.com.br - (11) 3785-4385



**Excelência em qualidade
e atendimento.
Aqui seu usado é bem vindo.**



**Toda linha 2010 sem entrada
em até 72 meses.
Crédito rápido e fácil.**

Confira nosso estoque:

www.etrusca.com.br

Cotia: Rod. Raposo Tavares km 32,5 - 4615-6666

Embu das Artes: Av. Elias Yazbek, 2000 - 4778-9000



Mente e corpo

Pratique Pilates com a fisioterapeuta Paula Cristina Pena na Villa Pilates! A técnica trabalha vários grupos musculares simultaneamente, utilizando movimentos suaves e contínuos, com ênfase na concentração, fortalecimento e estabilização do abdômen, coluna e região pélvica. O método utilizado pela profissional mistura, de forma equilibrada, treino de força e flexibilidade para melhorar a postura, reduzir o stress, alongar e tonificar a musculatura sem exageros. São mais de 500 exercícios que trabalham mente e corpo, em busca de uma reeducação postural. Faça uma aula experimental gratuita, agende: 4702-0627. Rua José Félix de Oliveira, 359 - salas 204/205. www.villapilates.com.br



Beleza em primeiro lugar

Os granjeiros acabaram de ganhar um espaço agradável onde beleza e satisfação estão em primeiro lugar. O Zarah Salão de Estética oferece cuidados para cabelo e corpo, com destaques para depilação artística, drenagem, massoterapia, plástica de fios, prótese capilar masculina, podologia e megahair, entre outros serviços tradicionais de um salão de cabeleireiros. Para proporcionar ainda mais conforto para as mães, o local tem um espaço especial para as crianças, onde os pequeninhos se divertem enquanto sua mãe cuida da beleza. Tel.: 4612-4520. Av. José Félix de Oliveira, 359 - sala 201.



Distúrbios de aprendizagem

Seu filho apresenta alguma dificuldade de aprendizagem ou de ordem emocional? Pois a neurociência, em especial a neuropsicologia, estuda e reconhece a interligação dos processos cerebrais cognitivos e o desenvolvimento emocional, abarcando todos os níveis de desempenho da criança. É possível descrever na avaliação neuropsicológica o funcionamento da criança, evidenciando suas potencialidades e apontando as dificuldades específicas relacionadas às funções cognitivas/ comportamentais. É o que atesta a neuropsicóloga e psicóloga infantil Fernanda Violante Mendes (CRP 06/58799). A avaliação consiste em testes específicos e métodos de exame clínico que investigam as funções necessárias para a aquisição da aprendizagem. A psicóloga afirma que o procedimento auxiliará na escolha do tratamento adequado às reais necessidades, completando que o método enfoca tanto déficits cognitivos como distúrbios emocionais. Afinal, muitas vezes os conflitos emocionais, e não apenas os déficits cognitivos, podem impedir um aprendizado saudável. Com o diagnóstico da avaliação neuropsicológica, todos os profissionais (neurologista, psiquiatra, pediatra, fonoaudiólogo, pedagogo e professores) envolvidos no desenvolvimento global de uma criança podem se beneficiar. Agende uma avaliação: 9104-7485 - fe_violante@hotmail.com



LUGAR ONDE SE COME BEM

Almoço todos os dias

Jantares às quartas, quintas e sextas

Rua José Felix de Oliveira, 1025 • Tel.: 4702-2306



PSICOLOGIA

"Mudar é difícil mas é possível!" (Paulo Freire)



"MENS SANA IN CORPORE SANO" diz o adágio latim. Cuidar dos pensamentos, dos sentimentos, se autoconhecer, ter relacionamento saudável com a família e os amigos são quesitos para uma qualidade de vida melhor. Use psicologia no seu dia-a-dia.

Leandra Albalá
CRP 06/94204
Cel. 9137-1767

Vanessa Lecca
CRP 06/93818
Cel. 8244-2401

Vilcélia Di Pietro
CRP 06/94054
Cel. 9768-1615

Rua José Félix de Oliveira, 1189 - sala 16 - Galeria Ball - 4702-9029 (deixar recado na caixa postal)

Gissela Risnic

Psicóloga Psicanalista
CRP 0613753

Crianças - Adolescentes - Adultos
Granja Viana - Higienópolis
R. José Félix de Oliveira, 1270 Cj. 208
9197-5274 / 3459-9529



Sandra Garcia

Psicóloga CRP 25557 - Convenio e Particular
Depressão | Ansiedade | Obesidade | Pânico | Transtorno Alimentar

psic.sandra.garcia@gmail.com • Tel: 4618 2482 e 9953 4075

ROSELI DI MAURO

Psicóloga CRP 06/31865-8
23 anos de experiência

**Criança • Adulto
Casal • Família**



Rua Tapes, 34 • Atelier da Granja • Tel.: 4612.7771 • 9611.9880

**Neuropsicologia
e Psicologia Infantil**

Fernanda Violante Mendes
CRP 06/58799

Crianças e Adolescentes • Distúrbio de Aprendizagem • TDAH
Distúrbios Comportamentais e Neurológicos
Granja Viana • Fone: 11 9104.7485 • fe_violante@hotmail.com

GINECOLOGIA



DRA. LETICIA TAUFER
GINECOLOGIA & OBSTETRÍCIA
REPRODUÇÃO HUMANA

RUA JOSÉ FÉLIX DE OLIVEIRA, 834 Lj. 5
GRANJA VIANA - COTIA - FONE 4702.4420

FONOAUDIOLOGIA



Centro Auditivo
Estilo de Vida

**Os melhores aparelhos
auditivos
AGORA NA GRANJA**



ARGOSY
Uma marca do Grupo Phonak

R. Elias Zarzur, 168 - sala 03 - Pq. São George • Fones: 4702.7149 e 8233.9959
www.centroauditivoestilodevida.com.br

*Atelier da
Granja*

Cássia A. C. Valeriano & Monique T. Ferro
Fonoaudiólogas Especialistas em Distúrbios de
Aprendizagem • Exame e Terapia do Processamento Auditivo

Líliã R. Ribeiro - Fonoaudióloga especialista em voz

Rua Tapes, 34 - Granja Viana - Tel.: 4612-7771

PSICANÁLISE

Hipnose/ Psicanálise/ Regressão

Dr. Eleno de Almeida CRT 23431

Programação Neuro-Linguística. Hipnólogo, Psicanalista,
Trainer em P.N.L. Impotência - Ejaculação precoce - Angústia -
Ansiedade - Baixa auto-estima - Pânico. **Tel: 4612-8400**

FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO



**Alopatia • Homeopatia • Fitoterapia
Nutrientes • Florais**

Dra. Janete Ando e Dra. Elaine Lemos

Tel.: 4616.1615 - Fax.: 4703.0047
Av. Prof. Manoel José Pedroso, 858 - Cotia



Farmácia Homeopática Jorge Castro

Manipulações • Homeopatia • Produtos Dermatológicos
Fitoterápicos • Produtos Naturais • Drogaria
Entregamos em domicílio

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

CLÍNICAS E CONSULTÓRIOS

Dr. Denis Ferrari
Ginecologia e Obstetrícia
CRM 22380

Dr. Candido F. da Fonseca
Angiologia e Cirurgia Vasculard
CRM 36964

Dr. Sergio Santos Barbosa
Dermatologia Clínica e Cirúrgica
CRM 65990

Dr. André Luiz de Miranda Barbosa
Cirurgia Plástica
CRM 52442

Dra. Tatiana Tanaka Reichert
Fisioterapia Dermato-Funcional
CREFITO 3/51046-F

Dr. Eduardo Santana de Araújo
Fisioterapia - RPG e Pilates Clínico
CREFITO 3/35162-F

**Rua Monet, 79
4617-4993
Granja Viana**

Atendimento de elevado
padrão sem precisar
ir a São Paulo



**ESPAÇO
DA MULHER**

www.espacodamulher.med.br



**A vacina que
você precisa com
a segurança que
você merece!**

Todas as vacinas para Crianças e Adultos!

Atendimento

2ª a 6ª das 08:00h às 19:00h

Sábado das 08:00h às 14:00h

Domingo das 09:00h às 14:00h

www.vaciclín.com.br
Fones: (11) 3683-2424 / 3682-2445 / 3685-1701
Rua Cônego Afonso, 218 (Trav. Primitiva Vianco) - Jd. Agú - Osasco - SP



**É com esse mesmo
carinho que
cuidamos da saúde
do seu filho.**

Pediatria • Oftalmologia • Cardiologia • Endocrinologia • Cirurgia
Plástica • Dermatologia • Neurologia • Ginecologia e Obstetrícia
• Gastroenterologia • Psiquiatria • Ortopedia • Otorrinolaringologia
• Psicologia • Geriatria (Atendimento Domiciliar) • Homeopatia
• Clínica Geral • Cirurgia Vasculard • Teste Ortóptico

Rua José Félix de Oliveira, 1148 cj. 6 • Tel.: 11 - 4612-6283 ou 4777-0984
• Granja Viana • Cotia • SP



Centro de Especialidade
Médica Granja Viana
www.granclic.com.br

ODONTOLOGIA

Odont  **Dra. Karina Reina** - CROSP 58022
 • Prof^ª. Implante e Prótese.
 • Diretora da Assoc. Bras. Analgesia e sedação.
 • *Trate seus dentes sem medo e sem dor.*

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

Ligue agora e marque já sua avaliação com a nossa equipe! 4617-4610

TOTAL DEN ODONTOLOGIA



• Todas as idades e necessidades
 • Atendemos todas as especialidades

Dr. Ana Lúcia P. Lopes
 Pediatría • Clínica Geral
 Responsável técnica

Dr. André Blane
 CROSP: 80868
 Prótese e Implante

Estacionamento no local
 acesso a deficientes

Av. João Paulo Ablas 1689, sala 5 - Jd. da Glória - Km 23.5 Rod. Raposo Tavares
 Próx. Colégio Rio Branco • Kartódromo • Supergalo www.totalden.com.br
 Responsável Técnico: Dra. Ana Lucia P. Lopes Araújo CROSP: 89892 - CROSP estab.: 10367

dg **Dra. Nurimar Marconi Rocco**
 Especialista em ortodontia e ortopedia funcional dos maxilares

Ortodontia • Dentística (estética, clareamento a laser) • Prótese
 Endodontia • Periodontia • Implante • Atendimento de crianças e adultos

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



CECOI
 Centro Especializado em Cirurgia de Ortoimplantes

Dr. Paulo de Tarso B. Moreira CROSP 28045
 Mestre em Medicina-Cirurgia de Cabeça e Pescoço-Implantodontista e Ortodontia.

Dra. Corina N. V. B. Moreira
 Odontopediatra CROSP 27997

Dr. Raphael de Tarso B. Moreira
 Periodontista CROSP 90336

Dra. Byanka de Tarso Barbosa Moreira
 Cirurgiã Dentista - Cirurgia de Inclusos CROSP 95757

Fones: 4703.5896 e 4702.8472
 Av. São Camilo, 412 - Sl 6 e 8 - Granja Viana
www.odontocecoi.com.br



ODONTOLOGIA

Dr. André Siciliano CRO-SP 57.804
 Clínica geral • Periodontia • Implantes

Dra. Graziela Siciliano CRO-SP 44.865
 Clínica geral • Odontopediatria • Ortodontia

Rua Mazel, 254 - G.Vianna - tel. 4612-0514

ODONTOLOGIA INTEGRADA

Dra Ana Maria P. Gomes - CRO 37509

• Respiração bucal - Bruxismo • Clínica Geral Adulto e infantil
 • Desenvolvimento dos maxilares - (crianças a partir de 3 anos)

R. José Félix de Oliveira, 1270 sl.204 - Granja Viana- Tel. **4777 1045**

 **Dra. Sonia Maria Alves** CROSP 30.898
 ORTODONTISTA

ESPECIALISTA EM ORTODONTIA (U. São Francisco)
 ESPECIALISTA EM DOR-OROFACIAL DTM (UNIFESP)
www.DraSonia.com . Tels. (11) 4702.0304 . 4612.9508
 Rua dos Manacás 452 2º andar Granja Viana Cotia SP

ODONTOLOGIA **Dr. Pascoal Tadeu Labate**
 CRO 28233

**Ortodontista • Prótese • Implantes
 Clareamento a laser**

Rua José Félix de Oliveira, 1100 - Tel.: 4702-3562 - centrinho da Granja

odonto **Dra. Daniela Santos S.Pereira • Ortodontista** CROSP 65969
Dr. Mauro Jose S. Pereira • Implantodontista CROSP 80168

• Ortodontia e Ortopedia Facial • Implantodontia
 • Cirurgia • Exnteros Ósseos • Prótese
 • Endodontia • Periodontia • Dentística

R. Jorge Caixe, 128 • Portão • Cotia • Tel.: **4616-1776**

UROLOGIA

 **Dr. Flávio Haruyo Iizuka**
 Urologia - Adulto e Infantil CRM 75674

• Doenças da próstata, Pedras nos Rins, Infecção Urinária
 • Cirurgias a Laser, Videolaparoscopia e Robótica

Titular da Soc. Bras. Urologia, Soc. Bras. Videocirurgia e Assoc. Americana Urologia
 Fellow de Mayo Clinic/EUA - Médico Especialista pela Fac. Medicina da USP

www.drflavioizuka.com.br
R. José Felix de Oliveira, 1270 sl 206 - Tel: 4108.6670 / 4617.3541

DERMATOLOGIA

 **Dra. Lúcia da Conceição Martins Costa**
 Dermatologista - CRM 78076 sp

Dermatologia clínica, cirúrgica e estética • Laser para flacidez, manchas e vasos
 Laser depilação • Accent XL Ultra • Ultracontour • Radiesse
 Mesolis • Estelis • Sculptra® • Restylane • Botox

R. dos Manacás, 318 - Jd. Glória - Tel **4702-8003**

ORTOMOLECULAR

Dr. Alberto Chafic Eid

Medicina Ortomolecular • Obesidade • Medicina Bioquímica & Ortosistêmica com
 formação em Medicina Antienvhecimento • Homotoxicologia • Cardiologia

Central de marcações - fones: **5531-0661 e 5542-2869** - albertochafoic@yahoo.com.br
 Rua Belo Horizonte, 52 - Pq. São George - km 25 da Raposo Tavares

FISIOTERAPIA / PILATES

FISIOTERAPIA SONIA TAKARA Crefito 3 2578-F

• Fisioterapia Ortopédica/ Neurológica
 • R.P.G. (reeducação postural global)
 • Stúdio de Pilates (equipamentos e solo)
 • Isostretching (a ginástica da coluna)

Pós-graduada em Fisiologia do Exercício pela UNIFESP-EPM

Rua José Félix de Oliveira, 1401 sl. 10 e 11 Granja Viana - Fone: **4777.9311 e 9545.9106**

Clinica El Dorada **4243-1545**
 FISIOTERAPIA ESTÉTICA E SAÚDE

Depilação a Laser
 Clareamento de Manchas
 Drenagem Linfática

Carboxiterapia
 Redução de Medidas
 Rejuvenescimento Facial

Rua Francisco Alves, 19 - Sala 01 - Pq. Mirante da Mata - Cotia - SP - www.clinicaeldorada.com.br

 **FISIOTERAPIA ESPECIALIZADA**
RPG - Acupuntura - Reabilitação
 (Manual Concepts Institute, Australiano)

Dra. Mercia Rodrigues - Crefito 109793 - Tel.: 9903-7963
Dr. Luis Oliveira - Crefito 109790 - Tel.: 9194-6218

Rua José Felix de Oliveira 1401 (Sala 01) - Galeria Villa Vianna

Fisioterapia **Ortopedia Traumatologia Esportiva**

Karina Palla (Crefito 246045)
 Especialista em Ortopedia - UNIFESP
 Especialista em Fisioterapia Esportiva- UGF

Tel.: 9662-4137 / 8220-1157 - karinapalla@yahoo.com - ATENDIMENTO DOMICILIAR

EQUOTERAPIA E PET TERAPIA

Terapia utilizando animais para pessoa com comprometimento neurológico (S. Down, P.C, Autismo Transtorno na Aprendizagem...). O Ambiente apresenta multiplos recursos para estimulação sensorial o que enriquece ainda mais o processo terapeutico.

www.petzoo.com.br
 Tel: 11 96099092 / 41581664 Fernanda

Ana Paula M. Azeredo Coutinho
 Fisioterapia - Crefito 90028 - F

RPG • Pilates • Fisioterapia pediátrica • Drenagem linfática

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

CLEONICE TARANTINO PINTO
FISIOTERAPEUTA - CREFITO3-746F

Granja Viana e São Paulo
9166 4003 / 3079 8202

Reeducação Postural Global - RPG
Reabilitação motora
Ginástica Postural - Pilates



Dra. Vanessa Jota
fisioterapia estética

Pós-operatório de cirurgia
Drenagem linfática
Tratamento para celulite
Tratamentos faciais
Massagens redutoras
Atendimento c/ hora marcada

R. José Felix de Oliveira 359 - sl.102 - Villa Fênix
(11) 7336-2667 - www.esteticafisio.com.br

villa pilates
Equilíbrio e Saúde

Aulas com Fisioterapeuta, individuais ou grupo (3 alunos máx.)
Avaliação postural e aula experimental gratuita.

Preços promocionais.

www.villapilates.com.br
villapilates@villapilates.com.br
R. José Felix de Oliveira, 359 - salas 204/5
Galeria Villa Fenix - 4702-0627



NUTRIÇÃO

doutores da granja

Vanessa M. Moreira Sakashita - Nutricionista
CRN 25667
Especialista em Nutrição Clínica

Personal Diet - Emagrecimento - Ganho de Peso - Aumento de massa muscular
Reeducação Alimentar - Planejamento dietético personalizado

Av. São Camilo, 324 - Conj. 5 - Granja Viana - Cotia - Tel.: 4702-0626 e 4777-9333

TERAPIAS COMPLEMENTARES

SHIATSU

Luiza Sato

Mais de 30 anos de tradição em massagem

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

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

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



projeto viva melhor

MASSAGEM AO ALCANCE DE TODOS

5 Sessões de Massagem

Shiatsu - Drenagem Linfática - Modeladora
Massoterapia - Quiropraxia
Alinhamento dos Chacras

POR APENAS R\$100,00*
Plano feminino*

Todas as massagens são realizadas por Fisioterapeutas e Terapeutas de Segunda à Sexta

4617-3861 , 4617-3365 - Rua José Félix de Oliveira, 2060 .
Esq. Rua Paulicéia, 5C . Granja Viana

espaço integração

Desenvolvimento Pessoal • Saúde • Bem Estar
Núcleo da Mulher • Cursos e Workshops • Locação
7 anos de atividades na Granja Viana!

Fone: 4702.4838 www.espacointegracao.com.br

Viviane ROMERO

STUDIO DE PILATES
RPG
FISIOTERAPIA

4612-1901
8133-6452

ATENDIMENTO DOMICILIAR
HORÁRIO DIFERENCIADO
E ATENDIMENTO DE FINAL DE SEMANA

RUA DOS MANACÁS, 104
(PROX A PASSARELA DO KM 251 - JD DA GLÓRIA)

SERVIÇO

PROINVEST
CENTRAL DE NEGÓCIOS

ESTAMOS DE CASA NOVA!

As melhores opções de imóveis
Na Granja Viana e Raposo Tavares

Vide fotos + tour virtual
WWW.PROINVEST.COM.BR

Via Raposo Tavares, Km 23,333 Fone: 4612-2599

WWW

Desenvolvimento de Sites
Profissionalismo, dedicação, comprometimento e pontualidade é a nossa missão. Desenvolvemos o layout da sua homepage sem custo inicial. Você só paga se aprovar! Ótimo custo-benefício.

Lucia Helena de Palma
Consultora Desenvolvimento Web
www.p2pro.com.br
luciapalma@p2pro.com.br - (11) 9472-6546



P2P

Produções de Áudios Visuais

- Especializado em pré-produção, produção e pós-produção de áudio visuais (filmagens de festas, eventos, palestras, para publicidade institucional, shows, vídeos-aula e vídeos-artes);
- Montagem de DVD - books;
- Edição de qualquer tipo de material áudio visual;

Andrei Bruni de Palma
Diretor de Produções
andreipalma@p2pro.com.br - www.p2pro.com.br
cel.:11 7603-9895

Any Car

LAVA RÁPIDO
FUNILARIA - PINTURA

Rua Karan, 50 - Pq. São George
Granja Viana Cotia - São Paulo

4702-8713



Any Car

AUTO MECÂNICA

Injeção Eletrônica, motor, Câmbio, Freio e Suspensão

Av. Denne, 74 - Pq. São George
Granja Viana Cotia-São Paulo

4702-2466



POLO

* Mecânica em geral *
* Serviço leva e traz *
* Garantia de 3 meses *
Faça sua revisão periódica e fique sempre tranquilo.

4612.1263 e 4702.2421
R. Salma, 542 - Pq. S. George - Km25 Raposo Tavares
www.granjaviana.com.br/polo

22 anos



VISA Electron VISA MasterCard REDE SHOP

CASA DO CONSTRUTOR
Aluguel de Equipamentos




EM COTIA:
Estrada Fernando Nobre, 1019 - Parque Rincão
Km28,5 - Raposa Tavares
cotia@casadoconstrutor.com.br / www.casadoconstrutor.com.br

(11) 4612-4000
(11) 4612-5222

Bosque das Letras
EDUCAÇÃO INFANTIL
Berçário e Educação Infantil

Tel: 4206-1963 e 4618-1296
www.bosquedasletras.com.br



Estr. Fernando Nobre - Cond. Beverly Hills Comercial - Jandira
(Pegar a Estr. Fernando Nobre no 28,5 km da Raposa Tavares sentido Cotia e andar 5,5 Km)

ART & CRAFT
BY KIDS

Na sua casa ou no buffet uma nova opção de recreação com arte

Brincando e aprendendo, tornamos a sua festa inesquecível!

- Convites e lembrancinhas personalizadas
- Oficinas variadas para crianças de todas as idades

Fones: 8134-9478 / 9945-4121
www.artandcraftbykids.com.br



Janela para o Talento
Berçário & Educação Infantil

No nosso berçário, seu tesouro é muito bem cuidado.

Sala de sono climatizada, Sistema de ionização de ambiente, Solário, Lactário, Fraldário, Sala de estimulação específica para atender crianças de 0 a 2 anos

Ligue: **4186-2929** • www.janelaparaotalento.com.br • Granja Viana



EDUCAÇÃO

Psicopedagogia
Psicomotricidade
Reforço escolar
Oficina de leitura e escrita
Orientação de estudos

resolve!

Avenida José Félix de Oliveira 1100, cj1 - Granja Viana
Telefone: 47023562 / resolvepedagogico@hotmail.com

colégio Viver

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

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



BEM-VINDO À GERAÇÃO DO CONHECIMENTO

MATRICULAS ABERTAS 2010

DO INFANTIL AO MÉDIO
Via Sapiens
desde 1978

4612-0266
www.viasapiens.com.br




Colégio Raposo Tavares

Venha fazer parte da nossa história...
Cursos extracurriculares gratuitos

- Educação Infantil
- Ensino Fundamental
- Ensino Médio

Fone: 3782-2476
www.colegioraposo.com.br

Matriculas abertas para 2010



Centro de Recreação
Brincar e Cia
carinho, desenvolvimento e aprendizado

Cardápio especial p/restricção alimentar e vegetarianos

Divertimento para crianças de 01 a 10 anos

Jogos • Teatro de fantoches • Oficinas de brinquedos (reciclagem)
Circo • Ballet • Reforço escolar e muito mais...

2ª a 6ª das 7 as 19 hs - Tels.: 4702-0543 / 8115-6920
Rua Adozinda Lopes, 123 - Dentro do Condomínio Jd. da Glória.



DOCE Geração

Sob Direção de Angela Cristina Bocchile

Berçário - Educação Infantil Fundamental I

- 5000 m²
- Sistema Jean Piaget de ensino;
- Inclusos: Artes, Capoeira, Pet Ação, Educação Física, Música e Yoga a partir dos 5 anos;
- Inglês 2 aulas diárias a partir do maternal
- Opcional: Nataçao, Ballet e Futebol

Fone: **4612-4221** • www.docegeracao.com.br
Estr. Fernando Nobre, 1.897 - Km 28,5 Raposo Tavares



KUMON

Matemática
Português • Inglês **4702.4036**
Granja Vianna e São Paulo II Para todas as idades
www.kumon.com.br

CRIAR, INOVAR E EDUCAR
Educação Infantil • Fundamental • Médio



www.giusto.com.br 3781.0621

COLÉGIO IPÊ
Em 2010 Ensino Fundamental

SONHO ENCANTADO
4616-6204
www.ceisonhoencantado.com.br

Centro de Educação Infantil
Sonho Encantado
De Berçário a Jardim II

Rua Recife, 33 - Jardim dos Ipês
Tel.: 4616-6204 Cotia/SP

Educação Infantil
(a partir de 3 anos de idade)
Ensino Fundamental
Ensino Médio

**Escola
Granja Viana**



4612.2255
www.egv.com.br
escoladagranja@egv.com.br

MODA

PONTA DE ESTOQUE Shopping S. Fernando

Open Mall R. São Fernando, 751
Jd. Julio - Barueri • 4162-4587

Pikoka Kids

Aldeia da Serra
Av. dos Pinheiros, 80
4192-3662

Jandira Plaza Shopping
R. Ricarte Sewyabrier, 52
4789-7416

Trabalhamos com
estas e outras marcas
nos tamanhos 00 a 16



ESTÉTICA

La Bella Rosa
Estética



Neste mês de maio,

em homenagem ao dia das mães, a estética La Bella Rosa está presenteando-as com 30% de desconto em procedimentos de maquiagem definitiva. Lembrando dos nossos tratamentos faciais, corporais, manicure, pedicure e depilação. Venham conferir nossas novidades de outono inverno. *Promoção válida para agendamentos até 25 de maio.

Rua José Felix de Oliveira, 1148 sl. 07
Granja Viana - Cotia - SP - Fones: 4612-0932 e 4612-2770

Mad Studio Hair



Depilação • Manicure • Pedicure • Maquiagem
Estética facial e corporal • Podologia
Gessoterapia • Argiloterapia

Novidade: terapia geotermal

Fones: 4702.7319 / 0360 e 9394-8565
Av. Dona Cherubina Viana, 153 - Granja Viana

Equipe Granja

Cabeleiros • Barbearia

De volta com as
promoções
às quartas-feiras

Av. São Camilo, 333 / 4612-5677 - 4612-0590



Mais um aniversário.
Obrigado amigos e
clientes pelo 9º ano
de sucesso!

Zarah
Salão de Estética

Tel.: 4612-4520

ESPAÇO
KIDS

- Depilação Artística
- Drenagem
- Massoterapia
- Plástica de fios
- Mega Hair
- Escova Progressiva
- Escova Semi definitiva, Definitiva e de Chantilly
- Manicure
- Pedicure
- Podólogo



AV. JOSÉ FELIX DE OLIVEIRA, 359 - SALA 201 - GRANJA VIANA

DECORAÇÃO



Art Colonial
Móveis para Lazer e Farragens

Serralheria Artística
Arte, qualidade, beleza e decoração em ferro e alumínio. Escadas, móveis, portões, grades, luminárias, caixas de correio.
www.artcolonial.com.br
Rod. Raposo Tavares km. 25,5 (sentido SP)
Tel. 4612-2458 • 4777-9966



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



Cortinas e Persianas

Persianas Metais Preciosos
Conforto térmico 3 vezes maior e o dobro de visibilidade



VILLA BELLA LUXAFLEX® É IMPOSSÍVEL NÃO QUERER O MELHOR.

- Suaves lâminas de tecido são suspensas entre telas com transparência
- Tecido 100% poliéster com tratamento anti-estático que inibe o acúmulo de poeira
- Proteção contra os raios UV que danificam móveis e objetos
- Opção de acionamento motorizado - 5 anos de garantia

Fone: **4612.4346**
Av José Giorgi, 1340 - SPII



EL KELIM

COLEÇÃO COTTON LÚDICA
EM PURO ALGODÃO FEITO SOB MEDIDA EM DIVERSAS CORES.

VILLA BELLA
VENHA CONHECER TODA A LINHA DE TAPETES TECER

TECER
TAPETES

VILLA BELLA - AV. JOSÉ GIORGI, 1340 - GJ. VIANA - COTIA - 4612 4346



interiori

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

Tel: 4702 8547 • 8852-6470
interiori.casa@terra.com.br
Av. José Giorgi, 1181 sl 14 - Granja Viana



interiori

As melhores marcas de TAPETES agora na Granja Viana!

Fibras Naturais e Sintéticas
Tapetes de Couro, Jeans e personalizados
Diversos Acabamentos

Tel: 11 4702 8547
interiori.casa@terra.com.br
Av. José Giorgi, 1181 sl 14 - Granja Viana

GASTRONOMIA



Cafécomtexto
Revistaria

onde os granjeiros se encontram

Frozen iogurte, bebidas variadas, quitutes, espresso gourmet bem tirado da marca Madame D'Orvilliers e muito mais.

Avenida São Camilo, 395 (3400). Tel.: 4169.8086 • Aceitamos Cartões.



NOVIDADE!!

Alcibieri
Granja Viana

Qualidade incomparável a um preço que você não acredita!

- Massas
- Saladas
- Sopas
- Parmegianas
- Berinjelas Recheadas
- Polpetas
- Risotos
- Strogonoff

3ª e 4ª das 11:30 as 16:00
5ª, 6ª e Sáb. das 11:30 as 23:00 / Dom. até 21:00

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



O melhor da culinária japonesa agora na Granja Viana!

Venha saborear nosso rodízio



Av. São Camilo, 1530 - Tel.: 4169.1028 - Estac. c/ manobrista grátis



OSAKA
COZINHA JAPONESA



Itamar

FESTIVAL DE SUSHI, SASHIMI E PRATOS QUENTES

À LA CARTE E DELIVERY
ABERTO TODOS OS DIAS - ESTACIONAMENTO GRATUITO

www.osakarestaurante.com.br

ESTRADA DO CAPUAVA, 44B - COTIA
FONE: 4777-0546

(Promoção não válida para feriados - foto ilustrativa)

ARMARINHO



BUFFET SANTÉ



Menú Degustação	Finger Foods
Comidinhas de Botequim	Café da Manhã
Feijoada	Coffee-Break
Crepe Francês	Coquetel
Almoço / Jantar	Brunch

Eventos Sociais e Corporativos

11 4702.2535 | 4702.2504

www.buffetsante.com.br
contato@buffetsante.com.br



Lãs, linhas, tapeçarias, aviamentos e tudo o que você precisa para soltar sua criatividade, informe-se sobre os horários dos nossos cursos. Venha tomar um chá conosco e conhecer as novidades da coleção Inverno 2010! Temos peças prontas à venda e fazemos trabalhos sob encomenda, inclusive acabamentos e restauração de tapetes. Esperamos por você!

Av. José Giorgi, 1181 - sala 5 - Galeria São Paulo Villas - Fone: 4702-5305
www.atelierangelsdream.zip.net • atelier.angelsdream@uol.com.br

VETERINÁRIO



Cão Late Gato Mia

CONSULTÓRIO VETERINÁRIO & PET SHOP

BANHO E TOSA. CLÍNICA VETERINÁRIA. MEDICAMENTOS. AQUARIISMO. RAÇÕES. ACESSÓRIOS E TUDO MAIS PARA SEU PET.

Plano mensal com preço especial!
2ª, 3ª e 4ª feira
10% de desconto no banho e tosa.

4169 - 5552 • Segunda a Sábado das 9:00 às 18:00hs
Sistema leva e traz - Estrada da Fazendinha, 687



Gauchitos Grill
Churrascaria & Pizzaria

A TRADIÇÃO GAÚCHA EM BEM SERVIR

- Rodízio (Almoço e Jantar)
- Self-service com churrasco (Almoço por kilo de 2ª f. a sábado)
- Rodízio de pizza todas as noites
- Espaço Kids / Musica ao Vivo



www.gauchitos.com.br

Revista
Circuito
www.revistacircuito.com

4702-3936

CURSOS



Academia de Música

Experiência de mais de 20 anos no ensino musical, há 5 anos na Granja! Aulas individuais e personalizadas. Salas bem equipadas e professores altamente qualificados. Ligue e agende uma entrevista gratuita.

Prç: Niso Viana, 51 (ao lado do Bradesco) Fone: 4702.8250
www.amgv.com.br - www.myspace.com/academiademusicagv

Aulas de Francês

Particulares ou grupos.
Sandra Catrouxo - 4614.8006.
sandrakatrouxo@hotmail.com

Eucenir Borges - Terapeuta

Shiatsu, Reiki, Reflexologia, M. Terapêutica.

Atendimento consultório / empresas
Rua Mazel, 174 sl. 1 - Pq São George.
Tel: 4702.3953 / 9121.3167
www.eucenirborges.com.br

Centro culinário
Tia MarleneCursos e produtos
para confeitagens

Fone: 3721-8066
www.tiamarlene.com.br

Francês - aulas de conversação

Todos os níveis - tradutora/juramentada
Tel. 4617-3638

ESCOLA LIÇÃO DE CASA

Aulas de reforço em todas as disciplinas, com nova metodologia de ensino.
Reserve uma vaga para seu filho.
4206.0776 / 7206.1474 / 9574.5562

MATEMÁTICA

Aulas Particulares

- Fundamental/Médio/Superior
- Pós-Graduação e MBA
- Cálculo/Estatística/Mat. Financeira
Luiz: 9900.5032

AULAS DE GUITARRA E VIOLÃO

Com Eduardo 4169-5567 / 7220-7359
www.myspace.com/eduardofofo

ESPAANHOL

Aulas particulares e em empresas.
CURSO ACELERADO EM 1 ANO
Fone: (11) 4612-2628 - Alcira
17 anos lecionando no Brasil

Studio Harmonia
Escola de Música

Há 15 anos na Granja Viana.
4702-5428 • R. Mazel, 533
www.studioharmonia.mus.br

Espanol

Clases particulares
y empresas - Profª Miren
4703.4868 e 8333.6867



INGLÊS

Aulas particulares para todos os níveis
Método Interativo com recursos tecnológicos
Conversação, Tradução / Versão e
Preparação para exames

Annette McCulloch - 9401-6651
aculloch@gmail.com

Se seu filho tem dificuldades na escola, nos podemos ajudar!
Profissionais capacitados no acompanhamento escolar de todas as matérias.



Telefone: 4254-1622 - 9198-8262

SAÚDE

Paula Kanashiro
Terapeuta

Massoterapia e estética Corporal
Atendimento domiciliar e consultório
Tel: 9205.7076

Herbalife Store

Distribuidor independente
Visite nosso espaço saúde.
Experimente a vida com mais energia.
Pergunte-nos como
4612-0010 / 7621-8941

SERVIÇOS



Relógios Antigos de Mesa e Parede
CONSERTOS

Fernando Doubek

4702-6078 / 9988-5190

SERVIÇOS

ARTEIRO GARGIULO
ADVOGADOS

R. José Félix de Oliveira, 836 - sl. 02
Granja Viana - Cotia - SP Tel.: (11) 4702-3024
contato@advocaciaag.com.br www.advocaciaag.com.br

PATRÍCIA MARTINS JEANNEAU

ADVOCAIA

Família e Sucessões

www.patriciamartins.com.br • advocacia@patriciamartins.com.br

Rua José Felix de Oliveira, 834, sala 3b - Tel.: (11) 4612-1392 - Felix Boulevard - Granja Viana

CAMARGO VIANA E AMARO

ADVOCAIA E CONSULTORIA JURÍDICA

Profissionais com mais de 20 anos de experiência. Graduados, mestres e doutores pela Faculdade de Direito da USP.

Telefax (55 11) 4617-4581 • cva.adv@terra.com.br
R. José Félix de Oliveira, 828 - Cj 11 - Granja Viana - Cotia - SP



Debora Giannotti

Arquitetura & Garden Design

"Projetos integrados de arquitetura, interiores e paisagismo."

4702-2413 e 9654-0232

dcg.arquitetura@gmail.com • www.arteplastica.com/debora

SERVIÇOS DE MARCENARIA

Armários - Closets - Cozinhas - Home Theaters, etc.
César - 9915.2708

Consultório Veterinário 24 H

Atendo em casa preços + acessíveis
Dra. Laiza Wachholz - 42432149/85393149

Espaço Terapêutico

Dança do Ventre

(11) 9681 3219 www.espacoterapeutico.com

ATELIÊ: ROSELY KAVALESKI

Pintura em Tela - várias técnicas em ambiente aconchegante.
Fone: 4612-4068 ou 9995-2613

Advocacia

Cível - Família e Sucessões
Condominial - Previdenciário - Imobiliário
Vera Regina Volpini Zanandrea
Edna Silva e Silva
Fones: 4777-1194 / 4777-0807
sz.advocacia@terra.com.br

OPORTUNIDADE

Marmoraria
Admite vendedor externo c/experiência e c/ carro. Tel: 4702-0598

Convites, Papelaria Personalizada
agora feito no Brasil!
www.sanlori.com.br. Tel: 4186-3276

MASSAGEM



PROMOÇÃO*

3 massagens por R\$100,00

Shiatsu, Tui-na e Reflexologia
fazendo pacote de 10 sessões de qualquer outro serviço ganhe 20% de desconto.
Aproveite e presenteie você e sua Mãe
www.zennterapeutica.com.br
Fone: (11) 4617-4016
dentro do Walmart - G. Viana
*válido para Maio 2010



Espaço Plenitude

Artesanato & Decoração

Massoterapia e estética

Terapia e cursos

• Drenagem linfática redutora e relaxante
Pacote *4 sessões R\$ 120,00
• Limpeza de pele profunda
Pacote *2 sessões + hidratação R\$ 100,00
• Consulta tarot cigano R\$ 53,00

R. dos Manacás, 100 - Jd Glória - 4612-5192

Licenciamento Ambiental e
Recuperação de áreas degradadas.
engverde@yahoo.com.br 7406-2511

DELIVERY

GRANJOTA
Delivery

Você merece o melhor!
Tel.: 4612-3661

Delivery
4702.8466

Rua Eid Mansur, 753 Lj. 03
Pq. São George - Cotia

Um presente inesquecível para a sua mãe.



WW Dell Anno
100% VOCÊ.

grupoww.com.br

Conheça nossa loja:

Raposo: Raposo Tavares, km 21,5 • 11 4612-2018

twitter.com/wwdellanno