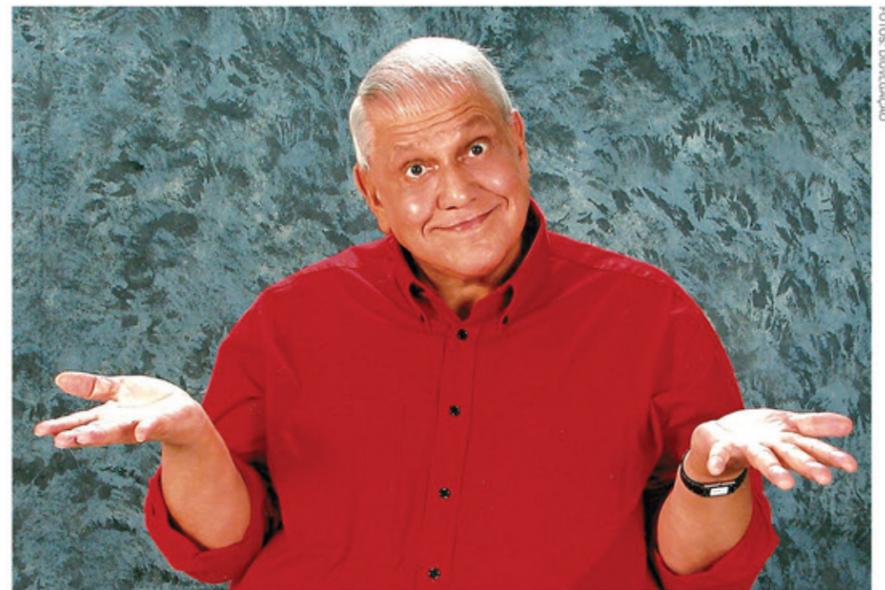


DE PEITO ABERTO PARA

2019



O começo de um Ano Novo é momento ideal para avaliar o que aconteceu no anterior e planejar como melhorar o que se inicia. Mudar conceitos, planejar (e executar), eliminar o que prejudica, repetir o que deu certo. Confira como organizar a sua casa, melhorar sua vida profissional e também 15 dicas para ser mais feliz. **Página 3**



FIM DE SEMANA COM SAMBA E BOM HUMOR

Com o melhor do samba e MPB, a cantora Didi Gomes é o destaque deste sábado (5), na programação das Tendas de Verão, em Santos. A agenda cultural desta edição traz também o "Mestre do Riso", Ary Toledo, que retorna à cidade em apresentação no Parque Balneário Hotel. **Página 7**



Dicas para reduzir o consumo de energia elétrica



CUIDADO COM OS OLHOS DAS CRIANÇAS DURANTE O VERÃO

Mais uma chance para o Brasil

O presidente Jair Bolsonaro assume o mandato com expectativa positiva de 65% dos brasileiros, segundo pesquisa Datafolha. Se conseguir viabilizar as mudanças anunciadas o Brasil pode retomar o tão sonhado crescimento econômico, fundamental para reduzir as desigualdades sociais.

O pilar essencial para iniciar o processo de mudança está na reforma da Previdência, que hoje apresenta um enorme rombo e que tende a crescer. A Previdência é, também, uma grande fonte de injustiças e responsável pela maior transferência de renda de pobres para classes mais privilegiadas.

Do ponto de vista político, o ministro da economia, Paulo Guedes, já apelidado de "Posto Ipiranga" de Bolsonaro, pode até ter avançado o sinal, mas ele está correto quando diz que a Previdência beneficia quem legisla e quem julga em detrimento do povo, que paga a conta.

As altas aposentadorias do setor público, os privilégios e as fraudes existentes são os grandes responsáveis pelo rombo gigantesco da Previdência. A questão precisa ser resolvida sob pena de as finanças do país entrarem em colapso o que inviabilizaria o governo Bolsonaro e o futuro do Brasil.

Concretizada a reforma da Previdência, com o fim dos privilégios, e também a prometida redução de impostos e desburocratização do setor público, e ainda uma forte redução de juros, os empresários voltarão a investir no Brasil.

Todas as ações, no entanto, não dependem exclusivamente do governo. A participação do Congresso será fundamental e agora veremos se a era do toma lá dá cá, marca registrada da política brasileira nos últimos anos, realmente chegou ao fim. Não há mudança possível sem o apoio do Parlamento.

O clima é de otimismo. Resta saber se o país saberá aproveitar mais uma chance que lhe é oferecida.

'As altas aposentadorias do setor público, os privilégios e as fraudes existentes são os grandes responsáveis pelo rombo gigantesco da Previdência'

Doria confirma construção da Ponte Santos-Guarujá

O governador João Doria (PSDB) confirmou que o projeto atual para a construção de uma ponte ligando os municípios de Santos e Guarujá, elaborado pelo seu antecessor, Márcio França (PSB) está mantido. "A opção existente é a melhor e é nesta que vamos trabalhar. Não é por ter sido avaliada pelo governo anterior que será desqualificada", disse Doria.

O governador afirmou que, assim como foi planejado por França, a ponte será construída com recursos privados, pela Ecovias, que, em contrapartida, terá seu contrato de exploração do sistema Anchieta/Imigrantes ampliado.

Pelo projeto elaborado, a ponte terá 7,5 quilômetros, começando próximo à entrada de Santos e terminando no acesso viário da Ilha Barnabé, a cerca de 500 metros da praça de pedágio da Rodovia Cônego Domênico Rangoni (km 250).



Privatização do Porto

Defensor de uma política mais liberal, o governador também revelou que vai pedir ao presidente Jair Bolsonaro (PSL) que o Porto de Santos, o maior da América Latina, seja repassado à iniciativa privada. Segundo Doria, o porto santista é "ineficiente" e tem um "alto custo".

Doria revelou um desejo: que o Porto de Santos "tenha uma condição equivalente à dos melhores portos asiáticos, em especial ao de Cingapura, referência internacional em qualidade, eficiência e baixo custo".



Bolsonaro quer aposentadoria aos 57 anos para mulher e 62 anos para os homens

O presidente Jair Bolsonaro surpreendeu o mercado ao propor aposentadoria aos 57 anos para as mulheres e aos 62 anos para os homens no projeto que pretende apresentar ao Congresso. A proposta é bem mais suave do que a apresentada por seu antecessor, Michel Temer (MDB), que definia idade mínima de 65 para homens e de 62 para mulheres.

Segundo anunciou o presidente, a idade mínima aumentaria um ano a partir da promulgação e outro a partir de 2022, cabendo a seu sucessor eventuais mudanças.

"O que nós queremos é aproveitar a reforma que está na Câmara (suavizada por ele), que começou com Michel Temer. A boa reforma é a que passa na Câmara e no Senado, e não a que está na minha cabeça ou na da equipe econômica", afirmou o presidente em entrevista ao SBT.



Justiça do Trabalho

Na mesma entrevista, Bolsonaro afirmou ainda que estuda enviar ao Congresso um projeto que acaba com a Justiça do Trabalho. "Qual país que tem? Tem de ter a justiça comum", justificou o presidente.

Outro objetivo do governo, segundo ele, será o de flexibilizar os contratos de trabalho como forma de gerar mais empregos no país.

"Todos morrerão"

Em São Paulo, após encontro com o governador João Doria (PSDB), o presidente da Câmara, Rodrigo Maia (DEM-RJ), afirmou que se a reforma da Previdência não for aprovada "todos morrerão".

Para Maia, que tenta a reeleição e já conseguiu o apoio do partido de Bolsonaro, a reforma da Previdência deve ser a principal agenda. "A gente precisa de uma grande pactuação. Acho que o governador João Doria tem toda a capacidade de liderar isso, entre o governo federal, os governadores e os prefeitos".

Segundo o presidente da Câmara, a reforma da Previdência é o caminho para superar a crise e gerar empregos. "É decisiva e vem para defender os brasileiros mais pobres e os aposentados", afirmou.

EXPEDIENTE

JORNAL DA ORLA - Editora Jornal da Orla Ltda.
Rua Nascimento, 33, Embaré, Santos - CEP 11040-170
Telefone: (13) 2101-0021
E-mail/Redação: editor@jornaldaorla.com.br
E-mail/Publicidade: publicidade@jornaldaorla.com.br
Fundador: Clóvis Edward Hazar (1931-2013)
Diretor de Redação: Edison Carpentieri
Editor: Marco Santana
Departamento de Arte: Cassio W. Cañete
Departamento Comercial: Ivana Gonçalves Torres
Projetos Especiais: José Carlos Fonseca Lopes
Colaboradores: Bárbara Camargo, Clara Monforte, George F. Jorge e Marcia Bernardo, Jadir Albino, Manuely Cardoso Braga e Mirian Ribeiro.

Impressão: S.A. O Estado de S. Paulo - Tel. (11) 3856-2457/2424 **ESTADÃO**
Os conceitos emitidos em artigos são de responsabilidade de seus autores, não representando a opinião do jornal.

O GENIAL ROBERTO MENESCAL E SUAS HISTÓRIAS

O violonista, guitarrista, produtor e compositor capixaba, radicado no Rio de Janeiro, Roberto Menescal, conhecido carinhosamente por "Menescal", é um dos maiores nomes da primeira geração da Bossa Nova e da nossa MPB.

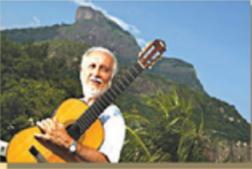
Em 2010, ganhou um livro sobre sua vida, "O Barquinho vai... Roberto Menescal e suas Histórias", escrito pela jornalista Bruna Fonte, lançado pela Editora Irmãos Vitale.

Através de uma narrativa leve e intimista, desenvolvida em 11 capítulos, a autora relata, em primeira pessoa, muitas histórias (algumas inéditas e surpreendentes), abrangendo toda a sua trajetória musical de sucesso e da sua vida cotidiana. Vai além de uma simples biografia, e o seu formato, lembrando muito um almanaque, facilita a leitura e agrada em cheio. Traz também depoimentos sensíveis de artistas, amigos e familiares, que dão força e credibilidade ao texto.

Os momentos mais surpreendentes do livro são contados quando Menescal menciona o surpreendente distanciamento com o parceiro de "Bye Bye Brasil" (1979), Chico Buarque, ocorrido quando ele recebeu um convite para mudar para uma gravadora concorrente. Fala também da sua determinante escolha do repertório do disco "Elis" (1972) e que se tornou um grande sucesso, mesmo contra a vontade inicial de Elis Regina, que não queria gravar de jeito nenhum aquelas músicas, selecionadas por ele. E conta também a curiosa resistência do cantor Emílio

Santiago, que não queria gravar o projeto "Aquarela Brasileira", que se tornou um dos maiores sucessos de vendas de discos no Brasil. Outro ponto marcante do livro são as várias passagens contadas ao lado do maestro Tom Jobim, seu grande amigo e considerado como "guru da música". Tom sempre chamava o "Menescal" em sua casa para mostrar as suas músicas e também para ajudar seu pupilo nas suas composições. Seus conselhos foram determinantes para que ele seguisse na carreira como músico e não se tornasse engenheiro ou arquiteto (sonho de seu pai), no funcionário público ou na Marinha (sua ideia pessoal). E ele nos revela também os outros "gurus" da sua vida: João Gilberto, o da sensibilidade, André Midani, o da organização e Paulo Coelho, o da confiança (seu grande amigo, que inclusive assina o prefácio do livro) e Luiz Correia de Araújo, o da natureza.

Em razão de tantas histórias que ficaram de fora do primeiro livro, a escritora Bruna Fonte, em 2012, desta vez em parceria com o artista (que assina também como autor), lançou o segundo livro sobre Roberto Menescal, pela Editora Prumo e com o título "Essa Tal de Bossa Nova", mais focado nas histórias dos bastidores da Bossa Nova e da MPB. Obrigado Bruna, pela sua intensa sensibilidade, e obrigado "Menescal", pela sua música, simplesmente incrível e genial.



"O PIANO DE JÃO DONATO"



Ouvir um disco de João Donato no formato piano solo é bem raro e extremamente prazeroso.

Em 2007, pelo selo Deckdisc, ele lançou "O Piano de João Donato", uma reunião de seus temas favoritos, que ele ouvira desde a adolescência, incluindo composições autorais, de uma forma bem intimista.

Considero como um disco de memórias musicais e curiosamente foi feito sem ensaios e todos os "takes" foram gravados de uma só vez, sem retoques para corrigir as interpretações.

Nem seria preciso, pois as gravações ficaram perfeitas. Você poderá conferir, nas interpretações leves do disco, as várias influências deste genial pianista acreano, que foi para o Rio de Janeiro ainda jovem e que se tornou um dos grandes expoentes da nossa música.

Esteve na Bossa Nova, foi desbravador nos Estados Unidos e, quando retornou ao Brasil, permaneceu ativo e muito criativo. Até os dias de hoje.

Sua figura é carismática e, por onde passa, apesar de um jeito tímido, conta histórias sempre muito interessantes e engraçadas.

Os temas "Outra Vez", "Brisa do Mar", "Manhã de Carnaval", "A Paz" e os clássicos "Invitation", "Speak Low" e "Repetition" ficaram muito inspirados e especiais e podemos escutar por várias vezes sem cansar.

Se você quer ser levado a um lugar incomum, ouça atentamente o disco e se surpreenda. João Donato é simplesmente o cara!



por **Cássio Laranja** contato@digitaljazz.com.br

DVD ROBERTO MENESCAL - "50 ANOS DE BOSSA NOVA"

A história da Bossa Nova está intimamente ligada a vida e a carreira do guitarrista, compositor, arranjador e produtor Roberto Menescal, um dos sócios fundadores do movimento.

Em 2008, coincidentemente "Menescal" e o movimento completaram 50 anos de música e, para comemorar esta data tão especial, ele resolveu gravar ao vivo em Belo Horizonte, no Teatro Chevrolet Hall, um belíssimo DVD, lançado pela sua própria gravadora, a Albatroz Music.

No palco contou com a presença de seus cúmplices Adriano Souza no piano, Adriano Giffoni no contrabaixo, João Cortez na bateria e mais 6 convidados muito especiais: Danilo Caymmi, Emílio Santiago, Leila Pinheiro, Pery Ribeiro, Wanda Sá e Miele.

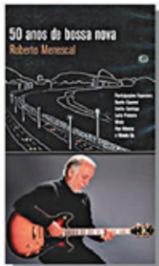
O resultado não poderia ser diferente: uma grande celebração com música da melhor qualidade.

Seus temas principais e suas parcerias foram lembrados, principalmente com Ronaldo Boscoli (seu maior parceiro) e também com Lula Freire, Joyce e Chico Buarque.

Você vai poder ouvir e se emocionar com Danilo Caymmi em "Nós e o Mar", com Wanda Sá em "Rio", com o saudoso Pery Ribeiro em "O Barquinho", com Leila Pinheiro em "Nara", com Emílio Santiago em "Você" e com todos eles juntos em "Bye, Bye, Brasil", numa verdadeira apoteose. São os seus destaques.

O curioso é que Roberto Menescal é um dos músicos mais ativos e atuantes da atualidade. E isso é muito bom de saber. Ele cuida da sua carreira pessoal bastante ativa e também encontra tempo para participar de projetos com outros artistas e principalmente dos novos talentos, que buscam nele inspiração e uma obrigatória "bênção", que nem sempre acontece. Com certeza, encontraremos sua música por aí nos próximos 50 anos, para sorte de todos nós.

Outra prova inegável de que a Bossa Nova é sempre nova, como já disse algumas vezes por aqui.



FISIOPET
HOSPITAL VETERINÁRIO
Campanha Leishmaniose
EXAMES GRATUITOS
APOIO UNESP
Av. Pedro Lessa, nº 2.076
EMBARÉ - SANTOS/SP
Tels.: (13) 3271-5571
(13) 99724-7299

universitas
Excelência em ensino
(13) 3269-0000
www.universitasensinomedio.com.br

UNIP
UNIVERSIDADE PAULISTA
6 ANOS CONSECUTIVOS RUIE PREFERIDA DO MERCADO PROFISSIONAL
GRADUAÇÃO • PÓS-GRADUAÇÃO • MESTRADO • DOUTORADO | PRESENCIAL • SEMIPRESENCIAL • A DISTÂNCIA
Campus Santos - Av. Francisco Manoel, s/nº - Vila Mathias - Tel: (13) 4009 2000 - www.unip.br - 0800 010 9000

iacs
Instituto de Análises Clínicas de Santos
Conheça nossos serviços:
Testes Cardiológicos
Exames de Imagem
Laboratório
Saiba mais em: iacs.com.br

Entrevistas Exclusivas
com grandes artistas

COMO MUDAR O RUMO EM 2019

Por conta de todo o seu simbolismo, o Ano Novo é momento ideal para reorganizar a vida e buscar fazer diferente. Mudar conceitos, planejar (e executar), eliminar o que prejudica, repetir o que deu certo. Todos buscam que o ano realmente seja marcado por (boas) novidades, mas é fundamental a participação de uma pessoa neste processo: você.

Em casa

Aproveite o Ano Novo para fazer uma faxina no que tem dentro de sua residência. Faça uma triagem de roupas e calçados que não usa mais e apenas ocupam espaço no seu closet. Da mesma maneira, avalie se é conveniente manter utensílios e eletrodomésticos que você usou pouquíssimas vezes. Jogue fora aparelhos quebrados que não têm conserto. Elimine comprovantes de pagamento com mais de cinco anos e outros documentos antigos, como manual de instruções de equipamentos que você já se desfez ou estão irremediavelmente quebrados. Guarde

documentos realmente importantes em pastas com etiquetas identificando, com a respectiva data.

Faça da organização uma rotina

Deixar para depois, a chamada procrastinação, faz com a quantidade de coisas a se organizar se acumule e, em consequência, desestimule a realização desta tarefa. Assim, coloque na sua agenda um horário semanal apenas para arrumar suas coisas. Manter a casa organizada aumenta a sensação de conforto e deixa a vida cotidiana mais prática, pois tudo está no seu devido lugar.

No trabalho

1- Goste do que faz

Por mais que pareça clichê, é fundamental que sua atividade profissional seja prazerosa. Além da frustração do ponto de vista pessoal, não se envolver com o trabalho tende a render resultados insatisfatórios. Até que um dia o empregador se enche e manda você procurar outra coisa para fazer.

2- Especialização é importante

Não basta gostar da tarefa. Executá-la bem é fundamental. Neste contexto, ter facilidade apenas é insuficiente. É preciso buscar sempre aperfeiçoamento, seja com leituras, vídeos tutoriais, cursos rápidos, especializações ou pós-graduações. Quanto mais especializado, mais imprescindível o profissional é.

3- Mudanças de emprego com muita frequência

Se você troca de trabalho em curtos intervalos de tempo, mas sempre buscando melhores perspectivas (o que não significa necessariamente um ganho financeiro maior), é natural. Mas se troca de empresas por falta de motivação, fique atento. Você pode estar na carreira errada ou então não se preparou o suficiente para ser um profissional que enfrenta adversidades.

5-As redes sociais podem ser aliadas

Utilize a sua rede de relacionamentos (que não se restringe às redes virtuais) para apresentar seu perfil profissional, habilidades e objetivos. Evidentemente, com parcimônia: não tente "vender o seu peixe" explicitamente em ambientes de lazer ou descontração.



15 dicas para ser mais feliz

Melhorar a sua vida no Ano Novo passa por se reorganizar mentalmente, combatendo o estresse, a baixa autoestima, o desânimo e outros sentimentos negativos. A psicóloga Miriam Pontes Farias explica que é preciso ter atitudes motivacionais.

- 1- Faça um balanço do que realizou no ano passado, destacando o que deu certo. Relacione o que não saiu como desejava e busque identificar as razões. Não se culpe em excesso.
- 2- Mantenha relações saudáveis, pessoas que lhe motivam, aconselham querendo o seu sucesso. Afaste-se de pessoas tóxicas, que vibram com seu fracasso.
- 3- Planeje. Passar no concurso, comprar um imóvel, casar, fazer faculdade, ter filhos, viajar... Estabeleça metas realistas e vá em frente!
- 4- Aprenda a administrar momentos de estresse e ansiedade.
- 5- Valorize as coisas boas que aconteceram em 2018 e busque repetir as ações que levaram a estes resultados positivos.
- 6- Pare de se lamentar. Cuidado com a autopiedade. Também fuja das pessoas que têm pena de você.
- 7- Separe alguns minutos do seu dia para pensar na própria vida.
- 8- Faça atividades que relaxem e tragam prazer: ver um filme, tocar um instrumento, praticar um esporte.
- 9- Viva um dia de cada vez. Uma vida se constrói aos poucos, não de uma tacada só.
- 10- Valorize o que você tem de melhor, suas vocações e habilidades. E aprimore-as!
- 11- Esteja aberto a novos aprendizados.
- 12- Saia da "zona de conforto". Faça coisas diferentes para obter resultados diferentes.
- 13- Cuide do corpo. Alimentação saudável e atividade física. Evite fumar, bebida alcoólica em excesso.
- 14- Cuide da mente. Alimente pensamentos positivos. Seja otimista.
- 15 - Não se isole, busque se relacionar com as pessoas, tomando a cautela de evitar as pessoas tóxicas.

Especialista propõe Matriz de Foco

Especialista em planejamento e estratégias de grandes empresas nacionais e estrangeiras, o professor de MBA da Fundação Getúlio Vargas Luciano Salamacha desenvolveu a Matriz de Foco, uma fórmula para orientar a fazer um plano pessoal e profissional. O planejamento pode envolver trabalho, estudos ou relacionamentos.

Como fazer:

Faça um quadrado. Na primeira linha, coloque os objetivos individuais e na segunda, os coletivos. À medida que preenche o quadrante com a meta do próximo ano, ela deve responder as perguntas no 1 e 2. Quem será afetado por isso? Quem será o beneficiário ou não disso? Nas duas perguntas a resposta deve ser: EU.

Na linha 1 - quadrado 1: Individual/ Pessoal

Somente a pessoa é impactada e o esforço depende única e exclusivamente dela. Adquirir um bem como a compra de um carro, uma casa, uma joia, uma máquina, uma roupa etc. Ou o aprendizado de um instrumento musical, uma língua estrangeira, um curso de meditação ou fazer terapia.

Linha 1 - quadrado 2: Individual/ Profissional

Idem ao quadrado 1, mas com foco no trabalho. A meta pode ser a conclusão de um mestrado uma faculdade, ou um hábito que possa melhorar a vida profissional, como o compromisso de não atrasar no trabalho ou a entrega de resultados, por exemplo. O pilar nesses dois quadrados do planejamento é só para a pessoa e não depende de mais ninguém. Por fim, complete o planejamento com os quadrantes 3 e 4. Na segunda linha a pergunta é quem será o beneficiário de tudo isso? A resposta será eu e o outro.

Linha 2 - quadrado 3: Coletivo/Pessoal

Neste quadrante o esforço quanto o resultado depende e impacta outras pessoas do círculo de relacionamento pessoal como amigos, família, vizinhos, etc. Por exemplo, uma viagem em família, ou encontros mensais com amigos de infância, envolvimento em projetos sociais, como trabalho voluntário, um hábito ecológico, por exemplo como não consumir tanto plástico, etc. São objetivos que vão influenciar a coletividade.

Individual/ Pessoal	Individual/Profissional
Coletivo/Pessoal	Coletivo/Pessoal

Linha 2 - quadrado 4: Coletivo/Profissional

Idem ao quadrado 3, porém o impacto é nos colegas de trabalho, clientes, fornecedores, etc. Exemplos como melhorar a relação com a equipe de trabalho, mobilizar minha equipe para

projetos de qualidade de vida na empresa. Mudar a postura para ter mais reconhecimento da equipe junto a chefia. Ajudar um colega que tem dificuldade em algum setor, criar um esquema novo para um problema recorrente que incomoda muita gente no ambiente corporativo.

CONFIRA UM EXEMPLO:

Individual/ Pessoal	Individual/Profissional
• APRENDER A TOCAR VIOLÃO	• APRENDER A FALAR ESPANHOL
Coletivo/Pessoal	Coletivo/Pessoal
• ORGANIZAR UMA VIAGEM COM TODA A FAMÍLIA PELA EUROPA	• DESENVOLVER UM NOVO PROCESSO NA EMPRESA QUE VAI TRAZER ECONOMIA

Informe Publicitário
ITINERÁRIO INFORMATIVO
 www.diocesedesantos.com.br/www.facebook.com/diocesedesantos
 Ano 20 - N.653 (13) 3228-8881 - Assessoria de Comunicação Diocese de Santos

A Diocese de Santos deseja a todos os homens e mulheres da nossa querida Baixada Santista um novo ano cheio de amor, solidariedade e alegria!

Feliz 2019!

Venha fazer parte dessa família e vencer seus desafios!

- Ensino Bilingue
- Salas de aula climatizadas, com multimídia, Apple TV e uso de Ipad
- Modernos laboratórios Ginásio Poliesportivo
- Atividades esportivas e culturais complementares
- Piscinas cobertas e aquecidas
- Áreas específicas de alimentação, recreação e convivência
- Serviço de Enfermagem, Psicologia Escolar e Acompanhamento Nutricional
- Seguros escolar e educacional

Liceu Santista
 110 ANOS DE TRADIÇÃO NO ENSINO

Berçário Educação Infantil Ensino Fundamental Ensino Médio Pré-Vestibular

Av. Francisco Glicério, 642 - Santos/SP
 www.liceusantista.com.br



CLARA MONFORTE

claramonforte.com.br

claramonforte@jornaldaorla.com.br

Fotos: Leandro Amaral



RÉVEILLON 2019

Já virou tradição a turma se reunir ao som do GRUPO COISA DE PELE com muito samba e pagode, e este ano, com a participação especial dos cantores TITE, DIDI GOMES e FERNANDO NEGRÃO (esquerda), que emprestaram suas vozes com muita alegria e talento. De frente para a praia todos curtiram a belíssima queima de fogos, no visual espetacular de toda a baía de Santos. Entre outros, lá estavam:



OSVALDO MONFORTE e ALEXANDRE CARVALHO



NATHALIA ALLENDE, KARLA GUISANDE, ALINE CAVALCANTI COSTA, GRAZIELA MONFORTE, RENATA AMARAL NICO, THÁIS MASTEGUIM e ANA PAULA ALMEIDA



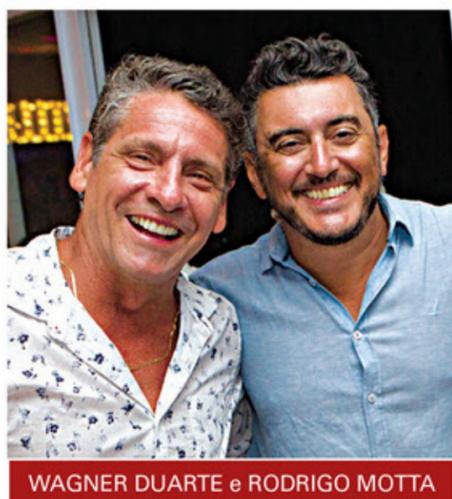
SYLVIA ROVAI



MARIÂNGELA DUARTE



REINALDO SOARES com ILMA RIBEIRO



WAGNER DUARTE e RODRIGO MOTTA



BRASIL ARAÚJO AUGUSTO com ANINHA SALGUEIROSOSA

HOMENAGEM ...

Ao saudoso Orlando Tavares ... um jogo de futebol na praia, com os veteranos do Santos FC e da Briosa, marcou a manhã do dia 31, promovido pelos Amigos Lusitanos e Último Gole. Animação das Escolas de Samba União Imperial, X9 e Oscar Guzella.



Muita emoção dos filhos do homenageado ANTONIO CARLOS, CARLOS EDUARDO TAVARES e FÁTIMA MATEO exibindo a placa, o neto GUILHERME, sua mãe VALÉRIA ROCHA e da esposa TEREZINHA TAVARES

moldura minuto Preços especiais com até 70% de desconto!

Única referência de molduras no mercado de decoração.

Shopping Parque Balneário - Gonzaga - Santos Tel.: (13) 3289 4646

TAPEÇARIA PEDRO LESSA

REFORMA DE ESTOFADOS

LAVAGEM E IMPERMEABILIZAÇÃO

▪ SOFÁS ▪ TAPETES ▪ CORTINAS

Av. Pedro Lessa, 1243

3273-2980

Presente em todas as ocasiões!

Gardenia Flores

(13) 3301-2829

www.gardeniaflores.com.br

MARIGNY PIRES ODONTOLOGIA

Aqui seu sorriso é assunto de família

Av. Ana Costa, 221- cj.31 - tel.: (13) 3221.5757

Sérgio de Marigny Pires - CROSP 10223 - Responsável Técnico

- Odontologia de bebês e gestantes
- Odontopediatria
- Ortodontia preventiva e corretiva
- Odontologia estética
- Implantes
- Prótese
- Prótese sobre implantes
- Carga imediata
- Exodontia de terços molares (dente do siso)
- Periodontia
- Endodontia
- Clareamento dental
- Invisalign

NOVA VIDA!

Para encerrar um texto, uma página ou uma frase é só colocar um ponto final e iniciar um novo parágrafo. Isso é recomeçar. A hora é essa para todos nós! Recomeçar é um avanço e as mudanças são inevitáveis ... é jogar fora, destruir, remover tudo o que não valeu a pena nas coisas e nos sentimentos guardadas inutilmente e na própria vida. Isso é sacudir as energias paradas e receber as novas, nem que se tenha que começar do zero. Se, ainda assim, nada mudar ... invente. E quando realmente recomeçar... acredite, enfrente, fique alegre, contagie e agradeça.



CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



www.MUDEHABITO.com.br

Central de Vendas: (13) 3281.8200
www.unimed santos.coop.br

ANS nº 355721

VOU

já marcou uma hora com você hoje?

em dia com a saúde

Nas férias, cuidado com os OLHOS DAS CRIANÇAS

Verão combina com mar, piscina, cachoeira e tudo mais que permita refrescar o corpo do excesso de calor. Para quem tem criança pequena, este também é um período para redobrar a atenção com a saúde dos pequenos, desde a proteção da pele, hidratação até os cuidados com os olhos, já que o verão propicia o desenvolvimento de algumas doenças e outras condições que podem afetar a saúde ocular.

Segundo a oftalmopediatra Marcela Barreira, do Banco de Olhos de Sorocaba, águas contaminadas, cloro, protetores solares e o sol podem desencadear quadros de irritação, conjuntivite alérgica ou infecciosa. Por isto, ela indica seis cuidados que os pais devem adotar para proteger os olhos dos seus filhos durante a estação mais quente do ano:

Protetor solar

Esses produtos contêm diversas substâncias que podem causar irritação, especialmente na região dos olhos. Como as crianças ficam mais tempo dentro da água, o ideal é usar produtos próprios para a região da face, voltados para o público infantil. Jamais passe protetor nas pálpebras superiores. Lembre-se de aplicar o produto 30 minutos antes da exposição ao sol e reaplicar a cada duas horas.

Protetor solar

Esses produtos contêm diversas substâncias que podem causar irritação, especialmente na região dos olhos. Como as crianças ficam mais tempo dentro da água, o ideal é usar produtos próprios para a região da face, voltados para o público infantil. Jamais passe protetor nas pálpebras superiores. Lembre-se de aplicar o produto 30 minutos antes da exposição ao sol e reaplicar a cada duas horas.

Óculos de sol

Os raios solares UVA e UVB ficam mais incidentes no verão. Por isso, o ideal é investir em óculos com lentes protetoras para crianças maiores, já que nos pequenos pode ser mais difícil a aceitação. Além dos óculos, reforce a proteção com bonés ou chapéus.

Óculos de natação

Quando a criança gosta de nadar abrindo os olhos embaixo da água, o ideal é investir em óculos de natação para evitar irritação devido ao cloro ou água do mar. O uso dos óculos também protege os olhos da conjuntivite, já que o principal meio de transmissão da doença no verão é a água de piscinas contaminadas.



Atenção aos brinquedos

Existem alguns tipos de brinquedos usados em piscinas ou praias que podem causar acidentes graves. Alguns são parecidos com "armas", que espirram água. Se o jato for muito forte, e atingir o olho da criança, pode levar a uma emergência médica. Portanto, evite comprar esse tipo de produto para seu filho e fique atento se há outras crianças usando esse brinquedo por perto.

Sinais de alerta

"Depois de um dia inteiro na praia ou piscina, é comum as crianças ficarem com os olhos vermelhos. Porém, no dia seguinte devem estar normais. Quando a vermelhidão não passar e surgirem outros sintomas como coceira, irritação e acúmulo de secreção, o ideal é procurar um oftalmopediatra. Estas podem ser manifestações da conjuntivite", conclui Marcela Barreira.

COCO

BENEFÍCIOS E FORMAS DE CONSUMO

Delícia tropical que faz muito sucesso principalmente no verão, o coco é um alimento funcional por excelência: todos os seus derivados têm importantes ações que contribuem para a saúde do nosso corpo, garante a nutróloga Tamará Mazaracki. "O coco é rico em compostos fenólicos - antioxidantes que agem contra os radicais livres. A fruta ajuda a relaxar os nervos e os músculos, baixa o nível de pressão arterial, controla o açúcar no sangue, produz um perfil lipídico mais saudável (HDL alto e LDL baixo), contribui para a imunidade, reduz a inflamação de articulações e auxilia no emagrecimento", afirma a médica.



MIL E UMA UTILIDADES

Água - Excelente fonte de vitaminas e nutrientes e tem ação hidratante, mineralizante, diurética, antioxidante e evita câimbras. A água de coco melhora a função intestinal. Possui poucas calorias, uma média de 40 calorias por copo de 200 ml.

Coco maduro - Muitos evitam o coco por considerá-lo calórico e gorduroso, mas a médica nutróloga garante que a polpa do coco maduro é uma excelente opção para quem luta contra o peso. "Ela contém muitas fibras e sua gordura composta por ácidos graxos curtos não é estocada pelas células, ajuda a saciar e dá energia. Além disso, mantém o metabolismo ajustado e regula a função tireoidiana", diz. A quantidade indicada é 1/4 da polpa do coco seco, 50 gramas, na hora do lanche.

Óleo - Apesar da fruta conter um nível elevado de gorduras saturadas, elas são formadas basicamente por ácidos graxos que não são armazenados pelo corpo e fornecem energia imediata. A gordura do coco é rica em ácido láurico (50% do total de lipídios) com propriedades antibacterianas, antifúngicas e antivirais. Pode ser usado no preparo de alimentos, consumido ao natural ou acrescentado em vitaminas e shakes.

Leite - "O leite de coco é rico em gordura saturada saudável que o corpo facilmente quebra e usa como fonte de energia. Pesquisas mostram que as populações que consomem leite de coco têm baixas taxas de doença cardíaca", afirma a médica. É um leite cremoso, sem lactose, saboroso, melhora a digestão e pode aliviar os sintomas de hiperacidez, úlceras e refluxo.

Farinha - A farinha de coco é muito rica em fibras, ajuda na saciedade, melhora a função intestinal, regula o açúcar no sangue e os níveis de colesterol. Ela tem baixo teor de gordura, pois é preparada a partir do bagaço após a retirada do leite de coco, onde está a gordura. Ela pode ser usada ao natural (no suco, vitamina ou iogurte) e no preparo de pães, bolos e biscoitos. É livre de glúten e hipoalergênica.

HEPATITES BeC
Saiba como evitar. Saiba como tratar.
Faça o TESTE GRATUITAMENTE Informe-se: 3222.5724

CUIDADORA DE IDOSO
Rosita
Proteção, carinho e responsabilidade
Tel. 3062-4323

APARELHOS AUDITIVOS
TERAPIA FONOAUDIOLÓGICA
AUDIOMETRIA CLÍNICA E OCUPACIONAL
PROCESSAMENTO AUDITIVO

Av. Ana Costa, 493 - sala 27
2º andar - Gonzaga - Santos/SP
Tel.: (13) 3286.3776 / 3284.5065

FonoCenter
Centro Auditivo
www.fonocentersantos.com.br

rent a car
VILA RICA
ALUGUEL DE CARROS
www.vilaricarentacar.com.br 35 Anos

• Veículos Populares e Utilitários • Carros de Luxo com ou sem Motorista
• Eventos • Casamentos • Terceirização de Frota para Empresas

ASSOCIADA ABLA SICAIF
PREÇO ESPECIAL PARA EMPRESA

www.vilaricarentacar.com.br
(13) 3234.2624 Av. Cons. Rodrigues Alves, 387 - Santos

DICAS PARA ECONOMIZAR NA CONTA DE LUZ NESTE VERÃO



A combinação entre calor, casa cheia de familiares e amigos na temporada de verão forma um contexto que contribui para um aumento considerável no consumo de energia. Embora a conta de luz deva permanecer em bandeira verde nos próximos meses, um valor mais alto do que o normal devido ao uso excessivo de energia pode complicar a vida de quem tem outras contas para pagar no início do ano, como o IPTU, IPVA e matrícula escolar. Por isso, economizar é preciso! Alguns cuidados podem lhe ajudar a reduzir o consumo sem grandes intervenções na instalação elétrica da casa ou apartamento. Confira:

Troque as lâmpadas

A primeira dica é trocar as lâmpadas incandescentes ou fluorescentes pelas de LED. Uma lâmpada LED de 10W, por exemplo, ilumina tanto quanto uma fluorescente de 15W ou uma incandescente de 60W. No fim do mês, a mudança representa uma economia de quase 35% e 90% respectivamente.



FOTOS SXC.HU IMAGE BANK

Aparelhos desligados

Tire os aparelhos da tomada quando não estiverem em uso. Mesmo no modo stand-by eles continuam consumindo energia, o que pode custar até 10% a mais na conta de luz.

Ar condicionado

Se possível (apesar de, em Santos, ser quase impossível) evite o uso excessivo do ar-condicionado. Ao optar pelo ventilador pode-se gerar uma economia de até 20%, em média.

Geladeira no lugar certo

Cheque se o seu refrigerador está na distância correta em relação à parede, que deve ser de 10 cm. Isso evita que o calor aumente excessivamente na parte traseira, fazendo com que a geladeira precise trabalhar mais para dissipá-lo.

Banhos refrescantes

Para economizar no banheiro e se refrescar, usar o chuveiro na função verão diminuir em até de 20 a 30% o valor da conta de energia. Se você gosta de banho frio, não hesite em desligar o aparelho!

Lavanderia

Lavadora e ferro elétrico entram na lista dos vilões da conta de luz. Por isso, acumule roupas para lavar e passar. Isso evita o gasto excessivo com várias lavagens na máquina ou acionamentos do ferro. Se possível, evite também a função secadora de máquinas.

Dica de profissional

Caso esteja desconfiado que o consumo é menor que o gasto mensal, desligar todas as luzes e equipamentos elétricos da tomada e, após alguns minutos, o relógio deve ficar parado. Caso não fique, procure um profissional, pois pode haver indícios de fuga de corrente na residência.

• Colchões de Mola e Espuma
• Sofás cama • Poltronas
• Camas e Cabeceiras
• Travesseiros, capas e protetores
• Medidas convencionais e especiais
• Lençóis e Edredons

5 DE OUTUBRO COLCHÕES

Av. Epitácio Pessoa, 55 - Boqueirão
Televentas 3288.3760

EMPALHAMENTO DE CADEIRAS
Restauração a palhinha de sua cadeira, com perfeição.

Serviço com garantia
CUSTÓDIO 3062-4323

Litoral
Qualidade em Revestimentos
litoralrevestimentos.com.br

- Pisos vinílicos
- Pisos laminados
- Papéis de parede
- Persianas rolô e romana
- Grama sintética

Av. Bernardino de Campos, 96 | ☎ 13 3877.0460

Litoral

Dr. das Cortinas
Confecção sob medida:
CORTINAS • PERSIANAS
LAVAGEM E REFORMA DE CORTINAS
PAPEL DE PAREDE

Orçamento sem compromisso
TEL.: 3233-4651
CEL.: 99133-9302

Pisos Laminados, Cortinas, Persianas, Papéis de Parede

PAGAMENTO FACILITADO
VISA • MASTERCARD • CREDITO CAIXA

O bom gosto em decorações
DEVAL
R. Pedro Américo, 164
(13) 3234.7798-3233.7525

Rio Santos BOSSA FEST 2019

DE 18 A 27 DE JANEIRO

SHOWS, FILMES E FOTOS

LOCAIS: SHOPPING PARQUE BALNEÁRIO . PINACOTECA BENEDICTO CALIXTO
TEATRO GUARANY . SESC SANTOS . ESPAÇO ARTE CAFÉ . COLÉGIO UNIVERSITAS

RIO SANTOS
BOSSA
FEST

www.riosantossosfest.com.br

cinema

Cine Arte

Até quarta-feira (9), o Cine Arte Posto 4 (orla do Gonzaga, próximo ao canal 3) exhibe o filme sul-coreano "Em Chamas", vencedor dos prêmios de crítica e júri no Festival de Cannes 2018. Dirigido por Lee Chang-Dong e com atuações de Yoo Ah-In, Steven Yeun e Jeon Jong-seo, o longa, que narra um triângulo amoroso, é uma livre adaptação do conto Queimar Celeiros, do escritor japonês Haruki Murakami. As sessões às 16h, 18h30 e 21h. Ingressos R\$ 3.

música

Tendas de verão

As quatro tendas montadas na faixa de areia da orla de Santos têm programação musical neste final de semana (5 e 6), das 20h às 22h. Neste sábado, na Tenda 1 (Praia da Pompeia, ao lado do Posto de Salvamento 2) quem comanda a música é Kika Willcox. Na Tenda 2 (Praia do Gonzaga, próximo à Av. Ana Costa) a Velha Guarda da Vahia se apresenta. Beito do Reco é a atração na Tenda 3 (Praia do Boqueirão, em frente à Rua Ângelo Guerra) e, na Tenda 4 (Praia do Embaré, em frente à Rua Oswaldo Cochrane), o show fica por conta de Didi Gomes (foto). No domingo, a música rola das 19h às 22h, com a banda Atrios na Tenda 1; Inovasom na 2; Imagem na Tenda 3 e Roberto Musical Show na 4. A entrada é franca.



KAREN SALES/REPRODUÇÃO FACEBOOK

FONTE DO SAPO - Neste sábado (5), a partir das 20h, a atração musical no espaço (orla da Aparecida) é o cantor Anderson Oliveira, que terá os músicos Gon, Aydan e Felipe Macedo como convidados. O repertório traz MPB. No domingo (6) tem a Banda Naípe, que agita a partir das 19h, com hits variados. Gratuitos.

CHORO - O grupo Choro das 3 apresenta seu projeto especial em um show de curtas execuções para os pequenos e seus familiares. A apresentação acontece no sábado (12), às 16h30 e 17h, no Sesc Santos (Rua Conselheiro Ribas, 136, Aparecida). Entrada gratuita com retirada de ingressos duas horas antes do show.

Igor Willcox

Com elementos do jazz, funky e fusion, o show do Igor Willcox Quartet, que acontece na quinta-feira (10), às 21h, no Sesc Santos (Rua Conselheiro Ribas, 136, Aparecida), mostra o lado compositor do artista Igor Willcox, explorando toda sua musicalidade, espontaneidade como baterista e interação com os músicos. Grátis.

Liceu Santista
 • Berçário
 • Educação Infantil
 • Ensino Fundamental
 • Ensino Médio
 Agende uma visita **3205-1010**
 Av. Francisco Glicério, 642 - J. Menino - Santos/SP
 www.liceusantista.com.br

exposição

PRESEÍPIOS - A tradicional exposição do Santuário Santo Antônio do Valongo (Largo Marquês de Monte Alegre, 13) chegou à sua 25ª edição, reunindo obras que têm a intenção de despertar o espírito natalino, recriando a cena do nascimento de Jesus. Ao todo, são 35 presépios produzidos com os mais diversos materiais, estilos e origens. Visitação: até segunda-feira (28), de terça a domingo, das 10 às 17h30.

Cerâmicas

- O Museu de Arte Sacra de Santos (Rua Santa Joana D'Arc, 795, Morro São Bento) abriu a exposição "Testemunho da religiosidade: santos entre anjos, cruz e velas", do ceramista Carlo Cury. A mostra reúne obras que refletem a devoção a santos católicos. Visitação: até quinta-feira (31), de terça a domingo, das 10 às 17h. Ingressos. R\$ 5.

EWELY BRANCO - Arquiteta, artista plástica e designer gráfica, Ewely Branco apresenta pinturas e a instalação artística Woman. Os trabalhos resultam de experimentações visuais com imagens de elementos da natureza presentes na paisagem urbana, submetidas a processos de síntese, ampliação, espelhamento e a variações no uso das cores. Aberta ao público na Pinacoteca Benedicto Calixto. (Av. Bartolomeu de Gusmão, 15, Boqueirão). A visitação pode ser feita de terça-feira a domingo, das 9h às 18h, até 3 de fevereiro. Entrada gratuita.

teatro



DIVULGAÇÃO

Ary Toledo

O mestre do riso volta a Santos, abrindo a temporada de humor da cidade. A apresentação será neste sábado (5), às 21h, no Parque Balneário Hotel (Av. Ana Costa, 555, Gonzaga). Além de piadas Ary traz um mix de músicas e causos. Ingressos: R\$ 70. Informações: 3285-6900.

Naifs

Inspirados no terno francês Naïf, criado para deseguar arte ingênua e espontânea, a marionetista Daiane Baumgartner e o compositor João Sobral unem suas experiências na Performance "Naifs". Os artistas tramam o cotidiano de uma senhora e um músico inventor que toca com sua vassoura, construindo um ambiente poético e lúdico. Através da mistura de música, bonecos e dança, entram em cena as alegrias e dores, os anseios e vazios contidos na memória e nas histórias experimentadas pelos dois personagens. Em cartaz na sexta-feira (18), às 12h30, na Praça Mauá (Centro) e às 20h, no Sesc Santos (Rua Conselheiro Ribas, 136, Aparecida). Grátis.

RAFAEL MARQUES



Teatro itinerante

- Montado especialmente para as crianças, o espetáculo "Bonecos Serafim: Azulindo" é a atração deste domingo (6), no Sesc Santos (Rua Conselheiro Ribas, 136, Aparecida). As sessões acontecem das 14h às 18h. Na história, bonecos contracenam uma história curta que acontece no litoral: a pequena caiçara Olívia convoca seus amigos pescadores e animais marinhos coloridos para descobrir o que ameaça a vida marinha e buscarem uma solução. Grátis, com retirada de ingressos uma hora antes do início de cada sessão.

CONTOS - O ator Diego Ulacco Moreno traz ao Sesc Santos (Rua Conselheiro Ribas, 136, Aparecida), na terça-feira (8), às 15h, a contação de histórias "O vendedor de alegrias". Nela, um vendedor carrega sua mala e apresenta ao público seu conteúdo de forma única. Carrega contos, histórias e parlendas do mundo inteiro e de diferentes épocas, tocando o coração das pessoas e resgatando sentimentos escondidos, transformando o momento das pessoas de forma quase mágica, relembando a importância de viver com sabedoria cada momento da vida. Grátis.

"NIMBA" - A Trupe Benkady traz ao Sesc Santos (Rua Conselheiro Ribas, 136, Aparecida), no sábado (26), às 18h, o espetáculo Nimba, que presta homenagem ao espírito feminino existente em todos os seres. Utilizando dos elementos e simbologias femininas da natureza, presente tanto nas deusas até a própria "mãe terra", em diálogo com a dança africana, o espetáculo busca gerar a reflexão desta essência maternal, que vai para além de ser mulher. Entrada franca.

**ÁGUA
 OSTENTAÇÃO
 NÃO COMBINA
 COM VERÃO.
 ECONOMIZE ÁGUA.**



O verão chegou. Época de esbanjar alegria, saúde e diversão. Mas, para ostentar de verdade, é melhor não exagerar no consumo de água. A Sabesp sabe disso e investiu para ampliar o abastecimento. Faça a sua parte, economize água.

- Tome banhos mais curtos.
- Não use o vaso sanitário como lixeira. Aperte uma vez a descarga.
- Não lave o carro.
- Ensaboe toda a louça antes de enxaguá-la.



A PORTA SEM FECHADURA

A sala estava repleta de convidados, todos curiosos para ver a obra de arte, ainda oculta sob o pano branco.

Falava-se que o quadro era lindo. As autoridades do local estavam presentes, entre fotógrafos, jornalistas e outros convidados porque o pintor era, de fato, muito famoso.

Na hora marcada, o pano que cobria a pintura foi retirado e houve caloroso aplauso.

O quadro era realmente impressionante.

Tratava-se de uma figura de Jesus, batendo suavemente na porta de uma casa.

O Cristo parecia vivo. Com o ouvido junto à porta, Ele desejava ouvir se lá dentro alguém respondia.

Houve discursos e elogios.

Todos admiravam aquela obra de arte perfeita.

Contudo, um observador curioso achou uma falha grave no quadro: a porta não tinha fechadura.

Dirigiu-se ao artista e lhe falou com interesse:

-A porta que o senhor pintou não tem fechadura. Como é que o Visitante poderá abri-la?

-E assim mesmo, respondeu o pintor calmamente.

-A porta representa o coração humano, que só abre pelo lado de dentro.

[com base em psicografia de Divaldo Pereira Franco e na

Redação do Momento Espírita]

Muitas vezes mal interpretado, outras tantas, desprezado, grandemente ignorado pelos homens,

o Cristo vem tentando entrar em nossa casa íntima há mais de dois milênios.

Conhecedor do caminho que conduz à felicidade suprema, Jesus continua sendo a Visita que permanece do lado de fora dos corações, na tentativa de ouvir se lá dentro alguém responde ao Seu chamado.

Todavia, muitos O chamamos de Mestre, mas não permitimos que Ele nos ensine as verdades da vida.

Grande quantidade de cristãos fala que Ele é o médico das almas, mas não segue as Suas prescrições.

Tantos dizem que Ele é o irmão maior, mas não permitem que coloque a mão nos seus ombros e os conduza por caminhos de luz...

Talvez seja por esse motivo que a Humanidade se debate em busca de caminhos que conduzem a lugar nenhum.

Enquanto o Cristo espera que

abramos a porta do nosso coração, nós saímos pelas janelas da ilusão e desperdiçamos as melhores oportunidades de receber esse Visitante ilustre, que possui a chave que abre as portas da felicidade que tanto desejamos.

E se você não sabe como fazer para abrir a porta do seu coração, comece por fazer pequenos exercícios físicos, estendendo os braços na direção daqueles que necessitam da sua ajuda.

Depois, faça uma pequena limpeza em sua casa íntima, jogando fora os detritos da mágoa, da incompreensão, do orgulho, do ódio...

Em seguida, busque conhecer a proposta de renovação moral do Homem de Nazaré.

Assim, quando você menos esperar, Ele já estará dentro do seu coração como convidado de honra, para guiar seus passos na direção

da luz, da felicidade sem mescla que você tanto deseja.

O olhar de Jesus dulcificava as multidões.

Seus ouvidos atentos descobriam o pranto oculto e identificavam a aflição onde se encontrasse.

Sua boca, plena de misericórdia, somente consolou, cantando a eterna sinfonia da Boa Nova em apelo insuperável junto aos ouvidos dos tempos, convocando o homem de todas as épocas à conquista da felicidade.

PAZ, SAÚDE E PROSPERIDADE

Jadir Albino é engenheiro de eletrônica, professor universitário e apresentador do programa "Fronteiras da Ciência", exibido aos domingos às 19h (ao vivo), na Santa Cecília TV, com reapresentação aos sábados às 21h.

imóveis & negócios

CHIAPPETTA ASSOCIADOS
www.chiappettaassociados.com.br
R. Euclides da Cunha, 188 • 3877.7001
• VENDA
• LOCAÇÃO
• ADM. DE CONDOMÍNIO

PROMOÇÕES SIGA
jornal da orla
Você pode confiar.

FOLHEIE O JORNAL DA ORLA TAMBÉM ONLINE
www.jornaldaorla.com.br

TIAGO TORC
1 PAR DE INGRESSOS PARA O SHOW DE TIAGO TORC
PARTICIPE, CONCORRA! 1 SORTEADO
VENCER 2 PARES DE INGRESSOS

SIMONE ABUD CORRETORA
VENDE • ALUGA • LAUDÊMIO
ALUGUEL R\$ 3.000,00 O PACOTE
2 DORMITÓRIOS COM DEPENDÊNCIA, SUÍTE, QUADRA DA PRAIA, C/ VISTA PARA O MAR
GONZAGA PARA TEMPORADA DE VERÃO
FRENTE TOTAL AO MAR - 10 PESSOAS - 1.300,00 P/ DIA
VENHA CONHECER NOSSO ESPAÇO ALLIGAMOS E VENDEMOS COM QUALIDADE E SEGURANÇA
Av. Presidente Wilson, 51 - Loja 02 - Santos/SP
Tel.: (13) 3286-1823 / 3019-2823
www.imoiveisnogonzaga.com.br
www.gonzagapraiaimoveis.com.br

Concorra a promoções!
www.jornaldaorla.com.br
siga o insta e facebook

HORA IMÓVEIS
*VAZIOS, chaves na HORA
www.horaimoveis.com.br

OPORTUNIDADE ótimo estado, CAMPO GRANDE , 1 dormt, sala, coz., Wc de emp., elev., gar. - R\$ 250 mil - Ref. 92	FRENTE AO MAR, APTO DUPLEX , totalmente reformado, lazer completo e serviço de quarto - R\$ 600 mil - Ref. 71	RARIDADE GONZAGA , 1 qdra. praia 1 dormit, terraço, gar., lazer com piscina, sauna e salão de festas, R\$ 420 mil - Ref. 38	CANAL 3 , vista p/ o mar, 220 m² útil, 1 apto. p/ andar, 3 dormts, 2 suítes, copa, coz., 2 qtos emp., 2 vagas de gar. - Ref. 122
OPORTUNIDADE CAMPO GRANDE , 2 dormts, frente, 95 m², wc de emp., ótimo estado - R\$ 400 mil - Ref. 120	GONZAGA, PRÉDIO FRENTE AO MAR , 2 dormt, 1 vaga privat. - R\$ 420 mil - Ref. 97	RARIDADE, GONZAGA , prédio frente ao mar, 1 dormt c/ dep. emp., 2 entradas, garagem privativa - Ref. 51	OPORTUNIDADE, UM POR ANDAR, NA VILA RICA , 4 dorms, 2 vagas - R\$ 900 mil - Ref. 123
SOBRADO, BOQUEIRÃO , ÓTIMO P/ COMÉRCIO, 12X43, Rua Bento de Abreu, 4 dormts, suíte, piscina - Ref. 121	FRENTE AO MAR, GONZAGA , 7º andar, 3 dormts, dep. emp., 1 vaga privat. Ref. 48	OCASIÃO, GONZAGA , próximo do Parque Balneário, 3 dormts, de frente, 140m², garagem - R\$ 520 mil - Ref. 113	CANAL 5, frente c/ vista p/ o mar , 2 dormts c/ 3º reversível, suíte, 2 terraços, salão de festas, gar. privat. - R\$ 695 mil - Ref. 39
RARIDADE, BOQUEIRÃO, COBERTURA , duplex frente ao mar, 2 dormit., 1 suíte, vista panorâmica, com 300m² - Ref. 153	GONZAGA , 2 dormit. suíte, 15º and., amplo terraço vista p/mar, lazer compl., porteira fech., 1 vaga privat. R\$ 750 mil - Ref. 142	Imperdível, GONZAGA , Prédio frente ao mar, 2 dormts, dep. emp., 2 entradas indep., gar. priv. - R\$ 595 mil - Ref. 54	FRENTE AO MAR, ALTO PADRÃO, POMPEIA , 4 dormts, closet, suíte, lavabo, copa coz., dep. emp., 2 vagas privs, 290 m² - VAZIO chaves na Hora - Ref. 37
GONZAGA, PRÉD. FRENTE AO MAR , 2 dormt, dep. empr., gar. privativa fechada, 580 mil, vazios chaves na HORA - Ref. 147	OCASIÃO, POMPEIA, PRÉDIO FRENTE AO MAR , 1 dormt, sala, coz., wc - R\$ 220 mil - Ref. 46	OPORTUNIDADE GONZAGA, FRENTE AO MAR , 2 dormit, sala, coz., wc, gar. coletiva - R\$ 580 mil - Ref. 35	RARIDADE , canal 3, alto padrão, 4 dormt, suíte, terraço gourmet, vista p/o mar, 3 vagas gars. privats. e lazer compl. Ref. 151

INDICADOR PROFISSIONAL

ADVOCACIA

Edison Soares
Mestre em Direito Internacional e Europeu, Direito Comparado
- Direito Comunitário - UE, NAFTA, MERCOSUL, CPLP.
- Direitos Humanos, pedidos de asilo e refugiados.
- Defesas em processo de extradição, expulsão e deportação.
- Homologação de sentenças estrangeiras em Brasília e no Exterior.
- Contratos, indenizações e investimentos internacionais.
- Nacionalidade Europeia - Família e Sucessões no exterior
- Direito Desportivo Internacional
- Defesas em Tribunais Internacionais

Rodrigo Gomes Gonçalves - OAB/SP 178.090
Rua Goitacazes, n° 06 - conj.101 - Gonzaga - Santos-SP | E-mail: edisons@iron.com.br
Tel.: (13) 3284.5233 / 3289-7127 - Fax.: (13) 3289.5176 | edisonsoares@adv.oabsp.org.br
Rua Acre, 55 - 6º andar - Centro - Rio de Janeiro-RJ • Tel.: (21) 2233-3894

Écio Lescreck & Advogados Associados
Advocacia Especializada em:
• Funcionalismo Municipal: PMS - CMS - CAPEP
Inquiritos, PAV, Pecuária, Pensões, Telo Const., Desc. Saúde • Trabalhista • Cível • Família
Écio Lescreck - OAB/SP 28.219
Écio Lescreck, Filho - OAB/SP 215.321
NOVO ENDEREÇO
R. Rio Grande do Norte, 50 - Pompéia - Santos
Tel./Fax (13) 3237.2878 - MARCAR CONSULTA

ANUNCIE TAMBÉM ÀS QUINTAS-FEIRAS
RESERVAS 2101.0021
Festa da solidariedade

Ouro Fino Joias
COMPRO OURO
PAGAMOS O VALOR REAL DE SUA JOIA
QUEBRADAS OU AMASSADAS
*** BRILHANTES, CAUTELAS DA C.E.F. ***
PAGTO. À VISTA - ATENDIMENTO EM DOMICÍLIO
(não venda suas joias sem antes nos consultar)
Melhor avaliação de Santos
RUA OTHON FELICIANO, 2 - 3º ANDAR,
SALA 36 - EDIF. OLGA, GONZAGA, SANTOS
tel. **3028-6212**

SEGURO DE VIDA PROFISIONAL AUTOMÓVEL • VIDA PREVIDÊNCIA CONSÓRCIO DE IMÓVEL
PORTO SEGURO
Toledo CORRETORA DE SEGUROS
Av. Siqueira Campos, 641 (canal 4)
PABX: 3227-6053 • TEL.: 3238-3200

OURO JÓIAS
COMPRAR-SE
Anéis, brincos, correntes, Pulseiras, Diamantes, relógios Rolex e outros. Moedas, prataria, cautelas, platina. Pagamos o melhor preço. Atendemos em domicílio.
Ligue 3219-1496 | cel. 9.7414-9150

OURO REAL
Compramos ouros, brilhantes, relógios antigos, moedas e cédulas. Pagamos o melhor preço de Santos.
13 3025-7766
13 3877-0789
13 99650-2863
Av. Floriano Peixoto, nº 51 sala 13 - Gonzaga - Santos

CLASSIFICADINHOS

AULAS & CURSOS
Livros? CAPÍTULO PRIMEIRO
Aluguel, Compra e Venda de Livros.
2ª à Sexta das 10 às 18 horas
Tel./fax: 3284-5619
cprim.ev@gmail.com

ENGLISH CONVERSATION
CURSO BÁSICO, INTERMEDIÁRIO OU AVANÇADO
com AULAS DE CONVERSACÃO em grupo ou individual.
Grupos especiais para crianças e senhoras
3289.5242 | 99791.5121

REFORÇO ESCOLAR
Do 1º ao 5º Ano
AJUDO NA LIÇÃO DE CASA, ESTUDO PARA PROVAS, ETC.
CEL. 99157-0732

Siga as promoções pelo Insta @jornaldaorla

COMPRA-SE
ROMA JÓIAS
COMPRO OURO
CAUTELAS C.E.F.
Jóias, platina, brilhantes, relógios, moedas de ouro
PAGO O MELHOR PREÇO
Av. Floriano Peixoto, 04 2º ANDAR / SL 22
Eq. / Praça Independência. GONZAGA
Atendo em domicílio
3028-5467
3301-0794

ANTIQUEIRO
COMPRAR
PRATARIAS, PORCELANAS, CRISTAIS, RELÓGIOS, JÓIAS, POSTAIS, ÁLBUNS FIGURINHA, GIBIS, OBJETOS EM GERAL.
Paulo de Carvalho
FAÇA SUA CONSULTA ON-LINE PELO WHATSAPP + 5513 9.8118-8744
TEL. 13 3307-6483

Magno Compra
Joalheiros
suas joias de OURO, PLATINA, BRILHANTES, RELÓGIOS, ANTIGUIDADES E CAUTELA DA CEF.
3219-2515
Rua João Pessoa, 60 sala 11, Centro

OURO
Jóias, Brilhantes, Relógios, Prata, Platina, Cautelas, Antiguidades em Geral
Cobrimos Qualquer Oferta R. Othon Feliciano, 2 cj. 24 - Boulevard Gonzaga
3284-9152

ANUNCIE 2101.0021
EXCURSÕES & TURISMO
NEVES
Transporte Executivo
Transporte executivo em sedã de luxo
Transfer Aeroportos (Congonhas, Cumbica e Viracopos)
Reuniões/Congressos Shows/Teatro Casamentos
Pontualidade, Segurança e Conforto. Motorista bilíngüe
Contato: Carlos (13) 98131-0544

TÂMEGA
TURISMO & SEGUROS
JANEIRO 2019:
11 A 13/01 - CAXAMBU NO GLÓRIA HOTEL
12/01 - CAMPOS DO JORDÃO
13/01 - COLHEITA DA UVA / LOUVEIRA C/ CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO E LANCHE DA TARDE
13/01 - BASÍLICA DE APARECIDA
19/01 - SERRA NEGRA COM PEDREIRA
20/01 - TREM GUARAREMA COM CAFÉ DA MANHÃ E ALMOÇO NO VALE DO SONHO
24 A 27/01 - FERIADO EM PASSA QUATRO NO RECANTO DAS HORTÊNSIAS E MIRA SERRA
25 A 27/01 - CAMPOS DO JORDÃO NO HOTEL ESTORIL
26/01 - TREM DE JAGUARUNA E SERRA NEGRA
27/01 - COLHEITA DA UVA EM LOUVEIRA C/ CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO E LANCHE DA TARDE
29/01 A 03/02 - GRANDE VIAGEM DE TREM DE VITÓRIA A BELO HORIZONTE (AÉREO - GRUPO SAINDO DE SANTOS)
R. CARVALHO DE MENDONÇA, 595 (A 1 QUADRA DO CANAL 1 SENTIDO CANAL 2)
3219-4267
TEL. P/ PRAIA GRANDE 3349-7680

ÁGUIA TURISMO
LUGAR E AGENTE DE VIAGEM QUE POSSAMOS MELHOR ATENDIMENTO:
3022-1868 / 98134-1223
AV. CONS. NÉBIAS, 756 SALA NOVA 1914
JANEIRO
12/01 - VILA DE SANTO AGOSTINHO HOTEL PO. AQUÁTICO E FABRICA DE LINGUIÇA / BRAGANÇA
18 A 20 - RECANTOS DAS HORTÊNSIAS - PASSAQUATRO - MG
26 A 28 - CANANEIA COM ILHA DO CARDOSO.
FEVEREIRO
03/02 FESTA DO FIGO E GOIABA EM VALINHOS.
16/02 CACHOEIRA GRANDE EM LAGOINHA COM FABRICA DE QUEIJO DE BÚFALA.
MARÇO/CARNAVAL - 01 A 06 - S JOAQUIM / URUBICI E SERRA R. DO RASTRO C/ COLHEITA DA MAÇA E VINÍCOLAS.
02 A 05 BARRA BONITA / JAÚ E BOTUCATU

Cotta Tour
VISTO CONSULAR
3221-8500
RUA CARVALHO DE MENDONÇA, 209

EST-TOUR
TURISMO E VIAGENS
JANEIRO
12 A 13 - FIM DE SEMANA EM ILHABELA
13 CAVERNA DO DIABO - ELDRADO/SP
25 A 27 BETO CARREIRO - PENHA/SP
27 EMBU DAS ARTES & TEMPLO ODSAL LING / SP
FEVEREIRO
03 TREM EXPRESSO E FESTA DA UVA & VINHOS DE JUNDIAÍ
10 HOTEL FAZENDA PINTADO NA BRASA - GUARAREMA/SP
14 A 17 THERMAS DOS LARANJAIS, OLIMPIA/SP
17 (DOMINGO) BOI NO ROLÉ - PESQUEIRO DO PORTUGUÊS - PEDRO DE TOLEDO/SP
24 (DOMINGO) PARQUE MAEDA - ITU/SP

Yellow tour
CARNIVAL EM CALDAS NOVAS / GO
01 A 06 . MARÇO
Passeio ao Hot Park opcional
Hotel Thermas Di Roma
4 cafés + 5 almoços
Todas as noites: Bingo, Seresta e Baile de Carnaval no Hotel
10X R\$ 185,00 Adulto em apto duplo
10X R\$ 150,00 Criança de 7 a 12 anos
10X R\$ 90,00 Criança de 3 a 6 anos
CONSULTE-NOS SOBRE TEMPORADA DE CRUZEIROS 2019/2020 PACOTES E PASSAGENS AÉREAS
Av. Ana Costa, 275
3221.5034 • 3223.5439
www.yellowtour.net

RINA TUR
www.rinatour.com.br
1301 - VISITA AO ZOO/SP
1301 - TEMPLO ZULAI + EMBU DAS ARTES/SP
1901 - VISITA A KIDZANIA
1901 - PARQUE AQUÁTICO - WET WILD/SP
1901 - BALADA RETRO - THE HISTORY/SP
2001 - DECIDIA DO CAMPINHO DO MAR/SP
2001 - MUSICAL ANNIE MIGUEL FALABELLA/SP
2601 - VISITA AO AQUÁRIO + MERCADÃO DE SP
2701 - P.Q. MAEDA ITU/SP
2701 - BRUNCH - MOSTEIRO SÃO BENTO/SP
0202 - FEIJOADA - BAR BRAHMA/SP
0302 - FESTA DO FIGO E DA GOIABA - VALINHOS/SP
0802 - SHOW DE ROUPA NOVA/SP
0902 - BAR DO NELSON/SP
09 A 1002 - CANANEIA + ILHA DO CARDOSO/SP
15 A 1702 - SERRA DA CANASTRA + CAPITÓLIO/SP
23 A 2402 - BARRA BONITA + JAÚ/SP
3003 - SHOW - NEY MATO GROSSO/SP
Facebook: RINA TUR
rinatur.turismo@gmail.com
TEL.: 13 3301.7251
98130.0048 | 99165.9215

FORMIGUINHA
EQUIPE DE LIMPEZA
FAXINA A PARTIR DE R\$ 100,00

NOSSOS SERVIÇOS:
• PÓS-OBRA
• CONDOMÍNIO
• ESCRITÓRIO
• RESIDÊNCIA
• PASSADEIRA
• Diarista
• Quinzenal
• Mensal
* Fazemos Pacotes *
Tel.(13) 3233.9988
99134.0124
equipeformiginha@uol.com.br

VIRGEM MARIA
REZAR 1 PAI NOSSO E 1 AVE MARIA DURANTE 9 DIAS. FAZER 3 PEDIDOS, 1 IMPOSSÍVEL. PUBLICAR NO 9º DIA E VERÁ O QUE ACONTECE NO DIA SEGUINTE. C.W.C.

MALVINA
SOB MEDIDA
CAPAS SOFÁ
E CORTINAS
ATENDIMENTO 24h
98145-2924

RELOJOEIRO ESPECIALIZADO
Consertos de Carrilhões, Cucos, Pedestal e Relógios de Pulso.
COM GARANTIA
55 ANOS NO RAMO
(13) 99725-9243
WHATSAPP
(13) 99701-2399
Cláudio Almeida
sanches-mr@uol.com.br

CONFECCÃO DE CORTINAS, COLCHAS E TAPEÇARIA
Tel.: 3271-6781
99141-9787

*** ORAÇÃO ***
NOSSA SRA. APARECIDA
Querida Mãe Nossa Sra. Aparecida, nós que nos ama e nos guia todos os dias, nós que sois a mais bela das Mães, a quem eu amo com todo o meu coração, eu vos peço mais uma vez que me ajude a alcançar esta graça (diga qual graça deseja...), por mais dura que ela seja. Sei que Vós me ajudará e me acompanhará até a hora da minha morte. Rezar 3 dias seguidos 1 Ave Maria - depois de 3 dias alcançará a graça e mandar publicar a oração. E.V.S.C.

SERVIÇOS
FAXINA

PORTO DE GALINHAS

DESTINO IDEAL NO VERÃO

Antes uma pacata vila de pescadores, Porto de Galinhas, em Pernambuco, é hoje um dos destinos mais cobiçados no verão brasileiro. Com paisagens e praias deslumbrantes, mar cristalino, piscinas naturais e saborosa gastronomia com farta oferta de frutos do mar, Porto de Galinhas atrai turistas nacionais e estrangeiros. E para completar a vila é animada, os passeios bem organizados e há opções de hospedagem para diferentes bolsos. O lugar fica no município de Ipojuca, litoral sul de Pernambuco, a apenas 50 minutos de carro da capital Recife.



RAFAEL BANDERIN/AVULGAÇÃO

Jangadas levam às piscinas naturais

Porto de Galinhas tem 18 km de praias de areia branquinha e mar cristalino, com tons de azul turquesa e esverdeado. A praia mais famosa é a da Vila de Porto de Galinhas, com piscinas naturais formadas por recifes de corais a uma distância bem curta da faixa de areia. O trajeto é feito em jangadas, que enfeitam o cenário com suas velas multicoloridas.

Os recifes de corais se estendem por mais de 1 km e, ali, a vida marinha é abundante: aparecem peixes de todas as cores, caranguejos, ouriços e até moreias. A água é totalmente cristalina, com temperaturas em torno dos 26°C. As jangadas só saem na maré baixa.

Jangadas no rio

Deslizar sobre a água com jangadas é uma experiência que também pode ser feita no Rio Maracaípe. Em seu trecho final, o rio é cercado por manguezais, considerados verdadeiros berçários da vida marinha, como cavalos-marinhos, ostras, caranguejos, guaiamuns e aratus. A água é tão cristalina que dá para ver o fundo. A jangada segue até a foz do rio, onde o visitante pode caminhar pela praia e dar um mergulho nesse cenário paradisíaco.

Maracaípe, surfe e vôo de paramotor

Menos badalada, a praia de Maracaípe, ao lado da praia das piscinas naturais, é ladeada por uma profusão de coqueiros. Sem corais para formar uma barreira, ali as ondas são mais fortes – podem chegar a 2,5 metros de altura. Por isso virou reduto de surfistas. Na praia de Maracaípe também acontecem voos de paramotor – parecido com um parapente, mas equipado com um motor para propulsão.

Pontal do Cupe

Na Praia do Cupe estão localizados muitos dos hotéis de Porto de Galinhas, a maioria pé na areia, além de várias pousadas. Mas é o Pontal do Cupe, um pouco mais ao norte, que guarda as maiores belezas: recifes que, na maré baixa, também formam piscinas naturais, sempre repletas de peixes. A barreira de corais é bem menor do que a da praia de Porto de Galinhas, mas está a poucos metros da areia. Ali é possível nadar entre os peixes, passear de caiaque, fazer stand-up paddle e muito mais.

Trilhas de buggy

Muito procurado por turistas, o passeio de buggy é um modo rápido e divertido de percorrer os trajetos mais. O mais comum é o "ponta a ponta", que atravessa todas as praias, do Pontal de Maracaípe a Muro Alto.

Tranquilidade em Muro Alto

Mais afastada da Vila de Porto de Galinhas, a praia de Muro Alto é conhecida por ser uma das mais tranquilas da região. Ali estão instalados vários condomínios de alto padrão e resorts, mas, mesmo sendo mais reservada, a praia é aberta ao público em geral e vale conhecer.

Agito na Vila de Porto de Galinhas

Com um clima de muita descontração, a Vila de Porto de Galinhas, junto à praia das piscinas naturais, reúne vários restaurantes e lojas que vendem artesanato, souvenirs, roupas e comida. É ótima para um passeio a pé.

Você achou o Grande Verão da família

Águas de Lindóia SP | (19) 3824.8484 | www.grandehotelgloria.com.br

GRANDE HOTEL
GLÓRIA

Crianças free até 12 anos
Consulte períodos e condições

O Grande Hotel das montanhas, da tranquilidade, da gastronomia deliciosa, do lazer ideal e do conforto perfeito para quem viaja com crianças - e com a melhor tarifa.

Venha nas Férias de Janeiro, volte em Fevereiro e já reserve o Carnaval: consulte as atividades especiais com monitores do período que escolher

MUSEUS EM SÃO PAULO

Que tal aproveitar as férias para um passeio por alguns museus da capital paulista que podem ser visitados em apenas um dia, todos na famosa Avenida Paulista? Nesta época do ano a cidade fica mais vazia, o que facilita conhecer museus e espaços culturais. Se gostou da idéia, confira as dicas de Wendell Toledo, CEO da Artluv, site que conecta artistas a clientes.

Casa das Rosas

Um casarão no estilo clássico francês, localizado no nº 37 da Avenida Paulista, a Casa das Rosas é um espaço destinado para diversas manifestações culturais. Um dos edifícios remanescentes da época em que a principal via da cidade era endereço dos grandes barões do café, ele foi tombado pelo patrimônio histórico em 1985, e restaurado em diversas oportunidades.

Japan House

Localizado no nº 52 da Paulista, a Japan House é um ponto de difusão da cultura japonesa para a comunidade internacional. O ambiente é repleto de hospitalidade e inovação, com exposições que priorizam interatividade e experiência de imersão na cultura japonesa. O espaço ainda possui uma biblioteca, lojinha de souvenir e uma vista super legal de um dos painéis mais prestigiados do artista Eduardo Kobra, com 52m de altura e 16m de largura, que homenageia o arquiteto brasileiro Oscar Niemeyer.



DIVULGAÇÃO/TURISMO SP

MASP

O Museu de Arte de São Paulo foi fundado em 1947 pelo empresário Assis Chateaubriand, tornando-se o primeiro museu moderno no país, e tem um dos acervos mais ricos da América do Sul, com milhares de obras. O acervo fixo possui obras de Van Gogh, Cézanne, Renoir, Monet e Picasso, Anita Malfatti, Di Cavalcanti, Cândido Portinari, entre outros. Os ingressos custam R\$35, mas estudantes, idosos e professores pagam meia entrada. Menores de 11 anos e amigos do MASP têm direito a entrada gratuita.

IMS

O Instituto Moreira Salles está no nº 2424 da Avenida Paulista. Inaugurado em 2017, o espaço foi um dos vencedores da categoria Arquitetura e Urbanismo do prêmio da Associação Paulista dos Críticos de Artes. Com nove andares, todos com pé-direito duplo, o projeto do espaço foi construído a partir de conceitos sustentáveis. Além das áreas para exposições gratuitas, o IMS Paulista conta com um cine-teatro, que recebe mostras de filmes, eventos musicais, seminários e debates, uma biblioteca de fotografia e salas de aula. Entrada Gratuita.

Itaú Cultural

Localizado a poucos metros da Japan House, no nº 149, o espaço conta com uma programação rica e variada, com múltiplas exposições acontecendo ao mesmo tempo, além de espetáculos de teatro, música e documentários. O Itaú Cultural ainda promove cursos gratuitos.

OPORTUNIDADE **jornal da orla**

CONTATOS PUBLICITÁRIOS
maiores de 18 anos

EXCELENTE COMISSÃO

Interessados enviar currículo para:
publicidade@jornaldaorla.com.br

O TEMPO VOAA!!

JÁ É HORA DE **Volta às Aulas**

PAPELARIA **Jambo**

SANTOS - SÃO VICENTE
WWW.JAMBO.COM.BR

CAFÉ **FLORESTA**

O café bom por natureza

LITORAL
102.1 FM

Falafel

PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL,
O BEDUÍNO TEM VÁRIAS OPÇÕES

Beduíno

GONZAGA
9ANA COSTA, 466

BOMPASTEL
Botequim

Pastéis aperitivos
sequinhos, sequinhos

NOVO ENDEREÇO
• R. BASSIN NAGIB TRABULSI, 111
ENCOMENDAS: **3301-1144**

• R. SATURNINO DE BRITO, 137 - MARAPÉ
TEL.: (13) **3251.1851**

• R. CARVALHO DE MENDONÇA, 395 - CAMPO GRANDE
TEL.: (13) **3224.9944**

ENCOMENDAS: **3251.1851** www.bompastel.com.br

CHURRASCARIA

Na Brasa

O COSTELÃO

- ESPETÃO MISTO
- MECA NA BRASA
- LOMBO
- FILET MIGNON
- CORAÇÃO DE FRANGO
- PICANHA
- FRANGO GRELHADO
- BIFE DE CHORIZO
- GALETO • LINGUIÇA

E o delicioso CARRÊ DE CORDEIRO NA BRASA

Av. Senador Pinheiro Machado, 129
(em frente a Santa Casa - Canal 1)

DiskCHURRASCARIA

3232.2579
3222.8484

ITENS DE BELEZA QUE NÃO PODEM FALTAR NA SUA BOLSA NESTE VERÃO

Para aguentar as altas temperaturas sem precisar se esconder do sol, é bom ter à mão, ou melhor, na bolsa, produtos que possam assegurar o cuidado diário da sua pele. Mais lembrado nesta época do ano, o protetor solar costuma encabeçar a lista de itens indispensáveis para o dia a dia, mas esse não é o único item de beleza a ser priorizado.



“Como o sol pode ressecar a pele ou mesmo promover o envelhecimento precoce, causar manchas, queimaduras e ainda aumentar a sua oleosidade, é importante contar com uma diversidade de produtos que possam não só protegê-la, mas também remover as impurezas e hidratá-la adequadamente”, diz a esteticista da Hinode Cecília Oliveira. Confira alguns produtos básicos para encarar a estação mais quente do ano sem medo.

ÁGUA TERMAL - Extraída de fontes naturais, é rica em minerais e tem propriedades hidratantes e antioxidantes. Ideal para limpar e acalmar a pele.

SÉRUM - Fornece elementos para que a pele possa se recuperar após um dia de sol e evita o envelhecimento precoce e as manchas. Opte por um sérum de qualidade, que tenha alto poder de hidratação, potente ação antioxidante e ainda promova a regeneração celular.

MÁSCARA FACIAL - No calor, a oleosidade da pele aumenta e, com ela, os cravos e espinhas. Por isso, carregue uma máscara facial no seu nécessaire, que ajuda no combate e remoção de cravos.

ADSTRINGENTE - Tenha sempre um bom adstringente para remover as impurezas da pele. O produto limpa, ajuda no combate da oleosidade e evita cravos e espinhas.

HIDRATANTE LABIAL - Hidratar os lábios no verão é tão importante quanto no inverno. Além dos riscos da radiação sem proteção, a exposição ao sol pode ressecar a boca, causar rachaduras e facilitar o surgimento de doenças.

HIDRATAÇÃO - Quem gosta de sol, praia e piscina deve abusar dos hidratantes. Prefira produtos para o rosto e para o corpo que sejam específicos para o seu tipo de pele.



FOTOS SXC.HU IMAGE BANK



Terapia Capilar no combate à Calvície
Agende seu horário



Rua Paraguai, 137
Gonzaga, Santos
13 3284.3371

Venha fazer parte dessa família e vencer seus desafios!

- Ensino Bilingue
- Salas de aula climatizadas, com multimídia, Apple TV e uso de Ipad
- Modernos laboratórios Ginásio Poliesportivo
- Atividades esportivas e culturais complementares
- Piscinas cobertas e aquecidas
- Áreas específicas de alimentação, recreação e convivência
- Serviço de Enfermagem, Psicologia Escolar e Acompanhamento Nutricional
- Seguros escolar e educacional

Liceu Santista

116 ANOS DE TRADIÇÃO NO ENSINO

Berçário
Educação Infantil
Ensino Fundamental
Ensino Médio
Pré-Vestibular

Complexo Educacional São Leopoldo
UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SANTOS
Liceu Santista

SIGA
jornal da orla

OURO JÓIAS
COMPRA-SE
Anéis, brincos, correntes. Pulseiras. Diamantes, relógios Rolex e outros. Moedas, prataria, cautelas, platina. Pagamos o melhor preço. Atendemos em domicílio.
Ligue 3219-1496 | cel. 9.7414-9150

Espaço Sobranceira Santos
Cursos e Atendimentos
(13) 2202-3668
Av. Pinheiro Machado, 861 - canal 1 - Santos - SP

Total Pé Podologia - Enfermeira Podóloga
11 anos
MATERIAL 100% ESTERILIZADO
• PODOLOGIA (ESPECIALIDADE EM PÉ DIABÉTICO)
MANICURE • DEPILAÇÃO • CABELEIREIRO
UNIDADE I - SANTOS: Av. Epitácio Pessoa, 62 - lj. 48 - Boqueirão - 3284-7232
UNIDADE II - S. VICENTE: R. Frei Gaspar, 791 Altos - Centro - 3379-5655
SALÃO - SANTOS: Av. Epitácio Pessoa, 62 - lj. 13 - Boqueirão - 3301-8165
@totalpeboqueirao

PACOTES ESPECIAIS ANIVERSÁRIO DA CIDADE DE SANTOS
RESERVAS 2101-0021
EDIÇÃO 26/01/2019

ESCOLA SANTISTA ASTROLOGIA
PROGRAMA-SE PARA JANEIRO
• Curso Básico de Astrologia
• Curso Interpretação de Mapa astrológico
• Curso Retificação e Correção da Hora de Nascimento
• Curso de Tarot
• Curso Radiestesia Prática
• Excursão Fenômeno do Algodão
Rua Goitacazes, 08 - Gonzaga - 3284.9714
www.escolasantistadeastrologia.com.br



Agende uma visita e conheça nossa Proposta Pedagógica
(13) 3205-1010
Av. Francisco Glicério, 642 (Estação Pinheiro Machado do VLT) - Santos/SP
www.liceusantista.com.br Liceu Santista

jornal da orla
Projeto 1 pers para
Associação realiza 1º Concurso Cultural Santos em 2019. Confira as 100 melhores páginas 3
Eve de
Animal de estimação pode presente de Natal? Página 7
AABB de São Sebastião faz festa de economia Página 8

ANÚNCIOS ECONÔMICOS
pague no débito ou no crédito

ESTRELANDO
PROGRAMA com George Jorge
"Tendências para 2019 pela Astrologia" com Márcia Bernardo
PATROCINADOR APOIO
SICON Sindicato dos Condomínios Proprietários do Litoral Paulista
EURO
Canal do YouTube: Pgm Estrelando
Facebook: Pgm Estrelando
estrelando@jornaldaoria.com.br