

NÃO É MIMIMI!



O Brasil é o quinto país mais perigoso do mundo para as mulheres. São nove assassinatos por minuto, 1,6 milhão de espancamentos ou tentativa de estrangulamento, 500 mil estupros, 4 milhões de importunações sexuais, sem falar nos incontáveis casos de ameaças, humilhações, xingamentos e discriminações no mercado de trabalho. A violência praticada contra o sexo feminino não é perfumária. Página 3



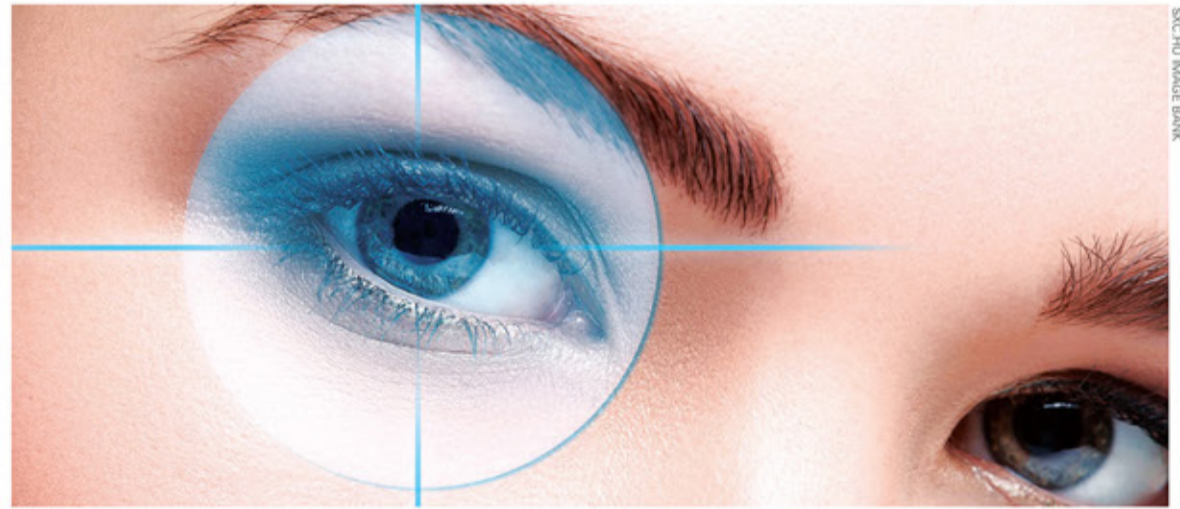
OPRENTINO

De volta à atividade

Um dos mais importantes nomes da MPB, Djavan volta com tudo aos palcos em sua nova turnê "Vesúvio". Repleto de sucessos e novas canções, o show acontece na sexta-feira (22), no Mendes Convention Center. A agenda cultural desta edição também destaca o espetáculo "Salve, Malala!", inspirado na vida da paquistanesa e Nobel da Paz Malala Yousafzai, em única apresentação neste domingo (10), no Sesc de Santos.

Roteiro

Página 8



SXC HU MADE BANK

EVITE PROBLEMAS NOS OLHOS!

Em Dia com a Saúde

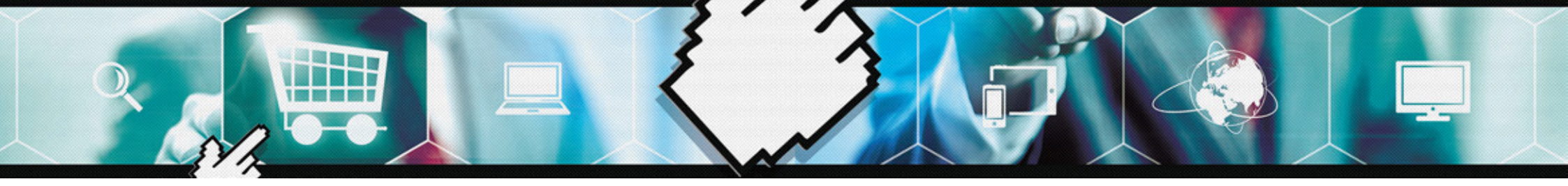
Página 5

**SHOPPING 25
DE MAIO**

O SEU SHOPPING ONLINE

Tudo na sua casa com um click e você pode pagar em até 12X com o seu cartão de crédito.

CLICK shopping25demaio.midhaz.com



CRIME CONTRA A HUMANIDADE

Marco Santana

A cada minuto, nove brasileiras são vítimas de agressões. No ano passado, 1,6 milhão de mulheres sofreram espancamento ou tentativa de estrangulamento; 4,6 milhões foram tocadas sexualmente sem consentimento (500 mil destes, casos de estupro); 12,5 milhões foram humilhadas ou xingadas; 4.254 foram assassinadas, 1.173 delas motivadas pela questão de gênero —é o chamado feminicídio. Em 71% destes casos, o crime foi praticado pelo parceiro (ou ex) da vítima: marido, noivo, namorado...

Números como estes por si só já seriam es-tarrecedores, mas o que preocupa ainda mais é a chamada subnotificação, isto é, os casos de violência acontecem mas não chegam ao conhecimento das autoridades. No caso dos feminicídios, acabam sendo registrados como homicídio comum, sem contextualizar que os crimes ocorreram pelo fato de as vítimas ser mulheres.

Apesar de tudo isso, ainda há quem minimize a gravidade do problema, inclusive mulheres, classificando as denúncias como "mi-mi-mi".

"O Brasil é o quinto lugar mais violento do mundo para a mulher viver", alerta a cientista política Ilona Szabo, coordenadora do Instituto Igarapé, que foi convidada pelo ministro Sérgio Moro para integrar o Conselho Nacional de Política Criminal e depois desconvidada, após pressão de apoiadores do presidente Jair Bolsonaro. Ela alerta para o fato de que 41% das agressões ocorrerem dentro da residência das vítimas e em quase 50% dos assassinatos foram usadas armas de fogo.

Neste contexto, ela critica o decreto presidencial que facilita a posse de armas — uma promessa de campanha de Jair Bolsonaro. O raciocínio é simples: comprada para proteger o lar de uma eventual invasão de um bandido, a arma de fogo na prática seria usada pelo homem em um momento de fúria contra a companheira. Uma agressão que se limitaria a socos e pontapés (por si só completamente condenável) se transformaria em homicídio.

A especialista em segurança pública alerta que é preciso garantir condições para que as vítimas não se caíem e denunciem. "Não é só uma questão de desnaturalizar algo que era visto como normal, é também dar visibilidade a violências que as mulheres sofrem todos os dias, quebrar o silêncio diante de situações inaceitáveis".

IDENTIFIQUE OS CASOS DE VIOLÊNCIA

Não é apenas a agressão física que pode ser considerada violência contra a mulher. Ela pode ser também psicológica, financeira e até mesmo institucional.

1. Carreira profissional

A diferença de ganhos entre homens e mulheres desempenhando a mesma função pode chegar a 53% em algumas carreiras, indica pesquisa da Catho, empresa especializada em recursos humanos. O sexo feminino também enfrenta uma proibição velada para o exercício de algumas profissões, como motorista, pedreira e mecânica. As mulheres também acabam sendo vetadas por empregadores que buscam evitar pagar benefícios como licença maternidade ou por acreditar (erroneamente) que as mulheres tiram mais licenças médicas que os homens.

2. Modo de vestir

O patrulhamento ao vestuário é muito mais agressivo em relação às mulheres. Exigência de salto alto, proibição de roupas "sensuais demais" ou, no outro extremo, imposição de trajas que "valorizem as formas do corpo" são alguns dos problemas enfrentados por elas.

3. Orientação sexual

Se o homossexual masculino já sofre preconceito, a situação piora no caso de lésbicas. O assédio sexual ganha contornos mais repugnantes ainda, com homens querendo "converter" a orientação sexual da mulher.

4. Ataque à reputação

Julgamentos pela aparência ou a condenação de comportamentos socialmente aceitos para homens (o homem é "pegador", a mulher é "galinha") fazem parte da rotina delas. É comum também ex-companheiros divulgarem fotos ou vídeos íntimos —a chamada "pornografia da vingança".

5. Coação

Obrigar a mulher a fazer ou deixar de fazer coisas, mediante ameaça física ou psicológica, também é uma situação frequente. Trabalhar fora de casa, o modo de se vestir, os amigos com quem convivem, os horários para sair são decisões que deixam de ser tomadas por ela, à força.

6. Ameaça financeira

Por terem renunciado à própria vida profissional, para "cuidar da casa e dos filhos", muitas mulheres tornam-se economicamente dependentes do homem, que se vale desta condição para ameaçar, obrigar e proibir, em resumo, mandar na mulher. Há ainda a chamada violência patrimonial: controlar ("fiscalizar" e proibir) o uso de dispositivos como aparelho celular e computador. Ou ainda omitir ou distorcer a propriedade oficial de bens adquiridos durante a união.

7. Sentimento de culpa

Muitos homens promovem pressão psicológica tão grande a ponto de fazer a vítima ser a culpada pela situação. Nos casos de violência sexual praticado por alguém do círculo de convivência da mulher, a roupa e o modo de se comportar viram pretexto para justificar o crime.

8. Ataque à autoestima

Xingamentos e humilhações reiteradas acabam deixando a mulher emocionalmente fragilizada, uma vez que os ataques partes de alguém que, em tese, "a ama".

Programação do Mês da Mulher em Santos inclui exposições e palestras para homens

Santos tem programação em vários pontos da cidade para celebrar o "Mês da Mulher". São encontros e atividades voltados à promoção à saúde e bem-estar, palestras, exposições, discussão sobre empreendedorismo, conscientização a respeito da violência de gênero, homenagens e debates.

Entre os destaques está o curso de defesa pessoal Eu Me Defendo que acontecerá de 25 a 29 de março no Centro Esportivo Rebouças (informações para inscrições: 3202-1910); a entrega do Prêmio Dandara dos Palmares, iniciativa que home-

nageia mulheres negras que se destacam em diversos segmentos (dia 11, na OAB); Encontro Regional de Saúde da Mulher, que vai debater, entre os assuntos, violência sexual e mortalidade materna (dia 12, no Dep.Regional de Saúde, Aparecida), além do início do curso de Promotoras Legais Populares, promovido pela União das Mulheres de São Paulo, voltado à educação feminista.

Homens - Até maio, o programa "Homem sim, consciente também", desenvolvido em todo o Estado de SP, promove um ciclo de

palestras voltadas ao público masculino, com o objetivo de ajudá-los a não terem comportamento violento. Em Santos acontece toda quarta-feira, na sede da OAB (Praça José Bonifácio, 55, Centro). O primeiro encontro será na quarta-feira (13), com o especialista em segurança pública e instrutor de boxe Luciano Santos. No dia 27, a palestra será ministrada pela psicóloga especializada em comunicação não-violenta Aparecida Favoreto. Os encontros são gratuitos.

Confira a programação completa em www.jomal-daorla.com.br.



Informe Publicitário
ITINERÁRIO INFORMATIVO
www.diocesedesantos.com.br/www.facebook.com/diocesedesantos
Ano 19 662 9-3-19
(13) 3228-8881 - Assessoria de Comunicação Diocese de Santos

Confissões da Quaresma nas paróquias da BS

<p>Cubatão 18/3 - S. Judas Tadeu - 15h e 20h 22/3 - S. Judas Tadeu - 15h e 20h 25/3 - S. Francisco de Assis - 15h e 20h 27/3 - S. Francisco de Assis - 15h e 20h 29/3 - S. Francisco de Assis - 15h e 20h 10/4 - N. S. da Lapa - 15h e 20h 12/4 - N. S. da Lapa - 15h e 20h</p>	<p>São Vicente 25/3 - S. Pedro e Cristo Rei - 19h30 26/3 - N. S. das Graças - 19h30 27/3 - Perpétuo Socorro - 19h30 28/3 - N. S. Auxiliadora - 19h30 1/4 - N. S. Aparecida - 19h30 2/4 - S. João Evangelista - 19h30 4/4 - Reitoria N. S. Amparo - 19h30 10/4 - S. José Anchieta - 19h30 12/4 - S. Vicente Mártir - 19h30</p>
<p>Santos 18/3 - S. Tiago e Com. Divino Espírito Santo - 19h30 21/3 - S. João Batista/Nova Cintra - 19h30 25/3 - S. Margarida Maria - 19h30 28/3 - Jesus Crucificado - 19h30 1/4 - Sagrada Família - 19h30 8/04 - N. S. Assunção - 19h30 15/4 - Catedral - 19h30</p>	<p>Guarujá 26/3 - N. S. de Fátima/Centro - 19h 28/3 - Senhor Bom Jesus/Vila Zila - 19h 2/4 - S. João Batista - Bertioiga - 19h 4/4 - S. Rosa de Lima / S. Rosa - 19h 9/4 - N. S. das Graças - V. Carvalho - 19h 11/4 - São José - V. Carvalho - 19h</p>
<p>Mutirão Região Litoral Centro 3/4 - N. S. Aparecida - PG - 19h 4/4 - N. S. Aparecida - Mongaguá - 19h 10/4 - N. S. das Graças - PG - 19h 12/4 - S. Antonio - PG - 19h</p>	<p>Litoral Sul 2/4 - S. José Operário/Peruíbe - 19h 3/4 - N. S. Conceição/Itanhaém - 19h 5/4 - Santa Terezinha/Itanhaém - 19h 9/4 - N. S. de Sion/Itanhaém - 19h 10/4 - S. João Batista - Peruíbe - 19h</p>

gastronomia

ÁGUA PURA
Comércio de Águas e Bebidas
Disk 3225-7473
3225-7533
3225-1679
Rua Rio Grande do Norte, nº 89 - Santos

ibira
ÁGUA MINERAL NATURAL
A única com PH 10.24 e com Vanádio, que auxilia no tratamento do colesterol e diabetes

Quem se preocupa com a saúde sabe...

CAFÉ FLORESTA
DESDE 1940
O café bom por natureza

SE BATER AQUELA FOME, LIGA NO 'BEDUÍNO'

Dish Beduino
(13) 3284.1207
TAMBÉM PELO SEU MOBILE
Beduíno
SABORES ÁRABES

TAKÊ
Restaurante Natural

- Refeições Deliciosas
- Buffet de Salada
- Salgados
- Sobremesas exclusivas
- Tudo feito com água mineral

Melhora a sua qualidade de vida!
VENHA SABOREAR NOSSA COMIDA VITALIZANTE
De 2ª a 6ª das 11h30 às 15h
ACEITAMOS TICKET RESTAURANTE E VISA VALE
R. ALAGOAS, 33 • GONZAGA
TEL.(13) 3284.7260

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
100 ANOS DE TRADIÇÃO NO ENSINO
Berçário
Educação Infantil
Ensino Fundamental
Ensino Médio
Pré-Vestibular

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



CLARA MONFORTE

claramonforte.com.br
claramonforte@jornaldaorla.com.br



Fotos: Leandro Amaral

GENTE ANIMADA QUE CURTIU O CARNAVAL SANTISTA



LÉO ALTSTUT



THAÍS MENDES



MARCELO e ANA PAULA TOLEDO



ANA CARLA RUIZ



ROSANE MELO, SELLEY STORINO e SIMONE ZANASI



VANESSA ALCALAI e FERNANDA FERREIRA



MARCOS FLÁVIO e CAROL FARIA

NA CAPITAL DISCO, EM RECENTE ANIVERSÁRIO DE QUATRO AMIGOS...



Sempre elegante, LOLA ASSAF



LUCIANA e DANIEL MENDES, um casal prá lá de simpático



VIVIANE e ROGÉRIO TEIXEIRA entre os muitos convidados



ANDRÉ e SELMA CANOILAS, sempre presentes em boas festas



RODRIGO JULIÃO, presidente da Subseção da OAB-Santos, com sua ALEXIA



MARCOLETI SIQUEIRA desceu a Serra para participar

dose certa

“Entrelaçamentos” é a exposição de **Regina Helene**, que acontece do dia 14 a 31 deste mês, das 19 às 22h, na Galeria Braz Cubas, onde a artista mostra a expansão da escultura em uma diversidade de formas, cores e volumes.

Gilberto Ruas, presidente do tradicional Clube XV, convida para a Noite Portuguesa, dia 27 de abril, às 20h30, com apresentação do Rancho Folclórico da Portuguesa Santista e som a cargo da Banda Filhos da Tradição. Convites pelos telefones 3302-3008 e 3302-3006.

Adriana Moncorvo faz palestra sobre os conflitos atuais entre pais e filhos, dia 19, às 19h, no Clube Sírio Libanês, tema super interessante nesta época que o mundo virtual tomou conta dos adolescentes, o álcool e a droga andam soltos por aí e o namoro é com liberdade total. Vale a pena assistir.

O astrólogo **George Jorge** estará Olhos nos Olhos com esta colunista, para falar como e porque as condições climáticas, de acordo com os astros, mudaram tanto, na próxima quarta-feira, dia 13, no Programa JB-Santa Cecília TV.

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

ESCOLHA X RENÚNCIA

Toda escolha tem uma renúncia. A dúvida é sabermos se fizemos a escolha certa ou se aquilo que renunciamos é mais importante do que a opção da escolha. E o que é mais frustrante, se após tomada a decisão vier o arrependimento e o desespero por não poder voltar atrás. Calma. Ainda que pareça impossível aguentar ... resista, na certeza de que por pior possa parecer a atitude tomada, vale a pena persistir, porque tudo tem uma razão. Elimine os pensamentos da dúvida e prossiga com confiança em si próprio, pois só fracassa quem desiste!

clínica veterinária **Filetti**

CURSO AUXILIAR DE VETERINÁRIA ATENDIMENTO 24 HORAS

r. almirante tamandaré, 273 tel.: 3227.5770

Odontopediatria - Ortodontia - Clínica Geral - Implante Cirurgia Buco Maxilo Facial

SARKISSIAN odontologia digital

Av. Pres. Wilson, 1081 São Vicente Tels.: 3468.5661 3466.6018

www.sarkissianodontologia.com.br

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

FIQUE DE OLHO NA SAÚDE OCULAR



Um dos órgãos mais sensíveis do corpo, o globo ocular pode ser facilmente prejudicado por diversas doenças, umas mais comuns e outras mais graves, que podem comprometer a visão e até colocar em risco a vida da pessoa. No verão, algumas delas se tomam mais frequentes, potencializadas pelos raios solares mais fortes, exigindo cuidado e proteção maior.

Doenças mais frequentes

Existem vários tipos de conjuntivites. De acordo com o oftalmologista do Instituto de Infectologia Emílio Ribas, Marcos Guerra, as mais comuns são as de origem infecciosa e alérgica. "A conjuntivite é uma inflamação na conjuntiva, que é uma membrana que cobre boa parte dos olhos, sobre a parte branca e sobre as pálpebras", explica.

A incidência da conjuntivite alérgica é mais frequente na primavera, devido à entrada de pólen nos olhos, mas também ocorre bastante no verão, já que no Brasil as estações muitas vezes se misturam.

No caso da conjuntivite infecciosa, o perigo é o contágio de outras pessoas. Evite compartilhar toalhas de rosto e travesseiros e procure sempre lavar as

mãos com álcool, líquido ou gel.

Marcos Guerra também cita o terçol, ou hordéolo, pode se manifestar de forma interna ou externa. "É mais frequente em pessoas de pele oleosa, e a causa é uma infecção dos cílios provocada por uma bactéria", informa. Já o calázio é parecido com o terçol. Sua causa é a inflamação de uma glândula responsável pela produção da secreção sebácea que lubrifica o olho.

Tanto o terçol como o calázio e a conjuntivite alérgica não são doenças contagiosas. O tratamento deve ser feito com a ajuda do oftalmologista. No caso específico do terçol, o oftalmologista Francisco Penteado Crestana recomenda higienizar e limpar as pálpebras com a ajuda de um produto específico.

Nas crianças

Nas crianças, é importante a realização de exames oculares até o primeiro ano de idade para a prevenção do retinoblastoma, um tipo de câncer que precisa ser tratado até os três anos de idade, caso contrário pode até levar ao óbito.

O estrabismo precisa ser corrigido até os oito anos de idade. "O tratamento consiste em cobrir o olho saudável para forçar a visão do olho prejudicado. Depois dessa idade, a correção é praticamente impossível", esclarece o oftalmologista Marcos Guerra.

Adultos e idosos

A catarata e a degeneração macular atingem principalmente as pessoas idosas. A primeira pode ser revertida com cirurgia. No caso da degeneração macular, cujo sintoma é a visão distorcida, se tratada precocemente também pode ser corrigida, daí a importância de procurar ajuda médica o mais rápido possível.

O mais perigoso para os adultos, porém, é o glaucoma, que precisa ser detectado o quanto antes. Trata-se de uma doença silenciosa que afeta o nervo ótico e que pode levar à perda da visão. Outra doença agravada pelos raios ultravioletas é o pterígio, que se manifesta na forma de um tecido que cresce próximo da córnea e pode requerer tratamento cirúrgico ou uso de lubrificantes específicos.

A visita regular ao oftalmologista, pelo menos uma vez ao ano, é essencial para a prevenção de doenças como o glaucoma e a degeneração macular, principalmente a partir dos 40 anos de idade, assim como da catarata para as pessoas de mais idade.

11 anos **Total Pé** Podologia **Enfermeira Podóloga**

• **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

MATERIAL 100% ESTERILIZADO

@totalpeboqueirao

ADsmile REABILITAÇÃO ORAL

Dra. Ana Paula Cravo Rodrigues
CRO 78.261 (13) 99706-2064
Dr. Daniel Almeida de Souza
CRO 78.552 (13) 98222-6500

www.aedsmile.com.br @aedsmileoral
contato@aedsmile.com.br

ESPECIALISTA
Implante, Endodontia e Estomatologia

Liceu Santista
116 ANOS DE TRADIÇÃO NO ENSINO

Berçário
Educação Infantil
Ensino Fundamental
Ensino Médio
Pré-Vestibular

Complexo Educacional São Leopoldo

Ensino Bilíngue

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

APARELHOS AUDITIVOS
TERAPIA FONOAUDIOLÓGICA
AUDIOMETRIA CLÍNICA E OCUPACIONAL
PROCESSAMENTO AUDITIVO

Fono Center
Centro Auditivo

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

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

HEPATITES BeC
Saiba como evitar. Saiba como tratar.

Faça o TESTE GRATUITAMENTE Informe-se: **3222.5724**

Liceu Santista

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

UNO INTERNACIONAL ENINO BILÍNGUE Tree EDUCAÇÃO ROBÓTICA

Reserve um tempo para **o que é importante.**

www. **MUDE HABITO** .com.br

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

Unimed Santos

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



RESPEITO AO ANIMAL

Nos primeiros anos do Século XX, era comum verdureiros percorrerem as ruas das cidades ofertando os seus produtos, diariamente.

depois me traga o burro. O homem ficou assustado. Olhou para a soma que recebere...

BOMPASTEL Botequim Pastéis aperitivos sequinhos, sequinhos

Você achou o Grande Verão da família GRANDE HOTEL GLÓRIA

rent a car VILA RICA ALUGUEL DE CARROS

CHURRASCARIA O COSTELÃO

INDICADOR PROFISSIONAL

ADVOCACIA Écio Lesreck & Advogados Associados

FOLHEIE ONLINE www.jornaldaorla.com.br

COMPRO SE Ouro Fino Joias

ROLEX Compramos seu rolex a vista

SEGURO SEGURO DE VIDA PROFESSIONAL

Livros? CAPITULO PRIMEIRO

ANTIQUEIRO COMPRA

Magna Compra suas joias de OURO

ROMA JÓIAS COMPRO OURO

OURO Jóias, Brilhantes, Relógios

Cotta Tour VISTO CONSULAR

ÁGUA TURISMO

Aliança TURISMO

NEVES Transporte Executivo

Siga as promoções pelo Insta

TÂMEGA TURISMO e SEGUROS

Yellow tour FÉRIAS DE JULHO

Anúncios econômicos

Lilitur

VIRGEM MARIA

REZAR 1 PAI NOSSO

FAXINA EQUIPE DE LIMPEZA

FORMIGUINHA

CASOS IMPOSSÍVEIS

RELOJOEIRO ESPECIALIZADO

VIRGEM MARIA

TELHADISTA

CASCOLAC SINTECO BONNA

MOTORISTA PARTICULAR

CONFEÇÃO DE CORTINAS

PROGRAMA ESTRELANDO com George Jorge

ESCOLA SANTISTA ASTROLOGIA

construir & decorar

LIMPEZA E ORGANIZAÇÃO SEM SOFRIMENTO

O método de limpeza e arrumação KonMari, da japonesa especialista em organização, Marie Kondo, ganhou uma série na Netflix e fez muita gente se questionar sobre como os objetos e as formas como eles estão organizados podem interferir em nosso humor. A técnica japonesa também vale para a limpeza dos ambientes, afinal, ninguém se sente bem em uma casa suja.

Mas qual o impacto que a sujeira pode ter no nosso humor? Além de uma questão de higiene, manter a casa limpa pode ser sinônimo de felicidade. Para os japoneses, por exemplo, a limpeza é vista como um ritual para descarregar energias ruins, como o ritual Oosouji, praticado sempre no final do ano para receber o ano novo.

Segundo Gerson Marçal, diretor da empresa alemã especializada em produtos de higienização Pro-Aqua, a limpeza da casa deve ser realizada como uma terapia. "O ato de limpar a casa não deve ser um sofrimento, mas sim uma fonte de prazer. Para isso, a faxina e a arrumação devem ser realizadas de forma simples, sem muita complicação".

Confira algumas dicas para realizar uma limpeza na casa:



FOTO: IONAILO/FILADIMENSAÇÃO

LIVRE-SE DE TUDO QUE NÃO PRECISA

O Feng Shui já diz: excessos são péssimos para a energia da casa. Quanto mais objetos, mais sujeira também estará presente no ambiente. Que tal aproveitar e doar algumas coisas que podem ajudar outras pessoas?

DIVIDA AS TAREFAS ENTRE TODOS

Cada um de vocês responsável por uma parte da limpeza e arrumação. Assim, você incentiva a harmonia e a responsabilidade com as tarefas domésticas.

ABRA AS JANELAS!

Ajuda a circular o ar e a remover energias ruins. Ventilar a casa também é importante para não acumular ácaros e prevenir doenças respiratórias.

AROMATIZE A CASA

Não tem nada melhor do que chegar em casa e encontrar tudo limpinho, arrumado e cheiroso. Use fragrâncias naturais enriquecidas com florais, que purificam e aromatizam o ambiente.

Dr. das Cortinas
Confeção sob medida:
CORTINAS • PERSIANAS
LAVAGEM E REFORMA DE CORTINAS
PAPEL DE PAREDE
Orçamento sem compromisso
TEL.: 3233-4651
CEL.: 99133-9302

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

Pisos Laminados, Cortinas, Persianas, Papéis de Parede
PAGAMENTO FACILITADO
VISA MasterCard CAIXA
O bom gosto em decorações
DEVAL
R. Pedro Américo, 164
(13) 3234.7798-3233.7525

Colchões de Mola e Espuma
Sofás cama • Poltronas
Camas e Cabeceiras
Travesseiros, capas e protetores
Medidas convencionais e especiais
Lençóis e Edredons
Av. Epitácio Pessoa, 55 • Boqueirão
Televentas 3288.3760

TÁ BARATO DEMAIS
CINEMARK
Toda 2ª e 3ª-feira, preços especiais para você não sair da Cinemark.
Ingressos a partir de R\$ 9,00*
AGORA TAMBÉM NAS SALAS XD
NÃO PERCA TAMBÉM O COMBO PROMOCIONAL. CONSULTE OS VALORES NA BILHETERIA. Imagens ilustrativas. *Ingressos para os melhores filmes a partir de R\$ 9,00 por pessoa. Promoção válida às 2ª e 3ª-feiras, exceto feriados, emendas e pré-estreias (consulte a tabela vigente). Consulte as salas participantes no site. Promoção não cumulativa e válida por período indeterminado.
Confira no Praiamar Shopping.
BAIXE AGORA Android e iOS
CINEMARK
É MAIS QUE CINEMA. É CINEMARK.

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 IORGE
1 PAR DE INGRESSOS PARA O SHOW DE TIAGO IORGE
1 SORTEADO
2 PARES DE INGRESSOS

SIMONE ABUD CORRETORA
VENDE • ALUGA • LAUDÉMIO
VENDO FRENTE TOTAL P/O MAR NO GONZAGA, 3 QUARTOS. R\$ 850.000,00
ALUGO NO GONZAGA 2 QUARTOS, R\$ 2.200,00 (O PACOTE)
ALUGO NO GONZAGA, 3 QUARTOS, FRENTE P/O MAR, 3.200,00 (O PACOTE)
Av. Presidente Wilson, 51 - Loja 02 - Santos/SP
Tel.: (13) 3286-1823 / 3019-2823
www.imeisnogonzaga.com.br
www.gonzagapraiaimeis.com.br

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

HORA IMÓVEIS
* VAZIOS, chaves na HORA
www.horaimoveis.com.br
MAIS OFERTAS EM NOSSO SITE
TEL: (13) 3289-6302
CEL.: 9.8215-2367
AV. PRESIDENTE WILSON, 7
LOJA 2 – GONZAGA

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	Oportunidade, GONZAGA , prédio em frente ao mar, 1 dormit, sala 2 amb, terraço, cozinha, área de serv. e gar. priv. - R\$ 350 mil. Ref. 168	RARIDADE, GONZAGA , prédio frente ao mar, 1 dormt c/ dep. emp., 2 entradas, garagem privativa - Ref. 51	GONZAGA , frente ao mar, 6º andar, 2 dormts, sala, coz., banh., área serv. préd. salão de festas e churrasq, gar. col., R\$ 550 mil. Ref. 160
SOBRADO, BOQUEIRÃO , ÓTIMO P/ COMÉRCIO, 12X43, Rua Bento de Abreu, 4 dormts, suíte, piscina - Ref. 121	OCASIÃO, FRENTE AO MAR, GONZAGA , 7º andar, 3 dormts, dep. emp., 1 vaga privativa fechada. 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, 3 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 indp., 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, vazio chaves na HORA - Ref. 147	OCASIÃO, POMPEIA, PRÉDIO FRENTE AO MAR , 1 dormt, sala, coz., WC - R\$ 220 mil - Ref. 46	BOQUEIRÃO , sala living, cozinha, banheiro e garagem coletiva, à 100 metros da praia, R\$ 195 mil. Ref. 167	RARIDADE , canal 3, alto padrão, 4 dormt, suíte, terraço gourmet, vista p/o mar, 3 vagas gars. privats. e lazer compl. Ref. 151

Encontre seu imóvel dos sonhos! Acesse agora www.jornaldaorla.com.br

Orla Imóveis

CANAL 5 - Apartamento 120m², 2 dormitórios, com dep. empregada completa, 2 varandas com vista para o mar, revestimento em cerâmica, 1 vaga demarcada, condomínio valor baixo. VALOR R\$ 670 MIL.
CRECI 137409 - CONTATO (13) 98116-0035

CONDOMÍNIO MY WAY - Apartamento 2 dormitórios, andar alto com vista para o mar. Todo em planejado e decorado. VALOR R\$ 580 MIL, CONDOMÍNIO. VALOR R\$ 420,00 e IPTU R\$ 210,00.
CRECI 137409 - CONTATO (13) 98116-0035

ESTÂNCIA HIDROMINERAL DE SERRA NEGRA/ SP - 4 SOBRADOS GEMINADOS CONFORTÁVEIS PRIVATIVO: Cada sobrado com sala 2 amb, lavabo, coz., ár. serv., 2 suítes. COLETIVO: salão de festas c/ churrasqueira, jardim e gar.
CONTATO (19) 9.9991-6261

CONDOMÍNIO VILA MARINA - Apartamento 3 dormitórios e 2 vagas, 93 m², lazer completo. VALOR R\$ 550 MIL.
CRECI 137409 - CONTATO (13) 98116-0035

música



Djavan

Um dos mais importantes nomes da MPB, Djavan volta aos palcos, com a turnê Nacional Vesúvio, 24º álbum de sua carreira, fazendo a estreia no Mendes Convention Center (Av. Francisco Glicério, 206, Campo Grande), da sexta-feira (22), a partir das 23h. O show inclui os hits de sucesso da carreira do cantor: "Se", "Meu Bem Quer", "Eu te Devoro", "Samurai", entre outros clássicos e canções do novo trabalho, como "Solidude", "Vesúvio". Ingressos: de R\$ 114 a R\$ 268 no site Eventim.

ZERO DOLLAR - Com repertório autoral e clássicos do Rock como Red Hot, Charlie Brown, O Rappa, Linkin Park, Blink, Green Day, a banda se apresenta na sexta-feira (15), a partir das 22h, no Bujas Bar (Av. Washington Luiz, 323). O show terá as participações de Hélio Loreto e Bruno Pelloni e Maurício Morais (da Crema). Ingressos: R\$ 10 (até 23h) e R\$ 15 (após).

ELIS & MARISA - A cantora Carla Mariani leva ao palco da Concha Acústica Vicente de Carvalho (orla do Gonzaga, ao lado do Canal 3) o projeto Elis & Marisa. O show ocorre neste sábado (9), a partir das 19h, com entrada franca. A performance é uma homenagem a duas das maiores cantoras brasileiras: Elis Regina e Marisa Monte. A apresentação também traz o monólogo Ser Mulher, de Elis até Marisa, escrito e exibido por Francieli Matos.

leitura

"CAMINHO PARA VER ESTRELAS"

De Lúcia Teixeira, a obra desafia a imaginação de jovens e adultos, fazendo os leitores viajarem em universos múltiplos ao lado de personagens de diferentes épocas. O mergulho da autora em seres e mundos fantásticos não impede a inclusão de noções científicas e de problemas atuais do meio ambiente, que preocupam a humanidade. O lançamento do livro acontece na terça-feira (26), às 18h30, no auditório do Bloco E da Unisanta, (Rua Cesário Mota, 8 – Boqueirão). Entrada franca.



teatro

Salve, Malala!

– O Sesc Santos (Rua Conselheiro Ribas, 136, Aparecida) recebe neste domingo (10), às 17h, a Companhia La Leche com o espetáculo inspirado na paquistanesa Malala Yousafzai, Prêmio Nobel da Paz. Nele, Duas crianças - Sofia e Yan - vivem numa aldeia em que o rei promove uma guerra contra escolas para meninas. Elas ocupam sua escola, e ali, através de suas memórias, lembram e recontam algumas histórias de habitantes que resistiram às ordens do rei. Ingressos: de R\$ 5 a R\$ 17, à venda na bilheteria do Sesc.



MALALA YOUSAFZAI/DIVULGAÇÃO

exposição

"Entrelaçamentos"

– Inspiração nas histórias femininas da mitologia grega, da era industrial e do conceito filosófico de que todos nós estamos ligados por uma teia invisível, a exposição Entrelaçamentos, da artista plástica Regina Helene, traz a diversidade de formas, cores e volumes da tecelagem. A abertura ocorre na quinta-feira (14), às 19h. Visitação até 31 de março, de segunda a sexta-feira, das 14h às 18h. Galeria de Arte Braz Cubas (Av. Senador Pinheiro Machado, 48, Vila Mathias). Entrada gratuita.

"O QUE FORMA A MULHER?" - A exposição de Renata Gulla vem da inspiração de palavras que jamais ficariam juntas: fragilidade e força, dedicação e sofrimento, amor e dor, alegria e tristeza, perfeição e imperfeição, compaixão e morte, busca e perda, carinho e desprezo, consciente e inconsciente. Aberta ao público a partir deste sábado (9), às 15h30, na Pinacoteca Benedicto Calixto (Av. Bartolomeu de Gusmão, 15, Boqueirão). Visitação até o dia 31, de terça-feira a domingo, das 9h às 18h. Gratuita.

Lu Marini

– "Pelos Ares – 8375 km de rios" é o nome da exposição de fotos e vídeos pelo piloto de paramotor Lu Marini reunidos em suas expedições por alguns dos principais rios do Brasil durante quatro anos. A mostra, aberta na quinta-feira (14), no Shopping Parque Balneário (Av. Ana Costa, 549, Gonzaga), tem a intenção de conscientizar os visitantes para a importância da preservação dos recursos naturais, além de leva-los a conhecer lugares e histórias da população ribeirinha. Visitação: até dia 26. Entrada franca.

"MULHERES NA PESCA" - Para celebrar o Dia Internacional da Mulher, o Museu de Pesca de Santos (Av. Bartolomeu de Gusmão, 192, Ponta da Praia) recebe a exposição que conta, por meio de imagens capturadas pelas câmeras das fotografas Sheila Ana Calgaro, Cláudia Dardaque e Christina Amorim, a história de vida e o cotidiano de pescadoras que vivem em diversas regiões do Brasil. Visitação: até o fim de março. Ingressos: R\$ 5.

PRINCESAS E HERÓIS

– O mundo da fantasia está prestes a desembarcar em Santos. No domingo (17), às 17h, no Mendes Convention Center (Av. Francisco Glicério, 206, Campo Grande), acontece o espetáculo infantil "Viagem Mágica com Princesas & Heróis", com Frozen, Moana, Branca de Neve, Cinderela, Bela e Bela Adormecida, SuperMan, Homem Aranha, Capitão América, Hulk e Homem de Ferro. Ingressos: de R\$ 30 a R\$ 80, à venda no site ingressononet.com.

DANÇA FLAMENCA

– Espetáculo do grupo santista Instituto Andaluz Casal Flamenco, "Flamencura" aborda o quanto o estilo flamenco pode estar presente no cotidiano dos aficionados. Apresentação neste sábado (9), às 20h30, no Teatro Guarany (Praça dos Andradas, 100, Centro). Ingressos: R\$ 40 e R\$ 80.

Mulheres

Em homenagem ao Dia Internacional da Mulher, as artistas Petyta Reis e Bia Silva unem exposições fotográficas no Museu da Imagem e do Som de Santos (Av. Senador Pinheiro Machado, 48, Vila Mathias). As imagens, que abordam temas como a violência contra a mulher e depressão, podem ser conferidas até 5 de abril. Visitação de segunda a sexta-feira, das 14h às 19h. Entrada gratuita.



PETYTA REIS/DIVULGAÇÃO

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

cinema

CINE ARTE – "Você Nunca Realmente Esteve Aqui", de Lynne Ramsay, é o filme da semana no Cine Arte Post 4 (orla do Gonzaga). Nele, Joaquin Phoenix é Joe, um veterano de guerra traumatizado que ganha a vida resgatando jovens desaparecidos. Quando um trabalho fica fora de controle, seus pesadelos afloram e uma conspiração é descoberta. Em cartaz até dia 13, em sessões às 16h, 18h30 e 21h. Ingressos: R\$ 3.

CINEMATECA – Dirigido por Paolo Sorrentino, "Il Divo" traz a história do calmo Giulio Andreotti (Toni Servillo), líder do Partido da Democracia Cristã, que representa o poder na Itália há quatro décadas. Com quase 70 anos de idade, Andreotti se prepara para o sétimo mandato consecutivo como Primeiro Ministro. Em cartaz neste sábado (9), às 20h, na Cinemateca de Santos (Rua Ministro Xavier de Toledo, 42, Campo Grande). Gratuito.

"MORTE EM VENEZA" - Considerado uma adaptação com precisão e originalidade do livro de Thomas Mann, o filme, de Luchino Visconti, abre a programação de 2019 do projeto Cine Letras. A exibição ocorre na quarta-feira (13), às 19h, no Museu da Imagem e do Som de Santos (Av. Senador Pinheiro Machado, 48, Vila Mathias). Gratuito.

HITCHCOCK - Dando continuidade ao ciclo em homenagem a Alfred Hitchcock, o Oscar no Miss (Av. Senador Pinheiro Machado, 48, Vila Mathias) exibe "Interlúdio" na terça-feira (12), às 18h30. No filme, Alicia Huberman (Ingrid Bergman) é uma alemã naturalizada norte-americana convocada pelo agente secreto americano Devlin (Cary Grant) para uma missão no Rio de Janeiro. Como espã, Alicia terá que se infiltrar numa organização nazista que vem atuando no Brasil e, para isso, deverá se casar com Alex Sebastian (Claude Rains), líder da organização e seu antigo noivo. Gratuito.

Stilus HOTEL
VENHA CURTIR SEU HAPPY HOUR
 AV. DA CONSTITUIÇÃO, 309/SANTOS • (013) 3321-6027

SEGUNDA A QUINTA
 1 HORA.....R\$ 35,00
 2 HORAS.....R\$ 50,00
 4 HORAS.....R\$ 70,00
SEXTA A DOMINGO
 1 HORA.....R\$ 35,00
 2 HORAS.....R\$ 50,00
 3 HORAS.....R\$ 75,00

CINEMARK
 PARTICIPE DAS NOSSAS PROMOÇÕES!
 CLIQUE E CONCORRA A PRÊMIOS
 jornal da orla
www.jornaldaorla.com.br

TINTAS MARÍTIMAS
 • Anti-incrustante para casco de embarcações
 • Esmalte poliuretano acrílico para convés
 • Antiderrapante em cores ou transparente
 Fones: (11) 2325-7263
 (11) 94633-8880

moda & beleza

Transplante de sobrancelhas é a solução para cobrir falhas

Cada vez mais preocupados com a aparência, homens e mulheres têm recorrido a tratamentos e cirurgias modernos e eficazes. Entre os procedimentos médicos mais procurados está o transplante de sobrancelhas. Consiste em transplantar alguns pelos do couro cabeludo ou de outras partes do corpo para a região das sobrancelhas, cobrindo assim falhas e cicatrizes nos arcos e dando um up no contorno.

O médico especialista em transplante capilar Leandro Ribeiro explica que esse tipo de é ideal para todos os casos. "Geralmente, é indicado para pessoas que possuem grandes falhas e cicatrizes, que não são cobertas ou disfarçadas por maquiagem ou outras técnicas, como a micropigmentação".



FREE IMAGE BANK PIXABAY

Transplante X Implante

O tratamento ainda é cercado por dúvidas. As duas técnicas são diferentes, segundo Ribeiro. No transplante de folículos, o próprio receptor é o doador. Já no implante, muitas vezes, os fios implantados são sintéticos.

"No transplante, os fios são retirados do couro cabeludo. Eles manterão suas características e irão crescer na mesma proporção da sua origem. A cirurgia dura em média duas horas e o pós-operatório é simples. A área doadora fica um pouco inchada e os resultados aparecem por volta de um ano, uma vez que após o procedimento, os fios caem para dar espaço a novos fios", afirma o especialista.

Manutenção

Ao contrário de técnicas como a maquiagem definitiva e micropigmentação, que demandam retoques, o transplante requer apenas manutenção. "O fio guarda a memória do local de onde foi extraído. Geralmente, tiramos fios do couro cabeludo e implantamos nas sobrancelhas, e por conta da memória, ele cresce, o que requer que o paciente apareça para mantê-los sempre perfeitos", conta o especialista.

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

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

Solange Silva Uniformes
 CAMISA SOCIAL MASC. MANGA LONGA (COR BRANCA)
 CAMISA SOCIAL FEM. / CAMISA POLO (TODAS CORES)
 CAMISETA BRANCA / GRAVATA TRADICIONAL LISA (TODAS CORES) / CALÇA SOCIAL MASCULINA (SEM PREGA)
CALÇA SOCIAL MASC. E FEM. COM PREGA - COR PRETA
BERMUDA JEANS UNISSEX
CALÇA JEANS TRADICIONAL MASCULINA E FEMININA
UNIFORMES PARA EMPRESAS
 CONDOMÍNIO - RESTAURANTE - HOTEL - ENTRE OUTROS
 PORT. / FAXINEIRA / SEGURANÇA / MANOBR. / MOTORISTA
 COZINHEIRO (DOLMA/CALÇA/AVENTAL/TOUCA)
 (13) 98167-1067 / (13) 99611-0101 vivo
www.solangesilvauniformes.com.br
 solange.silva@roupasecessorios@bol.com.br

Silvera
Terapia Capilar no combate à Calvície
Agende seu horário
 Rua Paraguai, 137
 Gonzaga, Santos
 13 3284.3371