

## A CONSTRUÇÃO DO FUTURO

Num país com problemas profundos e históricos, os 436 dias em que o economista Abraham Weintraub ficou como ministro só piorou a situação do ensino no Brasil. Em vez de construir um projeto nacional em conjunto com especialistas e gestores locais, ele preferiu o embate com viés ideológico, entre grosserias, brincadeiras de mau gosto e erros de português. Mas tudo isso é passado. O desafio agora é tratar o assunto com a importância e seriedade que ele merece. **PÁGINA 3**



### 1.032.913 DE CASOS

Dados do Ministério da Saúde, que também contabiliza 48.954 mortes; contagem dos veículos de comunicação indica 1.038.568 casos e 49.090 mortes



## PROTEJA A SI E AOS OUTROS

Com os números do novo coronavírus alcançando tristes recordes, mais do nunca é fundamental adotar comportamento responsável. **PÁGINA 8**



## COLÁGENO

Responsável pela sustentação da pele, proteína também aumenta a resistência e a vitalidade dos cabelos e das unhas, além de proteger e regenerar ossos e articulações. Como sua produção natural pelo organismo começa a se reduzir a partir dos 30 anos, sua reposição é fundamental. **PÁGINA 5**

### PRÓXIMOS WEBINARS

## jornal da orla

Dia 22/06, às 11h

### Governança Corporativa

Norman Arruda Neto, Diretor do ISAE Escola de Negócios de Curitiba-PR, Mestre em Governança Corporativa e participante de diversos programas da Organização das Nações Unidas.



Inscreva-se!

Dia 25/06, às 18h

### Gestão de Pessoas em Época de Crise

Ana Beatriz Fernandes, Psicóloga e Business Partner da Neodent, fala sobre maturidade dos líderes, viés emocional e gestão de liderança em tempos de instabilidade e incerteza.



Inscreva-se!

Dia 29/06, às 11h

### Gestão Ambiental em Tempos de Covid-19

Um roteiro para a gestão de risco ambiental em tempos de crise, apresentado por Antonio Fernando Pinheiro Pedro, um dos pioneiros do direito ambiental no Brasil.



Inscreva-se!

# Jornal da Orla na internet

## WEBINARS GRATUITOS

O Jornal da Orla está promovendo uma série de cursos online gratuitos pela internet. As inscrições podem ser feitas no site <https://www.jornaldaorla.com.br>

**Dia 22 (segunda-feira), 11h**  
**NORMAN ARRUDA NETO**

### GOVERNANÇA CORPORATIVA

A quarta palestra da série fala sobre Governança Corporativa. Nosso convidado é Norman Arruda Neto, Diretor do ISAE Escola de Negócios de Curitiba-PR, Mestre em Governança Corporativa e participante de diversos programas da Organização das Nações Unidas.



**Dia 25 (quinta-feira), 18h**  
**ANA BEATRIZ FERNANDES**

### GESTÃO DE PESSOAS EM ÉPOCA DE CRISE



A sexta palestra do Webinars Jornal da Orla fala sobre os desafios de gestão, instabilidades, incertezas e os cenários dos recursos humanos em tempos de grandes desafios. A apresentação de Ana Beatriz Fernandes, Psicóloga e Business Partner da Neodent, fala sobre maturidade dos líderes, viés emocional e gestão de liderança. Ana Beatriz tem mais de 15 anos de experiência em gestão de pessoas.

**Dia 29 (segunda-feira), 11h**  
**ANTONIO FERNANDO**

### GESTÃO AMBIENTAL EM TEMPOS DE CRISE NO BRASIL



Uma análise dos riscos e indefinições enfrentados hoje pelo poder público e pela iniciativa privada na política ambiental, na implementação das leis e na implantação de projetos e empreendimentos. Um roteiro para a gestão de risco apresentado por Antonio Fernando Pinheiro Pedro, advogado formado pela USP e um dos pioneiros do direito ambiental no Brasil.

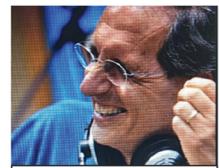
## ENTREVISTAS AO VIVO

### MOMENTO DIGITAL JAZZ

O produtor cultural Cássio Laranja comanda um agradável bate-papo com grandes nomes da música brasileira, com direito a "canjas"



**Sábado (20), 17h**  
**GILSON PERANZZETTA**



**Segunda (22), 19h**  
**SERGIO BRASIL**



**Terça (23), 19h**  
**GILLES GAMPUS**



**Quarta (24), 19h**  
**ALBERTO ROSENBLIT**



**Quinta (25), 19h**  
**SERGIO PEREIRA**



**Sexta (26), 19h**  
**MARCOS ARIEL**

### MUNDO PET

A jornalista Bárbara Camargo apresenta o programa recheado de informações importantes sobre animais de estimação



**SÁBADO (20), 10h** **LUCIANO LATARULLA**

O treinador e pioneiro na prática de Agility na Baixada Santista Luciano Latarulla explica como funciona a prática de exercícios físicos para cães, quais raças são permitidas, intensidade e contra indicações.

## EXPEDIENTE

**JORNAL DA ORLA** - Editora Jornal da Orla Ltda.  
Rua Nascimento, 33, Embaré, Santos - CEP 11040-170  
Telefone: (13) 2101-0021

E-mail/Pedação: editor@jornaldaorla.com.br  
E-mail/Publicidade: publicidade@jornaldaorla.com.br  
Fundador: Clóvis Edward Hazar (1931-2013)  
Diretor de Redação: Edison Carpentieri  
Repórteres especiais: Bárbara Camargo e Marco Santana  
Social Media: Julia Carpentieri  
Departamento de Arte: Cassio W. Cañete  
Colaboradores: Clara Monforte, Cláudia Duarte Cunha, Diego Oliveira, George F. Jorge e Marcia Bernardo, Jadir Albino e Mirian Ribeiro.

Impressão: S.A. O Estado de S. Paulo - Tel. (11) 3656-2457/2424 **ESTADÃO**  
Os conceitos emitidos em artigos são de responsabilidade de seus autores, não representando a opinião do jornal.

## O QUE VAI ROLAR EM WWW.JORNALDAORLA.COM.BR



### GOVERNO BOLSONARO E SUAS CRISES

Pandemia, Fabricio Queiroz, Abraham Weintraub... não fazem crises no governo Bolsonaro, que busca fôlego político numa aliança com os partidos do chamado Centrao para aprovar sua agenda e também escapar de processos de impeachment. Os cientistas políticos Fernando Chagas e Rafael Moreira analisam as ações do presidente Jair Bolsonaro ao vivo, nesta terça-feira (23), às 17h.



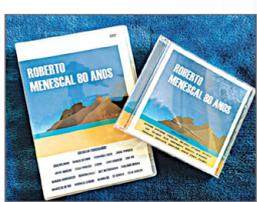
### ...E O QUEIROZ APARECEU!

Muita água ainda vai passar por baixo da ponte no caso do ex-PM Fabricio Queiroz, figura próxima da família Bolsonaro, que foi preso na quinta-feira. Em entrevista ao jornalista Marco Santana, os advogados criminalistas Joaquim Fernandes e Matheus Cury analisam os aspectos jurídicos do episódio e também o comportamento de Frederick Wessief, advogado de Queiroz e do presidente Bolsonaro.

## O QUE JÁ ROLOU

## DVD/CD ROBERTO MENESCAL – “80 ANOS”

Nesta semana encerro a trilogia de colunas destacando os últimos passos musicais do genial Roberto Menescal, o querido Menesca.



Já mencionamos por aqui o lançamento da sua tão esperada biografia escrita por Claudia Menescal e também o seu encontro em estúdio com o grupo Bossacucanova, experimentando as ousadas misturas entre o Blues e a Bossa Nova.

Em 2019, para marcar as comemorações dos seus juvenis 80 anos de vida, Roberto Menescal foi surpreendido com um lindo presente encomendado pelo Canal Brasil e o selo MPB. A gravação ao vivo de um DVD/CD com 17 músicas, contando com a participação de convidados

dos muito especiais. Merecido presente!

A ideia da gravação foi inspirada na turnê “Dia de luz, festa de sol – Roberto Menescal e a Bossa Nova”, que rodou o Brasil em 2017.

São mais de 60 anos de carreira, um dos grandes protagonistas da Bossa Nova e da MPB, mais de 400 composições, mais de 30 discos e 12 DVD’s lançados.

O material muito bem produzido em áudio e vídeo registra encontros marcantes com os seus grandes

amigos e parceiros Marcos Valle, Wanda Sá, Joyce Moreno, Leny Andrade e Danilo Caymmi.

A surpresa fica por conta da presença de artistas de outras gerações: Ney Matogrosso, Zé Renato, Jorge Vercillo, Paulinho Moska, Leila Pinheiro, Cris Delanno, Fernanda Takai, Quarteto do Rio, Marcos Nimrichter, Lenine, Zélia Duncan e Verônica Sabino.

Cada um dos intérpretes convidados teve a chance de escolher a sua música preferida com total liberdade de interpretação.

Registro histórico e indispensável deste genial instrumentista, compositor, cantor e produtor; que é reconhecido pela sua importância e contribuição definitiva para a música popular brasileira.

**Rádio jornal da Orla**  
por Cássio Laranja [cassiolaranja@hotmail.com](mailto:cassiolaranja@hotmail.com)

**Digital JAZZ**  
A emoção de Jazz

## Faz Parte do Meu Show – “Cazuza Em Bossa” – Rodrigo Santos – Leila Pinheiro & Roberto Menescal

Lançado recentemente pelo selo Som Livre, um pouco antes da quarentena, o disco foi gravado ao vivo e traz uma homenagem ao genial Cazuza.

Ele faria 62 anos em 04 de abril e em 2020 também se completam 30 anos sem o artista, que marcou uma geração e continua a ser referência até os dias de hoje através da sua música, influenciando outras gerações que vieram depois da sua partida.

Este projeto especial foi gravado nos estúdios da Som Livre, local onde Cazuza nasceu e cresceu.

O disco apresenta 8 músicas que formam um álbum audiovisual,



com regravações das músicas de Cazuza numa arejada levada da Bossa Nova, com o trio formado por Leila Pinheiro no piano e vocal, Menescal na guitarra e Rodrigo no contrabaixo e vocal.

Para muito breve está marcado o lançamento também um

e muito lindas. Do período de 1985 a 1989 quando Cazuza gravou 5 discos, vamos ouvir as releituras de “Faz Parte do Meu Show”, “Preciso Dizer Que Te Amo”, “Codinome Beija Flor”, “O Tempo Não Para”, “Exagerado” e “Ideologia”.

Já do período do Barão Vermelho destaque para “Por que a Gente é Assim” de 1984 e a incrível “Pro Dia Nascer Feliz” de 1983.

Cazuza foi um dos maiores poetas da nossa MPB e a releitura de suas músicas com a leveza da Bossa Nova ficou sensacional.

Viva Cazuza!  
Viva a Bossa Noval!

**Toledo**  
CORRETORA DE SEGUROS  
39 ANOS AO SEU LADO  
Rua Guaiaú, 66 - cj. 812  
PRIMAAR CORPORATE  
PAIX: 3227-6053 • TEL: 3239-3200

**LIVE**  
Sábado, 27, 3ª, 4ª, 5ª e 6ª-Feira  
**Momento Digital JAZZ**  
A emoção de Jazz

**UNIP**  
UNIVERSIDADE PAULISTA  
**7 ANOS CONSECUTIVOS** **RUF** **PREFERIDA DO MERCADO PROFISSIONAL**  
GRADUAÇÃO • PÓS-GRADUAÇÃO • MESTRADO • DOUTORADO | PRESENCIAL • SEMIPRESENCIAL • A DISTANCIA  
Campus Santos - Av. Francisco Manoel, s/nº - Vila Mathias - Tel. (13) 4099-2000 - [www.unip.br](http://www.unip.br) - 0800 010 9000

Cuidamos da sua saúde para você aproveitar bem a vida.  
**iacs**  
Instituto de Análises Clínicas de Santos  
Instituição de Ensino Superior  
Instituto de Análises Clínicas de Santos

**Entrevistas Exclusivas**  
com grandes artistas

# ASSUNTO MUITO SÉRIO PARA BRINCADEIRAS

Marco Santana

Tirando os apoiadores mais fanáticos (aquele pessoal que acredita que a Terra é plana e vê comunistas até embaixo da própria cama), até mesmo os adeptos do bolsonarismo reconhecem que a gestão de Abraham Weintraub à frente do Ministério da Educação durante intermináveis 436 dias foi um desastre.

A passagem de Weintraub pelo Ministério da Educação comprovou que o filósofo Francisco Everardo Silva, o popular Títrica, estava errado. Weintraub conseguiu ser pior que seu antecessor, Ricardo Velez, figura que chegou ao cargo pela varinha de condão do autodenominado filósofo Olavo de Carvalho — que depois confessou ter errado e que só conhecia Velez superficialmente.

Vídeo dançando com um guarda-chuva e textos com graves erros de português (paralisação com Z, impressionante com C e suspensão com C, entre outros) foram as menores barbaridades praticadas pelo economista que comandou (?) o ministério mais importante do Brasil — um orçamento de R\$ 103 bilhões.

O grande prejuízo — e praticamente todos os educadores sérios concordam — é o viés ideológico adotado para conduzir as ações de Weintraub. “Ele não olhou para as questões educacionais, mas cumpriu o papel que esperavam dele, transmitir uma mensagem política”, resume o educador Mozart Neves Ramos, do Instituto de Estudos Avançados da USP.

O relatório anual de 2019 da entidade Todos pela Educação classifica a postura de Weintraub como “tuculenta e desrespeitosa” e identifica nele “um nítido despreparo para administrar uma missão altamente complexa”.

Weintraub já foi tarde e o desafio agora é implementar uma política nacional de educação eficiente, seja quem for o ministro. Segundo o Censo Escolar feito pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais (Inep), o Brasil possui 47,8 milhões de estudantes, sendo 38,7 milhões nas redes públicas e 9,1 em instituições privadas.

O assunto é complexo, permite várias análises e propostas, mas alguns temas são essenciais:



## ACESSO AO ENSINO

O Brasil avançou nas últimas duas décadas neste aspecto, mas ainda há muito a ser feito. A principal conquista foi no índice de atendimento de crianças em idade pré-escolar (creches), que passou de 66,4% (2001) para 93,8% (2009), segundo o Pnad/CBGE. Mas a evasão de jovens no ensino médio é preocupante: 4 de 10 jovens não completam esta etapa escolar. Entre os motivos, a falta de escolas ou vagas (situação de 12,9% dos alunos), a falta de interesse (44,7%) e a necessidade de trabalhar (15,6%). O grande desafio é oferecer condições para que estes jovens sejam motivados a estudar.

## APRENDIZAGEM

Apesar de ter melhorado na última década, o nível de aprendizagem esperado ainda é baixo. No ensino de língua portuguesa, por exemplo, 60,7% dos alunos do 5º ano do ensino fundamental aprenderam o esperado, entre os do 9º ano do fundamental, apenas 39,5%. Os resultados do Programa Internacional de Avaliação de Estudantes (Pisa) revelam um péssimo desempenho dos estudantes brasileiros com 15 anos em leitura, matemática e ciências, em comparação a alunos de outros 78 países — o Brasil é o pior em matemática e ciências e o segundo pior em leitura. Metade dos alunos não conseguem interpretar um texto.

## PROFISSIONAIS

É preciso melhorar a remuneração dos professores (inclusive no período em que está trabalhando fora da sala de aula, preparando o conteúdo), para que tenham mais tranquilidade e também para atrair talentos para carreira, que muitas vezes se afastam por conta da questão financeira. Também são necessários programas de formação continuada dos professores, para atualizá-los quanto às novas estratégias no processo de ensino-aprendizagem e também às mudanças do mundo — cada vez mais tecnológico e complexo. Outra medida é oferecer infraestrutura material nas unidades escolares e material pedagógico de apoio aos educadores.

Investir na educação inclui qualificar os gestores de educação, dentro das secretarias de ensino, e também de cada unidade. Existem vários exemplos de que a iniciativa do diretor da escola podem fazer a diferença.

## ESTRUTURA FÍSICA

Ainda que não seja o foco principal dos investimentos (que devem ser direcionados aos profissionais), a construção de unidades e a aquisição de equipamentos influenciam diretamente no desempenho dos alunos. Neste sentido, recursos tecnológicos como acesso à internet de qualidade e lousas digitais não podem ser coisa de ficção científica.



## ENSINO PROFISSIONALIZANTE

Muita coisa mudou desde a criação das primeiras 19 Escolas de Aprendiziz e Artífices, em 1909, mas a qualificação profissional no Brasil apresenta resultados tímidos. Segundo o Pnad de 2018, 23% dos jovens entre 16 e 24 anos nem estudam nem trabalham (é a chamada “geração nem-nem”). Não estudam por não verem atrativos nos bancos escolares e não trabalham (sem considerar a crise econômica) por não terem qualificação profissional. A reversão deste quadro passa pelo aprimoramento de iniciativas como os cursos do Sistema S (Senac e Senai), o Programa Nacional de Acesso ao Ensino Técnico e Emprego (Pronetec) ou mesmo ações da iniciativa privada.

## PESQUISA CIENTÍFICA

Apesar da tentativa de deminização feita por Abraham Weintraub, as universidades públicas são os principais centros geradores de trabalho científico — uma atividade complexa, que demora a trazer resultados e, muitas vezes, do ponto de vista pragmático, economicamente inviável. O Brasil enfrenta uma “fuga de cérebros”, isto é, pesquisadores altamente qualificados que acabam indo para outros países desenvolverem seus trabalhos por falta de condições. Há ainda carência na formação de espe-

cialistas: dados da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), revelam que apenas 0,2% da população brasileira possui doutorado, enquanto a média dos países pertencentes à entidade é de 1,1%.

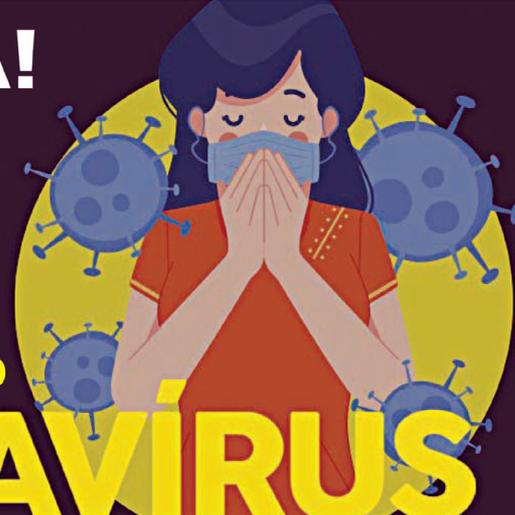
## FINANCIAMENTO

Ao longo de sua gestão, Weintraub deixou claro que as despesas do Ministério da Educação eram “gasto” e não investimento. O orçamento de 2020 da pasta encolheu 16,3% em relação ao ano anterior, de R\$ 122,9 bilhões para R\$ 103,1 bilhões. Além disso, o governo federal recebe fortes críticas dos especialistas em educação por não tratar com seriedade a renovação do Fundo Nacional da Educação (Fundeb). Em vigor desde janeiro de 2007, trata-se de uma emenda constitucional que garante a redistribuição de R\$ 165 bilhões para estados e municípios aplicarem em educação. O Fundeb corresponde a 63% do financiamento de toda educação básica no Brasil — em muitas cidades, o fundo é a única maneira de garantir o pagamento de professores, por exemplo. Este dispositivo legal tem prazo de validade (se encerra no fim deste ano), mas até o momento o governo não fez movimentos claros quanto à sua renovação ou ampliação. Existe um projeto de lei, mas a velocidade em que tramita na Câmara preocupa os especialistas.

# FIQUE EM CASA!

SE REALMENTE PRECISAR SAIR,  
USE MÁSCARA!

TODOS JUNTOS CONTRA O  
**CORONAVÍRUS**



Informação de qualidade, a melhor forma de combater a doença:  
**CONFIRA EM [WWW.JORNALDAORLA.COM.BR](http://WWW.JORNALDAORLA.COM.BR)**

## vídeos



Entrevistas com especialistas

## notícias



mantenha-se atualizado

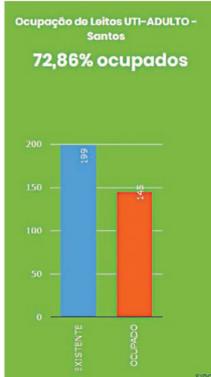
## VACINE-SE CONTRA FAKE-NEWS!

Desmascaramos as mentiras que circulam pelas redes sociais

## TIRE TODAS AS SUAS DÚVIDAS!

Saiba tudo sobre prevenção, contágio, tratamento e exames

## gráficos



Acompanhe os dados de evolução e combate ao Covid-19



# Quarentena x ansiedade em pets



FOTOS PIXABAY

Os efeitos da pandemia afetam os seres humanos de diversas formas e também pode causar nos animais sensações muito semelhantes às que sentimos nesse momento difícil. Os pets não entendem essa mu-

dança na rotina e podem desenvolver quadros de ansiedade e depressão.

“Falta de apetite, prostração, isolamento, perda de peso, recusa em brincar com tutores ou outros pets e agressividade repentina são apenas alguns dos sintomas de que algo não está bem. Em casos mais graves, alguns pets podem se lamber excessivamente, apresentar coceiras sem motivos e realizar automutilação em extremidades do corpo, especialmente a cauda e as patas”, explica a veterinária Luana Sartori.

O cachorro que fazia as suas necessidades

na rua, por exemplo, precisa se adaptar para fazer no jornal, dentro de casa. Além disso, o tutor que tinha horário para sair e voltar, agora passa todo tempo por perto. O que fazer para que a rotina desses pets sofra menos impactos com essas mudanças?

Luana indica que a energia desses animais seja gasta de outra forma. “Os pets que vivem em apartamento sofrem mais com o isolamento. O tutor pode montar circuitos com petiscos dentro de casa para que o cão corra, caminhe e se exercite”, indica.

## Carinho em tempo integral é necessário?

A presença constante do tutor dentro de casa também pode causar estranheza ao pet, que estava acostumado a esperar o dono chegar do trabalho. Se algumas ações não forem tomadas, o retorno às atividades normais pós-pandemia pode ficar ainda mais difícil.

“Precisamos ter em mente que a quarentena vai acabar um dia e tudo voltará ao normal. As pessoas vão sair para trabalhar, passear, viajar e precisam entender que cães e gatos podem sofrer com a síndrome da

separação. Dê um espaço para o animal, deixe-o de lado por algum tempo do dia. Isso vai evitar que o sofrimento seja maior a longo prazo”, conta.

Quando a quarentena acabar, para minimizar os efeitos da sua ausência, o ideal é criar um espaço confortável para o pet, apostando no enriquecimento ambiental adequado. “Deixe roupas suas no ambiente, pois seu cheiro ajuda a tranquilizar o animal. Brinquedos que liberam petiscos promovem mais interação do pet e, claro, menos ociosidade”, revela.



Em tempos de Covid-19, que obrigou o fechamento das salas de cinema, vou falar sobre filmes disponíveis na internet:

## Prenda-me se for Capaz

“Um maravilhoso e delicioso filme de puro entretenimento, daqueles que vai satisfazer todo o tipo de público.”

Frank Abagnale Jr. começou a falsificar cheques com apenas 15 anos de idade. Aos 21, já tinha assumido 8 identidades, causando um prejuízo de mais de R\$2,5MM em 26 países e, quando preso por seus crimes, cumpriu uma pena de aproximadamente 13 anos. Apenas foi solto com a condição de cooperar com as autoridades para encontrar fraudes monetárias e depois arranjar emprego como consultor em bancos. Tempos depois, fundou a empresa Abagnale & Associates, onde realiza palestras e aulas advertindo outras empresas sobre o mundo das fraudes. Abagnale hoje é multimilionário através desta empresa de consultoria situada nos Estados Unidos. Essa é uma história verdadeira e ninguém melhor para dar um tom fantasioso, divertido e entregar um belo estudo de personagem do que Steven Spielberg.

Spielberg é provavelmente o diretor mais popular de todos os tempos. Dono de uma filmografia invejável e com uma enorme versatilidade (ele dirigiu no mesmo ano Jurassic Park e A Lista de Schindler, como exemplo) o diretor se mostra incrivelmente contido em seus já conhecidos movimentos de câmera e enquadramentos, o que mostra uma grande maturidade do diretor que percebe que essa discricão é a melhor forma para contar essa história. Traçando uma energia, empolgação e entretenimento ao longo, que já é marca registrada em todas suas obras, Spielberg traz um olhar tanto cômico quanto trágico e apesar de ter quase duas horas e meia de duração, o diretor é ágil na medida certa ao se dedicar a cada momento e etapa da vida de seu protagonista.

Ainda que tenha algumas falhas e não consiga dosar de

modo equilibrado os inúmeros gêneros que tenta explorar, o roteiro é estruturado em três blocos, que marcam a ascensão, a crise e a queda de Abagnale nem sempre seguindo à risca os fatos verídicos da história, principalmente para abrir maiores brechas de identificação com o público. Outro tema presente na filmografia de Spielberg é que o roteiro também explora, é a crise de identidade e a relação entre pais e filhos, onde mesmo amando o pai, Frank precisa de alguém que o contenha e discipline, algo que encontra estranhamente no policial Hanratty, interpretado por Hanks. Durante toda a jornada, você vai se pegar torcendo pelo vigarista pelo fato do mesmo apresentar um bom coração, mas Spielberg acaba demais ao escalalar Tom Hanks, transformando o agente do FBI em uma figura que também desperta a simpatia do público, mesmo sem o roteiro se aprofundar mais em sua vida pessoal.

Um dos melhores atores de sua geração, Leonardo DiCaprio traz todo charme e energia que o personagem exige, com sua aparência jovial e inocente ao passo que Hanks brilha mais uma vez, mesmo com um papel secundário, construindo em seu personagem uma pessoa dedicada, carancudo e cheio de princípios, onde não há ninguém melhor do que ele para fazer.

Prenda-me se for Capaz é um maravilhoso e delicioso filme de puro entretenimento, daqueles que vai satisfazer todo o tipo de público, contando também com incríveis performances de todo o elenco e uma história cativante. Está longe de ser o melhor trabalho de Spielberg, mas é mais um grande acerto na carreira deste influente diretor que marcou gerações.

**CURIOSIDADE:** Prenda-me Se For Capaz foi oferecido e recusado pelos diretores Lasse Hallström, David Fincher, Miles Forman e Cameron Crowe.

Informe Publicitário

## ITINERÁRIO INFORMATIVO

www.diocesedesantos.com.br/www.facebook.com/diocesedesantos  
(13) 3228-8881 - Assessoria de Comunicação Diocese de Santos

## Sobre a reabertura das igrejas católicas na BS

Desde o dia 20 de março nossas igrejas estão fechadas para celebrações com a participação de fiéis, devido à pandemia de Covid-19. Da mesma forma, todas as atividades de reuniões e festas da comunidade foram canceladas. E assim continuou até este momento.

Esta limitação tornou-se uma grande e prolongada provação para a vida de fé, com grande sofrimento para todos. Acredito que continue sendo também um tempo de reflexão e de purificação, pois a graça do Senhor nos alanea em todas as situações da vida, e o Senhor Ressuscitou nos alenta com a força do Divino Espírito Santo.

O Estado de São Paulo está classificando as regiões por fases, de acordo com a situação de controle da pandemia. Estamos, portanto, analisando a situação e tomando conhecimento desses protocolos, para preparar-nos para uma nova situação. De qualquer forma, somente decidiremos a reabertura das celebrações com presença de fiéis quando percebermos situação de segurança, tendo em vista os

dados técnicos. No tocante às visitas e orações individuais dos fiéis, as igrejas poderão ser abertas, respeitando-se as normas de cada município.

O espaço de nossas igrejas deverá ser preparado para o funcionamento dentro das novas normas de segurança sanitária. As equipes que atuam na celebração também deverão ser preparadas, para estarem bem cientes sobre como proceder, e também para orientar o povo.

Embora os procedimentos possam variar um pouco em cada município, podemos prever, pelo que vemos nos planos de monitoramento para a retomada das atividades dos vários setores, que a volta das celebrações religiosas vai implicar em:

- Novos padrões de higienização e arejamento dos ambientes;
- Sinalização com indicações de segurança;
- Restrição a pessoas do grupo de risco: idosos

com mais de 60 anos, pessoas em tratamento quimioterápico, diabéticos, hipertensos, com sintomas de gripe, e crianças;

• Controle de acesso e localização: número de pessoas por ambiente e distanciamento entre as pessoas;

• Uso de máscara e de álcool em gel 70%;

• Aspectos do ritual litúrgico: cancelamento do abraço da paz e cumprimento de as mãos, não utilização de folhetos, orientações específicas sobre a forma de realização da comunhão e de outros sacramentos, entre outros.

Enquanto nos preparamos para este momento, continuaremos enfrentando esta pandemia com determinação e coragem, convictos de que nossas atitudes responsáveis já salvaram muitas vidas e continuarão salvando. O Senhor nos liberte deste mal e nos conceda a graça de superá-lo com a descoberta de vacinas e medicamentos eficazes, e também com o distanciamento social, que é a única vacina de prevenção contra a pandemia no momento.

D. Tarcísio Scaramussa, SDB  
-Bispo Diocesano de Santos

CONTÉUDO PATROCINADO

## Entenda as diferenças entre rinite e sinusite

A diferença entre rinite e sinusite é uma dúvida muito comum até mesmo entre as pessoas que sofrem com um, ou com os dois tipos de inflamação. A coriza, tosse e congestão nasal são os sintomas mais comuns em diferentes doenças respiratórias.

A rinite e a sinusite são inflamações podem ocorrer ao mesmo tempo ou separadamente, geralmente a rinite pode ocasionar a sinusite. Entretanto, mesmo com sintomas parecidos, elas são distintas.

A rinite é uma inflamação nas mucosas do nariz. Pode ser alérgica e não alérgica.

O tipo mais conhecido é a rinite alérgica, cerca de 10 a 15% das pessoas possuem ela. As crises são desencadeadas pelo contato com ácaros, poeira, mofo, partes e excrementos de insetos, pelos de animais,

fumaça de cigarro, entre outros que causam uma reação exagerada no sistema imunológico.

Já a rinite não alérgica, pode ser causada por mudanças bruscas de temperaturas ou por infecção, seja ela viral, bacteriana ou fúngica.

A inflamação das mucosas nasais se manifesta de maneira semelhante nos dois casos.

### Confira os principais sintomas de rinite:

- Coceira no nariz, olhos, céu da boca e garganta;
- Espirros;
- Coriza (secreção nasal transparente e líquida);
- Congestão nasal;
- Ardência e vermelhidão nos olhos;
- Dor de cabeça;
- Tosse seca (principalmente na rinite alérgica).

### Os demais sintomas de sinusite aguda e crônica são parecidos, com maior intensidade no quadro agudo, incluindo:

- Congestão nasal;
- Coriza;
- Dor de garganta;
- Dor de ouvido;
- Espirros;
- Febre ocasional;
- Secreção que escorre do nariz para a garganta;
- Sensação de peso na cabeça;
- Tosse que piora à noite e atrapalha o sono.

Já a sinusite é a inflamação mucosas dos seios da face, região do crânio formada por cavidades ósseas ao redor do nariz, maçãs do rosto e olhos. Essa inflamação acontece quando há um aumento na produção do muco e ele pode não ser escoado para o nariz, causando a obstrução dos seios do rosto. Isso pode acontecer por:

- Alergias respiratórias, como a rinite e a asma alérgica;
- Infecções virais, como gripes e resfriados;

• Desvio de septo nasal (alteração anatômica na qual as paredes nasais ficam tortas);

• Pólipos nasais (crescimento de tecido que bloqueia a passagem do muco);

• Traumas com fratura dos ossos da face, os quais podem causar a obstrução.

**O sintoma mais comum da sinusite é a dor na face.** Ela costuma ser bastante intensa e se manifesta como uma pressão ou pontadas sobre o nariz ou as maçãs do rosto.

Existe ainda a sinusite bacteriana (inflamação das mucosas dos seios paranasais acompanhada por uma infecção causada por bactérias), os sintomas podem incluir perda do apetite, mau hálito e cansaço.

Fonte: Ministério da Saúde

Venha fazer parte dessa família e vencer seus desafios!

Ensino Bilingue - Espaço Maker - Modernos laboratórios  
Ginásio Poliesportivo - Áreas específicas de recreação e convivência - Seguros escolar e educacional

**Liceu Santista**

- Bilingue
- Educação Infantil
- Ensino Fundamental
- Ensino Médio

Av. Francisco Glicério, 642 - Santos/SP  
(Estação Pinheiro Machado do VLT)  
www.liceusantista.com.br

Agende uma visita e conheça nossa Proposta Pedagógica (13) 3205-1010

Liceu Santista

INFORMAÇÕES

☎ 13 99647.9224  
☎ 13 3225.2586

CENTRAL DE ATENDIMENTO DO LABORATÓRIO



# O seu Laboratório de Análises Clínicas

## ATENDIMENTO DOMICILIAR EM TODA BAIXADA SANTISTA

- ✓ EXAME TOXICOLÓGICO
- ✓ TESTE DE PATERNIDADE
- ✓ COLETA DOMICILIAR
- ✓ EXAME DE SEXAGEM FETAL
- ✓ TESTE DE INTOLERÂNCIA ALIMENTAR
- ✓ COLETA EMPRESARIAL
- ✓ EXAME BETA HCG
- ✓ TESTE DA BOCHECHINHA
- ✓ RESULTADOS ONLINE

### UNIDADES:

SANTOS, SÃO VICENTE, PRAIA GRANDE, CUBATÃO E OSASCO

13 99647.9224

13 3225.2586

## vida em dia

**CLÁUDIA DUARTE CUNHA**  
clauduarte@uol.com.br



### BEM-ESTAR

# Pele firme com colágeno!

Ele firma e hidrata a pele, fortalece o cabelo e previne rugas, além de contribuir para a saúde dos ossos e articulações. É o colágeno hidrolisado, que hoje está disponível no mercado em forma de balas, pó, bebidas ou comprimidos.

Quem não quer uma forcinha na conquista de um corpo firme e forte? Responsável pela sustentação da pele, o colágeno virou o queridinho entre as dermatos e nutricionistas funcionais e vem mostrando resultados que vão muito além do combate à flacidez. Evidências apontam que o nutriente também aumenta a resistência e a vitalidade dos cabelos e das unhas, além de proteger e regenerar ossos e articulações. E mais: ajuda a emagrecer, já que prolonga a sensação de saciedade. "Por ser uma proteína, ele contribui para a demora do esvaziamento



FREESTOCK/IMAGEBANK

gástrico", ressalta a nutricionista paulistana Sheila Naressi Mustafá, membro da Sociedade Brasileira de Nutrição Funcional. Naturalmente produzido pelo organismo, o colágeno é uma proteína que contém aminoácidos essenciais ao bom funcionamento do corpo.

No entanto, a partir dos 30 anos, a produção dessa substância cai, mesmo com um cardápio balanceado, e ocorre perda anual de 1%. Já a partir dos 50 anos, essa auto-fabricação despencou e a suplementação é essencial para a elasticidade e regeneração da pele, car-

tilagens e ossos. A mulher perde cerca de 30% do colágeno nos primeiros cinco anos da menopausa e, a partir daí, o déficit é de 2.1% ao ano. Mas é a partir de uma avaliação clínica que se faz a suplementação. Pele envelhecida, desidratada e flácida são as principais indicações.

### Açúcar é vilão!

Considerado alimento pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), o colágeno é uma proteína extraída dos ossos e da cartilagem do boi, que passa pelo processo de hidrólise (quebra das moléculas) para ser mais facilmente absorvida pelo organismo. Conforme a dermatologista Fabiana Adlarino, a deficiência dele causa flacidez e desidratação da pele, o que pode resultar também no aparecimento de estrias. Estudos recentes mostram que a deficiência do nutriente ainda está associada à redução da espessura e elasticidade do fio de cabelo e das unhas.

Responsável por 30% da proteína do corpo humano, o colágeno tem seu desempenho enfraquecido principalmente pelo consumo excessivo de açúcar e pela ação do tempo, ou seja, com o envelhecimento. Os doces são vilões porque provocam o enfraquecimento do colágeno na pele. Fatores como estresse, poluição e exposição prolongada ao sol também desencadeiam um processo de oxidação nas células. Os raios ultravioleta destroem o colágeno da pele, tornando-a envelhecida e flácida.

### Cardápio ajuda

O ideal é o consumo de 8 a 10 gramas de colágeno hidrolisado por dia. Caprichar na alimentação também ajuda na absorção do nutriente. Proteínas animais (carnes vermelhas, frango, peixes e ovos/ clara do ovo), vitaminas A, C e E (cenoura, pepino, laranja, limão acerola, caju, kiwi, morango, goiaba...) e minerais como selênio e zinco (nozes, aveia, amêndoas e castanha-do-pará) são as principais fontes para a produção de colágeno. Já a gelatina, de acordo com o dermatologista Fabiana Adlarino, tem apenas 10% da proteína, o que não é suficiente para que os resultados apareçam.

### SAÚDE

**HEPATITES B e C** Saiba como evitar. Saiba como tratar.

Faça o teste GRATUITAMENTE

3222.5724

**CUIDADORA DE IDOSO**

Rosita

Proteção, carinho e responsabilidade

Tel. 3062-4323

**LABORATÓRIO GONZAGA**

EM SANTOS AV. ANA COSTA, 493 - CJ. 24 / GONZAGA - TEL./FAX: (013) 3222-6151  
RUA CARVALHO DE MENDONÇA, 335 / VILA BELMIRO - TEL.: (013) 3226-5000

PRAIA GRANDE AV. COSTA E SILVA, 609, SALA 303 / BOQUEIRÃO - TEL./FAX: (013) 3473-6351  
RUA COM. OTTON CARLOS GOLANDA, 589 / OCEAN - TEL.: (013) 3494-5879

MONGAGUÁ AV. SÃO PAULO, 1380 - CENTRO - TEL.: (013) 3448-2906

SÃO VICENTE RUA FREDI GASPAR 637 - CJ. 44 - TEL.: (013) 3466-2586

GUARUJÁ RUA SANTO AMARO, 320 - CENTRO - TEL.: (013) 3395-8533  
AV. SANTOS DUMMOIND, 600 / VICENTE DE CARVALHO - TEL.: (013) 3342-2755

**Pequena notável**

Considerada melhor amêndoa da natureza, a castanha de caju é rica em fibras, minerais (magnésio, ferro, potássio, selênio, cobre e zinco) e vitaminas (A, D, K, PP, E). Deliciosa e perfeita para comer no lanchinho da tarde ou mesmo no happy hour, a castanha de caju ainda auxilia na redução do colesterol ruim, no tratamento de doenças renais e diabetes, além de fortalecer ossos, músculos e melhorar as doenças de pele relacionadas à falta de colágeno. Segundo a nutricionista Tatiana Pimentel, o poderoso alimento crocante também ajuda a reduzir o cansaço e auxilia na concentração. Mas atenção! Coma, no máximo, 10 gramas, cerca de cinco castanhas por dia. Mais do que isso, ela pode fazer mal pela presença de urushiol, uma toxina que pode causar alergias de pele. Essa substância também faz com que a castanha de caju tenha que ser consumida bem torrada e jamais crua, o que pode ser fatal.

## Cliente Unimed conquista facilidades

O cliente Unimed Santos não precisa sair de casa para autorizar exames e procedimentos, inclusive cirurgias. A facilidade está disponível no aplicativo Unimed Santos e no site [www.unimedsantos.coop.br](http://www.unimedsantos.coop.br).

Quem preferir pode utilizar o site [www.unimedsantos.coop.br](http://www.unimedsantos.coop.br) para solicitar a autorização de procedimentos, bastando clicar em Autorização Virtual. É fácil e rápido, e a resposta é enviada por mensagem, via celular.

Usando o aplicativo ou o site, quando autorizado o procedimento, é só se dirigir ao serviço médico de preferência. No local, bastará apresentar o cartão Unimed Santos, documento de identidade e solicitação médica, sem burocracia. "A Unimed Santos associa modernidade e comodidade", finaliza Ivan Vianna.

O aplicativo pode ser baixado gratuitamente, na loja virtual do celular. Basta digitar Unimed Santos e clicar no ícone que está na página da Cooperativa. Depois, é só integrar com o Autorizador Virtual, seguindo o passo a passo.

"O APP é sinônimo de agilidade e praticidade. Além de autorizar exames, o cliente pode obter segunda via do boleto, consultar o Guia Médico e visualizar todos os dados referentes ao plano", ressalta o diretor de Mercado, Ivan Akaoui Vianna.

### GASTRONOMIA

**CAFÉ FLORESTA**

O café bom por natureza

**NOVIDADE BEDUÍNO**

KIT PETISCO

Peça pelo aplicativo do Beduíno!

**Beduíno**

SABORES ÁRABES

Você não precisa ir a Buenos Aires para comer o melhor churrasco argentino.

NÓS FOMOS BUSCAR PARA VOCÊ!

**CHURRASCARIA**

DISK CHURRASCOS 3232-2579

AV. SENADOR PINHEIRO MACHADO, 129, EM FRENTE À SANTA CASA

### COMPRA-SE

**OURO JOIAS**

COMPRA-SE

Anéis, brincos, correntes, Pulseiras, Diamantes, relógios Rolex e outros, Moedas, pratina, cauteias, platina.

Pagamos o melhor preço. Atendemos em domicílio.

Ligue 3219-1496 | tel. 9.7414-9150

SIGA AS PROMOÇÕES

jornal da orla

# fronteiras da ciência

JADIR ALBINO fronteiras@jornaldaorla.com.br



## CELEBRANDO A VIDA

Interessante perceber como tratamos nossos pequeninos, nossas crianças, no que diz respeito às primeiras conquistas.

O primeiro sorriso – quanta festa! As primeiras palavras – quanto orgulho dos pais!

Depois, ou um pouco antes, os primeiros passos – que conquista importante! Celebramos, contamos aos amigos com brilho nos olhos.

Cada nova façanha é celebrada com alegria e novas vitórias vão se somando na vida dos filhos, que vão crescendo, aprendendo e nos surpreendendo.

São êxitos singelos, mas muito importantes. São fundamentais para o desenvolvimen-

to da autoestima, da segurança e da autonomia dos petizes.

São os primeiros progressos da alma iniciando sua existência.

Alma repleta de planos, promessas e ideais elevados, buscando na escola da Terra aprender o que precisa para ser mais feliz.

Infelizmente, perdemos muitos desses costumes sadios quando chegamos à idade adulta.

Parece que pouco sobrou para comemorar...

O que não é verdade, de forma alguma.

Alguns chegam até a ignorar seus aniversários, como se mais um ano de vida fosse algo do qual deveríamos nos envergonhar.

Pequenas vaidades tolas, que acabam inibindo sentimentos e reflexões

importantes.

Os êxitos da alma necessitam ser celebrados e partilhados com aqueles que estão à nossa volta.

Não apenas as conquistas materiais, as conquistas intelectuais, mas principalmente os tesouros do espírito.

Celebremos nossos aniversários com quem amamos. Sem grandes estardalhaços sociais e sem grandes gastos, mas não deixemos passar a data em branco.

Fechar mais um ciclo é importante. Fazer uma análise, um balanço. Agradecer pela oportunidade de estar vivo, pelos amores, pelas experiências...

[com base na Redação do Momento Espiritual]

A vida precisa estar repleta de vitórias.

Vencer a depressão, vencer a dependência química, vencer a obesidade...

Vencer a maledicência, vencer algum medo, vencer o ressentimento de anos e poder dormir com a consciência em paz.

São alguns exemplos de conquistas da alma guerreira, que luta contra suas imperfeições dia após dia.

É fundamental registrar essas glórias, pois são elas que nos dão forças para enfrentar os dias difíceis, os novos desafios.

Cada "novo vencer" traz forças para os novos enfrentamentos, para novos desbravamentos da alma, fundamentais para se lograr a felicidade almejada.

O alvo supremo, a felicidade, não é apenas uma



meta, mas uma construção de pequenas "grandes felicidades" acumuladas através da vida.

E cada júbilo desses, cada conquista, precisa ser guardada no íntimo de nosso coração com muito carinho e atenção.

Cada conquista da alma é importante. Deve ser comemorada com a família e com os amigos. Isso significa celebrar a vida.

É fundamental comemorar a cada pequena

conquista.

Conquistas são como as pequenas rochas que, amontoadas, vão construindo os muros e paredes de nossa edificação chamada 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 representação aos sábados às 21h.

## IMÓVEIS

### ADVOCACIA

**Écio Lesreck & Advogados Associados.**  
Advocacia Especializada em:  
• Funcionalismo Municipal: PMS - CMS - CAPEP  
Inquéritos, PAV, Fecunção, Pensões, Teto Cont.,  
Desc. Sotelo e Trabalhista Civil e Família

**Écio Lesreck** - OAB/SP 28.219  
**Écio Lesreck, Filho** - OAB/SP 21.321

NOVO ENDEREÇO:  
R. Rio Grande do Norte, 50 - Trempeleiro - Santos  
Tel./Fax (13) 3237-2878 - MARCAR CONSULTA

### COMPRA-SE

**ROLEX**  
Compramos seu rolex a vista

Oyster perpetual. Sub Marino. GMT. Daytona Celline. Prince. Thunderbird. Presidente Yatch. Master. Sky Dweller. Omega. Patek Philippe. Vacheron. Entre outras marcas.

**OURO. PLATINA. AÇO E OURO.**

Pagamos o melhor preço. Atendemos em domicílio.  
Ligue 3219-1496 | cel. 9.7414-9150

### SEGURO

SEGUROS DE VIDA  
PREVIDÊNCIA - PROFISSIONAL  
EMPRESAS - AUTOMÓVEL  
CONSORCIO DE IMÓVEL

**PORTO SEGURO**

**Toledo**  
39 ANOS AO SEU LADO  
Rua Guaiaú, 66 - CJ. 812  
PRAIAMAR CORPORATE  
PABX: 3227-6053 | TEL: 3238-3200

### DECORAÇÃO

Pisos Laminados, Cortinas, Persianas, Papéis de Parede

PAGAMENTO FACILITADO  
VISA MASTERCARD CATERA

O bom gosto em decorações

**DEVAL**  
R. Pedro Américo, 164

(13) 3234.7798-3233.7525

### ASTROS E MOLÉCULAS

ESCOLA SANTISTA  
ASTROLOGIA

**PROGRAME-SE!**

CURSOS  
Astrologia do básico ao avançado, Tarot e Baralho Cigano

ATENDIMENTOS  
Mapa astrológico, Eletiva, Sinastria, Tarot e Cartomancia

Rua Goitacazes 08 - Gonzaga  
3284.9714  
www.escolasantistadeastrologia.com.br

PROGRAMA **ESTRELANDO**  
com George Jorge

Se perdeu alguma entrevista, acompanhe pelo canal do YouTube:

PGM ESTRELANDO

Facebook: Pgm Estrelando

APÓIO  
EURO ASTROLOGIA

## IMÓVEIS

**FOLHEIE O JORNAL DA ORLA TAMBÉM ONLINE**

www.jornaldaorla.com.br

**Achiles Imóveis**  
www.achilesimoveis.com.br

3 DORMS EMBAREFETE MAR  
2 SUÍTES, LAV., 130 M<sup>2</sup>, REFORMADO, VAZIO

PREÇO COMERC. LOJA + 2 ANOS.  
22 SALAS 918 M<sup>2</sup> A.C. RAMADOR. BUENO PROX. AO POLIATTEMPO

3011-9102 / 97406-6800  
ACESSE O SITE PARA OUTRAS OPÇÕES

**CONSORCIO DE IMÓVEL CONTEMPLADO**  
CRÉDITO DE R\$ 416 MIL PARA COMPRAR  
**CONSTRUIR, QUITAR OU REFINANCIAR**  
R\$ 54 MIL + PARCELAS | 13 99616-8792

**ANÚNCIOS ECONÔMICOS**  
pague no débito ou no crédito  
LIGUE: 2101.0021

### REFORMA

**Cáscio**  
ELETRICISTA  
ATENDO EM TODA A BAIXADA COM REFERÊNCIA

99639-3219

## CLASSIFICADINHOS

COMPRA-SE

**Magno**  
Jóias Heróis  
**Compra**  
suas jóias de OURO, PLATINA, BRILHANTES, RELOGIOS, ANTIGUIDADES E CAUTELA DA CEF.

3219-2515  
Rua João Pessoa, 60 sala 11, Centro

**OURO**  
Jóias, Brilhantes, Relógios, Prata, Platina, Cautelas, Antiguidades em Geral  
Cotrimos Qualquer Orla R. Ozon Feliciano, 2 s. 24 - Boulevard Gonzaga

3284-9152

**ANTTIQUÁRIO**  
COMPRA

PRATARIAS, PORCELANAS, CRISTAIS, RELOGIOS, JOIAS, POSTAIS, ALBUNS FIGURINHA, GIBIS, OBJETOS EM GERAL.

Paulo de Carvalho  
FAÇA SUA CONSULTA ONLINE PELO WHATSAPP  
+5513 9118-9744  
TEL 13 3207-6493

ANUNCIE 2101.0021

### EXCURSÕES & TURISMO

**Yellow tour**

**ESTAMOS ATENDENDO de 2ª a 6ª feira das 10 às 16h**

De acordo com a determinação da Prefeitura de Santos É OBRIGATORIO O USO DE MÁSCARA, por isso, pedimos a gentileza que venham com as suas.

**Aguardamos vocês!!!**

Av. Ana Costa, 275  
3221.5034 - 3223.5439  
www.yellowtour.net

**ENGLISH CONVERSATION VIDEO CONFERENCIA.**

**GRUPO BÁSICO INTERMEDIÁRIO OU AVANÇADO**

COM 10 AULAS DE CONVERSACAO em grupo ou individual.

**GRUPOS ESPECIAIS PARA CRIANÇAS E SENIORS**  
099791.5121

### AULAS & CURSOS

**FORMIGUINHA**  
EQUIPE DE LIMPEZA

NOSSOS SERVIÇOS:  
• POS-OBRA  
• CONDOMÍNIO  
• RESIDÊNCIA  
• PASSADIEIRA  
• Diarista  
• Quinzenal - Mensal

\*Fazemos Pacotes\*  
Tel (13) 3233.9988  
99134.0124  
equipeformiguinha@oi.com.br

### ORAÇÕES

**VIRGEN MARIA**

REZAR 1 PAI NOSSO E 1 AVE MARIA DURANTE 9 DIAS FAZER 3 PEDIDOS, 1 IMPOSSÍVEL. PUBLICAR NO 9º DIA EVERGO QUE ACONTECE NO DIA SEQUINTE M.J.V.S.

### ORAÇÃO DOS CASOS IMPOSSÍVEIS

**CONFIO EM DEUS**

Com todas as minhas forças e todo meu amor. Por isso peço a Deus que ilumine os meus caminhos e me conceda as graças que tanto desejo. A paz, a sabedoria, a força, a saúde e a prosperidade. W.C.

**NOSSA SRA. APARECIDA**

Querida Mãe Nossa Sra. Aparecida, nós que nos amamos e nos guiamos todos os dias, nós que somos 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 mandará publicar a oração. G.W.C.

**ORAÇÃO DOS CASOS IMPOSSÍVEIS**

Oh, Santa Rita de Cássia, tu que conheces todos os nossos problemas, aliviá estes nossos corações amargurados e não cessares de invocá-la e glorificá-la!

**Santa Rita de Cássia, rogai por nós.**  
Fazer o pedido, rezar um Pai-Nosso e três Ave-Marias. Mandar publicar no 3º dia da oração e observar o que acontecerá no 4º dia. B.R.

### ORAÇÃO DOS PODEROSOS DE SÃO JORGE

**ORAÇÃO DOS PODEROSOS DE SÃO JORGE**

para Quebrar Demandas e Vencer na Vida. São Jorge, guerreiro vencedor do dragão, Rogai por nós. O São Jorge, meu guerreiro, invencível na Fé em Deus, que trazais em vossa mão a espada e confianças abra os meus caminhos... Com o poder de Deus, de Jesus Cristo e do Divino Espírito Santo. E.V.S.C.

ANUNCIE 2101.0021

## LIVES

**Respire fundo LIVE**  
SÁBADO (20) 17HS

YouTube orlatv

**Momento Digital JAZZ**  
A essência do JAZZ

@cassiolaranja

@gilsonperanzetta

**ORAÇÃO DOS PODEROSOS DE SÃO JORGE**

Siga as promoções pelo Insta @jornaldaorla

### SERVIÇOS

**CONFEÇÃO DE CORTINAS, COLCHAS E TAPETARIA**

Tel.: 3271-6781 99141-9787

## É simples e rápido anunciar no Jornal da Orla !

Envie seu texto para **publicidade** @jornaldaorla.com.br junto com seus dados (CPF, nome completo e endereço) O pagamento é feito através de boleto bancário.

**Escolha um dos modelos:**

**Opção 1**  
R\$ 25,00  
1 coluna (2,7cm) x 3cm

**Opção 2**  
R\$ 33,00  
1 coluna (2,7cm) x 4cm

**Opção 3**  
R\$ 42,00  
1 coluna (2,7cm) x 5cm

### BANCA

**BANCA GALEÃO**

Especializada em:  
REVISTAS NACIONAIS E IMPORTADAS  
APOSTILAS DE CONCURSOS

Entregamos na sua casa FASCÍCULOS DA SUA COLEÇÃO COMPLETA

Fone: (13) 3289-2883  
Praça Independência, s/nº - Gonzaga - Santos

### TRANSPORTE

**QUEM É MOTORISTA DE APLICATIVO VAI DE VILA!**

Alugue um carro com a gente e comece a lucrar de verdade hoje.

30 anos

Ligue já e conheça nossos planos!

**(13) 3229 2624** Av. Cons. Rodrigues Alves, 387 - Santos - SP

Siga a gente nas Redes Sociais @vilariarentacar



# CLARA MONFORTE

claramonforte.com.br

claramonforte@jornaldaorla.com.br

Fotos: Leandro Amaral



**RELEMBRANDO AS PRIMEIRAS PÁGINAS DESTA COLUNA,  
LÁ SE VÃO 20 ANOS, PENSEI EM TRAZER NESTA,  
O "JOGO RÁPIDO",  
ENTRANDO UM POUQUINHO NA INTIMIDADE DE QUERIDOS AMIGOS.**

ELES RESPONDERAM:

## VALÉRIA e MARCELO TEIXEIRA



Um sonho: **Um mundo mais fraterno**  
Um medo: **Não tenho! Tenho Deus**  
Amar é: **Sentir o próximo**  
Digo sim a: **Verdade**  
Digo não a: **Violência**  
Um hobby: **Cinema**  
Uma mania: **Trabalhar**  
Prato preferido: **Massa**  
Viagem inesquecível: **Amsterdan**  
Uma palavra: **Amor**

Um sonho: **A Paz**  
Um medo: **A Morte**  
Amar é: **Cuidar para sempre**  
Digo sim: **A Verdade**  
Digo não: **A Traição**  
Um hobby: **Ouvir música**  
Uma mania: **Detalhista demais**  
Prato preferido: **Amo massas**  
Viagem inesquecível: **Grécia**  
Uma palavra: **Deus**

## EDUARDO e CARLA PAULINO



Um sonho: **Viver a maturidade com a alegria da minha juventude**  
Um medo: **Perder o discernimento sobre mim mesmo**  
Amar é: **Sentir o outro mais do que a si mesmo**  
Digo sim a: **Ajudar o próximo**  
Um hobby: **A desigualdade social**  
Digo não: **Tocar piano**  
Uma mania: **Organização**  
Prato preferido: **Haddock ao leite**  
Viagem inesquecível: **Atravessar os Alpes suíços de moto**  
Uma palavra: **Equilíbrio**

Um sonho: **Sonhar sempre**  
Um medo: **Perder a esperança**  
Amar é: **Tudo**  
Digo sim a: **Honestidade**  
Digo não a: **Falsidade**  
Um hobby: **Viajar**  
Uma mania: **De arrumação**  
Prato preferido: **Frutos do mar**  
Viagem inesquecível: **Egito**  
Uma palavra: **Família**

## MICHELLE e MARCEL RAMOS



Um sonho: **Que a vida volte ao normal**  
Um medo: **Perder quem amo**  
Amar é: **Tudo**  
Digo sim a: **Amizade**  
Digo não a: **Falsidade**  
Um hobby: **Confraternizar com amigos**  
Uma mania: **De limpeza**  
Prato preferido: **Comida japonesa**  
Viagem inesquecível: **Grécia**  
Uma palavra: **Família**

Um sonho: **Um mundo de paz e amor**  
Um medo: **Da morte**  
Amar é: **Compartilhar**  
Digo sim a: **Amizade**  
Digo não a: **Violência**  
Um hobby: **Correr na praia**  
Um mania: **De organização**  
Prato preferido: **Paella**  
Viagem inesquecível: **Portugal**  
Uma palavra: **Humildade**

## ADRIANA e ARLINDO PAIVA JÚNIOR



Um sonho: **Que haja menos corrupção e contraste social no nosso país**  
Um medo: **Do invisível**  
Amar é: **A verdadeira explosão de sentimentos**  
Digo sim: **As pessoas do bem**  
Digo não: **As pessoas mal intencionadas**  
Um hobby: **Ler**  
Uma mania: **Arrumar os meus armários**  
Prato preferido: **Camarão a Húngaro do Rufino's**  
Viagem inesquecível: **Grécia**  
Uma palavra: **Saúde**

Um sonho: **Ter a verdadeira paz**  
Um medo: **A doença**  
Amar é: **O melhor dos sentimentos**  
Digo sim a: **Tudo o que nos faz bem**  
Digo não: **As coisas erradas**  
Um hobby: **Aquarismo**  
Uma mania: **Ver as coisas em ordem**  
Prato preferido: **Risoto de polvo com camarão**  
Viagem inesquecível: **Grécia**  
Uma palavra: **Sol**

## REVIRAVOLTAS DA VIDA

A vida é um jogo que não é fácil jogar. A medida que o tempo passa, temos que aprender as regras. Quanto mais nos valermos dos nossos princípios éticos, morais e lutarmos por eles, seremos vencedores. Às vezes, as reviravoltas no "ganha e perde" do jogo, conseguimos resultados positivos. Outras, se ficarmos desatentos às normas estipuladas ou não nos propusermos a aprendê-las, os resultados poderão ser desastrosos. E nesse jogo da vida a vantagem não é determinada por quem está na primeira posição, mas por quem se supera mais e mais, até chegar à vitória. Por vezes, temos que apostar todas as nossas fichas para realizarmos um objetivo. É válido! Mas, toda a cautela é pouca para não perdermos todas as apostas, tampouco prejudicarmos alguém. E as mudanças repentinas que nos parecem terríveis, vamos encarar sem temor, pois na maioria das vezes são para acertar algo que nem percebíamos que estava errado.



Presente  
em todas as ocasiões!

Gardenia Flores  
(13) 3301-2829

www.gardeniaflores.com.br

**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 4846

# Brasil tem 520 mil recuperados da Covid-19

Na semana em que o Brasil registra mais de 1 milhão de casos de Covid-19 o número de recuperados da doença é uma boa notícia neste momento difícil. Mais de 520 mil pessoas conseguiram vencer a Covid-10 em todo o país.

Para o Ministério da Saúde, do ponto de vista estatístico, o Brasil pode estar chegando à estabilização de novos casos. O secretário de Vigilância da pasta, Arnaldo Correia, exibiu números das semanas epidemiológicas recentes que mostram o país perto do "platô" na curva de con-

taminações. Mas é necessário aguardar ao menos duas semanas para confirmar a tendência.

Essa possível estabilização no país já havia sido citada pela Organização Mundial de Saúde. A entidade, porém, recomendou cautela e reafirmou que medidas de preven-

ção são ainda necessárias para evitar nova alta de contaminações.

"Este é o momento de redobrar a cautela, pois já vimos em outros países que uma estabilização pode rapidamente se transformar em um aumento", disse na ocasião o diretor-executivo da OMS, Michael Ryan.



## Com número de internações em queda, Santos tem 49% de leitos ocupados

Nesta semana, a cidade de Santos registrou queda no número de pacientes internados com Covid-19. Na quarta (17) eram 435 e, na quinta (18), 430 (-1,1%). São 224 moradores de outras cidades e 206 munícipes. Ao todo, 4.554 pessoas se recuperaram da doença, sendo 511 após internação hospitalar.

Mas ainda não é o momento de relaxar o distanciamento social. Os números de novos casos de Covid-19 sobem a cada dia e a cidade já supera 7 mil acometidos pela doença.

**Leitos** – A taxa de ocupação geral dos leitos destinados aos pacientes de covid-19, públicos e privados, está em 49%, indicando que o fato de não haver sobrecarga no sistema de saúde é o

resultado das medidas de quarentena adotadas por grande parte dos santistas.

### Cidade que mais testa covid-19

Santos já realizou 44.330 testes para covid-19 na rede pública de saúde. O índice de testagem, de 10,2 mil exames para um grupo de 100 mil habitantes, é aproximadamente 13 vezes maior que a média nacional, de 766 testes para cada 100 mil pessoas (conforme dados de testagem disponíveis no site Worldometer).

O Governo de São Paulo informou que já foram realizados em todo o Estado pouco mais de 602 mil testes em pacientes com suspeita de covid-19, o que perfaz 1,3 mil testes para cada 100 mil habitantes – cerca de 8 vezes menos que a cidade de Santos.

O fato de Santos ser a segunda cidade com o maior número de casos



em São Paulo também está diretamente relacionado à capacidade do Município em testar os seus moradores, reduzindo ao máximo a possibilidade de subnotificações da doença.

"Temos uma estrutura de testagens que poucas cidades do Brasil e do mundo têm e que nos permite estar próximos à realidade. Sem testes, sem verdade. Nos baseamos em experiên-

cias internacionais exitosas que investiram em testagem para o enfrentamento à covid-19", destaca o prefeito Paulo Alexandre Barbosa.

Por dia, são realizados, em média, 400 exames RT-PCR na rede SUS de Santos, entre pacientes sintomáticos atendidos nas políclínicas e unidades de pronto atendimento, pacientes internados na rede hospitalar e profissionais de saúde com casos suspeitos.

## Jovens até 20 anos têm menos chance de contrair Covid-19, diz estudo

Pesquisa realizada pela Escola de Higiene e Medicina Tropical de Londres, no Reino Unido, mostrou que jovens menores de 20 anos tem metade da suscetibilidade à covid-19, em comparação com pessoas com mais idade.

Além disso, os sintomas clínicos apareceram em 21% dos contaminados entre 10 e 19 anos. Para as pessoas acima de 70 anos, a presença de sintomas é em 69% dos casos.

Os pesquisadores agora querem entender o papel da idade na transmissão e na gravidade da doença para determinar o impacto das intervenções de distanciamento social e estimar com precisão o número de casos em todo o mundo.

### SAÚDE

## LabExpress

RESULTADOS EM 1 HORA

**UNIDADE DE SANTOS**  
Av. Dr. Bernardino de Campos, 52

- ✓ Dengue IGG/IGM
- ✓ Chikungunya IGG/IGM
- ✓ Dengue Hemorrágico
- ✓ Zikavirus IGG/IGM

✓ Point of Care



## Ofertas Especiais de Fim de Semana

<p><b>Picanha Argentina Plate</b></p> <p><b>R\$ 59,90</b> Kg/PEÇA</p>	<p><b>Chorizo ou Ancho Bassi</b></p> <p><b>R\$ 44,90</b> Kg</p>	<p><b>Miolo de Alcatra</b></p> <p><b>R\$ 34,90</b> Kg</p>	<p><b>Bisteca Suína do Lombo</b></p> <p><b>R\$ 12,99</b> Kg</p>	<p><b>Sobrecoxa de Frango</b></p> <p><b>R\$ 8,99</b> Kg</p>	<p><b>Peito de Frango s/ Osso</b></p> <p><b>R\$ 9,90</b> Kg</p>
<p><b>Skol Beats Senses 269ml</b></p> <p><b>R\$ 3,25</b> CADA</p>	<p><b>Cerveja Puro Malte Bohemia 269ml</b></p> <p><b>R\$ 2,09</b> A Unidade <b>R\$ 1,99</b> Cada unidade, comprando a caixa 215</p>	<p><b>Azeite Extra Virgem Alma Lusa 500ml</b></p> <p><b>R\$ 15,90</b> CADA</p>	<p><b>Néctar Sufresh 1l</b></p> <p><b>R\$ 4,99</b> CADA</p>	<p><b>Fondue Campo Lindo 400gr</b></p> <p><b>R\$ 26,90</b> CADA</p>	<p><b>Queijo Prato Tirolez 100gr/CADA</b></p> <p><b>R\$ 3,59</b> CADA</p>
<p><b>Iogurte Natural Batavo 170gr</b></p> <p><b>R\$ 1,99</b> CADA</p>	<p><b>Hamburger Texas Seara 672gr</b></p> <p><b>R\$ 16,99</b> CADA</p>	<p><b>Peito de Peru Sadia 100gr/CADA</b></p> <p><b>R\$ 4,19</b> CADA</p>	<p><b>Ketchup Heinz Jalapeno e Picante 397gr</b></p> <p><b>R\$ 9,90</b> CADA</p>	<p><b>Álcool Gel Apolo 500ml</b></p> <p><b>R\$ 12,90</b> CADA</p>	<p><b>Álcool Top 1L</b></p> <p><b>R\$ 7,49</b> CADA</p>
<p><b>Areia Premium Gato de Botas p/ Gatos 3,6kg</b></p> <p><b>R\$ 39,90</b> CADA</p>					



Aponte seu leitor de QR CODE para o código ao lado e acesse dicas para uma alimentação mais saudável



**Atendimento Especial Melhor Idade**  
Todos os dias das 06h30 às 8h o acesso é exclusivo para pessoas com mais de 60 anos

**Atenção Clientes**  
USO DE MÁSCARA OBRIGATÓRIO NO DOM CONSTANTIN



Av. Dr. Bernardino de Campos, 591 (Canal 2) Gonzaga - Santos / SP  
De Seg a Dom das 07 às 22h Serviço de Valet GRATUITO  
Estacionamento Conveniado Grátis: Rua Euclides da Cunha, 129  
[www.domconstantinsupermercado.com.br](http://www.domconstantinsupermercado.com.br)

[f/dmconstantinsupermercado](https://www.facebook.com/domconstantinsupermercado)  
[i/supermercadowmconstantin](https://www.instagram.com/supermercadowmconstantin)  
Informações: (13) 3286-4947