



## O QUE FAZER ENQUANTO TUDO ISSO NÃO ACABA

Apesar de não sabermos quando a pandemia será superada, é preciso continuar levando a vida da melhor maneira possível. Veja estratégias para adotar no dia a dia nestes tempos tão sofridos e incertos. Página 3



### Medidas de restrição ajudam a conter avanço da pandemia

Cidades como Araraquara, que adotaram medidas mais rigorosas de isolamento social, conseguiram reduzir número de casos, internações e mortes. Ao mesmo tempo, cidades como Chapecó, que relaxaram proibições, sofreram piora nos índices.

### Aplicativo ajuda no combate à Covid-19

Desenvolvida com ajuda do Instituto Butantan, ferramenta tecnológica mostra as áreas de Santos com maior incidência da doença a auxilia a fazer o diagnóstico.

Covid-19

Página 4



### VACINA CONTRA GRIPE

Começa na segunda-feira (12) a campanha de imunização contra a Influenza. Quem se vacinou ou está prestes a se vacinar contra Covid-19, ou teve dengue ou chikungunya deve estar atento a algumas recomendações.

Saúde

Página 5

### Aulas em Santos recomeçam em sistema semipresencial

Pandemia

Página 2

### UM MUNDO DISTÓPICO

Em "Klara e o Sol", o romancista japonês Kazuo Ishiguro revela um mundo apenas semelhante ao nosso.

Livros e mais livros

Página 8

### QUEM FOI STEVE JOBS?

O filme, dirigido pelo premiado cineasta Danny Boyle, conta a trajetória do visionário fundador da Apple.

Cinema

Página 4



### CONTORNOS DO SOM

O canal do Sesc Santos no Youtube presta homenagem ao violonista Luizinho 7 Cordas na quinta-feira (15), às 15h.

Cultura

Página 8

### ENQUETE DA SEMANA

### Quem está tendo um desempenho melhor no combate à pandemia?

- (a) Presidente Bolsonaro
- (b) Prefeitos e governadores
- (c) Nenhum deles

Accesse e vote:  
[jornaldaorla.com.br](http://jornaldaorla.com.br)

# Em formato híbrido, aulas na rede municipal retornam em maio

Alunos da rede municipal de Santos vão continuar sendo atendidos no ensino remoto em abril. As aulas presenciais estão previstas para retornar em 3 de maio, respeitando todos os protocolos sanitários contra a covid-19. "Neste momento, o ensino seguirá de forma remota. A partir do dia 12, as escolas municipais estarão abertas, de acordo com a organização de cada equipe gestora, para apoio pedagógico, distribuição de cestas básicas e materiais impressos", disse a secretária de Educação, Cristina Barletta. Cada unidade deverá avaliar a realidade e a necessidade de atendimento de cada comunidade escolar.



IRABELLA CARVALHANS

## Festival gastronômico reúne bares e restaurantes da região



A segunda-feira (12), cerca de 70 bares, restaurantes e confeitarias da Baixada Santista estarão presentes do Festival Gastronômico Amigos ajudam Amigos, oferecendo menus a preços especiais. A lista de estabelecimentos e os cardápios podem ser consultados no site [www.festivalamigos.com.br](http://www.festivalamigos.com.br) ou nas redes sociais [amigosajudamamigos013](mailto:amigosajudamamigos013). "É importante estimulamos o uso do delivery neste momento, e este modelo tem sido o único caminho para muitos estabelecimentos continuarem vivos e sustentando milhares de famílias em toda a Baixada Santista", destaca Luiz Fernando Elias, idealizador do evento.

## Lavanderia Comunitária reabre com preços acessíveis

A Lavanderia Comunitária, programa de geração de renda para mulheres chefes de família em vulnerabilidade social, reiniciará as atividades na segunda-feira (12). Com o fim do lockdown, os serviços de lavagem de roupas estarão disponíveis, com preços que vão de R\$ 10 a R\$ 70. Entre receita e despesas do trabalho, 70% do que sobra é distribuído entre as trabalhadoras. Os outros 30% são divididos igualmente para insumos, manutenção, telefone. Entre os serviços oferecidos estão lavagem de edredons, ternos, tênis, tapetes, além de cestos com até 20 peças. O endereço é Rua Amador Bueno, 309, Centro. O atendimento acontece de segunda a sexta-feira, das 9h às 16h. Informações: 3221-7717 / 99690-7729.



SKM/IMPRESSO DO BRASIL

## Editais apoiam projetos culturais

A Prefeitura de Santos abriu editais para dois editais de apoio à classe artística: o 2º Hora da Cultura Digital e o 9º Concurso de Apoio a Projetos Culturais Independentes do Município de Santos, o 9º Facult. As iniciativas fazem parte de um pacote municipal de medidas para reduzir os impactos econômicos da pandemia sobre o setor. No primeiro edital, os artistas vão credenciar projetos, feitos em vídeo, com duração de 15 a 30 minutos. No caso de curtas-metragens, as produções devem ter no máximo 20 minutos. Os projetos contratados vão receber R\$ 600. É exigido que o interessado tenha no mínimo 18 anos e more em Santos. Após ler o edital, o proponente deve enviar um e-mail para [horadaculturaldigital@gmail.com](mailto:horadaculturaldigital@gmail.com). As inscrições se encerram no dia 20.



## Feira de Orgânicos na Estação da Cidadania

Após paralisação durante o período de lockdown, a Feira de Orgânicos retorna neste sábado (10), das 9h às 13h, em frente à Estação da Cidadania, na Avenida Costa Costa, 430, no Gonzaga. No local acontece venda hortifrutifit em geral, isentos de agrotóxicos, além de congelados e artigos de mercearia, como cereais, sucos, pães, ovos e laticínios. Todos os produtos e produtores são certificados.

## Santistas podem contribuir com o orçamento municipal

Moradores de Santos terão oportunidade de conhecer e contribuir com as propostas do plano plurianual (PPA) de 2022 a 2025 e da lei de diretrizes orçamentárias (LDO) de 2022, que define os objetivos da Prefeitura para o período de quatro anos e investimentos em saúde, educação e infraestrutura. A audiência pública virtual será realizada na terça-feira (13), às 18h, pela plataforma Cisco Webex.

## Jardim Botânico recebe doações de alimentos

Mesmo de portas fechadas ao público, o Jardim Botânico Chico Mendes está contribuindo para que a população supere as dificuldades durante a pandemia de covid-19. De segunda a sexta-feira, das 7h às 16h, quem passar pelo local pode doar alimentos ou materiais de higiene e limpeza. Quem estiver necessitando de algum item, pode retirar de forma anônima. O endereço do parque é Rua João Fracraroli, s/nº, no Bom Retiro.

## EXPEDIENTE

**JORNAL DA ORLA** - Editora Jornal da Orla Ltda.  
Rua Nascimento, 33, Embaré, Santos - CEP 11040-170  
Telefone: (13) 2101-0021  
E-mail/Redação: editor@jornaldaorla.com.br  
E-mail/Publicidade: publicidade@jornaldaorla.com.br  
Fundador: Clávis Edvard Hazar (1931-2013)  
Diretor de Redação: Edison Carpentieri  
Editor: Marco Santana  
Repórter especial: Bárbara Camargo  
Departamento Comercial: Julia Carpentieri  
Departamento de Arte: Monforte W. Cañete  
Colaboradores: Clara Cardoso, Diego Oliveira, George F. Jorge e Marcia Bernardo, Jadir Albino e Rafael Medeiros.  
Impressão: S.A. O Estado de S. Paulo. Tel.(11) 3856-2457/2424 **ESTADÃO**  
Os conceitos emitidos em artigos são de responsabilidade de seus autores, não representando a opinião do jornal.

## Ciclo de palestras orienta sobre autismo

A Clínica-Escola do Autista promove o Seminário Abril Azul - Mês da Conscientização do Autismo, com palestras virtuais, pelo instagram @uscsaude, às terças e quintas feiras, às 19h. No próximo encontro, dia 13, os médicos Mailu Enokikbara e Tiago Leal falam sobre as ações da Psiquiatria e da Neuropediatria no diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista. Não é necessário fazer inscrição para assistir as palestras. A programação completa do seminário estará no site do Jornal da Orla.

## LUIZ EÇA - 85 ANOS

O pianista, compositor, arranjador e mestre de harmonia musical Luiz Eça (1936-1992) completaria 85 anos no último dia 03 de abril. Momento de celebração e eterna reverência. Tive a sorte e o privilégio de crescer ouvindo em casa o seu som, principalmente do Tamba Trio, grupo que ele fundou e que foi formado no início da Bossa Nova e que até os dias de hoje tem uma sonoridade absurdamente contemporânea e arrojada. Ao seu lado estiveram no grupo os também geniais cúmplices, Bebeto Castilho e Hélio Milito. O legado musical de Luiz Eça pode ser sentido pelos inúmeros discípulos que ele formou e incentivou com todos os seus ensinamentos, incrível pianistas que ajudaram a contar a



sua história e detalhes do seu talento e da sua imensa generosidade. Tocou na noite carioca, estudou piano clássico por 2 anos em Viena e depois se transformou num dos maiores arquitetos da música popular moderna. Uma das suas músicas mais inspiradas na minha opinião, o clássico "The Dolphin" que foi gravada e regrava da pelos maiores nomes da música tem uma das histórias mais incríveis,



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

**Digital JAZZ**  
A emoção do Jazz

que foi contada no livro "Bodas da Solidão - Um Olhar Azul para Luiz Eça" da minha querida amiga Fernanda Quinderé, que foi sua esposa e parceira musical em diversas composições. Ela conta que Luiz Eça na década de 70 em Nova Iorque ficou na porta do teatro esperando o genial trompetista Miles Davis. Quando ele chegou, não reconheceu o pianista, que mesmo decepcionado ficou para assistir ao show na primeira fila. De forma surpreendente, Miles Davis tocou a sua música "The Dolphin" olhando fixamente para ele e naquele momento ele pode viver uma das maiores emoções da sua vida, afinal foi a primeira e única vez que ele tocou a sua

música particularmente. Em 2003 foi lançado o CD precioso "Luiz Eça - Reencontro" com arranjos dos seus discípulos *Tamborão* Francis Hime, Mário Boffa Jr., Chico Adnet, Gilson Peranzetta, Wagner Tiso, Mario Adnet, Alberto Rosenblit e participações especiais. No ano seguinte 2004 foi lançado o CD "Michel Legrand - Homenagem a Luiz Eça", do maestro, compositor, cantor e arranjador francês que



veio ao Brasil especialmente para prestar homenagem a Luiz Eça. Já em 2017, celebrando os 80 anos do músico, seu filho Igor Eça de forma corajosa resolveu produzir o disco "Em Casa com Luiz Eça" repleto de estrelas e recriando o clima dos saraus musicais que aconteciam diariamente na sala da sua casa no bairro do Leblon. No time: Dori Caymmi, Edu Lobo, Toninho Horta, Zé Renato e os músicos convidados. E que ganhou merecidamente uma linda versão em DVD em 2020, com imagens do show ao vivo gravado em 25 de abril de 2017 no Teatro Net no Rio de Janeiro. Revistaram sua obra musical com muita competência e emoção.



No mesmo ano de 2017 foi lançado o lindo CD "Luiz Eça por Diogo Monzo", jovem pianista que segue com muitos atributos as pegadas do Mestre. Dedico a coluna desta semana aos queridos amigos da música Fernandinha Quinderé, Igor Eça, Dulce Lobo e Diogo Monzo. Viva Luiz Eça!

**Toledo**  
CORRETORA DE SEGUROS  
40 ANOS AO SEU LADO  
Rua Guaiaú, 66 - cj. 812  
PRAIA MAR CORPORATE  
FAX: 3227-6053 | TEL: 3238-3200

ACESSE [jornal.da.orla.com.br](http://jornal.da.orla.com.br)  
E OUÇA  
Rádio Jornal da Orla/Digital Jazz

[www.digitaljazz.com.br](http://www.digitaljazz.com.br)  
ACESSE a rádio on-line [www.jornaldaorla.com.br](http://www.jornaldaorla.com.br)  
Illustration of musical instruments: saxophone, trumpet, microphone, guitar, and drums.

Cuidamos da sua saúde para você aproveitar bem a vida.  
**iacs**  
Instituto de Análises Clínicas de Santos  
[iacs.com.br](http://iacs.com.br)

**DOIN MOTORS**

## COMO NÃO SE DESPEDAÇAR NA PANDEMIA

Marco Santana

Embora desgastada pelo uso impreciso por gurus de ocasião, o termo “resiliência” ajuda a entender e procurar uma linha de reação nesta pandemia, época de sofrimento e incertezas. Não se sabe quando vamos superar esta “crise matrioska” (uma crise dentro da outra, tal qual a encantadora bonequinha russa), mas enquanto ela não passa é preciso sobreviver da melhor maneira possível.

“Resiliência” é um termo emprestado da Física: diz respeito sobre a capacidade de um material voltar ao seu estado original após uma situação de estresse. Por exemplo: uma barra de ferro que amolece ao ser submetida a intenso calor leva determinado tempo para voltar a ser sólida.

Evidentemente, ninguém será como era antes da pandemia. Mas é possível adotar algumas estratégias no dia a dia neste período tão delicado.

### Fadiga da pandemia

Por durar tanto tempo e não se ver uma perspectiva concreta de quando ela será superada, a pandemia provoca um conjunto de sentimentos negativos presentes em todos, em maior ou menor intensidade. É a fadiga da pandemia, que tem entre os principais sinais:

- Falta de motivação
- Mudança nos hábitos alimentares e de sono
- Irritabilidade
- Estresse com atividades antes feitas facilmente
- Dificuldade de concentração
- Procrastinação (“depois eu faço”)
- Falta de esperança

### Equilíbrio emocional

É certamente o desafio mais difícil durante esta pandemia. Buscar ter pensamentos positivos e cultivar o otimismo (sem minimizar a gravidade do momento nem negar a realidade) ficam mais fáceis recorrendo a práticas espirituais, cada escolherá a que mais lhe oferecer conforto: meditação, filosofia, um culto religioso (seja ele qual for). Independente de qual seja, todos têm em comum o requisito de ser absolutamente pessoal e intransferível.

### Detox de informações

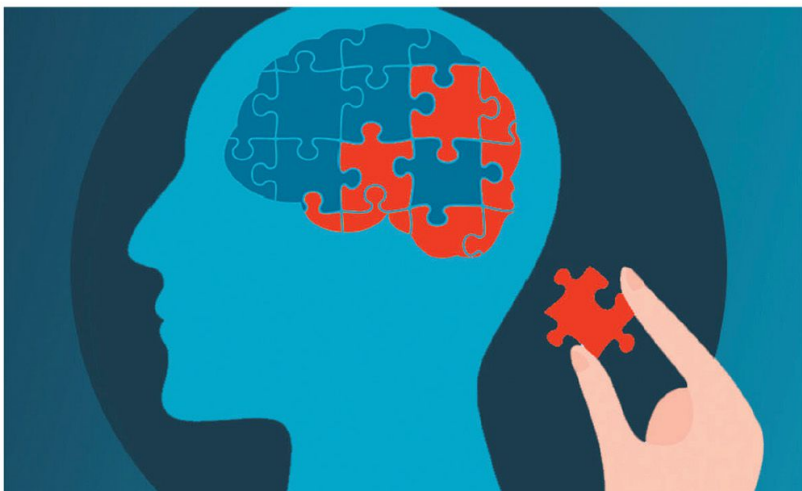
Não faltam notícias negativas mas nem por isso é preciso se exaltar a uma verdadeira overdose de informações. É preciso, sim, atualizar-se, mas sempre em fontes confiáveis. Mais do que nunca, cuidado com as fake news. Reduza o acesso às redes sociais e evite interações conflituosas.

### Cuide-se

Use máscara, pratique o distanciamento interpessoal, tenha cuidados com a higiene, principalmente das mãos (água e sabão ou álcool gel).

### Estabeleça uma rotina

Por estarem mais tempo em casa, muitas pessoas têm dificuldades de seguir com a mesma disciplina a rotina pré-pandemia. Há o agravante de que o ambiente domiciliar, e a sua própria dinâmica, acabam interferindo nas tarefas profissionais. Definir horário para acordar, estabelecer tarefas, definir um local específico na residência que garanta a produtividade.



### Atividade física

A impossibilidade de treinar, por conta das restrições, cria o risco do desenvolvimento do sedentarismo — e todos os prejuízos que ele acarreta. Por mais difícil que seja, é preciso estabelecer uma rotina de exercícios, com a devida orientação profissional, para evitar obesidade, problemas nas articulações e perda ou enfraquecimento da massa muscular. A falta de preparo físico torna mais sacrificadas as tarefas rotineiras e o próprio trabalho.

Do ponto de vista emocional, a ausência de atividade física reduz a produção de hormônios fundamentais como adrenalina e endorfina, situação que enfraquece o sistema imunológico e favorece o aparecimento ou agravamento de problemas como ansiedade e depressão.

### Cuide da alimentação

A perda de apetite e a irregularidade nos horários das refeições estão entre os principais problemas relatados nesta pandemia. Assim, é preciso alimentar-se em horários pré definidos (e não apenas “beliscar”) e dar atenção especial à qualidade das refeições.

### Dedique-se a um projeto consistente

Trabalhe em algo que exija dedicação, concentração e tempo, que demande planejamento e disciplina na execução. Aprender um idioma, uma habilidade manual (pintura, escultura, desenho, marcenaria), um curso com densidade, uma nova qualificação profissional, escrever um livro, organizar coleções, fazer uma viagem em armários e gavetas.

### Atividades prazerosas

Ler um livro, ver um filme, ouvir música. Além de oferecerem entretenimento, estas atividades também contribuem para adquirir conhecimento, estimular reflexões e até mesmo inspirar planos. Neste aspecto, é interessante escolher obras com temas leves, construtivos e que não inspirem pensamentos negativos.

### Converse com amigos e familiares

Aprofunde os vínculos com telefonemas, trocas de mensagens ou mesmo videochamadas. Agende a data e hora da conversa, como se faz com um compromisso profissional, e que fique claro para os participantes qual será a duração do papo. Isso evita interrupções e o prolongamento desnecessário e cansativo da conversa.

### Procure ajuda

Se perceber que sentimentos negativos são persistentes ou pioram, não hesite em pedir ajuda. Muitas vezes, uma conversa de confiança pode ser o suficiente. Caso contrário, procure um profissional.

Informe Publicitário

## ITINERÁRIO INFORMATIVO

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

Ano 20 - N.º 768  
10 4 2021

# Cristo Ressuscitou

## Aleluia, Aleluia!

O Senhor Ressuscitou verdadeiramente. Aleluia. Glória e louvor a Cristo para sempre. Aleluia.

# Feliz Páscoa!

**Missa dos Amigos do Seminário**  
17 de Abril de 2021 10h  
Seminário São José, R. da Semerária S/N, Rua Santa Catarina - SP

### Ação do Coração recebe doações por aplicativo



“Nossa História, Nosso Legado” é o tema da Ação do Coração deste ano. Em sua 10ª edição, a campanha arrecadará doação de alimentos para entidades e comunidades em situação de vulnerabilidade social a partir de seu aplicativo, disponível para download gratuito nos sistemas Android, iOS e na internet. Também será possível utilizar o app para confeccionar e enviar corações e mensagens de afeto digitalmente.

Em agosto haverá a tradicional evento musical, reunindo artistas de diversos segmentos e convidados especiais em transmissão online, devido às restrições impostas pela pandemia. Nesta edição foi renovada e ampliada a parceria com a Rede Brasil de Histórias de Todos os Cantos, que garantirá pontos de arrecadação e distribuição das doações em todo país.

### Feiras livres retornam com novas regras

Desde sexta-feira (9), as feiras livres estão autorizadas a funcionar em Santos. Após protocolos dos feirantes e negociações com a Administração Municipal, as barracas poderão ser montadas de terça a sábado, das 7h às 12h, dos dois lados das vias.

Os feirantes deverão assinar um termo de responsabilidade, assumindo a obrigação de manter controladores de acesso na entrada e na saída, com a utilização de gradis, além de aferição da temperatura corporal de vendedores e clientes.

As barracas devem estar cercadas, com vedação dos acessos laterais e isolamento frontal, de modo que o consumidor permaneça, no mínimo, a um metro de distância. Está proibida a comercialização de itens que não sejam hortifrutí ou pescados — ficam vetados, por exemplo, pastéis e roupas.

## VOLTAMOS PRESENCIALMENTE, MAS...

# ATENÇÃO!

• Educação Infantil  
• Ensino Fundamental  
• Ensino Médio

USE SEMPRE SUA MÁSCARA, COBRINDO BEM O NARIZ E A BOCA

HIGIENIZE SUAS MÃOS COM ÁLCOOL GEL 70%

NÃO COMPARTILHE OBJETOS

SIGA A SINALIZAÇÃO DE SOLO E MANTENHA A DISTÂNCIA MÍNIMA DE 1,5 METRO DAS OUTRAS PESSOAS

Agencie uma visita e conheça nossa Proposta Pedagógica

(13) 3205-1010  
(13) 99716-8932

Av. Francisco Glicério, 642 - Santos/SP - Tel. (13) 3205-1010 - www.liceusantista.com.br

# Restrições reduzem casos, internações e mortes



Apesar de sacrificantes e, portanto, impopulares, as medidas de restrição determinadas pelas autoridades vêm demonstrando serem eficazes para conter o avanço da pandemia.

O caso mais emblemático é o de Araraquara, município do interior paulista com 238 mil habitantes: após o prefeito Edinho Silva (PT) decretar lockdown (fechando praticamente completo das atividades na cidade) durante 10 dias, o número de casos de Covid-19 caíram 47%, houve redução de 75% no número de mortes e a taxa de ocupação de leitos em UTI, que chegou a ser fila de espera, caiu para 90%. Dos 178 internados em leitos de enfermagem, 98 são de moradores de outras cidades.

Por outro lado, Bauru, onde a prefeita Suellen Rosim (Patriota) impôs restrições mais leves, os números de casos, internações e mortes subiram. Na quarta-feira (7), Araraquara registrou a média de 11,9 mortes por 100 mil habitantes, nos últimos 14 dias, enquanto Bauru, a média foi de 26,4 mortes — mais do que o dobro.

Em Santos, onde o prefeito Rogério Santos (PSDB) também aumentou as restrições, o número de internados diminuiu (de 695, no dia 30, para 642, no dia 8) e a taxa de ocupação em leitos de UTI, que chegou a 92%, caiu para 89%.

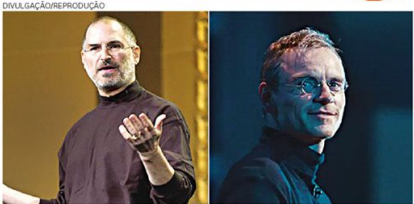
## cinema

DIEGO OLIVEIRA  
cinema@jornaldaorla.br



### Steve Jobs

Quem foi Steve Jobs? Mais das personalidades do mundo da tecnologia da marca. O diretor Danny Boyle e o roteirista Aaron Sorkin respondem sem dificuldades e de forma didática a este questionamento em determinado do filme Steve Wozniak, gênio responsável por boa parte da tecnologia da marca. O diretor Danny Boyle e o roteirista Aaron Sorkin respondem sem dificuldades e de forma didática a este questionamento em determinado do filme Steve Wozniak, gênio responsável por boa parte da tecnologia da marca.



sua habitual montagem frenética, onde atinge o ápice na sequência em que Jobs interage em uma conversa quente com um de seus antigos desafetos, em dois momentos distintos mais mostrados de maneira simultânea, que já mereceria uma salva de palmas por tornar o ambiente tão tenso ao ponto de deixar o espectador grudado na poltrona. O diretor consegue manter o público vidrado durante toda a projeção com uma edição bastante dinâmica que não faz o filme nunca perder o ritmo.

“Steve Jobs consegue desmistificar o gênio explicando o mistério por trás do homem de forma quase brilhante.”

Rede Social. Não é um texto fácil, pois o excesso de diálogos e os pouquíssimos cortes cobram bastante do espectador, que vão demorar um pouco para absorver o excesso de informações que chegam bombardeando a tela, mas essa era a essência de Jobs. O ponto alto de seus roteiros são os embates verbais entre os personagens e aqui possui alguns dos melhores momentos de sua carreira. Ao optar por mostrar a vida de Jobs em três recortes e momentos chave de sua vida, o roteiro sai da obviedade e entrega algo totalmente original, com o destaque de

não ter medo ao mostrar sem cerimônias os traços negativos da personalidade de Jobs, seja com a falta de empatia ou o total desprezo por aqueles que ele considerava inferior ou também em sua problemático relacionamento com sua filha, que lutava para não assumir sua paternidade.

Steve Jobs é encarnado com maestria por Michael Fassbender, que demonstra um assustador equilíbrio entre a intensidade de um maníaco e uma fria serenidade, tudo isso colaborando em refletir a personalidade quase doentia que lhe era peculiar e ao mesmo tempo conferindo traços de doçura, no momento que percebe o trabalho que sua filha fez ao utilizar o computador que ele desenvolveu e no emocionante final, que pode dividir opiniões mas que eu gostei.

Steve Jobs consegue desmistificar o gênio da tecnologia explicando o mistério por trás do homem de forma quase brilhante. Possui um brilhante roteiro que aprofunda na mente de um dos maiores gênios modernos, uma direção enérgica que foge dos padrões convencionais e uma atuação certeira de Michael Fassbender.

**CURIOSIDADE:** Os atores Leonardo DiCaprio e Christian Bale foram cogitados para o papel principal antes de cair nas mãos do ator Michael Fassbender.



Leitos de UTI lotados em Chapecó e presidente Bolsonaro discursando: água de coco na veia do ferido

### Péssimo exemplo

Em Chapecó, Santa Catarina, os Covid-19 explodiram, após o início do ano, quando João Rodrigues (PSD) assumiu como prefeito, institucionalizou a distribuição do kit-Covid e liberou o funcionamento de bares, restaurantes e eventos. O número de casos subiu de 941, em janeiro, para 5,5 mil em 5 de março; e o de mortes aumentou de 123 para 527.

Pressionado, o prefeito decretou lockdown de 14 dias e os números melhoraram: 392 casos confirmados e o número diário de mortes caiu de 18 para 3.

### Água de coco na veia

Na quarta-feira (7), onde mais Bolsonaro visitou Chapecó, o presidente já fez uma vez criticou as estratégias de restrição e enalteceu o uso do kit-covid. Em seu discurso, o líder máximo da nação disse o seguinte: “Se o paciente está com uma doença e não tem um tratamento específico, comprovado cientificamente, tem que buscar alternativa. Como na Guerra do Pacífico. O soldado chegava ferido e não tinha sangue para transfusão. Começou-se ali a injetar água de coco na veia do ferido. E deu certo! É uma realidade ou não?”

## Santos teve recorde de mortes em 2020

Morreram 1.518 pessoas a mais em Santos entre março de 2020 e fevereiro deste ano, do que a média dos mesmos períodos desde 2003 — aumento de 37,3%.

No total, foram 5.577 falecimentos, um recorde histórico.

É o que revela a compilação de dados dos cartórios de Registro Civil, feita pela Associação dos Registradores de Pessoas Naturais do Estado de São Paulo (Arpen-SP).

Já o estado de São Paulo fechou o “ano da pandemia” com um total de quase 370 mil mortos, número recorde desde o início da série histórica.

O período de março de 2020 a fevereiro de 2021 totalizou 368.533 mortes, 99.071 falecimentos a mais do que a média dos mesmos períodos desde 2003.

Segundo a Arpen-SP, o número de óbitos registrados nos meses de 2021 ainda pode vir a aumentar, assim como a variação da média anual e do período, uma vez que os prazos para registros chegam a prever um intervalo de até 15 dias entre o falecimento e o lançamento do registro no Portal da Transparência.

## Teste covid no particular entra no Imposto de Renda

Despesas com teste de Covid-19 feitas no particular, podem ser declaradas no Imposto de Renda. O gasto é considerado Despesa Médica e entra no item “Pagamentos efetuados”. No entanto, o contador Cláudia Lessa alerta que o contribuinte que enviar informações inverídicas ou omitidas pode ser processado por sonegação fiscal e/ou fraude, ficando sujeito a pena de prisão que varia de dois a cinco anos, além de multas que podem chegar a 150% do valor sonegado.

## GASTRONOMIA

**ÁGUA PURA**  
Comércio de Águas e Bebidas

**ibira**  
ÁGUA MINERAL NATURAL

Quem se preocupa com a saúde sabe...

Disk: 3225-7473, 3225-7533, 3225-1679

A única com PH 10,24 e com Vanádio, que auxilia no tratamento do colesterol e diabetes

Rua Rio Grande do Norte, nº 89 - Santos

**CAFÉ FLORESTA**

O café bom por natureza

SIGA AS PROMOÇÕES

jornal da orla

f

## TRANSPORTE

**VILA RICA**

RENT A CAR

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

SE BATER AQUELA FOME, LIGA NÓS 'BEDUÍNO

DISK Beduíno (113) 3284.1207

TAMBÉM PELO SEU MÓVEL

**Beduíno**

SABORES ÁRABES

**ALUGUE AGORA!**

Há mais de 30 anos no mercado, temos como objetivo o foco em nossos clientes, buscando agilidade, facilidade e flexibilidade no desenho de frotas que você precisa para tornar única a sua experiência.

#vaidevila

(13) 99602 7164 | (13) 3229 2624

@vilaricarentacar

VILARICARENTACAR.COM.BR

# Vacinação contra gripe começa segunda-feira

Começa na segunda-feira (12) a Campanha Nacional de Vacinação contra a gripe, que pode levar à morte. A vacina imunizará contra três cepas do vírus: Influenza A H1N1, Influenza A H3N2 e Influenza B.

Serão 35 locais de vacinação: um drive thru, das 9h às 15h, 27 policlínicas, das 8h às 13h, e sete postos externos, das 8h às 16h. O cronograma da campanha é composto por três etapas que se estenderão até 9 de julho.

A primeira etapa, que ocorre entre segunda-feira (12) e 10 de maio, destinada aos trabalhadores da Saúde, indígenas, gestantes, puérperas (mulheres com até 45 dias após o parto) e crianças com idade a partir de 6 meses até cinco anos completos.

A segunda, a partir de 11 de maio, imunizará pessoas com 60 anos ou mais e professores, das redes pública e privada.

A terceira etapa começa em 9 de junho, atendendo pessoas com comorbidades e com deficiência (física, auditiva, visual, intelectual e mental ou múltipla); camilhoneiros, trabalhadores portuários e de transporte coletivo; profissionais das forças armadas, de segurança e salvamento e funcionários do sistema priso-

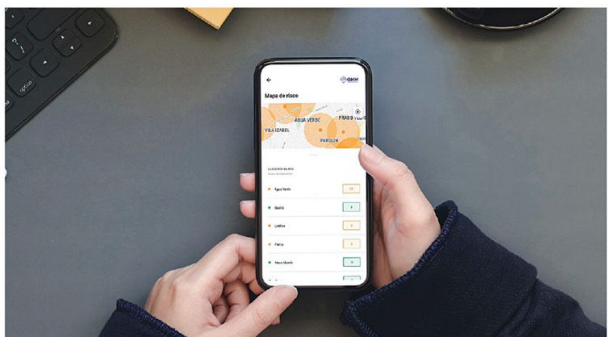


SUSAN HORTAS

nal; população privada de liberdade e jovens e adolescentes sob medidas socioeducativas.

**INFLUENZA E COVID-19-** A Secretaria de Estado da Saúde orienta que quem foi ou vai ser vacinado contra o novo coronavírus priorize este imunizante para Covid-19 e respeite o intervalo mínimo de 14 dias, e só depois se vacinar contra o vírus Influenza.

Os que tiveram dengue, chikungunya ou outra arbovirose devem respeitar o intervalo de 28 dias após a cura para tomarem a vacina.



WENDEL PEREIRA

## Aplicativo que ajudou a combater pandemia em Araraquara chega a santos

Um aplicativo gratuito que permite consultar uma série de informações sobre a pandemia está disponível desde segunda-feira (5). O Global Health Monitor (GHM) permite identificar áreas de Santos com alto nível de contaminação pelo novo coronavírus.

Numa segunda etapa do projeto, prevista para mês que vem, a GHM também vai disponibilizar informações em tempo real sobre leitos de UTIs disponíveis na cidade e sobre o movimento de pessoas nas unidades de saúde responsáveis pela vacinação.

Baseado no rastreamento de contatos por geoprocessamento, o GHM é totalmente anonimizado e

funciona por contact tracing. "O funcionamento se dá pelo smartphone, por geolocalização, com uso de dados bem similar aos aplicativos de rotas de trânsito, sem nenhuma exposição do usuário", explica o CEO da GHM, Henrique Mendes.

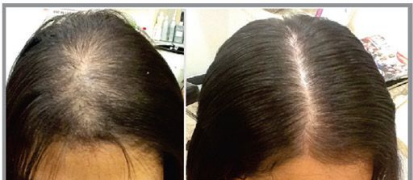
O aplicativo já é utilizado em Araraquara, cidade que vem apresentando queda do número de mortes por Covid-19. Em Santos, a população já pode fazer o download e uso efetivo do app. Os santistas terão acesso, ainda, à assistente virtual Tainá, desenvolvida pelo Instituto Butantan, que esclarece dúvidas, ajuda a identificar sintomas e orienta o que fazer se a pessoa teve contato com alguém com covid.

### Resultados de exames

A Prefeitura de Santos disponibilizou o novo aplicativo, o AFIP, que oferece resultados de exames laboratoriais feitos na rede municipal de saúde. Para ter acesso ao resultado, é preciso informar o número da ordem de serviço ou pedido de exame.

Outros serviços disponíveis na plataforma são informações sobre o preparo para os exames, cadastro de medicamentos e histórico de saúde, além de dicas de especialistas sobre temas relacionados à saúde.

"O município não precisa ir à unidade de saúde apenas para buscar o resultado", afirma o secretário de saúde, Adriano Catapreta.



**Terapia Capilar**  
no combate à Calvície  
Agende seu horário



Silveira

Rua Paraguai, 137  
Gonzaga, Santos  
13 3284.3371

**HEPATITES BeC**  
Saiba como evitar.  
Saiba como tratar.

Faça o TESTE GRATUITAMENTE  
Informe-se: **3222.5124**

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

**CM**  
CELLULA MATER  
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

*Espaço*  
**Cellula Mater**  
de saúde

INFORMATIVO

## Deficiência da vitamina B12

A vitamina B12 é necessária para a formação e amadurecimento dos glóbulos vermelhos e para a síntese do ácido desoxirribonucleico, que é o material genético das células. Ela também é necessária para a função normal dos nervos.

A deficiência desta vitamina pode causar anemia acompanhada ou não por dificuldade para andar e parestesias ou formigamentos de distribuição simétrica. Pode ser que haja palidez, inchaço, hiperpigmentação da pele, icterícia e fraqueza muscular.

Sendo essencial para a formação integridade e maturação das hemácias, quando ausentes, elas aumentam de volume, podendo causar também a leucemia.

A principal fonte de vitaminas B12 está nos alimentos de origem animal, como carnes, leites e ovos. O diagnóstico se dá por meio de realização de exames de sangue.

A suspeita da deficiência de vitamina B12 acontece quando as análises sanguíneas de rotina detectam glóbulos vermelhos grandes, ou quando o médico suspeita que ela está presente quando a pessoa apresenta sintomas característicos de lesões nos nervos, formigamentos ou perda de sensibilidade. E como identificar? Listamos alguns sinais que podem indicar a deficiência de vitamina B12. Confira:

### ◦ FADIGA

Um dos primeiros sintomas de deficiência de vitamina B12 é o cansaço anormal. Tudo porque, quando o suprimento de B12 está baixo, você acaba não sendo capaz de produzir os glóbulos vermelhos necessários para fornecer oxigênio para todo o corpo.

### ◦ FORMIGAMENTO NAS MÃOS E PÉS

Existe um longo trato nervoso correndo de nosso cérebro e ao longo da medula espinal até mãos e pés. Conhecido como trato posterior, ele é revestido por uma substância branca chamada de mielina, que tem o papel de isolar e proteger os nervos, além de acelerar os impulsos nervosos, possibilitando que suas mãos e pés sintam o toque, por exemplo.

### ◦ POUCO EQUILÍBRIO

Assim como uma quebra de mielina em seu trato posterior pode fazer com que você perca seu senso de toque, também pode afetar sua propriocepção, termo utilizado para nomear a capacidade em reconhecer a localização espacial do corpo, sua posição e orientação, tudo sem utilizar a visão.

### ◦ CONFUSÃO

Essa substância branca protetora, conhecida como mielina, cobre as células nervosas em seu cérebro, o que pode deixar sobre se preparado mais esquisito do que o habitual caso se deteriorarem.

### ◦ DEPRESSÃO

Isso acontece porque ela desempenha um papel fundamental na função cerebral e na produção de mielina. Em algumas pessoas, uma quebra na produção de mielina se apresenta como depressão. Basicamente, procure ajuda médica para tratar esses sintomas.

Saiba como está o nível de vitamina B12 no seu organismo aqui no Laboratório Cellula Mater.

Mais informações:

Central de atendimento e whatsapp: **13 3225.2586**

FONTES: WWW.MSDMANUALS.COM;WWW.DRAUZIOVARELLA.UOL.COM.BR

*"Lembre-se que a consulta com um médico especialista é fundamental."*



**cellulamater.com.br**  
Responsável: Dr. Carlos Eduardo Pires de Campos - CRBM: 3.051

## A escolha mais simples

Simplificar a vida não significa renunciar a tudo que conquistamos.

Ser simples vai muito além das questões materiais. É um estado de espírito, um jeito de ser que carregamos no íntimo.

Simplificar a vida é aprender a ser feliz com pouca coisa e dar mais valor aos nossos desejos essenciais.

É ter uma vida exterior comedida, sem exageros e uma vida interior rica de valores elevados.

É aprender a dedicar nossos esforços e dedicar o tempo e os ganhos financeiros no que realmente tem valor para cada um de nós, pois, muitas vezes, mantemos o foco em detalhes sem importância.

Aprendemos que qualidade de vida tem a ver com um padrão econômico elevado. Porém, ter um alto poder aquisitivo, muitas vezes leva as pessoas a um consumismo exagerado, onde passam a buscar a felicidade nos objetos e, com isso, se afastam do que realmente traz qualidade para a vida.

Não precisamos desempenhar papéis que

a sociedade nos impõe e nem buscar sempre consumir o que existe de melhor.

Os excessos de toda ordem, sejam eles de consumo, de alimentação, de trabalho e outras tarefas, nos fazem perder a leveza e complicam o nosso dia a dia.

Qualidade de vida é viver de forma equilibrada, valorizando o que realmente importa para cada um de nós.

A jornalista Leila Ferreira publicou um texto na internet sobre a obsessão atual com o melhor, onde enfatiza que hoje o bom não serve mais. Tudo tem que ser o melhor.

A melhor marca, o melhor emprego, o melhor computador, o melhor marido, a melhor esposa e por aí vai.

Ela comenta que nessa busca incessante pelo melhor, o bom passou a ser pouco, o que gera uma eterna insatisfação e impede que desfrutemos do que já conquistamos.

Estamos desaprendendo que ter menos, por vezes, é mais do que suficiente.

Podemos não ter a melhor casa, mas ela pode ser um lar acolhedor, que nos dá segurança e tranquilidade. Podemos não ter o melhor emprego, mas com ele temos alegrias.

Podemos não ter ao nosso lado os melhores companheiros, mas são os que nos compreendem e nos fazem felizes.

Talvez já não tenhamos o corpo perfeito, por não ser mais tão jovem e trazer as marcas do tempo, mas é os valores que nos serve à caminhada terrena e conta belas histórias de uma vida.

Valorizar cada conquista é escolher ser simples.

[Com base em texto de Leila Ferreira e na Redação do Momento Espiritual]

Recordemos a pureza de Jesus Cristo, que sempre ensinava com simplicidade e humildade.

Utilizou-se de exemplos singelos para transmitir grandes ensinamentos.

A vida mensagem estimula nossas mentes e corações a dar valores amor e às coisas simples da vida.

Leva-nos a viver de forma digna e de acordo com as reais necessidades.

Não importa os trajes com que nos apresentamos no mundo.

Sejam sob os olhos que demonstram perfeição econômica ou não, mantenha-nos fiéis à mensagem cristã, preservando a simplicidade.

É na simplicidade, e não na ganância, que se encontra a verdadeira felicidade.

A vida é simples, viva!

## Como escolher o melhor piso para quem tem cão ou gato em casa?



Em 2020, cães e gatos estiveram presentes em 47,9 milhões de domicílios brasileiros, segundo levantamento divulgado pelo IBGE. Assim, não é de se estranhar que ter um animal de estimação influence os tutores na hora de pensar o design de interiores, inclusive, no que diz respeito à escolha dos pisos e revestimentos.



Um piso "pet friendly" deve facilitar a locomoção dos animais, ser higiênico, fácil de limpar e apresentar resistência a riscos que, eventualmente, podem ser causados pelas unhas dos pets.

Para quem tem um bichinho e está pensando em reformar a casa (ou acaba de pegar as chaves do novo apartamento), a principal dica é optar por revestimentos com textura leve, acabamentos naturais, mate ou acetinados. Isso porque esses materiais evitam o que o pet escorregue toda vez que coner ou andar pela casa e, consequentemente, previnam dores e cansaços, causados por esses esforços físicos.

Além disso, é importante investir em pisos que possuem juntas reduzidas e baixa absorção de líquidos, o que ajuda a evitar manchas e o acúmulo de sujeira entre as placas. Existem ainda tecnologias desenvolvidas para potencializar o desempenho higiênico dos porcelanatos, por exemplo, ajudando na prevenção de doenças causadas por bactérias. O importante é pesquisar bastante e escolher o produto que, além de deixar a sua casa confortável, trará mais qualidade de vida para o seu animalzinho.

**ESCOLA SANTISTA**  
**ASTROLOGIA**  
**PROGRAME-SE!**  
CURSOS  
Astrologia do básico ao avançado, Tarot e Baralho Cigano  
Rua Goltacazes 08 - Gonzaga  
3234.9714  
www.escolasantistadaastrologia.com.br

**ESTRELANDO**  
Pgm Estrelando  
pgmestrelando@hotmail.com

**Pisos Laminados, Cortinas, Persianas, Papéis de Parede**  
PAGAMENTO FACILITADO  
VISA MASTERCARD CAIXA  
O bom gosto em decorações  
**DEVAL**  
R. Pedro Américo, 164  
TEL: 3234-7798-3233-7525

**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

**Expedito Quirino Nascimento**  
CONSERTO DE TODOS OS  
ELETRODOMÉSTICOS  
\*\*\* INCLUSIVE IMPORTADOS \*\*\*  
www.consertolitoral.com.br  
expedito@consertolitoral.com.br  
13 3596-1898  
13 9971-9624  
R. José da Costa Monteiro, 650 - Vila Sônia

**EMPALHAMENTO DE CADEIRAS**  
Restauração da palhinha de sua cadeira, com perfeição.  
Serviço com garantia  
CUSTÓDIO 3062-4323

**IMÓVEIS**  
FRENTE P/O MAR  
VENDO: EMBARÉ / CANAL 5  
1 dorm, banh., gar. coletiva, ss 265 mil  
Condomínio ss 290,00  
Tânia 99724-7447  
EMBARÉ - 3 DORMS - GARAGEM FECHADA SEM ELVADOR.  
WHATSAPP 13 98816-4320  
APTO. 2 DORM. C/ PLANEJ. EMBUT. COZ. ARMAZENADA, DEP. GAR. FECH. RS 340 MIL  
13 99707-3410  
13 99783-4943  
Siga as promoções pelo Insta @jornaldaoarla

**CLASSIFICADINHOS**  
COMPRA-SE  
**Magna Compra**  
Jóias, Brillantes, Relógios, Prata, Ouros, Platina, Brilhantes, Relógios, Antiquidades e CAUTELA DA DEF.  
3219-2515  
Rua João Pessoa, 60 sala 11, Centro  
OURO  
Jóias, Brillantes, Relógios, Prata, Platina, Cautelas, Antiquidades em Geral, Cadeiras Quilares, Cadeiras R. Otton Follmann, 2 c/ 24 - Boulevard Gonzaga  
3284-9152  
FAÇA A SUA RESERVA DE ESPAÇO PELO TEL. 2101-0021

**EXCURSÕES & TURISMO**  
**NEVES Transporte Executivo**  
Transporte executivo em sede de luxo  
Transfer Aereportos (Congonhas, Cambuica e Viracopos)  
Reunioes/Congressos Shows/Teatro  
Casamentos  
Pontualidade, Seguranca e Conforto. Motorista bilíngue  
Contato: Carlos (13) 98131-0544  
SEBO  
Travessa da Praia LIVROS SEMINÁRIOS E USUÁRIOS DO PÁRQUE E VELA (SERVIÇOS DOMESTICOS RELIGIOSOS)  
Tel.: 3235-1262  
Cel.: 99622-5099  
Av. Presidente Wilson, 1835 Loja 11 - José Maria - Santos

**INDICADOR PROFISSIONAL**  
ADVOGADO  
**Écio Lescreck & Advogados Associados**  
Advocacia Especializada em:  
•Funcionário Municipal: FMS - GMS - CAEP - Inquéritos, PAV, Fucunia, Pensões, Teto Canal, Desc. Saúde •Trabalhista •Civil •Família  
Écio Lescreck - OAB/SP 28.219  
Écio Lescreck, Filho - OAB/SP 213.321  
NOVO ENDEREÇO:  
R. Rio Grande do Norte, 50 - Pompeia - Santos  
Tel./Fax: (13) 3237-2878 - MARCAR CONSULTA  
NEGÓCIOS  
**Porto Rico Jóias**  
COMPRAMOS  
RELÓGIOS ANTIGOS  
ROLEX, PATEK PHILIPPE, SEIKO E OUTRAS MARCAS  
MOEDAS E CÉDULAS  
OURO, PRATA E DIAMANTE  
MELHOR PREÇO DA BARRADA  
GALERIA 5ª AVENIDA  
SALA 65 - GONZAGA - SANTOS  
13 99650-2863 | 13 3877-0789  
Floriano Peixoto, 51 SALA 13  
13 99642-0390 | 13 99672-4347  
REFORMAS  
**Cáseio ELETRICISTA**  
ATENDO EM TODA A BARRADA COM REFERÊNCIA  
99639-3219

**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

**SEGUROS DE VIDA, DE AUTOMÓVEIS, RESIDENCIAL E EMPRESARIAL. CONSÓRCIO DE IMÓVEL E AUTOMÓVEL.**  
**Toledo**  
CORRETORA DE SEGUROS  
40 ANOS AO SEU LADO  
Rua Guaiaó, 66 - cj. 812  
PRAIAMAR CORPORATE  
toledo.corretora@seguros.com.br  
PABX: 3227-6053 • TEL.: 3238-3200

**É simples e rápido anunciar no Jornal da Orla!**  
Envie seu texto para publicidade @jornaldaoarla.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  
Opção 2 R\$ 33,00  
Opção 3 R\$ 42,00  
1 coluna (2,7cm) x 3cm  
1 coluna (2,7cm) x 4cm  
1 coluna (2,7cm) x 5cm

**ANUNCIE (13) 2101.0021**



# CLARA MONFORTE

claramonforte.com.br

claramonforte@jornaldaorla.com.br

Fotos: Leandro Amaral



## Olhos nos Olhos



MARCELO CRUZ é um Advogado criminalista que, com garra e afinco, não mede esforços para desempenhar o seu nobre ofício. Combativo na defesa dos seus clientes, atua aqui em Santos, São Paulo, Rio de Janeiro e em Brasília. Há dez anos, é professor universitário nas cadeiras de Penal e Processo Penal.

### Por que escolheu ser Advogado?

*Eu pretendia ser Delegado de Polícia. No 3º ano de Direito, um amigo me convidou para estagiar no escritório de um Advogado criminalista - Dr. Walter de Carvalho. Por uns instantes, quase recuei porque eu não sabia peticionar e não conhecia Processo Penal, porém, Deus me iluminou, fui aprovado na entrevista e lá me dediquei à carreira que exerce e amo muito.*

### Qual foi a sua primeira conquista?

*Foi um júri, em 1997, no Guarujá. Defendíamos um policial militar que, numa operação, matou um bandido. Pensei que minha participação seria mínima, mas, no caminho, o Dr. Walter de Carvalho disse: "você vai assumir a tribuna". E assim, comecei no Tribunal do Júri.*

### O que, profissionalmente, causa frustração em você?

*A desigualdade entre o Ministério Público, a Magistratura e a Ordem dos Advogados do Brasil. Ao Advogado recai uma missão muito dura e não existe a paridade de armas, não existe igualdade entre o acusador e o defensor.*

### Você acha que tanto os Magistrados, quanto os Desembargadores estão julgando de acordo com suas próprias convicções, por vezes até em descumprimento às leis?

*Tecnicamente, avalio que de acordo com a Constituição Federal, toda a decisão deve ser devidamente fundamentada. Percebo que, primeiro formam suas opiniões intimamente, antes mesmo da produção de provas, e fundamentam em cima do que estão opinando. Lamentavelmente, julgam de forma*

*muito parcial.*

### Você está presidente estadual da ANACRIM - Associação dos Advogados Criminalistas. Uma das lutas é contra a criminalização dos Advogados. O que vc acha disso?

*A criminalização do profissional é lamentável, porque o Advogado é reconhecido constitucionalmente, como imprescindível para a construção da atividade jurisdicional. O papel do Advogado é muito importante nesse cenário. Tentam atacar o exercício da defesa, mitigando a vontade do Advogado de se aventurar dentro de uma ação penal. Isso é preocupante demais. Um dos maiores abusos que podemos sofrer é o enfiamento do estado democrático. O Advogado merece respeito.*

### Você tem seu escritório, é professor universitário, presidente da ANACRIM e um dos coordenadores da

### ESA - Escola Superior de Advocacia. O que mais gosta de fazer?

*No Magistério, encontro uma forma de retribuir a Deus tudo o que me ofertou até hoje, ou seja, a possibilidade de lutar e crescer. Em aula, encontro a maneira que posso dizer "muito obrigado".*

### Algum projeto?

*Um dia, poder selecionar dez causas, sem recebimento de honorários, para defender pessoas que foram acusadas injustamente.*

### Qual a palavra que morteia a sua vida?

*Perseverança.*

### Qual o seu lema?

*Que os estudantes de hoje sigam o que nos deixou Rui Barbosa: "No cume desta montanha, somente os fortes chegaram. Os fracos desistiram e os covardes sequer tentaram".*



Para TADEU NASCIMENTO e REGINA PASSOS, o amor está sempre no ar. Ainda mais agora que completaram quatro anos de um feliz casamento

Querida por todos, CRISTINA VENTURA BARBOSA exibe o lindo ramallete de girassóis que, na Páscoa, recebeu da Floricultura Gardênia



ENOR CÉSAR está arrasando nas entrevistas com muita gente famosa, nas lives pelo Instagram @enorpudim

Linda família, em tempo de comemoração da Páscoa - ALEXANDRE GONÇALVES com sua TALITA VOSS e os carinhos filhos MATHEUS e MARIA FERNANDA



**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

**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 / ODIAN - TEL.: (013) 3484-5879

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

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

GUARULHÁ RUA SANTO AMARO, 320 - CENTRO - TEL.: (013) 3395-8533  
AV. SANTOS DUMMOND, 500 / VICENTE DE CARVALHO - TEL.: (013) 3342-2755

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

**SARKISSIAN** odontologia digital

Av. Pres. Wilson, 1081  
São Vicente  
Tels.: 3469.5551  
3466.6913

www.sarkissianodontologia.com.br

### DIFERENÇAS ENTRE VIVER BEM E SER FELIZ

Mais do que nunca, precisamos aprender a "viver bem." Tantas são as más notícias que se nos deixamos impregnar por elas, não conseguiremos cumprir nossas metas com o entusiasmo que a vida merece.

Falo aqui de "viver bem" e não de "ser feliz." É diferente. O estágio feliz somente alcançamos quando aprendemos que a felicidade é simples e se encontra nas pequeninas coisas diárias, no perfume das flores que enfeitam os nossos dias, na saúde, na fartura à mesa, no carinho dos amigos, no amor que nos dedicam e nas bênçãos alcançadas.

A diferença entre "viver bem" e "ser feliz" também é não esquecermos de sorrir, de sermos convictos de nossos valores e firmes na fé que nos sustenta!

Para "viver bem" é preciso não termos medo e entendermos que nada vale mais do que a nossa paz.

As horas estão correndo, os dias estão más curtos, os anos estão passando com interrupções... tudo isso é sinal de que não podemos perder tempo, é preciso pressa!

Cultivemos todas as formas de "viver bem," para chegarmos ao "ser feliz", mais rapidamente!





# Klara e o Sol

O Prêmio Nobel de Literatura é um divisor de águas na carreira de um escritor. Se por um lado coroa toda a produção intelectual do autor até o recebimento do galardão, do outro parte gera imediata expectativa, sobre o seu próximo livro. *Klara e o Sol* saiu do prelo e chegou às livrarias brasileiras em março deste ano. É o primeiro romance de Ishiguro após sua consagração em 2017.



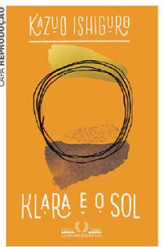
## MOTIVOS PARA LER

- 1- *Kazuou Ishiguro* nasceu em Nagasaki e radizou-se na Inglaterra. É um escritor muito contido, com poucos livros publicados. Parece pertencer àquela safra de escritores que gostam de ideias e amadores de lançá-las ao público. Dele indicamos, além da obra em comento, os incríveis "Os vestígios do dia" e "O gigante enterrado". Foi merecidamente laureado com o Prêmio Nobel em 2017;
- 2- Poder-se-ia argumentar que este enredo já foi exaustivamente abordado e o livro representaria apenas mais uma colaboração para o tema. Leado engano. Livros e filmes que trataram da inteligência artificial normalmente o fizeram num forte ambiente de ficção científica e colocaram as questões morais e éticas daí decorrentes de uma forma sempre muito parecida. Nada a ver com *Klara e o Sol*. Esta não é mais uma estorieta de um robô com inteligência artificial em busca de sua realização ou algo que o valha. É muito melhor do que isso;
- 3- É interessante meditar sobre algumas questões laterais que o autor apenas joga no ar ao longo do livro. Não são esclarecidos os reais contornos e modos de viver dessa nova sociedade, certamente com o intuito de provocar o leitor a questioná-los. O que, afinal, significaria a existência de crianças "elevadas" e "não elevadas" e a criação de comunidades tão específicas? Haveria mesmo algo de especial em humanos que não poderia ser replicado pela tecnologia? As obras de maior envergadura normalmente funcionam assim: ao lado de uma excelente história crescem sólidos debates.

Neste romance, o autor entrega um mundo novo, um mundo que não nos dá, mas com um sutil toque de distopia que vai se revelando aos poucos ao leitor. É a estória de *Klara* (uma robô dotada de inteligência artificial) desde a sua "vida" na loja à espera de um comprador até finalmente ser arrematada pela família de *Josie*, a quem derrotará toda a sua atenção e amor. Tudo se passa em circunstâncias mais ou menos nebulosas, até que os horizontes da narrativa se abrem e o leitor – muito espantado – entenderá os motivos pelos quais a família ressurde adquirir um robô humanoide.

*Ishiguro* demonstra e justifica todo o seu talento ao construir a trajetória de *Klara*: de um momento inicial mais neutro, ela passará a captar cada vez mais sensações humanas e, graças à sua capacidade diferenciada de percepção, chegará ao ponto de, talvez, gerar sentimentos próprios e conclusões íntimas – sua relação com o Sol, que atravessa todo o livro e, portanto, é particularmente lindíssima. É preciso muita habilidade para formatar um livro assim sem cair em clichês, e *Ishiguro* dominou tudo tranquilamente. Em nenhuma linha o leitor se sentirá muito ficção científica ou coito do gênero; muito ao contrário: é uma história sobre a natureza humana, o sacrifício, a ternura, a empatia e o amor, tudo permeado por uma suave melancolia que, aliás, é bem típica do autor.

Belo e muito comovente. Kazuo Ishiguro foi impecável.



# Sessões exibem curtas do Instituto Querô

O projeto Hoje é dia de curta online dará destaque às produções do Instituto Querô, a partir deste domingo (11), às 19h. A cada domingo estreia uma sessão com filmes diferentes. A programação faz parte das comemorações dos 30 anos do Cine Arte Posto 4.

As produções serão exibidas no Facebook do Cine Arte e no canal Cultura Santos, no YouTube. A primeira sessão (neste domingo), batizada de "Clássicos Querô", trará os curtas 'Maria Capacete', 'Torto', 'Saudades da Minha Bahia', 'De Velha Basta Eu' (foto) e 'Ulisses'.



# Chorinho nas redes do Sesc

Na quinta-feira (15), às 15h, estreia o primeiro episódio da série Contornos, no Youtube do Sesc Santos. O homenageado será o músico Luizinho 7 Cordas. Nesta websérie, a cada vídeo um pesquisador é convidado para fazer a curadoria de um gênero musical, sempre com artistas da Baixada Santista. No vídeo de abertura, a pesquisa foi feita por Cibele Palópoli. Gratuito.



# Série sobre trajetória de percussionista santista

A série de vídeos "A OSMS Perto de Você", que destaca a trajetória dos músicos da Orquestra Sinfônica de Santos, no canal Cultura Santos (Youtube), traz nesta semana, um bate-papo com a percussionista Nath Calan. Formada em música na Unesp, ela deu seus primeiros passos nas artes com apenas 13 anos, quando se dedicava exclusivamente ao teatro. Uma década depois, começou a ser aproximada da música, participando de corais e de bandas como backing vocal. Um pouco mais tarde, quando fez parte de um grupo formado apenas por percussionistas mulheres, despertou seu interesse para tocar instrumentos. A conversa é comandada pelo maestro Luis Gustavo Petri.

# Live aborda mercado de gibis

Neste sábado (10), às 18h, o produto cultural André Azenha convidou, para um bate-papo virtual, Renato Santos e Rodrigo Piovezan, organizadores da Santos Comic Expo (SCE), que falarão sobre o mercado das Histórias em Quadrinhos no Brasil. A live será transmitida pelo Youtube e Facebook do Histórias do Cinema por André Azenha e também marcará o lançamento da SCE Edições, que publica o seu primeiro gibi, Guerreiro, com cinco histórias de autores da Baixada Santista.

**KIT CHURRASCO**  
SORTEIO OFICIAL

No Dom Constantin têm de encontrar os melhores cortes, acessórios e temperos para seu churrasco, você concorre a prêmios! Quer ganhar um super KIT para aquele churrasco com a família?  
Então veja como participar

Siga nossa página no Instagram:  
@supermercadodomconstantin

Curta o Post da Promoção

Marque 3 amigos

**SORTEIO: 31/05/2021**

Produtos do KIT

- 1 Peça de Picadinho Estância
- 1 Peça de Entrecoste Estância
- Linguiça de Perna Suíno com Limão Siciliano Ceratti (500g)
- Linguiça de Perna Suíno Pimenta Biquinho Ceratti (500g)
- Linguiça Calabresa com Provolone Autêntica (500g)
- Mix de Pimenta Villa Carroni 100g
- Pão de Sal de Himalaia 5kg
- Pão de Alho Bolinha Santa Massa (300g)
- Pão doce com recheio doce de leite (300g)
- 1 Cerveja Bergren IPA 500ml
- 1 Cerveja Bergren WITBIER 500ml
- 1 Colarado Ribeiro Laguer 600ml
- 1 Farofa D'Goiás Tradicional 400g
- 1 Farofa D'Goiás Apimentada 400g
- 1 Carvão Real Português 3kg

**COMPRE COM COMODIDADE E SEGURANÇA**

**Contato**  
Adicione o contato no seu whatsapp  
(13) 3394-4561

**Atendimento**  
Segunda a Sábado das 08 às 16h (exceto feriados)

**Pedidos**  
Pedido Mínimo: R\$ 200,00  
Serviço: R\$ 10,00

**Esperamos seu pedido**

**OFERTA ESPECIAL**  
LOJA E DELIVERY

**File Mignon**  
R\$ 54,90  
KG / PEÇA

Oferta Válida na Sexta (09/04), Sábado (10/04) e Segunda (12/04) ou enquanto durar o estoque