

jornal da orla

Fundador: Cláudio Eduardo Russo • Diretor de Editoria: Eduardo Lagesmann
Distribuição Gratuita • Circula no jornal de São Paulo • Ano 43 • Nº 2.293 • Sábado, 16, e Domingo, 17 de fevereiro de 2013

A HORA MAIS DIFÍCIL



Inerente à vida, a morte de pessoas queridas causa problemas difíceis de se lidar sozinho. Entenda como os apoios psicológico e familiar podem ajudar a pessoa a enfrentar o sofrimento. **Página 5**

Governo federal vai liberar recursos para cidades da região metropolitana

Para Prefeitura de Cubatão calote tem novo nome: "renegociação"

De 01

Página 2

REVESTIMENTOS

Definir base e sustentabilidade para cada tipo de ambiente.

Contribuição: S. Dezante

Página 3

Malandragem no futebol

Contribuição

Página 4

Os acontecimentos sociais da semana

Clara Mendonça

Página 11



Cuidados ao fazer a barba

Maria S. Barros

Página 12

guia de verão
jornal da orla

DESCIDA RADICAL

No Guia de Verão, as atrações culturais da semana, as dicas de lojas para verão e dicas de saúde.

ASSISTA NO **jornal da orla** na Tv

PROGRAMAÇÃO

em entrevista a Edilson Casarotti, o advogado e comentarista político Roberto Marinho faz uma análise crítica de presidentes que integram a Lei de Impunibilidade Fiscal.

SANTA CECÍLIA	12h
TV COM	17h
FRANCOPOLIS	18h
TV COM	19h
FRANCOPOLIS	19h
FRANCOPOLIS	19h
FRANCOPOLIS	19h
FRANCOPOLIS	19h

jornal da orla

PROGRAMA **foco** jornal da orla

comportamento

O DIREITO DE VIVER A DOR DA PERDA

A morte é a única certeza que todos os humanos, mas de modo crescente, parecem não querer, principalmente quando se trata de uma criança, porque se representa a morte permanente e a perda definitiva. E há, por isso, uma espécie de medo, como se não fosse possível voltar atrás. Mas, no Brasil, há quem não tenha medo de morrer, e de quem possa morrer. É o caso de Luiz Fernando de Castro, 52 anos, morador de São Paulo, que se tornou conhecido por sua atitude em relação à morte, inclusive ao se declarar em testamento.

Reflexões

Professora de Direito. É uma experiência que pode ser muito enriquecedora para muitos e é discutida em vários momentos pedagógicos.

Existem casos de pessoas que se dedicam a trabalhar com a morte, seja em hospitais ou em locais de velório. Segundo ela, existem casos de pessoas que se dedicam a trabalhar com a morte, seja em hospitais ou em locais de velório. Segundo ela, existem casos de pessoas que se dedicam a trabalhar com a morte, seja em hospitais ou em locais de velório.

A morte é um processo que ocorre em etapas. De acordo com ela, existem casos de pessoas que se dedicam a trabalhar com a morte, seja em hospitais ou em locais de velório. Segundo ela, existem casos de pessoas que se dedicam a trabalhar com a morte, seja em hospitais ou em locais de velório.



Transtorno pós-traumático

O transtorno pós-traumático pode ser causado por eventos traumáticos, como a exposição a situações de risco, a violência ou a perda de um ente querido. Segundo ela, existem casos de pessoas que se dedicam a trabalhar com a morte, seja em hospitais ou em locais de velório.

Segundo ela, existem casos de pessoas que se dedicam a trabalhar com a morte, seja em hospitais ou em locais de velório. Segundo ela, existem casos de pessoas que se dedicam a trabalhar com a morte, seja em hospitais ou em locais de velório.

As cinco fases do luto

- 1. Negação** - É a primeira reação ao luto. O indivíduo tenta negar a realidade da perda, acreditando que o falecido ainda está vivo.
- 2. Raiva** - O indivíduo sente raiva por causa da perda, muitas vezes dirigida ao deus, aos médicos ou aos familiares.
- 3. Aceitação** - O indivíduo aceita a realidade da perda e começa a se adaptar à nova situação.
- 4. Negociação** - O indivíduo tenta negociar com o destino, buscando maneiras de evitar a perda.
- 5. Aceitação** - O indivíduo aceita a realidade da perda e começa a se adaptar à nova situação.

Bom Prato

O maior programa social de alimentação popular do Brasil.

100 milhões de refeições servidas. Todas por R\$ 1.

O Governo do Estado de São Paulo está conservando uma marca impressionante: 100 milhões de refeições servidas no Bom Prato. Esta iniciativa do Governo do Estado deu tão certo que transformou o Bom Prato no maior programa social de alimentação popular do Brasil.

As refeições são balanceadas e saborosas e o prato servido é diferente todos os dias. O que não muda há 52 anos é o preço: apenas 1 real. Acesse o site www.saopaulo.sp.gov.br e conheça a unidade mais próxima.



CONFORTE

www.claramonforte.com.br
claramonforte@jornaldaoia.com.br

Fotos: Leandro Amador

MULHERES ATUANTES VII

Seus nomes são os nomes das grandes mulheres que atuam em áreas de atuação profissional, social e cultural em nossa cidade.

OSCAR BENEFICENTE

Com uma carreira profissional de mais de 30 anos, a jornalista e escritora Cláudia de Fátima é uma das mulheres que atuam em áreas de atuação profissional, social e cultural em nossa cidade. Ela é autora de livros e artigos, além de ser uma das principais líderes do movimento de mulheres em nossa cidade. Ela é também uma das principais líderes do movimento de mulheres em nossa cidade. Ela é também uma das principais líderes do movimento de mulheres em nossa cidade.



Cláudia de Fátima, uma jornalista de primeira linha



A empresária Tereza de Fátima



Luiza de Fátima, sempre ao lado com a família



Cláudia de Fátima, que atua em áreas de atuação profissional



Cláudia de Fátima, sempre ao lado com a família



Cláudia de Fátima, sempre ao lado com a família



A professora da Santa Maria de Fátima



Cláudia de Fátima, sempre ao lado com a família

REFRIGERANTE CASIHO

Com uma carreira profissional de mais de 30 anos, a jornalista e escritora Cláudia de Fátima é uma das mulheres que atuam em áreas de atuação profissional, social e cultural em nossa cidade. Ela é autora de livros e artigos, além de ser uma das principais líderes do movimento de mulheres em nossa cidade. Ela é também uma das principais líderes do movimento de mulheres em nossa cidade.



Cláudia de Fátima, sempre ao lado com a família

ANIVERSÁRIOS

Alguns aniversários importantes que vão ser comemorados no dia 19 de fevereiro. Confira abaixo. Confira abaixo. Confira abaixo. Confira abaixo. Confira abaixo. Confira abaixo. Confira abaixo. Confira abaixo. Confira abaixo. Confira abaixo.

MÊNICA PARA O ESPÍRITO

Para a Mênica, a vida é uma jornada que se inicia no momento em que nascemos e se encerra no momento em que morremos. Ela acredita que a vida é uma jornada que se inicia no momento em que nascemos e se encerra no momento em que morremos. Ela acredita que a vida é uma jornada que se inicia no momento em que nascemos e se encerra no momento em que morremos.

em dia com a saúde

HEPATITES B e C

TESTE RÁPIDO PARA HEPATITE B E C

TESTE RÁPIDO PARA HEPATITE B E C

TESTE RÁPIDO PARA HEPATITE B E C

OLHEIRAS, as vilãs da beleza



A olheira é uma alteração que ocorre devido ao excesso de melanina produzida no local. Ela pode ser causada por fatores hereditários, alterações hormonais, excesso de exposição solar, uso de certos medicamentos, alterações de humor e até mesmo por alterações de rotina. Além disso, o uso de certos produtos cosméticos pode agravar o quadro.

Além disso, o uso de certos produtos cosméticos pode agravar o quadro. Além disso, o uso de certos produtos cosméticos pode agravar o quadro.

Food Health

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Você está cansado de sofrer para ouvir as crianças em família?

ReSound

ReSound

ReSound

Diagnóstico e tratamento

O diagnóstico e o tratamento das olheiras dependem do tipo de pele do paciente. Existem dois tipos de olheiras: as primárias, que são causadas por fatores hereditários, e as secundárias, que são causadas por fatores ambientais.



- DIAGNÓSTICO DE OLHEIRAS**
- Exatidão, facilidade e rapidez de aplicação, com resultados em 15 minutos.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.
 - Não requer nenhum tipo de anestesia.

PRODUTOS ORGANICOS

AGRICULTURA ECOLÓGICA

PRODUTOS ORGANICOS

PRODUTOS ORGANICOS

DIFICULDADE em OUVIR?

SAFARIAS AUDITIVAS

SAFARIAS AUDITIVAS

SAFARIAS AUDITIVAS

Excesso de celular causa estresse

Para muitos, celular, e-mail, internet e até mesmo a televisão são fontes de estresse. O uso excessivo de tecnologia pode causar estresse, ansiedade e até mesmo problemas de saúde. É importante estabelecer limites e fazer pausas para evitar o excesso de uso.



Fono Center

Centro Auditivo

Centro Auditivo

Centro Auditivo

CRS

CLINICA RADIOLOGICA DE SANTOS

CLINICA RADIOLOGICA DE SANTOS

CLINICA RADIOLOGICA DE SANTOS

Fisioterapia

Fisioterapia

Fisioterapia

Fisioterapia

Audio Pro

Audio Pro

Audio Pro

Audio Pro

IMPLANTES ODONTOLÓGICOS

Dr. Khalyl Kirsten da Costa

IMPLANTES, PRÓTESE, CRO 76317

IMPLANTES, PRÓTESE, CRO 76317



Carências reduzidas e preços especiais para sindicatos e associações de classe.

Fazer planos para o futuro da sua vida profissional é fundamental. Por isso, a Unimed Santos oferece os melhores planos de saúde para a sua saúde ter o mesmo sorriso. E partilha com os principais sindicatos e associações de classe proporcionando acesso a um plano de saúde em condições super vantajosas. Consulte a entidade representativa da sua classe e tenha a Unimed Santos como parceira da sua saúde.

Juntos pagamos menos!

3281.8200 | www.unimed santos.com.br



coluna do corréa

Malandros da bola

Malandra e o esporte brasileiro, de repente, ganharam destaque por causa de uma pessoa muito conhecida: Malandra, a filha do jogador, atacante, e mais conhecido e conhecido por todos os brasileiros, o atacante da seleção brasileira, Ronaldo.

Malandra em campo foi, também, o nome de uma das jogadoras da seleção brasileira de futebol feminino, que participou da Copa do Mundo de 2015, realizada no Brasil.

Malandra também foi o nome de uma das jogadoras da seleção brasileira de futebol feminino, que participou da Copa do Mundo de 2015, realizada no Brasil.

Malandra também foi o nome de uma das jogadoras da seleção brasileira de futebol feminino, que participou da Copa do Mundo de 2015, realizada no Brasil.

Malandra também foi o nome de uma das jogadoras da seleção brasileira de futebol feminino, que participou da Copa do Mundo de 2015, realizada no Brasil.



MALDRADO - Condições de trabalho para o futebol brasileiro são muito ruins. É preciso melhorar as condições de trabalho para os jogadores, técnicos e dirigentes.



Malandra também foi o nome de uma das jogadoras da seleção brasileira de futebol feminino, que participou da Copa do Mundo de 2015, realizada no Brasil.

Malandra também foi o nome de uma das jogadoras da seleção brasileira de futebol feminino, que participou da Copa do Mundo de 2015, realizada no Brasil.

Malandra também foi o nome de uma das jogadoras da seleção brasileira de futebol feminino, que participou da Copa do Mundo de 2015, realizada no Brasil.



ABRIGADO - Há um tempo atrás, o jogador Ronaldo foi o primeiro brasileiro a marcar um gol em um jogo da Copa do Mundo.

ACADEMIA DO ESTRELA DE OURO.
Ginástica Condicionamento Ilu. Atua Massagem Massageio
Fique sempre saudável.
Atividade Física e Bem-estar em São Paulo, com Complexo para quem gosta de vida saudável.

SANGRAF
SANGRAF
Laboratório de Análises Clínicas e Exames de Imagem

Colabore com a limpeza
terracom

BENEFICÊNCIA SAÚDE
Beneficência Saúde
Plano de Saúde com Cobertura para 10 milhões de reais

Filotti
Filotti
Tel.: 3227-5778

Mens
Men's Health
Revista Mens Health

Zamari e Massagem
Zamari e Massagem
Tel.: 3202-1000

ABRESCAS
ABRESCAS
Serviço de Buffet Corporativo

ABRESCAS
ABRESCAS
Serviço de Buffet Corporativo

ABRESCAS
ABRESCAS
Serviço de Buffet Corporativo

ABRESCAS
ABRESCAS
Serviço de Buffet Corporativo

ESTACÃO MULTIPLAYER
SHOPPING PARQUE BALNEÁRIO
VOCÊ VAI SE SENTIR EM CASA NO MEIO DE TANTOS BOTÕES.
7 ESTACIONES DE JOGOS DURANTE O MÊS DE FEVEREIRO DAS 14H30 ÀS 22H
shopping parque balnearie
Parque em todos os pontos.
@shoppingparque.com.br
#shoppingparque
#shoppingparque

Emprego e Educação Infância **Trilíngue**
INTEGRAÇÃO ABERTAS



R. Machado de Assis, 429 - Jardim América - São Paulo - SP
 05404-000

Ensino antenado com os novos tempos.

ESCOLA PETER PAN
 Ensino Infantil, Fundamental, Médio e Superior

Escola Souza Brasil
 Ensino Superior

Av. Atílio Iório, 207 - J. Santa Cecilia - São Paulo - SP
 05412-000

moda & beleza

Cuidados ao fazer a BARBA



A cada dia fazemos mais coisas, mas poucas delas são feitas com os devidos cuidados. Isso vale para a barba, que é uma das partes do corpo que mais precisa de atenção. Não basta apenas cortar o cabelo, é preciso cuidar da pele antes e depois. O ideal é usar um creme hidratante antes de começar a fazer a barba, para deixar a pele mais macia e facilitar o trabalho do barbeador. Depois de fazer a barba, é importante lavar o rosto com água fria para fechar os poros e evitar a irritação. Também é bom usar um hidratante após a barba para manter a pele saudável e evitar a coceira e a vermelhidão.

Dicas

- Usar a lâmina em sentido do crescimento.
- Fazer a lâmina passar com mais água.
- Usar água quente, depois lavar com água fria.
- Usar um creme hidratante antes e depois.
- Usar um creme hidratante depois.
- Usar um creme hidratante depois.
- Usar um creme hidratante depois.
- Usar um creme hidratante depois.

Suplementos da beleza

Os suplementos de beleza são produtos que ajudam a melhorar a aparência física e a saúde da pele. Eles podem ser encontrados em lojas de produtos naturais e farmácias. É importante escolher produtos de qualidade e seguir as instruções de uso. Alguns dos benefícios dos suplementos de beleza incluem: melhorar a circulação sanguínea, aumentar a produção de colágeno e elastina, e reduzir a produção de sebo. Isso ajuda a combater o envelhecimento precoce e a manter a pele jovem e saudável.



EMPREGO

Busca por emprego. A busca de emprego é um processo que envolve a identificação de oportunidades e a aplicação de currículos. É importante estar preparado para entrevistas e manter um bom histórico profissional.



Por trás de uma boa viagem, sempre existe um ótimo trabalho.

www.empresa.com.br
 (11) 3226-0302

NOVO ANEL VIÁRIO DE CUBATÃO.
 Você com mais tempo para quem tem uma longa estrada pelo frete.



A nova via será construída em quatro lotes de 100 metros. O projeto prevê a construção de um novo viário de acesso à cidade, com um total de 10,4 km. Isso ajudará a melhorar a circulação de veículos e a reduzir o tempo de viagem para quem utiliza a estrada para o trabalho.

CONCESSIONÁRIA DO TREVO SP-02
 RUA JOÃO GABRIEL Nº 100 - JARDIM
 DOMÍNIO - CUBATÃO - SP - CEP 13.210-000
 FONE (11) 3226-0302
 SAO PAULO - SP - CEP 01000-000

turismo



NOVOS CRUZEIROS POR RIOS INESQUECÍVEIS

Restaurar alguns de nossos principais pontos turísticos, proporcionar um melhor acesso à natureza e oferecer opções de lazer são algumas das prioridades da Secretaria de Turismo, Cultura, Esportes, Juventude, Defesa do Meio Ambiente, Defesa do Consumidor, Defesa do Cidadão, Defesa do Idoso, Defesa do Trabalhador e Defesa do Trabalhador Rural. Uma das ações previstas para 2018 é a criação de novos cruzeiros por rios inesquecíveis.

Com o objetivo de proporcionar aos turistas uma experiência única e inesquecível, a Secretaria de Turismo, Cultura, Esportes, Juventude, Defesa do Meio Ambiente, Defesa do Consumidor, Defesa do Cidadão, Defesa do Idoso, Defesa do Trabalhador e Defesa do Trabalhador Rural está planejando a criação de novos cruzeiros por rios inesquecíveis. Uma das ações previstas para 2018 é a criação de novos cruzeiros por rios inesquecíveis.



Para a criação de novos cruzeiros por rios inesquecíveis, a Secretaria de Turismo, Cultura, Esportes, Juventude, Defesa do Meio Ambiente, Defesa do Consumidor, Defesa do Cidadão, Defesa do Idoso, Defesa do Trabalhador e Defesa do Trabalhador Rural está planejando a criação de novos cruzeiros por rios inesquecíveis.

que oferece viagens de cruzeiros por rios inesquecíveis. Uma das ações previstas para 2018 é a criação de novos cruzeiros por rios inesquecíveis.

que oferece viagens de cruzeiros por rios inesquecíveis. Uma das ações previstas para 2018 é a criação de novos cruzeiros por rios inesquecíveis.

que oferece viagens de cruzeiros por rios inesquecíveis. Uma das ações previstas para 2018 é a criação de novos cruzeiros por rios inesquecíveis.

CRUZEIRO PARANAPANEMA
2 dias e 1 noite em um dos rios mais bonitos do Brasil.
Inclusão de: 200 reais por pessoa em 2018.

CRUZEIRO SÃO FRANCISCO
2 dias e 1 noite em um dos rios mais bonitos do Brasil.
Inclusão de: 200 reais por pessoa em 2018.

CRUZEIRO SÃO FRANCISCO
2 dias e 1 noite em um dos rios mais bonitos do Brasil.
Inclusão de: 200 reais por pessoa em 2018.

CRUZEIRO SÃO FRANCISCO
2 dias e 1 noite em um dos rios mais bonitos do Brasil.
Inclusão de: 200 reais por pessoa em 2018.

CRUZEIRO SÃO FRANCISCO
2 dias e 1 noite em um dos rios mais bonitos do Brasil.
Inclusão de: 200 reais por pessoa em 2018.

CRUZEIRO SÃO FRANCISCO
2 dias e 1 noite em um dos rios mais bonitos do Brasil.
Inclusão de: 200 reais por pessoa em 2018.

CRUZEIRO SÃO FRANCISCO
2 dias e 1 noite em um dos rios mais bonitos do Brasil.
Inclusão de: 200 reais por pessoa em 2018.

CRUZEIRO SÃO FRANCISCO
2 dias e 1 noite em um dos rios mais bonitos do Brasil.
Inclusão de: 200 reais por pessoa em 2018.

Quer fugir pra outro lugar?

#vamosfugir

Brasil

MATIL
4 dias e 3 noites
R\$ 119,00

POE DO IGUAÇU
4 dias e 3 noites
R\$ 69,00

FERNANDO DE NORONHA
4 dias e 3 noites
R\$ 143,00

CAMBORI COM SETO CABEIRO
4 dias e 3 noites
R\$ 73,00

Mundo

ARUBA
4 dias e 3 noites
R\$ 352,00

CANCUN
4 dias e 3 noites
R\$ 327,00

FLINTA CARA
4 dias e 3 noites
R\$ 336,00

CVC
Aproveite as melhores rotas para viajar pelo Brasil e o Mundo com Descontos Iniciais.

10X SEM JUROS

Depois baixe a música "Vamos Fugir" na voz do Seu Jorge no vamosfugircvc.com.br

30 dias de garantia
100% de satisfação
cvc.com.br

Indicadores de qualidade
Aqui você encontra o ranking de qualidade de todos os destinos oferecidos pelo CVC.

CVC
VIAJE SEM JUROS SEM JUROS

Informações sobre viagens e preços podem variar sem aviso prévio. Para mais informações, consulte o site www.cvc.com.br ou ligue 0800 000 000. O CVC não se responsabiliza por danos materiais ou morais decorrentes de acidentes pessoais durante as viagens. A contratação de seguro viagem é obrigatória para todas as viagens internacionais. O CVC não se responsabiliza por danos materiais ou morais decorrentes de acidentes pessoais durante as viagens. A contratação de seguro viagem é obrigatória para todas as viagens internacionais.

CLASSIFICADINHOS

INDICADOR PROFISSIONAL

Atas de Baixo Professor Chico Gomes
37184240

Barca? CARINHO
3393 5042

ENGLISH
3393 5042

REFORÇO ESCOLAR
3284 9150

OURO
3387-3420

SEMO
3387-3420

Century Joias
3387-3420

Compra
3387-3420

ALIANÇA
3387-3420

ANNA
3387-3420

BAZAR PLAR
3387-3420

BAZAR JEM
3387-3420

BRINCO
3387-3420

COMPRO ORO
3387-3420

LF
3387-3420

EST. TOUR
3387-3420

OURO
3387-3420

SEMO
3387-3420

Century Joias
3387-3420

Compra
3387-3420

ALIANÇA
3387-3420

ANNA
3387-3420

BAZAR PLAR
3387-3420

BAZAR JEM
3387-3420

LA HOUSE
3387-3420

NOVINA
3387-3420

MANHATIM
3387-3420

Manancia
3387-3420

OURO
3387-3420

SEMO
3387-3420

Century Joias
3387-3420

Compra
3387-3420

ALIANÇA
3387-3420

ANNA
3387-3420

BAZAR PLAR
3387-3420

BAZAR JEM
3387-3420

Power Tour
3387-3420

LF
3387-3420

EST. TOUR
3387-3420

OURO
3387-3420

SEMO
3387-3420

Century Joias
3387-3420

Compra
3387-3420

ALIANÇA
3387-3420

ANNA
3387-3420

BAZAR PLAR
3387-3420

BAZAR JEM
3387-3420

LA HOUSE
3387-3420

NOVINA
3387-3420

MANHATIM
3387-3420

Manancia
3387-3420

OURO
3387-3420

SEMO
3387-3420

Century Joias
3387-3420

Compra
3387-3420

ALIANÇA
3387-3420

ANNA
3387-3420

BAZAR PLAR
3387-3420

BAZAR JEM
3387-3420

LA HOUSE
3387-3420

NOVINA
3387-3420

MANHATIM
3387-3420

Manancia
3387-3420

OURO
3387-3420

SEMO
3387-3420

Century Joias
3387-3420

Compra
3387-3420

ALIANÇA
3387-3420

ANNA
3387-3420

BAZAR PLAR
3387-3420

BAZAR JEM
3387-3420

Advocacia
M. L. M. S. S.
Advogados Associados
Direito Previdenciário (Regime Geral, Público, Fundos Fechados), Acidentário, CIV (reparação de danos materiais e morais), Empresarial e Internacional (contratos e investimentos)
R. Moisés Abramo, 301, 7º andar, Centro, São Paulo, CEP 11010-067, Brasil
Tel/Fax: + 55 (11) 3213-7930 - Fax: + 55 (11) 3219-3542
www.mlsas.com.br
mls@mlsas.com.br

Empresas
GESTOR DE UNIDADE
Antenas Boutique Ltda
3371 0021

CLASSIFICADOS

Conserta-SE
3387-3420

TRABALHO
3387-3420

ANUNCIO
2101.0021

LOTEIRA
3387-3420

CONCELOS
3387-3420

PINTOR
3387-3420

REFORMAS
3387-3420

BONITA
3387-3420

CONCELOS
3387-3420

REFORMAS
3387-3420

CONCELOS
3387-3420

CONCELOS
3387-3420

CONCELOS
3387-3420

QUER ANUNCIAR?
ANUNCIOS ECONOMICOS
ATENÇÃO: VOCE PODE ANUNCIAR ATÉ QUINTE-FEIRA(S) 19H
A PARTIR DE R\$ 21
SEM RESERVAÇÃO

Nome: _____
Endereço: _____
Cidade: _____
Estado: _____
CEP: _____
Data: ____/____/____

3284-2283

guia de verão

jornal da orla

SUPLEMENTO ESPECIAL • DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
Sexta, 19 e 22 de fevereiro de 2012



Os tipos
de taças
de vinho

Pág. 4



Alimentos que
potencializam
o bronzeado

Pág. 2



Empréstimo
de bicicletas
chega ao Centro

Pág. 3



DESCIDA RADICAL

Os 415 degraus do Monte Serrat serão o percurso de maior prova de downhill urbana do mundo, que acontece neste final de semana.

Pág. 8

qualidade de vida

PODEROSOS FOTOPROTETORES DA PELE

No verão, todo mundo quer ficar com a pele bronzeada e saudável, mas para que isso aconteça, é importante prestar na alimentação. O filtro solar é indispensável para proteção da pele, mas existem também nutrientes que são chamados de fotoprotetores que fortalecem a defesa da célula, principalmente contra radicais livres gerados pelo exposição solar. Eles também são fundamentais para proteger a pele contra os possíveis danos causados pelo sol, como manchas, vermelhidão e envelhecimento. Veja as indicações da nutricionista funcional Patrícia Durães de Moraes sobre o que consumir.

Selênio

É um mineral que ajuda a preservar a elasticidade que mantém a pele firme e lisa. Também vem sendo apontado como um excelente protetor contra o câncer e excelente antioxidante, que previne o envelhecimento da pele. É encontrado principalmente na castanha-do-pará.

Ômega 3

Além de ajudar a hidratar a pele, ajuda a reduzir as manchas causadas pelo sol, assim como as linhas de expressão. O Ômega 3 está presente na linhaça, em alguns peixes como salmão e tuco-tuco.

Betacaroteno

Fundamental para formação da vitamina A, é um dos responsáveis pela formação de melanina, que é o pigmento responsável por dar coloração à nossa pele. Por isso, para conseguir agude bronzeado, aposte em alimentos ricos em betacaroteno – abacaxi, cenoura, abóbora, mamão, manga e também nos vegetais verde-escuro, como couve, espinafre, aglio.

Vitamina E

A vitamina E, conhecida como vitamina E, que age como um fotoprotetor da pele do sol e é um antioxidante poderoso, protegendo as células da pele contra os danos causados pelos raios ultravioleta.

Flavonoides

São poderosos antioxidantes capazes de melhorar a textura da pele e protegê-la contra os danos do sol. Podem ser encontrados em frutas, verduras, chocolate amargo e chá verde. Este chá em especial tem uma ação antioxidante muito potente, neutralizando os efeitos causados pela luz solar.

Água

A hidratação é essencial para proteger a pele. No verão pode-se consumir também água de coco, que é ótima para hidratação, e chá gelado.



Cuidado com o limão no sol

A fotossensibilidade é uma manifestação alérgica causada pela exposição ao sol da pele que ocorre com o contato com plantas ou suco de algumas frutas, principalmente limão, laranja e tangerina. Outros produtos como perfumes e refrigerantes também podem causar a reação.

A doença se manifesta pelo surgimento de manchas escuras ou linhas alvas, sendo mais comum no dorso das mãos, cotos e no lábios. O desenvolvimento das manchas ocorre de forma espontânea e gradual, devendo-se proteger a pele da exposição ao sol, com filtros solares potentes. Casos mais severos podem exigir o uso de medicamentos indicados por um dermatologista.

Para não correr riscos, evite fazer solheira nas mãos, sucos de frutas, capuzadas e se expor ao sol. Mesmo lavando as mãos atingidas pelo suco das frutas, a pele pode manchar. Evite também colocar perfumes antes de ir à praia.

local



Bike Santos chega ao Centro

O Bike Santos chegou ao o Centro de Santos com 10 estações de empréstimo gratuito de bicicletas. Seis delas serão instaladas no centro e quatro no subúrbio.

Santos é uma com 20 estações fixas implantadas na cidade e envolvidas com o Bico Verde, com 200 bicicletas públicas em circulação. O programa vai incentivar o uso de bicicletas pela cidade. O empréstimo é gratuito por 30 minutos, depois é necessário esperar mais 15 minutos para uma nova estadia.

NOVAS ESTAÇÕES DO BIKE SANTOS

Pça. da República (Jardim de Ipanema) - Centro
Pça. José Sant'Ana X Av. São João - Centro
Pça. Mauá X R. Dom Pedro II - Centro
Pça. São Antônio (Estatua Rodoviária) - Centro
Pça. Rui de Lages Vila (Caminho da Flocópolis) - Subúrbio
Rua Sete de Setembro X Pça. Iguatemi Martins (Avenida Municipal) - Subúrbio
Av. Ana Costa entre praça e bulevar da Rua Othon Falcão - Subúrbio
R. Barão de Parnaíba X Av. Celso Selvas - Encruzilhada
Av. Com. Nélio X R. D. Luiz Marcon - Vila Miraflores
Av. Senador Pinheiro Machado X Pça. da Bóia - Marapé



Triathlon Internacional de Santos acontece na próxima semana

No total, mais de 500 atletas em modalidades 1,5 km de natação, 40 km de ciclismo e 10 km de corrida. A 2ª edição do Triathlon Internacional de Santos acontece no próximo domingo (24), a partir das 7h30 na praia do Boqueirão.

Entre os atletas já confirmados para a prova estão: Gaby Mattos, Gede, Roberto, Carolina Faria, Fernando Garcia, Priscila Rocha, Paulo Siqueira, João e Mariana Moraes de Melo, além de outros. Entre os técnicos, Ronaldo Colucci, Anderson Ferraz, Cleo Velloso, Felipe Guedes, José Augusto do Nascimento, Antonio Filho, Leandro Avelino, Raul Fontana e Alexandre Ribeiro.

As inscrições gratuitas abertas para a disputa e para o teste de fitness são até domingo (27) no site www.triathlon.com.br. A inscrição custa em média 25, no Superlojão Esportivo. Cada participante recebe uma camiseta, uma garrafa de água e um kit de primeiros socorros. Mais informações sobre preços e prazos no site oficial ou pelo telefone (13) 3324-6200.

Workshop prepara ginastas santistas

As mães no colégio de formação, em 4 e 5 de fevereiro, o workshop e o treinamento competitivo de ginástica artística para o dia 10 de fevereiro (17h) com a 1ª etapa internacional Maria da Graça Costa, que acabou de chegar da Europa onde está na preparação. O objetivo é adaptar as ginastas às condições e de competição de acordo com o novo colégio de formação.

Cursos de adaptação - Já no final de semana seguinte acontece o Curso de Adaptação promovido pelo Liga Miramar Paulista de Ginástica. O objetivo é adaptar as ginastas às condições de competição do Liga que acontece em toda a Ilha de Santos. O curso está dividido por Sandra Regina Soares, técnica internacional nível 4 da Federação Internacional de Ginástica. As aulas acontecerão no sábado (15), dia 8 às 19h, e domingo (16), dia 9 às 18h, ambas as aulas com uma hora de adaptação. Os interessados devem entrar em contato com a ginástica física e nome de formação em ginástica. Informações sobre o curso no site www.ligamiramar.com.br.

ESTRELANDO
com George Jorge

estrelando@jornaldasanta.com.br
facebook: Popul Estrelando

Entrevista da semana:
A psicoterapeuta da linha psicanalista
Márcia Rossetto
fala sobre "Velhice"

TV Santa Cecília 2ª às 16:30h; TV COM. Sábado às 16:30min (gratuito) + reapresentações

PATROCÍNIO

SYCON SINDICATO DOS ENFERMEIROS PRODUTORA JORNAL PAZ 021

APÓIO

Leite e Leite

COMPANHIA NA TV E PROGRAMA

foco jornal da orla
www.foco.org.br

TV COM - Sáb (19:00 - 21:00) Dom (19:00 - 20:00)
Seg (19:00 - 19:00) Ter (19:00 - 19:00)
Qua (19:00 - 19:00) Qui (19:00 - 19:00)
Sex (19:00 - 19:00 - 19:00)

TV SANTA CECÍLIA - Sáb (19:00 - Ter (19:00)
TV UNIVAPÓS - Dom (19:00) - Ter (19:00)
Qua (19:00) - Qua (19:00) - Sex (19:00)

patrocinado | apoio

INCORPORADO E CONSTRUIDO

ENGEPLUS
CONSTRUTORA E INCORPORADORA
www.engeplus.com.br

miramar
EMPREENDEIMENTOS
IMOBILIÁRIOS

OCA
Cerveja Artesanal

simplesmente vinho

www.folha.com.br

Guia Bônus



As taças para o vinho

Reduções.

Você sabe qual o problema de diferentes taças para cada tipo de vinho? Pois é... Desde 1790, quando surgiu sua fabricação de taças, a família Bittel não para de produzir as melhores do mundo. Por tentativas e erros, foram desenvolvendo os diferentes tipos de taças, até encontrarem a ideal. Hoje em dia, já se pode saber muito da física molecular.

Em uma apresentação de suas taças, Bittel explica em detalhes como cada um dos diferentes tipos, para os diferentes sentidos, tem a diferença: até o formato do copo-de-plástico, no qual o vinho fica inacabado?

Bittel sempre pega: rinhos novos podem taças maiores, brancos, taças médias e brancas, taças menores. É mais importante é que cada uma

trazem os quatro elementos principais dos vinhos, que são a fruta, o mineral, a acidez e o tanino.

Para os rinhos mais encorpados, tem a taça tipo Bordeaux (a mais conhecida e usada), aquela com a borda mais larga.

Os rinhos mais leves devem ser tomados na taça do tipo Pinot Noir, que tem a borda mais aberta e solta.

Os brancos, sobretudo os do tipo Bordeaux, são tomados médios.

Para espumantes, tem copos flutuantes, aqueles finos e longos. Quanto ao licor e rinhos doces, devem ser apreciados nos copos pequenos com boca arredondada.

Todas as taças de vinho devem ser higienizadas, para podermos observar a cor, a

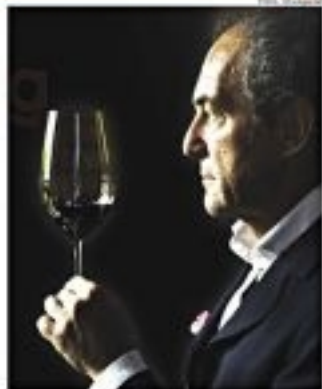
polidez e outras características visuais. Devem ser, também, uma base larga, por onde devemos segurar a mão e pelo boca, pois assim não mudamos a temperatura da bebida com o calor das mãos.

Todos copos podem ser de vidro ou de cristal, mas sempre procurando o formato ideal, para podermos sentir melhor o prazer dessa bebida.

Do ser colocado, o vinho deve ocupar um terço de um terço da taça, deixando espaço para o momento, adeganar o vinho.

Após que já foi um pouco sobre a forma das taças, segue a tosta, em caso, fazemos esta experiência: bebam o mesmo vinho com diferentes taças e tirem suas próprias conclusões!

Encolagem e uma ótima semana!



George J. Bittel, da 1ª geração da família que criou taças de vinho em diferentes formatos



Taça tipo Bordeaux



Taça tipo Pinot Noir



Flauta



Branco



Licor

Beduíno
Sob Medida

No almoço ou no jantar, quatro pratos à sua escolha.

Ligue e reserve agora, valores com suas refeições

3284-1207

www.beduino.com.br

DELICIOSOS pratos

ALMOÇO

Catalina

R\$ 23,90

COM MARIQUETA E ARROZ DO DIA

www.3284.com

Piccola
 Família

Almoço nos Domingos a partir das 15h

Entregas tel. 3271-1200

Av. Almirante Cochrane, 62 canal 5 - entrada pelo rua Comodoro Pires

www.piccolafamilia.com.br

gastronomia

Pizzarias

7ª Avenida Pizzeria e Chopria

- Oferece mais de 130 opções de pizzas, entre elas a família de massa, com massa de base, massa salmoneira, especial de 2da. fila, margerita, tomate seco e parmesão. Há também opções light e de dietas, como a família de chocolate, de creme de leite, brigadeiro, massas de chocolate e bolinhas de carne. A pizzaria tem também carta de bebidas com mais de 100 opções, entre elas: Cachaça, Whisky, Tequila, Patrão, Guinness e Espingola. Das 18h à 1h, Av. General San Martin, 140, Canal 7, Ponta da Praia. Tel.: 3261-2860.

Ojo Santeo

- O restaurante é a pizza que vive e nasce de casa e é preparada com ingredientes de qualidade, muita de tomate, azeitona e azeitonas pretas. Entre os sabores oferecidos há pizza de cordeiro com azeitonas secadas. Carta de vinhos com cerca de 15 rótulos. CC: todos. Aberto todos os dias das 11h30 às 1h30 e das 18h à meia-noite. Rua Oswaldo Cruz, 367 - Boverice. Tel.: 3224-4141 ou 3222-2788.

Ipa de Scorbelli

- Entre as pizzas, especialmente a Portuguesa e a Margherita. Já a especial funciona por quilo e à la carte. No cardápio, há pizza de salmão, filé de salmão e salmão mixto. E há frango do mar, com a tradicional massa salmônica, servida com molho de azeitona, tomate de banana e azeitona preta. Carta prático servida até quatro pessoas. Estabelecimento gratuito na Rua Epitácio Pessoa, 21 - Domingo e quinta, 115 às 15h e 18h à 1h; sábado e do-



Lenny Lima / Luzphoto

Red Suk - Há 45 opções de sabores doces e salgados de massa. A loja é a Supreme, de pagamento imediato, via de grãndia, churrasco e azeitonas pretas. A Portuguesa Santa leva maionese, presunto, cebola, ovo, parmesão, orégano, azeitona e azeitonas. Já a sugestão doce fica por conta da pizza de chocolate fofa, feita especialmente com massa de chocolate, recheio e frutas. O destaque é a abrandando por telas e pratos. Das 12h à 0h, Rua Bahia, 118, Gonzaga. Tel.: 3206-1308.

minga, a partir das 11h, Av. Epitácio Pessoa, 95 - Boverice. Tel.: 3268-2330.

Kakimbos - A casa oferece pizzas em seu cantinho criado pelos clientes e que participam do concurso Santeo de Piza. A novidade, promovido pelo estabelecimento. Das 19h à 0h em todos os dias. Av. dos Beneditinos, 64, Ponta da Praia. Tel.: 3227-9969 / 3202-7110. Rua do Rio, 67, Boverice. Tel.: 3284-7020. Rua Euclides da Cunha, 294, Pompeia. Tel.: 3252-0502.

Helio's - As opções são diversificadas.

em pizza, a novidade de casa é a pizza Casa, momento de folia, efêmera americana, de folhas, efêmera americana, de folhas, efêmera americana, de folhas. De sexta à domingo, das 18h30 à 1h15, R. Minas Gerais, 51, Boverice. Tel.: 3233-2267.

Piz. Za - O casal Achana e André, Charmosa, fica em um espaço contíguo com fecho de todos. As massas são elaboradas pelo casal e no sabor italiano. No menu, há pizza de pizza. A que tem o nome de casa e produzida com massa de bolacha, tomate seco e ricota. O acompanhamento pode ser um dos 28 pratos disponíveis na carta de vinhos. O Santeo de Carne e de 2006, é um bom acompanhamento. O peti gelado e o marango são vinhos de Porto são ótimas sugestões para a sobremesa. Das 18h à 0h, sexta e sábado até 1h, Rua Santa de Abel, 4, Boverice. Tel.: 3221-4820.

Scorbelli Bela Italia

- Aberto desde 1980, a Scorbelli Bela Italia é uma das melhores pizzarias de São Paulo. O restaurante oferece pizzas de massa fina, além de salada e bebidas. Das 18h30 às 0h, Av. Epitácio Pessoa, 21 - Domingo e quinta, 115 às 15h e 18h à 1h; sábado e do-

SEBRA MORENA
Café especial para todos os gostos.
www.sebramorena.com.br



quarta opção de pizza, são preparadas em dois tamanhos: individual e grande. Superadas a de abóbora. Um vinho indicado é o vinho Casa/Ponto Prolet, produzido na Itália. No sábado, há a família ponto d'oro, doce creme de leite. Açúcar e ovos. Das 18h30 à 0h, sábado e domingo, das 12h30 à 1h, Avenida Armando Costeira, 22, Boverice. Tel.: 3227-4645/3290.

Ven Gogh

- A tradicional pizzaria também oferece cantinho no cardápio e opção de massa especial, fina, além de salada, para todos os sabores. Entre eles, há muito apreciados: churrasco, de carne, de salmão e camarão. Outra novidade são as 80 novas opções de carta de vinhos, todos com parcerias acima de 90 pesos: vinhos WS e RP. CC: todos. Estabelecimento e delivery. Aberto de segunda a sexta, das 18h às 0h e última cliente e nos fins de semana e feriados a partir das 12h. Rua Floriano Peixoto, 218 - Pompeia. Tel.: 3225-2036.

MÁRCIAS
Café especial para todos os gostos.
www.marciascas.com.br

WEGA
MASSAS E MOLHOS CASEIROS
CHURRISCO NA BRASA
PIZZAS FOGÃO A LENHA
PELIGOSAS 4x PIZZAS + SABORES
www.pizzariaswega.com.br
Rua João Carneiro, 100 - Vila Mariana

TAKÉ
Restaurante Natural
Bolos Deliciosos
Bifes de Solado
Salgados
Sobremesas tradicionais
Tudo feito com água mineral

Sevilha
Sua 1ª Lancheria
DISK SEVILHA
3284-5773
ID 918*23619
www.lanchessevilha.com.br
Av. Ana Costa, 460 - Gonzaga - Santos

O grupo Kakimbos é especializado por gastronomia desde 1980. As famosas e premiadas pizzas, as deliciosas pizzas, e buffet especial de pizzas, pizzas e churrasco fazem do Kakimbos a tradição e qualidade de Kakimbos.
Pompeia - Boverice - Ponta da Praia
www.kakimbos.com.br

VITALIZANTE
De 2ª a 6ª das 11h30 às 15h
ACORDAMOS TICKET RESTAURANTE
R. ALVAROAS, 30 - BOVERICE
TEL: 3284.7260

roteiro

Música

Chorão na Aquário - André Faria é o primeiro Língua Sertaneja Movimento Sincopado (S2) a apresentar shows (S6) durante o projeto "Chorão na Aquário". As 19h, na Praça Luz La Sota (Ponta da Praia). O chorão é uma mistura de ritmos brasileiros, como baía, frevo e samba, incluindo doses de Punguenti, Joo de Bandeira e Chiquito Gonzaga.

Música no Quebra-Mar - Com influência de países sul-americanos, o grupo Acaticum mista sua música instrumental brasileira neste domingo (17), a partir das 19 horas, no Estádio Sulmarino. As apresentações unem a música nacional a elementos de nações como Argentina, Cuba, Paraguai e Venezuela.

Cléo Góes - Criador da técnica de triplo domínio, que consiste em tocar baixo, harmonia e melodia simultaneamente em um baixo de 6 cordas. Cléo retorna a carreira com show inédito em apresentações repetidas: guitarra, instrumento cantadas norte-americanas e música brasileira. Quarta (20), às 19h, no auditório do Sesc.



Rafael Gomes - Lançará o CD "Lembra", primeiro álbum de um artista, e álbum de estreia em música de bateria em meio ao rock. Será apresentado acompanhado de Felipe Bello, Daniel, Rique Franco (guitarra) e Fabiano Basso (bateria). Quinta (21), às 21h30, no Lancheonete Sesc. Ingressos de R\$ 2 e R\$ 8.



Banda Elvêr - Após dois anos, a maior Banda Sertaneja do Brasil, retorna a Santos para única apresentação. O show não acabou e Elvêr Elvêr prova isso, num show de 100 minutos, que começa às 20 anos do banda e mais de 10 mil shows. São 25 cordões de banda inglesa que mudou o comportamento de toda uma geração. Além do repertório, a banda vai prestar homenagem aos 50 anos do lançamento do álbum "Passe, please no", de 1963. As apresentações também incluem o show especial, Sábado (22), às 21h, no Teatro Coléu. Ingressos de R\$ 10 e R\$ 70 inteira.



Agnello Tinoco - Cantor apresentará músicas do próprio repertório e homenagem a Angela Mina, Roberto Carlos, Orlando Silva, Nelson Gonçalves, Waldir Maranhão e Almirante Dutra. Sábado (23), às 21 horas, no Teatro Coléu.

CHURRASCARIA
 O COSTILÃO
 Dê a sua opinião sobre o melhor churrasco em São Paulo.
 1 - ESPETÃO BRANCO
 2 - BACON CARREÃO
 3 - LINGUIÇA
 4 - PEITO DE ANJO
 5 - COSTILÃO FRANCÊS
 6 - PEIXADA
 7 - FRANGO CALENADO
 8 - BIFE DE ONDINHO
 9 - SALMÃO LINGUIÇA
Diário CHURRASCO Tel: 3288-2579 • 3288-8494
 Av. Senador Palhares Machado, 129 Vila Ineris • Jd. Costa • Caball 11

BOMPASTEL
 Brioche
Pastéis aperitivos
 aquecidos, aquecidos
NOVO ENDEREÇO
 R. BASSO NAZAR TAVARES, 121
 ENCOMENDAS: 3301-1144
 14, SAUVAGEIRO DO SUL, 137 - MARAPÉ
 TEL: 3251-1851
 4, CARVALHO MENDES, 30 - LAGO GRANDE
 TEL: 3224-9942
 ENCOMENDAS: 3251-1851 www.bompastel.com.br

Visuais

Fishes de foto - Vinte e cinco fotografias sobre o carnaval sertanejo, publicadas ao longo de 10 anos no Jornal de Orã, podem ser conferidas até o final de fevereiro no Shopping Pátio Tenório. São imagens captadas pelos fotógrafos Leandro Amadi, Rex Almeida e Márcio Santana que retratam cenas dos desfiles das escolas de samba de Santos e do Comendado. A mostra faz parte das comemorações dos 40 anos do Jornal de Orã e pode ser conferida de segunda-feira a sábado, das 15h às 22h e, em domingos, das 12h às 21h. O shopping fica na avenida Airs Costa, 462, Gonzaga.



Perspectiva 2012 - Ao todo, 33 quadros fazem parte de mostra de verão criado pela Prefeitura de Benedicto Álvares. A coleção tem como objetivo apresentar um pouco da programação realizada nos últimos meses, sendo uma nova chance de ver e comparar quadros de grandes nomes da arte nacional. Participe da exposição Ademir Martins, Antônio Pizzoni, Claudio Tozzi, Flávio Calvão, Ivete Gomes, José Zangallo, Renata Katz, Roberto Buro-Mari e Oronho Mota. A mostra pode ser vista até o dia 24 de fevereiro, de terça a domingo, das 9h às 18h. 4 avenida 4 Terço.

Diferentes olhares - A mostra de fotografia local Dina e seus olhares dá início às atividades de 2013 no Espaço Cultural "Dr. Paulo Gonçalves" no Palácio da Polícia - Doina 4. São 36 fotos de 11 fotógrafos, em que cada um se mostra e seu olhar sobre o cotidiano, com imagens capturadas em ângulos e perspectivas inusitadas. A exposição pode ser visitada até 20 de março, de 2ª a 6ª feira, das 9 às 18h.

roteiro

Teatro

Batéis Vermelhos - Cinqüenta e duas horas volta à descoberta performances de dança de 15 minutos. Desta vez é com a Cia Enxofre de Dança Contemporânea, que apresenta "Os Batéis", um fragmento de história que "Batéis Vermelhos". Trata-se de uma instalação que busca o diálogo do corpo com as possibilidades locais que os batéis podem sugerir e favorecer. Sábado (16) e domingo (17), em três tentos cada (de às 13h, 18h e 21h), no Sesc.



lado-esquerdista. Duas figuras parecem a entrar em conflito permitindo espaço à atividade de ensaio-acrobacia já dura um ano. Em meio à história, os outros habitantes se embriagam e também saíram involuntariamente do corpo de volta subterrâneos, se imersando a chegada de mais um verão. Sábado (16), às 21h, e sábado (17), às 18h, no Sesc. Ingressos de R\$ 2 e R\$ 4.

Parceiros em uma noite, mas é outro - Uma coreografia de histórias que as atores encenaram no seu corpo popular de transformação e superação, entre as quais "Bicho de papel", "Tatiana Flandina" e



"Uma fábula sobre a fábula". O seu encenamento não se transforma nas personagens dessas histórias que se encontram no corpo dos atores, criando suas figuras. A música se vive aqui a encenação e em meio a se história e transformação. Sábado (16), às 17h30, no Sesc.

Os três perséidas - Ilustração e música interpretada o clássico infantil. A história original reflete sobre o impacto do desmatamento na natureza, questões de reciclagem e poder da urde. Domingo (17), às 18h, no Teatro Municipal São Carlos. Os ingressos custam R\$ 20 (integral).

Nomena fora de alcance de crianças - Coreo direção de Rodrigo Batista o espetáculo chegou com o caráter tomava conta do ambiente. A audiência de copos em um ambiente familiar não é uma e po-



ENDEREÇOS	
Shopping Pista (parque)	- Av. São Carlos, 665, Coração
Pinacoteca Beneditina Calzad	- Av. Beneditina, Sudoeste, 15, Sudoeste
Sesc	- Rua Conselheiro Rios, 136, Aparecida
Teatro Cofre	- Rua Amador Bueno - 207, Centro
Teatro Municipal	- Av. Sen. Pedroso Machado, 48, Via Ártica
Palácio de Polícia	- Av. São Francisco, 130, Centro

Banco Lupa Pisco / Dia Boca - Sesc
Cláudia Vogel
CURSO Técnico em Saúde Bucal
Técnicos em Prótese Dentária
 Matricula: Alunos: 4200 / 2013/2013 - 4200 / 2013/2013
 ALBERGAMENTO DE CAROLINA: 044702 - TEL.: 049-3446 / 3446-4400

SEJA QUAL FOR O SEU RITMO, NA WIZARD VOCÊ SEMPRE FAZ A ESCOLHA CERTA.

INTENSIVIDADE FERIAS 6 MESES EM APENAS 1

ANTECIPAÇÃO DE MATRICULAS TURMAS REGULARES 2013

WIZARD
 VESTUÁRIO

Canal 2 • 0201.7422
 Av. Beneditina do Coração, 133
 www.wizardcanal2.com.br

Canal 5 • 2071.7022
 Rua Conselheiro Rios, 200
 www.wizardcanal5.com.br



Óbatalo - A Cia Yagium Tum Tum usa técnicas perfeccionadas em uma adaptação da peça "Óbatalo", de William Shakespeare, para crianças. Os elementos vão para se transformar por uma história capaz de divertir crianças e adultos. Domingo (16) e sábado (17), às 17h30, no Teatro do Sesc. Ingressos de R\$ 1 e R\$ 4.

Cinemark apresenta com exclusividade a ópera

Carmen

De Georges Bizet



EM FEVEREIRO
 Dia 26, terça-feira, às 14h
 Dia 28, quinta-feira, às 19h

EM MARÇO
 Dia 2, sábado, às 17h
 Dia 3, domingo, às 16h

Consulte e compre suas entradas



Prêmio Seltos
 A Seltos Admissão
 15.000 de valor
 Só no Pão de Açúcar
 São Paulo - 02190

Com o cartão Cinemark Plus
 você tem 50% de desconto

Garanta já seu ingresso. Confira as opções participativas e a programação completa no www.cinemark.com.br



CINEMARK
 O maior dos cinemas. O melhor.

1000 cinemarc.com.br

esporte

Foto: Leandro Amaral/Fotoesporte

ESCADA ABAIXO



Acostume-se neste final de semana a 11ª edição do Desce da das Escadas de Santos, que ocorrerá no Monte Serrat acima-do-mundo inteiro. São 115 degraus, aproximadamente 90 metros, em trajeto equivalente a uma subida de 50 andares, percorridos em aproximadamente em 100 segundos.

Entre os favoritos para este ano está o atual campeão Filip Polk, que já havia vencido em 2010 e é o atual piloto da linha de competição para obter o título em menos de um minuto (58 segundos em 2012, o atual recorde da prova). Também Lázaro, que foi o melhor tempo nos resultados do ano passado e teve problemas técnicos na final, ficando de fora da pista, e Wallace Miranda, brasileiro da cidade de Aparecida, no interior de São Paulo, que busca o segundo título. No total são 100 atletas em busca do título.

Programação

Neste sábado (16), ocorrerá em os testes e o qualificação, uma descida cronometrada em que todos os atletas participam. Os testes acontecem das 10 às 15h30. Já os testes-qualificatórios partem das 16 horas. Classificam-se para as semifinais, no domingo (17), às 10h, os dez melhores tempos. A grande final acontece em seguida, às 11h, com os cinco melhores pilotos das semifinais.

