

jornal da orla

Fundador: Clóvis Edward Hazar (1931-2013) • Diretor de Redação: Edison Carpentieri
Distribuição Gratuita • Circula no Litoral de São Paulo • Ano 41 • Nº 2.135 • Quinta-feira, 5 de dezembro de 2013

40
Anos

Araquém Alcântara



OLHO MÁGICO

Um dos mais prestigiados fotógrafos do mundo, Araquém Alcântara lança nesta quinta-feira (5) o livro "Santos". A obra é composta por imagens da cidade como a acima, obtida no terraço do Edifício Enseada, na Ponta da Praia. Página 12

Valongo abriga exposição de presépios de vários países

Página 5

Martim Afonso vira personagem de videogame

Página 8

Alunos fazem maquete de Santos com sucata

Página 3

Violência sem fim

O brutal assassinato do médico Marco Antonio Loss chocou a região, não apenas pela forma estúpida como ocorreu, mas também por ter sido praticado por dois adolescentes em plena luz do dia, num dos locais mais movimentados de Santos e a sangue frio, já que a vítima não reagiu ao assalto.

Repercussão na Câmara

A sessão de segunda-feira (2) da Câmara de Santos foi marcada por um clima de forte emoção já que estavam presentes a viúva de Loss, Marlei, e o filho Julio César, de 16 anos.

Mudança na lei

Vereadores e representantes da classe médica, inconformados com o crime, pediram mudanças na legislação atual que impede que menores de idade, mesmo que tenham praticado um crime bárbaro, sejam presos.

Ainda mostrando incredulidade diante dos fatos, o presidente da Unimed, médico Raimundo Macedo, afirmou: "Como é que um garoto de 14 anos, que já não é mais criança, pode fazer uma coisa dessas?". Macedo defendeu mudanças na legislação que protege menores autores de crimes hediondos.



Marlei Loss e o filho Julio César, durante sessão da Câmara

Prisioneiros

Representando a Associação Paulista de Medicina, a médica Lourdes Teixeira Henriques revelou indignação e revolta: "Estamos de luto pelo colega que se foi. Estamos de luto por todas as vítimas da impunidade que nos torna prisioneiros".

É o Brasil

Apesar da escalada da violência, e de mais de 90% dos brasileiros serem a favor de mudança imediata na legislação penal, deputados federais e senadores se fazem de surdos. Mudar a lei para que?, imaginam eles, na boa vida de Brasília...

Divulgação/Câmara de Santos

Como se tornar um profissional de destaque

Eduardo Shinyashiki*

A vida sempre está em constante movimento e o ser humano é convidado a se movimentar junto ao ritmo dela, a se tornar melhor, mais consciente e atento às próprias reações, comportamentos, escolhas e objetivos.

No contexto profissional, é importante se perguntar como se tornar um trabalhador melhor, com características únicas e diferenciado na empresa ou organização em que trabalha. Quais as atitudes e qualidades a serem desenvolvidas para isso?

Um ponto importante é conhecer bem as responsabilidades da função. Ter claro o que faz parte do cargo e pedir ao superior para esclarecer as tarefas do dia a dia, caso não tenha isso transparente, permite que a pessoa possa se organizar melhor no seu trabalho, evitando perder tempo ou deixar para última hora os compromissos.

Consequentemente, isso nos leva a outra questão fundamental: a gestão do tempo. Ele é importante e saber respeitar o próprio e o dos outros é uma característica essencial para um profissional que se destaca dos demais.

Podemos organizar melhor o tempo à disposição por meio de um planejamento adequado dos objetivos e da definição de prioridades e, além disso, respeitá-las, organizando o espaço de trabalho, concentrando as tarefas importantes ou mais criativas nos momentos de maior pico de energia (por exemplo de manhã, mas depende de cada pessoa).

Outro ponto é saber trabalhar em equipe e ter flexibilidade para gerar mais harmonia nas relações interpessoais. A capacidade comunicativa e a condizância das informações e das metas facilitam a colaboração em grupo, permitindo que os relacionamentos se tomem laços importantes para o sucesso de todos os envolvidos.

Para ter confiança como profissional é preciso agir como "dono do negócio" e "microempresário". Saber desenvolver o próprio trabalho sem que alguém precise controlar e fiscalizar, fortalece a autodisciplina necessária para ir em direção aos resultados. Ela fortalece a força de vontade, a determinação, a perseverança, a autoconfiança e a autorrealização.

Como o conceito japonês de Kaizen nos ensina, é sempre possível fazer melhor. Kaizen significa "mudança para melhor", ou seja, uma melhoria contínua e gradual na vida em geral.

Errar é humano, não somos máquinas. O objetivo do profissional diferenciado não é ser perfeito, mas progredir dia após dia, melhorando sempre, aprendendo e evoluindo no seu

*Eduardo Shinyashiki é escritor e especialista em desenvolvimento das competências de liderança e preparação de equipes

Nova pesquisa mostra favoritismo de Alckmin

A mais nova pesquisa Datafolha revela que o governador Geraldo Alckmin seria reeleito para mais um mandato se as eleições fossem hoje. Ele tem 43% das intenções de voto contra 19% do candidato do PMDB, Paulo Skaf. Em terceiro lugar aparece o ex-prefeito de São Paulo, Gilberto Kassab (PSD) com 8% e em quarto o ministro da Saúde, Alexandre Padilha, virtual candidato do PT.

Avaliação positiva

O governo Alckmin também tem avaliação positiva: 41% dos eleitores classificam seu governo como ótimo ou bom; 39% como regular e 17% acham que é ruim ou péssimo.

Haddad afunda

Já o prefeito de São Paulo, Fernando Haddad (PT) vive situação inversa: seu governo é considerado ruim ou péssimo por 39% dos eleitores; 40% classificam a administração

do petista como regular e apenas 18% consideram o governo bom ou ótimo.

Vai trabalhar

No PT já tem muita gente achando que o desempenho negativo de

Haddad pode atrapalhar, e muito, a eventual candidatura de Alexandre Padilha ao governo de São Paulo. Pelo andar da carruagem, Lula vai ter de trabalhar bastante nas próximas eleições...



Datafolha mostra Alckmin e Haddad em situação inversa

Edison Lopes Jr.

geral



Francisco Arrais Filho

Crianças do pré retratam a cidade em maquetes de sucata

A orla, o emissário e o Aquário em maquetes, construídas com sucata, pelo olhar de 18 alunos da pré-escola Olívia Fernandes, encerraram o projeto "Conhecendo a nossa cidade". As três maquetes foram expostas em arco, de modo a formar a baía, da Ponta da

Praia ao José Menino. Prédios, ruas, veículos foram confeccionadas com papelão, caixas de remédio, garrafas PET, rolos de papel higiênico, arcia, entre outros materiais. Até a famosa escultura de Tomie Ohtake, no emissário, foi feita em arame e feltro verme-

lho. No primeiro semestre a professora Maria Valéria Guimarães Cortez falou sobre os lugares que, depois, foram visitados em estudo do meio. No segundo semestre, fizeram as maquetes. "O objetivo do projeto foi ampliar os conhecimentos dos alunos", diz.

Cenógrafo Rogério Falcão fala hoje de sua arte

O cenógrafo Rogério Falcão participa de um talk-show hoje (5), às 21h, no Conversa Fiada Bar. O artista, da companhia de Möeller & Botelho, é o convidado de estreia do projeto Papo na Pompeia, idealizado pelo jornalista Maurici de Oliveira, que faz a mediação do evento e promove interação com o público. Rogério Falcão ganhou recentemente o prêmio Bibi Ferreira pela coreografia de Milton Nascimento "Nada será como antes". Endereço: rua Ceará, 68, Pompéia.

Escola do Boca realiza desafio de goleiros

A Escola de Futebol do Boca Juniors, unidade Santos, promove dia 14, das 8 às 10h na Arena Carmo, o Desafio Goleiros em Ação, evento inédito na cidade, para quem gosta de atuar na posição. A inscrição deve ser feita até dia 10, no mesmo local, mediante a doação de 1 kg de alimento (arroz ou feijão). "Qualquer pessoa que goste de futebol, jogue na posição ou tenha curiosidade de saber como é o trabalho do goleiro será bem-vindo", diz o idealizador e ex-goleiro profissional do Santos FC, Angelo Romero Berger. Endereço: rua República do Equador, 62, Ponta da Praia). Mais informações: 3012-5411.

Cursos de inglês, espanhol, francês e até mandarim

A ONG Educa Santos está com inscrições abertas até esta quinta-feira (5) para o preenchimento de 30 vagas nas oficinas de conversação e mais 50 vagas para o curso regular de inglês, 15 vagas em espanhol, 15 em mandarim e 15 em francês. O objetivo é ensinar conceitos básicos de diálogo para atendimento ao turista durante a Copa do Mundo. Para se inscrever basta apresentar RG e comprovante de residência, e pagar a taxa de matrícula de R\$ 50,00 e a contribuição mensal no valor de R\$ 40,00. Endereço: rua Borges, 242, Macuco. Mais informações: 3018-5389 ou e-mail educa.santos@hotmail.com.



Liceu Santista

O futuro se constrói no presente.

Berçário
Educação Infantil
Ensino Fundamental
Ensino Médio

Proporcione ao seu filho conhecimento, ética e cidadania.

MATRÍCULAS
ABERTAS
PARA 2014

Melhor infraestrutura e a maior tradição de ensino, agora com o mais avançado modelo tecnológico. Em 2014, um novo parceiro, UNO INTERNACIONAL

Aluno protagonista, Ensino Bilingue e cultura digital. Salas de aula com projetor multimídia e Apple TV. Aulas com uso de IPAD. Material impresso e ambiente digital.

Garantimos

- Ensino por competências e habilidades.
- Avaliação externa institucional e de desempenho - AVALIA.
- Avaliação de metacognição - LEXIUM.
- Certificação TOEFL.
- Iniciação Científica para alunos de Ensino Médio.

Infraestrutura

- Circuito de câmeras e catracas de acesso.
- Salas climatizadas.
- Piscinas infantil e semi-olímpica cobertas e aquecidas.
- Ginásio e quadra poliesportivos.
- Modernos laboratórios (Química, Física, Biologia e Robótica).
- Área de alimentação e convivência.
- Ambulatório com atendimento de enfermeiras. Nutricionista.
- Coordenação por curso, Serviços de Psicologia Escolar e de Pastoral.
- Seguros Escolar e Educacional.





As diversas propriedades da cafeína

Fotos: Sxc.hu Image Bank

É difícil achar quem não se renda a uma boa xícara de café. Mas muito se tem falado sobre os benefícios e malefícios desse hábito, uma vez que a cafeína, presente na bebida, é uma substância com efeito farmacológico importante sobre o sistema nervoso central, o digestório, os rins e os pulmões. Porém, os resultados dos estudos científicos são contraditórios e não determina, de forma categórica, a restrição de seu uso, desde que consumido de forma moderada. A cafeína também está presente no chá mate (*Ilex paraguariensis*), no chocolate, no guaraná, além de produtos industrializados.

Como estimulante do sistema nervoso central, a cafeína melhora o estado de alerta, a atenção e a velocidade de reação, dando uma sensação de melhoria no rendimento intelectual. Porém, o uso em excesso pode causar agitação, ansiedade, dor de cabeça e insônia. Essa ação

no cérebro também induz o aumento da frequência respiratória, além de ação direta nos brônquios, melhorando a respiração durante a crise asmática.

A cafeína também atua no controle da dor, tanto isoladamente quanto potencializando o efeito de outras substâncias e, portanto, é muito usada em fórmulas de medicamentos analgésicos. O seu efeito no controle da cefaleia é bastante efetivo. Entretanto, o uso da cafeína apresenta mais efeitos adversos do que outros analgésicos, principalmente, nervosismo, náuseas e tonturas. E, de forma contraditória, o consumo habitual de cafeína pode estar associado ao desenvolvimento de enxaqueca e cefaleia crônica diária. É importante ressaltar que a interrupção abrupta em pacientes que fazem uso crônico de cafeína pode causar uma síndrome de abstinência, incluindo cefaleia, fadiga e sonolên-

cia acentuada, ansiedade ou depressão, náuseas e vômitos.

A cafeína também tem sido utilizada como estratégia para melhorar o desempenho físico, retardando a sensação de fadiga dos atletas. Mas é uma substância proibida pelo Comitê Olímpico Internacional por aumentar o rendimento de forma artificial. E a cafeína também provoca aumento da pressão arterial, principalmente após a atividade física. Assim, os indivíduos hipertensos devem evitar o uso de café e, notadamente, o consumo excessivo. Outras pessoas que devem evitar o uso de cafeína são as que apresentam problemas gástricos porque essa substância aumenta a secreção gástrica de forma significativa. E estudos indicam grandes perspectivas para o uso da cafeína em Parkinson, com a possibilidade de a substância diminuir o risco da doença e até controlar os sintomas.



Tire suas dúvidas

Encaminhe suas dúvidas para o Centro de Informações sobre Medicamentos (CIM) do curso de Farmácia da Unisantos, por e-mail (cim@unisantos.br) ou carta (Avenida Conselheiro Nébias, 300, 11015-002).

* Paulo Lorandi é professor titular da Faculdade de Farmácia da Unisantos e sócio-proprietário da Farmácia Dracena.

em dia com a saúde



USAR A ESCADA FAZ BEM PARA A SAÚDE

O bom da escada é que, diferente da academia, não depende de nenhum ritual, troca de roupa ou dinheiro para fazer. Basta mudar a maneira de pensar para preferir subir ou descer pela escada, uma atividade física vigorosa e de baixo impacto que faz muito bem para a saúde. Afinal, descer ou subir escadas não requer a compra de qualquer equipamento caro e pode ser feito em diversos lugares. "São muitos os be-

nefícios de subir e descer escadas regularmente: deixa o sistema musculoesquelético mais forte, melhora a aptidão cardiovascular e reduz o risco de doença cardíaca, acidente vascular cerebral, câncer, diabetes tipo 2 e obesidade. Também é um bom exercício de equilíbrio e coordenação, muito útil para pessoas na terceira idade", recomenda o cirurgião ortopedista e traumatologista Fabio Ferraz do Amaral Ravaglia.

Desidratação causa 25 internações por dia

Levantamento realizado pela Secretaria da Saúde de São Paulo aponta que, em média, 25 pessoas são internadas diariamente por desidratação em hospitais que atendem pelo SUS no Estado. Em 2012 foram realizadas 10.033 internações (1.041 casos na Baixada Santista) e registrados 473 óbitos em São Paulo. A ingestão insuficiente de líquidos, transpiração excessiva causada por exercícios físicos, calor ou febre podem causar desidratação, assim como vômito, diarreia e diuréticos. O problema pode ocorrer em qualquer idade, porém em crianças e idosos pode evoluir gravemente. Nesses casos, a intervenção médica é indispensável.



Expectativa de vida do brasileiro sobe para 74,6 anos

A expectativa de vida do brasileiro chegou a 74,6 anos em 2012, segundo dados divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) no Diário Oficial da União de segunda-feira (2). Em 2011, a expectativa de vida era 74,08 anos. O valor varia de acordo com a idade do brasileiro. Para um brasileiro de 40 anos, por exemplo, a estimativa é que ele viva até os 78,3 anos. Já para pessoas acima de 80 anos, a expectativa é de que vivam mais 9,1 anos. A maior expectativa de vida também aumentou diante da menor mortalidade por doenças especialmente.

Alimentos que aumentam a celulite

Cremes, drenagem linfática, exercícios físicos e diversos outros recursos para prevenir a indesejável celulite podem perder o efeito se uma alimentação balanceada não fizer parte da rotina. "O excesso de alimentos gordurosos, com alto índice glicêmico e alto teor de sódio, provoca alterações circulatórias, hormonais, imunológicas e físicas que podem causar a celulite", explica a nutricionista Vanessa Albacete. Portanto, para que não aumente a incidência dos furinhos na pele evite comer doces, comida gordurosa, bebidas com gás, cafeína, sódio, carboidratos refinados e álcool.

comportamento

Valongo recebe exposição internacional de presépios

Fotos: Divulgação



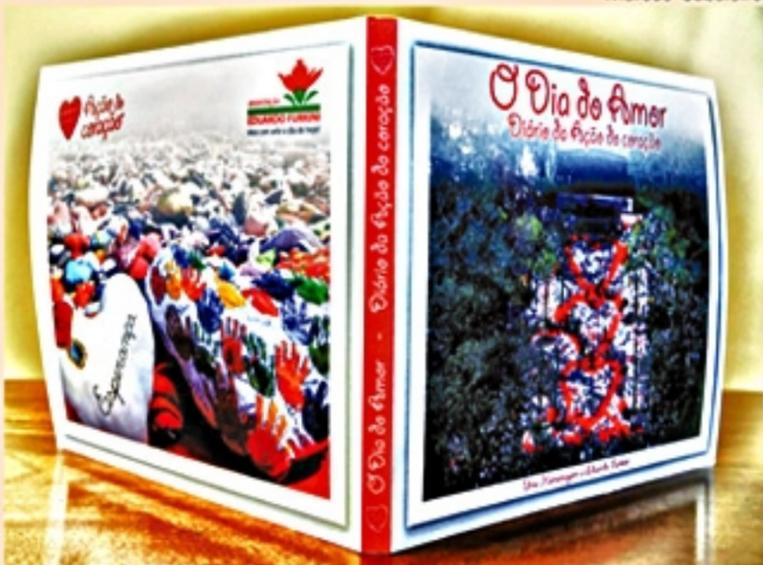
A 20ª edição da Exposição Internacional de Presépios do Santuário Santo Antônio do Valongo será inaugurada este domingo (8). Haverá missa solene celebrada pelos freis André Becker e Rozântimo Antunes Costa, além da apresentação do coral. A mostra gratuita exibe o momento do nascimento de Jesus em mais de 60 presépios de diversas partes do Brasil, e também de países como Itália, Portugal, Venezuela e até de Jerusalém. O Santuário do Valongo fica no Largo Marquês de Monte Alegre, 13, no Centro Histórico. A exposição pode ser vista de terça a domingo, das 8 às 19h.



Diário da Ação do Coração, uma opção de presente

A Associação Eduardo Furkini - AEF sugere o livro "O Dia do Amor - Diário da Ação do Coração" como opção de presente para as empresas oferecerem aos clientes, parceiros e colaboradores. O livro tem valor unitário de R\$ 50,00 e é o registro, em fotos e depoimentos, do movimento Ação do Coração. "É um presente que transmite uma mensagem de solidariedade e amor fraternal", define Alexandre Camilo Gonçalves, presidente da instituição, que usará a renda obtida para investir em seus projetos sociais.

Marcus Cabaleiro



FSS recebe brinquedos e alimentos

A tradicional Campanha de Natal do FSS (Fundo Social de Solidariedade) já arrecada brinquedos novos e alimentos que serão destinados para as 120 entidades cadastradas. "Queremos proporcionar uma Natal digno. Não adianta só ter brinquedo, é preciso ter o que comer. Tenho certeza que a sociedade santista se fará presente mais uma vez para ajudar na campanha", destacou a presidente do Fundo Social, Maria Ignez Barbosa. As doações podem ser feitas diretamente no FSS (av. Conselheiro Nébias, 388), de segunda a sexta, das 8h às 17h. Informações: telefone 3222-8050 ou e-mail fundosocial@santos.sp.gov.br

Lar das Moças Cegas reúne 52 expositores

Até sexta-feira (6) o público poderá conferir as atrações da Feira de Natal realizada pelo segundo ano pelo Lar das Moças Cegas (LMC). O evento reúne 52 expositores e traz muitas opções de presentes. Além de roupas, calçados, bolsas, bijuterias, maquiagens, doces e artesanatos, há o espaço "Feito por nós", com artigos confeccionados por voluntários e alunos da entidade. Toda a arrecadação é investida em reformas e melhorias da LMC, que atende atualmente cerca de 200 deficientes visuais e mais 400 pacientes com baixa visão. A feira está aberta das 10h às 19h na rua Carvalho de Mendonça, 229, Vila Mathias. A entrada é gratuita.

Casa da Esperança realiza bazar beneficente

Presentear um amigo e, ao mesmo tempo, ajudar uma instituição de caridade. Esta é a proposta da Casa da Esperança que, entre os dias 5 e 8, das 13h às 20h, promove o Bazar de Natal e um almoço especial em sua sede. O evento reúne trabalhos de 35 expositores e oferece opções de presentes, como artigos natalinos, artesanato, roupas e bijuterias.

No final de semana, a entidade oferecerá um almoço com pratos de dar água na boca. No cardápio do sábado (7) está o Bobó de Camarão, para quem quiser consumir no local ou levar para casa. Já no domingo (8), a pedida é Bacalhau nas Natas com direito a sobremesa. O convite para o almoço custa R\$ 55 (por dia) e pode ser adquirido na instituição.

Toda a renda arrecadada será revertida ao atendimento gratuito de 200 crianças e adolescentes atendidos pela Casa da Esperança. Endereço: Rua Imperatriz Leopoldina nº 15, Ponta da Praia, Santos. Informações: 3278-7800.

Seu rosto e seu olhar jamais serão os mesmos.

Espaço

Sobrancelha Geométrica

Sua sobrancelha sob medida

Agora em Santos, um espaço totalmente dedicado ao embelezamento do olhar.

O Espaço Sobrancelha Geométrica, além de atender os gostos mais exigentes de suas clientes, também formará profissionais com ou sem experiência em design de sobrancelha, dermopigmentação, implante e coloração de cílios, nosso objetivo é aperfeiçoar ainda mais o seu salão ou centro de estética.

Daremos cursos e palestras, para que os profissionais da área de beleza sejam valorizados em suas atividades. Esperamos reunir em nossas instalações você que queira uma oportunidade de crescimento profissional, com ou sem experiência. Todos os cursos serão certificados e com todo o material incluso.

Venha conhecer o seu espaço.

Um local dedicado a sua sobrancelha. Marque sua presença e seja um design de sobrancelhas
AV. SENADOR PINHEIRO MACHADO, 861 SUPERIOR - SANTOS - TEL. (13) 2202-3668

ILUSTRATIVA

joão bernardo



Marcel Simões e Andressa Ramirez, felizes, felizes em seu D, clicados durante a cerimonia religiosa, em pleno altar da Basílica de Santo Antonio do Embaré, após, ao lado dos pais, receberam para uma big festa no salão do Vasco da Gama



Maycow Montemor e Elaine Natali cumprimentando Mirian Gotfryd pelo evento de abertura da temporada de Natal da Blue Gardenia e a nova coleção de enxovais e presentes da elegante loja



Silvania Carregaro, Regina Chiarello de Souza Pinto, Vera Fortis e Zuleica Simões Pereira, encantadas com as novidades de Natal da Blue Gardenia



Sueli Diniz Amorim (ao centro) foi prestigiar as amigas Alessandra Rego e Cintia Hoehne que montaram árvores de Natal para o evento beneficente da Blue Gardenia

Três gerações de mulheres entusiasmadas, carismáticas e queridas, as netas Camilla Nascimento Sessa e Thalita Nascimento Colombo Barboza ladeando a mamãe Paula Nascimento e a Vovó Micas Henriques na festa dos 40 anos do Curso de Dinâmica de Grupo



Luiz Gonzaga Alca de Sant'Anna, emocionado, recebendo para a festa dos 40 anos do Curso de Dinâmica de Grupo e Filosofia do Comportamento, no salão do Vasco da Gama lotado de alunos, ex-alunos e amigos



Cantina di Lucca
Delivery:
(13) 3284.0444
R. Dr. Tolentino Filgueiras, 80 - Gonzaga
www.cantinadilucca.com.br



Marcos Piffer ladeado pela filha Anita e a mulher Monica na abertura da exposição "Desnuda" e comemoração dos dois anos de sucesso da revista Guaiabó, no espaço de eventos da Porto Seguro



Rita Martins e Mariane Doconski comemorando o sucesso e lançamento da nova coleção da Shoulder, no Lounge do Praiamar Shopping



Luciano Nogueira e Victor Lovecchio felizes com o sucesso do lançamento do CD da banda No Froid, no Cadillac Vintage Bar



Durval Capp Filho e sua Walkyria curtiram demais a viagem a Cancun, que tem muitas belezas naturais, história e entretenimento para todas as idades

- Inaugura hoje, dia 5, no Espaço Cultural Tremendão, o Arte Santista I, mostra coletiva de pintura, fotografia, escultura e gravura, com apresentação de dança contemporânea ao vivo
- Dia 6, Manoel Rodrigues Gonzalez - o Manolo da Osan - recebe o Título de Cidadão Santista, propositura do vereador Antonio Carlos Banha Joaquim, durante solenidade na Câmara Municipal de Santos
- Dia 7, Denise Esteves Viegas e José Orlando Martinez casam-se no Santuário Santo Antonio do Valongo, seguindo-se recepção no salão do Clube Internacional de Regatas
- Dia 8, a rua Azevedo Sodré, a Via Azevedo, será palco de várias atrações ao ar livre para adultos e crianças, das 14 às 19 horas, além de cocktails em suas charmosas lojas, tudo para celebrar o Natal
- Jadir Battaglia inaugurou, no seu Atelie, a mostra "Quinhentos Reais" Arte Bazar, reunindo obras de vários artistas santistas com valores até R\$ 500,00. Uma forma de democratizar a arte, além de ótimas opções para presentear. A mostra vai até dia 14 de dezembro, na rua Marques de Olinda, 23

IMPLANTE É COISA SÉRIA!
SERIEDADE . RESPONSABILIDADE . EFICIÊNCIA

Pensou em implantodontia pensou...

Dr. Khalyl Kirsten
IMPLANTE . PRÓTESE . CRO 75317

Atendimento exclusivo para implantodontia
• CIRURGIAS • ENXERTOS
• PRÓTESES SOBRE IMPLANTES



- Especialista em implantodontia Hospital do Exército de São Paulo
- Membro da Academia de Osseointegração dos Estados Unidos (USA)
- Membro da Academia Brasileira de Osseointegração
- Aperfeiçoamento em porcelana na Alemanha
- Aperfeiçoamento em Estética Dental na Alemanha
- Cirurgião dentista • Protético Dentário
- Congressista do Annual Meeting Academy of Osseo Integration 2007/2009/2011 - USA
- Formação em Enxerto Ósseo, Hospital de Marília, SP

Venha conhecer nossa estrutura e tire suas dúvidas. 13 **3232.6966** PLANTÃO IMPLANTE: 13 **3014.2654**
www.drkhalylkirsten.com.br



Legumes na Churrasqueira

Até nos dias de churrasco dá para inventar algo bem saudável, fácil e com cara de restaurante chique.

Cláudia Bom



Rendimento: 6 porções

Tempo de Preparo: 25 min

INGREDIENTES

- 1 berinjela descascada e cortada em rodela grossas (de 1 centímetro)
- 1 cebola cortada em rodela (também de 1 cent.)
- 1 abobrinha fatiada
- 12 talos de aspargos
- 2 pimentões grandes, inteiros
- 6 champignons frescos grandes, cortados em lascas
- 6 fatias grossas queijo (pode ser mozzarella de búfala, queijo coalho, mozzarella fresca ou tofu)
- folhas de manjeriço
- sal, pimenta, azeite e vinagre balsâmico à gosto
- 6 raminhos de alecrim para enfeitar

PREPARO

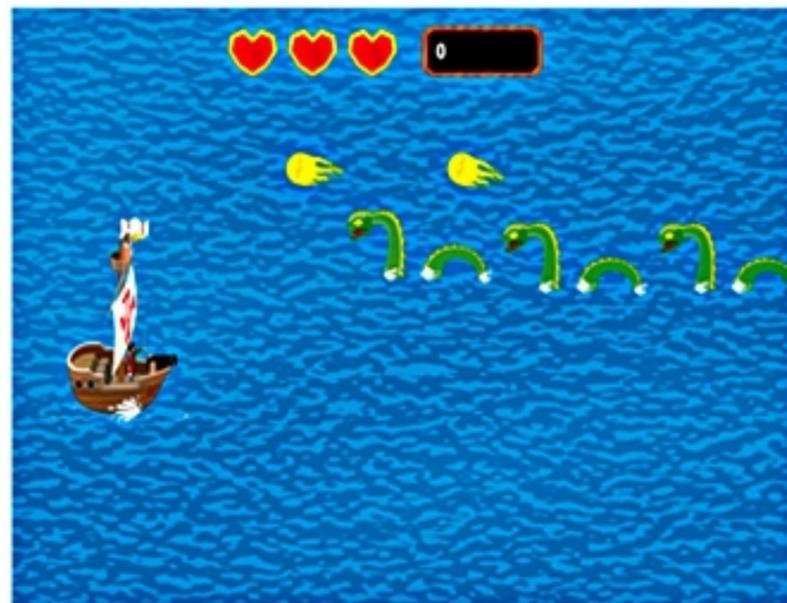
- 1 - O pimentão é o único que tem preparo diferente e deve ser usado inteiro. Para grelhar, deixe que ele fique bem preto, de todos os lados. Depois, coloque-o num saco plástico fechado. Depois de alguns minutos abafado no saco, vai ser bem mais fácil retirar a pele e as sementes, que não são usadas. Corte-os em 3 pedaços e reserve para usar na montagem.
- 2 - Corte todos os outros legumes e coloque-os na churrasqueira sobre uma grelha. Deixe assar até que você consiga ver as marquinhas da grelha nos legumes e vire.
- 3 - Quando estiverem assados ao seu gosto (mais ou menos molinho), coloque-os numa vasilha e tempere com sal, pimenta e azeite.
- 4 - Para a montagem do prato, comece com o pimentão ou a berinjela como base (pois são os maiores) e vá colocando os demais, alternando com o queijo e algumas folhinhas de manjeriço.
- 5 - Na última parte, coloque 2 talos de aspargos cruzados (como aparece na foto) e faça um furo bem ao meio (com a ajuda de um palito de churrasco), colocando um ramo de alecrim para enfeitar - e segurar.
- 6 - Regue o tempero de sua preferência (eu usei azeite e vinagre balsâmico) e sirva.

DICAS

- Para que a cebola não desmanche enquanto assa, prenda as fatias com um palito de dente.
- Qualquer outro legume pode ser usado (ou substituído) nesta receita: batata, vagem, cenoura, mandioquinha, ervilha torta. A única coisa que muda é o tempo de cozimento de cada um. Batata, cenoura e mandioquinha, por exemplo, devem ficar mais tempo na churrasqueira, ou serem fatiadas bem fininhas.
- Dá também para incluir frango grelhado entre as camadas.

Fundação de São Vicente vira game

O espetáculo da Encenação da Fundação de São Vicente acaba de ganhar uma versão game. No jogo, desenvolvido pela AT Comunicação, o jogador precisa ajudar o capitão Martim Afonso a desembarcar em São Vicente para fundar a primeira vila do Brasil. É possível acessá-lo em www.blogatcomunica.com.br/caravela. A temporada da Encenação 2014 terá cinco apresentações, de 22 a 26 de janeiro, na Praia do Gonzaguinha, comemorando os 482 anos de São Vicente.



ESTRADA VELHA DE SANTOS SERÁ REABERTA

Localizada no Parque Estadual da Serra do Mar, a Estrada Velha de Santos será reaberta à visitação pública ainda este mês. Os passeios sairão de Cubatão, cidade onde está localizada cerca de 70% da estrada, que é a antiga ligação entre a Baixada Santista e o Planalto. Antigamente, os turistas iniciavam a visitação em São Bernardo do Campo. A visitação será limitada a 200 pessoas por dia e o valor ainda não foi definido.



Palácio das Artes tem programação de Natal

O Complexo Cultural Palácio das Artes, em Praia Grande, conta com diversas atividades especiais para o Natal. Na sexta-feira (13), haverá abertura da mostra artística "Mata fala" e também a presença do Papai Noel. Além disso, as crianças poderão conferir performances de dança e teatro e, às 20h, ocorrerá a tradicional apresentação dos corais da cidade nas sacadas do Palácio das Artes. Já no sábado, haverá apresentação da peça infantil "A bruxinha que era boa" e o coral se apresentará mais uma vez, às 20h.

Papai Noel chega a Cubatão

Nesta quinta-feira (5), as crianças de Cubatão poderão conferir a chegada do Papai Noel no Novo Anilinas. O Bom Velhinho chegará às 18h e se instalará na casinha que foi montada dentro do parque. Nesse dia, Papai Noel será recepcionado pelas crianças da cidade ao som das músicas típicas desta época, executadas pela Banda Marcial. Ele ficará no Novo Anilinas até 22 de dezembro, sempre das 18 às 20h.

CHURRASCARIA

Serviço à la carte Na Brasa

O COSTELÃO

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

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

DiskCHURRASCO

☎ 3232.2579
3222.8484

E o delicioso CARRÉ DE CORDEIRO NA BRASA

MAIOR BOLÃO DE TODOS OS TEMPOS

PREVISÃO DE **200 A 230 MILHÕES**

MEGA DA VIRADA

BOLÃO CAIXA

BOLÃO ESQUEMA MUNIR PE QUENTE

BASEADO EM ESTATÍSTICA E LEI DA PROBABILIDADE

MÉTODO INÉDITO E EXCLUSIVO

44 ANOS DE ESTUDOS LOTÉRICOS

Campeão de Prêmios!

CADASTRE-SE! BASTA INFORMAR: NOME, E-MAIL E TELEFONE

E-MAIL: francoluci@uol.com.br
SITE: www.munirpequente.com.br
(13) 3386-1382 | 9.8123-8111



Reprodução

Horóscopo de hoje

Estamos em Fase de Lua Nova e hoje a Lua está no signo de Capricórnio. Hoje teremos a união de Lua com Vênus, uma ótima possibilidade de abriremos mais para os sentimentos e expressá-los. Se tiver alguém que você está pensando muito em abrir o seu coração, não deixe para depois, faça agora.

Áries - Você já deve estar percebendo que algumas coisas estão mudando em sua vida, portanto fique com a mente aberta e o coração também para que as situações a sua volta possam encaminhar por si só. As mudanças estão acontecendo.

Touro - Um bom dia para deixar fluir mais os seus sentimentos. Não fique parado e nem dê atenção ao que falam, siga a sua vida e seja sempre sincero com seus objetivos, mesmo que acabe magoando alguém. Você é o que é.

Gêmeos - Existem períodos na vida de todos em que o outro lado pesa mais e você está vivendo um desses, então escute mais o que a pessoa ao seu lado está dizendo e preste atenção, pois tem muito a ver com você. E pode sim ser um alerta benéfico.

Câncer - Aspectos benéficos de astros estão te auxiliando a resolução de muitas situações na sua vida prática, portanto deixe que se resolvam para você se dedicar mais ao seu lazer e também divertir-se mais. Aproveite e sorria!

Leão - Mesmo que alguns aspectos estejam tensos e conflituosos, saiba que também existem astros que estão te auxiliando na jornada de sua vida. E você pode conferir isso através das pessoas que realmente estão ao seu lado. Isso sim é que é benefício, ser estimado.

Virgem - Aproveite o dia de hoje para liberar mais os seus sentimentos e falar sobre o que está sentindo para as pessoas próximas. Inclusive algumas questões românticas tendem a ficar mais acentuadas, portanto liberte-se e aproveite.

Libra - Os temas financeiros e profissionais são a tônica de toda a semana ainda, seja bastante sério no que tange às questões práticas e busque colocar a sua vida em ordem. Compromisso e seriedade são as dicas.

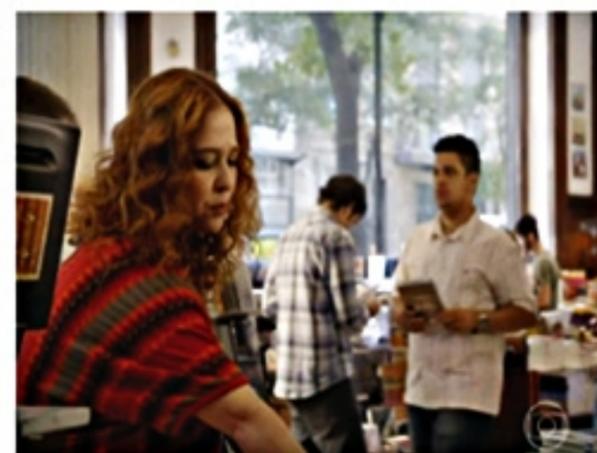
Escorpião - Hoje o seu dia tende a estar bastante movimentado e próspero. Aproveite e vá organizando o que é preciso e surpreenda alguém que você goste muito. Compre um presente, escreva, ligue ou mande um recado. Isso fará muito bem para quem recebe e para você também.

Sagitário - Nessa sua nova fase da vida, o ideal agora é firmar seus propósitos e objetivos. Não tenha receio em dizer não para aquelas coisas que você realmente não quer mais para você. O seu tempo agora é outro e as pessoas terão que se adaptar.

Capricórnio - Perceba como os seus sentimentos estão mais livres, e você agora pode contar com algumas mudanças que tanto queria. Hoje a Lua está em seu signo e junto com Vênus, o que sugere que sua vida amorosa está em primeiro plano. Palavras de amor irão muito bem.

Aquário - Vale a pena, de vez em quando, você pensar que pode avançar um pouco mais, claro que sabendo que nem tudo irá ser da maneira como você quer, mas é possível ousar e acreditar. O bom senso e a sua capacidade de inovar estarão em destaque e para o bem.

Peixes - É muito importante que você seja fiel aos seus princípios, mas também seja otimista em seus pensamentos, para que realize os sonhos que vens nutrindo há muito tempo. Agora é a hora de colocar em prática. Fale, se expresse e não se esconda.



Uma noite de humor (ou tentativa de)

A noite do domingo passado teve algo bastante curioso na telinha. Entre 23h15 e meia-noite, as quatro principais redes investiam no humor. Cada qual a seu modo.

Bom retorno - A Globo fez voltar o "Tudo Junto e Misturado", que teve a primeira temporada exibida em 2010. O programa retornou melhor, investindo numa comédia menos tradicional, e que exige mais do telespectador.

A ideia é utilizar um tema a cada bloco, com as falas dos personagens servindo de deixa para as piadas - que surgem em outros cenários. Assim, por exemplo, uma conversa numa livraria inspira uma tirada com Elvis Presley para tocar na polêmica das biografias não autorizadas. Tal formato exige muito trabalho da produção, que se saiu bem. Deu pra pescar ali influências das mais

variadas, do clássico inglês Monty Python ao ótimo desenho "Uma Família da Pesada".

Irregular - Já o "Pânico na Band" mostrava uma matéria absolutamente desinteressante com um bilionário brasileiro que vive em Portugal. Faz semanas que insistem com o cidadão, e estão tentando fazê-lo realizar o "sonho de ser um cantor". Putz, com a grana que ele tem, dá pra comprar uma gravadora... O "Pânico" já viveu fases melhores, e faz tempo que sofre com a irregularidade.

O de sempre - Enquanto isso, no SBT, Silvio Santos se divertia com suas pegadinhas. E com direito a reprise da "Menina Fantasma no elevador", que virou hit na internet ano passado.

Constrangedor - Deixei o pior por último. Quando a Record anunciou que um de seus especiais de final de ano

seria a "nova Família Trapo", imaginei que algo bom não viria. Pelo simples fato de ser impossível fazer um remake que se aproximasse do original. Ronald Golias foi um só - sem falar no restante do elenco (Jô Soares, Renata Fronzi...).

Pois o que eu vi causou um misto de pena e constrangimento. Deu dó de ver o Rafael Cortez escalado para o papel principal (deve estar com saudades do "CQC"). O cast teve ainda Raul Gazzola, Cacau Mello, Patrícia Travassos e Bárbara Borges, entre outros.

Texto fraco, escolhas equivocadas no elenco, caracterizações do tipo "já vi em algum lugar" - o personagem do Cortez tinha horror a pobre (totalmente Caco Antibes), e o da Bárbara Borges lembrou a Magda. Resumindo: um "Sai de Baixo" de quinta categoria.

Você monta a árvore, a gente monta o cardápio.

O serviço de encomendas do Beduíno leva os mais tradicionais sabores Árabes para o Natal da sua família. Acesse o nosso site, monte sua encomenda personalizada e configure uma ceia de Natal inesquecível.

Beduíno
SABORES ÁRABES
www.beduino.com.br

HORA IMÓVEIS

(13) 3289 6302 | ID: 96*54275
www.horaimoveis.com.br

 REF. 44 GONZAGA Ótimo para renda, sobrado, Rua Bahia, Terreno 8x40m, garagem para 10 autos. R\$ 1.500.000	 REF. 84 ITARARÉ Oportunidade, frente para o mar, 160m², 3 dormitórios, 2 vagas. R\$ 580.000	 REF. 53 EMBARÉ 2 dormitórios, suite, dep. de empregada, garagem privativa. R\$ 350.000
---	---	--

• 40 ANOS NO MERCADO • Av. Presidente Wilson 7, loja 2 - Gonzaga - Santos • CRECI: J-675

xeque-mate

Mário Ribeiro

xadrez@jornaldaorla.com.br



Alunos de escola municipal dão trabalho para campeão

Para comemorar o excelente desempenho dos alunos em 2013, a diretoria do UME Maria de Lourdes Bernal promoveu diversas atividades esportivas. Entre elas, o xadrez!

O jovem enxadrista João Danilo Mandeta ministrou sessão de partidas simultâneas enfrentando vinte alunos da escola. Apesar de conquistar vitória em todos os tabuleiros, não foi nada fácil.

"Os alunos deram muito trabalho, o que demonstra que eles têm futuro promissor", avalia Mandeta.

Diante do sucesso da iniciativa e do crescente interesse das crianças de todas as faixas etárias no aprimoramento do xadrez, a diretora da escola, Maria Cristina dos Santos, realizará novos eventos com este com o objetivo de treinar os alunos visando futuras competições.



Mário Ribeiro

Dois torneios marcam fim da temporada escolar

A VIII Etapa do Circuito Escolar e a Copa Santista Aurélio Batista Félix foram realizadas simultaneamente mobilizando, no domingo (1º), jogadores de todas as categorias e idades.

As escolas participantes do circuito receberam a premiação e a Copa Santista foi disputada por jogadores de toda a região. Na próxima edição, mais detalhes deste torneio vencido por João Danilo.

ERRATA

Diferentemente do que foi divulgado na edição passada, o enxadrista cubatense Edgar Rodrigues atua pelo município de Mogi das Cruzes.

cidadania

Organização facilita intercâmbio de jovens

Divulgação



A AIESEC Santos está promovendo programas que facilitam o intercâmbio de jovens para diversos países. A empresa conta com programas como o Cidadão Global, que leva os jovens para trabalhar voluntariamente em ONGs e projetos educacionais em todo o mundo, e o "Talentos Globais", que permite que jovens profissionais coloquem em prática o que aprenderam em suas faculdades, vivenciando uma nova cultura. Outra iniciativa é o projeto Bom Amigo, em que a organização recebe intercambistas para trabalhar voluntariamente em uma casa de repouso da cidade, o Residencial Brilho do Sol. Também é possível se voluntariar para receber um intercambista em sua casa e trocar experiências com jovens de outras partes do mundo. Para saber mais, entre em contato através do e-mail aiesec.santos@gmail.com.

Futuros Guardiões da Natureza passam por avaliações

O projeto Guardiões da Natureza, que promove a inclusão social por meio da educação ambiente, irá formar em janeiro cerca de 120 agentes socioambientais. Jovens de idade entre 12 e 17 anos estão passando por exames médicos, avaliações físicas e os aprovados participarão do projeto que oferece uma série de aulas na Universidade Estadual Paulista. Os jovens formados pelo curso ficarão à disposição do projeto, para realizar uma série de atividades socioambientais durante o ano de 2014, que visa o apoio em diversas áreas no município Vicentino e região.

os baldos



Fronteiras da ciência

JADIR ALBINO
fronteiras@jornaldaorla.com.br



A influência

As sandálias do discípulo fizeram um barulho especial nos degraus da escada de pedra que levavam aos porões do velho convento.

Era naquele local que vivia um homem muito sábio. O jovem empurrou a pesada porta de madeira, entrou e demorou um pouco para acostumar os olhos com a pouca luminosidade. Finalmente, localizou o ancião sentado atrás de uma enorme escrivaninha, tendo um capuz a lhe cobrir parte do rosto. De forma estranha, apesar do escuro, fazia anotações num grande livro, tão velho quanto ele. O discípulo se aproximou com respeito e perguntou, ansioso pela resposta:

— Mestre, qual o sentido da vida?

O idoso monge permaneceu em silêncio. Apenas apontou um pedaço de pano, um trapo grosseiro no chão junto à parede. Depois apontou seu indicador magro para o alto, para o vidro da janela, cheio de poeira e teias de aranha.

Mais do que depressa, o discípulo pegou o pano, subiu em algumas prateleiras de uma pesada estante forrada de livros. Conseguiu alcançar a vidraça, começou a esfregá-la com força, retirando a sujeira que impedia a transparência. O sol inundou o aposento e iluminou com

sua luz estranhos objetos, instrumentos raros, dezenas de papíros e pergaminhos com misteriosas anotações. Cheio de alegria, o jovem declarou:

—Entendi, mestre! Devemos nos livrar de tudo aquilo que não permita o nosso aprendizado. Buscar retirar o pó dos preconceitos e as teias das opiniões que impedem que a luz do conhecimento nos atinja. Só então poderemos enxergar as coisas com mais nitidez.

Fez uma reverência e saiu do aposento, a fim de comunicar aos seus amigos o que aprendera. O velho monge, de rosto enrugado e ainda encoberto pelo largo capuz, sentiu os raios quentes do sol a invadir o quarto com uma claridade a que se desacostumara. Viu o discípulo se afastando, sorriu levemente e falou consigo mesmo:

— Mais importante do que aquilo que alguém mostra é o que a outra enxerga. Afinal, eu só queria que ele colocasse o pano no lugar de onde caiu.

[com base no artigo "A Lição" da revista Presença Espírita]

Pense em como aquilo que você faz todos os dias, está influenciando os outros. Por isso, aja sempre no bem. Faça as coisas corretas, começando pelas pequenas coisas como, por

exemplo, manter limpa a cidade. Seja você aquele que não joga papel no chão. Coloque-o no bolso, na bolsa, num lugarzinho no chão do carro. Quando passar por uma lixeira, deposite-o ali.

Seja você aquele que respeita os sinais de trânsito. Não estacione seu carro sobre a calçada. Não estacione em fila dupla. Respeite as filas de ônibus, do banco, do supermercado, em qualquer lugar. Espere a sua vez sem reclamar nem xingar. Preserve a paz. Não arranque flores dos jardins públicos, mesmo que seja para plantar em sua casa, em seu jardim. Preserve o que é de todos.

Enfim, dê o bom exemplo em tudo. Ao seu lado, sempre haverá uma criança, um jovem, um adulto, alguém enfim que se achará no direito de fazer o que você faz, principalmente se você for alguém que ele respeita como o pai, a mãe, o professor, o melhor amigo, o político conhecido na cidade. E lembre-se: "mais importante do que aquilo que alguém mostra é o que o outro enxerga".

PAZ, SAÚDE E PROSPERIDADE.

* Jadir Albino é apresentador do programa "Fronteiras da Ciência", exibido aos domingos, às 19h, na Santa Cecília TV, com reapresentação aos sábados, às 21h.

A UNIP É TOP NO MERCADO DE TRABALHO
A EFICIÊNCIA DA UNIP FOI COMPROVADA PELO RANKING UNIVERSITÁRIO FOLHA 2012 - RUF PUBLICADO EM 3/09/2012.
0800 010 9000 - www.unip.br Campus Santos - 4009 2000

Local

Divulgação



Vitória sobre rodas

Duas duplas do grupo de Dança em Cadeira de Rodas de Santos conquistaram excelente resultados no 12º Campeonato Brasileiro da modalidade, realizado dia 29, em São Paulo. Lidia Fagundes e Alexandre Siqueira garantiram o título de campeões brasileiros na categoria Avançada (considerado o título máximo do evento). Já a dupla Ana Patricia Oliveira e Valmir Magno obteve a 2ª colocação na categoria Duo Dance (somente para cadeirantes). As duplas foram coordenadas pela técnica Luciana Ramos. Nesta sexta-feira (6), às 19h, os artistas fazem uma apresentação gratuita no CAIS Milton Teixeira (av. Rangel Pestana, 150, Vila Mathias).

indicador profissional

Alonso Carneiro
Advogados Associados
OAB/SP 17410

DIREITO PREVIDENCIÁRIO
(Regime Geral, Público, Fundos Fechados)

ACIDENTÁRIO
CIVIL
(reparação de danos materiais e morais)

contato@alonsocarneiroadvogados.com.br
mauro.carneiro@uol.com.br
www.alonsocarneiroadvogados.com.br

R. Martim Afonso, 101, 7º andar, Centro, Santos/SP, CEP 11010-061, Brasil
Tel/Fax.: +55 (13) 3213-7200 - Fax.: +55 (13) 3219-3542

imóveis

IMÓVEIS RESIDENCIAIS E COMERCIAIS

COMPRAR 3273-9549
VENDE 3273-9550
ALUGAR
ADMINISTRA

AV. BARTOLOMEU DE GUSMÃO, 53 LJ. 03 - EMBARÉ

VISITE-NOS NO SITE E VEJA NOSSOS IMÓVEIS
www.socomercialimoveis.com.br

www.mellosantosimoveis.com.br

Mais de 800 imóveis

AV. WASHINGTON LUIS, 378 GONZAGA - SANTOS/SP
(13) 3222.2288

Mello Santos Imobiliária & Consultoria

NAS BANCAS

OABSP 3.094

FABIANO ADVOCACIA

"A PRIMEIRA IGUALDADE É A JUSTIÇA"
VICTOR HUGO (1802 - 1886)

FELIZ NATAL E QUE 2014 SEJA REPLETO DE REALIZAÇÕES!

R. Assis Corrêa, 55. Gonzaga - Santos/SP
Fone 13 3327-7997 / 3327-8004 • Fax 3327-8006
SIGA-NOS NO TWITTER@ADVFABIANO E NO FACEBOOK
www.fabianoadvocacia.com.br contato@fabianoadvocacia.com.br

Quer anunciar? Ligue 2101-0021

roteiro



Fotos: Araquém Alcântara

Santos, pelas lentes e o coração de Araquém Alcântara

Comemorando 40 anos de profissão, o fotógrafo Araquém Alcântara volta à cidade onde passou a infância e adolescência para lançar o livro 'Santos', pela Editora Terrabrasil. São 80 fotos que revelam, em preto e branco, o porto, as praias e o centro histórico, sob o olhar diferenciado do fotógrafo.

O projeto tem o patrocínio da Marimex Inteligência Portuária, que é a anfitriã da noite de autógrafos desta quinta-feira (5), às 19h30. O diretor executivo

da empresa, Tiago Quaglia Cristiano, acredita na importância da obra: "A empresa acompanha o sonho do Araquém de homenagear a cidade. As fotos antigas e atuais, reunidas no livro, apresentam o passado e as perspectivas de Santos".

O lançamento do livro coincide com os 40 anos da primeira exposição realizada por Araquém, que levou diversas imagens de urubus ao Clube XV. "Santos me deu régua e compasso. Vai ser uma alegria

realizar esta verdadeira celebração da terra", explica o fotógrafo. A obra já está disponível nas livrarias.

Nascido em Florianópolis, Araquém é considerado um dos maiores fotógrafos de natureza do Brasil. Tem 16 livros publicados (e outros 12 em coautoria), além de prêmios nacionais e internacionais.

O lançamento de 'Santos' acontece na Casa de Fronteira Azulejada (Rua do Comércio, 92 - Centro, Santos).

Blues - A dupla Jam For a Dime, formada por Gayor Borges, no baixo, e Pedro Silba, na bateria, acompanha os guitarristas Filipe Dias, Beto Gonçalves, Eduardo Elói e Sérgio Casalunga, no show que reúne alguns nomes da nova safra de músicos de blues da Baixada Santista. A apresentação acontece nesta quinta (5), às 21h30, no Sesc de Santos. Classificação: 16 anos. Ingressos: de R\$ 2 a R\$ 10.

Broadway Voices - O espetáculo reúne os principais musicais da Broadway, com artistas da região e acontece na quinta (5), às 20h30, no Teatro do C.A.I.S. Milton Teixeira (R. Rangel Pestana, nº 150), na Vila Mathias, em Santos. Musicais como Jesus Christ Superstar, Mamma Mia!, Grease, Les Misérables serão alguns dos homenageados na noite. Entrada franca.

Música clássica - O Quarteto de Cordas Dell'Arte apresenta composições grandes mestres da música clássica, como Mozart, Haendel, Tchaikovsky, Vivaldi e Beethoven, no sábado (7), no Sesi Santos (Av. Nossa Senhora de Fátima, 366 - Ráio Clube), às 20h. Entrada franca.

Coral da Gente - O coral é um dos programas do Instituto Bacarelli voltado a crianças e adolescentes da comunidade de Heliópolis, em São Paulo. A apresentação acontece no domingo (8), a partir das 17h30, no Sesc Santos. Ingressos: de R\$ 1 a R\$ 5.

Pinatoceca - Em sua nona edição, o Festival de Corais de Natal da Pinacoteca Benedito Calixto (Av. Bartolomeu de Gusmão, 15 - Boqueirão, Santos) espera a presença de mais de 500 expectadores. A programação começa no domingo (7), a partir das 20h, com o show de luzes e apresentação dos corais Broadway Voices, Unisantos e Zanzalá. No dia 15 se apresentam Tirolli Orquestra e Coral, Musical Lourdes Navarro e Coral Municipal de Santos. Entrada franca.

'Quem pode, pode' - O espetáculo narra a saga de Mané-Leão, um camponês corajoso e desafiador das leis vigentes, que livra a cidade onde vive de um touro feroz. Incitado pelo povo a desafiar o Barão, atual governante do local, Mané vence a luta, tornando-se o novo mandatário e submetendo-se aos encantos do poder. Com a Fraternal Companhia de Arte e Malas-Artes, na sexta (6), no teatro do Sesc (R. Conselheiro Ribas, 136, Aparecida), às 21h. Ingressos: De R\$ 2 a R\$ 10.

Humor de Cinema Apresenta - No sábado (7), o Cine Roxy 4 (Av. Ana Costa, 465, Gonzaga) traz a terceira edição show de humor, com a apresentação solo do humorista Thiago Ventura. O espetáculo "Isso não é de Deus" começa às 22h e não é recomendado para menores de 14 anos. Ingressos: R\$ 25.

Neruda - A City-Companhia Instável de Repertório e o Percutindo Mundos apresentam o sarau

Pablo Neruda - Confesso que resisti, sábado (7), no Sesc Santos. A apresentação é uma homenagem ao mestre que dedicou dois poemas antológicos a Santos e começa às 17h. Entrada franca.

Narração de histórias - As crianças vão se divertir com a misteriosa história do "Corpo-Seco e a Pisadeira", que será apresentada por duas simpáticas velhinhas que costumam se encontrar todas as semanas para contar "causos", no sábado (7), às 17h30, na Toca do Sesc Santos. Entrada Franca.

Museu do Café - A mostra "50 anos da Organização Internacional do Café" está em exposição de hoje (5) até março do próximo ano. São itens ligados à indústria cafeeira, como sacas de café de diversos países, vídeos de entrevistas e ações educativas. De segunda a sábado, das 9h às 17h e aos domingos, das 10h às 17h. Rua XV de Novembro, 95 - Centro Histórico de Santos. Ingressos: R\$2 a R\$ 5.

'O Brasil da Copa' - O ateliê Bel Braga apresenta a XI Mostra de Pinturas, que traz como tema o Mundial de futebol de 2014. São 30 quadros em óleo sobre tela de artistas como Anilda Fernandes Lisboa, Cila Matias, Inês Moretti, Orária Silva e entre outros. A exposição está na Galeria e Arte 'Nelson Penteado de Andrade' (Praça dos Expedicionários, 10, em Santos), até 3 de janeiro, das 9h às 18h. Entrada franca.

Beatriz Ramirez / Divulgação



Balé - A Escola Lúcia Millás encerra o ano com o espetáculo 'Mundo Cartoon', nos dias 10 e 11 (terça e quarta), no Teatro Brás Cubas (Av. Sen. Pinheiro Machado, 48 - Vila Mathias, Santos). 200 participantes, entre alunos e professores, encantarão o público com sessões às 18h e às 21h nos dois dias. Ingressos: R\$ 35 a R\$ 70 (à venda no Shopping Parque Balneário).



Apresentação
Douglas Gonçalves

Nosso compromisso é mostrar o dia a dia da região como você merece saber. Com entrevistas, prestação de serviços e a sua participação nas pautas diárias do programa.

Hora Geral é informação de confiança.
SEGUNDA A SEXTA, DAS 7H ÀS 8H DA MANHÃ, NA SANTA CECÍLIA TV.
REPRISE DAS 16 ÀS 17 HORAS.

