

AI, QUE CALOR!



Não se tem notícia de um verão tão quente em Santos e região. Os termômetros registram temperaturas próximas aos 40°C, mas a sensação térmica é bem maior. No entanto, mais do que apenas a sensação de desconforto, o calor pode provocar diversos prejuízos. **Página 3**



Cubatão prepara projeto de urbanização no Casqueiro

Página 8

Medicamento para criança não é diferente só na dose

Página 5

Prédios tortos da orla devem fazer laudo

Página 11

As previsões para o seu signo hoje

Página 2

Governo do Estado inicia projeto que une habitações e preservação

Mais do que um plano habitacional, um grande programa que une desenvolvimento com preservação ambiental. Foi assim que o governador Geraldo Alckmin classificou o projeto que será desenvolvido em São Vicente, com a construção do conjunto Tancredo 3, composto por 1.120 apartamentos.

O governador anunciou também a construção de mais 1.120 apartamentos, só que para moradores de São Vicente que também vivem em situação de risco.

Este conjunto faz parte do Projeto Desenvolvimento Sustentável do Litoral Paulista, que tem como meta atender 25 mil famílias que hoje vivem em áreas de risco socioambiental nos 16 municípios litorâneos, além de promover o desenvolvimento econômico e social da população e preservar os recursos naturais.

Hospital de Clínicas e Maternidade

Alckmin também confirmou a liberação de R\$ 25 milhões para a reforma e compra de equipamentos do Hospital dos Estivadores, que dará lugar ao Hospital de Clínicas e Maternidade com 223 leitos do SUS (Sistema Único de Saúde).

O Hospital funcionará no imóvel de 10 andares e 11,3 mil m² à avenida Conselheiro Nébias, 401. Na futura unidade, serão 150 leitos para internação de adultos, 36 de maternidade e obstetrícia, 20 para UTI (Unidade de Terapia Intensiva) Neo-Natal e 17 para UTI adulto.

O governador deu início às obras do hospital e assinou o decreto que cria o Centro de Medicina de Reabilitação Lucy Montoro do município.



Fotos: Patrícia Cruz

Ajuda para custeio das santas casas

O Governo do Estado de São Paulo vai repassar à Santa Casa de Santos e ao Hospital Santo Amaro, no Guarujá, R\$ 37,5 milhões extras em 2014. "Não é para fazer prédio ou comprar equipamento, é para custeio da Santa Casa de Santos, que é uma referência da região", disse o governador. A Santa Casa de Santos será beneficiada com R\$ 26,1 milhões e o Hospital Santo Amaro receberá anualmente R\$ 11,5 milhões. Esta ajuda financeira representa 70% a mais dos recursos que os hospitais recebem do Sistema Único de Saúde (SUS).

R\$ 94,8 milhões para o turismo

Também no domingo, Alckmin anunciou a liberação de R\$ 94,8 milhões para melhorar a infraestrutura turística de oito cidades da Baixada Santista: Santos, São Vicente, Bertioga, Guarujá, Itanhaém, Mongaguá, Peruíbe e Praia Grande.

Discreto

Quem também participou da visita de Alckmin foi o ex-governador José Serra, cotado para ser candidato a senador, que chegou mudo e saiu calado.



O brasileiro e sua Justiça

José Renato Nalini*

A experiência com a injustiça é dolorosa. Mesmo em doses homeopáticas, a injustiça mata. Mas a experiência com a justiça também pode doer. Principalmente quando o acúmulo de processos impede o Judiciário de dar a resposta oportuna. Administrar 93 milhões de processos num Brasil de 200 milhões de habitantes é acreditar que se vive no país mais beligerante do planeta. Será que é assim?

Não é verdade que todos os brasileiros sejam hoje clientes do Judiciário. Este é prioritariamente procurado pelo próprio Estado. União, por si e pela administração indireta, por suas agências, organismos, entidades e demais exteriorizações, é uma litigante de bom porte. Por reflexo, o Estado-membro e os municípios também usam preferencialmente da Justiça.

Mas o governo é também bastante demandado em juízo. Gestões estatais podem vulnerar interesses e uma legião de cidadãos entra em juízo para pleitear ressarcimento de seus direitos. Outros clientes preferenciais são os prestadores de serviços essenciais, que nem sempre atendem de forma proficiente os usuários. São lides repetitivas, às vezes sazonais, mas atravancam foros e tribunais.

O brasileiro precisa meditar se vale a pena utilizar-se exclusivamente do processo convencional ou se não é melhor valer-se de alternativas de resolução de conflito que dispensem o ingresso em juízo. Os norte-americanos, ricos e pragmáticos, só recorrem ao Judiciário para as grandes questões. As pequenas são resolvidas por conciliação, negociação, mediação, transação e outras modalidades como o "rent-a-judge", que nós ainda não usamos. Ganha-se tempo e eles sabem que "time is money", motivo por que o ganho é duplo.

O mais importante é que a solução conciliada ou negociada é uma resposta eticamente superior à decisão judicial. Esta faz com que o chamado "sujeito processual" se converta, na verdade, em "objeto da vontade do Estado-juiz". Enquanto que nas alternativas de resolução de conflitos o sujeito é protagonista, discute os seus direitos com a parte adversa, se vier a chegar a um acordo, será fruto de sua vontade, sob a orientação de um profissional do direito. Mas nunca será mero destinatário de uma decisão heterônoma, que prescindiu do exercício de sua autonomia.

É de se pensar se este não seria um caminho redentor da Justiça Brasileira e, simultaneamente, construtor de um cidadão apto a implementar a ambicionada Democracia Participativa, que o constituinte prometeu em 1988.

*José Renato Nalini é presidente do Tribunal de Justiça de São Paulo

SOL DE RACHAR!

123RF Image Bank

Muita gente nunca tinha vivido um verão tão quente como o deste ano. Com os termômetros beirando os 40 graus e sensação térmica alguns graus a mais, tem sido difícil suportar o calor e o sol ardido, mesmo na beira do mar. Santos registrou máxima de 40 graus no dia 23 de janeiro, a maior temperatura dos meses de janeiro desde 1997, segundo o Instituto Nacional de Meteorologia. Na cidade de São Paulo, tem sido o janeiro mais quente registrado desde 1943, quando começaram as medições no Mirante de Santana.

Por isso, não espanta a expressão de sofrimento no rosto das pessoas quando o sol está a pino. A situação é mais grave para quem é obrigado a trabalhar na rua — carteiros, motoristas de ônibus, entregadores e uma infinidade de outros profissionais — ou em ambientes sem ventilação.

Na terça-feira (28), os trabalhadores do Fórum fizeram um protesto, para chamar a atenção para a situação de penúria em que se encontram. A temperatura nas salas chega fácil aos 40 graus. Eles se queixam que só há ar condicionado nos gabinetes dos juizes.



Mais que desconforto, prejuízos à saúde

O organismo funciona com a máxima eficiência à temperatura de 37°C e qualquer variação importante em relação a essa temperatura perturba os processos orgânicos. As consequências são mau humor, moleza, sonolência, desconforto, transpiração excessiva e outros sintomas.

Além do desconforto físico, o calor demais afeta o desempenho e comportamento das pessoas, que podem ficar irritadas, inquietas e com perda de concentração. A sensação de calor não é definida apenas pela temperatura, mas também por outros fatores ambientais, como a umidade do ar, a velocidade do vento e a radiação solar e por fatores individuais, como o metabolismo e o tipo de vestimenta das pessoas.

DICAS PARA AGUENTAR OS DIAS COM ALTAS TEMPERATURAS

- Use e abuse dos líquidos: procure se hidratar com muita água e sucos naturais de fruta, de preferência, sem açúcar e gelados. Água de coco e chás gelados também são uma boa pedida. Mas evite refrigerantes e bebidas muito calóricas, pois contêm muito açúcar e podem te fazer ganhar peso.
- Adote uma dieta leve. Dê preferência às frutas, legumes e verduras. Abuse das saladas, grãos integrais e carnes brancas, de preferência cozidas ou grelhadas.
- Se você estiver no trabalho ou escola, procure, constantemente, molhar o rosto, nuca, braços e mãos. Essas regiões ajudam a trocar temperatura com o ambiente e auxiliam no resfriamento do corpo. Uma boa saída é manter um borrifador de água na geladeira para aplicar constantemente.
- Se o seu carro ficou no sol, antes de entrar nele abra as portas e janelas para permitir que o calor saia. Proteja os para-brisas com um papelão e o volante com um pano.
- Se você está na praia ou piscina, evite os horários de maior incidência solar. Procure tomar sol antes das 10 ou depois das 15h. Durante esse período, proteja-se com bonés, chapéus ou embaixo de guarda-sol. Dê preferência às barracas de algodão ou lona, que absorvem mais a radiação.
- Se você trabalha na rua e não tem como se abrigar do sol, use um boné, roupas claras e hidrate-se constantemente. Não se esqueça do protetor solar, que é obrigatório antes de sair ao sol. Quando tiver oportunidade, proteja-se na sombra.
- Em casa, fechar persianas e cortinas durante o dia ajudará a bloquear o calor. Lâmpadas incandescentes também criam calor - prefira luzes fluorescentes ou lâmpadas de LED. Desligue luzes e computadores que não estejam sendo usados.
- Se estiver na academia, procure fazer atividades físicas leves com menos intensidade em dias muito quentes. Hidrate-se constantemente e use roupas leves. Quem pratica exercício ao ar livre deve fazê-lo antes das 9h ou depois das 17h.
- Evite ficar muito tempo com o ar condicionado ligado. Ele resseca o ar e as vias respiratórias, podendo causar irritação de garganta e mucosas. Prefira o ventilador. Utilize sempre vento indireto para que o ar do ambiente seja todo circulado. Prefira os ventiladores de teto.
- Procure tomar vários banhos ao dia, com a temperatura da água não muito quente. É importante que uma janela do banheiro esteja aberta para evitar que o vapor se sature e o ambiente fique abafado.
- Bebês, crianças, grávidas e idosos são muito mais suscetíveis ao calor do que outros. Fique atento a tal fato e observe membros de família, companheiros de trabalho e vizinhos. Ao envelhecer, o corpo não consegue regular a temperatura tão bem quanto antes (mesmo que esteja em forma), sendo que sua pele pode se ver impossibilitada de transpirar.

em dia com a saúde

Corpo cria resistência ao álcool

O consumo abusivo de bebida alcoólica pode levar a pessoa a precisar ingerir uma quantidade maior de álcool para perceber que está passando dos limites. O alerta é da psiquiatra Maria Lúcia Baltazar, do Hospital do Servidor Público de São Paulo, que explica que caso a pessoa sinta que está se tornando cada vez mais resistente à bebida alcoólica, ela pode já estar sentindo os efeitos da dependência do álcool. Segundo ela, o consumo abusivo depende da frequência e da quantidade de bebida ingerida. Além disso, quanto mais frequente for a ingestão de álcool, maior a dependência. Cerca de 30 gramas de etanol por dia, o equivalente a aproximadamente duas latas de cerveja, determinam o abuso.



Beber sozinho é uma atitude negativa

A frequência desse hábito aponta um sinal de dependência, segundo o psicólogo Yuri Busin, da clínica Casme Equilíbrio, de São Paulo. "Um dos primeiros sinais do alcoolismo é o hábito de beber sozinho. Isso evidencia a necessidade de ingestão de álcool mesmo fora de eventos sociais. Outra alteração é sempre precisar beber antes de fazer algo como, por exemplo, beber sempre antes de trabalhar", diz.

Suco de laranja ajuda a controlar o apetite

Uma pesquisa da Unesp (Universidade Estadual Paulista) de Araraquara revelou que a laranja, fruta conhecida por ser bastante calórica, pode ser uma aliada para quem quer perder peso. Os pesquisadores constaram que ela libera uma substância que aumenta a saciedade e ajuda a inibir o apetite, ou seja, a pessoa toma o suco e come bem menos na refeição seguinte.

Os testes foram feitos com sucos frescos e industrializados. Quarenta voluntários tomaram a bebida durante um ano e depois tiveram o sangue analisado. Os especialistas descobriram que o suco de laranja aumenta os níveis de leptina no organismo. Esse hormônio age numa região do cérebro chamada de hipotálamo e inibe os receptores do apetite.

Tempo quente aumenta risco de pedra no rim

O intenso calor de verão, associado ao aumento da transpiração e a falta da ingestão adequada de água, podem gerar sérios riscos para o surgimento de "pedra nos rins". O alerta é da Secretaria de Saúde do Estado de São Paulo, que recomenda mudanças na alimentação, com refeições leves e redução de sal, constante reposição de líquidos e atenção à coloração da urina. "Quanto mais transparente estiver a urina, melhor. Se estiver com aparência amarelada e escura, é sinal de que o corpo precisa de mais líquidos para manter-se hidratado, longe dos cálculos renais", explica o urologista Fábio Vicentini.

TOTAL PÉ
PODOLOGIA

ESTERILIZAÇÃO GARANTIDA
DIREÇÃO ENFERMEIRA / PODÓLOGA
Especialização em Pé Diabético
(HSPM/HB-SP) Ex Prof. Senac

Av. Epitácio Pessoa, 62 Loja 24
Tel.: 3284-7232

Atendimento Domiciliar garante tratamento humanizado a pacientes acamados

Quem tem na família alguma pessoa acamada devido a problemas de saúde sabe o quanto é desgastante o período de tratamento e, principalmente, como o tratamento humanizado é fundamental para garantir a recuperação e qualidade de vida do paciente. Em Santos, isso é uma realidade com um serviço pioneiro

disponibilizado pela Secretaria Municipal de Saúde. Trata-se do trabalho da Seção de Atendimento Domiciliar, primeiro programa nestes moldes no país, que já conta com mais de duas décadas.

O serviço é destinado tanto a acamados com baixa complexidade clínica, como a pacientes com necessidade de

maiores cuidados, como por exemplo sequelas de AVC (acidente vascular cerebral) ou complicações que demandam curativos, agregando benefícios ao paciente e sua família.

"Com esse serviço conseguimos diminuir o tempo de internação de pacientes que tenham condições de serem tratados em casa, diminuindo os riscos de infecções hospitalares, havendo também um avanço na cicatrização das escaras. O paciente se recupera melhor em casa, com conforto para ele e a família", detalha o coordenador do programa, Devanir Paz.

são, sendo definido a melhor forma de atendimento pela equipe multidisciplinar. Há casos em que a equipe visita o paciente uma vez ao mês e outros onde é necessário até duas visitas diárias. A Secretaria de Saúde fornece os medicamentos e materiais de curativos prescritos pelo médico da equipe.

Equipe multidisciplinar

A seção dispõe de médicos, enfermeiros, auxiliares e técnicos de enfermagem, assistentes sociais, fisioterapeutas, nutricionistas e farmacêuticos. Após o recebimento da solicitação, é agendada uma visita para avaliação clínica e de admis-

O que é preciso para participar?

- Ser morador de Santos.
- Estar, de fato, acamado, necessitando de acompanhamento médico.
- Ter um cuidador (parente ou não), que assinará termo de compromisso e será o contato com a equipe e o responsável pelo paciente.
- Entregar relatório médico e cópia dos documentos pessoais do paciente (RG, CPF, cartão SUS e

comprovante de residência) e do cuidador (RG).

• Pacientes com alta hospitalar, o cuidador deve entregar os documentos na Rua Barão de Paranapiacaba, 241, Encruzilhada, de segunda a sexta, em horário comercial.

• Pacientes moradores da Zona Noroeste, o cuidador deve entregar os documentos no 1º andar do PS Zona Noroeste, na Rua Agamenon Magalhães s/nº, Castelo, de segunda a sexta, das 8h às 12h ou das 13h às 17h.

• Já para pacientes acamados de menor complexidade, sem histórico recente de internação, a solicitação deve ser feita na unidade básica ou de saúde da família do bairro.





As particularidades dos medicamentos pediátricos

Administrar medicamentos para as crianças não é fácil. O comprimido pode ser muito grande, alguns medicamentos têm sabor desagradável e a criança nem sempre é receptiva ao medicamento. Esses são alguns dos contratempos facilmente percebidos pelos pais. Além desses, outros fatores comprometem a prescrição

médica, como a falta de apresentação de alguns produtos farmacêuticos específicos para essa faixa etária.

Crianças e adolescentes em processo de formação reagem diferentemente dos adultos às substâncias medicamentosas. Pode-se afirmar que há falta de conhecimento científico sobre a adequação do uso infantil para muitas das

substâncias, porque há limitações éticas, legais e econômicas para estudos clínicos em crianças.

Mas se sabe que algumas substâncias prescritas para adultos são contraindicadas em pediatria. Por exemplo, enquanto há certa segurança para a indicação infantil de ibuprofeno e paracetamol, é controverso o uso da dipirona em crianças. Já o diclofenaco é total-

mente contraindicado para menores de um ano.

Outro problema para a prescrição médica se deve ao fato de que na formulação de muitos medicamentos, a concentração do princípio ativo é alta para o uso infantil, exigindo ajuste nas doses. O fracionamento de medicamento sólido indicado para adultos no ajuste da quantidade a ser administrado a um pequeno pode provocar erros. A apresentação dessas substâncias na forma líquida facilitaria o ajuste da dose. O Brasil, em relação a outros países, tem menos formas farmacêuticas líquidas disponíveis. Mas, quando a adaptação da forma farmacêutica for necessária, faça esse procedimento apenas em farmácias, garantidas por farmacêuticos.

A preocupação com o uso de medicamentos em crianças deve ser grande, devido ao alto consumo nessa faixa etária. Estima-se que 50% das crianças faça uso de quase dois medicamentos, em média, a cada quinze dias, quer por prescrição médica, quer por

automedicação. Um terço dos casos está relacionado a problemas respiratórios. E nessa situação, sabe-se que muitos medicamentos são desnecessários ou inadequados.

Estudos científicos mostram que, para muitos dos problemas respiratórios infantis, a terapêutica medicamentosa nem sempre é a melhor escolha. Manter a criança bem hidratada, seja por via oral, seja por meio de inalações sem o acréscimo de princípios ativos, pode ser a melhor alternativa. Converse com seu médico a respeito.

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.

123RF Image Bank



Todo sábado é dia de você fazer o MUTIRÃO CONTRA A DENGUE EM CASA



A dengue é uma doença que possui maior incidência em épocas do ano onde altas temperaturas e chuvas são mais frequentes, porém, **pode ocorrer o ano todo**, pois onde há água parada existe o risco de aparecerem focos do mosquito.

Na suspeita de dengue beba muito líquido e use repelente nos primeiros dias da doença.

Siga as orientações abaixo. Verifique os lugares indicados para que você elimine a possibilidade de surgirem criadouros na sua casa.

Marque com um **X** os locais vistoriados.

- Ralos abertos
Jogar cloro, água sanitária, sal ou creolina três vezes por semana e tampá-los com tela
- Trilhos de box dos banheiros
Escovar pelo menos uma vez por semana
- Vaso sanitário sem tampa ou uso
Tampar ou jogar cloro nos vasos sanitários
- Bandeja de geladeira com água parada
Limpar e colocar uma colher de detergente uma vez por semana
- Copos ou recipientes com água (simpatia)
Eliminar recipientes com água ou tampar
- Potes com água, sem tampa
Esvaziar, lavar e providenciar tampa
- Calhas entupidas
Desentupir e escovar com água e sabão todas as semanas
- Caixa d'água e tambor sem tampa ou com rachadura
Limpar a caixa d'água a cada 6 meses e tampá-las
- Vasilha de água para cachorro ou passarinho
Escovar uma vez por semana
- Aquário sem tampa ou tela
Tampar o aquário ou telar
- Pneus e outros entulhos velhos
Recolha o lixo para a coleta. Guarde os pneus limpos e secos em local coberto
- Garrafas, frascos e potes descartáveis, latas vazias de boca pra cima
Recolher ao lixo limpo. Deixar virado de boca para baixo
- Vasos e jarros de plantas, xaxim
Eliminar vasos com água. Colocar areia, até encher, nos pratinhos embaixo das plantas
- Barco ou calaque virados para cima
Deixar barcos e calaques com abertura para baixo
- Bromélias
Não jogue água em cima.
Fure as folhas que acumulam água de chuva

Para mais informações: www.santos.sp.gov.br/projetos/dengue ou ligue 0800 770 6869

DENGUE
se combate
o ano todo!



joão bernardo



O Prefeito Paulo Alexandre Barbosa e sua Vanessa felizes com o sucesso da festa em comemoração ao aniversário dos 468 anos de Santos, no Mendes Convention Center, que teve sua renda totalmente revertida para a construção do Cecon do Morro Santa Maria. Mais de mil e seiscentas pessoas prestigiaram o evento que teve show de Diogo Nogueira, aliás o artista fez o mesmo show no dia seguinte na praia do Gonzaga para o grande público que não pode estar presente na festa



Antonio Luis Blanco e Laura Mendes cumprimentando a presidente do Fundo Social de Solidariedade de Santos Maria Ignez Barbosa, grande incentivadora para a retomada da festa que não acontecia há seis anos. Entre os muitos convidados, lá estavam....



Luzia e Paulo Rodas



Vania Parente e Leopoldo Arias



Antonio Carlos Gonçalves e Cristina Guedes



Murilo e Cristina Barleta



Fotos: Walter Cabrera



Tatiana e Ivo da Costa Ramos



Rose e Luiz Carlos Fanton



Lourenço e Andréa Lopes



Rogerio e Fabiana Conde

• A Evviva e a Blum convidam para o cocktail e palestra sobre setorização de cozinhas, organização e ergonomia, dia 6, no Shopping Jequití, em Guarujá

• Pupy Zogaib montou uma floricultura, no 89 da rua Goiás, com flores e arranjos naturais e permanentes, de muito bom gosto, como tudo que ela faz

• A Pintura Airless concluiu mais uma grande obra, a pintura da escultura de Tomie Ohtake, no emissário submarino, dentro do cronograma previsto

• Já estão circulando os convites para XXVIII Noite da Pizza do Projeto Menina Mãe que acontece, dia 21/02, na APM Santos. Informações 3289-2626

• Programa JB Especial com o Baile Oficial da Cidade - Santos 2014, domingo 23h30, 1h30 de duração

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



Batata com Ervas e Limão

Ótimo acompanhamento para qualquer tipo de carne!

Cláudia Bom



Rendimento: 8 a 10 porções Tempo de Preparo: 30 min

INGREDIENTES

- 1,5 kg de batatinhas pequenas, lavadas e com casca
- suco de 1 limão siciliano
- 1/3 copo de azeite de oliva extra virgem
- 1/4 copo de cebolinha picada (aquela cebolinha bem fininha)
- 1/4 copo de salsinha picada (opcional)
- sal a gosto

PREPARO

- 1 - Lave bem as batatas e coloque-as numa panela grande. Cubra com água fria e acrescente 1 colher (de chá) de sal.
- 2 - Leve ao fogo e deixe cozinhar até que as batatas estejam macias (cerca de 20-25 minutos). Não deixe-as cozinhar demais, as batatas têm que ficar inteiras.
- 3 - Escorra a água e coloque as batatas numa vasilha grande.
- 4 - Com um garfo, pressione gentilmente as batatas para que se quebrem levemente (sem amassar).
- 5 - Acrescente o suco do limão e misture bem.
- 6 - Coloque azeite, cebolinha e salsinha e mexa até que o tempero esteja bem distribuído.
- 7 - Prove e adicione sal a gosto.

DICAS

- Para checar se as batatas estão macias, espete um garfo. O talher deve facilmente atingir o centro da batata.
- O prato vai ficar ainda mais bonito se você usar 2 ou mais tipos de batata, para que tenha cascas com cores diferentes (use, por exemplo, batatinhas de casca amarela e rosada).
- Se quiser ainda mais sabor de limão, acrescente as raspas da casca.

Avenida no Jardim Casqueiro será urbanizada em seis etapas

Reprodução

Os 2,6 km de extensão da av. Beira-Mar, em Cubatão, ganharão ciclovias, calçadão, arborização, além de projeto paisagístico e de acessibilidade. Em todo o percurso haverá banheiros públicos, lixeiras e barracas de frutas. A iluminação será totalmente remodelada, semelhante ao modelo implantado na av. Nove de Abril. Segundo a Prefeitura, o projeto de urbanização prevê seis etapas de obras, iniciando pelo trecho IV, localizado no limite entre o Jardim Casqueiro e a Vila Ponte Nova. Até o final de 2015 deverão estar concluídos esse e os trechos III e II, incluindo a Praça da Independência.



Curso de língua chinesa em São Vicente

O Instituto de Estudos Avançados do Mar da UNESP, em São Vicente, está com inscrições abertas até 10 de março para o curso de língua chinesa. O curso é organizado pelo Instituto Confúcio em módulos semestrais de 50 horas, com três aulas semanais, e tem diversas opções de horário, inclusive aos sábados. A mensalidade é de R\$ 120,00 e 10% das vagas são gratuitas para alunos de escolas públicas municipais entre 12 e 17 anos de idade. As inscrições devem ser feitas pelo telefone (11) 2066-5950 ou no site www.institutoconfucio.com.br. As aulas terão início no dia 10 de março na avenida João Francisco Bendsorp, 1178, Cidade Náutica, São Vicente.

Fortaleza da Barra comemora 430 anos

Uma extensa programação festiva foi organizada pela Prefeitura de Guarujá para o ano todo em comemoração aos 430 anos da Fortaleza da Barra. As atividades serão realizadas sempre de terça-feira a domingo, das 9 às 17h, período de funcionamento do local. O calendário prevê visita, ciclo de palestras, passeio lúdico para crianças das escolas municipais, exposições e semanas especiais (Dia dos Museus, Crianças e Natal).

A Fortaleza da Barra Grande, situada na comunidade de Santa Cruz dos Navegantes, foi construída em 1584 para a defesa da Barra dos ataques piratas. Pode ser avistada da av. Almirante Saldanha da Gama, na Ponta da Praia, em Santos.

Reprodução



Novos quiosques em Praia Grande

A Prefeitura de Praia Grande está finalizando o projeto de reestruturação de 35 quiosques da orla. Ele terá um novo projeto arquitetônico, caracterizado por linhas retas e uso do concreto aparente, vidro, resina madeira e jardim vertical. Está prevista também a implantação de deque, na divisa entre o calçadão e a faixa de areia, com área de aproximadamente 250 m², para disposição de mesas e cadeiras. As obras, que vão contemplar os quiosques localizados no treco Boqueirão - Mirim, devem começar até junho.

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

Beduíno

SABOR VEGETARIANO

Conheça as opções do Beduíno - Disk: 3284.1207



Horóscopo de hoje

Hoje vai iniciar a Fase de Lua Nova, às 19h40, no signo de Aquário. Comecem a se preparar para lançar novos projetos, iniciar um romance, abrir mais o coração para o que é necessário na vida. Não dá para viver somente de questões práticas e materiais, pois elas se vão e as pessoas queridas ficam. A mensagem é renovar e explorar mais suas propostas.



Áries - Às vezes precisamos desconstruir e romper com algumas coisas na vida para poder dar novos saltos. Enquanto você estiver patinando na mesma e pensando sempre igual querendo tudo a sua volta, o retorno será sempre o mesmo.

Touro - Novas possibilidades estão aparecendo no campo amoroso, portanto dê um pouco mais de atenção a tudo o que se refere ao coração. Ame mais e desfrute do ser amado. Você está chamando a atenção.

Gêmeos - Boas vibrações hoje para o seu dia. A Lua Nova tende a te auxiliar em novos passos para o próximo mês. Inicie uma atividade, seja estudando ou mesmo conhecendo algo novo. Dê os primeiros passos e o resto irá se desenrolar.

Câncer - Novas portas tendem a se abrir para a sua vida profissional, mas você deve contar com os imprevistos. No que tange a sua família, seja mais flexível e não entre em combates, pois tende a gerar conflitos.

Leão - Assuntos associados aos relacionamentos conjugal e de sociedade tendem a ser o tema da semana. Muitas resoluções e esclarecimentos iniciam para uma resolução. Mas também boas novidades aparecem.

Virgem - Esteja alerta aos detalhes em seu trabalho e também com os seus colegas. Nada demais para se preocupar, é somente para ficar mais ligado a sua volta, pois muitas vezes você pode ficar tão mergulhado em seus assuntos pessoais que acaba se esquecendo de quem está a seu lado.

Libra - Você deve estar percebendo algumas pressões em sua vida. Entenda que o período se estende, mas é para ir consertando e acertando temas passados. Com disciplina e atenção, você ainda vai chegar aonde quer.

Escorpião - Nesse período de reavaliações busque incluir em sua vida também um pouco mais de prazer e quando perceber que os pensamentos estão demais para baixo e negativos, dê a volta por cima e faça algo diferente.

Sagitário - Os assuntos financeiros tendem a estar bastante ativos em sua vida e para melhor. Portanto trate de administrar bem os seus ganhos e investir em coisas mais firmes, seguras e sólidas. Inclua uma viagem para um merecido descanso.

Capricórnio - O dia tende a começar bastante movimentado em sua vida amorosa. Essa fase de grandes mudanças que você está passando é para reavaliar você e não a outra pessoa. Pense nisso!

Aquário - Uma Lua Nova acontece em seu signo e significa que muitas coisas começam a ter novos inícios. Pense então em seus projetos ou mesmo um namoro. E com o seu novo ciclo pessoal, muitas mudanças estão por vir.

Peixes - É possível estabelecer alguns limites entre a sua vida pessoal e a profissional. Evite misturar as coisas e separe um tempo para você e seus amigos. Os dias estão pedindo para que você se abra mais e fale do que te incomoda.



Vem aí a batalha dos talk shows

Com a confirmação de Rafinha Bastos para comandar o "Agora É Tarde" na Band, haverá uma situação interessante na programação de fim de noite na tevê aberta. Serão nada menos que três talk shows em horários parecidos.

Rafinha terá a concorrência do já tradicional "Programa do Jô", na Globo, e da estreia de Danilo

Gentili no SBT. Aliás, a atração pode ter o nome "Jô Soares Onze e Meia com Danilo Gentili". O apresentador global declarou que gostou da homenagem, mas daí a autorizar que seu nome seja utilizado são outros quinhentos.

Da equipe que fazia parte do "Agora É Tarde" até o ano passado, Rafinha terá apenas Marcelo Mansfield. De resto, a reformula-

ção é total, até porque Gentili levou muita gente com ele — incluindo o Ultraje a Rigor.

Imagino que será promovida uma espécie de corrida entre Band e SBT para ver quem conseguirá colocar seu talk show no ar primeiro. A Band tem a seu favor uma estrutura montada, enquanto o SBT possui uma equipe já entrosada.

XUXA AFASTADA - A tarde de sábado da Globo pode ficar menos pior. O último "TV Xuxa" foi exibido dia 25, e a apresentadora ficará afastada por pelo menos seis meses para cuidar de um problema no pé (uma inflamação causada pelo uso contínuo de salto alto). Quem sabe este período sirva para reflexão, né? O lugar do programa será ocupado pela sessão de filmes "Cine Fã-Clube", com fitas de sucesso para o público adolescente. Tá certo que também não é garantia de qualidade - vai que passam o documentário do Justin Bieber, por exemplo. Mas garanto que pelo menos dará mais audiência.



DESCAMISADOS - A partir do dia 3 de fevereiro, a Record mudará o horário da novela "Pecado Mortal", das 22h15 para as

21h10. Trata-se de uma tentativa de melhorar a performance da atração no iBope. Mas creio que não adiantará nada. Primeiro que a trama baterá de frente com a nova telelágima global das nove, "Em Família". Segundo que "Pecado Mortal" é bem fraquinha. O autor Carlos Lombardi parecia acreditar que repetir uma tática usada em seus tempos de Globo renderia alguns pontos: atores descamisados quase o tempo todo. Não rendeu, pois a média tem sido de apenas 5 pontos. Sem uma boa história, não há pelados que deem jeito.

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

xeque-mate

Mário Ribeiro
xadrez@jornaldaorla.com.br



Edgar Rodrigues vence o Circuito IRT em São Bernardo

Organizado pelo Clube de Xadrez de São Bernardo do Campo, foi realizada, em nove rodadas, a etapa final do Circuito IRT 2013. O jovem Edgar Rodrigues, defendendo Mogi das Cruzes, confirmou excelente fase técnica, ao vencer esta forte competição (6,5 pontos). João Danilo Mandetta, que joga por Guarujá, terminou na quinta colocação (5 pontos).

Confira a classificação do torneio dirigido por Ricardo Criez e arbitrado por Estevão Tavares Neto.

Edgar Rodrigues (campeão), 6,5; Bernardo Sztokbant (vice-campeão), 6,5; 3º Marcos Vinicius Torsani, 5,5; 4º Fernando Barbosa, 5,0; João Danilo, 5,0; Eduardo Gerbelli, 4,0; Otto Dmitry, 4,0; Wladimir Camilo, 3,5; Lucas Takeda, 3,0 e Renato Luiz Batista, 2,5.



Divulgação/CBX



GM's brasileiros disputam aberto de Gibraltar

Teve início nesta terça-feira (28) o tradicional torneio de Gibraltar (Reino Unido). Alguns grandes mestres internacionais brasileiros entraram na disputa que tem encerramento previsto para o dia 6 de fevereiro. São eles: Alexandr Fier, Krikor Sevag Mekhitarian, Felipe de Cresce El Debs (acima) e o mestre Fide Armen Proudian. Estamos acompanhando a competição e informaremos o resultado aos nossos leitores.

O SEGREDO DAS LOTERIAS

FIEL ORIENTADOR DO APOSTADOR

MUNIR NISS 2013

RECORDISTA NACIONAL NA DISTRIBUIÇÃO DE PRÊMIOS

VENDAS E INFORMAÇÕES DIRETO COM O AUTOR
MUNIR, O PÉ QUENTE (13) 3386-1382 / 98123-8111

DVD EXCLUSIVO
MOSTRA COMO AUMENTAR AS CHANCES DE GANHAR NA LOTERIA GASTANDO POUCO

44 ANOS DE EXPERIÊNCIA
ESTUDOS E PESQUISAS LOTÉRICAS

13. 3569-1300

Trabalhador hoteleiro o SINTHORESS é você!
Garanta seus direitos e conquistas. Fique sócio e usufrua de seus benefícios

- Assistência jurídica
- Assistência médica e odontológica
- Cursos de qualificação profissional
- Convênios com desconto

Acesso nosso site: www.sinthoress.org.br
Curta no Facebook.com/sinthoress.santos

50% DESC. EM EXAMES LABORATORIAIS

Garanta esta vantagem. Peça o seu cartão. Período: 01/01/2014 a 31/12/2014. É DE GRÁTIA!

Atendimento domiciliar • Atendimento Convênios
Central de Atendimento 3233.4033
Santos: R. Carvalho de Mendonça, 247 cj 61 - 13 3233.4033
São Vicente: R. Jacob Emerich, 799 - Centro 13. 3466.1551

Sindicato dos Trabalhadores em Edifícios e Condomínios do Município de São Vicente

Tel.: (13) 3468-9810
Fax: (13) 3468-1897
www.stecsv.com.br

os baldos



Fronteiras da ciência

JADIR ALBINO
fronteiras@jornaldaorla.com.br



Direcionando a vontade

O psiquiatra recebeu em seu consultório um paciente com depressão aguda. Segundo a família, ele estava naquele estado há mais de cinco anos e já havia tentado suicídio várias vezes. Agora estava ali, diante do médico, em busca de um remédio que o curasse de forma instantânea. O médico, acostumado a todo tipo de paciente, olhou-o no rosto e falou com firmeza:

—Tenho duas notícias para lhe dar. Uma delas é que ainda não existe um remédio para a sua doença.

O paciente contorceu-se na cadeira, e perguntou, um tanto irritado:

—E a outra notícia?

—A outra notícia é que a sua cura depende da sua vontade*.

—Como assim, doutor? Eu não tenho vontade para nada. Não tenho vontade de trabalhar, nem de comer, nem de falar com pessoas. A vida não tem mais sentido para mim!

O psiquiatra, que o observava com atenção, lhe falou com voz muito firme:

—Está cheio de vontade*.

Aí o paciente não se conteve, deu um murro sobre a mesa e retrucou nervoso:

—O senhor está brincando comigo? Eu já lhe disse que não tenho vontade, doutor!

—O senhor tem muita vontade, sim. Tem vontade de não trabalhar, não comer, não dormir, não falar com ninguém e de se isolar do mundo.

—Mas a vida não tem senti-

do para mim!

Conhecedor das causas que levam a pessoa a este estado de ânimo, o médico disse:

—Você está é com raiva do mundo e por isso deseja matar-se, para punir aqueles que o infelicitaram e que não conseguem perdoar.

Nesse momento o homem quase teve um surto. Levantou-se e gritou, enlouquecido:

—Eu nunca vou perdoá-los! Meu patrão me despediu, meus irmãos me roubaram a herança...

E desfilou uma lista de nomes de pessoas que odiava com toda força de seu ser. Então, o psiquiatra voltou a dizer:

—Somente quando você perdoar conseguirá se livrar desse ácido que o corrói e o está matando, dia após dia.

E aquele homem enorme, falou entre dentes:

—Nunca vou perdoá-los.

O médico aproveitou a oportunidade para reafirmar ao seu paciente que ele estava cheio de vontade, mas dirigida para a própria infelicidade. Vale a pena meditar sobre a direção que estamos dando a nossa vontade. Até quando dizemos que não temos vontade, estamos usando nossa vontade para não sentir vontade. Se dizemos que não sentimos vontade de viver, podemos afirmar que, na verdade, estamos com vontade de não viver.

Com vontade de fugir do mundo, de dormir, de ficar num quarto fechado, de morrer... Mas a vontade está ativa. Somente

está sendo dirigida para onde nossa razão desejar.

[autoria de: Dr. José Roberto Martinez]

Se você ainda não havia pensado por esse ângulo, pense agora. Lembre-se de que a vontade é uma força neutra que existe em nós, capaz de definir nossas ações. Basta que saibamos dirigir essa força de acordo com nossa escolha.

Se escolhemos ter vontade de morrer, podemos direcionar essa força para a vontade de viver. A força não se altera, mas alteramos a direção. Se escolhemos ter vontade firme de não perdoar, de manter o desejo de vingança, podemos dirigir essa força para a indulgência, para o perdão. O que geralmente acontece, é que sentimos prazer mantendo esse estado de coisas. Sentimos prazer em chamar a atenção dos outros, fazendo-nos de vítimas.

Essa auto-piedade é extremamente perigosa, pois pode nos levar a situações de maior infelicidade ainda. Por todas essas razões, vale a pena direcionar a nossa vontade com lucidez. Com o desejo sincero de construir a nossa felicidade efetiva, sem o prazer mórbido de infelicitizar aqueles que nos infelicitam.

* Jadir Albino é apresentador do programa "Fronteiras da Ciência", exibido aos domingos, às 19h, na Santa Cecilia 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



Prédios tortos da orla precisam apresentar plano

Síndicos dos 20 prédios da orla com inclinação superior a 50 cm têm até 30 dias para entregar à Prefeitura o plano de trabalho sobre laudo técnico de análise estrutural de segurança, assinado por engenheiro calculista. O período conta a partir da data em que foram notificados. Das 65 edificações chamadas para entregar o planejamento, 45 depositaram o documento junto à Secretaria de Infraestrutura e Edificações no prazo estabelecido (9 de dezembro). A ação integra o Pisa (Programa dos Prédios Inclinações de Santos), que objetiva identificar se há risco estrutural no desaparecimento existente.

Residência permite autonomia para portadores de deficiência

Um lar onde seus moradores aprenderão a ter autonomia, sair para trabalhar, estudar e ter amigos dentro e fora da casa. Assim é definida a Residência Inclusiva 30 de Julho, inaugurada pela Prefeitura dia 24 de janeiro na av. Pinheiro Machado, 125. O novo equipamento é resultado de convênio entre o poder público e o Centro Espírita 30 de Julho. Uma equipe multidisciplinar trabalhará na aquisição da autonomia do deficiente. A prioridade é de quem não tem autonomia para morar sozinho, nem possui vínculo familiar. Cinco pessoas já foram transferidas e a casa tem mais cinco vagas para jovens de 18 a 29 anos.



indicador profissional

Alonso Carneiro, Oliveira Neto, Sanino
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

FABIANO ADVOCACIA
OAB/SP 3.094

R. Assis Corrêa, 55
Gonzaga - Santos/SP
Fone 11 3327-7997 / 3327-8004
Fax 3327-8006

SIGA-NOS NO TWITTER@ADVFIABIANO E NO FACEBOOK

www.fabianoadvocacia.com.br
contato@fabianoadvocacia.com.br

imóveis

IMÓVEIS RESIDENCIAIS E COMERCIAIS

COMPRA VENDE ALUGA ADMINISTRA

3273-9549
3273-9550

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

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

Bela Imóveis

COMPRA | VENDE | ALUGA | ADM. Mais de 800 imóveis

www.belaimoveis.com.br

Rua Euclides da Cunha, 124 - Gonzaga
(13) 3322-7877 • 7850-5281 ID 119*61034

Quer anunciar? Ligue 2101-0021

roteiro

Fotos: Divulgação



Milton Nascimento - O cantor traz a Santos o show 'Uma Travessia', no dia 14 de fevereiro, no Mendes Convention Center (Av. Francisco Glicério, 206 - Gonzaga). A apresentação acontece às 23h e terá as participações de Lô Borges e Wagner Tiso. Ingressos: de R\$ 80 a R\$ 200, à venda pelo site compreingressos.com, na bilheteria do Centro de Convenções (de segunda a sábado, das 13h às 19h) e na Renault Estoril (Av. Washington Luiz, 21 - Vila Mathias, Santos). Informações: 4062-0027.

Mongaguá - Na sexta-feira (31), Maria Cecília e Rodolfo. Thaeme e Thiago farão show no sábado (1º). A dupla Chitãozinho & Xororó fecha a programação de shows, no domingo (2). O palco fica na Avenida Dudu Samba, na Praia do Centro. As apresentações comecem às 22h. Gratuitos.

Itanhaém - Encerrando a grade de Shows de Verão, o cantor sertanejo Léo Magalhães traz seu trabalho à cidade nesta sexta-feira (31). No sábado (1º), o cantor Buchecha realiza sua apresentação de música pop, dance, electropop e electro house. O evento é na Avenida Jaime de Castro,

Lançamento - O Projeto Oficina Criativa do Liceu Santista lança, no dia 7 de fevereiro, o livro 'Movimento da palavra ao texto'. Esta é a primeira coletânea de textos produzidos pelos alunos do Ensino Médio do colégio Liceu Santista, organizada pela responsável pelo projeto, a bibliotecária Viviane de Almeida. A obra foi editada pela Leopoldianum, editora da UniSantos, e mostra o trabalho de 12 alunos. O lançamento, com autógrafos dos autores, acontece às 19h, no Liceu Santista (Av. Francisco Glicério, 642, José Menino, Santos).

a partir das 21h. Gratuitos.

mações: 4062-0177.

Asa de Águia - A banda baiana se apresenta no dia 16 de fevereiro, no Clube Atlético dos Portuários (R. Joaquim Távora, 424/428 - Marapé - Santos - SP), em Santos. Os fãs poderão curtir os sucessos 'Bota pra Ferver', 'Take it Easy' e 'Qual É?'. O show acontece a partir das 21h30, com abertura dos portões às 17h. Ingressos: R\$ 50 (inteira), R\$ 60 (camarote) e R\$ 80 (camarote + pista VIP), à venda pelo site compreingressos.com.br. Informações: 4062-0177.

Ary Toledo - Praia Grande recebe o show 'Riso Total', no sábado (1º). A apresentação acontece no Palácio das Artes (Av. Av. Pres. Costa e Silva - 1600). Ingressos: R\$ 60, à venda na bilheteria do Teatro (de segunda a sexta, das 14h às 19h) ou na Renault Estoril (Av. Washington Luiz, 21 - Vila Mathias). Informações: 4062-0016.

Esta partida não será televisada - O espetáculo volta a ser apresentado em Santos no próximo domingo (2), às 12h, no Jardim Botânico Chico Mendes (Rua João Fracarolli, s/nº - Santa Maria). A montagem da Companhia do Elefante explora os bastidores do esporte mais popular do país, revelando injustiças sociais e expondo personagens essenciais desse grande jogo sujo mercadológico. Entrada franca.



Thiaguinho - O cantor volta à Capital Disco (Av. Francisco Glicério, 206 - Gonzaga, Santos) no dia 12 de fevereiro, às 23h. O show faz parte do projeto 'Esquenta 2014', que trará ainda o grupo Turma do Pagode, no dia 20. Ingressos e informações: 7803-1904.

Rapunzelee - Neste domingo (2), Cubatão recebe o espetáculo, às 17h, no Parque Novo Anilinas (Av. Nove de Abril, s/nº). A peça é uma releitura urbana do clássico Rapunzel, contada pela Bruxa Nena, que apresenta a sua versão dos fatos, através de um diário. O musical infantil homenageia a cantora Rita Lee. Entrada franca.



Alzira E - A cantora se apresenta no sábado (1º), no Sesc Santos (R. Conselheiro Ribas, 136 - Aparecida). Com quase 30 anos de carreira, Alzira lança o CD 'O que vim fazer aqui', a partir das 21h. Ingressos: de R\$ 2 a R\$ 10.



HORA GERAL
IMÓVEIS

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

REF. 50

GONZAGA

Prédio frente ao mar, 2 dom, sala em 'L', sacada, dep. de emp, 1 vaga privativa.

R\$ 550.000

REF. 64

ITARARÉ

Oportunidade, frente para o mar, 160m², 3 dormitórios, 2 vagas.

R\$ 580.000

REF. 42

BOQUEIRÃO

prédio frente para a praia, 2 dormitórios, banheiro de empregada.

R\$ 390.000

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

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.